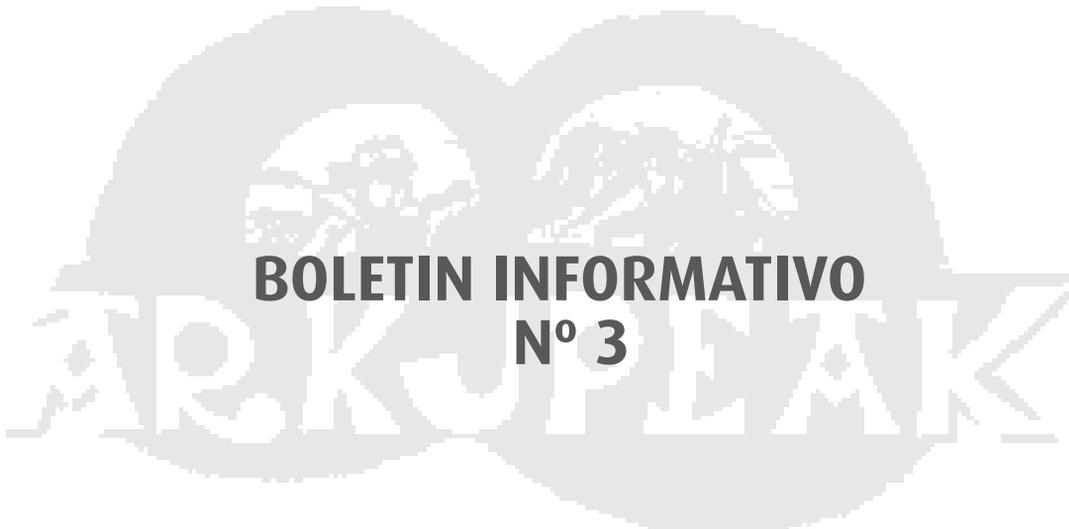




ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS,
PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENTSIONISTA ETA
ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucia, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN -Nafarroa

Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es



BOLETIN INFORMATIVO Nº 3

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENSIONISTA ETA ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucía, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa - Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es

EDITORIAL

Comenzamos este nuevo año 2012 tal y como habíamos previsto, con la edición de este nuevo boletín, y van 3, en tiempo y forma. Nos ha costado cerrar este boletín, parece ser que por Enero están los restaurantes y otros servicios medio de vacaciones, etc. Esperamos no alterar lo que viene a continuación.

Os presentamos las actividades en cuanto a viajes, cursos y charlas previstos para este cuatrimestre y las actividades, también, para el resto del año que aparecerán en sucesivos boletines, fijaros bien en las fechas de inscripción y pago, parece ser que el pasado año alguno anduvo retrasado y casi se queda sin participar.

Las actividades de este cuatrimestre están individualizadas y el resto son estas, en cuanto a viajes: Bilbao, Puente Viesgo, San Miguel de Aralar, Arantzazu, Lezo, Paris, Benidorm, Día del socio y homenajes acostumbrados, Vitoria-Gasteiz, Lodosa y Canarias. En cuanto a charlas y cursos dependerá de la demanda que haya por parte de los socios y se comunicará oportunamente.

Esto es lo que de alguna manera nosotros proponemos, no quiere decir que no se hagan otras cosas que aquí no se mencionan, os animamos a que llaméis a la oficina para solicitar aquello que os gustaría hacer, todo cabe e intentaremos satisfacer vuestros deseos, pero no solamente en cuanto a cursos y charlas, sino que también en viajes tanto de un día como de varios, estamos abiertos a cualquier sugerencia y colaboración, entre todos seguiremos haciendo de Arkupeak algo grande.

LA JUNTA DIRECTIVA

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por





EDITORIALA

2012. urte berri hau, espero genuen bezala hasi dugu, jadanik hirugarrena den boletín berri honen argitarapenarekin. Uste baino gehiago kosta zaigu boletín hau ixtea, urtarrilean, besteak beste, jabetxe eta beste zerbitzu asko, erdi oporretan zeudelako.

Ondoren datorrena ez aldatzea espero dugu. Hurrengo lau hilabeterokoan eta urte guztian zehar aurre ikusi ditugun, bidai, ikastaro eta hitzaldiak zeintzu diren adieraziko dizuegu.

Hurrengo boletinetan ere agertuko dira eta ondo begiratu izena emateko epeak eta ordainketa, zeren, aurreko urtean bakarren bat atzeratuta ibili zen eta ia parte hartu gabe geratu zen.

Lau hilabeteroko honetarako ekintzak bakoiztuta daute eta bidaiari buruzkoak ondorengo hauek dira. Bilbo, Puente Viesgo, Aralarko San Migel, Arantzazu, Lezo, Paris, Benidorm, Bazkide eguna eta ohiko omenaldiak, Vitoria-Gasteiz, Lodosa eta Canariar Irlak.

Hitzaldi eta ikastaroak bazkideek egindako eskaeren arabera izango da eta orduan adieraziko dira.

Hau da guk proposatu duguna, honek ez du esan nahi, hemen izendatu ez diren ekintza gehiago egingo ez denik. Animatu nahi zaituztegu, zuei egitea gustatuko litzazkizueken ekintzak adieraztea, denak balio du eta saiatuko gara zuen nahiak betetzeaz, baina, ez ikastaro eta hitzaldiak bakarrik, baizik eta egun bateko irteerak edo egun gehiagoko bidaiak gomendatzeak ere balio du.

Edozein iradokizunetara eta kolaboraziora irekiak gaude. Denon artean jarraituko dugu Arkupeak handia egiten.

ZUZENDARITZA BATZORDEA

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENTSIONISTA ETA ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucia, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa - Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es

VIAJE DE ARKUPEAK A LOURDES 2 de mayo de 2012

Los horarios de autobuses se establecerán tras las inscripciones.

Salida hacia Lourdes de buena hora

12.00 Santa Misa en la Basílica

13.30 Comida en los hoteles ACADIA y FLORIDA, ambos muy cerca de la Gruta.

15.30 Rezo del Santo Rosario

16.30 Procesión de los enfermos; acudiremos con la pancarta de ARKUPEAK.

18.20 Después de la procesión, salida de los autobuses desde la puerta de los hoteles.

NOTA:

Es deseo de ARKUPEAK realizar este viaje llevando con nosotros a nuestros enfermos para participar todos juntos en la procesión de la tarde. Para este caso, se considera enfermo a la persona que no puede caminar por sí misma. ARKUPEAK pagará el coste del viaje de estos enfermos, que tendrán que ir acompañados de un familiar que se haga responsable y llevarán su medio de transporte para andar en Lourdes (silla de ruedas, etc.).

El familiar acompañante abonará su viaje.

Precio del viaje completo: 35 Euros/persona

Inscripciones: del 16-17-18 de Abril en los Delegados de cada pueblo.

LOURDESERA ARKUPEKOEN BIDAIA 2012ko Maiatzaren 2an

Autobusen orduak inskripzioaren ondotik emanen dira. Lourdeseruntz irteera ordu onean.

12.00etan ARKUPEAK taldearentzako Meza.

13.30etan ACADIA eta FLORIDA hoteletan bazkaria, biak ingurunetik urbil.

15.30etan Arrosarioa

16.30etan Gaixoen Prozesioa

18.20etan Autobusen irteera hotelen atetik.

OHARRA:

ARKUPEAKOEN nahia geure gaixoak eramatea da, denak elkarrekin bidaia honetan parte har dezagun. Bere baliabidez ibili ez daitezken personak dira gaixoak. Bidaiaren kostea ARKUPEAK hartuko du bere gain, baina derrigorrez gaixoaz arduratuko den senideren batek joan beharko du, eta Lourdes barne ibiltzeko garraioa eraman beharko dute. Senideek bidaia ordaindu beharko dute.

EGUN OSOKO PREZIOA: 35 Euro

INSKRIPZIOAK : Apirilaren 16-17-18, herri bakoitzako Deleatuei.

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por





CHARLAS Y CURSOS PARA EL AÑO 2012

Una de las prioridades de la Junta Directiva de Arkupeak es ofrecer a los socios la posibilidad de una formación básica en temas de interés general.

Por otra parte, el departamento de Política Social del Gobierno de Navarra ha decidido subvencionar preferentemente aquellas actividades que tengan por fin desarrollar aspectos que supongan superar la dependencia y realizar actividades autónomas.

En este sentido, la Junta Directiva, sin dejar de lado las actividades tradicionales como son los viajes, comidas, homenajes, fiestas locales, campeonatos de mus, día de la gimnasia etc, desea desarrollar temas que supongan mejorar conocimientos generales y sobre todo aquellos que se refieren al ámbito de las nuevas tecnologías.

Así pues a partir del mes de marzo y en fechas que se concretarán oportunamente se intentarán ofrecer los siguientes temas:

- 1.- SITUACIÓN ACTUAL DE LAS JUBILACIONES Y PENSIONES
- 2.- TESTAMENTO VITAL, MUERTE DIGNA Y VOLUNTADES ANTICIPADAS.
- 3.- INTRODUCCIÓN A LA INFORMÁTICA- 1
- 4.- TESTAMENTOS, DONACIONES, ÚLTIMAS VOLUNTADES Y OTRAS ALTERNATIVAS
- 5.- CÓMO UTILIZAR LOS DISTINTOS COMPONENTES DEL TELÉFONO MÓVIL
- 6.- CURSO DE FRANCÉS
- 7.- TALLER DE PINTURA AL ÓLEO

Varios socios han sugerido otros muchos temas como pueden ser: cómo utilizar la máquina de fotos digital, cómo imprimir fotos en la impresora (photosoph), manualidades, corte y confección, curso de cocina, baile, primeros auxilios, prevención de accidentes, importancia del ejercicio físico, el voluntariado, etc.

INSCRIPCIONES

A las charlas de interés general pueden acudir socios y no socios sin necesidad de hacer inscripción alguna. Si será preceptivo hacerla para los cursos llamando al teléfono de Arkupeak.

LUGAR DE LOS CURSOS Y DE LAS CHARLAS

En principio se impartirán en Doneztebe, Leitza, Bera y Elizondo y si hay número suficiente en otras localidades.

Si el número superara el tope, se abriría una inscripción de "D2reserva" D3 y tendrían prioridad los socios según el orden de llamadas y posteriormente los no socios.

ORGANIZACIÓN DE DOS CHARLAS

1ª CHARLA: SITUACIÓN ACTUAL DE LAS JUBILACIONES Y PENSIONES.

Tendrá lugar en Doneztebe el día 7 de marzo a las 19h. siendo los ponentes los Sres Julián Sainz, Director del INSS en Navarra y Francisco Calvo Subdirector de Información, en los locales de Arkupeak sito en C/ Santa Lucía 5 2º

La asistencia será abierta para todo el público y al final de la exposición se abrirá el turno de preguntas y respuestas.

Esta misma charla se impartirá en Leitza en el mes de mayo.

Se avisará día, hora y lugar en el próximo boletín.

2ª CHARLA: TESTAMENTO VITAL, MUERTE DIGNA Y VOLUNTADES

ANTICIPADAS, a cargo del Dr. Koldo Martínez, Médico de la UCI en el Hospital de Navarra y Presidente de la asociación de Bioética fundamental y clínica.

Se impartirá en Bera el día 13 de Marzo a las 17.30h. en el local Beralandeta y en Elizondo el día 14 a las 17.30h. en Arizkunenea

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENSIONISTA ETA ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucia, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa - Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es

ORGANIZACIÓN DE CURSOS

1º.- INTRODUCCIÓN A LA INFORMÁTICA, INTERNET Y CORREO ELECTRÓNICO.

Este curso será impartido por la Cruz Roja y será gratuito para aquellos que no hayan realizado ningún otro sobre informática financiado por el Gobierno de Navarra.

Duración: 25 horas en dos semanas de lunes a viernes. Tienen acceso gratuito los mayores de 55 años y mujeres de cualquier edad.

Los interesados deberán inscribirse en la oficina llamando al teléfono 948450878 en horario de oficina de 9,30 a 12,30h., de donde se coordinará grupos y fechas en base a la demanda, se informará a los interesados.

Por otra parte Cruz Roja tiene preisto ofrece más cursos: Introducción a la informática 2, navegar por internet, correo electrónico y redes sociales, fotografía digital, compras y viajes por internet etc. Tras la experiencia del primer curso se ofertará alguno de estos cursos.

Plazo de inscripción hasta el 29 de Febrero.

2º.- TALLER DE PINTURA AL ÓLEO

Tendrá lugar en la sede de Arkupeak de Doneztebe siendo impartido por Diana Iniesta Benedit.

Se realizará en tres mañanas semanales a lo largo de un mes.

La matrícula será gratuita.

Los asistentes pagarán solamente 15 euros por la utilización de los materiales necesarios para pintar al óleo: pinceles, pinturas, carboncillo y lienzo.

A juicio de la profesora, es una buena oportunidad para animar a las personas a acercarse al mundo de la pintura al óleo y de alguna manera ayudarles a vencer el miedo que da, a priori, una actividad así, que suele parecer difícil, pero que no lo es.

Los interesados deberán inscribirse en la oficina llamando al teléfono 948450878 en horario de oficina de 9,30 a 12,30h., de donde se coordinaran grupos y fechas en base a la demanda, se informará a los interesados.

Plazo de inscripción hasta el 29 de Febrero.

3º.- CURSO DE FRANCÉS

Profesorado nativo, se aconseja 2h a la semana en grupos mínimos de 5 y máximo de 15 personas

Horario:

En función de la demanda y disponibilidad del local.

Lugar:

Donde haya un grupo o se puedan juntar de varios pueblos.

Tarifa:

De 5 a 9 personas 30 Euros

De 10 a 15 personas 20 Euros

Los interesados deberán inscribirse en la oficina llamando al teléfono 948450878 en horario de oficina de 9,30 a 12,30h., de donde se coordinarán grupos y fechas en base a la demanda, se informará a los interesados.

Plazo de inscripción hasta el 29 de Febrero.

UNIVERSIDAD PARA MAYORES

Hemos contactado con la Universidad para Mayores Francisco Yndurain con sede en Aoiz y que imparte cursos a mayores de 55 años (70% de alumnos) y menores de 54 (30% de alumnos).

A partir de octubre desarrollará su docencia en Doneztebe en la sede de Arkupeak con un temario muy amplio: arte, filosofía, idiomas, nuevas tecnologías, psicología, derecho, historia, economía, educación física, ética, música, poesía, literatura, geografía etc.

Para matricularse no es necesario ningún título o estudio previos. El único requisito es tener más de 55 años, aunque hay también plazas reservadas para menores (el 30% para los comprendidos entre 18 y 54 años)

De todo ello se informará ampliamente en el próximo boletín.

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por





2012.URTEKO HITZALDI ETA IKASTAROAK

Zuzendadi batzordearen asmo nagusi bat bazkide guztiei oinarritzko prestakuntza eskeintzea da. Beste alde batetik, Nafarroako Gobernuak diru laguntzak bideratu nahi ditu, menpekotasuna gainditzen laguntzeko egiten diren ekintzei.

Zuzendaritza Batzordeak orain arte egin diren ekintzak mantenduko ditu:

bidaiak, oporrak, bazkariak, mus txapelketak, soinketa, omenaldiak eta. Hoiakin batera beste ekintza batzuk ere eskaini nahi ditu, batez ere teknologia berrien sailekoak.

Bazkide batzuek beste ikastaro batzuk iradokitu dizkigu, argazki kamara digitalen erabilera, argazkiak inpresoraz nola atera (photosoh), eskulanak, sukaldaritza, dantza...

Martxoaz geroztik eta datak ziurtatuko dira bere garaian, ondorengo gaiak ematen saiatuko gara.

- 1.- SITUACION ACTUAL DE LAS JUBILACIONES Y PENSIONES
- 2.-TESTAMENTO VITAL, MUERTE DIGNA Y VOLUNTADES ANTICIPADAS
- 3.- INTRODUCCION A LA INFORMATICA -1
- 4.-TESTAMENTO, DONACIONES,ULTIMAS VOLUNTADES Y OTRAS ALTERNATIVAS
- 5.-COMO UTILIZAR LOS DISTINTOS COMPONENTES DEL TELEFONO MOVIL
- 6.- CURSO DE FRANCES
- 7.-TALLER DE PINTURA AL OLEO

IZENEMATEA

Hitzaldietara etortzeko ez da izenik eman behar. Bazkide direnak eta ez direnak ere etor daitezke. Ikastaroak egiteko deitu beharko da Arkupek-eko telefonora.

HITZALDI ETA IKASTAROEN KOKAPENA

Haseran, Doneztebe, Leitza, Bera eta Elizondon antolatuko dira eta gutxieneko kopuru bat lortzen bada baita beste herrietan ere.

Hitzaldi edo ikastaroren batek jende kopurua betezen badu, "D2erreserba" D3 bat irekiko da eta bazkideak direnak izango dute lehentasuna.

HITZALDIAK

1º- SITUACIÓN ACTUAL DE LAS JUBILACIONES Y PENSIONES, hitzaldia.

Doneztebeko arkupek-en lokalean izango da, Martxoaren 7 an 19:00retan.

Nafarroan Seguritasun Sozialeko buru den Julian Sainz eta Informazioko zuzendariorde den Francisco Calvo jaunek emango dute Jende guztiarentzako irekia izango da eta amaieran, galdera-erantzun txanda bat izango da.

Hitzaldi berbera, maiatzean, Leitzaan izango da. Hurrengo boletinean adieraziko dugu, lekua eta ordua.

2º- TESTAMENTO VITAL,MUERTE DIGNA, Y VOLUNTADES ANTICIPADAS hitzaldia.Koldo Martinezek zuzendua.

Beran izango da Martxoaren 13 an 17:30etan Beralandetako aretoan eta Elizondon Martxoaren 14ean 17.30 etan Arizkunenean

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENTSIONISTA ETA ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucia, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa - Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es

IKASTAROAK

1. goa SARRERA INFORMATIKA 1era

Ikastaro hau Gurutze Gorriak emango gu eta dohainik izango da Nafarroako Gobernuak finantziaturiko beste informatikako ikastarorik egin ez dutenentzat.

Luzapena: 25 ordu bi astez astelehenetik ostiralera. Sarrera dohainik izango dute emakumezkoek eta 55 urte baino gehiagoko gizonetzkoek.

Interesatuak Arkupeak-eko zenbakira deitu beharko dute 9.30etatik 12.30 etara bitartean.

Izen emateko eguna Otsailak 29

Hala ere, Gurutze Gorriak beste hainbat ikastaro emateko aurreikuspena egina dauka. Informatikara sarrera 2, internetean bidaiatu, posta elektronikoa, sare sozialak, argazkigintza digitala, erosketak eta bidaiak internet bidez... Aurreneko ikastaroaren erantzunaren ondoren eskeiniko da hauetako beste ikastaroren bat

2. TALLER DE PINTURA AL ÓLEO

Diana Iniesta Beneditek emango du eta matrikula dohainik da eta 15 Euro ordainduko beharko da materialak erabiltzeko.

Astean 3 aldiz eta goizez izango da hilabete batez.

Andereinoaren ustez, aukera ona da pintura al oleoko mundua ezagutzeko. Zaila ematen duen arren ez da ala.

Interesatuak Arkupeak-eko zenbakira deitu beharko dute 9.30 etatik 12.30 etara bitartean.

Izen emateko azken eguna Otsailak 29

3. FRANTZES IKASTAROA

Gutxienez 5 pertsona eta gehienez 15 pertsonako talde bat gomendatzen da.

Astean 2 orduz eta bertakoa den maisu batekin.

Ordutegia: Aretoaren eta eskaeraren arabera

Lekua: Talde osatu bat dagoen lekuan edo herri desberdinetakoak elkartu daitezkeen leku batean.

Prezioa: 5-9 pertsonako taldea: 30 Euro

10-15 pertsonako taldea: 20 Euro

Interesatuak Arkupeak-eko zenbakira deitu beharko dute 9.30 etatik 12.30 etara bitartean.

Izen emateko azken eguna Otsailak 29

HELDUENDAKO UNIBERTSITATEA

Aoizen dagoen Francisco Yndurain Unibertsitatearekin jarri gara harremanetan eta urriatik aurrera Doneztebeko Arkupeak-en lokalean eskeiniko ditu gai interesgari asko: Artea, filosofia, hizkuntzak, teknologia berriak, psikologia, zuzenbidea, historia, ekonomia...

Matrikulatzeko ez da aurreko ikasketarik behar. Eskatzen den arau bakarra, 55 urte izatea da, hala ere badaude plaza libre batzuk 18-54 urte bitartekoentzat.

Hurrengo boletinean informazio gehiago

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por





**VIAJE DE ARKUPEAK A BENIDORM Del 14 AL 26 DE MAYO DE 2012
(13 DÍAS -12 NOCHES)**

Día 16 de mayo

6.45 Salida de Irún. El autobús recogerá a los viajeros en la carretera general.

A los viajeros de Baztán, Leiza, Goizueta y entorno se les comunicará el lugar de recogida tras las inscripciones.

La comida de ida y vuelta se hará en ruta (incluida en el precio total).

En Benidorm nos alojaremos en los hoteles FENICIA, BRISTOL O POSEIDON.

Agua y vino incluidos en las comidas.

PRECIOS:

H. FENICIA: Hab. Doble: 510 Euros/persona

Suplemento hab.individual : 198 Euros

H. BRISTOL: Hab. Doble: 465 Euros/persona

Suplemento hab.individual : 132 Euros

H. POSEIDON: Hab. Doble: 555 Euros/persona

Suplemento hab.individual : 166 Euros

Inscripciones: los días 26-27-28 de marzo de 9.30 a 12.30 en el teléfono 948 450878.

Pago: en las mismas fechas en la cta nº 2054.0022.80.300000634.7 de Banca Cívica(CAN)

IMPORTANTE: Anulaciones: 7/15 días antes de llegada: 10% descuento

2/6 días antes de llegada: 20% descuento

1 día antes de llegada: 80% descuento

ARKUPEAKen BIDAIA BENIDORMera 2012ko maiatzaren 14etik 26era

13 egun - 12gau

Maiatzaren 16an

6.45 Irteera Irunetik. Autobusa errepide nagusitik pasatuko da bidaiariak hartuz. Baztan, Leiza, Goizueta eta inguruko izena eman ondoren adieraziko zaie irteerako lekua.

Joan etorriko bidean bazkalduko dugu (prezioan sartua).

Egonlekua FENICIA, BRISTOL EDO POSEIDON hoteletan izango da

Ura eta ardoa janaldietan sartuak.

Prezioak:

H.FENICIAN: 510Euro bakoitzak gela bikoitzean. Gela banakoan: 198 Euro gehiago

H.BRISTOLEN 465Euro bakoitzak gela bikoitzean. Gela banakoan: 132 Euro gehiago

H.POSEIDONEN 555Euro bakoitzak gela bikoitzean. Gela banakoan: 166 Euro gehiago

Inskripzioak: Martxoaren 26-27-28etan, goizeko 9.30etatik 112.30etara, 948 450 878 telefonoan.

Ordainketa: Egun beretan 2054.0022.80.300000634.7 kontuan Banca Cívica (CAN)

OHARRA: Ezabapenak: 7/15 egun aurretik : %10eko deskontua

2/6 egun aurretik : %20eko deskontua

1 egun aurretik : %80eko deskontua

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENSIONISTA ETA ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucia, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa - Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es

CADIZ, PUEBLOS BLANCOS Y SEVILLA 17-25 DE ABRIL DE 2012

17 de abril -NAVARRA - CACERES

Salida a la hora que se indicará. Almuerzo en ruta. Llegada al Hotel HUSA ALCANTARA de Cáceres. Cena y alojamiento.

18 de abril - CACERES -SANLUCAR DE BARRAMEDA

Desayuno y salida hacia la costa de Cádiz . Almuerzo en el hotel MACIA DOÑANA de Sanlúcar de Barrameda donde permaneceremos cinco días. Tarde libre. Cena y alojamiento.

19 de abril -VEJER DE LA FRONTERA -CONIL -JEREZ DE LA FRONTERA

Desayuno y salida hacia JEREZ DE LA FRONTERA, conjunto monumental (mezquita, patio de armas, baños árabes, jardines, molino de aceite) y asistir a la exhibición de la Real Escuela Ecuestre. Almuerzo en el hotel. Por la tarde, visita a VEJER DE LA FRONTERA, pueblo declarado Conjunto Histórico Artístico, y CONIL. Regreso al hotel, cena y alojamiento.

20 de abril -DIA LIBRE.

Sugerencia: Visita al Parque de Doñana en barco con paradas en los lugares más interesantes del Parque. Precio : 12 Euros (esta visita es opcional y no está incluida en el precio).

21 de abril -PUERTO DE SANTA MARIA - CHIPIONA

Desayuno y salida hacia PUERTO DE SANTA MARIA, visitando el Castillo de San Marcos y la bodega Terry con degustación de vinos. Tiempo libre para probar alguno de sus típicos pescados y mariscos. Regreso al hotel para comer.

Por la tarde visita a CHIPIONA – Santuario de la Virgen de la Regla y faro- y Rota, con su Castillo de Luna y playas. Regreso al hotel, cena y alojamiento.

22 de abril -ARCOS DE LA FRONTERA -EL BOSQUE -SIERRA DE GRAZALEMA -UBRIQUE

Desayuno y salida de día completo para conocer los PUEBLOS BLANCOS, visitando Arcos de la Frontera, con su magnífica iglesia de Santa María, pasaremos por EL BOSQUE, pequeño pueblo de la sierra gaditana, seguiremos hasta el PARQUE NACIONAL DE GRAZALEMA y finalmente a UBRIQUE, famoso por sus pieles. Almuerzo en restaurante. Regreso al hotel para cena y alojamiento.

23 de abril -CADIZ -MEDINA SIDONIA

Desayuno y salida para realizar una visita panorámica a la ciudad de CADIZ, recorriendo los principales monumentos de la ciudad: Catedral (con guía oficial), Ayuntamiento, Playa de la Caleta, Castillo de Santa Catalina, Parque Genovés ...Almuerzo en el hotel. Por la tarde visita a MEDINA SIDONIA, lugar de gran tradición histórica. Regreso al hotel, cena y alojamiento.

24 de abril -SEVILLA

Desayuno y salida hacia Sevilla. Visita de medio día con guía oficial para visitar los Reales Alcázares (por dentro), la Catedral, Torre del Oro... Almuerzo en restaurante y tarde libre para visitar la Feria de Abril . Regreso al hotel LUX SEVILLA en Bormujos. Cena y alojamiento.

25 de abril -SEVILLA -NAVARRA

Desayuno y vuelta a casa, con almuerzo en ruta.

PRECIO : 540 Euros por persona en habitación doble. Suplemento en individual: 167 Euros

INSCRIPCIONES: días 27-28-29 de febrero llamando al teléfono 948-450878

PAGO : en las mismas fechas en la cuenta de BANCA CIVICA nº 2054.0022.85.9127830688.



CADIZ, HERRI TXURIAK ETA SEVILLA 2012 KO APIRILAK 17-25

Apirilak 17-NAFARROA-CACERES

Irteera adieraziko den orduan. Bidean zehar bazkaldu eta Caceresko HUSA ALCANTARA hotelera iritsiko gara, bertan, afaria eta lojamendua.

Apirilak 18-CACERES-SANLUCAR DE BARRAMEDA

Gosaldu eta Cadizko itsasaldera irteera. 5 egun igaroko ditugun Sanlucar de Barramedako MACIA DOÑANA hotelean bazkalduko dugu. Arratsaldea libre izango da. Afaria eta lojamendua.

Apirilak 19-VEJER DE LA FRONTERA-CONIL-JEREZ DE LA FRONTERA

Gosaldu eta JEREZ DE LA FRONTERA irteera. Monumento ugariak (mezquita, arma patioa, arabiar bainuak, jardinak, olio errota) Real Escuela Ecuestrearen ikuskizuna. Bazkaria hotelean. Arratsaldean, leku historiko eta artistikoa eta CONIL bezala izendatua den, VEJER DE LA FRONTERARA bisita egingo dugu. Itzulera hotelera, afaria eta lojamendua.

Apirilak 20-EGUN LIBREA

Irakozkizuna: Doñana parkera bisita, barkuz, bertako leku interesgarrietan, geldiuneak eginez. Prezioa 12,00 'DB (irteera hau aukeragarria da eta ez dago prezio orokorrean sartua.)

Apirilak 21-PUERTO DE SANTA MARIA-CHIPIONA

Gosaldu eta PUERTO DE SANTA MARIA irteera, San Marcos-ko gaztelua ikusiz, ondoren Terry bodegan, ardo dastaketa egingo dugu. Denbora librea, bertako arrain eta mariskoren bat dastatzeko. Hotelera itzulera bazkaltzeko. Arratsaldean, CHIPIONA ikustera-Reglako Ama Birjinaren Santutegia eta bertako itsasargia-. ROTA, bertako Luna-ko gaztelua eta hondartzak. Itzulera hotelera, afaria eta lojamendua.

Apirilak 22-ARCOS DE LA FRONTERA-EL BOSQUE-SIERRA DE GRAZALEMA-UBRIQUE

Gosaldu eta egun guztirako irteera HERRI TXURIAK ezagutzera, ARCOS DE LA FRONTERA, ikusiz, bere Santa Maria eliza ikusgarriarekin, EL BOSQUE izena duen Cadiz-eko mendizerran dagoen herri txiki batetik pasako gara, GRAZALEMAKO PARKE NAZIONALA-raino jarraituko dugu eta azkenik, UBRIQUE. Bere larruagatik ezaguna dena. Bazkaria jatetxean eta itzulera hotelera afaldu eta lojamendurako.

Apirilak 23-CADIZ-MEDINA SIDONIA

Gosaldu eta CADIZ hiriararen ikuspegi panoramiko bat egingo dugu, bertako monumento garrantzitsuenak ikusiz. Katedrala (gidari ofizialarekin), udaletxea, Caletako hondartza, Santa Catalina gaztelua, Genoves parkea... Bazkaria hotelean. Arratsaldean, tradizio historiko handia duen MEDINA SIDONIA ezagutuko dugu. Hotelera itzulera, afaria eta lojamendua.

Apirilak 24-SEVILLA

Gosaldu eta Sevillara irteera. Egun erdiko bisita, Reales Alcázares ikusiko dugu (barrenetik), Katedrala, Torre de oro... Bazkaria jatetxean eta arratsaldea libre FERIA DE ABRIL ezagutzeko. Bormujos-eko LUX SEVILLA hotelera itzulera, afaria eta lojamendua.

Apirilak 25-SEVILLA-NAFARROA

Gosaria eta itzulera bidean bazkalduz.

PREZIOA: 540 Euro pertsonako logela bikoitzean. Logela banakako gehigarria: 167 Euro

IZEN EMATEAK: Otsailak 27-28-29an 948-450878 telefonora deituz.

ORDAINKETA: Egun berdinetan, BANCA CIVICAko 2054.0022.85.9127830688 zenbakira.

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENSIONISTA ETA ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucia, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa - Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es

VIAJE Y SUBIDA EN TREN A LARUN Y VISITA A LAS CUEVAS DE URDAZUBI Y SARA

FECHA: 30 de mayo de 2012

ORGANIZACIÓN: dependerá del número de socios que se apunte. No habrá problema para subir a Larun, pero sí para acceder a las cuevas. Por eso algunos visitarán la cueva de Urdazubi y otros la de Sara. Se hará por sorteo.

COMIDA: a las 14:00 de la tarde en el frontón de Zugarramurdi.

MENÚ

Entrantes

Jamón serrano, espárragos, paté de champagne, ensaladilla rusa

Fritos

Sopa de pescado en taza con gamba y almeja

Cordero lechal con patatas y lechuga

Copa de champán

Postre: Tarta con helado

Bebidas: Vino tinto y rosado, agua, café y copa

Tras la sobremesa baile hasta las 19:00.

El que desee podrá visitar por la tarde el museo de las brujas y la cueva de Zugarramurdi

INSCRIPCIONES y pago los días 7-8-9 de Mayo con los Sres. delegados

HORARIOS: se informará tanto sobre la salida de autobuses por la mañana después de las inscripciones como sobre el horario de acceso a la estación del tren y a las cuevas

PRECIO: 35 euros . Se incluye viaje, subida a Larun, visitas a las cuevas, comida y música

LARUN MENDIA, SARA ETA URDAZUBIKO KOBAZULOEN BISITA

NOIZ: maiatzaren 30ean

ANTOLAKUNTZA: bazkideek izena eman ondoren egingo da antolakuntza. Larunera igotzeko ez da arazorik izango, baina bai kobazuloak ikusteko. Horregatik, batzuek Urdazubikoa ikusiko dute eta besteek Sarakoa. Zozketa bidez egingo da.

BAZKARIA: arratsaldeko 14:00 etan Zugarramurdiko frontoian

Bazkal ondoren dantza 19:00rak arte.

Nahi duenak, arratsaldez bisita dezake Zugarramurdiko sorginen museoa eta kobazuloa.

IZENA EMATEA ETA ORDAINKETA: Maiatzak 7-8 eta 9 herri bakoitzeko delegatuekin.

ORDUTEGIA: Izen emateen ondoren adieraziko da autobusen irteera ordutegia eta tren geltokirako eta kobazuloetako ordutegia ere.

PREZIOA: 35 Euro Bidaia, trena, kobazuloen sarrera, bazkaria eta dantza barne.

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por





VIAJE A OLITE 28 de marzo de 2012

Se saldrá en autobús desde los distintos pueblos para llegar a Olite y visitar el PALACIO REAL, corte de los reyes de Navarra hasta 1512, en que Navarra fue conquistada por Castilla. Después visita a la Bodega PIEDEMIONTE, con degustación de tres tipos de vinos. Luego tiempo libre para visitar la iglesia de SANTA MARIA LA REAL, de gran importancia artística e histórica, y la iglesia de SAN PEDRO, románica del siglo XII-XIII

A las 14 h COMIDA en el en el Restaurante MARISOL de Cadreita, con el siguiente MENU

Delicias de jamón

Medallones de foie con pan de pasas tostado

Ensaladas mixtas

Fritos variados

Costillas de lechón asadas c/patatas panadera

Pastel y helado

Vinos, cava, café y licores

Tarde libre en Pamplona. Salida de los autobuses para la vuelta: a las 19h.

PRECIO : 35 Euros

INSCRIPCIONES Y PAGO: los días 20-21 y 22 de febrero a los Delegados de cada pueblo.

OLITERA BIDAIA 2012 ko MARTXOAK 28

Irteera autobuses izango da, herri desberdinetatik Olitera iristeko.

1512. urtean Nafarroa Castillagatik konkistatua izan zen arte, Nafarroako erregeen kortea izan zen JAUREGI ERRETETXEA ikusiko dugu.

Gero PIEDEMIONTE Bodegara joango gara, 3 ardo ezberdin dastatzeko. Historikoki eta astistikoki garrantzi handia duen SANTA MARIA LA REAL eliza eta XII eta XIII. Mendeko SAN PEDRO eliza erromanikoa ezagutzeko denbora librea egongo da.

14.00 Bazkaria Cadreitako MARISOL jatetxean hurrengo menuarekin

MENUA

Urdai azpiko kutixiak

Foie-zko medailoiak pasazko ogi xigortuarekin

Entsalada mixtoak

Frijitu desberdinak

Txerrikume kostillak panadera patatekin

Tarta eta izozkia

Ardoak,txanpaina, kafea eta kopak

Arratsaldea libre IRUÑAN.Etxera etortzeko autobusak arratsaldeko 19.00 etan

PREZIOA: 35,00 Euro

IZEN EMATEA ETA ORDAINKETA: Otsailaren 20-21 eta 22 an herri bakoitzeko delegatuari

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



Nafarroako
Gobernua



un proyecto
elegido por
clientes de

geure bezeroek
aukeratutako
proiektua



ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENSIONISTA ETA ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucia, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa - Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es

VIAJE AL MERCADO DE ORDIZIA 11 DE ABRIL DE 2012

Las horas de salida de los autobuses se avisarán oportunamente.

Este año se celebra el 5º Centenario del incendio que arrasó la población en 1512 y que dio origen al privilegio real de celebrar el mercado cada miércoles del año, y con este motivo visitaremos el tradicional mercado de Ordizia. Será una mañana de tiempo libre para visitar los distintos stands y la feria de ganado ya que se celebra este mismo día el Artzaiaren eguna.

13,45 Salida hacia Azpeitia

14,30 Comida en el Restaurante KIRURI de Azpeitia con el siguiente MENU

Entrantes con jamón, espárragos, gambas

Puding de pescado. Fritos variados

Sopa de pescado a la taza

Cordero asado con patatas y ensalada

Champán (1 botella para 6)

Tarta con helado

Vino tinto, rosado, agua, café y copa

17.00 Salida hacia San Sebastián. Tiempo libre en la ciudad.

20.00 Vuelta a casa.

PRECIO : 40Euro por persona.

INSCRIPCIONES Y PAGO: DÍAS 20-21-22 de marzo a los Delegados de cada pueblo.

ORDIZIAKO MERKATURA IRTEERA 2012 ko APIRILAK 12

Autobusen irteera ordua, bere garaian adieraziko da.

Aurten ospatzen da, 1512. urtean herria suntsitu zuen sutearen 500. urteurrena. Honen ondorioz, urteko asteazken guztietan merkatua ospatzeko pribilegio erreala eman zioten herriari. Hau dela eta, Ordiziako merkatu ezaguna bisitatuko dugu. Denbora libreko goiza izango da, ganadu feria eta postu desberdinak ikusteko, Artzain Eguna, egun berean ospatuko bait da.

13,45 Irteera Azpeitiara

14,30 Bazkaria Azpeitiko KIRURI jatetxean ondorengo menuarekin

Urdai azpikoa, zainzuriak eta ganbak

Arrain pudina. Frijitu desberdinak

Arrain zopa

Bildots errea, patata eta entsaladarekin

Txanpaina (botila 1 seirentzako)

Tarta izozkiarekin

Ardo beltza, gorria, ura, kafea eta kopa

17.00 Irteera Donostiara. Denbora librea hirian.

20.00 Etxera irteera

PREZIOA: 40 Euro pertsonako

IZEN EMATEA ETA ORDAINKETA: Martxoak 20-21-22 an herri bakoitzeko delegatuekin

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



Nafarroako
Gobernua





Día 5 de marzo de 2012

PEREGRINACIÓN DE ARKUPEAK AL CASTILLO DE JAVIER

La hora de salida de los autobuses se comunicará después de las inscripciones.

12,00 Santa Misa del peregrino, junto a los de la Zona de Mendialde.

13,15 Comida en el Restaurante XABIER con el siguiente MENU

Pastel de la casa
Hojaldre relleno de espinacas y gambas
Pimientos rellenos de carne con salsa de foie
Cocktail de marisco
Langostinos a la plancha
Cordero asado con ensalada
Cava
Tarta con helado
Agua, vino, café y copa normal

16,30 a 18,30 Bailables con José Angel

18,45 Salida de los autobuses para casa

PRECIO DEL DIA : 35 Euro

INSCRIPCIONES Y PAGO : 13-14-15 de febrero a los Delegados de cada pueblo.

2012ko Martxoaren 5an

ARKUPEAKO XABIER GAZTELURA BIDAIA

Autobusen irteerako ordua izena eman ondoren adieraziko da.

12,00etan Meza Saindua Mendialdeko alderdien ondoan.

13,15etan Bazkaria XABIER jatetxean

Etxeko pastela
Hostorea ganba eta espinakaz betea
Piperrak haragiz beteak
Isaski koktela
Otarrairinskak plantxan
Umerria litxuarekin
Txanpaina
Tarta eta izozkia
Ura, ardoa, kafea eta kopa arrunta

16,30tik 18,30ra Dantzaldia Jose Angelekin

18,45etan Autobusen irteera

EGUNEKO PREZIOA: 35 euro

IZEN EMATEAK eta ORDAINKETA: 2012ko Otsailaren 13-14-15etan herri bakoitzeko Delegatuekin.

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENTSIONISTA ETA ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucia, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa - Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es

12 DE ABRIL DE 2012 -DIA DE LA GIMNASIA

Demostración en el Polideportivo de Bera

Los horarios de los autobuses se darán después de las inscripciones.

La comida será en el Restaurante ZUBIONDO .

12,00 Dará comienzo la demostración de los grupos de gimnasia.

13.45 Saldrán los autobuses para los restaurantes respectivos. A esta fiesta pueden apuntarse los socios que deseen, aparte de los que hacen gimnasia; de estos, los socios quedarán exentos de pago.

14.15 Comida en el restaurante, con el siguiente MENU

Jamón, paté, fritos variados

Pimientos rellenos

Sopa de pescado

Merluza a la Romana

Sorbete

Solomillo con guarnición

Cava (1 botella para 5)

Tarta de moca con chocolate

Agua, vinos, café y copa normal

17.0 a 19.45 Bailables

20.00 Salida de los autobuses

PRECIO: 40 Euros por persona

INSCRIPCIONES Y PAGO : 26-27 -28 de Marzo a los Delegados de cada pueblo.

2012ko Apirilaren 12an SOINKETA EGUNA Berako Kiroldegian

Autobusen irteera orduak izenak eman ondotik adieraziko dira.

Bazkaria ZUBIONDO jatetxetan. Egun hontan, bertze bidaietan bezela, etortzen ahal izanen dute bazkideak;

soinketa egiten duten bazkideek ez dute deus ordaindu beharrik izanen.

12.00etan Hasiko da soinketa erakusketa.

13.45etan Aterako dira autobusak bazkal etxetara.

14.15etan Bazkaria menu onekin

Urdaï azpikoa, pate, frijituak

Piper beteak

Arrain zopa

Legatza romana gisan

Sorbete

Solomotxo guarnizioarekin

Txanpaina (5endako botil bat)

Moka tarta txokolatearekin

Ura, ardoa, kafea eta kopa arrunta

17.00tk 19.45tara Dantzaldia

20.00etan Autobusen irteera

ORDAINDU BEHARRA :40 Euro bakoitzak

IZEN EMATEKO EPEA ETA ORDAINKETA: Martxoaren 26-27-28etan herri bakoitzeko Debatuei.

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



CREACIÓN DE UNA SECCIÓN DE MONTAÑA EN ARKUPEAK

ANTECEDENTES: la revista de Arkupeak del año 2000 recoge la información sobre la organización del Camino de Santiago baztanés partiendo de Dantxarinea hacia Pamplona pudiendo optar por la vía barranquesa hasta la muga de Álava.

Las personas que tomaron parte en el mismo muy animados quisieron realizar el camino, completo, pero al no ser posible dentro de Arkupeak, crearon "Goiz Mendi" taldea para desarrollar además actividades montaÑeras y recorridos diversos a pie.

La revista del año 2001 recoge una fotografía de la plaza de Santiago en la contraportada con los jubilados que realizaron un viaje a Galicia donde aparecen acompañados por los que hicieron el recorrido íntegro del Camino. En dicha revista hay reportajes tanto del Camino baztanés como de la denominada vía francesa.

El grupo ha recorrido y terminado dos veces dicha vía y el año pasado la de la costa que es más bonita, pero más dura y peor señalizada en alguna zonas de Cantabria y Asturias. Al mismo tiempo se ha organizado una salida mensual y estancia de cinco días anuales en los pirineos.

CREACIÓN DE LA SECCIÓN DE MONTAÑA: en la reunión de delgados celebrada el día 28 de diciembre de 2011 se informó que tras la experiencia positiva del grupo de montaÑeros jubilados se creía muy positivo crear una sección de montaña dentro de la asociación organizando una salida mensual y otra anual de varios días a los pirineos.

FUNCIONAMIENTO: en principio habrá salidas mensuales a los montes del entorno y después a otras zonas del País Vasco. Concretamente el día 15 de febrero habrá una salida a Ibardin con posibilidad de formar dos grupos:

GRUPO 1: recorrido suave: Ibardin, Lago, Xoldokogaina (encima de Biriatu) muga 8,7,6, y vuelta a Ibardin por la muga 9 y los cromlechs.

GRUPO 2: recorrido más largo: Ibardin, Larun, Isola, Inzola e Ibardin

Tras el recorrido, los que lo deseen se reunirán para comer en la zona.

CÓMO LLEGAR: cada montaÑero organizará el acceso a Ibardin por su cuenta, siendo conveniente reunirse varios para ir juntos en un coche. El grupo partirá desde el primer aparcamiento a las 9 de la mañana.

APUNTARSE: llamando al teléfono de Arkupeak nº 948/450878. Para más detalles dirigirse a José María Irazoki coordinador de la salida, tel, 948/ 630317 ó 659076597.

SALIDAS POSTERIORES: la idea es que cualquier socio pueda proponer una salida poniéndose en contacto con Fernando Etxeberria que será el coordinador de la junta directiva. Ambos de mutuo acuerdo informarán a los demás tanto del recorrido como del horario.

De momento ya hay dos salidas: una desde Arizkun y otra desde Leitza. Se informará.

Del 20 de julio al 24 habrá un viaje a los pirineos aragoneses a la zona de Formigal con los siguientes recorridos: subida a los lagos de Artouste, travesía Formigal Canal Roya, entorno de Midi D'Osseau, subida a los lagos azules de Panticosa (el que pueda subirá al pico del Infierno) y finalmente a la Cola de Caballo de Ordesa.

Hay que recordar que es un viaje preferentemente para montaÑeros lo cual no obsta para que si hubiere plazas se acepten a otros socios, pero siendo conscientes de que tendrán que organizar la jornada diaria por su cuenta pues los demás estaremos en el monte prácticamente hasta la tarde.



ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENTSIONISTA ETA ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucia, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa - Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es

“ARKUPEAK” MENDI TALDEAREN SORRERA

SARRERA: orain dela hamabi urte Arkupeak-ek Baztango Santiagorako bidea antolatu zuen Dantxarineatik abiatuz eta Barrankako bidea eginez Arabako mugaraino.

Ateraldi hartan parte hartu zutenak gogotsu gelditu ziren eta Arkupeaken barnean ezinezkoa izan zenez, elkartetik kanpo Goiz Mendi taldea sortu zuten mendi ateraldiak egiteko.

2001eko Arkupeakeko aldizkariak Santiagoko plazan ateratako argazkia jaso zuen, Galiziara bidaiara egin zuten jubilatuekin eta hor ageri dira Done Jakue Bidea osorik egin zutenak ere. Geroztik taldeak bi aldiz egin du aipatutako bide hori eta joan den urtean, itsasaldetik egin zuen Done Jakue Bidea. Hortik aparte, hilabetero ateraldiak egin nahi dituzte eta urtero Pirineotara bost eguneko irteera bat ere bai.

MENDI TALDEA ARKUPEAN: 2011ko abenduaren Arkupeakeko delegatuen bileran aipatu zen mendi irteerak antolatzeko talde bat sortzeko asmoa zegoela, hilero hilero irteera bat eginez eta uztailan pirineotara bost egunetako irteera bat ere.

ANTOLAKETA: haseran hilero irteera bat egingo da gure inguruetakoko mendietara eta gero hurrutiago iritsiz.

Lehenengo irteera otsailaren 15ean izango da, IBARDINera, bi talde antolatuz:

1.TALDEA: ibilbide xamurra: Ibardin, Lakua , Xoldokogaina (Biriatu gainean) eta mugaz berriz Ibardinera

2-TALDEA: ibilbide luzeagoa: Ibardin, Larun, Isola, Inzola, Ibardin

Nahi izanez gero inguruan bazkalduko da.

NOLA IRITSI: mendizale bakoitzak bere aldetik joan beharko du. Onena beste batzuekin alkartzera litzateke elkarrekin joateko.

Ibardinen goizeko 9tan bilduko gara, lehenengo sarreran , handik ibilbideak egiteko

IZEN EMATEA: Arkupeakeko telefono honetara deituz 948/ 450878

Eta xehetasun gehiagorako Jose Mari Irazokiri deitu. Bera izango da bidaiara honen arduraduna. Bere telefonoak: 948/ 630317 edo 659076597.

HURRENGO IRTEERAK: edozein bazkidek izanen du irteeraren bat proposatzeko aukera . Horretarako Fernando Etxeberriarrekin jarri beharko da harremanetan(telef.6465486)eta gero beste bazkideei informatuz.

Bigarren irteera ARIZKUNGOAK antolatuko dute eta hirugarrena LEITZAKOAK.

Uztailaren 20tik 24ra Aragoiko pirineotara joango gara eta ibilbide hauek egingo ditugu: Artousteko lakuak, Formigaletik Canal Royara, Midiko ingurua, Panticosako laku urdinotara igoera (ahal dueank Pico del Infierno igoko due) eta azkenik,Ordesako Cola de Caballo.

Gogorarazi behar da, mendizaleak lehenetasuna duten irteera bat dela, baina leku libreak baleude, beste bazkideak ere apuntatu daitezke, kontuan hartuz, eguna bere kasa pasatu beharko dutela, mendizaleak, berandu arte mendian egongo direlako.

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



Nafarroako
Gobernua



un proyecto
elegido por
clientes de
aurrezkeren
aurrezkeren
proiektua

EN UN ASILO DE ANCIANOS

Dos viejitos conversando:

- ¿Prefieres el sexo o la Navidad?
- ¡Sexo, claro! Navidad hay todos los años.

Maestra: Pepito, ¿como se llama el compuesto químico para evitar el embarazo?

Pepito: -Nitrato de meterlo

Un señor manda su ropa interior a la lavandería y pone una nota:
Usar más jabón en los calzoncillos"...

Y cuando recoge su ropa encuentra una nota que decía:

- "Usar más papel en el culo"...

Un hombre de unos 65 años le pregunta al entrenador en el gimnasio:

-¿Que máquina debo usar para impresionar a una chica de 30?

El entrenador lo mira y dice...

-Le recomiendo el cajero automático....

-Dr. no puedo controlar el deseo de hacer el amor.

-Es que usted es NINFOMANA.

-Dr., anótemelo en un papelito porque en el barrio me dicen ¡¡¡puta!!!



ASOCIACION PROVINCIAL DE JUBILADOS, PENSIONISTAS, VIUDOS Y VIUDAS
JUBILATU, PENTSIONISTA ETA ALARGUNEN ELKARGO PROBINTZIALA

Santa Lucia, 5-2º - DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa - Tel.: 948 45 08 78 - Fax: 948 451 464 - arkupeak@yahoo.es

Buena visión de la vida

Un hombre de negocios vasco estaba en el embarcadero de un pueblecito costero de Galicia cuando llegó una barca con un solo tripulante y varios ATUNES muy grandes.

El vasco felicitó al gallego por la calidad del pescado y le preguntó cuanto tiempo había tardado en pescarlo.

El gallego replicó: Oh! Sólo un ratito.

Entonces el vasco le preguntó por qué no se había quedado más tiempo para coger más peces. El gallego dijo que ya tenía suficiente para las necesidades de su familia.

El vasco volvió a preguntar:

¿Y qué hace usted entonces con el resto de su tiempo?

- El gallego contestó: - Duermo hasta tarde, pesco un poco, juego con mis hijos, duermo la siesta con mi mujer, voy cada tarde al pueblo a tomar unas copas y a tocar "la gaita" con los amigos. Tengo una vida plena y ocupada, señor.

- El vasco dijo con tono burlón:

- Soy un licenciado en Deusto y le podría echar una mano. Debería dedicar más tiempo a la pesca y con las ganancias comprarse una barca más grande...

Con los beneficios que le reportaría una barca más grande, podría comprar varias barcas. Con el tiempo, podría hacerse con una flotilla de barcas de pesca.

En vez de vender su captura a un intermediario, se la podría vender al mayorista; incluso podría llegar a tener su propia fábrica de conservas. Controlaría el producto, el proceso industrial y la comercialización. Tendría que irse de esta aldea y mudarse a Vigo, luego a Madrid y finalmente a Londres, donde dirigiría su propia empresa en expansión.

- Pero señor, ¿cuánto tiempo tardaría todo eso?

- De quince a veinte años

- Y luego ¿qué?

- El vasco soltó una carcajada y dijo que eso era la mejor parte:

- Cuando llegue el momento oportuno, puede vender la empresa en bolsa y hacerse muy rico... Ganaría millones.

- ¿Millones, señor? y luego ¿qué?

- Luego se podría retirar. Irse a un pequeño pueblo costero donde podría dormir hasta tarde, pescar un poco, jugar con sus nietos, hacer la siesta con su mujer e irse de paseo al pueblo por las tardes a tomar unas copas y tocar "la gaita" con sus amigos.

Bueno, pero eso es lo que hago ahora señor, ¿Por que tengo que esperar veinte años?

MERECE LA PENA LEERLO CON ATENCION PORQUE ME PARECE QUE HAY ALGO EN LO QUE NOS ESTAMOS EQUIVOCANDO...

Ekitaldi finantzatuta / Actividad financiada por



Nafarroako
Gobernua

