

ELGOIBAR



Un momento del encuentro médico-gastronómico contra el cáncer de colon que se celebró el pasado año en Donostia. A.E.C.C

## Un encuentro médico-gastronómico dará pautas para prevenir el cáncer de colon

Se celebrará el próximo martes en la sociedad La Unión y estará abierto a todas las personas interesadas por la salud, que pueden apuntarse de manera gratuita

JABI LEON

ELGOIBAR. La sociedad de caza y pesca La Unión, ubicada en el número 25 de la calle Kalamua del barrio Urazandi, acogerá el próximo martes, día 24 de marzo, un interesante encuentro médico-gastronómico organizado por la asociación Contra el Cáncer de Gipuzkoa con motivo del Día Contra el Cáncer de Colon, que se conmemora el 31 de marzo.

Dicha actividad, que dará comienzo a las 18.30 horas y es gratuita, está abierta a la participación «de todas las personas que tengan inquietud por su salud».

Quienes deseen asistir pueden apuntarse «hasta completar el aforo del local» llamando al número de teléfono de la asociación Contra el Cáncer de Gipuzkoa (943 457 722) o enviando un mensaje de correo electrónico a la dirección [gipuzkoa@contraelcancer.es](mailto:gipuzkoa@contraelcancer.es).

Según explican desde la organización, en el encuentro que tendrá lugar el próximo martes en la sociedad La Unión de Elgoibar participarán «un cocinero que preparará un menú saludable, una psicóloga de prevención de Contra el Cáncer en Gipuzkoa y un profesional de Osakidetza especializado en el aparato digestivo».

Los responsables del evento destacan que son varios los objetivos que se persiguen con esta actividad: «por un lado, desmitificar la creencia de que el cáncer de colon es una enfermedad que afecta solamente a los varones, porque es el cáncer con mayor incidencia tanto entre hombres como en mujeres. Y por otro, co-

nocer las causas evitables de esta enfermedad y responsabilizarnos de nuestra salud».

Además, durante el encuentro se proporcionarán «pautas saludables a tener en cuenta a la hora de cocinar y cuidar nuestra dieta diaria, y se elaborará ante los asistentes un menú que reúna estas características».

**La importancia de los cribados** Durante el encuentro médico-gastronómico organizado en Elgoibar se recalcará la importancia de realizarse las pruebas de detección precoz como el Test de Sangre Oculta en Heces (TSOH) y de

**En el evento tomarán parte un cocinero, una psicóloga de prevención Contra el Cáncer y un especialista en el aparato digestivo**



Agirrebeña (44) con atletas de Mintxeta A.T. y CATT en Zestoa. MINTXETA A.T.

## Mintxeta atletismo taldea suma otra victoria con Mikel Agirrebeña

J. L.

ELGOIBAR. Los representantes del club de atletismo Mintxeta siguen cosechando excelentes resultados en las pruebas populares que

se están disputando desde que comenzó el nuevo año a lo largo y ancho de la geografía vasca.

El último logro para el club de atletismo local lo consiguió el pasado domingo el corredor elgoibartarra Mikel Agirrebeña, que se hizo con la victoria en 46ª edición del Herri Krossa de Zestoa.

La victoria de Agirrebeña se suma al triunfo que la atleta de barra del club Mintxeta consiguió el día 7 de marzo en el VII cross popular memorial Jose Mari Naberan de Ondarroa.

## Morkaiko Leizarpe presentará el día 25 los libros que conforman su 'Guía de Debabarrena'

J. LEON

ELGOIBAR. Aita Agirre kulturgunea acogerá el próximo miércoles (a las 19.00 horas) la presentación en sociedad de los libros titulados 'Paisajes y parajes singulares del Bajo Deba' y 'El asombroso mundo subterráneo del Bajo Deba'; dos publicaciones que recogen el trabajo realizado durante prácticamente medio siglo por el grupo de espeleología Leizarpe (en la actualidad Morkaiko Leizarpe espeleología taldea).

La presentación de los libros se hará en castellano (con entrada libre) y correrá a cargo del veterano espeleólogo elgoibartarra y autor de los libros, Angel María Tobajas.

Morkaiko mendizale taldea invita a la ciudadanía a acudir a la presentación de unas obras escritas «a modo de guía para todas las personas interesadas en conocer o investigar la increíble diversidad paisajística y el asombroso mundo subterráneo de nuestra comarca».

## El KZgunea ofrece su ayuda para enseñar a comprar entradas para el cine por Internet

J. LEON

ELGOIBAR. Desde hace un mes las personas que asisten a las sesiones de cine comercial programadas en el Herriko Antzokia deben ocupar el asiento que tienen asignado en las entradas, que están numeradas.

La decisión de hacer cumplir esa norma ha permitido incrementar de manera significativa el porcentaje de las entradas para el cine que se compran a través de Internet, pero también ha servido para constatar que parte de la ciudadanía (sobre todo personas mayores) tiene dificultades para comprar las entradas on-line.

Consciente de esa realidad, el centro KZgunea se ofrece para enseñar a todas las personas interesadas a realizar ese trámite de forma cómoda desde cualquier dispositivo con conexión a Internet. Quien desee recibir ayuda puede reservar cita en la web [kzgunea.eus](http://kzgunea.eus) o llamando al 943 023 640.

DEBABARRENA

## XXIV. Korrika datorren asteko bi egunetan igaroko da Debabarreneko herrietatik

Euskararen aldeko lasterketak Itziar, Deba eta Mutriku zeharkatuko ditu asteazkenean; larunbatean, berriz, Elgoibar, Sorluze eta Eibartik pasatuko da

JABI LEON

DEBABARRENA. AEK-k antolatzen duen euskararen aldeko XXIV. Korrika joan den ostegunean abiatu zen Zuberoako Atharratze herriatik eta Euskal Herri osoa iga-

ro ostean martxoaren 29an Bilbon amaituko da.

Bizkaiko hiriburura ailegatzeko irakurriko dute Korrikaren lekukoak gordeko duen mezu sekretua. Ordurako, 3.436 lagunek erabilia izango dute lekukoak eskuz eskuz eta 2.175 kilometro eginak izango ditu euskararen aldeko lasterketak.

Bidean, nola ez, Debabarrenetik pasatuko da 24. Korrika. Gainera, aurtengoan ez da behin bakarrik igaroko, birritan baizik. Horrela, euskararen aldeko lasterketa jendetsuak Debabarreneko herri gehienak zapalduko

ditu. Mendaroz izango da Korrika pasatzen ikusiko ez duen eskualde herri bakarra. AEK-k presatutako ibilbideari eutsiz, 24. Korrika bi aldiz pasatuko da datorren astean Debabarrenetik.

**Ibilbidea eskualdean**

Lehenik eta behin, martxoaren 25ean (asteazkena) iritsiko da euskararen aldeko ekimena eskualde honetara: 17:59ak aldera iritsiko da Itziar herri-genera, Zumaia.

Itziartik, Korrika Debara jaitziko da (18:57rako aurreikusten da handik pasatzea) eta Debatik Mu-

trikura joango da (19:23an); handik Ondarroako bidea hartu eta Lea-Artibain sartzeko.

Edonola ere, hiru egunen buruan (martxoaren 28an, larunbata) 24. Korrika bueltan izango da eskualde honetan; oraingoan Azkoitia aldetik. Azkaraten behera etorriko da, eta 19:26ak aldera sartuko da Elgoibarren. Herri hau zeharkatu ondoren, euskararen aldeko ekimena Sorluze-runtz abiatuko da.

Korrika 20:36ak aldera iritsiko da Sorluze; eta herriari izulia emanda, berriro ere atzera egingo du, Eibarren sartzeko. Eibarren, 21:11ak aldera espero dute Korrika. Ekimenak armaginen hiriburua gurutzatuko du eta handik Bizkaia aldera abiatuko da (22:00ak izango dira Ermura iristerako).

Ermutatik, euskararen aldeko lasterketak Bilborako bidea hartuko du; martxoaren 29an (eguerdian) bertan amaitzeko.



Elgoibartarrak euskararen aldeko Korrikari babesa ematen, orain dela bi urte ospatutako edizioan. LEON

MUTRIKU

## Kalbaixoko Kofradiak Berdel Aipamena jasota, aurrera doa Berdel Eguneko egitaraua

J. LEON

MUTRIKU. Datorren larunbatean ospatuko den XXIX. Berdel Eguneko festa handia girotzen joateko prestatutako egitaraua aurrera jarraitzen du Mutriku. Atzo arratsaldean programa horren baitan egokitutako ekitaldi nabarmenetako bat ospatu zen Za-

biel kultur etxean: 2026ko Berdel Aipamena emateko gala. Aurtengoan Kalbaixoko Kofradiak izan du errekonozimendu berezi hori jasotzeko ohorea.

Egitarauarekin jarraiki, Mutriku Arraun Taldeko lagunek presatatu eta eskainiko duten berdel errea dastatu ahalgo da larunbat honetan bertan (12:00etan por-

tuan); eta datorren asteartean Asier Iturralde 'Zazpikiak Bat' bildumaren baitan kaleratu duen 'Gastronomika Mutriku' komikiaren aurkezpena izango da Merkatu plazan (19:00etan, pintxo dastaketa eta gusti).

Martxoaren 26an, berriz, berdel pintxopotea (19:00etatik aurrera taberna batzuetan); eta 'Berdel eta txakoli ezkontza' saioak (19:00 eta 20:00etan Arku Gain elkartean) izango dira. Azken ekitaldi horretan Mikel Garaizabal sommelier eta Santi Rios sukaldaria berdelaren eta txakolinaren arteko lotura ezagutzen lagunduko dute dastaketa baten bidez. Prezioa

6 eurokoa da eta izena Turismo Bulegoan (943 60 33 78 telefono zenbakia) eman daiteke.

Azkenik, Berdel Eguneko atariko borobiltzeko bi ekitaldi izango dira 27an: Zesta puntako VII. Berdel Txapelketako finala (19:00etan Miruaitzen); eta Berdel pintxopotea (19:00etatik aurrera herriko taberna batzuetan).

**Hilaren 28ko egun handia**

XXIX. Berdel Eguneko festa handia datorren larunbatean ospatuko da. Jardunaldi horretan zerekin gozatu egongo da Mutriku. Hasteko, Gipuzkoa eta Bizkaiko pilotarien arteko GRABNI txapelke-

EN BREVE

DEBA

### El día 26 se celebra la última sesión del XXVII Festival Cinemasub

Tras las dos exitosas citas iniciales, el XXVII Festival de Cine Submarino Cimasub llegará a su fin con una tercera y última sesión de proyecciones que tendrá lugar el próximo jueves (18.30) en Kultur Elkarte. Dicha sesión incidirá en la denuncia ambiental y el descubrimiento científico para profundizar en los grandes desafíos que afrontan los océanos y en la necesidad urgente de su protección.

SORLUZE

### Hoy, último día para visitar la muestra del 36º Rallye de Kontrargi

Hoy es el último día para visitar la exposición que ofrece la posibilidad de ver 35 fotos (de 25 autores) que se presentaron al XXXVI Rallye fotográfico de Kontrargi, que se celebró el 23 de noviembre del 2025. Habilitada en la sala del polideportivo tras una importante tarea de selección «porque fueron 62 las personas aficionadas que presentaron sus colecciones al Rallye», la muestra se puede visitar este sábado de 12:00 a 13:30 horas.

MENDARO

### La máquina para coger bolsas biodegradables vuelve a funcionar

El Consistorio de Mendaro comunica a la ciudadanía que, tras varias semanas fuera de servicio, la máquina expendedora de las bolsas biodegradables que se usan para depositar los residuos orgánicos vuelve a estar en marcha. El Consistorio pide disculpas por las molestias que ha podido causar la avería de esa máquina, situada junto al ambulatorio.

ta jokatuko da (10:00etatik aurrera) Miruaitz frontoian. Horren ondoren, haurrentzako arrantza tailerrak (10:30etik 14:30era portuan); IX. Belauntzien arteko txapelketaren hasiera (11:00), merkatu txikia eta artisauek eta sortzaileen azoka (11:00etatik 15:00etara portuan), herriko abesbatzen kontzertua (12:00etan Zabil plazan); berdel pintxo dastaketa herrikoia (13:00etatik aurrera portuan), trikitilariak (13:00etatik aurrera herriko datorren larunbatean ospatuko da. Jardunaldi horretan zerekin gozatu egongo da Mutriku. Hasteko, Gipuzkoa eta Bizkaiko pilotarien arteko GRABNI txapelke-