

aholkua

Marrubiak nola erabili sukaldean

Marrubien zaporea indartzeko, jan aurretik ordubete lehenago prestatu, eta ozpin tanta batzuk bota, marrubiak gozotzeko erabiliko den azukreari. Marrubiak izozteko, garbitu uretan eta lehortu erabat lehen lehenik. Azukrea bota gaintetik, eta sartu ontzi txapal batean. Marrubi izoztuak jan aurretik, azukrea bota berriz eta ordu batzutan eduki hozkailuan.



EGUNKARIA

motorra

Haurrentzako eserlekuak modu egokian ezarri behar dira autoetan

Haurrentzako bereziki egindako eserlekuak ezinbestekoak dira txikienak autoan ibiltzeko. Atzera begira jarri behar dira, eta jakina, homologazioa behar dute. Orduko 50 kilometrorazazotako istripuan, 400 kilogramoko indarrak botako du aurrera aldera haurra. Eserleku berezi horiekin zauriak egiteko aukerak %75ean egiten dute behera.



EGUNKARIA

DURANGO. Bertso-afaria: **Beñatu Ugartetxea eta Eneko Abasolo, Abarkas.** Bihar, gaueko 21:00etan, Berbaroko Txokoan. Tramagilea: Peru Magdalena.

dantza

BASAURI. 'Euskal koreografo gazteen erakustaldia'. Bihar, Social Antzokian

ERMUA. Txindurri Dantza Taldearen emanaldiak. Bihar, apirilaren 7an eta 8an, dantza erakustaldiak Kardenal Orbe plazan.

GERNIKA. Elai-Alai dantzari taldea. Bihar, arratsaldeko 20:00etan, pasealekuan.

LEGAZPI. Sustraiak Dantza Taldearen emanaldia. Apirilaren 8an, 12:00etan, Latxartegin.

ikus-entzunezkoak

ADUNA. 'Munduari bira 17 urtetan' diaporama. Bihar, arratsaldeko 20:30ean, kultur etxean, Santi Gonzalezen eskutik.

ANDOAIN. 'Myanmar: el paraíso escondido' diaporama. Gaur, Urigain kultur etxean, Patxi Sanchezen eskutik, arratsaldeko 19:00etan.

BILBO. 'Golpe de estadio' filma. Gaur, arratsaldeko 17:30ean, 20:00etan, eta 22:30ean, Ideales Zinematan, Mugarik Gabe GKEaren Guda egitarauaren barruan.

DONOSTIA. 'La montaña en primavera' diaporama. Gaur, 19:30ean, Okendo Kultur Etxean, Casimiro Bengoetxearen eskutik. 'Jaizkibelgo superportuari ez' diaporama. Bihar, Alde Zaharrean, arratsaldeko 20:00etan.

IRUN. 'Ganges, ibai sakratua'. Gaur, arratsaldeko 19:30ean, Amaia KZn, Angel Cuerdoren eskutik.

IRUÑEA. 'Nanga Parbat 2000' diaporama. Gaur, Gaztediaren Etxean, arratsaldeko 20:00etan, Angel Zabaltzaren eskutik.

LEGAZPI. 'Hielo y fuego, dos viajes alas antipodas' diaporama. Bihar, arratsaldeko 20:00etan, kultur etxena, Iñigo Krugen eskutik.

hitzaldiak

ATARRABIA. Elkarriren Bake

erakusketa

'Wildlife Photographer of the year' sariko lanak Iruñeko Planetarioan

Xabier Martin | DONOSTIA

Sarritan entzundakoa da Lurrak altxor natural amaigabeak gordetzen dituela. Hori hurbiletik frogatzeko aukera dago Iruñean aste honetatik aurrera.

Izan ere, erresuma zaharreko hiriburuko planetarioak *Wildlife Photographer of the year 2000* sarira aurkeztutako argazki onenek osatutako erakusketa ibiltaria hartu berri du. Bertan, mundu osoan naturari buruz egiten den argazki txapelketan parte hartutako argazkirik hoberenak dira ikusgai.

Denetara, naturaren hainbat alderdi islatzen dituzten 86 argazki markodunak eta ikus-entzunezko formatuan aurkeztutako 34 irudi daude Planetarioan. «Naturaren handitasuna erakusten duten argazki ikusgarriak dira guztiak», esan dute erakusketaren arduradunek.

Wildlife Photographer of the year saria duela 26 urtetik egiten da, Historia Naturaleko Museo Britainiarraren babesean. Lehiaketa horrek ez du ez

Naturaren handitasuna ikusgai Iruñeko Planetarioan



JOXE LACALLE

adin mugarik ez herritartasun mugarik. Horregatik, mundu osoan egiten den hoberena jatzatzen dute leku askotan.

Joan den urtean 19.000 argazki jaso ziren, 26 herrialdeetatik. Azkenean, Manoj Shah britainiarrak irabazi zuen. Haren argazki irabazlea eta azken une arte harekin lehiari aitu ziren hoberenak ikus daitezke Iruñean. Paisaiak, animaliak... denetarik islatzen dute argazkiek.

«Sariak garrantzi txikikoak dira», esan du arduradunetako batek. Izan ere, irabazleak milioi erdi pezeta eskuratzen ditu. «Jendeak ez du sari ekonomikoak bultzatuta parte hartzen, baizik eta halako lehiaketa irabazteak ematen duen ospearengatik», azaldu du arduradunak.

Nolanahi ere, *Wildlife* argazki erakusketaren helburua argia da: «Mundu zoragarri batean bizi garela lau haizeetara esatea, eta ahalik eta jende gehiena horretaz ohartzea».

Beraz, erakusketa deigarria izanen da apirilaren 29a arte, Iruñeko Planetarioan.

Konferentzia. Gaur, arratsaldeko 19:30ean, kultur etxean.

BALMAEDA. 'Elkarriren Bake Konferentzia'. Gaur, Ateneo Erakustaretoan, arratsaldeko 19:30ean.

BARAÑAIN. 'Aprender a envejecer'. Gaur, arratsaldeko 19:30ean, Mujeres Progresistas de Barañain elkartearen egoitzan.

BILBO. 'Desobedientzia zibila'. Gaur, arratsaldeko 20:00etan La Bolsa Auzoetxean, DEMOk kide bat eta Itoizeko Solidarioak-eko kide baten eskutik.

'La profesionalidad en el sector de la restauración en el siglo XXI'. Gaur, 19:00etan, Joxean Martínez Alijaren eskutik, Euskalduna Jauregian. CEACek antolatuta.

'Wilhelm Von Humboldt, Euskal

herria arakatzeko. 1801'. Gaur eta bihar, 10:00etan, Bidebarrietan.

DONOSTIA. 'Nafarroako erreinua, Euskaldunak politikoki nafarrak zirenean'. Gaur, 19:30ean, Loiola Kultur Etxean, Tomas Urzainkiren eskutik.

'La Caverna' nobelari buruzko solasaldia. Gaur, arratsaldeko 19:30ean, Loiolako liburutegian.

'Globalizazioaren itzalak'. Gaur, Egia Kultur Etxean, 19:30ean.

EBAR. 'La II Republica'. Gaur, 19:30ean, Portalean, Juan Pablo Fusi eta Paul Prestonen eskutik.

'Urdaibai, biosferako erreserba'. Gaur, 19:30ean, Edorta Jimenezen eskutik, Arrate Elkartearen.

ERMUA. 'Euskal Herriaren gatazka politikoaren inguruan zenbait hausnarketa'. Gaur,

arratsaldeko 19:00etan, Udal liburutegi Zaharrean, Gaizka Aranguren kazetaria eta Martxelo Otamendi, EGUNKARIAko Zuzendariaren eskutik, Bidean Gogoeta Taldeak antolatuta.

GERNIKA. 'Violencia de persecución'. Gaur, arratsaldeko 19:30ean, BAKeko Pedro Luis Ariasen eskutik, kultur etxean.

GETXO. 'Jeansak Hozkailuan' liburuaren inguruko solasaldia. Gaur, arratsaldeko 19:30ean, Patxi Zubizarretaren eskutik, Algotako Itsas-Ganen.

HERNANI. 'Arte ekoizpena'. Gaur, 19:30ean, Biterin, Andoni Tolosa, Edorta Elsegui eta Maialen Lujanbioren eskutik.

LAZKAO. 'Goierri eta Tolosalde Hegaldeko hizkerak' liburaren

aurkezpena. Bihar, arratsaldeko 20:00etan, Udaletxean, Irene Hurtadoren eskutik.

LEGAZPI. 'Chiapas, zapatisten martxa Mexikoko hiriburura'. Gaur, kultur etxean, Komite Internazionalisten eskutik.

LEGORRETA. 'Nagusia naiz, badakit zer nahi dudana'. Gaur, 17:00etan, Ugara Herri ikastetxean.

TOLOSA. 'Aportaciones a los programas comunitarios a la integración social de la enfermedad mental'. Gaur, arratsaldeko 19:00etan, Eugenio Peñasen eskutik, kultur etxean.

VILLABONA. 'Bularretako minbizia'. Gaur, arratsaldeko 17:30ean, Euskaltegian.

ZARAUZ. 'Mugak eta ardurak drogen aurrean'. Gaur, Arrano

Kabia Elkartearen, arratsaldeko 20:00etan, Txus Kongilen eskutik.

ZORNOTZA. 'Elkarriren Bake Konferentzia'. Gaur, Zine Klubean, arratsaldeko 19:30ean.

bestelakoak

BERGARA. Jardun Euskara Elkartearen Batzar Orokorra. Gaur, Kartzela Zaharrean, arratsaldeko 19:00etan.

ERRETERIA. Takolo, Pirritx eta Porrotx. Bihar, arratsaldeko 18:00etan, Langaitz Ikastolan.

IBARRA. Uzturpe Ikastolako jaialdia. Bihar, arratsaldeko 20:00etan.

LEGAZPI. Mundu Zabaleko ipuinak. Bihar, arratsaldeko 18:00etan, Udal liburutegian.