



Eguberrietako
GEHIGARRIA



HELDUEN MODA



Udazken negu honetan berriz ere modan daude kakiak, itsas urdinak, turkesa ilunak, grisak eta teila tonuak. Granatea ere modan dago. Kolore deigarrienak ere agertzen dira, baina bigarren mailan, fuchsia edo pistatxoa kasu.

Soinekoek eta gonek oso linea erosoak dituzte. Adibidez, kamiseta luze erako soinekoak, koadro zabaleko alkandorak, *comfy* galtzak, lepo altuko jertseak, jertseak. Parkak eta berokiak lerro zabalekoak dira eta oinarritzko koloreak dituzte, ehunetan distira ukitu bat ere baduten arren. Parkek eta txalekoek koloretan bigunduta jarraitzen dute, bai gizonentzat, bai emakumeentzat, baina itxura hiritarragoa dute, eta ez hain kirolzalea.

Sakanako emakumeak ongi jantzen dira, baina ausartegiak izan gabe, salbuespenak badaude ere. Oinarritzko arropak gustatzen zaizkie, eta arazorik gabe jantzi ahal izatea, moda iragankorre eustea, baina estiloa eta zerbait berezia izatea, kasualitatez itxura ez oso jarriarekin.

Sakanako gizonak oraindik ez dira emakumeak bezain ausartak. Bere kolore gogokoenak marinelarenak dira, urdinen, grisaren eta beltzaren gama desberdinetatik pasatuz. Kirol kutsuko jantziak gustatzen zaizkie, logotipo eta marrazki gehiegirik gabekoak.

Gure inguruko klimak eragin erabakigarria du erabiltzen dugun kolorean, eta berehala konturatuko gara kaleko jendeari erreparatzen badiogu zein diren kolore nagusiak, ilunak. **Sakanan**, jantzeko orduan, ia beti nahiago izaten da, "gutxiago izatea gehiago da"; beraz, erraza da joera gehiegi izateagatik ez okertzea, eta, horren ondorioz, pertsonak oro har ondo jantzita ikusten dira. Kirol jantziak gehiegi erabiltzen dira, baina denboraldiz denboraldi ibiltzen da. Udan gehiago ausartzen gara kolorearekin eta joerekin. Baina denboraldi honetarako jantzia, zantzarik gabe, hotza eta euria jasango dituen zamarra ona da. Garrantzitsua da kalitatezko jantzi erosoak izatea, gustuko ditugunak eta eguraldi txarrarekin gutxiago sufritzeko ondo sentiarazten gaituztenak.

MARU GARCÍA ROMÁN TU TIENDA ESPECIAL



tu tienda especial
Altsasu 948467215

Eguberri on
eta urte berri on

ZY
BEZ
TIA
denda

Baserritar jantziak
Arropa konponketak
Joskintza ikastaroak

681 368 570 · Zubezlia, 20 · Altsasu

HAURREN MODA



Udazken honetako tonuak, batez ere mostazak edo horiak, berdeak, gorriak dira eta zuri-beltzaren konbinazioa beti dago presente, hautseztatutako tonuak, arrosak, berdeak, kobreak eta liliak ditu, eta hautsitako zuria beti ageri da.

Udazken-neguan gehiago erama-ten dira eguneroko arropa erosok, baina diseinu onekoak eta konbinatzeko eta garbitzeko errazak, leggings lodikoteak, tul gonak eta felpazko soinekoak. Praka bakeroak edo kotoizkoak, jertseekin, beroki on batekin, pufak, eskularruak eta txano koloretsuak ere asko erabiltzen dira. Markek gero eta gehiago lan egiten dute planetaren eta jasangarritasunaren alde, osasunerako eta ingurumenerako kaltegarriak diren produktu gutxiago erabiliz; esate baterako, IDOk (Italiako moda enpresak) ez du berokietarako animalia lumarik erabiltzen, Bobolik (Kataluniako moda enpresak) birziklatutako plastikozko botiladun beroki bilduma bat du, Sterntalerrek (alemaniar txanoen etxeak) jada ez du ilerik erabiltzen txanotxoetarako, eta kartoi kaxak, ia 100 kotx paper birziklatu eta zinta erabiltzen ditu.

Neskak: leggings afelpatuak, kamiseta jertse edo jakarekin, felpazko soinekoa leotardoarekin, beroki potoloa.

Mutilak: kotoizko praka afelpatuak kre-mailerekin edo bakeroarekin, kamiseta jertsearekin edo jaka. Txamarra lodia.



M^a JESUS ALONSO FERNANDEZ PINPILINAPUSA



Pinpilinpauxa

Haurrentzako moda

Isidoro Melero,
25 behea
Altsasu
948 56 44 52

 PinpilinpauxaAltsasu
 Pinpilinpauxa





OSAGARRIAK

BETAURREKOAK



1970ko eta 1980ko hamarkade-tako moda etorkizunera ekarrita. Horiek dira gaur egun betaurrekoetan nabarmentzen diren tendentziak: forma borobilak eta oso geometrikoak, montura txikienetik handienera, estilo minimalistatik deigarrietara. Kontrasteen sasoia iritsi da.

HOTZARI AURRE EGINEZ



Eskularruak, txanoak eta bufandak dira neguko hotzari aurre egiteko ezinbesteko osagarriak. Bufanda handiak eta txikiak, manta modukoak... Koloreen aldetik aurten berdeak, horiak, marroiak eta metalizatuak dira bogan daudenak, baina zergatik ez arriskatu eta osagarrietan kolore pixka bat gehiago sartu?

ALTXORRA PITXI



Euskal Herriko mendien altxorra lepoan eta belarrietan. Eguzki-lorearen edertasuna osagarri bihurtuta.

Sakanaoptika
optometria • audiometria
kontaktopia

Erraztu bizitza gure audifonoekin

Doako entzumen azterketa

%70eko deskontua bigarren audifonoetan

948 563 124 • Intxostia zeharbidea • Altsasu • www.optikasakana.com

BOB, BETI BOB



Bob ilea edo adats ertaina urtero tendentzia den moldea. Baina 2022an Blunt Bob deitutako tendentzia indartsu sartuko da; hau da, Bob moldea baina nahasita. Oso ongi dator ile luzetik motzera pasa nahi dutenendako, eramateko erraza da, baita biltzeko ere.

SHAG MOLDEA, EZ HAIN BERRIA



1970eko eta 1980ko hamarkadetako inspirazioa hartuta, 2022an shag moldeak erregistroz aldatu du: ile luzea eta onda naturalak proposatzen dituzte datorren sasoirako. Mugimendua da oinarria. Kortina moduko kopeta ilearekin eramanen da, 70ko hamarkadari aipamena eginez.

ILE TENDENTZIAK



MOTZA KOPETA ILEAREKIN



Modaz pasatzen ez den orrazkera ile motza da. 2022. urterako kopeta ilea eta estilo nahasia proposatzen dute ileapaintzaileek; bolumen handiarekin mugimendua sortzeko.



@buxek_ileapaindegia

Fernando Urkia I,
Arbizu
948 461 698

Vizu
Nerea Vizuetz Fernández
ileapaindegia

948 56 36 35
Zirinkale, 5 | Iturmendi

EUSKARAZKO KATALOGOA



ALAKAZUM! 2

ELKAR
10-12 URTE
11-20 EURO



Alakazum! Sorgin eta ohituren inguruko karta joko bat da. Bost kulturetako pertsonaiak agertzen dira, eta jokalariek hainbat trikimailu eta objektu erabili behar dituzte arerio komun baten kontra: Estatu Batuetako kulturaren inbasioa. Bigarren edizioan jokoaren luzapena egin dute, eta arerio gehiago jarri dituzte jokoan, esaterako, Amazon, cupcakeak edo gaztelarrak.



DODOA

JABIER MUGURUZA ETA
IÑIGO ASTIZ
MARA MARA
11-20 EURO



Dodoa Jabier Muguruzaren bosgarren diskoa da, hurrei zuzendutako bigarrena. Iñigo Astizen poemek osatzen dituzte abestien letrak, eta musikariak dodo hegaztia aukeratu zuen Astizen poemien artean fonetikoki eta estetikoki gehien gustatu zitzaio-lako. Irudi dibertigarria eta erakargarria eskaintzen du.



Que hostias andais!
Tropa do carallo



Haizkan



HILI
UXUE ALBERDI ETA
ARAIZ MESANZA
ELKAR
5-9 URTE
11-15 EURO



Liburu ilustratuak heriotza du hizpide. Adin batetik aurrera hil egingo garela ulertzen saiatzen garela da proiektuaren abiapuntu hauskarketa. Haurrengan pentsatu du egileak, baina ekarpena ez dago hurrei mugatua, heriotzaren inguruko galdera-erantzunak ez direlako inoiz erabakita geratzen.



ESNA IRAUTEKO IPUINAK
XABIER OLASO
DENONARTEAN
10-12 URTE
11-15 EURO



Ipuin laburrak eta biziak biltzen ditu liburuak. Ipuin irudimentsu eta iradokitzaileak. Denak ala dena ere, esna irauteko ipuinak dira. Tradizioa eta humorearen eskutik askotariko eszenatokitant murgiltzeko aukera izango du irakurleak.



Rolihlahla
Joxe Aldasoro Jauregi eta
Anaitz Igoa Goñi



Ikastetxerako
materiala
hemen



INPRIMATZE DIGITALA
KOPIA-DENDAKO ZERBITZUA
NEURRI HANDIKO INPRIMATZEAK
www.txartel.net
948 564 002
txartel@txartel.net

SAKANAKO SORTZAILEAK



Anita Parker
Castillo Suarez



A sembrar
Iñaki Auzmendi



Voy con todo
La Topadora



Dantza gaitzen hil arte
Modus operandi



Ane Martija



Deserrite



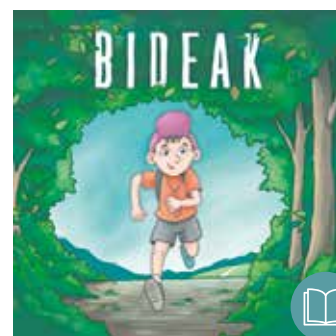
Nerepe



Zelanda



Aittune, iluntasunaren beldur naiz
Oihane Andueza



Bideak
Iker Uribe eta Joana Ziganda,
Eneko Lazkoz, Aritz Ganboa eta
Xabier Unanua



Dortokaren begirada
Jon Arretxe



Mamu eratortzeko moduak
Juanjo Olasagarre Mendinueta



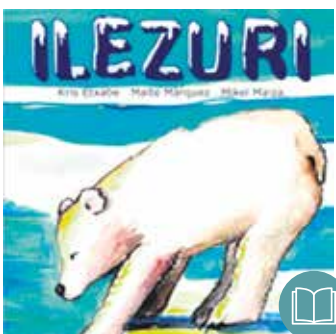
Elurra elurraren gainean
Castillo Suarez



Loinatzen loa
Castillo Suarez



Gurea falangista zen
Alberto Barandiaran Amillano



Ilezuri
Mikel Maiza Razkin



Una vida entre letras
Maria Pinto



Iñigo
Imanol Rayo



Altsasu (Gau hura)
Amets Arzallus eta
Marc Parramos



Altsasu
La dramática errante

ZER EGIN
SAKANAN
NEGUAN?

KAIKO TABERNA JATETXEA



ALTSASU

ZER JAN?

DERRY TABERNA JATETXEA



ETXARRI A.

ZER JAN?



UHARTE A.

ZER EGIN?

KANPINEKO JATETXEA



ARBIZU

ZER JAN?



ITURMENDI

ZER IKUSI?



JARRAI GAITZAZU
INSTAGRAMEN !!!

eta horrela gure produktuak ezagutuko dituzu, nola egiten dugun lan, gure dendak eta salmenta puntuak...Baina hainbat lehiaketetan ere parte hartuko duzu, promizioekin onurak izan, ideia handiak... eta askoz gehiago ere.

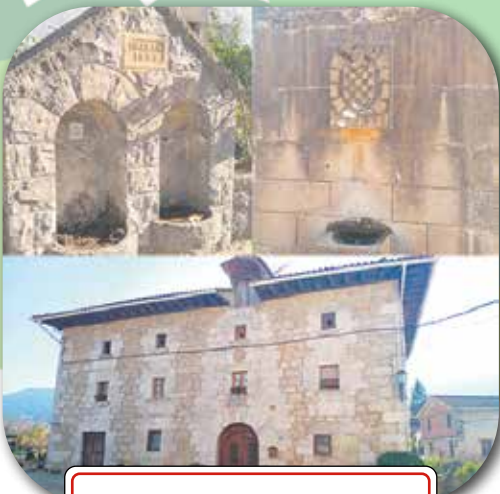


@panesamayaogiak

Amaya

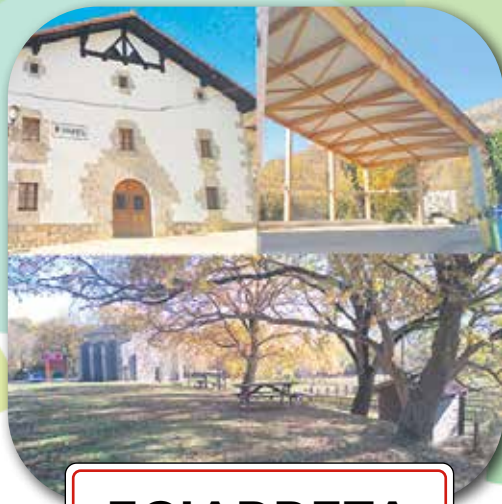
OGITEGIA
JANAREN 1944 - GEGIA

ZER IKUSI?



IHABAR

ZER IKUSI?



EGIARRETA

ZER JAN?

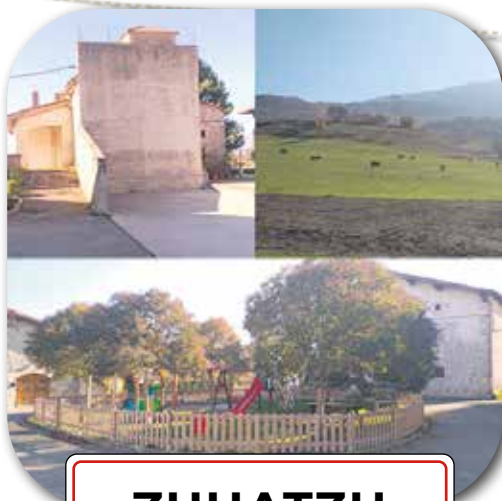
PIKUXAR TABERNA JATETXEA



IRURTZUN

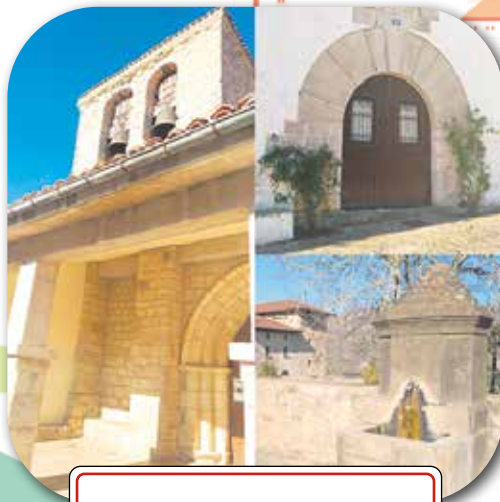
A.

ZER IKUSI?



ZUHATZU

ZER EGIN?



EKAI

ZER IKUSI?



SATRUSTEGI




GUAIXE
618 882 675




SAOR DOIRE

Kale Nagusia, 8
Etxarri-Aranatz

948 461 703

BiL TOKi
TABERNA • JATETXEA

Eguneko
menua 11 €

Menu
berezia 15 €

Telefono berria:
948 562 348 • Altsasu



PORTUKO

okidengia

Urte berri on!

Altsasu: 948 563 822 (denda) | 948 467 153 (lantegia)
Etxarri Aranatz: 948 460 988

Cukeratu gustoko duzun oparia

OLENTZERO

gure txakotik pasa da eta!



gik DISEINUAETA
KOMUNIKAZIOA **fo**

619 821 436 | info@gkomunikazioa.eus | Foru plaza, 23-1. Altsasu



OSAGAIK (4 PERTSONENDAKO):

- 12 hostorezko boloban
- 100 g pate
- Luzoker bat
- 2 arrautza
- 12 txotx luze
- 12 izar apaingarriak

PRESTAKETA:

1. Bolobanak labean sartu, kurruskari gelditu arte eta hozten utzi.
2. Luzokerra garbitu eta lehortu, eta patatak zuritzeko tresnarekin tira luzeak eginez moztu.
3. Arrautzak egosi eta hozten utzi.
4. Bolobanak patearekin bete eta arrautza egosia txikituta gainetik jarri.
5. Txotxa luzean lehenengo izarra ziztatu, ondoren luzoker tirak zigzag moduan, eta azkenik bolobanetan jarri.

Oparitu loteak eta saskiak
Eguberri honetan
KATEALDE

948 468 223
informacion@katealde.com



LUPIA LIMA SALTSAKIN ETA ZAINZURIEKIN

OSAGAIK (2 PERTSONENDAKO):

Lupia bat
 300gr gari zainzuri
 Porru bat
 Tipuka erdia
 Baratxuri ale bat
 Erramu hosto bat
 1,5 edalontzi arrain salda
 Edalontzi erdi ardo txuri
 Lima bat
 Erromero adartxo bat
 Oliba Olio
 Piper beltza



PRESTAKETA:

1. Arraina ongi garbitu kanpotik eta barrutik ur ugarirekin.
2. Kazola batean lupia bi minutuz frijitu su altuan, barrutik egin gabe. Gerorako gorde.
3. Kazola berdinean, zainzuriak hiru zatitan frijitu, urre kolorea hartzen duten arte.
4. Olio gehiago gehitu, eta baratxuria, tipula eta porru txikituak gorritu, eginak daudenean, zainzuriak gehitu.
5. Ardo txuria eta lima zukua gehitu eta dena egosi lurruntzen hasten den arte, eta orduan arrain salda, gatza eta erramu hostoa gehitu.
6. Kazolaren erdian lekua egin arraina sartu ahal izateko eta bi minutuz egosi.
7. Erromero adartxoa bitan zatitua eta lima zatiak saltsan gehitu eta aurrez berotutako labean sartu.
8. 10-12 minutuz 200°C-tara labean kozinatu.

OSAGAIK (4 PERTSONENDAKO):

2 txekor masail
 Piper berde bat
 2 tipula
 2 azenario
 4 baratxuri ale
 350 ml ur
 250 ml ardo beltz
 Irina
 Oliba olio
 Piper beltza

CARNICERIA I. ARREGUI
HARATEGI ETA URDAITEGIA
 Sakanako hiltegian hildako haragia

Etxeke obradorea: tripota · tripotxa · mihia · kalluak · saltxitxak · frituak
 948 576 067 · 646 20 85 23
 Herriko plaza z/g · LAKUNTZA

HARATEGIA
 Loper de Ipikortzea
CARNICERIA

Arkumea, antxumea eta txerrikumea temperatura bajaran eginda. 30 minutu labean eta mahaira.

ETXEAN HAZITAKO TXEKOR HARAGIA
ETXERA ERAMATEKO ZERBITZUA

Deitu 948 562 157 | 617 766 536 edo

pescaderia arraindegia
Tania

Jai zoriontsuak opa dizkizuet!

948 576 300 Mikel Arregi 6
 LAKUNTZA
www.pescaderiatania.com

f i



TXEKOR MASAILAK SALTSAN

PRESTAKETA:

1. Gailetak txikitu eta edalontzietan banatu. Eta mugurdiak izozkailuan jarri.
2. Xixona turroia zati txikitatu moztu.
3. Ontzi batean esne hotza eta mamitzeko hautsak nahastu, ondoren esnegaina eta turroia gehitu eta sutan berotzen jarri.
4. Berotzen den bitartean etengabe irabiatu guztia, eta irakitzen hasten denean sutik kendu.
5. Edalontzietan banatu eta hozkailuan hozten utzi, ordu erdiz.
6. Txokolatearekin berdina egin, txikitu eta esne hotz, mamitzeko hautsak eta esnegainarekin sutan berotzen jarri.
7. Turroiarenaren gainetik txokolatezko moussea jarri. Hozkailuan ordu batez utzi.
8. Hozkailutik ateratzerakoan, mugurdi izoztuak gainean jarri.

OSAGAIK (4 PERTSONENDAKO):

Turroi moussea:

Xixona turroi tableta bat (375 gr)

250 ml esne

250 ml harrotzeko esnegain

Mamitzeko hautsen zorro bat

Txokolate moussea:

Txokolate tableta bat (250 gr)

250 ml esne

250 ml harrotzeko esnegain

Mamitzeko hautsen zorro bat

Gainontzekoak: gailetak eta mugurdiak

PRESTAKETA:

1. Barazkiak zuritu eta txikitu. Presio eltzean oliba olioarekin sueztitu 15 minutuz.
2. Txekor masailak gehitu eta gorritzatu.
3. 250 ml ardo beltz, 350 ml ur, gatza eta piper beltza gehitu eta presio eltzea itxi. Ordu batez egosi.
4. Txekor masailak banandu eta gerorako gorde.
5. Eltzean dagoen guztia irabiatu eta eltze zabal batean ordu erdiz murriztu.
6. Txekor masailak xerretan moztu eta saltsan gehitu bost minutuz.
7. Nahi izanez gero patatekin lagundu daiteke.



TURROI ETA TXOKOLATEZKO MOUSSEA

Karasatorre
janaridenda · harategia

Artisau erara egindako hestebeteak
Autozerbitzua
Etxeko tripekiak

Kale Nagusia, 22
Etxarri Aranatz · 948 460 036

PATXI GALARTZA
HARATEGIA · URDAITEGIA

Guk Arakilen hazilako behikia, txekorkia eta zaldikia
Etxeko produktuak

IGANDE ETA JAIEGUNETAN
9:00-13:00
IREKITA

Aliprox
SUPERMERTATUA

948 600 685 · 606 375 744 · Aralar kalea 1 · IRURTZUN

urrutia
enea

Ongi pasa festak!

Irurtzun - 948 500 086

HAURTZAROKO LEHEN ETAPA

Haurtzaroko lehen etapa, bizitzako garrantzitsuen da adituaren esanetan, baina egungo jendarteak, gehienetan, ez dugu lehen haurtzaroaren beharretan erreparatu. Haurrek esperientzia jolasaren bidez ikasten dute eta garai honetan berebiziko garrantzia dauka ikasketa prozesu hori bidelaguntzen duten materialek.

Gure ikuspegi pedagogikoan oinarrituta, haur txikiei eskaintzen zaizkien materialak bi arau bete behar dituzte; alde batetik objektu "pertinentek" izatea eta bestetik, objektu hauen propietateak duten garrantzia.

Objektu pertinetek eta hauen propietateak

Motritate eta bereziki manipulazio gaitasuna gartzea eta erabiltzea ahalbidetu behar dute. Haurrari jolaserako eskaintzen zaizkien objektuen aniztasuna garrantzitsua da; kopurua, pisua, tamaina, testura, forma, materiala eta kolorea. Aniztasun honek alor sensorialean aberastasuna eskaintzen dio haurrari. Aberastasun honi kasu eginez, plastikozko objektuak ordezkatzea interesgarria litzateke eskaintza sensorial txiroa dutelako. Objektuen propietateek funtsezko rola jokatzen dute. Haien formak, pisuak, tamainak, azaleraren kalitateak, koloreak (ez oso biziak), ehundurak eta horiek egiteko erabiltzen den material motak eragina dute haurraren jardueran, eta hainbat miaketa eta manipulazio modu sustatzen dituzte.

Adin txikiko haurtzaroko materialak aukeratzeko hainbat gako izan behar ditugu kontuan:

- Objektu sinpleek jolas aukera anitzagoak eskaintzen dituzte eta garapen maila desberdinetara egokitzen dira.
- Materialak aukeratzeko, soluzio anitzetakoak izateari lehentasuna eman. Modu honetan, gaitasun eta garapen maila desberdinetara egokituko den materiala izan da eta denbora gehiagoz erabili ahal izango da.
- Soinudun objektuak. Objektu mota hauek eskaintzerakoan, gardenak izatea interesgarria da, horrela haurrak ikusi ahal izango du soinua egiten duena zer den, benetako ikasketa bat gauzatu.
- Koloreari dagokionez, biziegiak direnak ez dira adin haurtzaroko aproposak; haur txikiak oso sentikorak dira eta kolore biziegiak, gehiegizko estimulazio bat dakar. Askoz hobe jostailuen koloreak neutroak edo suabeak badira.



Zurezko txintxirrina. Zupatzeko, koska egiteko, mugitzeko eta ikertzeko egokitu-ta. Lehen faseetako manipulaziorako mesedegarria. Bere diseinua eta materialak direla eta oso soinua atsegina dauka. Zur noblea barniz ez toxikoarekin.



Rodari txintxirrinak. Zarata atsegina egiten dute eta haurrek ikus dezakete soinua zerk egiten duen.



Egurrez egindako panpinak garai sinbolikoan daudenean oso material interesgarria izan daiteke haurren jolasa bidelaguntzeko.



Material mota hau, jolas aniztetzarako erabili daiteke. Eraikuntzak, serioak edo eta sinbolikoak bidelaguntzeko.



Logika matematika lantzeko materiala. Egurrezko taula hagatxo eta diskekin. Material hau interesgarria da, soluzio anitzak eskaintzen dituelako eta ez bakarra. Horrela, garapen momentuari eta haurraren interesari egokitzeko aukera ematen du.



Zurezko egitura duen zumez egindako gurditxo. Sendoa eta ederra. Estetikoki erakargarria.



www.ZeroHiru.com
On line denda



Urte berri on!



guaixe
fundazioa

Foru plaza 23, 1 31800 Altsasu (Nafarroa)
Telefona: 948 564 275 | www.guaixe.eus



Sakana

Ikaztegi kalea, 1

Olentzero eta Mari Domingi



Igorlea:

.....
.....

Olentzero eta Mari Domingi maiteak,

Maitasunez, _____

