



berberana

Nº 332 Zk. • FEBRERO 2026 OTSAILA

RIOJA ALAVESA ARABAKO ERRIOXA

<http://www.arabakoerrioxa.eus/>



Zure etorkizuna
hemen gertatzea
nahi dugu

Queremos
que tu futuro
pase aquí

SUMARIO

n° 332 zk. FEBRERO 2026ko OTSAILA

4 Cuadrilla - Kuadrilla

- 4 La población de Rioja Alavesa sigue creciendo
- 5 Rioja Alavesa protagonista en FITUR
- 6 Euskera
- 7 Ingurumena
- 8 Berdintasuna

10 Herriz-herri/Pueblo a pueblo

- 10 Kripan
- 11 Lapuebla de Labarca
- 12 Lanciego
- 13 Leza

14 Gure Gaia

Primera Piedra de EDA Drinks & Wines

16 Arabako Errioxan

- 16 Laguardia recupera su castillo
- 17 De Elciego a Perú creando contenido
- 18 Barriobusto
- 19 Salinillas de Buradón
- 20 Creatividad comunicativa desde Labastida
- 21 Gure Ardoak
- 22 Homenaje y fiestas en Oyón
- 23 **Escuela de familias.** Cigarrillos electrónicos

24 Bilduma

26 Euskalmet



5 Cuadrilla

RIOJA ALAVESA
PROTAGONISTA EN FITUR



16 Gure Gaia

PRIMERA PIEDRA DE EDA
DRINKS & WINES

Foto de Portada:

Foto de familia en la colocación de la primera piedra de EDA

BERBERANA.

REVISTA DE INFORMACIÓN DE RIOJA ALAVESA. FEBRERO 2026 / N° 332

Depósito Legal: VI-785-1992. **EDITA:** Cuadrilla de Rioja Alavesa / Arabako Errioxako Kuadrilla
Carretera Vitoria, nº 2. 01300 Laguardia

Tfno.: 945 600 799 Fax: 945 601 065 criojaalavesa.comunicacion@ayto.araba.eus

Los textos de esta revista han sido elaborados por **ESTIBALIZ SÁENZ MINTEGI**
LA PUBLICACIÓN SE CERRÓ EL 1 DE FEBRERO DE 2026

BERBERANA | PUBLICIDAD.

Tfnos: 659 47 52 67 / 945 600 252 revistaberberana@gmail.com

Contacto: **Servicio de Comunicación. Cuadrilla de Rioja Alavesa**

En esta revista se puede participar con aquellos temas que se entiendan interesantes para nuestra comarca. En los escritos enviados debe constar la clara identificación de la autoría: nombre, dirección y teléfono. La Cuadrilla se reserva el derecho de publicar lo recibido, en ningún caso se publicarán temas anónimos, ni artículos de opinión.

IMPRESIÓN: ZEROA MULTIMEDIA. PAMPLONA



UN POSITIVO INICIO DE AÑO

Rioja Alavesa ha comenzado el año con motivos para sentirse positiva y esperanzada. Antes de finalizar el año se presentaba un ambicioso proyecto para dotar a nuestra comarca de un **Museo del Vino**. Una idea que no es nueva, pero que viene acompañada de un elemento distintivo, dar una solución y un destino al imponente edificio construido para albergar Bodegas Antión en Elciego. El proyecto primigenio fracasó y desde entonces hasta la actualidad los años y el vandalismo lo han convertido en un fantasma de hormigón, no exento de peligros.

Mientras esperamos ver sus primeros movimientos constructivos en Elciego, Laguardia fue escenario del inicio de las obras de **EDA Drinks & Wines**. Un campus con dos sedes, la de Rioja Alavesa ha sido la primera en dar este paso, días más tarde se celebraba el acto de colocación de la primera piedra en la capital alavesa. Por otro lado, Bilbao acogió la segunda cita de **Gure Ardoak**, con la mitad de las bodegas presentes llegadas desde Rioja Alavesa. Febrero comienza con la **Barcelona Wine Week**, donde la representación de nuestra comarca es muy amplia.

Otro salón donde nuestros vinos son protagonistas está en México. En enero se abrió el año en que **Rioja Alavesa** ejerce como **Región Invitada 2026** en el Wine Bar by Concours Mondial de Bruxelles (CMB). Un centenar de referencias de vinos de nuestra comarca pueden ser catados en el Corner Rioja Alavesa. México es uno de los pocos mercados en los que crece el consumo de vino, por lo que estas actividades, que se desarrollarán a lo largo de todo un año, pueden abrir el camino comercial a nuestras pequeñas y medianas bodegas.

El repaso al devenir de este mes también tiene aspectos menos positivos. Vitoria vió como desde Rioja Alavesa acudieron a sus calles a manifestarse por diversos motivos. El 21 de enero un grupo de personas, convocadas por la plataforma Araba Bizirik, se manifestaron para pedir la paralización del proyecto de construcción del **parque eólico de Labraza**. La Junta Administrativa y la localidad continúan con su oposición frontal al mismo. Días más tardes fueron nuestros **agricultores y agricultoras** quienes participaron en las movilizaciones convocadas por UAGA y ATACA para solicitar la retirada total del acuerdo Mercosur y exigir la adopción de medidas que garanticen el futuro del sector primario.

Para finalizar, queremos aplaudir el proyecto **Ekin Herrian, Arabako Errioxan** del ADR Rioja Alavesa. A través de vídeos publicados en sus redes sociales, están dando a conocer proyectos de emprendimiento en nuestros pueblos, en su mayor parte impulsados por mujeres. Entre esos proyectos emprendedores está también la empresa que realiza los vídeos, haciendo crecer sinergias entre emprendedoras y animando a tomar ese camino a otras personas. Además, los diferentes proyectos del **PSTD Rioja Alavesa** ya se dejan ver en forma de pantallas interactivas, iluminación patrimonial, señalización y puesta en valor de los barrios de bodegas, etc.

ESTIBALIZ SÁENZ MINTEGI.

Laguardia a 2 de febrero de 2026

MENSAJE DEL MES

Este mes de febrero la agenda en Rioja Alavesa comienza a florecer, como nuestros almendros. San Blas, Santa Águeda, carnavales o Uztaberri Eguna en febrero. A primeros de marzo, reivindicaremos el 8M, de manera comarcal, en Moreda y de modo individual en muchos de nuestros pueblos. Os recordamos que estamos abiertos a vuestra participación. Es sencillo, sólo tienes que mandarnos las imágenes a nuestra dirección de correo electrónico:

• criojaalavesa.comunicacion@ayto.araba.eus

EVOLUCIÓN DE LA POBLACIÓN DE RIOJA ALAVESA

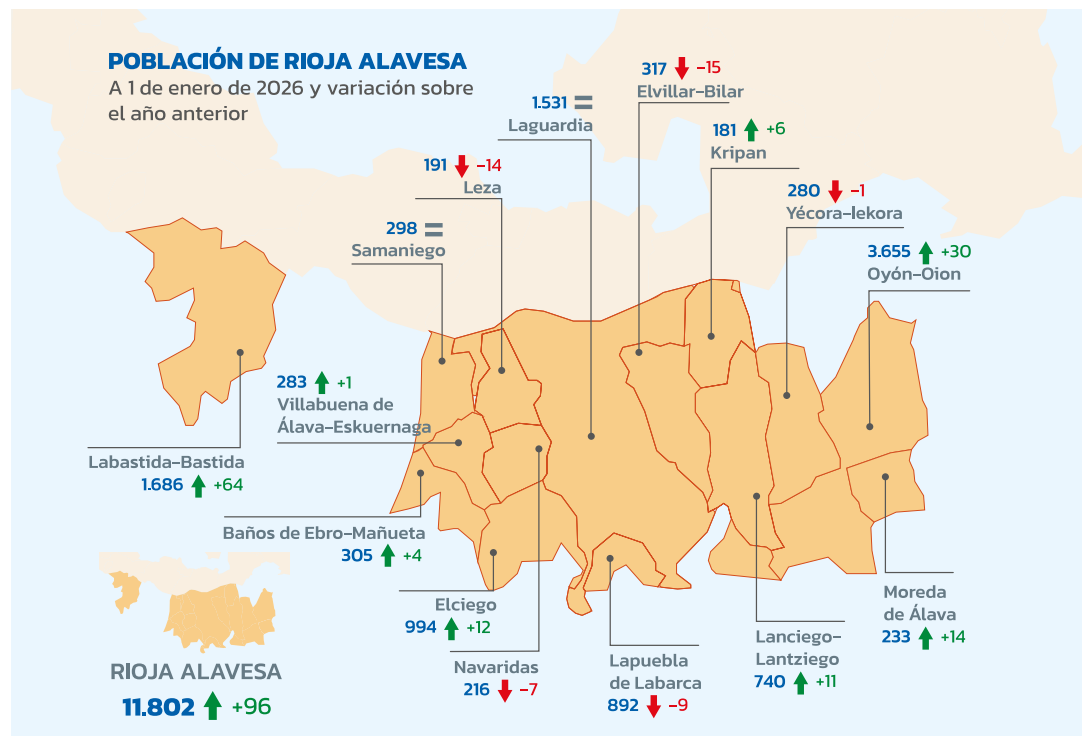
	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	+/-
Baños de Ebro-Mañueta	312	296	305	304	297	305	304	308	301	305	+4
Elciego	1062	1035	1008	1004	1003	987	978	959	982	994	+12
Elvillar-Bilar	358	351	339	336	349	341	336	330	332	317	-15
Kripan	185	181	180	178	177	176	177	180	175	181	+6
Labastida-Bastida	1.472	1.459	1.473	1.535	1.557	1.561	1.600	1.600	1.622	1.686	+64
Laguardia	1.551	1.554	1.531	1.565	1.546	1.569	1.560	1.566	1.531	1.531	0
Lanciego-Lantziego	676	680	695	717	719	744	729	715	729	740	+11
Lapuebla de Labarca	878	861	874	872	872	873	867	870	901	892	-9
Leza	204	197	203	213	219	220	221	212	205	191	-14
Moreda de Álava	232	229	222	231	212	216	208	216	219	233	+14
Navaridas	259	226	218	211	216	220	226	228	223	216	-7
Oyón-Oion	3.390	3.432	3.451	3.494	3.544	3.540	3.540	3.566	3.625	3.655	+30
Samaniego	324	321	318	316	313	315	312	298	298	298	0
Villabuena de Álava-Eskuernaga	300	303	297	276	287	291	291	296	282	283	+1
Yécora-Iekora	271	269	272	269	268	250	253	267	281	280	-1
TOTAL	11.474	11.394	11.386	11.521	11.579	11.608	11.602	11.611	11.706	11.802	+96

Datos actualizados a 1 de enero de 2026

Rioja Alavesa sumó en 2025 un centenar más a su vecindario

Rioja Alaves comienza 2026 con una población que crece por tercer año consecutivo y alcanza los 11.800 habitantes. Un incremento poblacional que es una grata noticia para una comarca rural que lucha por sobrevivir y atraer población frente al mundo urbano. Los buenos datos generales tienen, ante una mirada detenida, muchas interpretaciones y perspectivas diferentes. Para quien quiera detenerse a realizarlos o dejamos la tabla con la población de nuestros municipios a fecha 1 de enero en la última década.

Los últimos diez años han supuesto en Rioja Alavesa un crecimiento de 328 residentes, buena aparte de ese número se acumula en dos municipios, Oyón-Oion y Labastida. Mientras el primero, comienza el año con 3655 habitantes, una treintena más que al año pasado; Labastida ha aumentado su población en 64 personas. Esta subida, mirada a través de



toda la década, supone un incremento de 214 residentes. Por su parte, el municipio oyonés ha ganado en el mismo periodo 265 personas.

En la cara opuesta nos encontramos con Elvillar y Leza, que este año han visto disminuir a sus vecindarios en 15 y 14 personas respectivamente.

Números insignificantes a nivel global que son muy importantes en nuestras pequeñas poblaciones. El lado positivo lo encontramos en otro de nuestros

pequeños municipios, Moreda, que ha crecido en 14 residentes y recupera la población de hace una década. También positivo que únicamente cinco de nuestras localidades presenten un balance negativo en el recuento de población.

Cuando realizamos una mirada detenida vemos que Samaniego repite población por tercer año consecutivo, Laguardia tampoco varía sus datos respecto al pasado año, lo que supone volver a la población de 2019. En el caso de Leza, es el dato de población más bajo del siglo, y la segunda vez que se sitúa por debajo de los 200 habitantes, junto al año 2018 en el que ofreció un dato poblacional de 197 residentes. A nivel comarcal, ya el pasado año los datos fueron positivos, sumando 95 nuevas vecinas y vecinos, este año somos 96 más, una tendencia positiva que nos permite mirar con esperanza el futuro de Rioja Alavesa frente al reto demográfico y la despoblación rural.



Rioja Alavesa presentó en FITUR su transformación sostenible

La Feria Internacional de Turismo (FITUR) celebrada en Madrid a mediados de enero contó, un año más, con la presencia de Rioja Alavesa. Una comarca con una presencia destacada en el stand de Euskadi como uno de sus principales destinos turísticos. También con la participación de representantes de la comarca en viajes de trabajo y presentaciones. Algunas de ellas a nivel municipal y como miembros de diferentes asociaciones y colectivos, pero además también con una convocatoria comarcal.

Rioja Alavesa presentó su Plan de Sostenibilidad Turística en Destino (PSTD) en el desarrollo de Fitur, el mayor evento turístico del estado. El Presidente de la Cuadrilla de Rioja Alavesa, Txema Elvira,

compartió en Madrid las singularidades de un ambicioso proyecto que se encuentra en su fase de ejecución.

Antes de centrarse en las acciones que concretan el plan, el responsable comarcal puso en situación a Rioja Alavesa, compuesta por 23 núcleos de población, repartidos en 15 municipios, 4 Juntas Administrativas y 4 barrios. "Todos latiendo con el mismo corazón" apuntaba Txema Elvira. Una comarca habituada a acoger visitantes, pasamos de tener 11.700 habitantes a lo largo del año a acoger a 25.000 personas en el periodo estival. Un destino que centra su esfuerzo en seguir siendo referente turístico manteniendo su esencia y cuidando el paisaje, uno de sus principales valores.

En su presentación, el presidente de la Cuadrilla acercó a la asistencia a las diferentes ramificaciones de las actuaciones. Están relacionadas con la gestión, la puesta en valor del paisaje y del patrimonio, la eficiencia energética, la lucha contra los efectos del cambio climático o la digitalización.

Diversas vertientes encaminadas a situar a la comarca en la mejor posición para encarar los retos del futuro sin perder su esencia y su mirada global, invitando a quien nos visite a recorrer todos nuestros rincones y localidades. De día y de noche, incluyen tanto rutas para pasear o realizar cicloturismo como la iluminación nocturna del patrimonio local, además de un plan de embellecimiento comarcal que

incluye planes individualizados para cada uno de nuestros municipios.

El presidente de la Cuadrilla de Rioja Alavesa concluyó su presentación invitando a visitarnos: "Hoy, Rioja Alavesa es más verde, más accesible y más resiliente. Os invito a redescubrirnos, porque esto no solo va de turismo. Va de relevo generacional, va de reto demográfico, para que nuestros pueblos, sobre todo los más pequeños, sobrevivan. Y para eso necesitamos que vengáis a visitarnos y que allí donde estéis, pidáis y bebáis un vino que es nuestra sangre y nuestra alma. Un vino que tiene nombre y apellido. En definitiva, os pido, que consumáis Rioja Alavesa. Será una apuesta segura por la calidad sostenible" finalizó Txema Elvira.

Zer daukagu aurretik negu bukaera honetan?

Arabako Errioxako euskaldunen panorama



EUSKARA PLANAK

Eusko Jurlaritzak ezartzen duen VII Plangintzaldiaren barruan, badirudi, aurreneko, gure eskualdeko herri guztiek "Euskara Plana" egiteko aukera izango dugula. Bastidak badu berea, Euskal Herriko aurreneko udala izan baitzen plan berria onartzen; Kuadrillak ere bai. Oionen hasiak gara lanean Oionen eta atzetik etorriko dira gainerako udal guztiak.



EUSFERA

Ekimen berria izango dugu, EUSFERA, 0-12 urte bitarteko haurren ingurua euskaldunagoa egitea helburu duen egitasmoa. Horretarako, gurasoak sentzibilizatu, ahaldundu eta hizkuntza praktikak aktibatzeke ahalegin guztiak egin behar ditugu.

GAZTEENTZAKO

Eta gazteekin batera, eurak mugitzen diren inguruetan euskararen babeslekuak eta erreferenteak zehazten eta gordetzen saiatuko gara, ea ludotekak, jolas-txoko, gazte-areto eta antzekoetara joaten direnengan eragiterik dugun.



KORRIKA

KORRIKA izango da hitzordu handia eta jendetsua. Guretik pasatzeko eskaria egon da aurreko edizio guztietan eta, oraingoan, berandu eta mutur batetik bada ere, pozik gaude nahi duenak martxoko 23 asteleheneko ordu txikietan Moreta, Oion eta lekoratik korrika egiteko aukera izango duelako. Hasiak gara herriekin eta interesa duten ekintzaileekin bilerak egiten, ondo-ondo antolatu behar dugu dena, primeran ateratzeko.

Eta ez ahaztu KORRIKA dela eta, edo ez, gurerako ditugun kultur ekimenak: antzerki lanen bat izango dugu ikusgai,



gazte ekintzaile irabazleen Araba lehen alaba proiektuaren emanaldiak zenbait herrietan eta beste gaietako baina euskara ardatz duten jarduerara gehiago izango ditugu. Euskararen Aholku Batzordea deituko dugu, Kuadrilla mailan, euskararen ildoak indarrez eta sakontasunez margotzen eta zehazten jarraitzeko.



Bestalde, Eusko Jurlaritzako **LanERA** programaren baitan, Arabako Foru Aldundiaren atzerkipean, arlo sozioekonomikoan **Lanabes** izaten, **Saltoki txikiak** edo diren bezalakoetan, **Eskuara**rekin tinko, euskararen presentzia txertatu eta handitzeko lanean jarraituko dugu, gurean zehatzago **Lukuak** proiektuaren ezagutza zabaltzen, eredugarri eta motorea izan daitezkeen partehartzaile berriekin euskararen ehundura indartzen.

Ez da inoiz ematen duen bezain zaila: ekintza txikiak edozeinen esku daude. Zure negozioa eta euskara nabarmenago izatea nahi baduzu jarri harremanetan Kuadrillarekin (945 600252). Diagnostikoa egingo dugu, hizkuntza irizpideak finkatu, lehentasunak ezarri, epe luzera begiratu baina neurriak gaurtik hartuz. Dauden baliabideak zuen eskura jarriko ditugu eta denok izango gara irabazle. Gainera, eremu euskaldunagoetatik bisitan datozkigunek, deskuiduan gaztelaniaz aritu ez daitezten, Euskal Herrian gaudela erakustea errazago izango zaigu.



Las baterías ya son una realidad en la comarca

NAVARIDAS DA UN PASO PIONERO CON LA PRIMERA BATERÍA DE ALMACENAMIENTO, MIENTRAS LEZA Y BAÑOS DE EBRO AMPLÍAN LA RED DE RECARGA PARA VEHÍCULOS ELÉCTRICOS

La transición energética avanza con paso firme en la comarca. A finales de 2025, varios municipios ejecutaron nuevas inversiones en energías renovables y eficiencia energética gracias a las ayudas de la Diputación Foral y del Gobierno Vasco. Entre ellas destaca la instalación de la primera batería de almacenamiento energético comarcal en Navaridas, así como la ampliación de la oferta de carga pública para vehículos eléctricos en Leza y Baños de Ebro.

El Ayuntamiento de Navaridas ha instalado una batería de 21 kWh en su espacio deportivo, destinada a almacenar el excedente de energía generado por las dos centrales solares situadas en el frontón y el centro social. Estas instalaciones

solares, con una potencia conjunta de 47 kW, abastecen mediante autoconsumo las oficinas municipales, las piscinas, el centro social, el frontón y el consultorio médico.

La energía sobrante se almacena en la batería y se utiliza posteriormente durante las primeras horas de la noche para el alumbrado público, mejorando así la eficiencia del sistema y reduciendo el consumo de la red.

Junto a esta actuación, otros municipios de la comarca continúan reforzando su producción energética. Las nuevas centrales solares de Baños de Ebro, Moreda de Álava y Yécora, con potencias de 21, 36 y 30 kW respectivamente, han elevado la capacidad de generación renovable de

las administraciones locales hasta alcanzar 600 kW en total.

Este tipo de proyectos ha sido posible, en gran medida, gracias al Real Decreto de autoconsumo de 2019, que eliminó el conocido "impuesto al sol" y facilitó tanto el autoconsumo en edificios municipales como la compensación del excedente energético en la factura eléctrica.

Paralelamente, la tecnología de almacenamiento continúa evolucionando a gran velocidad. Recientemente, el principal fabricante mundial de baterías, CATL, ha iniciado la producción en masa de baterías de sodio, una alternativa más abundante y económica que el litio. Este avance abre la puerta a que, en un futuro próximo, se multipliquen las baterías ins-

taladas en edificios municipales de Rioja Alavesa.

La mejora tecnológica también se refleja en las carreteras de la comarca, cada vez más transitadas por vehículos eléctricos. En el conjunto del Estado, las matriculaciones en vehículos eléctricos alcanzaron las 225.616 unidades, lo que supone un incremento del 94,6 % respecto a 2024.

En este contexto, los ayuntamientos de Leza y Baños de Ebro han instalado dos nuevos puntos de recarga, cada uno con capacidad para dos vehículos y una potencia de 7 kW. Estas nuevas infraestructuras se suman a las ya existentes en Elciego, Labastida y Oyón-Oion, reforzando la red de movilidad eléctrica en toda la comarca.

Como el buen vino

Con moderación mejor.
Mucho mejor.



Ardo onarekin bezala

Moderazioz hobeto.
Askoz ere hobeto.

Campaña de concienciación social para el consumo racional de agua en Rioja Alavesa

Laguardia, Elvillar-Bilar, Kripan, Lanciego-Lantziego, Viñaspre, Yécora, Barriobusto, Labraza, Moreda de Álava, Oyón-Oion, Laserna, Assa, El Campillar, La Puebla de Labarca, Párganos, Leza, Navaridas, Elciego, Baños de Ebro, Villabuena de Álava, Samaniego, Labastida, Salinillas de Buradón.

AYUDA AL MEDIO AMBIENTE ¡PÍDENOS TU FACTURA POR E-MAIL!



Arabako Errioxako
URKIDETZA
Consortio de Aguas de Rioja Alavesa

Facilita tu lectura de contador para evitar acumulación de consumos.
Teléfono gratuito 24 h:
900 878 504

Ayúdanos a mejorar
Si existe alguna incidencia en el abastecimiento o detecta alguna fuga en la red:
Teléfono de asistencia técnica 24 h.

Teléfono Laguardia: 945 600 833

Hobetzea lagun gaitzazu
Horniduran arazorik badago edo sarean ihesik detektatzen baduzu:
Laguntza teknikoko 24 orduko telefona.

administracion@urariojaalavesa.eus

Gizartea kontzientziatzeko kanpaina, Arabako Errioxan uraren kontsumoa zentzuzkoa izan dadin

PARTE HARTU ARABAKO ERRIOXAKO FEMprende PROGRAMAN

Ekintzailea, autonomoa, enpresaria bazara, edo Arabako Errioxako Kuadrillan garapen sozioekonomiko edo sozialeko proiektu bati ekiteko gogoz bazaude, topagune honetan parte hartzera animatzen zaitugu, zure esperientzia partekatzeko, beste lankide batzuenak ezagutzeko, elkarrekin ikasteko, tarte atsegin bat pasatzeko eta elkarri laguntzeko sare bat ehuntzeko.

Bete formulario hau (QR eskaneatu edo esteka laburtuan sartu -<https://bit.ly/rafemprende>-) lehenengo saioan izena emateko eta hurrengo saioei buruzko informazioa jasotzeko. Aurreikuspenen arabera, Arabako ErrioxaFEMprende hiru topaketa egingo dira 2026an, hainbat herritan, eskualdean izandako ekintzaitza-esperientziak ezagutzeko.

Partekatu informazio hau beste emakumeekin.

Vive la experiencia FEMprende en Rioja Alavesa

El 27 de marzo de 2026, el Centro de Emprendimiento "El Ocho" acogerá un encuentro dirigido a emprendedoras de Rioja Alavesa. Organizado por los servicios de Igualdad y de Promoción Económica de la Cuadrilla de Rioja Alavesa, junto con la ADR de Rioja Alavesa, esta sesión pretende acercar a las emprendedoras de Rioja Alavesa la experiencia "FEMprende" que desde 2019 está activa en dos cuadrillas alavesas.

En el encuentro, participantes de AñanaFEMprende y AiaraldeaFEMprende contarán a mujeres de Rioja Alavesa su experiencia formando parte en estos grupos de apoyo mutuo.

Mentxu Ramilo Araujo, dinamizadora de los grupos FEMprende, tiene como propósito activar estos espacios de encuentro y generar dinámicas de participación sencillas para que, con el tiempo, estos grupos se gestionen con dinamizadoras "kilómetro 0".

¿QUÉ ES FEMPRENDE?

- Encuentros trimestrales "oficiales" donde emprendedoras del medio rural alavés exponen y comparten sus proyectos, sus experiencias vitales, sus dificultades y sus estrategias para superarlas.
- Encuentros informales propuestos por las participantes para tratar un tema, conocer un proyecto o pedir ayuda para dar respuesta a una necesidad
- Espacio virtual a través de Whatsapp para compartir información relevante para sus proyectos (subvenciones, noticias, formaciones, información de interés)
- Un blog para generar conocimiento libre, abierto y compartido sobre las emprendedoras y sus actividades; y que contribuya a generar sinergias entre ellas.

ORIGEN DE FEMPRENDE

En 2019 la Cuadrilla de Añana inició un proceso de empoderamiento personal y colectivo dirigido a emprendedoras, impulsado por el Servicio de Igualdad de la



Cuadrilla, en el marco de LAIA, la Escuela para la Igualdad y Empoderamiento de las Mujeres de Álava.

El primer encuentro se celebró en abril de 2019 con la presentación de cuatro experiencias de emprendedoras del medio rural de Añana. A partir de ese momento, el grupo fue creciendo de manera orgánica, y para cada sesión, se fue invitando a más mujeres de la comarca para que compartieran sus experiencias de trabajo por cuenta propia. En diciembre de 2025, 62 emprendedoras forman parte del grupo de Whatsapp.

En 2023 el proceso se puso en marcha también en la Cuadrilla de Aiaraldea, impulsado por el Servicio de Igualdad: AiaraldeaFEMprende, en diciembre de 2025, 23 emprendedoras están en el grupo de Whatsapp.

El apoyo de las Agencias de Desarrollo de Añana y de Aiaralde) es esencial. Son ellas quienes tienen contacto directo con las mujeres que deciden poner en marcha proyectos de trabajo por cuenta propia. Y quienes les informan de la existencia de los grupos FEMprende como espacios de apoyo mutuo.

PARTICIPA

Si eres emprendedora, autónoma, empresaria o con ganas de iniciar un proyecto de desarrollo socioeconómico o de carácter social en la Cuadrilla de Rioja Alavesa, te animamos a participar en este espacio de encuentro para compartir tu experiencia, conocer las de otras compañeras, aprender juntas, pasar un rato agradable y tejer una red de apoyo mutuo.

Rellena este formulario (escaneando el QR o entrando en el enlace acortado -<https://bit.ly/rafemprende>-) para apuntarte a la primera sesión y para recibir información sobre las próximas sesiones. Está previsto realizar tres encuentros RiojaAlavesaFEMprende en 2026, en distintas localidades para conocer diversas experiencias de emprendizaje en la comarca.

Comparte esta información con aquellas mujeres que crees que pueden tener interés.



EMAKUMEEEN ZORU PELBIKOA ZAINTEA: OSASUN ETA AUTOZAINZARAKO TAILERRA ARABAKO ERRIOXAN

Arabako Errioxako emakumeei zuzendutako tailer honek zoru pelbikoaren osasunaren garrantzia ezagutaraztea eta autozaintza sustatzea du helburu. Zoru pelbikoa funtsezkoa da eguneroko ongizaterako, besteak beste, gernueta gorotz-kontinentzian, organoen eustean, jarreran eta osasun sexualean eragiten duelako, bereziki erditu ondoren edo menopausiaren garaian.

Tailerra OSI Rioja Alavesa-ko Lehen Mailako Arretako fisioterapeutek, erizain komunitario batek eta Arabako Errioxako Kuadrillarekin elkarlanean antolatu da. Doakoa

izango da eta hiru saiotan garatuko da, atal teorikoak eta praktikoak uztartuz, parte-hartzaileei egunerokoan aplikatzeko moduko ariketak eta gomendioak eskaintzeko.

Tailerra 18 urtetik gorako emakumeei zuzenduta dago, eta talde-dinamikaren bidez ikaskuntza partekatua, motibazioa eta estigmen murrizketa sustatzen ditu. Lehen edizioaren ondoren, Arabako Errioxako beste udalerrri batzuetan ere eskaintzea aurreikusten da, emakume gehiagorengana iristeko.

CUIDAR EL SUELO PÉLVICO

UN TALLER PARA LA SALUD DE LAS MUJERES DE RIOJA ALAVESA

La salud del suelo pélvico sigue siendo, para muchas mujeres, un tema desconocido o rodeado de tabúes. Sin embargo, se trata de una parte fundamental del cuerpo que influye en funciones tan básicas como la continencia urinaria y fecal, el soporte de los órganos pélvicos, la postura y la salud sexual. Su buen funcionamiento es clave para el bienestar diario, especialmente en etapas como el posparto o la menopausia.

Con el objetivo de acercar esta información a la población y fomentar el autocuidado, los fisioterapeutas de Atención Primaria de la OSI Rioja Alavesa, junto con la enfermera comunitaria y en colaboración con el Servicio de Igualdad de la Cuadrilla de Rioja Alavesa, han organizado un taller gratuito de tres sesiones, teóricas y prácticas, dirigido a mujeres adultas de la comarca.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE CUIDAR EL SUELO PÉLVICO?

Se estima que una de cada tres mujeres sufrirá incontinencia urinaria a lo largo de su vida. Tras

el embarazo, el parto o la menopausia, estas cifras aumentan notablemente. La buena noticia es que la ciencia demuestra que la educación y el entrenamiento del suelo pélvico pueden prevenir muchas de estas disfunciones y mejorar la calidad de vida de forma significativa.

Además, participar en talleres grupales favorece la motivación, reduce el estigma y crea espacios seguros donde compartir dudas y aprender herramientas prácticas para el día a día.

UN TALLER PARA APRENDER Y PRACTICAR

El taller se celebrará en la sala Bazterra de Oyón durante tres jueves consecutivos: 26 de febrero, 5 de marzo y 12 de marzo de 9:30 a 11:30 h

Las asistentes deberán llevar una esterilla y una toalla pequeña.

Cada sesión incluirá:

- Una parte teórica, con contenidos sobre anatomía, factores de riesgo y hábitos saludables.
- Una parte práctica, donde las participantes realizarán

ejercicios guiados por fisioterapeutas especializados.

También se ofrecerán recomendaciones de autocuidado para integrar en la vida cotidiana.

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

A mujeres mayores de 18 años, de cualquier nacionalidad, con conocimiento básico de castellano y físicamente autónomas. El taller no está indicado para mujeres con patología urinaria severa, cirugías pélvicas recientes, procesos oncológicos activos o prolapso grado III-IV.

INSCRIPCIÓN

La participación es gratuita, pero requiere inscripción previa a través del Servicio de Igualdad de la Cuadrilla de Rioja Alavesa, llamando al 945 600 252 o 620 577 565.

PRÓXIMAS EDICIONES

Tras este primer taller en Oyón-Oion, está previsto ofertarlo en otros municipios de Rioja Alavesa para facilitar la participación de más mujeres de la comarca.

IZEN-EMATEA BEHARREZKOA
INSCRIPCIÓN NECESARIA
945 600 252 (Nalara) / 620 577 565
criojoalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eu

Kripan destaca en la plaza de El Coso

Kripan luce con orgullo su nombre en la plaza de El Coso desde el pasado verano. El municipio solicitó, y recibió, una ayuda al programa de Veredas para ubicar un letrero de grandes dimensiones con su nombre en una de las entradas por carretera a la localidad. Con la ayuda aprobada, el municipio vio como la cercanía de la carretera impedía que su nombre se situara en el punto previsto. Buscaron un nuevo emplazamiento y decidieron situarlo en la plaza de mayor dimensión del municipio, la plaza de El Coso.

Una vez ubicadas en la plaza las seis letras de acero corten componiendo el nombre de Kripan, la localidad se alegra del cambio. Lo que, inicialmente, se recibió como una mala noticia ahora se ve con alegría. Tanto los responsables locales como la vecindad en general están muy satisfechos con el resultado, convirtiéndose en una referencia local, así como el lugar elegido para tomar fotografías. La gran aceptación que ha tenido el letrero ha hecho pensar en completar la actuación dotando al mismo con iluminación nocturna, con tecnología LED.

Kripan ha finalizado el mes de enero celebrando sus fiestas, en honor a San Tirso. Una cita muy querida por la población local que se celebra cada 28 de enero con los actos religiosos y el posterior almuerzo popular. El fin de semana más cercano a la festividad se elige para realizar otras actividades. Entre ellas destaca una cena popular, en la que se reúnen entre 160 y 200 personas. Este año las celebraciones se han realizado el 31 de enero, comenzando con una chocolatada a media tarde y cerrando con la animación musical tras la popular cena en la bodega local.

Una jornada que cuenta con gran afluencia, por lo que se ha elegido para, tras la chocolatada, realizar la primera reunión organizativa de la próxima Fiesta de la Vendimia. Un evento que, seguro, está destacado en la agenda de quienes residen o descienden de la localidad.



**ELKARRIZKETA OSOA, GURE WEB
GUNEAN / ESCUCHA LA CHARLA
COMPLETA EN NUESTRA WEB**



KRIPANEK ZAINDARIAREN JAIAREKIN ETA ERRONKA KOLEKTIBOEKIN EMAN DIO HASIERA URTEARI

EUSKARA ZERBITZUA

Kripanek urtarrilaren 28an San Tirsoren omenez egiten duen zaindariaren jaiarekin hasten du urtea. Hitzordu finkoa da herriko egutegian, eta normalean udalerrian bizi diren pertsonak joaten dira.

Pertsona askok lanegun batean herra etortzerik ez dutela jakinik, duela urte batzuetatik, egun horretatik hurbilen dagoen larunbatean osatzen dute ospakizuna. Horien artean, herriafaria da aipagarria, askotan, udal-errodak adierazten duena baino bertaratu-kopuru handiagoa biltzen du. Horrek argi erakusten du ospakizun hori zeinen errotuta dagoen eta zeinen garrantzitsua den.

Aurtengo edizioa, espero bezala, bereziki jendetsua eta esanguratsua izan da. Mahats-bilketaren jaia antolatzeke lehen bilera egiteko aprobetxatu dute jardunaldia gainera. Kripan izango bait da Mahats-bilketaren udalerrian anfitrioi.



La Casona de Lapuebla de Labarca ya es una realidad

Lapuebla de Labarca lleva años trabajando para dar vida a La Casona, un inmueble situado junto a la Plaza del Castillo para el que ha habido diferentes proyectos. Finalmente, el edificio se ha convertido en el nuevo Centro Social del municipio, con las obras finalizadas, pero todavía sin iniciar su actividad.

Después de varios años de trabajo y una importante inversión, superior al millón de euros, las obras ya han finalizado. Para asumir el presupuesto de la obra, el municipio ha contado con ayudas de Diputación, a través de Plan Foral, y de Gobierno Vasco a través de Erein y Leader. Los trabajos han concluido con un último contratiempo, durante la puesta en marcha, a modo de prueba, del equipo de climatización se detectó un fallo que está siendo subsanado por la empresa instaladora. El Ayuntamiento está aprovechando este último retraso para adelantar trabajo respecto al equipamiento de las diferentes salas. Locales en los que se podrán realizar diferentes actividades.

La planta baja cuenta con dos salas, una de ellas preparada para poder montar una cocina y realizar cursos. En las dos plantas superiores hay diferentes salas, amplias, en las que poder desarrollar actividades de mantenimiento, charlas, talleres o cursos. Finalmente, la bajo cubierta también ofrece una amplia y acogedora sala. Además de los diversos cursos que se desarrollan en la localidad, el edificio acogerá el gaztegun y la bi-

blioteca, liberando el espacio que ahora ocupan en la Ikastola.

El centro educativo ha visto este otoño como se renovaba la zona de juegos infantiles, mientras que el nuevo aparcamiento de autocaravanas ya empieza a recibir usuarios, dos actuaciones que han contado con ayuda financiera recibida a través de Erein, Gobierno Vasco. Finalmente, no nos olvidamos de las obras de renovación de la calle La Fuente, aproximadamente la mitad de esta calle ha visto como se renovaba su pavimento con la ayuda de Obras Menores, de Diputación Foral de Alava.

La localidad ha comenzado el año cerrando los preparativos para celebrar la edición número veinte del Uztaberri Eguna. Una jornada en la que las bodegas locales volverán a abrir sus puertas para compartir y divulgar la cultura enológica local. La víspera, el historiador local Salvador Velilla ofrecerá una charla sobre el momento en que la localidad se independizó de Laguardia bajo el título "Paso de aldea a villa".



ELKARRIZKETA OSOA, GURE WEB GUNEAN
/ ESCUCHA LA CHARLA COMPLETA EN NUESTRA WEB



ITURRIAREN KALEKO HOBEKUNTZAK, URTEA HASTEKO

EUSKARA ZERBITZUA

Lapuebla de Labarcak urrats berriak eman ditu Hodien Iturrira berriz ere gertutasuna irabazten, garai batean biztanleek eremu horrekin izan zuten harreman estua berreskuratzeko asmoz, beste garai horretako sarbidea gogoratu eta hobetuz. Iaz, Udalak proiektu hau aukeratu zuen Obra Txikien Foru Aldundiaren laguntza jasotzeko, eta horri esker, jardueraren zati bat gauzatu ahal izan da, ia kalearen erdia, Maite Cordoba alkateak azaldu duenez.

Bestalde, La Casonan dagoen Gizarte Zentro berria lanean hasteko prestatzen ari da. Irekiera ekitaldia atzeratu egin da, behin lanak amaituta, klimatizazio sisteman arazo bat antzeman dutelako. Akatsa ekipoen probetan aurkitu zuten, eta, konpondu bidean da. Udala itxaron behar



du ten garai baliatzen ari da aretoak hornitzeko behar diren aurrekontuak prestatzeko. Gainera, Lapuebla de Labarca protagonista izango da berriz ere datorren otsailean, Uztaberri Egunaren edizio berri batekin.

¡ANÚNCIATE!
EN BERBERANA
EL MEJOR ESCAPARATE DE RIOJA ALAVESA

Ponte en contacto con nuestro equipo y te ofrecemos la mejor opción para visibilizar tu negocio

revistaberberana@gmail.com
659 47 52 67

PELOKAKI
EXCAVACIONES Y DESMONTES

PREPARACIÓN DE FINCAS AGRÍCOLAS PARA VIÑEDOS Y DESFONDES, DESPEDREGADOS, DESINFECCIÓN, MOVIMIENTOS DE TIERRA Y OBRA PÚBLICA

608 872 685
608 969 851

AGENCIA DE LIMPIEZA

BM
MIRANDA, s.c.

SERVICIOS DE LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO PARA:

- ✦ COMUNIDADES
- ✦ OFICINAS
- ✦ EMPRESAS
- ✦ COMERCIOS
- ✦ GARAJES
- ✦ BODEGAS
- ✦ LIMPIEZAS FIN DE OBRA

Tfno.: 655 83 58 87
01308 Lanciego

Las obras de renovación de las piscinas de Lanciego, en marcha

Este invierno se han puesto en marcha las obras de renovación de las piscinas, concretamente de la instalación de un nuevo sistema de depuración. Una actuación que supone para el municipio una importante inversión. Los trabajos cuentan con un presupuesto de 170.000 euros, para los cuales el municipio ha obtenido sendas ayudas de Plan Foral de Diputación y de Erein de Gobierno Vasco.

El nuevo sistema se instalará en el talud existente entre los dos vasos de la piscina, junto a la depuradora actual, por lo que las obras no afectan a la zona verde de las instalaciones. Las precipitaciones del mes de enero están obligando a parar las actuaciones, pero desde el municipio confían en que las mismas concluyan sin interferir en la apertura habitual de las piscinas. Precisamente, se esperó a la época invernal para contar con tiempo suficiente para el desarrollo de los trabajos.

Lanciego cuenta ya con su propia central fotovoltaica de autoconsumo, las placas solares han cambiado de ubicación respecto a los planes iniciales, pero ya están instalados en la cubierta del polideportivo municipal. Inicialmente, el Ayuntamiento pensó en ubicarlas en la cubierta de la casa consistorial. Esta primera idea no podía realizarse al tratarse de un edificio protegido, posteriormente pensaron en el cercano frontón, de manera que la central generase energía para la propia instalación y para las cercanas piscinas, pero al realizar la primera cata en la cubierta se descubrió la presencia de amianto, por lo que hubo que buscar un tercer emplazamiento que ha resultado

el definitivo. Enero finalizó con la central instalada a la espera de su puesta en marcha.

Hablar de obras en Lanciego implica mirar hacia el edificio de la ikastola, donde se construye un nuevo ala. Los trabajos de construcción propiamente dicha han concluido y en la actualidad se están equipando las aulas con el mobiliario y maquinaria que precisan según su destino. El nuevo espacio cuenta con cocina, gimnasio, aulas para educación infantil y un espacio de ludoteca. La alcaldesa calcula que el alumnado podrá disfrutar plenamente del renovado centro al volver de las vacaciones de Semana Santa.

Lanciego tampoco descansa en la preparación de citas culturales. Febrero ha comenzado celebrando el Día de la Interculturalidad, conocido como el Día de los Arroces, ya que este es el ingrediente principal de los diversos menús elaborados. En marzo, la asociación de mujeres Eulate ha elegido la víspera del Día de la Mujer, el 7 de marzo, para celebrar la fecha con una excursión a Laguardia y posterior comida en Lanciego. Ya en primavera, celebrarán el 18 de abril su anual excursión de sidrería y en mayo preparan una gran fiesta de kintos, reuniendo en una sola jornada a todas las quintadas.



ELKARRIZKETA OSOA, GURE WEB GUNEAN / ESCUCHA LA CHARLA COMPLETA EN NUESTRA WEB



LANTZIEGOKO IKASTOLA UDABERRIRAKO PREST

EUSKARA ZERBITZUA

Lantziegoko obrez hitz egiteak ikastolaren eraikinari begiratzea eskatzen du, bertan hegal berri bat eraiki baita. Obrolanak dagoeneko amaitu dira, eta, une honetan, ikasgelak ekipatzen ari dira, espazio bakoitzaren erabileraren arabera beharrezkoak diren altzari eta makinekin. Handitze horretan sukaldea, gimnasioa, haur-hezkuntzarako gelak eta erabilera partekatuko ludoteka daude. Azken espazio hori ikastetxeak erabiliko du eskola-orduetan, baina udalerraren eskura ere egongo da eskola-orduetatik kanpo eta oporraldietan

jarduerak egiteko. Obraren amaiera otsailaren amaierarako aurreikusita dago, eta, beraz, alkateak uste du Aste Santuko oporretatik bueltan ikasleek ikastetxe berrituaz gozatzeko aukera izango dutela.

Bestalde, udal-igerilekuetako arazketa-sistema berritzeko obrek aurrera jarraitzen dute, nahiz eta prezipitazioek zenbait zailtasun eragin dituzten. Hala ere, instalazioa ireki arte geratzen diren hilabeteek aukera ematen dute lanak behar besteko tartearekin egiteko, eta ez da interferentziarik aurreikusten igerileku-denboraldiaren ohiko hasieran.



La sala multiusos de Leza estará lista en primavera

El Ayuntamiento de Leza continúa su proceso de transformación. La reforma del piso superior está creando una sala de unos 100 metros cuadrados de superficie, que contará además con aseos accesibles y un cuarto para los equipos de frío y calor. Esta obra conlleva cambios en todo el inmueble, para que el espacio sea totalmente accesible se ha instalado un ascensor y ha habido que derribar las antiguas escaleras para construir unas nuevas. Precisamente esa ha sido la parte más compleja de los trabajos, una vez finalizados la nueva escalera nos permitirá disfrutar de la antigua pared de piedra que ha aparecido durante los trabajos, así como algunas zonas con ladrillo antiguo.

En la planta baja, el gimnasio pierde parte de espacio, debido a la ubicación del ascensor y la reforma de la escalera, se compensa con la amplitud de la nueva sala. Por otro lado, las oficinas municipales ganan en accesibilidad gracias al ascensor. En esta planta, queda pendiente la reforma de los aseos que se ha solicitado al programa de Obras Menores. Una vez finalicen los trabajos y el espacio multiusos comience su actividad, se liberará la sala que ahora ocupan en el edificio del gaztetxe. Con su destino aún sin definir, seguramente alguna asociación local pueda disfrutar de ese espacio.

Las obras de urbanización de la calle Campillo en su segunda fase se adjudicaron a finales de enero, por lo que se espera su inicio en las próximas semanas. Los trabajos continúan la urbanización de esta calle donde finalizó la primera fase para llegar hasta su enlace con el camino y el barrio de La Lombilla. Unas obras en la que se van a invertir cerca de 240.000 euros, con una financiación casi completa entre Plan Foral de Diputación y Erein de Gobierno Vasco.

En los próximos meses, el municipio quiere concluir con la puesta al día de la zona deportiva, con la piscina renovada, incluyendo sus vestuarios, queda pendiente la puesta al día de la pista deportiva. Reparar la superficie, el perímetro y un pintado de la pista que esperan poder realizar con la ayuda solicitada a Veredas. Muy cerca de allí, encontramos los dos puntos de carga eléctrica de vehículos que instalaron a finales del pasado año gracias a una ayuda foral en materia de eficiencia energética. Una instalación que se había solicitado por parte de los alojamientos rurales locales, cuya clientela demanda este servicio.

Bestalde, udalerrriak aurrera egiten jarraitzen du Udalaren erreforman. Bigarren solairuko erabilera anitzeko aretoa behin betiko irudia erakusten hasi da: igogailua jarrita dago eta eskailera eraberritu egin da, barruko lanak egiteke. Udaberri honetan zehar obrak erabat bukatutzat ematea espero du Udalak. Berrikuntzak dituen beste proiektu bat Campillo kalearen urbanizazioa da, bigarren fasean. Obrak joan den urtarriaren amaieran esleitu ziren.



ELKARRIZKETA OSOA, GURE WEB GUNEAN
/ ESCUCHA LA CHARLA COMPLETA EN NUESTRA WEB

MUGIKORTASUN ELEKTRIKOAK ETA UDAL ERREFORMAK, LEZAKO BERRIKUNTZAK

EUSKARA ZERBITZUA

Lezako ostatu turistikoaren arduradunek Udalarari jakinarazi zioten ibilgailuentzako karga elektrikoko puntuak behar zirela, bezeroek gero eta gehiago eskatzen zuten zerbitzua. Udalak proposamena jaso zuen eta errealitate bihurtu du Eraginkortasun Energetikoaren Foru Aldundiaren laguntzei esker. Bi karga-guneak osasun-kontsultategiaren ondoan jarri dituzte, herriko tabernatik eta kirol-gunetik oso gertu, Lezako erdigunean.

Bestalde, udalerrriak aurrera egiten jarraitzen du Udalaren erreforman. Bigarren solairuko erabilera anitzeko aretoa behin betiko irudia erakusten hasi da: igogailua jarrita dago eta eskailera eraberritu egin da, barruko lanak egiteke. Udaberri honetan zehar obrak erabat bukatutzat ematea espero du Udalak.

Berrikuntzak dituen beste proiektu bat Campillo kalearen urbanizazioa da, bigarren fasean. Obrak joan den urtarriaren amaieran esleitu ziren.



Residencia de Yécora



Bienestar
entre viñedos



Residencia y servicio de estancias diurnas de tercera edad

Servicios con calidad y calidez






HABITACIONES INDIVIDUALES Y DOBLES

COCINA PROPIA CON MENÚS Y DIETAS PERSONALIZADAS

SERVICIO MÉDICO Y DE ENFERMERÍA

REHABILITACIÓN Y FISIOTERAPIA
SERVICIOS PSICOSOCIALES

ESTANCIAS TEMPORALES Y SERVICIO DE ESTANCIAS DIURNAS

Avda. de Estíbaliz, nº 7
Yécora (Álava)
Tfno.: 945 62 25 06
Móvil: 667 51 99 73
info@residenciayecora.org
www.residenciayecora.org

A 15 minutos de Logroño

Laguardia acoge el acto inicial de la construcción de EDA Drinks & Wine Campus

El pasado 23 de enero en Laguardia, junto a la Casa del Vino, tuvo lugar el acto de colocación de la primera piedra del edificio de EDA en Laguardia. Un acto simbólico que supone el punto de partida para la construcción de la sede en Rioja Alavesa de este ambicioso e innovador proyecto. Días más tarde, el acto se repetía en la capital alavesa, donde se ubica la otra sede del futuro campus de vino y bebidas.

El proyecto EDA Drinks & Wine Campus se presenta como una iniciativa estratégica de formación en vino y bebidas impulsado por Gobierno Vasco, Basque Culinary Center y la Diputación Foral de Álava. Lo que hasta ese momento era un plan sobre papel ha iniciado una nueva etapa con el comienzo de la construcción de sus sedes.

El evento marca un paso decisivo en la ejecución de una iniciativa que aspira a consolidar un polo de talento y conocimiento con proyección global. Un acto cargado de simbolismo que contó con la presencia de la consejera de Alimentación, Desarrollo Rural, Agricultura y Pesca del Gobierno Vasco, Amaia Barredo, acompañada del diputado general de Álava, Ramiro González, el alcalde de Laguardia, Raúl García y el director general de Basque Culinary Center, Joxe Mari Aizega, así como el presidente de la Cuadrilla de Rioja Alavesa, Txema Elvira y diversos representantes del sector y del consejo de bodegas de EDA.

La colocación de la primera piedra ha tenido lugar en la parcela que acogerá la sede de Laguardia del proyecto EDA Drinks & Wine Campus. La simbólica piedra, una urna de metacrilato, encierra en su interior un libro de firmas en el que las personas asistentes han volcado sus deseos, pensamientos y reflexiones sobre el proyecto. Junto a él, una botella de vino de la última añada del viñedo existente en la parcela que albergará el edificio.

La sede de Laguardia contará con instalaciones modernas orientadas al emprendimiento, aulas de formación, laboratorios, espacios de análisis sensorial, una amplia planta piloto y un wine bar,



formando parte de un ambicioso campus con otra futura sede en Vitoria-Gasteiz. Con su construcción y puesta en marcha se quiere reforzar la cadena de valor del sector vitivinícola, combinando tradición local con innovación y formación de alto nivel.

Durante el acto, la consejera de Alimentación, Desarrollo Rural, Agricultura y Pesca del Gobierno Vasco, Amaia Barredo, remarcó que "el futuro del sector agroalimentario de Euskadi pasa por la excelencia y la innovación". Barredo subrayó que "de aquí, de EDA Laguardia,

saldrán las personas que liderarán la transformación del sector del vino en Euskadi. Personas que desarrollarán nuevos productos, servicios y modelos de negocio. Y aquí se generará el conocimiento que permitirá a nuestro sector ganar competitividad en un momento de gran exigencia, o abrir nuevos mercados". Por su parte, el Diputado General de Álava, Ramiro González hizo hincapié en que se levanta "mucho más que un edificio. Levantamos un símbolo de proyección cultural y conocimiento para Rioja Alavesa. Este campus nos abre una puerta al

mundo desde el máximo respeto a nuestra autenticidad".

Finalmente, Joxe Mari Aizega, director general de Basque Culinary Center, incidió en que "el inicio de las obras de EDA Drinks & Wine Campus supone un hito estratégico para Basque Culinary Center y para el conjunto del sector de las bebidas y el vino. Este proyecto nace con la vocación de convertirse en un referente internacional en formación, investigación, innovación y emprendimiento, conectando conocimiento, territorio y el sector del vino y las bebidas".



Laguardia recuperará su castillo

Laguardia es reconocida, dentro y fuera de Rioja Alavesa, por el encanto medieval al que nos traslada paseando entre sus calles. Se conserva gran parte de la muralla perimetral y un entramado urbano que invita a recorrer sus estrechas calles. Son muchos los elementos patrimoniales a destacar y una sola ausencia. Una localidad cuya fundación se remonta a épocas de conflicto territorial, protagonista del desarrollo de toda una comarca, no conserva ningún rastro visible de su castillo. Su existencia es bien conocida a través de escritos y dibujos, por saber sabemos exactamente cuando desapareció, fue durante la segunda Guerra Carlista. La cuestión es: ¿quedan huellas físicas de su existencia en el Laguardia de 2026?

El pasado 17 de enero se realizó una sesión abierta para presentar el proyecto de recuperación y puesta en valor del Castillo de Laguardia. Un proyecto que nace fruto de la iniciativa particular de varias personas de la localidad que, unidas por este interés común en torno al castillo de Laguardia, crearon la Asociación Harresian. Antonio Cadarso lleva años investigando y recopilando datos sobre la historia de su pueblo, junto a los arquitectos Pablo Cuesta y Ander Diez, y la arqueóloga, Rebeca Marina, crearon el colectivo. Los datos y conocimientos de cada uno se reunieron y dieron con la que, se cree, fue la ubicación exacta del emblema defensivo de Laguardia.

Los pasos siguientes les llevan a realizar trabajos arqueológicos de recuperación y puesta en valor de esos hallazgos. Una tarea costosa y larga en el tiempo para la que es necesaria financiación externa, en ese momento contactan con el Ayuntamiento de Laguardia para plantearles su idea y la posibilidad de acceder a las ayudas de Gobierno Vasco para recuperar el Patrimonio Cultural Vasco. La respuesta municipal fue positiva, también la del gobierno autonómico, que ha concedido una ayuda de 250.000 euros, sufragando al completo esta primera fase de intervención.

En la pasada reunión de enero se ofrecieron los datos históricos que se tienen, los planos cotejados, como el que aparece junto al texto, y que superpone el plano de Laguardia dibujado en 1874 con el actual, coincidiendo milimétricamente la situación de la muralla, la iglesia de Santa María y las calles. Una cuestión que permitirá afinar las catas arqueológicas para encontrar los res-

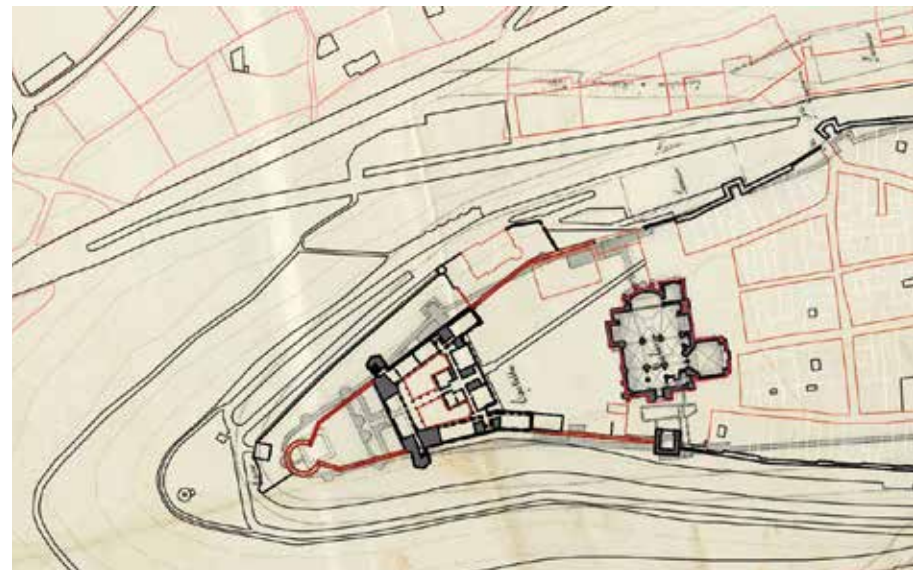


tos. Los promotores y su equipo interdisciplinar están convencidos de que, además de los cimientos del castillo, de dimensiones relativamente reducidas, pueden aparecer otros restos.

En la actualidad están realizando diversas mediciones y estudios previos a iniciar las catas arqueológicas en el patio trasero del actual colegio Víctor Tapia. La documentación que han estudiado les indica que, en la conocida batería, es donde se ubicó la torre del homenaje y sus edificios anexos. El objetivo es realizar los trabajos con el prisma de "abierto por obras", habilitando un acceso a la zona independiente del centro escolar. El proyecto se basa tanto en la recuperación de los restos como en hacer partícipe a la ciudadanía del proceso y de la importancia patrimonial e histórica de los mismos. La intención es seguir compartiendo, a través de charlas y de visitas a la zona, cuando sea posible, los diferentes pasos que se van dando. También a través de esta publicación y de nuestros podcast. De momento, el trabajo ya está en marcha y, este verano, las excavaciones estarán activas en la zona más al Norte de la muralla de Laguardia.



ELKARRIZKETA OSOA, GURE WEB GUNEAN
/ ESCUCHA LA CHARLA COMPLETA EN
NUESTRA WEB



SUPERPOSICIÓN DEL PARCELARIO ACTUAL DE LAGUARDIA EN EL PLANO DE FERNANDO ALAMEDA. PABLO CUESTA SAMPEDRO, 2025.



Sara Zubizarreta comunica Elciego con Perú

Sara Zubizarreta es una joven apasionada por comunicar y muy activa en redes sociales. Podría parecer que eso es lo que hacen todas las personas jóvenes, pero Sara lo hace desde un prisma diferente, desde una perspectiva profesional. Es lo que conocemos como community manager.

Esta joven tuvo claro que quería enfocar sus estudios al mundo de la comunicación, se decantó por estudiar el Grado de Comunicación Audiovisual. Completó su formación con un Master en creación y gestión de contenidos en Madrid, donde tuvo la oportunidad de entrar en contacto con el mundo de la radio y la televisión. Unos ámbitos que no le engancharon como lo hacen las redes sociales, decidió regresar a su pueblo, Elciego, convencida de que también aquí podría encontrar trabajo.

El tiempo le dio la razón y poco después surgió la oportunidad de trabajar llevando las redes sociales de una empresa de la comarca. Un reto para ella, la empresa en cuestión es un desguace y Sara no era muy aficionada al mundo del motor, pero ha sido una gran experiencia para ella, demostrando la importancia de comunicar en cualquier ámbito. En su caso, con su particular sentido del humor como hilo conductor de sus trabajos.

A pesar de tener un trabajo en el que se encontraba muy a gusto, Sara tenía una espinita clavada de su época de estudiante, la experiencia de salir al extranjero. Nos cuenta que no fue de Erasmus así que, cuando pudo presentarse a las becas Global Training de Gobierno Vasco no se lo pensó. El proceso para lograr su objetivo no ha sido fácil, después de pasar las diversas pruebas y requisitos para lograr una de estas becas, llegó el momento de elegir destino "había opciones para ir a grandes empresas, multinacionales muy reconocidas, pero yo me fui a lo más humano. Me decidí por la oferta de una ONG que trabaja en Perú". La beca le ofrece una estancia de seis

meses, que pueden prolongarse otros seis más, lo que significa que Sara estará en el continente Americano, al menos, hasta verano.

La organización con la que está trabajando, se fue a mediados de enero, realiza proyectos con mujeres e infancia en el Amazonas y zonas rurales del país. Su labor es documentar el trabajo de la ONG, lo que implica que tendrá que viajar a las zonas donde se desarrollan los diferentes proyectos. Seguramente tendrá que ver realidades duras y complejas. "Soy una persona muy sentimental y me han advertido de que veremos situaciones duras, así que no se cómo reaccionaré", nos confesaba inquieta Sara.

Antes de emprender esta aventura, Sara dedicó una mañana a estar con nosotras y compartir su mensaje para otras personas jóvenes. El primero es que se puede buscar tu propio futuro laboral en Rioja Alavesa, como le ocurrió a ella. Por otro lado, también quiere reivindicar que la creación de contenido es algo más que colgar videos en redes sociales, es aportar y contar algo en ellos. En este sentido, reclama la necesidad de buscar contenido de calidad, apoyando a los creadores y dejando de lado otros canales que no aportan.

Finalmente, nos contó que a Perú se lleva, además del trabajo, un proyecto personal, el de acercar culturas durante su estancia en tierras peruanas. Desde su llegada a comenzado a colgar en su canal @sarazzubi videos sobre la gastronomía, las diferencias de precios en productos de uso cotidiano y otros contenidos con los que conectarnos con Perú y su cultura.



**ELKARRIZKETA OSOA, GURE WEB
GUNEAN / ESCUCHA LA CHARLA
COMPLETA EN NUESTRA WEB**



Roberto Fernandez inicia su quinta etapa en la Junta Administrativa de Barriobusto

Las elecciones del pasado noviembre en Barriobusto no trajeron cambios, sino estabilidad. Las tres personas que formaban la anterior junta fueron nuevamente los más votados y en diciembre ratificaron sus cargos. La localidad encara una etapa de continuidad con la curiosidad de que sus tres representantes comparten apellido Fernández, pero no mantienen relación familiar entre ellos. Por otro lado, Roberto Fernández volvió a ser elegido presidente, iniciando su quinta etapa en la junta y la cuarta como presidente.

Charlamos con el representante de Barriobusto y nos relata que las votaciones no han sorprendido mucho, las características de la localidad, con poca población y muy envejecida, hacía esperar un resultado como el obtenido en los comicios.

Los nuevos representantes de la localidad mantendrán una línea de trabajo continuista, aprovechando las ayudas de Obras Menores y Veredas para mantener el pueblo e ir mejorando algunas zonas. En este año recién iniciado, quieren llevar a cabo la limpieza y mejora de la zona verde situada en la parte de atrás de la iglesia y también en la zona del río. Se trata de dos puntos en los que la naturaleza ha crecido sin control. El objetivo es adecentarlas para ganar en zonas verdes locales. Por otro lado, quieren mejorar los barandados de



la zona de la plaza, implementando la seguridad en los tramos existentes y completándolo en los tramos que faltan.

Dos son los ámbitos en los que están a la espera, por un lado, esperan que se completen las obras que van a permitir la llegada de la fibra al pueblo y por tanto, poder contar con una conexión a internet de calidad. Por otro lado, tanto las obras que acabamos de citar como las del nuevo regadío de Valdepaderna están afectando a la red de caminos rurales. Desde la Junta Administrativa están esperando la finalización de las obras para poder evaluar el estado de los caminos y las actuaciones necesarias para su mejora.



**ELKARRIZKETA
OSOA, GURE
WEB GUNEAN
/ ESCUCHA
LA CHARLA
COMPLETA EN
NUESTRA WEB**

GORREBUSTOKO BATZORDEAK EUSTEN DIO

EUSKARA ZERBITZUA

Joan den azaroan Barriobuston egindako hauteskondeek ez zuten aldaketarik ekarri, jarraipena eta egonkortasuna baizik. Aurreko batzarra osatzen zuten hiru pertsonak izan ziren, berriro ere, bozkatuenak. Hirukote bitxia da: abizen bera dute, Fernandez, baina ez dago haien arteko ahaidetasunik.

Roberto Fernandezek, bere garaian hautagai bozkatuena izan zenak, laugarren etapa hasiko du

orain buru gisa, bosgarrena, mende hasieran (2001- 2005) bokal gisa aritu zen lau urteak gehituz gero.

Herriko ordezkari berriek orain arte garatutako lan ildoari eutsiko diote, Obra Txikiak eta Bidezidorrak programako laguntzak baliatuz herria mantendu eta zonalde batzuk hobetuz joateko. Aurten herriko berdegune batzuk txukuntzea proposatu dute, hala nola elizaren ondoan edo ibaitik gertu daudenak.

¡ANÚNCIATE!

revistaberberana@gmail.com
659 47 52 67

EN BERBERANA

EL MEJOR ESCAPARATE DE RIOJA ALAVESA

Ponte en contacto con nuestro equipo y te ofrecemos
la mejor opción para visibilizar tu negocio

Salinillas de Buradón renueva su confianza en Fernando Uriarte

Fernando Uriarte inició el pasado diciembre su tercera legislatura al frente de la Junta Administrativa de Salinillas de Buradón. Lo hace acompañado de caras conocidas, Sandra Salazar, que continúa como vocal una legislatura más y Esther Salazar, que regresa con energías renovadas tras cuatro años de descanso. El responsable local se muestra satisfecho y agradecido por el apoyo recibido del resto de vecinas y vecinos, también nos confiesa su deseo de que sea la última y poder descansar de sus responsabilidades al frente del pueblo.

Inicia esta nueva etapa con dos objetivos claros, el primero de ellos es lograr urbanizar las calles Arco de Abajo y La Cerca. Se trata de una obra que se presentó a las ayudas de Plan Foral hace unos años, pero cuyo presupuesto quedó desactualizado y no pudo ser adjudicada, a pesar de intentarlo en varias ocasiones. Los responsables locales han actualizado el proyecto y su presupuesto teniendo en cuenta los precios actuales en la construcción, esperan volver a contar con el apoyo foral y poder hacer realidad esta obra.

El otro gran objetivo es más complejo, se trata de resolver la situación que se vive desde hace décadas en las urbanizaciones que se encuentran fuera de legislación, una situación complicada y que no presenta una solución ni rápida ni sencilla. El propio gestor local reconocía que será complicado solucionarlo en los próximos cuatro años pero que seguirán trabajando en ello.

Por otro lado, la localidad vive un momento muy bueno en la relación que man-

tiene con el Ayuntamiento de Labastida, lo que facilita llevar a cabo actuaciones diversas. En cuanto a las últimas intervenciones realizadas, Salinillas ha renovado por completo el mobiliario urbano. Ha sustituido los elementos de madera, que se encontraban en mal estado, por otros de diseño similar pero realizados en acero corten, para conferirles mayor durabilidad. En el parque infantil, han colocado una geovela que aporta sombra y permite su disfrute en mejores condiciones durante el verano, también se ha renovado el vallado perimetral del mismo.

De cara a 2026, han solicitado ayuda para unificar todas las placas de señaliza-



ción, las que indican el número de vivienda y la calle, siguiendo un modelo que se ajusta a las características del núcleo amurallado. En lo que a celebraciones se refiere, comienzan febrero con su habitual comida popular de Santa Agueda, a la que suelen acudir una treintena de personas, número que se incrementa cuando coincide en fin de semana.



ELKARRIZKETA OSOA, GURE WEB GUNEAN / ESCUCHA LA CHARLA COMPLETA EN NUESTRA WEB



BURADON GATZAGAKO GARAI BERRIAN, HIRIGINTZA-BERRIKUNTZAK

EUSKARA ZERBITZUA

Joan den azaroaren amaieran Gatzaga Buradonen egindako hauteskunde prozesuak ez du berrikuntza handirik ekarri. Fernando Uriarte berriro hautatu zuten Batzordeko presidente, aurreko batzordeko kide zen Sandra Salazarrekin eta lau urteko parentesi baten ondoren itzuli zen Esther Salazarrekin batera.

Batzordeko arduradunek bi helburu argi dituzte etapa berriari aurre egiteko. Lehenengoa Beheko Arkua eta Zerka kaleak

urbanizatzea da. Jarduketa hori duela urte batzuk aurkeztu zen Foru Planaren laguntzetara. Orduan foru aldundiaren laguntza izan arren, ezin izan zen obra esleitu. Aurrekontua eguneratzeko eta doitzeko prozesu baten ondoren, proiektua berriro aurkeztu da laguntza-lerro honetara.

Bigarren helburua konplexuagoa eta irismen handiagokoa da; izan ere, duela hamarkada batzuetatik hona dagoen egoera bati erantzutea du helburu: indarreko arauditik kanpo dauden urbanizazioei.



Ibilaldiak ARABAKO ERRIOXAN

Hurrengo Otsailak 22 • Zieko - Lapuebla - Zieko
datak Martxoak 15 • Ignaziotar Bidea

IZENA EMAN • DOAN

945 600 252

criojaalavesa.animador@ayto.araba.eus



Arabako Errioxako
Kuadrilla
Cuadrilla de
Rioja Alavesa



Claqueta Zero, creatividad comunicativa desde Labastida

Isabel González Domínguez es el alma detrás de Claqueta Zero, un estudio creativo que nuestra protagonista ha desarrollado en Labastida.

El proyecto nació en abril del pasado año, pero el origen del mismo se remonta algo más en el tiempo. Isabel estudió un Grado en Administración y Dirección de Empresas (ADE), durante sus estudios vio claro que le atraía todo lo relacionado con el marketing. Por eso realizó una mención en ese área en su último tramo de estudios de Grado.

Al finalizar, el paso del tiempo le hizo ver que esa formación no le abría las puertas del mundo que le gustaba, así que decidió realizar un

Grado Superior en Marketing y Publicidad.

Al finalizar el mismo, no esperó a que el trabajo llamara a su puerta y, haciendo uso de su carácter decidido, optó por emprender y por hacerlo en su pueblo. Así nació Claqueta Zero, con un estudio que ha preparado en su domicilio, un equipo fotográfico y de edición que va mejorando continuamente y sus ganas de desarrollar su trabajo allí donde le reclamen. La puesta en marcha de su empresa ha sido un camino complejo en el que sus estudios de ADE y la ayuda y asesoramiento del ADR de Rioja Alavesa han sido importantes, tanto como la ayuda Leader que le ha sido concedida.



**ELKARRIZKETA OSOA,
GURE WEB GUNEAN /
ESCUCHA LA CHARLA
COMPLETA
EN NUESTRA WEB**

En cuanto a este estudio creativo, Isabel nos cuenta que los primeros meses fueron complicados, pero a partir del otoño empezó a tener algunos encargos y ahora tiene ya algunos clientes, de Labastida, del entorno y también de Rioja Baja. "Lo bueno de mi trabajo es que puedo desarrollarlo en cualquier parte, cojo el equipo y me desplazo donde sea necesario", nos explica la joven emprendedora. Claqueta Zero ofrece servicios de producción audiovisual, diseño gráfico y gestión de redes sociales. "Me gusta ofrecer un servicio profesional y de calidad, muy creativo y actual, plasmando en las herramientas de IA, me gusta dejar una huella creativa y moderna en todos

mis trabajos, siempre adaptados a las necesidades y solicitudes del cliente" nos contaba la joven.

Entre sus trabajos, destaca el que desarrolla junto al ADR. En él recorren nuestros pueblos mostrando empresas locales y a sus emprendedoras. Visibilizan nuevos negocios y animan a otras personas a seguir el camino del emprendimiento. Un proyecto que podemos ver en los canales del ADR Rioja Alavesa bajo el apelativo de "Ekin herrian, Arabako Errioxan. Emprende en el pueblo, en Rioja Alavesa".

Si queremos saber más de nuestra creadora de Labastida, podemos seguirle la pista en @claquetazero.

Rioja Alavesa brilla en la segunda edición de Gure Ardoak

El salón Gure Ardoak celebró su segunda edición el último lunes de enero en el Palacio Euskalduna de Bilbao. Una cita que reunió a cerca de 80 bodegas, la mitad de ellas de Rioja Alavesa. Un evento dirigido exclusivamente a profesionales de la hostelería, restauración, distribución, comercio minorista, retail y escuelas de hostelería. Gure Ardoak se creó para fortalecer la presencia de las bebidas vascas en los distintos canales de comercialización y consumo. A lo largo de la jornada, las personas asistentes pudieron recorrer los distintos stands, participar en catas guiadas de vino, sidra, cervezas y destilados, y mantener encuentros orientados al networking profesional y a la generación de oportunidades de negocio.

En su segunda edición, Gure Ardoak contó con la presencia de cerca de 700 profesionales asistentes y una destacada presencia de distribuidores y prescriptores, consolidándose como una cita estratégica para fortalecer la presencia de las bebidas vascas en los distintos canales de mercado.

La jornada, organizada por el Departamento de Alimen-

tación, Desarrollo Rural, Agricultura y Pesca del Gobierno Vasco, se desarrolló bajo el formato del showroom. Está diseñado para fomentar un contacto directo, cercano y personalizado con los elaboradores, permitiendo a las y los profesionales asistentes:

- Realizar catas profesionales de los productos presentados.
- Conocer de primera mano la filosofía de producción, los valores diferenciales y el posicionamiento de cada proyecto.
- Acceder a información técnica y comercial relevante.

El encuentro se complementó con un programa de visitas privadas a bodegas y productores, orientado a profundizar en el contexto territorial, cultural y productivo en el que se elaboran los vinos y sidras del País Vasco, ofreciendo una visión completa y coherente de la cadena de valor.

El Departamento de Alimentación, Desarrollo Rural, Agricultura y Pesca del Gobierno Vasco valoró de forma muy positiva la celebración de la edición 2026 de Gure Ardoak. "La respuesta del sector y el alto nivel profesional de



la jornada confirman que Gure Ardoak es una herramienta útil para nuestras bodegas y productores, un espacio donde se generan contactos, se comparten tendencias y se abren nuevas oportunidades comerciales", subrayó la consejera de Alimentación, Desarrollo Rural, Agricultura y Pesca del Gobierno Vasco, Amaia Barredo.



M8

Arabako Errioxa

Eskualdeko topaketa
Moredan

**Zure zain egongo gara
10:30etik aurrera**





Enero de homenaje y tradiciones festivas en Oyón

El mes de enero, concretamente los días 21 y 22 de enero son muy especiales para las y los oyoneses. Son nuestras fiestas patronales, aquellas que no modifican su fecha y nos reúnen entorno a nuestras viejas tradiciones. Nos agrupamos para asistir al revólución del Katxi, nos calentamos junto a la hoguera, escuchamos o participamos en la Aurora para cantar a los patronos con letras renovadas, degustamos el singular Tostadillo, acompañado de rosquillas y almendras y por supuesto, disfrutamos viendo nuestra principal danza local, la danza de los patronos.

Seguramente quien llegue de fuera no entienda porqué la

procesión se para antes de llegar a la iglesia y todos miramos como una rueda, con su toro y su torero, gira en una carrera que finaliza con el estallido de la pólvora y el toro saltando por los aires. Sin embargo, esa sencilla imagen hace que los oyoneses retrocedamos a nuestra infancia, cuando nuestros mayores nos contaron la historia que dio origen a este rito.

Este enero de 2026 las citas emotivas comenzaron con antelación, la tarde del 16 de enero en el polideportivo municipal se organizó un festival de pelota, el frontón lució una gran entrada. Sin desmerecer a los pelotaris que disputaron los

dos encuentros, muchas de esas personas se habían acercado movidas por un nombre propio, Clemente Pérez Arroyo, *Panaderito de Oyón* fue su apelativo en los frontones. Un pelotari tan grande como su imagen en la pared del rebote, un enorme mural con la imagen del deportista preparado para efectuar el saque, que fue inaugurado esa tarde. Habían pasado casi doce años de su fallecimiento cuando se celebró el acto, su familia recibió este sencillo homenaje con la emoción a flor de piel, especialmente cuando las nietas del pelotari danzaron un aurrezku de honor a su abuelo frente a su imagen.



Los cigarrillos electrónicos y su prevención desde la familia

Este mes contamos con el médico Vicente Fernández para acercarnos a la realidad sobre los conocidos vapeadores. En una sociedad en la que los espacios sin

humo han ido ganando terreno, surgen nuevas maneras de fumar: los dispositivos electrónicos. Su reciente aparición hace que surjan muchas dudas sobre su inocuidad

o los riesgos reales para nuestra salud. El médico Vicente Fernández, especialista en adicciones, nos aporta datos y consejos al respecto.

DR. VICENTE FERNÁNDEZ

En los últimos años, los dispositivos electrónicos para fumar, también conocidos como vaporizadores, vapeadores de cigarrillos, han ganado una enorme popularidad entre adolescentes y jóvenes. A menudo son percibidos como inofensivos o menos dañinos que los cigarrillos tradicionales, lo que ha facilitado su expansión dentro de contextos escolares y sociales.

Este artículo tiene como objetivo ofrecer a las familias información clara, basada en evidencia científica, sobre estos dispositivos, los riesgos asociados para menores y recomendaciones prácticas para su prevención.



QUÉ SON LOS DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS PARA FUMAR

Los cigarrillos electrónicos o vapeadores son dispositivos de vapeo a batería que calientan un líquido hasta transformarlo en un aerosol (vapor), que se inhala. El aerosol no es simplemente vapor de agua. Suele contener nicotina, otras sustancias químicas peligrosas y saborizantes. Se ha detectado que incluso los cigarrillos electrónicos que afirman no tener nicotina sí la contienen. Algunos pueden contener cannabis, hierbas o aceites. Aunque no implican combustión (como en el tabaco convencional), producen una mezcla de sustancias que entra directamente en los pulmones.

EVIDENCIA CIENTÍFICA SOBRE RIESGOS ASOCIADOS

1. Adicción por nicotina: La nicotina es una sustancia altamente adictiva. La inhalación repetida, incluso en cantidades menores que el tabaco, puede conducir a dependencia. Los cerebros de los ado-

- lescentes son especialmente vulnerables: la exposición a nicotina durante el desarrollo puede alterar circuitos de recompensa y atención, y aumentar el riesgo de adicción a otras sustancias.
2. Efectos sobre el sistema respiratorio y vascular: Con irritación pulmonar, inflamación pulmonar, disfunción del epitelio pulmonar, riesgo de bronquitis y otros problemas respiratorios, al inhalar propilenglicol, glicerina vegetal o saborizantes. Además de elevar la presión arterial y afectar negativamente la salud vascular.
3. Riesgo de transición al tabaco convencional: Diversos estudios han observado que adolescentes que usan vapeadores tienen más probabilidad de iniciar el consumo de cigarrillos tradicionales en comparación con quienes nunca los usaron.
4. Salud mental: el uso de vapeadores por menores puede generar: mayor riesgo de

ansiedad y cambios en el estado de ánimo, asociaciones con rendimiento académico disminuido y posible aumento de conductas de riesgo.

5. Consecuencias familiares: El uso de vapeadores por menores puede generar: preocupación y estrés en la familia, conflictos interpersonales y dificultad para comunicarse abiertamente sobre adicciones y conductas de riesgo.

PREVENCIÓN DESDE LA FAMILIA

Las familias pueden ejercer una enorme influencia, aunque los y las adolescentes parezcan no estar de acuerdo con nada de lo que se les diga. Estas son algunas de las formas más eficaces de alejar a tus hijos e hijas del cigarrillo electrónico o del tabaco:

- Mantén el diálogo. Fomenta espacios de diálogo sin juicios. Comienza pronto. Empieza a hablar con tus hijos e hijas sobre el tabaquismo y el vapeo desde muy peque-

ños. Habla con sinceridad e intenta ver las cosas desde el punto de vista del menor. Habla sobre los riesgos reales, escucha las preocupaciones o presiones que pueda tener, normaliza preguntas y expresa apoyo. Mantén las conversaciones a medida que se vayan haciendo mayores. Una estrategia puede ser preguntar con interés genuino: "¿Qué has escuchado acerca de los vapeadores?". Es importante compartir información basada en ciencia, no en mitos.

- No te limites exclusivamente a los cigarrillos. Explica las diferentes formas del tabaco, además del cigarrillo, el narguile (pipa de agua), tabaco sin humo (rapé, tabaco de mascar, tabaco soluble,...) y los cigarrillos electrónicos son peligrosos y pueden provocar adicción a la nicotina.
- Prepara a tus hijos e hijas para resistir la presión social. Comenta lo que pueden decir si un amigo o amiga les

ofrece un cigarrillo o un cigarrillo electrónico

- Predica con el ejemplo. Los hijos e hijas tienden a imitar conductas observadas en casa, por lo que es importante evitar el uso de tabaco o vapeadores en presencia de menores, promover estilos de vida saludables (deporte, actividades culturales), y establecer normas claras en casa sobre el uso de sustancias.
- Establece límites y supervisión. Supervisa amistades y contextos sociales, conoce los dispositivos tecnológicos que pueden ser usados para ocultar vapeadores (modelos similares a un USB) y revisar y hablar sobre el uso de redes sociales y tendencias.
- Convierte tu hogar en una zona sin humo. Impide que los familiares o amistades fumen en casa o en el coche. Asegúrate de que los lugares en los que tu hijo o hija pasa mucho tiempo estén libres de tabaco.

Si ha empezado a fumar o vapear, intenta averiguar por qué. Esto puede ayudarte a hablar con él o ella de forma más eficaz. En lugar de castigos, ofrece comprensión y ayuda para resistir la peligrosa atracción del consumo de tabaco y la adicción.

**DR. VICENTE FERNÁNDEZ
ES MÉDICO ESPECIALISTA
EN PREVENCIÓN DE
ADICCIONES**



**ELKARRIZKETA OSOA, GURE WEB
GUNEAN / ESCUCHA LA CHARLA
COMPLETA EN NUESTRA WEB**

RIOJA ALAVESA WINE WEEK EN CIUDAD DE MÉXICO. La Diputación Foral de Alava, a través de su Departamento de Agricultura, promueve este programa para potenciar la presencia y conocimiento de nuestro producto en México, un mercado emergente en el consumo de vino.



RUTA DEL VINO DE RIOJA ALAVESA. La Ruta del Vino de Rioja Alavesa participó en la presentación de la 7ª vuelta a España del Movimiento Ultraya, una ruta que pasará por nuestra comarca.



ALUMNADO DE EGIBIDE. Visita a la Bodega Eguren Ugarte del alumnado de Egibide-hostelería que colaboró en la Fiesta de la Vendimia de Rioja Alavesa en Leza.



AULAS +55. Excursión de Aulas +55 a Tarazona y Veruela.





ARCOÍRIS. Jonathan Ruiz de Elvillar nos manda esta bonita imagen del arcoíris.

PROTESTA DE AGRICULTORES Y GANADEROS. Desde Vitoria-Gasteiz nos llegaron estas imágenes de la protesta de agricultores y ganaderos en rechazo al acuerdo de Mercosur y pidiendo soluciones que garanticen el futuro del sector primario. Desde Rioja Alavesa se desplazó un nutrido grupo de agricultores.



8M

Rioja Alavesa

Encuentro comarcal
en Moreda

**Te esperamos a partir
de las 10:30 horas**



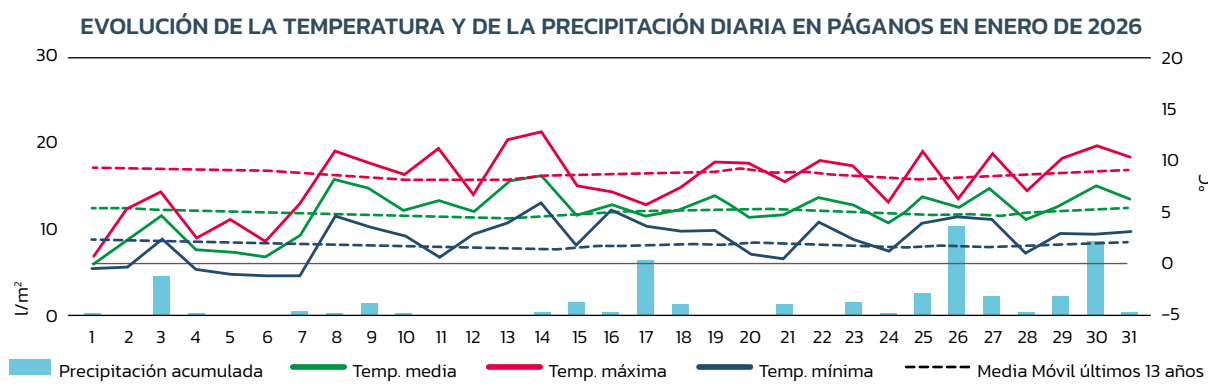
INFORME METEOROLÓGICO · Rioja Alavesa, enero 2026

El mes comienza con la borrasca "Francis" situada al oeste de la Península, se va desplazando al sureste y el día 3 se produce una confluencia con bajas presiones del norte de Europa, dando lugar a un flujo del noreste, que trae una masa de aire muy frío de origen polar continental. Los días 4 y 5 una vaguada en el nivel de 500 hPa abarca gran parte de Europa, en superficie las altas presiones se extienden por el Atlántico, se refuerza el viento norte y se desploman las temperaturas. El día 8 la borrasca "Goretti" se profundiza muy rápidamente en el Atlántico Norte, con un proceso de ciclogénesis explosiva, dejando vientos muy fuertes del noroeste el día 9. Entre los días 11 y 14 predomina el anticiclón centro-europeo, junto con profunda depresión atlántica, el tiempo es estable, sopla el viento del sur y suben las temperaturas. El día 15 se produce el paso de un frente frío. El día 17 en el nivel de 500 hPa una masa de aire frío se desprende de la circulación general y se forma la depresión "Harry", aumenta la inestabilidad y se producen chubascos. A partir del día 21 se reactiva la circulación ondulada de latitudes bajas y se suceden las borrascas atlánticas de gran impacto, "Ingrid", "Joseph" y "Kristin". Los frentes asociados a estas borrascas dejan precipitaciones y viento de componente oeste a ratos intenso, aunque entre pasos frontales hay momentos con amplios claros.

El acumulado mensual ha sido normal, según el periodo normal 1991-2020 (Párganos 44.2 mm, Moreda 41 mm). Ha habido entre 8 y 12 días de precipitación (≥ 1 mm), concentrados la gran mayoría de ellos la segunda mitad del mes. Tan sólo ha habido un día de cantidades abundantes (> 10 mm), el día 26, la jornada más lluviosa (Párganos 10.2 mm, Moreda 11.4 mm). Algunas jornadas la cota de nieve baja de los 800 m, pero las precipitaciones no son significativas.

Las temperaturas medias han sido normales (Párganos 5.0 °C, Moreda 5.2 °C), similares al promedio normal 1991-

VALORES CLIMÁTICOS DE ENERO EN LOS ÚLTIMOS AÑOS EN LA ESTACIÓN DE PÁGANOS									
Año	Tª med °C	Tª máx °C	Tª máx abs °C	Tª mín °C	Tª mín abs °C	Días helada	Pc tot l/m2	Pc máx día l/m2	Días pc
2026	5.0	8.0	12.8	2.3	-1.2	6	44.2	10.2	12
2025	6.4	10.4	16.3	2.8	-4.4	9	47.0	19.3	9
2024	6.8	10.7	20.9	3.3	-3.7	6	22.4	12.5	5
2023	5.0	8.8	15.4	1.7	-1.5	7	55.8	17.6	8
2022	4.5	10.0	16.6	0.2	-3.6	18	23.3	8.6	5
2021	4.5	7.9	16.8	1.6	-6.0	15	55.3	26.8	7



2020. El mes comienza con una larga sucesión de días fríos y una baja oscilación térmica diurna, se registran hasta seis días de heladas débiles y las mínimas absolutas se han reparten entre los días 5 y 6 (Moreda -2.1 °C, el día 5; Párganos -1.2 °C, el día 6). A partir del día 8 se intercalan los días fríos con los cálidos, con un periodo más cálido a mediados de mes, cuando se registran las máximas absolutas (Párganos 12.8 °C, Moreda 13.2 °C, el día 14).

En cuanto al viento, predominan los flujos de intensidad alta del tercer cuadrante durante gran parte del mes.

Durante las primeras jornadas hacen acto de presencia los flujos de primer cuadrante con intensidad baja y de manera puntual a lo largo del mes los del cuarto cuadrante. Ha habido siete jornadas con rachas muy fuertes (≥ 70 km/h). El día 6 se intensifica el viento del noroeste (Párganos 92.4 km/h). El día 9 el viento sopla del oeste o del noroeste y deja rachas muy fuertes durante las horas centrales (Párganos 104.8 km/h). El día 25 el viento arrecia de manera ocasional, con rachas del oeste (Párganos 98.1 km/h; Moreda 92.8 km/h).



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

SEGURTASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD



Euskalmet

EUSKAL METEOROLOGIA AGENTZIA
AGENCIA VASCA DE METEOROLOGÍA



Arabako Errioxako Kuadrilla
Cuadrilla de Rioja Alavesa



Senderismo en RIOJA ALAVESA

Próximamente salidas: 22 de febrero · Elciego - Lapuebla - Elciego
15 de marzo · Camino Ignaciano

APÚNTATE · GRATIS

945 600 252

criojaalavesa.animador@ayto.araba.eus



Arabako Errioxako Kuadrilla
Cuadrilla de Rioja Alavesa

ARABAKO ERRIOXAKO DENBORA BANKUA

denbora partekatzeak ere komunitatea eraikitzen duenean

BANCO DE TIEMPO DE RIOJA ALAVESA

cuando compartir tiempo también construye comunidad



**BANCO DE
TIEMPO**
ARABAKO ERRIOXAKO
DENBORA-BANKUA

Kontaktatu Contáctanos

945 600 252 Cuadrilla (Aitor) • 634 408 927 Bitartean Jolasean (Montse)
criojaalavesa.animador@ayto.araba.eus • entretanto.jolasean3@gmail.com



Arabako Errioxako
Kuadrilla
Cuadrilla de
Rioja Alavesa



Arabako Errioxa naiz

Eta nire etiketan
esanda dago dena.

Nire jatorriaz
hitz egiten duelako,
kalitate berdingabeaz,
esperientziatz, berrikuntzaz.

**Saltoki eta
jatetxeetan arretaz
begiratu etiketari;
Arabako Errioxa
jarri behar du.**



Soy Rioja Alavesa

Y mi etiqueta
lo dice todo.

Porque habla de mi origen,
de una calidad única,
de experiencia,
de innovación.

**Fíjate en comercios
y restaurantes
que en la etiqueta
ponga Rioja Alavesa.**



**EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO**

ELIKADURA, LANDA GARAPEN,
NEKAZARITZA ETA
ARRANTZA SAILA

DEPARTAMENTO DE ALIMENTACIÓN,
DESARROLLO RURAL,
AGRICULTURA Y PESCA