

Los meses de verano y principios de otoño son muy apropiados para el uso de la bicicleta.

Para ello es importante tener en cuenta algunas recomendaciones:

CICLISTA, RECUERDA

Es obligatorio el uso del casco para los ciclistas menores de dieciséis años; para el resto, así como ocupantes de bicicletas, sólo es obligatorio en vías interurbanas.

Cuando sea obligatorio el uso del alumbrado, los conductores de bicicletas llevarán colocada alguna prenda reflectante que permita a los conductores y demás usuarios distinguirlos a una distancia de 150 metros, si circulan por vía interurbana.

Además, según el artículo 16 de la Ordenanza de tráfico del Ayuntamiento del Valle de Aranguren queda prohibida la circulación de bicicletas en horas nocturnas si no van provistas, como mínimo, de faro delantero y reflectante trasero.

RECUERDA, CONDUCTOR

Cuando adelantes a un ciclista deberás guardar una anchura de seguridad de al menos 1,5 metros.

Saca tu bici a la calle.

NOVEDADES

Este año sortearemos 3 estancias familiares en alojamientos rurales a elegir:

Opción 1. Valle de Arce, en agroturismo con granja y huerto ecológicos, con posibilidad de participar en tareas de alimentación y cuidado de los animales de la granja y en el huerto. Incluye alimentación casera ecológica.

Opción 2. Albergue en Baztán, con entrada a Baztán Aventura, con tirolinas para mayores y pequeños a partir de 3 años. Comida casera tradicional.

Aún tienes tiempo de participar. Recorta este bono y pide que te lo sellen cada vez que vayas en bici a la Casa de Cultura, Colegio San Pedro, Ttipi ttpa, Polideporti-

vo, Ayuntamiento o Aranetxea. Una vez completo, entrégalo en el Polideportivo o en el Ayuntamiento (donde también puedes pedir más bonos) hasta el 31 de diciembre. ¡Participa!

Semana europea de la movilidad sostenible

Cada año, del 16 al 22 de septiembre, se celebra esta campaña de concienciación dirigida a sensibilizar sobre las consecuencias negativas que tiene el uso irracional del coche en la ciudad, tanto para la salud pública como para el medio ambiente, y los beneficios del uso de modos de transporte más sostenibles como el transporte público, la bicicleta y los viajes a pie.

El lema de este año es **Una calle mejor es tu elección** para invitarnos a reflexionar juntos, administraciones y ciudadanía, sobre la necesidad de rediseñar y recuperar las calles y espacios públicos en favor de la gente.

Para celebrarlo, desde Naturgunea hemos organizado el 21 de septiembre la jornada festiva de **Familias en bici** para invitar a la reflexión y a utilizar más la bicicleta en nuestros desplazamientos. Más información en "Próximas actividades".



Semana del medio-ambiente 2014



Durante la celebración de la Semana del medio-ambiente en el Valle, se realizó un mercadillo solidario de juguetes y libros de segunda mano donados previamente por muchas familias. La recaudación, 244,80 €, fue entregada a una representante de la Asociación Vida Nueva, y servirá para colaborar en la construcción de un nuevo edificio en Ciriza para albergar a personas en riesgo de exclusión social.

Nombre / Izena:

Apellidos / Deiturak:

Dirección / Helbidea:

Teléfono / Telefonoa:

Fecha de Nacimiento / Jaioeteguna:



La participación en el concurso supone la plena aceptación de las bases del concurso.

Lehiaketan parte hartzeak oinarrien onarpena dakar.



NATURGUEA
Plaza Mutiloa s/n
(Nuevo edificio consistorial)
Primera planta
Teléfono: 948 15 13 82
medioambiente@aranguren.es

Especial agricultura regenerativa

Regenerativa, del latín *regenerare*, significa *dar nueva vida a algo que degeneró*.

La propuesta de la Agricultura Regenerativa nace del cambio total en la manera de ver la naturaleza, el cambio desde la concepción del mundo como reserva ilimitada de recursos, hacia una visión de la vida como un todo orgánico, viviente y espiritual.

Es una propuesta que armoniza la agricultura en la trama de la vida. Se trata de generar nuevas maneras de relacionarnos con la naturaleza que nos permiten dejar de luchar contra de ella, para empezar a trabajar y aliarnos con ella. En esa alianza, ambas partes salen beneficiadas.

Dejar de utilizar agrotóxicos y venenos, es un paso adelante... pero no es suficiente. No se trata de cambiar unos insumos (químicos) por otros (orgánicos), sino que se trata de una reformulación del sistema, de la gestión... de la forma de hacer, de pensar y de decidir; que permita no solo potenciar los procesos de la propia naturaleza para regenerarse a sí misma sino hacer que los precios de los productos ecológicos no sean excluyentes para la mayoría de la gente.

Así, la propuesta de hacer Agricultura Regenerativa se presenta como una forma de hacer agricultura:



Ecológicamente regenerativa: restaura el potencial de los servicios ecosistémicos

Económicamente rentable: reduce drásticamente los costes variables e incrementa los rendimientos

Socialmente cohesionador: crea empleo y riqueza local, y une a las personas en torno a una nueva visión

Un cambio en la manera de relacionarnos con la tierra que nos permite dejar de perder, en un año, la misma cantidad de suelo fértil que la naturaleza tarda más de 300 años en generar, que nos permite empezar a construir nuevo suelo vivo. La clave se encuentra en el suelo, y en maximizar las dinámicas naturales, así que las intervenciones regenerativas se dirigen a aumentar el nivel de carbono orgánico en el suelo, para que sea más fértil y retenga más agua, realizando las intervenciones justas con la maquinaria apropiada, y aprovechando los servicios animales al máximo en imitación de la naturaleza.

Si te interesa aprender más, no te pierdas la oportunidad única de asistir al curso que Jairo Restrepo impartirá en el Valle. Más información en "Próximas actividades"

Próximas actividades

Inscripciones llamando al 012.

Septiembre

Curso: El ABC de la agricultura orgánica y regenerativa

Este curso transmite herramientas prácticas, aplicables a la realidad agrícola, para trabajar a favor de la naturaleza, mejorando las producciones y calidades de los cultivos, al tiempo que regeneramos la fertilidad del suelo. Al mismo tiempo permite reflexionar sobre los principios, objetivos y estrategias de la Agricultura Orgánica y Regenerativa.

23, 24 y 25 de septiembre en Ilundain. De 9.30 a 13.30 y de 15.30 a 19.30 horas.

Imparte: Jairo Restrepo, especialista en Agricultura Orgánica y desarrollo rural sostenible y consultor internacional para América Latina, el Caribe, Australia, África y Europa. Para más información sobre contenidos visita la página web del Ayuntamiento.

Matrícula: empadronados 90 €, no empadronados 130 €. Posibilidad de quedarse a comer; precio de menú para los tres días: 30 €. Inscripciones **hasta el 17 de septiembre**.

Familias en bici

Desde Naturgunea hemos organizado el 21 de septiembre la jornada festiva de Familias en bici para invitar a la reflexión y a utilizar más la bicicleta en nuestros desplazamientos.

Programa:

Recorridos en bici con salida de la Plaza Mutiloa a las 10.45 h.

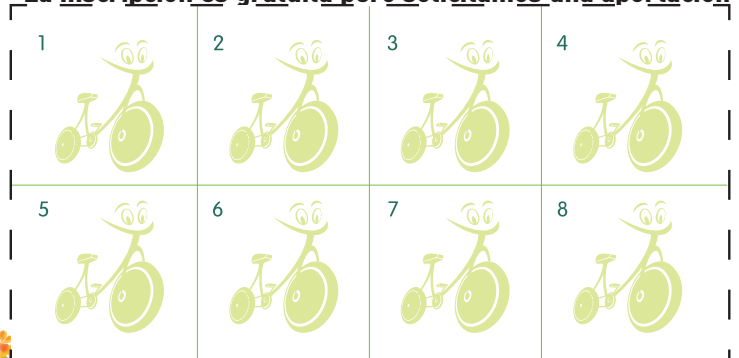
Recorrido 1: Mutilva-Zolina-Tajonar

Recorrido txiki: Mutilva-Tajonar

13.00 h paellada en el parque de Tajonar, productos ecológicos y locales.

Habrà entrega de bonos sellados para el sorteo del Concurso Saca tu bici a la calle. Apúntate **hasta el 17 de septiembre**.

La inscripción es gratuita pero solicitamos una aportación



voluntaria de dos o tres unidades por familia de latas de conserva de carne o pescado que serán entregados al Banco de Alimentos del Valle de Aragnoren. La entrega se hará el mismo día del evento.

Os animamos a adornar vuestras bicis banderines o carteles con leyendas sobre los beneficios de utilizar la bicicleta así como a llevar las gorras y camisetas de la campaña Saca tu bici a la calle entregada en años anteriores. Los 3 ciclistas "mejores equipados", con los mejores slogans... recibirán un estupendo regalo.

Octubre

Zacatín

Domingo 12 de octubre, de 12.00 a 14.00 h en la Plaza Mutiloa de Mutilva.

Los zacatines son mercadillos sin dinero; puedes llevar todo aquello que ya no necesitas **pero que esté en buen estado**, y coger lo que desees llevarte: ropa, libros, pequeños electrodomésticos, juguetes... Habrá talleres gratuitos para niños y adultos.

Si quieres colaborar con las voluntarias del Zacatín en su organización, ponte en contacto con Mila 665862118 o con Naturgunea por teléfono o mail.

Conoce la fauna del valle

Recorrido guiado para descubrir la presencia de los animales que habitan en los diferentes ecosistemas a través de sus rastros, (huellas, marcaje de territorio, restos de comida...). Una experiencia para todos los públicos. Domingo, 19 de octubre a las 10.30 horas en Ilundain. Duración aproximada: 2 horas. Inscripción gratuita, **hasta el 15 de octubre.**

Taller de elaboración de seitán

El seitán es un alimento de origen chino elaborado a partir de gluten de trigo, de alto contenido en proteínas y sin colesterol, que supone una alternativa a la proteína de origen animal. En este taller, Elisa Ayape enseñará a elaborarlo de forma artesanal con productos ecológicos.

28 de octubre, de 16.45 a 18.30, Colegio Público San Pedro. Matrícula: 8 € para familias empadronadas y 12€ no empadronadas. Inscripciones **hasta el 22 de octubre.** Servicio de guardería, 5 € por familia.

Noviembre

Mercado agrario transparente de Mutilva. Productos ecológicos, locales y de temporada.

Porque consideramos que el consumo responsable es el consumo lógico, de productos de temporada, locales y obtenidos de forma respetuosa con el medioambiente. Se podrán adquirir productos directamente a los agricultores y ganaderos y habrá talleres gratuitos para todos los públicos. Domingo 2 de noviembre, de 10.00 a 14.00 horas en Plaza Mutiloa, Mutilva. El contenido de los talleres y los productos y productos que estarán presentes se publicitará una semana antes de la celebración.

Taller: Cómo interpretar el recibo de la luz

¿Es posible cambiar mi potencia eléctrica contratada? ¿De dónde viene la ener-

gía que consumimos? ¿A quién pagamos la energía eléctrica? ¿Cómo puedo medir el consumo de mi vivienda?

Tajonar, 4 de noviembre, a las 19.00 horas. Duración aproximada: 1.15 h. Imparte: Xabier Celaya, Ingeniero Técnico Industrial.

Taller de elaboración de leche vegetal

Intolerancia a la lactosa, problemas de colesterol, dietas veganas... o simplemente conocer otros alimentos sanos y nutritivos. Aprenderás a elaborar leche de quinoa, avena, coco, alpiste y sésamo, además de sus propiedades y sus usos.

11 y 13 de noviembre, de 16.45 a 18.15, Colegio Público San Pedro. Matrícula: 10 € para familias empadronadas y 15 € no empadronadas. Imparten: David Guibert y Haizea Arias, autores del blog Vivencia vegana. Inscripciones **hasta el 5 de noviembre.** Servicio de guardería, 5 € por familia.

Semana europea de prevención de residuos del 22 al 30 de noviembre

La Semana Europea de la Prevención de Residuos tiene como finalidad fomentar acciones sostenibles para prevenir la generación de residuos en toda Europa, mostrando la estrecha relación que existe entre hábitos de consumo e impactos ambientales. Estamos preparando muchas actividades para esta semana, tales como un **taller de arreglo creativo de ropa de niños, una demostración de pañales reutilizables, taller de compostaje...** y mucho más. No te pierdas la publicidad que aparecerá a principios de noviembre.

Recursos ambientales



Te recomendamos la Guía de consumo responsable de pescado y marisco **Sin Mala Espina**, de la Editorial Libros en Acción.

En ella se evalúan las especies más consumidas en nuestros hogares, y se recogen aspectos como los impactos sobre éstas, los fraudes más comunes y una recomendación de consumo con instrucciones para una elección más responsable. Contiene además información sobre los problemas del actual modelo de producción y de gestión pesquera.

Novedades en el programa comedores saludables en los centros educativos públicos del Valle.

Puedes leer esta información y mucho más acerca de consumo y producción de alimentos ecológicos en el Ecoboletín que saldrá en octubre. Podrás descargarlo en la página web del Ayuntamiento o enviar un correo a Naturgunea para conseguirlo.



Autillos encontrados en San Fermín



En ocasiones encontramos animales salvajes y no sabemos qué hacer. Este es el caso de los 3 autillos que se encontraron en Pamplona durante los Sanfermines.

El autillo (*Otus scops*), es un ave rapaz nocturna de muy pequeño tamaño (unos 20 cm) que cría en la Península Ibérica y en agosto migra a África para pasar el invierno. Se alimenta fundamentalmente de insectos, aunque si puede, caza ratones pequeños.

¿Qué debo hacer si encuentro un animal salvaje?

Desde el Centro de Recuperación de Fauna Salvaje de Ilundain nos recuerdan que lo primero es **llamar al 112**. Ellos nos pondrán en contacto con uno de los técnicos del centro que nos dará las indicaciones necesarias dependiendo de la especie: si es un ave, se verá si es posible devolverla al nido, o dejarla en un árbol o tejado... ya que tendrá más oportunidad de sobrevivir si permanece cerca del nido donde podrá seguir siendo alimentado por sus progenitores. Las aves pueden caerse del nido debido a condiciones climatológicas adversas, o bien porque empiezan a practicar el vuelo pero no están del todo preparados....

Si el animal está herido, personal del Gobierno de

Navarra se hará cargo de él para que acabe en el centro y pueda recuperarse y volver a la naturaleza. Mientras tanto, se recomienda meterlo en una caja de cartón y dejarlo en un lugar oscuro y tranquilo. Lo que nunca debe hacerse es intentar alimentarlo o intentar criarlo, porque aparte de que se necesita tener mucha experiencia para criar un animal salvaje con éxito, si se consigue hacerlo, ¿qué calidad de vida estamos ofreciendo a un animal salvaje en condiciones de cautividad? ¿Es moral condenarlo a vivir recluido, siendo especies, como el autillo, que vuelan hasta África cada año? Además, en muchos casos es un delito que conlleva una fuerte sanción, dado que muchos animales salvajes están protegidos.

¿Qué va a ocurrir con los autillos "sanfermineros"?

De momento están en el Centro de Recuperación de Fauna Salvaje de Ilundain; los tres están progresando bien, así que en cuanto estén preparados, es decir, hayan perdido el plumón de pollo y tengan a punto sus plumas, serán liberados para que junto con otros individuos de su especie emprendan en unas semanas su largo viaje a África para volver en primavera.

Concursos

Concurso de fotografía ambiental del Valle de Aranguren

El plazo de presentación de las fotografías será del 23 de septiembre al 21 de octubre. Los trabajos deben estar relacionados con el lema "El valor de lo que no se puede comprar con dinero", mostrando el entorno natural del Valle de Aranguren, con el propósito de que podamos admirar su belleza y valor.

Puedes pedir las bases en el Ayuntamiento o descargarlas en la página web www.aranguren.es



Ganadora del concurso Conoce el Valle del boletín nº29: Ana Sorbet Villanueva. ¡Enhorabuena!

Biodiversidad en el huerto escolar



El huerto escolar del Colegio San Pedro necesita aliados naturales para protegerle de los insectos que puedan dañar a las plantas. Por eso los niños y niñas del primer ciclo de primaria de castellano, con la ayuda de sus profesores y de la técnico de Naturgunea, colocaron una caja nido para pájaros insectívoros en un árbol cercano. Esperamos que algún carbonero, herrerillo, u cualquier otro pajarito que se alimenta de insectos la encuentre atractiva y la próxima primavera construya en ella su nido.

En el mismo árbol también hay un hotel de bichos, que consiste en un receptáculo en el que insectos beneficiosos para el huerto, como la mariquita o las tijeretas, puedan encontrar refugio. Lo colocaron los alumnos de 2º de infantil del modelo D.

Propuestas para que practiques la ecología más fácilmente

Remedios ecológicos para evitar que los caracoles se coman las plantas de tu huerto: Utiliza cáscaras de huevo aplastadas o ceniza, repartiéndolos alrededor de las plantas que se quieren proteger: los caracoles evitan atravesarlos. Otro truco, dado que la cerveza les atrae, es colocar esta bebida en recipientes poco hondos y allí podrás recogerlos.

