

# Un grupo de jóvenes aprenden a cocinar de forma saludable en un taller de Viana

■ El curso se enmarca dentro de la semana gastronómica de la ciudad

DDN. VIANA.

Ocho jóvenes de Viana recibieron ayer por la tarde su primera clase de cocina saludable. El taller, que se prolonga hasta el viernes y se enmarca dentro de la semana gastronómica de la ciudad, pretende enseñar a un sector de la población algo más despistado entre fogones, hasta lo aseguró la profesora, Carmen Barriga Puerta, que eligió platos funcionales como clase de comienzo.

Fideos a la cazuela, pizzas caseras y arroz con leche fueron las recetas protagonistas de la tarde de ayer. Además, Carmen Barriga impartió a sus alumnos algunas nociones de nutrición y les aconsejó a la hora de realizar la cesta de la compra. Barriga comparó la cocina saludable con la dieta mediterránea. «Hay que olvidarse de la bollería industrial y de los alimentos con grasas de mala calidad», apuntó.

La profesora, que imparte cursos desde hace 14 años, apuntó a la educación gastronómica como la base para elaborar cocina saludable. «El objetivo reside en cocinar sano y de manera equilibrada», señaló. El matrimonio formado por Guadalupe González García e Iñaki Sáinz Arnedo, de 27 años, recibió sus primeras lecciones. «Siempre nos ha gustado la cocina, aunque es el primer curso al que nos inscribimos», afirmó Iñaki Sáinz.

El vianes reconoció que en su casa los platos estaban, en cierto

modo, asignados a un día determinado. «Así, esperamos tener más opciones e innovar más», dijo. Otra de las participantes, Yolanda Etayo Olza, educadora social del Ayuntamiento vianés, indicó que la comida rápida es más cómoda. «Cuesta cambiar los malos hábitos culinarios de los jóvenes», señaló. Ion Toledo Bernetxea apuntó que le parecía un curso interesante.

Los alumnos, que adelantaron ayer su cena, probaron los platos que prepararon y ahora esperan a la nueva sesión que tendrá lugar hoy, en la casa de cultura de Viana. Se basará en la elaboración de croquetas, alubias verdes, spaguetis, san jacob y macedonia de frutas.



Algunos de los inscritos al curso atienden las directrices de Carmen Barriga. DIEGO ECHEVERRÍA



Guadalupe González prepara en la olla la receta del arroz con leche. DIEGO ECHEVERRÍA

## La obra El divino impaciente llega el viernes a Estella

La representación teatral *El divino impaciente*, organizada por el Gobierno de Navarra con motivo del quinto aniversario del nacimiento de San Francisco Javier, llega el viernes, 20 de octubre, al cine Los Llanos de Estella. Se trata de una versión actualizada de la obra de José María Pemán dirigida por Valentín Redín. La adaptación consta de la introducción de un episodio -Javier en Japón- que en la obra original nunca se representó. Del reparto forman parte caras conocidas de la escena navarra, entre ellas la actriz estellesa Marta Juárez. El precio de la entrada es de cinco euros y la obra comenzará a las 20.30 horas. DDN.

## El Maeztu acoge una muestra con obras de tres jóvenes artistas

El Museo Gustavo de Maeztu de Estella inaugurará el próximo viernes una exposición que muestra la obra de los artistas Verónica Eguaras (Pamplona, 1979), Carlos Irijalba (Pamplona, 1979) y María Sainz (Pamplona, 1978). La muestra, organizada por el departamento de Cultura y Turismo del Gobierno de Navarra, es producto de las ayudas a la creación de artes plásticas y fotografía concedidas el año pasado. Los tres artistas seleccionados en esta ocasión tendrán así la posibilidad de exhibir su trabajo en la pinacoteca estellesa. DDN.

## Reunión para fijar las fechas de la nueva zona termal de Estella

Ayuntamiento de Estella, la empresa que gestiona el polideportivo municipal y la firma adjudicataria de las obras de la nueva zona termal del pabellón se reunieron ayer para concretar el calendario que se seguirá con los trabajos. Las obras deberán comenzar como tope en un mes a partir del 4 de octubre, la fecha en que se ha formalizado el contrato con la empresa que debe ejecutarlas. A partir de este arranque, los trabajos se desarrollarán durante dos meses y medio. DDN.

## Actos en Estella con motivo del aniversario del voto femenino

La comisión de la Mujer del Ayuntamiento de Estella ha organizado una serie de actos con motivo del 75 aniversario del derecho al voto femenino. El jueves, 19 de octubre, la escritora barcelonesa Carmen Domingo presentará su ensayo *Con voz y voto. Las mujeres y la política en España (1931-1945)*. El acto tendrá lugar en la casa de cultura a las cinco de la tarde. La próxima semana, el lunes 23 de octubre, se ha programado el segundo de estos actos conmemorativos. Carmen Magallón, doctora en Físicas y directora de la fundación SIP (Seminario de Investigación para la Paz), presentará su libro *Mujeres en pie de paz*.

## Seis agentes forales prestaron apoyo este fin de semana a la Policía de Estella

DDN. ESTELLA.

Seis agentes forales prestaron apoyo a la Policía Municipal de Estella, que contó con sus refuerzos para patrullar la localidad, en especial las zonas de los bares de copas, durante la noche del sábado al domingo. El respaldo se solicitó desde la ciudad del Ega tras lo ocurrido durante la madrugada del 8 de octubre, cuando el orden público se vio alterado en la localidad debido a peleas y a detenciones por conducción temeraria en el centro del casco urbano. Esa misma madrugada se produjo la agresión sexual contra una joven. La intención es que los refuerzos se mantengan durante los próximos fines de semana. A lo largo del pasado, la tranquilidad ha sido la nota dominante durante las horas nocturnas sin que se hayan registrado incidentes destacados.

# La asociación de comerciantes de Estella relanza su tarjeta de compra

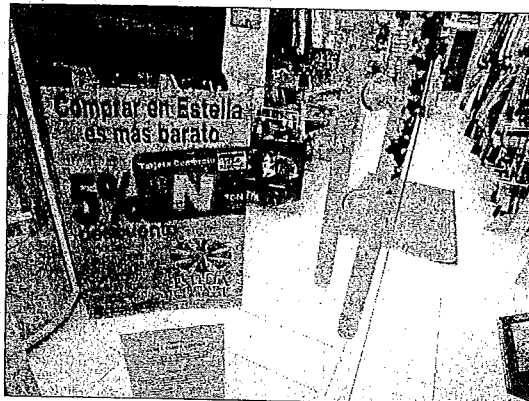
■ Campaña promocional durante un mes hasta el 16 de noviembre

DDN. ESTELLA.

La asociación de comerciantes de Estella pondrá en marcha una nueva campaña promocional para relanzar el uso de la Tarjeta Comercio de Navarra en Estella entre los próximos 16 de octubre a 16 de noviembre con una serie de rebajas por su utilización.

Se trata de una iniciativa elaborada por la asociación de comerciantes, hostelería y servicios de Estella y Caja Rural, que ahora permitirá a sus clientes obtener descuentos de hasta el 5% en todas las compras realizadas con este medio de pago en todos los establecimientos estelleses que pertenezcan a la asociación y que dispongan del datáfono de la citada entidad financiera.

La Tarjeta Comercio fue una iniciativa conjunta de los establecimientos comerciales navarros que se gestó en el año 2001 y a la cual se adhirió de forma institucional el comercio estellés.



Muchos establecimientos estelleses lucen carteles de la campaña. DIEGO ECHEVERRÍA

Esta tarjeta es gratuita, tiene las ventajas propias de una Visa, permite pagar en tres meses sin intereses en los establecimientos asociados y concede un crédito de consumo instantáneo.

Con esta nueva campaña, la asociación estellesa pretende volver a captar nuevos usuarios de la tarjeta, que se puede solicitar en las oficinas de la agrupación o en las de Caja Rural.