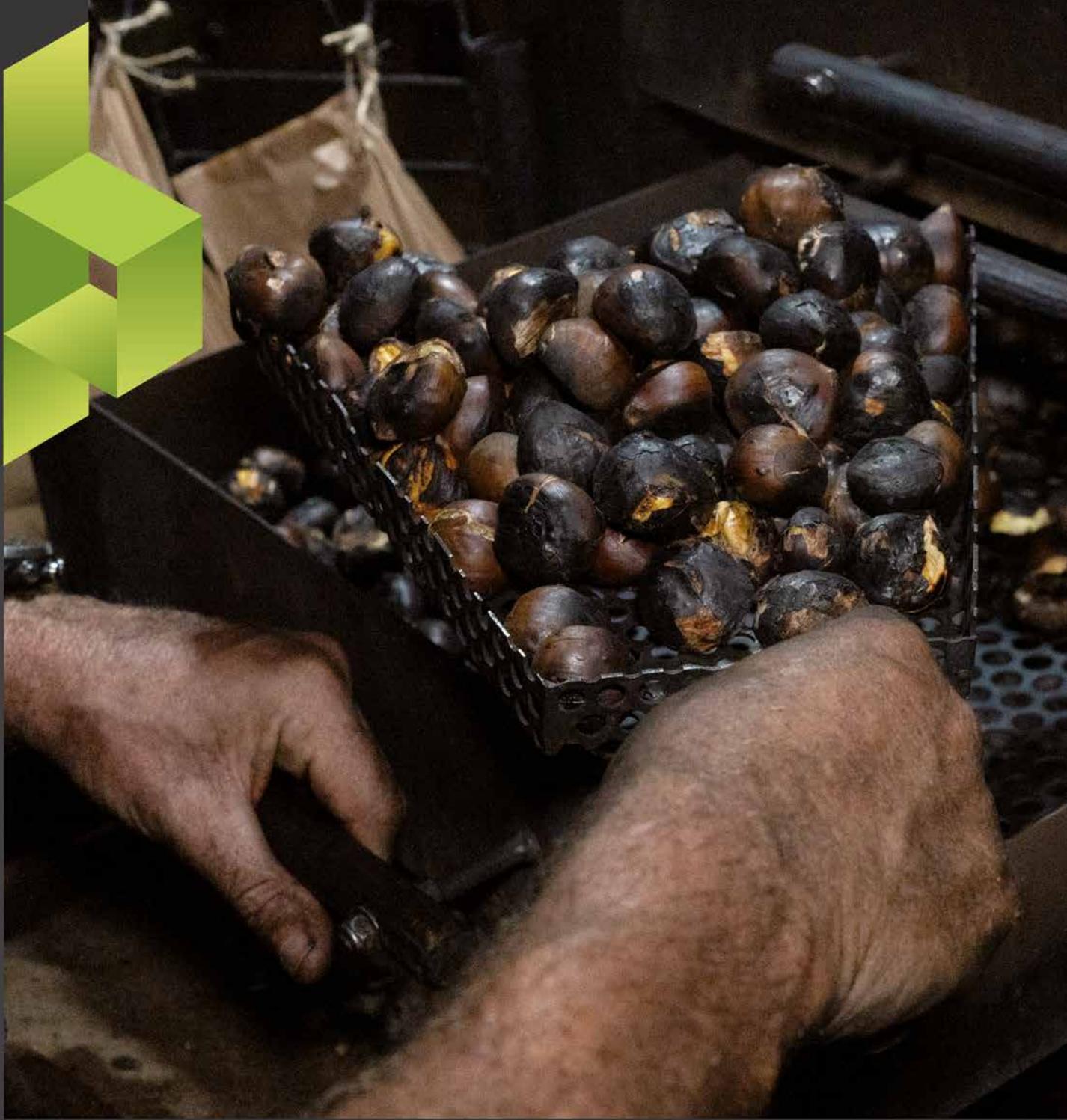


EL BOULEVARD DE PAMPLONA



Nº 17

ESTILO | BIENESTAR | ESPECIAL NAVIDAD | OCIO



El Boulevard de Pamplona sigue avanzando a buen ritmo y felices de hacerlo junto a todos vosotros y vosotras que nos acompañáis siempre. Ilusionados con este nuevo número que ve la luz y que ya tienes entre tus manos. Deseamos que os guste tanto como el cariño que hemos puesto para que lo disfrutes.

Cada día estamos más cerca de ti. Así lo sentimos. Y es que la acogida que nos dais con este proyecto nos llena de energía y fuerza para seguir sujetando el volante de esta nave y acercaros, como siempre, toda la actualidad de nuestra querida Pamplona, porque estamos rodeados de buena gente; personas emprendedoras, luchadoras y valientes de diferentes ámbitos que a través de esta ventana de El Boulevard os mostramos la actividad de todas ellas.

Son, sobre todo, solidarias y así lo han demostrado en estas últimas semanas. Una circunstancia que nos ha empujado a retomar una nueva edición de nuestra Tómbola Solidaria que ya cumple su tercera edición. Una iniciativa humilde pero gratificante, a la que se han unido varios establecimientos de Pamplona para recaudar

fondos y entregarlos directamente al personal que actualmente sigue trabajando en los pueblos de Valencia afectados por la dana que asoló estos municipios el pasado mes de octubre. Y es que la unión hace la fuerza y así lo hemos sentido desde aquí por lo que ponemos nuestro granito de arena para contribuir a esta buena causa y en la que todo el mundo puede colaborar. ¿Te animas?

Recuerda que estamos en redes sociales y cada vez con mayor presencia, porque nos lo pedís y porque queremos que no te pierdas nada de la actualidad pamplonesa que compartimos cada día.

Y, poco a poco, llegamos a fechas especiales, el calendario no se detiene y corre demasiado deprisa. La ciudad ya está iluminada y con olor a castañas asadas ... A lo largo de estas páginas hacemos un recorrido por diferentes puntos de nuestra ciudad con paradas en moda, salud, deporte, ocio, compras... para adentrarnos en la estación más fría del año, con ganas de celebrar en familia y con amigos que estamos juntos un año más, disfrutando de los nuestros, de la gente, de la vida ... porque la Navidad está en la calle.

¡Por un 2025 repleto de nuevos deseos y que estos se hagan realidad! ¡Feliz Navidad, Feliz Año Nuevo! Zorionak!

¡Hasta pronto!

STAFF

Dirección: Nerea García Domínguez de Vidaurreta

Imprenta: Gráficas Ziur

Depósito Legal: DL NA641-2015

Fotografía de portada: @juankar_fotografo_oficial

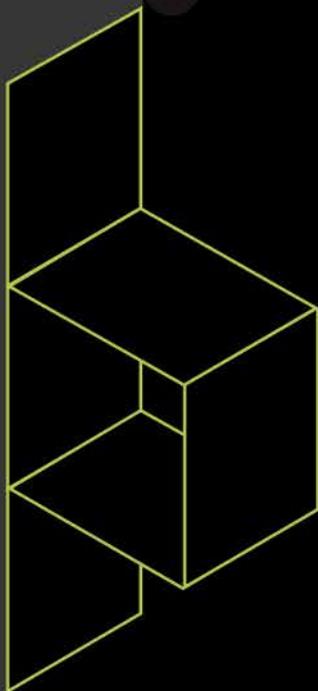
Información y publicidad: boulevardpamplona@gmail.com

Síguenos en Redes Sociales:



www.boulevardpamplona.com

SUMARIO



ESTILO



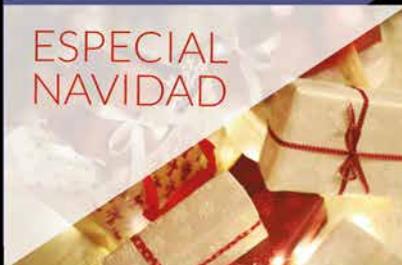
Tendencias invierno 2024.....	4
Editorial moda	6
Noticias moda	8
Pasarela nupcial 20.20	10
A tu manera, con José García	12

BIENESTAR



La hipoacusia	13
Alimentos de invierno	16
Recetas saludables	17
Programa Niños contra el Cáncer	18
Cómo se cuida: Ariane Toro, judoka	20

ESPECIAL NAVIDAD



Guía práctica de regalos: Ideas para compartir y sorprender en Navidad	22
--	----

OCIO



62º Congreso Asociación Belenistas	28
Miguel Martínez, castaño	32
Noticias de ocio	34
Programación de Navidad	35
Novedades literarias y musicales	36
Próximos espectáculos navarros	38
Agenda gastronómica	39



REDESCUBRE EL SABOR

Nuestro compromiso para hacer el sabor accesible para todos





LA PIEL, Tendencia para el invierno

- Triunfan los **colores neutros y tonos tierra**
- Dominan las **siluetas de gran volumen** en abrigos, chaquetas y pantalones
- **La piel**, tendencia clave
- Se imponen los **accesorios en piel**: bufandas, gorros, bolsos y guantes
- **El estampado animal** sigue estando muy presente

El invierno 2024 apuesta por una paleta de colores neutros y tonos tierra, como el beige, gris, camel, y marrón. Estos colores se combinan con detalles metálicos o colores más vibrantes en los accesorios. Los tonos cálidos se imponen como opción principal para crear looks sofisticados y atemporales.

Las siluetas de gran volumen siguen dominando, especialmente en abrigos, chaquetas y pantalones. Las

prendas de corte oversize ofrecen comodidad y estilo, y el “look envolvente” con capas de ropa también está muy presente. Los abrigos y chaquetas de lana de gran tamaño, como los “pea coats” y los acolchados, se mantienen populares.

Sin embargo, la moda de invierno con piel continúa siendo una tendencia clave, destacando tanto por su funcionalidad frente al frío como por su estética. ¿Dónde está presente?

► **Abrigos de piel**: Siguen siendo la prenda más emblemática de la temporada de invierno. Bien en largos o chaquetas cortas, los encontramos en estilo oversize; de corte amplio y desestructurado son clave. Este estilo se combina con prendas más ajustadas o con pantalones de gran volumen. Además, el corte clásico o trapezoidal, que ofrece una elegancia atemporal y puede ser usado tanto para eventos formales como para looks más casuales.

► **Chaquetas de piel de oveja o borreguillo:** Estas prendas combinan la suavidad del pelaje con un exterior de cuero o gamuza, creando un look elegante pero cálido. Son ideales para un estilo de invierno que aboga por la comodidad y el lujo al mismo tiempo.

► **Las chaquetas tipo aviador,** con forro de piel, siguen siendo muy demandadas, ofreciendo una mezcla de funcionalidad y sofisticación. Igualmente, se encuentra el **estilo cortavientos;** las chaquetas tipo bomber o moteras con detalles de piel que también arrasan.

► **Accesorios de piel:** Completan un look invernal. Además de los abrigos y chaquetas, la piel también aparece en otros detalles que pueden dar un toque de lujo y distinción a cualquier atuendo, tales como guantes, ya sea en tonos clásicos como el negro, marrón o gris, o en versiones más modernas, que pueden incluir detalles en colores vibrantes o acabados metalizados.

Las bufandas y los gorros de piel sintética o real son una excelente forma de añadir calidez y estilo. Los bolsos



Bolso y chaqueta: José Ramón Peleteros

de piel en tonos neutros o metálicos y las botas de caña alta o corta de piel son imprescindibles.

En definitiva, el mix de piel con otros materiales sigue siendo muy popular. Los abrigos que combinan la piel con lana, o los pantalones de cuero con suéteres de lana gruesa dan un toque final moderno y cálido para los paseos de invierno.

IRACHE
BODEGAS FUNDADAS EN 1891

**Compartiendo
por siglos**

BODEGAS IRACHE

Labels on the bottle: GRIANZA, EMBOTELLADO EN ORIGEN • PRODUCTO DE ESPAÑA, IRACHE, DESDE 1891



REPORTAJE SESIÓN:
Modelos: Dejavu Models.
Total look (chaleco, vestido,
abrigos, cazadora): José Ramón Peleteros
Fotos: @juankar_fotografo_oficial

► **Shooting realizado para José Ramón Peleteros con el equipo:**



Fotografía:
Juankar_fotografo_oficial

Nerea y Fatou de

DÉJÀVU

MANAGEMENT MODELS STUDIO



Jose Ramon
PELETERO

TIENDA - TALLER DE PELETERÍA
Otra manera de ver la piel

C/ Iturrama 2 Bajo, Pamplona

T. 948 170 261 

www.joseramonpeletero.com

comercial@joseramonpeletero.com



@joseramonpeleteros

El Boulevard de Pamplona ha sido testigo, con nuestro compañero, el fotógrafo Juan Carlos García, acompañado de Martín Esquivel (@juankar_fotografo_oficial y @martinesq) de la moda tendencia en diversas pasarelas por el territorio nacional y que recogemos a continuación.

▶ ATELIER COUTURE



▶ NAVARRA ARENA



▶ MADRID FASHION WEEK



▶ ISLA BONITA



PREMIOS NACIONALES AL DISEÑO DE MODA

El diseñador navarro Joseba Huarte resultó finalista

El atelier del joven diseñador navarro, Joseba Huarte, resultó finalista al mejor diseñador de moda joven de España de la mano de la Asociación de Nuevos y Jóvenes diseñadores Españoles. La colección estaba inspirada en la evolución del vestido de novia blanco desde su origen hasta la actualidad. Una selección de seis vestidos de novia en los que predominaba la comodidad, versatilidad y sostenibilidad obteniendo de esta manera una novia diferente y alternativa.

Joseba Huarte Atelier es un atelier Nupcial y de ceremonia ubicado en el corazón de la plaza del Castillo de Pamplona, que crea un look de novia o invitada a medida, único y cómodo, "con el que os sintáis vosotras mismas, cómodas y manteniendo vuestra esencia en el diseño. Nuestro objetivo es conseguir que al terminar el proceso os miréis al espejo y digáis este vestido es cien por cien yo", afirma Huarte.



NOVIA E INVITADA

Diseños únicos y personalizados
Pasión por crear

JOSEBA HUARTE

— ATELIER —

Plaza del Castillo 28, 3ºB - josebahuarteatelier@gmail.com - T. 644 914 525



PAMPLONA, EPICENTRO DE LA MODA NUPCIAL

La Pasarela 20.20 presentó las tendencias en peinados de novia

El pasado mes de octubre fuimos testigos de la Pasarela 20.20, el mayor desfile de peluquería para novias, organizado por nuestro colaborador, el estilista José García. Un privilegio poder disfrutar de la tercera edición de esta cita que se convirtió en el epicentro de la moda nupcial.

Una gala espectacular acompañó las 20 propuestas que diseñaron para la ocasión el equipo de Jose Garcia Peluqueros, que se celebró en el Palacio de Congresos Baluarte de la capital navarra y que reunió a cerca de mil asistentes.

Sobre la pasarela pudimos ver una combinación de tendencias innovadoras en peluquería, moda, música y diversas sorpresas que entusiasmaron al público.

Peinados para novias

Sin duda, la gala no defraudó en absoluto y ofreció a los presentes 20 propuestas exclusivas de peinados

para novias, en las que cada diseño resaltaba por reflejar diferentes estilos y personalidades. Las modelos lucieron vestidos de la diseñadora Silvia Fernández Atelier. De esta manera, se presentaron elegantes recogidos clásicos hasta peinados más modernos. Además, las trenzas jugaron un papel protagonista en la creación de estas obras de arte. Trenzas pegadas, cuidadosamente tejidas y perfectamente integradas, se convirtieron en la base de la mayoría de los peinados, aportando un toque de sofisticación y originalidad. Estas técnicas, además de aportar estructura y durabilidad al peinado, permitieron añadir sofisticados tocados de Charo López Atelier, joyas únicas que realzaron el encanto de cada diseño, adaptándose a la perfección a las distintas personalidades de las novias.

Música en vivo

El evento contó con un importante elenco de presentadoras: Irene Villa, Mar Montoro, Leire Martínez y



Pilar León, que lograron acaparar la atención del público de principio a fin.

La magia de la velada radicó en las actuaciones musicales en vivo que dinamizaron el desfile y añadieron grandes dosis de emoción. Los asistentes disfrutaron de la imponente voz de Cristina Ramos, la emotividad de Serafín Zubiri, el talento de Javier Erro, la conexión con el saxofón de Miguel Sueiras y la energía de Los Tenampas, que completaron el ambiente mágico de la gala.

La Pasarela 20.20 se ha constituido como una cita consolidada en Pamplona en materia de estilo para novias. Una cita imprescindible para los amantes de la moda y la belleza y, tal y como afirmaba José García, gerente de Jose García Peluqueros, “un referente en peluquería nupcial en España”.



Calle Tafalla, 6 - T.948 57 56 58



C/ Raimundo Lanás, 14 - T. 948 14 51 17

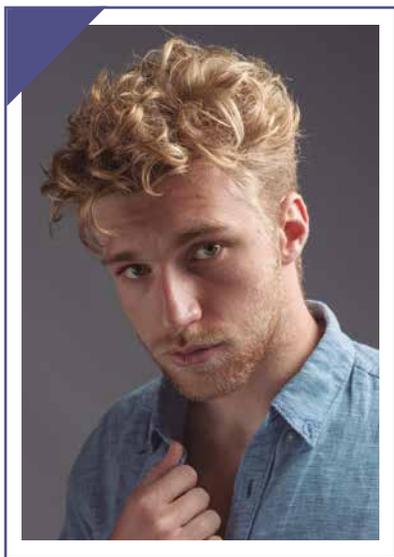
— JOSE GARCIA —
— PELUQUEROS® —

www.josegarciapeluqueros.com





CÓMO HACERTE RIZOS POR UN DÍA



El cabello rizado tiene el poder de añadir un toque fresco y natural a cualquier peinado. Aunque suele ser más fácil de lograr con cabello ondulado o rizado de forma natural, hay quienes encuentran difícil obtener estos rizos por la falta de textura o elasticidad en su pelo. Si ése es tu caso, no te preocupes: Aquí te mostramos cómo conseguir un look rizado usando una plancha de pelo. Sigue estos pasos adaptados a tu estilo y luce un peinado moderno y desenfadado, con ellos obtendrás un resultado impecable

PASO A PASO:



▶ **1. Prepara tu cabello:** Con el cabello limpio y seco, separa un mechón y coloca la plancha cerca de la raíz. Gira la herramienta mientras deslizas hacia las puntas para formar un rizo bien definido. Procura usar una plancha delgada para mayor precisión.



▶ **2. Varía las direcciones:** Riza cada sección de cabello de la parte superior de tu cabeza, alternando la dirección de los giros. Esto añadirá un efecto más natural y dinámico al resultado final.



▶ **3. Dale volumen al flequillo:** Con los dedos abiertos en forma de garra, levanta la raíz del flequillo mientras aplicas aire con un secador. Asegúrate de dirigir el aire desde abajo hacia arriba para realzar el volumen.



▶ **4. Escoge el producto adecuado:** Opta por una cera de efecto mojado, evitando productos demasiado secos que puedan dejar los rizos encrespados o geles que los deshagan. Coloca una pequeña cantidad en tus manos y distribúyela uniformemente.



▶ **5. Define los rizos:** Aplica la cera usando tus dedos como herramienta principal. Aprieta suavemente los rizos para darles forma mientras los separas con cuidado. Olvídate del peine: tus manos serán suficientes para lograr un look desenfadado.



▶ **6. Fija el estilo:** Para asegurar que el peinado dure todo el día, aplica una capa de laca que fije el cabello sin apelmazarlo. ¡Así podrás disfrutar de tus rizos sin preocupaciones!



LA HIPOACUSIA, Cómo afrontar la pérdida de audición

- La hipoacusia, o **pérdida auditiva**, es una condición que afecta a millones de personas en todo el mundo
- Puede presentarse en un solo oído (**unilateral**), o afectar a ambos (**bilateral**)
- La **detección precoz** es clave para su tratamiento y aumentar la calidad de vida del paciente

Una disminución de la agudeza auditiva. A ello se refiere el término hipoacusia, cuando existe una incapacidad parcial o total para escuchar sonidos en una intensidad habitual. Bien es cierto que puede aparecer en cualquier etapa de la vida y en diferentes intensidades. Sin duda, una buena audición hace que las relaciones con amigos, en familia o actividades de ocio sean placenteras y, por tanto, este trastorno tiene un impacto directo en la salud, en las interacciones sociales y la calidad de vida de quien la padece.

La pérdida de audición puede ser leve cuando al paciente le cuesta entender el habla en espacios de ruido y en intensidades de voz suave; moderada, cuando entender el habla sin ayuda auditiva es una dificultad y severa o profunda, cuando se hace imprescindible el uso de audífonos, implantes cocleares y otros dispositivos, así como en casos de personas sordas que oyen poco o nada y que deben comunicarse con lengua de signos.

¿A qué tipo de personas afecta principalmente? Según la OMS (Organización Mundial de la Salud Auditiva) más del 5% de la población mundial (430 millones de personas) padece una pérdida de audición discapacitante y requiere rehabilitación (entre ellos 34 millones de niños), en el 60% de los casos, a causas prevenibles. En el otro extremo de la vida, la prevalencia de la pérdida de audición aumenta con la edad. Aproximadamente una tercera parte de las personas mayores de 65 años se ven afectadas por hipoacusia discapacitante. Además, se estima que para 2050 esa cifra podría superar los 700 millones (una de cada diez personas).



Aislamiento social

Según la personalidad del paciente, pueden producirse cambios en el carácter y comportamiento, por ello es importante observar las emociones de las personas con las que convivimos e incluso uno mismo analizar lo que siente ante situaciones que puedan influir en el bienestar, puesto que resulta difícil para muchas personas. Y es que si se produce cambio, sufre el propio individuo y los que le rodean se empiezan a preocupar.

Normalmente, aun siendo una persona extrovertida, suele dejar de participar con fluidez en las conversaciones, tiende a retraerse, limitando sus interacciones sociales y provocando sentimientos de aislamiento. Sin embargo, en otras ocasiones también puede ocurrir el efecto adverso y la persona que tiene la dificultad para oír es quien ante el esfuerzo de escucha no es capaz de atender y hace caso omiso a lo percibido por sus oídos. Entonces, hablan sin parar, rápido y sin interrupciones; en ellas la hipoacusia pasa más desapercibida por este nivel de participación, pero puede afectar negativamente, porque el interlocutor detecta que hay respuestas sin una relación lógica y, si esto sucede a largo plazo, la persona puede sentirse ignorada por la falta de comunicación efectiva. Por este motivo, es muy importante reconocer estos comportamientos para buscar soluciones y gestionarlo adecuadamente.

Se acercan fechas de reencuentros familiares y largas sobremesas, ¿cómo propiciar que las personas que padecen hipoacusia se sientan totalmente integradas? Es verdad que si la persona vive en un entorno muy diferente del que celebra la Navidad, se le debe acoger sabiendo que el contraste de lugar puede resultarle desagradable e incómodo y

La pérdida de audición discapacitante se refiere a una pérdida superior a 35 decibelios (dB) en el oído que oye mejor. Casi el 80% de las personas con este problema viven en países de ingresos bajos y medianos.

Sintomatología

Son muchas las personas que por sus circunstancias de vida tienen problemas para oír pero no lo saben. Y es que tanto el envejecimiento, como la exposición a ruidos fuertes, pueden causar pérdida de audición. En muchas ocasiones esta situación se normaliza, el paciente acepta esta condición y por ello no busca solución. También el exceso de cerumen puede afectar el umbral de audición. Esto se produce en un determinado tiempo, lentamente uno se habitúa a oír con dificultad y también se normaliza siempre que no se asocian síntomas más acusados como presión ótica, zumbido...

De ahí la importancia de hacerse revisiones periódicas de audición, puesto que detectarla y reconocer los signos es crucial para la intervención precoz, ya que en la mayoría de hipoacusias no puedes recuperar la audición, pero sí hay formas de mejorar lo que oyes.

SÍNTOMAS MÁS HABITUALES DE LA PÉRDIDA AUDITIVA

- Atenuación del habla y de sonidos ambientales.
- Dificultad para entender las palabras, sobre todo si se está en un grupo de personas o el habla es en un lugar ruidoso.
- Dificultad para escuchar la televisión o la radio, lo que crea necesidad de incrementar el volumen y genera molestia a las personas de alrededor.
- Dificultad de entender la conversación al teléfono.
- Pedir con frecuencia a los demás que hablen más lento, con claridad y más alto.
- Tener zumbido en los oídos, lo que se conoce como tinnitus.
- Sentir molestias por el ruido de fondo.
- Problemas en la localización de la fuente sonora.

también puede resultarle difícil adaptarse, especialmente si es de edad avanzada.

Generalmente, lo más favorable para que la comunicación sea fluida es crear un ambiente tranquilo, hablar claro, conciso y despacio; nunca chillar, respetar el turno de palabra, evitar hablar en pequeños grupos porque se dividen las conversaciones y resulta más difícil participar, mirarse siempre a los ojos, gesticular y vocalizar para que la expresión no verbal complemente lo verbal, no hablar a oscuras o con poca iluminación... Todas estas pautas permiten crear confianza para que la persona con problemas de audición pueda encontrar un espacio que le permita expresarse con seguridad a la vez que se siente escuchado.

DetECCIÓN PRECOZ

Es obvio que la detección precoz permite una intervención más efectiva y exitosa. Debido a la edad y al envejecimiento se producen alteraciones en la funcionalidad auditiva, la capacidad de comprender se disminuye, nuestro tiempo de respuesta es menor, se ralentiza la velocidad de procesamiento o se producen cambios en la destreza manual. Por tanto, si la hipoacusia no se diagnostica y no se

“Detectar la hipoacusia es crucial para la intervención precoz. En la mayoría de ocasiones no puedes recuperar la audición, pero hay formas de mejorar lo que oyes”

trata, se produce un impacto negativo sobre la posibilidad de envejecer de manera activa y saludable e implica muchas veces otros problemas de salud, porque se reduce la calidad de vida y se altera nuestra autonomía. Además, ser consciente de estas limitaciones también ocasiona ansiedad y en algún momento, depresión.

La principal recomendación para quien experimente los primeros indicios de pérdida auditiva es someterse a revisiones periódicas y es importante dejarse ayudar si otros familiares se dan cuenta y ellos no tanto. Es fundamental destacar la importancia de la detección temprana y el acceso a tratamientos y dispositivos auditivos, que pueden mejorar considerablemente la vida de quienes la padecen. Además, la sensibilización sobre la hipoacusia y el fomento de entornos inclusivos son pasos cruciales para garantizar la participación activa de las personas con pérdida auditiva en la sociedad.

Por Laura Girón. Audioprotesista nº de asociado 3194



INTEGRA TU AUDICIÓN

Asesoramiento individualizado

Salud auditiva - Audífonos - Estimulación

Te ayudamos a **OIR** y **ESCUCHAR**
por los dos oídos

Mejora tu **CALIDAD DE VIDA** con una
audición inteligente

CPS-P00468-01/24-NA

ALIMENTOS PARA NUTRIR TU INVIERNO

Variedad de alimentos de temporada, ideales para esta época



Durante el invierno es importante consumir alimentos que no solo nos mantengan bien nutridos, sino que también fortalezcan el sistema inmunológico y nos proporcionen energía. En esta época del año nos encontramos con muchos alimentos de temporada que, además de ser riquísimos, también resultan muy beneficioso para la salud.

Como popularmente se dice que la naturaleza es sabia, en estos meses del año nos da la tierra alimentos que nos vienen bien para combatir el frío:

▶ **Cítricos:** Dado que en la época invernal tenemos menos vitamina D, consumir alimentos cítricos, con vitamina C, mejoran nuestra absorción de esta vitamina y así recuperaremos la energía. Además, refuerzan el sistema inmunológico para prevenir resfriados. Puedes disfrutar de ellos en zumos naturales o en ensaladas.

▶ **Verduras de hoja verde:** Nos aportan hierro, calcio y vitamina A y C, tales como espinacas, acelgas ...

▶ **Coles en general:** repollo, coliflor, brócoli, romanescu ...

▶ **Calabacines, calabaza, puerro, zanahoria ...** que son ricas en vitaminas y minerales. Estas verduras son ideales para sopas, guisos o al vapor.

▶ **Sopas y caldo:** Las sopas calientes, especialmente las de verduras, legumbres o carne magra son una excelente manera de mantener el calor corporal. Además, los caldos con huesos (como el caldo de pollo o de res) son ricos en minerales que ayudan a fortalecer las articulaciones y el sistema inmunológico.

▶ **Legumbres:** Ricas en proteínas vegetales, fibra y hierro, lo que las convierte en una excelente opción para mantener la energía y la vitalidad.

▶ **Pescados grasos:** Alimentos como el salmón, la caballa, las sardinas y el atún son ricos en ácidos grasos omega-3, que ayudan a mantener el sistema cardiovascular y mejoran la salud cerebral.

▶ **Té y bebidas calientes:** Los té de hierbas como el de jengibre, menta o manzanilla son excelentes para mantenerse hidratado y relajado.

▶ **Aguacate:** Es, sin duda, una excelente fuente de grasas saludables, vitaminas y antioxidantes. Se puede agregar a ensaladas, tostadas o batidos para darle un toque cremoso y nutritivo a tus comidas.

De esta manera tu dieta invernal estará llena de nutrientes esenciales para afrontar el frío y mantener tu energía y salud esta temporada. ¡No olvides beber suficiente agua y llevar una alimentación equilibrada! Te dejamos un par de recetas muy saludables para disfrutar este invierno.

ARROZ CON CALABAZA Y ZANAHORIA



Ingredientes: 130 gramos de arroz de grano redondo., media cebolla, media zanahoria, 1 rueda pequeña de calabaza, 1 diente ajo, 1 cucharada de AOVE, 2 vasos de agua y pizca de sal.

Preparación:

1. En una sartén ponemos aceite a calentar y echamos el ajo, la cebolla, la zanahoria (previamente cortada en cuadraditos pequeños todo) y sofreímos hasta que se cocinen.
2. Añadimos la calabaza y el arroz. A continuación, sofreímos durante 3 minutos.
3. Vertemos el agua y cocemos el tiempo que nos recomiende el fabricante, añadimos la sal.
4. Y ¡a degustar!

ROMANESCU CON PIMENTÓN



Preparación:

1. Se cuece en una olla con agua y sal durante aproximadamente 20 minutos.
2. Cuando está blandito, se cuele.
3. Añadir por encima pimentón picante y aceite de oliva virgen extra. Es un toque muy básico, pero le aporta un sabor especial.



bocas sanas

Centro Odontológico

- Ortodoncia
- Colocación de implantes
- Odontología general
- Estética dental

SOLIDARIDAD EN LA LUCHA CONTRA EL CÁNCER

El programa social de la CUN reunió a más de 1.200 personas



Desde su primera edición, la Gala de Niños contra el Cáncer, organizada por la Clínica Universidad de Navarra, se ha consolidado como un evento emblemático en la Comunidad Foral en la lucha contra el cáncer infantil. Este encuentro solidario ha reunido durante una década a más de 1.000 personas entre donantes, empresas, colaboradores, investigadores y profesionales sanitarios.

El éxito de esta gala no solo se mantiene en Navarra, sino que se ha extendido a Madrid, que en 2025 acogerá ya su tercera edición; lo que refleja también el alcance nacional de esta iniciativa.

Programa social con impacto

Los beneficios de la gala, celebrada a principios de noviembre en el Pabellón Navarra Arena, se destinan al programa Niños Contra el Cáncer (NCC), una iniciativa de la Clínica Universidad de Navarra que busca avanzar en la investigación del cáncer infantil y proporcionar a las familias acceso a tratamientos especializados. Así, este programa canaliza su apoyo a través del Laboratorio de Terapias Avanzadas para Tumores Sólidos Pediátricos del Cima Universidad de Navarra, donde la investigación traslacional permite llevar rápidamente los avances científicos del laboratorio al paciente.

En las próximas líneas tenemos la oportunidad de contar con el testimonio de una familia paciente de dicho programa social.

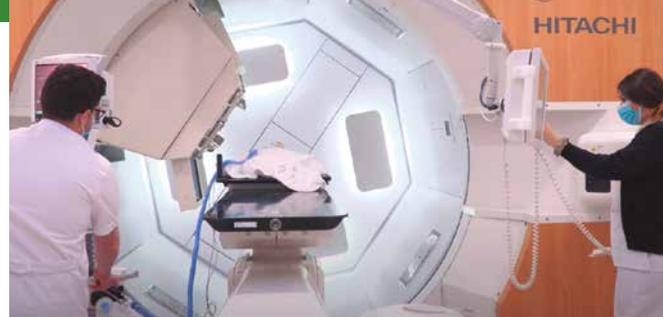
Karol, un viaje por la vida con solo tres años

Con tan solo dos años, a Karol, una niña mexicana, le diagnosticaron meduloblastoma. Sus padres buscaron alternativas frente a los riesgos asociados a la radioterapia convencional, que podía provocar graves secuelas en su desarrollo cerebral. Su incansable investigación los llevó a España, donde descubrieron la protonterapia, una técnica avanzada, más precisa y menos tóxica. Tras someterse a siete cirugías, múltiples sesiones de quimioterapia y un traslado a Madrid, Karol fue tratada con 30 sesiones de protonterapia en la Clínica Universidad de Navarra. Hoy, con un desarrollo completamente normal, su historia es un ejemplo del poder transformador de la medicina de vanguardia.

Karely Moreno, madre de Karol: “No esperábamos tanto cariño y tanto derroche de amabilidad por los pasillos. El tratamiento con protones la ha cambiado, es una niña más feliz”.



► *Niños Contra el Cáncer (NCC) es una iniciativa de la Clínica Universidad de Navarra que busca avanzar en la investigación del cáncer infantil y proporcionar a las familias acceso a tratamientos especializados*



Esta Navidad, únete al reto de ganar la batalla

En Navidad la Clínica Universidad de Navarra invita a todos los navarros a unirse a este reto. El programa Niños contra el Cáncer necesita el compromiso y generosidad de la sociedad navarra para seguir avanzando en esta batalla. Cada aportación, por pequeña que parezca, marca la diferencia en la vida de los pacientes y en la búsqueda de soluciones médicas que salvan vidas.

Colaborar no es solo un acto de solidaridad, sino una inversión en esperanza y futuro para los niños que luchan contra el cáncer. Porque juntos, la batalla puede ganarse.



POR UN HOGAR MÁS CÓMODO Y SEGURO

Presume de ducha iya!

De bañera a ducha
en 8 horas

Bainuontziaren orde
dutxa 8 ordutan

Calidad líder
Pionero en Navarra

Kalitate gorena
Nafarroan aitzindari



ANTES
lehen

DUCHA *Ya*
www.duchaya.com



-25.000
CAMBIOS
REALIZADOS
ALDAKETARIK
GORA



SOLUCIONES
ACCESIBILIDAD
IRISGA
BUTASUN
ITXEBIDEAK

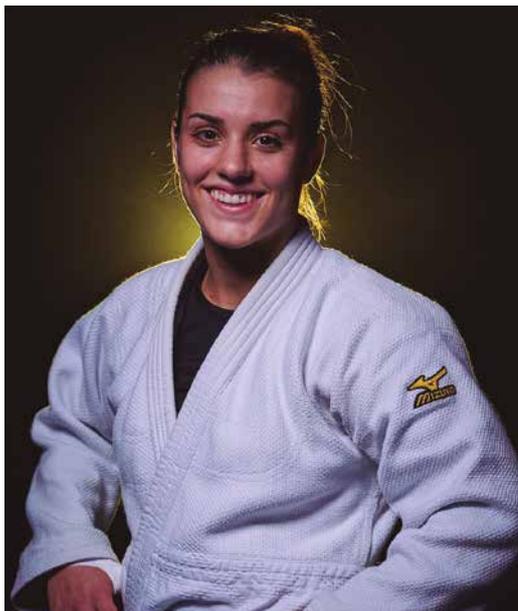


FINANCIACIÓN
SIN INTERESES
ITXANTZAZION
INTERESIN
GABE

PAMPLONA
C/ Tajonar 1 (frente a edificios inteligentes)
Tel. 948 102 727



Aprender y disfrutar con el deporte, las claves



Una persona optimista, feliz y perseverante. Así se define esta joven judoka de Pamplona que continúa la saga en este deporte, ya iniciada por sus padres Yolanda Soler, medalla de bronce en los Juegos de Atlanta en 1996, y José Tomás Toro, olímpico en esa misma edición y que ahora ejercen como sus entrenadores.

Se puede decir que sus primeros pasos los dio en un tatami y a sus 21 años sueña con sacar una medalla olímpica. Al igual que su hermano, quien también practica esta disciplina, Ariane lejos de sentir la presión familiar por la práctica de judo, se enamoró de él desde que lo conoció y por el que ha

luchado desde entonces. Vivir esta aventura y de la mano de su familia le llena enormemente de ilusión.

A pesar de su juventud y recién estrenada en la categoría absoluta, ha cosechado una impecable trayectoria y, sin duda, una de las competiciones que más le ha marcado ha sido el prestigioso Grand Slam de París, en el que logró subir su apellido al podio. Conseguir la medalla de bronce en esa cita mundial ha supuesto un enorme orgullo para ella.

El aprendizaje y disfrute a partes iguales han sido sus grandes lecciones que le han acompañado en sus competiciones. Y es que, además, este año ha vivido un gran sueño con la participación en los Juegos Olímpicos de París, aunque el resultado obtenido le dejó un sabor agridulce.

El deporte le ha enseñado mucho: "Lo más positivo es la vida que me ha dado, todo lo que estoy conociendo y aprendiendo en cada viaje, en cada competición, en cada entrenamiento. Me ha enseñado a luchar por lo que quiero y a enfrentarme con dureza a cualquier reto, tanto en el deporte como en la vida.

Por el contrario, lo peor son las derrotas. El judo es un

deporte muy duro y a veces los resultados no acompañan; pero me ha enseñado a relativizar las cosas buenas y las cosas malas".

A corto plazo se plantea conseguir la medalla Europea y Mundial y, a largo plazo, la olímpica. En el plano personal, sus miras se dirigen a lograr el título Advance de inglés y los objetivos para el futuro pasan por dedicarse a lo que realmente le gusta.

▶ **1- ¿Qué te sugiere la palabra bienestar?** A nivel de salud es llevar una vida saludable. Es decir, una buena alimentación y hacer actividad física.

▶ **2- ¿Cuáles son tus cuidados en el día a día?** Yo hago deporte todos los días y mantengo una alimentación buena y equilibrada.

▶ **3- ¿Cuidas especialmente tu alimentación?** Sí, considero que la alimentación es parte del entrenamiento.

▶ **4- ¿Tus aficiones favoritas?** Viajar, leer, estar con mis amigos y familia.

▶ **5- Un truco de bienestar confesable ...** Encontrar alguna actividad física que te guste.

▶ **6- ¿Alguna manía?** ¡Ninguna!

MÉRITO DEPORTIVO

Carmen Rubio, homenajead

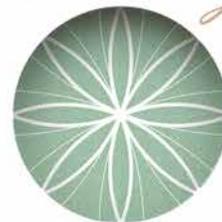
La tiradora con arco Carmen Rubio recibió recientemente la Medalla de Oro al Mérito Deportivo del año 2024 por su “destacada y brillante” trayectoria deportiva como arquera. Rubio dio comienzo a su aventura deportiva en 1995 y desde entonces ha participado en numerosos Campeonatos del Mundo y de Europa, Torneos Internacionales de primer nivel y en tres ediciones de los Juegos Paralímpicos.

En su palmarés cuenta con una Medalla de Oro en el Campeonato de Europa de 2006, junto con un quinto puesto en el Mundial de Italia en 2011 y un sexto en el de Tailandia en 2013. En España ostenta, además, todos los récords de arco compuesto femenino en categoría Open de deporte adaptado y ha conseguido varios podios en la categoría absoluta de mujeres sin discapacidad.

La Presidenta del Gobierno Foral, María Chivite, reconoció la carrera deportiva de Rubio, de quien remarcó que “los deportes minoritarios suelen conllevar esfuerzos adicionales, más debiendo compaginar trabajo y entrenamiento”. A lo que ha añadido que, “esto te coloca como una gran referente para aquellas personas que se ven condicionadas por el no puedo y claro ejemplo de que es posible lograr los objetivos que una se propone”.



La deportista navarra, Carmen Rubio



DANKHON

by Ainhoa Comerón

UN LUGAR DE ENCUENTRO



SALUD DEPORTE NUTRICIÓN BELLEZA

WWW.DANKHON.COM

T. 948 109 157 | 664 496 499

Avda. Pío XII, 16 · 31008 Pamplona

¿IDEAS PARA REGALAR?

Propuestas de Navidad

Se acerca la Navidad. Un momento mágico para sorprender a los nuestros y compartir con ellos momentos y planes en familia y con amigos, dedicarnos más tiempo para disfrutar y por qué no, de regalarles un detalle. En estas páginas te damos ideas para acertar gracias a esta Guía de Regalos que te proponemos. ¡Toma nota!

JOSEBA HUARTE ATELIER (Pza. del Castillo, 28)

Diseños únicos y exclusivos para brillar el gran día. Vestidos de novia y madrina.



JOSE GARCIA PELUQUEROS (C/ Tafalla, 6 y Raimundo Lanas, 14)

Regala Autentic Beauty Concept, línea de cuidado natural altamente tratante.



JOSE RAMÓN PELETEROS

(C/ Iturrama 2, bajo)



Variedad en bolsos, gorras, gorros y complementos en pelo y piel, ideales para el invierno.

ZENTRO DANKHON

(Avda. Pío XII, 16)

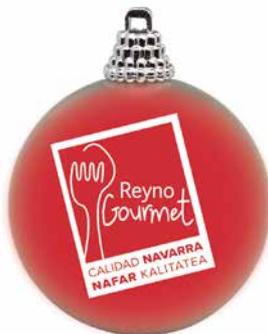


Regala Salud, Belleza y Bienestar. Descubre nuestros tratamientos faciales, corporales y rituales de belleza en formato cajita regalo.

REYNO GOURMET

(www.reynogourmet.com)

Esta Navidad elige productos de Navarra. Celébrala con la mejor calidad apoyando a nuestros productores y nuestras marcas.



RESETVR

(C/ Sangüesa, 41)

Estas Navidades regala experiencias de realidad virtual con las tarjetas regalo de Reset.



RESET

DREAM HACKERS

— BOOK OF MEMORIES —

REALIDAD VIRTUAL - SHOOTERS - ESCAPERROOM
C/ Sangüesa, 41 - info@resetvr.es



UNSAIN SEGUROS

(C/ San Fermín, 39)

Unsain Seguros.
Protegiendo lo
que más valoras.



CARREFOUR PAMPLONA

(Avda Barañain, s/n)
www.carrefour.es

Amplio surtido de
productos, encuentra
las mejores
ofertas en nuestro
hipermercado.



BOCAS SANAS

(C/ Irunlarrea 15)

Cuida y revisa tu salud
bucodental en Bocas
Sanas. Especialistas en
implantología dental.



MOREA BOWLING

(Parque Comercial Galaria, Calle Y,
Cordovila)

¡Disfruta del ocio en
familia con nuestras
actividades y celebra
tu cumpleaños!



CARLIN®

Material escolar, de oficina
y REGALOS



Plaza de la Cruz s/n - T. 948 06 22 64 - pamplonacarlin@gmail.com

CARLIN PAMPLONA

(Plaza de la Cruz, s/n)

Amplio surtido en agendas Moleskine, rotuladores Posca y todo tipo de material escolar y de oficina.



NICDO

(Baluarte + Navarra Arena)

Regala cultura, regala espectáculos.

Disfruta de la tarjeta de regalo de NICDO.



DEMODA

(www.licordemoda.com)

Regalo Demoda: Totebag, llavero y botella Demoda: 18 €.



MOREA

BOWLING & PARK

¡Celebra tu cumpleaños!



www.moreabowlingpark.es

T. 948 598 059


HOLOGATE

Experiencia VR Exclusiva en España



LA VOZ
KARAOKE

Experiencia Karaoke única



DUCHA YA (C/ Tajonar, 1)

Cambia tu bañera por ducha en 8 horas sin incómodas obras.



CLÍNICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA (Avda. Pío XII, 36)

Regala un Chequeo Médico. El futuro no es tan incierto, si quieres.

www.regalaunchequeocun.com



INTEGRA TU AUDICIÓN (C/ Sancho Ramírez, 9)

Todo para tu salud auditiva: Revisiones, audífonos, accesorios inalámbricos ...



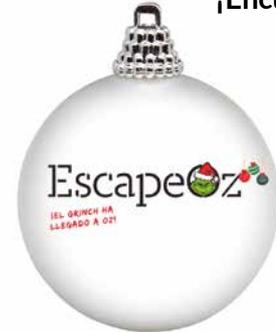
ALIADOS (www.aliados.pro)

El mejor regalo para estas Navidades: Lasertag. Disfruta de una experiencia única.



ESCAPE OZ (C/ Ermitagaña 22)

Juego exclusivo en Navidad: El Grinch ha llegado a Oz. ¡Encuétralo!



¡EL GRINCH HA LLEGADO A OZ!

EscapeOz



UN JUEGO EXCLUSIVO PARA NAVIDAD:

El Grinch ha llegado a Oz y necesitamos que entres en el mundo de Oz y consigas encontrarlo.

Después de estos días, cerraremos para volver a abrirlo con una nueva aventura en el mundo de Oz.

C/ Ermitagaña 22 - T. 677 757 807 - info@playrooms.es

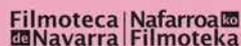
EGU BERRI OH!

Eguberri hauetan
oparitu artea, une partekatuak,
barreak eta emozio handia.

FELIZ NAVID AH!

Estas Navidades
regala arte, momentos compartidos,
risas y mucha emoción.

REGALA →



← OPARITU



ASOCIACIÓN BELENISTAS, LXII Congreso Nacional

Baluarto acogió el último fin de semana de noviembre el 62º Congreso nacional de Belenes, de la Federación española de Belenistas, que congregó a 150 personas. Una reunión de apasionados del belenismo que dejó un buen sabor de boca tanto a visitantes como a los organizadores.

Bien es cierto que Pamplona había sido sede de tal evento en seis ocasiones, aunque la última data del año 2000. Una fecha especial para poder sumergirse de lleno en esta técnica e intercambiar diferentes impresiones sobre este arte con todos los presentes.

Tal y como nos comenta el presidente de la Asociación belenista de Pamplona, Pedroja Martínez, el balance de este congreso ha sido muy positivo, ya que los asistentes han visto satisfechos los tres objetivos que buscan en un evento de este tipo. “En primer lugar, han podido ver muchos y buenos belenes. Además, se ha hablado

cantidad sobre ellos y, por último, han comido fenomenal y han disfrutado del turismo por nuestra ciudad”, afirma orgulloso Martínez.

A pesar de ser noviembre una fecha complicada, por la cercanía de la inauguración de la exposición local para Navidad, se formó un equipo con gente muy comprometida y que desde hace tres años ya comenzó poco a poco la organización para que el desarrollo del congreso fluyera sin problemas, tal y como ha sucedido.

Según concreta el presidente, el único Belén que se ha construido este año ha sido el del Ayuntamiento, así como los que exponen del curso de segundo nivel promovido por la Asociación, que han compuesto los siete belenes tradicionales. El resto que conforma la exposición ha consistido en darles un repaso a todos aquellos exhibidos tanto en Baluarte, en la Mancomunidad de Pamplona, como en su propia sede de San Jorge.



Pedroja Martínez, Presidente de la Asociación belenista de Pamplona

Baluarté acogió en noviembre el 62º Congreso nacional de Belenistas que reunió a 150 personas procedentes de diversos lugares de España.

Se organizaron ponencias, mesas redondas, visitas a Belenes y mercadillo de figuras artesanales

Sin duda, ha habido muchísimo trabajo pero cuyo esfuerzo se ha visto recompensado con creces tras el resultado final.

Variadas actividades

El Congreso Belenista contó con diferentes actividades el fin de semana. Tras el acto inaugural, en el que participó con una ponencia D. Ricardo Fernández Gracia, uno de los historiadores del Belén con mayor reputación a nivel nacional, se abrió un mercadillo al que concurrían una serie de artesanos con sus creaciones y el público pudo visitarlos. También hubo mesas redondas y ronda de visitas por la exposición belenista.

Pamplona ha acogido, por tanto, asociaciones belenistas llegadas desde diferentes puntos de España: Cataluña, Valencia, Murcia, Sevilla, Cádiz, Málaga, Madrid, Castilla La Mancha, Castilla León, Asturias, Cantabria, País Vasco, Huesca, Zaragoza...

www.localtokikoa.es



DE AQUÍ, PARA TI

Consume y Vende km 0
Alimentos de Navarra, en Navarra

HEMENGOA, ZURETZAKO

Kontsumitu eta saldu km 0
Nafarroako elikagaiak, Nafarroan



www.localtokikoa.es

Los congresistas



Montserrat Ribes



Original Heide



Pervalle Creativos



Vázquez de Luna



Origen de la Asociación

El 10 de octubre de 1953 un grupo de amigos, entusiastas del Belén, fundaron la Asociación de Belenistas de Pamplona. Desde los años ochenta del pasado siglo, más de cien personas cada año han pasado por los cursos de iniciación, que en la actualidad realiza otras actividades como convivencias belenistas, cursillos de técnica belenista, excursiones por Navarra y visitas a belenes y asociaciones belenistas de toda la geografía nacional.

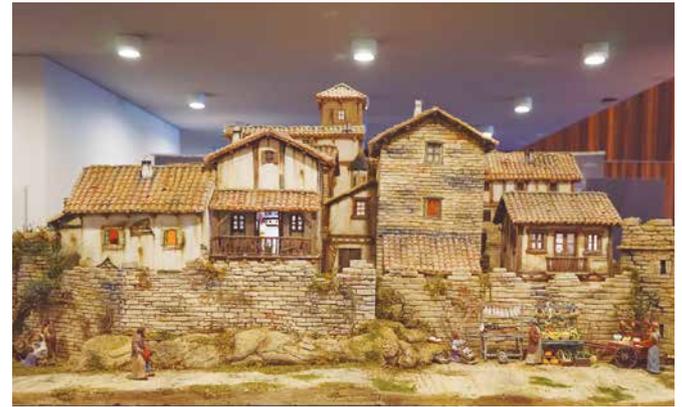
La Asociación como tal expuso su primer Belén en las Escuelas de San Francisco y desde entonces hasta la fecha lo ha hecho de manera ininterrumpida. Evidentemente fue creciendo y tras mantener su sede en el sótano de la parroquia de Cristo Rey, donde se reunían sus socios, construían los belenes..., se trasladaron a un local de San Jorge hasta la actualidad. Supuso un cambio radical porque los asociados tuvieron que acostumbrarse a desmontar los belenes que montarían posteriormente en otros lugares de la ciudad, como en Baluarte, pero se adaptaron sin problema.

Actualmente la Asociación cuenta con alrededor de 665 miembros, que la hace la más numerosa de España. Es verdad que son alrededor de 190 personas las que lideran los cursos, construyen los belenes o trabajan en otras tareas necesarias, como mantenimiento del local, gestiones administrativas... Porque su actividad no se detiene en ningún momento y ya desde febrero comienza con los cursos de belenismo abiertos a toda la ciudadanía.

La exposición de Baluarte congrega cada año cerca de 30.000 visitantes y este año la organización confía en continuar con esas cifras. La muestra estará abierta hasta el próximo 6 de enero de 10:00 a 13:00 h. y de 17:00 a 21:00 h. todos los días de la semana.

Auge del belenismo

Sin duda, el belenismo goza de un óptimo estado de salud. "Tengo la sensación que gusta mucho este arte. Está en auge y pasa



de generación en generación. Es obvio y además, lo vemos en los cursos. Los retos de la Asociación son llegar a más gente y mantener esta tradición. Y como puede la gente comprobar, cada vez hacemos más tipos de belenes, con inspiración de otras culturas, porque estamos en continuo aprendizaje y no queremos estancarnos. Por otra parte, nos gustaría conseguir mayor implicación en las tareas

directivas de la Asociación, porque lógicamente hay gente que quiere tener más tiempo para seguir haciendo belenes y sería bueno que entraran más personas jóvenes con ideas diferentes”, argumenta su presidente.

Puedes ver la entrevista completa en (@revista_boulevard_pamplona) y en nuestro canal de Youtube.



¿CÓMO PODEMOS AYUDARTE?



C. San Fermín 39. Pamplona

¡CONTRATA AHORA CUALQUIERA DE NUESTROS PRODUCTOS* Y LLÉVATE 30€ PARA GASTAR EN NUESTRA TIENDA DE ROPA Y ACCESORIOS!

*Por un valor superior a 200€

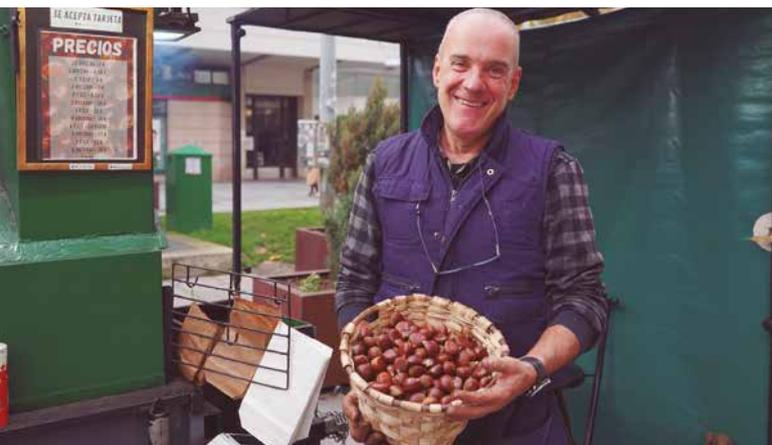
948 23 41 99

infoseguros@unsain.es



UN SIGLO ENTRE CASTAÑAS

Miguel continúa con el legado de la familia Martínez



espectacular. Es como un equipo, sin clientes no hubiera sido esto posible y a su vez, la gente nos ha disfrutado.

Como en todos los negocios, éste también ha debido adaptarse a los cambios sociales.

Efectivamente. A lo largo de este tiempo han ido cambiando los hábitos de vida. Es cierto que antes se paseaba más por la calle, daba igual mancharse; y ahora se compra más género para llevar, especialmente tras la pandemia. Además, incorporamos el datáfono, porque la gente ya no lleva efectivo encima y paga mediante la tarjeta. Así que no queda más remedio que adaptarnos y ponernos al día.

Ese cariño de la gente ayuda a sobrellevar mejor las duras tardes de invierno, de frío y lluvia

Yo estoy encantado. La gente siempre te hace sonreír... Yo siempre digo, está Olentzero, los Reyes Magos y el castaño. Al que no le gustan las castañas, no le molestan y a quien sí, le encantan. Es algo que no se puede describir con palabras, es ver ese brillo en los ojos de la gente, sobre todo, de los abuelos que vienen con sus nietos y recuerdan su infancia. También viene gente que está enferma, niños.... Todo eso no hay dinero que lo pague, es lo que me da fuerza para venir y seguir día a día. Con el paso de los años aprendes a darle la vuelta a los malos momentos y guardar únicamente los buenos ratos.

¿Qué recuerdas del abuelo, precursor de esta aventura?

No conocí personalmente a mi abuelo José, porque murió al mes de nacer yo; pero me han contado que era muy emprendedor. De hecho, procedía de un pueblo de la Rioja y se vinieron a Pamplona donde puso en marcha una tienda de alpargatas en la calle Jarauta. Su mujer, mi abuela Felipa, montó una tienda de chucherías por San Nicolás. Fue él quien arrancó con el negocio de las castañas, mi padre continuó y dos hermanos también lo heredamos. La famosa castañera, con forma de tren y muy popular, era la que estaba en Lindachiquía hasta hace dos años al frente con mi hermano Andoni, que por diversos motivos no está operativa, pero esperamos poder retomarlo. Nuestro otro hermano, Alfonso, es mecánico y nos ayuda siempre cuando lo necesitamos.

Corría el año 1925 cuando José Martínez inauguró su puesto de castañas. Lo hacía en la calle Comedias con Lindachiquía y a partir de ahí comenzó a escribir una historia familiar que cumple hoy 100 años.

Una cifra que se dice pronto, pero que ya ha ido recogiendo sus frutos traducido en el cariño de la gente que cada tarde contempla desde la castañera. Las riendas de esta saga familiar las toma actualmente Miguel, que supone la tercera generación que cogió el testigo de su padre y que quizá, algún día, pueda pasárselo a sus hijos o sobrinos.

Desde 1990 trabaja en su puesto de la plaza de Merindades con Carlos III. Ni la lluvia, ni el frío intenso del invierno empaña la sonrisa y actitud de gratitud de este castaño que atiende con cariño a grandes y pequeños que se acercan a saborear este fruto asado. En un año marcado por el acontecimiento de esta cifra tan señalada, comentamos con su protagonista sobre la trayectoria de este oficio a lo largo del siglo.

¿Qué balance harías de todo este tiempo?

Hay que ser consciente de que es un trabajo de temporada, muy duro a veces por las condiciones del tiempo, es en la calle... pero, sin duda, es muy agradable.

Por tanto el balance es siempre muy positivo. Desde que tengo uso de razón el cariño que nos tiene Pamplona es

¿Cómo es el día a día de un castañero?

No hay día igual. Tienes que viajar a un mercado, organizar el tema de papeles, recibir el carbón, seleccionar el producto que vas a vender... Hay muchas tareas que la gente no ve, pero son imprescindibles hacerlas para que todo funcione. Está el trabajo sucio, de limpiar las castañas, escogerlas... para luego disfrutar con el trato frente al público, con sus sonrisas y halagos.

¿Cómo se siente uno al recibir ese gran legado familiar?

Yo estoy encantado en recoger ese testigo y si más adelante mis hijos o algún sobrino decide continuar, yo con todo mi cariño les enseñaré. Ahora bien, mi consejo es que estudien y se preparen, porque este trabajo es duro y no es estable.

¿Qué propiedades tienen las castañas?

A día de hoy se recomiendan para todo el mundo, excepto para los diabéticos, no es que las tengan prohibidas; pero si toman muchas, puede subirles el azúcar. Y es que son una fuente muy grande de hidratos. El 60 % del producto es agua, por lo que no es muy calórico y, además, es saciante.



¿Es Navarra tierra de producción de castañas?

Antes sí lo era y la materia prima la cogíamos aquí. Sin embargo, todos esos castaños han enfermado y nadie se ha preocupado en recuperarlos. Es una pena, pero se ha preferido tirar de fábricas y ahora hay que ir a buscar castañas fuera de nuestra comunidad.

¿Alguna anécdota?

Me quedo quizá con todas esas personas que regresan a Pamplona después de estar muchos años fuera. Ellos te reconocen y se acuerdan perfectamente de ti; incluso hay gente que te traen cosas del pueblo. Es una gran alegría y a mi personalmente me llena mucho. Yo siempre he estado en la misma zona, algo que ayuda a estar más a gusto y sentirte como en casa.

Puedes ver la entrevista completa en (@revista_boulevard_pamplona) y en nuestro canal de Youtube.

Apasionados
por el *vino*
Obsesionados
por la *excelencia*



PAGO DE CIRSUS



PREMIOS ALIMENTOS DNAVARRA

2024

ALIMENTOS Y LICORES

Pago de Cirsus

REGRESA LA TÓMBOLA SOLIDARIA BOULEVARD



TÓMBOLA SOLIDARIA Navidad 2024

Desde la revista El Boulevard de Pamplona organizamos de nuevo esta Navidad la Tómbola, una iniciativa solidaria en la que colaboran diversos establecimientos de Pamplona, tales como Alehome, Lei

Lui, Malie Estética, la peluquería Jose Garcia Peluqueros, Natural Essence y Aruñarte.

Se retoma así una acción que suma ya su tercera edición y en la que la gente podrá comprar las papeletas al precio de 2€ y entrarán en el sorteo de variados lotes regalo, gentileza de las empresas participantes. Igualmente, se habilitará una cuenta de bizum para donativos vía telemática y la recaudación final será destinada íntegramente a colectivos que trabajan con los afectados por la dana de Valencia.

NUEVA EDICIÓN DE LA CARRERA DE NAVIDAD

El Corte Inglés junto a la Asociación Voluntarios Olímpicos de Navarra (ASVONA), organizan la XIII Carrera infantil de la Navidad el próximo 21 de diciembre.

Se trata de una cita dirigida a los más pequeños de la casa y donde deporte e integración van de la mano, convirtiéndose en un evento muy esperado de la Navidad. De hecho, el año pasado se agotaron los 700 dorsales y el colegio Larraona fue el centro educativo que más participantes llevó a la prueba. La carrera se desarrollará en la Ciudadela de Pamplona.



Camas elásticas
Celebración de cumpleaños



Pol. Ind. Cordovilla Calle C, nº 5
848 681 718 - info@saltokajump.es



¿QUÉ HACER EN NAVIDAD?

La Navidad llega a toda Pamplona con más de 200 actividades



El próximo viernes 20 de diciembre tendrá lugar a las 19:00 h desde la Casa Consistorial el Pregón de las fiestas navideñas y destaca igualmente la recepción tanto al Olentzero, el 24 de diciembre a las 19:30 h., como a Sus Majestades los Reyes Magos de Oriente, el 5 de enero a las 17:00 h.

Música en la calle

Una de las características de estos días festivos es la música. Por eso, un año más se ha puesto en marcha toda una red de actuaciones musicales de toda índole, que no se limitará únicamente al Casco Antiguo, sino que se extenderá a todos los barrios. De hecho, el ciclo Música en la Calle prevé una decena de actuaciones hasta el 26 de diciembre por las calles del Casco Antiguo y del Ensanche.

En ellas, participarán la Asociación Gayarre Amigos de la Ópera (AGAO), el Ensemble de Chirimías Miguel de Arrózpide y varias rondas de la Escuela Municipal de Música Joaquín Maya y otras escuelas municipales, como la ronda Gazte Soinua, la ronda Let's go Sax!, la ronda Coro Navideño de Trompas, la ronda Flautistas de Navarra, la ronda Tubachristmas, la ronda Navidad en Clarinete, la ronda Txistu Taldea y el Coro Navideño de Trombones, en colaboración con el Conservatorio.

Puedes consultar la programación completa en la web municipal: www.pamplona.es/Navidad2024

Un total de 200 actos ha programado el Ayuntamiento de Pamplona para estas fiestas de Navidad con el objetivo de llevar el ambiente festivo a todos los barrios de la ciudad. Desde conciertos y actuaciones musicales hasta campamentos infantiles y juveniles, pasando por talleres de manualidades, jornadas de multideporte, carruseles, pista de hielo y la ya tradicional Feria de Navidad.

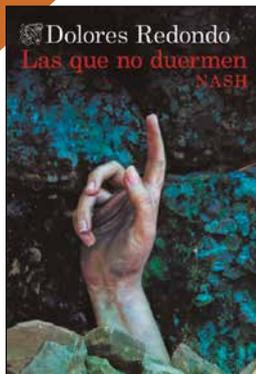
ESTAS FIESTAS, BRINDA CON



FELIZ AÑO NUEVO

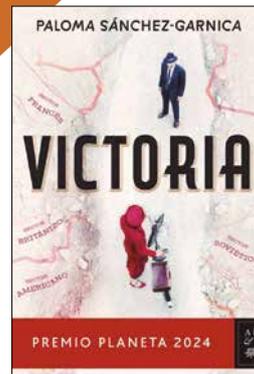


NOVEDADES LITERARIAS



Sinopsis: La psicóloga forense Nash Elizondo documenta el origen de una leyenda sobre brujería en uno de los valles tranquilos de Navarra, pero cuando desciende a la sima lo que halla es el cadáver de una joven desaparecida tres años atrás, Andrea Dancur; un caso que conmocionó al país entero.

LAS QUE NO DUERMEN NASH
De Dolores Redondo



Sinopsis: Nos muestra un retrato impactante de la azarosa vida de personas que sufrieron en carne propia las consecuencias de las grandes decisiones políticas. Una novela en la que los resentimientos, el dolor de la pérdida y las decisiones difíciles serán superados gracias al coraje de sus personajes.

VICTORIA (Premio Planeta 2024)
De Paloma Sánchez-Garnica

NOVEDADES MUSICALES



Sinopsis: Amaral presenta su gira Dolce Vita Tour 2025 que arrancará tras la salida de su nuevo disco con el mismo nombre. Nos transportarán al universo de su nuevo trabajo con una gira de lo más especial que pasará por Bilbao (10 de mayo) y Pamplona (24 de mayo) y un espectáculo diseñado con todo el mimo del mundo.

DOLCE VITA
De Amaral



Sinopsis: Kylie Minogue presentará su nuevo álbum y repasará una trayectoria cargada de hits con su nuevo tour que pasará por Bilbao, Sevilla y Lisboa. Con una carrera impecable de más de 30 años, es una de las figuras indiscutibles del género pop de todos los tiempos y que ha pasado por diferentes etapas debido a sus inquietudes.

TENSION II
De Kylie Minogue

CIRQUE DU SOLEIL REGRESA A ESPAÑA CON CORTEO



Corteo, la producción en pabellones más encantadora de Cirque du Soleil vuelve a Europa y visitará España para deleitar al público. Esta producción única, dirigida por Daniele Finzi Pasca, se estrenó por primera vez en Montreal bajo la Gran Carpa en abril de 2005. Desde entonces, el espectáculo ha sorprendido a más de 10 millones de personas, en 22 países distintos de 4 continentes. Corteo estará en Barcelona y, por primera vez, visitará A Coruña y Pamplona.



Después de un exitoso estreno, el festival Iber Rock calienta motores con su segunda edición. El festival se celebrará en la plaza de toros de Logroño el 29 de marzo.



ALIADOS

LASER TAG

**Disfruta de una experiencia única:
EL LASERTAG**

Cumpleaños, celebraciones, despedidas,
team building de empresa..

Reserva ya:

WWW.ALIADOS.PRO

619 91 95 99

SERGIO DALMA

14 de diciembre. Concierto en Baluarte a las 20:30 h.

JAZZY LEAP - THE MOTOWN SOUND

15 de diciembre. Concierto-homenaje a la discográfica Motown en Baluarte a las 19:00 h.

D'ARTAGNAN Y LOS JÓVENES MOSQUETEROS

Del 19 al 21 de diciembre. Espectáculo de ópera en el Teatro Gayarre a las 20:00 h/19:00h.

CAMELA

20 de diciembre. Concierto en el Pabellón Navarra Arena a las 22:00 h. Gira 30 aniversario.

DOCTOR DESEO

20 de diciembre. Concierto en Baluarte a las 21:00 h.

ALABAMA GOSPEL CHOIR

21 de diciembre. Concierto gospel en Baluarte a las 20:00 h.

LA PAMPLONESA

22 de diciembre. Concierto de Navidad en el Teatro Gayarre a las 12:00 h.

MUNDO MÁGICO REYES MAGOS

Del 26 al 29 de diciembre. Actividades en el Pabellón Navarra Arena a las 19:00 h.

LOS PLANETAS

4 de enero. Concierto en Sala Zentral a las 18:30 h.

EXPOSICIÓN DE BELENES

Hasta el 6 de enero. Exposición navideña "Los Belenes en Baluarte".

EL ARREBATO

10 de enero. Concierto en Baluarte a las 20:30 h.

WE LOVE DISCO

11 de enero. Espectáculo musical en el Teatro Gayarre.

PAMPLONA NEGRA

Del 17 al 20 de enero. Festival de cine y literatura de género negro en Baluarte.

THE PICSIL SHOWDOWN 2025

Del 7 al 9 de febrero. Cross Training en Navarra Arena.

PURO RELAJO

9 de febrero. Concierto en Baluarte a las 19:30 h.

PIGNOISE

21 de febrero. Concierto gira 20º aniversario en Sala Zentral.

CAROLINA DURANTE

24 de febrero. Concierto en Sala Zentral a las 19:30 h.

LENNY KRAVITZ

12 de abril. Concierto en el Pabellón Navarra Arena a las 21:00 h. Gira Blue Electric Light.

CORTEO. CIRQUE DU SOLEIL

Del 7 al 11 de mayo. Espectáculo musical en el Pabellón Navarra Arena.

AGENDA GASTRONÓMICA

JORNADAS DEL CARDO ROJO

21-22 de diciembre. Organizadas por el Ayuntamiento de Corella.

VERDURAS DE INVIERNO

Del 24 de enero al 28 de febrero. Jornadas gastronómicas de Navarra.

CAFETERÍAS DE NAVARRA

Del 13 de enero al 2 de febrero. 1º concurso de cafeterías de especialidad de Navarra.

ruta de la CASQUERÍA

Del 8 al 25 de febrero (por determinar). Denominada así esa "cocina de abuela" elaborada con materia primas (callos, carrilleras, manitas de cerdo o cordero de Navarra) por diversas localidades navarras.

FERIAS DE TAFALLA

Del 9 al 11 de febrero. Feria de artesanía y de productos agroalimentarios.

NAVARTUR

Del 21 al 23 de febrero. Feria Internacional de Turismo Reyno de Navarra.

DÍA DE LA TOSTADA DE ARRÓNIZ

Del 23 al 25 de febrero (por determinar).

SEMANA DEL PINCHO DE NAVARRA

Del 21 al 30 de marzo.

VERDURAS DE PRIMAVERA

Del 2 al 31 de mayo. Jornadas gastronómicas de Navarra.

¡FELIZ NAVIDAD!

EGUBERRI ON!



CIRQUE DU SOLEIL®

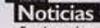
Corteo™



7 - 11 MAYO

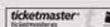
NAVARRA ARENA / PAMPLONA

PATROCINADOR OFICIAL  AIR CANADA

MEDIO COLABORADOR  Noticias
Eres lo que lees

LIVE NATION
GREEN ROAD

PUNTO DE VENTA
LIVENATION.ES

 ticketmaster
LIVENATION.ES

 COCA-COLA

 nico

 ARENA
NAVARRA-NAFARROA

 Gobierno de Navarra
Nafarroako Gobernua

