

« Se van a encontrar herramientas y lecturas que les van a ayudar »

Giovanni Peroraro Ruiz **Psicólogo**

Este gran lector será el encargado de la nueva oferta de la biblioteca de Ermua: un club de lectura de inteligencia emocional

AINHOA LASUEN

ERMUA. Ha leído más de 300 libros relacionados con la inteligencia emocional, y no solo eso, sino que escribe su propio libro 'Sabiduría emocional. Pensar para sentirse bien', que pretende terminar en breve. «Aunque sigo leyendo y, por eso, sigo aportando novedades, en breve le daré fin», explica el psicólogo Giovanni Peroraro Ruiz.

Tras varios años de gestión de un club de lectura de inteligencia emocional en la biblioteca de Leioa, se desplazará ahora a Ermua para coordinar la misma actividad en el municipio.

Los objetivos de este club son fomentar la lectura de libros de desarrollo personal, contribuir al bienestar emocional dotando a las personas participantes de estrategias para la vida cotidiana y orientar a nivel particular a quienes lo deseen en la elección de libros de psicología dependiendo de sus intereses e inquietudes.

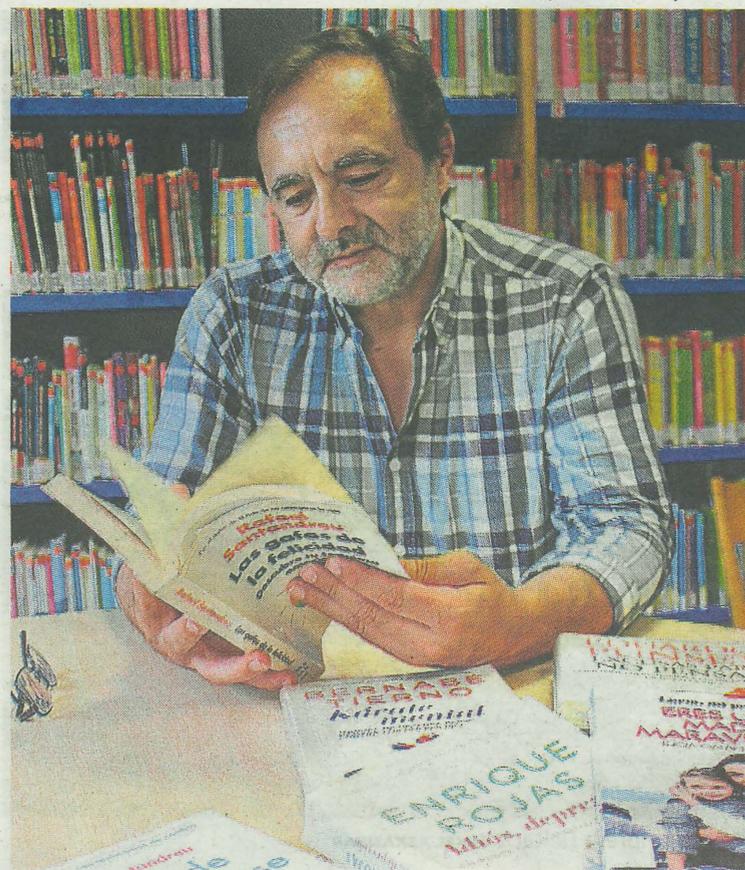
Las sesiones, que tendrán lugar en Lobiano, serán el último jueves de cada mes, a partir de octubre y constarán de un taller

práctico, de 9.30 a 10.30 h. y una tertulia, de 10.30 a 11.30 h. Se leerá un libro al mes.

Todas las personas interesadas en participar deben inscribirse llamando al teléfono 943 179 212 o enviando un e-mail con sus datos (nombre y apellidos, número de carné de la biblioteca, teléfono de contacto y correo electrónico) a 'biblioteca@udalermua.net'.

—¿De dónde surge la idea de crear el club de lectura?

—Yo estaba mucho en la biblioteca de Leioa, porque leo mucho y además estoy escribiendo mi libro. Surge, porque leo tantos libros relacionados con la inteligencia emocional que pensamos por qué no organizar un club de lectura sobre este tema. Esto fue hace tres años y la biblioteca de Leioa lo apoyó. A la gente le gusta. Para mejorar la lectura se incluyó una tertulia. La gente explica qué le ha parecido el libro, su experiencia personal y si el contenido es aplicable a la vida cotidiana. Es un punto de encuentro de personas a las que les gusta esa lectura. Yo, como coordinador, regulo la tertulia, hago comentarios sobre el contenido, etcétera. Eso sí, aunque sea una tertulia, nadie está obligado a hablar. Y luego, tenemos una tercera pata. La gente lee mucho, pero lo que se lee se lleva poco a la práctica. En la vida cotidiana no lo aplicamos. Por eso queremos



Giovanni Peroraro hojea uno de los libros propuestos para el club. A. L.

que haya una hora antes, que se convierta en un taller para enseñar a la gente cosas relacionadas con el libro o de otro tipo, para adaptar esas ideas a la vida cotidiana y mejorar su bienestar emocional. Es para personas adultas.

—¿Cómo ha ido la experiencia en Leioa?

—Hay 40 personas inscritas en diversos grupos. La valoración es muy positiva. Hay gente que lee los libros y no va a las tertulias. Como cada persona es un mundo se adapta a la actividad.

—¿Por qué animaría a participar en esta actividad?

—En la escuela nos enseñan a darnos la vida, no a vivirla. Aquí se pretende enseñar cosas que no nos han enseñado: la gestión emocional. Muchos de nuestros conflictos y malestares tienen que ver más con emociones que con hechos concretos. Aprender a gestionar esas emociones es lo que

nos va a permitir tener una mejor salud emocional. Las personas van a encontrar herramientas y lecturas que les van a ayudar.

—Y el escuchar a otras personas, sus puntos de vista, es importante.

—Eso es. Esto es una lectura compartida. Es un punto de encuentro. Sí recalco que, no es un grupo terapéutico. No vengo a solucionar mis problemas de ansiedad y os cuento mis problemas. Es para mejorar nuestro bienestar.

—Como en todos los campos, ¿no toda la literatura que hay es buena?

—Ni muchísimo menos. La gente confunde psicología positiva con pensamiento mágico. En el club elegimos libros de calidad, sencillos. A veces, incluso, son una crítica al pensamiento positivo, para debatir sobre ello.

La parada de autobús de Zearkalea estará inactiva hasta el 20 de octubre

A. LASUEN

ERMUA. La parada de autobús de Zearkalea (báscula) estará fuera de servicio hasta dentro de un mes, concretamente hasta el miércoles 20 de octubre, según recoge una nota colocada en la base de la misma marquesina de la parada.

Se trata de una de las afecciones que se producen debido a las obras de construcción del paso subterráneo a las viviendas de la promoción de Lomi-Power, que afecta aún a las diferentes líneas de autobús tanto de Bizkaia (Bizkaibus) como de Gipuzkoa (Lurraldebus) que prestan servicio en el municipio.

Las personas usuarias de las distintas líneas de transporte público por carretera afectadas deben utilizar en sustitución la parada de autobús de la Avenida de Bizkaia (Bicicletas Aguirre y cafetería Lex).

HOMENAJE A 'MARIARO'

El sábado, 23 de octubre, a las 17.00 h.

A. L. O. El acto de homenaje a la activista social y feminista ermuarra, María Rosario Arribabalaga, se celebrará el sábado, día 23 del próximo mes de octubre, en el municipio de Ermua. Este evento en memoria de la conocida vecina de Ermua, que falleció el pasado mes de julio, a la edad de 71 años, se llevará a cabo, en la plaza 8 de marzo, a partir de las 17.00 horas.

TELÉFONOS DE INTERÉS

* EL CORREO no se hace responsable de cambios de última hora

URGENCIAS

SOS DEIAK 112
DYA 943 464 622

HOSPITALES

Hospital Mendara 943 032 800
Ambulatorio de Eibar 943 032 500
Ambulatorio de Eibar (Torrekua) 943 032 650
Ambulatorio de Ermua 943 032 630

POLICÍA MUNICIPAL

Eibar 943 708 424
Ermua 943 176 300

ERTZAINZTA

Eibar 943 531 700

BOMBEROS Toda la provincia

112

TRANSPORTES

Euskotren 902 543 210
Pesa Eibar 902 101 210
Bizkaibus 902 222 265

TAXIS

Eibar 943 203 071 y 943 201 325
Ermua 943 170 396

AYUNTAMIENTOS

Eibar (Centralita) 943 708 400
Eibar (Oficina de información a la Ciudadanía. Pegora) 010
Ermua 943 176 322

CARTELERA DE CINE

EIBAR

COLISEO Merkatu Kalea, 2

Con quién viajas 17.00 20.00
Los Olchis (euskera) 17.00
Maligno 17.00 20.00
Nora V.O.S.E. 20.00

ERMUA

ERMUA ANTZOKIA Iparragirre, s/n

Chavalas 19.30

COMUNICACIONES

AUTOBUSES

EIBAR-SAN SEBASTIÁN

Laborables: 6.10*, 6.40*, 7.10*, 7.40, 8.10, 8.45*, 9.15*, de 10.10 a 21.10 cada hora, 13.05*, 18.10*, 19.10*.
Sábados: 6.40*, 7.10*, 8.10, 8.45*, 9.15*, de 10.10 a 17.10 cada hora, 13.15*, 15.10*, 16.10*, 18.10*, 19.10*, 20.10*, 21.30, 23.10.
Festivos: 8.10, 10.10*, 12.10, 13.10, 15.10*, 17.10, 18.10, 19.10* y 21.45*.
*Salida desde Ermua diez minutos antes

SAN SEBASTIÁN-EIBAR

Laborables: 6.50, 7.20*, 7.50*, de 8.20 a 14.20 cada hora, 11.20*, 14.30*, 14.50*, 15.20*,

16.20*, 17.20, de 18.20* a 22.20* cada hora.
Sábados: 6.50, 7.20*, 7.50*, de 8.20 a 21.20* cada hora, 11.20*, 14.20*, 16.20*, 17.20*, 18.20*, 19.20*, 22.35* y 00.20.
Domingos y festivos: de 9.20*, 11.20*, 13.20, 14.20*, 16.20*, de 18.20* a 20.20* cada hora, y 22.20*.
*Llegada a Ermua

EIBAR-BILBAO (Autopista)

De lunes a sábado: Desde las 6.40 hasta las 20.40 cada hora. Domingos y festivos: Desde las 7.40 hasta las 21.40 cada hora.

BILBAO-EIBAR (Autopista)

Laborables: De 6.40 a 21.40 cada media hora. Sábados-festivos: 7.40 a 21.40 cada media hora.

EIBAR-VITORIA

Laborables: 6.25, 6.40, 6.55 y de 7.30 a 21.30 cada hora.
Festivos: De 6.30 a 23.30 cada hora.

VITORIA-EIBAR

Laborables: 6.15, 7.00, 7.15, 7.45 y de 8.15 22.15 cada hora.
Festivos: De 6.15 a 22.15 cada hora

EIBAR-PAMPLONA

Laborables y festivos: 8.30

PAMPLONA-EIBAR

Laborables y festivos: 11.00.

EIBAR-ARRATE

Laborables: 15.00.
Sábados: 14.00
Festivos: 9.00, 10.00, 11.00, 12.00 y 13.00.

ARRATE-EIBAR

Laborables: 15.30.
Sábados: 14.30
Festivos: 9.30, 10.30, 11.30, 12.30 y 13.30.

EIBAR-ELGETA

Laborables: 6.30, 8.30, 11.00, 13.30, 15.30, 16.30, 18.30 y 20.30
Festivos: 8.30, 11.30, 13.30, 15.30 y 20.30.

ELGETA-EIBAR

Laborables: 6.50, 8.50, 11.20, 13.50, 15.50, 16.50, 18.50 y 20.50
Festivos: 8.50, 11.50, 13.50, 15.50 y 20.50.

EIBAR-HOSPITAL MENDARO

Lunes a viernes: 6.20, 7.05 (de 7.05 a 22.35 cada media hora).
Sábados: De 7.00 a 21.00 cada hora.
Domingos: de 8.00 a 21.00 cada hora.

HOSPITAL MENDARO-EIBAR

Laborables: De 6.45 a 21.15 cada media hora. Sábados y festivos: De 7.45 a 20.45 cada hora.

TRENES

BILBAO-EIBAR

Laborables: 5.57. Diario: (De 6.57 a 20.57 cada hora), 9.34 y 20.34.
Sábado noche: 23.50, 1.50, 3.50 y 5.50.

EIBAR-BILBAO

Laborables: 6.13, 7.13. Diario: (De 8.13 a 22.13 cada hora), 10.36 y 21.36. Noches: 2.05, 4.05, 6.05 y 7.29.

ERMUA-BILBAO

Laborables: 6.19 y 7.19. Diario: De 8.19 a 21.19 cada hora.

SAN SEBASTIÁN-EIBAR

Laborables: 5.47, 6.47. Diario: De 7.47 a 20.47, cada hora, 9.20 y 20.20.

EIBAR-SAN SEBASTIÁN

Laborables: 6.13 y 7.13. Diario: De 8.13 a 22.13 cada hora, 10.35 y 21.35.

FARMACIAS

EIBAR

De 9.00 a 22.00: Azkue-Azkue (Toribio Etxebarria, 4).

ERMUA

De 9.00 a 22.00: Alves (Avda. Gipuzkoa, 46).

EIBAR-ERMUA

Noche. De 22.00 a 9.00: Izipuzia (Ibarkurutz kalea, 7).

DEBA



Las plantillas de cadete de primera y de honor posaron juntas para la foto. FOTOS ANDER SALEGI

El regional masculino comienza la temporada con derrota

El primera cadete y el regional femenino se suman este fin de semana al inicio de liga

ANDER SALEGI

DEBA. Dos derrotas y una victoria es el saldo para los equipos del club Amaikak Bat en su inicio de la nueva temporada 2021-2022. Este fin de semana Errota Zar acogerá dos partidos, uno hoy y el otro mañana. El resto de encuentros se jugarán fuera. A causa de la pandemia, el acceso a los recintos deportivos está limitado. La semana pasada se permitía la entrada a 150 personas, pero ahora, al igual que en los campos de fútbol de la Liga, el número de espectadores ha ascendido. Este fin de semana 200 personas podrán acceder a Errota Zar para ver los partidos de fútbol, los socios continúan teniendo preferencia a la hora de entrar.

El primer equipo del club, el regional masculino, comenzó la semana pasada la liga y no lo hizo con buen pie. Después de una buena pretemporada, el equipo parecía estar listo para competir, pero se toparon con un rival poderoso, el Zarautz. Una primera parte floja por parte de los locales hizo que en el ecuador de la primera parte el Zarautz anotase el primer tanto del partido. En la segunda parte el Amaikak Bat mejoró algo el juego, pero los goles no llegaron. En la recta final del partido, con los debarros sin fuerzas para empatar, llegó el segundo de los zarautztarras, que sentenció el partido. Hoy se desplazan a Arrasate para enfrentarse al Mondragón a partir de las 16.30 horas en el campo de Mojategi. Los debarros son últimos en la clasificación con cero puntos, mientras que sus rivales son octavos con un punto.

El regional femenino es uno de los equipos que se suma al inicio de liga este fin de semana. Ma-



Plantilla del Regional femenino, que inicia mañana la temporada.



El regional masculino perdió en su encuentro frente al Zarautz.

ñana a las 16.30 horas se enfrentarán al Bergara en Errota Zar.

Después de una buena pretemporada, el juvenil no comenzó bien la liga la semana pasada, perdió 2-0 contra el Lagun Onak en su desplazamiento a Azpeitia. Hoy a las 16.30 horas en Errota Zar se enfrentará al noveno clasificado, el Anaitasuna, mientras que los debarros son undécimos.

El cadete de honor si comenzó con buen pie, lo hizo con una victoria (2-1) ante el Aretxabaleta en Errota Zar. Los goles de Roke y Michael sirvieron para dar los primeros tres puntos de la liga al equipo local. El Amaikak Bat, quinto clasificado, se enfrentará al colista del grupo, el Lagun Onak hoy a las 12.00 horas en Azpeitia. El cadete de Primera es el otro equipo que arranca la tempora-

da, hoy a las 10.00 en Iraeta, contra el Zestoa.

Euskal Jolas

La temporada de pala comenzó la semana pasada. No fue un buen inicio para Euskal Jolas que sufrió un pleno de derrotas. Hoy el frontón Aldats acogerá una nueva jornada con tres partidos. El primer partido corresponde a pala femenino. A partir de las 9.30 horas Iruleak se enfrentará a Aia en la competición de pala con goma de segunda división. Después de este partido Euskal Jolas se enfrentará a Gazteleku a partir de las 10.30 horas en partido correspondiente a pala cuero de segunda división. Una vez que finalice este partido le tocará el turno a Euskal Jolas contra Lagunak, en partido de tercera división de pala con goma.

ONDARROA

Trece bandas feministas se reúnen en Ondarroa

ALBERTO ECHALUCE

ONDARROA. Trece bandas feministas se reúnen hoy en Ondarroa, a iniciativa de Andrabanda Feminista de Ondarroa y dentro de las actividades para conmemorar su décimo aniversario, se ha organizado en la localidad costera este encuentro.

Junto a Andrabanda Feminista de Ondarroa estarán las bandas de Gasteiz, Mendialdea, Bilbao, Basauri, Durango, Tolosa, Zarautz, Donostia y Oreretako Andrabandak, junto a otras En total unas 120 mujeres.

Entre los actos previstos destacan a las 10.00 horas, la bienvenida y presentación en el patio de la escuela Zaldupe. A las 10:30,

habrá una charla, sobre las Andrabanda Feministas. A las 11.00, tendrá lugar una reflexión con las aportaciones de las bandas participantes. A las 12.00, se presentarán las conclusiones del encuentro. Para recoger y resumir todo lo dicho, se utilizará el humor, porque la payasa Bea Egizabal contará todo ello. A las 13.30, se celebrará un pasacalles de las feministas de cada banda. Cuando termine la sesión matinal, todas las bandas tomarán las calles, juntas, a través de la percusión y las voces, con mensajes a favor del feminismo y contra el machismo. Después a las 15.00 habrá una comida y a las 18.00 horas un concierto, con Arantxa Vicedo.

ERMUA

Nueva regulación de los semáforos desde Kaltxango hasta San Lorenzo

Permitirá cambiar los sistemas eléctricos de los semáforos para actualizar los ciclos de tráfico, y así que se circule a 30 kilómetros por hora en la BI-3344

K. ITURRIAGAGOITIA

ERMUA. El Ayuntamiento de Ermua está regulando sus semáforos para intentar mejorar la fluidez en el tráfico y en el paso de peatones en los semáforos que van desde desde Kaltxango hasta el extremo del pueblo hacia Eibar, San Lorenzo, en los dos sentidos.

Este proceso, que estaría refrendado por un estudio técnico previo, permitirá cambiar los sistemas eléctricos de los semáforos para actualizar los ciclos de tráfico, y así que se circule a 30 kilómetros por hora en la vía local BI-3344, así nos lo recordará un nuevo dispositivo electrónico colocado en la Avda. de Gipuzkoa -dirección Eibar a Bilbao-. Se trata de un radar especial o 'pedagógico' que nos indicará nuestra velocidad y nos hará conscientes del sistema: si superamos la velocidad fijada llegaremos 'antes' a los semáforos, pero éstos lucirán en rojo y estarán cerrados. Perjuicio individual para nosotros y, colectivo, para el resto de los vehículos. Ese radar tiene una función



Semáforo 'pedagógico'.

informativa y disuasoria. Sólo registra datos del tráfico, para su análisis estadístico. Asimismo se colocarán nueva señales que informen tanto de la 'onda verde' como del límite de la velocidad en 30 km/h.

El objetivo de estas readaptaciones de los semáforos es impulsar la circulación a menor velocidad por parte de los vehículos, mejorando la seguridad y la circulación de los peatones y también una mejora medioambiental con menos CO₂, se supone que emitiremos 30 toneladas de CO₂ menos al año.

La nueva medida mantendrá la estructura y funcionamiento de los semáforos existentes, cuyo ciclo temporal de 70 segundos se considera adecuado, ya que posibilita el tránsito peatonal y los peatones de media esperan 21 segundos.