

la ría  
del ocio  
de Bilbao y Bizkaia



## 2026ARI ONGI ETORRIA EMATEN DIOGU

Urte berriak aukera berriak dakartza, helburuak ezartzeko eta horiek lortzeko planak garatzeko. Ez da beti erraza, baina gogoia eta iraunkortasuna baditugu, helburu horiek lortzea posible da.

THEATRE ANTZOKIAK MUSIC MUSIKA GASTRONOMY GASTRONOMIA

Jules Massenet

# WERTHER

17, 20, 23, 26 | Urtarrilak / Enero 2026

Euskalduna Bilbao



Sarreraren salmenta  
Venta de entradas

DESDE SOLO 26€ -TIK AURRERA

Año 38. Número 1150

Jueves, 15 de enero de 2026

Miércoles, 4 de febrero de 2026

1 €

Feria San Antontxu

Sidrerías

Propósitos de Año Nuevo

Gastronomía

Athletic



Baiona



38 años

ISBN 978-9778411348

01150



9 789778 411348

Opera honen babeslea /  
Patrocinador exclusivo de la ópera

Fundación BBVA

Laguntzailea / Colabora

la ría del ocio

ABAO | BILBAO OPERA



ZATOZ ETA JAKIN  
ZERGATIK DEN ATHLETIC  
BESTE HISTORIA BAT



TICKETS  
MUSEO  
+TOUR

VEN Y DESCUBRE  
POR QUÉ EL ATHLETIC  
ES OTRA HISTORIA



MUSEOA

BESTE HISTORIA BAT DA  
ES OTRA HISTORIA





**BILBAO**  
**BIZKAIA**  
be basque

## **Bilbao Bizkaia: Landa-turismoa Destino Rural**

Naturalenaz gozatu. Zaratatik urruti  
eta pertsonengandik hurbil.

Disfruta de lo más natural. Lejos del  
ruido y cerca de las personas.

 **Bizkaia**

[visitbiscay.eus](http://visitbiscay.eus)



**Director**  
Arturo Trueba

**Redactores y colaboradores**  
Arantza Ocio, 'Amenofis',  
Elena Marsal, Bárbara  
Sarrionandia, Susana  
Tobarra, Julen Arredondo,  
Arantza Sáez de Lafuente,  
Yaiza Alaña, Dutton  
Peabody, Laura Gutiérrez,  
Naiara Cabezas, Laura  
Castillo, Naira Duro, Irati  
Márquez, Ibai Garai

**Publicidad y difusión**  
Naiara Cabezas  
**Redacción**  
Mazarredo, 35 Séptimo A  
48009 - Bilbao. Teléfono:  
94 425 57 66.

[LARIADELOCIO@LARIADELOCIO.COM](http://LARIADELOCIO@LARIADELOCIO.COM)  
[WWW.LARIADELOCIO.ES](http://WWW.LARIADELOCIO.ES)

Lari del ocio no se hace responsable de los cambios introducidos después del cierre de la edición, ni de los posibles errores ajenos a la redacción. Tampoco comparte necesariamente las opiniones de los artículos firmados.

## El año de los sobresaltos



•• No es fácil acostumbrarse a ver asomado al 'king' Trump en lo que parece una puerta de cuarto de baño hablando sobre sus intenciones al frente de Venezuela, tras el secuestro de Maduro y la sustitución por Delcy Rodríguez; sus pretensiones sobre Groenlandia, sus amenazas a Irán en plenas revueltas contra los ayatolas, a Méjico o los desprecios a Europa. Mientras sus fuerzas policiales anti inmigratorias cometen todo tipo de tropelías. El mundo lo observa atónito, preocupado y con un nudo en la garganta ante alguien que se cree merecedor del Nóbel de la Paz a base de ataques de guerra. Aunque tenga respuesta interior, no se sabe hasta dónde llega la democracia estadounidense, y qué quedara de la misma. Entre tanto, siguen las atrocidades en Gaza y los destrozos en Ucrania. Netanyahu y Putin también siguen a lo suyo como si nada.

Por otro lado, en un enero que comienza con más casos de violencia de género, llega la noticia sobre las acusaciones de agresiones sexuales a Julio Iglesias por parte de dos de sus ex empleadas. Si se confirman los hechos, su nombre puede sumarse al de Epstein en ese panorama sombrío.

Pero mejor nos centramos en lo nuestro. Mungia protagoniza los eventos con su San Antontxu, que es más que una feria ganadera y gastronómica. Pronto llega Santa Agueda y esos coros que recorren nuestras calles, tradición que surgió para pedir protección contra el fuego y las plagas, así como un símbolo del empoderamiento femenino. La feria de San Blas en Abadiño se centra en la gastronomía vasca y productos agrícolas. Es el momento de la tradición de llevar el cordón de San Blas durante nueve días para prevenir las enfermedades de garganta.

**4-5** La Ría Recomienda

**6** Mareas

**9-10** Música

**11-13** Teatro

**14** Agenda Euskadi

**15-16** Festivales, Ferias y Eventos

**17-18** San Antontxu en Mungia

**20-21** Sidrerías

**22-26** Escapadas

**28-30** Propósitos

**31-36** Gastronomía

**38** Moda

**39** Museos

**40** Exposiciones

**42** Libros

**43** Cine

**44** Inteligencia Artificial

**45** Deportes

**46** La Ría Rojiblanca



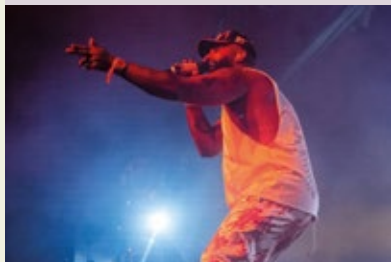


## Eladio Carrion en concierto

El 18 de enero de 2026 a las 21:00 horas, **Eladio Carrion** llega a Bilbao con su **DON KBRN World Tour**. El artista puertorriqueño presenta su **sexto álbum de estudio, DONKBRN**, en un espectáculo que combina **ritmos urbanos, trap, rap y reggaetón**, con colaboraciones destacadas y sus éxitos más conocidos.

## “Amour” en el Teatro Arriaga

El 29 de enero, el **Teatro Arriaga** acoge “**Amour**”, de la compañía **Marie de Jongh**, con funciones a las **11:00 y a las 19:30 horas**. Diez años después de su estreno, la obra regresa a Bilbao como una **celebración del amor y del paso del tiempo**, abordados desde una mirada **poética y profundamente humana**. La propuesta invita a un viaje que recorre la vida **desde la infancia hasta la vejez**, a través del juego, el cuerpo y la memoria.



## San Antontxu en Mungia

**Mungia** celebra **cada enero** la festividad de **San Antontxu**, una de las más importantes de Bizkaia. Este año, la celebración principal es el **18 de enero**, aunque las actividades comenzaron el **12 de enero** con propuestas para todos los públicos, organizadas por el **Ayuntamiento junto a asociaciones locales y entidades como Jataondo, la Agencia de Desarrollo Rural de Uribe y BBK**.



## Taburete en la Sala Santana

El 24 de enero de 2026 a las 21:00 horas, **Taburete** actúa en la **Sala Santana** dentro de su gira “**El Perro que Fuma Tour 2026**”. **Willy Bárcenas y Antón Carreño** presentan en directo su **sexto álbum, El Perro que Fuma**, combinando los nuevos temas con algunos de sus **mayores éxitos**, como **Sirenas, Amos del Piano Bary Belerofón**. Una cita imprescindible para los **fans del pop-rock español**.



## Visita Nueva York sin salir de Bilbao

La **Galería Michel Mejueto** presenta la exposición “**Nueva York. Primeros años 1990-1992**”, en la que **Txomin Badiola, Pello Irazu y Darío Urzay** muestran una veintena de obras realizadas durante su **etapa neoyorquina en la década de los noventa**. La muestra ofrece una visión única del **contexto creativo y las influencias** que marcaron esta etapa clave de sus carreras.



## Negufest 2026 en Getxo

La segunda edición de **Negufest**, la versión vizcaína del ciclo **Inverfest**, se celebra hasta el **8 de marzo**, con una programación más **ampli y diversa** que la edición anterior. El festival ofrece **21 conciertos** con artistas destacados como **Miguel Ríos, Bebe, Morgan, Raül Refree & Niño de Elche, La Bien Querida, Parquesvr, Ariel Rot, Sexy Zebras, La Habitación Roja, Andrés Suárez, Standstill, Santiago Motorizado**, y muchas más propuestas emergentes.

## ¡Comienza la temporada de sidrerías en Euskadi!

Como cada año, a mediados de enero, el grito de **“Gure sagardo berria!”** marca el inicio de esta tradición que se prolonga hasta abril. Durante estos meses, es posible **disfrutar de la sidra natural recién hecha**, directamente de las **kupelas**, en una celebración que une **historia, gastronomía y diversión**. Por eso, te recomendamos algunas de las mejores sidrerías cerca de Bilbao.

## SuperEnduro en el BEC

El **17 de enero**, el **Bizkaia Arena (BEC)** es el escenario de una nueva prueba del **Campeonato Mundial de SuperEnduro**, la disciplina de **motociclismo todoterreno** que combina Enduro, Hard Enduro y Supercross. España tiene un papel destacado en la historia del SuperEnduro, con origen en las **legendarias carreras indoor de Barcelona, y Bilbao**.



## Santa Águeda 2026 en Bilbao

El **4 de febrero** se celebra la tradicional fiesta popular en honor a **Santa Águeda**, donde **coros y cuadrillas recorren las calles** cantando y acompañando sus cánticos con **“makilas”** (varas y bastones).



## “El Cascanueces” llega a Bilbao

El **21 de enero a las 19:30 horas**, el **Palacio Euskalduna** acoge **‘El Cascanueces’**, interpretado por el **Ballet de Kiev**, una de las compañías más prestigiosas del panorama internacional. Con la **música de Tchaikovsky** y la **coreografía clásica de Marius Petipa**, la función ofrece una versión **emotiva y visualmente espectacular** del ballet navideño por excelencia, ideal para toda la familia.

## “El espíritu de Bizkaia” en el Bellas Artes

Nueva exposición en el **Museo de Bellas Artes de Bilbao**: **“El espíritu de Bizkaia. Representaciones de la identidad social y religiosa en el cambio de siglo (1870-1936)”**. Hasta el **10 de mayo**, la muestra ofrece un **retrato de la sociedad vizcaína** de finales del **siglo XIX** y principios del **XX**, explorando cómo la **religión influyó en la vida pública y privada**



### EUSKADI CIERRA EL AÑO CON RÉCORD DE EMPLEO

Euskadi nunca ha tenido tantos trabajadores como ahora: el año 2025 termina con 1.036.000 personas cotizando, lo que supone un aumento de 4.400 cotizantes respecto al mes anterior. Un gran avance comparado con otras provincias.



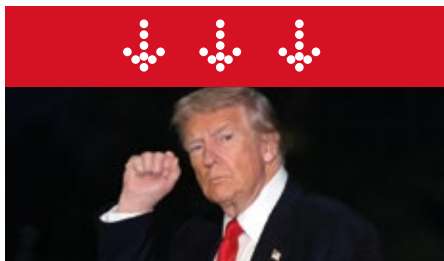
### EL BELLAS ARTES Y EL GUGGENHEIM DE BILBAO CIERRAN 2025 CON CIFRAS RÉCORD DE VISITANTES

Bilbao cierra 2025 con récords de visitantes en sus museos: Guggenheim recibió 1,3 millones de asistentes, el 90 % de fuera del País Vasco, y el Bellas Artes alcanzó 211.848 visitantes.



### BILBAO, DE LAS CIUDADES MÁS AMIGABLES

Bilbao destaca internacionalmente por su arquitectura y gastronomía, y ahora también por la amabilidad de su gente. Según un estudio de Remitly, la capital vizcaína lidera el ranking de las ciudades más amigables de España.



### TRUMP CAPTURA A MADURO VIOLANDO EL DERECHO INTERNACIONAL

El presidente Trump capturó a Nicolás Maduro en Venezuela, en una acción que expertos califican de ilegal, ya que viola derechos internacionales fundamentales al usar la fuerza sin aprobación del Congreso ni legitimidad internacional.



### LA BORRASCAS GORETTI PASA POR BILBAO

Las fuertes rachas de viento asociadas al paso de la borrasca Goretti han provocado el desvío de más de cinco vuelos en Bilbao, Oviedo y Santander. La AEMET y Euskalmet han registrado velocidades de viento muy intensas. Además, el temporal ha traído lluvias y nevada.



### ATHLETIC SE AHOGÓ EN LA ARENA

El FC Barcelona pasó por encima del Athletic Club en las semifinales de la Supercopa de España, imponiéndose con una contundente goleada por 5-0 que le permite acceder a la final del torneo. El conjunto azulgrana mostró un dominio total.

# IZAN ZAITEZ

## BILBAO WiFi+

Europako lehen WiFi Sare Publikoak, segurtasun-bermea duenak, **zure gailuak infektatuta badaude abisatzen dizu eta malwarea blokeatzen du.**







# MÚSICA



## BILBAO ARENA (MIRIBILLA)

ASKATASUN ETORBIDEA, 13,

48003

### MIKEL IZAL

**24 de enero 2026 a las 21:00**

Mikel Izal llega a Bilbao con su gira “**El miedo y el paraíso**”, su primer trabajo en solitario tras su etapa al frente de **Izal**, un álbum publicado en 2023 que traza un recorrido emocional y personal. La cita se enmarca en una gira que culminará en 2026 con un “**Fin de Gira**” que pondrá cierre a esta etapa creativa.

## PALACIO EUSKALDUNA

AVENIDA ABANDOIBARRA, 4,

48001

### SYMPHONIC RHAPSODY OF QUEEN

**22 de enero a las 20:30h**

Uno de los espectáculos más exitosos del panorama internacional llega a Bilbao. La producción combina la fuerza de una **gran banda de rock** con la elegancia de una **formación sinfónica**, mientras prestigiosas voces internacionales interpretan los grandes éxitos de **Queen**. Más de dos horas de música en directo, emoción y un montaje visual impactante garantizan una experiencia única para todo tipo de público.



## BILBAO ARENA (MIRIBILLA)

ASKATASUN ETORBIDEA, 13, 48003

### ELADIO CARRIÓN

**18 de enero 2026 a las 21:00**

Eladio Carrión presenta en Bilbao su **DON KBRN World Tour**. El artista puertorriqueño llega tras el lanzamiento de su sexto álbum de estudio, **DON KBRN**, con una propuesta escénica que mezcla ritmos **urbanos, trap, rap y reggaetón**, incluyendo colaboraciones destacadas y temas que ya han triunfado en las listas de éxitos. En esta cita, Carrión promete energía sobre el escenario, un montaje visual atractivo y una conexión especial con el público, interpretando hits como **Vetements, H.I.M., Romeo y Julieta** y otros favoritos de su último disco.





## KAFEANTZOKIA

**DONE BIKENDI KALEA, 2,**

**48001**

### LA BIEN QUERIDA

**16 de enero 2026 a las 22:00**

**La Bien Querida** visita Bilbao para ofrecer un concierto en el que repasará lo más destacado de su trayectoria musical. La cantante y compositora, conocida por su estilo único que combina **pop, electrónica e indie**, presentará en directo su último trabajo, "**LBQ**" junto a algunos de sus temas más emblemáticos como **Muero de amor, De momento abrílo o Dinamita**, en una cita que promete una experiencia íntima y cercana con el público.



## LEE FIELDS

**20 de enero 2026 a las 20:30**

**Lee Fields**, la leyenda viva del **soul estadounidense**, llega a Bilbao. Con una carrera que se remonta a finales de los años sesenta y apodado "**Little JB**" por su parecido vocal y escénico con James Brown, Fields



## SALASANTANA

**TELLERIA KALEA, 27, 48004**

### TABURETE

**24 de enero 2026 a las 21:00**

**Taburete** llega con un concierto dentro de su gira "**El Perro que Fuma Tour 2026**", coincidiendo con la publicación de su sexto álbum, **El Perro que Fuma**. **Willy Bárcenas y Antón Carreño** presentarán en directo su nuevo repertorio junto a algunos de los temas más reconocibles de su trayectoria como **Sirenas, Amos del Piano Bar y Belerofón**.

continúa vigente como uno de los grandes intérpretes del **soul y el funk clásico**. En este concierto repasará lo mejor de su trayectoria junto a temas de álbumes recientes como "**Sentimental Fool**", "**Let's Get a Groove On**" o "**It Rains Love**". Bona promete un espectáculo lleno de energía, emoción y personalidad.

## TEATRO ARRIAGA

**ARRIAGA PLAZA, 1, 48005**

### DUNCAN DHU

**30 de noviembre 2025 a las 19:00h**

**Duncan Dhu** celebra su **40º aniversario** con un concier-

to muy especial en Bilbao, una cita que promete ser un viaje por la historia de **una de las bandas más emblemáticas** del pop español. El repertorio incluirá todos sus grandes clásicos, desde **Portierrasescocesas** hasta **El duelo**, en un espectáculo que celebra cuatro décadas de melodías inolvidables, nostalgia y emoción compartida con su público.





# TEATRO



## TEATRO ARRIAGA

PLAZA ARRIAGA, 1  
BERETERRETX

18 de enero a las 19:00h

El **Teatro Arriaga** acoge 'Bereterretx', un concierto escenificado en euskera liderado por **Pier Paul Berzaitz**. El espectáculo parte del cantar medieval 'Bereterretxeren khantoria', una de las composiciones más conocidas de la tradición oral vasca, para sumergir al público en la historia de un crimen ocurrido en el valle de Andoze en el siglo XV. Música, danza y voces se entrelazan en escena para construir un relato trágico y universal. Las entradas cuestan entre 14 y 26 euros.



## FILOSOFÍA MUNDANA

23 de enero a las 19:30h y 24 de enero a las 19:00h

Entre el 23 y el 24 de enero, el **Teatro Arriaga** se convierte en un espacio para pensar en voz alta con 'Filosofía Mundana', una propuesta escéni-



## TEATRO ARRIAGA

PLAZA ARRIAGA, 1  
AMOUR

29 de enero a las 11:00h y 19:30h

Diez años después de su estreno, **Marie de Jongh** regresa al **Teatro Arriaga** con 'Amour', una pieza que celebra el amor y el paso del tiempo desde una mirada poética y profundamente humana. La obra cuenta con funciones a las 11:00 y a las 19:30, y propone un viaje desde la infancia hasta la vejez a través del juego, el cuerpo y la memoria. Reconocida con premios como el **MAX a Mejor Espectáculo Infantil o Familiar**, esta reposición es una oportunidad única para reencontrarse con una de las joyas del teatro contemporáneo. Precios entre 11 y 21 euros, con descuentos disponibles.



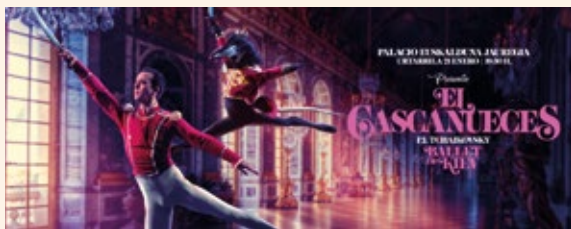
ca basada en los textos del filósofo **Javier Gomá**. El montaje apuesta por una filosofía viva y compartida, donde el público es parte activa del pensamiento. Con funciones el **viernes a las 19:30** y el **sábado a las 19:00**, la obra invita a reflexionar con humor e ironía sobre lo cotidiano. Las **entradas oscilan entre 14 y 26 euros**.



## TEATRO CAMPOS ELÍSEOS

**BERTENDONA, 5**  
**MEJOR NO DECIRLO**  
**Del 15 al 18 de enero**

Del **15 al 18 de enero** llega 'Mejor no decirlo', una comedia protagonizada por **Imanol Arias** y **María Barranco** que explora, con ironía y mucha complicidad, los silencios que sostienen una relación de pareja. La obra, dirigida por **Claudio Tolcachir**, plantea una pregunta tan sencilla como peligrosa: **¿qué pasaría si lo dijéramos todo?** Con una duración de **75 minutos** y recomendada a partir de **14 años**, esta producción ha triunfado en Buenos Aires y en varias giras internacionales. Las **entradas están disponibles desde 26 euros**.



## PALACIO EUSKALDUNA AVENIDA ABANDOIBARRA, 5 EL CASCANUECES

**21 de enero a las 19:30h**

El **21 de enero a las 19:30**, el Palacio Euskalduna acoge 'El Cascanueces' interpretado por el **Ballet de Kiev**, una de las compañías más reconocidas del panorama internacional. Con música de **Tchaikovsky** y coreografía clásica de **Marius Petipa**, la producción propone una versión emotiva y visualmente espectacular del ballet navideño por excelencia.



## MUXIKEBARRI AVENIDA BASAGOITI 77, GETXO

**LA MUJER ROTA**  
**24 de enero a las 20:00h**

El **24 de enero a las 20:00**, **Anabel Alonso** protagoniza 'La mujer rota' en **Muxikebarri**, un **monólogo íntimo** ambientado en la noche de Nochevieja. Mientras el mundo celebra, **Murielle** revisa su vida desde la soledad, oscilando entre **la tragedia y el humor**, en un retrato honesto sobre la identidad, el amor y la fragilidad emocional. La función será en **castellano**, con **entrada única de 12 euros**, y promete una experiencia cercana y profundamente humana.

## TEATRO BARAKALDO CALLE ELCANO 4, BARAKALDO EL EFECTO

**24 de enero a las 20:00h**

'El efecto', de **Lucy Prebble**, es una reflexión contemporánea sobre el amor, la química cerebral y los límites de la ética médica. Protagonizada por **Alicia Borrachero**, **Elena Rivera**, **Itzan Escamilla** y **Fran Peña**, la obra sitúa al espectador en un ensayo clínico donde **dos voluntarios se enamoran sin saber si sus sentimientos son reales o inducidos por un fármaco**. Esta producción combina ciencia y emoción en un montaje intenso que cuestiona hasta qué punto somos dueños de lo que sentimos.



# What's Up!™

Déjate de rollos  
y aprende  
inglés de  
una forma  
diferente



**Clases súper divertidas,  
método orientado a la conversación  
y libertad de horarios**

**What's Up! funciona**



**BILBAO**

Lersundi, 18

Tel. 944 772 623

**BARAKALDO**

Herriko Plaza, 2

Tel. 946 953 064

**whatsup.es**



# AGENDA EUSKADI



## TEATRO VICTORIA - EUGENIA

REPÚBLICA ARGENTINA, 2,  
DONOSTIA

JUDITH JÁUREGUI

5 de febrero a las 19.30h

Judith Jáuregui presenta su último disco **Homeland**, grabado con la **Orquesta Sinfónica de Castilla y León** y **Kaspar Zehnder**, nominado a los **International Classical Music Awards 2025**. Reconocida por su expresividad y personalidad, ha sido elogiada por publicaciones como **International Piano** y **Piano News**. En su repertorio incluye obras de **Chopin, Grieg, de Falla, Komitas, Villa-Lobos** y **Ginastera**.



## SALA JIMMY JAZZ GASTEIZ

CORONACIÓN DE LA VIRGEN

BLANCA, 4, VITORIA

LATZEN + KUARTZ

17 de enero a las 20.00h



## TEATRO VICTORIA - EUGENIA

REPÚBLICA ARGENTINA, 2, DONOSTIA

ANDY SHEPPARD TRIO

28 de enero a las 19.30h

El **Andy Sheppard Trio** reúne al saxofonista **Andy Sheppard**, la pianista **Rita Marcotulli** y el bajista **Michel Benita**, tres figuras clave del jazz europeo contemporáneo. En este proyecto, **Sheppard** presenta **nuevas composiciones** que combinan la tradición del jazz con libertad para la improvisación, dando a cada miembro del trío espacio creativo y explorando colectivamente la interacción musical dentro de **una estructura flexible y lírica**.

La **banda histórica del metal vasco, LATZEN**, presenta su nuevo single **Memento Mori**, grabado por **Iker Bengoa**, y prepara su **tercer álbum de estudio**, acompañado de una gira por salas y festivales. **Kuartz**, dúo de rock de **Baxe Nafarroa**, mezcla **rock, blues y stoner**.

## BURUTIK + MIRUA

29 de enero a las 20.30h

**Burutik**, banda de Iruñerria formada en 2020, combina **pop-rock con acordeón, armonías complejas y letras cargadas de metáforas e ironía**. Con los años han **madurado musical y líricamen-**

**te**, incorporando elementos electrónicos sin perder su sonido orgánico.

**Mirua** presenta su **primer álbum MIRUENEA**, un espacio introspectivo que refleja sus **referencias, recuerdos, sueños y experiencias**, invitando al oyente a conocer su mundo musical y personal.





# Un comienzo de año marcado por ferias, eventos y festivales



**E**l 2026 comienza con una intensa agenda de **ferias, conciertos y festivales** que animan la vida cultural de Euskadi. Entre las festividades más tradicionales destacan **San Antón en Mungia** y **San Blas en Abadiño**, que combinan devoción, música y romerías. Además, el invierno se llena de **propuestas musicales** como el **Negufest 2026** en Getxo, con artistas como **Miguel Ríos, Bebe** o **La Habitación Roja**.

## **NEGUFEST FESTIVALA**

La segunda edición de **Negufest**, la versión vizcaína del ciclo **Inverfest**, se celebra en **Getxo** entre el **26 de diciembre de**

**2025** y el **8 de marzo de 2026**, ofreciendo una programación más extensa y diversa que la edición anterior. El festival, inspirado en **Inverfest**, el ciclo de conciertos de invierno **nacido en Madrid y extendido a Zaragoza y Bilbao**, presenta **21 citas musicales** con artistas destacados como **Miguel Ríos, Bebe, Morgan, Raúl Refree & Niño de Elche, La Bien Querida, Parquesvr, Ariel Rot, Sexy Zebras, La Habitación Roja, Andrés Suárez, Standstill, Santiago Motorizado, Ezpalak, Lukiek, Ray Collins' Hot Club, The Rapants, Tarja & Marko Hietala, OVE, Janus Lester, The Flying Rebollos,**

**Destripando la Historia** y el **Mockers Day** con **Lie Detectors, General Lee** y **Runaway Lovers**.

**Negufest** permite disfrutar de una gran variedad de **estilos musicales en directo**, combinando **artistas consagrados con propuestas emergentes**, y consolida a **Getxo** como un punto de referencia para la música en vivo durante el invierno.

## **SUPERENDURO EN EL BEC**

El **Campeonato Mundial de SuperEnduro** regresa a **Bilbao** el **17 de enero** en el **Bizkaia Arena (Bilbao Exhibition Centre)**. Esta disciplina de **motociclismo todoterreno** combina **elementos de Enduro, Hard Enduro e incluso Supercross**. España ocupa un lugar especial en la **historia del SuperEnduro**, ya que los orígenes de esta disciplina se remontan a las legendarias **carreras indoor de Barcelona, y Bilbao** ya acoge emocionantes pruebas en anteriores ediciones. La prueba española se convierte este año en una parada clave del calendario del **Campeonato del Mundo**, y los aficionados españoles apoyan con entusiasmo a los pilotos, creando un ambiente único e inolvidable en el **Bizkaia Arena**.

## **TENDENCIAS CREATIVAS**

**2026**

Del **29 de enero al 1 de febrero**, el **Pabellón 2** acoge **Tendencias Creativas**, el **salón de manualidades de Bilbao** organizado por **Agence Initiales y BEC**.

Un espacio para **descubrir, aprender y disfrutar de todo tipo de manualidades y**



**proyectos creativos:** desde **patchwork, scrapbooking, bisutería, lettering y punto de cruz**, hasta **pintura, cerámica, encaje de bolillos, jabones y velas**. También hay ideas para decorar **el hogar, renovar prendas y muebles, o crear regalos únicos, con la satisfacción de hacerlos tú mismo**.

Además, los visitantes pueden conocer **máquinas de coser, telas, botones, broches y materiales de todo tipo para inspirarse y poner en práctica sus proyectos creativos**.

#### **FERIA DE SAN BLAS EN ABADIÑO**

El **3 de febrero**, Abadiño celebra la tradicional **Feria de San Blas**, un evento que reúne a **productores y artesanos de la comarca**. Los asistentes pueden disfrutar de una **amplia oferta de alimentos locales como lácteos, embutidos y hortalizas**, así como **productos artesanales, plantones de vivero y las últimas novedades en maquinaria agrícola**.

#### **SANTA ÁGUEDA 2026**

El **4 de febrero** se celebra en numerosos pueblos la **tradicional fiesta de Santa Águeda**, en la que **coros y cuadrillas** recorren las calles cantando en honor a la santa. Durante el recorrido, acompañan sus cánticos con **“makilas”, varas y bastones** que golpean el suelo de **forma rítmica**, manteniendo viva una tradición que se remonta **al menos al siglo XIX**.

La festividad honra a **Santa Águeda de Catania**, una mujer del **siglo III** que sufrió martirio por su fe y se convirtió en símbolo de protección para las mujeres, especialmente en partos difíciles, **problemas de lactancia o enfermedades relacionadas con la maternidad**. También es reconocida como patrona de las enfermeras, venerada por su valentía y fortaleza.

Como todos los años, durante la **víspera de Santa Águeda**, el **Coro Arratia** recorre las calles de Bilbao con un **repertorio de 14 coplas**, acompañados de los golpes

de la makila. El recorrido comienza a las **11:30 horas** en la **basílica de Begoña** y finaliza en la **catedral de Santiago a las 19:45 horas**.

En **Barakaldo**, la celebración de **Santa Águeda** adquiere un carácter especialmente significativo tanto por su **dimensión religiosa como lúdica**. El santuario de **Santa Águeda en Kastrexana**, situado a **200 metros de altura** en las estribaciones del **monte Arrolletza**, se convierte en el **escenario de las romerías**, contradiciones que enlazan devoción y prácticas populares. El santuario, documentado desde **1584** y reformado varias veces hasta el **siglo XX**, alberga un retablo rococó con la **imagen titular de Santa Águeda** y una valiosa figura de alabastro del **siglo XIV**. Además, el entorno se encuentra cargado de leyendas populares, con apariciones de **brujas, la Virgen, San Antonio de Padua e incluso el Diablo**, que se asocian al **imaginario festivo de la zona y al patrimonio cultural del municipio**.



# Mungia se prepara para la Feria de San Antontxu con productos locales, ganado y gastronomía vasca



**M**ungia celebra cada enero la tradicional festividad de San Antontxu, una de las citas más esperadas del calendario local y del territorio de Bizkaia. Este año, la celebración central tiene lugar el 18 de enero, aunque las actividades festivas arrancaron desde el 12 de enero, con propuestas para todos los públicos organizadas por el Ayuntamiento de Mungia junto a las asociaciones locales, Jataondo, la Agencia de Desarrollo Rural de Uribe y BBK.

## FERIA DE PRODUCTOS LOCALES Y AGROALIMENTARIOS

El corazón de la festividad es la Feria de San Antontxu, que transforma el centro de Mungia en un punto de encuentro de productos locales, gastronomía y cultura vasca. La feria cuenta con 90 puestos

agrícolas de 68 expositores, en su mayoría de Bizkaia, ofreciendo alubias, quesos, conservas, hortalizas, frutas, txakolí, gildas, pastel vasco y opciones de repostería ecológica y sin gluten.

Además, hay puestos de artesanía local con tallas de piedra y madera, así como exposición de maquinaria agrícola, herramientas para el baserri y árboles frutales y ornamentales. El tradicional cerdo asado en Matxin Plaza completa la oferta gastronómica.

## FERIA DE GANADO Y ACTIVIDADES PARA TODA LA FAMILIA

La feria incluye la clásica exhibición de ganado, donde grandes y pequeños pueden conocer distintas razas y sus características. Las actividades se completan con animación callejera, trikitalaris, fanfarrias, grupos de danza

locales y el tren txu-txu, que recorre las calles del municipio.

A partir de las 11:00, se presentan las razas de la exposición de ganado con explicaciones detalladas sobre sus características, mientras que durante todo el día se podrá disfrutar de los puestos de venta de productos agroalimentarios y de los expositores de Mungialdea.

## XXVII CONCURSO DE CHORIZOS Y MORCILLAS

Como parte de la feria, se celebra la XXVII edición del Concurso de Chorizos y Morcillas de Euskadi, organizado por la Asociación de Comerciantes y Hosteleros de Mungia. El concurso cuenta con cinco categorías y premios de hasta 500 € para los primeros clasificados. Además, se lleva a cabo la subasta solidaria de los chorizos ganadores y la venta de 800 chorizos cocidos a 1 € cada uno.



### **ACTIVIDADES PREVIAS Y COMPLEMENTARIAS**

El programa festivo arrancó el **12 de enero** con la **XXV edición del San Antontxuko Herri Krosa**, la tradicional carrera organizada por **Mungia Atletismo Taldea**, con recorridos de **5 y 10 km** para adultos y carreras para txikis con hasta 1.100 participantes.

El **17 de enero** se celebra el **día de San Antón** en la **Ermita de Belako**, con misa y lunch, así como un concierto del grupo bilbaíno **Doctor Deseo** en **Oialde Aretoa**, acompañado de colaboraciones artísticas locales.

El **19 de enero**, el **Lapikoko Eguna** acoge la **XIII edición del concurso de Alubias de**

**Euskadi en Matxin Plaza y Foruen Plaza**, así como actuaciones de bertsolaris y espectáculos infantiles.

### **DEPORTES Y ACTIVIDADES POSTERIORES**

La festividad se prolonga hasta febrero con la **XXX MTB San Antontxu Martxa Memorial Markel Garitano Rosales** el **2 de febrero**, una contrarreloj de **38 km y 1.200 metros** de desnivel, y una **exhibición de gimnasia rítmica** el **26 de enero** a cargo del Club Deportivo Bitxiak.

### **UN DÍA DE TRADICIÓN Y APOYO AL SECTOR PRIMARIO**

La alcaldesa de Mungia, **Alaitz Erkoreka**, ha destacado que “San Antontxu es un día espe-

cial, de unión con la naturaleza y de consumo de producto local y de calidad, que sirve para apoyar al primer sector y acercarnos a nuestras raíces”. Por su parte, **Nora Sarasola**, directora de **Obra Social de BBK**, resalta que la feria contribuye a un **sistema alimentario sostenible**, reforzando la seguridad alimentaria y reconociendo el trabajo de los baserritarras.

Con un programa que combina tradición, gastronomía, deporte y cultura, la **Feria de San Antontxu** es conocida en toda Bizkaia por ofrecer una **experiencia completa de la cultura vasca** y celebrar la **identidad agrícola y rural de Mungia**.

# Mungia SAN ANTONTXU *azoka* 2026

ODOLOSTE ETA TXORIZOEN EUSKADIKO XXVIII. SARIKETA  
XXVIII CONCURSO DE MORCILLAS Y CHORIZOS DE EUSKADI

GANADU FERIA & FERIA DE GANADO

URTARRILAK 18 ENERO



# ¡Comienza la temporada de sidrerías!



Como cada año, a mediados de enero, el grito de “**Gure sagardo berria!**” (¡Nuestra nueva sidra!) marca el inicio de la **temporada de sidrerías en Euskadi**, que se prolonga hasta abril. Durante estos meses es posible disfrutar de la **nueva cosecha de sidra natural directamente de las kupelas**, siguiendo una tradición que combina historia y gastronomía.

Lo que en sus orígenes era un ritual para probar la sidra destinada a embotellar se ha transformado en una **auténtica fiesta de origen vasco**.

## **ETXERRIAGA**

### **SAGARDOTEGIA**

**Barrio Boroa-Marabi, 1 – 48340 Amorebieta**

Etterriaga es un **caserío histórico de Bizkaia**, reconstruido por los bisnietos de sus

**fundadores del siglo XIX** manteniendo los materiales originales.

En **su tienda** se puede adquirir su reconocida sidra y txakoli con denominación de origen. La sidrería ofrece experiencias de **enoturismo**: visita a la explotación hortofrutícola y vinícola con cata y talo de chorizo o queso, o taller de talo con cata, por 25 € por persona.

Disponen de **cinco menús**:

**Top Etxerriaga, Cuadrillas, Vegano Etxerriaga, Etxerriaga Express y Alubiada Etxerriaga** (este último bajo consulta de disponibilidad).

**Teléfono: 607 60 19 25**

### **UXARTE SAGARDOTEGIA**

**Montorra Auzoa, 6 – 48340 Amorebieta-Etxano**

Situada en el **caserío Uxarte**, con **más de 200 años de historia agrícola familiar**, la

sidrería abrió en 1996 y permanece abierta todo el año.

Ofrecen **visitas guiadas** a sus plantaciones y bodegas. Tienen **dos menús principales**:

**Comida**: tortilla de bacalao, zancarrón y tacos de bacalao con pimientos, chuleta o pollo de caserío, ensalada, postres caseros, sidra y café – 35,20 €.

**Cena**: similar, pero con falda de ternera asada como opción adicional – 31,90 €

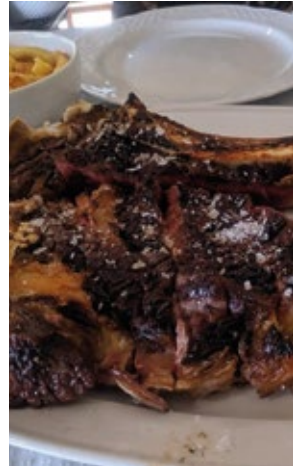
También hay **menús especiales, platos combinados y especialidades** como **cordero asado en horno de leña**.

**Teléfono: 946 30 88 15**

### **AXPE SAGARDOTEGIA**

**Barrio Atxondo, 13 – 48270 Markina-Xemein**

La familia **Axpe** acumula **cuatro generaciones de experiencia** en la producción de sidra y txakoli. En 1996 funda-



a viernes) – 16 €, menús de sidrería con tortilla de bacalao y carne – 40 a 50 €, menú chuletón – 52 €, menú de alubias para grupos – 27 €, y menú infantil y carta con platos variados.

Teléfono: 946 76 42 57

**GALTZAGORRI  
SAGARDOTEGIA**

Juan de la Cosa, 20 – Santutxu, 48004

**Galtzagorri** nació con la idea de crear un espacio acogedor donde disfrutar de la buena cocina vasca. La sidrería dispone de **más de 200 m<sup>2</sup>**, tres pupelas y platos tradicionales como el txuletón y la sidra Zapaiain.

**Ofrecen seis menús:** Menú del día – 14 € (lunes a viernes) / 21 € (fines de semana y festivos), Menú Alubiada – 25 € (temporal y bajo reserva), Menú Berezi – 33 €, Menú Gorbea – 34 €, Menú Sagardotegi – 39,5 €, y Menú Galtzagorri – 46 €.

Además, cuentan con **carta de platos y postres**, adaptada a cada ocasión.

Teléfono: 944 11 61 11

ron esta bodega, donde elaboran sidra natural con **Eusko Label** y txakoli bajo la denominación de origen “**Bizkaiko Txakolina**”.

Ofrecen el alquiler de sus **txotx (kupelas) de 30 y 50 litros**, disponibles todo el año solo para Bizkaia, incluyendo transporte, instalación y recogida. También es posible contratar un **camarero profesional** para servir la sidra.

La sidrería organiza **visitas guiadas** con cata de sidra y degustación: **5 € para menores de 18 años y 10 € para adultos**. Además, se pueden alquilar sus **txokos**: uno para **12 personas y dos para hasta 50 personas**. Para quienes

prefieren mesa puesta, ofrecen varios menús: **dos típicos de sidrería, un menú infantil, menús especiales de cordeiro o costilla, y un menú que incluye visita a la sidrería y sus terrenos**.

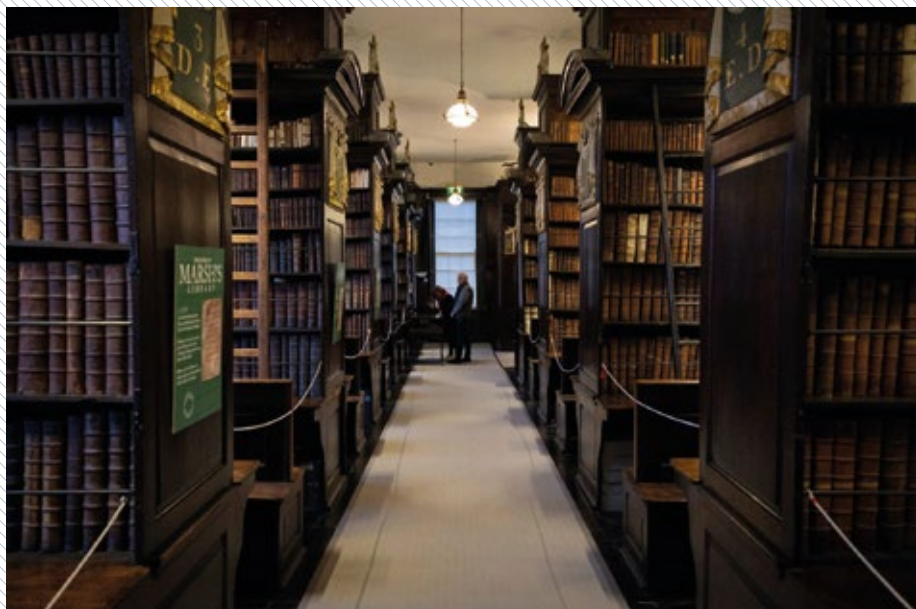
Teléfono: 655 73 46 25

**AYOBERRI SAGARDOTEGIA**

S. Mendiondo Auzoa, 4 – 48610 Mendiondo

**Pedro Elorduy** comenzó a trabajar en **1998 junto a sus padres en este caserío de 1937**, rodeado de parras y manzanos para producir sidra y txakoli.

Cuenta con **zona de juegos** y capacidad para 110 personas (aunque recomiendan no superar 80). **Sus menús incluyen:** Menú del día (lunes



# 5 escapadas literarias

## DESTINOS QUE SE ENTIENDEN MEJOR CON UN LIBRO EN LA MANO

Hay ciudades que se recorren caminando y otras que se recorren leyendo. Calles que remiten a novelas, cafés donde uno imagina a escritores escribiendo y hoteles que invitan a bajar el ritmo. Estas escapadas literarias son perfectas para enero: tranquilas, culturales y con una atmósfera muy especial.

### 1 DUBLIN: LA CIUDAD DONDE LA LITERATURA SE RESPIRA

Pocas ciudades tienen una relación tan intensa con la literatura como **Dublín**. Aquí nacieron o escribieron figuras como **James Joyce**, **Oscar Wilde** o **Samuel Beckett**, y esa he-

rencia sigue muy presente en sus calles.

#### La ciudad invita a:

- Pasear por escenarios de *Ulises*
- Visitar bibliotecas históricas y museos literarios
- Refugiarse en pubs tranquilos con un libro

Algunas recomendaciones de las bibliotecas y museos que pueden visitarse:

#### **Marsh's Library** — Biblioteca histórica del siglo XVIII.

Una de las bibliotecas más antiguas preservadas de Irlanda, abierta en **1707**, con estanterías originales, colas de lectura y más de 25 000 volúmenes raros y manuscritos. Se mantiene casi intacta desde entonces y fue frecuentada por personajes

como **Jonathan Swift**, **Bram Stoker** o **James Joyce**, lo que la convierte en un lugar de enorme valor histórico y literario.

**Museum of Literature Ireland (MoLI)** — Museo literario contemporáneo. Situado en **Newman House** junto a **St Stephen's Green**, el **MoLI** es un museo dedicado a la literatura irlandesa y a sus grandes figuras — incluyendo una primera edición de *Ulysses* y manuscritos relacionados con **James Joyce**. Combina exposiciones interactivas con objetos históricos y también cuenta con jardín y café, ideal para sumergirse en la historia de la literatura irlandesa.

**James Joyce Centre** — Museo dedicado al gran **Joyce**.



Ubicado en una elegante casa georgiana en **North Great George's Street**, el **James Joyce Centre** sigue la vida y obra de uno de los escritores más influyentes de Irlanda. Aquí puedes ver exposiciones, participar en talleres o incluso paseos literarios que recorren lugares joyceanos por toda la ciudad.

**Trinity College – Long Room & Book of Kells.** Aunque no es un museo en sentido estricto, la **Long Room de la Biblioteca del Trinity College** es una de las bibliotecas más impresionantes del mundo, con miles de libros antiguos y bustos de escritores, además de albergar el manuscrito del **Book of Kells** del **siglo IX**. Su atmósfera arquitectónica y sus colecciones la hacen una visita ineludible para amantes de los libros.

**Chester Beatty Library – Manuscritos y libros raros.** Aunque más orientada a manuscritos y colecciones globales, esta biblioteca-museo en los terrenos del **Castillo de Dublín** alberga una de las

colecciones de manuscritos y libros raros más importantes de Europa, incluidos textos y arte relacionados con la tradición escrita. Perfecta como complemento literario a la ruta joyceana.

**Sweny's Pharmacy.** No es biblioteca ni museo oficial, pero esta antigua farmacia victoriana, inmortalizada en **Ulysses**, hoy funciona como centro cultural y librería joyceana donde se hacen lecturas públicas y celebraciones en días como **Bloomsday (16 de junio)**.

## 2 LISBOA: ESCRITORES, MIRADORES Y MELANCOLÍA

Lisboa es una ciudad profundamente literaria, marcada por la figura de **Fernando Pessoa** y por una atmósfera que parece hecha para escribir y leer sin prisa.

**El viajero literario encuentra aquí:**

- **Cafés históricos como A Brasileira**
- **Librerías con encanto**
- **Calles, miradores y barrios maravillosos que invitan a la contemplación**

## ALGUNAS RECOMENDACIONES DE CAFÉS HISTÓRICOS Y LIBRERÍAS CON ALMA:

**A Brasileira (Chiado).** El café literario más famoso de Lisboa y uno de los más emblemáticos de Europa. Inaugurado en 1905, fue punto de encuentro habitual de escritores e intelectuales, entre ellos **Fernando Pessoa**, cuya estatua preside la terraza.

**Café Martinho da Arcada (Praça do Comércio).** Uno de los cafés más antiguos de la ciudad (siglo XVIII) y refugio habitual de **Fernando Pessoa**, que tenía aquí mesa fija. Su interior conserva el aire clásico y tranquilo, perfecto para leer o escribir. Un lugar cargado de historia, con vistas a la **gran plaza lisboeta**.

**Café Nicola (Rossio).** Frequentado por poetas y escritores desde el siglo XVIII, mantiene una estética tradicional y elegante.

**Livraria Bertrand (Chiado).** Considerada la librería en activo más antigua del mundo (fundada en 1732). Amplia, cuidada y muy bien integrada en la vida cultural del barrio.

**Livraria Sá da Costa.** Una de las librerías más bonitas y singulares de la ciudad, con estanterías de madera, ediciones antiguas y un ambiente casi de otra época. Ideal para perderse entre libros raros y primeras ediciones.

**Ler Devagar (LX Factory).** Una librería moderna instalada en una antigua fábrica, con techos altos, bicicletas colgantes y miles de libros. Perfecta para combinar literatura, diseño y cafés contemporáneos.



**Livraria Ferin (Baixa).** Fundada a finales del siglo XIX, conserva su carácter clásico y una cuidada selección de libros, especialmente de historia y literatura portuguesa. Muy recomendable para lectores exigentes.

### 3 PARÍS: LIBRERÍAS, CAFÉS Y MITO LITERARIO

París es un clásico eterno para los amantes de los libros. Desde la orilla del Sena hasta los barrios bohemios, la ciudad está llena de referencias literarias. Imprescindibles:

- **Librerías míticas como Shakespeare and Company**
- **Cafés frecuentados por escritores.**
- **Paseos que evocan novelas y memorias.**

#### ALGUNAS RECOMENDACIONES DE LIBRERÍAS Y CAFÉS LITERARIOS:

**Shakespeare and Company (Rive Gauche).** La librería literaria más famosa del mundo. Fundada en 1951 frente a No-

**tre Dame**, ha sido refugio de escritores como **Hemingway, Fitzgerald o Joyce**. Pequeña, laberíntica y llena de encanto.

**Librairie Galignani (Rue de Rivoli).** Una de las librerías internacionales más antiguas de Europa, frecuentada históricamente por escritores y viajeros. Especializada en libros en inglés y ediciones cuidadas. Elegante y muy parisina, perfecta para lectores exigentes.

**La Hune (Saint-Germain-des-Prés).** Vinculada al mundo intelectual y artístico del siglo XX, fue punto de encuentro de escritores, filósofos y artistas. Ideal para entender el París literario y bohemio.

**Café de Flore.** Uno de los cafés literarios más célebres de París. Aquí escribieron o debatieron figuras como **Jean-Paul Sartre, Simone de Beauvoir o Albert Camus**. Perfecto para sentarse, observar y sentirse parte de la historia cultural de la ciudad.

**Les Deux Magots.** Clásico

del barrio de **Saint-Germain**, estrechamente ligado a la vida intelectual parisina. Un café con historia, ideal para una pausa literaria.

**La Closerie des Lilas.** Frecuentado por escritores como **Hemingway, Apollinaire o Verlaine**, conserva un ambiente elegante y tranquilo. Uno de los cafés más evocadores para lectores y escritores.

### 4 OVIEDO: UNA CIUDAD QUE LEE

Oviedo es una de las ciudades más literarias del norte de España. Tranquila, elegante y muy vinculada al mundo del libro, es sede de premios literarios y mantiene una estrecha relación con escritores y lectores.

**Ofrece:**

- **Librerías independientes**
- **Cafés clásicos**
- **Un ritmo perfecto para leer y pasear**

#### ALGUNAS RECOMENDACIONES DE LIBRERÍAS Y CAFÉS CLÁSICOS:



**Librería Cervantes.** Un auténtico referente cultural en **Asturias**. Amplia, cuidada y con una programación constante de presentaciones y encuentros literarios. Ideal para perderse entre novedades y fondo editorial de calidad.

**Librería Ojanguren.** Histórica y muy querida por los ovetenses, mantiene un equilibrio perfecto entre tradición y actualidad. Un clásico para lectores fieles y curiosos.

**Matadero Uno.** Espacio cultu-

ral alternativo donde conviven libros, pensamiento crítico y actividades culturales. Perfecta para quienes buscan propuestas editoriales diferentes.

**Café Dindurra.** Uno de los cafés más emblemáticos de **Oviedo**. Reformado con elegancia, conserva el espíritu de café literario y social. Ideal para una pausa larga con café y lectura.

**Café Español.** Un clásico de la ciudad, con ambiente tradi-



cional y mesas que invitan a sentarse sin prisas. Muy frecuentado por lectores y tertulianos.

**Café Lord Byron.** De estética clásica y atmósfera tranquila, es un lugar perfecto para leer o escribir en silencio. Uno de los cafés más literarios de Oviedo.

#### **5 HAY-ON-WYE (GALES): EL PUEBLO DE LOS LIBROS**

Conocido como el pueblo de las librerías, **Hay-on-Wye** es un destino único en **Europa**. Sus calles están llenas de librerías de segunda mano, editoriales independientes y rincones dedicados a la lectura.

**Qué lo hace especial:**

- **Librerías por todas partes**
- **Festival literario de fama internacional**
- **Ambiente rural y pausado**
- **Algunas recomendaciones de librerías y cafés literarios:**
- **Richard Booth's Bookshop.** La librería más emblemática del pueblo y origen de su fama lite-



raría. Fundada por el excéntrico **Richard Booth**, ocupa varios edificios y combina libros nuevos, de segunda mano y ediciones raras. Un lugar imprescindible para entender el espíritu del pueblo.

**Hay Cinema Bookshop.** Una antigua sala de cine transformada en librería, con miles de libros apilados y un aire caótico encantador. Ideal para lectores curiosos y cazadores de joyas literarias.

**The Poetry Bookshop.** Especializada en poesía, es un espacio pequeño pero muy cuidado, con una excelente selección de autores contemporáneos y clásicos. Perfecta para lectores exigentes y amantes del verso.

**Addyman Books.** Una de las librerías de segunda mano más grandes del pueblo, famosa por sus estanterías laberínticas y su ambiente auténtico. Para perderse durante horas entre libros.

**Richard Booth's Café.** Ubicado sobre la librería principal, ofrece un ambiente tranquilo y luminoso, ideal para leer o escribir. Uno de los rincones favoritos de visitantes y locales.

**Shepherds Ice Cream Café.** Más informal, pero muy acogedor, perfecto para una pausa



entre librerías. Ideal para disfrutar del ambiente relajado del pueblo.

**\*Festival of Literature & Arts.** Aunque se celebra a finales de primavera, este festival interna-

cional ha convertido al pueblo en un referente literario mundial, atrayendo a escritores, pensadores y lectores de todo el mundo. Parte esencial del ADN cultural de Hay-on-Wye.



Bilbao Orkestra  
Sinfonikoa

urtarrilak 29 - 30 enero

08

25 DENBORALDIA  
TEMPORADA 26

© Marco Bonggreve

# Maisuetan maisuena


J. C. Arriaga *Obertura Op. 20*

J. Brahms *Concierto nº 1 para piano y orquesta en re menor Op. 15*

I. Stravinsky *El pájaro de fuego, Suite*

Alessio Bax, pianoa / piano

Erik Nielsen, zuzendaria / director

 EUSKALDUNA BILBAO  
Taquilla Euskalduna Bilbaoko leihatila  
[www.bilbaorquestra.eus](http://www.bilbaorquestra.eus)



osteguna | jueves 19:30 h  
ostirala | viernes 19:30 h



Desde 14,42 €-tik aurrera  
Gaztea (<30):  
desde 5,41 €-tik aurrera

  
Bizkaia Bilbao  
bbkE  
Denboraldiak Babaratuak  
Patroizkor de temporada

# Cómo lograr las metas de tu vision board



Los **vision boards** están de moda: tableros visuales donde plasamos nuestros **propósitos** para el nuevo año. Esos mismos propósitos que, muchas veces, llegan a diciembre sin haberse cumplido. ¿Por qué ocurre esto? Quizás porque tendemos a proyectar **metas poco realistas** o porque, en el fondo, no nos conocemos del todo. Tal vez ir al **gimnasio cinco días a la semana** no encaje con tu ritmo de vida, o obsesionarte con la alimentación no sea la mejor manera de construir una **relación sana con la comida**. Hay que tener en cuenta el estilo de vida

y el tiempo. Pero eso, la clave no está en escribir **objetivos cerrados y rígidos**, sino en crear un **collage visual** más amplio de cómo te gustaría que fuese tu año. Un **vision board efectivo** no se trata solo de soñar, sino de convertir esos sueños en **acciones concretas y sostenibles**.

## CONCRETA TUS METAS EN ACCIONES PEQUEÑAS

Un error común es que los propósitos se queden en **ideas vagas**: “**comer más verduras**”, “**hacer más deporte**” o “**leer más**”. Para que funcionen, conviene traducirlos en **gestos pequeños y alcanzables**: **Comer más vegetales**: en

lugar de proponerte “**comer una ensalada gigante todos los días**”, empieza por **añadir un ingrediente vegetal en cada comida**: espinaca en el sándwich, zanahoria en el arroz o brócoli al vapor con la cena. Libros como **Cocina para todos: Las 560 recetas que nunca fallan** de Karlos Arguiñano pueden ayudarte en cumplir esta meta.

**Hacer más ejercicio**: en lugar de exigirte entrenar cinco días a la semana desde enero, **programa una sesión concreta una vez por semana** y ve aumentando progresivamente la frecuencia e intensidad. Incluso 10–15 minutos de caminata día-



ría son un buen comienzo

**Leer más:** comprométete a leer un capítulo por día o 10 minutos antes de dormir, en lugar de proponerte **“leer un libro por semana”**

**Aprender un idioma:** en lugar de plantearte “ser bilingüe en seis meses”, define **pequeños pasos:** una **clase semanal**, repasar vocabulario 10 minutos al día, practicar con hablantes nativos o participar en **actividades en el idioma**. Esa es la

premisa bajo la que trabajan academias como **What’s up! (Lersundi, 18, Bilbao / Herriko Plaza, 2, Barakaldo)**, donde se trabaja en modalidad de clases **Face to Face**, de entre 1 y 6 alumnos como máximo, con **profesores nativos** y un **coach personal**, cuya función es orientarte y ayudarte en cualquier aspecto relacionado con **método de aprendizaje** basado en la **conversación** y en el **“practice, practice,**

**practice”**, mediante actividades diarias 100% en inglés como **cinema night, sesiones de baile, catas de vino, fiestas temáticas, debates, conferencias**

**LA IMPORTANCIA DE LA PROGRESIÓN Y LA FLEXIBILIDAD**

Los **objetivos rígidos** suelen frustrarnos, mientras que los **flexibles** se adaptan a la vida real. La idea es que los **pequeños gestos** se conviertan en



**hábitos sostenibles.** Cada acción cuenta, aunque parezca mínima: un **paso diario** suma más que un esfuerzo esporádico e intenso.

Revisar tus **metas** regularmente también ayuda. **Ajustar, cambiar o incluso abandonar un objetivo** no es un fracaso, sino una forma de escuchar lo que realmente necesitas en cada etapa del año. Esto convierte tus propósitos en un **proceso consciente**, no en una lista de obligaciones.

**DE LA INTENCIÓN A LA ACCIÓN**  
Cumplir los propósitos de tu **vision board** no se trata de **disciplina extrema**, sino de **coherencia contigo misma**. Se trata de:

**Escoger metas realistas** y alineadas con tu vida.

**Traducir los conceptos abstractos** en gestos concretos y medibles.

**Empezar poco a poco** y aumentar progresivamente la frecuencia o dificultad.

**Revisar y ajustar** según tu evolución y circunstancias.

Al final, un **vision board efectivo**

es más que un **collage bonito**: es un **plan visual** para vivir el año que realmente quieres, **paso a paso, gesto a gesto.**

#### **CÓMO HACER UN VISION BOARD PARA 2026**

Para encontrar **imágenes**, nuestra red social favorita es **Pinterest**, aunque **TikTok** y **Tumblr** también están llenos de imágenes y videos con ideas para ayudarte a estructurar tu **vision board**. Puedes seleccionar tus favoritas, imprimirlas y recortarlas para pegarlas en una hoja, como una **manualidad casera**.

Si prefieres la opción digital, aplicaciones como **Pics Art** te permiten crear tu **tablero** y establecerlo como **fondo de pantalla** en tu ordenador: así lo verás todos los días y te recordará tus **metas constantemente**.

#### **SELECCIONA CON INTENCIÓN**

Primero, apunta **qué cosas quieres sumar** a tu 2026 y cuáles quieres **mantener**. Para animarte a seguir con tu **rutina fitness**, por ejemplo, lo ideal es

plasmarlo con **fotos inspiradoras**. Quizás quieras añadir otra imagen de alguien **leyendo en la cama** para sustituir el hábito de deslizar **TikTok** por las noches, o un **ramo de flores** para inspirarte a hacer tu piso más acogedor.

Tal vez este año hayas decidido dedicar más tiempo a lo que te gusta: ir al **cine** o al **teatro**, viajar, invertir tiempo de calidad con tus **amigos**. Incluye un par de **instantáneas** de películas que te gusten o de **destinos realistas** que quieras visitar.

#### **NO SOLO EL RESULTADO, TAMBIÉN EL PROCESO**

Un error común es centrarse únicamente en el **objetivo final**. Por ejemplo, si estás preparando unas **oposiciones**, no pongas solo fotos del **trabajo soñado**, sino también del **camino para llegar a él**: alguien estudiando, tu **escritorio organizado**, un café al lado de tus apuntes... Mostrar el **proceso** te ayuda a mantener la **motivación** y a celebrar los **pequeños pasos**.

#### **HAZLO DIVERTIDO Y CREATIVO**

Crear un **vision board** puede ser una actividad **low cost** y súper **divertida**, sobre todo si lo haces acompañada de **amigos**: chocolate caliente, música y un **taller de collage** pueden convertir una tarde lluviosa de enero en un momento **creativo y motivador**.

**Recuerda**: tu **vision board** no va a cambiar tu 2026 por arte de magia, pero sí puede ser una **herramienta visual** para estructurar tus **sueños**, mantener tus **metas presentes** y disfrutar del **camino** mientras trabajas por ellas.



**RESTAURANTE TXISPA**  
**UNA FUSIÓN VASCO-JAPONESA EN TU PALADAR**

La cocina de Txispa ofrece vistas al monte y un huerto que, desde hace un año, cuidan junto a Sato, un agrónomo japonés. En él cultivan productos como daikon (rábano japonés), alcachofas, habitas y guisantes lágrima.

BARRIO SAN JUAN 45,  
48291 ATXONDO  
691 71 45 86



**BAR TOBARISCH**  
**COPAS BIEN PREPARADAS Y BUENA MÚSICA**

Pub emblemático de las noches bilbaínas. Música rock, jazz o más bailable, con la que disfrutar de su especialidad: vozkas, gin-tonics y sus famosos destornilladores de zumo natural. ¡Ah! Entrarás por su ambiente... y, seguro, te quedarás también por su amabilidad y buen servicio.

HELIODORO DE LA TORRE  
(DEUSTO)



**TXAKOLI SIMON**  
**LA TRADICIÓN Y LA ACTUALIDAD**

El restaurante mantiene el espíritu del caserío tradicional con un guiño a la decoración actual. Su chuleta a la brasa, a la que uno mismo acaba de buscar el punto y que siempre come caliente, es la estrella, pero sus hongos, el foie con higos y su cuajada transportan a la cocina de siempre, a la de primera.

CALLE SAN ROQUE, 89,  
48015 BILBAO.  
944 45 74 99



**ASADOR GOIURIA**  
**COMEDOR CON BUENAS VISTAS A DURANGO**

Con vistas a Urkiola ofrece un menú de mar y tierra. Lo más destacado es su revuelto de gambas, seguido por una ensalada de ventresca y su pescado del día por 34,90€

BARRIO GOURIA, 16, 48215  
662 91 56 21

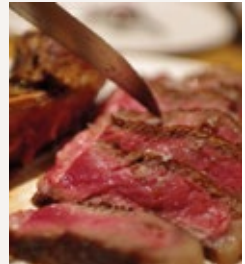
BILBAO CENTRO

**Restaurante Kasko** ● Abierto todos los días, Restaurante

**Kasko**, ubicado en el Casco Viejo de Bilbao, apuesta por unos novedosos pintxos, diseñados por el nutricionista Unai Zabala, y un sistema de carta con platos de Kilómetro cero. Un establecimiento con 29 años de historia que se mantiene fiel a su propuesta gastronómica basada en no "perder el Norte".

ANDRA MARIA KALEA, 16 (BILBAO). 944 160 311

[WWW.RESTAURANTEKASKO.COM](http://WWW.RESTAURANTEKASKO.COM)



**ghpc**  
gran hotel puente colgante

*'Atrévete a dormir debajo de un puente'*

Cocina vasca y nueva cocina

Mª Díaz de Haro, 2 Portugalete  
T: 94 401 48 00  
[www.granhotelpuentecolgante.com](http://www.granhotelpuentecolgante.com)

*Chuletón a la brasa con vistas*

**TXAKOLI SIMON**

94 45 74 99

[www.txakolisimon.com](http://www.txakolisimon.com)

Camino de San Roque 89 Artxandá

**LOS FUEROS**

Restaurante, gambas y Picoteo en el Casco Viejo de Bilbao

Calle Los Fueros, 6  
944 15 30 47  
[www.losfueros.com](http://www.losfueros.com)



**LA KOFRADIA  
 PESCADO DE DÍA CON  
 VISTAS AL PUERTO DE  
 ZIERBENA**

Se puede disfrutar de los pescados del puerto. Los comensales pueden degustar una comida sencilla protagonizada por el sabor de productos de temporada. Además, el local está decorado con un gusto exquisito. Esto y la belleza del entorno hacen que todo el que vaya repita.

PUERTO TXIKI, 8, 48508  
 ZIERBENA, BISCAY  
 629 30 70 79



**SIDERERIA IBARRA  
 CASERIO MUY GRANDE Y  
 ESPACIOSO**

Restaurante-sidrería típica vasca. Ofrece menú de cervecera con raciones y platos típicos como el pollo o el codillo. No te pierdas la txuleta de vaca servida con patatas fritas.

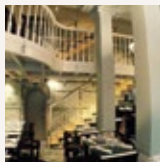
CASERIO IBARRA B°IBARRA S/N, 48340 AMOREBIETA-ETXANO  
 946 73 11 00



**CAFÉ BAR BILBAO  
 MÁS DE UN SIGLO  
 DE HISTORIA**

Lugar por excelencia de tertulia de Bilbao, se encuentra en la Plaza nueva, atrayendo a los bilbaínos de toda la vida. Entre sus ofertas se encuentran los pintxos, con posibilidad de tomarlos en la barra o en la terraza.

KALE BARRIA, 6,  
 944 15 16 71



**LOS FUEROS  
 RESTAURANTE CON  
 GUSTO CON UNA COCINA  
 TRADICIONAL**

En Los Fueros ofrecen cocina tradicional basada en los mejores productos. Pocas extravagancias y muchas especialidades de toda la vida, a veces actualizadas para adaptarse a los gustos de hoy, pero elaboradas con los mejores productos.

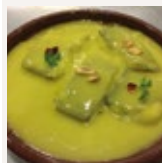
FORU KALEA, 6,  
 944 15 30 47



**URREGIN  
 CONFLUENCIA  
 DE ESTILOS Y SABORES**

Urregin, un pequeño refugio de solo 8 mesas en la vorágine del casco viejo, donde vanguardia y tradición se dan la mano. Una cocina vasca que trae a la actualidad los sabores de antaño y donde lo viejo y lo nuevo se encuentran y se funden en uno.

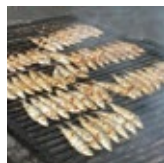
C/ NUEVA, 4 (BILBAO)  
 944 399 032



**RESTAURANTE  
 VÍCTOR  
 CALIDAD GASTRONÓMICA  
 DESDE 1940**

El Restaurante Víctor ofrece una cuidada carta estacional y una atención exquisita que lo convierten en un referente gastronómico de la ciudad desde 1940. Su plato emblemático, el "Bacalao Víctor", creado por Demetrio, fundador y maestro del restaurante, refleja la excelencia en la cocina vasca.

PL. NUEVA, 2, BAJO 3,  
 IBAIONDO  
 944 15 16 78



**RESTAURANTE ASA-  
 DOR MANDANGA  
 HOGAR DEL PESCADOR**

El Asador Mandanga cuenta con más de 50 años de historia y está regentado por la tercera generación familiar. Famoso por sus sardinillas, recién sacadas del mar y preparadas a la parrilla. Su especialidad son los pescados y carnes a la parrilla, destacando siempre por producto, calidad y precio.

PUERTO PESQUERO  
 KALEA, 20, 48980  
 SANTURTZI  
 944 61 02 11



**LA BATEA  
 MEJILLONERÍA  
 SABOR A MAR**

En La Batea, se sirven los mejillones gallegos, de la Ría de Arousa, con denominación de origen Mexillón de Galicia, en opciones como al vapor, a la marinera, con vinagreta o tigrés. La mejor forma de acompañarlos es con un Albariño o Ribeiro bien frío.

IPARRAGUIRRE 17, 48009  
 944 25 65 07



**RESTAURANTE CLUB DEPORTIVO  
 MENÚ ASTE NAGUSIA DEL CLUB DEPORTIVO BILBAO**

El Club Deportivo Bilbao ofrece un delicioso menú especial por 50 € que incluye aperitivo, tres entrantes como el carpaccio de pulpo con parmentier de patata, y un principal a elegir, como las carrilleras de ibérico al vino tinto. También incluye postre, café y bebida (vino Izadi, blanco, rosado o agua).

ALAMEDA DE RECALDE, 28, 48009  
 BILBAO  
 944 246 508-689 902 498



**BASCOOK**  
COCINA VASCA  
E INTERNACIONAL  
DE AUTOR

Bascook es la propuesta del chef Aitor Elizegi, alma vasca y corazón intrépido, que nos ofrece una cocina de la tierra que sabe a trabajo diario que evoluciona. Es cocina vasca e internacional, es verde & local, es cocina de autor, es verdad sobre el plato.

BARROETA  
ALDAMAR, 8  
944 009 977  
CONTACTO@BASCOOK.COM  
WWW.BASCOOK.COM



**EIN PROSIT**  
BIER-RESTAURANT  
COCINA ALEMANA

Ein Prosit Bilbao, donde degustar las especialidades alemanas de la charcutería de Hermann Thate y donde un buen ambiente y fresca Bier no faltarán! Prost! On Egin! Punto de encuentro de la marcha bilbaina, y visita obligada para quienes quieran saber lo que es una juerga vasco-alemana.

PLAZA DEL ENSANCHE, 7,  
94 424 13 11  
WWW.HERMANNTHATE.COM



**ETXANOBE ATELIER**  
ALTA COCINA CON  
ESTRELLA MICHELÍN

Fernando Canales y Mikel Población proponen en el Atelier un viaje gastronómico original y único para lograr un recuerdo inolvidable. Una única propuesta, el menú Chef Atelier condensa toda la tradición de excelencia del restaurante Etxanobe. Este menú se ofrece también con la opción de maridaje incluida.

JUAN DE AJURIAGUERRA  
8, BILBAO  
944 42 10 71



**GOIZEKO IZARRA**  
EL CHULETÓN DE BILBAO

En este sencillo, moderno, acogedor y agradable restaurante con terraza y fotos de la ciudad podemos degustar, además del mejor chuletón de Bilbao, deliciosos platos de Mollejas y otros platos de la cocina tradicional vasca. Nos ofrece sus excelencias gastronómicas desde 1971. Un placer para los sentidos.

GREGORIO DE LA  
REVILLA, 9, BILBAO  
94 441 50 18



**NICOLÁS**  
CARTA Y PICOTEO  
VARIADO

En su espectacular carta de pintxos elaborados al momento nos quedamos con la Carrillera ibérica sobre Parmentier de Patata y Teja de Idiazabal, con el Risotto de Boletus e Idiazabal, la Brocheta de Pulpo y Langostinos o la Croqueta de Meji llón y Gamba con Salsa Americana. Cualquiera de ellos hará que te chupes los dedos.

LEDESMA 10, BILBAO  
VER MÁS AQUI.

ENTRE VINOS Y BRASAS  
**Mugi** TXOKO  
LICENCIADO POZA 55  
BILBAO  
944 41 30 16

— 1971 —  
**GOIZEKO IZARRA**  
Especialistas en chuleta  
Amplia barra de pintxos  
Gregorio de la Revilla, 9  
Bilbao · 94 441 50 18

TAMARISES  
T. 94 491 00 05  
Muelle de Ereaga, 4  
Getxo - Algorta  
www.lostamarises.com

PARA COMER Y COMPRAR  
**JAMÓN**  
*Claudio*  
*Los Reinos del Jamón*  
ÚNICA DIRECCIÓN  
CALLE ESPERANZA, CASCO VIEJO  
ENTRE EL AYUNTAMIENTO DE BILBAO  
Y LA IGLESA DE SAN NICOLÁS  
ENCARGOS 94 99 00 02

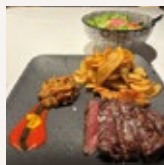


**RESTAURANTE LA PALMA**

**UN MENÚ LLENO DE SABORES ÚNICOS**

Puedes disfrutar del begihandi en dos cocciones y sus cuatro variantes: tinta, ajimóloji, Pelayo y fritos. También ofrecen secreto ibérico alteriyaki de Jerez, acompañado de cremoso de boniato y cebolla escurtida de Zalla.

POSTA KALEA, 3,  
 IBAIONDO  
 944 07 68 55



**RESTAURANTE AMAREN**

**EL TEMPLO DE LA CARNE**

Restaurante N.14 del mundo, referente en chuletones de auténtico buey y Campeones Nacionales de Parrilla. Especializado en ofrecer una experiencia carnívora única con chuletones de buey de caserío cocinados a la parrilla, garantizando calidad, detalle, elegancia y un excelente servicio.

DIPUTACIÓN, 6, BILBAO  
 944 978 906



**EL PINTXITO**

**LA HERENCIA DE AHMED BELKHIR EN LICENCIADO POZA**

Tras el éxito de los auténticos pintxos morunos de cordero, el cocinero ha decidido abrir "El Pintxito", donde se puede degustar txangurro gratinado, brocheta de pulpo con langostinos a la plancha y el pintxo de calamar, entre otros.

POZA LIZENTZIATUAREN  
 KALEA, 24,  
 944 02 15 85



**RESIDENCE**

**LA MÚSICA, LA SEÑA DEL PUB CON MÁS PERSONALIDAD**

Convertido en uno de los clásicos del Ensanche y de la Villa, ofrece un ambiente de Pub, decoración abigarrada llena de pequeños tesoros, así como de fotos dedicadas de músicos. Porque la música son santo y seña del Residence.

BARRAINCÚA  
 KALEA, 1,  
 944 05 26 66



**ZARATE JATETXEA DE LA MAR A LA MESA**

Productos del mar frescos y de máxima calidad. Proporcionan mariscos y pescados frescos de los puertos locales, lo mejor del mar en cada plato. Tienen una carta variada y un menú gastronómico premiado con una estrella Michelin.

LICENCIADO POZA 65,  
 48013  
 944 41 65 21

**Las Lías**

•• El bar restaurante Las Lías está **especializado en vinos** procedentes de todo el mundo. Dispone de una **carta selecta** compuesta de pescados, carnes y producto de temporada. ¡Únete al **Club de Catas** y disfruta de **clases magistrales** impartidas por grandes expertos enólogos!

C/ JUAN AJURIAGUERRA, 14, 48009, BILBAO  
 946 964 240



Juan de Ajuriaguerra 8, Bilbao 944 42 10 71



## Llegan a Bizkaia las frutas más virales del mundo



En Santurtzi, Bilbao, la pastelería **Gozatzen** se ha convertido en la nueva sensación local gracias a sus **trompe l'oeil**, postres que imitan frutas y frutos secos con un realismo sorprendente. Cada pieza, disponible de jueves a domingo, cuesta alrededor de 8 euros.

Detrás de su apariencia perfecta se esconden elaboraciones de **alta pastelería**: mousses ligeras, pralinés finos y coberturas de manteca

de cacao teñida, con sabores que incluyen mango, fresa, frambuesa, coco con maracuyá, cacahuete, pistacho y avellana. Al cortarlos, muestran capas que replican la fruta real.

El **fenómeno viral de los trompe l'oeil** fue popularizado por el pastelero francés **Cédric Grolet**, conocido por sus frutas hiperrealistas y técnicas precisas. Con más de 13 millones de seguidores en Instagram, Grolet ha convertido sus creaciones en un **espec-**

**táculo visual que combina arte y gastronomía.**

Gozatzen ha adaptado esta tendencia con **ingredientes locales y un acabado que compite con las grandes pastelerías europeas**, demostrando que el trampantojo también puede ser una experiencia culinaria en Bizkaia. una experiencia culinaria y original en Bizkaia.

**Dirección:** Nuestra Señora de Begoña Kalea, número 4, bajo, 48980 Santurtzi

**Teléfono:** 946 12 84 52

TU  
**CATERING**  
online.net

by IRVIA  
CATERING

Te lo llevamos  
a casa o a la oficina



[www.tucateringonline.net](http://www.tucateringonline.net)

## Everest Bi, tu asador en Bilbao con menús hechos a medida



Ubicado en Gran Vía, 78, Bilbao, Everest Bi es un referente de la cocina tradicional vasca, ofreciendo carta, menús, raciones y pintxos en barra. El restaurante destaca por su **especialidad en pescados frescos y carnes a la brasa**, incluyendo chuletas de buey y ganado mayor con **carne certificada y autóctona**.

### **MENÚS A TU MEDIDA Y PARA GRUPOS**

En Everest Bi saben que cada comensal es único. Por eso, ofrecen la posibilidad de **crear menús personalizados**, adaptados a gustos, platos preferidos y presupuesto. Además, el restaurante cuenta con **cuatro menús diseñados para** reuniones familiares,

cenas de empresa o celebraciones y acompañados de una botella de rioja:

El Menú N°1, por 50 € por persona, incluye como entrantes ensalada de ventresca con pimientos al horno de leña, croquetas y rabas. El segundo plato se puede elegir entre tronco de merluza al horno de leña o chuleta de lomo bajo.

El Menú N°2, por 55 € por persona, propone como entrantes ensalada fría con langostinos y aguacate, begi andí en su tinta con arroz y almejas a la sartén. El segundo plato se puede elegir entre bacalao a la vizcaína o solomillo con guarnición.

El Menú N°3, por 60 € por persona, incluye como entrantes micuit de la casa con

mermelada de higos, gambas de Huelva a la plancha y croquetas de Joselito. Para el segundo plato se puede escoger entre chuleta para compartir o merluza al horno de leña.

El Menú N°4, por 75 € por persona, ofrece como entrantes gambas de Huelva a la plancha, ½ bogavante y almejas a la sartén. El segundo plato se puede elegir entre chuleta de ganado mayor o tronco de merluza al horno de leña.

### **MENÚ TXULETA: UN MUST PARA AMANTES DE LA CARNE**

Si eres apasionado de la carne, el Menú Txuleta está disponible **todos los días**.

### **Contacto y reservas:**

[moc.liamtch@ib\\_tserve](mailto:moc.liamtch@ib_tserve)  
324 324 986 / 5819764-49



COCINA TRADICIONAL VASCA. CARTA, MENÚS, RACIONES Y PINTXOS EN BARRA

EXQUISITOS PESCADOS Y CARNES A LA BRASA

CHULETA DE BUEY Y GANADO MAYOR. CARNE CERTIFICADA Y AUTOCTONA



*La Cocina de Maria Antonia*

Gran vía Diego López de Haro, 78  
944 679 185 - 689 423 239



**GUGGENHEIM** BILBAO

L U R R A R E N  
A R T E A K

A R T E S D E  
L A T I E R R A

# Vuelven las fashion weeks internacionales impulsadas por el mercado asiático



Comienza el año y con él los primeros **eventos internacionales de moda del primer trimestre**, marcados por las **fashion weeks de Milán (16-20 de enero)**, con desfiles que dialogan con la historia, el arte y la cultura; **París**, con la **Men FashionWeek (20-25 de enero)**, que contará con firmas como **Louis Vuitton, Issey Miyake, Rick Owens, Kenzo, Dries Van Noten, Sacai y Jacquemus**, y la **Semana de la Alta Costura (26-29 de enero)**; y, entre finales de enero y principios de febrero, destacan las semanas de la moda de **Copenhague (27-30 de enero)**, **Berlín (30 enero-2 febrero)**, y, especialmente, **Seúl (2-8 de febrero)**.

La capital surcoreana se ha convertido en un **laboratorio creativo para el street style y la moda urbana**, donde los diseñadores exploran formatos disruptivos, colaboraciones híbridas y experiencias digitales, conectando con un público joven, altamente conectado

y orientado a la cultura pop y tecnológica. Para las **marcas de lujo**, participar en Seúl significa ampliar su presencia internacional y acercarse a consumidores que valoran la **exclusividad, la innovación y la narrativa cultural** de cada colección y evento.

Un ejemplo reciente de esta fusión entre **lujo, cultura y experiencia** es la exposición **«Visionary Journeys Seoul»**, inaugurada en diciembre por **Louis Vuitton** en la sección de lujo **Shinsegae «The Reserve»**, comisariada por **Louis Vuitton Malletier** y proyectada por **OMA/Shohei Shigematsu**. La muestra ocupa **tres plantas y once galerías temáticas**, con más de **200 piezas** que recorren la historia y la creatividad contemporánea de la Casa, integrando comercio, gastronomía y cultura. Destacan instalaciones como un **baúl abovedado de 270 cajas de sombreros** en planta baja y la sección **«Origins»**, inspirada en los biombos tradicionales coreanos, reforzando

la conexión con un público que busca **experiencias de lujo inmersivas y culturalmente enriquecedoras**.

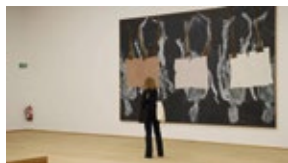
Además, esta edición de la **Semana de la Moda de Seúl** pone en primer plano la **sostenibilidad y la innovación tecnológica**. Diseñadores y organizadores han incorporado **materiales ecológicos, métodos de producción éticos y plataformas digitales**, alineándose con tendencias globales y atrayendo patrocinadores internacionales interesados en prácticas responsables y progresistas.

**Seúl no es solo un escenario para la moda: es un auténtico motor de turismo creativo**. La ciudad convierte sus espacios en centros de actividades culturales y comerciales, con **exposiciones temporales, desfiles y experiencias**, convirtiendo a la capital del **K-pop** en un **destino clave para la creatividad, la cultura y la moda**.

**Naiara Cabezas Zabala**



# MUSEOS



## MUSEO DE BELLAS ARTES DE BILBAO

MUSEO PLAZA, 2, ABANDO

### OBRAS DE GEORG BASELITZ

Hasta el 1 de marzo

La reapertura se inaugura con **'Georg Baselitz. Pinturas 2014-2025. Algo en todo'**, una exposición que reúne obras recientes del influyente artista alemán. La muestra recorre una **década de creación en la que Baselitz**, fiel a su gesto provocador y expresivo, reflexiona sobre el paso del tiempo, la memoria y la vitalidad del cuerpo.



## MUSEO GUGGENHEIM

AVENIDA ABANDO IBARRA, 2

### MARIA HELENA VIEIRA DA SILVA. ANATOMÍA DEL ESPACIO

Hasta el 22 de febrero

Esta exposición sumerge al espectador en el universo visual de una de las grandes figuras de la abstracción del **siglo XX**. La muestra reúne alrededor de **70 obras** clave creadas entre las décadas de 1930 y 1980, incluyendo **pinturas, dibujos,**



## MUSEO DE BELLAS ARTES DE BILBAO

MUSEO PLAZA, 2, ABANDO

### MUESTRA SOBRE "EL ESPÍRITU DE BIZKAIA"

Hasta el 10 de mayo

La muestra **"El espíritu de Bizkaia Representaciones de la identidad social y religiosa en el cambio de siglo (1870-1936)"** ofrece el retrato elocuente de una sociedad en la que la religión marcaba la **vida pública y privada**. De este modo, pone de relieve numerosos aspectos que tienen su reflejo en el **arte, entre ellos, el uso social del espacio sagrado en festividades y actividades comerciales o el impacto visual de la arquitectura religiosa en el paisaje.**

**grabados y tapices.** En esta exposición, **Vieira da Silva** juega con la tensión entre lo real y lo imaginario, construyendo espacios arquitectónicos donde se difuminan los paisajes urbanos, la memoria y el tiempo.

## ITSAMUSEUM BILBAO - MUSEO MARÍTIMO VASCO

MUELLE RAMÓN DE LA SOTA, 1

### LA RÍA EN DESIERTO

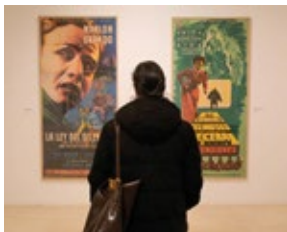
Exposición permanente

**"La Ría en Desierto"** de Adolfo Guiard forma parte del programa La Obra Invitada **junto al Museo de Bellas Artes de Bilbao.** Pintada en 1897, la obra

muestra una **vista de la ría de Bilbao desde Punta Zorroza** durante la transformación industrial de la ciudad. Destaca por su composición, que concentra **los elementos en los márgenes** para dar protagonismo a la **experimentación cromática.**



# EXPO



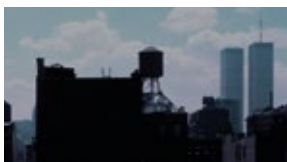
## SALA ONDARE

**C. MARÍA DÍAZ DE HARO, 11, ABANDO**

**EXPOSICIÓN TITULADA “CARTELES DE CINE EN BILBAO”**

**Hasta el 28 de febrero**

La exposición **“Carteles de cine en Bilbao”** recoge la obra de los **doce diseñadores** españoles de **afiches cinematográficos** más relevantes en el **periodo 1935-2000**, que fueron vistos en Bilbao.



## GALERÍA MICHEL MEJUTO

**CALLE JUAN AJURIAGUERRA KALEA, 18, ABANDO,**

**MUESTRA TITULADA ‘NUEVA YORK. PRIMEROS AÑOS 1990-1992’**

**Txomin Badiola, Pello Irazu y Darío Urzay** presentan la muestra **‘Nueva York. Primeros años 1990-1992’**. La colección está formada por **una veintena de obras realizadas** por los artistas en su **etapa neoyorquina**, en la década de los noventa.



## URIBITARTE40

**URIBITARTE PASEALEKUA, 40, ABANDO**

**EXPOSICIÓN COLECTIVA TITULADA “DE LA COLECCIÓN NO SE VUELVE”**

**Hasta el 1 de febrero**

Nerea Ayerbe es la comisaria de la muestra colectiva **“De la colección no se vuelve”**, compuesta por **una heterogénea selección** de obras que persiguen el **estilo Barroco ‘Peterburgo’**. El proyecto se nutre de una **variada selección de 55 obras y 52 artistas** y colectivos que han sido parte de BilbaoArte en los **veintisiete años de existencia** del centro de producción artística.



**NEXTMUSEUM, BLAS DE OTERO KALEA, 54, DEUSTO**

**MUESTRA SOBRE ‘YO SOY LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL’**

La muestra **“Yo soy la inteligencia artificial”** hace reflexionar sobre **problemas y temáticas de plena actualidad**.

**ALCÁZAR DE LOS VELASCO, MEDINA DE POMAR**

**C. MARTÍNEZ CONDE, 6, 09500 MEDINA DE POMAR, BURGOS**

**EXPOSICIÓN DE ESCULTURA E INSTALACIONES DE JOSÉ ANGEL UBERUAGA UBE EN EL ALCÁZAR DE LOS VELASCO**

**Hasta el 25 de Marzo**

**José Ángel Uberuaga Ube** inicia su trayectoria en la **escultura vasca contemporánea**, evolucionando hacia **obras más objetuales y radicales que incluyen fotografía, instalación y performance**. Su obra refleja de **manera abstracta y política** su intimidad, explorando **lo real y lo insólito**. A través de **materiales diversos y un lenguaje escultórico poco convencional**, provoca, comunica y busca dejar huella, generando conciencia mediante la provocación y la exploración artística.

# DÉJATE LLEVAR POR UN DESCUENTO DE AUTOR

**-5%**  
EN  
**TODOS**  
LOS LIBROS

TODO EL UNIVERSO  
ESTÁ EN LOS LIBROS,  
TODOS LOS LIBROS  
ESTÁN AQUÍ.



**exclusivo Socios**

**fnac**

\*Consulta condiciones.

TE FALTA FNAC | [FNAC.ES](https://fnac.es)



### Aída y vuelta

**Dirección:** Paco León

**Reparto:** Carmen Machi, Paco León, Miren Ibarguren, Mariano Peña, Eduardo Casanova, Pepe Viyuela

•• Aída regresa al barrio de Esperanza Sur tras años de ausencia. Lo que comienza como una visita puntual acaba convirtiéndose en un reencuentro caótico con viejos amigos, amores del pasado y conflictos nunca resueltos. Con el humor irreverente de la serie, muestra cómo han cambiado sus protagonistas.



### 28 años después: El templo de los huesos

**Dirección:** Danny Boyle

**Reparto:** Jodie Comer, Aaron Taylor-Johnson, Ralph Fiennes

•• Un grupo de supervivientes vive aislado en una pequeña comunidad, hasta que una misión fuera de la zona segura desvela horrores que parecían olvidados y demuestra que la humanidad puede ser tan peligrosa como los infectados.



### Hamnet

**Dirección:** Chloé Zhao

**Reparto:** Jessie Buckley, Paul Mescal, Emily Watson

•• Ambientada en la Inglaterra del siglo XVI, la película explora la historia íntima y poco conocida de la familia de William Shakespeare, centrándose en la muerte de su hijo Hamnet. El relato profundiza en el duelo y el amor desde el punto de vista de la esposa de William Shakespeare.



### Return To Silent Hill

**Dirección:** Christophe Gans

**Reparto:** Jeremy Buckley, Hannah Anderson, Mary Crane, Robert Strange, Red Pyramid

•• Impulsado por su pasado, James Sunderland quiere volver a Silent Hill para encontrar a Mary Crane, el amor que perdió unos años antes. Sin embargo, el pueblo se ha convertido en un reflejo oscuro y distorsionado de lo que él se acordaba.



### Song Sung Blue: Canción para dos

**Dirección:** Craig Brewer

**Reparto:** Kate Hudson, Hugh Jackman, Michael Imperioli, Fisher Stevens, James Belushi, Mustafa Shakir, Ella Anderson, King Princess, Jayson Warner Smith

•• Basada en una historia real, la película sigue a dos músicos de poca fortuna que deciden formar una banda tributo al legendario Neil Diamond. Con ilusión y pasión, se embarcan en un viaje lleno de música, amor y segundas oportunidades.



### Si pudiera, te daría una patada

**Dirección:** Mary Bronstein

**Reparto:** Rose Byrne, Delaney Quinn, ASAP Rocky, Conan O'Brien, Danielle Macdonald, Ivy Wolk, Daniel Zolghadri

•• En un momento en el que su vida se desmorona, Linda intenta afrontar la lucha constante por cuidar de su hija enferma, lidiar con la ausencia de su pareja y resolver una relación cada vez más tensa con su terapeuta.



### Mañana matarán a Daniel

Aroa Moreno Durán  
RANDOM HOUSE

•• Madrid, 1975. Tres jóvenes son ejecutados sin garantías en los últimos meses del franquismo. Años después, el hallazgo casual del lugar de los fusilamientos obliga a Aroa Moreno a reconstruir un crimen silenciado y a cuestionar el olvido de nuestra historia reciente.



### Un asunto de familia

Txemi Parra  
GRIJALBO

•• En un caserío vizcaíno, Alba afirma haber encontrado a Julen degollado, pero el cadáver resulta ser el de un desconocido. Mientras Julen permanece desaparecido, los secretos y tensiones de la familia Elordi salen a la superficie, con la certeza de que el asesino podría estar entre ellos.



### Jane, una biografía literaria

Cristina Oñoro  
LUMEN

•• Jane Austen crece en un entorno familiar volcado en los libros y la creación, donde desarrolla un ingenio y una mirada crítica poco comunes. En esta obra, Cristina Oñoro revisita a la autora desde una perspectiva feminista que reivindica su ironía, su inteligencia y su lectura crítica de la sociedad, acompañada por las ilustraciones de Ana Jarén.



### El jardín dormido

Carla Gracia  
ESPASA

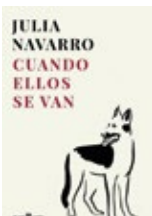
•• Tras dejar a su pareja y un trabajo que no la llena, Iris responde a un extraño anuncio para despertar un jardín en el Ampurdán. En la Casa del Olvido, entre flores, recuerdos familiares y un pasado que se resiste a desaparecer, descubre que cuidar ese jardín implica enfrentarse a secretos y heridas aún abiertas.



### Majareta

Juan Manuel Gil  
SEIX BARRAL

•• Tras más de treinta años como conserje de un colegio, Leo Almada es prejubilado de forma inesperada, desencadenando un suceso perturbador que sacude al barrio. A través de los testimonios de quienes lo conocieron, se reconstruye la figura de un hombre extraño y entrañable, lleno de contradicciones y secretos.



### Cuando ellos se van

Julia Navarro  
PLAZA & JANES

•• Un homenaje al vínculo entre perros y humanos, marcado por la lealtad y el afecto. Julia Navarro parte del mito de Argos y de la pérdida de su propio perro para celebrar su presencia en la literatura y la vida.



# Lo que desaparece sin que nadie lo note



**N**o todo lo que se pierde hace ruido. Algunas cosas simplemente dejan de aparecer. En la era de la inteligencia artificial generativa, el conocimiento no se elimina: se optimiza. Y en ese proceso, lo que no encaja, lo que no se repite lo suficiente o no genera señal algorítmica empieza a quedar fuera del encuadre.

Los grandes modelos de lenguaje y de imagen aprenden a partir de patrones dominantes. Se entrenan con enormes volúmenes de datos disponibles en internet y priorizan lo frecuente, lo visible, lo mayoritario. No distinguen entre lo importante y lo popular, sino entre lo que se repite y lo que no. El resultado es un conocimiento cada vez más homogéneo, pulido y reconocible. También más estrecho.

Investigaciones recientes publicadas en *Nature Human Behaviour* y *PNAS* advierten de un fenómeno conocido como **knowledge collapse**: cuando los sistemas de IA se entrenan con contenidos ge-

nerados por otras IA, la **diversidad informativa se reduce de forma acelerada**. El saber empieza a **reciclarse sobre sí mismo, perdiendo matices, excepciones y perspectivas minoritarias**. No por censura, sino por eficiencia.

El problema no es solo técnico, es cultural. La IA **actúa como un filtro invisible** que decide —sin intención consciente— **qué estilos sobreviven, qué lenguas aparecen y qué enfoques se repiten**. Saberes locales, corrientes críticas o lenguas minoritarias quedan infrarepresentadas porque **generan menos datos, menos clics, menos relevancia algorítmica**. La UNESCO ya ha advertido de que **más del 90 % del contenido digital se concentra en menos de diez idiomas**. Si ese es el punto de partida, **la desigualdad se amplifica**.

Lo inquietante es que esta pérdida **no se percibe como tal**. Los textos **suenan correctos, razonables**; las imágenes, **estéticamente impecables**. Pero esa corrección tiene un precio: **la rareza**

**desaparece, la disidencia se suaviza, la complejidad se aplana**. La IA **no miente; simplifica**. Y en esa simplificación se erosiona **la pluralidad**.

También en educación empiezan a verse señales de alerta. Estudios recientes muestran que el **uso intensivo de herramientas generativas** tiende a ofrecer **explicaciones similares, bajo marcos conceptuales homogéneos**. Aprender se parece cada vez más a **recibir una respuesta óptima que a atravesar una pregunta incómoda**.

Nada de esto convierte a la **inteligencia artificial en enemiga del conocimiento**. Su **capacidad para democratizar el acceso y conectar información** es real. El riesgo aparece cuando **confundimos eficiencia con riqueza cultural, y acceso con diversidad**. Tal vez el mayor peligro no sea **lo que la IA dice, sino todo aquello que deja de decir sin que lleguemos a notarlo**. Porque cuando el silencio se automatiza, empieza a **parecer normal**.

Por **Barbara Sarrionandia**



## Eusko Label Winter Series 2025-2026

El 15 de febrero de 2026 finaliza la Eusko Label Winter Series 2025-2026 en el Frontón Jai Alai de Gernika-Lumo. Tras las jornadas disputadas los días 5 y 12 de enero, la liguilla de semifinales continúa el 19 y 26 de enero, así como el 2 de febrero. En esta liguilla, los dos mejores clasificados logran el pase a la gran final, prevista para el 15 de febrero.



## Carrera Las Arenas-Bilbao 2026

La anual carrera Las Arenas-Bilbao vuelve este 2026 con su XXX edición. La prueba se disputa el 25 de enero a las 10:30 horas desde la calle Eduardo Coste en Las Arenas, junto a la plaza del Puente Colgante. La meta se sitúa en el Paseo de Uribitarte,

junto al Puente del Ayuntamiento de Bilbao. El recorrido pasa por los municipios de Leioa y Erandio. Todos los participantes junto con el dorsal-chip reciben la camiseta oficial de la prueba y productos de los patrocinadores.

## Ausartak Mendi Lasterketa 2026



Se trata de una carrera de montaña que se celebra en el municipio de Arrigorriaga. Las fechas para las diferentes modalidades varían entre el 17 y el 18 de enero de 2026. El día 17 es el turno de las siguientes categorías: **Canicross y Trail Popular, Mendikosolo Trail, Canitrail y Carrera Infantil**. Por el contrario, el día 18 le llega el turno a estas categorías: **Media Maratón de Montaña, Hasiberri Trail y Martxa Corta**.

## La Korrika vuelve este 2026

La 24ª edición de la Korrika, organizada por AEK y bajo el lema Euskara gara, recorre pueblo tras pueblo del 19 al 29 de marzo. Esta edición comienza en Atharratze (Zuberoa) el 19 de marzo, para que tras diez noches y once días, finalice el 29 en la capital vizcaína, Bilbao.



Tres salidas seguidas esperan al Athletic en una semana. Buena prueba para saber si los leones pueden engancharse a la parte noble de la tabla en la competición de la regularidad y seguir con opciones en la Champions League. No será fácil a la vista de lo sucedido en el desierto de la Supercopa y los apuros contra la Cultural Leonesa en la Copa. Encajar ocho goles en dos partidos es como para echarse a temblar. Sobre todo, con la autoexpulsión de **Paredes**. Menos mal que ya le pudo sustituir un **Yuri** que mejora a la línea defensiva en cuanto está disponible. Por otra parte, se espera y anhela la reincorporación en breve de **Laporte**.

### LA VUELTA DE LOS LESIONADOS

Aunque los rojiblancos superaron el maleficio del martes y trece al tirar de orgullo para remontar por tres veces la eliminatoria de Copa, y decantarla con un jugador menos durante más de una hora, las sensaciones fueron preocupantes por la fragilidad defensiva. La parte positiva la encabezó el frío **Guruzeta** al recuperar el olfato goleador por partida doble. **Sancet** y **Unai Gómez** acertaron con los penaltis. Y especialmente el bermeano dio aire fresco a un grupo que luchaba en inferioridad, aunque fuera contra un equipo de Segunda. Los de **Cuco Ziganda** demostraron oficio y juego para caer 3-4 y estar a punto de pasar la eliminatoria. Ernesto enseguida notará la aportación de los ilustres recuperados en la defensa y en el resto de las líneas.

## Sucumbir y sobrevivir



Foto: Unai Gómez sentenció el pase a cuartos de final de Copa

El Athletic se asfixió en el desierto y remontó en la Copa

### EN BUSCA DE LA FIABILIDAD

Asentarse abajo y atinar arriba es la mejor manera de encontrar la fiabilidad perdida. El motor rojiblanco ha flojeado buena parte de la temporada por una acumulación de contratiempos: sanciones, lesiones, demora en el fichaje de Laporte, cambio en la preparación física y baja forma en general de varias de las piezas clave. **Robert Navarro** es un recambio de garantías y **Berenguer** cumple siempre que juega, a pesar de sus dolencias.

### SIETE PARTIDOS EN 20 DÍAS

Hará falta el máximo de concentración para afrontar la intensa maratón de a más de dos partidos por semana entre la

**Los rojiblancos tratarán de encontrar la fiabilidad tras su fragilidad e ineficacia en las dos áreas con la vuelta de ilustres lesionados**

Liga, la Copa y la Champions League. Esperemos que, con la vuelta de los lesionados, la recuperación de la forma y la fuerza física y la coctelera de Valverde se puedan afrontar con éxito esos retos. El balance más positivo sería pasar de ronda de la Copa y Champions y tener a tiro el tren europeo en la Liga. Es la hora de la plantilla y de que las figuras rindan como se espera.

**Arturo Trueba**

### PRÓXIMOS PARTIDOS

17/0	1 Mallorca-Athletic	(sábado, 16:15h) J20
21/01	Atalanta-Athletic	(miércoles, 21h) ChL J7
24/01	Sevilla-Athletic	(sábado, 18:30h) J21
28/01	Athletic-Sporting Lisboa	(miércoles, 21h) ChL J8
01/02	Athletic-Real Sociedad	(domingo, 21h) J22
04/02	¼ Copa*	
08/02	Athletic-Levante	J23*
15/02	Oviedo-Athletic	

**B**ilbao



TEATRO  
ARRIAGA  
ANTZOKIA



ANTZERKIA / TEATRO

# BLAUBEEREN

MOISÉS KAUFMAN / AMANDA GRONICH

Zuzendaritza / Dirección:  
**Sergio Peris-Mencheta**

Antzezleak / Intérpretes:

**Clara Alvarado**  
**Víctor Clavijo**  
**Eric de Loizaga**  
**Nacho López**  
**Irene Maquieira**  
**Natxo Nuñez**  
**María Pascual**  
**Paloma Porcel**

**URTARRILAK**  
**16**  
**ENERO**



KONTZERTUA / CONCIERTO

# ARRIAGA Y EL ECO DE SU TIEMPO

LA RITIRATA

Musika-zuzendaritza / Dirección musical:  
**Josetxu Obregón**

ARRIAGA



**URTARRILAK 17 ENERO**

EL CORREO

GARA

Deia

bbk

Bizkaia

SED

Radio

inaem

mandagor

Lingua

fcc

info+



# EUSKADI

BASQUE COUNTRY

GRAND  
TOUR

