

goiena

TOXIKOM

puntu060a

**MAITE
ARISTEGI:
"BUZTANA ETA
ADARRAK NON
GENITUEN
BEGIRATZEN
ZIGUTEN
MADRILGO
KONGRESUAN"**





PUNTUA 060

2016-05-06 EGUBAKOITZA
AZALEKO ARGAZKIAREN EGILEA:
JAGOBA DOMINGO



- 4 **Bat-batean** Nahikari Garcia
- 6 **Irudiz** Gaur egungo izarrak
- 8 **Mundutik** Kuba: aldaketa prozesua
- 10 **Erreportajea** 25 igoera
- 20 **Elkarrizketa** Maite Aristegi, Kongresuko diputatu ohia eta baserritarra
- 24 **Osasuna** Arin-arin
- 26 **Kirola** Portadarako neska
- 28 **Adituen esanetan** Beharrak eta bideak
- 30 **Otorduan** Lasa jatetxea: ezkontzak
- 32 **Moda** *Mix&match*
- 34 **Motorra** Taldean hobeto
- 36 **Gure artistak** Evert Sanchez musikaria
- 38 **Kultura** Marrazkien ahotsa
- 40 **Goienakideak** Mari Mar Urrutia
- 41 **Liburu artean** *Paula Crusoe*
- 42 **Gure altxorak** Bergara: San Pedro parrokia
- 45 **Gadgetmania**
- 46 **Handitzen, handitzen** Errezeta: *Txokolatezko kopak*
- 47 **Jaioberriak**

IRITZIA

- 3 **Nire txanda** Nagore Ipiña *Curriculum*
- 16 **Hainbat aburu** Rosa Mondragon *Ni bizi naiz baserrian*
- 16 **Eztabaida** Izenek sexuaren arabera bereizkeria bultzatzen dute?
- 16 **Joxe ta Piku**
- 16 **Errematea** Aitzol Iturbe *Gure bila datoz*
- 18 **Talariatik** Gorka Martinez *Kakaoaren alde iluna, lakra hutsa guztiontzat*
- 32 **Moda** Ana Alberdi *'Culotte'-ak janztara ausartuko zinateke?*
- 44 **Komunikazioa** Gorka Etxabe *ETBren lehentasunak gaur*

IRITZIA NIRE TXANDA



NAGORE IPIÑA

Curriculum

Hamaika curriculum banatu ostein, heldu da eguna. Gaur duzu aspaldiko partez lan elkarrizketa bat. Urduri esnatu zara. Dutxa epel bat hartu eta egun bereziarako gordeta duzun alkandora jantzi duzu. Praka beltzak edo urdinak? *To be or not to be?* Beltzak eleganteago.

Lasai gosaldu duzu; kafea, zukua eta ogi txigortua gurinarekin. Zapatak ondo garbitu, perfumea bota eta etxetik irten zara. Kotxean sartu eta irratia piztu duzu. Piztu eta itzali. Urduri zaude eta irratia are urduriago jartzen zaitu. Automobilaren ezkeraldeko leihoa ireki duzu.

10 minutuko bidaia. Heldu zara. Taupadak igartzen dituzu; *fitbit*-aren arabera 120 taupada minutuko. Arnasa sakon hartu eta berrira sartu zara. Sarreran dagoen mahaira hurbildu eta lan elkarrizketa etorri zarela esan diozu. Eskumako gelan esertzeko gonbita egin dizu. Eskerrak eman eta gelara sartu zara. Bertan daude zure bi ikaskide, txikitako lagun bat eta sekula ikusi ez duzun gizon bat.

130 taupada minutuko. Ikaskideen curriculum zurea baino hobe dela uste duzu. Txikitako lagunarena ere bai. Eta ezezagunarena? Baliteke.

Denek egin dute elkarrizketa, zu zara azkena. Zure izena esan du neskak eta 140 taupada minutuko *fitbit*-ean. Gelara sartu eta egin dituzun ikastaro guztietan ikasitakoa praktikan jartzen ahalegindu zara.

Badirudi elkarrizketa ez doala bide onetik.

Amaitu da elkarrizketa. Aulkitik altxatu, emandako aukeragatik eskerrak eman, irribarre egin eta orduan nabaritu duzu elkarrizketa ez dela hain gaizki joan. 70 taupada minutuko. Eskerrak emate hutsak aldatu du elkarrizketaren norabidea?

Gaur deituko dizula esan dizu neskak, Mirenek. Telefonoa eskuan duzu irten zarenetik. Bi ordu pasa dira eta deia! Miren da. 143 taupada minutuko. Lanpostua zurea da! Eskerrak eman dizkiozu berriz ere. Bakarra izan zarela esan dizu Mirenek. Bakarra? Eskerrak ematen? Bai, eskerrak ematen bakarra. Curriculum baina garrantzitsuagoa ohi da, antza! Eskerrak!

Aprobetxatuz... eskerrak asko lerro hauek irakurtzeagatik! ■■■■

ESKERRAK EMATE HUTSAK ALDATU DU ELKARRIZKETAREN NORABIDEA

puntua

Argitaratzailea Goiena Komunikazio Taldea Kooperatiba Elkarte
Otalora Lizentziaduna 31
20500 ARRASATE
Lehendakaria Aitor Izagire
Zuzendaria nagusia Iban Arantxabal
Zuzendaria Eneko Azkarate

Erredaktore burua Monika Belastegi
Diseinu arduraduna Iñaki Iturbe
Euskararen arduraduna Sergio Azkarate
Publizitate arduraduna
Mireia Larrañaga
Kluba eta banaketa Marta Leturia

Maketazioa Aitor Lagoma, Oiel Arrieta.
Publizitatea Mireia Larrañaga,
Amaia Mundiñano, Zortza Martin,
Imanol Elortza
Administrazioa Agurtzane Gaintzarain,
Ane Berezibar, Iratxe Bengoa

EGOITZA NAGUSIA
Arrasate 20500
Otalora Lizentziaduna 31
132 posta-kutxa
943-25 05 05 | Faxa: 943-25 05 00
berriak@goiena.eus

PUBLIZITATEA
Arrasate 20500
Otalora Lizentziaduna 31
943-25 05 05 | Faxa: 943-25 05 00
publi@goiena.eus

HARPIDETZA
Arrasate 20500
Otalora Lizentziaduna 31
Tel.: 943-25 05 05
harpidetza@goiena.eus
Lege Cordailuz: SS-1509-2014
ISSN: 2443-9738
Tirada: 4.100 ale

goiena | TOKIKOM



**EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO**

**HEZKUNTZA, HIZKUNTZA POLITIKA
ETA KULTURA SAILA**
Hizkuntza Politikarako Sailburuordetza

**Hezkuntza, Hizkuntza Politika eta Kultura Sailak
(Hizkuntza Politikarako Sailburuordetzak) diruz lagundutako aldizkaria**



Gipuzkoako Foru Aldundia

Nahikari Garcia

TESTUA: TXOMIN MADINA

ARGAZKIA: XABIER URZELAI

19 urte besterik ez duen arren, hirugarren denboraldia du Urnietakoak Realean, eta gaur egun taldeko goleatzaile nagusia da.

Nola gogoratzen duzu Realean jokatzeko deitu zizuten unea? Gabonak ziren eta etxean nengoen familiarekin. Denboraldian zehar Realarekin entrenatzen nengibilen, eta, akaso, denboraldi amaierarako izan zitekeen, baina une hartan ez nuen espero. Ilusioa egin zidan, horrelako dei bat jasotzea berezia da beti.

Txikitan anaiarekin jokatzen zenuen futbolean. Heldu zaren lekura heldu zarela ikusita, zer esaten dizu berak? Beti esaten du azkenean iritsi dena ni izan naizela. Oso pozik dago eta etortzen da partiduak ikustera; ahal dudanean ni ere joaten naiz bereak ikustera, jarraitzen du-eta jokatzen. Uste dut pozgarria dela biok futbolariak izatea.

Ligari oraindik jardunaldi batzuk geratzen zaizkio. Igarle lanetan jarrita, zein postutan amaituko du taldeak? Ez dugu horretan askorik pentsatzen, gure asmoa da lanean ondo jarraitzea. Hasieratik pausoz pauso joan gara, eta gauzak ondo ateratzen zaizkigu. Ez gara obsesionatu behar, ikusiko da.... Partiduak irabazten jarraitzen badugu, gauza garrantzitsuak iritsiko dira.

Oso ondo jokatu eta bi gol sartu dituzun arren, ez duzue partidua irabazi. Zein da zure balorazioa? Negatiboa. Ikusi beharko litzateke nolako partidua eta zeinen kontra izan den, baina partidua galtzen dugun guztietan triste joaten gara, niri amorru handia ematen dit. Badakit golak garrantzitsuak direla, baina obsesionatu gabe: nire helburua da taldeak irabaztea, taldeari laguntzea. Nire golik gabe irabazten badugu ere, pozik egongo naiz.

Espainiako selekzioarekin ere jokatzen duzu. Azaroan jokatuko den 20 urtez azpiko Munduko Txapelketan ikusiko zaitugu? Hori espero dut, oso esperientzia polita izango litzateke eta! Hori dut helburu, horretarako egiten dut lan egunerokotasan bat dugu, etxean gaude; selekzioarekin, aldiz, eguneko 24 orduak egoten gara kontzentratuta. Baina momentu horiek ikasteko ere balio dute, eta selekzioarekin oso une politak bizi izan ditut: Munduko Txapelketa, Europakoa... Gozatzen jarraitzea espero dut.

Nola bizi dituzu selekzioarekin kontzentrazioak, bidaiak... Ezberdinak dira. Realean egunerokotasun bat dugu, etxean gaude; selekzioarekin, aldiz, eguneko 24 orduak egoten gara kontzentratuta. Baina momentu horiek ikasteko ere balio dute, eta selekzioarekin oso une politak bizi izan ditut: Munduko Txapelketa, Europakoa... Gozatzen jarraitzea espero dut.

Futboleko aurrera egiteko atzerrian jokatu behar bazenu, prest maleta egiteko? Bai, ez daukat horretarako arazorik, Espainiako selekzioarekin ere asko bidaiatzen dut eta. Baina orain Realean nago, eta hemen egotean pentsatzen dut; ez diot buelta askorik ematen etorkizunari. Ikusiko da, ez da horrekin itsutu behar.

Ikusiko dugu Inoiz telebistan emakumezkoen liga gizonetzkoen liga ematen duten ordu berean? Gustatuko litzaiguke, ikaragarria izango litzateke! Orain hasi gara telebistan ateratzen, geroz eta gehiago, eta horixe da garrantzitsuena: pixkanaka mundu horretan burua sartzen joatea, geroz eta gehiago ikus gaitzela. Uste dut hori dela futboleko garrantzitsuena, gure lana geroz eta gehiago baloratzea.

Nola daroazu futbola eta medikuntza ikasketak uztartzea? Biak gustuko izanda errazagoa egiten den arren, gogorra da, ez dut gezurrik esango: bidaiak, joan-etorriak, nekea... Baina norberaren erabakia denean, aurrera egin behar da. Oraingoan, pozik nago, ikasketetan eta futboleko gauzak ondo iritetan ari zaizkit, eta nire helburua da bide beretik jarraitzea. Akaso, egunen batean, gorputzak nahikoa dela esango dit, baina... Medikuntza aukeratu nuen betidanik gustatu izan zaidalako. Ama erizaina da eta etxean betidanik bizi izan dut giro hori, gauza txikietan saiatzeko nintzen amari laguntzen... Aukera heldu zenean, hortik joatea erabaki nuen, eta, hasieran gogorra egin arren, orain pozik nago.

Sekretu bat kontatzekotan, nori? Amari. Konfiantza handia daukagu, bizitza osoan zehar asko lagundu izan dit. Beti ondoan izan dut, eta oso pertsona garrantzitsua da niretzat.

Paella duzu plater gustukoena. Jateko ondo, baina prestatzeko nola moldatzen zara? Normalean, amak egiten du. Astia dudanean, udan, gustatzen zait sukaldetan aritzea, postreak-eta egitea, baina ez naiz ohiko sukaldaria. ■■■



IRUDIZ

Gaur egungo izarrak

TESTUA: IMANOL SORIANO

ARGAZKIAK: ENEKO AZKARATE

Orain eta hemen, lasterkariak, edozein dela modalitatea —mendi igoerak, kilometro bertikalak, gaueko lasterketak, maratoi erdi edo osoak—, dira eredu. Benetan da deigarria halako arineketa txapelketek duten jarraipena eta sortzen duten ikusmina. Parte hartzeko epea ireki orduko bete da kopurua. Antxintxikalari hauek dira gaur egungo rock izarrak, disko jartzaileak oraintsu arte moduan. Eta antolatzaileak, pozez zorutzen azken arrakastaren ostean, hurrengorako berritasunaren gainean etengabe pentsatzen... Aloiñako mendi igoerakoei bururatu zaie deabruen antzera helmugaratzea txapeldunak, sugar gorri eta ke artean. Benetako izarra, Dorleta Kortazar elgetar txapelduna. ■



Lasterketako irudi gehiago ikusteko, eskaneatu QR kode hau poltsikoko telefonoarekin.

Aldaketa prozesua



JOSE ANTONIO MENDIKUTE
ENPRESAGINTZAN DOKTOREA
ETA MUNDUKIDEKO
BOLUNTARIOA

ARGAZKIAK: JOSE ANTONIO MENDIKUTE

Kuba eta AEBetako presidentetek 2014. urteko abenduaren 14an bi herrialdeen arteko harremanen normalizazioa iragarri zutenetik, Antillako irlak aldaketa prozesua bultzatuko duela dirudi.

Eredu kubatarren *eguneratzean* badira zenbait alderdi aipagarri. Horietako bat da monetaren bateratzea; berehala gertatuko dela esaten dute, baina ez dute azken urratsa ematen. Zalantzarik ez dago bultzada ekonomiko erabakigarria izateko, ezin dela aldi berean bi txanpon erabiltzeko aukera egon eta Kubako pesoa nazioarteko merkatuan bihurtzeko bilakatu behar dela.

Sektore pribatuaren aurrerapena da beste lehentasunetako bat. *Cuentapropista* (autonomoak) ereduaren hazierak erakusten du, dagoeneko, eredu berriaren orientazioa, baina, era berean, aurrerakadaren zailtasunak ere erakusten ditu. Jardunean dauden milioi erdi *cuentalpropista* –herrialde aktiboaren %10 dira– ez dira nahikoa sektore pribatua indartzeko: oraindik arlo pribatuak bereganatu beharreko milioi bat langile daude sobran sektore estatatalean –nominan ditu Kubako enpleguaren bi herenak–.

Teknologia berrien bultzada modernizazio beste faktore bat da.

Sistema zabaltzen ari den adibideak badaude; Interneterako sarbidearen zabalpena, esaterako. Wifi guneak instalatu dituzte Habanako kale nagusietako batzuetan eta jende ugari ikus daiteke inguruko eserleku eta espaloietan eseri eta nabigatzen. Eta badirudi urrats garrantzitsua ematekoak direla; izan ere, hilabete gutxi barru banda zabalaren saiakera pilotua egingo dute Hauwei etxe txinatarraren eskutik.

Baina kubatarrek eurek onartzen dute atzerriko inbertsioa ezinbesteko giltza dela herrialdearen garapen ekonomikorako. 2014an lege bat onartu zuten atzerriko kapitalaren etorrera bultzatzeko, nahiz eta oraindik enpresa gutxi batzuek lortu duten baimena sortu berri den Garapenerako Mariel Gune Berezian instalatzeko –Habanako egin duten edukiontzia mugitzeko portu oso handia da, industrialde eta guzti.



Obamaren gobernua –badirudi saiatzen ari dela bahitura biguntzen legeak ematen dizkion aukeren barruan– neurriak hartzen hasi da eta dagoeneko jakinarazi du AEBetatik azken 50 urteetan egin den lehenengo inbertsioa: Mariel gunean AEBetako korporazio baten fabrika bat eraikiko dute; urtean 1.000 traktore muntatzen hasiko dira, nekazari pribatu kubatarrei saltzeko.

Herrialdearen dinamika berria ari da ahalbidetzen sektore pribatu zein kooperatiboan ekintzaileak sortzea: batzuk era *cuentalpropista*-n eta beste batzuk lan egiten duten enpresan produktu eta zerbitzu berriak nola garatu bilatzen ari direnak. Badira, baita ere, estatuen enpresetako eta instituzio publikoetako exekutiboak interesa erakusten dutenak inertzia hautsi eta kudeaketa modu berriak landu nahi dituztenak.



Horiei guztiei dago zuzenduta Mundukidek han garatzen duen programa. Kubatarrekin kolaboratzen ari den hamar urteetan, 200dik gora goi eta erdi titulaturik, kooperatibetako arduradunak eta bideratzaile instituzionalak eman dizkie enpresa-ekintzaile buruzko ikastaroak; eta guztiek egin behar izan dute Enpresa Plan bat. Bi lan-gune ere sortu dira irlaren ekialdean –Holguin eta Guantanamo– eta dagoeneko ari dira produktu berriak merkaturatzeko eta bideragarritasun planak egiteko

aholkularitza ematen. Aurten, programa Habanara eraman dugu, irlaren mendebaldean ere halako guneak sortzeko.

Ekonomia moderno eta dibertsifikaturako bidean, teknologia eta kapitalaz gain, Kubak beharko ditu denbora eta enpresa-antolaketa berria. Eta, batez ere, askatasuna igarotzearen nondik norakoak kubatarrek eurek aukeratzeko, iparraldeko bizilagunen interferentziarik barik. Elkarrenganako errespetua eskatzen dute eta errebelatu egiten dira beste garai batzuetako lausengukeria itzultzeko aukeraren aurrean. ■■■

HERRIALDEAREN DINAMIKA ARI DA AHALBIDETZEN SEKTORE PRIBATU ZEIN KOOPERATIBOAN EKINTZAILEAK SORTZEA

Argazki handian, Kubako irudi tipikoa auto klasikoarekin. Txikian, Mendikute lantaldearekin.



ERREPORTAJEA

Igoera klasikoa

Gorlako motor probaren 25. edizioa jokatu da bihar. 1986an hasi ziren Bergarako motorzale ugari lehiaketa antolatzen, eta, iguerak gorabehera ugari izan dituen arren, Gorla Racing taldearen eskutik bizirik jarraitzen du gaur egun, eta Euskal Herrian erreferente bilakatu da. Testua: **Josu Bilbao**. Argazkiak: **Gorla Racing (Migura), Goiena, Otero eta Sergio Gil**.

III. Gorlako Igoerako irteera (1988).

Gorlako Igoerako errepideetan izen handiko ziklistak, onenetakoak, ibili dira urteetan, baina baita Euskadiko eta Espainiako mendiko piloturik azkarrenak eta trebeenak ere. Bihar, Gorlako Auto Igoerak 25. urteurrena beteko du. Hala ere, probak 25 urte baino gehiago ditu, hainbat urtetan ez baitzen txapelketarik jokatu.

Lehenengo igoera 1986an izan zen, orain dela 30 urte. Bergarako lagun talde batek antolatu zuen, Club Scratch-en inguruan bildu zirenak. Bertan Javier eta Fernando Erdabide anaiak, Jose Javier Agirrezabal, Jose Mari Leminsoro, Txomin Frias, Aitor Linazisoro, Juanma Garate eta Jose Mari Ena ibili ziren, besteak beste. Ramon Irayk ere, Bergarako RACeko delegatuak, asko lagundu zien aurreneko antolaketarekin.

Lehenengo bi edizioak antolatu zituzten eta apurka beste bergarar batzuk sartzen joan ziren, Bergara Racing izenarekin, Juanma Garatek gogoratzen duen moduan: "Oso zaleak ginen eta Eibarko beste motorzale batzuekin harreman handia genuen. Antolatza animatu ginen, eta segurtasunarekin eta lasterketaren zuzendaritzarekin lagundu ziguten. Orduan zaletasun handia zegoen Bergaran. Garai hartan maila oso altua zegoen, gainera. Ekonomikoki ez zegoen gaur egun besteko arazorik, eta hori ere nabaritzen da motorraren munduan. Mendiko txapelketen urrezko garaia izan zela esan daiteke, eta zaleak asko mugitzen ziren toki batetik bestera".

Lehenengo urteetan motorrek ere parte hartzen zuten, baina gero, federazioak motorren igoerak debekatu zituen. Aurreneko edizioan Pedro Roman nagusitu zen, eta 2. eta 3.aldiak Andres Vilariñok irabazi zituen (1990ean ere bai). 1989an Luis Martinezek eskuratu zuen garaipena eta 1991n Rafael Bereinkuak. Urte hartan, gainera, Gorlako Igoera izena eraman arren, Angiozar igo zuten parte hartzaileek, errepidea oso txarto zegoelako.

Espainiako Txapelketa

Gorlako errepideak txarrera egin zuen, eta 1992an, federazioarekin ika-mika izan ondoren, bertan behera gelditu zen proba. Hala ere, 1993an, errepidean asfalto berria jarri zuten, eta lehiaketa Espainiako Mendiko Txapelketan sartzea lortu zuten. Garaiko onenak lehian ibili ziren Elosuan gora. Onenen pare izan zen ere Aitor Zabaleta bergararra, ezustekoa eman ostean lehenengo aldiz irabazi baitzuen etxean. "Kristorena izan zen. Nire autoaren motorra apurtu egin zen eta Andres Vilariñorenarekin lehiatu nintzen. Egozkue ni baino azkarragoa izan zen aurreneko txandan, baina bigarrenan zibarena egin zuen, eta 10 bat segundo galdu zituen", gogoratzen du Zabaletak.

"Proba aurretik errepidea asfaltatu zen, eta bazterretan babes-hesi bikoitza jarri zuten gune batzuetan. Gaur egun oraindik jarraitzen dute, eta hori igoera gutxi dute inguru honetan; Jaizkibelet eta Gorlak bakarrik, uste dut. Hala ere, Espainiako Txapelketa antolatzea kristoren dirutza zen, egun bakarerrako gehiegi", adierazi du Zabaletak.



1993AN ESPAINIAKO TXAPELKETA JOKATU ZENETIK 1998RA EZ ZEN AUTO IGOERARIK EGIN BERGARAN

PROBAKO ERREKORRA PANTXO EGOZKUEK LORTU ZUEN 1993AN 2 MINUTU ETA 21 SEGUNDOKO DENBORAREKIN

1. Zabaleta, Bereinkua eta Lebeiti, 1998ko podiuma.
2. Eserleku bakarreko ibilgailua eta jendea bide bazterrean.
3. 2011n Ferrari batek ere parte hartu zuen.
4. BMW bat iazko proban lehiatzen.
5. Jendetza 2007ko edizioan, Bergara Racingek antolatu zuen azkena.



Gainera, Pantxo Egozkuek probako errekorra eskuratu zuen 2 minutu eta 21 segundoko denborarekin. Nafarrak oraindik jarraitzen du markarik onena izaten ia 5.000 metroko igoeran. Batez besteko aldapa %7,8koa da orokorrean eta maldarik gogorrenak %9ko batez bestekoa du. Guztira, 390 metroko altuera igotzen da. "Ibilbideak denetik du. Zati azkarra, geldoa, kurbak, paellak, ezker kurbak, eskumak... Pilotuoi asko gustatzen zaigu, eta askok estimatzen dute. Horregatik, Espainiako eta Europako azkarrenak Gorlatik pasatu dira. Andres Vilariño, Pantxo Egozkue, Luis Martinez... Eta turismoetan ere, Xavier Riera, Javier Arias, Gerard de la Casa, Iñaki Goiburua... Onenak egon dira", dio Zabaletak.

Proba antolatzeko diru mardoa behar izan zuten, eta hurrengo bost urteetan ez zen igoerarik antolatu Bergaran.

1998an, berriro indartsu

Indarberriturik bueltatu zen motor-proba Gorlara bost urteko geldidunaren ostean. Urte hartan ere Aitor Zabaleta izan zen azkarrena: "Bost urte laga ostean, berriro Euskadiko Txapelketari ekin genion Bergara Racingeko kideok".

2007ra arte, atsedenik gabe antolatu zituen Bergara Racingek igoerak, baina 2008an ezin izan zuten proba aurrera eraman. Hala ere, antolakuntzan jende gazteagoa sartu zen, eta Gorla Racingek hartu zuen lekukoa. 2009tik aurrera, 7 edizio antolatu dituzte, motorren hotsa berriro Bergarara ekarrita.

Aitor Zabaleta bergararra da igoeran garaipen gehien lortu dituen (16) eta lasterketa ondoen ezagutzen duena. Azken urteetan, Sergio Varela galiziarrek bakarrik gaintu ahal izan du Zabaleta, 2012an: "Eurria egin zuen, eta Speed Car autoak ni baino azkarrago ibili ziren. Sarritan irabazi arren eta ibilbidea oso ondo ezagutu arren, urtetik urtera aldatzen doa asfaltua, eta errepidean zulo berriak agertzen joaten dira. Beraz, ez da erraza izaten".



FABIO DANTIREN OMENEZ

2000. urtean, jaietan egin zen igoera, baina proba Fabio Dantiren heriotzak markatu zuen. Astebete lehenago hil zen igoeretan ibiltzen zen pilotu italiarra, eta parte-hartzaileek haren omenez pegatina bat eraman zuten euren autoetan.



Autoak, Boluan, igoerara gerturatzeko prest.

GORLA RACINGEK, ERRELEBOA

“Bergara Racingekoekin urte batzuk antolaketa laguntzen ibili ginen, apur bat muturra sartzen. Orduan, lagako zutela ikusita, erreleboa hartzea erabaki genuen 2009an”, dio Xabier Zabaletak, Gorla Racingeko presidentea.

“Zaletasun handia dago Bergaran. Hala ere, gehiago inplikatu beharko litzateke jendea antolaketan. Gainera, pilotu asko daude. Hasierako edizioetako garaian 13-14 bergarar ibiltzen ziren lehiaz. Gaur egun, Elgetako lagunekin batera, kopuru polita ibiltzen da igoeretan, eta Gorla erreferentea da euren artean. Baitarik ere pilotu mordoa etortzen da beti. Gorlak duen beste alde on bat da, gainera, igoera ikusteko toki onak daudela. Altuak dira bazterrak, eta zelaiak daude, arriskurik gabe lasterketa jarraitzeko. Paelletan eta kurbetan, adibidez, ondo ikusteko toki seguruak daude”, azaldu du Xabi Zabaletak.

Urteurrena herritarrekin ospatuz

Igoeraren 25. urteurrena berritasunekin ospatuko dute bihar Bergaran. Hitzordu berezia denez, autoak herrira gerturatzeko izango da antolatzaileen asmoa. “Herrira ekarri nahi dugu, aldi berezia baita aurtengoa. Seminarioko karpan egingo ditugu autoen egiaztatzeak, azken urteetan bezala, eta sarien banaketa eta parke itxia ere (autoak gertutik ikusi ahal izateko) karpa berean egingo dugu. Gainera, puzgarri batzuk ere egongo dira, eta quad txikietan ibiltzeko aukera izango dute gaztetxoek. Taberna bat ere jarriko dugu. Giroa bertan sortzea da helburua, eta familia osoarendako moduko zerbait antolatu dugu”, dio elkarteko presidentea.

“Egia esateko, gaur egun antolaketan lanetan dabiltzanek meritu handia dute. Gure garaian diru aldetik ez zegoen hainbesteko arazorik. Euren urte txarrak egokitu zaizkie eta aurrera atera ahal izan dute zazpi urtez jarraian”, azpimarratu du Aitor Zabaleta pilotuak.

Probak Euskal Herri mailan erreferente izaten mantentzeko, Gorlako Igoera antolatzen jarraitzeko asmoa dutela azaldu du Xabier Zabaletak: “Babesleei eskerrak eman behar dizkiegu, guran konfiantza izan dutelako hainbeste urtetan zehar. Guk beste 25 urte egiteko asmoa dugu. Horretarako, azpitik datozen belaunaldiak erreleboa hartzen joan behar dute, guk Bergara Racingekoekin egin genuen moduan”.



Gorla Racingeko kideak Ayrton Sennaren oroigarrian.

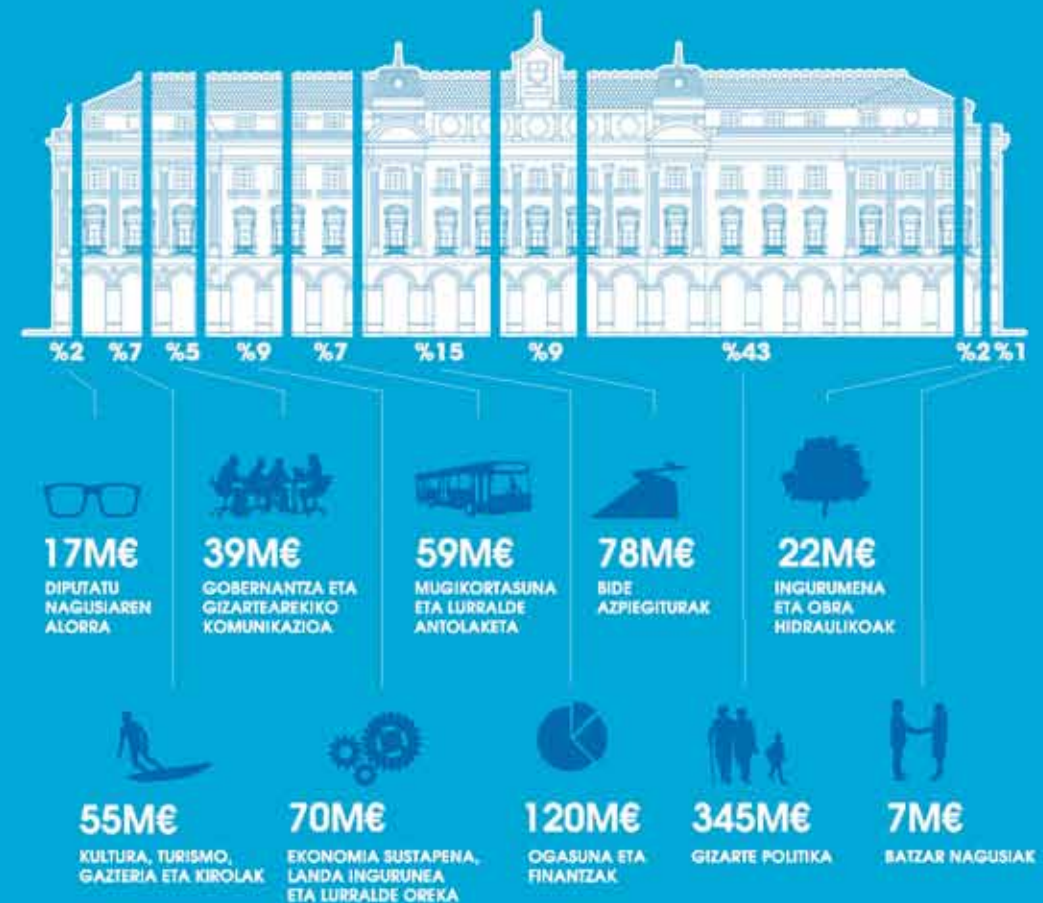
ERRENTA2015

ZERTAN INBERTITZEN DU ALDUNDIAK ZURE DIRUA?

Ekonomiaz, garapenez, aberastasuna sortzeaz eta gliza onglzateaz haratago, Gipuzkoa hazten jarraitzeko zergak blitzeaz haratago, orain, jartzen duzun euro bakoltza zugar inbertitzen dela ulertzeko momentua da. **Orain Gipuzkoa.**

GIPUZKOAKO FORU ALDUNDIKO
URTEKO AURREKONTUA

812M€



HAINBAT ABURU



ROSA MONDRAGON

Ni bizi naiz baserrian!

Gure inguruan gero eta hedatuago daude horrelako kontzeptuak: eskola baratzea, ortu sozialak, elikadura burujabetza, agroekologia... batzuk uler errazak eta beste batzuk kontzeptu konplexuak edo abstraktuegiak, beharbada. Baina ondorio sinpleetan gauzatzen dira; nolabait, gure aitona-amonak ortua lantzeko zuten modua errekuuperatzea dute helburu, garaian garaikoa kontsumitzea, hondakin organikoak erabiltzea ongari gisa, eta abar.

Gure arbasoek –baserriar peto-petoak– ingurunearekin harreman estua zuten, familiari jaten emateko eta bizirik irauteko baliabidea bakarra zen heinean, egunerokoa eta etengabea. Ondoren,

naturaren inguruko lotura hori eta jakintza ere galduz joan da, eta, batzuen ustetan, eten egin da. Ez dakit hainbeste izango den!

Zenbait aldiz entzun dugu “baserrik ezin da bizi”? Izan ere, egia da, lan honetan gogoz aritzeaz gain, burugogorra izan behar da, ordutegi malgu baina zorrotzera ohitu beharra dago. Baliabideak urriak dira eta inbertsio handiak egin behar izaten dira sarritan.

Hori horrela da, horretara dedikatu eta hortik bizitzeko asmoa izanez gero, behintzat. Hala ere, badira ekimen interesgarriak zentzu apalagoan. Badira gazte dezente hiria utzi eta herrira bueltatu direnak, ingurune naturalaz gozatzeko jakin-minez,

baserria alokatu edo erosi, eta ortua lantzen hasi direnak, elikadura osasungarriaren bila, supermerkatuen menpekotasunetik ihesi, bizimodu alternatiboaren bila.

Erromantizismo eta sentimentalismoaren harira, baserria bizi proiektua da, sentitzeko era da, mundua ulertzeko tankera, tradizioari lotutako jakintza eta balioen oinarri.

Bertso herrikoiak esaten zuten: *Kalera noa ihesi neure gurdi eta guzi, ez naiz menturaz han ere ongi ibiliko lehendabizi, baina ez ninteke bizi baserrian bezain gaizki*. Beharbada alderantziz ere kantatu dezakegu: *“baserriara noa ihesi...”*

JOXE TA PIKU

IÑAKI SAN MIGUEL



EZTABAIDA

Zer irudituko litzaizuke umeei genero gabeko izenak jarri ahal izatea?

Izenek sexuaren araberako bereizkeria bultzatzen dutela ohartuta, Bilgune Feministak izenen gida bat osatu du.



MIKEL GORROTXATEGI
ONOMASTIKA ZERBITZUA

Hegoaldean, Portugalen, Italian, Alemanian edo 1996ra arte Frantzian bezala, argi bereizi behar da sexua, izenetan. Hori, sexu-markarik ez duten beste hizkuntzetan ere gertatzen da; Finlandian eta Japonian, esaterako. Gurean gaur egun sexua dela-eta arazoa sortzen duten izenak banaka batzuk baino ez dira: Aiuri, Maren, Amaiur eta, hein apalagoan, beste batzuk. Inoiz jendea kexu da banaketa hori sexista delakoan, baina kontrako eskabideak ere jaso ditugu: semeari edo alabari jarritako izena beste sexua dutenei debekatu behar zaiela.



AINHOA NARBAIZA
MARTXANTERAK

Tresna oso aproposa iruditzen zait, bereizkeriarik gabe aukeratzeko eta dauden zirrikitu juridikoak aurkitzeko. Ez zait iruditzen arreta legetan soilik jarri beharko genukeenik: Ekaitz edo Arkaitz izenak mutil-izen bezala aukeratzeko ez da kasualitatea, eta hori ez du Euskaltzaindiak erabaki, sozialki eman diogu forma horri. Gure aitona-amonen izenetan errazago identifikatzen badugu ere, euskal mitologian jatorria duen izendegiaren inguruan sortutako iruditeriak badu genero-ikuspegitik nahikoa kontatzeko.



LARRAITZ UGARTE
GURASOA

Oso ondo iruditzen zait; beste estatu batzuetan posible da, gainera. Euskaltzaindiak jarritako araukin arazo ugari izan ditugu guraso askok. Arauak aldatu beharko lituzkete eta flexibleagoak izan beharko liriateke. Uste dut arauak ezin direla genero sortzaileak izan, eta, batez ere, euskaldunok hegoaldean hainbat arazo izaten ditugu. Izen asko daude neutralak direnak, baina Euskaltzaindiak derrigortzen du aurretik Miren edo Joseba bezalako izenak jartzera. Izenak ez liriateke katalogo batean egon beharko.



GOTZON ARZELUS
EUSKAL IZENAK APP

Formula berriak plazaratzea oso zilegi iruditzen zait. Uste dut norberak erabaki behar duela seme-alaben izena gustuaren arabera, bakoitza libre izan beharko litzatekeelako nahi duena jartzeko. Beraz, gida berri horren aukera egotea ondo iruditzen zait. Guk euskal izenen aplikazio bat sortu genuen, eta bertako edukia Euskaltzaindiaren izendegian oinarrituta dago. Hori izan daiteke izenak begiratzeko beste aukera bat. Oso erabaki pertsonala da izena aukeratzeara eta norberak aukeratu behar du zein irizpide jarraitu.

ERREMATEA



AITZOL
ITURBE

Gure bila datoz

Zer da TTIPa? Nik ere ez dakit ondo, baina TTIP Ez plataformaren webgunean honela dio: *TTIP irismen handiko akordioa da. Akordio hori Europako batzordea (Europako Batasuneko estatu kideen izenean) eta Ameriketako Estatu Batuetako gobernua negoziatzen ari dira eta negoziazio-gaiak ez dira muga-zergak edo merkataritzako beste muga batzuk; oro har, horiek baxuak baitira EBren eta AEBen artean. Aitzitik, korporazioen arauak, erregelamenduak eta inbertsio bermeak ditu helburu...*

Hasteko, ba al zenekien Europako Batzordea –nork osatua? nork hautatua?– AEBekin akordioaren bat adosten zebilenik? Eta edukien berri? Nola jakingo dugu, ba, guk, europarlamentariei eurei ere ganorazko informaziorik eman ez bazaie!

Ez daukat edukietan ganoraz sakontzeko adina espazio, baina negoziatzen ari diren gaitako bat Estatuaren eta Inbertitzailearen arteko Desadostasunak Ebazteko (ISDS) mekanismoaren gaineko xedapena da, estatuen gainetik egongo den tribunal bat aurreikusten duena, estatuak herritarrak babesteko gaitasunik gabe utziko lituzkeena.

Guztioi armekin inposatuko dizkiguten legeak gutxi batzuen artean eta korporazio handien inizatiba eta presiopean adosten ari dira.

Ez gaitzela engaina, ez dago demokraziarik. Horren aurrean alternatibak eraiki eta lege injustuei desobedientzia, ez dago besterik. ■■■



GORKA MARTINEZ
HARREMAN DENDA BIDEZKO
MERKATARITZAKO KOORDINATZAILEA

Kakaoaren alde iluna, lakra hutsa guztiontzat

Kakaoa ekoizten den herrialde batean jaio naizenez, honek sufrimendua besterik ez dit ematen; zergatik? Eta Debagoiengan jaio izan banintz, txokolateak gozamina besterik ez lidake emango?

Ba, galdera hau egin diezaiokete euren buruari Ghanako edota Indonesiako latifundista askoren kakao-plantazioetan lanean dabiltzan 284.000 haurrek. 12 ordutik gorako lanorduetan, beraien eskolatzea oztopatuz eta beraien etorkizuna hipotekatuz.

Nola da posible Afrikan ekoiztea munduko kakaoaren %73, eta %3 soilik kontsumitzea bertan? Noski, ordaintzen zaien soldata duingabeekin ezin dutelako erosi.

Munduko kakao-kontsumoaren %1 soilik da Bidezko Merkataritzako zigilua duena; hau da, hurren lan esplotaziorik ez duena eta ekoizleei soldata justuak ordaintzen zaizkiela bermatzen duena. Datu hau lakra hutsa da guztiontzat, hobetu beharra daukaguna.

Istoria ilun horiek ez dizkigute publizitatean erakusten, baina hor daude, eta, neurri batean, *arduradunak* ere bagara, txokolate ilun hauen *ontzatxoa* jaten dugun bakoitzean.

Askotan irakurri izan ditugu kakaoaren edo txokolatearen ezaugarri

onuragarriak, baina beti faltan igarri izan ditut inoiz kontatzen ez diren horien alde ilunak. Zergatik ote?

Kolonizazio garaietan, Afrikako, Asiako eta Latinoamerikako ekoizle txikiak gure zerbitzura jarri genituen lanean, guk behar genituen lehengaiak —kakaoa barne— esklabotza egoeretan ekoiztarazita. Urte asko pasa dira ordutik, eta *garapenaren* izenean ere gauza asko aldatu dira, baita menpekotasun eta kontrol hori exekutatzeko mekanismoak ere. Gaur egungo merkataritza espekulatibo eta inpersonalaren joko-arauak dira oztopo nagusia, komunitate horien garapen propioa ahalbidetzen ez dutenak. Hori ez da nire hausnarketa propioa, baizik eta gurekin lan egiten duten ekoizleek transmititzen digutena.

Bidegabeko egoera horri aurre egiteko, eta gazte horien etorkizuna hobetu nahian, elkartu, indarrak batu eta antolatzea erabaki zuten. Nazio Batuetan egin zuten aldarrikapen batetik, Fairtrade mugimendua sortu zuten. “Laguntzarik ez dugu nahi, Bidezko Merkataritza baizik”, zioten.

Bidezko Merkataritza. Agian, ezagunagoak egiten zaizkigu *Comercio Justo* edo *Fairtrade* hitzak. 60 urte dituen nazioarteko mugimendu sozio-ekonomiko bat da.

Haren helburua oso argia da: botere ekonomiko ezberdineko herrialdeen arteko trukea; hau da, merkataritza, era justuagoan burutzea. Alegia, lehen aipaturiko esklabotza egoerak ez existitzea. Horretarako, printzipio batzuk zehaztu ziren Fairtrade zigilua eraman nahi duten produktuentzat. Printzipio nagusia soldata justua ordaintzearena da; Bidezko Merkataritzako inportatzaileok, batez beste, hiru aldiz gehiago ordaintzen dugu ekoizlearen lana. Aurrefinantzaketa bat dago eta erlazio komertzialak epe luzekoak dira. Printzipio sozialei dagokienez, haurrek lan egitea debekatu daukate, parekidetasuna bermatzen da erabakitze-guneetan —ekoizle gehienak kooperatibatan antolatzen dira— eta komunitatearen garapenerako prima bat egoten da. Azkenik, kontsumitzaileentzako oso garrantzitsua den beste irizpide bat ere badago: produktu guztiek organikoki ekoiztuak izan behar dute; horrek ekoizleen lurguneak zaintzen ditu, eta, era berean, kontsumitzaileari kalitate altuko produktu osasuntsuak helaraztea bermatzen du.

Maiatzaren 11 Bidezko Merkataritzaren Nazioarteko Eguna da, aldarrikapen eguna. Aldarrikatzen duguna da: mendez mende pobrearazi izan ditugun ekoizle txikiekin egiten

den merkataritza justuagoa izatea. Ez da ideia edo aldarrikapen utopikoa, Fairtrade mugimendua bere merkaturatze sistemarekin 40 urte baitoa demostratzen aldaketa oso txikiekin bideragarria dela.

Kakaoaren deribatuez gain, beste produktu batzuk ere badaude sistema alternatibo horretan: kafea, infusioak, kanabera-azukrea, zenbait zereal eta kosmetikako zenbait produktu. Arrasateko Hiper Eroski sarrerako gure dendatik pasatu horiek ezagutzeko.

Datuei dagokienez, Espainiako Estatuan azken hamarkadan bikoiztu egin da Bidezko Merkataritzaren produktuen kontsumoa, 34 milioi eurora iritsita. Poliki-poliki, baina bere bidea ondo egiten ari garen seinalea da, azken 15 urteetako batez besteko urteko igoera %10ekoa izan da eta. Kontsumitzaileoi produktu horien atzetik dauden istorioak ardua zaizkigula adierazten du tendentzia horrek, nahiz eta oraindik oso urruti gauden Europako kontsumitzaileekin alderatuta. Espainiar bakoitzak, urteko, batez beste, 71,3 zentimo gastatzen ditugu Fairtrade produktuetan, 19 aldiz gutxiago europarren batez bestekoarekin alderatuta. Suitzarrak dira kontsumo handien dutenak; haiekin alderatuz,

61 aldiz azpitik gaude. Beraz, argi dago zer hobetu badaukagula kontsumitzaile bezala.

Gaiaren gainean gehiago jakin nahi izanez gero, maiatzaren 11n, Arrasaten, Kulturaten, 18:30ean, *Kakaoaren hitzaldi-kata* izango dugu. Bertan, kakaoaren bidea zehatz-mehatz ezagutzeko aukera egongo da, eta baita txokolate desberdinak dastatzeko aukera ere.

Bukatzeke... Debagoiengan jaio naizenez, zergatik goza dezaket txokolateaz? Kakaoa ekoizten den herrialde batean jaio izan banintz, berriz, kakaoak sufrimendua besterik ez lidake emango; zergatik?

Galdera eta arazo horri aurre egiteko, bi modu daude. Lehena, eta azkarrena: gure goi-politikariet legeak aldatzeko borondatea erakustea. Baina ez da politikan aditua izan behar ohartzeko hori nahiko utopikoa dela. Beraz, gure ustez, modu bakarra geratzen zaigu: gure eguneroko kontsumo-erabakiekin koherente izatea eta produktuen atzetik dagoen istorioekin konpromisoa hartzea.

Bidezko Merkataritza kontsumitu, kontsumo arduratsua praktikatu! (*Fairtrade nazioarteko koordinakundetik aterata daude datuak) ■■■■

EZ DA ALDARRIKAPEN UTOPIKOA, 40 URTE BAITOA DEMOSTRATZEN BIDERAGARRIA DELA

“Exotikotzat hartu gintuzten, baina, egiak esatean, gu isildu nahia etorri zen”

Madrilgo Kongresuan, Amaiur koalizioan, lau urte egin zituen bergararrak tristuraz jarraitu ditu legegintzaldi motz honetako kontuak. Politikaren harra barruraino sartuta, aldaketa zain dago orain. Eredu jasangarriaren alde egiten duen baserritarrek argi du eraldaketa emakumeek ekarriko dutela baserrira. Testua: **Mirari Altube**. Argazkiak: **Jagoba Domingo**.

Saltsa askotako perrexila da Maite Aristegi Larrañaga (Bergara, 1962). Baserritarra Abokatu ikasketekin, EHNE sindikatuko idazkari nagusi izandakoa, Madrilgo Kongresuko kide izateari utzi zionetik (Amaiur koalizioan, 2011 eta 2015 bitartean) gutxi agertu da komunikabideetan. Hala ere, fin-fin jarraitzen du lanean. **Aspaldian ez dugu izan Maite Aristegiren berririk; zertan zabilta orain?**

Baserrri inguruan nabil: ganadua, landetxea, familia, etxeko kontuak... Madrilen ibili ostein banuen zeregina etxean. Horrez gain, Bergarako kontuetan murgilduta nago, beste militante asko bezala: Martxantera talde feministan; Gure Esku Dago dinamikaren inguruan; *Abian* prozesuaren bueltan, ezker abertzaleko kide legez; Independentistak-eko sare-kidea naiz; Etxalde baserritarren mugimenduko partaide ere banaiz, eta Gipuzkoan mugimendu berri bat sortu nahian gabilta. Hortaz, betiko kezkekin jarraitzen dut: baserria, emakumea, euskara, kultura...

“Emakume euskaldun baserritarra Madrilgo Kongresuan” entzuten gogait eginda bukatu zenuen?

Apur bat bai. Bromatxoak ere entzun izan genituen: “Oilategira bidali zintuztenean ez zenuten kezurik izan...”. Madrilgo politikariaren profila izan da abokatua eta enpresaria, eta baserrri ikuspegia eraman duen oso ordezkari gutxi egon da. Sarritan harrigarria ere egiten zitzairen.

Baserrri kontuak, sarritan, antzinako kontuekin lotzen dira, kontu zaharkituekin...

Bai, eta sekula baino modernoagoa dela esango nuke nik. Gizarte orekatu batek ez badu lehen sektore bat bere beharrak asetzeko, ingurua mantentzeko eta bere kulturari eusteko oso gaizki goaz. Eta hori gertatzen da Euskal Herrian, izugarriko desoreka dago, eta gure bailaran zeresanik ez!

Kongresua ondo baino hobeto ezagutu duzu lau urtean. Inozko legegintzaldirik motzenak zein hausnarketa eragin dizu?

Tristura handia. Lau hilabete pasatu dituzte atzera eta aurrera, nor bere zilborrari begira, eta ez dira gai izan herriari erantzun bat emateko, gobernua martxan jarri eta dauden premiei erantzuteko. Pena.

Berriro deitu diren hauteskunde horietatik zer espero duzu? Beharbada, aldaketa?

Nahiko nuke. Egoera ez da erraza eta faktore asko egongo dira hor tartean —nagikeria, abstentzioa...—; guztiok dakigu dauden arriskuak, baina pentsatzen dut botoa ematea beti dela ona, eta aldaketa norberaren esku dago. Etorriko da.

Zertara joaten dira euskaldunak Madrilera?

Geurea eskatzera. Gu joan ginenean momentu berezia zen, fase berri baten irekiera. ETAK ekintza armatuari utzi zion eta izugarriko indarrarekin joan ginen eskatzeko herri honi begiratu behar zitzaiola eta herri honen eskaerak martxan jarri behar zirela, gatazkaren konponbideari begira. Baina topo egin genuen izugarriko horma zahar batekin. Beharbada, historiako urterik antidemokratikoena izan dira, PPrentz gehiengo absolutu hori izan da eta izugarriko



arrabola. Hasieran exotikotzat hartu gintuzten, eta buztana eta adarrak non genituen begiratzen zituzten. Baina gerora, ikusi zutenean egiak esaten genituela eta hemengo ahotsa hara eroatea zela gure helburua, orduan etorri zen gu isildu eta ezkutatu nahia. Gainera, konturatu ginen bazeudela beste hainbat arazo, eta estatuko beste herri eta pertsona batzuei elkartasuna adierazi genien. Babes horrek hainbat tabu apurtu zituen, eta guk egindako balorazioa izan zen gure errealtatearen berri entzun nahi izan zuenak entzun zuela; askotan, baita arrazoa eman ere, aho txikiarekin. Espainiako Estatua, baina, faxista hutsa da, eta ez dago inori ezer emateko, eta ezezkoa eta ezezkoa jasota lurraren kontra borrokatu ginen.

Asko akordatuko dira bertso bat bota zenuela Lomce legearen aurka eta Celia Villalobosek –Kongresuko presidenteordea– atentzioa eman zizula.

Saiatu nintzen botatzen. . . Alferrik zen izugarrizko diskurtso landuak botatzea; zerbait ezberdina egin ezean inork ez zuen atentzioa jartzen, eta, halakoetan ere, sarritan barregarri uzteko izaten zen. Lomce legearen gainean jarduteari garrantzitsu iritzi genion, eta modu bat izan zen esateko: “Gure hezkuntza eraiki nahi dugu zuek muturra sartu gabe”.

Emakumeen kopuruak gora egin du Kongresuan eta orokorrean politikan, baina emakumeenganako errespetuak, antza, ez.

Oraindik asko dago egiteko, asko. Politikoki zuzena den horretatik, teorien guztiek onartzen duten horretatik eta esatera ausartzen direnetik, benetako errealtatera dago izugarrizko aldea. Eta hori igartzen da keinuetan, esaeretan eta jardunetan, eta hori jasan behar izan genuen. Ideien kontra ezin direnean joan eta argumenturik ez dutenean, itxura fisikoan erreparatzen dute, eta beti jotzen da iraintzera eta mespretxatzera. Baina hori izebergaren puntatxo basterik ez da, arauak eta legeak zelan egiten diren aztertzen hasiz gero... uf. . . Oraindik mundu bat dago egiteko.

Euskal legebiltzarerako hauteskundeak ere aurten dira. Zelan datoz horiek?

Pilak jarri behar. Egoera benetan kaskarra da, gobernu honek agindutakotik hainbat eta hainbat kontu ez ditu egin, eta asko dago egiteko. Behar den aldaketa sozial hori ezkerretik ematea oso garrantzitsua da. Horretarako lan egin behar, lan eginda bakarrik etorriko da aldaketa.

Aldaketa berba asko entzuten da, bai Espainian, bai Euskal Herrian. Etorriko da aldaketarik?

Geure esku dago. Batzuetan dago nahi izatea, beste batzuetan ahal izatea, baina jendea mugitu beharra dago. Egia da kalean bizi den egoera ezagututa, herritarrei entzundakoak entzunda, gero hautetsontzietan ez dela hori agertzen. Gakoa da salto hori zelan eman aldaketa hori ezkerretik, pertsonari begira eta beharrei begira emateko.

Alaia, baikorra eta langilea zarela esan izan duzu, derrigor izan behar diren ezaugarriak emakumea, baserritarra eta politikan jarduna duena izanda?

Bai, egia da. Baikortasuna derrigor behar da gizartea eraldatzea gura bada, eta politikari baten funtzioak hori izan beharko luke. Lana ere derrigor egin behar, lanik egin barik

eta mugitu barik inork ez digulako ezer emango. Eta alaitasuna, umorea, oso garrantzitsua dela deritzot. Guk, Amaiurko taldekideok, esaten genuen umoreak askotan lagundu izan zigula egoera batzuei buelta ematen. Izan ere, iritsi berritan egoera benetan gogorra zen, eta gero ere hainbatetan gaiztakeria galantak egin zizkiguten. Umoreak beti laguntzen du, bai horixe, bizitzako arlo guztietan.

Nondik atera izan duzu indarra politikan jarduteko, baserriari eusteko, ama izateko eta beste mila kontutara iristeko?

Energia handiko pertsona naiz, eta hori zortea da, dohain bat, beharbada. Ilusioa dut, hobetzeko ilusioa, bakoitzak ahal duenetik ekarpena eginda guztiok zioriontsuago izateko ilusioa. Eta noski, bizi naizen tokian bizitzeak ematen dit indarra; goizero jaiki eta paisaia dotore hori ikustean esaten dut: “Natura zoragarria da”, eta zelan gabiltzan izorratzen.

Politika eta baserria, biak esker txarreko lanbideak?

Bai, bai. Baserriak urteak daramatza krisi larrian sartuta. Europako politiketik kalte handia egin diete baserritar askori, ito bidean kateatu dira eta zulo horretatik ezin irtenda daude. Askok pentsatzen dugu itzuli behar dugula era jasangarrian produzitzera, bertako premiak asetzeari begira, batez ere. Elikadura burujabetza kontzeptua hor dago. Garrantzitsua da tokian tokiko neurriak eta produkzioak hartzea eredu jasangarrian, guri utzi digutena txikituta eta agortuta ez diezaiegun utzi beste batzuei. Alternatiba badago eta lan egin behar da. Baina egia da baserritar askok izugarrizko lana eginda oso esker gutxi jasotzen dutela, eta era penagarrian bizi direla beste batzuekiko lan eginez. Politika ere esker txarrekoa da, herriaren premiei begiratu beharrean norberarenei begiratzen dietelako politikari askok. Bergaran bertan ikusi daitezke aurreko agintalditik hona gertatzen dabilzan aldaketak: atez ate biltzeko ontziak kendu jendea ohituta zegoenean; hemen bertan zabortegea egiteko arriskua; erraustegiaren proiektua; eginda zegoena UNEDeko permuta eta kultur etxe on bat izan behar genuena aldatu egin da milioi mordoan gastatuta UNED hilzorira kondenatuz. . . Herriaren beharrei eta nahiei begiratu beharrean ez dakit zer den, burugogorkeria, alderdikeria, edo zuk *A* esan eta nik *B*. . . Hala ez goaz inora.

Bi lanbideak gogorrak izan arren, ez dago galdetu beharrik zerk betetzen zaituen gehiago. . .

Baserriak, zalantza barik. Baina politikan ibili izan denak beti mantentzen du har hori, eta, orain ere inongo kargurik ez izan arren, beti nago politika kontuei argi. Kezka soziala da, eta horrek gero politikara eramaten du, erabakiak politikariek hartzen dituztelako.

Emakumea eta baserria, biak ala biak oraindik borroka asko dituztenak irabazteko?

Bai, horixe. Beti esan izan da, baina oraindik ere esan beharra dago emakumearen lana ezkutuan egon dela, edo, behintzat, baloratu gabe; eta ardatza izan da baserriari eusterakoan. Baserriaren biziberritzea emakumeen balioetatik etorriko da eta aurrera egiten dabilzan baserriak balio horiei helduta dabilta, besteak beste, txikitasuna eta maitasuna kontuan hartuta. Eredu jasangarri edo iraunkor



“BERTSOA BOTA NUEN KONGRESUAN, ALFERRIK ZELAKO IZUGARRIZKO DISKURTSO LANDUAK BOTATZEA”

“LAU HILABETE PASATU DITUZTE MADRILEN NOR BERE ZILBORRARI BEGIRA ETA EZ DIRA GAI IZAN HERRIARI ERANTZUTEKO”

“BASERRIAREN BIZIBERRITZEA EMAKUMEEN BALIOETATIK ETORRIKO DA, BALIO HORIEI HELDUTA DABILTA AURRERA EGITEN”

**Bergarako
Lamariano-Etxeberri
baserriko eskaileretan
Maite Aristegi.**

hori emakume balioz josita dago, eta, gizonei ezer kendu gabe, gizon asko daudelako balio horiek lantzen dituztenak; baina berriz diot, emakumeari lekua utzi behar zaio hori guztia aurrera eroateko.

Orduan, feminismoak badu lekua baserrian?

Zalantzarik gabe. Feminismoak alde guztietan du lekua; feminismoa delako egunerokoa hobetzea. Batzuek pribilegioak izan dituzte urte askoan, eta orain berdintasunera jotzea sentitzen dute zapalkuntza dela, eta beldurra diote. Baina feminismoa da guztiondako gizarte hobia egitea, pertsona ardatz izatea, gizon eta emakume. Neurri politikoetan eta ekonomian emakumeek egindako ekarpen guztiak sartzea da kontua. Baserrian berdin, lanen banaketa eta errekonozimendua oso garrantzitsuak dira.

Maiatzaren 1a pasatu berri, prekarietatearen aurkako aldarriak manifestazioetan; langileen borroka aldarrikapenetan, baserritarrak non daude?

Baserrian prekarietatea oso handia da, baina ezkutuan dago hori. Prekarietatea baserriari zeharo lotuta dago; batetik, daude inbertsioetan eta zorretan leporaino sartutakoak, eta bestetik, baserrira jotzen dabilzan gazteak, gogo handiarekin baina kostu handiarekin. Hain sektore garrantzitsua izanda, oraindik lehengo politikekin jarraitzen da.

Euskaldunak historikoki borrokalarriak izan dira; herriaren alde, langileen alde, justiziaren alde. . . Gaur egun, oster, lozorroan daudela esango zenuke?

Hainbeste kontu ikusi direnean, hainbeste ustelkeria kasu, esan izan da: “Kito, izan dadila izan behar duena”. Edo: “Denak berdinak dira”. Eta horiek gure nortasuna eta gaitasuna suntsitzen dituzte. Gu Madrilera joan ginenean –ia bost urte– itxaropen handia zegoen, baina ikusten gabiltza oraindik ia 400 preso daudela kartzeletan, errepresio politikoak berdin jarraitzen duela, erabakitzeo eskubideari frenoa jartzen diotela. . . Eta jende askok etsi egin du; baina etsipenarekin bai ez goazela inora! Lasai, berreskuratuko dugu, eta, gainera, izugarrizko lana dago eginda, ondo bideratzea hori eta guztiok batzea da kontua. Elkarri bizkarra emanda eta zuk egin eta nik apurtu, ez goaz inora. Benetako kontuetan bat egiten jakin behar dugu.

Arnaldo Otegi piztuko du ilusioa ezker abertzaleko kideengan?

Erreferentzia bat da. Era injustuan egon da kartzelan –eta oraindik hor jarraitzen du Rafa Diezek eta beste hainbatek politika hutsa egiteagatik–, eta erreferentzia garrantzitsua da. Baina guztion artean egin behar dugu, berak bakarrik ezin du, jakina. Ezker abertzalea murgilduta dagoen berregituratze horretan *Abian* prozesua garrantzitsua izan da, Sortuko kongresua ere etorriko da, eta geuk egin behar dugu lan, guztiok. Dena den, pizgarriak beti datoz ondo, akuilua sartu eta aurrera! **Borroka askotan, Maite, beti lehenengo ilaretan; iparra non jarrita?**

Nik nahiko nuke Euskal Herri independentea, euskalduna, balio feministak bere erroan izango dituen eta gizarte justua, denok ondo bizi ahal izateko inork inor zapaldu gabe. Inork ez duenez makilatxo magikorik, lan egin dezagun guztiok horretarako, pausoz pauso aurrera egiteko. ■■■

Uretan bai arin



TESTUA: MONIKA BELASTEGI

ARGAZKIAK: NEREA GIL

Ura da haurdun dagoen emakumearentzat mugitu ahal izateko mediorik egokiena. Likidoak ur gainean ibiltzeko eta grabitaterik ezak mugimenduak egiteko aukera errazten du, eta, modu horretara, haurdun dagoen emakumeak lur zoruan egin ezingo litzuzkeen edo deserosoak liratekeen mugimenduak egiteko erraztasuna dauka. Hori horrela, uretan ariketak egitea samurragoa egiten zaio.

Onura ugari

Uretan ariketak egiteak hainbat onura ditu haurdun dagoen emakumearendako. Alde batetik, uraren presioak traumatismo edo mugimendu zakarren lesio arriskuak

gutxitzen ditu, bai ametan eta baita haurretan ere, ez duelako limiteak gainditzen uzten. Bestetik, haurdun dagoen emakumeari sasoikoago egoten laguntzen dio, funtzio fisiko kardiobaskularra hobetzen duelako, muskuluak haurdunaldi eta erditzen momenturako prestatzen dituelako, likidoak deuseztatzen laguntzen duelako, masaren gehiegizko hazkundera ekiditen duelako, arterien tentsioa hobetzen duelako eta haurdunaldiko diabetesetik babesten duelako.

Bestalde, urak erlaxamendu funtzioa dauka, bai psikologikoki eta baita fisikoki ere. Bizkarrezurra eta artikulazioak lasaitzen dira eta uretatik kanpo izaten duten gehiegizko pisua arintzen du. Gainera, umekiaren estimulazioa bultzatzen du uretan posizioa

aldatzeko joerari esker, ahoz beherako etzapenetik ahoz gorako posiziora edo zutikako posiziora pasata.

Horrekin guztiarekin batera, haurdunaren pisua hainbeste ez igartzea errazten du, urak ematen duen grabitaterik ezaren aukerari esker, eta, emakume batzuek diotenaren arabera, igeriketak haurdunaldiaren goragaleak arintzen lagundu izan die. Gainera, energia gehiago izaten eta hobeto lo egiten ere laguntzen du.

Ikastaroa bigarrenez

Onura horien guztien jakitun, *matrogym* edo matrogimnasia ikastaroa antolatuta du Arrasateko Udaleko Kirol Zerbitzuak, Musakolako kiroldegian, bigarren urtez. Dagoeneko ikastaroa hasi da, baina

Urak dituen ezaugarriengatik probetxu handia atera dezakete haurdunek halako ikastaroetatik.



interesa duten haurdunek izena emateko lekua badago oraindik.

Matrogimnasia igerileku txikian, 32 gradutan egiten den gimnasia mota lasaia da; jarduera ludiko eta osasungarria. Erditzean parte hartzen duten gihar eta artikulazioak indartzeko eta elastikoago egiteko ariketa programa bat da eta bateratzen ditu pilatesa, joga, pelbisa mobilizatzeko eta zoru pelbikoa indartzeko ariketak.

Ariketa aerobikoa egiteko igerileku handian aritzen dira, gorputza berotu egiten da eta igerileku handiko tenperaturak gorputza termoerregulatzen laguntzen du, gehiegi berotzea ekidinda. Igerileku txikian haurdunaldiari dagozkion ariketa espezifikoak egiten dituzte, eta ariketa estatikoagoak, uraren tenperatura aprobeztatuta, hala nola

odol isuria landu, aldakaren mugimenduak, luzaketak, perineari dagozkion ariketak, arnasketa eta erlaxazioa, besteak beste.

Arrasaten astelehen eta eguaztenetan egiten dute ordubeteko ikastaroa, Estitxu Zubillaga begiralearen aholkuei jarraituz, eta aletak, txurroak, baloiak eta taulak erabiltzen dituzte haurdunek, uretan daudela ariketak egiteko.

Zubillagaren esanetan, haurdun dauden emakumeek probetxu handia atera dezakete halako ikastaroetatik, eta parte hartzera animatzen ditu: "Urak dituen ezaugarriak kontuan izanda, haurdunek probetxu handiak atera ahal dituzte oso modu atsegina eta samurrean; orokorrean, mundu guztiak, baina, bereziki, haurdunek, pisua dela, mugikortasuna dela... erlaxatu egiten direlako uretan". ■■■



"ALDERDI FISIKOA, PSIKIKOA ETA SOZIALA LANTZEN DIRA"

ESTITXU ZUBILLAGA
MATROGIMNASIA IKASTAROKO BEGIRALEA

Matrogym edo matrogimnasia ikastaroa bigarren urtez jarraian egiten ari dira Arrasateko Musakola kiroldegian. Emakumeek haurdun dauden bitartean emaginarekin egiten duten gimnasiaren osagarri gisa eskaintzan hasi ziren, "dituen onura guztiengatik", Zubillagak azaldu duen moduan.

Ze teknika erabiltzen duzue?

Haurduna osotasunean lantzen da; hau da, alderdi fisikoa, psikikoa eta soziala lantzen dira. Fisikoari dagokionez, erresistentzia aerobikoa garrantzitsua da, erditzea gogorra da-eta. Tonifikazioa ere lantzen da, orokorra eta espezifikoa ere bai, bizkarraldea, aldakak eta zona perineala kontuan izanda. Eta arnasketa ere lantzen da. Arlo psikologikoan, berriz, erlaxazioa lantzen da eta sozialari dagokionez, egoera berean dauden hainbat emakume elkartean, bada, haurdunaldiarekin lotutako gaiak partekatzen dituzte, besteak beste.

Azken hori ere lagungarri egiten zaie.

Bai, eta horrekin batera gorputzaren aldaketek jabetzen ere laguntzen die. Hau da, bainujantzian etortzean ondokoaren gorputza aldatzen nola doan ikusten dute eta horrek norberaren aldaketak asimilatzen ere laguntzen die. Eta hori ere garrantzitsua da, gorputza asko aldatzen delako.

Portadarako neska

TESTUA: ARANTZAZU EZKIBEL

ARGAZKIAK: GARAZI AIESTA

Ane Morillas bergararra kirolari amorratua da. Oraingoan, kirola eta moda batu ditu, eta *Sport Life* aldizkariko portadan agertzeko lehiaketara aurkeztu da. "Aldizkarian portada izateko neska baten bila zebiltzan, galdera batuk erantzun nituen eta aukeratu egin ninduten", azaldu du Morillasek. 25 emakume aukeratu ditu aldizkariak lehiaketan parte hartzeko: maiatzaren 13ra arte egongo da botoa emateko aukera. Facebooken egin daiteke hori, New Balance Spain orrian.

Madrilgo Gran Via kaleko New Balance dendan egin zituen argazkiak Morillasek. "Makillatu egin ninduten, arropak jantzi eta argazkiak egin genituen", dio. Lehenengo aldia izan da bergararrarendako horrelako argazki saio bat egin duena: "Urduri egon nintzen... izan ere, ez ziguten esan zela jarri behar genuen". Morillasek 10 onenen artean sartzeko ilusioa dauka.

Kirolari eredia izan nahi du

Lehiaketan parte hartu duten gainerakoak fitness edo spinning



irakasleak direla dio Morillasek. "Maila jakin bat" duten kirolariak dira gainerako emakumeak. Horren aurrean, Morillasek aldarrikatu gura duen eredia da edonor izan daitekeela portadako neska. "Ez da izan behar kirola ofizio duen emakumea. Gertuko edozein neskak portada izateko aukera duela erakutsi nahi dut, eta ez du eredu baten barruan egon behar", azaldu du Morillasek gaiaren inguruan. Kirol zaletasunari eman gura dio garrantzia bergararrak, eta ez horrenbeste kirola ofizio izateari.

Egunero egiten du kirola

Spinning saioekin sartu zen Morillas kirol munduan, eta ordutik ez da geratu. Aretoko bizikleta probatu zuen lehenengo, eta korrika egiten hasi zen ondoren.

"Egunero entrenatzen da. Zapatuak lanegunak izaten dira niretako eta ez dut ezer egiten; domeketan, aldiz, mendira joateko aprobeztatzen dut", dio, eta gaineratu du: "Ez da ofizioa, zaletasuna da niretako". Irakasle ikasketak ditu Morillasek.

Kirolak jendea ezagutzeko balio izan diola dio. "Ez bada batekin, beste



Orrialde honetan, aldizkariko lehiaketan parte hartzeko Ane Morillasi egin dioten argazkia, Madrilan.

Ondoko orrian Ane Morillas kirolari bergararra Agorrosinen, korrika saioa hasteko gertu.

batekin... beti dago norbait zurekin korrika egitera irteteko prest", dio. Jendea ezagutzeaz gain, kirolak osasuntsu egoteko balio du eta estresa kentzeko ere oso baliagarria dela dio. "Etxera beste animo batekin joaten zara. Igarri egiten da: egun batzuk kirola egin barik egonez gero, gorputzak eskatu egiten dit zerbait egitea", azaldu du.

Morillasek ez du lasterketa askotan parte hartu, baina Behobia-Donostia egin izan du. Emakumeen presentziaz, zera dio: "Ez naiz lasterketa askotan egon, baina ikusi dudana da emakume gutxi daudela parte hartzen dutenak. Gero eta gehiago dira, baina lan handia dago egiteko". Lasterketak egiteko hainbat helburu egon daitezkeela dio, eta gaineratu du ez dela marka bat egitera joan behar: "Lasterketa lasai egin eta egun-pasa egin dezakezu, adibidez". Maiatzaren 22an 10 kilometroko lasterketa egingo du, eta Behobian izena emateko asmoa ere badu; horrez gain, mendi lasterketak probatu gurako lituzke: Antzuolako 8 Miliak, esate baterako.

Gomendio batzuk

Morillasek neskak animatu nahi ditu korrika egiten hastera: "Proposatuko nieke lehenengo paseo bat ematen hastea, eta ondoren, gutxika hasi korrika egiten: 15 minutu lehenengo, eta poliki-poliki joan minutuak gehitzen", dio. Nabarmendu gura du pazientzia handia behar dela: "Egun batetik bestera ez da aurrerapenik igartzen, baina errutina bat hartuz gero igarri egiten da aurrerapena". Burugogorra izatea ere garrantzitsua da aurrerapenak igartzeko. ■

Beharrak eta bideak



TESTUA: UNAI SERRANO
PSIKOLOGOA

ARGAZKIAK: PMK

Pertsonak behar ugari dauzkagu, une bakoitzean behar bat aukeratzen dugu, edo suertatzen zaigu... hori bai, behar ezberdinen artean, beti, bizirauteko beharra gailenduko da. Momentu honetan PUNTUAko artikulua irakurtzen ari zara zure lehenasuna orain hau delako. Baina bat-batean sute bat pizten bada zure ondoan, zure lehenasuna korrika alde egitea izango da; korrika zoazela, nekatu eta arnasa hartzeko gelditu behar baduzu, horretarako tarte bat hartuko duzu. Beraz, gure lehenasunak gidatzen dute gure jokabidea. Edo, hobe esanda, lehenasuna markatzen duten beharrek gidatzen dute.

Baina zeintzuk dira gizaki bezala dauzkagun beharrak? Maslow-ren piramidearekin orientatu gaitezke.

Maslowren piramidea

Maslowren premien piramidearen tesi zentralak funtsean dio pertsona guztiok ditugula ase beharreko oinarritzko premia batzuk eta lehen maila ase arte ezin dugula hurrengo mailara pasa. Premia oinarritzkoenak fisiologikoak dira; behin horiek ase ondoren, segurtasuna asetzea bilatuko dugu, eta, horrela, piramidearen azken mailara iritsi arte.

Behetik gora, etxe bat eraikitzerakoan bezala —ez

ahalegindu teilatutik hasten—. Badirudi erraza dela, baina ez da horrela. Bizi garen tokian behar fisiologikoak asebeteta dauzkagu —orokorrean—, eta segurtasunean bizi gara —orokorrean ere; gure lurraldean ez gaude gerrate batean murgilduta, delinkuentzia tasa baxuak dauzkagu...—. Baina kontzeptu estandar horietatik harago joanez gero... seguru sentitzen al dira etengabe liskarretan bizi diren gurasoen seme-alabak? Seguru sentitzen al dira langabezian daudenak? Seguru sentitzen al dira gurasoak bananduta dituzten haurrak?

Hala ere, goazen maila bat gorago. Bertan azaltzen zaizkigu gure gizarte honetan arazo

PIRAMIDEAREN TESIAK DIO LEHEN MAILA ASE ARTE EZIN GARELA HURRENGO MAILARA PASA

gehienak. Bertan dagoela esango nuke gure gizarteko gabezia handiena eta premia nagusia. Behar afektiboetan.

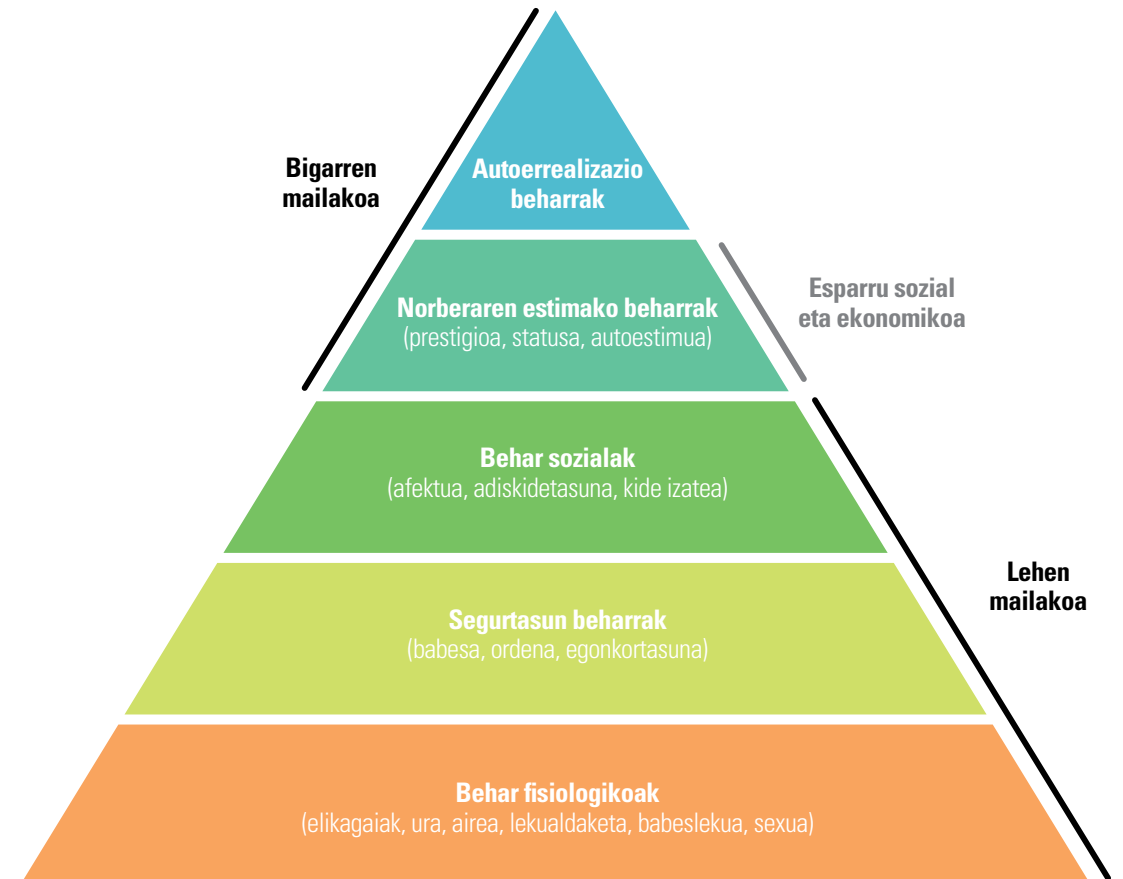
Behar afektiboen falta

Maitatuak sentitzea behar dugu, txikitatik, jaiotzen garenetik, hezi ahala gure burua maitatu ahal izateko eta besteak maitatzeko gai izan gaitzean. Eta maite dugun horrek ere hala egin dezan. Maitasuna jaso, eduki eta eman... kate bateko kate-mailak osatu. Bazioen, ba, Xabier Letek abesti batean: *Kate horretan denok batera gogorki loturik gaude.*

Bada, maila honetan geldituko naiz oraingoan. Maitatua sentitzeko behar horretan. Behar hau asebetetzekoan erratu egiten gara maizegi. Ustez afektibitatea topatu dugulakoan, maitasuna esku artean dugulakoan, estimua jaso eta ematen ari garelakoan, aldiz, asebeteta ezin sentitu, *zerbaiten* hutsunea sumatzen dugu, zerbait *gehiago* falta...

Alde batetik, helburua dago, eta, bestetik, helburu hori lortzeko bidea. Baina aurkitzen dugun, irakatsi diguten edo daramagun bideak ez badu behar hori asetzen?

Adibide batekin ondo ulertuko da: jakina da, askotan, *gaizki* portatzen diren haurrek gurasoen atentzioa baino ez dutela bilatzen. Hau da, halakoetan haurrak bide okerra erabiliz —gaizki portatzea—, ezinbestekoa duen beharra ase nahi du —gurasoen arreta jaso—.



MASLOWREN PIRAMIDEA

Jokabide hau haurren akatsa dela izaten da lehen iritzia, baina... zer gertatu ote da haur horrek bide horri heltzeko? Agian, ez du berak behar beste jasotzen edo berak behar duen moduan —horrek ez du esan nahi ez diogunik ematen edo ondo ez dugunik egiten—, baina desoreka bat egon badago. Edo, agian, ikasi du bide horrek funtzionatzen diola, eta, edozein kasutan, hori erabiltzea aukeratu du.

Helduoi ere gertatzen zaigu

Helduok ere bide okerrak hartzen ditugu. Esate baterako, zoriona lortzeko uste ohi dugu behar dugula auto potentea, telefono mugikor modernoena, titi handiak, Karibean oporrak, markako arropa... Modu honetan gure

bizitzan *edukitzeko* beharrak lehenasuna hartzen du, materialismoan galtzen gara. Zoriontasuna izatean dago —benetan garena—, eta ez hainbeste edukitzean.

Zer gertatu ote da guk bide hori hiltzeko? Batetik, gizarteak, telebistak... erratzera eramaten gaitu eta asegabatasun kronikoan erortzen gara, edukitzearen munduan inoiz ez baitago helmugarik. Bestetik, erosotasun kronikoan jausten gara maiz, eta, gure buruarekin hausnarketa zintzoa egin aurretik, uneko korronteen dantzan gelditzen gara. Ez baita erraza hausnarketa zintzoa egitea: oso gordeta egon daitekeelako gure benetako egia, denbora eskatzen duelako, lanketa eskatzen duelako...

Lehenengo adibidean, haurrak gurasoen maitasuna lortzeko portaera txarra erabiltzen du; bigarrean, helduok zoriontasu sentitzeko —maitasunaren merezitzaile garena sentitzeko—, materialismo eta kontsumismoan jausten gara. Biak ere bide okerrak.

Eta zer egin dezaket orduan? Lehenik eta behin, hausnartzen hasi, zure sentimenduak arakatzen, eta kontuan izan, gutxienez, zoriontasuna ez dela beti pozik egotea —ez dago ostadarrik euri pittin bat gabe—. Benetako zoriontasuna norbere sentimenduen onarpenean dago eta, halaber, sentimendu txarrak edo blokeatuak bideratzen ikastea. Eta horretarako, ezagutu egin behar. ■■■

Lasa jatetxean ezkontzak



TESTUA:
KOLDO LASA
SUKALDARIA

ARGAZKIAK:
AMAIA TXINTXURRETA

Historia handia daukan Ozaeta jauregian dago Bergarako Lasa jatetxea. Ignazio Loiolakoaren arrebak eta Nafarroako erregeen ondorengo zen bere senar Beltran Lopez Gallastegik berreraiki zuten etxea 1565. urtean. Jauregiak leinu erreala galdu zuen XX. mende hasieran, nazionalista euskaldun Telesforo

Monzonen aitak erosi zuenean. Jauregiaren zelaietan izan zen 1839. urtean Espartero eta Maroto jeneralen arteko besarkada, lehenengo karlistaldiaren amaiera ekarri zuena. Eta Ozaetako jauregia monumentu nazional izendatu zuten 1965. urtean.

Ezkontzetarako proposa

Gipuzkoako ezkontza-ospakizunetarako jatetxeen saria jaso genuen 2009. urtean, gure instalazioei, zerbitzuei eta sukaldaritzakalitateari esker. Zure ezkontzako bazkariak gain, zeremonia

zibila ere egin daiteke bertan, inguru paregabean, alfonbra gorri eta guzti.

Luxu hutsa da, baina ekonomia-maila guztien esku dago. Egunean ezkontza bakar bat eskaintzen dugu, tratu pertsonalizatu eta arretarik handiena izan dezazun.

250 lagunendako tokiak daukagu jatetxean. Hiru jangela ditugu; horietako bat, gainera, areto oso handia da eta 1.200 m²-ko lorategi ederrarekin bat egin daiteke, kristalezko ate mugikorraren bitartez. Informa zaitetz, inongo konpromiso gabe. Gustura hartuko zaitugu. ■■■



LASA JATETXEA

Wegubea: www.restaurantelasa.es
Telefona: 943 76 10 55
E-posta: reservas@restaurantelasa.es



IZOKIN KETUA, TOSTADA KURRUSKARI ETA ARRAUTZA-NAHASKI GAINEAN

OSAGIAK

Kristal motako ogia
Arrautzak, 2
Gurina, koilarakadaxo bat
Gatz pixka bat
Izokin ketua, xerra bat
Kaparra, 1
Tipulina, 1

PRESTAKETA

1. Xigortu ogia labean edo grillean, lehor eta kurruskari gelditu arte.
2. Egin nahaski urtsu bat gurinarekin eta arrautzekin.
3. Ogiaren gainean jarri nahaskia eta horren gainean ipini xafra bat izokin ketu.
4. Kaparra eta tipulina xehatu eta bota gainetik pixka bat.
5. Nahi izanez gero, tomate ozpin-olio pixka bat eta porru eta perrexil ozpin-olio apur bat bota apaintzeko.

Zailtasuna: ●●●●●

LASA JATETXEARI ESKER
IRABAZI BI LAGUNENDAKO OTORDUA. HARTU PARTE!



943 25 05 05



kluba@goiena.eus

KLUBA Jatetxea [bazkidearen zenbakia] 688 69 00 07 zenbakira.

Aurreko zozketako irabazlea:
Izaskun Igartua Ugarte (Bergara)

Indarrean dagoen LOPD 15/1999 legearen arabera, jakinarazten dizugu zure datu pertsonalak Goiena Komunikazio Zerbitzuaren fitxategi automatizatu baten sartuko direla. Datu-bilketa honen helburu bakarra da indarrean dagoen sustapena gestionatzea. Eskubidea izango duzu datuotan sartzeko, haiek zuzentzeko edo ezetzatzeko, helbide honetara idatzita: kluba@goiena.eus

goienakluba
Euskara irabazle, denok irabazle!

'Mix&match'

TESTUA: MAIDER ARREGI

ARGAZKIAK: REBEL ATTITUDE ETA GOIENA

Modan denak balio du? Janzkien arteko konbinazio guztiak dira aproposak? Moda desfile garrantzitsuenetan imajinatu ezin daitezkeen konbinazioek hartu dute protagonismoa. Baina, estanpatu eta kolore ezberdinak nahasteko orduan, bere irizpideak eta gustuak hartzen dituela kontuan dio Edurne Albak, *Rebel attitude* blogari eta *it-girl*-ak. "Modaren astean argi ikusi da proposamen mota hau oso indartsu datorrela aurten. Marka asko animatu dira dendetako erakusleihatuan konbinazio hauek erakustera. Bezeroei ere gisa honetako aholkuak ematen hasiak dira, gainera", azaldu du.

'**Mix&match**' Baina kalean jendea animatzen al da? "Aurten inoiz baino gehiago. Espero ez duzun nahasketekin, baina, benetan emaitza harrigarriak, freskoak eta ezberdinak lortzen dituzten kaleko *look*-ak ikusten dira. *Mix&match* izena dauka joera honek". Albak dio hemen, iparraldean, gutxiago animatzen dela jendea. "Janzteko garaian diskretuagoak gara. Baina zenbat eta hegoalderago joan, batez ere eguzki gehiago dagoen lurraldeetan, badirudi jendea orduan eta gehiago animatzen dela, *mix&match* joera eguzkiarekin eta udarekin lotzen dute eta". Pixkanaka sartu den joera dela dio blogariak: "Modak pixkanaka edo



ESTANPATUEN NAHASKETA PIXKANAKA HEMEN SARTU DEN MODA JOERA INDARTSUA DA

Edurne Albak, *Rebel attitude* blogariak, estanpatuen arteko nahasketak gogoko ditu.

Olivia Palermo amerikarra da 'mix&match' joeraren erregina absolutua; bera da mundu mailan erreferente

IRITZIA MODA



ANA ALBERDI, *BLOGARIA ETA IT-GIRL-A MYSINGLECLOSET@GMAIL.COM*

'Culotte'-ak janztera ausartuko zinateke?

zikloi baten indarrarekin sartu ohi dira gure bizitzan. Eta uste dut joera konkretu hau pixkanaka sartzen den moda dela. Eta indarra hartzen joango da gure inguruan ikusten joaten garen heinean".

Nola konbinatu? "Muga norberaren imajinazioak jartzen du. Norberaren nortasunak, gustu estetikoak, ausardiak... Hori da dibertigarriena konbinazio mota hauetan. Subjektibitatea urratzen dute, eta zein ausartzen da esaten konbinazio bat beste bat baino egokiagoa dela? Niri galdetuz gero, neure preferentziak ditut, noski. Ziurrenik, gainontzekoengandik ezberdinak izango direnak. Denak balio du? Ez naiz ausartzen baietz esatera, aukeren tutua zabalegia delako, eta nahasketa askok balio dutelako; batez ere, orain, udan".

Arrazoi bera Edurne Albak dio janzkiak konbinatzeko garaian motibo, arrazoi, bera erabiltzen duela oinarri. "Argazkietako batean ikus daitezkeen bezala, tantodun estanpatuak eta alderantzizko koloreen nahasketak ditut gogoko. Marren eta koloreen arteko nahasketak ere emaitza ona ematen duela uste dut. Baita estanpatu geometrikoek eta marrazki libreagoak dituzten estanpatuen arteko nahasketak ere". Albak azpimarratu du estanpatua daramaten bi janzkiren arteko *look*-a egingo lukeela soilik; inoiz ere ez hiru estanpatuen edo gehiagoren arteko nahasketa: "Niretzako, muga bi janzkitan dago, inoiz ere ez hortik gora". ■■■

Udaberria iritsi da. Eguraldiak orain arte hala erakutsi ez duen arren. Desiratzen gaude temperaturrekin gora egin dezaten eta armairuan ditugun jantziak jantzen hasteko.

Nik proposamen bat egin nahi dizuet denboraldi berri honetarako: *culotte* galtzak. *Culotte* galtzek *look* ezberdin asko sortzeko aukera ematen dute eta errutinatik aterako gaituzte. Azken hilabete hauetako *Fashion Weeks* guztietan protagonista izan dira bai neguko zein udaberrirako *look*-etara egokituta.

Culotte galtzek gure estiloari buelta bat eman eta ukitu frantsesa gehituko diote; ukitu fina, dotorea.

Temperaturak igotzen hasiko diren honetan (edo hala espero dugu), galtza zabal hauek zapatila, kamiseta basiko, larruzko jaka eta poltsa handi batekin eraman ditzakegu astean zehar.

Asteburuan, ordea, takoidun sandalia batzuk, *top* bat, *amerikana* jaka bat eta poltsa txiki bat gehitu ahal dizkiogu. Ikus dezakezue, oinarri bera erabiliaz bi *look* guztiz ezberdin sortuko ditugu horrela.

Hala ere, onena zuek zuen konbinazio propioak sortzea da. Nork bere gorputza ezagututa, etekin handiena ateratzea galtza mota honi, alegia.

Eta noski, apur bat arriskatzea baita ere! ■■■

Taldean hobeto

TESTUA: JOSU BILBAO

ARGAZKIAK: JOSU BILBAO ETA GIPUTXI TALDEA

Igor Gezalaga antzuolarrak bederlatzi urte daramatza Azkoitian bizi izaten, eta azken urte hauetan, Euskal Trail Motards foroaren bitartez, Giputxi Taldeko kide egin da. 47 motorzale biltzen dira talde horretan, eta bidaiaik eta irteerak egiten dituzte. "2008-2009 inguruan Interneten foro bat sortu zen, Euskal Trail Motards, Euskal Herri mailakoa. Gero, apurka, antolatzen hasi ginen, eta Whatsapp bidez Giputxi Taldea sortu genuen, 2012an. Gipuzkoarrok gauza basatienak egiten genituela konturatu ginen, eta taldea sortu genuen", adierazi du Igor Gezalagak.

Antzuolarra motor-zale peto-pettoa da, eta urteak daramatza bi gurpilen gainean gozatzan: "1989an atera nuen motorreko gidabaimena. Nire lehenengo motorra Montesa Cota 348ko trialeko bat izan zen. Hala ere, eman zizkidan arazoak ere ondo gogoratzen ditut. Oraingoa, Honda Afrika Twin CRF 1000, dudan hamabigarrena da. Hau *maxi-trail* bat dela esan daiteke, bide mota guztietan ibiltzeko modukoa. Hilabete pare bat bakarrik ditu".

Bigarren mailako errepideak

"Behin mendia probatzen duzunean, horrelako motor batekin, beste esperientzia bat da", dio Gezalagak. Izan ere, Giputxi Taldeko kideak mendiko errepideetan edo bigarren mailako bideetan ibiltzen dira normalean: "Errepideak ahalik eta gutxien zapaltzen saiatzen gara beti. Horiek izaten dira abentura onak.



Batzuetan, bideak ez daude, urak jan dituelako, zuhaitzak aurki ditzakezu bide erdian, ibai batek errepidea zeharkatzen du...".

Bakarka gutxitan ibiltzen dira, euren motorren pisuagatik mendiko bideetan ibiltzeak arriskua ere baduelako. "Taldea ibiltzea garrantzitsua da guretako. 230-250 kiloko motorrekin lokatzean edo leku txar baten sartzen bazara, bakarrik kristorenak pasa ahal dituzu. Horregatik, normalean, taldean ibiltzen gara. Denak ez gara inoiz elkartzen, baina horrelako ibilbideak, egiten ditugun bide eta pistetatik eginda, bakarka baino gehiago, lagunduta egin behar dira", esan du.

Bidaiatzen ohituta

Batzuetan, egun bakarreko irteerak ere egiten dituzte. Goizean goiz etxetik irten eta, 14 ordu motorraren gainean pasa ondoren, nekatuta heltzen dira etxera: "600 kilometroko irteerak egun bakarrean... Etxera leher eginda heltzen zara -barreak-. Hala ere, abenturak merezi du. Pasa den astean, adibidez, Covadongara joan-etorria egin genuen. Motorragatik ez balitz, ez nintzateke joango; eta, horregatik, motorra izateak bidaiatzera animatzen gaitu".

"Bardean, adibidez, sarri ibiltzen naiz. Halako motorrekin ibiltzeko ederra da gunea. Monegroetan ere ibili gara, eta benetan ikusgarriak dira paisaiak. Iaz, udan, Transpirenaica egin genuen, Donostiatik Rosesera. Eta Alpeetan ere ibili izan gara, 10 egunean 5.000 kilometro eginda. Frantzia, Alemanian, Belgikan eta Herbehereetan egon ginen orain dela urte batzuk", azaldu du Giputxi Taldeko kideak. ■■■

Giputxi Taldeko motorzaleek hainbat irteera egiten dituzte urtean zehar, eta toki ezberdinak bisitatu dituzte.

Igor Gezalaga Badiola antzuolarra, bere Honda Afrika Twin CRF 1000 motorrekin Azkoitian.



"MENDIAN MOTOR HAUEKIN IBILTZEA BESTE ESPERIENTZIA BAT DA"

Ebert Sanchez

TESTUA: XABI GOROSTIDI

ARGAZKIAK: X.G. ETA EBERT SANCHEZ

Ebert Sanchez (Barquisimeto, 1975) Venezuelan jaio eta Arrasaten bizi den musikari eta artisaua da. Geldirik egoten ez dakien horietakoa. Gitarra da bere instrumenturik gustukoena. Hori ondo jotzeaz gain, gitarrak egiten eta konpontzen dabil azkenaldian.

Nola hasi zinen gitarraren sokei eragiten?

Bost urte nituela aitaren eskutik hasi nintzen gitarra jotzen. Hirukote musikal batean jotzen zuen, eta harreman handia zeukan luthier eta artisau-gitarrekin. Soka bakarreko gitarra bat oparitu zidan. Oso txikia nintzenez, kontrabaxu bat zirudien nire alboan.

Noiz hasi zinen gitarraren artisau-esparrua ezagutzen?

13 urte nituenean nire familia banandu egin

zen eta kalean bizitzeko erabakia hartu nuen. Sormena eta artea beti gustatu izan zaizkit, eta kalea giro aproposa da hauek garatzeko. Luthier eta artisau asko ezagutu nituen eta lehen saiakerak egin nituen gitarrak konpondu, margotu eta moldatzeko.

Jotzeko orduan oholta ala kalea nahiago?

Nire ustez, kalean errazago konektatzen da jendearekin. Diru eske ari den musikari kaskar bat zarela pentsatzen dute, eta, ondo jotzen baduzu, harritu egin ditzakezu. Batzuek besarkada bat ematen dizute, beste batek sagar zati bat, beste batek ondo jotzen duzula, eta batzuetan diru zorroa uzten dizute.

Horrelako gauzak ez dira kontzertuetan gertatzen.

Zein proiektu musikal daukazu orain esku artean?

Bakarkako proiektu bat dut, afro-latindar estilora gerturatzen dena, blues, jazz eta bossa nova doinuekin. Transit Blues martxan da berriz proiektu sorpresa batekin eta Big Bandarekin jotzen segitzen dut.

Nola hasi zinen artisautza serioago hartzen?

Kalean ikusi eta ikasitako artisautza modu guztiek oinarri sendo bat eman zidaten, eta, batez ere, gitarrarekiko daukadan zaletasunak bultzatu ninduen. Ez dut nire burua luthier bezala hartzen, baina bai artisau-instrumentu artisau. Gitarrez gain, txirula eta haizezko beste instrumentu batzuk ere egiten ditut.

Autodidakta izan zinen?

Bai, erabat. Hala ere, esan beharra dago gaur egun autodidakta izatea errazagoa dela Interneti esker. Milaka tutorial daude ikasi nahi duenarentzat, eta jende asko dago bere jakituria edonori erakusteko prest. Nire ustez, garrantzitsuena da gitarrak artisau-lanaren bitartez lortzea.

Zuk egindako gitarretatik zein eramango zenuke uharte desertu batera?

Gitarra klasiko bat, zalantzarik gabe. Uharte batean elektrikoak ez bailuke askotarako balioko. Horretaz gain, gitarra klasikoa ama-gitarra da niretzat, eta Venezuelako kaleetan bizirik irauteko arma bat izan da.

Zein gitarra egitea gustatuko litzaizuke? Azkenaldian jazz estiloa asko jotzen dudanez, jazz kaxadun gitarra bat egitea da nire hurrengo erronka.



Gitarra jotzeko teknika menderatu ondoren, hauek konpondu eta sortzeko jakituria garatu du.

Irudi nagusian, Azkaiter Pelox bergararrari egindako Nintendo formako gitarra.



Marrazkien ahotsa

TESTUA: AITZIBER ARANBURUZABALA

ARGAZKIAK: GORKA BEITIA

Sator zulotik irten eta jendearen aurrean marraztea esperientzia polita izan zela dio Julen Ribas (Arrasate, 1981) komikigileak. Udal Bibliotekak Kulturaten antolatutako marrazketa erakustaldia egin zuen apirilaren 29an. Komiki bat egitea zen hasierako asmoa, baina, ordubetea posible ez denez, askotariko materialak erabilita marrazki solte bat egin zuen lan prozesua erakusteko. Ikusleek pantaila batean ikusten zuten Ribas momentuan euren begien aurrean egiten ari zena.

Komikiak sortzeko aholku batzuk

Modu askotan egin daitezkeela dio, eta ez dagoela komikiak egiteko modu zehatz baten gainean ezer idatzita. Berak, lehenik, arkatzarekin egiten du, gero, tintarekin; eta akuarelekin koloreztatzen du, azkenik. Ribasen esanetan, komikiak egiteko ezinbestekoa da komikizalea izatea, handia da eta lan horrek eskatzen duen denbora eta dedikazioa. "Beti daukazu istorioren bat buruan eta etengabe ari zara komiki batean kontatu gura duzuna asmatzen. Eta denetik marraztu behar denez, esango nizuke komiki-marrazkilaria oso behatzailea dela. Pertsonen keinuetan, janzkeretan, orrazkeretan... jarri behar duzu arreta; edo saiatu, behintzat. Hori guztiori birringailutik pasatu gero, eta zure hizkuntzara, zure estilo grafikora itzuliko duzu ondoren. Gaur egun badago hori guztia digitalean egitea, baina nik nahiago dut paperean lan egin. Paperean marrazteak tentsio puntu bat eskatzen dizu. Akatsak



zuzentzea zailagoa da. Marrazkilaria eta autore moduan hazteko, nire ustez, zorrotzagoak dira teknika tradizionalak. Teknologia asko laguntzen digu, baina nagitzeko arriskua ere hor dago", dio Ribasek.

Digitalean margo teknika guztiak simula daitezkeen arren, oinarrian marrazketa dagoela dio Arrasatekoak. "Marrazketa on batekin, espazioak, formak, bolumena eta argia ulertuta, margo teknika menderatzea denbora kontua da. *Sketchcrawl* topaketak gomendatuko nituzke; entrenatzeko aukera polita da. Kontua da kalera joatea eguneroko gauzak marraztera. Jendea, kaleak, tabernak...

Gura barik, zure buru-artxibora hainbat irudi gehitzen zaizkizu".

Zinean eta literaturan moduan

Westernak, super-heroiak, nobela grafiko intimista... genero asko daude. Ribasendako, komiki on bat istorioan murgiltzen zaituena da. "Margotuta dauden orri batera begira zaudela ahaztu eta pertsonaiekin bizipen hori elkarbanatzera gonbidatzen zaituena. Espainiatik etorri zaigun komikiaren herentzia oso pobrea izan da, baina aldatzen doa hori ere. Ezagunenak, haurrei zuzendutako Brugeraren *Mortadelo* eta *Filemon*, *Zipi* eta *Zape*... dira, nahiz eta 80ko hamarkadan

Julen Ribas, aurreko astean Kulturaten egin zuen marrazki erakustaldian.

Telebistako pantailan ikusten zuten ikusleek marrazkilaria erakustaldian.

zientzia-fikziozko aldizkariak ere egon. Komikiak duen abantaila da berdindela istorio intimista bat den, komedia bat, zientzia-fikziozko space opera bat... orri zuri eta arkatz batekin nahikoa da. Aurrekontuak ez du zure produktuaren kalitatea mugatuko, duzun marrazteko gaitasunak eta inbertitzen duzun denborak baizik".

Komiki bat gomendatzeko eskatuta, *Xabiroi* aldizkaria aukeratu du: "Euskal komikiaren harrobi itzela da. Bultzada handia jaso dut nik ere, eta euren bitartez komikigile eta sortzaile asko ezagutu ditut. Komikia gustuko baduzu, ez zara damutuko: ikastola.eus/xabiroi helbidean probatu! ■■■

ARKATZARI ETA PAPER ZURIARI, URTEETAN FIDEL

Marrazteko ohitura eta zaletasuna txikitatik darama. 1999an lagun batek Bartzelonako Joso Komiki Eskola gomendatu zion; orduan hasi zen afizioa ofizio itxura hartzen. Harrezkero, hiru komiki kaleratu ditu: *Numenak Aita* (2005) eta *Numenak Alaba* (2007) Unai Busturia arrasatearrarekin; eta *Azken Garaipena* (2011) Iban Zalduarekin. Gaur egun Eider Rodrighez idazlearekin ari da, Zalduarekin egin zuen moduan, Ikastolen Elkartearen *Xabiroi* aldizkarian *Santa Familia* kapituluka argitaratzen. Datorren urterako dute kapitulu guztiak liburu baten biltzeko asmoa. Horrez gainera, proiektu pertsonalagoak ere baditu esku artean.



“Jendea erakarri beharra dago”

TESTUA ETA ARGAZKIAK:
ENEKO AZURMENDI

Mari Mar Urrutia Oñatiko Zurich aseguru-etxeko arduraduna da eta duela urtebete inguru hasi ziren Goiena Kluba txartelarekin deskontuak aplikatzen. Harrituta dago, jende gutxi hurbiltzen zaielako txartelarekin.

Ze deskontu aplikatzen duzue?

Produktuaren araberakoa da. Baina aseguru polizan %20, 25 edota 30eko deskontua aplikatzeko baimena daukagu.

Noiztik aplikatzen duzue deskontua?

Ez dut oso ondo gogoratzen, baina urtebete inguru izango da Goienatik etorri zitzaigula galdezka ea beraiekin kolaboratu nahi genuen. Arazo barik onartu genuen eta ordutik aplikatzen dugu deskontua.

Jende asko gerturazten da txartelarekin?

Harrituta nago, oso jende gutxi etorri zait deskontua aplikatzeko helburuarekin. Nik uste dut jende askok ez dakiela ezer eskaintzen ditugun deskontuen gainean eta zerbait egin beharko litzatekeela honen berri emateko, oso aukera ona da eta. Sarreran daukadan publizitateagatik ez balitz, inork ez luke jakingo.

Irakurtzen duzu PUNTUA?

Bai. Ostiralero jasotzen dugu hemen bertan, eta gero, etxera eramaten dut, lasai irakurtzeko. ■■■



GOIENA KLUBEKO ABANTAILA GEHIAGO:

Deskontuak komertzioetan: Debagoieneko hainbat komertzioetan deskontuak.

Puntuak: Egubakoitzetan etxean jasoko duzu.

Deskontuak: Goienan jartzen dituzun iragarki sailkatu eta eskela guztietan.

Urteko kuota: **55 €**. Urte bukaerara arteko eskaintza berezia: **30 €**.
943 25 05 05 | kluba@goiena.eus | blogak.goiena.eus/goienakluba

goienakluba
Euskara irabazle, denok irabazle!

Umore ona, abenturak eta ezustekoak



PAULA CRUSOE

Egilea: Mathilde Domecq

Argitaratzailea: Dibbuks

2015 / 88 orrialde

Generoa: Komikia



SAIOA OJANGUREN
OJANGUREN

ARRASATEKO LIBURUTEGIKOA

Alabak ez ditu gustuko komikiak. Baina Paula Crusoearen pasadizoek engantxatu egin dute:

protagonistarekin hasieratik egin du bat, pertsonaia ezberdinekin ahotsa aldatzen ibili da, onomatopeia guztiak irakurri ditu eta hainbat eszenarekin barre asko egin du. “Hau ezin da horrela bukatu! Noiz erosiko duzue azken atala liburutegian?”

Paula Crusoearen abenturak trilogia batean daude jasota. Etxean *Náufraga*, lehena, eta *La distancia*, bigarrena, irakurri ditugu. Hirugarrena, *Jungla urbana*, falta zaigu. Liburutegira iristeaz bat maileguan hartuko du alabak.

XVIII. mende hasieran publikatu zen *Robinson Crusoe*. Ordutik, abenturazko nobeletako biziraupenaren eta gainditzearen erreferente handia da. Eta, hain zuzen ere, Robinsonen erreferentetzat aurkezten du Mathilde Domecq-ek Paula Crusoe.

Itsas bidaia egingo du Paulak aitarekin, anaiarekin eta ahizparekin, baina ametsetako oporraldia izan behar

zuen zapuztu egingo da. Itsasontzia ondoratu egin da eta uharte batean agertuko dira. Protagonista, beraz, neskati bat da, eta hark kontatzen du gertatzen dena. Baina beste ikuspuntu bat ere badago liburuan, amarena.

Crusoe familiak biziko dituen egoera zailei aurre egiteko, umore-sena erabiltzen du autoreak, gatazkak ezkutatu gabe. Deigarria da Internetek eta gailu digitalen liburuan duten presentzia.

Koloreak oso esanguratsuak dira. Umeei asko gustatzen zaizkien pastel-koloreak erabiltzen ditu idazleak. Marrazki bizidunetatik gertu dagoen marrazkia erabiltzen du eta binetek ez dute markorik. Konposizio guztiak koloreen kontrasteen bidez eginda daude eta kolorea erabiltzen da, hain zuzen, inguruneak sortzeko eta agertokiak –hondartza zabalak, oihan tropikala, hiria– eta gogo-aldarteak bereizteko.

Sormena eta gizatasuna darie liburuei.

Edizioa oso zaindua da, oso landua, oso formatu erraza irakurtzeko eta umeek esku artean ibiltzeko. ■■■

UMEEI ASKO GUSTATZEN
ZAIZKIEN
PASTEL-KOLOREAK
ERABILTZEN DITU IDAZLEAK

San Pedro parrokia

TESTUA: MIREIA BIKUÑA

ARGAZKIAK: MIREIA BIKUÑA

Bergara 1268. urtean jaio zen. Goenkalea, Artekalea eta Barrenkalea izan ziren hiribilduaren hiru oinarriak. Hiribilduaren albo batean, Ariznoako San Pedro parrokia eraiki zuten. XVI. mendearen azken hamarkadetatik 1620. urtera arte. Lau ekinaldi nagusitan eraiki zuten parrokia. Gotikotik euskal gotiko berantiarera arteko bilakaera ikus daiteke bertan. "Presbiterio aldea XV. mendekoa da. Gotikoa. Ostean, lehen jarlekuak dauden zatia egin zuten. Horrek ere gotiko ezaugarriak ditu. Azken biak elizaren oina egiteko erabili zituzten. Horietan euskal gotiko berantiarra da nagusi", esan du Jon Arroita gidariak.

Juan de Mesa

San Pedro parrokia aberatsa da, bereziki barruan dituen elementuengatik. Gehienak bergarrek egindako dohaintzak dira. "Bergararik kanpo joan eta aberasten zirenek bidalitako opariak dira asko. Euren boterearen adierazgarri bidaltzen zituzten", dio Arroita.

Dohaintza horietako bi dira artzainen gurtzeari eta San Cristobali buruzko margolanak. "Lehena Napolitik ekarritakoa da. Barrokoa. Argiztapen txikia du. Nahiko dramatikoa da. Bestea, aldiz, Madrilgo eskolatik ekarritakoa".

Sevillan bizi zen Juan Perez Irazabal bergararrak enkargu berezia egin zion Juan de Mesa eskulturagileari: hilzoriko Santo Kristo bat egitea parrokiarako. "Bizirik dagoen kristoa irudikatu zuen. Anatomia lan bikaina egin zuen: muskuluak, zainak,



saihetsak... Une horretan duen sufrimendua era oso errealean erakusten du De Mesak", azpimarratu du Arroita. Nazioarteko mailako barroko estiloko irudirik nagusiena dela diote katedratikoe.

Erretaula

Parrokiara sartu eta ikusten den lehen elementua erretaula nagusia da. XVI. mendekoa da, eta manierismo estilokoa. "Ez dakigu Euskal Herrian dauden erretaula manieristen artean zaharrena ote

den Bergarakoa. Garai berekoak dira Markinakoa eta Galdakaokoa", adierazi du.

Erretaulak hiru zati nabarmen ditu: goiko aldean kalbarioa; erdiko hiru gorputzetan Kristoaren Pasioaren pasarteak, eta santuak eta apostoluak; eta beheko partean, lau ebanjelarien irudiak. "Goiko zatiko eskulturak gotikoak dira. Oso gogorrak. Erdiko gorputzekoak manierismokoak dira. Irudien arropak eta keinuek berpizkundera hurbiltzen gaituzte. Azkenik, beheko zatikoak berpizkundekoak dira. Koloreak oso biziak dira eta ebanjelisten portaera errealista da. San Marcos, adibidez, lumarekin idazten ikus daiteke", azaldu du.

Organoa

Erretaula nagusiaren parean, parrokiaren atzeko aldean, beste harribitxieta bat ikus daiteke: 1889an Stoltz-Freres etxeak egindako organoa. Martina Imazen oparia izan zen, eta hainbat berezitasun ditu. "San Pedron dagoena jatorrizko organoa da. Ez du inoiz aldaketarik izan. Oso handia da, eta, elizaren akustikara egokitzeko, normalean baino tonu erdi gutxiago dauka". Organoaren kaxa ere jatorrizkoa da eta horren gainean lau eskultura daude: bi aingeru, San Matias – aldarera begira dagoena– eta Santa Ageda –paretara begira–. Adituek diote Gregorio Fernandez (1576-1636) eskultorearen eskolakoak direla.

San Migelen poliptikoa

Parrokian bistan ez dago, baina sakristian ikus daiteke San Migelen poliptikoa. Margolan flamenkoa da.



Beste orrian:
Juan de Mesaren Hilzoriko Kristoa eta sakristian dagoen San Migelen poliptikoa.

Orri honetako argazki txikian:
sabaia. Gotikotik euskal gotiko berantiarerako bilakaera ikus daiteke.

Orri honetako argazki nagusian:
San Pedro parrokiaren sarrera nagusia eta kanpandorra.

"Erretaula berean egindako hainbat margolan dira. Horregatik da poliptikoa. Margolan horiek guztiak San Migelen irudiaren inguruan egindakoak dira. San Migelen mirariak ikus daitezke. Dena den, egun, erdian dagoen irudia San Pedrena da". San Migelen poliptikoa bi zati ditu: oinarria eta gorputza. "Bi poliptikorekin bakarra egin zuten. Oinarrian apostoluak agertzen dira, eta gorputzean, San Migel da protagonistak. Haren mirariak eta agerrak. Adituek diote bi poliptikoa ez zituztela egin batera ipintzeko. Oinarria Brujasen (Belgika) margotu egin zen 1530. urte inguruan eta gorputz nagusia Anberesen (Belgika), urte batzuk geroago", dio Arroita. Beheko margoetako irudiak oso gotikoak dira. Aldiz, goikoetan, Berpizkunde garaiko ezaugarriak daude.

Kanpandorra

San Pedro parrokiak barruan dituen elementuez gain, kanpoan dagoen beste bat aipatu behar da: kanpandorra. "Garaia, liraina eta dotorea", diote adituek. 1742. urterako bukatu zuen Jose Lizardik. "Balio handia du kanpandorreak: alde batetik, duen handitasunarengatik; eta, beste alde batetik, kokatuta dagoen lekuarengatik. Errege-bidetik zetozenek, herrira sartzera, ikusten zuten lehen elementua kanpandorra zen. Eta kanpandorrear zegoen armarrak. Horrek erakusten zien zein lekutan eta noren aginduetara zeuden", dio Arroita. Bestalde, kanpandorra eredu izan zen garaiko beste hainbat eraikinetan; bereziki, Bizkaian. ■



TESTUA: GORKA ETXABE
@GORKAETXABE
IRUDIA: ETB

ETBren lehentasunak gaur

Zeintzuk dira telebista saio batek izan behar dituen ezaugarriak Euskal Telebistan programatu ahal izateko? Zein motatako telebista saioak izan dezake lekua EITBko *prime-time*-an? Non dago, gure esfera *euskaldunaren* perspektibatik begiratuta, telebista saio baten arrakastaren giltza? Euskal Telebistak zein irizpiderekin jokatu beharko luke audientzien gorabeheren aurrean? Badira hamaika galdera eta beste horrenbeste erantzun gure sektorea hobeto ulertzen lagunduko digutenak.

Orain pare bat aste Euskal Irrati Telebistako egoitza nagusira eginiko bisita telebista programen gaineko saio magistral bilakatu zen. Edo, behintzat, argigarria izan zen jakiteko zeintzuk diren gaur egun ETBko programatzaileentzat telebista saio erakargarriak edo audientzien neurketaren ikuspegitik funtzionatzen dutenak.

Bilboko Kaputxinoen kalean dagoen egoitzara gure proiektu propioa eraman genuen. Kontua da EITBk gonbidapena luzatu digula uda eta udazkeneko *parrillei* begira egingo diren ikus-entzunezko proiektuen aurkezpena. Alegia, telebista saioen *pitching*-aren deialdian parte hartzeko gonbidapena jaso dugu, Euskal Herriko beste



TELEBISTA- PROGRAMA BATEK PERTSONEN ISTORIOAK KONTATU BEHAR DITU

ekoiztetxe mordo batek bezalaxe.

Bilbora eginiko bisitaldian Gorka Garcia ETBko programazio zuzendariarekin solasaldi labur baina dotorea izan genuen, ordubeteko primerako ikasgaia. Telebista-saio batek ETBn programatzeko gaur egun izan behar dituen ezaugarriak zeintzuk diren esan zigun, solasaldi lagungarriari: labur-labur jasota, telebista-programa batek istorioak kontatu behar ditu, pertsonen istorioekin hornituta egon behar da, ikuslearekin enpatizatzen gai izango diren istorioak. Hasiera eta amaiera izango dutenak. Gure barnean nolabaiteko zirrara eragingo dutenak, eta, 60-70 minututan ahalik eta lotura estuenean, ikuslea saiotik ateratzeko edo sofatik altxatzeko aukera gutxi eskainiko dituenak. Azkenaldian apusturik handienak bere euskarazko katean egin ditu ETBk eta programa dotoreak egin izan ditu: *Herri txiki*, *infernu handi* eta *Herri people* dira bi eredu. Bietan pertsonak dira protagonista nagusiak. Euskal Herriko edozein tokitan gerta daitezkeen istorioak ekartzen dizkigute etxeko saloira.

Horiek dira gaur egun euskaraz egiten den telebistaren ezaugarriak. Eta horiek ETBren lehentasunak. Gure programak, oraingoz, ez ditu pertsonen historiak kontatzen; etorkizunean, agian, kontatuko ditu. ■

TESTUA: JON BEREZIBAR

THE SHOCK CLOCK

Iratzargailua. Pavlok. 89 euro

Iratzartzeko elektrizitate deskarga arinak erabiltzen dituen gailua da, eskumuturreko bezala jantzen dena. Bibrazio eta soinu baxuekin hasi eta deskargetara iritsi arte, intentsitatea handituz doa iratzargailua. Sortzaileek diotenez, elektrizitate deskarga arin hauekin guztiz esna daiteke segundo gutxitan, eta erabilerarekin, deskargarik gabe jaikitzen ohitzen omen da erabiltzailea.



MARS

Bozgorailua. CrazyBaby. 329 euro

Soinu-sistema honen zatirik deigarriena sare elektrikora konektatzeaz bat haririk gabe altxatu egiten den bozgorailua da, flotatu egingo balu bezala. Imanak darabiltza horretarako. Bi pieza banatu izanda, zilindro nagusiko *subwoofer*-ak baxuak indartzen ditu eta bozgorailuan nota altuak garbiago eta ozenago emititzen dira. Software bidez ezarpenak aldatu egin daitezke.

ROOT

Robota. Wyss Institute.

Haurrei, jolastuz, programazioaren oinarriko nozioak erakusten dizkion robota atera du Harvardeko Unibertsitateak, etxeetan zein eskoletan erabil dadin. Kode programazioaz baliatuta, app baten bitartez, oinarriko formen marrazkiak egiten dituen robota gidatzen da. Bost urtetik aurrera erabil dezakete umeek eta errotulagailu batekin arbela zurietan erabil daiteke, bai horizontalean zein bertikalean.



Txokolatezko kopak

ERREZETAREN EGILEA: MADDI ARTZAMENDI.
ARGAZKIAK: MADDI ARTZAMENDI.
@MADDIARZ

Osagaiak

Txokolatea, 175 g (postreak egiteko erabiltzen dena).

Puxika txikiak, 5-6.

Kopak dekoratu eta betetzeko: esne-gaina, frutak...

Prestaketa

1 Osagaiak prestatu. Txokolatea pisatu eta puxikak puztu. Puxikak urarekin garbitu eta lehortu.

2 Txokolatea desegin. Maria bainuan desegin. Lapiko batean ur apur bat jarritz eta barruan lapiko txikiagoa edo, gure kasuan, silikonazko katilu bat. Berotu eta txokolatea desegiten joango da argazkikoa moduko testura izan arte. Utzi epeltzen hamar bat minutuz.

3 Puxikak busti txokolatean. Horrekin hasi baino lehen, ziurtatu txokolatea epeldu dela; bestela, puxikak eztanda egingo du eta sukaldea txokolatez bete –guri gertatu zaigu–. Hasi puxiken azpiko alde txokolatean bustitzen, hozten denean forma hori hartuko du txokolateak. Busti, eta laberako erabiltzen den landare-paper baten gainean utzi. Tente egon behar dute; hau da, txokolatez bustitako zatiak papera ukituko du. Utzi hozten.

4 Puxika kendu eta kopak bete. Ordubetean edo pare bat orduan txokolatea gogortuta egongo da. Prozesu hau azkartzeko, hozkailuan sar daitezke puxikak. Kontuz, puxikak zulatuko ditugu: egokiena da barruan duen airea poliki-poliki askatzea, txokolatea ez puskatzeko. Modu bat izan daiteke zelo apur bat jartzea korapiloa duen tokian eta orratz batekin ziztatzea. Puxika kendu eta konturatuko zara txokolateak forma mantentzen duela kopa antzeko batzuk osatuz. Dekora itzazu nahi duzun moduan; guk esne-gain harrotua eta frutak erabili ditugu.



1



2



3



4

JAIOBERRIAK



Kaiet Fernandez Ezcurra

Arrasate. 3,440 kilo. Apirilaren 28a. Gurasoak: Irrintxi eta Santi. Argazkian, Kaiet, aitaren besoetan.



Lur Marquez Mancha

Bergara. 3,200 kilo. Apirilaren 28a. Gurasoak: Nagore eta Raul. Argazkian, Lur, aitarekin.



Haizea Agirre Osa

Elgeta. 3,580 kilo. Apirilaren 27a. Gurasoak: Mainer eta Anartz. Argazkian, Haizea, neba Unaxekin eta Ametsekin.



Lur Unamuno Arribas

Aretxabaleta. 3,700 kilo. Apirilaren 26a. Gurasoak: Iratxe eta Mikel. Argazkian, Lur, gurasoekin.



Garazi Lizaso Lezeta

Eskoriatza. 4,700 kilo. Apirilaren 26a. Gurasoak: Izaskun eta Iñaki. Argazkian, Garazi eta gurasoak.

Jaio da!



Eman jaiotzen berri PUNTUAN eta Interneten.

Deitu 943 25 05 05 telefonora edo zatoz GOIENAREN egoitzara.

Astelehenero 11:00ak arte jasotako jaiotzak bakarrik argitaratuko ditugu.
Hortik aurrera jasotakoak hurrengo astean argitaratuko ditugu.

Udalaitz

Gipuzkoa etorbidea, 36 • ARRASATE • 943 71 18 70

Touran berria



Das Auto.