

ASTELEHENKO Goienkaria

2009ko martxoaren 23a > Astelehenetik > VII. urtea > 226. zenbakia > Euro 1

www.goiena.net

"Kalitatezko
garraio duinaren
alde egitearren,
paretik
kendu nahi
gaituzte"

Esteban
Murua Mendiaraz
HIRU > 09



G2a

Turismo
bulegoak, zubian
lanpetuta > 29

ABIADURA HANDIKO TRENA
Antzuolan ere hasi dira AHTrako
lur zulaketak egiten > 05

BERGARA
Autofinantzazio maila igotzea da
Jardun elkartearren erronka > 17

ANTZERKIA
Oihulari Kloon taldeak 'Jaque'
estreinatu zuen zapatuan > 30

ARRASATE > ETXEBIZITZA

Caixako etxeen zozketa

Eguenean
zozketatuko dituzte
errentan hartzeko
148 etxebizitza > 14

BERTSOAK > ARABA

Manex Agirre, aramaioar bakarra bertso finalean

Manex Agirrek ez ditu Ara-
bako Bertso Txapelketako
finalean Andere Arriolaben-
goa ezta Xabier Igoa herrikide-
ak alboan izango; aramaioar
bakarra izango da.

Atzoko finalerdian erabaki
zen, eta Aramaiko kultura
etxea lepo bete zuten herri-
kideek, Igoa eta Arriolaben-
goari animoak emateko. > 34

SASKIBALOA > JAITSIERA

Hirugarren garaipena, MURENDAKO

Mailari eusteko
puntu garrantzitsuak
lortu zituzten
Goierriren aurka > 24

AURKIBIDEA

Debagoina > 03
Ekonomia > 06
Auzoak > 07
Elkarrikzeta > 08
Iritzia > 10
Herriak > 11-20
Kirola > 21-28
Kultura > 29-33
Sailkatuak > 34-35
Telebista-irratia > 37
Berri-zakua > 38-39
Azkena > 40

TRIAL > GIPUZKOAKO TXAPELKETAKO AZKEN PROBA, ARANTZAZUN

Benito Rosek onena dela berretsi zuen

IKER LEZETA Donostiarra Rosen
atzetik geratu zen Arantzazun, eta
Gipuzkoako txapela jantzi zuen

DEBAGOIENDARRA Aitor Murua
aretxabaletarra bosgarrena izan zen
elite mailako bere lehen urtean > 21



GARAIEZINA Munduko txapeldun Benito Rosek erakustaldia egin zuen Arantzazun.

JOSETXO ARANTZABAL

FUTBOLA > PREFERENTIA

UDAK lehen postuan dirau

Hernaniri 2-0 irabazi
ondoren, bost
puntuko errenta du
sailkapenean > 22

EKONOMIA > KRISIA

Industrias Linacisoro lege konkurtsalera aurkeztu dute

Bergarako enpresako langileak
azarotik enplegu erregrulazio
espeditore egoeran daude;
eta lantegia lege konkurtsalera
aurkeztu dute jabeek.

Familia empresa da Linacisoro SA, aurten 50 urte beteko
duena. Kalibratutako altzairua egiten dute eta ISO
9.000 ziurtagiria dauka. > 06

SALTOKIAK > INIZIATIBAK

Salmenta susertzeko ekimenak

Merkatari elkartea
ideia berrieikin
lanean, krisiari
aurre egiteko > 03



Zira opari.
Nahi?

Zoaz 7. orrialdera

MARTXOAREN 22an • URAREN MUNDU EGUNA

URA ZAINDU. MUNDU GUZTIAK BEHAR DU ETA.



Ura ezinbestekoa da.

Baita baliabide mugatua ere. Horregatik, etorkizuna
izango badugu, arduraz erabili beharra dago.

Zain dezagun ura, bada.

Mundu guztiaren eskubidea baita.

Mundu guztiak behar du eta.

MERKATARITZA > HERRIETAKO MERKATARITZA SUSPERTZEKO EKIMENAK

Esfortzu handiarekin emaitza onak lortzen dabilta dendariak

DENDARIEN ELKARTEAK Debagoieneko dendarien elkarteeek askotariko ekimenak jarri dituzte azkenaldian abian, herrietako merkataritza suspertzeko

EMAITZA ONAK Antolatutako ekimen ugarik oso harrera ona izan dute herritarren artean; tartean, azokek eta dendarien elkarteen txartelek

3.000 TXARTEL Txartelei dagokienez, Arrasaten urritik gaur arte 3.000 txartel inguru egin dira; horietatik, ehun baino gehiago Merkemerkauaren asteburuan

MIRIAN BITERI > BERGARA

Ahalegin handiak egiten dabilta azkenaldian Debagoieneko dendariak herrietako merkataritza suspertzeko; eta elkartetatik antolatutako ekimenek duten harreragatik, helburua lortzen ari direla esan genezake. Horietako batzuk, gainera, erreferente bilakatu dira dagoeneko.

Tartean, Arrasateko Ibai-Arte elkartek urtero martxo aldera Uarkapen antolatzen duen Merkemerkaua merkealdi azoka azpimarra daiteke. Aurten hirugarren aldiz egin dute eta jasotako emaitzarekin oso pozik daude. Arantza Arantzabal presidentearen esanetan, "han izandako hemezortzi saltokiak pozik daude; jende asko joan zen eta salmenta onak izan zituzten. Krisiaren eraginez beldurra zegoen, baina iaz baino hobeto irten zen".

BERGAN LEHENENGOKO AZOKA

Bergarako Bedelkar elkartea, berriz, Merkemerkauak duen arrakasta ikusita merkatarien lehen azoka antolatu zuen urriko pilotaleku; eta kanpoan, umeendako puzgarriak eta kantu emanaldiak egin zituzten, bestek beste. Bedelkarko presidente Ander Berraondok balorazio ona egin du: "24 saltoki egon ziren eta justu samar ibili ginen. Iazko arrakasta ikusita, aurten ziurrenik saltoki gehiagok interesa izango dute eta ezberdin egin beharko dugu. Baina leku arazoari irtenbidea topatuko diogu, Udalarekin oso harreman ona dugu-eta".

Azoka hura denboraldiko produktuak ezagutzena emateko antolatu zuten. Martxoan, berriz, beherapenen harira, *Azoka txikia kalean* ekimena egin zuten lehenengo. Saltokiek kalera atera zituzten deskontuarekin zeuden produktuak, baina eguraldiak desitxuratu egin zuen kanpaina.

TXARTELA

Elkarteen txartelek ere harrera ona izan dute. Arrasaten, esaterako, udazkenean jarri zuten abian eta lau hilabetean 3.000 txartel inguru egitea lortu dute. Merkemerkauan, esaterako, ehun txarteletik gora egin ziren. Gainera, txartela zutenen artean bi bidaia zozketatu zituzten egun haietan: bat astebetekoa, Tenerifera; eta bestea asteburuko, Kantabriara. Deskontuak lortzeko aukera ere ematen du horrek.

Txartelaren egitasmoa abian jarri zuen lehenengo herria, bai-

na, Bergara izan zen. Hiru urte inguru daramatza horrekin. Hasieran harrera ona izan bazuen ere, gero geldiunea izan zen. Berraondok azaldu du bultzada eman nahi diotela berriro horri.

Oñatin ere pozik daude txartelarekin. Txanda elkarteko ordezkari Jesus Odriozolarenean, "txartela erakutsita erosketetan %2ko deskontua izan dute bezeroek azken hilabeteotan. Ekimen honekin nabarmen igo da txartelen kopurua; beraz, esan dezakegu eraginkorra izan dela".

Debagoieneko dendarien elkarteeek abian jarritako ekimenak ez dira hor amaitzen. Arra-

saten, esaterako, urtero bi bidaia zozketatzen dituzte eta egunetan herriko hainbat tabernatan pintxo eta kriantza euro baten truke eskaintzearen kanpaina ere Ibai-Artetik atera zen. *Arrasate bizirik* aldizkaria ere kaleratzenten dute urteam lau aldiz.

Bergaran, Gabonetan eta udaberrian herriko dendetan gasta txartelak zozketatzen dituzte: "Aurten udaberrian ezin izan dugu egin azokaren gastua oso handia izan delako, baina ez dugu zozketa hori albo batera uzteko asmorik", dio Berraondok.

Oñatin, dendariak garai berrietara egokitzen, formazio

ikastaroak egin ditu Txandak; besteak beste, informatikakoa eta erakusleihoko erakargarriak jaritzeko. Azken horren harira, Odriozolak gogorarazi du Udalak Gabonetan erakusleihoko lehiaketa egiten duela.

Aretxabaletan askotariko kanpainak antolatzen ditu Aretxarte elkartek. *Jende non, giroa han. Aretxabaleta bizirik* lelopean, herriko komertzioa bizi berri- tzea helburu duen hitzarmena dute Udalak, Aretxarte eta Erosategi enpresak. Hil hasierako zapatu goizetan elkarteko dendetan gutxienez 25 euroko erosketak egiten dituztenei, txartel bana

ematen zaie, kioskoan gozokiak eskuratu, Brasileña kafetegian kafea edo Orly tabernan freskagarria hartu ahal izateko. Horretaz gain, Gabonetan ere zozketa berezia egiten dute.

ERAGINKORRAK

Ibai-Arteko presidentearen arabera, mota horretako ekimenak eraginkorrak dira: "Oso garrantzitsua da herriko denda guztiak batuta egotea eta bezeroei hainbat abantaila eskaintza. Jendeak ikusi behar du merkatariak mugitu egiten garela".

Hortaz, azken hilabetean abian jarritako ekimenaren berri eman digu Ibai-Arteko presidenteak: txartela erabiltzegatik herriko jatetxeetan afariak irabazi ahal izango dituze bezeroek. Bost jatetxe daude egitasmo horretan sartuta. Horretaz gain, zinemarako sarrerak oparitzea ere aztertzen dabilta.

Berraondo ere Arantzabalera iritzi berekoa da. Horrelako ekimenek merkataritza suspertzeko eraginkorrak direla dio. Baina, aldi berean, herriko kaleak girozko ere balio dutela uste du.



Arrasateko Uarkape pilotaleku urtero egiten den Merkemerkaua merkealdi azokak arrakasta handia du herritarren artean.

JOSETXO ARANTZABAL

"Krisiaren eraginez beldurra zegoen, baina iaz baino hobeto irten zen Merkemerkaua merkealdi azoka"

Arantza Arantzabal > Ibai-Arte

"Iazko azokaren arrakasta ikusita, aurten ezberdin egin beharko dugu; leku arazoari irtenbidea topatuko diogu"

Ander Berraondo > Bedelkar

"Txartela erakutsita erosketetan %3ko deskontua izan dute bezeroek; horri esker, nabarmen igo da txartelen kopurua"

Jesus Odriozola > Txanda

ESANAK



Atxen Arantzabal arrasatearra alergologoa da.

GOENKARIA

Atxen Arantzabal > Alergologoa

"Inor ez da alergiko jaiotzen, gerora garatzen da hori"

IKER BARANDIARAN > ARRASATE
Urtero-urtero esan ohi da alergikoendako urte txarra izango dela. Egunotan inguruak horitzu direla ikusita, ibarreandaukagun alergologo bakarrenetarikoarenengana jo dugu horren inguruau dauzkagun zalantzak argi diezaizkigun.

Ez dakit komunikabideon urteroko albistea den, baina aurten aurreko urteetan baino polen gehiago dagoela diote. Hala da?

Lehenik eta behin, bereiztu beharra dago hainbat polen mota daudela. Arruntena graminoeña da; jende gehienak alergia dio horri. Oraintxe hasi eta inguru guztiak horiz utzi dituena, baina, pinu-polena da. Azken hori otsaila eta martxo artean izaten da, eta aurten joan den urtean baino gehiago dago, zalantza barik.

Hala ere, graminoeñapolena maiatza eta uztaila bitartean, San Isidrotik San Ferminetara edo, egoten da eta oraindik ez dago jakiterik urte txarra izango den edo ez. Egia da, baina, orain arte euri asko egin izanak eragina izan dezakeela; hori bai, baldin eta aipatutako sasoian beroa eta haizea egiten baditu.

Bestalde, bada beste polen mota bat, martxo eta apirila artean, izaten dena: urkiarena. Baina, horrek jende askoz gutxiagori eragiten dio.

Zer sintoma izan dezake alergia daukan batek?

Graminoen eta pinuen poleñari alergia daukanak sintoma oso antzekoak izango ditu; aldazten den gauza bakarra sasoia da. Ohikoenak honako hauek izaten dira: begietan azkura, negarra, doministikua, sudurrean trabak, arnastestua, eztul sikua, sinusitis eta batzutan buruko mina ere bai. Hala ere, bakoitzari desberdin eragiten dio; denetik dago.

Zer gomendio emango zenioke alergiarene bat daukala uste duenari?

Aipatutako sintoma horieta-ko batzuk urtero errepikatzen badira, jo dezala medikura. Hark erabakiko du espezialistara bidaltzea edo ez. Hala, espezialistikaztutako du zer poleni dion alergia.

Alergia dutenendako honako hauek dira aholku garrantzi-tsuenak: aipatutako sasoietako egun eguzkitsua eta beroetan leku itxietan edo kostaldean egotea, autoan leihoa ixtea eta 19:00etatik 21:00etara bitartean ariketa fisikoak ez egitea. Horrez gain, komenigarria da betaurrekoak janztear.

Sendagaiei dagokienez, antiestaminikoak, inhalagailuak edo begietarako tantak erabil daitezke, mediku edo espezialistikagindutakoaren arabera; eta alergia handia dutenek txertoa ere hartu ohi dute.

"Otsaila eta martxoan pinu-polena egoten da, eta maiatza eta uztaila bitartean graminoeña"

"Aipatutako sasoietan 19:00etatik 21:00etara bitartean izaten da polen gehien airean"

Egia da inor ez dela alergiko izanda jaiotzen? Gerora gara-tzen dela?

Bai, hala da, umetan, gaztan zein heldua zarela bihurtu zaitezke alergiko.

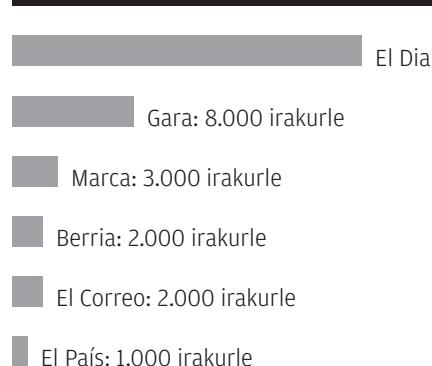
Baita zu ere.

Zu ere GOENKARIA irakurtzen ari zara.

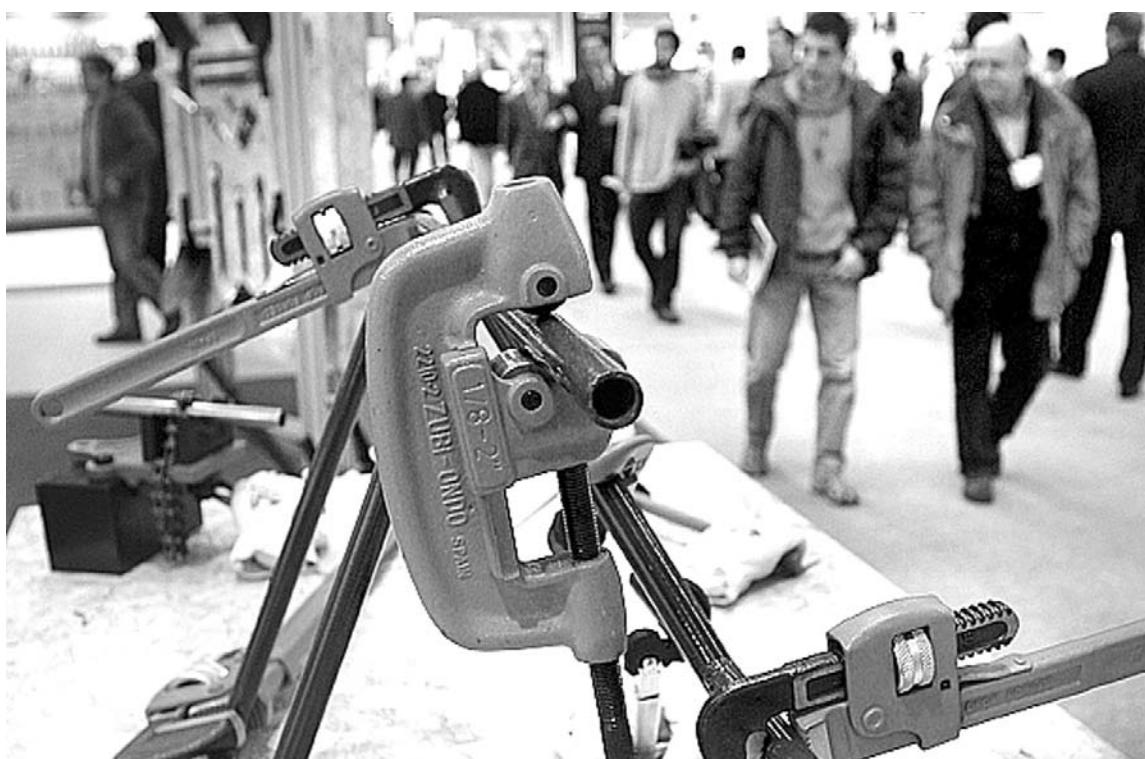
Zuk eta beste 39.000 lagunek baino gehiagok irakurtzen dute astero, CIEsek emandako datu berrien arabera. Eskerrik asko, irakurle guztioi.

> GOENKARIA da Debagoienean gehien irakurtzen den hedabidea.
> Debagoiendarren %63K astero irakurtzen dute GOENKARIA.

GOENKARIA: 39.000 irakurle



Goienkaria



Joan den urteko Ferroforma azoka.

FERROFORMA

ENPRESA > FERROFORMA/PRACTICAL WORLD AZOKA

Burdin eta brikolaje azokan, ibarrekoak

Etzi hasi eta datorren zapatura arte egongo da azoka ikusgai BECen; 27 herrialde eta 776 enpre

JASONE ZABALA > BERGARA

Etzi hasiko da BECen 2009ko Ferroforma/Practical World azoka, burdindegia eta brikolaje jari buruzko nazioarteko azoka, hain zuzen ere, eta martxoaren 28ra arte iraungo du.

Azoka hori urteko garrantzi-suna da burdindegia, industri hornikuntza eta brikolaje sektoreendako. Hala, guztira Europan 27 herrialdetako 776 enpre-za izango dira parte hartzen -%65 atzerritarra. Enpre-za horiek guztiek beraien produkuak erakutsiko dituzte beste bost kontinentetako erosleen aurrean.

DEBAGOIENDARRAK TARTEAN

Parte hartuko duten 27 herrialdeetako batzuk dira Alemania, Italia, Frantzia, Erresuma Batua,

Portugal eta India, besteak beste. Standetan egongo diren herrialdeek eta mundu osotik etorriko diren erosleek ziurtatzen dute azokaren etorkizuna. Debagoienetik ere hainbat enpre-za joango dira Aretxabaleta, Arrasate eta Bergarakit.

Debagoineneko zazpi enpre-za

ENPRESA

Sistemas Valle Leniz S.L.U.
Alejandro Altuna S.A.
Talleres Aga S.A.
Cotones Aguirrezabal S.A.
Goizper Kooperativa Elkartea
Jose Maria Gallastegui Y Cia S.A
Feliciano Aranzabal S.A.

HERRIA

Aretxabaleta
Arrasate
Arrasate
Bergara
Antzuola/Bergara
Arrasate
Arrasate

ITURRIA: FERROFORMA

EGURALDIA > UDABERRIKO AURRIKUSPENAK

Udaberria nahasi hasiko bada ere, eguzkia nagusituko da

Orain arte eguzkia izan dugu, neguaren amaiera delako

Maiatzetik ekainera bitartean eguzkia izango da nagusi

J.Z. > BERGARA

Udaberrian sartu ginen pasa den egubakoitzean eta hemendik aurrera zer eguraldi egingo duen jakiteko Pello Zabala eguraldi gizonarekin hitz egin dugu.

Orain arte, hark esan digunaren arabera, udaberri hasieran eguzkia izan dugu neguaren amaiera delako. "Neguko tempora-ka lehen erdia euritsua eta iluna eta beste erdia zero garbiekin gelditu ziren. Eta halaxe egin du: otsailak 11ra arte euritsua izan da eta otsaila amaiera arte dena

garbi-garbi, euririk gabe", esan digu Zabalak. Hemendik aurre-ka -nahiz eta martxoko lehen astea ez zen hain ona izan-, zero garbiak izango ditugula esan digu Pello Zabalak.

AMAIERA EGUZKITSUA

Udaberriko lehen zatia, baina, nahastua izango da -onetik oke-rrera etorriko da eta tarteka ekaitza ere izango dugu-. Baina maiatzetik ekainera bitartean, udaberriari amaiera emateko, eguzkia izango da nagusi.

etxeko leihotik



Ubane Madera > 'arrasate@goiena.com'

Etorkizuna beltz, udaberria koloretsu

Antokiko leihotik begiratu, eta egunotan bihotzeko poza emateko moduko eguraldia izan dugu. Kontuan hartuta, gainera, zapatuan sartu ginela udaberrian, halako gehiago izango ditugulako esperantza hortxe. Eta eskerrak horri! Udaberriaren koloreez gozatu beharko dugu, etorkizun beltz askoa daukagu-eta aurrean. Izan ere, krisia badoa gogortzen: EREak egiteaz gainera, gurean hasi dira tailerrak ixten: Oñatioko Ceur itxi dute, Bergarako Linacisoro lege kom-kurtsalean dago eta beste lantoki askotatik langile mordoxka bota dituzte. Eskerrak auto-ko leihotik Bergarako Biltoki-pabiloien ondoan dagoen magnolia eder askoa loretan ikusten dugun!

Politikan ere, gauzak ilun samar; gure Euskadi honetan lehendakaritza eskuratu duen PSE-EEk Estatutan dagoen alderdi espanolistenetako bat aukeratu duelako bidelagun: PP. Onena, Arrasateko sarrerako Arruena parkeko margaritei begiratzea! Beraz, lagunok. Udaberria ederra dela, eta epe motzera begira, datorrena hartu eta hortxe penak samurzeko aukera. Hori bai, nire automobil granatea berde-hori dago; doala nire elkartasuna alergikoendako.

> Ordu aldaketa

egingo dute datorren asteburuan; hortxe irabaziko diogu, beraz, egunari beste ordubete-txo bat, sikiera lanetik irten eta etxera joan barik eguna zertxobait aprobetxatzeko-edo.

"Berde-hori dago nire automobil granatea; doala nire elkartasuna alergikoendako"

> 'Bikini operazioa'.

Gabon ostean, jende ugari hasi da *bikini operazio*rako presta-zten; Oñatin, adibidez, body combat ikastaroa jendez gainezka izan zen Gabonak bukatu eta hasierako asteetan.



PILAR ETXANIZ

Antzuolan ere, AHTren lanak hasita

Antzuolako Basalde auzoan, San Blas baseliza inguruan, Abiadura Handiko Trenaren proiektuari lotutako lur zulaketak egiten hasi ziren herenegun, zapatua. Makinak ikusita, Pedro Iturbe alkatea eta Pilar Etxaniz zinegotzia bertaratu egin ziren, langileek beharrezko baimena zuten egiazatzeko. Gerora, lurren jabearen baimena zutela jakin zuten.



Argazkian Industrias Linacisoro, Bergarako Eibarrerako irteeran. Enpresak 50. urteurrena betetzen du aurten. JOSETXO ARANTZABAL

ENPRESA > KRISIAREN ERAGINA

Industrias Linacisoro, lege konkursalera

Azotik enplegu erregulazio espediente egoeran daude langileak eta orain lantegia lege konkursalera aurkeztu dute arduradunek

T. MADINA/E. MENDIBIL > BERGARA
Bergarako Industrias Linacisoro ezaguna da krisialdiak jotako beste enpresetako bat. Joan den azotik enplegu erregulazio espediente egoeran daude langileak eta orain lantegia lege konkursalera aurkeztu dute enpresako arduradunek.

Familia enpresa da Linacisoro SA, aurten 50 urte beteko dunea. Kalibratutako altzairua egiten dute (45.000 tona inguruko produkzioa orain arte) eta 1990eko hamarkadan nazioarte mailako ISO 9000 ziurtagiria eskuratu zuten. Gaur egun 26 langile dira lanean, beste bost

errelebo kontratuau daudelarik. Esan bezala, lan erregulazioan daude langileak azotik, bi taldean banatuta, astebeteko lanaldia eta beste astebeteko geldialdia txandakatuz. Langileek martxoaren 11n jaso zuten lege konkursalaren berri.

ENPRESA BATZORDEA
ELA eta UGT sindikatuek ordezkari bana daukate enpresa batzordean. Zera adierazi digute: "Hamabostean behin bilerak izan ditugu zuzendaritzarekin eta orain arte ez digute halako planteamendurik egin. Martxoaren 6an aurkeztu zuten lantegia lege

konkursalera eta guri martxoaren 11n eman ziguten erabakien berri. Ez dugu aukerarik izan alternatibarik planteatzeko eta, egia esateko, susmo txarra hartzen diogu guzti honi". Langileen ordezkariak zuzendaritzarekin elkartzeko zain dira hilaren 11tik. Bien bitartean, langileek bilera egin zuten martitzenean eta ikuspuntu ezberdinak daude la ikusi zen han.

EPAILEAREN ERABAKIAREN ZAIN
Orain epaileak izendatu beharko ditu enpresaen egoera eta etorkizuna aztertuko duten administratzaileak.

Industrias Linacisoroko zuzendaritzarekin harremantzan jarrita, zera adierazi digute: epaileak erabakia eman arte ez dutela inolako adierazpenik egingo.

Mizpirualden azpikontratatutako langileen protesta ekitaldiak

Egoitzetan azpikontratatutako langileen lan hitzarmena kontratatzeko negoziazioak etenda daude, eta Bergarako Mizpirualde egoitzako langileek elkarretaratzea egin zuten egubakoitz eguerdian. Mizpirualdeko lan taldearen %75 azpikontratatuakoa da Samsic Iberia enpresaen bitartez. Gaur, astelehena, eguztenean eta egubakoitzean lan etenaldiak egingo dituzte eta egun horietan San Martin plazan elkartuko dira 20:15etik 20:45era. Egubakoitz eguerdirako protesta ekitaldia deitu dute plazan.



CEGASA > LAN ERREGULAZIO TXOSTENA

Cegasa: Aralarrek kontuak eskatu dizkio Jaurlaritzari

Jaurlaritzako Lan Sailari hartutako erabakia berrikusteko eskatu dio Oxel Erostarbe legebiltzarkideak

M.A. > ARRASATE

Cegasa enpresaren lan erregulazio txostena dela eta, Oxel Erostarbe Aralarreko legebiltzarkideak Eusko Jaurlaritzako Lan Sailak izan duen jarrafa aldaketa salatu du. Cegasa

ko 203 langileri eragiten dion lan erregulazio txostena onartu du Jaurlaritzak. Hala, Jaurlaritzako hartutako erabakia berrikusteko eskatu dio Erostarbek: "Aurretik, hauteskunde kanpainaren garaian, Eusko Jaurlaritzak ez zuen onartu lan erregulazio txostena. Ez dugu ulertzten zergatik aldatu duen jarrera Jaurlaritzak, zeintzuk izan diren bi hilabete hauean izan diren aldaketak, eta gainera, lan batzordearekin ez Cegasa enpresako langileak ordezkatzen dituen erakunde sindikal bakar batekin ere adosatu barik", dio Erostarbek.

AZOKA > HOSTELEQUIP

Fagor Industrial Malagako azokan egon berri da

Azken berrikuntzak eraman dituzte Malagako azokara, hilaren 15etik 18ra bitartean

E.M. > BERGARA

Mondragon Taldeko Fagor Industrial kooperatibak Malagan ospatu berri den Hostelequip ferian hartu du parte. Ostatlaritza eta garbitegi ekipamendua lantzen dute Oñatiako

lantegian eta azken berrikuntzak eraman dituzte Malagako azokara. Ontziteria garbitzeko aparailuak, egosketarako sukaldetako tresnak eta beste hainbat produktu eraman dituzte Andaluziara. Firsat banatzai learen bitartez egon da ordezkatuta Fagor.

Fagor Industrial Fagor Etxe tresnak-eko departamentu gisa sortu zuten 1960an eta 1974an ibilbide propioari ekin zion Oñatin. Hamaika lantegi ditu, tartean Polonian, Turkian, Mexikoa eta Txinan.

auzorik auzo

ZUBILLAGA > Oñati eta Elorregi artean dago Zubillaga auzunea. Oñatiko auzo jendetsuena dela esan behar da; gutxi gora behera 250 biztanle ditu. Baserri auzoa izateaz gain, hainbat industrialde daude Zubillagan.



Altuna San Pedro elizaren aurrealdean.

A.E.

Andoni Altuna > Auzo-alkatea

"Auzoan zubi berria egitea ur handiak saihesteko neurrien artea dago"

ARANTZAZU EZKIBEL > OÑATI
Urtebete daroa Andoni Altunak Zubillagako auzo-alkate lanak eginen. Bertan jaioa ez izan arren, badira 20 urte Lazkano baserria erosiz zuela. Hilean behin batzen dira Zubillagako auzotarrak auzokogorabeherak aztertzeko.

Zein da auzoak duen arazo larriena?

Telebistarekin arazo larria daukagu. Ez dugu seinalea ondo jasotzen; eta, gure telezabalkuntza sarea dugun arren, zaharkituta geratu da eta ez dugu ondo jasotzen seinalea. Udalari behin baino gehiagotan azaldu diogu gure kezka; badakigu lanean dabilzala sistema analogikoa kentu aurretik auzoko erdiguneak seinalea ondo jaso dezan. Bestalde, telebista pribatua ikusteko aukera izan dezagun, beste operadore batzuk eskatu ditugu.

Horrez gain, autoak aparkatzeko arazo asko izaten ditugu auzoan.

Errekarekin ere arazoak iza-tenten dituzue, urak gainezka egin du askotan.

Bai, 1953, 1983 eta 1992 urteetan ur handiak izan genituen auzoan; nik, 1983ko eta 1992ko gogoratzen ditut. Horrelakorik berrirro ez gertatzeko, erreka garbitu eta zubi berria egiten dabilzta. Aste honetan bertan hasi dira lanekin.

Hori da, hasi dira zubi berriaren lanekin.

Bai, zubi berria egitea ur handiak saihesteko neurrien artean dago. Esan behar da, lanekin atzerapenarekin hasi direla; tranbia eta bidegorria egiteko proiektuak direla-eta aldatu egin behar izan dute azken proiektua.

Zubi berria egiten dutenean orain dauden biak bota egingo dituzte. Gainera, presa zerbaiz zabalduko dute.

PERTSONAIAK

'Aita Madina' musikari famatua Zubillagakoa zen

Zubillaga auzoan hainbat pertsonai daude, neurri batean edo bestean ospetsu egin direnak. Horietan ezagunena Francisco de Madina Igarzabal *Aita Madina* da. Zubillagako Txipitxaile baserrian jaio zen 1907an. Agustindarra eta musikaria izan zen Aita Madina; bere lanen artean, ezagunenak *Aita Gurea* edo *Agur Maria* dira. Zubillagan jaiotako beste musikari bat Juan Carlos Irizar da. "Bestalde, Ameriketan pertsonai famatua izan zen Pedro Altube *Palo alto* Zubillagako semea zen", dio Altunak. Zuen altueragatik deitzen zioten *Palo Alto* Ameriketan artzaintzan ibili zen mutilari.

Autoekin arazoak dituzue edo saihesbidearekin konpondu da arazoa?

Bai, lehen arazoa oso larria zen. Ikaragarrizko zarata egoten zen auzoan. Baina saihesbidea egin zutenetik arazoa guztiz konpondu dela esan daiteke.

Autoren bat pasatzen da azkar, baina orain abiadura moteltzeko trabak jarri dituzte.

Lehengo eskola orain auzo lokala da.

Bai, gainera bi lokal ditugu. Lehengo auzo-eskola berritu zenean, bi etxebizitzak eta bi lokal egin ziren. Lokal bat auzoari utzi zaio eta besteak auzoko gazteei.

San Pedro jaiak ospatzen dituzue ekainean.

Bai, ekainaren 29an. Hainbat ekitaldi egiten ditugu: jubilatuei omenaldia, mozarro gaua, zinta lasterketa... Gainera, auzoko elkarteko aiteak zabalik egoten dira taberna bezala erabiltzeko.

Hainbat ibilbide egiteko auke-ra eskaintzen du auzoak.

Urkulura bidean hiru auke-ra daude: Urkulura joatea bat, eta Arrasatera joateko beste bi: Ospitalera Asuelatik eta San Andre-sa Bedoñatik. Bestalde, Azkazuritik Bergarara joan daiteke; edo Landarraitzera igo Antzuolara jaisteko, edo Lizargaratetik Oñatira.

Goienkaria astelehenean, aste bukaera osoa

Harpidedunen txokoa Martxoko zozketa

Sariak irabazteko

HARPIDETU!

Tel.: 943 08 10 50

harpidetza@goiena.com

Kuota: 40 euro

SARRERAK



Bruesa GBC- MTT Estudiantes partidurako sarrerak.
BIDALI AG BRUESA 5533 zkra

ZIRA



Euskal Kirol Federazioaren zira.
BIDALI ZIRA 5533 zkra.

LIBURUAK



Pamiela argitaletxearen umeentzako liburuak.
BIDALI AG LIBURUAK 5533 zkra

KAMisetak



Korrika-ko 4 kamiseta.
BIDALI AG KORRIKA 5533 zkra.

SARI NAGUSIA

PARTE-HARTZAILE GUZTIEN
ARTEAN ZOZKETATUKO DA

URDAIBAIKO URRESTI LANDETXEAN GAU BAT



www.toprural.com/urresti
Benetako landetxea Urdaibaien!
Taldeentzat %10-eko deskontua

SMSaren kostua: 0,60 euro + BEZA dei bakoitzeko.
Indarrean dagoen LOPD 15/1999 legearen arabera, jakinarazten dizugu zure datu pertsonalak Goien Komunikazio Zerbitzuaren fitxategi automatizatuen sartuko direla. Datu-bilketa honen helburu bakarra da indarrean dagoen sustapena gestionatzea. Eskubidea izango duzu datuotan sartzeko, haiek zuzentzeko edo eeztatzezko, helbide honetara idatzita: harpidetza@goiena.com

Esteban Muruamendaraz (Bergara, 1957) HIRU garraiolarien sindikatuko idazkari teknikoada.

Sindikatua duela bost urte sortu zuten garraiolari autonomoendako baldintza duinak eska-

tzeko. Bainaz egindako pres- tsurreko batean egindako adie- razpenengatik expedientea

zabaldu diote sindikatuari. Isun ekonomikoa zenbatekoa den jakitearen zai daude.

Esteban Muruamendaraz > HIRU sindikatuko idazkari teknikoa

"Kalitatezko garraio duinaren alde egitearren paretik kendu nahi gaituzte"

MIREIA BIKUÑA > BERGARA

HIRU sindikatuk desagertzeako aukera asko ditu, Lehiaren Defentsarako Zerbitzuak isun ekonomikoa jartzeko proposamena egin dute. Sindikatua etorkizunaz egin dugu berba Esteban Muruamendaraz bergararrarekin.

Eusko Jaurlaritzako Lehiaren Defentsarako Euskal Epaiategiak HIRU sindikatua ekonomikoki "ito" egin nahi duela diozue. Zergatik?

2008ko urtarrilaren 21ean prentsurreko egin genuen HIRU sindikatuk garraiolari autonomoek bizi zuten egoeraren gaineko hausnarketa egiteko. Hainbat gauza esan genituen; besteak beste, gasolioaren prezioaren igoeraz egin genuen berba. Garraiolariei gomendatu genien euren lan baldintzak mantentzenko eta zerbitzu duina emateko, euren prezioa %5 igotzea.

Agerraldiaren ondoren, otsailaren, Transporte 21 aldizkarian irakurri genuen Lehiaren Defentsarako Euskal Auzitegiak expedientea zabaldu zigula. Auzitegiko presidentearekin egin genuen berba, eta esan zigun lasai egoteko ez zegoela halakorik; eta bilera egitekotan geratu ginen otsailaren 29an. Bainaz, bilera egunean esan zigun expedientea zabalik zegoela. Sindikatuko kideok gure bertsioa eman genion; baina hark esan zigun guk erabilitako *gomendio* hitza ez zela egokiena, konpetentziaren aurka zihoa-eta. Era berean, esan zigun zuzenketa bat egiteko aukera genuela. Zukenketa egin genuen eta ez ziguten onartu. Gainera, Legebiltzarrean egin ginen alderdi politikoekin gure egoeraren berri emateko.

Zein puntutan dago arazo?

Lehiaren Defentsarako Euskal Auzitegiak eskuartean du HIRU sindikatua kontra Lehiaren Defentsarako Zerbitzuak bidali dion proposamena; hau da, sindikatua isunik handiena jartza.

Garbi daukagu Lehiaren Defentsarako Zerbitzuak negoziazko bide guztiak itxi dizkigu, eta expedientearen aurrean guk aurkeztutako alegazio guztiak baztertu dizkigute.

Noiz jakingo duzue ze zigor jasoko duzuen?

Uztailera arte itxaron beharko dugu. Bainaz eskuartean duten expedienteetan arrazoi larriak



Esteban Muruamendaraz.

GOIENKARIA

NEGOZIAZIOA

"Lehiaren Defentsarako Zerbitzuak negoziazio bide guztiak itxi egin dizkigu"

Aipatzen dituzte, eta kasu horietan isun ekonomikoa 500.000 eurotik 10 milioi euro artekoia izan daiteke. Hortaz, jartzen diguten isun ekonomikoa jartzen digitela HIRU sindikatua desagertzeako arriskua du. Bestalde, isun ekonomikoari aurre egiteko urte askotan kolektiboaren

BATASUNA

"Hego Euskal Herriko zazpi sindikatu nagusiek agerraldia egin zuten expedientea salatzeko"

alde lan egin dugun ondasunak bahituko dizkigute. Sindikatua ordaintzeko dirurik ez dueñe, zuzendaritzat batzordean gauen bederatzi kideon etxeak, kamioiak eta beste hartuko dituzte ordainketa egiteko. Gaizkileak bagina moduan tratatu gaituzte, eta zuzendaritzat batzordeko

ALDARRIKAPENA

"Publikoki adierazi dugu garraiolariek baldintza duinetan jardun behar direla"

kideok garbi utzi nahi dugu erre-pideko merkantziaren garraioaren eta kolektibo batzen alde eskuza-balantzearren egin dugula baka-rrik.

Hego Euskal Herriko zazpi sindikatu nagusiek zuen aurka zabalutako expedientea sala-

tzeko agerraldia egin zuten.

Otsailaren 6an agerraldia egin zuten ELA, LAB, CCOO, EILAS, ESK eta EHNE sindikatuetako ordezkariek. UGT ez zen prentsurrekoan egin, baina sindikatuek irakurri zuten testuari atxikimendua eman zioten.

Egun hartan ezohiko bata-sun irudia eskaini zuten zazpi sindikatuek. Besteak beste, Eusko Jaurlaritzak zabalduztako expedientea salatu eta HIRUREN lana babestu zuten. Gainera, esan zuten expedientea askatasun sindikalaren eta langileen eskubideen kontrakoa dela.

HIRURENA baino sindikatu guztiak arazo da hau, izan ere askatasun sindikala eta adierazpen askatasuna murritzeko edo-zein tresna erabiltzeko prest dago Eusko Jaurlaritzak.

Zuen arazoaren berri ematen duen gutuna bidali zenoten lehendakariari. Erantzunik jaso duzue?

Martxoaren 9an kontzentrazioa egin genuen lehendakaria-ren egoitzaren aurrean. Ehundik gora garraiolari bildu ginen. Lehendakaria Eusko Jaurlaritzaren arduradun nagusia izanik HIRU sindikatua aurka zabalduztako expedientearen ardura-dun nagusia dela salatu nahi genuen. Gainera, han bildutako garraiolarien izenean sindikatuko idazkari nagusi Patxi Agirrek gutun bat utzi zuen Ajuria Enean lehendakariaren dako. Gutunean gure aurka zabaldu-tako expedientea behin betiko ixtea eskatzen genuen. Bainaz, oraingoz ez dugu erantzunik jaso.

Bestalde, HIRU sindikatuko webgunean expedientea ixteko atxikimenduak jasotzen gabil-tza: www.hiru.org.

Isunaren berri jaso arte, lane-an jarraitzeko asmoa duzue?

Bai horixe! HIRU sindikatua duela bost urte sortu zen, baina sindikatua gauden askok hogei urte daramatzagu garraiolari autonomoen alde lan egiten. HIRU sindikatua kalitatezko garraio duina aldarrikatzen dugu, eta horregatik paretik kenu nahi gaituzte.

Guk egin dugun delitu baka-rria da publikoki adieraztea garraiolari autonomoek baldintza duinetan jardun behar direla, euren bizitza eta errepidean ibiltzen diren gainerako erabil-tzaileena arriskuan jarri barik. Uzten gaituzten bitartean, horren

ALDEKO
AURREZKIA
ALDEAN



**Primeran doakizun
interesa.**

Bitzia ulertzeko duzun moduari,
teknologian, diseinuan eta erosotasunean
azken-azkenekoaz baliatzeko duzun
ohiturari doakiona. Aukera ezazu interesa
zeure ohiko bulegoan, Telekutxako
901 333 555 telefonora deituz,
web gunean: www.kutxa.net, edo
kutxaren kutxazainetan.



Aukeratu eraman nahi duzuna

TV LCD-TDT 19"koa, eskuoihal edo toalla-jokoa, edo
elikagaintzako ontzi hermetikoen sorta ere bai.
Galdetu baldintzei buruz.



zer nahi duzu bihar?

www.kutxa.net

 **kutxa**

kale inuesta

Joan den egubakoitzean sartu ginen udaberrian. Nola eragiten ditzu zuri udaberriaren etorrerak?



Elisabeth Mendizabal
Erretiratua
Arrasate

Rafael Carmona
Erretiratua
Arrasate

Eusebio Iñarra
Erretiratua
Arrasate

Itziar Iglesias
Langilea
Arrasate

Udaberria noiz helduko desiatzen egoten naiz, oso ondo egiten dit-eta. Udaberriko berotasuna eta argitasuna bizi garri dira niretzat. Gainera, garai honetan hobeto egiten du lo, baita jan ere. Ez daukat alergiarik.

Udaberria oso gustuko dut, beroa dator-eta. Neguaren osteko lehen eguzki izpiek asko pozten naute. Hemen ez daukat alergiarik; lehen bai, Andaluzian bizi nintzean olibondoaren loreari nion alergia.

Udaberriak ez dit ezertan eragiten, negua zein uda izan berdin bizi naiz; ez hobeto ez okerrago. Jen-deak eguraldiaren inguruaren askotan egiten du berba, topikoak diren solasaldi tipikoak dira. Ez daukat alergiarik.

Udaberriaren etorrera asko gustatzen zait, eguraldi ona dator-eta. Hondartzara joateko eta paseatzeko eguraldi ona iza-teak beste bizitasun bat ematen dit. Egia esanda, eguraldiak uste baino gehiago eragiten digu.

irakurlearen txokoa

943 25 05 05

goienkaria@goiena.com

ARRASATE

> Gaztetxearen sarrera berria ez da erabiltzaileen gustuko

Arrasateko gaztetxeen ibili ohi den irakurle batek igogailuen obrak direla-eta gaztetxera sartzeko jarri dituzten eskailera berriak desegokiak direla salatu du. Irakurle gaztearen ustez, sarrera asko zaitzen dute eskaileroak. Otalora kalea eta Altamira auzoa lotuko dituzten igogailuen obrak direla-eta, dago itxita ohiko sarbidea. Orain Ferixalekuera eraikinaren beste aldetik igo behar da, horretarako espresuki jarri dituzten aldamiozko eskaileretatik.

OÑATI

> Sekulako zuloa, Bidaurretako biribilgunean

Egunero autoa hartzen duen irakurle oñatiar batek Debagoieneko errepideen egoera eskasa ekarri digu gogora beste behin. Oraingoan, Oñatiako Bidaurretako biribilgunea da adibidea. Gidari oñatiarrak jakinarazi duenez, Euskadi etorbideket biribilgunea sartzean sekulako zuloa dago; biribilgunera sartu aurretik, hain justu.

ARRASATE

> Zein zebra-bideri egin behar zaio kasu?

Errepideen inguruko beste kexa bat jaso dugu asteon erredakzioan, Arrasatetik oraingoan. Gipuzkoa Etorbidea autoz sarri zeharkatzen duen irakurle batek aditzera eman duenez, Maalako biribilgunetik egin berri duten Gelmako biribilgunera hamaika zebra-bide asko daude. Galdera simplea da: Zeini egin behar zaio kasu?

usteak uste

Mireia Bikuña

Autoaren kolorea aldatzen

Ez, ez daukat autoa beste kolore batekin margotzeko asmorik. Lanera Ford Mondeo batekin joaten naiz egunero. Urdin kolorekoa da, baina aspaldian, eta eguzkiak nondik jotzen dion kontutan hartuta, berde eta hori itxura hartzen diot. Polena da, aizue! Aurreko astean gasolindegiko garbiketa makinan sartu nuen, eta berehala zikindu zitzaidan. Etxeko balkoia garbitzen aspertu naiz dagoeneko. Baina, zenbat polen dago Oñatin? Bergarako espaloi bazterretan ere pilatzen hasi da. Aspertu naiz polenarekin! Eguzkia maite dut eta bainujantzia ipini eta eguzkia hartzeko amorratzentz nago, baina euria behar dugu azkar, bestela alergiko direnen gaizki pasako dute. Adituek diote eguztenetik aurrera euria egingo duela. Eskerrak!

Euskara garatzeko proiektu batek herritarak, ez hainbeste alderdi politikoak, elkarrekin eroso egotea lortu behar du ezinbestez. Herritarak erabat gustura ez badau ere, inor aterperik gabe geldituko ez den esparru bat bilatu behar da derrigorrez; eta horretan, hizkuntza aukera berdintasunak asko lagun dezake. Baino zer esan nahi du hizkuntza aukera berdintasunak?

09-02-22ko *Berria*-n bi elkarrizketa irakurri berri ditut. Patxi Lopezek: "Euskadi herritarren batuketa da. Libreak, berdinak, subiranoak, elkargo politiko berean elkarrekin bitzitza erabakitzenten dutenak" dio hauetako elkarrizketa batean; eta Garbiñe Biurrunek, berri, honako hau dio: "Niretzat, pertsona guztiak aske eta duintasunez bizitzeko behar dutena edukitzea da justizia soziala" bestean. Ideia horiek hizkuntza esparruan herritarrei aplikatzekotan, beharrezko da hiztunen askatasuna, aniztasuna eta berdintasuna errespetatzea; ez dago besterik. Eta honetarako nahitaezko da elkarrekin bizi diren hiztunek gutxienez euskararen eta gaztelaniaren pareko ezagutza izatea Espainia aldean; eta euskarena eta frantsesarena, berriz, Frantzia aldean. Hori bete ezean ezinezko baita, esan ohi duten moduan, elkarrekin bizi diren hiztunak "libreak, berdinak, subiranoak" izatea, hain zuzen ere.

Hurrengo 25 urtetara begira Euskal Herria euskalduna ere izango bada, eleanitzasuna oinarri hartu beharko da eta euskara eta gaztelania edo euskara eta frantsesa hitz egiten duten herritarak izateko utopia hori bete beharra dago halabeharrez. Horren bitartean, euskaradunak itzulprena egitera behartuak izan ez gaitezen, itzultzale lana egin beharko da; modu horretan, euskaraz ekoizten dena beste hizkuntzetan ere jartzeko eta baita beste hizkuntzetan ekoizten dena euskaraz jartzeko ere.

Euskararen garapena aniztasunetik eraikitzea posible da, beti ere elkarlanean eta adostasunean oinarrituta.

**zorroztalea**

Xoxemari Muxika

Pareko tratua euskaradunontzat

"Frantses hizkuntzaren parean lurraldeari dagokion hizkuntza ofizialki ezagutzea eskatzen du Euskal Konfederazioak. Hizkuntzen biziraupena eta transmisioa beramatzea eskatzen du, hiztun kopuruaren beherakada aldatzea, belaunaldi osoak euskalduntzea helburu duen hizkuntza politika eraginkorra osatzu."

Berria > 2009-03-21

"Euskara garatzeko herritarrek elkarrekin eroso egon behar dute"

"Eleanitzasuna oinarri hartu beharra dago"

Goienkaria

Argiratzalea Goien Komunikazio Zerbitzuak Kooperatiba Elkartea • Nafarroa etorbidea 2 • 20500 ARRASATE

Lehendakaria Estepan Plazaola Zuzendaria Inazio Arregi

Zuzendaria Eneko Azkarate Erredaktore burua Iker Barandiaran Erredakzioa Mireia Bikuña, Jokin Bereziartua, Arritxu Barruso Oinarrizko disenitzoa Goi Arana Disenitzu arduraduna Iñaki Iturbe Maketazioa Kepa Martelo Publizitate arduraduna Mirela Larrañaga Harpidetza eta banaketa Marta Leturia Administrazio arduraduna Agurtzanei Gaiztzarain

EGOITZA NAGUSIA
BERGERA 20570 Barrenkalea 33 • Tel.: 943 25 05 05 • Faxa: 943 25 05 12
Posta-e: goienkaria@goiena.com

ORDEZKARITZAK
ARRASATE 20500 Otañor Lizenziaduna 31 • 132 posta-kutxa • Tel.: 943 25 05 05 • Faxa: 943 25 05 12
Posta-e: arrasate@goiena.com

ARETXABAleta 20550 Durango 11 • Tel.: 943 25 05 05 • Faxa: 943 77 18 54
Posta-e: aretxabaleta@goiena.com

Publizitatea Arrasate 20500 Nafarroa etorbidea 2 • Tel.: 943 25 05 05 • Faxa: 943 25 05 09
Posta-e: publi@goiena.com

Harpidetza Arrasate 20500 Nafarroa etorbidea 2 • Tel.: 943 08 10 50 • Posta-e: harpidetza@goiena.com

Lege Gordailua: SS-0084/04 • ISSN: 1697 3542 • Tirada: 5.000 ale

**Gipuzkoako Foru Aldundiak diruz lagundutako aldizkaria**

Gipuzkoako
Foru Aldundia



KULTURA SAILA

Hizkuntza Politikarako Sailburuordetza

**Eusko Jaurlaritzako Kultura Sailak
diruz lagundutako aldizkaria**

Herriak

Arrasate > 14 Bergara > 16 Oñati > 18 Aretxabaleta > 19 Eskoriatza > 19
Antzuola > 20 Aramaio > 20 Elgeta > 20 Leintz Gatzaga > 20



> ARRASATE

Eguenean izango da Caixako etxeen zozketa, baina eskatzaileei atea itxita egingo dute > 14



> BERGARA

Autofinantzazio maila igotzea da Jardun euskara elkartearren etorkizuneko erronka nagusia > 17



> OÑATI

Zubillagako Altuna enpresa ondoko zubia konpontzeko lanak hasi dira > 18



Amillagako bidegurutzea; Eibartik, Elgetatik eta herri barrutik doazen autoek bidegurutze horretan egiten dute topo.

JOSETXO ARANTZABAL

BERGARA > AZPIEGITURAK

Gipuzkoako Diputazioak esleitu ditu Amillagako biribilguneko lanak

BIRIBILGUNEA

Oboide formakoa izango da eta bi erreik inguratuko dute

LANAK

Guillermo Ibargoyen enpresak egingo ditu lanak eta 5 hilabeteko epea du horretarako

ARRITXU BARRUSO > BERGARA

Bidegurutze arriskutsua da Amillagako. Auto asko igarotzen dira bertatik eta gune gatazkutsua da; izan ere, Eibartik, Elgetatik eta Bergarako herri barrutik doazen autoek puntu horretan egiten dute topo. Bergarako herritarrek behin eta berriz eskatu dute bidegurutzeari konponbidea emateko. Bada, badirudi epe laburrean gaur egungo bidegurutzea biribilgunea berriaren lanak esleitu ditu.

GI-627 errepidea izanda, Gipuzkoako Foru Aldundiarena da bidegurutzea konpontzeko ardura. Bergarako Udalak duela zenbait urte egin zuen Amillagan biribilgunea egiteko eskaria eta 2007ko

irailean Aldundiak onartu egin zuen biribilgunearen proiektua. Urte eta erdi geroago, asteon, Diputazioak Amillagako biribilgune berriaren lanak esleitu ditu.

Foru Aldundiko Bide Azpiegiturako Departamentuak lanen ardura Guillermo Ibargoyen SA enpresaren esku utzi du. Lanon aurrekontua 1,1 milioi euro da eta biribilgunea egiteko bost hilabeteko epea dauka enpresak.

Proiektu horren arabera, gaur egun gurutze itxura duen elkar-gunea, Bergarako Amillaga kaleak lehentasuna ezarrita duena, ordezkatu eta biribilgunea egingo da. Biribilgunea oboide forma-koa izango da, lau adar nagusi izan-

go ditu eta bigarren mailako sarginde bat. 47 eta 51 metro bitarteko kanpoaldeko diametroa izango du. Modu horretan, gaur egun

AURREKONTUA

1,1
MILIOI EURO

Bergarako Amillaga kalean eraikiko duten biribilguneko lanen aurrekontua 1,1 milioi euro da. Guillermo Ibargoyen S.A. enpresak egingo ditu lanak.

bidegurutzeak duen azalerara egokituko da biribilgunea. Bestetik, bi errei edo bidek inguratuko dute; bakoitzak 4 metroko zabalera izango du eta erdiko irla ere oboide formakoa izango da, 15 eta 20 metroko erradioarekin.

PAKEAKO BIDEGURUTZEA

Baina Amillagakoa ez da Bergarako Udalak beharrezko ikussten duen biribilgune bakarra. Asmoa da Pakea inguruan dagoen bidegurutzea ere kentzea eta hor ere biribilgunea eraikitzea. Kasu horretan, Udalarena da esku-mena eta hark arduratu beharko du proiektua garatu eta lanak esleitzearaz.

ELGETA > GAZTETXEAK 13 URTE

Parte-hartze handia eta giro ederra, gaztetxeko urteurrenean

Ekitaldiz betetako egitaraua prestatu zuten gaztetxeok hamahirugarren urtemugan

IKER BARANDIARAN > ELGETA

Zapatuan igarri zen bai, herrian zerbait berezia zegoela; eta horren errudunak izan ziren Elgetako gaztetxeko batzarreko kideak. Hain zuen ere, zapatu goizetik domeka goizalderera arte ez zuten atsedenik hartu, lanean

eta baita eguneko ekitaldiak gozaten ere. Are gehiago, elgetarrez gain, Goierriko, Bizkaia aldeko eta beste leku batzuatik ere batu ziren jaira.

Hamahiru urte bete dira herriko hainbat gaztek frontoi osteko oktogonalak okupatu zituz-

tenetik eta ordutik lanean jarraitzen dute, bidean aurkitzen dituzten oztopoak gaindituz.

EGUNA HASTEKO, MENDIRA

Lehenik eta behin, eguna ondoan hasteko, Intxortara igoera antolatu zuten. Urteak dira jaietan egi-



Ohiko moduan, gaztetxe ondoko lautadan egin zuten herri bazkaria; 90 bat lagun elkartu ziren eguzkipean.

JOSETXO ARANTZABAL

ten zuten igoera hori galdua dagoela eta aurten gazte batzarrak hori berreskuratzera erabaki du. Zazpi gaztek egin zuten proba eta Txomin De Vega izan zen irabazlea. Saria? Gaueko kontzerturako sarrera eta bi edari doan.

Horren ostean eta behin indarberrituta, eguerdian trikipoteoa egin zuten. Txikiteoa gazteek gidatu zuten arren, elgetarrek pozik hartu zuten ekimena; batzuen ustetan errepiatzeko modukoa.

BAZKARIAN, 90 BAT LAGUN

Jarraian gaztetxearen ondoan herri bazkaria egin zuten 90 bat lagunek; azken urteotan baino jende gehiago izan zen. Makarroak, solomoa, postrea, kafea eta purua. Menu ederra. Txarrena, agian, eguzkiak gogor jo zuela; besterik ez. Gainera, Arrasateko Jokin Labayen izan zuten zirikatzaile bertsotan.

Bazkaldutakoa jaisteko batukada egin zuten arratsaldean eta soinua eta erritmoa herri guztian zabaldu zuten Urola aldetik etorritako perkusio jotzaileek eta elgetar gazteek.

STREET-PUNKA, GOIZALDERA ARTE

Eta gauean, jakina, kontzertua izan ziren gaztetxean. Donostia-ko Skakeitan talde gaztea izan zen lehena: ska-reggae-a barra-barra, Betagarri, Skalariek eta antzekoen kantu ezagunak uztartuz.

Bigarrena Ondarroako Johnny Gerriwelt talde beteranoa. Street-punka egiten dute eta Puzkarra Recordsekin kaleratuko duten diskoko kantuak aurreratu zituzten, besteak beste.

Bukatzeko, elgetarrak: oso gutxitan jotzen duen Ostiada Oi! taldeak lau kantu berri jo zituen; eta Sotamano taldearen aurkezpena egin zuten. David Peñalverrek gidatuta, Ramones, Cicatriz eta bestelako hit!-ak jo zituzten.



Skakeitan talde gazteak Johnny Gerriwelt taldekoen laguntza izan zuen.



Batukada saioan ez dakigu zeinek gozatu zuen gehien, musikariekin edo gaztetxeko kideek.

J.A.

DEBAGOIENA > EGURALDI ONAREKIN, AISIALDIA

Eguzki egarriz, debagoiendarrak etxetik kanpo

Asteburuan egin duen eguraldi ona aprobetxatuta, mendira, kostaldera, elurretara zein urtegieta jo dute herritar askok

IKER BARANDIARAN > BERGARA

Neguak luze jo du eta gogorra izanda, gainera. Hain zuzen ere, hotza izan da protagonista nagusienetako bat eta euria ere barra-barra egin du. Hori ez litzateke harritzkoia izan beharko, baina aspaldian negu hotzak eta uda beroak izan ez ditugunez, bada luzea egin zaigu aurtengo negua.

Arrazoi horregatik, udaberriaren etorrerarekin batera eguzkiak indarra hartu du eta modu berean argi orduak luzatzen doaz.

Horrek guztiak eragin du debagoiendar askok San Joseko Zubia eta Joan Berri den asteburua aire libream, etxeko lau hormetatik kanpo behintzat, pasa izana.

EGUNEZ, JENDEA KANPOAN

Arrasateko eta Bergarako tabernariek esan digute egunez jende gutxi ibili dela kalean. Inguruetako mendixketara, kostaldera edo elurretara zenbat jende joan den ikustea besterik ez dago. Esaterako, zapatu arratsaldean, geru-gertu daukagun Landa eta Garaioko aparkalekuak autoz beteta zeuden. Bainua hartu ez, baina eguzkitan sugandilen



Debagoiendarrek oso gustuko dute Urkulu ingurutik pasioa egitea; domekan familia asko ibili ziren han.

JOSETXO ARANTZABAL



Arantzazura eta Urbia aldera jo zuten beste askok.



Landan ere ibarreko hainbat lagun aurkitu genituen zapatuan.

KEPA MARTELO

moduan egon ziren asko eta asko, horien artean debagoiendar ugari: belarretan eta inguruetako terraztan egonean.

Beste askok, jai egun asko zirela aprobetxatz, Pirinio aldera jo zuten, elurretara hain zuzen ere. Elur denboraldia oraindik buka-

tu ez den arren, gero eta aukera gutxiagoa izango dira; eta zaleek ez dituzte horiek alperrik galdu gura.

Urkulu, Gorla, Urbia eta inguruko mendi aldeetan ere jende ugari ibili zen, nahiz eta Urbia fonda itxita egon.

ARRASATE > KONTZERTUAK

Thrasha eta black metala barra-barra, 3.60 aretoan

Metal ildoko sei talde aritu dira egubakoitz eta zapatuan San Andres auzoko musika aretoan

I.B. > ARRASATE

Honakoan ere ez dute etenaldi-rik egin Arrasateko 3.60 aretoan. Egubakoitz thrash metal eta hardcore taldeen gaua izan zen: Bergarako Rotten Teenagers taldeak erakutsi zuen sasoian dau dela, nahiz eta aspaldian kontzertu gutxi egin: abiadura, erritmo aldaketa eta melodía txukunez osatutako kantu dotoreak eskaini zituzten.

Andoingo Kudai eta Bermeoko OST taldeak, berriz, thrash estiloan barrena ibili ziren; eta nabarmenzekoa da, bermeota-

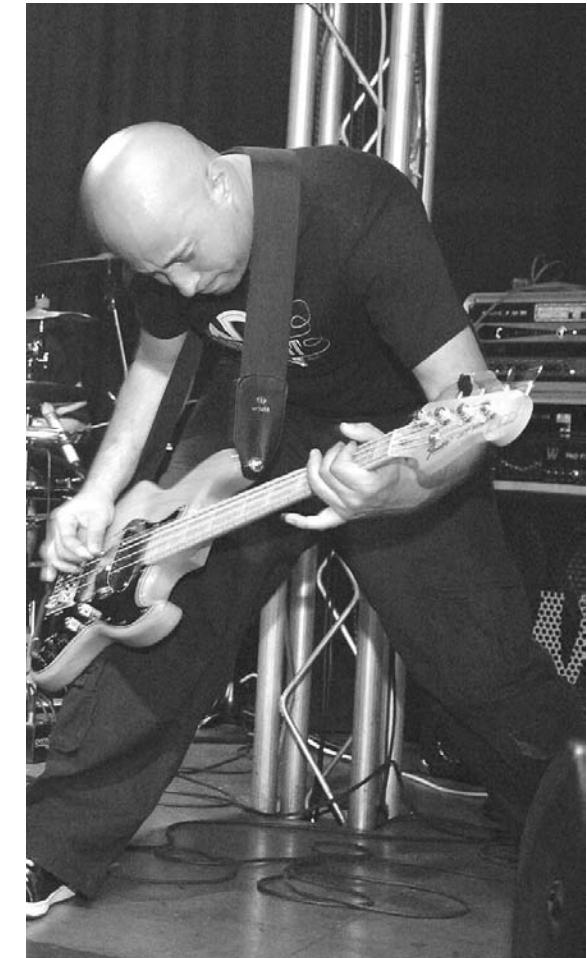
rren beteranotasuna. Pena, jende gutxi batu zela hiru taldeen emanaldia ikusteko.

BLACK-AREKIKO LEIALTASUNA

Zapaturako black metal gaua antolatu zuten Denial taldekoek eta lagun gutxi, baina leialak batu ziren. Eldereon taldeak kale egin eta Bilboko Butronian taldeak ordezkatu zuen. Horrez gain, Galiziako Marthyrium eta Valentziako Nocturnus Tenebrumek ere kontzertua egin zuten. Bitxikeri moduan, bietan neska zeuden baxua jotzen.



Butronian taldeko abeslaria bere onenean.



Bermeoko OST taldea gogor aritu zen.

J.A.

CAIXAKO ETXEAk > ZOZKETA PUBLIKOA

Caixako etxeen zozketa publikoa egunean, baina ateak itxita

Babestutako errentan hartzeko 148 etxebizitza dira asteon zozketatuko dituztenak

Onuradunek ekainean aukeratu beharko dute zein etxebizitza gura duten, planoarekin

UBANE MADERA > ARRASATE
Ikusmin handia dagoen arren, Caixako etxebizitzen zozketa izena emanda duten eskatzaleak ezin izango dira joan egunean, martxoaren 26an, egingo duen zozketara; izan ere, ateak itxita izango dira eskatzileen-dako. Hitzordua da 10:30ean, Caixak Garibai etorbidean duen bulegoan. Hori bai, zozketa bera jendaurrean egingo ez duten arren, publikoa izango da. Hala, komunikabideak bertan egoteaz gainera, Arrasateko Udaleko ordezkariek ere joango dira, eta, halakoetan ohi denez, notario batek gidatuko du zozketa, ordennagailu bitartez.

Horren harira, Caixak berak iragarri du zerrenda euren web-gunean argitaratuko dutela, 18:00etarako. "Hain zuzen ere, eskatzale bakoitzak konsultatu ahal izango du zerrenda, eskerera zenbakia eta nortasun agiria erabilita betiere", aditzera



Itxura hartuta, aurrera doa Caixa Zerrajera gunean abiarazitako promozioa.

U.M.

eman du Mireia Ferrerrek, Caixako Etxebizitza Eskuragarrien Programako zuzendariordea.

ESKATZAILEAK, TALDEKA

Bonboan 494 eskatzale daude, kupoka banatuta: 133 etxebizitza dira 65 urtetik beherakoendako, eta talde horretan daude 448 eskatzale; beste sei etxebizitza dira familia bakarrekoendako eta genero biolentzia jasan duten-dako, eta hor daude 28 eskatzale. Sei etxebizitza gehiago egokitu dituzte zaitasunak dituztendako; horko eskatzale kopurua da zortzi lagunekoa. Eta bukatzeko, hiru etxebizitza dau- de 65 urtetik gorakoendako gor-deta, eta talde horretan daude bederatzi eskatzale.

Hori bai, kontuan izan beharra dago zozketaren emaitza ez dela izango behin betikoa. "Onuradunen datuak konprobatu egiten ditugu gero; izan ere, halako- etan askok gero baja ematen dute", jakinarazi du Ferrerrek. Hori horrela, etxerik tokatu ez zaienak pasako dira itxaron zerrendara eta bajak baldin badaude, haeik sartuko dituzte onuradunen zerrendan. Xehetasunak ere eman ditu Caixako ordezkariek: "Maiatzeko bigarren hamabostaldirako izango dira behin zerrendak".

EKAINean ETXEA AUKERATU

Etxebizitzei dagokienez, eraikitze obrak bide onetik doaz eta "uztailaren amaieran" entregatu-

ko dituzte. "Ekainaren hasieran aukeratu beharko dituzte etxebizitzak, planoaren arabera. Aukeraketa egingo dute zozketako ordenaren arabera".

DATUA

494
ESKATZAILE

Eskatzale gehienak dira 65 urtetik beherakoak: 448. Genero indarkeria jasan edo familia bakarrekoen zerrendan 28 daude, 65 urtetik gorako bederatzi daude eta zaitasunak dituztenak zortzi.



EKIN EMAKUMEAK

Zapatuan dute hurrengo hitzordua makillajerako

Egundoko arrakasta lortu du makillatzen ikasteko Ekin Emakumeak elkartekoak antolatutako ikastaroak. Horren adierazle da ikastaro bakarra egiteko hitzordua egin, eta jasotako erantzunaren aurrean hiru ikastaro antolatu behar izan dituztela. Aurrenekoan joan den zapatuan egin zuten, parte-hartzaleen aldetik arrakasta handiarekin. Gemes estetika zentrokoek gidatuta, 15 emakumek adi-adi entzun zituzten azalpenak. Bigarren saiorako hitzordua ere egin dute: zapatuan da, martxoaren 28an, 10:30etik 13:30era. Hor ere beste 15 emakumek osatutako taldea dago. Bukatzeko, hirugarren saio bat ere egingo dute, baina oraindik data zehaztu barik dago.

oharrak

ZOZKETAK

> Institutua

DBHko ikas-bidaiaaren aldeko zozketa egin ostean, zenbaki sariduna 1.925a izan dela jakinarazi dute institutuok. Saria da Donostiariko La Perla talasoterapian zirkuitua eta bazkaria.

Irabazleak institutura dei-tu behar du.

EUSKARA

> Korrika Kulturala

Korrika Kulturaleko eki-taldien harira, etzi, eguztenea, *Bidaia intimoak* dokumentala izango da Kulturan, 10:00etan eta 19:00etan.

ERRETIRATUAK

> Abaroa

Batzar nagusirako dei egin dute Abaroakoek martxoaren 30erako. 17:00etan izango da, bosgarren aretoan. Besteak beste, Abaroaren leku aldaketa eta presidente berria izango dituzte berbagai.

AISIALDIA > GAZTEAK

Hankapalu festa egingo dute eguztenean

Hankapalu taldea ere sortu gura du herrian Txatxilipurd elkarreak

U.M. > ARRASATE

Azken bi asteotan hankapalu ikastaro arrakastatsuak egiten ibili ostean, ikasitakoa ganoraz erakusteko festa egingo dute asteon: hankapalu festa. Etzi, eguztenea, da hitzordua. 17:00etan hasi eta 20:00ak arte ibiliko dira ume zein gazteak hankapalutan, Biteriko *gasolinera-n*. 15 bat hankapalu eramango dituzte, gura duenak erabil ditzan; eta izango dira hankapalu tradisionalak zein modernoak, *jumping* ize-neko horietakoak.

ZINEMA

Andreen gaineko IV. zine zikloa, eguenetik

USOA AGIRRE > ARRASATE

Martxoaren 26an hasi eta apirilaren 23ra bitartean lau film luze eta lau labur eskainiko dira Arrasateko Amaia antzokian. Emakumeek zuzendu eta emakumeak protagonista diren filmak izango dira denak, emakumeen ekarpenari leku eskaini nahi baitete. Arrasateko Udaleko Berdintasun Sailak antolatu du zikloa.

Emanaldiak

Martxoak 26, eguna

- > *Rémoras* (film laburra) Marisa Lafuente
- > *Nevando voy Maítena* Muruzabal eta Candelas Figueira

Apirlak 2, eguna

- > *Pasemos al plan B* (film laburra) Paz Piñar
- > *Reyita* (dokumentala) Oliva Acosta eta Elena Ortega

Apirlak 23, eguna

- > *Test* (film laburra) Marta Aledo eta Natalia Mateo
- > *El patio de mi cárcel* Belén Macías

Apirlak 30, eguna

- > *Black box* (film laburra) Marinetta
- > *El bosque de luto* Naomi Kawase

Emanaldi guztiek 22:15ean izango dira, kultura etxeen.

KULTURA > ZINEMA

Euskal zinemaren harrobia osasuntsu dagoela erakutsiko du film laburren zirkuituak



PD.: *ondo ibili* film laburra den PuntutapArte taldea; ezkerrean goian, Yera Sanchez aretxabaletarra.

GOIENKARIA

Zortzi film laburren emankizunek ordubete iraungo dute: egunean Kulturaten, 19:00etan

JOKIN BEREZIARTUA > ARRASATE
Euskal zinemak badu nondik edan. Baieztapenarekin ados ez dagoena joan dadila eguen hontan, hilak 26, Kulturateko areto nagusira, 19:00etan. Bertan, eus-

kaldunek ekoiztutako zortzi film labur ikusi ahalko dira. Izan ere, Topagunea Euskara Elkartearen Federazioak kudeatzen duen film laburren zirkuitua ekarriko du AED elkarrekin Arrasatera.

Aurten sei urte beteko ditu ekimenak; hauk dira helburuak: kultura eskaintza aberastea, euskararen erabilera eragitea, film laburren arloa ezagutaraztea, euskal zinemagileei zirkuitu duna eskaintza eta euskarazko ekoizpena sustatzea.

DEBAGOIENDARREN PRESENTZIA

Zortzi filmetatik bik debagoendar bat dute egileen artean: *Lo bakarrik* eta *PD.: ondo ibili*.

Lehen lanak Iban del Campo arrasatearra du egile. Zinemaren mundua ondo ezagutzen du Del Campok, VI. film laburren zirkuitura aurkeztu duena seigarraren lana baita dagoeneko. Lau dokumental eta fikziozko beste film bat pantailaratu du aurretik. Bigarren lanean, bestalde, Yera Sanchez aretxabaletarra da

ZORTZI FILMEN DESKRIBAPENA

'KABIA'

> 2007an filmatua, zortzi minuto. Egileak: Amaia Uribe, Garazi Sanchez, Nagore Arozena, Garazi Rodriguez, Egoitz Sanchez eta Maialen Sukunza.
> Behin eta berriz saiatu arren bakardadea gainditu ezin duen pertsona baten kasua islatzen du.

'LO BAKARRIK'

> 2008an grabatua, 14 minuto. Egilea: Iban del Campo arrasatearra. Kazetaritzan lizenziaduna, Sormenezko Dokumentalean masterra egin zuen. Egun, ikusentzuneko irakaslea da Huhezin.
> Insomnioak jotako emakume batek dena probatu du lokartzeko, edoztarako gertu dago...

'MUSIKA'

> 2007an filmatua, lau minuto. Egilea: Asier Urbietza.
> Haur batek errespetu zer den ikasiko du, miresmenaren bidez.

'BERDE'

> 2007an muntatua, zortzi minuto eta 40 segundo. Egileak: Jose Luis Barredo eta Iñigo Gartzia.
> Bikote bat lagun afari batera doa autoan...

egileetako bat. Sanchez PuntutapArte Produkzioak taldeko kidea. Taldeak aurkeztuko duen filmak errekonozimendua jaso du;

'EGIATIK GEZURREZKO BIZITZARA'

> 2008an filmatua, hiru minuto eta 57 segundo. Egilea: Ostegunean Afaria Zure Kontu taldea.
> Gazte bat patuari azalpena aurkitu guran dabil. Egia aurkitzeko loturak bilatu behar dira.

'POEMA BATEN IRAKURKETA EUSKAL HERRIAN'

> 2008an grabatua, 12 minuto. Egileak: Xabier Iñarrairaegi eta Karlos Eriz.
> Torturaren Aurkako Taldeak ekoiztutako lana.

'P.D.: ONDO IBILI'

> 2008an ekoiztua, bi minuto eta 45 segundo. Egileak: PuntutapArte Produkzioak taldea, tartean Yera Sanchez aretxabalarra.
> Leirek munduari bira eman gura dio, baina ezin. Hortaz, irudimenez baliatuz, Donostian aurkituko ditu bisitatu gura dituen hiriak.

'BANKUAREN LAPURRETA'

> 2008an filmatua, hiru minuto eta 15 segundo. Egileak: Unibertsitateko ikasle batzuk.
> Hiru mafiosok Bilboko banku bat lapurtu gura dute...

urtarrilean *Kameratoia* izeneko zirkuituan hirugarren saria irabazi zuen. Egunean Kulturaten egongo da Sanchez.

ABESBATZA > GOIKOBALU

Iaz egindakoekin pozik, aurtengoari heldu

Hilaren 13an egindako batzarrean, 2008a baloratu eta 2009rako asmoak zehaztu zituen Goikobaluk

J.B. > ARRASATE

Joan den martxoaren 13an egindako batzar orokorrean, Goikobalu abesbatza taldeak bi gai nagusi jorratu zituen: batetik, 2008aren balorazioa egin zuten; eta bestetik, aurten gauzatzuko dituzten proiektuak zehaztu zituzten.

Hala, taldeko abeslari eta bazkidez osatutako batzarrak posibitoki baloratu zuen iaz egindako lana. Rakel Murgiondo Goikobaluko kide eta Goikobalu Gazteko arduradunak hauxe jakinarazi zuen: "Iaz pentsatu genituen proiektu guztiak aurrera eroan genituen". Proiektuon artean, Tolosako abesbatza txapelketako sarrera ekitaldian talde gonbidatu moduan parte hartu izaña nabarmendu zuen Murgiondo, besteak beste.

2009A, EKITALDIZ LEPO

Aurtengo asmoei dagokienez, hamaika ekitaldi egitea pentsatu du Arrasateko abesbatza taldeak. Eta ekitaldiekin hasiak dira dagoeneko; izan ere, otsail amaieran hasi zuten Santiago de Compostela bidearen lehen etapa –azaroan eta abenduan jarraituko dute; Vianara eta Garesera abestera joango dira.

Santiagorako bideaz gain, hona hemen aurreikusi dituzten beste zenbait kontzertu: Eibarren *Carmina Burana* deritzeron kantu sortatik zenbait kantu abestuko dituzte; apirilaren 4an, Musikaldiaren barruan *Mozart's Requiem* abestuko dute San Frantziskoko parrokiian; eta Pazko Astean Granadara egingo dute irteera. Hortaz, 2009a ekitaldiz lepo datoren urtea da Goikobalarentzat.



Santiago bidea kantuan egitea da aurtengo proiektuetako bat.

> MUSIKA

Fiachras taldeak 3.60 aretoan joko du egubakoitzean

Haritz Artola lazkaotarrak eta Aitor Aldanondo bergarakarrak –Brigada Criminal punk rock talde ezagunaren kide ohiak– gidatzen duten proiektu berria Arrasaten aurkeztuko dute egubakoitzean.

Fiachras du izena aipatu proiektuak, eta Bergara, Lazkao eta Legazpitik dator. Artola (orain, baxua) eta Aldanondo (gitarra) gain, Jon Zangitu (ahotsak) eta Joseba Gartzia de Andoinek (bateria) osatzen dute taldea. Betiko etiketetik haratago doan musika da, estilo ezberdinaren arteko nahasketa borobila. Diskoan gitarrak, eskusoinuak, teklatuak, klarinetek... entzun daitezke. Zuzenekoak, berriz, garagardo giroan gozatzekoak dira.

Hala, egubakoitzean da hitzordua: 3.60 aretoan, 23:00etan. Black Lagun eta Los Galerna –surfa, made in Arrasate– taldeek ere joko dute.

Saioa Etxabarri eta haren lan-kide Ane Corantik hitzaldia egin zuten duela gutxi Miguel

Altuna institutuko aretoan. Haurdunaldiaz, erditze aurreko eta osteko tratamenduez eta

gernu-inkontinentziaz jardun zuten, besteak beste. Fisioterapeutak dira biak, eta fisio-

terapia obstetrikoan eta erre-habilitazio uro-ginekologikoan daude espezializatuta.

Saioa Etxabarri > Fisioterapeuta

"35 urtetik gorako emakumeen %40k gernu-inkontinentzia arazoak dauzkate"



Saioa Etxabarri, Ibargarai kalean duen zentroan.

tea ekiditea, episiotomiak elastikoago egin...

Inkontinentzia fekala ere ekin-din daiteke, idorreria, min pel-bikoa, sexu harremanetako mina...

Gizonei ere eragiten die inkontinentziak?

Bai, noski, inkontinentzia ez da emakumeen kontua soilik, nahiz eta emakumezkoak izan afektatuuenak.

Emakumeok haurdunaldia, erditzea eta menopausia direla-eta arrazoi gehiago ditugu zoru pelbikoa mintzeko, baina inkontinentzia ez da beti haurdunaldiaren ondorioa, beste arrazoi asko daude, eta inkontinentzia mota ezberdinak ere bai. Beraz, gizonezkoei, haurrei, adineko pertsonei, arazo neurologikoak dituztenei... ere eragiten die inkontinentziak.

Eta adinak ere badu zerikusirik?

Adinak, zoritzarrez, beti dauka zerikusia gorputzeko gaitzeten. Eta kasu honetan ere, adinak badauka zerikusia; handia, gainera.

Badu soluziorik?

Lehenik eta behin, esan beharra dago tratamendurik onena edo neurririk garrantzitsuena prebentzioa dela.

Hala ere, inkontinentziak irtenbidea dauka, tratamentu ezberdinak daude, inkontinentziaren arrazoiaren arabera, kasu bakoitzaz sakonki aztertu beharra dago.

Fisioterapia uro-ginekologikoan tratamendu eta teknika ezberdinak erabiltzen ditugu: Gimnasia Abdominal Hipopresiboa, elektroestimulazioa eta biofeedback-a, masaje perineala, konoak...

Zenbat pertsonari afektatzen dio?

Pentsatzen dugun baino pertsona gehiagori afektatzen dio inkontinentziak.

Emakumezkoen artean, adibidez, 35 urtetik gorakoetan %40k dituzte inkontinentzia arazoak, eta horiek esaten dutenak dira, jende asko dago-eta lotsagatik-edo ez duela esan nahi, orain arte tabu izan delako gai hau. Eta ez da horrela ikusi behar, gorputzeko beste edozein atalen errehabilitazioa bezalako da-eta.

Zoru pelbikoa gorputzeko beste atal bat gehiago da, eta oso garrantzitsua, gainera.

Dena den, haurdunaldia faktore nagusietako bat da.

Askotan bai. Erditzean zoru pelbikoak asko sufritzen du eta ez badira erditze aurreko –erditza errazagoa eta min gutxikoa izateko– eta erditze osteko tratamendu onak egiten, zoru pelbikoko muskulua ahul gelditzen dira eta askotan –momentuan edo aurrerago– inkontinentzia sortzen du horrek; zoru pelbikoko muskuluen ahultasuna, hain zuzen. Izan ere, zoru pelbikoa hainbat muskuluk osatutako taldea da, pelbisaren azpian kokatzen dena. Gernuaren jarioa kontrolatzen du eta barruko organo asko eusten ditu.

Hortaz, zer egin dezake haurdun dagoen emakumeak halakorik ez izateko?

Oso garrantzitsua da erditze-rako ondo gertatzea erditza errazagoa izateko eta emakumeak zer eta nola egin behar duen jakiteko. Modu horretan, zoru pelbikoa gutxiago sufrituko du.

"Haurdunaldia, erditzea eta menopausia direla-eta, emakumeok motibo gehiago ditugu inkontinentzia izateko"

"Gernu-inkontinentzia beste edozein atalen errehabilitazio moduan ikusi behar da"

Horrez gain, nahiz eta erditza erraza izan eta zoru pelbikoa askorik ez sufritu, beti egin behar da erditze osteko tratamendua, zoru pelbikoko muskuluak beti gelditzen dira-eta indar gutxirekin. Hala, garrantzitsua eta oso erraza da muskulu horiek bere onera bueltatzea erditze osteko tratamenduan egiten ditugun ariketekin eta teknika ezberdinakin.

Beraz, haurdunaldiaren ondoren, emakumearen gorputzak berezko errekuperazioa egiten du, baina horri laguntzeko fisioterapia obstetrikoa eta errehabilitazio uro-ginekologikoa garrantzitsuak dira.

Ze beste onura du erditze osteko tratamenduak?

Erditze osteko tratamendua ez da bakarrik zoru pelbikoko muskuluak errekuperatzeko, baita abdominalak errekuperatzeko ere. Beste hainbat helburu ere baditugu: barize arazoak ekiditea, barruko organoak jaitsi

GOIENKARIA > BERGARA
Haurdunaldiak, adinak... hainbat faktorek eragiten dute gernu-inkontinentziari. Eta herritar askorengan du eragina, gainera. Datu bat ematearen, 35 urtetik gorako emakumeen %40k dituzte gernu-inkontinentzia arazoak.

Zer da inkontinentzia eta zerker eragiten du?

Inkontinentzia gernuaren ihes nahigabetua da eta egoera ezberdinetan eta arrazoi ezberdinengatik gertatzen da. Gainera, arazo asko eragiten ditu, jendearekiko harremanetan, garbitasunean...

Zein dira inkontinentzia era-giten duten faktore nagusiak?

Egia esan, hainbat arrazoiengatik sor daiteke. Haurdunaldiaren edota erditzearen ondorioa izaten da askotan, baina ez dauka zertan horren ondorioa izan beti, kasu bakoitzaz aztertu beharra dago arrazoia zein den jakiteko.



Haur eta Gazte Saileko arduradun Saioa Garitano, bazkideei azalpenak ematen.

GOIATZ ARANA

EUSKARA > JARDUN ELKARTEA

Autofinantzazio maila igotzea da Jardun elkartearen erronka

Kanpo zerbitzuen bitartez eta bazkideen kuotak igota lortu nahi dute hori; halaxe eman zuten aditzera urteko batzar nagusian

MONIKA BELASTEGI > BERGARA
Jardun euskara elkartea urteko batzarra egin zuen aurreko zapatuan eta besteak beste, autofinantzazio maila igotzeko asmoa dutela azaldu zieten kultura etxeen batutako bazkideei elkarteko kideek. Hain justu ere, 2009rako aurreikusitako egitasmoak eta

aurrekontuaren nondik-norako gaineaneman zituzten azalpenok.

Jarduneko ordezkarien esanetan, 2009rako duten aurrekontua 198.420 euro da. Eta hauxe azaldu zuten: "Dirulaguntzek orokorrean behera egingo dutela aurreikusten dugu eta horri

aurre egiteko autofinantzazio maila igo egin nahi da". Bi modutan egingo dute hori: batetik, elkartetik kanpo zerbitzuak emanda; eta bestetik, bazkideen kuotak igota.

BESTEENDAKO LAN EGIN

Gero eta gehiago dira Jardunen zerbitzuak eskatzen dituztenak: "Ikastetxeak direla, Udala dela, herriko taldeak direla... gero eta gehiago etortzen dira gugana jaietan edo bestelako ospakizunetan jolasak, tailerrak eta antze-

koak antola ditzagun", azaldu dute Jarduneko ordezkariekin.

Bazkideen kuotak igotzeari dagokionez, onartu zuten batzarrean 2009rako ikasleen kuota 10 euro izatea eta nagusiena 35 euro. Hau da, ikasleena 4 euro igotzea eta nagusiena, 5 euro.

Igoera horren arrazoiari dago kionez, Jarduneko kideek azaldu zuten autofinantzazioaz gain, 2002a ezkerro ez direla kuotak igo eta eguneratzea komeni zela. 2002a ezkerro KPI %18,3 igo denez, igorri hori aplikatzea adostu zuten.

PLASTIKO BATZEA
> **Bihar da baserri inguruneko plastikoa batzeko eguna**

Bihar, martitzena, pasatuko da kamioia ohiko lekuetatik plastikoa jasotzen. Batze lekuren bat aldatu nahi izañez gero, deitu 943 76 25 47 telefono zenbakira.

HITZALDIA
> **'Euskaldunak eta Nafarroa' delako zikloko hitzaldia**

Luis Mari Martinez Garatek *Navarra como paradigma* hitzaldia egingo du etzi, eguztina, 19:00etan, osoko bilkuren aretoan.

BEGINALEAK
> **Uztailoko udalekuetarako begirale euskaldunak behar dira**

Izenematea da martxoaren 23tik apirilaren 8ra arte, Agorrosin kirolegian dagoen Xipizaro ludotekan. Ordutegia da asteleneretik egubakoitzera (17:00-20:00) eta zapatuetan (10:00-13:00). Informazio gehiago 943 77 91 60 zenbakian.

BATZARRA
> **Pazkoetako sukaldaritzak lehiaketa antolatzeko deia**

Pazkoetan San Martin plazan egiten den bakailao lehiaketa antolatzeko batzarra deitu du Kultura Sailak. Martxoaren 24an izango da batzarra, 20:00etan, kultura etxeen.

KANTU AFARIA
> **Jardunen kantu afarirako txartelak eros daitezke**

Martxoaren 27an izango da. 20:00etan triki-poteoa egingo dute Pol-Poletik abiatuta eta afaria 21:30ean izango da, Artatsen. Urtero moduan, kantu liburuxkak banatuko dituzte eta bertsolari eta trikitilariek ere egongo dira. Txartelak eskura daitezke 12 eurotan (15 bazkide ez direnendako) Koratarren eta Pol-Polen.

AZPIEGITURAK > PARKEAK

Errotalde parkeko lanak bukatzean

Bidea konponduta dago, eta baita kultura etxerako sarrera ere; asteon belarra erein dute

M.B. > BERGARA
Geroago eta gutxiago falta da Errotalde parkea egokitzeko lanak bukatzean.

Dagoeneko parkean barrena dagoen bidetxoa asfaltatuta dago -ia bi metro eta erdiko zabalerarekin- eta kultura etxerako sarerra egokitzea egin dute, zoruan lau-zak jarrita.

Horrekin guztiarekin batera, kultura etxe aurrean dagoen harrizko horma konpondu egin dute, eta baita hormaren mutu-

rretako baten dagoen iturria martxan jarri ere.

Horrez guztiaz gain, argi puntuak jarri dituzte asfaltatu berri duten bidetxoan barrena eta asteon belarra erein dute Udaleko lorezain zerbitzukoek. Hori dela eta, ez da komuni berdegunea zapaltzerik, eta horretarako hesitu egin dute.

Bada, Errotaldeko lanak era bat bukatzeko argi puntuen ondoan eserlekuak jartzea baino ez da falta.



Berdegunean belarra erein berri dago, eta ez zapaltzeko hesitu egin dute.

M.B.



Altuna empresa ondoan erreka bazterrak garbitzen hasi dira.

MIREIA BIKUÑA

Aurrekontua 3,6 milioi euro da; Eusko Jaurlaritzako Ur Agentziak 2,7 milioi euro ordainduko ditu eta Foru Aldundiak, 901.000 euro

M.B. > OÑATI
1983 eta 1992. urteetan Zubillagan egondako uholdeak berriro errepika ez daitezten, Altuna enpresa ondoko eta trenbide zaharreko zubiak bota egingo dituzte. Construcciones Moiua enpresa hasi da dagoeneko lanak egiten. Aurrekontua, guztira, 3,6 milioi euro izango da. Eusko Jaurlaritzako Ur Agentziak 2,7 milioi

LANAK > ZUBILLAGAKO ERREKAN

Zubillagako Altuna enpresa ondoko zubia konpontzeko lanak, abian

euro ordainduko ditu eta Foru Aldundiak, Udalarekin sinatutako hitzarmenari esker, 901.000 euro ordainduko ditu. Udalak lanak egin ahala izateko lurrikatzea ditzkie Moiua enpresari.

18 METROKO ZUBI BERRIA
Zubillagako Altuna ondoko lanak bi zatitan egingo dituzte, LKS enpresak egindako proiektuaren

arabera. Egunotan erreka bazterreko sastraka eta zuhaitzak kendu dituzte, eta hasi dira erreka zabaltzen. Lehen fasean, suhiltaileen egoitza parean hasiko den 18 metroko zubi berria egingo dute. Sei metroko altuera izango du, eta zortzi metroko zabala. Zubiaren kanpoaldean 2,26 metroko espaloia egingo dituzte. Ezaugarri abangoardistak

izango dituen zubi berria egin ondoren, Altuna enpresa ondoko eta trenbide zaharreko zubiak bota egingo dituzte.

Bigarren fasean, Altuna ondoko dagoen presako kota jaitsi egingo dute; hain zuzen ere, 2,6 metrora. Era berean, erreka bazterra indartzeko harrizko paretak jarriko dituzte Zubillagako zubiaren pareraino.

'Zaborreria' erakusketa ikusgai gaurtik apirilaren 5era

Birbira taldeko Ines Gereka oñatiarrak eta Amaia Zinkunegik egindako erakusketa zabalduko dute gaur kultura etxearen. *Zaborreria* izeneko erakusketa, hondakin moduan botatzen ditugun materialekin egindako artelanak ikus daitezke; besteak beste, jantziak, jostailuak, aulkia eta lanparak. Apirilaren 5era arte egongo da ikusgai.



GOIENKARIA

ZERGAK

Zirkulazio zerga ordaintzeko epea zabalik

Borondatezko ordainketa epea apirilaren 24an bukatuko da

M.B. > OÑATI
2009ko trakzio mekanikoko ibilgailuen gaineko zerga kobotatzen hasi dira dagoeneko. Borondatezko ordainketa epea apirilaren 24ra arte egongo da zabalik. Guztira, 6.909 agiri egin dituzte udal bulegoetan. 5.761 kutxa edo banaketeen bidez kobotatu dituzte; hau da, ordainketa helbideratuta dutenek. Gainerako 1.148 agiriak, berriz, eskura ordain daitezke.

Bestalde, 616 ibilgailu zerga ordaintzetik kango geratuko dira, ibilgailu zaharrak direlako edo elbarriendako ibilgailuak direlako.

ERREKARGUA

Agiria helbideratuta ez dutenek gutuna jaso dute etxean zergaren ordainketaren berri emanet. Epea bukatzean dagoenean, ordaindu ez dutenek beste gutun bat jasoko dute. Apirilaren 25etik aurrera %5eko eta %15eko errekarri-guarekin jasoko dute agiria. Epe guztiak bukatzen direnean, zirkulazio zerga ordaindu ez dutenei ibilgailua kenduko diete.

oharrak

ZERBITZUAK

> Zubikoara sartzeko hatzmarkak berri daitezke

Zubiko kirolegian hatzmarkarekin sartu nahi duten baziakideek eta erabiltzaileek bulegotik pasa behar dute hatz-marka berritzeko lehenbailehen. Gaur, eguztenean eta egubakoitzean 08:00etik 13:00etara eta 17:00etik 19:00etara; bihar eta egunean 08:00etik 13:30era eta 15:00etik 19:00etara; eta zapatauan 09:00etik 12:00etara. Hatz-marka berritzen ez dutenek txartelarekin sartu beharko dute.

ZINEMA

> 'Hace mucho que te quiero', zineklubean

Philippe Claudel zuzendariaren *Hace mucho que te quiero* azken pelikula eskainiko dute zineklubean egunean, 20:00etan.

Kristin Scott Thomas, Elsa Zylberstein eta Serge Hazanavicius dira protagonista nagusiak.

ESKORIATZA > IRTEERA

Herriko erretiratuak sagardotegira joango dira apirilaren 25ean

Aginaga sagardotegira joan aurretik, Tolosa eta Donostiako alde zaharra bisitatuko dute

M.B. > ESKORIATZA
Aspaldian hainbat irteera egi-ten dabiltza herriko erretiratuak. Joan den egunean, martxoak 19, autobusa hartu eta Errioxa-raino joan ziren. Arnedon eman zuten eguna. Ekimenak ez dira

hor amaitzen. Apirilaren 25era-ko plan ederra antolatu dute Ola-zar elkartekoek.

Ohitura onak ez dira galdu behar, eta horregatik, elkarteko zuzendaritzia aldatu bada ere, sagardotegira irteera berdin ger-tatzea erabaki dute, eskoriatzaren artean arrakasta handia duen irteera da-eta hori.

APIRILAREN 7RA ARTE
Olazar erretiratuen elkarteko presidente Maximo Iñurrategik jakinarazi duenez, erretiratuek

dagoeneko eman dezakete izena txangora joateko; apirilaren 7an, martitzenean, amaitzen da horre-tarako epea. Interesatuek elkar-tearen egoitzara joan beharko dute.

Egun horretan ez dira sagar-dotegira zuzenean joango. Goizeko lehenengo geldiunea Tolosan egingo dute, eta hango azoka bisi-tatu. Garaiko produktu ederrei begirada eman eta, bide batez, gura dutenek produkturen bat edo beste erosteko aukera izan-go dute.

Eguerdi aldera autobusera igoko dira berriro eta Donostiarantz abiatuko dira. Hara iriste-an, alde zaharra bisitatuko dute. Pintxo gozoak probatzeko tentaldian erortzeko arriskua izan-go dute orduan...

Jarraian, 14:30ean, Usurbil ondoan dagoen Aginaga sagardo-tegian bazkalduko dute. Aurten-go sagardoa probatu eta txotx ezaguna egiteaz gain, bakailao-tortilla, txuletzarra eta Idiazabalgo gazta izango dute bazkari-tarako, bestea beste. Amaitze-an herrira bueltatuko dira.

IAZ 113 LAGUN

Esan bezala, erretiratuen artean arrakasta handia duen irteera da sagardotegiarena. Joan den urte-an autobus bi bete ziren. Guzti-ra, 113 eskoriatzarrek parte har-tu zuten horretan.

Jakina denez, irteerak ez dira hor amaituko: maiatzean Caste-lloa joango dira, Marina D'Or-rea, hain zuzen. Hamaika egun emango dituzte han, maiatzaren 9tik 20ra bitartean.

ESKORIATZA

Udalak osoko bilkura deitu du etziko

Bestea beste, Eusko Ikaskuntzarekin duen hitzarmenaz jardungo dute

M.B. > ESKORIATZA

Eskoriatzako Udalak osoko bilkura egingo du etzi, egua-ztena, udaletxearena. Joan den urte-an autobus bi bete ziren. Guzti-ra, 113 eskoriatzarrek parte har-tu zuten horretan.

Horretaz aparte, Axtroki-ko ontziei buruz EAJ eta EA udal taldeek aurkeztutako mozioaren gaineko erabaki proposamenaz eztabaaidatu-ko dute. Mozioa ere egongo dira: Nafarroako konkista-ren 500. urtemugaren gaineko eta Euskal Nazioaren ingurukoa dira horiek. Esan bezala, eguztenean izango da bilkura, 18:30ean.

oharrak

ESKORIATZA

> 'Nola zaindu bizkarrezurra' hitzaldia dago martitzenean

Ibarraundi museoan Nola zaindu bizkarrezurra izene-ko hitzaldia egingo du bihar, hilak 24, Andrea Larrañaga kiropraktikoak.

ESKORIATZA

> Ipuin kontaketa dago egue-nean, 18:00etan, liburutegian

Hilero bezala, martxoko azken eguneko ikastaroa gertatu dute apirilaren 23tik ekainaren 18ra. Izena eman ahalko da apirilaren 8ra arte.

ESKORIATZA

> Masaje bateratuaren izene-matea, apirilaren 8ra arte

Masaje bateratuaren gai-neko ikastaroa gertatu dute apirilaren 23tik ekainaren 18ra. Izena eman ahalko da apirilaren 8ra arte.

ZERGAK

> Trakzio mekanikoko ibilgai-luen tasa ordaindu behar da

Udalak trakzio mekanikoko ibilgailuen zerga boron-datez ordaintzeko epea zabal-du du, datorren apirilaren 8ra arte.

ARETXABAleta > GAZTEAK

Gazteendako interesgarriak izan daitezkeen informazio panel bi jarri dituzte herrian

Udaletxe zaharreko atarian eta Zaindusz gimnasioan jarri dituzte horiek

Lan eta dirulaguntza deialdien eta lehiaketen berri ematen da paneletan

M.ALTUBE - M.BITERI > ARETXABAleta
Aretxabaletako Gazteria Sailak panel bi jarri ditu herrian, gazteendako interesgarria den informazioa jartzeko. Panel horiek udaletxe zaharreko atarian eta Zaindusz gimnasioan daude eta lanaren, dirulaguntza deialdien eta lehiaketen berri dakarten albisteak jartzeko ditu bertan Gazteria teknikariak.

Asteroko berritzen du. Informazioa eta bereziki administrazio arlotik datozen lan eskaintzak eta beka deialdiak jaso eta paneletan jartzearrarduratzan da Uda-leko Gazteria teknikaria.

DEIALDI INTERESGARRIA

Maider Etxaniz Gazteria teknikariaren esanetan, deialdi horien guztien artean, egunotan badago gazteendako oso interesgarria izan daitekeen bat: Euskadiko Gazteak Lankidetza programaren hain zuzen ere, horren helburu da Euskadiko gazteen artean elkartasunaren balioa sendotzea eta garapenerako ekintzen inguruo sentsibilizazioa sortzea.



Udal Gazteria teknikari Maider Etxanizek astero berritzen du informazioa.

MIRARI ALTUBE

Ekintza horiek hegoaldeko herrialdeetan izaten dira uztai-letik urriira bitartean, Amerikan, Asian eta Afrikan.

Programa horretan izena emateko epea apirilaren 7a arte dago zabalik. Horren gainean argibide gehiago izan edo izena eman gura duena honako helbide elektronikoa sar daiteke: www.gazteakera.euskadi.net.

Egitasmo horretaz gain, gazteek beste hainbat deialdi topa ditzakete, hala nola Donostiako Hezkide Eskolak boluntarioen lanaren gaineko oinarrizko ikas-taroa antolatu duela, Arrasateko Emakume Txokoan dinamiza-tzaileak behar dituztela eta Txatxilipurdia aurtengo udalekuetan lan egiteko begiraleak eta sukaldaria bilatzen ari dela.

TXOSTENA LIBURUTEGIAN

Herriko bi panel horietan ager-tzen den informazioaz gain, bes-te deialdi eta lan eskaintza batzuk jasotzen dituen txostenetan liburutegian uzten du Gazteria teknikariak. Lan eskaintzei dagokien txostenetan astero berritzen du eta dirulaguntza eta lehiaketa deial-diei dagokiona, berriz, hilabete-an behin.



Aramaioko Untzilla auzoko eliza ingurua.

JOSETXO ARANTZABAL

ARAMAIO > AZPIEGITURAK

Auzoetan farola gehiago ipiniko ditu laster Udalak

Argindar kontsumoa jaitsi egin nahi dute; hala, kontsumo txikiko bonbillak ipiniko dituzte

ARRITXU BARRUSO > ARAMAIO

Aramaioko Udalau auzoetako argiteria publikoa hobetzeko proiektua lantzen dabil. Azaldu dute zerbait gune ilunegiak direla eta arazo hori konpondu egin nahi dutela.

Dena dela, auzoak argitzea ez da proiektu horren helburu bakarra; argindar kontsumoa txikitzea da beste asmoa. Udalak uste du gaur egun argiteria publikoaren kontsumoa oso handia dela. "Gaur egun daukagun argiteria publikoak gastu ener-

getiko handia dakar. Gainera, konturatutu gara zerbait kasutan argi kutsadura ere eragiten dueña", azaldu du Asier Agirre alkateak. Argi kutsadura sortzen da zerbait farolak behar baino argi gehiago ematen dutelako eta argi hori gorantz bidaltzen dutelako; ondorioz, zerua argitzen dute zerbait izar desagerraziz.

Hori horrela, proiektua garatzeko orduan argindar kontsumoa murritzeko bideak aztertzen dihardute. Oraingoz, erabaki dutena da kontsumo txikiko

eta intentsitate bikotzeo bonbillak ipintzea. Horrek esan nahi du iluntzean ordu jakin batetik aurrerako argi gutxiago emango dutela.

Lanak udarako hasi nahi dituzte eta honako tokietan ipiniko dituzte, oraingoz, bonbilla berriak: Azkoaga, Barajuen, Bolinburu, Zubietza, Untzilla eta Suñan. Lanok Eusko Jaurlaritzaren dirulaguntzarekin egingo dituzte.

Hori, baina, proiektuaren lehenengo zatia besterik ez da. Udalaren asmoa da datorren urtean bigarren fasearekin hastea. Orduan, falta diren auzoetako eta Ibarrako argiterian egingo dituzte aldaketak.

LEINTZ GATZAGA > TURISMOA

Bisita gidatuak egiten dabiltza gatz museoan eta Jakionen, Mankomunitateak antolatuta

Gastronomia

Jardunaldien barruan daude bisitak, eta Gure Ametsak eta Soranek menu berezia eskaintzen dute

MIRARI ALTUBE > LEINTZ GATZAGA
Debagoienekeko turismoa bultzatzeko jarri du abian Mankomunitateak Gastronomia Jardunaldiak ekimena. Eskualdeko turismo bulegoek eta hainbat jatetxek egin dute bat ekimenarekin, baina Gatzagako batzuek ere.

Iturriko gatz gahaian gozoleloarekin, Gatzaga eta bertako jarduerak ezagutzeko aukera eskaini du Mankomunitateak. Gatz museora eta Jakionera -barazki eta fruta kontserba enpresa- egiten dituzte bisita gidatuak, 3 euroren truke. Dometiketan dira bisita horiek (11:30) eta ordubete pasatxo irauten dute. Hain zuzen, atzo taldeko bat izan zen bertan, aste bukaera luzea aprobetxatuta. Apirilaren 30ean bukatuko da egitasmoa.

MENUA, SASOIKO PRODUKTUEKIN
Eskualdea ezagutzeaz gain, bertako gastronomia dastatzeko aukera eskaini gura du Manko-

munitateak. Horretarako, sasoiko produktuekin egindako menuak gertatu dituze jatetxeek herritar eta bisitariei eskaintzeko -gazta, odolosteak eta pellak, ezinbestekoak-. Hainbat jatetxek onartu dute jardunaldiaren sartzea; Gatzagaren kasuan, Gure Ametsa jatetxeak eta Soran Etxea hotelak.

Bi aste pasatu dira egitasmoa abian jarri zutenetik eta Soran hoteleko ugazabek diote oraindik goiz dela balorazioa egiteko. Jatetxera joandako gehienek ez dutela ekimen horren berri diote, baina, menu bereziaren eskaintza eginez gero, askorik hartzen dutela.

ELGETA > KANTARI

Lau elgetar aurten Kantari karaoke ikuskizunean

Sugan taldearen 'Zarena Zarelako' kantua egokitu zaie eta apirilaren 5ean egingo dute lehenengo entsegua Bergaran

LARRAITZ ZEBERIO > ELGETA

Goienak Kantari karaoke ikuskizuna antolatu du bigarren aldiz, eta aurreko edizioan ez bezala, honakoan Elgetak ordezkaritzaz izango du bertan.

Jone Elkorok, Maialen Zubiaurrek, Naren Muñozek eta Goizaldi Arotzenak osatuko dute Elgetako taldea. Dagoeneko ezagutzen dute karaoke ikuskizunerako egokitu zaien kantua; Sugan taldearen *Zarena Zarelako*, hain justu ere. "EZ genuen kantua ezagutzen, baina gustatu zaigu", adierazi du laukoteak.

GUSTUKO DUTE ABESTEA

Udaberrian hasiko ditu ikuskizunak Kantariak eta Bergarako saioan hartuko du parte Elgetako taldeak. Aurretik, kantua ikasi eta koreografia prestatu behar dute. Horretarako hitzordua dute apirilaren 5ean Bergarako Aranzadi ikastolan.

"Asko gustatzen zaigu abestea", esan digu Elgetako laukoteak. "Jolas orduan beti gaude kantuan eta dantzan. Horregatik eman dugu izena Kantarin, kantuan eta dantzan egiteko eta ondo pasatzeko aukera bat dela usten dugulako".



Goizaldi Arozena, Naren Muñoz, Jone Elkoro eta Maialen Zubiaurre.

L.Z.

ANTZUOLA > MUSIKA

Hasi dira gertatzen Trikitixa Egunerako kamisetak

Emakume, gizon eta umeendako ereduak daude, zuriak, beltzak eta urdinak

IRATI AGIRREAZALDEGI > ANTZUOLA
Apirilaren 25ean (zapatua) Antzuolan izango den Debagoienekeko Trikitixa Egunerako kamisetak gertatzen hasi dira antolatzaleak.

Debagoieneko, Soraluzeko eta Zumarragako musika eskoletara kamiseten ereduak bidaudi dituzte; eta, herri bakoitzean zenbat behar dituzten dakinenean, kamiseta guztia eskatuko dituzte antzuolarrek.

Hiru motatako kamisetak izango dira. Emakumeendako kamisetak bi koloretakoak (zuriak eta beltzak) eta Aitor Divasson eibartarrak egun

horretarako propio egindako irudia kamisetaren barrenean izango duena; eta umeendako eta gizonezkoendako beste bi modelo, urdinak eta beltzak, eta irudia mahukan dutenak. Kamiseta guztia mahuka motzeakoak izango dira.

Musika eskoletan kamisetak banatzeaz gain, egunean bertan ere salgai ipiniko dituzte hamar euroren truke.

TRIKIZIO ARRATSALDEAN

Kamisetak ez ezik, Debagoienekeko Trikitixa Egunerako egitaraua ere ia gertu daukate antolatzaleek; azken ukitua ematea baino ez zaie falta, eta horretan dihardute. Musika eskoletako trikitilariek jardunago dute herrian barrena trikiti doinuak zabalduz. Bestalde, aurreratu digute arratsalde parterako Trikitizio taldearen emalldia izango dela.

Kirola



> FUTBOLA

UDAk irabazi egin zuen atzo Hernaniren aurka eta bost puntu aldea du sailkapenean > **22**

> SASKIBALOA

Mondragon Unibertsitateak jaitsiera faseko hirugarren partidua irabazi zuen > **24**



> KEPA VARELA

Ziklista arrasatearra amateur mailan lehiatuko da seigarren urtez Bidelan taldearekin > **27**

TRIAL > GIPUZKOAKO TXAPELKETA, AZKEN PROBA

Iker Lezeta txapeldun, Benito Rosek onena dela berretsi zuen proban

2009ko Gipuzkoako trial txapelketa atzo amaitu zen Arantzazun; Iker Lezeta donostiarak irabazi du

Benito Ros munduko txapeldunak onena dela berretsi zuen; Aitor Murua izan da debagoiendar onena

JOKIN BEREZIARTUA > OÑATI Triala izan zen protagonista atzo Arantzazun. Orain aste bi eguraldi txarra zela-eta bertan behera geratu zen proba; atzo, baina, eguraldia ezin zen hobea izan. Antolakuntzak balorazio positiboa egin zuten, "46 parte-hartziale eta ikusle dezentze" adierazi zuten.

LEZETA TXAPELDUN Arantzazuko azken proban era-baki zen Gipuzkoako trial txapelduna. Iker Lezeta donostiarra da txapeldun berria atzoko proba Ion Areitio hondarrabiarrak bai-no hobeto egin ostean. Elite mailan bien artean zegoen lehia, eta Lezetak ez zuen hutsik egin: 22 puntu egin zituen, Areitiok, berriaz, 30. Biek gune guztiek amaitu zituzten arren, Lezetak puntu gutxiago egin zituen.

POZIK GARAI PENAREKIN Iker Lezeta munduko txapelduna izandakoa "oso pozik" zegoen atzoko probaren ostean. Arantzazuko proba, gainera, bereziki

gustatzen zaio: "asko gustatzen zait Arantzazuko zirkuitua, urte asko deroat etortzen. Oso leku polita da eta oso gustura etortzen naiz". Proba "oso teknikoa" izan zela adierazi zuen. Teknikoa iza-teaz gain, Lezetaren ustez, "zirkuitua nahiko zaila izan da. Iku-si besterik ez dago Benitok egin dituen puntu kopurua: 19 puntu egin ditu, normalean 0 eta 5 puntu artean geratzen denean".

ROSEK, ARERIORIK EZ

Benito Rosek arerriorik ez duela argi utzi zuen beste behin. Besteekin alderatzu, erraz gailendu zituen oztopoak eta ezin duenez Gipuzkoako txapelketa irabazi -nafarra da-, asko arriskatu zuen hainbat gunetan. Hortik 19 puntu egin izana, asko Rosentzat: "gaurkoan inoiz baino gehiago arriskatu dut, guneak are gehiago zaildu ditut askotan". Atzokoa, hortaz, entrenamendua izan zen munduko txapeldunarentzat.

EZ ZEN MURUAAREN EGUNA IZAN

Debagoiendarren artean Aitor Murua aretxabaletarra izan zen elite mailan lehiatu zen bakarra. Bosgarren postuan amaitu zuen; ez zen haren egin onena izan. Hala ere, Muruak elite maila oraingo handi geratzen zaio-la aitorre zuen: "junior mailan erraz ibiltzen nintzen eta aurten igo naiz elite mailara. Aldaketa handia da, oraindik asko hobetu beharra daukat maila honetan ondo ibiltzeko".

Muruaz gain, beste lau debagoiendar lehiatu ziren atzo: Itziar Murua -Aitorren arreba eta neska bakarra-, Markel Uriarte eta Unai Zunzunegi aretxabaletarrak eta Jon Madina oñatiarra.



Iker Lezeta bereziki gustatzen zaio Arantzazuko zirkuitua.

JOSETXO ARANTZABAL

Benito Ros > Munduko trial txapelduna

"Halako probek nire maila hobetzen laguntzen didate"

J.B. > OÑATI

Benito Ros munduko trial txapeldunak entrenamendu moduan hartu ditu Gipuzkoako txapelketarako probak, nafarra denez ezin du-eta irabazi. Egun arerriorik ez duela argi utzi zuen; ikusleak aho bete hortz utzi zituen txapelketaren ostean inprobisatu zuen erakustaldian.

Nola ikusi duzu gaurko proba?

Oso dibertigarria iruditu zait, eta eguraldiak asko lagundu du. Beste urte batuetan eguraldia txarrarekin dezen-te sufritu izan dugu.

Non hobeto, harrian ala lurrean?

Nik nahiago ditut harrizko gune-



aklurrekoak baino, teknikoagoak eta politagoak iruditzen zaizkit. Hala ere, gune bakoitzak dauka bere xarma.

Gustatu al zaizu zirkuitua?

Gustatu zait, ez zen ez oso erraza eta ezta oso zaila ere. Oso ondo pasatu dut; horretara nator, finean.

Ondo pasatzeaz gain, entrenatzeko aukera paregabeara izango da, ezta?

Bai, nik ezin dut Gipuzkoako txapelketa irabazi nafarra naizelako. Hala, entrenamendu moduan hartzen dut. Hala ere, denbora eta ibilbidea mugatua dagoenez, beste era bateko entrenamenduak dira, eta nire maila hobetzen asko laguntzen didate.

PREFERENTE > UDA-HERNANI

Lidergoa sendotu du UDAk sailkapeneko bigarrenaren aurka irabazi ondoren

Joko ikusgarria egin barik Gordobilen taldeak 2-0 menderatu zuen Hernani

Aretxabaletarrak sailkapeneko lehen tokian daude bost puntuko abantailarekin

UDA
2-0
HERNANI

Aretxabaleta > Asier, Raul, Alain, Ruben, Gorika, Gotzon, Eriko (Oinatz, 72. min.), Haritz (Imanol, 64. min.), Espinosa (Arkaitz, 86. min.), Lopez (Astola, 74. min.) eta Iker (Iñaki, 84. min.)

Hernani > Gartzia, Aginagalde, Alkorta, Lujambio, Zabala, Gurrutxaga, Kijera, Sorondo, Galdon, Olasagasti (Illarramendi, 68. min.) eta Rincon.

Epailea > Labaka jaunak zuzendu zuten partidua. Marrazain lanak egin zituzten Anduagak eta Palenciacak.

MIREIA BIKUNA > ARETXABAleta
Une honetan Aretxabaleta da preferente mailako talde indartsuena, eta horixe erakutsi zuen atzo Ibarra futbol zelaian Hernanirenen aurkako partiduan. Joko ikusgarria egin barik 2-0 irabazi zuten, eta lidergoa sendotu zuten. Gordobilen taldeak bost puntuko errenta du Hernanirekin eta sei puntuko Tolosarekin.

Atzoko garaipenarekin Hirugarren Mailarako bidea egiten hasi dira aretxabaletarrak. Baina, partidu bukaeran UDAko jokalari Erikok esan zigun moduan "oraindik partidu asko falta zaizkigu, tarteau bi derbi".

LEHEN GOLA, AZKAR
Partiduaren garrantzia jabeturik Aretxabaletako eta Hernaniriko zale asko elkartu ziren atzo Ibarran. Lehia ez zen ikusgarria izan joko aldetik, baina intentsitate handikoa izan zen. Hasierako minutuetan zelai erdiko jokoa izan zen nagusi. Baina, UDAK



UDAko Haritz Igartuak ez zuen asmatu atezainaren aurrean. Atzean Eriko jokaldia jarraitzen.

JOSETXO ARANTZABAL

lehen aukera garbia sartu zuen gola: kontraerasoa bikain antolatu zuten eta Haritzen erdiraketa sare barrura bidali zuen Erikok 17. minutuan.

Hernanik orduan lerroak aurreratu zituen, baina etxekek ondo eutsi zuten zelai erdia. Ordu erdia bete aurretik bigarrena egiteko aukera izan zuen Lopezek, eta atsedenaren aurretik Haritzek kanpora bidali zuen baloia atezainaren aurrean bakar-bakarrik.

Bi taldeak asmo ezberdinak irten ziren bigarren zatian: UDA lehia erabakitzeko bigarrena sartu nahian eta Hernani berdinkeita egin nahian. Lehen aukera garbia hernaniarrek izan zuten 54. minutuan, baina Olasagastik baloia zutoinaren ondotik kanpora bidali zuen. Bigarren aukera garbia UDArenako penalti jaurtiketa izan zen. Eriko erori egin zen area barruan eta epaileak penalti adierazi zuen, baina Lopezek langara bidali zuen baloia.

Azken minutuetara itxaron barik lehia erabakita utzi zuten etxekek 66. minutuan: ezkerretik erdiratutako falta hankarekin ate barrura bidali zuen Igartuak. Handik aurrera lasaiago jokatu zuen UDAK.

> ALOÑA

Lehen zatian gol aukera garbiak egin arren, Aloñak 0-2 galdu egin zuen Real Unionen aurka Azkogainen

Bolada txarrarekin darrai Aloña Mendik, azken bost partiduetatik lau galdu egin ditu-eta; azkena San Jose egunean Real Unionen aurka, Azkoagainen. Josu Zubiaren taldeak hiru gol aukera gin zituen lehen zatian markagailuan aurretik ipintzeko; baina bigarren zatiaren hasieran lehen gola egin zuten irundarrek, eta oñatiarrak behera etorri ziren. Partidua bukatzean zegoela egin zuen bigarrena Real Unionek. "Partidu bat irabazi behar dugu lehenbailehen, bestela denboraldia oso luzea egingo zaigu", esan zigan Zubiak partidu bukaeran.

Erik Gartzia > UDAko jokalaria

"Bukatzeko zortzi partidu falta dira baina igotzea gure esku dago"

M.B. > ARETXABAleta

Pozik zeuden partidu bukaeran UDAko jokalariak. Hirugarren Mailarako bidea egiten hasi dira. Atzo lehen gola egin zuen jokalariarekin egin genuen berba, partiduaz eta etorkizunaz.

Puntu importanteak lortu dituzue. Nola ikusi duzu partidua? Gogorra izanda. Hernani talde indartsua da fisikoki; baina lehen zatian ondo jokatu dugu eta ondo estutu diegu zelai erdian. Bigarrenean maila berbera eman dugu. Hortaz, emaitza justua dela uste dugu.

Lehen gola azkar egin duzue. Horrek lasaitasuna eman dizue?

Bai. Gainera, golaren ondorioz Hernanik lerroak aurreratu behar izan ditu eta hobeto jokatu dugu.

Lidergoa sendotu duzue. Hirugarren Maila gertuago ikusten duzue?

Egia da sailkapena gure alde jarri dugula. Bost eta sei puntuko aldea



A.E.

dugu hurrenez hurren, Hernanirekin eta Tolosarekin. Baina, zortzi partidu falta dira eta bidea oso luzea da. Gainera, Mondrarekin eta Aloñarekin derbiak jokatu behar ditugu.

Zuen esku dago Hirugarren Mailara igotzea?

Bai. Bidea luzea den arren igotzea aukerak ditugu, eta oraingoz gure esku dago.

> MONDRA

Mondrak lehen zatia menderatu zuen arren, golak Hondarribiak egin zituen eta 1-2 irabazi zuen

Mondrak eta Hondarribiak egunen Mojategin jokatu zuten partiduan ate aurrean finago ibili zenak irabazi zuen. Lehen zatia etxekek menderatu zuten eta gola egiteko aukerak izan zituzten, baina zelai erdian egindako hutsaren ondorioz Hondarribiak lehen gola egin zuen 26. minutuan. Zazpi minutu beranduago bigarrena egin zuten. Bigarrenean arrasatearrak ezinean ibili ziren. 69. minutuan Mondrako Arando egotzi zuen epaileak, eta etxekek hobeto jokatu zuten, baina Muruak beranduegi egin zuen gola (90. minutuan).

emaitzak eta sailkapenak

PREFERENTE MAILA

Sailkapena	Puntuak	JP
1. Aretxabaleta	52	26
2. Hernani	47	26
3. Tolosa	46	26
4. Trintxerpe	45	26
5. Real Union	45	26
6. Pasajes	44	26
7. Berio	43	26
8. Hondarribia	42	26
9. Aloña Mendi	41	26
10. Idiazabal	41	26
11. Ondarroako Aurrera	34	26
12. Mondra	26	26
13. Euskalduna	26	26
14. Mundarro	23	26
15. Vasconia	23	26
16. Anaitasuna	22	26
17. Zumaiako	19	26
18. Amaikak Bat	16	26

Emaitzak

Pasaia-Anaitasuna	1-1
Berio-EHU/UPV Vasconia	1-0
Aloña Mendi-Real Union	0-2
Mondra-Hondarribia	1-2
Tolosa-Aurrera	0-1
Astig.Mundarro-Amaikak bat	1-0
Idiazabal-Zumaiako	1-0
Aretxabaleta-Hernani	2-0
Euskalduna-Trintxerpe	1-3

Hurrengoa

UPV/EHU Vasconia-Pasaia	
Real Union-Berio	
Hondarribia-Aloña Mendi	
Aurrera-Mondra	
Amaikak Bat-Tolosa	
Zumaiako-Astig.Mundarro	
Hernani-Idiazabal	
Trintxerpe-Aretxabaleta	
Anaitasuna-Euskalduna	

BESTELAKOAK

LEHEN ERREGIONALA

Antzuola-Aretxabaleta	3-0
Urola-Mondra	0-0
Bergara-Lazkao	1-1
Eibartarrak-BTLS	2-0

BIGARREN ERREGIONALA, IGOERA

Bergara-Getaria	1-1
-----------------	-----

OHOREZKO GAZTEAK, KOPA

Billabona-Aloña Mendi	4-1
-----------------------	-----

LEHEN MAILAKO GAZTEAK, IGOERA

Mondra-Dunboa	4-1
---------------	-----

1. MAILAKO GAZTEAK, KOPA

Soraluze-Bergara	1-0
UDA Barizmendi	Atsedena

OHOREZKO KADETEAK, IGOERA

Aretxab.Arizmendi-Antiguoko	0-2
Bergara-Hondarribia	2-2

OHOREZKO KADETEAK, KOPA

Zumaiako-Aloña Mendi	2-3
Hernani-Arrasate	4-0

KADETEEN 1. MAILA, IGOERA

Hondarribia-Aretxabaleta	1-1
--------------------------	-----

KADETEEN 1. MAILA, KOPA

Arizmendi-Mutriku	0-1
Bergara	Atsedena

TXIRRINDULARITZA > LOKATZA TALDEAREN AURKEZPENA

Urtero legez, Lokatza ilusio eta gogoz irten da errepidera

Lau maila ezberdinan banatuta, guztira 26 txirrindularik osatzen dute aurtengo taldea

Lokatzaren helbuak taldeen araberakoak dira; helburu komuna, oinarrizko ziklismoa indartzea

JOKIN BEREZIARTUA > BERGARA

Aurtengo denboraldiaren aurkezpenerako argazkiak ateratzeko Bergarako Errotalde parkea aukeratu zuen Lokatza ziklismo eskolak. Azken egunotan izan dugun eguraldi ona aprobetxatuz, elkarteko txirrindulari taldeetako kideek aurkezpen ekitaldia egin zuten. Zitara elkarteko txirrindulari guztiak agertu ziren, Iñigo Agirrezabal eta Julen Iriar haurren taldeko txirrindulariak izan ezik.

AURTEN 26 TXIRRINDULARI

Hala, Lokatza ziklismo eskolak 26 txirrindularirekin egingo dio aurre denboraldi berriari. Elkartea sortu zenetik txirrindulari gazteen heziketan parte hartzea izan du helburu, bai kirol arloan eta bai alde pertsonalean. Hau da, gazteei txirrindularitzak kirol moduan dituen baloreak bizitza arruntera aplikatzen irakasteko asmoa dauka elkartea.

GINARRIZKO ZIKLISMOA INDARTU

Lokatza taldea, urtero moduan, ilusio eta gogo biziz irten da errepidera, lehen aipatu hasierako helburua betetzeko, oinarrizko ziklismoa indartzea, hain zuzen. Elkarteko osoak bilatzen duen helburuaz gain, ohikoa denez talde ezberdinen araberako xedeak ere finkatu dituzte. Hala, infantil eta

eskola kiroleko taldeen helbuak dira txirrindularitzaren oinarrizko arauak ezagutu eta bzikleta kontrolatzen ikastea.

Kadete mailakoek, berriz, errepidearekin lehen kontaktua egitea dute helburu. Kadeteen artean txirrindulari guztiak dira bergararrak, Xabier Gallastegi eta Andoni Rico soraluzetarrak ezik. Eta azkenik, gazte mailakoak profesional mundura hurbiltzen saiatuko dira. Izan ere, probak sakonago prestatzen hasiko dira aurten eta gorputza zaindu behar dutela ikasiko dute. Aipatu proben artean, Gipuzkoako klasika eta Gipuzkoako Itzulia dira urteko lasterketa garrantzitsuenak. Gazte mailakoen artean ere nagusi dira bergararrak, Aitor Laskurain eta Xabier Arantzeta antzuolarraez ezik.

ARISTI ETA ARANTZETA, OSO ONDO
Hasiberri den denboraldiak Lokatza ziklismo eskolako bi txirrindulari oso sasoi onean dau dela erakutsi du. Hala, Iñigo Larrañaga zuzendari duen kadeteen artean Mikel Aristik hiru proba irabazi ditu dagoeneko.

Bestalde, Iker Sanchezek gidatzen duen gazte mailako ziklisten artean, berriz, Xabier Arantzetak oso ondo dagoela agerian utzi du denboraldiko lehen probetan.



Alebinak, irudian, txirrindularitzaren oinarrizko arauak eta bzikleta kontrolatzen ikastea izango dute helburu.

LOKATZA



Lokatza taldeko infantilak itxaropentsu daude aurtengo denboraldiari begira.

LOKATZA



Kadeteek errepidearekin lehen kontaktua izango dute aurten. Irudian, Iñigo Larrañaga zuzendariarekin.

LOKATZA



Lokatza elkarteko txirrindulari guztiak, elkarrekin.

LOKATZA



Gazte mailako txirrindulariek profesional mundura hurbiltzen saiatuko dira hasi berri den denboraldian.

LOKATZA

LEHENENGKO MAILA > JAITSIERA FASEA

Azken bi minutuetan lasai jokatu zuen Muk eta irabazi egin zuen



Imanol Zeziagak puntu importanteak lortu zituen azken minutuetan.

Azken tartearen hasierako 15 puntuko abantaila lau puntukoaren 38. minutuan

Arrasatearrek maila mantentzeko lehian hirugarren partidua irabazi zuten zapatuan

MONDRAGON UNIBERTSITATEA

93-81

GOIERRI VERKOL

Mondragon Unibertsitatea > Imanol (31), Kintana (22), Paul (4), Moratxo (6), Aitor, Barbero (7), Arantzial (3), Bidaburu (6), Arejola-ibea (9), Anasagasti (5), Barrena eta Igoa.

Goierrri Verkol > Barkero (6), De Miguel (36), Comez (18), Aiesta (9), Antzizar (7), Ormazabal (3), Pozo (2) eta Irizar.

Laurdenetako emaitzak > Lehenengo laurdena: 20-16. Bigarren laurdena: 41-37. Hirugarren laurdena: 68-57. Laugarren laurdena: 93-81.

MIREIA BIKUÑA > ARRASATE

Partiduko bi minutu erabakigarrienak lasai jokatu zituen Mondragon Unibertsitateak zapatuan, eta partidu importantea irabazi zuten Goierri Verkol

Javi Zurbano > MUKo entrenatzailea
"Hiru partidu irabazi arren, huts egiteko tarte txikia dugu oraindik"

M.B. > ARRASATE

Pozik zegoen MUKo entrenatzailea zapatuko partiduaren bukaera. Jaitsiera fasean zuten lehen helburua bete dute: alegia, lehen hiru partiduak irabazi dituzte.

Helburu nagusia partidua irabaztea zen, eta lortu duzue. Maila mantentzeko helburua gertuago dago?

Zenbakiak ikusita, bai gertuago gaude. Baina hasieran esan nuen hamarretik zazpi irabazi behar genituela, eta oraindik lau partidu irabazi behar ditugu. Hortaz, huts egiteko tarte txikia dugu. Aste bukaean Iruñan jokatuko dugun partidua irabaziz gero, beste kontu batzuk egiten hasiko gara. Motibazio berarekin jokatzen badugu, lortuko dugu.



M.B.

Jaitsiera fasea jokatzen egon arren, jende gutxi egon da harmaletan.

Bai eta ez dut ulertzan. Ligan ez ditugu gauzak ondo egin, baina orain une garrantzitsuan gaude. Zaleei esango nieke jokalariak maila ematen ari direla eta Iturripera etortzeko.

taldearen aurka. Laugarren tartearen hasieran, eta Goierri taldeko jokalari bati adierazitako falta baten ondoren, 15 puntuko tarte zabaldzu zuten arrasatearrek: 72-57. Partidua ia erabakita zegoela zirudien, baina Goierriko jokalariak erasoan eta defentsan estutu egin zuten, eta MUKo jokalariak ez zuten saskirako bidea topatzan. Arrasatearrek hiru minuto egon ziren punturik lortu barik, eta abantaila murritztu egin zuten.

Partiduaren joera ikusita hutsartea eskatu zuten arrasatearrek eta aginduak entzun ondoren Imanol Zeziagak hartu zuen erasoak egiteko ardura azken bi minutuetan. Saskiratze erabakigarriak egin zituen abantaila lau puntutik ez jaisteko.

BESTE HIRU LAURDENAK

Partiduko aurreko hiru laurdenetan joko nahiko parekatua

izan zen. Lehen tartearen MUKo jokalariek erasoan ondo jokatu zuten, baina defentsan huts asko egin zituzten. 11-13 jarri zen aurretik Goierri, eta arrasatearren entrenatzaleak hutsartea eskatu zuen. Etxekoek buelta eman zioten partiduari eta 20-16 bukatu zuten lehen tarte. Bigarren tartearen hasieran zonakako defentsa egin zuen Goierrik eta 3-11ko partziala egin ondoren 23-27 jarri ziren aurretik. Orduan defentsako errebotea kontrolatzan hasi ziren etxeoak, eta erasoan, Imanolek eta Kintanak puntu importanteak lortu zituzten.

Hirugarren tartearen partidua erabakitzeko aukera izan zuen MUK, 14 puntuko tarte zabaldzu zuenean, baina Goierrik 0-9ko partziala egin zuen markagailua parekatzen. Azken tartearen hasieran 11 puntuko abantaila zuten etxeoek, baina lehia azken bi minutuetan erabaki zuten.



JOSETXO ARANTZABAL

GIPUZKOAKO TXAPELKETA > SENIOR NESKAK

Berdintzeko jaurtiketa huts egin zuen Eskoriatzak

ERROIBIDE

42-38

ESKORIATZA

M.B. > ESKORIATZA

Partidua irabazteko aukera garbiak izan arren, esku hutsik itzuli ziren Eskoriatzako neskak Irundik atzo. Azken minutura berdinduta heldu ziren markagailuan. Irungo taldeak biko saskiratzea egin zuen, baina erasoan huts egin zuten eskoriatzarek. Erroibideren hurrengo jokaldian falta adierazi zuten epaileek eta jaurtiketa libreekin partidua erabakita utzi zuten irundarrek.

"Penatuta gaude lehen bi laurdenetan nagusi izan gara-eta. Dena den, hirugarrenean eurek jokatu dute hobeto. Baina, taldeak eman duen itxurarekin pozik nago", esan zigun bukaneran eskoriatzarren entrenatzaile Fernando Rasok.

LAUKO FINALA

Eskoriatzak lehia irabazi izan balu, lauko finalerako txartela lortzeko pausu importantea emango luke; baina, orain sailkapena asko estutu da, atzetik Atletico. San Sebastian indartsu dator-eta. "Lau partidu falta dira bukatzeko, eta gutxiez bi partidu irabazi beharko ditugu Eskoriatzan jokatuko den lauko finalerako sailkatu nahi badugu", dio Rasok.

Aloñak hirugarren sailkaturi irabaziz, eta puntutara berdinduta daude

Aloña Mendiko senior mailako taldeak puntu importanteak lortu zituen zapatuan Zarautz 75-67 irabazi ondoren. Bi taldeak indartsuak direla erakutsi zuten Zubikoa kantxan, baina oñatiarrak finago ibili ziren erasoan. Aste bukaerako emaitzen ondoren, bi taldeek 37na puntu dituzte, eta igoera fasea jokatzeko txartela ematen duten postuetan daude.

Liga bukatzeko bost partidu geratzen zaizkie oñatiarrei, baina sendo jarraitu beharko dute igoera jokatu nahi badute.

EUSKADIKO TXAPELKETA > IGOERA FASEA

Igoera lortu dute Aloñako neskek, Portugaleteren aurka irabazita

Jarrilleras taldea
hasierarik bukaerara
menderatu zuten atzo
Zubikoan: 34-24

Hurrengo urtean
Euskadiko Txapelketako
A taldean jokatuko dute
oñatiarrek

ALOÑA MENDI
34-24
JARRILLERAS

Aloña Mendi > Nagore (2), Jone (3), Ainhoa (2), Miren (4), Rebeka, Idurre, Eider (3), Erika (7), Goreti, Itziar (3), Onintza (3) eta Selene (8).

Jarrilleras > Ruiz, Gomez, Ortega (5), Roque (4), Vitorres (5), Lopez (3), Silvia (3), Paula (3), eta Fortes.

Golak bost minutuero > 4-2, 5-2, 8-5, 10-6, 13-7, 15-10. Atsedena. 18-13, 20-15, 22-17, 26-19, 30-22, 34-24.

MIREIA BIKUÑA > OÑATI
Aloña Mendiko neskek iaz Euskadiko Txapelketako A mailan galduztako tokia berreskuratu zuten atzo, Portugaleteko Jarrilleras taldeari irabazi ondoren. Ainhoa Unamunoren taldeak irabazi egin zuen, eta Ereintzak eta Zarautzek berdindu egin zuten, nez, matematikoki igoera lortu dute fasa bukatzeko bi partidu falta diren arren. Norgehiagokaren bukaeran biziki ospatuko zuten igoera zaleekin.



Aloñako jokalari Erika Arteaga defentsarekin borrokan, taldekide Onintza begira duela.

JOSETXO ARANTZABAL

BANAKAKO DEFENTSAK
Ereintzaren eta Zarautzen arteko emaitza jakinda irten ziren kantxara Aloñako neskak. Era soan joko azkarra eginez eta ate zainaren geldiketei esker, bost goleko errenta hartu zuten 12. minutuan. Aloñako jokalari Selene Sifuentesek erasoan baliabide asko dituela erakutsi zuen, eta askotariko golak egin zituen. Por-

tugaleteko entrenatzailearen aginduz banakako defentsa egin zioten mexikarrari. Baino, oñatiarrek ez zuten jokoaren erritmoa galdu eta abantailarekin heldu ziren atsedenera: 15-10.

Bigarren zatian, talde jokoa alde batera utzi eta erasoan jokaldi pertsonalak egiten hasi ziren Aloñako jokalariak. Portugaleteko ate zainak bost geldiketa egin

zituen, eta 20-17 jarri ziren markagailuan. Partiduaren garrantzia jabetuta oñatiarrak kontra erasoan jokatzen hasi ziren. Erika Arteagak gol importanteak sartu zituen, eta zortzi goleko errenta zabaldu zuten: 28-20. Jarrillerasko jokalariak banakako defentsa egin zieten Sifuentesi eta Arteagari, baina ez zuten lehia irabazteko aukerarik izan.

GIPUZKOAKO TXAP.

Ligako
azken lehia
irabazi zuen
Bergarak

M.B. > BERGARA

Modu ezin hobean bukatu zuen egunean Bergarako taldeak liga txapelketa; hain zuzen ere, bigarren sailkatutako Amenabar Zarautz taldea menderatu zuen Labegaraietan: 38-25. Partidu serioa jokatu zuten hasieratik bukaera arte. Zarauztarrek ikusi zuten joko azkararekin ezin zutela etxeko taldea menderatu eta erasoak asko moteldu zuten. Baino, mahoneroek erasoan bezain ondo jokatu zuten defentsan.

Ligako azken bost partiduetan sasoi ona erakutsi ondoren, Soraluze BKE taldearen hurrengo helburua kopa txapelketa irabaztea da.

emaitzak

MAILAZ MAILA

SENIOR NESKAK EUSKADIKO TXAP.

Aloña Mendi-Jarrilleras 38-28

EUSKADIKO TXAP. GAZTE NESKAK

Verkol Aloña-Zuazo 26-17

EUSKADIKO TXAP. KADETE NESKAK

Verkol Aloña-Errialdea 19-12

GIPUZKOAKO LEHEN MAILA

Soraluze BKE-Amenbar 38-25

GIPUZKOAKO BIGARREN MAILA

Aloña Mendi-Amenbar 38-30

GAZTE MUTILAK. UDABERRI TXAP.

Egia-Arrasate Chapime 27-28

GAZTE MUTILAK. FEDERAZIO TXAP.

Urnieta-Aloña Mendi 26-42

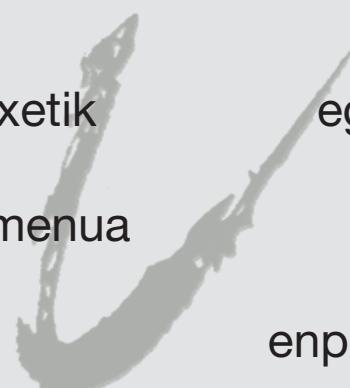
Unzueta sagardotegia



sagardoa txotxetik

•
sagardotegiko menua

•
karta



eguneko menua

•
ospakizunak

•
enpresako bazkariak

Zabola z/g. Aramaio Tel.: 945 44 50 95

PILOTA > UDABERRIKO TXAPELKETA

Udaberriko Txapelketako finalerdiak jokatuko dira datorren asteburuuan

Agirre eta Uribarrenek Eneko Muguruza eta Larrañagaren aurka jokatuko dute finalerdia

Bergarako Gallastegi eta Rezusta kadeteak finalerako sailkatu dira

NEREA MENOR > BERGARA
Udaberriko Txapelketaren azkeneko partiduak jokatuko dira datozen asteetan. Laster helduko da finala jokatzeko ordua, bitartean, pilotarien lanean jarraitu beharko dute finalerdiak irabazi eta finalera heldu nahi badute.

Domekan, Udaberriko Txapelketaren finalerdiak jokatuko dituzte nagusien taldeko lehen mailakoek Bergarako Udal Pilotalekuaren. Arrasateko Agirre eta Uribarrenek Bergarako Eneko Muguruza eta Larrañagaren aurkak jokatuko dute finalerako pasea Usurbil eta Ozkarbikoekin batera. Iaz, arrasatearrek irabazi zuten Añorgaren kontrako finala 19-22ko emaitza lortuz.

Kadetei dagokienez, Bergarako Mikel Gallastegi eta Beñat Rezusta finalerako sailkatuta daude. Hilaren 4an jokatuko dute



Joan den Udaberriko Pilota Txapelketako irudia.

GOIENKARIA

Adunan. Arrasateko Arabaolazak eta Etxagibelek aldi, finalerdiak jokatuko dituzte Erniopeko frontoian. Garaipena lortuz gero, Tartaloetxe eta Antiguako partidu irabazlearen aurka jokatu-

ko dute finala. Arrasateko Larrea eta Urrutia kadeteek ezin izan zituzten finalerdiak irabazi. Larrea lesionatuta egon zenez, ezin izan ziren Urnieta kubaren aurkako partidura aurkeztu.

Gazte mailako Goitia eta Agirre-gabiriak garaipena lortu zuten Mundaroren aurka, hala ere, ezin izango dute finalerdia jokatu, laugarren postuan sailkatu zirelako. Moron eta Iturriotz ale-

binek taldearen buruan jarraitzen dute azkoitiarrak irabazi ostean. Narbaizak eta Bengoa, aldi, ezin izan zituzten pilotari azpeitiarrak irabazi.

LAU ETA ERDIKO TXAPELKETAK

Udaberriko txapelketan ez ezik, beste txapelketa batzuetan ere emaitza onak lortzen dabilta pilotariak. Bergararen kasuan, Zaramagan kadeteak aurrera doaz eta eta Sestaoko lau eta erdiko txapelketan Beñat Rezusta kadetea eta Jon Larrañaga hogei-ta bi urtez azpikoa aurrera doaz.

Itziarko txapelketa asteburu honetan hasiko da. Honako hauek jokatuko dute: Mikel Gallastegi eta Beñat Rezusta, Lander Osa eta Oskar Zarazua (elgetarra). Biar Elgetako lau eta erdiko txapelketa hasiko da. Berrian jokatuko dute Eneko Muguruza eta Jon Larrañaga.

Deba arroko txapelketan ere oso ondo moldatzen ari dira. Eguztenean Lezamako txapelketako finala jokatu zuten Ander Muguruzak eta Jon Bengoetxak. Bergararrak txapelketa bikaina jokatu zuen arren, ez zuen finala irabazi.

Arrasatearrei dagokienez, Antzinako Txapelketan Korta II eta Goikoetxea daude oraingoz, sailkapenaren buruan. Lopez de Munain eta Arroabe bigarrenak dira, Etxebarria II eta Korta I hirugarren postuan daude.

XAKEA > GIPUZKOAKO PREFERENTEAK

Hurrengo urtean preferentean jarraituko du Arrasatek

Azken aurkaketaren ostean, Arrasate Xake taldeak ezin izan zuen lehen postua eskuratu; Eibarreko taldea igoko da lehen mailara

JOKIN BEREZIARTUA > ARRASATE
Arrasate Xake taldeak ezin izan du miraria lortu. Joan den zaptauan amaitu zen denboraldia eta azken aurkaketan arrasatearrek ezin izan zuten Eibarko taldeak ateratzen zien aldea (3,5 puntu) gainditu.

Arrasatearrek Donostian jokatu zuten denboraldiko azken norgehiagoka, Gros C taldearen kontra. Berdindu egin zuten, hau da, jokoan zeuden lau puntueta-

tik bi puntu eskuratu zituen talde bakoitzak (2-2). Hala, Eibarrek bere aurkaketa galdu arren (1,5-2,5), Arrasate bigarren geratu da, eta beraz, preferente mailan lehiatuko da datorren urtean.

IRABAZTEKOAK GALTZA, GAKOA

Josu Tornay Arrasate Xake taldeko presidente eta jokalariak argi dauka zein izan den igo ez izanaren gakoa: denboraldian zehar aurkaketako lau puntuak eskuratzeko moduko jardunaldi-dietan huts egitea, alegia.

Hala, Tornayk adierazi dueñe, "bi jardunaldi eskas izan genituen jarraian eta orduan hartu zigun aurrea Eibarko taldeak". Eta behin aurrea hartuta, Eibar tinko mantendu da lehen postuan: "Erregularitasun handia era-kutsi dute denboraldi osoan" dio Tornayk, "guk ez bezala". Arra-

satearren presidenteak azaldu duenez, "indibidualki Gipuzkoako jokalari onenak gara, taldeko zazpi kideetatik sei nazioarteko sailkapenaren barruan gaude". Horren adierazle da Eibarko taldeak denboraldi osoan aurkaketa bakarra galdu duela: Arrasateko taldearen aurka.

Datorren urtean igoera are zailagoa izango da, gainera. Tornayk jakinarazitakoaren arabera, Euskal Herriko lehen mailatik jaitsiko diren hiru taldeak gipuzkoarrak dira: "Horrek asko zailduko du denboraldia", dio Tornayk.

Arrasateko beste xake taldeei dagokienez, mantendu egin dira bi taldeak. Hau da, bigarren taldeak Gipuzkoako lehen mailan jokatuko du hurrengo urtean; eta hirugarren taldeak, berri, Gipuzkoako bigarraren mailan.

> ESKI IRTEERA

Eski alpinoa praktikatzeko aukera eskaintzen dute Debagoieneko mendizale elkarteek

Urteroko ohiturari jarraipena emanet, Besaide, Aloña Mendi eta Pol-Pol mendi elkarrekin eskiatzen joatekoirteera antolatu dute Aste Santuan.

Apirilean, astebete igaroko dute Italiako Alpeetan. Bergararrak eta Oñatiarrak Cervinia-Zermat aldera joango dira apirilaren 10etik 18ra. Oraingoz, 30 lagun baino gehiagok eman dute izeina datorren hilabeteko irteerarako, baina oraidik lekua badagoela esan digute. Izena emateko, bergararrek Pol-Pol elkartera deitu behar dute eta oñatiarrek 636 37 15 91 telefonora. Besaidekoak 11tik 18ra bitartean joango dira Pignes-Vald'sera. Izena emateko, Besaide elkartera deitu behar da 943 77 30 66 telefonora.

> GAZTE MAILAKO TXAPELKETA

Realaren eta Athletiken arteko derbia jokatuko da apirilean Bergarako Agorrosin futbol zelaian

Realak antolatzen duen nazioarteko gazte mailako txapelketa apirilaren 11n helduko da Debagoienera. Realak eta Athleticek 17:00etan jokatuko dute Agorrosinen.

Iaz ez bezala, aurten, Estatuko taldeek bakarrik jokatuko dute txapelketa. Normalean, Real Madridek irabazten du eta aurten azpimarragarria da talde honen baja. Athletic hainbat urtetan zehar jokatu gabe egon ostean, bueltan dator berriro ere Agorrosingo derbia jokatzen. Aurreko urtean, Bergaran ez ezik Oñatin ere jokatu zen txapelketa. Aurten, Agorrosin denez belar naturaleko zelai bakarra, Bergaran bakarrik jokatu ahal izango dira futbol partiduak.

Bigarren ekinaldia izango du Kepa Varela (Bergara, 1985) Bidelan Kirolgi taldean. Aurten-

goa amateur mailan egingo duen seigarren denboraldia izango da Varelarentzat. "Gogotsu"

dagoela onartu du; bada, aur-tengoarre erabakigarría izan-godela dio. Profesionaltara sal-

to ematea da haren ametsa; hori lortu ezean, aurtengoa azken urtea izan daitekeela dio.

Kepa Varela > Txirrindularia

"Aurtengoa azken aukera izan daiteke profesionaltara salto egiteko"

ARANTZAZU EZKIBEL > BERGARA
Eguenean Villatuertan izan zuen lasterketa Varela. Handik bueltan harrapatu genuen; gustura dago bergararra egin zuen lanarekin. Gainera, atzo, domeka, Lizarran beste lasterketa bat izan zuen. Denboraldiko gorabeherak azaldu dizkigu.

2006an ibili zinen Bidelanen, eta orain berriro itzuli zara.

Bai, denboraldian talde berria estreinatu dut: Bidelan-Kirolgi. 2006an Bidelan ibili nintzen eta berriro itzuli naiz taldera.

Zelan izan da Bidelanera berriro itzultzeko?

Bidelan-Kirolgi taldeak harremanak ditu Orbea eta Euskaltelekin. Horregatik, egokia iruditu zait talde horretara itzul-tea; ea aukera gehiago ditudan profesionaltara salto egiteko.

Zein da zure helburua aurten-go denboraldiari begira?

Oraingo, nire helburua lasterketaren bat irabaztea izango litzateke; eta, lasterketa gehiago irabazteko aukera baldin bada-go, askoz hobea izango da.

Bestalde, erregulartasuna lortu nahiko nuke. Ea norbaitek nigan erreparatzen duen eta profesionaltara salto egiteko aukera dudan. Esan beharra dago, baina, egoera txarra dela. Aurten, dudan guztia ematea da nire asmoa.

Elite mailan egingo duzun azken urtea izango da?

Esan daiteke baietz. Badago elite mailan urte gehiago egiteko aukera ere. Baino dagoeneko 23 urte dauzkat, eta orain dagoen politikaren arabera jende gazteagoa hartzten dute. Gaur egun, 24-25 urterekin jende gutxi pasatzen da profesionaltara.

Dagoeneko hasi duzue denboraldia; nola ikusten duzu zure burua?

Bidelan taldearekin abenduan hasi nintzen entrenatzen. Neguko entrenamendua oso garrantzitsua izaten da: kilometro mordoa egiten ditugu. Lasterketak egiten, ostera, otsailaren 22an hasi ginen. Orain arte bost lasterketa egin ditugu.

Bost lasterketa horietan, nola-ko emaitzak lortu dituzu?

Oso onak. Uste dut orain arteko urte onena dela. Indartsu nago, lasterketetan aurrealdean ibili



Kepa Varela, egubakoitzean, entrenatzera irten aurretik.

Zein da taldearen filosofia?

Batez ere balioak erakusten dizkigute, etika. Bidelanek programa bat garatu du kirol etikaren inguruan. Balioak, osasuna, dopinik ez... Denboraldi hasieran ikastaro antzerako bat ematen digute. Hainbat medikuk hitzaldiak ematen dizkigute.

Eguenean, Nafarroako Villa-tuertan lasterketa izan zenuen. Nola joan zen?

Euskalduna txapelketarako puntuagarria izan zen lasterketa. Ni maldan gora onto ibiltzen naizenez, zegoen mendatea aprobetxatu nuen aurrera egiteko. Bigarren pasatu nintzen menda-tetik. Gero, ibilbidea lauagoa zen, eta, azkenean, 30 lagun batera iritsi ginan helmugara.

Zein da lasterketa garrantzi-tsuna?

Eibarren apirilaren 5ean jokatuko den Balentziaga lasterketa, adibidez, garrantzitsua da. Espainiako koparako puntuagarria izango da; baita Legazpiko lasterketa ere.

Bestalde, itzuli garrantzitsuak dira Nafarroako Itzulia eta Bizkaiko Bira.

Ze lasterketa irabazi nahiko zenuke?

Duda barik, Eibarko Balen-tziaga lasterketa. Ospe handiko lasterketa da; hori irabazi dute-nak beti pasatu izan dira gora. Ikuksatzaileak egoten dira lasterketa horretan.

Gaur egun, nola ikusten duzu profesionaltara salto egiteko aukera?

Zaila. Orain nagoen taldean aukera gehiago izan ditzaket; horregatik, baikor nago. Baino, lehen esan bezala, dagoeneko 23 urte dauzkat, eta ikusten dut aurtengoa izango dela azken aukera. Hala ere, denboraldi ona egiten badut, ez naiz damutuko.

Txirrindulari moduan zein da zure dohain onena?

Maldan gora onto ibiltzen naiz, eta uste dut nahiko erre-gularra naizela. Lasterketetan dena ematen dut, aurrean ibiltzen naiz.

Miresten duzu txirrindulari-ren bat?

Bai; Jan Ullrich alemana asko gustatu izan zait. Dagoeneko utzi-ta du txirrindularitza, baina bere garaian asko gustatzen zitzaidan.

HELBURUA

**"Momentuz,
denboraldiko nire
helburua lasterketaren
bat irabaztea izango da"**

naiz orain arte jokatutako laster-ketetan.

Irabazlearen atzetik sartu-izan naiz, baina denbora laburre-ra. Garaipena noiz etorriko zain-nago.

Talde barruan zein da zure leku?

FILOSOFIA

**"Bidelanek kirol etika
programa bat garatu du
eta ikastaroak ematen
dizkigute"**

Oraingo, Ugaitz Artolarekin batera taldeko liderra naiz. Taldeko zaharrenak gara eta, ondo-rioz, esperientzia handiena daukagunak. Ez dugu besteentzat lan egin behar izaten. Orain, alde-rantz izaten da. Guretako egiten dute lan eta gu amaieran agertzen gara.

DOHAIN ONA

**"Maldan gora onto
defenditzen naiz, eta
gainera nahiko
erregularra naiz"**

**Lehendik hona, asko aldatu
da taldearen egoera edo zure
egoera taldearen barruan?**

Ez da askorik aldatu. Taldearen filosofia lehengo bera da. Baino aurreko etapan, 2006an, oso jende ona zegoen taldean; maila handiko txirrindulariak zeude-la esan behar da.



Xabier Arriola
> Irakaslea

Juan den asteko zenbakian, udaberriarekin batera praktika daitezkeen hainbat jarduera fisiko proposatu genizki zuen. Eguraldia hobetzen eta eguna *luzatzen* hasi den honetan, udarako helburuak jarri ditu abian batek baino gehiagok, eta baita kirol bat edo beste egiten hasteko proposamena ere.

Kirol praktika bat hasi eta bertan behera ez uzteko modurik egokiena gaitzea da. Adituek diote jende asko hasten dela kirolen bat praktikatzen, baina oso gutxik jarraitzen duela zeregin horretan hiru edo lau hilabete pasatu ondoren. Urtebete igaro ondoren, gutxiagok oraindik.

Gustatzen zaigunaren eta komeni zaigunaren arteko lehia sortzen da horrelakoan; sendagileak igeriketa gomendatu, baina norberak mendia gustuko; indar entrenamendua edo pisuariketak egitea komeni, baina gimnasio zuloan aspertu.

Ezin dugu ahaztu jarduera edo kirol bakoitzak bere onura espezifikoak eskainiko dizkigu; beste era batera esanda, zer praktikatu, hura hobetu.



Spinningak gijarren suspertzea eta erresistentzia aerobikoa garatzen ditu musikak lagunduta.

ARIZMENDI

KIROLA > JARDUERA OSASUNGARRIAK

Kirol bakoitzak bere onura

Dena den, edozein jarduera fisiko aurrera eramateak ekarriko dizkigun onurak hor daude. Hona hemen batzuk:

Fisikoak: hobekuntza anatomicoak: argaldu, gihar masa handitu...

Hobekuntza fisiologikoak: bihotz sistema hobetu, arnas apa-

ratua, odolaren zirkulazioa... Egoera fisikoa hobetzen du: indarra, erresistentzia, malgutasuna... Gorputzaren itxura hobetzen du. Gosea eragiten du eta elikagaiak hobeto asimilatzen dira.

Sistema immunologikoa indartuz, gaixotzeko arriskua guztizten dira.

Gaixotasun askoren prebentzia eta tratamendu gisa balio du. Egunero eginbeharren aurrean indarra eta ziurtasuna ematen du.

Psikikoak: gorputza erlaxatzen laguntzen du; estresari eta antsietateari aurre egiten dio oreka mentala mantenduz.

Norberarekiko estimua, exigenzia, konfiantza... garatzen laguntzen du. Bizi poza ematen du.

Sozialak: pertsonen arteko harremanak eta komunikazio gaitasuna hobetzen ditu.

Argi dago, hortaz, kirola egoiki egiteak onura ugari ekarriko dizkigula.

KIROLEN BERARIAZKO ONURAK

Kirol jarduera bakoitzak bere onurak eragiten ditu. Nork berea aukera dezan, hona hemen laburtuta kirol batzuen onurak:

> EKINTZA AEROBIKOAK

Iraupeneko erresistentzia jarduerak izanik, bihotz, birika eta zirkulazio sistematan eragiten dute bereziki: bihotza handitu eta indartu egiten da, atsedenean minutuko bihotz taupadak gutxitu egiten dira, gantzak erretzen dira eta odolaren zirkulazioa hobetu egiten da. Ekintza aerobikoen adibide garbienak mendira joatea, korrika egitea, bizikletan ibiltzea eta igeriketa dira.

> MANTENTZE SOINKETAK

Taldean egiten diren ekintzak izanik, sozializatzeko helburuak betetzen ditu. Jarduera horrek giharren suspertzea, malgutasuna eta erresistentzia hobetzeko aukera ematen du. Jeneralean, pertsona eta talde bakoitzari egokitutako erritmoak markatzen dira.

> AEROBIKA, BATUKA, SPINNINGA...

Giharren suspertzea eta erresistentzia aerobikoa garatzen ditu, musikak lagunduta. Aurrez

aipatutako onurez gain, musikak eta *dantzak* eragindako motibazioa da ekintza horren arrakasta iturrik nabarmenena.

> GIMNASIOKO INDAR ENTRENAMENDUAK

Gihar sisteman du eraginik handiena. Gimnasioan gihartze makinak eta pisu ariketek gorputzko gihar portzentajea igotzen dute eta atsedeneko metabolismoa igo. Gainera, bizkarreko min eta arazo asko hobetzen dira, gihar-tako indarra eta erresistentzia hobetzen da eta gorputzko egituraren konpentsazioa lortzen da.

> GIMNASIA LASAIAK (TAI TXIA, YOGA, BODY BALANCE, PILATES...)

Onura psikikoak izaten dira, batez ere: lasaitu, estresa kendu... Horretaz gain, gorputzaren kontrola, malgutasuna eta halako ezaugarriak ere nabarmen hobetzen dira.

> GIMNASIA TERAPEUTIKOAK (BIZKAR GIMNASIA...):

Medikuak aginduta edo norberak erabakita, bakoitzak izan ditzakeen gaixotasun edo lesio konkretuetan eragiten dute.

Kirolaren mitoak

> Eskiatzaileak bere jarrerarekin ez du inoiz beste inor arriskuan jarrí behar.

> Zenbat eta gehiago izerditu, orduan eta gehiago argaltzen da: izerdiaren bitartez kanporatzen dena ura da (eta mineralak). Ekintza baten txamarra, plastikoak jantzi... gehiago izerditzean, horrek ez du esan nahi kaloria gehiago erreko denik.

> Entrenatu ondoren ura eta azukrea hartuta gihar-minak edo *agujetak* desagertzen dira: Gihar-minen eragileak gihar zuntzen haustura txikiak direla dirudi. Azukre-ura hartzear ez du eragin zuenik; beraz, ez da egia.

> Kirola egiten duzun bitartean ez urik edan, alboko mina edo haize-mina egingo dizu eta: alboko mina arnasketa giharrek eragiten duten sintoma bat da, odol irrigazioaren defizitak sortua. Ura edateak ez dauka zerikusirik.

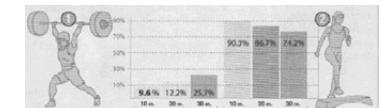
GIZA ORGANISMOAREN ENERGIA GASTUA

Ekintza fisikoa egitean, gure gorputzak energia sortzeko erregai batzuk kontsumitzen ditu: glukogenoa alde batetik, eta gantzak bestetik.

Ekintza motaren eta haren intentsitatearen arabera gorputzak glukogenoa erreko du, bereziki, edota gantzak. Horrek jarduera horretan kontsumitutako energia kopurua emango digu, kilokaloriaren adierazten dena.

Adibide gisa, ekintza labur eta intentsitate handikoetan (pisuariketak, talde kirolak...) glukogenoa erretzen da. Iraupen luze eta erritmo ertain/txikikoetan (korrika, bizikleta...), aldiz, batez ere gantzak.

Ondorengo taulan, 60 minutuko jarduera fisikoa eginda giza organismoak kontsumitzen duen kilokaloria kopurua.



Lehenengo indarra eta ondoren erresistentzia entrenatuz, batez ere glukogenoa erretzen da.



Lehenengo korrika eta gero pisu-arikea eginez gero, gantz gehiago erreko genuke.

Indar eta erresistentzia kirolak aldi edo egun berean entrenatz gero (gimnasioan pisua eta zintan korrika, adibidez), komeni da neurrian egitea.

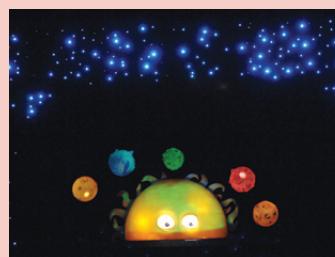
Hurrengo asteetan...

Txirrindularitza. | Korrika. | Igeriketa. | Gimnasioko entrenamenduak.



> ANTZERKIA

Oihulari Klown taldeak 'Jaque' antzezla estreinatu zuen barikuan Zabalotegi aretoan >**30**



> TXOTXONGILOAK

Argi-itzalak erabilita txotxongilo emanaldi polita eskaini zuen Kukubiltxo taldeak >**30**



> BERTXO TXAPELKETA

Arabako Bertso Txapelketako bigarren finalderdia jokatu zen atzo Aramaion >**31**



Turistak Oñatiko San Migel Parrokiaren bisita gidatuau; Pedro de Gebararen alabastroko hilobiari begira.

ARRITXU BARRUSO

Turismo bulegoek lan asko izan dute Zubian, bereziki egunetan

Bergarako eta Oñatiko turismo bulegoek bisita gidatuak egin dituzte egunotan

Arantzazun autoa aparkatzeko arazoak izan zituzten turistek jende asko zegoelako

ARRITXU BARRUSO > OÑATI
Zeru urdinak lagunduta asko izan dira egunotan gure ibarra- etorri diren turistak. Turismo bulegoek guztia prest zeukan

kanpotik iritsitakoei ibarreko txokoak erakusteko. Bergaran eta Oñatin bisita gidatuak egin dituzte lau egunotan, baita Gatzgako Gatz Museoan ere.

Oñatin izan ginen zapatu goizean. Egunero unibertsitatea eta San Migel parroquia ezagutzeko, bisita gidatuak egin dituzte turismo bulegoko arduradunek. 12:00etan unibertsitate parean geneukan hitzordua eginda. Gaintzerek egunekin konparatutu egun lasaia izan zen zapatuko. Turismo bulegoko Edurne Urteagak bisita gidatuak lau pertsonen-dako egin zuen. Jesus Alonso eta Maite Abad senar-emazteak Leioatik etorriak ziren. Orain dela 20 urte Arantzazun izan ziren, baina ez zuten Oñati ezagutzeko den-

borarik izan. "Azkeneko aldiz ez genuen herrira sartzeko denborarik izan eta ordutik beti esan izan dugu berriro ere etorri behar ginela. Benetan herri polita da,

herri dotorea da. Unibertsitatea eta parroquia ezagutu ostean, argi ikusten da Oñatin boteredun pertsona asko egon direla historian zehar", azaldu zigun bikoteak.

Mari Sol Rodriguez eta Javier Agirrezabal ere Bizkaia aldetik etorri ziren, kasu honetan Bilbotik. Javierrek oso gustuko ditu horrelako bisitak, artea eta historia asko interesatzen zaizkialako. Hori horrela, adi-adi entzun zituen gidariaren hitzak. Unibertsitateko kapera izan zen Mari Soli eta Javierri gehien gustatu zitzaiena. "Unibertsitateko kaperako erretaula ikusgarria da, aho zabalik geratu naiz", adierazi zigun bisita amaitzerakoan Mari Solek.

Bisita gidatuak ordubete pasatxo iraun zuen. Eguna borbiltzeko, pintxo batzuk jan eta denbora edukiz gero Arantzazu-joateko asmoa zutela azaldu ziguten.

TURISTAK DEBAGOIENEAN

Bisita gidatuak Oñati, Bergara eta Gatzagan

Oñatiko turismo bulegoan lanpetuta ibili dira lau egunotan. Bertako arduradunek azaldu digute egunetan izan zutela lan gehien. Egun hartan 30 pertsona inguru hurbildu ziren bulegora, bisita gidatuak egiteko. Horrez gain, gelditu barik ibili ziren turistei informazioa ematen. Arantzazun ere jende asko ibili zen eta jakin dugu aparkatzeko arazoak izan zituztela askok, eta ondorioz herrira jaitsi behar izan zirela. Jatorriari dagokionez, bizkaitarrak izan dira etorri diren gehienak. Bergaran ere, bisita gidatuak erantzun ona izan dute. Hemen ere Euskal Herriko jendea ibili da gehienbat. Leintz Gatzagako gatz museoan ez dituzte bisita gidatuak izan, baina, turismo bulegoan jende asko ibili da informazio eske.



Jaque antzezlaneko aktoreak mundua egoera aztertu eta diagnostiko bat egin nahian.

JOSETXO ARANTZABAL

ANTZERKIA > OHULARI KLOWNEN 'JAQUE'

Mundu hobe bat ere bada posible

NON: Bergarako Zabalotegi aretoan.
EGUNA: Egubakoitz, martxoak 20.
ZENBAT JENDE: 120 lagun inguru.
ZUZENDARIA: Virginia Imaz.

ARRITXU BARRUSO > BERGARA
Oihulari Klown taldeko aktoreek barre algara ederrak eragin zituzten barikuan Bergarako

Zabalotegi aretojoandako ikusleen artean. Bi orduko algara saioa izan zen.

Dena dela, ikuskizuna bukatura, buruari bueltaka joango ziren seguruenik asko eta asko etxera; barre artean zenbat egi ikuhi berri zituzten pentsatuaz. Izan ere umorea eta satira erabilta errealtitate gordina taularatu zuten aktoreek. *Jaque* da

antzezlanaren izena eta horixe izan zen erakutsi nahi izan zutenea, mundua xake egoeran dagoela; berotze globala, herrialdeetan arteko desberdintasunak, eskubideen urraketak, matxismoa, borroka armatuak, justiziaren zuhurtzia falta, neurri gabeko kontsumoa, neoliberalismo ekonomikoa ... horiek izan ziren landu zituzten gaietako

batzuk. Arazo horiek guztiak konpontzen saiatu ziren urdin koloreko lau superheroia. Amaia Arriaran, Anduriña Zurutuza, Jose Carmelo Muñoz eta Andoni Egaña aktoreek lan bikaina egin zuten; benetako heroien moduan jakin zuten segundo gutxitan pertsonaiak eta eszenak aldatzen. Oso segituak diren esketxetan banatuta dago antze-

lana. Barrea bai, eta hausnarreta ere bai, baina ondorioak ere atera zituzten erakutsitako errealityate horretatik: mundu hobe bat posible dela eta horretarako guztiok elkarrekin lan egin behar dugula. Bukaera emateko, aktoreek ikusleak artilezko hariekin osatutako sare batean *lotu* zituzten, guztiak arteko elkarlana posible dela irudikatzu.

TXOTXONGILOAK > KUKUBILTXOREN ARGITXO ETA DIR-DIR

Euskararen argia bizirik, hitzen erreinuan

NON: Aretxabaletako Arkupean
EGUNA: Zapata, martxoak 21.
ZENBAT JENDE: 50 lagun inguru.
IRAUPENA: 55 minuto.

A.B. > ARETXABAleta
Argitxo eta izartxo betetako hizkuntzen unibertsioan murgildu ziren Aretxabaletako Arkupe kultura etxeen, *Argitxo eta Dir-dir* txotxongilo emanaldia ikustea joan ziren ume eta helduak.

Dena dela, gaur egun argitxuna dena garai batean iluntasun hotza zen. Izan ere, erresuma beltzean ez zegoen argirik, hitzik, hizkuntzarik... Orduan *Argitxo* heldu zen eta *Dir-dir* pertsonaiaren laguntzaz iluntasun horretan lehenengo argia piztu zuen. Hori ikusita, gainontzeko argiek ere gauza bera egin zuten, izarrez eta argitxo betetako unibertsoa sor-

tu arte: hizkuntzen unibertsoa. Argi horietako bat izango da euskararen izarra eta aurrerantzean bere zaindaria izango da *Dir-dir*.

Hizkuntzen unibertsioan euskararen argia bizirik mantendu nahi badugu, euskaraz hitz egin behar dugula erakutsi digute Kukubiltxo taldekoek azken txotxongilo emanaldi honen bitartez.

Kukubiltxo taldeak *Argitxo eta Dir-dir* emanaldiarekin berriro ere erakutsi du txotxongiloen alorrean daukaten maisutasuna. Teknika aldetik, gainera, txotxongiloen munduko teknika berriak aplikatu dituzte; argitzalekin eta argiztapen sistema bereziak erabilita, efektu ikusgarriak lortu dituzte pertsonaietan. *Dir-dir*-ek, esaterako, ez du txotxongilo gorputzik; argi hutseko pertsonaia da.



Argitxo eta Dir-Dir emanaldiaren pasarte bat; hizkuntzen unibertsioan eguzkia ageri den momentuan.

JOSETXO ARANTZABAL

ARABAKO BERTSO TXAPELKETA > BIGARREN FINALERDIA ARAMAION

Bertakoak azkenean, finalerako txartel barik

NON: Aramaioko kultura etxearen.
EGUNA: Domeka, martxoak 22.
ZENBAT JENDE: 170 lagun inguru.
IRAUUPENA: Bi ordu inguru.

ARRITXU BARRUSO > ARAMAIO
Bagenekien Manex Agirre aramaioarra Arabako Bertso Txapelketako finalean izango zela, baina, berarekin oholtza gainean jardungo zuten bertsolarien ize-nak falta zitzazkigun; horiek atzo Aramaion jokatu zen bigarren finalerdian erabakitzeten ziren. Dagoeneko esan dezakegu aramaioar bakarra izango dela Agirre apirilaren 4an Gazteizko Printzipal aretoan jokatuko den finalean; Andere Arriolabengoa, Iker Agirrek eta Xabier Igoak ezin izan dute finalerako paserik lortu. Manex Agirrek Iñaki Viñaspre, Rikardo Gonzalez de Durana, Juan Mari Juaristi, Oihane Perea eta Asier Otamendi izango ditu lagun taula gainean finalean. Azken bi horiek izan ziren, hain justu, Aramaiko finalerdian sailkatu zirenak.

KULTURA ETXEA, BETETA
Atzo Aramaion jokatu zen finalerdiak kultura etxea goraino



Xabier Igoa aramaioar gaztea bertsoa botatzen Aramaion atzo jokatutako finalerdian.

JOSETXO ARANTZABAL

betetzea lortu zuen, jendez lepo egon zen aretoa. Andere Arriolabengoa eta Xabier Igoak herriatar asko batu zituzten sailka zite-

zen animoak ematen eta, jakina, saioaz gozatzen. Noski, aramaioar biek jaso zituzten txalo zaparrada handienak. Giroa benetan

polita eta beroa izan zen. Bi aramaioarrekin batera jardun zuten bertsotan Oihane Perea, Ruben Sanchez, Zigor Enbeiti eta Asier Igoak 283 puntu.

Oihane Perea dotore eta ero-so ibili zen, eta egindako lanak finalean kantatzeko zuzeneko txartela eskuraztea ahalbidetu zion; 335 puntu lortu zituen. Asier Otamendik, berriz, 330,5 puntu eskuratu zituen; Andere Arriolabengoa, Ruben Sanchezek eta Zigor Enbeitiak 306,5 eta Xabier Igoak 283 puntu.

Gasteizko Printzipalean jokatuko den finalerako sarrerak salgai daude martxoaren 31ra arte.

GUREA
TABERNA

Durana 32 Aretxabaleta Tel.: 943 79 20 64

ASTE BUKAERA...

Maider Eguesekin



Maider Egues Arrasateko Portaloiaren etxekoei bisita egitera joan aurretik.

JOSETXO ARANTZABAL

"Ahal dudan guztietan Arrasatera joaten naiz etxekoak ikustera"

Maider Egues arrasatearra ETBko 'Teknopolis' saioko aurkezlea eta zuzendaria da azken hiru urteotan

Aisialdian dantza eskolak hartzen ditu, eta leku gehienetara argazki kamera eroaten du

MIREIA BIKUÑA > ARRASATE
Maider Egues (Arrasate, 1974) kazetaria da, eta egun Hendaian bizi da. Azken asteotan ospakizunetan dabil, ETBn zuzentzen eta aurkezten duen *Teknopolis* saiokoa hamargarren urteurrena bete du-eta. "Saio berezia egin genuen. Urte bakoitzarengatik erreportaje bat egin genuen, eta lau adituren iritziak eta ereduktoreekin elkarritzetak sartu genituen saioan", esan digu Eguesek. Arrasatearra azken hiru urteotan da *Teknopolis* saioko zuzendari eta aurkezlea: "Nire aurretik, Pili Kaltzadak, Alfonso Muxikak, Oier Araolazak eta Beñar Kortabarriak egin zuten lan hori". Oraingo gustura dago, eta ekinetara arteko saioak ia geru dituztela esan digu.

SAIOA BI HIZKUNTZATAN

Zientzia eta teknologiari buruzko saioak ETBk ematen ditu, baina Elhuyarrek ekoizten ditu. "Zortzi pertsona gaude lantaldean, eta guzion artea proposatzetan eta aukeratzen ditugu gaiak. Gainera, zuzendari moduan zuzenketak egiten ditut; besteak beste, musika ondo sartuta dago-

ela eta erreportajeak garaiz bukatuta daudela ikusten dut", dio. Aurreko lan guzia gertu dagonean Miramonera joaten dira saioaren hasiera eta bukaera grabatzen: "Jeneralean, martitzetan joaten gara Miramonera, eta ordu eta erdian grabatzen ditugu saioaren hasierak eta bukaerak. Euskaran eta gazteleraez grabatzen ditugu, saioa bi hizkuntzatan ematen dugu-eta".

Bukatzeko, post-produkzio lanak Elhuyarrek Usurbilen duen egoitzan egiten dituzte.

DANTZAZALEA

Asteguneko ordu gehienak lanean eta Hendaia-Usurbil arteko joan-itorria egiten ematen ditu. Baina duen zaletasun handiena egiteko denbora du afaldu aurretik: "Dantza eskolak hartzen ditut astean bi egunean. Aste bukae-

retan, ikasitako praktikan ipintzen ahalegintzan naiz. Eguna, arotz dantzak ikasten nabil, baina txikitzen ballet klasikoa egin nuen. Dantza guztiak atsegina ditut, baina bereziki tangoa gustatzen zait", esan digu. Dantza doinuekin batera argazkigintza atsegina du Maider Eguesek, eta ahal duen guztietan kamera alboan eroaten du. "Argazki asko egiten ditut, eta bidaia guztietara eroaten dut kamera".

Teknopolis saiohan hasi aurrelik hiru urtean aurkeztu zuen ETBko *Chiloé* bidaia saioa. Orduan egindako bidaietan ez zuen kamera ahaztu. "Saio ederra egin genuen. Bidaiatzea asko gustatzen zait eta saioari esker lurralde asko ezagutu nituen. Dena den, nahiko nekagarria izan zen, etxetik kanpo ordu asko egiten genituelako". Oporrak antolatzen dabiltzanendako proposamenak egin dizkigu: "Siria, Jordania, Txile, Thailandia...".

Gauero ohera joan aurretik irakurri egiten duela esan digu, eta ahal duen guztietan Arrasatera joaten dela: "Etxekoak eta Arrasateko lagunak zaindu egin behar ditut, bestela...".

"Arrasate Telebistan ikasitako praktikan jarri dut egindako saio guztietan"

Maider Eguesen telebista ibilbidea Arrasate Telebistan hasi zen. Hain zuzen ere, kazetari eta informatibotako aurkezle lanak egin zituen. "Eskola oso ona izan zen. Lankide gutxi geunden, eta askotariko lanak egiten genituen: albisteak, erreportajeak, argazkiak, kameralaria lanak... Egia esan, Arrasate Telebistan eta *Arrasate Press*-en ikasitako praktikan jarri dut egin ditudan gainerako saioetan".

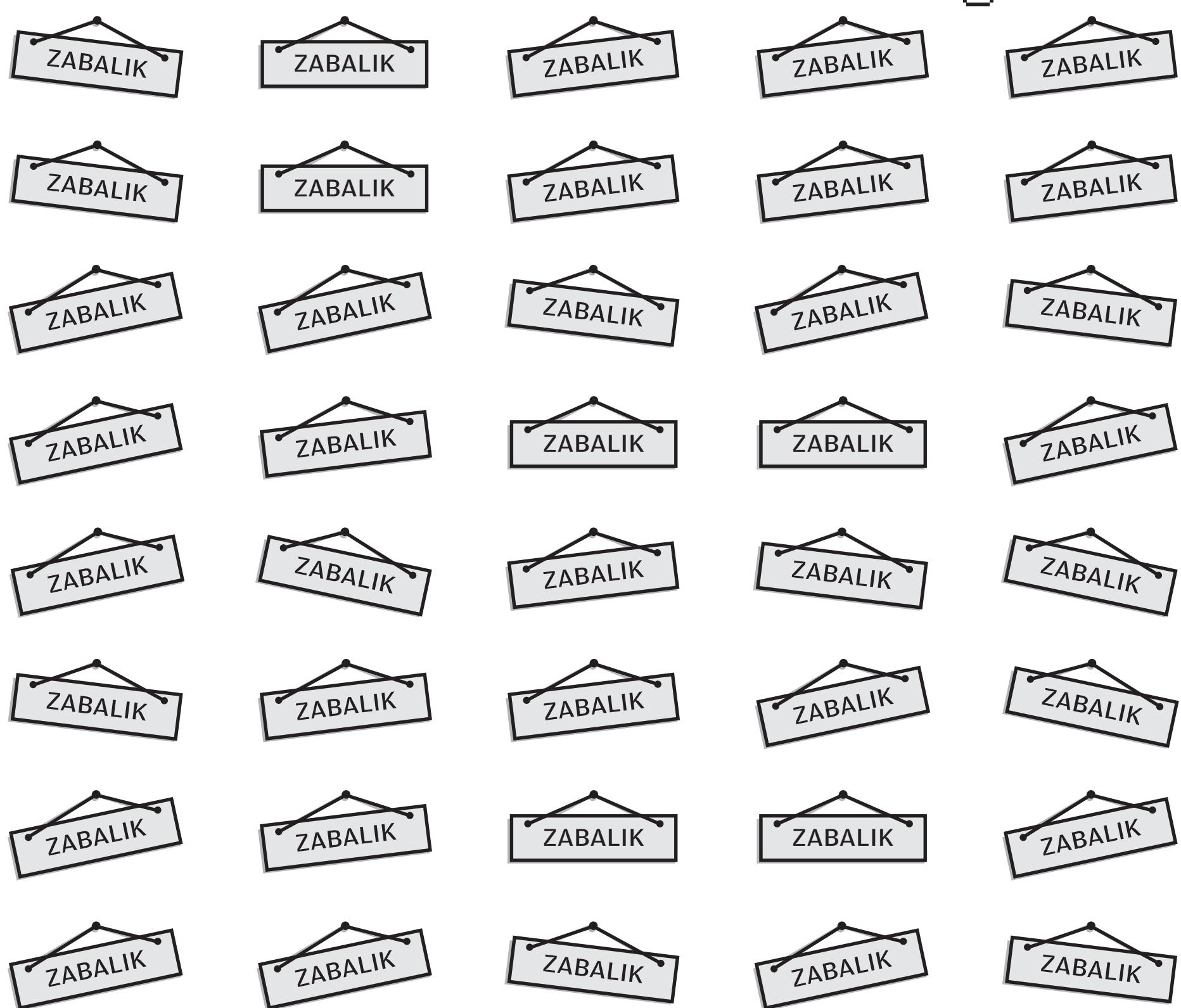
Jaiak saioari esker egin zuen jauzia ETBra, eta ordutik hona hainbat sainotan parte hartu du; batzuetan kazetari moduan eta beste batzuetan kamera aurreko lanak eginez. "*Jaiak* aurkeztu ondoren, *Kill-kolo* saioko aurkezle izan nintzen, eta hiru urtez egin nintzen Xabier Euzkitzeren *Sorginen laratza-n*, kazetari. Ondoren, *Kuxkuxeroa*, *Baietz gogoratu*, *Enebai* eta *Kalera* saioetako kide izan nintzen", gogoratu digu Eguesek. *Chiloé* bidaia saioko aurkezle eta gidoilari izan zen hiru urtean.



75 dendatik eta 200 produktutik gora.
merkatua.net Debagoieneko denda handiena. Etxetik bertatik eskura.

MERKATUA.net

Debagoieneko denda



iragarkilaburak.com

1/ ETXEBIZITZAK

101. SALDU

Antzuola. 90 m²ko etxea, 20 metroko terrazarekin. Eguzkitua. Hiru logela, egongelarik, bi komun, sukaldea eta trastelekuak. Garaje txikia. Jantzia. Biurteko erabilera. Maria. 608-46 45 88

Aretxabaleta. 72 metro koadroko etxebizitza salgai erdigunean. Aukera ona. 659-64 67 38

Beasain. 55 m²ko etxebizitza guztiz eraberriakoa. 2 logela, sukaldea, eta komuna. Eguzkitua, bi balkoirekin. Trastelekuak. 194.000 €. 615-73 59 18.

Etxarri Aranatz. Pisua salgai. Sukaldea, sukalondo edo errekozina, egongela, 3 logela eta 2 bainugela oso. Lau argiko etxea, erabat berriakoa. 630-19 99 54.

Etxarri Aranatz. 2008 urteko, bista ederrekin eta igogailuarekin. 75 metro karratu, bi logela eta bi komun ditu. Logela eta egongela begiratokiarekin, San Donatoa begira. Trastelekuak eta garajeak etxe azpiak. Iku nahi izanez gero deitu 688-64 74 04ra.

Intza. Intzan, herriko plazan, 300 urteko etxea garajearekin, berriako eran sendotuz eraberriakoa eta estreinatzekoak, modu onean salgai. Ezinduentzako egoitzak. Alararen magalean lan-detxekoa, zirkulo aukerarekin. Harremanetarako telefonoak: 628-03 07 27, 646-11 14 85 eta 609-21 83 41. Posta elektronikoa: estanga@wanadoo.es

Uharte Arakil. Sukaldea, hiru gela, komuna, egongela eta 13 metro karratukoa trastelekuak dauzka. 100.000 eurotan. Intresuak deitu 659-74 56 24 telefonora.

Ziordia. 3 gela, 2 komuna. Berria. Lehen 176.000 euro, orain 146.000 euro. 622-760 355.

Zumarraga. Zumarragan base-riala salgai. 615-79 63 28.

103. ERRENTAN EMAN

Altsasu. Jantzirik eta mustutzeko. 2 logela, sukaldea, egongela eta komuna. 637-20 96 62.

Arrasate. Etxebizitza ematenda errentan Larrea plazan. 70 metro koadro. Bi logela, bi komun, egongela handia eta sukaldea. 656-75 00 94

Bergara. Etxebizitza jantzia ematen da errentan. 943-76 45 15 eta 652-53 42 81

Hendaia. Hendaian, udaletxe ondoan apartamentua alokatzen da urte osorako. Logela, sala, terraza, garaje, altzari kompletoekin. Tel. 676-38 99 16

Oñati. Etxebizitza ematen da errentan hilabeteka, Olakua auzoan. Ikailentzat edo behar puntualak beteteko. Deitu 660-40 06 75 zenbakira.

Vieux Boucau-n. Landetan 4 pertsonentzako estudio bat alokatzen da Aste Santuan eta Pazko Astean. 943-37 05 34.

104. ERRENTAN HARTU

Aramaio. Etxebizitza nahi dugerrentan. Bikote arduratsua. 615-73 79 11 edo 669-12 25 63

Aulesti. Piso bat alokatuko nuke Leaibarra eskualdean edo Lekeitio-Tel. 685-72 15 80

Beasain, Ordizia. Bi lagun gara non pisu bila gabiltsan Goierriaren aldeko lanetan. Nahiago Beasainen. 665-70 2296. Saioa. saionajwa@gmail.com

Bergara. Etxebizitza behar dut errentan. Presazko da. Deitu 669-12 70 98 telefonora.

Bergara. Etxebizitza errentan hartuko nuke. 610-91 33 40

Bergara. Familia batek errentan hartuko luke etxebizitza Bergaran, Antzuolan edo Oñatin. 645-72 92 87

Bergara. Etxebizitza hartuko nuke errentan. 618-93 59 29

Bergara. Edo inguruak etxebizitza txiki bat alokatuko nuke. 607-31 85 60

105. ETXEAK OSATU

Aretxabaleta. Logela ematen da errentan. 620-60 54 14

Arrasate. Logela erdigunean. 662-63 76 33

Arrasate. Gela bat ematen da errentan. Hiru gela, egongela, komun bi eta sukaldea. Etxe argitsua. 670-04 27 41

Arrasate. Gela ematen da errentan unibertsitate ondoan. Berogailuarekin eta ikasteko mahaiarekin. Toki lasaiak. 630-71 35 83

Arrasate. Logela ematen da errentan erdigunean. Pertsona bakarrantzat. 666-21 88 95

Arrasate. Logela ematen da errentan, sukalde eta egongelarik eskubidearekin. Pertsona heldua bada, hobeto. 666-75 73 21

Arrasate. Logela ematen da errentan. Oso egoera onean. Telebistarekin. 696-53 36 44

Arrasate. Pertsona bat behar da etxea osatzeko. Oso egoera onean dagoen etxebizitza da. 616-05 97 92

943 25 05 05 sailkatuak@goiena.com
http://www.goiena.net/sailkatuak

Eguenera arte (18:00) jasotako iragarkiak bakarrik iragarri ditugu.

Ordu horretatik aurrera ez da onartuko aldaketarik eta ezta iragarkia bertan behera utzterik ere.

PARTIKULARREN IRAGARKIAK ORDAINDUTAKO ATALAK: ETXEBIZITZA SALDU/ALOKATU. LOKALA SALDU/ALOKATU. GARAJEA SALDU/ALOKATU. MOTORRA SALDU.

Iragarki partikularretan astebete baino gehiagoz argitaratu nahi izanez gero, prezio bereziak aplikatuko dira.

GOIENKARIA ez du argitaratzten diren iragarkien ondorioz sor daitezkeen operazioen erantzukizunak.

Debagoiena. Bikote arduratsua baserri osoa edo baserri bakoitza alokatzeko gertu. Deitu 665-70 10 57 zenbakira.

Lekeitio. Lekeitio urte osorako errentan hartzeko pisu txiki batena nabil, 1 edo 2 logea. 658-70 19 53

Arrasate. Oso egoera onean dagoen etxebizitza batean pertsona bat behar dugu etxea osatzeko. Deitu 616-05 97 92 telefono zenbakira.

Arrasate. Pertsona bat behar dugu etxea osatzeko. 200 euro (ura, kalefakioa eta argia) hile-ro. Unibertsitatik gertu. Deitu 652-73 46 19 telefono zenbakira.

Bergara. Logela hartuko nuke errentan Bergaran. Deitu 690-97 44 32 telefonora.

Arrasate. Logela ematen da errentan Bolun, sukaldea era-biltzeko aukerarekin. 250 euro. 670-85 86 68

Bergara. Neska bat behar da Bergaran pisua osatzeko. 665-73 98 98

Donostia. Pertsona bat behar da etxea osatzeko. Antiguak. 652-71 52 50

Arrasate. Antiguak 2 gela osatzeko ikasle bila gabiltsa. Pisua ondo hornituta dago. Deitu 652-71 52 50 telefonora.

Lasarte-Oriar. Logela bat alokatzen da pisu partekatu batean. Hiru gela, sukaldea era-biltzeko aukerarekin. 652-75 59 32 telefono zenbakira.

Bergara. Neska bat behar da Bergaran pisua osatzeko. 665-73 98 98

Arrasate. Logela ematen da errentan erdigunean. Pertsona bakarrantzat. 666-21 88 95

Arrasate. Logela ematen da errentan, sukalde eta egongelarik eskubidearekin. Pertsona heldua bada, hobeto. 666-75 73 21

Arrasate. Logela ematen da errentan. Oso egoera onean. Telebistarekin. 696-53 36 44

Arrasate. Pertsona bat behar da etxea osatzeko. Oso egoera onean dagoen etxebizitza da. 616-05 97 92

2/ GARAJEAK

201. SALDU

Bergara. Garajeak salgai Zurra-dero 4an. 699-75 52 21.

Etxarri-Aranatz. Larraineta elkarrean atzean dauden etxe-bizitzen azpian dagoen garaje marra bat saltzen da. 609-7160 23 (Xabier)

Arrasate. Emakumea euskalduna lanerako gertu. 659-82 7518

Arrasate. Egun erdiz, osoz edo orduka lan egiteko gertu. 666-75 73 21

Arrasate. Emakumea euskalduna lanerako gertu. 666-12 52 80

Bergara. Neska gertu arratsalde-zan etxeko lanegi gertu. 686-52 15 98

Lasarte-Oria. Lasarte-Oria zen-troan garajeak alokatzen dut. 686-67 45 52

3/ LOKALAK

303. ERRENTAN EMAN

Antzuola. 80 metro koadroko lokala erdigunean. Egoera onean. Elkarlanean arazoak ezin hobeak. Komunarekin. 6.000 € euskal-dezakigatik eta 500 € hilean. Deitu 600 03 86 80 edo 943 14 84 67 telefono zenbakira.

Bergara. Dendaroko lokala emango nuke errentan erdigunean. 627 96 19 22.

Bergara. Pertsona nagusiak zaindu eta etxeko lanak egin gongo nituzke. Paperak ditut. 686-99 59 41

Bergara. Pertsona nagusiak zaindu nituzke 24 orduan. Era beraean, etxeko lanak egin gongo nituzke. Esperientzia daukat. 606-05 07 93

Bergara. Bergarako mutil gaztea sukaldeko lanak egiteko gertu. Erosketak egin, jana pres-tatu eta sukaldea batu. Galdeku Manurengatik. 610-80 73 09

Bergara. Dendaroko lokala emango nuke errentan erdigunean. 628-23 50 55

Bergara. Bergarako emakume euskalduna lanerako gertu. Umeak zaintzen, etxeko lanen edo garbiketan. Goizez. 665-70 03 74

Bergara. Emakume arduratsua gertu nagusiak edo umeak zain-zen, garbiketa lanak egiteko, plantatzeko eta baztak gertatzeko. 667-00 89 40

Deba. Emakume euskalduna ospitalean jendea orduka zain-zenko prest. Telefono zenbakia 665-78 18 66. Marian.

Debagoiena. Emakume euskalduna gertu edozein lan egiteko. Zerbiztarilanan esperientzia daukat. 667-94 07 25

Debagoiena. Mutila lanerako gertu. 685-70 76 25

Debagoiena. Neska euskalduna prest edozein lan egiteko. 647-87 28 31

4/ LANAK

401. ESKAINTZAK

Donostia. Etxekolanak eta urtebeteko ume bat zaintzeak 35 urtetik gorako emakume euskalduna behar dugu Donostian arratsaldeetan. 639-10 45 71

Lasarte-Oria. Pertsona bat behar dugu ume txiki bat zaintzeak Lasarte-Oriar, astehetik ostegunera 17:30etik 19:30era. Deitu 699-24 31 08 telefono zenbakira.

Antzuola. Arropak konponzten ditut. Deitu 616-45 00 20 telefono zenbakira.

Debagoiena. Neska euskalduna prest edozein lan egiteko. 647-87 28 31

ASTE SANTUA

KULTOUR BIDAIAK

apirilak 8-13

PARIS: 279€ / GALIZA: 195€

PARIS-HERBEHEREAK: 309€

BRETAINIA-NORMANDIA: 319€ / TIROL: 385€

ALGARVE: 229€ / LISBOA: 225€

SEVILLA-GRANADA: 389€

SALOU 3* mantenu osoan:

apirilak 9-13: 135€ / 13-19: 120€

LANDAK: apirilak 9-13: 200€

LLEIDAKO PIRINIOTAN ABENTURA:

Debagoiena. Emakumea gertu, haurrak zaindu, etxeak garbitu eta adineko pertsonak zaintzeko gauez, Arrasaten, Aretxabaletan nahiz Eskoriatzan. Esperientziaduna 618-00 08 28

Debagoiena. Gizona gertu edo zein lan egiteko. 645-72 92 87

Debagoiena. Edozein desbrozadura-lan mota egiteko gertu. Euskalduna. Esperientziaduna. 658-73 79 02

Debagoiena. Ile apaintzaile lanetarako gertu. 639-00 35 57

Debagoiena. Emakumea gertu garbiketan egin eta umezein helduaztintzeko. 678-24 94 24

Debagoiena. Garbiketa lanak egiten edo ume zein nagusiak zaintzen lan egindo nuke. Ainhoa. 671-35 22 60

Debagoiena. Emakumea lanetarako gertu. Adinekoak zaintzen edo garbiketa lanetan jarduteko prest. 667-20 56 29

Debagoiena. Sukaldaritzako lanak egiteko prest, sukaldari, laguntzaile edota zerbitzari bezala. 646-25 59 19

Debagoiena. Neska euskalduna gertu garbiketa lanak egiteko eta umeak zaintzeko, Bergaran edo Arrasaten. Deitu 600-82 84 60 zenbakira.

Debagoiena. Pertsona nagusiak zaindu nituzke. Etxean bertan bizi izateko gertu. 663-65 78 43

Debagoiena. Bigarren mailako ofizial, ostalaritza laguntzaile edo garbiketa lanak egindo nituzke. 649-62 88 22

Debagoiena. Emakume ardurtua gertu garbiketa lanak egiteko, lisatzeko eta josteko. 628-23 50 55

Debagoiena. Mutila edozein lanetarako gertu. 696-48 42 50

Debagoiena. Nagusiak zainduko nituzke etxean bertan bizi izaten. 680-30 24 64

Debagoiena. Zerbitzari lanak egingo nituzke asteburuetan. 617-73 09 02

Debagoiena. Emakumea gertu pertsona esperientziaduna eta tratu onekoak. Harremetarako zenbakia, 680-983 527 (Carlos)

Debagoiena. Ingelesko klase partikularak emeten ditut. Telf.: 639-60 12 22

Debagoiena. Neska euskalduna gertu tabernak edo elkarrekin garbitzko edota sukaldean lan egiteko. Esperientzia daukat. 943-08 18 13 edo 635-70 07 92

Debagoiena. Mutil gazte eta langilea gertu eraikuntza arloan lan egiteko. Esperientziaduna eta alikatatzalee aditua. 663-72 37 44

Debagoiena. Mutila lanerako gertu. 618-34 09 35

Debagoiena. Nekazaritzako lanak, pertsona nagusiak zaindu edo garbiketa lanak egiteko. 650-96 23 08

Debagoiena. Pertsona nagusiak zaintzan aditua eta esperientziadun neskalan bilabekaritza. Idatzi helbide honetara anima-lena957@hotmail.com edo deitu. 943-79 04 69

Debagoiena. Neska euskalduna eta gaztea goizetan eta aste bukaeran lan egiteko gertu. 697-41 66 24

Debagoiena. Langile gaztea naizela edozein jardueretan lan egiteko gertu nago. B gidaibarrena eta autoa daukat. Gonzalo. 696-48 42 50

Donosti. Goizez lan egiteko prest nago. Taberna, harrera zerbitzuan edo dendan. 600 29 40 54

Lasarte-Oria. Pertsona adin-dauketa eta gaixoak zaindu nituzke. Pertsona esperientziaduna eta tratu onekoak. Harremetarako zenbakia, 680-983 527 (Carlos)

Lasarte-Oria. Ingelesko klase partikularak emeten ditut. Telf.: 639-60 12 22

Ofici. Neska euskalduna gertu tabernak edo elkarrekin garbitzko edota sukaldean lan egiteko. Esperientzia daukat. 943-08 18 13 edo 635-70 07 92

Ofici. Neska euskalduna prest uztalean umeak zaintzeko. Esperientziaduna. 651-70 85 13

Tolosa. Bigi garbitasunak. Alfon-brak, etxeak, bulegoak eta abar garbitzko prest. Irene: 638-94 04 06 eta Itxaso: 695-70 82 71

Tolosaldea. Neska gazte euskalduna lanerako gertu. Goi mai-lako delineatzaile titulua daukat, baina edoztaran lan egindako nuke. 627-65 34 33

Debagoiena. Ingelesko eskola partikularak emeten ditut, etxeriketxe. Maila guztia. 619-38 62 56

Donostia. Neska italiar bat naiz eta italiako ikastaroak emateko prest nago Donostia eta inguruetan. Banaka edo talde-txikietan prezio interesgarriekin. Interesatzen bazauerak deitu 647-05 19 70ra eta e-mail bat bidali: raffamania@yahoo.it

Lasarte-Oria. Matematika eta estatistika, edozein mailan, esperientzia, 646-71 76 76

Ofici. Ingeniaritzako eskola partikularak emateko prest, matematika, fisika, kimika... 646-42 13 63

Ofici. Urte askoko esperien-tziadun irakasleak eskola partikularak ematen ditu. LH eta DBH. Ordutegi malgaua, nahi dituzun ordua (aste osoan, astean ordu bat...) eta talde txiekien. 943-78 28 43

5/ IRAKASKUNTZA

501. JASO

Ofici. Lehen Hezkuntzako eskola partikularak ematen dituen norbait behar dut. 63570 91 12.

Bergara. Lehen Hezkuntzako eskola partikularak ematen dituen norbait behar dut. 675-70 10 63.

Debagoiena. Inguruak eta harremanetarako gaitasuna edukitzea. 697-41 66 24

Debagoiena. Langile gaztea naizela edozein jardueretan lan egiteko gertu nago. B gidaibarrena eta autoa daukat. Gonzalo. 696-48 42 50

502. EMAN

Arrasate. Ingelesko eskola partikularak ematen dira Arrasate eta inguruetan. Taldeka edo banaka. Esperientzia. Mailaguztiak. 635-12 87 82

Arrasate. Unibertsitateko ikas-le euskalduna astelehenetik ostegunetara eskola partikularak emateko eskaintzen da. 636-12 05 79

Arrasate. Arrasateko neska bat LH eta DBH ikaslee eskolak emateko prest. 628-51 20 64

Arrasate. Batxilero, DBH eta LMHko ikaslee eskola partikularak emateko gertu; bereziki, matematika, fisika, kimika, teknologia eta ingelesez. Ingeniaritzak. 664-66 73 09

Azpeitia. Ingeniari teknikoa LH eta DBH mailako eskola partikularak emateko prest, Azpeitia. Informazio gehiago: 637-11 39 09

Debagoiena. Ingelesko eskola partikularak ematen ditut, etxeriketxe. Maila guztia. 619-38 62 56

Donostia. Neska italiar bat naiz eta italiako ikastaroak emateko prest nago Donostia eta inguruetan. Banaka edo talde-txikietan prezio interesgarriekin. Interesatzen bazauerak deitu 647-05 19 70ra eta e-mail bat bidali: raffamania@yahoo.it

Lasarte-Oria. Matematika eta estatistika, edozein mailan, esperientzia, 646-71 76 76

Ofici. Ingeniaritzako eskola partikularak emateko prest, matematika, fisika, kimika... 646-42 13 63

Ofici. Urte askoko esperien-tziadun irakasleak eskola partikularak ematen ditu. LH eta DBH. Ordutegi malgaua, nahi dituzun ordua (aste osoan, astean ordu bat...) eta talde txiekien. 943-78 28 43

6/ MOTORRA

601. SALDU

BMW M3 E-30 salgai. BMW M3 E-30 salgai, 1989 urtekoa, 130.000 km, Full Equip. 15.000 €. 659-21 61 59

Quad-a salgai. Quad berria salgai. Yamaha Raptor 660, 2009 urtekoa, lehen gurpil jokoaren, 500 km. 659-216 135

Seat Ibiza salgai. Motorra pri-meren duen autoa salgai. Deitu 656-77-20-26

Volkswagen Crafter 2.500 TDI furgoneta. 136 ZP. 2006ko urrikoa, 45.000 km. Kristal-jasogailu elektrikoa, aire girota, txirizantzuak, trakzio kontrola eta 3,21 metro luzeko kaxoa: 14.000 euro. 620 62 83 41

Alzariak. Zahraberrizeta behar dut. Oso merke. 615-74 13 47

Bidaia-kuma. Parke moduan ere erabil daiteke. Koltxoa eta gordezko poltsa barne. Play etxeko. 50 euro. Mari. 672-25 74 24

Brain training. Joko berria salgai. 20 euro. 617-13 17 51

autorako aulkia salgai Chicco Synthesis etxeko. 0+ taldeko. 13 kilo arteko. 25 euro. 672-25 74 24

Egongelako mahaia salgai. Alzairuzko gorputza eta kris-talezko gaina du. Neurriak: 37 zm(altuera), 120 zm(luzera) eta 70 zm(zabalera). 635-72 58 14

7/ ANIMALIAK

701. SALDU

Basurdeak. Orozkon. Deitu 678-72 75 72 zenbakira.

Cocker ingelesa salgai. Beltza. Emea. Txertoak jarrita dazketa. 200 euro. 618 00 08 28.

Labrador txakurkumeak. Pedigreea duten labrador txakurkumeak saltzen ditugu. Beltzaketa hare koloreta. Zoragarriak. Urtarriaren 30ean jaiotak. Oso prezio interesgarria. Deitu hona 607-280483.

Erremolkea. Kosta prezioan eta mustutzeko. Deitu 639-33 46 88 telefono zenbakira.

Errepideko bizikleta salgai. 54 neurriko. Deitu 628-00 76 62 telefono zenbakira.

Eskiak eta botak. Eski alpetarrerako eski eta botak salgai. Eskiak: Dinastar, 1,78 metro (60 euro) eta Head, 1,70 metro (60 euro). Botak: 43 zenbakia (60 euro). Deitu 617-61 58 01 telefono zenbakira.

Umeendako elektroko. Urtebetetze erabilaketa hozkailua, garbigailua eta gasdun labea dauen pieza bateko sukaldea. Erositako erdi prezioan. Deitu 695-78 48 25 telefono zenbakira.

702. EROSI

Basurdeak. Basurde ar handiak erosiko nituzke. 678-72 75 72

Behiak zezen limousina. Behiak zezenlimousina erosiko nuke. 3-4 urteko. Harremanetan jartzeko: 658-73 08 08

Ettxetresna elektrikoak. Urtebetetze erabilaketa hozkailua, garbigailua eta gasdun labea dauen pieza bateko sukaldea. Erositako erdi prezioan. Deitu 695-78 48 25 telefono zenbakira.

Haritzez legindako eskailera salgai. Altura 3 m. Bi zati konpen-satsuak. 658-70 65 39

Hesiak egiteko landareak. thuyas, leylandi, neskota... Euro batetik aurrra. 686-39 57 59

Jaunartzeko jantzak salgai. Mutilentzako jaunartzeko jantzak berria eta oso prezio onen-aran saltzen ditu. 60 eurotan aurrra. Tel.: 688-66 79 82.

Jaunartzeko soinekoak salgai. Merke. 635-75 54 30

Josteko makina industrialak salgai. Bata, Refleyetxeko, automa-tikoa. Besteak, Jack etxeko, 75 modeloa. Deitu 677-04 26 73

Kanpin denda salduko nuke. Salewa markako iglu familiarra. Behin erabilita. 150 euro. 605-72 23

Agenda elektronikoa. PDA, esku-ko agenda elektronikoa salgai. Wi-fi, Bluetooth, GPS... HP iPAQ 114 Classic Handheld. Berri-berria, zokzok batean irabazia dago, kaxatik atera gabe. 230 euro. 615-72 47 43

Altzariak. Zahraberrizeta behar dut. Oso merke. 615-74 13 47

Bidaia-kuma. Parke moduan ere erabil daiteke. Koltxoa eta gordezko poltsa barne. Play etxeko. 50 euro. Mari. 672-25 74 24

Brain training. Joko berria salgai. 20 euro. 617-13 17 51

autorako aulkia salgai Chicco Synthesis etxeko. 0+ taldeko. 13 kilo arteko. 25 euro. 672-25 74 24

Egongelako mahaia salgai. Alzairuzko gorputza eta kris-talezko gaina du. Neurriak: 37 zm(altuera), 120 zm(luzera) eta 70 zm(zabalera). 635-72 58 14

sudokua

	2	6			5	7	9	
3	4							
6			1		9			
7	9				5	2		
	8		3				6	
						8	4	
6	5	7			2	1		

bila-bila 7



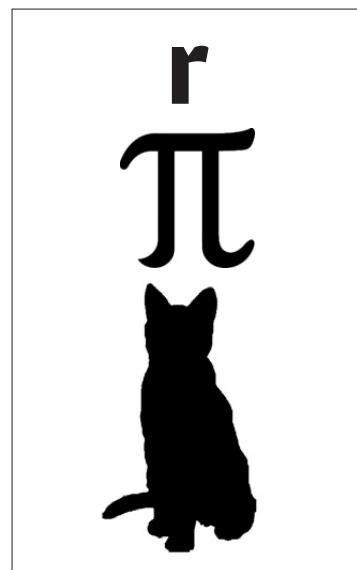
hitz gezidunak

	Pl., jantzi mota	▼	... seme, noble	▼	Ezagutzen du	▼
	Sendagaia	►	* Irudiko harribitxia	▼	Maila	
	Musika ikurak	►		▼		
Nafarroako menda	Gazte					
	Italiako hiria	►	▼			
Atzelari	Zuk zeuk	▼				
						Ukaren
Galdetzaile bat		►		►		▼
	Pl., kandela-rako gai			Marokoko hiria		
Gasteizko herrixka		►			Kontso. bustia	►
	Bakea maite du				50	

GOIENKARIA

hieroglifoa

Zer egin zuten iazko ikasturtean?

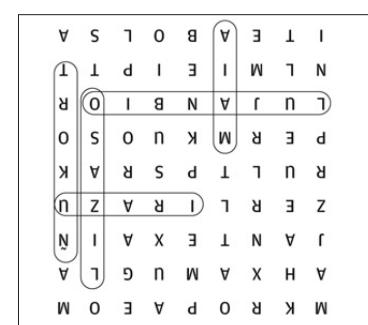
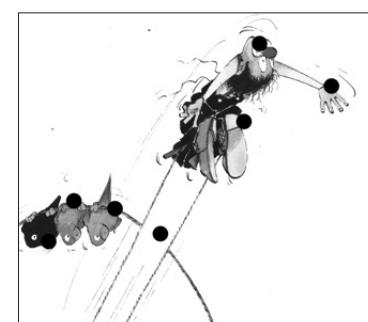


hizki salda

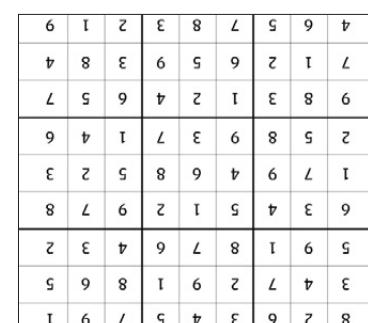
5 bertsolarien abizenak

M	K	R	O	P	A	E	O	M
A	H	X	A	M	U	G	L	A
J	A	N	T	E	X	A	I	Ñ
Z	E	R	L	I	R	A	Z	U
R	U	L	T	P	S	R	A	K
P	E	R	M	K	U	O	S	O
L	U	J	A	N	B	I	O	R
N	L	M	I	E	I	P	T	T
I	T	E	A	B	O	L	S	A

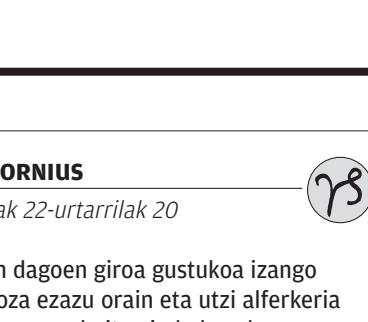
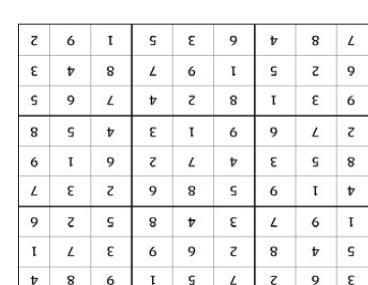
soluzioak



Hieroglifoak: Errepikatu.



Aurreko zenbakiko sudokuaren soluzioa



asteko horoskopoa

ARIES

martxoak 21-apirilak 21



Lehengoetara itzuliko zara. Ez izan ardura berriak hartzearen beldurrik eta aurre egin ondorioei.

TAURUS

apirilak 22-maiatzak 21



Edozteran babesa emango dizuten kideak aurkituko dituzu. Zaindu eta gorde itzazu, egonkortasuna emango dizute-eta.

GEMINI

maiatzak 22-ekainak 21



Aldaketa handiak hasiko dira, eta zure gauzak gordetzeako beste leku bat topatu beharko duzu. Eutsi presioari.

CANCER

ekainak 22-uztailak 22



Daukazun gaitasunak beharrezko lekuan egonaraziko zaitu. Besteak harremanetan bitartekaritza lanak egingo dituzu.

LEO

uztailak 23-abuztuak 22



Zure joko eremua zabaldu egingo da, baina oraindik proposamenei adi egon behar duzu.

VIRGO

abuztuak 23-irailak 22



Emaitzia onak izango dituzula pentsaraziko dizuten inbertsioak datozkizu, baina uste baino luzeago joko du kontuak.

LIBRA

irailak 23-urriak 22



Liskarrak edukiarazten dizuten bulkadak zaindu beharko dituzu. Bestela egoera arriskutsuei aurre egin beharko diezu.

SCORPIUS

urriak 23-azaroak 22



Zure jarduera gogorrak erresumina eragin-go dizu. Moteldu zure eginbeharra eta hartu atseden.

SAGITARIUS

azaroak 23-abenduak 21



Zure asmoak gauzatzeko esparruen bila beti. Eman iezaiezut denbora hazi eta lora-tzeko.

CAPRICORNİUS

abenduak 22-urtarrilak 20



Familian dagoen giroa gustukoia izango duzu. Goza ezazu orain eta utzi alferkeria alde batera, zerbait egin behar duzunean.

AQUARIUS

urtarrilak 21-otsailak 20



Oraindik kokapenaren bila dabilen buru argitasun handia. Azalerazten uzten ez badizute, goibel ibiliko zara.

PISCIS

otsailak 21-martxoak 20



Utzi zauriatik guztia ateratzen, horrela bakarrik izango zara nahi duzuna egiteko aske.

gazte zerbitzua

BEKAK

> **Garapenerako lankide-tza.** 2009rako garapenarako lankidetza eta lagunza jardueretako dirulaguntzak. Helburua: garapen-bidean dauden herrialdeen hazkundeak eta aurrerapenean laguntzea eta Espainiaren eta beste herrialde batzuen arteko kultura eta zientzia-lankidetza sustatzea. Iraupena: gehienez 18 hilabete. Epea: irailak 7a.

LANA

> **Musika irakaslea.** Vianako Erentzun ikastolak musika irakaslea behar du. EGA titulua eta musika hezkuntzan diplomatura beharrezkoak dira lanposturako.

> **Aisialdiko begirale eta zuzendariak.** Lacunza Summer-ek camp aisialdiko begirale eta zuzendariak behar ditu. Epea: martxoaren 27a.

> **Hezitzaleak.** Irun Irutzen Euskara Elkarteak Solas-Jolas 2009rako hezitzaleak hartzeko deialdia luzatu du. Epea: apirilaren 8a.

EKINTZAK

> **Gazteriaren epaimahaia.** Donostiako Zinemaldian gazteriaren epaimahaia kide bezeala parte hartzeko aukera 17-21 urte bitartekoentzat. Epea: ekainaren 15a.

> **Udalekuak 2009.** Gipuzkoako Foru Aldundia. Oñatiako Gazte Informazio Puntuan, Arrasteko Gazte informazio Bulegoan eta Bergarako Gazte Gunean informazio gehiago. Epea: martxoaren 25etik apirilaren 3ra.



ARRASATEKO GAZTE BULEGOA:
Biteri etorbidea 3 • 943 77 00 65
gaztebulegoa@arrasate-mondragon.net

BERGARAKO GAZTEENDAKO INFORMAZIO GUNEA:
Kultura etxea • 943 77 91 57
gerbitzua@euskalnet.net

ONATIKO GAZTEENDAKO INFORMAZIO GUNEA:
Foruen plaza 4 • 943 71 82 57
gazteinformazioa@oinati.net

astea GOITBn

Astelehena, 23



> Gobernuz kanpoko erakundeak 19:45

Gobernuz kanpoko hainbat erakundek Bergarako osoko bilkuren aretoan ipinitako erakusketak berbagai Magazinea-n.

Martitzena, 24



> Jardunaldi gastronomikoez berbetea 19:45

Debagoneko Mankomunitateak bultzatutako jardunaldi gastronomikoez arituko dira martitzeneko Magazinea-n.

Eguaztena, 25



> Karapaixoak eguzteneko protagonista 19:45

Txomin Madinak Oñatiako Eskolatxo okindegian egiten dituzten era guztietako karapaixoak erakutsiko ditu eguztenean.

Eguena, 26



> Musika kontuak Maider Arregirekin 22:15

Musikazaleen topaleku da Goiena Telebistako Musikantoi saioa. Maider Arregik euskal taldeak ekarriko ditu oraingoan ere.

Egubakoitza, 27



> Huhezinema jardunaldiak Goiena Telebistan 19:45

Magazinea-n, egubakoitzean, Huhezinema jardunaldiak gainean aritu dira. Hori izango da, egunero moduan, 19:45ean.

arrasate irratia

FM 107.7

> Oreka TX ikusteko sarrerak zozketatuko dituzte irratiaren 10:30

Nomadak TX zuzenean da Oreka TX txalapartari taldeak Arrasatera ekarriko duen ikuskizuna, martxoaren 29an, 19:30ean, Amaia Udal Antzokira. Musu-truk joan gura duenak badu horretarako aukera Arrasate Irratiak astero egi-ten duen sarreren zozketan. Horretarako, 943 25 05 05 telefonora deitu behar duzue.

Zapatua

10:00 Asteko gainbegiratua.

Domeka

10:00 Asteko gainbegiratua.

Astelehenetik egubakoitzera

10:00-12:00 Igo Autobusera!

Albistegia
Eguraldiaren iragarprena (Joxe Landa)
Astelehenetan Kirolak
Ilunpean (elkarriketa, Euskal Herriko pertsona ezagun batekin)
Zaharrak Berri (pertsona nagusiendako)
Udal Gazte Bulegoa
Sexologia Zerbitzua
Astearen errepaso (Goienkariarekin)
Eguneko eta asteko protagonistekin,
elkarriketak
Zozketak (egubakoitzean)
Zorion agurrak (parte hartzeko: 943 25 05 05 (irratia@goina.com edo goiena.net atarian, irratiko bloga))
11:55 Arrasateko albisteak, labur.
12:05 Euskadi Irratiko albistegia
12:10 Izarren ordua: abesti ezagunak
13:00 Euskadi Irratiko albistegia.
14:00 Igo Autobusera! (errep.)
17:00, 19:00, 21:00, 23:00 albistegi laburra.

telealbisteak

ETB > 'MONDO DIFFICILE'

Atzerrian bizi diren euskaldunen bizipenak jasoko ditu ETBk saio berri baten

'Mondo difficile' saioan, munduan barrena bizi diren euskaldunen esperientzia eta bizipen errealkak ezagutaraziko dituzte

MIREN ARREGI > ARRASATE

Saio berria prestatzen dihardu ETB kateak. Horretarako, munduan barrena bidaiatuko du, atzerrian bizi diren euskaldunen bila. Hostal produkzio etxearen esku-tik iritsiko da saio hori, eta *Mondo difficile* izenez aurkeztuko dute. Horretarako, ETBko lantalde batek munduan barrena bidaiatuko du atzerrian bizi, ikasi edota lan egiten duten euskaldunen bila.

Saio horren bitartez, formatu zahar bat berreskuratuko du Euskal Telebistak, munduan barrena dauden euskaldunen lekukotzak bilduz. Asmoa ez da euskal diasporaren erretratua egitea; izan ere, saioak esperientzia errealkak isolatu gura ditu, Euskal Herritik kanko bizi diren euskaldunen kontakizun eta bizipenekin.

Horrekin batera, eta atzerrian bizi diren euskaldunak ezagutze-arekin batera, saioak herrialde horietako errealitatea ezagutzeko bidea eskainiko du: Manila, Shanghai, Paris eta Dubai izango dira, besteak beste, bisitatuko dituzten tokia.

INTERESATURIK DAUDENENTZAT

Atzerrian bizi den ezagunik baduzu, 905 33 32 40 telefonora dei egina dezakezu.

> CESYA ELKARTEAREN KEZKA

Itsuk, gorrak eta pertsona nagusiak telebista dигitaletik kapo gelditzearen kezka azaldu dute

CESYA ikus-entzunezkoen irisgarritasuna bermatzeko sortutako Spainiako elkartea da. Joan den astean elkartea egindako adierazpenetan eman zuen aditzera itsuek, gorrek eta pertsona nagusiak zaitasunak izan ditzaketela telebista digitalera pasatzeko orduan. Elkarteko Belen Ruiz Mezcua Diputatuaren Kongresuko Ezgaituen batzordean azaldu zuen datorren urtean telebista kate guztiak digitalizatzen direnerako Gobernuak ez baditu berehalako neurriak hartzen, itsuk, gorrak eta, kasu askotan, pertsona helduak ere telebista dигitaletik kanko uzteko arrisku handia dagoela. Horren ildora, gaineratu zuen badaudela bideak hori saihesteko eta bide horiei heltzko eskatu zion Gobernuari.

> 'EL CONQUISTADOR DEL FIN DEL MUNDO'

Orain arteko bost edizioetako saiorik ikusiena izan zen joan den astelehenekoa

ETB2ko *El Conquistador del Fin del Mundo* saioa inoiz eskuratu ez duen arrakasta lortzen dabil bosgarren edizio honetan. Hain zuzen ere, joan den astelehenean eskaini zuten saioa izan da orain arteko bost edizioetako ikusiena. Guztira, %28,2ko share-a eskratu zuen, 244.000 ikuslek jarraitu zuten saioa. Gainera, emisioaren uneren baten 529.000 pertsonak egin zuten bat saioarekin. Joan den asteleheneko saioan, bi kaleratu izan ziren: lehena, Ainhoa, pneumonia batek harrapatuta saioa utzi behar izan zuena; eta bigarrena Condor tadeko Javi, Puma taldeko bi kapitainez gain saioko lehiakide polemikoena izan dena.

kuxkuxeroa



Arritxu Barruso

Egia gordinak eta borobilak taula gainean

Pasa den astean entzun nuen telebistan, 2003 urtetik ez duela horren-bestetegi jarraian eguraldi ona egin. Aprobetxatu egin behar, beraz. Krisia dela, eguraldi ona dela, kontua da jende asko etxearen geratu dela lau egun hauetan. Tira, etxearen ez; egunpasa hara eta hona eguraldi ona aprobetxatuz. Ibarreko turismo bulegoek ere esan dute turista gehienak egun pasa eterri direla eta Euskal Herrikoak zirela gehienak. **Bizkaitik jende asko eterri omen da Zubian gure ibarra bisitatzen.** Oña-

**Euskararen argia
bizirik mantendu
nahi badugu
euskaraz hitz egin
behar dugu**

tiko unibertsitatearekin eta San Miguel parrokiarekin aho zabalik geratu ziren batzuk. Eta eguna kanpoan pasata iluntze aldera antzerki emanaldi bat ikustera joatea ez da plan txarra. Horixe egingo zuten seguruenik **Oihulari Klownen Jaque antzezlanera** ikustera joan ziren askok. Barre algara ederrak egin genituen, ezta? Baino zenbat egia borobil ikusi genituen algara eta algara artean, e? Lan bikaina egin du oraingoan ere Oihulari Klownek. Eta egia borobila baita ere Aretxabaletako Arkupen ikusi genuena. Euskararen argia bizirik mantendu nahi badugu euskaraz hitz egiteko beharra. Horixe izan zen Kukubiltxo taldearen **Argitxo eta Dir-dir** txotxongilo emanalditik ikasitako lezioa.

OROIGARRIA

Leire Madinabeitia Zabala

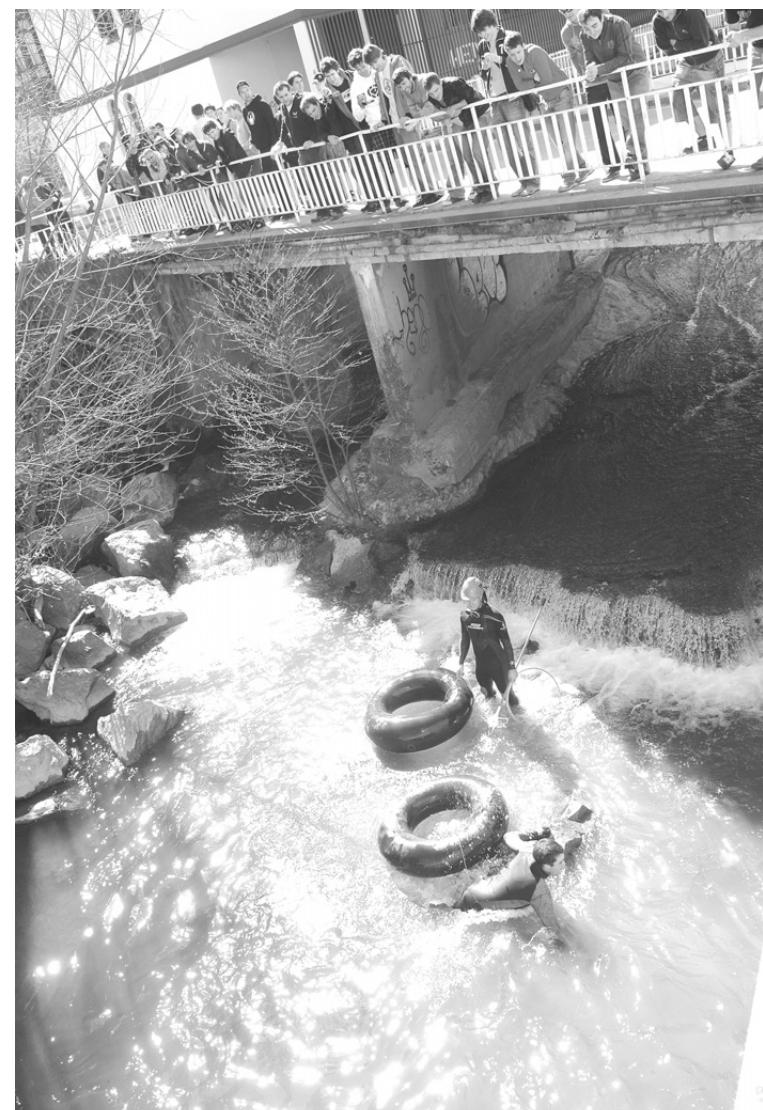
Utzi pentsatzen berriz
elkartuko garela
iraganeko egunak
itzuli ahal direla

baratzeko larrosa
arima beltzarana
burua eta bihotza
ohostu zizkidana



Koadrilarakoak.
Arrasaten, 2009ko martxoaren 23an.

asteburuko albuma



Ezkondu aurreko agurra. Jokin eta Ibon arretxabaletarrak laster ezkondu egingo dira euren bikotekideekin. Hori horrela, lagunek ezkondu aurreko agur berezia antolatu zieten zapatuan. Hasteko, goizean gurpil bana eman zieten eta Deba ibaiaren lasterketa egin behar izan zuten eliza parera iritsi arte. Ondoren mozorrotu egin zituzten; bata emaztegaiz eta bestea senargaiz. Apaiz mozorrotutako lagun batek, ondoren, ezkondu egin zituen biak. Bazkaria Bergaran egin zuten eta iluntze aldera Tartufora joan ziren. Bertan kontzertuak izan zituzten, besteak beste.



Agurra. Aitor Arregi arrasatearrak hegazkina hartu zuen Vilnius-era (Lituania) joateko. Praktikak egitea joan da. Arrasate utzi aurretik, baina, lagunek agur esateko festa antolatu zioten egubakoitz gauean. 20 lagun inguru elkartu ziren eta Eskoriatzako Mazmela auzoko Txola elkartean afaldu zuten. Afaldu ostean Arrasatera joan ziren eta tabernaz taberna ederki ibili ziren. Batzuendako gaua goizalderar arte lizatu zen; izan ere jakin dugu goizeko ordu txikitaino ibili zirela parrandan batzuk.

ESKELAK

GOIENKARIAN eskela jarri nahi baduzu, deitu telefono honetara eguen eguerdia baino lehen:

943 25 05 05

Edo zatoz ordezkaritza batera, eguaezten eguerdia baino lehen:

Arrasate Goiena: Otalora lizenziaduna 31. 943 25 05 05 / **Goienea**: Nafarroa etorbidea 2. 943 25 05 05. **Bergara** Goiena: Barrenkalea 33. 943 25 05 05.
Oñati Biklo publizitate agentzia: Olakua 9. 943 78 10 65. **Aretxabaleta**: Goiena: Durana 11. 943 79 86 21. **Aramalo**: Kintelea janari denda: Nardeaga 11. 945 44 50 22. **Antzuola**: Itza ibilburi denda: Kalebarren 1. 943 76 60 62.

Eskelaren prezioa: 100 euro. Asteleheneko Goienkariako harpidedunak: 90 euro.
Prezio berezia: egubakoitzeko eta asteleheneko GOIENKARIAN,

bietan, argitaraturaz gero, **120 euro**. Asteleheneko Goienkariako harpidedunak: 110 euro.

Goienkaria: astero, 50.000 irakurle Gipuzkoan (CIES).



zorion agurrak



ARRASATE
Gorka Fernandez
Martxoaren 17an, 4 urte. Zorionak, Arizmendi Sanvi Txikiko lagunen partetik.



ESKORIATZA
Igor Larrañaga
Martxoaren 17an, 22 urte. Lagunen partetik zorionak e! Hala bada, ondo pasatu e!



BERGARA
Jon Lazcano Palacios
Martxoaren 19an, 4 urte. Zorionak, txapeldun! Familia guztien partetik lau txokolatezko patxogoxo-goxoak zureztat. Ondo pasatu eguna, txiki.



OÑATI
Ekhiñe Mendi
Martxoaren 20an, 9 urte. Zorionak, Ekhi! Oso oso ondo pasatu zure urtebetetze eguna! Patxo pila bat familixa osuan partetik!



ARETXABAleta
Unax Garcia Urreta
Martxoaren 22an, 3 urte. Zorionak, txapeldun! Patxo handi bat eta oso ondo pasatu zure eguna, familixaren partetik.



ESKORIATZA
Aratz Kortazar
Martxoaren 22an, 21 urte. Lagunen partetik zorionak e! Ala bada, ondo ondo pasatu e!



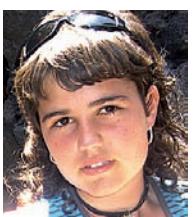
OÑATI
Jokin Madina
Martxoaren 23an, 5 urte betetzen ditu. Zorionak, Jokin. Patxo handi bat zure familixa danan partetik.



ARRASATE
Elene Lezeta
Martxoaren 23an, 5 urte betetzen ditu. Zorionak! Arizmendi Sanvi Txikiko lagunen partetik. OÑATI



Xabier Arabaola
Martxoaren 23an, 38 urte betetzen ditu. Zorionak Julen, Ibai, Oihana eta Navarroren partetik. Ondo pasatu eguna. OÑATI



OÑATI
Maitane Igartua
Martxoaren 23an, 8 urte betetzen ditu. Zorionak eta ondo pasatu eguna. Zure familiak.



ARETXABAleta
Amaia Irure Aiestui
Martxoaren 24an, 8 urte. Zorionak, guapisima! Eta ondo ondo pasatu zure eguna, lagunon partetik.



Jaione Barrena
Martxoaren 24an urtebetetzea. Urte askotako, Jaione. Zure laneko lankideak. Egun polita pasatu.



Aitziber Mugarza
Martxoaren 24an, 28 urte. Zorionak, guapiximal! Ondo ondo pasatu eguna eta patxo handi bat zure lagunen partetik. OÑATI



Mikel Bengoa
Martxoaren 24an, 17 urte betetzen. ditu Zorionak Mikel! Ondo pasatu zure eguna. Eneritz, Malen eta Auritzen partetik. ARETXABAleta



Miriam Arregi
Martxoaren 24an, 33 urte betetzen ditu. Zorionak, Miri. Ondo pasatu zure egunean eta besarkada handi bat, merezi duzu-eta! Etxekoak eta zure lobatxoa. BERGARA



Jon Aranburu
Urrestarazu
Martxoaren 25ean, 3 urte betetzen ditu. Zorionak Jonito! Ondo pasatu zure eguna eta patxo handi bat tia, tio, Jon Ander, Ekhi eta Oihanaren partetik. OÑATI



OÑATI
Irati Biain
Martxoaren 26an, 6 urte. Zorionak familia guztien partetik!

ARRASATE



OÑATI
Eki Letona
Erretolatza
Martxoaren 26an, 7 urte. Zorionak! Ondo pasatu egune! Patxo bat etxeakuen partetik.



OÑATI
Mikel Aranburu
Martxoaren 27an, 9 urte betetzen ditu. Zorionak etxeako guztien partetik. Ondo pasatu eguna.



OÑATI
Auritz Esnaola
Martxoaren 27an, 2 urte betetzen ditu. Zorionak eta ondo pasatu eta patxo handi bat zure familiixa danan partetik. ARRASATE



OÑATI
Ariane Sanchez Corbella
Martxoaren 27an, 2 urte betetzen ditu. Zorionak eta ondo pasatu eta patxo handi bat, aitatzoren, amatxoren eta familiakoen partetik. OÑATI



ARETXABAleta
Irati Hernandez Iturbe
Martxoaren 27an, 4 urte betetzen ditu. Zorionak maial! Patxo handi bat, aitatzoren, amatxoren eta familiakoen partetik. OÑATI

ARRASATE



Mari Jose Ojea
Martxoaren 28an, 55 urte betetzen ditu. Zorionak, ama! Ondo pasatu eguna eta besarkada handi bat. Eskerrik asko zaren bezalakua izatiagatik. Zorionak hoberenak iloben partetik. Mua! BERGARA



OÑATI
Itxaso Arzak
Martxoaren 29an, 8 urte betetzen ditu. Ondo ibili zure egunean. Ekhi, amatxo eta aitatzxo.



OÑATI
Argider Iasisti Lazcano
Martxoaren 29an, 32 urte betetzen ditu. Zorionak eta urte askotarako Argi! Patxo handi-handi bat etxeakon partetik! Badakitt zeñek ordainduko duen larunbateko pintxo goxo hori! Patxoak!



jaiotakoak



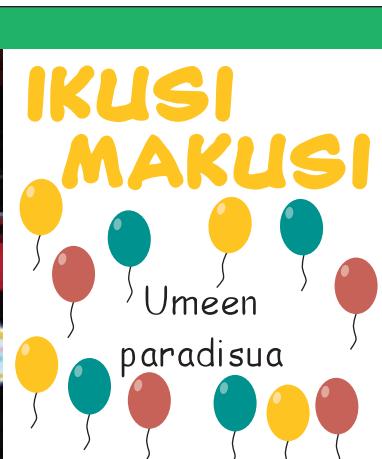
Xabier Sancho Salazar
Arrasate > 3,370 kilo. Martxoaren 16an. Gurasoak: Martha (Kolonbia) eta Javier (Arrasate). Argazkian, Xabier jaioberria, sehaskan lo.



Noa Lezeta Iturrealde
Bergara > 4,070 kilo. Martxoaren 14an. Gurasoak: Ane (Bergara) eta Jesus Mari (Antzuola). Argazkian, Noa jaioberria, gurasoekin.



Maitane Agiriano Larrion
Bergara > 3,180 kilo. Martxoaren 18an. Gurasoak: Iosune (Bergara) eta Angel (Bergara). Argazkian, Maitane jaioberria, Sehaskan lo.



Lazarraga 4 OÑATI 943 08 23 32

Aitzol Zubizarreta > Kazetaria

"Politikako 'kulebroiei' hartu diet gustua orain"

JON BEREZIBAR > ARRASATE
Teleberri aurkeztek trajectarekin irudikatu ohi dugu, baina ez ei da batere arraroa Zubizarreta ikustea motorrean ibiltzeko larruzko jakarekin edota Athleticeko kamiseta-rekin. Gizon "klasiko" dela dio, musean edota palan emango lituzke orduak eta orduak gustura.

Txikitik izan gura zenuen kazetari?

Ba, txiki-txikitik ez. Amak kontatzen du umetan galdetzen zidatenean, nik abokatu izan gura nuela erantzuten niela, baina ziurrenik jakin ere ez nuen egingo zer zen. Hala ere, orain bigarren ikasketa batzuk egingo banitu, Zuzenbidea ikasiko nuke, nahiz eta kazetaritzari gustua hartu nion aspaldi.

Futbolari ez zinateke izango?

Garai baten, gaztetan, edozer emango nuen Athleticek egoteagatik. Orain ere jarraitzaile naiz, baina ez hain sutsua. Futbolean ibili nintzen gaztetan, Gernikan eta Las Arenasen jokatu nuen, atezain. Esan daiteke kazetaritzarenagatik utzi nuela futbola, ze lan

kontuak zirela-eta botak eskegitzeko erabakia hartua nuen-eta. Orain, tamalez, kirol gutxi eginen dut.

Ez zenuke kirol saiorik aurkeztuko, orduan?

Lanean hasi nintzenean, irratian, bekadun, Athleticeen jarrai-pena egiten nuen. Benetan gustura ibili nintzen jardun hartan. Orain, politika kontuei hartu diet gustua, *kulebroi* luzeak dira eta gustatu egiten zait. Elkarritzeta formatua dut gustukoena gaur egun.

TEST-A

Herria: Gernika eta Bilbo, ezin batekin geratu. **Adina:** 35 urte. **Saiosak:** *El Punto eta Mundo.hoy* saioen aurkezlea. **Ihes egiteko txoko bat:** Lekeitio eta Ispazter inguru horretara motorrez joatea. **Zalestanak:** Oso klasikoa naiz: palan egitea gustatzen zait eta baita musean ere. **Sakramentuguztiekin** Kopa eta purua noizean behin bakarrak. **Zein hedabidetan egin duzu lan?**: Radio Euskadi, ETB, Canal Bizkaia eta Cadena Ser.

Eta motorrei noiz hartu zenien zaletasuna?

Lehen baino askoz ere gutxiago ibiltzen naiz orain. Gernika ondoko auzo baten bizi ginene eta gurasoei beti eskatzen nien motora herrira jaisteko. Ez zidaten erosia, eta horregatik agian izan dut beti gogoa motorra izateko.

Ze motor daukazu?

Chopper estiloko Harley horietako bat. Oso astiro ibiltzen naiz, eta ibilaldirak egiteko-eta erabiltzen dut, orain gura baino gutxiago.

Baduzu txokoren bat ihes egiteko joaten zarena?

Lekeitio aldera sarri jotzen dut. Han, Izpazterren emaztearen gurasoek badute baserri bat eta esan genezake ia hotel batean moduan hartzen gaituztela.

Gogaitzen du albistegietan beti hondamendien berri eman behar izateak?

Horrela dira gauzak. Albiste-gi bat amaitu eta konturatzera zara ordu erdian 450 pertsonaren heriotzaren berri eman duzula.



TELEBISTA Irratian hasi eta telebistan egin du ibilbidea.

JON BEREZIBAR

ai, ene!



Sirenaren pare igerian

Emakume honek bi hankak galdu zituen umetan. Bere ametsa zen igeri egitea berriro ere. Hori lortzeko sirenaren isatsen moduko protesia ipini du hanketan. Bainu-txanoa ere protesiaren zati bat izango al da?

<http://www.planetacurioso.com>

biharamuna

Iñigo Biain

Amstettengo munstroa eta beste batzuk

Josef Fritzl izan da, zalantzak gabe, aste honetako protagonista mundu osoko komunikabideetan. "Amstettengo munstroak" 24 urtez errugabe bat errukigabe eduki zuen giltzapetuta eta etengabe laidotua, bortxatua eta arbuiatua. Orain Fritzl gaixotsun psikiatrikoak dituzten gaizkileen kartzeala batean sartuko omen dute, Fiskaltzak eta aztertu zuen psikiatrak hala eskatuta (psikiatra honexek esan zuen Fritzl-en gaixotasuna botere-desira erraldoi bat dela). Badago antzekotzsun bat Estatuekin eta erabilten duten kartzela-sistemarekin. Izan ere, Estatuek euren

boterea berresteko, aurkariak izan daitezkeen Estatuko seme-alabak bidetik kentzen ditutte (errudunak izan ala ez), eta horretarako edozerk balio du, Estatuko komisarietako torturatik hasi, mugagabeko bahiketa ofizialetatik pasa, eta Estatuaren ziegetan eragindako suisidiotaraino heldu arte, errudunak izan ala ez. Hala ere, ez dago Estatuen buruko osasuna aztertuko duen psikiatrik, eta ezta hauen giltzaperatzea agindu dezakeen fiskaltzarik ere. Tamalez, aurrerantzean ere Estatuak izango dira munstro bahitzaile eta bortxatzaile isilenak eta boteretsuenak.

IBAI-GANE
janari denda



ORDUTEGIA:

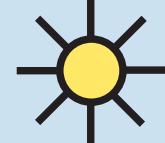
Astelehenetik ostiralerako: 16:30-20:00
Larunbatetan: 10:00-13:30

Aurrez prestaturiko janari ontziratuak zure eskura!

Ur-bainu edo mikrouhin-labean azkar prestatzen diren jaki goxuak!

Aurrez prestaturiko jakiak enkarguz

eguraldia



MAXIMOA

+15

MINIMOA

+1

Astelehenean aldaketa gutxi. Zerua hodei gutxirekin egongo da eta ipar-ekialdeko haizea ibiliko da. Temperatura, antzera.

www.euskalmet.net