

# Aretxagazeta

Aretxabaleta • 2001eko ekainak 22 • 216. zka.

## San Juan, San Juan...

# Lasai

Mirian Manteca  
MASAJISTA

Masaje terapeutikoa  
Postura ezkerria  
eta egokitzeko diplomatur

## ZERBITZUAK

☐ Osteopatia: Kraneala

Estrukturala  
Funtzionala

☐ Lotura muskularrak

\* Aurrez lekua eskatu



### FRUITATEGIA



Barazki  
eta fruitetan  
espezialitatea

Tel.: 943 79 96 43

**ERREKABARREN**

### ILEAPAINDEGIA

**Irudi**  
ILEAPAINKETA  
PELUQUERIA MI



Tel.: 943 79 80 90

**IRUDI**

### URDAITEGIA



kalitatezko  
produktuak

Tel.: 943 79 75 42

**JUANTXO**

## ERREKABARREN

### DROGERIA



UDARAKO  
BAINU  
JANTZIAK  
ETA BIKINIAK

Tel.: 943 79 59 85

**LEINTZ-ROSI**

### OINETAKO DENDA

ZAPATEN  
KONPONKETAK  
EGITEN DIRA



Tel.: 943 79 59 85

**MARI KARMEN**

### ARRANDEGIA

ITSASOKO PRODUKTUAK



Tel.: 943 79 31 59

**MIREIA**

## San Juan bezperan itten dien ospakizunetan hartzen dozu parte? Gau berezixe da zuretako ala ez?



**Manoli Garcia**

Bai berezixe da. Ez bezperan bakarrik, jaixetan be hartzen dot parte. Suak zerbaitt magikua be badauko, gau politta izaten da niretako.



**Serafin Sanchez**

Bai, urtero fan izen naz San Juan bezperako sua ikusten. Giro ona egoten da. Gainera, urteko gaurik motxena ospatu bihera egoten da. Ospakizun espeziala da niretako.



**Naiara Ramos**

Ohittura polita da sua ittiena, hala ta be, nire us-tez gero eta jente gutxiau faten da plazara. Umetan papelian desio bat idatzi eta sutara botaten nauen.



**Ane Agirrezabalaga**

Sua eta tantaixa nola altzetan dauen ikusten dot. Ohittura bat da eta herri-tar gehixenok parte hartzen douela pentsetan jat.



**Manuel Abril**

Gaua eta eguna, San Jaun bezperan dana da politta. Urtero faten naz plazara sua ikusten. Hala ta be, ez dot ezer espezialik eitten.



**Iker Sagastizabal**

Guk baserrixen itten dou sua eta hori nahiko espeziala izeten da. Lehenau umetan ilusino haundi-xauakin ospatzen zan San Juan bezperako gaua.

## Aretxagazeta

216. zenbakia. 2001eko ekainaren 22an.  
Durana 11, 151 postakutxatila.  
ARETXABALETAKO  
Tel: 943 79 86 21.  
Faxa: 943 77 18 54  
e-mail: aretxagazeta@euskalnet.net

Argitaratzailea: Aretxabaletako komu-nikabideak-Loramendi elkarteak.

Lehendakaria: Edorta Mendieta.

Erredakzio-kontseilua: Mireia Uribetxebarria, Goretti Ayastuy, Ibon Agirre, Ana Hidalgo, Fernando Berrizbeitia.

Erredakzio arduradun eta kazetariak: Amagoia Lasagabaster, Iratxe Bengoa eta Mirari Altube.

Publizitatea: Ziortza Martin

Kolaboratzaileak: Mikel Arroiabe, M. J. Aretxaga, Joseba Lopez de Armentia, Inma Miguel, Aitor Antxia, Felis Beltran de Heredia, Rosa Del Aguila, Amaia Berezibar, Murruxiko mendi elkarteak, Zarea mendi taldea, Loramendi E. E., Udala.

Banatzaleak: Aitor Urrutia, Iratxe Arbulo, Leire Otaegi.

Inprimategia: Eguzkigraf, Koop. Elk.  
Tirada: 1.500 ale.  
Aretxagazeta paper ekologikoan egiten da.  
Lege gordailua: SS378 / 94. ISSN: 1134-2609.

Aretxagazeta aldizkaria ez da kargu egiten aldizkarian adierazitako esanekin eta irizkiekin.



Aretxabaletako Udala,  
Gipuzkoako Foru Aldundia eta  
Eusko Jaurlaritzako kultura  
sailaren laguntza

## BALAITAKUK (Hikaz berbetan)



Mikel Arroiabe

Aretxagazeta

## San Juan bezperako gauean sua nagusi

Ekainean udari ongi etorria ematen zaio. Udako solztizioaz batera udan sartu, eta urteko egunik luzeena eta gaurik motzena ospatzen da ekainaren 21an. Horren inguruan, hainbat ohitura eta erritu jarraitu dira betidanik. Garrantzitsuena duda barik, San Juan bezperako gauean egiten dena da. Ekainaren 23an, hainbat herriko plazetan sua egiten da. Gure herrian ere, urtero moduan horixe izango da ekintza nagusia. Izan ere, oraindik ere, gogor dirau gure ar-

tean San Juan suaren erritokak. Aintzinako kondairen arabera, urteko gaurik motzenez sorginek beren dantza misterioitsuarekin base-ri eta lurra goritzen zituzten ustea zegoen. Eta gure aitajaun-amandreek sorginkeria guztien kontra egin behar zuten, bestela, urteko arto eta garia galtzeko arriskua zegoen. Horri aurka egiteko gizakiak sua erabiltzen zuten. Gainera, oraindik ere, askok gogoan dute, suak abarrak erretzen zituen bitartean abesten ziren ko-

plak. Batzuek honako esaldiak zituzten: "Sorginak eta lapurrek erre, artuek eta garixek erne" edo "sapuak eta sugak erre garixek eta artuek gorde, gora, gora San Juan". Orain suaren erritokak gure artean jarraitzen duen arren, beste kantu batek laguntzen dio ohitura zaharriari.

Suaren ostean, gauerdia pasa eta gero tantaia edo pinua altxatzen zen gaur egun moduan. Usadioa jarraituz, Santa Ageda mutilei dagokie lan hori. Jaso beharrekoa inguruko basoren batetik ohostutakoa izan behar zen. Sua itzali bezain pronto zuriketa lanak egin, eta aza horriak jartzen zaizkio puntan. Gero, oraindik ere egin ohi den moduan, kintuek txiza egiten diote ipurdian. Tantaia kentzeko egunari dagokionez, lehenago San Pedro bezperan kentzen zen. Orain, ez da horrenbeste itxaroten.



**SAN JUAN DANTZA SUA BAINO LEHEN**

Aurtengo San Juan bezperako egitarauari dagokionez, berrikuntza nagusia Lora-mendi dantza taldearen eskutik etorriko da. Izan ere, helduen taldeak, aurten sua baino lehenago dantzatuko du lehen aldiz San Juan dantza. Lehenago haurrek egiten zuten dantza hau arratsaldean. Aurten 12 bat dantzari arituko dira gaurik motzenaren omenezko dantza egiten. Arratsalde partean, barrez, Kukubiltxo antzerki taldeak "Txirrikiz" antzezlan eskainiko du. Gualdean, suaren ostean, Irailerako 6 taldearekin dantzaldia izango da.



**M**

**MEMESA**

**Industri hornidurak**

Tel.: 943 71 24 11 / Fax: 943 71 21 19  
ARETXABALETA

**OSKAR  
GARAJEA**

Tel.: 943 79 98 74  
Fax: 943 71 24 59  
Basabe Poligonoa, A-2-4

**ITURGINTZA**

**J.J**

*Jose Jakbier Irure*

**URA, GASA ETA KALEFAZIOA**

943 79 31 87

**GARBITU S. KOOP**

**Garbiketa  
orokorrak**

Errekabarren 3- Behea  
Tel: 943 79 01 28

**ARQUERO**  
**CONSTRULAN S.L.**

**ERAIKUNTZA ETA INDUSKETAK**

Tel.: 943 79 01 5  
Basabe Poligonoa, 4 EQ-11 • ARETXABALETA

Zuzendaria:  
Lyonel  
Arquero

Dekorazioa:  
Soraya  
Arquero

**ARETXABALETA  
ITURGINTZA**

Durana, 16-Tel.: 79 17 53  
ARETXABALETA



**MAPFRE**  
**Aseguroak**

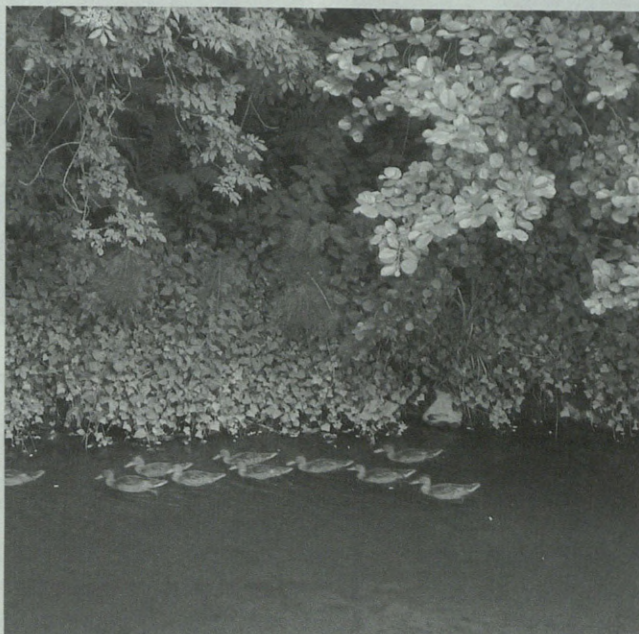
Errekabarren, 3  
Tel.: 943 77 11 76

## UDALEKU IREKIETAN KIROLEZ BLAI

Urtero moduan, aurtengo udan ere, udaleku irekiak egingo dira herrian. Loramendi, poxpolin eta udalak antolatuta uztailearen 2tik 23ra bitartean egingo dira. Ohikoak diren uraren eta San Fermin egunaz gain, aurtengoan, berrikuntza modura "kirolez blai" izeneko ekimena jarriko dute martxan. Bertan patinajea, golfa, igeriketa, edo eskalada moduko kirolak egin ahal izango dituzte haurrek. Parte hartu nahi dutenek, jakin, dagoeneko zabalik dagoela izen emateko epea. Horretarako Kultur etxera, Loramendira, Ludotekara edo Kirol etxera jo daiteke. Udaleku hauen helburua, haurrek beraien aisialdia betetz, nortasuna garatzea, euskara bultzatzea, herriarekin harremanak sendotzea eta batez ere ondo pasatzea izango da.



## Ahate eta ur oiloak Deba ibaian



*Orain hilabete inguru etorri ziren ahate eta ur oiloak gure herrira*

Udaberriarekin batera Deba ibaian biztanle barriak azaldu dira. Jende ugari ikusi ditu honazkero ibai ertzean dabilzan ahate eta ur oiloak. Errotabarrin, Belorrietan eta Eliza atzealdeko ibai guneetan azaldu dira ur oiloak. Belorrieta inguruan gainera, kumeak ere izan dituztela esan digu Mikel Arroia biologoak. Guztira lau bat kume izan dituzte.

Ur oiloa (zientifikoki *Gallinula chloropus* deitua) ur ertzetan ibiltzen den ahate beltz mokogorriduna da. Oilo itxurako ahatea den arren, ez da berorren ta-

mainura heltzen. Erabat belarjalea da, eta ibai ertzeko landaretzaz elikatzen da.

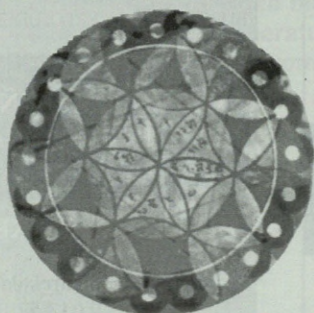
Deba ibaia hartzen ari den itxura barriak animalia hauen bizibidetza baimentzen du Mikel Arroia beren ustez. Urak garbiago datoz, eta ibai ertzeko zementu zatiak, landare eta harri koskorrez estali dira. Baldintza hauek habitat egokia sortzen dute animaliak bertan molda daitezten. Horrela, neguko hotzak etorri artean behintzat, hegazti hauek gure artean egongo diren esperantza dago.

## SANTA RITA-ARIZMENDI HAUR ESKOLAKO FESTA

Ikasturte amaierako jaialdia egin zuten joan den asteazkenean Santa Rita ikastetxeok. Eskolak bukatuaz bat hasi zen jaialdia. Bertan, haurrek eta hauen gurasok hartu zuten parte. Guztiek irakasleek gertatutako jolasak eginez pasa zuten arratsalde partea. Gero, aurten Santa Rita eskola utziko duten ikasleek diploma bana jaso zuten egindako lanaren adierazgarri. Bukatzeko, guraso, ikasle eta irakasleek luntx ederra dastatu zuten.

## BAZTERRAK GARBITZEN

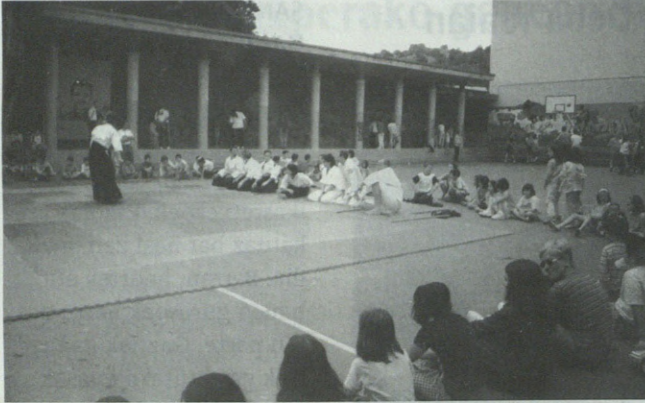
Urtero moduan, Diputazioak bide bazterretako belar eta sasiak moztu ditu. Leintz Gatzagako eta Eskoriatzako bide bazterrak garbitu eta gero, Urkulurako bidean eta inguruko auzoetan ibili dira azken aste honetan langileak.



## SADHANA YOGA ETA PSIKOTERAPIA ZENTRUA

- Yoga
- Bioenergetika
- Psikoterapia (taldea eta indibiduala)

Lezama komertzial zentrua - Santa Kurtz, 24  
20550 ARETXABALETA -Tel.: 616 965 795



## ■ KURTZEBARRI ESKOLAKO EGUNA

Jaialdi mundiala egin zuten joan den zapatuan kurtzebarri eskolako ikasle guraso eta irakasleek. Ikasurte amaiera ospatzeko, mendi ibilaldia, Aikido erakustaldia, trikitalariez lagundutako hamarretakoa, bolo eta 3X3 saskibaloitxapelketa eta bazkaria egin zuten. Egun borobila duda barik. Gainera, aurten eskolaren alde lanean dabiltzan pertsonak omendu dituzte. Horien ordezkari moduan Arantzazu Jausorok jaso zuen oparia.



## ■ MUSIKA ESKOLAKO ERAKUSTALDIA

Fin ibili ziren aurreko astean Leizarra musika eskolako ikasleak. Bakoitzak berari zegokion musika instrumentua hartu, eta erakustaldi bikaina eskaini zuten jendaurrean, ikasurtea ondo aprobetxatu duten seinale.



## ■ HECTOR PRIETO TXAPELDUN

Katalunian egin ziren Espainiako elbarrituen bocchia txapelketan txapelidun izan zen Hector Prieto. Hector beste bi taldekiderekin batera aritu zen txapelketan, eta urrezko domina Euskal Herrira ekarri zuten. Zorionak.

**Angelines**  
AUTOZERBITZUA

*Frutan eta txarkuterian espezialitatea*

Mitarte, 16 • 943 79 61 42



**ANDRA MARI**

Aholkularitza

- Fiskala
- Kontablea
- Juridiko/laborala

Andra Mari Auzunea, 3  
☎ 943 79 29 26

**ARETXABALETA ITURGINTZA**

Durana, 16-Tel.: 79 17 53  
ARETXABALETA

**MAITE**  
ileapaindegia

Sarasate, ☎ 943 79 59 05  
ARETXABALETA

**Maritxu**  
drogeria  
mertzeria

Araba Ibilbidea, 24  
Tel.: 943 79 23 53

**Aretz**  
taberna

Markole, 5  
Tel.: 943 79 20 14

**Mobiliario ARENAZA**  
ALTZARIAK  
DISEINUA  
APAINKETA

Bizkaia, 1 - Tel.: 943 79 08 07  
ARETXABALETA

BITXITEGIA ERLOJUDENDA

**MIREN & ZURIÑE**  
BITXIEN DISEINUA

BITXIEN KONPONKETA

Otalora, 4 (eliza aurrekaldean)  
Tel.: 943 77 13 57

# Hil honetan, milaka Bidai Poltsa Opari.

Hil honetan, antelina beix eta berdeko Bidai Poltsa (52 x 28 x 28) oparituko dizugu. Baina ibili bizkor, dagoeneko Euskadiko Kurtxaren sukurtsal guztietan banatzen ari dira eta. Zatoz bukatu baino lehen. Ongizate Aurrezkiarekin dena daukazu: opari praktikoak, interes ona eta aurrezkiertzako askatasuna.



## **BIDAI POLTSA / 300.000 PTA SARTUZ GERO**

Promozio honek lehen 10.000 eragiketentzat balio du / Balioa izateko, gutxienez promozioan eskatzen den kopuruko sarrerak egin beharko dira eskudirutan edo beste entitate bateko txeke bidez / Opari bat pertsonako / Artikuluarekin gustura geratu ezean, Euskadiko Kutxak eragiketa desegiteko konpromisoa hartzen du.



**CAJA LABORAL**  
**EUSKADIKO KUTXA**



## ■ TRIATLOIAK HASIERA IKUSGARRIA

Debagoieneko 1.go triatloiak partehartze haundia izan zuen, 165 lagun danera. Guztiek ez zuten bukatu, 132 izan baitziren helmugaratu zirenak. Argazkian Urkulun egin zen igeri proba duzue, ikusgarria benetan. Goiko irudian Birjinia Berasategi nesketan lehen.

## ■ TXAKOLINA PROBATZERA

Euskaltegiko bi talde Elorrixoko Mendraka txakolindegian egon ziren aurreko batean. Txakolina zelan egiten zen ikustez gain, dastatu ere egin zuten, jakina. Eguna ondo ospatzeko bertan bazkaldu zuten.



# Udako Ikastaro Intensiboak

Uztailaren 3tik 28ra

- Mekanografia ordenagailuz
- Informatika
- Internet
- Microsoft project
- Autokad
- Programazio informatika
- Ingles multimedia
- Gestio kontablea
- Giza errekurtsoen administraketa
- Zerga gestioa
- Informatikako ekipaien mantentze eta konponketa
- Musika informatika (MIDI Sistema)
- Enpresariales eta ingeniari-tza (baita abuztuan eta irailean)
- Laguntza klaseak

AKADEMIA

# BASTIDA

INEM-ek HOMOLOGATUTAKO IKASTETXEA

Araba Etorbidea, 3 - 1<sup>a</sup> • 20500 Arrasate-Mondragón

Tel.: 943 79 35 33 • Fax: 943 79 06 28

E-mail: [bastida@bastida.es](mailto:bastida@bastida.es)



*Kazetaritza ikasketak egin arren, informazioaren inguruko beste alor batean ari da lanean Marijo Urteaga zarauztarra. Dokumentazioa eta informazioa gestionatzea atsegin du eta horri-ko udaletxean.*



## Marijo Urteaga

### Udal artxiboaren antolatzailea

■ **Nolatan hasi zinen Aretxabaletako udal artxiboa antolatzen?**

■ Nik INDOK, dokumentazioaren eta informazioaren inguruko enpresa baten lan egiten dut. Guk informazioa gestionatzen laguntzen dugu batipat. Eta Aretxabaletako udalak horretarako deitu zidan, horrez gain, bide batez Eskoriatzako artxiboa antolatzen ari naiz.

■ **Aretxabaletako udaletxean zein lan egiten ari zara?**

■ Artxiboa antolatzen ari naiz. Hasiera batean, gehienbat garbiketa lana egin dut. Kopia eta balio ez zuten dokumentu ugari bota ditut. Gero, behin garbiketa guztia eginda, antolamendu sistema bat jarri dut martxan. Honek edozein bilaketa mota errezatuko du.

■ **Artxibo historikoa eta administratiboa bereizi dira?**

■ Funtzio oso desberdina daukate artxibo bakoitzak, beraz, banatu egin ditugu. Alde batetik artxibo historikoa antolatu eta Galartzako dorretxera eraman dugu. Bestetik, artxibo administratiborako datu base bat egin dugu, eta bertan erregistratu ditugu dokumentuak.

■ **Zergatik eraman duzue artxibo historikoa Galartzara?**

■ Udaletxeko ganbaran dokumentuak oso egoera txarrean zeuden, euria egiten zuenean, busti egiten ziren itoginak zeudelako. Udan barrez, bero izugarria jasaten zuten eta neguan hezetasuna zen arazo nagusia. Ondorioz, papel ugari onda-

tuta aurkitu ditugu. Gainera, dokumentu ugari zeuden kaxetan sartu barik lurtean botata. Galartzako dorretxean artxibo historikoa gordetzeko armairu bereziak erosi ditugu. Hala ere, artxibo hori herrian edukitzea komeni da, beraz, egunen batean toki egokiago bat aurkitu beharko zaio.

■ **Herritarrak joaten dira artxibo historikora?**

■ Bai, nik udaletxean egin dudan denboran lau bat herritar pasatu dira. Gehienak, hidalgia aurkitzera etortzen dira. Horrez gain, herriaren historia ikertzen dihardutenak jotzen dute artxibo historikora. Horretarako, udaletxeko ordenagailu guztietan jarri da bilaketa egiteko datu basea. Norbaitek ikusi nahi badu jo deza-

la Xabier idazkariarengana.

■ **Zein da artxibo historikoa aurkitu duzun dokumenturik bitxiena?**

■ XVI. mendeko dokumentu historiko bat aurkitu dugu. Baina, bitxiak asko daude, batez ere idazkera eta ilustrazio aldetik oso aberatsak direlako.

■ **Eta nabaritu duzue dokumenturik falta ote den?**

■ Bai, hutsune handiak aurkitu ditugu. Dokumentu batzuk galdu egin dira, eta ez dakigu non aurkitu.

■ **Zer moduz konpondu zara udaletxean?**

■ Oso ondo, eskerrak eman nahi dizkiet han lan egiten duten guztiei. Denak edarto portatu dira nirekin.

## Gorputza zainduz

Uda gainean dugu: eguraldi ona, egunak luzeagoak.... Estetika zentroak gainezka ditugu gorputza itxuran jartzeko. Eta zer esanik ez gimnasio eta kiroldegiak. Gainera, udaren etorrerarekin kirol eskaintzak ugartu egiten dira bai umeentzat eta baita helduentzat ere. Adituek behin eta berriro diote gorputza zaintzeko beharrezkoa dela behar beste lo egitea, behar bezala elikatzea eta kirolen bat egitea. Izan ere, gorputza itxura onarekin eduki nahi badugu barrutik eta kanpotik zaindu behar dugu. Garbi dago kanpotik zaintzen ahalegintzen garela, eta udan gehiago, baina elikadurak osasun ona izateko duen garrantzia gehitxotan ahazten dugulakoan nago. Izan ere, gero eta azkarago bizi gara, estresak jota, eta zerbaitetan denbora irabazi beharra dagoenez, gero eta denbora gutxiago eskaintzen diogu elikagai egokiak aukeratu eta behar bezala presfatzeari.

Nekazaritza industrializatzeak guztiontzat elikagai gehiago jarri ditu eskura, baina horren ondorioz, naturak eskaintzen dizkigun oinarriko elikagaie-tan kaltegarriak direla frogatuta dauden produktu toxiko ugari ditugu (koloratzai-leak, lodigarriak, antioxidatzaileak, hormonak...). Egoki jatearekin eta joera naturistako eskolek diotenaren inguruan interesa duen edozeinek, ordea, erabat galduta aurki dezake bere burua korronte dietetikoaren artean dauden ezadostasunei eta kontraesanei erreparatuz gero:

- Makrobiotikoek zerealetan oinarritzen dute euren elikadura eta fruta ia alde batera uzten dute.

- Fruitujaleek frutan oinarritutako elikadura aldarrikatzen dute.

- Bejetalianoek ez dute haragirik, gaztarik eta arrautzarik jaten, eta begetari-noek, berriz, haragia eta arraina gutxi baina jaten dute.

- Krudiboroek egosita jaten den guztia ez dute jaten (arroz, patata, pasta, ogia...) eta gordinik jan daitekeen guztia onartzen dute (fruta, okela, arraina, arrautzak, barazkiak...)

- Batzuk, otordu berean elikagai asko nahastearen aldekoak dira eta beste batzuk, oster, dieta disoziatuaren aldekoak dira.

Ez da harriztekoa, beraz, jende askorentzat gai korapilotsua izatea hau guztia, baina, badaude hala ere, korronte guztiek onartzen dituzten puntu batzuk:

- Elikagaiak ez desnaturalizatzea. Elikagaiari ez zaio ezer kendu behar, oinarriko elementuak galtzeaz gain (oligoelementuak, bitaminak, mineralak...) geratzen diren elementuak digeritzeko zailagoak izaten direlako.

- Neurrian jatea. Eskola dietetiko guztiek aldarrikatzen dute gaixotasun kroniko askori aurrea hartzeko ezinbestekoa dela neurrian jatea.

- Elikadura orekatua: elikagai bat ere ez dago bizitzarako behar dugun guztia ematen digunik. Horregatik da hain beharrezkoa denetik jatea.

Hona hemen, bada, ondo elikatzeako oinarriak: elikadura naturala, neurrian eta orekatua. Zaindu!

Aintzane LASA



“ARINSA”

**Aretxabaletako industrialdea S.A.**

Basabe poligonoa “EO-10”  
Tel.: 943 79 62 80/Fax: 943 79 76 19

Okindegia - Gosotegia

*Aretxabaleta*

Loramendi, 6 - ☎ 943 77 17 19

Basabe, 2 - ☎ 943 77 00 81

Aretxabaleta

Bertako ofina



Herriaren garapen ekonomikoa eta soziala bultzatuko dira atxabaltarren bizi kalitatea hobetuz.

# Nora zoaz Aretxabaleta?

***Ia urte bete eman du LKS Aholkularitzak Aretxabaletako plan estrategikoa egiten, eta hilabete hauen guztien ostean, txostena gertu dago. LKSren gidaritzapean, hainbat esparruetako atxabaltarrak ibili dira batzarrez batzar plan estrategikoa burutzen. Gabezia eta hutsune asko ikusi dizkiote gure Aretxabaletari, baita abantailak eta aukerak ere. Horrekin guztiarekin Herri Proiektua osatu da eta ondoren, helburuak, estrategiak eta aurrera erodateko jarraitu beharreko pausuak zehaztu dira.***

Zelako herria gura dugu? Zer egin daiteke hobetzeko? Non komeni da dirua inbertitzea? Galdera ugari eta erantzun zailak. Kezka hauek guztiak aurreikusita, etorkizuneko Aretxabaleta zehaztuko

duen plan estrategikoa egitea agindu zion udalak LKS Aholkularitzari iazko uztai-lean. Plan estrategikoa egitearen helburua herriaren garapen ekonomikoa eta soziala bultzatu eta atxabaltarren bizi kalitatea

hobetzea zen. Gainera, atxabaltarrek atxabaltarrentzat egindako proiektua izan zedin, herriko hainbat esparruetako jendea batzen zuen bi lan talde osatu ziren: kontseilu orokorra, herritarrez gain

udaleko talde politiko guztietako ordezkariekin, eta kontseilu aholkularia. Talde politiko, sindikatu, kultur, kirol, osasun, heziketa eta ekonomia eta enpresa esparruetako atxabaltarrak batu ziren. Partehartzaile



guztiek Aretxabaletako ikuspegi bera izan zezaten LKSk herriko diagnostikoa-ren txostena aurkeztu zuen. Bertan demografia, hezkuntza, aisialdia, oinarriko infrastruktureak, komunikabideak eta beste hainbat alderdi aztertzen ziren eta urria inguruan Aretxabaletako ahultasun, mehatxu, sendotasun eta aukerak zehaztu zituzten bi taldeen artean.

Herriaren garapenerako oztupoak eta abantailak ezagututa, nora jo jakiteko Herri Proiektua burutzea izan zen hurrengo pausua. Proiektu horretan Aretxabaletak izan gura duena jaso zuten eta horretarako bai enpresa pribatuaren bai publikoaren jokaera baldintzatuko duten pausuk zehaztu ziren. Herriak berak dituen ezaugarriak onenak ere zabaldu gura dira kanpokoaren artean. Herri Proiektu horrek datozen hamar urteetan herrian egingo diren aldaketa eta berrikuntzen iparra izan gura du, batetik atxabaltarrei konfiantza eta ilusioa emanaz, eta bestetik herriaren irudi baikorra sortuz.

### Herri Proiektua

Herri Proiektuan jasotako

### 2010. urtera egindako Herri Proiektua

- Helburua, herritar guztiak herrian gustura bizitzea da.
- Horretarako, lanpostu duinak eta lan aukera berriak sortu behar dira. Bizitza kalitatea hobetzeko etxebizitza izateko aukera, herritarren beharrei egokitutako hezkuntza, gizarte eta osasun zerbitzuak eta ingurumenaren kalitatea ere bultzatu behar dira.
- Ume, gazte eta hirugarren adinekoen beharrek arreta berezia eskatzen dute, familiaren papera bultzatuz beti.
- Tradizioen eta herriko ezaugarrien, batez ere euskararen, aldeko apustua egiten da. Era berean, kanpora zabaldu gura da.
- Helburu hauek lortzeko udalak jarraitu beharreko pausuk hiru dira: herritarrei begira lan egitea, esparru publikoa eta pribatuaren arteko lan harreman estua, eta herritarren partehartze handia bultzatzea.
- Berebiziko garrantzia dute hezkuntza sistemak, eta herriko talde ezberdinen partehartzeak.
- Gizarte eta ekonomia garapena eta ingurumenaren kalitatea bultzatuko dituen garapen ereduaren alde apustu egiten da.
- Poliki-poliki haziz joango den herria gura da, gizarte mailako oreka ez dadin apurtu.
- Industria izango da herriko ekonomiaren oinarria eta bertan dauden enpresak, ekologia eta ingurumena errespetatzen dutenak, bultzatuko dira.
- Lur sail gutxi behar duten eta garbiak diren enpresa berrien garapena bultzatu gura da.
- Herriko enpresa garrantzitsuenekin harremanak estutuko dira, enpresa horien proiektuek garapenerako baldintza egokiak topa ditzaten herrian.
- Informazio teknologia berrietako enpresak erakarri gura dira, baita enpresei zerbitzu aurreratuak eman ere.
- Paregabeko bizitza kalitatea eta gizarte partehartzailea lortzea dira proiektu honetako erronka nagusiak. Horretarako aisialdirako, kirolerako eta kulturarako beharrezkoak diren kalitatezko zerbitzu, ekipamendu eta aktibitateak bultzatu behar dira, atxabaltarrak eta kanpotarrak gustura gera daitezen.
- Bizitza kalitatea hobetu guran ezintasun ekonomikoak dituztenak hartuko dira kontuan, baita munduko herri pobreak ere.
- Bai herri barrua, bai herri inguruak zaindu egin behar dira.
- Herriko proiektu hau eskualde barruan kokatu behar da eta inguruko herriein batera garatzen joateko asmoa dauka. Aretxabaletak informazioaren gizartean erabat barnerratu beharra daukala badaki.
- Aretxabaletaren irudia, bai atxabaltarrentzat bai kanpotarrentzat honako hiru puntuetan oinarritu behar da:
  - Ingurumenari, herri barruari eta naturaguneei, eta herrian sortzen diren akibitate eta zerbitzuei lotutako kalitatean.
  - Zerbitzu aurreratuak eta informazioaren gizartean oinarritutako modernitatean.
  - Udalaren aldetik arazo eta hutsuneei aurrea hartzean eta herritarren partehartzean.



# Zainduz

## OSASUN GIDA

2001.eko Ekaina-uztaila

0. zenb.

## OSASUNERAKO MASAIA

Eskuek bihotzak sentitzen duena adierazten dutenean, masaia artea bihurtzen da, sentipenak, emozioak, zientzia, jakituria eta beroa erakusten duen hitzekoa ez den komunikazio modu betea. Musika entzumenari den bezala edo edertasuna ikusmenari, masaia ukimenari da: sentsazioan sinfonia bat, energien elkartrukatzea, maitatzeko modu bat. Bere balio terapeutikoez gain, masaia buruaren mamuak uxatzen duen botika espirituala ere izan daiteke.

Gaur egun, masaia osasuna mantendu eta hobetzeko modu terapeutiko batean bihurtu da, gorputza eta burua piztu, indartu eta erlajatuz. Masaiaren erabilpen ohikoena (eta eraginkorrena) erlajazio fisiko eta mentala laguntzea da, estresak eta gihar tentsioak sor ditzaketan gaitzak pairatzen dutenei lagunduz.

Fisiologikoki begiraturaz, masaiak nerbio sistema indartu, zirkulazio eta mu-



gimendu sistemak hobetu eta elikagaien asimilazioa eta ondakinen kanporatzea errazten ditu. Era berean, bizkarreko eta lepopko minak hobetzen la-

guntzen du, hauek egoneko lanengatik edo postura ezegokiak mantentzeagatik sortuak direnean.

[J.L Alonso Fisioterapeuta]

## AEROBIK

Gure zentruak maila ezberdinetako saioak antolatu ditugu, inor ez dadin galduta egon, eta progresio bat egon dadin hasieratik bakoitza hel daiteken mailaraino. Ez baduzu inoiz aerobikeko saiorik egin hasierako sesioetan klaseen antolakuntza eta oinarrizko mugimenduak ikasiko dituzu, Oso egokiak dira saio hauek erabiltzen den materialea ezagutzeko, irakasleen keinuak ikasteko ...

Ondoren saio zailagoetan sartu ahal izango zara, Hauetan, erresistentziaz gain indarra, oreka eta koordinazioa modu zehatzago batetan landuko dituzu.

*Gaztetxoendako Aerobik ere ematen dugu ordu berezietan: 9-13/13-15 urte bitartekoentzat.*

## ZAINDUZ OSASUN ETA FITNESS ZENTRUA.

INEMak eman zigun I+E kalifikazioaren ondoren, Aretxabaletako Udalak eta baita Gipuzkoako Foru Aldundiak ere gure proposamen aurrerakoian sinistu eta laguntza eman digute aurrera jarraitzeko. Honek gure proiektuan geneukan ilusio guztiak berritzen lagundu digu eta ere berean berretsi gure lanaren egokitasuna. Horregatik gure eskerrik haundienak eman nahi diegu hiru erakunde hauei.

Gero eta arrazoi gehiago aurkitzen ditugu gure lanarekin aurrera jarraitzeko eta oraindik faltan dauzkagun alorretan hobetzeko. Betik esan izan dugun bezala, gure helburua gure bazkideen bizi kalitatearen hobekuntza lortzea da,

norberarekin gustora sentitzeaz bat beste edozein pertsonekin ere gustora sentitu ahal izateko. Eta bide horretan jarraituko dugu lanean.

Zuen eskuetan duzuen ale hau gure lanaren erakusle jarraia izatea nahi dugu, horretarako hau bezalako aldizkariak 2 edo 3 hilabetero Zainduzko bazkideen artean banatuko ditugu. Bertan, artikulua, kiroleko web horriak, kirol berriak, irteerak, elikapena...Guzti honez gain, gure zerbitzu berriak, ordutegi aldaketak, antolatuko ditugun irteerak eta beste gauza askoren berri emango dugu.

Guzti hau eta gehiago izatea espero dugu Zainduz, zuen laguntza eta gure lanaren bidez.

## GIMNASIA TERAPEUTIKOA (TAI-GIM POSTURALA)

Saio hauetan urteetan zehar ikasitako, frogatutako eta bizitako metodo ezberdinak batzen dira, tai-chi, fisioterapia, korrekzio posturala, gimnasia, Pilates metodoa eta erlajaziozko beste zenbait, osasunaren zerbitzura jarritz.

Bere oinarrizko helburua pertsonari bere gorputzaren kontzientzia lorzen laguntzea da, berak molda ditzan egokiak ez diren jarrerak. Honekin batera giharrak orokorrean indartu eta luzatzen ditugu. Ariketa bakoitza nola egiten den jabetzeak garrantzia dauka eta beti postura ezberdinetan minik eza bilatzen da.



## BANAKAKO ENTRENAMENDUA- FITNESS GELA

Gela honetan oinarrizko gaitasun fisiko guztiak lantzeko beharrezkoak diren aparatu guztiak izango dituzu: aparatu kardiobaskularrak, pesak, muskulazio makinak, luzapenatarako ariketak... eta guzti hauek bertan egongo den profesional baten gidaritzapean. Zuri egokitutako programa jarriko dizugu zure eskaki-

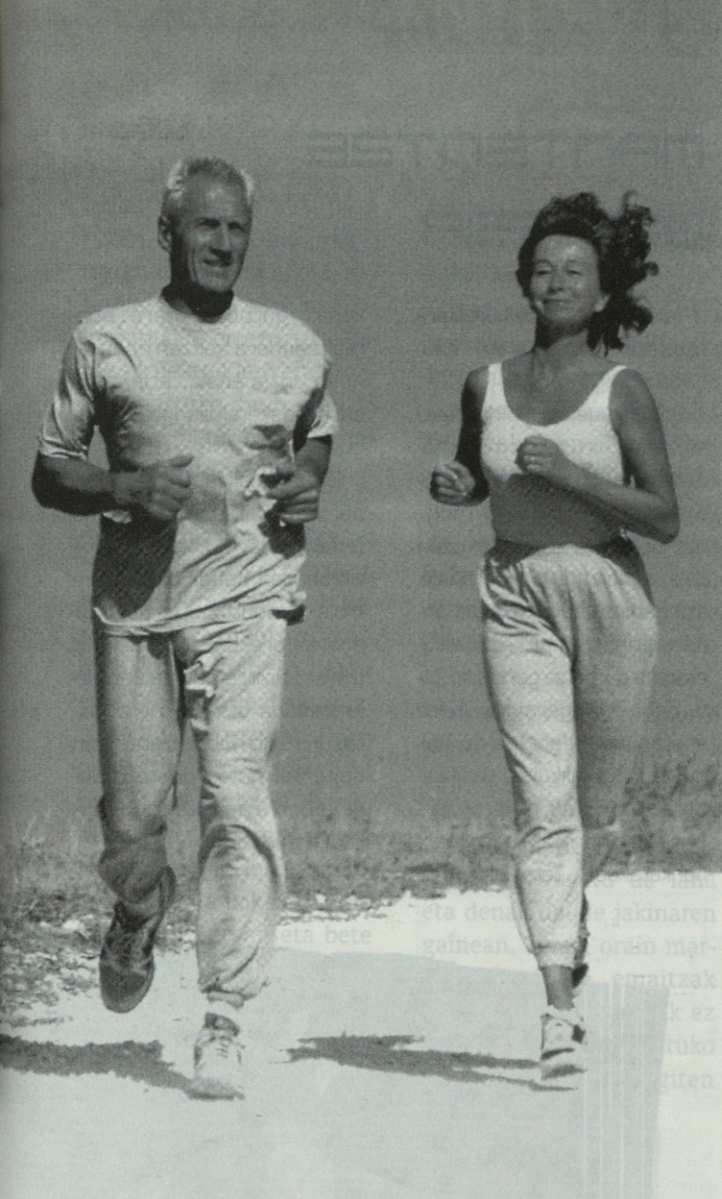
zunetan eta azterketa fisikoan ikusitako datuetan oinarrituz. Hasiera lasaia izan arren, laister pasako zera erresistentzia muskularra, indarra lantzerako, zure helburuetara heltzeko asmoz. Zuk jarriko duzu zure eskakizun maila, baina gogoratu konstantzia ezinbestekoa dela.

## TAI-CHI

Mendeetan zear goraitatu dira Tai-chiak dituen prebentzioarako eta osatzeko gaitasunak. Bere mugimenduak, geldo eta orekatuak bereziki egokiak dira esstres eta egozinenaren tzako, gorputza erlajatzeko bat burua garbi tzen bait dute. Gorputz jarrera eta arnasketaren hobekuntza, giharren indartzea eta odol zirkulazioa bizkortzea ere lorzen ditu.

Tai-chi monje taoistak burutzen zuten arikeretan du sorrera, beraien helburua gorputza, burua eta ispiritua bateratzea zelarik, mugimendua eta arnasketa nahastuz. Osa-garriak diren YIN (lurra, materia, ura, barnekoa, emakumea...) eta JANG (zerua, energia, sua, kanpokoak, gizonezkoa...) bizi indarren oreka lortu nahi du. Bi indar hauen oreka lortzean sortzen da TAI-CHI.





# ARIKETA FISIKOAK ETA OSASUNA

Ariketa fisikoa erregular-ki egiteak oso eragin positiboak ditu gorputz eta osasunarengan, eta zahartze prozesuaren eta ariketarik ezaren ondorioz sortzen den narriadura gutxitzen laguntzen du. Hau, faktore ezberdinengatik duen eragina dela eta gertatzen da:

## 1-Gihar-hezur sistema

**Gihar eskeletikoa:** potentzia, indarra eta erresistentzia.

Ariketa fisikoa ondorengo eraginak ditu:

- Haurrak hazi eta garatzeko beharrezkoak dituen es-

timuluak ematen ditu.

- Nagusiengan hezur eta gihar gaitasunaren jeitsiera konpentsatzen du.
- Ariketarik ezaren ondorioz ematen den egoera fisikoaren beherakada gelditzen du.

**[Giharrakentrenamenduari erantzuteko duen ahalmena ikaragarria da. Ehuneko 15-20ko hobekuntza gerta daiteke denbora gutxian]**

Posible da giharren ahalmena mantendu eta hobetzea programa eraginkorren bidez, osasunarentzat inolako arriskurik gabe. Astean bi aldiz entrenamendu saioa egitea nahikoa izan daiteke inolako ari-

ketarik egiten ez duen pertsona batek indarra eta funtzio neuromuskularrak hobetzeko.

### Mugimendu ahalmena:

Ariketa fisikoa bizkortasuna, oreka, koordinazioa eta abiadura hobetzen ditu.

### Hezurren osasuna:

Giltzadurei mugikortasunik eskatzen ez bazaie poliki-poliki maltxatasuna galtzen dute, ondorioz hauen mugikortasuna gutxituz.

Ariketa fisikoa erregular-ki eta maiz egiteak gazteen hezur dentsitatea hobetzea dakar, batez ere entrenamendua goiz hasiz gero. Haurren hazkuntza bukaeran hezur dentsitatea gero eta altuagoa izan, hezurra hausteko posibilitatea orduan eta txikiagoa izango da.

**[Ariketa fisikoa osteoporosia ohar-tarazteko modu bat da]**

## 2- Metabolismoa

Ariketa fisikoa egitean energia gehiago xahutzen dugu. Honek, metabolismoarengan aldaketa kualitatibo eta kuantitatiboak eragiten ditu, batez ere gluzido eta lipidoen metabolismoarengan.

**Gluzidoen metabolismo:** Ariketa fisikoa diabetesa hobetzen laguntzen du (insulinaren menpekoea eta insulinaren menpekoea ez dena ere bai).

**Lipidoen metabolismo:**

• Ariketa fisikoa berez ez du inor argaltzen kaloria gutxiago barneratzen ez baldin badu, baina pisua igotzea ohar-tarazi dezake.

- Ariketa fisikoa odoleko triglizerido, gantz azido aske eta kolesterol tasak aldatzen ditu.

## 3- Kardiobaskular sistema

Ariketa fisiko aerobikoa (erresistentzia ariketa) erregular-ki eta maiz egiteak bihotz-birika sistemarentzat onura nabarmena dakar.

- Distantzia luzeagoak neke gutxiagorekin eta azkarrago egiteko ahalmena hobetzen du (potentzia aerobiko maximoaren hobekuntza).

• Atsedeneko eta esfortzu txiki biko bihotz taupadak motel- du (taupada gutxiago) egiten dira, bihotzak egin beharreko esfortzua gutxituz.

- Presio arteriala bere onera eramaten du.

## 4- Psikologia arloa

Ariketa fisikoa ondorengo egoerengatik duen eragin positiboa du: antsietatea, depresioa, stressarekiko tolerantzia, autoestima, elikadura loaren inguruko gaixotasunak...

**[Ibon Segura • Soin Hezkuntza Lizentziatua]**





## MANTENTZE GIMNASIA

Talde hauetako helburua ariketa fisiko atsegina eta motibagarria egitea da.

Saio hauetan, oinarrizko saioetako hiru zatiak modu honetan banatzen dira: Beroketan, gorputz osoko mugimendu artikularrak burutzen dira, lesioien arriskua ahalik eta gehien murriztuz eta ondoren datozen ariketa fisiko-etarako gorputza gertatuz. Zati nagusiak gorputza bere osotasunean lantzea du helburu, joku, zirkuito, tonifikazio (abdominalak, gluteoak, bizkarreko giharreak, besokoak, hanketakoak...) eta abar...; az-

kenik, gorputza bere normaltasunera heltzen doan eitan luzapenak, erlajazioa eta arrasketak izango dira nagusi.

Guzti honek, gutxienez, norberaren gaitasunen bizipena eman behar du, inguruko bizitzan izan behar duen kontrola sendutuz. Gorputz pisuaren oreka, irudi lirain bat izatea, bizitza normalean azkartasuna eta gero eta gaitasun fisiko hobea izatea izan daitezke mota honetako ariketak jarraipen eta gogoz egitearen ondorioak.

## AIKIDO

Alderdi fisiko hutsa gainditi nahi duen arte martziala da, oinarrizko hiru alor jorratuz: gorputza, teknika eta ispiritua. Aikidoaren ideia nagusia erresistentzia eza eta indar bortitzaren ordez energiaren erabilpena da. Ez da bortiakeria erabiltzen eta erasoak indarrrik gabe ekiditzen dira.

## AERO FIT

Gihar erresistentzia lantzen duten hariketa sorta batetan du oinarria. Pisu ezberdina jar daitekeen barrak erabiltzen dira erritmodun lan medotologia batekin koordinatuz. Saiotan zear, beroketaren ondoren, pesak jasotzeko ariketak egiten dira eta ondoren abdominal, gluteo eta luzapenak. Giharren definizio mailan lan oso ona lortzen da.



# Udako Kanpaina

(uztaila eta iraila barne)

Ikasle eta gaztetxoendako  
Matrikula dohainik!!!!

AEROBIKTXIKI/AIKIDOTXIKI/FITNESS (16-23 urtetara)

Informa zaitez!!

Ilargi Plaza, 6 • Aretxabaleta 20550 (Gipuzkoa) • Tel.: 943 71 27 92

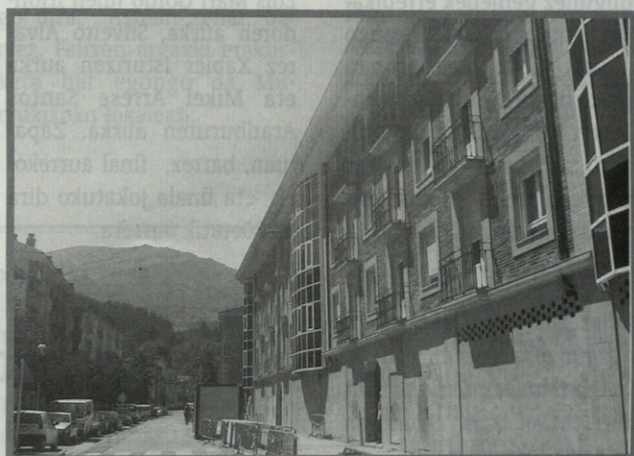


helburu guztiak hiru puntutan oinarrituko dira: hazkunde ekonomikoa, garapen soziala eta inguru giroarekiko errespetua. Beraz proiektua aurrera eramateko hartuko diren erabaki guztiek bete beharko dituzte hiru baldintza horiek. Proiektuak, gainera, ez du neurri barik hazten joango den Aretxabaleta bultzatu gura, herriak bereganatzeko daukan ahalmena kontuan hartuta emango dira pausu guztiak. Ilusioa sortuko duen proiektua izan gura du baina haundikeria barik, beraz, errealitatean oinarritutakoa da. Herri Proiektu hori ez da bakarrik udalak aurrera eroan eta bete beharreko proiektua izango, herritar guztien partehartzea eskatuko duena baizik. Horregatik herriko taldeen lana bultzatu eta

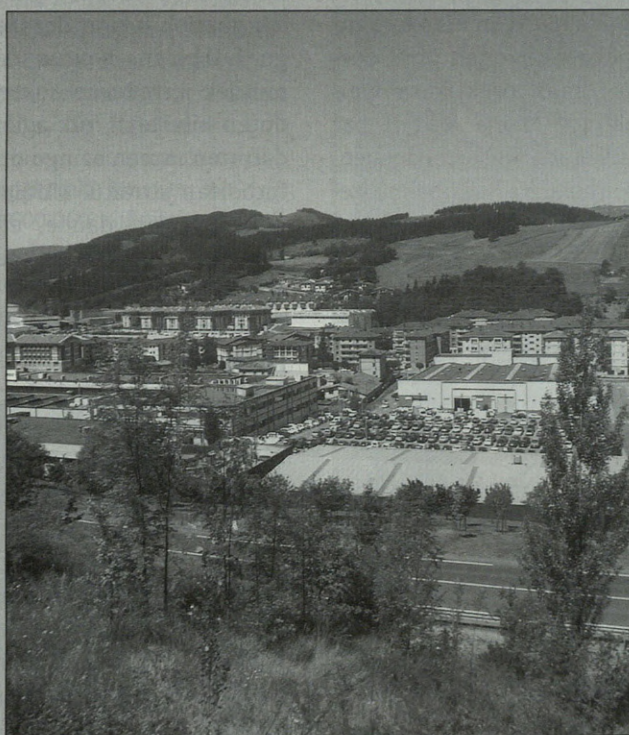
partehartzea indartzea izango da lehenengo lanetako bat.

Plan estrategikoaren txostenean hemendik eta 2010 urte bitartean, urtez urte eman beharreko pausak zehazten dira. Helburua jakinda zelan heldu helmugara eta noiz esaten da, baina txostena beti zabalik egongo da, izan ere oso zaila da urtez urte herrian zer gertatuko den zehaztea.

Txostena oraindik plenotik pasatu eta onartu ez bada ere, ez da arazorik egotetik espero. Izan ere talde politiko guztien parte hartzearekin burutu da lana eta denak daude jakinaren gainean. Beraz, orain martxan jarri eta emaitzak ikusten hastea besterik ez da falta. Ia denon gustuko Aretxabaleta egiten dugun.



## Plan estrategikoaren helburu nagusiak



- 1.- Ingurumena behar bezala zainduta herri politagoa eta atseginagoa lortzea.
- 2.- Herritarren partehartze eta bizitza haundia duen herria bihurtzea.
- 3.- Aisialdiari dagokion eskaintza zabala eta kalitatekoa duelako erreferentzia izatea bailaran.
- 4.- Gazteentzat "aisialdi alternatiboa" eskaintzea.
- 5.- Teknologia berriak bultzatuko dituen aktibitate ekonomiko ezberdineko esparruak garatzea.
- 6.- Zerbitzuak garatuko dituen aktibitateak bilatzea, bizitza kalitatea hobetzen duten elementuen osagarri izanik.
- 7.- Herriko sare giza-ekonomikoa uneoro hobetuko duten bideak ezartzea udalean.
- 8.- Telekomunikazioentzat euskarri izango diren infra-estrukturak garatzea.
- 9.- "Informazioaren gizartea" gestionatu eta dinamizatzea Aretxabaletan.
- 10.- Hezkuntza sistema Aretxabaletako Herri Proiektuan barneratzea.



Txirrindularitza

Atxabaltatik Quebrantahuesos probara. Bihar ospatuko da Sabinanigoko Quebrantahuesos proba ospetsua. Proba gogorra den arren, herritik hainbat txirrindulari joango da lasterketa korritzera. Iaz hamar herritar izan ziren, eta jakin dugunez gehienek errepikatu egingo dute. Hurrengo aleak jasoko ditu proban parte hartu duten txirrindularien izenak. Gure partetik zortetik onena guztientzat eta ea proba ahalik eta ondoen bukatzen duten.



Squash

Zapatuan jokatu da squash txapelketako finala. Gaur arratsaldean jokatu dira squash txapelketako final laurdenak kiroletxean. 18:00etatik aurrera ondorengo jokalaria arituko dira lehian: Garikoitz Ibarzabal Benito Valorren aurka; Luis Mari Gordo Julen Iriondoren aurka, Silveiro Alvarez Xabier Isturizen aurka eta Mikel Arrese Santos Aranbururen aurka. Zapatuan, barrez, final aurrekoak eta finala jokatu dira 12:00etatik aurrera.



Txirrindularitza

Fagorreko jubenilak Gipuzkoako itzulira. Ekainaren 22tik 25era bitartean Dorletako Ama txirrindulari eskolako jubenilak Gipuzkoako itzulia korrituko dute. Maila altuko proba izango da, eta Bizkaiko eta Santanderreko txirrindulariak ere hartuko dute parte. Aretxabaletatik Eneko Perez eta Endika Martin txirrindulariek korrituko dute. Honen ostean ekainaren 30ean Elgoibarren izango dute hurrengo karrera Fagor taldeko jubenilek.



Mendia

Mc Kinley mendia igo du Ramon Iturricastillok Estatu Batuetako Alaska estatuan dagoen Mc Kinley mendia igo du Ramon Iturricastillok. Maiatzean abiatu zen Alaskara beste lagun batzuekin batera, eta hiru astean izan dira mendia egiten eta inguruak ezagutzen. Igoeran beste espedizio batzuekin ere topo egin dute Ipar Ameriketako mendirik altuena den Mc Kinley mendian (6.194 m.). Esperientzia polita izan da Ramonen esanetan.

*Kurtzebarri eskolako infantil mailako neskak Gipuzkoako txapelkundeak izan dira futbol 7an. Gaurkoan taldekide bi ekarri ditugu kirolen txoko honetara, Lur Delgado eta Miren Zubizarreta.*

■ **Zer sentitzen da Futbol 7ko Gipuzkoako bigarrenak izan ondoren?**

■ **Miren:** Poztasun handia. Hala ere, finala galdu genuenean oso triste geunden. Ordurarte ez genuen partidurik galdu, eta justu azkena galdu behar. Lezoren aurka 1-0 galdu genuen. Gainera, arbitroak ez zuen batere lan ona egin. Hala ere, pozik gaude, oso pozik.

■ **Zaila izan da finalera heltzea?**

■ **Lur:** Hasieran Deba bailarako liga jokatu genuen, eta gero Gipuzkoako txapelketara pasatu ginen. Gipuzkoa mailako partidua gogorrak izan dira, eta gu ere urduriago ibili gara. Baina ia partidu

guztiak irabazi ditugu, eta bat berdindu.

■ **Modu berezian ospatu duzue lortutako emaitza.**

■ **Miren:** Entrenadoreaz, Iñaki Larrearekin afari bat egin genuen. Gure gurasoekin, barrez, futbol partidu bat jokatu genuen Ibarren. Ikustekoa izan zen. Benetan kurioa izan zen gure gurasoen aurka jokatzeari. Azkenean penaltietan era-

baki behar izan genuen partidua. Oso ondo pasatu genuen.

■ **Zergatik aukeratu zenuen futboleko jokatzeari?**

■ **Orain artean eskolaz kanpoko ekintzetan kirol desberdinak praktikatu izan ditugu, baina aurten bat aukeratu beharra zegoen. Futbola eta saskibaloia genituen aukeran, eta guri futbola gehiago gustatzen**

zaigu.

■ **Futbola mutilen kontua bakarrik ez dela erakutsi duzue.**

■ **Lur:** Bai, neskek eta mutilak guztiok jokatu dezakegu futboleko. Kontua da, mutilek jarraitzeko aukera duten bitartean, nik agian datorren urtean ezingo dut futboleko jarraitu. Mutilen taldeak ugari daude, eta neskenak gure herrian esaterako bat ere ez.

■ **Aurrerantzean futboleko jarraituko duzue?**

■ **Miren:** Aurtengoz bukatu dugu. Datorren urtean futboleko jarraitzen badugu, ezingo dugu talde berdina sortu, adinez batzuk nagusiagoak dira eta. Ez dakigu zer gertatuko den. Niri taldea sortzen bada behintzat jarraitzea gustatuko litzaidake, baina datorren ikasturtean ikusi beharko da hori.



## Lur Delgado eta Miren Zubizarreta Futbol 7an Gipuzkoako bigarrenak



### ■ SKATEAN IBILTZEKO PARKEA EGINGO DA SANTA KURTZEN

Udalak patinetean ibiltzeko parke bat egitea onartu du Santa Kurtzen trenbide ondoan.

Arrasatera goazela trenbidearen bukaera partean egingo da, gaur egun txintxaunak dauden ondoko lautadan. Udalak aspaldi jaso zuen horrelako parke bat egiteko eskaria.

Geroztik gazteek behin eta barrez luzatu dute eskaera udaletxera, eta azkenean onartu egin da. Lanak ekaina bukaeran eta uztailea hasieran egingo dira.

Lehenengo lurra egokitu beharko da, eta gero bostsei bat elementu solte jarriko dira gazteak patinete gainean ibil daitezten. Gaian aditua den Kataluniako enpresa bat arduratuko da aipatutako lanetaz, eta 2.600.000 milioitako aurrekontua du obrak. Hemendik aurrera, beraz, gazteek skatean ibili ahal izango dute.

## Felix Iñurrategik herritarren omenaldia jasoko du uztailaren 28an

Uztailaren 28an Felix Iñurrategiri omenaldia egingo zaio herrian. Egun horretan Felix hil zela urtebete beteko da justu, eta herriak mendizale haundi honi omenaldia eskainiko dio. Hainbat ekin-tza izango dira goizean, baina bereziena beharbada udaletxe osteko lorategiari Felix Iñurrategi izena jartzea izango da.

Felixen omenaldia gertatzen herriko talde bat ari da,

eta udaletxe osteko lorategiari Felix Iñurrategi izena jartzea egoki ikusi dute. Hainbat jarriko da lorategian, mendizale haundi honen oroimena betirako gure artean izan dadin. Ekitaldia goizean izango da, eta txalapartariak, dantzariak eta bestelako ekintzak ere izango dira. Asteazken zehar, barrez, Felixen argazki erakusketa bat egongo da Murruxoko lokalean.

### Asier Atxa Espainiako txapelketara

Hile bukaeran Leonen egingo den Espainiako txirrindulari txapelketan hartuko du parte Asier Atxak. Euskal Herriko selekzioak deitu du Ola-



rra taldeko txirrindularia, eta txapelketan txirrindulari profesionalak eta afizionatuak ere izango direla kontuan izanda, ilusio haundiz eta pozik dago.

### Iban Sastre Kataluniako itzulira

Iban Sastre Festina taldeko txirrindularia ere gelditu barik dabil. Aste honetan Kataluniako itzulia hasi du eta ekainaren 28a artean korrituko du. Biei zorterik onena opa diegu.

### ■ HERRI ARTEKO PILOTA TXAPELKETAN FINAL AURREKOETAN

Herri arteko pilota txapelketako final laurdenetan Azpeitia gaitu du Aretxabaletak.

Azpeitian jokatu zuten partiduan 2-1 galdu zuten, eta etxean 1-2 irabazi.

Berdinketa lortu arren, puntutara gehiago izan ziren atxabaletak. Gaur gauean final aurrekoak jokatuko dira Iturrigorri frontoian, eta Aretxabaletak Azkoitia izango du aurkaria. Lehia polita izango da, beraz, frontoian, 22:00etatik aurrera.

### ■ UDAK BERE ETORKIZUNA EZTABAIDATUKO DU GAUR

Uda kirol elkarteak batzar orokorra izango du gaur arratsaldean.

Zuzendaritza hartzeko ez da hautagairik aurkeztu, eta hauxe izango da gaur batzarrean landuko den gaitz garrantzitsua.

Horretarako Udako bazkide guztiez gain, lehendakari eta batzordekide izandakoei ere luzatu zaie deia.

Beste gaietako bat herrian gazte batzuek sortu gura duten futbol taldearena da. Udak talde hori sortzearen inguruko iritzia ere eztabaidatuko du gaur arratsaldeko 19:00etatik aurrera udaletxeko pleno aretoan.



*Zubia*

ZAPATAK, ZAPATILAK,  
SANDALIAK,  
GERRIKOAK  
ETA POLTSAK

Mitarte 14 • ☎ 943 79 16 00  
ARETXABALETA Biteri 1 • ☎ 943 79 66 53  
ARRASATE

**Apotzako  
San Migel  
merenderoa  
alokatzen da**

**943 71 49 96**

Bereziki: Harategia  
Urdaitegia  
Fruitategia

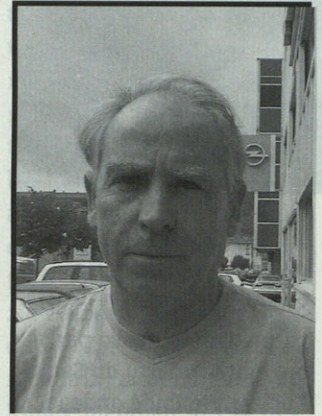
**IMANOL  
JANARI DENDA**

Gorbea kalea • ☎ 943 79 05 83

*Galizian jaio zen, baina hamazazpi urte zituela etorri zen Euskal Herrira. Arrasaten garaje batean hasi zen lanean, eta bizitza guztia eman du kotxe artean. Gaur egun Norte garajeko arduraduna da, eta bere lana oso gustuko duela esan digu.*

## Bernardo Rodriguez

### "Galiziatik hamazazpi urtekin etorri nintzen hona"



#### ■ Non jaio zinen?

■ Orensen, Villar herrian.

#### ■ Eta orain non bizi zara?

■ Aretxabaletan bizi naiz azken zazpi urtetatik hona.

#### ■ Garajea ere bertan zabaldu zenuen.

■ Bai. Lehen Arrasaten izan nuen garajea, eta orain hamalau urte jarri nuen garajea hemen.

#### ■ Non egin zenituen mekaniko ikasketak?

■ Gazte-gaztea nintzela Galizian hasi nintzen ikasle moduan lanean. Arrezkero ikasketa batzuk egin ditut, praktikaren osagarri gisa.

#### ■ Zergatik etorri zinen hona?

■ Kasualitatez. Nire anaia hemen ari zen lanean, eta baka-  
rrik zegoenez neu ere ekarri egin ninduen.

#### ■ Non hasi zinen lanean?

■ Arrasateko "Garaje Moderno"n, gaur egun desagertuta dago.

#### ■ Zenbat urterekin etorri zinen?

■ Hamazazpi urterekin Arrasatera etorri nintzen.

#### ■ Galizia ala hau gustatzen zaizu gehiago?

■ Hau asko gustatzen zait. Bertakoa sentitzen naiz, lagun ugari dauzkat hemen.

#### ■ Zein konponketa mota dira ugarietak?

■ Mantenimendu lanak eta kolpeak batez ere. Gaur egun kotxeak ondo gertatuta etortzen dira, eta ez dute arazo haundirik ematen.

#### ■ Garajeetan beti dago lana, ezta?

■ Bai, baina adibidez hilabete hau lan gutxikoa izaten da.

#### ■ Emakumeak ala gizonezkoak etortzen dira gehiago garajera?

■ Nire garajera adibidez, emakume ugari etortzen da. Bezero moduan oso fidelak dira.

#### ■ Nortzuk izaten dituzte istripu gehiago?

■ Biek berdin.

#### ■ Zein kotxe daukazu zuk?

■ Opel Frontera, oso gustura nago ibilgailu honekin.

#### ■ Kotxe istripurik izan duzu sekula?

■ Motorrarekin bai, nahiko larria izan zen, gainera.

#### ■ Afizioak.

■ Mendingo ibiltzea, motorrak eta margotzea.

#### ■ Zein da igo duzun mendirik altuena?

■ "Monte Perdido".

#### ■ Zer egitea gustatuko litzaizuke jubilatutakoan?

■ Bidaiatzea, Afrikara abididez.

## BEIRALAN KRISTALDEGIA



- ◆ Komunerako altzari eta manparak
- ◆ Horma armairuak
- ◆ Beirate artistikoak
- ◆ Salarako mahaiak
- ◆ Beirate "fusing"ean kalitate handia

Herriko plaza, 8 behea ☎ 943 79 81 78 / 6700997274

## Martini

Bere bezeroen zerbitzura

Mitarte, 16  
Tel.: 943 79 01 72

PIEZO  
SUNZUE S.A.

FELIX  
PAGALDAY

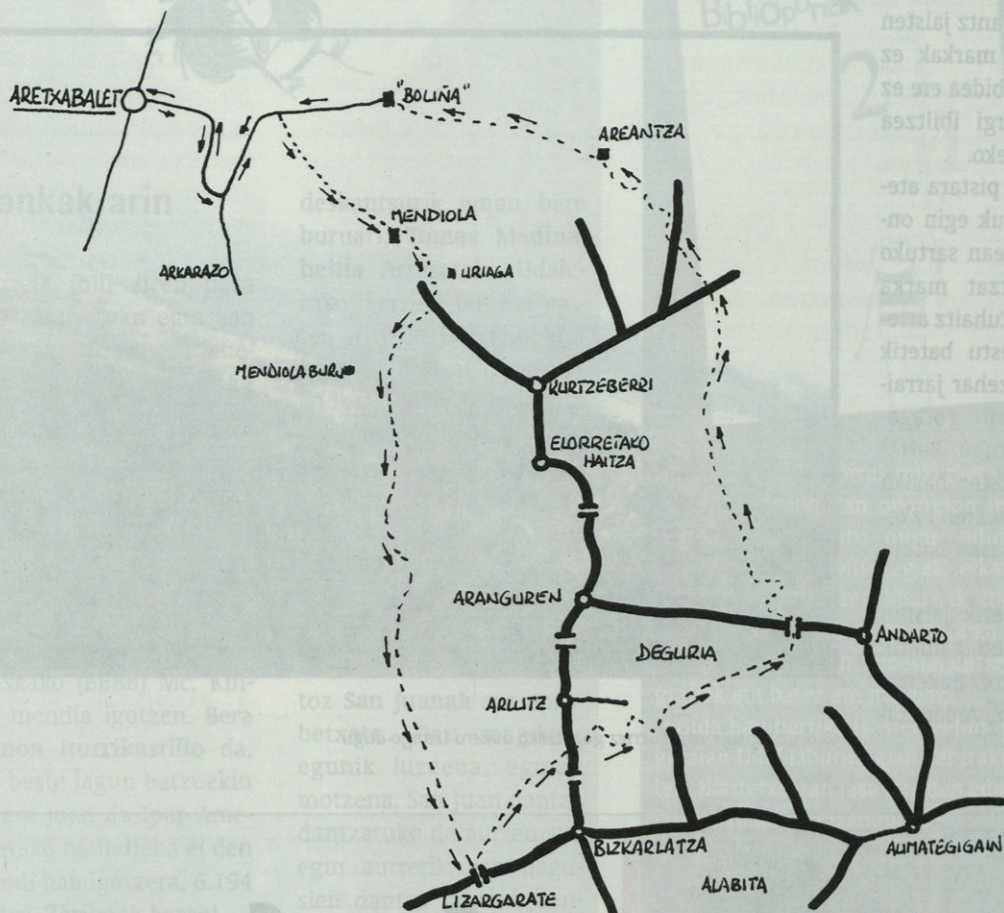
Laborantza tresnak  
Ongarriak- Haziak

Mitarte, 7 behea  
☎ 943 77 00 33/79 42 56

## 12. IBILBIDEA

ARETXABALETÀ-MENDIOLA-PEÑAKULO-LEIXARGARATE-ARLUTZ-  
DEGURIXA-AREANTZA-ARETXABALETÀ

Luzera: 18,548 kilometro - Denbora: 4:30"



**A**retxabaletatik Arkarazo eta Mendiola auzoetara doan bidea hartuko dugu. Lehen bidegurutzean (10" 275 m.) ezkerretara Boliña auzorantz egingo dugu. 200 bat metro egin ondoren, 90° tako bira batean, eskumatara ate bat pasatu eta Mendiola auzora doan aintzinako bidezidorretik gora joko dugu.

(17" 705 m.) Olabena goikoa baserriaren aldamentetik pasatuko gara. Bidean eskumatara iturri bat eta aska bat pasatuko ditugu. Harrizko bidetik gorantz igotzen jarraitu behar da, Mendiolako elizara iritsi arte, San Juan Bautista Santuaren omenezkoa.

(5" 370 m.) Elizaren ostean hego ekialderuntz gorantz doan bide bat aurkituko dugu, eta hainbat itxituretako atek pasa ondoren, pinudi bat gurutzatuko dugu. Porlanezko pista batera iritsiko gara laster. Pista hori Peñakuloko Uriaga baserrira doa. Guk pista gurutzatuko dugu, eta pinudian barrena jarraituko dugu, harrizko pista batera iritsi arte.

(18" 1.150 m) "Mendiolaburu". 500 bat metroan pista jarraituz, ezkerretara San Juan Anteportalatinam ermitara doan bidea daukagu. Guk aurrera jarraituko dugu, Bolibar (Eskoriatza) auzotik datorren pistaren bideguru-

tzera heldu arte.

(18" 1.582 m.) Bidegurutzean ezkerretara egingo dugu, eta berehala aldatz gogor bat izango dugu aurrez aurre. Hau igotakoan 500 bat metrora, iturri eder bat dago, ur asko eta kalitate onekoa dakarrena. Aurrerago iturritik 700 bat metrotara, bidetik kanpo eskumatara "Frai iturri" izeneko iturria dago. Bidean aurrera jarraituz, "Karo" (Bolibar) datorren bidearekin bat egingo dugu.

(28" 1.946 m.) Hemendik aurrera Leixargarateko gainera iritsi artean, hainbat aldatz igo beharko ditugu.

(22" 1.563 m.) Leixargarate. Ezkerretara egingo dugu hemen,

Kurtzebarrira (ipar mendebalde) doan pista jarraituz. Beste iturri eta aska bat pasatuko ditugu bidean, eta pista jarraituz, "Bizkarlatza" eta "Arlutz" izeneko gainean izango gara.

(25" 1.474 m.) Arlutzerantz bidea jarraituko dugu, "Degurixa"ra garmatzen pistarekin topo egin artean. Degurixara jaitsiko gara. Ekialderantz gurutzatuko dugu Degurixa, artzain txabola batzuen ondotik pasatuz. Bukieran porlanez egindako eraikuntza baten ondora helduko gara. Garai batean txabola horren ondoan, Degurixara joaten zirenen egarria asetzen zuten iturri bat zegoen.



(32" 2.463 m.) Iturriaren gainean bide bat dago, eta bertatik igoko dugu (Ugastegi ingurura garamatza bide horrek). Gora heltzean, ezkerretara kolore gorriko marka batzuk aurkituko ditugu, eta horiei jarraituz harkaitz eta landare artean bidea behearantz jaisten hasten da. Bidean zehar markak ez dira oso ondo ikusten, eta bidea ere ez da oso garbia, beraz, argi ibiltzea komeni da bidean ez galtzeko.

(20" 973 m.) Ugastegiko pista atera gara, eta metro batzuk egin ondoren, berriz ere pago artean sartuko gara. Ahal bada behintzat marka gorriak jarraituko ditugu. Zuhaitz artetik atera eta bidezidor estu batetik Kurtzebarriko maldetatik zehar jarraituko dugu. Urkuluko paisaje zoragarriak begibistan izango ditugu. Bertatik Aozaratza auzorantz jaisten hasiko gara laster pinu artetik, bidearen ezkerretara dauden iturri eta aska batera iritsi arte.

(00" 3.502 m.) Pinu artetik jaisten jarraituko dugu, zelai baten gainetik doan pista batera iritsi arte. Ezkerretara egin eta pista jarraituz, Areantza-ko bidera jaitsiko gara.

(15" 1.015 m.) Eskumatara eginez Urkuluko urtegi eta Koruetako elizara garamatza bideak. Guk, ordea, ezkerretara hartuko dugu bidean Etxebarri, Ardantza eta Mitarte Garai baserriak pasatuz. Azken honetan bi bide jarrai

ditzakegu: bata Mitarte Azpikoa baserriaren ondotik Bainuetxera jaitsiz, edo bestela, Boliña auzora doan bidea jarraituz. Bolinara iritsitakoan hasieran egin dugun bidea egingo dugu Aretxabaletara jaisteko.




Bidean paisaje zoragarriaz gozatzeko aukera izango dugu



**Esko Sport**  
orain Ternuarekin  
Zure kioldenda  
Leintz Bailaran



**Esko Sport**

**TERNUA** 

Intxaurtxueta, 5 20540 ESKORIATZA Tel.: 943 71 52 96



## Hankak arin

Horrela ibili ziren pasa den asteburuan egin zen triatloian. Bailarako lehenengo triatloi proban herritar batzuk ibili ziren: **Dabid Berezibar, Oier Etxeberria, Josu Izagirre, Xabier Sarasua, Asier Barrainkua, Gorka Iza eta German Goiria.**

Beste atxabaltar bat ere hanka arinekin ibili da Alaskako (EEBB) Mc. Kinley mendia igotzen. Bera **Ramon Iturrikastillo** da, eta beste lagun batzuekin batera joan da Ipar Ameriketako haundiena ei den mendi hau igotzera, 6.194 metro. Zorionak beraz!

**Juan Karlos Rodriguez** eta **Iker Bengoak** ere hankak arin izan beharko zituzten Gorka igoeran.

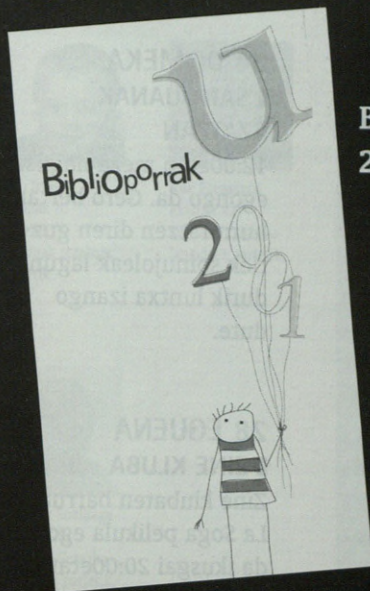
Hankak atsedenean utzi eta behetik gora pasako naiz, buru aldera. Izan ere, buruari eraginez lortu dutelako Kurtzebarri eskolako bi lagunek hila-bete atzerrian pasatzeko beka. Eusko Jauriaritzaren eskutik jaso dute **Miriam Duran** herritarrak eta **Jonathan Galan** eskoriatzarrak. Beka hau ikasle onei eta finei ematen diete, hortaz, igarri dute nolakoak zareten. Zorionak eta ondo aprobetxatu, gazteak zarete eta!!!

Beste batek ere ez dio

deskantsurik eman bere buruari, **Tomas Madinabeitia** Arrasateko Udalerako ikerketa lan bat egin aritu da. Herri honetako lehen sektoreari buruzko ikerketa egin du. Orain prentsaren aurrean aurkeztea tokatu zaio, eta atzo eman zuen prentsurrean bere lanaren barri Arrasateko udaletxean.

Hainbeste nekatu eta gero, onena parranda egitea da. Horretarako, bada-toz **San Juanak** eta aprobetxatu. Gau magikoa, egunik luzeena, egunik motzena, San Juan dantza dantzatuko da aurten sua egin aurretik, eta nagusien dantza taldeak dantzatuko du. Ni ere han ibiliko naiz datorren urteko kintoei eupada batzuk botatzen, ea tantaia lehenengoan jasotzen duten. Tartean erromeria egongo denez, hantxe ibiliko naiz hankak astintzen.

Parentesi honen ondoren, berriz lanera itzuli behar da, eta badago zer egin. Bihar Quebrantahuesos proba ezaguna egingo da eta atxabaltar batzuk joango dira. Animo eta ondo bukatu 205 kilometro eta lau portu dituen proba gogorra.



## Biblioporrak 2001

Aurten ere Biblioporrak irakurketa gida atera berri dugu Udal Liburutegian. Bertan oportetan irakurtzeko moduko liburu sorta bat aukeratu dugu, adinka sailkatua. Gida hau Debagoieneko Liburutegiek elkarlanean ateratzen dugu. Gidan agertzen diren liburuak 2000 eta 2001 ean argitaratuak dira denak eta saiatu gara gainera genero desberdinetako liburuak sartzen: poesia, entseiuak, bidaia liburuak, biografiak eta batez ere nobelak.

Gida hau herriko ikastetxeetan banatuko da, ikasleek oportetara Udal Liburutegian zer irakurria badagoela ikus dezaten. Ikastetxeetan jaso ez duen edonork Liburutegian bertan jasotzeko aukera izango du.

Joseba Lopez de Armentia

### GOMENDATUTAKO LIBURUEN ZERRENDA:

#### Helduak:

- Cano, H.: Piano gainean gosaltzen, Erein  
 Chatwin, b.: Los trazos de la canción, Península  
 Chevalier, T.: La joven de la perla, Alfaguara  
 Cook, T. H.: El misterio de la Laguna Negra, Umbriel  
 Dickens, C.: Casa desolada, Montesinos  
 Etxaniz, X.: Geure ipuina, Pamiela  
 Etxebarria, X.: Egun denak ez dira berdin, Elkarlanean  
 Frisch, M.: Hoom faber, Elkarlanean  
 Houellebecq, M.: El mundo como supermercado, Anagrama  
 Loraiga, R.: Trifero, Destino  
 Macleod, A.: Sangre de mi sangre, RBA  
 Mintegi, L.: Sisifo maiteminez, Txalaparta  
 Monzo, Q.: Ochenta y seis cuentos, Anagrama  
 Saizarbitoria, R.: Gorde nazazu lurpean, Erein  
 Sijie, D.: Balzac y la joven costurera china, Salamandra  
 Thomas, B.: Lucio: el anarquista irreductible, Ediciones B  
 XX. Mendeko poesia kaierak, Susa.

**EKAINA****22 EGUAKOTXA****■ BATZAR OROKORRA**

Udak batzar orokorra egingo du 19:00etan udaletxeko pleno aretoan. Lehengo batzordekideei, lehendakariei eta bazkideei joateko deia luzatzen zaie.

**23 ZAPATUA****■ SAN JUAN BEZPERA**

Arratsaldeko 17:00etatik aurrera Kukubiltxo taldearen emanaldia, eta ondoren, buruhaundiak. 19:00etan Loramendi dantza taldea eta Leizarra musika eskolako emanaldia. 22:00etan San Juan dantza eta 22:30ean San Juan sua eta gero tantai jasotzea.

**24 DOMEKA****■ SAN JUANAK AZATZAN**

12:00etan meza nagusia egongo da. Gero bertara hurreratzen diren guztiek soinu-joleak lagundurik luntxa izango dute.

**28 EGUENA****■ ZINE KLUBA**

Zine klubaren barruan La Soga pelikula egongo da ikusgai 20:00etatik aurrera kultur etxean.

**UZTAILA****1 DOMEKA****■ MENDI URTEERA**

Zaraia mendi taldeak Palomaresera mendi urteera egingo du.

**2 ASTELEHENA****■ UDALEKU IREKIAK**

Uztailaren 2an udaleku irekiei hasiera emango zaie.

**3 MARTIZENA****■ GENAREKIN TATUA-JEAK IKASTAROA**

Arratsaldeko 17:00etatik 19:00etara emango da kultur etxean. Ikastaroan parte hartu gura izanez gero kultur etxera zuzendu.

**4 EGUAZTENA****■ GENAREKIN TATUA-JEAK IKASTAROA**

Arratsaldeko 17:00etatik 19:00etara emango da kultur etxean. Ikastaroan parte hartu gura izanez gero kultur etxera zuzendu.

**6 EGUAKOTXA****■ SAN FERMINAK UDALEKU IREKIAN**

Udaleku irekietako neska-mutilek San Ferminak ospatuko dituzte.

**DEIALDIAK**

**■ LANBIDE HASTAPENETAN IZENA EMATEKO EPEA ZABALIK** Lanbide hastapenetan aurreinskripzioa egiteko epea ekainaren 11tik 28ra zabalik dago. Izen ematea udaletxeko Prebentzio Zerbitzuetan egin daiteke, astelehen, martizen eta eguakotxetan. Heziketa ikastaro hauetan parte hartzeko Deba Goieneko udalerrri batean erroldatuta egotea, eta 16 urtetik 18 urtera bitartekoa izatea beharrezkoa da. Aurtengo lanbide perfilak hauek dira: mekanika/elektrizitatea, aroztegia/igeltserotza, sukaldaritza/bulegari laguntzailea.

**ERAKUSKETAK****■ PANPINEN**

**ERAKUSKETA** Udaleko kultura sailak papinen erakusketa jarri du ikusgai. Gaurtik hasi eta ekainaren 30a bitartean egongo da Murruxoko lokalean, astegun eta astebukaerak barne.

Ekainak 28

**- LA SOGA (EE.UU)**

Urtea: 1948

Aktoreak: James Stewart, John Dall, Farley Granger.

Uztaila

Hilabete honetan kanpoan emango dira pelikula guztiak. Besteak beste, MATRIX, LA AMENAZA FANTASMA eta SNACH bezalako filmak eskainiko dira. Eta uztaileko zine kluba ondo bukatzeko, azken astean laburmetraiak emango dira.



**Uztailean  
22:00etatik  
aurrera  
Zine kluba  
aire zabalean  
ZATOZI!**



## Zorion agurrak



Dioni Arribas  
Ekainak 11  
Berandu baina  
zorionak etxekoan  
partetik.



Maialen Elorza  
Ekainak 14  
(8 urte)  
Zorionak etxekoan  
partetik eta muxu  
haundi bat.



Eñaut Zubizarreta  
Ekainak 15  
(9 urte)  
Zorionak eta muxu  
haundi bat etxeko-  
an partetik.



Itxaso Urrutia  
Ekainak 16  
Zorionak etxeko  
guztien partetik  
eta batez ere Ane  
eta Jone lehengusi-  
nen partetik.



Josu Irure  
Ekainak 20  
(3 urte)  
Zorionak etxekoan  
partetik.



Jose Fuensanta  
Ekainak 22  
Zorionak Gureako  
lankideen partetik.



Josefa Fernandez  
Ekainak 24  
Zorionak zure 90.  
urtebetetzean.  
Zure alaba Dioni  
eta honen familiar-  
tekoak.



Alazne Diaz  
Ekainak 24  
Zorionak etxekoan  
partetik.



Mara Hernandez  
Ekainak 25  
(urte 1)  
Zorionak Ikerren  
partetik.



Antonio Nuñez  
Ekainak 27  
Zorionak emazte  
eta alaben partetik.



Jon Kepa Zubillaga  
Ekainak 28  
Zorionak Gureako  
lankideen partetik.

Sail honetan norbait  
zoriondu gura baduzu  
Aretxagazetara zuzendu  
(Durana, 11) edo eta 943  
79 86 21 telefonora deitu.

## Txistuak • Txaloak

Azkenaldian txistu ugari bota ditugu "Txistu eta txaloen" txoko honetan. Gaurkoan ere beste horrenbeste egingo dugu, baina lagun batek bidali digun mezua argitaratuz. Lagun honek igarkizun bat bidali digu posta elektronikoz, eta behean duzuen bide hau, "mando bidea", "Leixargarateko bidea" edo zein bide ote den galdetzen digu. Zuek, irakurleok, asmatu al duzue zein bide den? Egia esan, mando bidearen antz haundiagoa du, Larrinoko bidearena baino. Beraz, txistu gogor bat bidaltzen diegu, bide hau eta beste auzoeta-koak konpontzeko erantzunkizuna duten entitateei. Bide hauek konpontzeko ordua da!



## Hildakoak

■ Juan Mari Kortabarria  
Arkauz  
Ekainaren 8an. 43 urte.

## Aretxabaleta

- Almen 943 71 49 07
- Aretxagazeta 943 79 86 21
- Telebista 943 79 86 21
- Basotxo 943 77 09 81
- Euskaltegia 943 79 21 68
- Gizarte-Laguntzailea 943 79 10 00
- Hezibide Elkartea 934 79 31 32
- Industrialdea 943 79 62 80
- Institutua 943 79 79 00
- Kiroletxea 943 71 26 28
- Kultur-Etxea 943 71 10 27
- Kurtzebarri Eskola 943 79 00 49
- Kurtzebarri B.H.I. 943 79 57 40
- Liburutegia 943 79 10 00
- Loramendi E.E. 943 77 09 70
- Ludoteka 943 79 05 81
- Mankomunitatea 943 79 30 90
- Murruxiko M.E. 943 79 93 74
- Musika Eskola 943 79 36 50
- Osasun zentroa 943 79 74 58
- Otalora 943 71 24 06
- Parrokia (Bulegoa) 943 79 18 42
- Pausoka Haur-Esk. 943 77 03 77
- Postetxea 943 79 28 31
- Santa Rita Ikast. 943 79 17 00
- Saretxo 943 71 26 56
- Taxi Geltokia 943 79 22 33
- Udal Bulegoak 943 79 10 00
- Udaltzaingoa 943 79 10 52
- Urats Gain 943 79 99 11

## Udaltzaingoa

- Arrasate 943 79 14 39
- Bergara 943 77 91 06
- Eskoriatza 943 71 44 07
- Oñati 943 78 04 11

## Larrialdiak

- SOS Deiak 112
- Eskualde-Ospitalea 943 03 53 00
- Ertzaintza 943 79 71 99
- Gurutze-Gorria 943 76 55 76
- Larrialdiak 943 46 11 11
- Suhiltzaileak (Oñati) 943 78 28 00

## Garraioak

- Pesa 902 10 12 10
- Renfe (Gasteiz) 945 23 02 02
- Renfe (Zumarraga) 943 72 15 15



## W Eskolako oroitzapenak

W iteri eskolako ikasleei ataratako fotografia ugari izan dira kontu zaharren txoko honetan. Hori bai, mutilak edo neskak, baina sekula ez elkarrekin. Izan ere, garai haietan debekatuta zegoen neska eta mutilak eskolan elkartuta egotea. Gauzak zenbat aldatu diren mende erdi honetan, erretratua 1950. urtekoa baita.

Argazkikoak goian ezkerretik eskumara: **M<sup>a</sup> Jesus Gastañaga, Arantxa Isas-**

**mendi, Señorita Aurelia, Pili Intxauspe, Kontxita San Miguel, Maxima Iturriaga.**

Bigarren iladan ezkerretik eskumara: **Arantxa Urzelai, Begoña Arana, Luisa Axpe, Pili Urzelai, M<sup>a</sup> Karmen Akizu, Ana Mari Espin, M<sup>a</sup> Angeles Gonzalez, Salome Lasa, Maritxu Anduaga, M<sup>a</sup> Karmen Lopez de Armentia.**

Hirugarren iladan ezkerretik eskumara: **Gloria Andres, M<sup>a</sup> Jesus Iturbe, Mi-**

**lagros Toledo, Purita Beltran de Heredia, Nati Barandiaran, Angelica Axpe, Sagrario Gonzalez, Purita Ito, Belen Belategi.**

Behean: **Mertxe Kortabarría, Juanita Garro, Juanita Akizu, Begoña Martinez, Dorita Arce, Txaro Arenaza, Pili Lizarralde, Mercedes San Miguel, Pili Elkoro, Arantxa Lasagabaster, M<sup>a</sup> Angeles Altube.**

Argazkia eta informazioa: **Jabier Urzelai.**



# LASAGABASTER

Zerkaosteta, 1 eta 2 • ARRASATE Tel.: 943 79 27 27 / 943 79 13 55

# Taberna eta jatetxeen gida

## Zaraia taberna

**MANTEKA  
ANAIK**

*Goizeko 5,30etik  
zure zerbitzura*

Araba Ibilbidea, 20 • 943 79 88 95

## Haizea taberna



**Kafetegia  
eta  
taberna**

**H A I Z E A**

Mitarte, z/g • ARETXABALETA  
Tel.: 943 79 88 60

## Amets taberna



**Taberna eta kafetegia**

Iparragirre, 4 • 943 79 01 29

## Gurea taberna

*Eguneko menuak  
plater konbinatuak*

**GUREA**

Durana kalea • 943 79 20 64

## Basabe jatetxea

**Menu eta afariak**



Basabe poligonoa • 943 79 91 84

## Arlutz taberna



MITARTE, 16 • ARETXABALETA • TFNOA: 79 32 34

**Gustoko musika**

Mitarte, 16  
Tel.: 943 79 32 34

## Ezkutu taberna



**Zatoz gure musikaz gozatzera**

Mitarte, 9 • ☎ 943 79 92 01

## Hirusta jatetxea

**Zatoz gure sukaldea ezagutzera**



Ilargi plaza, 4 Tel.: 943 79 06 57

## Mendiola erretegia

**ESKORIATZA**

Tfno 714345



**Bazkariak  
eta afariak**

**Astehenetan  
itxita**

Mendiola auzoa • Eskoriatza • 943 71 43 45

## Baster alde jatetxea



**SASOIKO  
JAKIAK  
GIRO  
ONENEAN**

Galaritza auzoa  
© 943 79 24 58  
ARETXABALETA

## Matikua jatetxea



*Jatetxea eta taberna*

Azatza auzoa ♦ Tel.: 943 79 16 68

## Dorleta taberna

**Dorleta**

Loramendi 8 • ARETXABALETA  
☎ 943 79 94 15

## Josu taberna

*Josu  
harategia  
taberna*



- Urdaitegia-gozotegia
- Kroasantegia
- Gertatutako janariak

Mitarte, 1  
Tel.: 943 77 03 08

## Taberna Berri

**Taberna Berri  
jatetxea**



Durana, 26 • ARETXABALETA  
☎ 943 79 20 67

## Urbaltz taberna



Mitarte, 21 behea  
Tfnoa.: 79 79 79  
ARETXABALETA



**RENAULT**

# Clio berria



## Zatoz ikustera

**Clio Sport 2.0 172 cv zuretzat izan daiteke**

Zatoz Mecara: aukera daukazu Renault Clio Sport 2.0 172 cv bat eskuratzeko edo  
New Yorkerako bi lagunendako bidaia irabazteko!

**MECA**

**Erakusketa eta tailerra:** Amillaga, 5. **BERGARA.** Tel.: 943 76 40 68

**Erakusketa eta tailerra:** San Andres auzoa. **ARRASATE.** Tel.: 943 71 24 72