

puntuua

**AITOR
FERNANDEZ**
LEVANTE TALDEKO
ATEZAINA
**AULKIAN HASI
ETA HAMAIAKAKOAN
BUKATU**





PUNTUA 197

2019-06-14 EGUBAKOITZA

Azaleke argazkiaren egilea:
Xabier Gorostidi.

Aurkibidea

- 4 **Bat-batean** Nerea Ibarzabal
- 6 **Irudiz** Dirua lortzeko, lan egin behar
- 8 **Mundutik** Bergarar bat Polonian
- 10 **Erreportajea**
Beste basogintza eredu baten alde
- 20 **Elkarrizketa**
Aitor Fernandez,
Levante futbol taldeko atezaina
- 24 **Osasuna**
Zizka-mizkak, modako mokadutxoak
- 26 **Kirola**
The Cooper's Hill Cheese Rolling
- 28 **Adituen esanetan**
Zeloak haurtzaroan
- 30 **Otorduan**
Maialde landetxea:
udako denboraldirako prest
- 32 **Moda** Sandaliak
- 34 **Motorra**
Trialetik moto-krosera saltoa
- 36 **Gure artistak** Ibai Ugarte oñatiarra
- 38 **Kultura** Jesus Mari Lazkano
margolariaren *Artiko* film laburra
- 40 **Liburu artean** *Feliz final*
- 42 **Gure altxorrak**
Leintz Gatzaga: alde zaharra
- 45 **Teknomania**
- 46 **Handitzen, handitzen**
Plazan Bazan
- 47 **Jaioberriak**

IRITZIA
- 3 **Nire txanda**
Nestor Arana Arexolaleiba
Berri faltsuak
- 16 **Hainbat aburu**
Amaia Arroyo Sagasta
Axutaren isiltasuna
- 16 **Eztabaida** Lo egiteko pilulak
- 17 **Xixili** Helena Azkarragarauriz
- 17 **Errematea**
Irati Itzar *Irakurtzearen plazeraz*
- 18 **Talaiatik**
Joseba Iñaki Etxezarreta *Lansariak*
Hezkuntzan
- 44 **Komunikazioa** Monika
Madinabeitia
Bideok irratiko izarra hil zuen

puntu

Argitaratzailea
Goiena Komunikazio Taldea
Kooperatiba Elkarte
Otalora Lizentziaduna 31
20500 ARRASATE

Lehendakaria
Aitor Izagirre
Zuzendari nagusia
Iban Arantzabal
Zuzendaria
Eneko Azkarate

Erredaktore burua
Monika Belastegi
Diseinu arduraduna
Iñaki Iturbe
Hizkuntza arduraduna
Sergio Azkarate
Publizitate arduraduna
Mireia Larrañaga
Kluba eta banaketa
Igone Osinaga

Maketazioa
Iñaki Iturbe, Aitor Lagoma
Publizitatea
Mireia Larrañaga,
Ziortza Martin,
Amaia Mundifiano
Administrazioa
Agurtzane Gaintzarain,
Ane Berezibar,
Iratxe Bengoa

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

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

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

goiena
KOMUNIKAZIO TALDEA

TOKIKOM



**EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO**

**KULTURA ETA HIZKUNTZA
POLITIKA SAILA**

Kultura eta Hizkuntza Politika Sailak
(Hizkuntza Politikarako Sailburuordetzak) diruz lagundua



Gipuzkoako Foru Aldundia

Berri faltsuak



NESTOR ARANA AREXOLALEIBA

Mila pertsonak asmatutako kontakizun bat hilabetez sinesten dutenean, berri faltsu bat dela esango dugu. Baina mila-miloi pertsonak mila urtez asmatutako kontakizun bat sinesten dutenean, erlijioa da. Horrek ez du esan nahi erlijioak onurarik ez dakarrenik, justu kontrakoa esango nuke. Onerako edo txarrerako, gizateriak duen tresnarik eraginkorrenetako bat da fikzioa. Dirua eta enpresak ditugun beste fikzio batzuk dira. Fikzio hauek pertsona askoren arteko kooperazioa ahalbidetzen dute. Modu honetara azaltzen du fikzioaren garrantzia Yuval Noah Harari Jerusalemgo Unibertsitateko irakasleak bere *21 Lessons for the 21st Century* izeneko azken liburuan.

Adibidez, Adan eta Eva sekula ez dira existitu, baina, horregatik, artelan asko eta ederrak egin dira erlijioaren inguruan. Bibliaren zati handi bat fikzioa izanik ere, jende asko zoriontsu eta eskuzabal izaten lagundu du. Gainera, horrek ez du ukatzen Bibliak bere baitan dakarren ezagutza sakona. Erlijioso fundamentalista izango banintz, Biblian dagoen guztia egia dela defendatuko nuke. Baina Biblian dagoen guztia egia dela suposatuz, zer egingo dugu, orduan, Koranarekin edo Talmudarekin?

Ondorioz, Biblia Jainkoaren benetako hitza dela onartzen badugu, oraindik ere fikzioetan konfiantza jarri duten milioika musulman, judu, hindu eta bestelako fededun aurkituko ditugu. Berririo ere, horrek ez du esan nahi fikzioak alferrikakoak edo kaltegarriak direnik; esan bezala, ederrak eta inspirazio iturri izan daitezke.

Mito erlijioso guztiak, aldiz, ez dira onuragarriak izan. Hamahirugarren gizaldian, Ingalaterrako Lincoln herrixkan ume bat hilda aurkitu zuten putzu batean. Umea juduen erritu batean hil zutela azkar zabaldu zen. Mateo de Paris kronikariak detaile guztiakin azaldu zuen gertatutakoa. Dena ez zen hor bukatu: Hugh de Lincoln idazlearen *Canterbury-ko ipuinetan*, ipuinaren amaieran, judu guztiak urkatuta bukatzen dute. Horrelako kontakizunak Europan batean eta bestean asko zabaldu ziren. Gizaldi bat geroago, juduak Ingalaterratik bota zituzten. 1955ean onartu zen lehen aldiz juduen inguruan hilketa erritualak egiten ziren berriak gezurrak zirela.

Fikzioek gizakion bizitzan eta, batez ere, elkarlanean daukaten garrantzia funtsezkoa da eta, sarri, kosta egiten da berri faltsuekin ezberdintzea. Ezberdintzeko, egiaren bila joateko, aurkitu dugun modu bakarra, eta, betiere, bere akats guztiakin, zientzia da. Ebidentzia eta ikuspegi kritikoaren bidez, bien arteko muga argitzen lagundu dezakeena. ■

**ONERAKO EDO
TXARRERAKO,
TRESNARIK
ERAGINKORRENETAKO
BAT DA FIKZIOA**

Nerea Ibarzabal

TXOMIN MADINA

ARGAZKIA: IMANOL SORIANO

25 urte bakarrik izan arren, Markina-Xemeingoak ibilbide polita egin du bertsoaritzan; 2017ko Txapelketa Nagusian finalaurrekoetara heldu zen. **12 urte zenituenetik bertso munduan. Zeinena da errua? Edo nori eman eskerrak?** Zaletzeagatik, amari eta amaren parteko familiari, horiek izan dira bertsozaleak gure etxean; umetatik ikusi eta entzun ditut *Hitzetik hortzera* eta horrelakoak. Bideratzeagatik, Markinako gure ikastolara etortzen zen Juanjo Respaldizari. Eta irauten laguntzeagatik, nigan sinesten duten lagunei eta emakume bertsoarien sareari.

Aktoreek Oscarrarekin amesten omen duten moduan, zuk amestu duzu Bertsolari Txapelketa Nagusiko txapelarekin? Amestu bai, umetatik hori ikusi dugulako. Baina ametsaren ibilbide luze horrek bideko beste gauza batzuei heltzen irakasten dizu, eta horrekin zorionsu izaten.

Lehiatik kanpo dagoen bertsoaritzari erreparatzen saiatzen naiz, nahiz eta zaila izan batzuetan. Plazetan aritzea eta norbere buruarekin gustura egotea asko da.

Gaztetasuna abantaila ala oztoppo da agertoki gainean aritzeko? Etopa guztiek dute alde ona eta txarra. Gaztea eta emakumea izateak beste bidezidor batzuk erakusten ditu, sastrakatsuagoak izan daitezkeenak. Hasieran, gaztea izanda, plazak gustura hartzen zaitu; plaza estandarragoetara pasatzean, baina, gazteendako aulki gutxi egon ohi dira. Horrek gazteok gure artean saretu nahi izatera eroaten gaitu, gurekin soilik osatutako saioak-eta sortzera, gure diskurtsoa lantzen lagunduko digutenak.

Zeinekin pasatzen duzu ondoen bertsoan? Bat esan behar dut? Askorekin! Malen Amenabar, Ane Labaka eta Miren Amuriza bezalako belaunaldi kideak oso garrantzitsuak ditut, lagunak eta bertso kideak izatearen plazera ematen didatelako. Baina beste edozein bertsoariarekin zure alderdi ezberdin bat azaleratzen da, eta hori beti da pozgarria... edo, gutxienez, interesgarria.

Kazetaritzan matrikulatzean zer zenuen

buruan? Ez nekiela nire bizitzarekin zer kristo egin! Eta berdin jarraitzen dut; genetikoa dela uste dut, ez dudala inoiz izango ezeren inguruko segurtasunik. Argi onua zen hizkuntzak gustuko nituela, idaztea, komunikatzea... Eta ez nuen ez guztiak hartuko zituen ikasketarik aurkitzen, Kazetaritza hartu nuen. Ez zen izan espero onua, baina espero ez nuen hori ere baliagarria izan zen, jarrera kritikoa duten pertsonak ezagutu nituelako eta nik ere jarrera hori garatu nuelako. Ez naiz guztiz damutzen Kazetaritza aukeratu izanaz.

Zer da Txakur Gorria eta zertarako sortu

zenuten? Autekoizpenerako talde moduan sortu zen, liburuak egiteko prozesua, hasi eta bukatu, guk egiteko. Zaletasun moduan hasi arren, testu eta diseinu eskaerak iristen hasi zitzaizkigun, eta irailan lau partaideko kooperatiba elkarte txiki bat osatu genuen. Momentu honetan, ikasketa eta esperimendazio talde bat da; hortik bizi ahal izaten saiatzen gabiltza, eta oso gustura gaude.

Zenbat erabiltzen dituzu sare sozialak?

Nahikotxo, harreman kontraesankorra dudan arren. Fotologekin hasi eta Facebookera bitarteko sare guztietatik pasa nahiz –Instagrama sahiestu dut–, eta, aukerak ematen dituzten arren, mendekotasuna ere sortzen didate, erakusleihoan egon beharraren sentsazioa. Egun, baditut, baina uzten nabil erabaki kontziente baten bidez.

Batzuk barre errazekoak diren moduan, zu negar errazekoa omen zara. Noiz bota dituzu azken malkoak? Herenegun, hilerokoa jaitsi behar zitzaidalako, nahiz eta beste edozein egunetan izan zitekeen! Aldarrikatu egiten dut negar egin beharra, eta horregatik miresten dut Onintza Enbeita oholtzan negarrez haste denean. Batzuentzat, deserosoa izan daiteke deskontrol egoera hori, baina uste dut ahalik eta esparru gehienak sentsibilizatu behar ditugula,

Mendian aldapan gora edo itsasoan olatuak

harrapatzen topatuko zaitugu lehenago? Olatu artean. Mendian ere bai, baina ez aldapan gora, zelaian baizik; ez naiz oso kirolari trebatua. ■■■



Dirua lortzeko, lan egin behar

ARGAZKIA: IBAN GONZALEZ PAGALDAI

TESTUA: IBAN GONZALEZ PAGALDAI

Duela gutxi, 2019ko maiatzean, Liverpoolen egon ginen nire bikotekidea eta biok ustekabeko bidaia batean. Musika ardatz duen hiri horretan –The Beatles-en sorlekuan–, munduko beste hiri askotan gertatzen den bezala, jendetza pilatzen da idoloak diru bilakatzen diren negozio friboloen oinetan. Eta, noski, turisten txanponen bila gogor ekiten diote batzuek

mantenu xumearen bila. Argazkiaren benetako protagonistaren bularreko zikatritzek kontaktzen duten bezala, batzuetan ez dira gauzak nahi bezala irteten... Dena den, trebezia dezentez egiten dakien horri ekiten dio saltimbanki faktirrak bizitza arriskuan jarritz gure aurrean. Benetan merezi ditu gizonak bai argazkia eta baita bi txanponak ere. ■





Bergarar bat Polonian

POLONIA

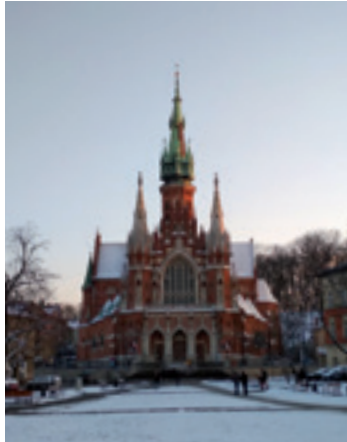


ASIER LARIA

ARGAZKIAK: A.L.

Bigarren urtea dut jada Krakovian bizitzen, masterra bertan ikastea erabaki eta gero. Hasiera batean, beldur pixka bat banion Poloniara etortzeari. Nahiko gutxi nekien herrialde honi buruz; alegia, euren ohiturak, sinesmenak, kultura, eta abar guztiz ezezagunak ziren niretzat. Baina etorri eta gutxira, etxean bezala sentitzen hasi nintzen, hiri honen berezitasunez maitemindurik.

Poloniako bigarren hiririk populatuena da Krakovia, Varsovia hiriburuaren ondoren, eta, segur aski, politena ere bai. Izan ere, hainbat eraso eta inbasio jasan arren, alde zaharra orbangabe mantendu da urteetan zehar. Googlen bilaketa bizkor bat eginda, ikus daiteke monumentu faltarik ez dagoela: hainbat kondairaren lekuko den merkatuko plaza eta han nagusi den Santa Maria basilika, Krakovian erregeak bizi zireneko Wawel gaztelua, Nikolas Koperniko astronomo famatua ikasle izan zuen Jagiellonski unibertsitatea, Erdi Aroan erregeak juduei oparitutako Kazimierz auzoa... Badirudi edozein bazterretan topa dezakezula historia zatitxo bat.



Krakoviako San Jose eliza.

Hain zuzen ere, Poloniako iragana zalapartatsua eta zaila izan da. I. Mundu Gerra bukatu aurretik, 123 urte zeramatzen burujabe izan gabe, existitu gabe. Baina hor ez zen dena bukatu, II. Mundu Gerrak utzitako herrialde kaltetuena izan zelako, segur aski. Krakoviako ghettoa eta kilometro batzuetara dagoen Auschwitz sarraski-esparrua garai ilun haren oroigarri nagusiak dira, ankerkeria berak

**BELDUR APUR BAT
NUEN ARREN, IRITSI
ETA GUTXIRA ETXEAN
BEZALA SENTITZEN
HASI NINTZEN**

ez errepikatzeke gogoan izan behar direnak. 1952. urtera arte ez zuten errepublika estatusa berreskuratu, eta, poloniar askori galdetuz gero, Sobietar Batasunaren amaierara arte benetan askeak izan ez zirela esango dizute. Gaur egun, abertzaletasuna eta bertako kulturaren goraiapatzea oso presente dago poloniar gizartearen, gertakizun honen guztionen ondorio.

Erljio katolikoak indar handia izan du betidanik herrialde honetan, eta beraien nortasunaren parte dela sentitzen dute. Karol Wojtyla, *Joan Paulo II.a* bezala ezagunagoa dena, heroi bat balitz bezala tratatzen dute, eta nonahi bere eskultura, argazki eta erretratuak aurki daitezke. Debozio sutsu honek kanpotar batentzako xelebre samarrak diren irudiak ere sortzen ditu. Esaterako, Ostiral Santuan, familia orok janariz betetako saski bat eramaten du elizara, apaizak bedeinka dezan. Merkatuko Plaza jendez lepo egoten da, ilaran, apaizaren bedeinkazioa itxaroten. Hainbestearinokoa da Eliza Katolikoak duen indarra, 2016an Jesukristo Poloniako ohorezko errege izendatu zuten, eta, are gehiago, izendapen horrek errepublikako lehendakariaren babesaren izan zuten.



Krakoviako Santa Maria basilika, Merkatuko Plazan.

Hiri bizia da Krakovia

Ikuspuntu horretatik ikusita, Krakoviak leku oso tradizionalista eta serioa dirudi, baina errealitatea oso desberdina da, eta hirian ikasten duten 200.000 ikasle inguru horiek dute errua. Oso bizirik dagoen hiria da, alde zaharra taupatzen duen bihotza da. Wisla ibaia izozteko gai den negu gaitzetan edota gazteluan bizi omen zen dragoia eguzkitik ezkutatzera behartuko zuen bero itogarria egiten duela, beti topatuko duzu egunaz gozatzeko prest dagoen jendea. Egunez, hiriko punturik ederrenak bisitatzeko dauden ehunka turista, Kazimierzeko kafetegia eta tabernak betetzen dituzten *hipster*-ak, eta esperientzia berrien bila

dabiltzan familiak aurkituko dituzu. Gauez, bestalde, ikasleak kaleen jabe egiten dira, eta egunsentira arte ez dituzte askatzen. Eguneroko bizitza egiteko dauden prezio baxuek zerikusi handia dute honetan guztionetan. Hots, komunismoaren oinorde diren bar *mleczny*-etan –berbaz berbako itzulpena esne taberna litzateke– bost eurogatik hitz ulertezinez osatutako menu oso bat eska dezakezu. Tipikoak

BIHOTZEZ GOMENDATZEN DUT HEGALDI BAT HARTU ETA HERRIALDE BITXI HAU BISITATZEA

diren *pierogi* izeneko enpanadillak, *zurek* bezalako zopa mamitsuak edo askotariko haragiak derrigorrezko *piwo*-arekin, garagardoarekin, eskatzea, merezi duen esperientzia bat da. Oraindik ez dut ezagutu Poloniako gastronomia gustuko ez duen pertsonarik!

Nituen itxaropenak soberan gaintitu dituhiriak, eta bihotzez gomendatzen dut hegaldi bat hartu eta herrialde bitxi hau bisitatzeko. Ikaslea izanez gero, ez pentsatu bi aldiz eta etorri bertara denboraldi bat pasatzera. Dagoeneko heldu zait etxera bueltatzeko momentua, baina ahaztuko ez ditudan lagunak eta esperientziak beti eramango ditut nirekin. ■■■



Testua:

Josu Bilbao.

Argazkiak:

Errez kooperatiba eta J.B.

Euskal Herrian nagusi den basogintza ereduaz gain, errentagarria, jasangarria eta ingurumenarekin bateragarria den eredia defendatzen dute Errez kooperatibako kide Markel Arriolabengoak eta Iñaki Etxebestek. Horretarako, basogintza eta landa inguruko gaietan ikerketan laguntzen dute, alde batetik; baso kudeaketan, bestetik; eta ingurumen hezkuntzan, azkenik.

Markel Arriolabengoa aramaioarra baso-ingeniarria da, eta basogintza eta paisaiagintza modulua ere egin zuen. Iñaki Etxebeste arrasatearra biologoa da, eta atzerrian ikasten eta lanean egon ostean basogintza jasangarrian doktoretza atera zuen. "Azken urteetan baso izurriteen ikerketan ibili naiz, baina autonomo moduan jarri nintzen, eta lantxo batzuk sortu ziren. Horiek handitzen joan ziren, eta 2017ko ekainean proiektu baterako beste batekin lan egiteko beharra sortu zitzaidan. Markel ezagutzen nuen, eta batera hasi ginen lanean. Sintonia ona izan genuen, eta Errez Kooperatiba Elkarte Txikia sortzea erabaki genuen. Kooperatiba sortu genuenetik gura izan dugu basogintzan ibili, eta espezie exotikoei, batez ere liztor asiarrari, eta baso ikerketari lotutako lanak burutzen ditugun arren, apurka, inguruko beharrei erantzuteko basogintzara bideratzen ari gara gure lana", dio Etxebestek.

Basogintzaren gainean, biek dute garbi "lehengai behar bat" dagoela: "Egurra eta zelulosa behar dira. Hala ere, ekoizteko moduak ez daude ondo, gure ustez. Euskal Herri Atlantikoan ezagutzen dugun basogintza eredia ez da egokia eta hori berresten

Basoa, beste era batera

Beste basogintza eredu baten aldeko apustua egiten dute Errez kooperatibako kide Iñaki Etxebeste eta Markel Arriolabengoa debagoiendarrek. Gaur egun esku artean dituzten proiektuen artean dago Aramaion interpretazio-gune izango den baso bat.



Salaberri Agestoixe basoa interpretazio baso bihurtuko dute 2019 bukaerarako.

Beheko argazkian, Markel Arriolabengoa eta Iñaki Etxebeste, Errez kooperatibako kideak.



duten ikerketak daude. Adibidez, espezie bakar eta adin bereko landaketek ekoizpenean izan ditzaketen onurek, denboran, arrisku handiak dakarte, azken urteetan izan ditugun pinuaren gaitzak erakutsi duen bezala. Gainera, erakunde publikoen esku hartze handia duen merkatua da; askotan, dirulaguntzen menpekoa. Egurra erostera goazenean, askotan, ez dakigu nongoa den edota ze espezierekin eginda dagoen paper bat edo beste. Ez dago ia informaziorik. Eta ekoizleen kasuan –gehienetan, jabetza pribatu txikiak–, ekoizteko eredu edo aukera bakarra dutela sinistuta daude, eredu jasangarriagoak alde batera utziz. Gure kontsumo ohiturek arduratsuagoak izan behar duten heinean, basogintzak bide horri heldu behar dio", diote.

Gainera, ingurumenari begira oso zuzenak ez diren aurreiritziak indarrean daudela diote: "Baso misto autoktonoak ez direla ekonomikoki bideragarriak diote, eta ez da egia. Ekonomikoki bideragarriak direla erakusten dute inguruko herrialdeetako merkatuek eta

bertako espezieekin lanean diharduten ikerlarien lanek. Ekoizpenaren eta kudeaketaren ikuspuntutik, ustiaketa eredu hauek, gainera, ez dute egun ezagutzen dugun mekanizazio mailarik behar, eta, hala, gurea moduko ingurune maldatsuan makina astunak erabiltzeak dakartzan kalte ekonomiko eta ekologikoak saihesten dira".

"Egurraren industria basogintza mota zehatz batera egokitu da garaian garaiko merkatuari erantzunez. Hemen, zuhaitz espezie gutxi batzuk ustiatu dira azken urteetan; nagusiki, intsinis pinua. Pinu honen gaitza dela eta, ekoizpen eredu bera mantenduz intsinis pinuaren ezaugarriak dituzten espezieak sartzeko dei egiten dabilta egurraren industrietatik. Bestalde, iragan hurbileko gertaerek izan duten eragina ikusita –haizete eta gaitzak–, bada epe luzera jasangarriagoak izan daitezkeen beste eredu batzuen bila abiatu denik ere", dio Arriolabengoak.

"Egoera honi, gainera, lehen sektoreari lotutako arazoak gehitu behar zaizkio. Alde batetik, jabeen zahartzea, eta, bestetik, baserritik



urruntzen joan direnen beraien basoekiko interes faltak kudeaketa on batek eska ditzakeen lan batzuk era desegokian egitea dakar, askotan. Sektorearen profesionalizazioarekin bat, eta jasangarritasunaren mesedetan, gurea bezalako enpresek emandako aholkularitza edo tutoretza zerbitzuek egoera hobetzen lagundu dezaketela sinisten dugu”, diote Errez kooperatibako kideek.

Interpretazio baso bat

Aramaioko Salaberri Agestoixe basoan, basogintza ereduaren gaineko hausnarketa egiteko interpretazio-gune bat egingo dute. Abendurako prest egongo da: "Horrelako leku eta proiektu batek ematen du aukera erakusteko basogintzan nondik gatozen, eta nora goazen. Lepututako haritz kandudunak daude baso honetan. Basoko bidea –oraindik dago– Azkoagara zihoana zen. Zuhaitz motzez osatutako basoak ditugu inguruan, baina gehienak pagadiak dira. Haritz motz basoak ez dira ugariak. Zuhaitz motzak iraganeko baso ustiaketa ereduaren isla dira. Hots, abeltzaintza eta egurgintza bateragarri egiteko sortutako teknika historiko bat da. Zuhaitza garaiera batera lepatuz, egur ekoizpenerako baliatuko diren kimu berriak abereen bazkatik urruntzea ahalbidetzen duena. Ohiturak aldatuz joan diren heinean, ustiaketa eredu hau galduz joan da eta zuhaitz hauek ganderailu itxura ematen dieten adar lodiak garatu dituzte. Baso honetan, nahiko zahartuta daude haritzak, zentzu horretan. Baten bat berriro gaztetzen saiatuko gara, baina, denborarekin, jausten eta hiltzen joango dira beste haritzak", azaldu du Markel Arriolabengoak.

"Interpretazio-gunea egiterakoan, alde bat eredu klasikoan utziko dugu, *garbi*. Garbi eta zikin basogintzan era desegokian interpretatzen dira sarri. Zikin dagoela ematen duen baso-guneak, agian, begira ez du ematen, baina bertan bioaniztasuna sekulakoa da. Lurrean geratzen den egur hilean intsektuendako zuloak daude, ugaztunak ere ibiltzen dira, hegaztiak... Eta Monterron parkean, ez dago halakorik, belarra moztuta dagoelako", dio Etxebestek.

"Hemen hori erakutsi nahi dugu. Gune bat garbitu, parke itxura horrekin, eta asmoa trantsizio-gune bat jartzea izango da, ikusteko azpitik nola hazten diren astigarrak, lizarrak... Eta horren aldamenen, gestionatu bako gune bat lagako dugu, ezer ukitu barik. Gestionatu bako baso bat, *abandono forestal* moduan ezagutzen dena. Eragin negatiboak dituela, basoa gero ez datorrela

Ezkerreko argazkian, interpretazio basotik igarotzen den bide zaharra.

Goiko irudian, Aramaioko udal basoen hiru eredu. Baso mistoa, eta pinudia.

**BASO MISTO
AUTOKTONOAREN
ALDEKO APUSTUA
EGITEN DU ERREZ
KOOPERATIBAK**

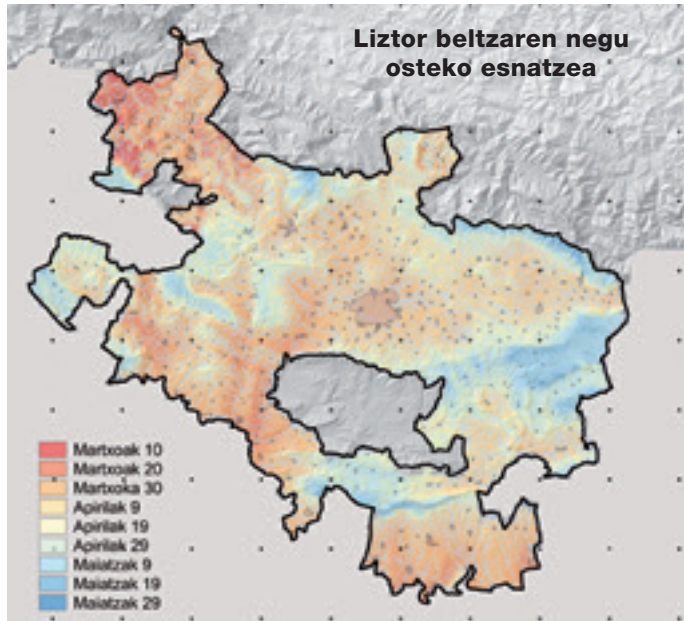
**BESTE BASOGINTZA
EREDU BAT POSIBLE
DELA ERAKUTSI NAHI
DUTE ARAMAIOKO
BASOETAN**

Basogintzaz gain, hainbat proiektu

Esku artean dituzten basogintza proiektuez gain, beste alor batzuk ere jorratzen dituzte Errez kooperatiban. Horien artean, espezie exotikoen lanketa dago, eta azken urtean liztor beltzaren jarraipena egin dute, bestiek beste: "Edozein espezie exotikok lau fase ditu, detekzioa, erradikazioa, mitigazioa eta adaptazioa. Detekzioa denean, normalean, herritarrek ez dira konturatzen. Erradikazio fasean presio mediatiko bat izaten da eta erradikatzeko hautua egiten da. 2004an liztor beltza aurrenekoz sartu zenean, Bera-Hondarribia inguruan, jendea ez zen enteratu. Baina handik eta hiru urtera herritarrek ikusi egiten zituzten. Orain, adaptazio fasean gaude. Gipuzkoako Foru Aldundiak duela urte batzuk kudeaketa plana aldatu, eta adaptazio plana ezarri zuen. Hau da, espeziearekin elkarbizitza. Hori aurten egitea erabaki du Arabako Foru Aldundiak. Hala ere, Araba oso berezia da, klima atlantikotik klima kontinentalerako trantsizioan gaudelako, eta urte batzuetan Arabako Errioxara jaitsiko dira, eta beste batzuetan hemendik geldituko dira bakarrik", dio Iñaki Etxebestek.

Aholkularitza

Espezie inbaditzaileen eta izurriten ikerketaz gain, aholkularitza zerbitzuak ere eskaintzen dituzte Arriolabengoak eta Etxebestek: "Auto bat erostera zoazenean,



Errez kooperatibako kide bat, datuak biltzen.

tailerlean galdetzen duzu edo egiten duzu kontsulta. Inbertsio bat egiteko orduan, zure banketxean galdetzen duzu. Baina basogintzan eta naturan egiten diren gauza

askorekin ez da kontsulta egiten. Guk izan ditugu bisitak, eta harrituta gelditu gara jendeak dituen zalantzekin. Horregatik, lagundu genezakeela uste dugu".

ondo, ez direla ganorazko basoak... Gure helburua hori gezurtatzea izango da. Hau da, ekosistema bezala autoerregulatzeko modua duela basoak, eta kudeatu bako basoek, egurrez gain, hainbat gauza ematen dizkigutela", dio Etxebestek.

Aramaioko udal basoak

Errezko kideek kudeatuko duten beste proiektu bat Aramaioko Herri Onurako Basoen Antolamendu Plana izango da.

"Lan honek prozesu parte-hartzailea izango du, herritarron artean erabaki ahal izan dezagun zein eredu izan nahi dugun. Udalak, beste neurri batzuen artean, eukalipto landaketak debekatzea eta bertako basoaren azalera handitzea erabaki du aurreko agintaldian, eta honek hasiera puntu bat emango dio kudeaketa ereduaren aukeraketari. Gure aldetik, ahalegin berezia egingo dugu baso misto autoktonoek eskaintzen dituzten aukera eta onurak plazaratzeko. Gainera, azterketa ekonomiko bat egingo dugu, basoek zer eman duten eta zer ez jakiteko, hori orain arte ez da eta egin. Beraz, ikusi beharko dugu dirua ematen duten edo ez. Ostean, Aramaioko udal baso guztien inbentarioa egingo dugu, eta, datu guztiak ditugunean, gure proposamena egingo dugu", aipatu du Etxebestek.

Basoen inbentarioa egiteaz gain, ordenamendu planean ekosistema zerbitzuen inbentario bat ere sartu nahi dute: "Ekosistema zerbitzuen korrontearen arabera kuantifikatu egiten dira naturak bermatutako baliabide batzuk, betidanik ezagutzen ditugunak, egurra, adibidez, baina beste batzuk berriak direnak, CO2a metatzeko ahalmena, adibidez. Bagenekien baso anitzek zerbitzu gehiago sortzen dituztela, egonkorragoak direlako eta beste aberastasun forma batzuk ematen dituztelako, baina ez ziren onura horiek kuantifikatzen. Ekosistema zerbitzuen markoa garatzen joan den ahala, zerbitzu horiek kuantifikatzeko tresnak ere bai. Adibidez, baldin eta basoak edo naturak egitura bat edo beste bat izan, bertatik irteten den uraren kalitatea eta kantidadea ezberdina da, eta hori dirutan islatu liteke. Perretxikoak jasotzea, basogintzan, errekurso ez zurgaita esaten zaio, gaur egun kuantifikatu ahal dena, baina antolamendu planetan gutxitan hartzen da kontuan. Gero, hain zuzenak ez diren ekosistema zerbitzuak daude. Zuloak dituzten arbolak intsektu polinizatzaileen bizitoki izan daitezke, eta aldamenen ortuak edo fruta-arbolak badaude, fruituak emateko orduan gertu intsektu horiek edukitzeak onura ematen dio ortuari, eta hau ere zenbakitan isla daiteke. Zerbitzu ekosistemikoak kuantifikatzeko metodoak erabiliz, guk azterketa osagarri bat egingo dugu zerbitzu hauek hobetze aldera", azaldu du Etxebestek. ■■■



Arriolabengoa, pinua neurtzen.

ERREZ KOOPERATIBAK ARAMAIOKO UDAL BASOEN INBENTARIOA ETA ORDENAMENDU PLANA EGINGO DU

ARAMAIOKO UDALAK, BESTEAK BESTE, EUKALIPTO LANDAKETAK DEBEKATU DITU



AMAIA ARROYO SAGASTA

Axutaren isiltasuna

Parkeko bizitza gogorra da: euria ari duenean, faltan sumatzen dugu hark ematen digun askatasuna; eguzkia eta beroa direnean, txirristak zartagin bihurtzen dira, arrautzak bertan frijitzeko modukoak. Litekeena da haur txikiak ditugun guztiok parkeen argilunak maitatzea, maitatzeak min ematen duen bezala. Baina fauna da parkeetako benetako arima: bertako haurrak dira bere esentzia. Hain aske, hain jostalari, hain... beno, ez pentsa dena hain idilikoa denik. Adibide bat jarriko dizut.

Atzo, nire 17 hilabeteko alabarekin parkean dagoen gaztelutxo baten azpian sartu nintzen. Hantxe geunden biok, gazteluan sartuta, gustura. Ez ginen ari ezer berezia egiten, baina poztarria da momentu

goxo horiek partekatzea. Bat-batean, zerbait nabaritu nuen nire alabaren ilean, eta gero nirean. Gazteluaren sabaitik zetozen pipa-azalak ziren.

Apur bat itxaron nuen, ea gazteluaren lehenengo pisuko bizilagunek pipak jateari uzten zioten. Ez zen horrela izan, ordea. Pipa-azalen euri-jasa ez zen eten eta, beraz, goiko pisura begiratu eta han zegoen neskatala bati pipa-azalik ez botatzeko eskatu nion, mesedez. Ez nuen erantzunik jaso, bere

ERRESPECTUA... MEREZI DUENA BAINO GARRANTZI GUTXIAGO EMATEN ARI ZAIOLA USTE DUT

begirada baino ez, pipa-azalak nire gainera botatzen jarraitzen zuen bitartean. Ea entzun zidan galdetzean, hitzik ere ez: pipak jatearen eta azalak botatzearen hotsa besterik ez. Bere begiradak zeharkatuko ninduela sentitu nuen. Hirugarrenean, kasurik egiteko asmorik zuen ala ez galdetu nion. Ez nuen beste erantzunik jaso, bere axutaren isiltasuna baino ez.

Amorratuta, nire alaba eskutik heldu eta parkeko beste muturrera joan nintzen. Buelta ematean, beste begirada bat nabaritu nuen: gazteluko *erreginaren* uesteko senide bat iruditu zitzaidan. Bere begiradak ere axuta egin zidan. Agian, garrantzi gehiegi eman nien pipa-azal batzuei; baina errespetua... merezi duena baino garrantzi gutxiago ematen ari zaiola uste dut. ■■■

EZTABAIDA

Lo egiteko, pilulen laguntza behar

Hamarretik sei helduk laguntza behar izaten dute lo egiteko. Espainiako antsiolitikoen kontsumoa, gainera, Europako handienetakoa da, eta albo-ondorioak ekar ditzakete.



IÑAKI PEÑA
MEDIKUA

"Antsiolitikoen kontsumoaren maila gurean oso handia da; hasteko, menpekotasun handia sortzen dutelako. Bestalde, beste kontu batzuekin bezala, balantzan ipini behar dira aldeko puntuak eta kontrakoak. Askotan, beharrezkoa da hauek hartzea".



LAURA SANCHEZ
FARMAZIALARIA

"Egunero ikusten dugu, mostradore atzean, nola lo egiteko pilulen kontsumoak gora egiten duen pauso handiz. Arazo larri baten aurrean gaude. Nire ustez, lehen baino sufrimendu gaitasun urriagoa dugu eta erremedio bat nahi dugu ahalik eta azkarren".

XIXILI

HELENA AZKARRAGAUZAR



ERREMATEA



IRATI ITZIAR

Irakurtzearen plazeraz

Ezin naiz liburu denda baten sartu, ezin naizelako irten liburu bat –edo bi– erosi gabe. Ezin diot eutsi, fetitxismo puntu bat da, daitort.

Azken denboraldian, *irakurri gabeko liburuen* apala larriki betetzen ari zait etxean, tamalez, erositako liburuekin batera ezin izan dudalako eskuratu berauek irakurtzeko denborarik.

Baina ez da bakarrik denbora kontua, ez dut izan irakurtzen jartzeko burua lasai.

Amonak *burukantzaziñuak* esaten zien burua nekatzen dizkizuten pentsamendu, obsesio, gogorapen... dena delako horiei.

Eta, ez dakit zuri gertatuko zaizun, irakurle, baina nik neuk *burukantzaziñuekin* nagoenean ezin dut plazerez irakurri.

Halaber, gaurkoan pozik nago, irakurtzeko gogoia berreskuratzen nabilelako, eta plazera da.

Burua askatzen hasi delakoaren seinale, eta plazera da.

Irakurri gabeko liburuen apalera hurbildu naiz eta hor daude nire zain; badut gogoia, baditut liburuak, emango diet denbora... eta plazera izango da. ■



MONIKA ARZUAGA
GAROA BIODENDA

"Oso garrantzitsua da lotara joan aurretiko ohiturak aldatzea eta gure esku dagoena egitea, antiolitikoak hartu aurretik. Lotara joan baino bi ordu lehenago pantailarik piztuta ez izatea, ahal den heinean korronte elektromagnetikoak itzaltzea, infusio bat hartzea..."



EMILIO LAGUNILLA
HERRITARRA

"Lastima ematen dit jendeak lo egiteko pilulen beharra izateak. Uste dut badaudela hainbat modu horiek ekiditeko; esaterako, goiz afaldu, paseo bat eman, eta nekatzean ohera sartzeara egokia izan daiteke. Nik, momentuz, ez daukat lo egiteko inongo arazorik".

Lansariak Hezkuntzan



JOSEBA IÑAKI ETXEZARRETA ARIZMENDI IKASTOLAKO ZUZENDARIA

Maiz, profesionalen lansari kontuak direla eta, irakurri eta hizpide izaten dugu gizon eta emakume arteko alde nabariegia gertatzen dela, gure eguneroko jardunean horrelakoei gehiegi erreparatzen ez badiegu ere. Ez da oso urrutira joan behar, testuinguru hurbileko gizartearen baitan suertatzen diren hamaika injustiziaren zerrenda luzean agerian agerikoa zaigu desberdintasun hau. Hain zuzen ere, ogibide berean jardun arren, eta lanpostu edo eginkizun bera bete arren, ordainetan lansari desberdina pairatzen da, beti emakumearen kaltetan.

Datuetara etorritz gero, kontsultatzen diren iturrien arabera zertxobait aldatzen bada ere, emakumeek %22 gutxiago kobratzen dute, indarrean dauden legeek hori galarazi arren, antza. Azterlanotan ari diren adituek diotenez, datuak lortzea ez zaie erraz suertatzen, enpresa askok jakin baitakite lansarietan diferentziak egiteko oso arrazoi eta argudio zehatzak behar dituztela, lanpostuan profesional batek izan dezakeen eskarmentu

edo esperientzia edo eraginkortasunetik haratago. Horien okerrik ezean, generoaren gaineko injustizia, beste hainbatetan bezala, bistakoa suertatzen da lansarien desberdintasun justifikatugabea.

Badira, ordea, gizartearen eremu jakin eta zabal batzuk besterik adierazten dutenak. Administrazio publikoek eskaini edota finantzatu dituzten zerbitzuetan ari diren langileen alorrekoak, esate baterako. Horien artean Hezkuntza zerbitzua dugu. Nekez aurkitu ahal da lanpostu mota berean ari diren irakasleek, gizon edo emakume izanik ere, lansari desberdina izango dutela. Kasu orotan egon litekeen alde bakarra antzinatasunak eragin lezake. Ezta irakasle batek beste batek baino trebetasun eta gogobetetze handiagoak erakusten dituenen ere.

Eztabaida, alabaina, bestelako arlo batean lekutzen da; ondoko galdera honen baitan, alegia: zergatik Haur Hezkuntzaren besoetako umeekin edota 3 urtez azpiko haurrekin ari den hezitzaile

batek, berdin dela gizon ala emakume izatea, Haur Hezkuntzaren 3 urteko adinetik gorako umeekin ari den irakasle gizon ala emakume batek baino gutxiago –askoz gutxiago– kobratzen du, askoz lanordu gehiago eginez? Eta ildo berean jarraituz, zergatik Lehen Hezkuntzako irakasle batek Bigarren Hezkuntzako irakasle batek baino lansari txikiagoa jasotzen du, genero mailako alderik izan gabe? Eta sekuentzia osatzeko, zergatik horiek guztiek ordainsari txikiagoa dute Unibertsitate eremuko irakasleen ordainsariarekin alderatuta?

Lansarietan gertatzen den genero bereizketa orokorrak bezala, Hezkuntza eremuan hark badu bere isla propioa: zenbat eta adinez txikiago ikaslea izan, orduan eta estimazio kaskarragoa du heziketa lanak. Ez al dugu, ordea, esaten egungo Zientziak Haur Hezkuntza bereziki balioan jartzen duela? Gure hezkuntza-prozesuan, jaio garen unetik lehen sei urteetan garapenik inportanteenak egiten ditugu eta horietan irakasle

hezitailerik onenak behar ditugu, bokazioz, jakinduriaz, praktikaz eta... ondo ordainduak. Gizaratean bizi ditugun kontraesan askotarikoen artean beste bat gehiago. Badugu horretan ere zer eraldatu!

Hezkuntzan diren lansarien gaineko desberdintasunen haritik tiraka segituz, bistakoa beste injustizia bat: lanpostu berean ari diren irakasle gizonaek zein emakumezkoek, ikastetxe publikoan ala ikastetxe kontzertatuan arituz gero, bizi dutena. Bai, gobernua ordaintzean, ikastetxe publikoan ari den irakasle bati ikastetxe kontzertatuan ari den irakasleari baino lansari handiagoa ematen dio, lanpostu eta egiteko berberak izan arren. Euskal Autonomia Erkidegoan %5eko diferentziaz bereizten ditu Administrazioak, hain zuzen ere. Nafarroan, beste horrenbeste. Ez, aldiz, Iparraldean, hemen ikastetxe publikoetako irakasleek eta *contrat d'association* (kontzertua) duten ikastetxeetako irakasleek (Seaskak, adibidez) lansari bera baitute.

Hezkuntzak dituen giza eta gizarte erronkak eraldaketari atxikiak baldin badira, bereizketarik gabekoak, berdinkide eta batera biltzaile agertuz eta jokatuz, horretan diharduten profesionalek, irakasleek, pareko lan baldintzak behar dituzte, lansariei dagokienez, bereziki. Generoaren baitako lansari diskriminazioa deitoragarritzat jotzera gero eta herritar gehiago heldu bagara, badu artean ibili beharreko bidea irakasleen arteko lansari diskriminazioa ezerezean uzteraino.

Eraldaketa sozialaz aritzen gara han eta hemen, egunerokotasunean diren eraldatu beharreko sarri erreparatu gabe eta *inportanteak* diren fenomeno mediatikoei begira soilik. Itsuarena egin nahi ez badugu, behintzat, begi bistan ditugu, parez pare, pertsona ororen berdintasunean irabazi beharreko esparruak eta eremuak. Batzuk lege egileen esku daude. Beste batzuk legeak aplikatu eta gobernatu egiten dutenen esku dira. Baina beste asko, berriz, herritar soil garenon gogo, ekimen, erabaki eta gestioaren baitan ditugu. ■■■

BEGI BISTAN DITUGU PERTSONA OROREN BERDINTASUNEAN IRABAZI BEHARREKO EREMUAK

"Urte hasieran sinatu egingo nukeen hogeitau partidu jokatzearena"

AITOR FERNANDEZ LEVANTE FUTBOL TALDEKO ATEZAINA

Bi zenbakia askorik gustatzen ez zaion pertsona da Aitor Fernandez futbolaria; nahiago du bata. Zergatik? Bigarren Mailan jokatzetik Lehen Mailan jokatzera pasa delako, eta bai Numantzian eta bai Levanten, bigarren atezain rola utzi eta lehen atezain izatea lortu duelako. Lana gogor egitea ei da sekretu bakarra. Testua eta argazkiak: **Xabi Gorostidi**.

Athletic taldearekin azkar eta gazte debutatzeko probabilitateak zituen Aitor Fernandez arrasatearrak, baina une hori ez zen heldu, eta bide luzea egin behar izan du futboleko elitera heltzeko. Levante taldearen elastikoa soinean jarrita Lehen Mailan debutatzea lortu du, aulkian hastetik hasierako hamaikakoan egotera pasa da, eta bere maila onena ematera heldu da Camp Nou bezalako zelai zailetan. Egindako lan on horri esker, Euskal Selektzioaren deia jaso du, eta datorren urtean topera egoteko atseden hartzeko unea heldu zaio. **Zer moduz Panaman Euskal Selektzioarekin? Paradisua dirudi oporretan joateko, baina ez dakit futboleko egiteko paradisua den...**

Esperientzia ederra izan da niretzat, baina beroarekin sufritu egin dugu pixka bat. Sekulako beroa egiten zuen, eta futbol ikuspegi batetik ikusita, ez dira baldintzarik egokienak, egia esan. Guk 11:00 aldera hasten genituen lan saioak, baina ostean konturatu ginen Panamako selektzioak 07:00etan hasten zintuela. Partidua bera ez zen oso erakargarria izan, baina ahal genuen guztia egin genuen.

Zer sentitu zenuen Clemente hautatzaile berriaren deia jasotzean?

Gabonetan San Mamesen jokatzeko ziren selektzioaren partiduak ikustera ia beti joaten nintzen, eta motibazioz beteta hartu nuen Clementeren deia. Horrez gain, selektzioak aldarrikatzen duen ofizialtasunerako urrats bat gehiago izan da, eta hor egion nahi nuen, nire bultzadaxoa emateko.

Gogoratzen dut, Levantek aurkeztu zintuenean, esan zutela borrokalari bat izateagatik fitxatu zintuztela. Inork ez dizula ezer oparitu eta horrek Levante taldearentzako atezain apropos egin zintuela. Zure ibilbide profesionala ikusita, erakutsi duzu zailtasunei aurre egiten dakien norbait bazarela...

Numantzian bigarren atezain rola hartu nuen. Baina ez nintzen horrekin konformatu, eta ahalik eta gogorren entrenatzeko hautua egin nuen. Eta, azkenean, lortu nuen hasierako hamaikakoan nire lekua edukitzea. Levanten ere antzerako egoera bizi izan dut. Oier Olazabal hasi zen titular gisa, eta ni bigarren. Baina egoera irauli ostean, Ligako 16 partidu eta Kopako lau jokatzeko lortu dut. Urte hasieran esan izan balidate 20 partidu jokatzearena, sinatu egingo nukeen.



Aitor Fernandez, partiduetan erabiltzen dituen eskularruekin.

Denboran atzera joanda, eskupilotaren eta futbolaren arteko hautua egin behar izan zenuen...

Hala da. Familiatik datorrit pilotarekiko zaletasuna, eta gogoan dut Athleticekoek bi kirolak egiteko aukera ematen zidatela, betiere, futbola lehenetsiz. Baina ikusita ez nuela pilotan entrenatzeko astirik, albo batera utzi nuen.

Athleticen bazirudien azkar eta gazte debutatuko zenuela, baina ez zen hala izan. Nola gogoratzen duzu?

10 urterekin sartu nintzen Lezaman, eta 21 nituelarik irten nintzen. Urte asko dira. Klubak esperantzak izan zituen nigan talde nagusiko atezain izateko. Baina lesio batzuen eraginez, eta zuzendaritzan egondako aldaketa batzuk tarteko, nigan zuten konfiantza hori gutxituz joan zen, eta Barakaldora joan nintzen, utzita. Zuk esan bezala, nahiko pertsona burugogorra naiz, eta argi neukan futbolari izan nahi nuela. Beraz, Athleticen posible ez zela ikusita, bada, beste leku batean ahalegintzea aukeratu nuen.

Handik Vila-real taldera joan zinen. Nola bizi izan zenuen aldaketa?

Bada, gaztea nintzen, 22 urte nituen. Athleticen nengoenean, Arrasaten bizi nintzen, eta etxeokak gertu nituen. Beraz, hori guztia kontuan izanda aldaketa ez zitzaidan batere erraza egin. Garai hartan, Vila-real Bigarren Mailan zegoen, eta lehen taldean jokatzeko asmoz fitxatu ninduten. Marcelino jarri zuten orduan entrenatzaile, eta, lehen taldean lekurik ez nuenez, bigarren taldera pasa nintzen. Esperantza nuen lehen taldearekin jokatzeko, baina, azkenean, hiru urte egin nituen B taldean. Hala ere, oroitzapen onak ditut, eta oso gustura egon nintzen etapa hartan.

Handik Sorriara egin zenuen salto...

Bigarren B Mailan nengoen, lehen taldera heltzeko esperantzekin. Baina ikusita hori zaila izango zela, Bigarren Mailan jokatzeko aukeren bila hasi nintzen, eta Numantziaren deia jaso nuen. Bi urterako kontratua eskaini zidaten.

Han ere ez zenuen bide erraza izan, zure aurretik internazionala zen atezain bat zenuen eta...

Marokorekin Mundiala jokatu duen atezainetako bat zen lehen aukera, eta ni, aldiz, bigarrena. Lehen urte hartan, Afrika Kopako sailkapen partidu batzuk izan zituen. Gogoratzen dut, adibidez, hirugarren jardunaldian selekzioarekin joan zela, eta nik jokatu nuela. Eduki nituen aukera haietan lan ona egin nuen. Gero, denboraldia amaitu aurretik Afrika Kopa jokatu behar zuenez, momentu hura heldu baino lehen Jagoba Arrasate prestatzaileak nire aldeko

apustua egin zuen, eta handik aurrera ez nintzen aulkira bueltatu.

Bigarren urtea, ordea, primerakoa izan zen, nahiz eta igoera gutxigatik ez zenuten lortu...

Ligako 42 partiduetatik 41 jokatu nituen, eta jokatu ez nuen hura gaixo nengoelako izan zen. Taldea indartsu egon zen urte osoan zehar, ez baikinen 10. postutik une bakar batean ere jaitsi. Lehen Mailara igotzeko kanporaketa jokatu genuen, baina, azken pausoa falta zenean, Valladolid gailendu zitzaigun. Esku-eskura izan genuen, eta horrek min ematen du; baina denborarekin, gauzak hotzago aztertuta, sekulako urtea egin genuen.

Zuk emandako maila aparta ez zen ezerezean geratu, eta Lehen Mailako talde batzuen jo-puntuaren egon zinen. Levante, Betis... eta tartean Realak ere bai. Nola gogoratzen duzu hori?

Gogoan dut nire izena leku askotan azaltzen zela, zurrumurru asko zegoela... baina nire agenteari galdetzerakoan, zurrumurruak zirela esaten zidan. Bazirudien aukerak izango nituela Lehen Mailan jokatzeko. Azkenean, interes asko egon ziren arren, eskaintza formalak egin zidan bakarria Levante izan zen. Kirol ikuspegi batetik niretzako lehen aukera Levante zen, batez ere, Paco Lopez entrenatzaileagatik. Vila-realen nire entrenatzaile izan zen, ondo ezagutzen ninduen, eta banekien nire alde egindako apustua serioa zela.

Zer-nolako aldea dago Bigarren Mailatik Lehen Mailara? Mediatikoki, futbolistikoki...

Jokoaren abiadura da aldaketa nabariena, akaso. Bigarren Mailarekin konparatzen duzu eta badirudi beste kirol bat dela. Beste bat taldeen arteko aldea da. Bartzelona, Real Madril eta Atletico Madril beste planeta batean daude; gero, Sevilla, Valentzia...; eta ostean, gainontzeko guztiak. Eta mediatikoki ere aldea itzela da. Sorian, *play-off*-etan, 5.000 lagun etortzen ziren, eta, Levanteren kasuan, 20.500 biztanle etorri dira aurten batez beste Ciutat de Valenzian.

Urtea aulkian hasi zenuen, baina hamaikakoan finkatuta amaitu duzu. Zerk eragin du aldaketa?

Bigarren atezain bazara, prest egon behar duzu zure unea heltzen denean gauzak ondo egiteko, eta une hori heltzerakoan aprobeztatzen jakin izan dut. Egia esan, titular moduan lehen partiduak jokatzeko, partidu kaxkarren bat edo beste izan nuen. Urduritasuna gorputz barruan nuen, asko kostatu zaidalako Lehen Mailara heltzea. Ez duzu postua galdu nahi, eta beldur horrekin jokatzeko ez da erraza. Baina



Aitor Fernandez, Arrasateko gaztetxoan artean sinadurak banatzen.

"BIGARREN ATEZAIN BAZARA, PREST EGON BEHAR DUZU, ZURE UNEA HELTZEAN GAUZAK ONDO EGITEKO"

"BIGARREN MAILATIK LEHENERA GAUZA ASKO ALDATZEN DIRA; JOKOAREN ABIADURA, BATEZ ERE"

"UDAN INTERES ASKO EGON ZIREN, BAINA ESKAINTZA FORMALA EGIN ZIDAN BAKARRA LEVANTE IZAN ZEN"

beldurra gainetik kentzea lortu dut, eta nire maila onena ematera heldu naiz. Benetako Aitor hori zelaian ikusaraztea lortu dut, eta oso pozik nago; denboraldi amaierarekin, batez ere.

Zein partidurekin geratu zara benetan gustura?

Bartzelonaren aurkako bi partiduekin, adibidez; Ligakoa eta Kopakoa. Eta bereziki, Gironaren aurkako azken partidua. Ez da, agian, nire partidarik distiratsuena izan, baina bai garrantzitsuena, bertan mailari eustea lortu genuelako. Lehen zatian hiruzpalau geldiketa on egin nituen, eta taldea lagundu nuen hil edo bizikoa zen partidu hartan.

Zer eskatzen diozu datorren denboraldiari?

Kirol arloan eskatuko nioke maila mantentzeko helburua lehenago lortzea, aurten nahi baino beranduago lortu dugu eta. Minutuak jokatzen jarraitzea ere eskatu nioke. Eta arlo pertsonalean, aitaren osasuna momentu onean dago orain, eta hala jarrai dezala. Asko sufritu dugu, eta orain, elkarrekin disfrutatzea tokatzen zaigu.

Hainbat hiritan bizi izan zara; gustukoena?

Valentzia; erraz hel zaitezke erdigunera, eguraldi ona egiten du sarri, hondartza dauka... jendea arraro samarra da, baina ni ederto nago. ■■■

Modako mokadutxoak

ZIZKA-MIZKAK



MIREN RODRIGUEZ EROSKI CONSUMER
ARGAZKIA: SHAWN FIELDS

Kontsumo ohiturei buruzko ikerketek diotenez, herritarrek gero eta ohitura handiagoa dute otordu artean zerbait jateko.

Jokabide horrek gizendu egiten duela esaten da, eta ez dela ona osasunerako. Baina, egiaz, jaten dugun elikagaiak nutrizioaren ikuspegitik daukan profilaren arabera da hori. Hau da, elikagaia bera osasungarria den edo ez.

Une horietarako aukeratzeko ditugun mokaduen artean, batez ere, zizka-mizkak egoten dira. Horrek azaltzen du azken urteetan zergatik igo diren hainbeste salmentak.

Bereziki deigarria da *nacho* esaten zaien kasua, boladan jarri baitira saltsak eta beste prestaera batzuk laguntzeko: humusa, guakamolea...

Baina produktu osasungarriak al dira? Galdera horri erantzuteko, dietaren arloko gidetan begira dezakegu. Espainiako Estatuan elikagaien piramidea da ezagunena,

zalantzarik gabe. Eroskirenak, adibidez, goiko muturrean kokatzen ditu zizka-mizkak. Oso noizbehinka jan behar diren elikagaien multzoan, alegia.

Babes zientifiko handiagoa duten beste eredu batzuk aztertzen baditugu, ikusiko dugu aperitibo horiek agertu ere ez direla egiten. Hortik ondoriozta dezakegu hobe dela ez kontsumitzea. Eredu horien artean daude *Modu osasungarrian jateko platera* deritzon piramidea, Harvardeko Unibertsitateko Osasun Publikoko Eskolak egindakoa, edo Australiako Nutrizio Fundazioarena.

Hori argi edukita, kontuan hartu behar da beste gauza bat ere: zizka-mizka guztiak ez direla berdinak. Alde handiak daude horien artean, eta, ongi aukeratzeko, komeni da alde horiek zein diren jakitea.

Osagai nagusiak aztertu

Kokatzen hasteko, esan daiteke zizka-mizka aperitiboaren osagai nagusia irin erako elementu bat

izaten dela. Patata izan daiteke, artoa ere bai, edo beste zerealen bat. Horri, olio eta gatzaren artean zaizkio.

Formulazio erraz hori dute, adibidez, *Doritos Dippas*, *Nachos Veritas* eta *Chips Eroski Sannia* izeneko produktuek.

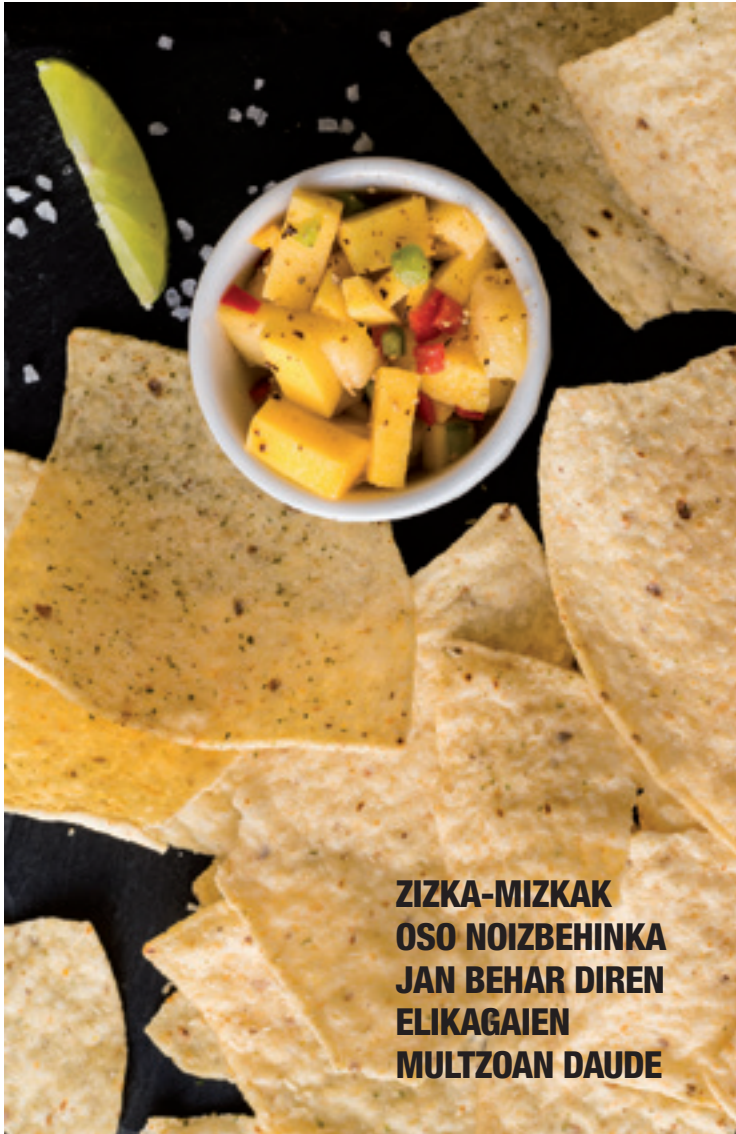
Oinarritzko formula horri beste osagai batzuk eranstea izaten da ohikoena. Adibidez, azukreak, lurrinak, koloragarriak eta bestelako gehigarri batzuk. Halaxe gertatzen da guk aztertu ditugun produktuekin.

Etiketak begiratu

Aperitibo horiek zerekin eginak dauden jakiteko, etiketako bi alderdi izan behar ditugu kontuan.

Lehenbizikoa produktuaren izena da, zeinak azalpen labur bat ematen duen. Ontziaren atzeko aldean agertzen da, gehienetan.

Kontuan hartu behar den beste alderdia osagaien zerrenda da. Errezeta nolako lehengaiekin egin den adierazten du zerrenda horrek,



ZIZKA-MIZKAK OSO NOIZBEHINKA JAN BEHAR DIREN ELIKAGAIEN MULTZOAN DAUDE

eta elikagai bakoitza zenbateko kopuruan duen ere bai.

Gutxi gorabehera adierazita osagaiak gehien duenetik gutxien duenera agertuko dira. Zerrenda zehatzagoa bada ere, hurrenkera horretan agertuko dira. Edozein modutan, ontzian osagaien bat nabarmentzen bada moduren batean edo bestean esan egin behar da zer kopurutan dagoen.

Zuntz kantitatea zaindu

Aztertu ditugun zizka-mizkarik gehienetan osagai nagusia %60 eta %85 arteko proportzioan ageri da. Halaxe gertatzen da, adibidez, *Cheetos Pandilla* eta *Cheetos Gustosines* aperitiboekin, hurrenez hurren.

Osagai nagusia nolako den –artoa, patata, garia, arroza, ilarra...– eta zenbateko

proportzioan daukan, horren arabera izango da produktuaren itxura eta testura, eta baita zaporea eta nutrizio arloko ezaugarriak ere.

Osoko zerealen irina kopuru aipagarrietan edukiko balu, produktu horrek zuntz kantitate adierazgarria izango luke. Horixe gertatzen da, adibidez, *Sunbites Multicereales* direlakoekin, non zuntza %6,6 den.

Kontuz produktuen argazkiekin

Kasu batzuetan, oso tentuz ibili behar dugu, ontzian ageri diren irudiek edo hitzek pentsaraz dezaketelako osagai bat dela nagusi.

Tomatearekin edo gaztarekin gertatzen da, sarri. Egiaz produktu batzuek oso kopuru txikitik izaten dituzte tomatea eta gazta, nahiz eta irudian nabarmen agertu.

Hori gertatzen da, adibidez, bi hauekin: *Snatt's Natuchips tomatea, gazta eta oreganoa* eta *Snatt's Guisante snacs gazta eta aneta*. ■■■

Gaztaren bila, zoroen pare

THE COOPER'S HILL CHEESE ROLLING

ENEKO AZURMENDI

ARGAZKIAK: DAILY MAIL ETA BCC

Urtero, maiatzeko azken astelehenean, ehunka *zoro* elkartzen dira Ingalaterrako Brockworth herrixkan dagoen Cooper muinean, gazta bat harrapatzeko ahaleginak egiteko. The Cooper's Hill Cheese Rolling probaz ari gara.

Herri mailako proba bat izatetik, mundu mailan ezaguna izatera pasa da urteen poderioz, eta urtero sekulako ikusmina pizten du. Hala, Ingalaterratik bertatik zein mundu osotik hurbiltzen dira parte hartzera, eta baita zaleak ere, probaz gozatzeraz.

Lau kilo inguruko gazta

Probak berak ez du misterio handirik. Tradizionala den Gloucester izeneko gazta, lau kilo inguru dituena, muinoaren gorenetik jaurtitzen dute, eta parte-hartzaileen zeregina hura harrapatzea izaten da, edo, ahalegintzea, behintzat. Izan ere, gaztak 60-70 kilometro orduko abiadura hartu ohi du, eta normalena izaten da ez harrapatzea. Hala ere, helmuga zeharkatzen duen lehen lasterkaria izaten da irabazlea. Normalean, gainera,



Max McDougall, garaile.

Max McDougall, aurtengo irabazlea

22 urteko Max McDougall gazteak irabazi du aurtengoa; hain zuzen ere, iazko proban konorterik gabe geratu zenak. "Iazkoa baino hobea izan da aurtengoa, zalantzarik gabe", dio. "Normalean, bigarren egin izan dut, Chris Andersonen atzetik", gaineratu du. Izan ere, Anderson 31 urteko korrikalari beteranoak errekorra dauka, proba 15 urtetan 22 aldiz irabazita.

lau lasterketa egiten dituzte. Saria gazta bera izaten da.

Lesio ugari eragiten ditu

Muinoaren malda oso pikoa da, eta oso zaila izaten da zutik mantentzea, edota korrika normal egitea. Parte-hartzaileak ahal duten moduan egiten dute jaitsiera, eta eroriko asko egon ohi dira. Horrez gain, asko izaten dira parte-hartzaileak, eta elkarren aurka talka egitea izaten da ohikoena. Hori dela eta, lesio asko eragin ohi ditu urtero hitzordua berezi honek.

Jatorria ez da jakina

Adituek ez dute oso argi jatorria, ezta zergatik egiten duten ere. Lehen erreferentzia idatziak 1836. urte ingurukoak dira, eta, jatorriari dagokionez, bi teoria nagusi dituzte: lehenak dio artzainen eskubideak mantentzeko baldintzetako batetik sortu zela, eta bilakaera aldatuz joan dela urteen poderioz.

Bigarren teoriak, berriz, jatorri paganoa duela dio. Adituek diote erretako sasiz osatutako paketak jaurtitzen zituztela neguaren ondorengo urte berria ospatzeko.

Antzina ez bezala, gaur egun, zeremonia-maisu batek jaurtitzen du gazta. ■■■



Parte-hartzaileek ahal duten moduan jaisten dute malda pikoa.



Normalean, ezin izaten dute gazta harrapatu.



Lesio asko eragin ohi ditu urtero proba honek.

Emozioak borborka

ZELOAK HAURTZAROAN



JUAN CARLOS ALONSO PSIKOLOGOA
ARGAZKIA: KATHERINE CHASE

Uneren batean edo bestean gure seme-alabek partekatu egin beharko dituzte eskaintzen dizkiegun zaintza, afektibitatea, denbora edo jolaserako tartea. Arrazoia, gehienetan, beste jaiotza edo adopzio bat izaten da, edo, besterik gabe, familiara beste norbait iritsi dela. Aldaketa horiek eragina dute haurren emozioetan; askotan, jeloskor jartzeraino. Eta horrelakoetan badakigu nola jokatu behar dugun? Zeintzuk dira kontuan hartu beharreko gomendioak eta zeintzuk ekidin beharreko jarrerak?

Jarrera jeloskorrak

Zer dira zeloak? Egoera afektiboa da eta gertatzen da haurra beldur denean maite duen pertsona horren amodioa eta arreata galtzeko. Hau da, umea beldur denean pertsona horrek – aita, ama... – iritsi berria nahiago izatea. Beldur sentimendu horri aurkariarekiko inbidia zein amorru sentimenduak gehitzen zaizkio, gehienetan.

Haurren jelosia modu anitzetan adierazten da. Sintomak alda daitezke haurraren eta haurraren egoera soziofamiliararen arabera.

Jeloskor dagoen umeak bere buruarekiko adierazten ditu erreazioetako batzuk. Gerta daiteke taldetik isolatzea. Beste erreazio bat izan daiteke arrazoirik gabeko aldarte aldaerak izatea. Esaterako, sarri negar egitea, egonezina agertzea, triste egotea...

Ohikoak dira baita ere hizkuntzako adierazpen aldaketak; haur txikiagoen hizkerara itzultzea, hitzak edo esaldiak errepikatzea, totelka hitz egiten hastea...

Aldaketak suma daitezke baita ere elikadurarekin edo loarekin lotutako jarreretan; jateko gogoa gutxiagotzea, haurrak aurretik ondo jaten zituen elikagai batzuk baztertzea, gauean esnatzea, gurasoekin lo egin nahi izatea... Muturreko kasu batzuetan, okadak, anorexia, zorabioak, gaueko beldurrak zein loezinak ager daitezke.

Jeloskor dagoen haur batek inguruarekiko sintomak ere ager ditzake. Adibidez, besteenganako portaera

disruptiboak edo oldarkorrak: jaioberriari jostailuak kentzea, sudurra estaltzea, etorri berria maite ez duela esatea, beste nonbaitera eramateko eskatzea... Zenbait kasutan, gertatzen da jeloskor dagoen haurrak areagotzea gurasoekin dituen liskarrak. Horretarako, eskatzen zaionaren kontrakoa egiten du sistematikoki, eta ezkortasunez zein egoskorkeriaz jokatzeko du.

Beraz, haurra jeloskor sentitzea normala da. Bereziki jaioberria iristen bada bi eta lauzpabost urte bitarteko adinean dagoenean; izan ere, orduan sortzen dira lotura afektiboak. Horien bidez ikasiko du haurrak egoera berrietara egokitzen. Bere garapen psikoafektiboa normala bada, handitzen doan heinean joango dira zeloak desagertzen.

Hala ere, badaude jelosia garaia gehiegi ez luzatzeko edo muturreko sintomak ez agertzeko hartu beharko genituzkeen hainbat jarrera.

Saihestu beharrekoak

Lehenengo eta behin, oso garrantzitsua da jakitea zer den egin behar ez dena.



HAUR TXIKIEN ARTEAN NATURALAK DIRA ZELOAK, ETA FAMILIA GIRO EGOKIAN HOBETO GAINDITUKO DITUZTE

Esaterako, familiaren egunerokoan agertzea garrasiak zein haserrealdiak. Zaindu, eta, batez ere, ez daitezela maiztasunez gertatu.

Beste gomendioetako bat da etorri berriari gehiegizko arreta ez jartzea. Batzuek besteek baino pribilegio gehiago edukitzea ere ez da ona. Ez sartu gehiegi seme-alaben arteko gatazketan, eta, batez ere, ez jarri oso maiz norbaiten alde.

Horrekin batera, bizilagunen, lagunen edo senitartekoen aurrean ez egin konparaketarik etorri berriaren eta jeloskor egon daitekeen umearen artean.

Halaber, ez hartu isekaz jeloskor dagoen umearen portaera desegokiak, eta, batez ere, ez egin barre eta ez handiagotu bere akatsak. Kontuz, baita ere, seme-alaba

nagusienari txikiaren zaintza gehiegitan eskatzearekin.

Onuragarriak diren jarrerak

Bultzatu beharreko jarreraren artean, berriz, hainbat nabarmentzen dira.

Esaterako, suspertu anai-arreben arteko lankidetzaren etxeko arduretara edo enkarguetara. Ipini arreta gure seme-alaben arteko jelosia portaerei eta hausnartu garrantzi handirik eman gabe.

Afektuz eta arretaz tratatu seme-alaba guztiak, senti dezaten maite dituzuela. Jokatu bakoitza kuttunena izango balitz moduan eta zaindu guztien premia afektiboak. Beste inorekin konparatu gabe, baina sentitu behar dute bereziak direla, eta bideratu jolasa seme-alaba

guztiek. Aisialdiak aukera handiak eskaintzen ditu beraien arteko lankidetzaren bultzatzeko.

Garrantzitsua da baita ere familian giro afektibo lasaia sustatzea. Gehiegikeriarik gabeko samurtasuna adierazi behar zaie.

Ondorio gisa esan daiteke, beraz, jelosia adierazpen naturala dela haur txikiaren artean; izan ere, dituzten beldurren adierazle bat da.

Argi izan, ordea, errazago gaindituko dutela jeloskortasuna segurtasun eta afektibitate giro batean badaude. Horregatik, familiaren giro afektiboa eta gurasoen hezteko modua oinarritzekoak dira seme-alaben segurtasuna eraikitzerakoan. Horren harira, jarrerak hitzak baino garrantzitsuagoak dira. ■■■

Maialde landetxea, udako denboraldirako prest



JESUS KALBOETXEAGA SUKALDEBURUA
ARGAZKIAK: AMAIA TXINTXURRETA GURIDI

Badator uda denboraldia; Elgetako Maialde landetxe-jatetxean lan ugari izaten dugun garaia. Gure etxea aldizkako bidaiariekin eta turistekin betetzen da, eta dauzkagun aberastasun kulturalarekin, paisaiekin eta gure gastronomiarekin gozatzera etortzen dira horiek. Espainiatik eta Europako hainbat tokitatik etortzen dira, batez ere, baina beste

kontinente batzuetakoak ere izaten ditugu.

Elgetako jaietarako karta

Guretzako, Elgetako jaiekin batera hasten da uda. Jangela erreserbekin ia beteta izaten dugu jaiek irauten duten lau egunetan eta karta txiki baina landua egingo dugu egun horietarako.

Sarrerakoetan ez dira faltako txipiroi-entsalada epela edota krepe kurruskariak mariskoz beteta saltsa amerikarrarekin. Arrainetan, legatza onddoz

beteta izango dugu, baita bakailao errea barazkiekin ere, edota txipiroiak bere saltsan. Haragitan, aukera hauek izango ditugu: azpizuna edo solomilloa, txuleta eta ahate-konfita tipula karamelizatuarekin. Eta postreak etxeko sukaldean egindakoak izango dira: gazta-tarta marrubi-marmeladarekin, flanak, natillak eta arroz-krema labekatua izango ditugu. Etorri eta dasta itzazu mimo handiz prestatutako platerak. ■■■

Maialde jatetxea

- **Helbidea:** San Roke kalea 26, Elgeta.
- **Telefonoa:** 943 78 91 07.
- **Webgunea:** Casaruralmaialde.com.
- **Facebook:** Maialde.



MAIALDE JATETXEARI ESKER
IRABAZI BI LAGUNENDAKO OTORDUA. HARTU PARTE!



943 25 05 05



kluba@goiena.eus



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



Gazta fresko eta marrubi entsalada

Osagaiak

(4 lagunendako)

- Gazta freskoa, 300 g
- Askotariko letxugak, 300 g
- Antxoatxo-xerrak, 24
- Concasse-tomatea, 300 g
- Marrubiak, 150 g
- Oliba-olioa, 75 ml
- Modena-ozpina, 25 ml
- Gatza
- Marrubi-marmelada, apur bat

Prestaketa

- 1. Ebaki gazta freskoa xerra finetan.
- 2. Zuritu tomatea eta zatitu atal txikitan. Oliba eta berakatz oso xehatua bota kazola batera, eta bertara gehitu tomatea. Utzi berotan, pure baten lodiera hartzen duenera arte, eta gehitu oregano apur bat.
- 3. Askotariko letxugak jarri ontzi batean eta ondu olioarekin, ozpinarekin eta gatzarekin.
- 4. Ebaki marrubiak tamaina ertainean.
- 5. Plater batean jarri xerra bat gazta fresko, gainean jarri antxoatxo-xerra batzuk eta gazta-xerra gehitu ondoren. Gainetik jarri concasse-tomatea eta gazta-xerra gero. Gehitu letxugak eta alboan jarri kontu handiz marrubiak. Marmelada apur bat gehitu.

Zailtasuna: •••••

Aurreko zozketako irabazlea:

Ana Arturo Sukilbide (Oñati)

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

goienakluba[“]
Euskara irabazle, denok irabazle!

Behatzak, lau haizetara!

SANDALIAK

ARANTZAZU EZKIBEL GALDOS

ARGAZKIAK: @IRAMIRA_ONATI,
@GALARRETA_OINETAKOAK

Oinetako kontuetan, bat baino gehiago egoten da desiratzen uda iristeko. Galtzetinak eta zapatak alde batera utzi eta sandaliak jantzeko. Oinak bistan izateko, lau haizetara.

Sandaliak aukeratzeko orduan tendentziek izaten duten indarra baino gehiago, erosotasuna dela kontuan hartzen dena nabarmendu dute Galarreta eta Ira Mira oinetako dendetako arduradunek.

Takoia, gero eta gutxiago

Erosotasuna kontuan hartuta, sandalia zapalak eramaten dira; eta baita plataforma dutenak ere. Baina takoiak ez dira joera: "Oso egoera formaletan jantzeko geratu da takokia; bi piezako takokia dagoeneko ez da ikusten; plataforma, ordea, bai", dio Miren Berasategik, Bergarako Galarreta zapata dendako arduradunak.

Koloreen kasuan, larruzko sandalietan larru kolorea eta beltza eramaten dela dio, eta, sandaliak antezkoak izanez gero, kolore gehiago sartzeko aukera dagoela. Galarreta dendan Dr. Martens sandaliak dituzte: beltzak, plataforma sendoarekin. "Rock ukitua duten sandaliak dira", gaineratu du Berasategik. Jendeak plataformak gustura hartzen dituela dio.

Betikoa, hainbat estilotarako

Oñatiko Ira Mira dendako Mireia Arregik dio betiko sandalia, *fraile sandalia* deitu izan den hori, dagoela berriro ere modan. Birkenstock marka ezagunak egiten ditu horrelako sandaliak. Bi tira izaten ditu aurrealdean, lotzekoak, eta orkatilara lotu gabe doa sandalia. Hala ere, Arregik dio gero eta jende gehiagok eskatu dizkiola orkatilara lotzen diren Birkenstock sandaliak.

Betiko sandalia izan arren, jendeak estilo askotariko *outfit*-ak osatzen ditu horiekin: jantzi daitezke praka bakeroeekin, eta baita *midi* luzerako gonekin ere. Koloreen kasuan, metal kolorea asko ikusten da aurtengo denboraldian. Horrek ukitu jantziagoa ematen dio janzkerari.

'Vintage' ukitua

Arregik gaineratu du igerilekuetan betidanik ikusi izan diren sandaliak ere joera direla, *vintage* ukitua dutelako. "Aurrealdean tira bakarra duten txankletak, gomazkoak, garai batean dutxarako erabiltzen zirenak".

Horiek bakarrik ez, *flip flops* deituriko sandaliek ere sare sozialak hartu dituzte: "Gauza bat da modan egotea, baina sandalia mota hori ez da gehien saltzen dena. Jendeak erosotasuna bilatzen du", azaldu du Berasategik.

Erosotasuna da, hortaz, jendeak gehien bilatzen duena. Sandaliez gain, alpargatak ere asko eramaten dira urteko sasoi honetan; alpargatak itxiak edo irekiak izan daitezke, eta zapalak edo plataforma dutenak. ■■■

Sandaliak galtzetinekin, ausartenendako

Sandaliak, betikoak, galtzetinekin eramatea da azken joera: "Lehen, ingelesen kontua zela esaten zen; baina orain, ekialdeko ukitua du, eta oso ausartak direnek eramaten dute modu horretan. *Vintage* ukitua du", azaldu du Arregik.

Fresko egiten duen egunetan sandaliak jantzeko beste modu bat izan daiteke.



Sandaliak, galtzetinekin.



Askotariko *outfit*-ak osa daitezke Birkenstock sandaliekin.



Rock ukitua, Dr. Martens sandaliekin.



Vintage ukitua, igerilekuko sandaliekin.

Trialetik moto-krosera saltoa

JOKIN GOROSARRI, MOTORZALEA



Jokin Gorosarri eskoriatzarra, Bolibar auzoan, Kawasaki KX 250 F motorrarekin.

IMANOL BELOKI

ARGAZKIAK: I.B

Jokin Gorosarri eskoriatzarrak motorrarekin zerikusia duen edozein tramankulu du gustuko. Txiki-txikitatik izan da motorzalea, eta, triala egiteko motorrarekin hasita, duela urte batzuk moto-krosera eman zuen saltoa. Hala, aukera duen guztietan hartzen du tartetxo bat motorrarekin gozatzeko.

Gorosarrik adierazi duenez, motor bati eskua hartzeko teknika eta abilezia behar dira,

eta hori trialekoarekin asko lantzen dela dio: "Triala oinarria da niretzat; izan ere, teknika izatea ezinbestekoa da. Gaur egun aritzen ez naizen arren, faltan igartzen dut. Halako motako hainbat motor izan ditut, eta orain dela urte batzuk moto-kroseroekin ari naiz, baina ez dut baztertzeko etorkizunean trialeko bat erosiko ez dudarik...".

Motor bilduma handia

Guztira, sei motor izan ditu Gorosarrik. Lau trialekoak eta bi

moto-kroseroak. Gaur egun, bakarra duen arren, guztien oroitzapen ederra duela adierazi du. "Beta markako mini trialeko 50 zentimetro kubikoko motorra izan zen izan nuen lehena. Hori txiki geratu ostean, martxak zituen beste motor txiki bat izan nuen, nire lehen motorraren ondorengoa zena. Gero, handiagoekin hasi nintzen, Beta Techno markako 250 zentimetro kubikoko erosi nuen, eta gero, Gas Gas bat. Horren ostean, moto-kroseroekin hasi nintzen.

Lehenbizi, Honda CRF bat izan nuen, 250 zentimetro kubikokoa eta 4 aldikoa, eta gaur egun, Kawasaki KX bat dut. Hau ere lau aldikoa da, eta 250 zentimetro kubikoko ditu".

Txapelketara ez, zirkuitura bai

Lasterketetan ez da sekula aritu, zaletasun duelako, eta ahal duen guztietan aprobeztatzen du lagunekin zirkuitura joateko: "Normalean, Harora; Burgosko Quintana Mariara, Mirandara edo Bergarara joaten gara zirkuitura



Aurreko gurpila.



Motorraren depositua.



Zaldikoarena egiten.

egun-pasa. Karroan eramaten dugu motorra, eta eguneko kuotak ordainduta ibili zaitezke, hamar-hamabost euro inguru ordainduta; urteko kuota ere hartu dezakezu: 100 eta 200 euro arteko kostua du".

Min hartzeko aukera gehiago

"Mota bateko motorra izan edo bestekoa, beti dago arriskua, eta, segurtasun neurriak erabiltzen ditudan arren, lurrera askotan eroritakoa naiz". Trialekoan baino, moto-krosekoan min

handiagoa har daitekeela adierazi du Gorosarrik, baina, sustoak izan dituen arren, ez zaiola ezer larririk sekula gertatu gaineratu du: "Moto-krosean min hartzea errazagoa dela uste dut. Trialean gehiagotan jausi zaitezke lurrera, eta ohikoa da erorikoak izatea, baina, abiadura motelean aritzen zarenez, ez da ezer gertatzen, normalean. Moto-krosean, berriz, abiadura handiagoa hartzen duzu, eta zartatekoa ere handiagoa izan ohi da. ■■■



Kawasaki KX 250 F modelooren pegatina.



Kaskoa heldulekuan.

Ibai Ugarte

AMAIA TXINTXURRETA

ARGAZKIAK: IBAI UGARTE

Naturazale amorratua da Ibai Ugarte; mendian animaliak ikustea atsegin du, eta, hain justu ere, espezie desberdinetakoak argazkien bitartez gordetzea gustatzen zaio oñatiarrari.

Nora joan izan zara argazkiak ateratzera, hainbat espezieetako animaliak argazkietan ateratzeko?

Ikasten hiru urtez egon nintzen Leonen eta beste urtebetez Mexikon. Leku horietan izan naizenean, beti aprobetxatu izan dut inguruak bisitatzeko eta argazkiak ateratzeko.

Hemen, berriz, Pirinioetara joan izan naiz, baita Euskal Herriko eta Espainiako hainbat tokitara ere. Leku bakoitzeko klima edo habitat kondizioak zeintzuk diren jakitzea gustatzen zait, horren arabera, espezie bateko edo besteko animaliak egongo direlako. Espezie berrien bila joatea gustatzen zait.

Argazkiak egiten izan zaren une bereziren bat gogoratzen duzu?

Leonen basakatua ikusteko aukera izan nuen behin baino gehiagotan, ilusio handia egin zidan. Badakit Oñatin ere badaudela gutxi batzuk, baina sekula ez dut ikusteko aukerarik izan, eta gustatuko litzaidake basakatua Oñatin jasotzea.

Animalien argazkiak ateratzeak zailtasun berezi bat dauka.



Bai; askotan, animalia ikustean, kontuz ibili behar izaten dut, ihes egin ez dezan eta lasai egon dadin, argazki ona ateratzeko. Eta nahiz eta zoom handia daukan kamera izan, animaliarengandik zenbat eta hurbilago egon, hobeto. Betiere, animalia molestatu gabe.

Gauz ere atera izan dituzu animalien argazkiak, ezta?

Fototranpeoko kamerarekin, bai. Basoan jartzen dut, eta, paretik animaliaren bat pasatzean, argazkia edota bideoa egiten du. Gaueko harrapakariak jasotzeko aproposa da: azeria, lepezauria, lepahoria... Basurdea eta orkatza ere ikusten dira. Pare bat hilabetez utz dezaket toki

batean kamera, momentu ezohikoak kapturatzeko. Bestalde, GoPro bat ere erabiltzen dut, urpeko arrainak eta itsaso barreneko irudiak jasotzeko; euskal kostan eta Mexikon erabili izan dut hori.

Gure inguruan, zein animalia jasotzeak harritu izan zaitu?

Gardatxoak. Musker espezie bat da, Espainia osoan oso zabaldua dagoena, baina Gipuzkoa mailan ez zen ezagutzen, eta Oñatin aurkitu genuen; Araotzen, zehazki.

Argazkilaritzari lotutako ametsik?

Diru gehiago daukadanean, bidai luzeagoak egin ahal izatea: Afrikara, Asiara... Leku horietako espezieak argazkietan ateratzeko helburuarekin. ■■■



Zuriaren paleta koloretsua

JESUS MARI LAZKANO MARGOLARIAREN 'ARTIKO' FILM LABURRA

AITZIBER ARANBURUZABALA

ARGAZKIAK: JESUS MARI LAZKANO

Margoak eta koadernoak bidaiari guztietara eramateko ohitura dauka Jesus Mari Lazkano margolariak (Bergara, 1960), eta hala egin zuen 2017ko ekainean Artikoko Svaldard artxipelagora abiatu zenean ere. Hilabete egin zuen hiru makiladun belaontzi "handi eta ederrean", Ameriketako Estatu Batuetako Artistic Circle Fundazioak sortu zuen espedizio "bitxian".

Itzuli zenean, han bizitako esperientzia "ikaragarria" eta jasotako material "aberatsa" margoekin bakarrik adierazi eta erakustea zaila zela ikusita, film labur bat egitea pentsatu zuen, eta elkarrekin egitea proposatu zuten askotan bidelagun duen Josu Venero zinegileari eta Xabi Paya bertsolari eta lagunari; hala jaiotzen zen *Artiko* filma.

Artistak zientzialariek

Orain dela urte batzuk, New Yorken bizi zela piztu zitzaion Artikorekiko ardura Lazkanori: "Unibertsitatean egiten nuen lan, eta han, ingurumena eta lurra aztertzen duten *Earth Instituted*-eko zientzialari bat ezagutu nuen; glaziarren egoera aztertzen ditu eta dokumental gogor bat erakutsi zidan hark; harrezkero, Artikori ardura gehiagorekin begiratzen diot".

AEBetara egin zuen hurrengo bidaiari, dio "kasualitatez" egin zuela topo Artistic Circle

Fundazioarekin, eta handik gutxira euren espedizioeko kide izateko aukera eskaini ziotela: "Mundu osoko eta askotariko profiletako jendea batu zuten: margolariak, koreografoak, zinegileak, *performance* egileak, ilustratzaileak eta argazkilariak, eta baita lau zientzialari ere: neurologoa eta biologoa, horien artean. Bakoitzak bere lana zuen, eta nirea hango paisaiak jasotzea zen. Oso interesgarria eta intentsua izan zen bidaiari; kostaldean egon ginen, batez ere, baina barrurago ere sartu ginen. Zeharo ezberdina zen egunerok, bai kolorea, glaziarrek, horizontea, mendiak... Solstizio garaian joan ginen; hortaz, ia egun osoan argia genuen. "Gauetako orduetan", bidaiatu egiten genuen, eta "egunez", toki ezberdinetan geratzen ginen, itsasontzitik jaitsi eta bakoitzak bere lanak egiteko".

Paisaia "harrapaezina"

Bidaiari-koadernoak oso gustuko ditu eta horietan jaso zituen Artikoko paisaien marrazkiak, itzulitakoan tailerrean beste medio edo neurri batzuetara pasatzeko asmoz.

ARTIKON EGINDAKO MARRAZKIEKIN ETA BIDEOEKIN SORTU DUTE LAZKANOK, VENEROK ETA PAYAK 'ARTIKO'

Arkatzak, argizarizkoak, akuarelak eta pastelak erabilia, bidaiari zehar 100 marrazki inguru egin zituen. "Batzuk marra azkarrekin egindakoak dira, ideiak eta zirriborroak, eta landuagoak beste batzuk. Koadernoetako ideiekin 23 pieza egin nituen geroago, Bilboko grabatu feria baterako".

Artiko paisaiak marrazkietan "harrapatzeko" ikaragarri politak eta, aldi berean, zailak direla dio Lazkanok: "Paisaia oso indartsua da eta hartu ezin duzun eskala bat dauka. Dena zuria dela dirudien arren, zuri horrek mila ñabardura ditu, eta uraren kolorea ere aldakorra da; duen izotzaren arabera, kolore ezberdinak hartzen ditu".

Irailean, Hego Koreako jaialdira

Venerorekin eta Payarekin elkarlanean eta marrazkiak bideoak eta argazkiak erabilia sortu du hamazazpi minutu dituen dokumentala. "Ez nuen autore-filmik egin nahi, taldean baizik, eta Payaren kontakizun poetikoarekin asko irabazten du filmak. Artikoko giro-soinua ere jasota dago; besteak beste, txorien eta glaziarren hotsak. Horrez gain, Misha Mishenko errusiarrak konposatu digun musika ere entzuten da".

Jaialdietan erakustea da orain asmoa; irailen Hego Korean izango direla aurreratu du: "Urtebete inguruan jaialdietan ibiliko da eta gero, telebistetan eskaini gura genuke". ■



Belaontzia eta paisaia marrazteko tresnak prest.

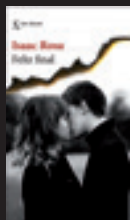


Lazkanok Artikoko espedizioan egin zuen glaziarren marrazkia.



Jesus Mari Lazkano margolaria Artikoko paisaiak marrazten.

Maitasun idilikoa desmuntatzen



Feliz final

Egilea: Isaac Rosa

Argitaratzailea: Seix Barral editoriala

Argitaratze urtea: 2018

Orrialdeak: 344

Generoa: Eleberria



ANDONI URZELAI IDAZLEA

Isaac Rosa kazetari eta idazlearen liburuak beti ematen diote irakurleari zer pentsatua, egungo bizimoduarekin estu lotutako istorioak idazten baititu bere nobeletan. Azken hiruretan, behinik behin, *La mano invisible*, *La habitación oscura* eta gaur aipagai daukagun honetan, *Final feliz*-en, egiten ditu gure bizimoldearen erretratu gupidagabeak. Kontu, horrek ez du esan nahi nobela sakon eta astunak idazten dituenik, saiakera kutsudunak; ez. Oso bestaldera, dira nobela bizi eta entretenigarriak, argumentu burutsuak baliatzen baititu autoreak irakurlea kontakizunera erakarri eta nahi duen lekura eramateko.

Idazle kritikoa da Rosa. Ken Loach zinema zuzendaria gogorarazten dit niri. Biek dute –zineman batak eta literaturan besteak– modu inteligente eta eraginkorra erabiliz gai sakonak jorratzeko trebezia. Sistema kapitalistak gizartean eragiten dituen barrabaskeriak

azalaraztea dute biek helburu, eta maisutasunez lortzen dute asmoa, gurasokeria edo moralismotan erori gabe.

Feliz final-ek gizon baten eta emakume baten arteko maitasunaren gainbehera kontatzen du. Ezer berririk ez, ezpada nobela egituratzeko autoreak erabili duen moldeak. Gertakizunen narrazio neutro bat egin barik, eman die bi protagonistei bozgorailu bana eta beraien ahotsen bitartez kontatzen zaigu istorioa.

Bikote arrunt bat da: daukate erdipurdiko lanak eta hiru seme-alaba. Garai baten eroso samar bizi ziren arren, gaur egun kostata iristen dira hilabete amaierara. Bien arteko maitasuna apurtezina iruditzen zitzaion biei. Batak zein besteak beraiena betirako

**BEHARBADA,
MAITASUNAREN
KONTZEPTUA
BERRIKUSTERA
ERAMANGO ZAITU**

izango zela uste zuen. Elkarbizitza hautsi da, ordea. Mitifikatutako maitasuna gastatu egin zaie, nonbait.

Abiapuntu hori baliatzen du Rosak gure bizimoduaren alderik petralenak azaltzeko: lan-prekarietatea, mitifikatutako maitasunaren iruzurra, nahi eta ezinak sorrarazten digun itotasun existentziala.

Nobelan mutilak ematen du bere ikuspuntua – sentimental, filosofikoa–, eta emakumeak berea. Sarri, bien hausnarketak gurutzatu egiten dira, bakarrizketa kezakien hurrenkera litzatekeena solas zoli bihurtuz. Eta kuriosoena da autoreak lortzen duela irakurlea bi protagonisten larruazalean jartzea: sarri lerratzen zara batekin eta beste hainbatetan bestearekin.

Finean, oso liburu interesgarria iruditu zait. Askotan ikusiko duzu zeure burua protagonisten bizipenekin identifikatuta; eta, beharbada, maitasunaren kontzeptua berrikustera eramango zaitu. ■

Goiena Klubeko ekaineko sariak!



Arrasateko Trikitixa Eskolako CDa

Parte hartzeko sariaren
izena: Trikitixa

PARTE HARTZEKO:

Posta elektronikoz: kluba@goiena.eus

Whatsapp: KLUBA "sariaren izena"

[bazkidearen zenbakia] 688 69 00 07 zenbakira.

Parte-hartzaileen artean egingo da zozketa.

Indean dagoen LOPD 15/1999 legearen arabera, jakinarazten dizugu zure datu pertsonalak Goiena Komunikazio Zerbitzuen Itzategi automatizatuetan sartuko direla. Datu-bilera honen helburu bakarra da indean dagoen datuaren gestioa.

Ekubidea izango duzu datuaren sartzeko, haren zuzentzeko edo ezustatzeko, helbide honetara idatziz: kluba@goiena.eus



Sarrerak

Arrikrutz kobek bisitatzeko.

Parte hartzeko sariaren izena: Arrikrutz

ARRIKRUTZ
CANTINA



Otarrea

Bidezko merkataritzako produktua.

Parte hartzeko sariaren izena: Otarrea

www.harremendenda.org
Bidezko Merkataritzako produktua



Puntua aldizkaria
jasotzeko,
zozketetan parte
hartzeko eta txartelaren
abantailaz gozatzeko...



Bazkidetu orain 2019rako
56€ ordainduta
Deitu: 943 25 05 05
kluba@goiena.eus

goienakluba

Hiru kale eta iturria

LEINTZ GATZAGAKO ALDE ZAHARRA

MIREIA BIKUÑA

ARGAZKIAK: M.B.

Rosario kalea, Santiago kalea, Gurutze kalea eta Bateko Kopa iturria dira Leintz Gatzagaren epizentro. 1331n sortu zen hango hiribildua. Plano erregularra dauka, eta kale batek elkarzutik mozten dituen beste kale paralelo batzuen inguruan dago egituratuta.

Gatzaren kontrola oso inportantea zen herrian, eta hainbat borroka piztu zituen, oinaztarren eta ganboatarren artean. Hori horrela, lau sute izan ziren Leintz Gatzagan: 1334an, 1371n, 1492an eta 1498an.

XVII. mendean, Espainia eta Frantzia lotzeko errege-bidea eraiki zuten. Harekin, Leintz Gatzagaren balioa handitu egin zen. "Madrildik Irunera zihoan errege-bidea herriaren erditik pasatzen zen. San Inazio sarreratik sartzen zen bidea. Hari esker, ostatuak, bentak eta bestelako zerbitzuak zabaldu zituzten herrian, eta egun duen itxura hartzen hasi zen", esan du Eugenio Otsoak.

Etxadi bikoitzak

Hiribilduaren barruko etxeen neurriak oso erregularrak dira. Hirigunearen erdian etxadi bikoitzak osatu zituzten. Etxe horiek, garaikoen antzera, fatxada estua zuten, sakonera handiko lursailetan eraikitakoak. Dena den,

hiribilduaren beheko aldea ez zetorren bat egituraketa horrekin. Ordutik, etxadi oso batzuk desagertu egin dira, eta beste berri batzuk eraiki. Horrek guztiorrek hondatu egin du jatorrizko plano. Hiribildua harresiz inguratuta zegoen – egun, zati batzuk bakarrik mantentzen dira–. Jatorrian, zazpi sarrera zeuden. Egun, bost bakarrik daude.

Monumentu izaera

1996ko martxoaren 12an, Eusko Jaurlaritzak monumentu-multzo izendatu zuen Leintz Gatzagako hirigune historikoa. Herrigunetik kanpo geratzen dira Dorleta santutegia eta Gatz Museoa.

Monumentu aipagarrienak dira: Kapitangoa jauregia (XVI. mendea), Elexalde jauregia (XVII. mendea), egungo kultura etxea den Garro jauregia (XVII. mendea), sarrera nagusi izandako San Inazio atea (1760. urtea), Soran etxea eta udaletxea (XVIII. mendea), besteak beste.

Hamabi txorrota

Era berean, monumentu izaera dauka Leintz Gatzagaren erdiguneko ikurretako batek: Bateko Kopa iturria delakoa. Hamabi Txorroten iturria izenarekin ere ezagutzen dute. Hain justu ere, hortik datorkio izena. "Zortzi txorrota ditu goian eta lau behean. Ura aska handi batera bideratuta dago.



Burdinazko atea.



Alde zaharreko kaleetako bat.



San Inazio atea.



Arte aldetik, elementu apaingarri barrokoak ditu. Bereziki dira aipagarriak kerubinak. Bestalde, Bateko Koparen itxura ematen dion ornamentazioaz gain, burdinazko gurutze bat dauka", esan du Otsoak.

1.000 dukat

Bateko Kopa iturriaren jatorria Okondo gainean dago. Alegia, Okondo eta Etxeberria artean dagoen kobazuloan dauka iturburu nagusia.

1573an, Felipe II.a Espainiako erregeak Leintz Gatzagako kontzejuari errege-lizentzia bidez 1.000 dukat erabiltzeko baimena eman zion. *Apuntes históricos de Salinas de Léniz* liburuaren arabera, dukat haiek ura iturburutik herrira bideratzeko erabili zuten. Ostean, arazo asko eman zituzten hodie, karea zela eta. *Iturgin berezi bat egon zen mantentze-lan haiek egiteko, urtean 150 erreale kobratuta*, irakur daiteke liburuan. Hodiengoera ikusita, 1710ean hoditeria guztia aldatu zuten, eta iturriaren oinarria sendotu. Egun dagoen iturria Martin Imazek eraiki zuen, 1725ean. Orduko dokumentuen arabera, harrizko iturriaren eskulanek 800 errealeko kostua izan zuten. "Iturriko ura ez dago tratatuta, baina gatzagarrok beti edan dugu ura hortik, eta inoiz ez da arazorik egon", dio otsoak. ■■■

Bateko Kopa iturria, eta atzealdean, herrigunerako beste sarreretako bat.

Bideoak irratiko izarra hil zuen



MONIKA MADINABEITIA

Bideoak irratiko izarra akabatu zuen izan liteke Trevor Hornek, Geoff Downesek eta Bruce Woolleyk 1978an idatzitako *Video Killed the Radio Star* abestiaren itzulpena. Abestiak adierazten ditu sentimendu nahasiak XX. mendeko asmakizunenganako eta makinenganako. The Buggles taldearen abestiaren bideoak eta hitzek espresatzen dute nola irratiko izar handi baten egunak kontatuta dauden bideoaren hedapena dela eta. Letrek diote "zure bigarren sinfoniaren kreditua hartu zuten, teknologia berrian makina baten berridatzitakoa". Garai batean, irratia gaitasuna zeukan familiak batzeko eta berriak, musika edota esatarien grazia elkarrekin partekatzen. Hotsaren eta soinuaren bidez irratia entzulearen imajinaziora heltzen zen. Abestiak agerian uzten du nola bideoek irudi dirdiratsuekin liluratzeko gaituzten, baina nola aldi berean beste zerbait lapurtu diguten: entzutearekin bakarrik gure irudimenari askatasuna emateko aukera. Queen talde britainiarraren *Radio Ga Ga* abestiak antzerako mezu dakar; hots, nola telebistaren sorrerak irratia baztertzea ekarri zuen.



NMR.COM / PMK

Orain XXI. mendean gaude eta The Buggles eta Queen taldeen aurreikuspenak onak izan baziren ere, zaharkituak gelditu dira honezkerok. Irratia gaur egun aski baztertua izan da. Telebistak berak ere patu bera sufritu duela argi dago. Alegia, informazioa modu eta bide anitzetatik heltzen zaigu guk geuk eskatu barik ere.

Informazioz jositako garaiotan, informaziorik eza da paradoxa. Halaber, 1996an

**ADITUEK DIOTE
INFORMAZIO DIETA
OREKATUA ERAMAN
BEHARKO
GENUKEELA**

Alfons Cornellik *infocination* terminoa ezarri zuen. Honi, Trumpekin ezagun egin den *fake news* kontzeptua ere gehitu diezaiokegu. Badugu, halere, Trump baino lehenagoko adibide aski ezagun bat: 1968an *The War of the Worlds* (Munduen Gerratea) irratsaioa zuzenean bota zuten, Halloween ilunkaran, urriaren 30ean. Saioa fikzioa zen arren, ezaguna egin zen Marteko estralurtarrek AEBak inbaditzen ari zirela pentsarazi zuelako eta ondorioz entzuleak izugarri ikaratu zirelako. Orduko teknologiarekin lortu zuten herrialde bat izutzea informazio faltsuarekin.

Gaur egungo informazio saturazioaren harira, adituek diote informazio dieta orekatua topa beharko genukeela. Funtsean litzateke egunero gure sistemak digeritu dezakeen informazio kantitatea baino ez kontsumitzea. *Desinfoxikazio* egitasmo honetan, besteak beste, aholkatzen da iturburu zintzoak eta fidagarriak erabiltzea. Galdera litzateke ea zer ulertzen dugun termino hauetan, nortaz garen fio edota nor den fidagarria. Ez da makala galdera. ■

TESTUA: ITZIAR LARRAÑAGA



Zertarako erabili bozgorailu adimenduna?

Amazon Echo eta Google Home merkatua eskuratu nahian dihardute aspaldidanik. Duela bost urte azaldu zen lehenengo aldiz Amazon Echo, baina produktu arrakastatsu izatetik urruti dago oraindik, Euskal Herrian behintzat.

Funtzioak

Musika jartzeko aukera da ezagunena eta ziurrenik erabiltzaileek gehien erabiliko dutena ere horixe izango da, baina aukera gehiago eskaintzen ditu bozgorailuak.

Ahots bidez ematen dira bozgorailua kontrolatzeko aginduak. Hainbat kasutan erabili daiteke, besteak beste, agendako hitzorduak gorde ditzake eta dagokionean gogorarazi, eskuak erabili gabe mugikorreko deiak erantzun daitezke, jana prestatzerakoan tenporizadorea aktibatu dezake, inguruan jateko zein aukera dauden erantzun dezake, eguraldiaren iragarpena eman...

Hala ere, konfiantza falta ere sortzen du gailuak, dena entzun dezakeelako. Mugikorreren antzera...

Ikusten ez diren kamerak mugikorretan

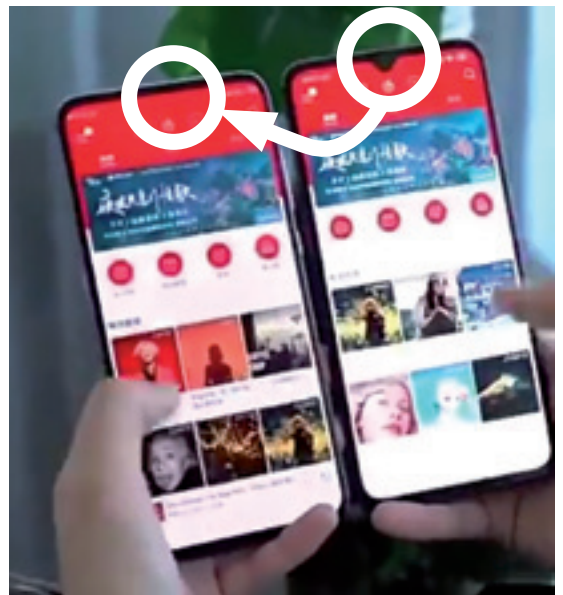
Ez zulorik, ezta *notch*-ik, ezta modulatorik ere. Oppo eta Xiaomi markek sare sozialen bidez filtratutako bideoetan ikusten den moduan, mugikorretako 'selfie' kamerak laster ez dira ikusiko, baina berdin funtzionatuko dute.

Opporen bideo bat zabaldu zen lehenik eta segituan Xiaomik ere erakutsi nahi izan zuen produktu bera eskaini dezaketela beraiek ere. Bi marka txinatarrek prest dute prototipoa eta gailua merkaturatzen lehena zein izango den jakitea falta da bakarrik.

Aurreko kamera ezkututzen

Oppo Reno 5G smartphonean dagoeneko ez da kamera ikusten aurreko pantailan, baina gailuaren goiko partetik irteten da kanpora, modu mekaniko batean. Beraz, erabiltzaileak kamera ikusten jarraitzen du. Orain Oppok zein Xiaomik erakutsi dutena aldiz ikusiko ez den kamera da.

Pantaila tolesgarria ere erakutsi zuten biek duela denbora bat, baina ez dira komertzializatzen hasi.



EGILEA: GARBINE UBEDA



TXORIBURUAK Maripurtzilek eta Pelloziririk ez dute gaur gauza bat bera ere ondo egin. Baina, baina... zer ote dute buruan?

Jolas gehiago: www.plazanbazan.eus/



Elene Gomez Ayestaran

Bergara. 3,300 kilo. Ekainaren 8a. Gurasoak: Nerea eta Andoni. Argazkian, aitaren besoetan.



Chloe Irure Villar

Elorrio. 3,560 kilo. Ekainaren 6a. Gurasoak: Eli eta Egoitz. Argazkian, Chloe txikia, gurasoekin.

Jaio da!



Eman jaiotzen berri PUNTUAN eta Interneten.

Deitu 943 25 05 05 telefonora edo zatoz GOIENAREN egoitzara.

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



Maddi Bergaretxe Familiar

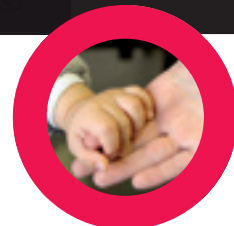
Arrasate. 4,010 kilo. Ekainaren 4a. Gurasoak: Judith eta Gorka. Argazkian, Maddi, amama Nievesekin.



Gurasoen premiak asetzeko gunea

guraso.eus

- Gurasotasunaren gaineko iritzi artikuluak.
- Aisialdirako gomendioak.
- Adituei elkarrizketak.



ASTE HONETAN

AITZOL ATUTXA

JOSERRA SENPERENA

IÑIGO ASTIZ



Ttop euskarazko aldizkari digitala, deskargatu astero dohainik zure mugikor edo tabletean.

DOAN

ttop

Irakurri, ukitu,
ikusi, entzun.

Informazio gehiago:
ttop.eus



DESKARGATU
Play Store-n

DESKARGATU
APP Store-n