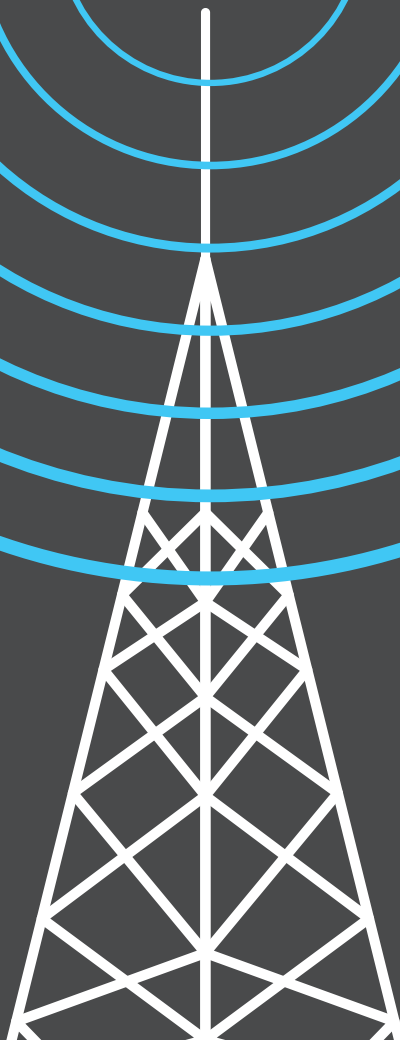


puntuatua

5G

5G TEKNOLOGIA
GARAPENAK KEZKA
ERE SORTU DU





PUNTUA 232

2020-04-03 EGUBAKOITZA

ASTE SANTUA
Hurrengo PUNTUA zenbakia:
apirilaren 24an.

Ondo
izan!

Aurkibidea

- 4 **Bat-batean** Maria Rivero
- 6 **Irudiz** Itzultzeko gogoz
- 8 **Mundutik** Belgika: Dena da ona
- 10 **Erreportajea** 5G, aurrerapauso teknologikoa, baita kezka ere
- 20 **Elkarriketa** Arantza Chacon, Larraña Etxea errefuxiatuen harrera zentroko zuzendaria
- 24 **Osasuna** Konfinamendua eta autismoa
- 26 **Kirola** Arrasateko Debagoiena Txirrindularitza Kluba
- 28 **Adituen esanetan** Konfinamendua umeei
- 30 **Otorduan** Lasa jatetxea: aukera zabala ospakizunetan
- 32 **Moda** Tantoak, bueltan dagoen klasikoa
- 34 **Motorra** Dronea, etorkizuneko autoa?
- 36 **Gure artistak** Uxue Guridi oñatiarra
- 38 **Kultura** Akulu musika taldea

- 40 **Liburu artean** Berrogeialdirako lau proposamen
- 42 **Gure altxorrak** Arrasate: Udako solstizioa parrokian
- 44 **Gadgetmania**
- 46 **Handitzen, handitzen** Eskulana: *Etxean egindako zesta-puntako xistera*
- 47 **Jaioberriak**

IRITZIA

- 3 **Nire txanda** Jon Sagarzazu
Txalo bero bat!
- 16 **Hainbat aburu** Aitor Orobengoa
Ortubai Birus bakarra gure artean?
- 16 **Eztabaida** Arropa suntsitzea debekatu guran
- 17 **Xixili** Helena Azkarragaurizar
- 17 **Errematea** Iraitz Agirre Aranguren
'Ongi etorri Patxiera'
- 18 **Talaiatik** Mikel Lezamiz *Euskal Herria, banana ekoizlea?*

puntua

goiena[“]
KOMUNIKAZIO TALDEA
TOKIKOM

Argitaratzailea
Goiena Komunikazio Taldea
Kooparatiba Elkarte
Otalora Lizentziaduna 31
20500 ARRASATE

Lehendakaria
Aitor Izagire
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
Imanol Soriano,
Aitor Lagoma
Amaia Martinez de Arenaza,
Maite Igartua
Publizitatea
Mireia Larrañaga, Ziortza
Martin, Amaia Mundiñano

Administrazioa
Agurtzane Gaintzarain,
Ane Berezibar, Iratxe Bengoa
EGOITZA NAGUSIA
Arrasate 20500
Otalora Lizentziaduna 31
132 posta-kutxa
Tel.: 943 25 05 05
berriak@goiena.eus

PUBLIZITATEA
Arrasate 20500
Otalora Lizentziaduna 31
Tel.: 943 25 05 05
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

Inprimategia:
Gertu Komunikaziobide SL

PUNTUAK ez du bere gain hartzen aldizkari honetako orrialdeetan kolaboratzaileek adierazitako iritzien erantzukizunik.



GOIENA KOMUNIKAZIO TALDEA



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

KULTURA ETA HIZKUNTZA
POLITIKA SAILA

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



Gipuzkoako Foru Aldundia

Txalo bero bat!



JON SAGARAZU

Azken egunotan, arratsaldero, zortziak aldera, ordenagailuan idazten harrapatzen nau. Urrutitik hasten da murmurio barea. Kalean zehar hedatuz, indarra hartzen doa, olatuek hondartzaratzean egiten duten musikaren antzekoa, geroz eta ozenago. Mahaitik altxatzen naiz, eta leihora hurbiltzeaz bat ohartzen naiz ez dela euria kalean entzuten den burrunba: zaparrada ugari horren zarata txaloak dira, milaka. Jendeak, auzokoak, bakoitzak bere etxe-txokotik kalerantz eta zerurantz botatzen dituen txalokada biziak.

Neu ere txaloen korronte indartsura biltzen naiz, balkoitik eskuak sutsu astinduz, txistu eta zarata, oihartzunaren zurrunbiloan. Txalo egiten dut. Hobeto esan, txalo egiten dizuet: ehunka, milaka zarete herri bakoitzean, etxetik, gogor zigortzen gaituen koronabirus izurri honen aurka borrokan ari zaretenak, bakoitza bere modura. Baina gauero, nire txaloen zati berezi bat zuentzat da: etxeko txiki, haur, neska-mutil, nerabe eta gazte guztiontzat!

Etxean bi aste daramatzazue preso, eta beste bi pasatzeko zain, asperdurak jota. Lagunekin ezin elkartu. Jolasera ezin atera, ez mendira, ez alboko dendara. Kirolak, entrenamenduak, txapelketak bertan behera. Festak ere zapuztuta. Oporretarako agindutako bidaia atzeratuta. Egunez egun, orduz ordu, logela edo egongelako lau paretan artean, pantailaren aurrean eskolako beharra zintzo egiten, Google Meet, Alexia edo Classroom dela, irakasleonek mila ohar eta bideokonferentzia! Familia osoa etxean harrapatuta sortzen diren errietak pairatzen. Gurasoak, lanez edo kezkaz gainezka, ahal duzuen neurrian laguntzen. Logelan isolatuta dagoen adineko amona edo aitona distantziatik zaintzen, maitatzen. Eskuak zorrotz garbitzen, aholkuak zentzuz betetzen.

Une latzak pairatzen ditugula ondo ulertu duzue. Zuen adinean heldu askok erakutsi ez duten seriotasunez epidemiaren erronkari aurre egiten ari zarete, lehen lerroan maiz! Koronabirusaren aurkako guda honetan zuek ere zuen zatia borrokatzen duzue, ezkutuan, arduraz, sakrifizioz eta lanez, egunero, etxekotasunean. Eta hitzez adierazten ez badizuegu ere, zuetako askoren ahalegina miresgarria, txalotzekoa da.

Gaurtik aurrera, eta koarentena honek dirauen artean, arratsaldero zortzietan etxeko balkoira txalo egitera ateratzean, gogoratu txalo horietako asko, asko, zuentzat jotzen direla. Zuek berriz ikusteko zain dagoen irakasle honen txaloak, behintzat, bai. ■■■

**ZATI BEREZI BAT
ZUENTZAT DA: ETXEKO
TXIKI, HAUR, NESKA-
MUTIL, NERABE ETA
GAZTE GUZTIONTZAT!**

Maria Rivero

TXOMIN MADINA

ARGAZKIA: M.R.

Beste proiektu batzuetako kide moduan ateratzen duen hamabigarrena izan arren, *Parentesiak* da abeslari bizkaitarraren bakarkako lehen diskoa.

Kuriosoa: denok etxean egon behar dugunean kaleratu duzu bakarkako lehen diskoa. Erabaki zaila izan da, asko pentsatu ostean hartutakoa. Bi arrazoigatik erabaki nuen hainbeste urtetan egindako lana askatzea: batetik, egindako hori jendearekin partekatzeko beharra nuelako; eta bestetik, ekarpen moduan, musika oparitzeko une egokia dela uste dudalako.

Disko berean egoteaz gain, beste zer dute komunean bildumako kanteak? Une ezberdinetan konposatu ditut denak, eta gai ezberdinak lantzen dituzte. Ez dut gustuko kontu pertsonalez abesten dudala esatea, kontu pertsonalak politikoak direlako, eta, ondorioz, baita kolektiboak ere.

Baina diskoan barrura begira jarri naiz, neure burua zalantzan jarri dut; horretaz dira abestien gogoetak. Niretzat, letrak idaztea terapia da beti.

Beste zenbat izenen artean aukeratu zenuen *Parentesiak*? Azken unean erabaki nuen. Diskoan bada izen bereko abesti bat, eta beti gustatu izan zait parentesiaren kontzeptua, joko asko ematen duelako. Normalean, parentesi arteko hitzak ez dira testu nagusia izaten, baina irakurtzen ez badituzu, ez duzu osotasuna ondo ulertuko.

Diskoarekin berdina gertatzen da: ez baduzu entzuten, ez nauzu ondo ezagutu edo ulertuko.

Itxura aldetik oso zaindua da diskoa. Merezki du horrek gero, orokorrean, salmentak hain apalak izaten direnean? Horrelako lan bat zugatik ere egiten duzu, eta garrantzitsua da hainbeste lan eskatu dizun disko bati bilgarri polita jartzea, bai; behintzat, formatu fisikoan kaleratu gura baduzu. Saiatu naiz diskoa hasieratik bukaerara mimatzen: musika, formatu fisikoa, irudia, promozioa...

Gauden egoeran egonda, zuzenekoek itxaron egin beharko dute. Baina zer duzu buruan?

Egoera honetan, zaila da buruan ezer ere izatea, ez dakigulako nola egongo garen hemendik bi

hilabetera. Egia da nire aurkezpen bira osoa erori egin dela, eta horrek, galera ekonomiko izugarria ekartzeaz gain, pena handia ere ematen du; izan ere, Euskal Herrian, azken bolada honetan, ez da erraza zuzenekoak lotzea. Hau normalizatzen denean saiaturiko naiz nire musika herri guztietara eramaten, baina ez dago nire esku.

Bakarkako lehen diskoa izan arren, ez zara musikara heldu berria. Bai, eta Sirokarekin, adibidez, jarraitzen dut oraindik; hamaikagarren urtea dugu dagoeneko. Bakarkako lehen lan luzea da, baina nire bizitzako hamabigarrena. Hau ezberdina da, onerako eta txarrerako nirela delako, baina aurretik egindako urte guztiek eta izandako proiektuek asko irakatsi didate.

Zure erreferenteak Euskal Herrian ala kanpoan bilatu behar ditugu? Ez naiz batere mitomanoa: musika asko entzuten dut, baina entzuten dudan hori momentuaren araberakoa da. Dena den, asko jarraitzen dut Euskal Herrian egiten dugun musika; eta orain, baita emakumeok egiten duguna ere, nahiz eta bilatu egin behar duzun.

Artista sena aktore moduan ere lantzen duzu. Askotxo esatea da hori! Baina bai, ausartzen naiz horrelakoekin; nire filosofia da gauzak egiten saiatzea, batzuk ondo eta beste batzuk ez hain ondo egin arren. Luis Vilen film labur batean parte hartu dut, baita hainbat bideoklipetan ere.

Konfinamendu egun hauek yoga egiteko, sukaldean errezetak ikasteko eta pijama kendu gabe ezer ere ez egiteko zabilta aprobetxatzen?

Etxean egiten dut lan, eta horri disko berriaren promozioa gehitzen badiozu, ez naiz aspertu.

Konposatzeko ere hartzen dut tarteak, elkarlanerako... Musikarekin, lanarekin eta sukaldearekin ez dut yoga egiteko astirik.

Nolakoa imajinatzen duzu kalera irtengo garen lehen eguna? Ez dut horretan pentsatu, baina nire susmoa da pixkanaka izango dela. Espero dut beldurra arin joatea gure gorputzetatik, oso arriskutsua da eta. Egingo dudan lehen gauza da maite ditudan txokolatzeko palmerak egiten dituen okindegi batera joatea. ■■■





Itzultzeko gogoz

ARGAZKIA: MAITE IRIZAR

TESTUA: MAITE IRIZAR

Islandia magia da, une oro harritzeko aukerak eskaintzen dizkizun lurraldea. Izotza eta sua. Urrunera begiratu arren, bailarak non amaitzen diren ikustea ez da erraza. Zerumugan dauden mendiek ez dute euren handitasuna galtzen.

Denerako denbora izan dugu: Amerikako plaka eta Europakoa elkarrengandik nola banatzen ari diren ikusi, lurra etengabe mugimenduan dagoela sentitu... Lurrari

kea dariola egiaztatu dugu eta geiserrak ikusi eta sufre usaina barneraino sartu zaigu. Mila forma eta emaritako ur jauziek busti gaituzte, Europako glaziarrrik handiena nola ari den urtzen bistaratu dugu, aurora boreal delako argi-mamuak zeruan dantzan ikusi ditugu eta hondar beltzeko hondartzan ere ibili gara. Bidaiatik, gozatua eta itzultzeko gogoa ekarri ditugu. ■

MGEP

MONDRAGON GOI ESKOLA POLITEKNIKO
JOSE MARIA ARIZMENDIARRIETA S.COOP



2020-2021

Goi Mailako HEZIKETA ZIKLOAK

Eskaintza akademikoa

- Automatizazioa eta Robotika Industrialia
- Sareko Informatika Sistemen Administrazioa
- Fabrikazio Mekanikoko Diseinua
- Fabrikazio Mekanikoko Produkzioaren Programazioa
- Mekatronika Industrialia

www.mondragon.edu/gmh • orientazio.lhm@mondragon.edu

664 298 704 • 664 298 683



Kepa Zeziaga Garcia (Arrasate)
Diseinu Mekaniko Zikloko ikasle ohia, gaur egun,
Ingeniaritza Mekanikoko Graduako 4. mailan

Zer ikasi zenuen Fabrikazio Mekanikoko Diseinua zikloa baino lehen?
Mekanizatu Erdi Mailako Zikloarekin hasi nintzen. Bukatu ondoren, Fabrikazio Mekaniko Produkzioaren Programazioko Goi Mailako Zikloa egin nuen eta ondoren, Mondragon Goi Eskola Politeknikoan, Fabrikazio Mekanikoko Diseinua Goi Mailako Heziketa Zikloa egitea erabaki nuen.

Zergatik aukeratu zenuen Diseinuko zikloa eta zergatik MGEP?
Fabrikazio Mekanikoko Diseinua aukeratu nuen, ordu arte ikasitako guztitik gehien gustatzen zitzaizkidan gaiak marrazteak eta diseinua zirelako, eta MGEPn ikastea erabaki nuen, Arrasaten bertan dagoelako eta ingurukoek aholkatu egin zidatelako, batez ere, enprekin duen erlazioagatik.

Nola izan ziren Diseinu Zikloko ikasketak?

Garai hartako orotrapen onak ditut... gustukoak nituen gaiak jorratzen ziren. Ondo gogoratzen dut lehen mailaren bukaeran diseinatu eta eraiki genuen makina. Lata eta ontzi sailkatzailea zen eta hilabete pasa eman genuen lan horretan, beste klaserik gabe. Hori bai, ondo funtzionatzen zuen eta altzairua, aluminioa eta plastikoa bereizten zituen.

Enpresekin harremanik izan zenuen ikasten ari zirela?

Bai, Dualen antu nintzen, Ulma Packaging-en planoak egiten, eta, bukatu eta gero, bertan gelditu nintzen lanean.

Eta lan aukera hori izanda, Mekatronikako Ingeniaritzako gradu egitea erabaki zenuen?

Ikasten jarraitzeko erronka nuen, gehienbat, alde mekanikoa landu dut orain arte, eta elektronikakoa ere ezagutu nahi nuen. Gainera, Mondragon Unibertsitateko Mekatronikako Ingeniaritza Gradu aukeratu nuen, ziklotik etorrita 3 urtean egin daitekeelako. Gainera, gradu Duala izanik, ikaskuntza Unibertsitatearen eta enpresaren artean partekatzen dut, nire kasuan, Ulman nago egun erdi. Honek esfortzu handiagoa eskatzen dit, baina ni ondo konpontzen ari naiz.

Azkenik, zure esperientzian oinarrituta, zer gomendatuko zenioke orain zer egin zailantzan dabilen garte bati? Lehenengo ziklo bat egin eta gero gradu oso aukera ona iruditzen zait, nik egin nuen bezala, batez ere oso garbi ez baduzu zer den bakoitza edo gustukoa izango ote duzun gaia.

Ate Irekien Jardunaldia

Maiatzak 30 (Larunbata) 11:00

Dena da ona

BELGIKA



TXEMI ETXEBARRÍA

BELGIKAN BIZI DEN BERGARARRA

ARGAZKIAK: T.E.

Zer kontatuko dizuet dagoeneko telebistan edo Interneten ez duzuen irakurri edo entzun...

Atzera begiratu eta, orain dela aste batzuk, oraindik txistek egiten genituen koronabirusaren inguruan, eta aurrera begira jarraitzen genuen, nire kasuan, datorren asteetarako kontzertuak eta entseguak prestatzen. Hilabete hau, gainera, kontzertu gehien genituen garaia zen. Txapelketa batean ere parte hartu behar genuen banda batekin, eta urtebete eman dugu momentu hori prestatzen...

Eta, halako batean, Holandatik dei bat jaso nuen. Arratsalde hartan proba bat neukan orkestra berri batean eta proba ezeztatuta geratzen zen. Hortik gutxira, e-mail bat jaso nuen, asteburuko kontzertuak ere bertan behera geratzen zirela jakinaraziz. Eta beste horrenbeste hurrengo egunetan ere. Apirilera planifikatuta zeudenak ere *agur benur*. Nola ez genuen hau lehenago aurreikusten jakin?



Brahma-ren irudia.

Larritzen ez naizenik ezin esan. Familia urrun daukatenez ulertuko didate. Baina, momentuz, denok gaude osasuntsu, baita 90 urte dauzkan nire amama ere. Guk, gutxienez, txakurrak dauzkagu etxean eta paseatzera irteten gara etxetik gertu; basoa hemen bertan daukagu. Eta, egia esan,

**TXAKURREKIN IRTETEN
GARA, BEHINTZAT, OSO
ONDO MOLDATZEN ARI
GARA BIZIMODU BERRI
HONETARA**

oso ondo moldatzen ari gara bizimodu honetara.

Abiadan zihoan trena gelditu da

Baina eguneroko bizimodua geldiarazi denetik badaukat buruan zerbait bueltak eman eta eman. Orain, konturatzen ari naiz nire bizimoduko trenak nolako abiada zeraman. Eta bai, momentu batzuk faltan igartzen ditut, baina ezin dut ukatu geldione honetan gustura sentitzen ez naizenik: isiltasuna, aspaldiko lagunekin telefonoz berba egin, emaztearekin eta txakurrekin paseatzera irten, kozinatu, lorategian lan egin... Azken finean, ez dugu besterik behar. Hala ere, nire buruari galdetzen diot bueltatzean indarrik edukiko dudan tren hori berriz abiada horretan abian jartzeko. Edo, are eta gehiago, nahi al dut abiada horretan bidaiatu?

Zer pentsatu eman didan liburua

Barkatu filosofiko samar jartzen ari banaiz, baina orain irakurtzeko denbora gehiago daukadanez, lagun batek oparitutako Hermann Hesserren *Siddharta* liburua daukat sarri esku artean. Pasarte batek honela dio: ... *dena da ona, dena da perfektua, dena da*



Txemi Etxebarria, txakurrekin, Belgikako Leopoldsburg hiriko Boskant auzoan.

'Brahma'. Horrexegatik iruditzen zait ona existitzen dena: bizitza ez heriotza baino gutxiago, bekatua santutasuna bezainbeste, adimena ez ergelkeria baino gutxiago... Dena da ona niretzat. Gorputz eta ariman sentitu dut behar nuela bekatua, behar nuela lizunkeria, irabazi grina, handikeriarik handiena ikasteko nire iraupenaren muga ezagutzen, mundua maitatzen jakiteko eta ez gehiago konparatzeko nigatik desiratutako eta imajinatutako mundu batekin, nire buruak asmatutako perfekzioaren arketipo batekin, baina hura maitatzea eta gogoz bertan integratzea.

Burua entrenituta edukitzeko
Badaukat zeregin pare bat egun hauetarako. Langile

autonomo bezala, lan gabe geratu naiz ez dakit noiz arte. Zuzentzen dudana banda batek bertan behera utzitako entseguak direla eta, konturatzen dira egoeraren larritasuna zenbaterainokoa den, eta soldata ordaintzen jarraituko didatela jakinarazi didate. Horren orde, nik haientzat musika lan bat konposatzea erabaki dut. Gero, bakoitzak etxean grabatu eta sarean jarriko dugu. Hurrengo

**BUELTATZEAN,
INDARRIK EDUKIKO DUT
LEHENGO TRENERA IGO
ETA ABIADA BEREAN
MARTXAN JARTZEKO?**

kontzertuan, azkenik, denok batera joko dugu, elkartasun ikur bezala.

Beste zeregina nahiko berezia da. Orain dela pare bat egun, enkargu bitxi bat heldu zitzaigun nire emazteari eta niri. Minbizia daukan lagun batek abesti bat idatzi nahi du bere hiletara datozenek entzuteko. Berak letra idatzi du eta gu musika konposatzen ari gara. Zerbait idatzi eta berari bidaltzen diogu Whatsappez, bide onetik ote goazen ikusteko. Hau ezin da hitzekin deskribatu.... Berak, agian, ahal du. Atzo berak mezu batean zioen: *Bai! Ze polita, oso ondo geratuko da, eskerrik asko!*

Burura datozkit *Siddhartha*-ren hitzak: dena da ona. ■

Aurrerapauso teknologikoa; baita kezka ere

Teknologia munduan iraultza ekarriko duen belaunaldia dator: 5G. Komunikazio alorrean abiadura azkartuko da eta 'Gauzen Internet' garatuko da. Garapen horren aurrean, baina, teknologia hori garatzeko eskatzen dutenen ahotsa dago, "osasunarendako eta ingurumenarendako kaltegarria" dela iritzita.

Testua:

Arantzazu Ezkibel Galdos.

Argazkiak:

Unsplash.com.

Teknologia etengabe dabil garatzen; epe motzean izugarritzko aurrerapenak izan ditu teknologiak. Sarea, mugikorrak... horiek sortu zirela ez da denbora asko pasatu. Gaur egun, baina, teknologia horiek gure egunerokoa sartuta daude, eta teknologia horiek erabiltzen ditugu ia denerako.

Horren harira, hurrengo aurrerapauso teknologikoa 5G teknologia izango da. "Bizitza aldatuko duen" teknologia izango dela diote mundu mailako adituek; baina kezka ere eragin du. Aurrerapen teknologiko horiek osasunean eta ingurugiroan izan dezaketen eraginaz kezkatuta, Informa-TU elkarteak sortu dute Oñatin.

5G teknologiaren berezitasunak

Tecnaliako IKT saileko teknologia zuzendari Iñigo Arizagak dio gutxi gorabehera 10 urtetik behin azaltzen dela teknologia ezberdin bat, belaunaldi ezberdin bat: "Lehenengo belaunaldia hasi zen 80ko hamarkadan, oraindik analogikoa zena, ez zen digitala. Ondoren, 2G digitala etorri zen, baina ez zuen Interneterako konexiorik. Gero etorri zen 3G, Internetera konexioa zuena, baina abiadura mugatuarekin: 42,2 Mbps. 4Gk aurrerakuntza ekarri zuen abiadurari dagokionez: 1 Gbps inguruko abiadura. Eta 5Gekin iritsiko gara 10 Gbps izatera".

Teknologia berriak izango duen abantaila, hortaz, abiadura izango da. Baina Arizagak dio beste bi ezaugarri nabarmen izango

Belaunaldi berriko teknologiak
hiperkonektagarritasuna ekarriko du.



SAREARI EMANDAKO AGINDU BATEK GAUZATZEKO BEHAR DUEN DENBORA DA LATENTZIA

dituela: alde batetik, latentzia txikia; eta, bestetik, *Gauzen Internet* izenez ezagutzen dena. "Latentzia, berez, telefonoa erabiltzen dugunontzat ez da garrantzitsua, baina industriako aplikazioak garatzen ditugunontzat oso garrantzitsua da: sareari emandako agindu batek gauzatze behar duen denbora da. Zenbait aplikaziotan oso garrantzitsua da; adibidez, robot bat kontrolatzen ari bagara 4Grekin, latentzia oso luzea da. Robotak komando bat erantzuteko behar duen denbora luzea da. 5Gren latentzia, aldiz, oso txikia da, milisegundo bat inguru. Erantzuna oso azkarra da, berehalakoa".

Gauzen Internet gero eta gehiago ari da zabaltzen, gero eta gailu gehiago daude konektatuta; baina ez da merkea: 4G teknologiarekin telefono mugikor bat jarri behar da horiek kontrolatzeko; hortaz, bai kontsumo aldetik, eta baita prezio aldetik ere, ezinezkoa da 10.000 sentsore jartzea, adibidez. "5Gk izango du aukera gailuak konektatzeko sistema oso sinplearekin: zuzenean sarera edo Internetera. Gailu horiek pilekin erabili ahal izango dira. Uste da 5Grekin *Gauzen Internet* gehiago azalduko dela, makinak konektatuta egongo dira, sentsoreekin...", dio Arizagak. Medikuek batek operatu ahal izango du, adibidez, munduaren beste aldean dagoen pertsona bat. Industrian, makinak mantentzea egiteko ere balioko du; esperientzia duen batek etxetik bertatik lagun dezake. "Mugimenduak milisegundo bateko latentziarekin iristen badira, lagundu ahal izango da; baina 100 edo 200 milisegundoko latentziarekin, ez", gehitu du.

Inoiz ikusi gabeko hiperkonektagarritasunaren segurtasuna

Teknologia berriaren segurtasun mailak ere sortu du kezka. MUko irakasle eta ikertzaile Mikel Iturbek dio: "Uste dut aurrekoak baino seguruagoa izateko pentsatuta dagoela eta neurriak hartzen ari direla zentzu horretan. Baina horrek ez du esan nahi perfektua izango denik eta segurtasun arazorik ez duenik izango". 5Gk ekarriko duen hiperkonektagarritasuna inoiz ikusi gabekoa izango da: "Zaila da aurreikustea zein eratako arazoak egongo diren. Milioika gailu gehiago konektatuta egonda, eraso batzuk egingarriagoak izango dira: adibidez, zerbitzu-eteteak, eta zerbitzua kolapsatu. Gakoa



Mikel Iturbe irakaslea.

izango da ea bitartekorik egongo den sortuko diren arazoak konpondu ahal izateko. Kontuan izan behar da 5G bidez konektatuko diren gailu asko sinpleak izango direla, eta ez da izango erraza

eguneraketak egitea, edo osagaiak aldatzea".

Etxeko konexioak, kezka

Etxeko gailuen konektibitatearen gainean, zera dio Iturbek: "Erronka handia dator, egia da, eta beharrezkoa da erabiltzaileei behar bezain besteko babesa eskaintzea. Dena den, bitartean, erabiltzaileon esku ere badago pribatutasunaren aldeko hautua egitea gailuak erosteko orduan: beharrezkoa dugu ur botila adimentsu bat izatea? Zeintzuk dira gailu adimentsu batek ematen dizkigun abantailak betikoarekin alderatuta? Hor dago gakoa".

Noiz sartuko den belaunaldi berria

5G teknologia dagoeneko hasi da, ez da bat-batean etorriko den zerbaite; hainbat sare komertzial martxan dira dagoeneko: "Hala ere, oraindik ez dira 5G teknologiak dituen onura guztiak nabari: latentzia ez da hain motza, ez eta abiadura hain handia... 800 mega ingurukoa da, oraingoaz. Hau etorriko da pixkanaka, zeren estandarra bera ez baitago guztiz garatuta, eta garatzen doan heinean teknologia sartzen joango da". Horrez gain, nabarmendu behar da 5G

etorriko dela hiru frekuentzian. "Orain ari gara garatzen 3-6 gigahertzeko banda, eta hor abiadura askoz gehiago ezingo da gehitu. Gero etorriko da 700 megahertzeko dagoen banda, aurrean sartuko dena. Horren ezaugarri nabariena da kobertura oso handia daukala; adibidez, landa inguruetan bizi direnendako kobertura asko hobetuko da. 2021ean sartuko da 26 gigahertzeko banda: frekuentzia oso altua da, eta hor garatuko dira ezaugarri guztiak. Industrian, behintzat, oso interesgarria den beste kontu bat ere nabarmendu behar da: barruko lokalizazioa esaten dena. Gaur egun, GPSak kanpoko posizio oso zehatzak eskaintzen ditu; baina GPSak fabrika barruan ez du funtzionatzen. Teknologia berriarekin planta barruan lokalizazio oso zehatza izateko aukera izango dugu. Robotak edo gidaturik doazen ibilgailu autonomoak gidatzeko aukera eskainiko du horrek", azaldu du Arizagak.

Kutsadura elektromagnetikoa

5Gren aurkako Nafarroako plataformako eta Ekologistak Martxan taldeko kide Migel Martinez de Morentin arkitektoak hitzaldia eskaini behar zuen martxoaren 17an Oñatin: *5G teknologia: osasunean eta ingurugiroan eragina*. "Orain arte, 3G izan da aldaketa nabarmenena, sakelako telefonoaren bitartez Internetera konektatzea ahalbideratu zuelako. 5Gk teknologikoki handiagoa izango den jautzia ekarriko du: pertsonen eta makinaren arteko konexioa, berria dena", azaldu du. Martinez de Morantinen esanetan, *Gauzen Internet*-ek ekarriko du dena konektatuta egotea, wifi edo txip bidez, eta uhin elektromagnetikoek gauzen artean bidaiatzea –orain arte, sakelako telefonoa eta antena konektatzeko bakarrik funtzionatzen zuten–.

Uhin elektromagnetiko horiek gizakien osasunean zelako eragina izango duten azaldu du: "Eragin biologikoa dute pertsonengan, animalengan eta baita landareengan ere. Horiek kaltegarriak dira eta uhinen eraginpean egoteak hainbat gaixotasun ekar ditzake; horregatik deitzen da kutsadura elektromagnetikoa". Gaur egun, sakelako telefoniak sortzen duen kutsadura hori "handitu egingo du



'Wifi' bitartez gailu guztiak konektatzeko aukera egongo da.

**TEKNOLOGIA
BERRIAREKIN ERAIKIN
BARRUETAKO
LOKALIZAZIOA POSIBLE
IZANGO DA**

UHING MILIMETRIKO HORIEK ERAGINA ZEIN IZANGO DEN ORAINDIK EZ DAGOELA FROGATUTA DIOTE

'5G GELDITU' PLATAFORMETATIK ESKATZEN DUTENA DA BERTAN BEHERA UZTEA 5G TEKNOLOGIA

5G teknologia", eta, gainera, leku guztietara zabalduko du; batez ere, hiri-inguruneetan. Horren ondorioz, Martinez de Morantinen esanetan, Elektro Hiper Sentsibilitatea (EHS) duten pertsonen kopurua handitu egingo da.

Bestalde, 5G teknologia erabiliko dituen frekuentziak nabarmendu ditu: "Frekuentzia altuagoak izango dira, frekuentzia berri horiek milimetrikoak izango dira: orain arte, uhin milimetriko horiek erabili izan dira teknologia militarrean; hortaz, oraindik ez dago horien eraginen daturik eta pertsonengan izango duten ondorioak ikertu gabe daude. Lehenengo ikerketa independenteek esaten dute kaltea gero eta nabarmenagoa izango dela".

Osasunean bakarrik ez; ingurugiroan izango duen eragina ere nabarmendu du Martinez de Morentinek: "Begirada hori berria da; aurreko teknologiekin ia bakarrik pertsonenganako eragin biologikoaz hitz egiten zen. Gainera, milaka satellite berri egongo dira espazioan, eta gakoa kutsadura elektromagnetiko hori izango da: atmosferan, ionosferan eta magnetosferan. Goi maila horietako oreka elektrikoa oso garrantzitsua da Lurrean bizitza izan dadin; beraz, kutsadura elektromagnetiko berriak arriskuan jar dezake Lurrean dagoen bizia". Horri horrela, gaineratu du teknologia berriaren erradiazioak "eragin katastrofikoak" izan dezakeela munduko intsektu-populazioan.

Kezka horien guztien aurrean, 5G Gelditu Plataformetatik eskatzen dutena da bertan behera uztea 5G teknologia: "Beste batzuek moratoria bat eskatzen dute; adibidez, Herriaren Defendatzaileak". Hain zuzen, Espainiako Gobernuak Herriaren Defendatzaileak, Francisco Fernandez Maruganek, 2019ko abuztuaren 21ean argitaratutako txostenaren arabera, 5G planak "ez du ingurune-ebaluaziorik zehazten", eta horregatik eskatzen die Osasun, Kontsumo eta Gizarte Ongizate ministerioei araudi bat sortzeko, ondoren Ministro Kontseiluan onartua izan beharko dena.

Informazio horrekin lotuta, Ekologistak Martxan taldeko kidearen ustez garrantzitsua da gizartearen informazio zabaltzea eta eztabaida soziala sortzea. Teknologikoki aurrerapausoa izango den

belaunaldi horren ezarpenaren aurrean, "behetik gora lan egitearen garrantzia" nabarmendu du: "Ondorioa da urtarrilaren 25ean 5Gren aurkako eguna ospatu zela mundu mailan". Udal mailan hasitako hainbat ekimenek herrialde mailara salto egin dutela gaineratu du: "Bruselako Udalak, Suitzako hiru kantonamenduk eta Austriako Gobernuak moratoriak ezarri eta ikerketak egitea enkargatu dute, adibidez". InformaTU elkarteak gaiaren inguruan informazio zabaltzen jarraituko duela dio. ■■■

Bailarara zabaltzeko asmoa duen taldea

InformaTU elkarteak orain dela hilabete sortu zuten, Oñatin. Isabel Moreno da elkarteko kideetako bat: "Nahi duguna da jendea informatzea egiten ari denaz, eta teknologia horrek izan ditzakeen eraginez. Nabarmendu behar da gu ez gaudela garapen teknologikoaren aurka: nahi duguna da teknologia horiek probatuta egotea, eta 5G ez dago probatuta". Oñatin sortu dute elkarteak, eta gurako lukete bailarara zabaltzea. Hitzaldi sorta ere prestatu dute; baina, egungo alarma egoerak behartuta, bertan behera geratu dira horietako batzuk. Hala ere, Morenok esperantza du apirilaren 28rako antolatu duten hitzaldian: Jose Alberto Arrate abokatuak telefonia mugikorreko antenen inguruan jardungo du Oñatiko kultura etxean.

'Ttap' berritua eskuragarri!

+



'Gorabeherak'
websailarekin!

ttap

Irakurri, ukitu,
ikusi, entzun.

DOAN

Euskarazko aldizkari
digitala, deskargatu
astero zure mugikor
edo tabletan





AITOR OROBENGOA ORTUBAI

Birus bakarra gure artean?

Osasun krisialdi honetan maiz gogora datorkit ideia bat: Osakidetza da Euskal Administrazio Publikoak 1979tik hona sortu izan duen zerbitzu hoberena. Ez natzaizue ari ezagutu gabea, azken 10 urteotan 200 aldiz inguru joan behar izan dut-eta Barakaldoko Gurutzetako Ospitalera.

Bestalde, osasun krisialdiak gauza ugari estaltzeko aukera emango du; besteak beste, Espainiako errege ohiaren ustelkeria eta Zaldibarko zabortegiko ezbeharra.

Osakidetzak bere lana ederto beteko du koroa-birus erasotik atera gaitzan, eta Jaurlaritzaren irudia dotoretuko du horrek.

Halere, Zaldibarko ezbeharrek jende askorengan ezustekoa eta haserrealdia sortu zituen, gure administrazioak, Jaurlaritzak bereziki, hasieran erakutsitako

gogorik ezaren eraginez. Jaurlaritzaren prentsa bulegoek, behingoz, ezin ahal izan zuten haien kapa miragarriaz estali. Baina herritarrek kasualitatez antzeman zuten geldotasun hori salbuespena ote da?

Esate baterako, industria-garapenari dagokionez, Europako Batasuneko adierazleek azaltzen dute Euskadiren egoera eta joera erabat kezagarria direla berrikuntzari, lurralde-lehiakortasunari, ekintzailetasunari eta energia

JENDE ASKORENGAN EZUSTEKOA ETA HASERREALDIA SORTU ZITUEN ZALDIBARKO EZBEHARRAK

berriztagarrien erabilerari dagokienez. Bestalde, nor egon daiteke pozik Ertzaintzak 6.000 lagunekin eskaintzen duen segurtasun mailarekin edota EITBren programazioarekin?

Adibideok salbuespena izan beharrean ez al dira izango egoera edo portaera orokor baten adierazle garbiak?

Zorionez, osasun krisialdi hau gaindituko dugu eta, I. Mundu Gerra eta II. Mundu Gerra ondoren gertatu bezala, jendea pozaren pozez jaten, edaten, bidaiatzen eta, orokorrean, galdutako denbora berreskuratu nahian hasiko da, birusa gainditu dugulakoan.

Tamalez, koroa-birus hau ez da Euskadik duen birus bakarra, eta gainetiko birusok ezkutuan jarraituko dute, baldin eta ez baditu astintzen. ■■■

EZTABAIDA

Arropa suntsitzea debekatu guran

Saldu ez duten arropa suntsitzea debekatu die Frantziak jantzi markei. Kalkulatu dutenez, herrialdean 49 milioi arropa eta zapata suntsitzen dira urtero; gehiena, erreta.



AMAIA ALBES
MODA DISEINATZAILEA

"Kotoizko kamiseta bat egiteko 3.000 litro ur erabiltzen dira eta tona bat arropa birziklatzeak 11 tona CO2 isurtzea saihesten du. Oraindik beharra dagoen mundu honetan, milaka tona arropa botatzea moralik gabeko zerbait bezala planteatzen zait, eta zuri?"



MADDI GURIDI
HERRITARRA

"Argi dago modari dagokionez eredu hau agortua dagoela. Ezin dugu arropa bat pare bat aldiz erabili eta bota. Are gutxiago, dende beraiek saldu ez duten guztia suntsitzea. Jasangarritasunaren alde, bigarren bizitza bat merezi dute oihal horiek guztiek".

XIXILI

HELENA AZKARRAGAUZAR



ERREMATEA

IRAITZ AGIRRE
ARANGUREN'Ongi etorri
Patruxera'

Matrix. Leihotik begiratu edo telebista pizten dugunean igarri dezakegun hori omen; lanera goazenean edo zergak ordaintzen ditugunean inguratzen gaituena. Egia ezkutatzeko jarri duten hori.

Idazle feminista bati irakurri nion, ordea, filmaren izenak *Patrux* behar lukeela, *matrix* matritzetik datorrelako, *ama*-tik, eta inguratzen gaituen honek gehiago duelako betiko patriarken gobernutik.

Hamabost egunean, mozkin ekonomikoek pertsonen bizitzek baino gehiago balio dutela argi geratu zaigu, beste behin; zaintzen gaituztenak zaintzea ez dela lehentasuna –maskarak beharrezkoagoak direla makinek funtzionatzen jarraitzeko pertsonak salbatzeko baino–; geopolitika bat-batean aldatu egiten dela *Marshal plan* berrien bidez; Europako burujabetzarik handiena omen zuenak jada ez duela batere; edo egonkortasuna deitutakoaren hari ahulak puskatu egin direla.

Hau dena amaitzen denean, beharbada, pilula urdinaren –denak berdin jarraitzeko– edo gorriaren –arrakalatzen ageri zaigun sistema ezandarazteko– artean aukeratu beharko dugu. Baina amaitu aurretik, betiko patriarkek aukeratu dute euren pilula. *Ongi etorri Patruxera.* ■

INES ARANO
MODA ADITUA

"Tresna elektronikoen zaharkitze programatuaren antzera, tendentziak zaharkitu egiten dira, eta, ondorioz, denbora gutxira ez zaizkigu gustatzen arropak. Badirudi gauzak aldatzen doazela, eta jasangarritasuna tendentzia da; ea luze irauten duen".

ALICIA ETXANIZ
HERRITARA

"Egun ditugun kontsumo ohiturak jasangaitzak dira. Moda sektore ezberdinetan jasaten dugun kutsaduraren adierazle baino ez da eta neurriak hartu behar direla argi dago. Suntsitzen diren arropa guztiak erabilgarri izango dira oraindik ere, ziur asko".

Euskal Herria, banana ekoizlea?



MIKEL LEZAMIZ SOZIOLOGOA

País banarero" esaldia datorrit burura Espainiako eta Euskal Herriko osasuna bermatzeko edukitzen ari garen beharrezko ekipamendu faltagatik. Wikipedian irakur dezakegu: *'Banana Errepublikak' erabiltzen da demokrazia eskaseko herrialde pobre, ustelkeriaz bete eta ezegonkorra adierazteko*. XIX. mendean, esaera hau Honduras herrialdeari jarri zioten, munduko banana ekoizle nagusia izanik atzerriko enpresek agintzen baitzuten; batez ere, Ameriketako Estatu Batuetakoek.

Eta koronabirus gaitza dela-eta ikusten dugu argi zelako herrialdean bizi garen: oinarritzko ziurtasun ekipamenduak falta dira, hala nola maskarak, eskularruak eta gaixotasun-testak, eta ohe falta ospitaleetan nabaria da.

Espainiak jarri dituen arauak Madrildik aginduta 155 legea aplikatzea bezala da. Moztu nahi izan dituzte autonomia erkidegoen ahalmenak eta alarma egoera jarri dute konpetentzia guztiak zentralizatzeko. Kontrako adibidea daukagu Alemanian: gobernu zentralak eta hamasei

estatu federaletan *–lander, alemanez–*, denek batera onartu zuten osasun alarma egoera jartzea, eta estatu bakoitzak mantentzen ditu boterea eta eskumenak. Euskal Autonomia Erkidegoak eta Nafarroak osasuna zaintzeko eskumenak dituzte, Autonomia Estatutuan jartzen duten bezala, eta horregatik dauzkagu Osakidetza eta Osasunbidea *–Nafarroan–*. Baina berdin zaie gure autonomia eta nahi dutena egiten dute.

Hasieran esaten nuen banana errepublika baten adierazlea dela demokrazia eskasa, eta hementxe ikusten dira argi gobernu eta parlamentu espainolaren gorabehera errazak, Kataluniari Autonomia Estatutua kenduz eta orain dena Madrilén zentralizatuz. Eta arraroena da inor gutxik hitz egiten duela 155 osasun alarma honi buruz. PP, Ciudadanos eta Vox oso pozik daude alarma egoera zentralizatua hartzeagatik. Arraroa da Unidas Podemos eta PSOE tranpa horretan erortzea *–egia esan, ez da hain arraroa, barru-barruan espainol sutsuak direlako eta,*

azkenean, horrek eta boterea izan nahiak beti dakarrelako zentralismoa–.

Eusko Jaurlaritza eta Kataluniako Govern-a irten ziren alarma egoera zentralizatuaren aurka, baina indar gutxirekin defendatu zuten. Eta orain, pagu hau daukagu: jendearentzako eta ospitaleetarako ez dago ez maskararik, ezta jantzi egokirik koronabirusarengandik babesteko. Eta gaixotasunaren azterketa-testak ere falta dira.

Zer-nolako aurreikuspenak egiten dituzte gure agintariek? Ia duela bi hilabete, otsail hasieran, hasi nintzen maskarak eta gel hidroalkoholikoak eskatzen farmazietan eta supermerkatuetan, eta bakarrik lortu nituen tomateak eta ortuan pulberizatutako maskarak. Guk etxean aspaldi komentatuta geneukan hona ere laster helduko zela Txinako arazo bera. Eta nola liteke guk, herritar arruntok, aurreikustea arazoa eta neurriak hartzen hastea eta gure politikari eta gobernatzaileak lo egotea. Orain dena da garestiagoa

eta lortzen zailagoa, mundu guztia batera eskatzen ari delako.

Txinak eta Koreak frogatu digute administrazio eta zibismo mailan gure aurretik doazela eta efizienteagoak direla.

Gure ospitaleetako eta osasun arloko langileei aitortu behar diegu duten guztia jartzen ari direla, beraien osasunari kalte eginez sarritan. Eta ezin ahaztu janari-dendetako eta supermerkatuetako langileekin. Berdin egoitzetan lanean ari diren pertsonekin. Nire benetako aitortpena.

Baina politikari asko eta osasun publikoaren arduradunak ezin ditut txalotu. Korean guztiei egin dizkiete koronabirusaren testak eta familiako lau maskara eman, eta hemen ez daukagu sintomak dauzkateniei ere egiteko. Honek banana errepublika bat dirudi. Ikusi bestela: merkatu beltza hasi da funtzionatzen. Enpresa eta saltzaile pila bat hasi dira maskarak, eskularruak eta gel hidroalkoholikoak eskaintzen prezio askoz garestiagotan. Lotsagarria. Eta politikariren batzuek esan dute ezin dutela

ezer egin merkatu librea delako. Kapitalismoaren eta eskrupulo gabeko kapitalisten eraginak eta balio hustuak.

Arazo nagusia dator azken urteetan diru publiko gutxiago bideratzen zaiolako osasungintzari. Gizarte garatu baten adierazle garrantzitsuenak dira hiru arlo ondo izatea: hezkuntza, osasungintza eta etxebizitza. Nik uste dut hiru arloetan atzerantz goazela hemen. Hezkuntzari gero eta diru publiko gutxiago destinatzen diogu, osasungintza ikusten ari gara zelako egoera tamalgarrian dagoen eta etxebizitza publikorik ez dago ia ezer ere, eta politika publikoak kontrako bidean doaz. XXI. mende honetan dauzkagun bitarteko teknologikoak herritar guztion hobekuntzarako izan beharrean, okerrera doa, neokapitalismo indibidualista pentsamoldea gure politikariengan handitzen ari da eta mundu hau zatitzen eta zikintzen goaz.

Aldaketa edo iraultza integrala eman behar diogu gure pentsaerari eta gizarteari, posible delako gaur mundu berri eta hobeago bat. Gure esku daukagu. ■■■

HEZKUNTZAN, OSASUNGINTZAN ETA ETXEBIZITZAN, HIRU ARLOETAN ATZERANTZ GOAZ HEMEN

"Erakutsi dugu gizartea konplexua eta zabala izan daitekeela"

ARANTZA CHACÓN LARRAÑA ETXEA ERREFUXIATUEN HARRERA ZENTROKO ZUZENDARIA

Etorkinen etengabeko iritsierak eta euren beharrak asetzeko baliabide faltak eragin zuten errefuxiatuentzako harrera zentro baten beharra. Oñatiko Udalak Larraña Etxea eskaini zuen, behar handien zutenen oinarritzko eskubideak bermatuta egon zitezen. 2018ko urriaz geroztik 300 pertsona inguru pasatu dira zentrotik.

Testua: **Maialen Santos**. Argazkiak: **Arantza Chacón**.

Larraña Etxea errefuxiatuentzako harrera zentroa ireki zenetik zuzendaritza taldeko kide da Arantza Chacón gasteiztarra; CEAR Euskadiren baitan, zentroko zuzendari nagusia da, zehazki. Bertan bizi diren pertsonekin harreman zuzena dauka egunero, eta ondo baino hobeto ezagutzen du bertaraino iritsi direnen historia. Etorkin asilo eskatzaileen "bizitza proiektua" eraikitzen laguntzean datza bere lana. **Duela urte eta erdi jarri zenuten martxan Larraña Etxea. Zein hutsune bete du harrera zentroak?** Larrialdi egoera baten lekuko izaten ari ginen. Etorkin asilo eskatzaile gero eta gehiago iristen ari ziren Euskadira, eta ikusten genuen ezin genituela beren oinarritzko beharrak ase, baliabide faltagatik. Laguntza dispositibo asko genituen, baina oinarritzko premia guztiak beteta izateko baliabide egokirik ez. Denbora dezente generaman CEAR Euskaditik administrazioekin elkarlanean, eta argi genuen harrera zentro baten beharra geneukala. Pertsona etorkin ororen gutxienerako eskubideak bermatuta egon zitezen gura genuen; eta Oñatin aurkitu genuen atsedean hartzeko egokia izan zitekeen toki hori.

Zein lorpen egin dituzue denbora honetan guztian?

Zalantzarik gabe, Oñati herriko bizitzan integratu izana da egin dugun lorpenik handiena; eta hori, hein batean, herritarren laguntzari esker lortu dugu. Izugarri ondo hartu gaituzte herrian, eta horri esker herriaren parte garela sentitu dugu. Zentro barruko lorpenei dagokienez, asko izan dira. Denbora pasa ahala egoiliarren beharretara egokituz joan gara, norberaren aukeren arabera jokatu dugu une oro. Esan beharra daukat honetan ez garela bakarrik egon. Jende askoren laguntza jaso dugu eta jasotzen dugu: norbanakoena, kolektibo ezberdinena, udalarena, osasun zentroarena, enpresena...

Hortaz, esan daiteke harrera zentroaren funtzionamendu egokian gizarte osoak lagundu duela. Eta alderantziz: zertan lagundu dio Larraña Etxeak gizarteari?

Erakutsi dugu gizartea konplexua eta zabala izan daitekeela, eta hori horrela izanik elkarbizitza normaltasun osoz eraman daitekeela aurrera. Uste dut lezio handia eman diogula aldaketa bat behar duen mundu honi, erakutsi dugulako gizartean guztiontzat dagoela tokia, salbuespenik gabe. Gurea bi noranzko dituen prozesua dela



esango nuke. Guk herriko bizitzan parte hartzen dugu, esaterako, elikagai bankuan edota arropa bilketetan laguntzen, eskolek antolatutako zenbait ekintzatan parte hartzen... Eta, bestalde, herriak guri ere izugarri laguntzen digu. Elkarbizitza ezinbestekoa dela deritzot.

Euren herrialdeetatik ihesi joan diren pertsonekin egiten duzue lan, asilo eskatzaileekin.

Hala da. Errefuxiatuen eskubideen alde lan egitea da CEAR Euskadiren azken helburua. Arrazoi horregatik, Oñatiko zentrorira iristen diren etorkin guztiak dira asilo eskatzaileak, eta horrek esan gura du euren herrialdetik ihesi joan direla arrazoi ezberdinak tarteko: arraza, erlijioa, kolektibo minorizatu baten parte izatea... Babes bila etortzen dira gurerara.

Nola iristen dira Oñatira?

Beren herrialdetik irten eta Euskadira iristen direnen artean, CEAR Euskadik Gasteizen, Donostian eta Bilbon dituen egoitzetatik pasatzen dira lehendabizi. Bertan nire lankideek hartzen dituzte, eta laguntza sare ezberdinetara bideratu. Plaza kopuruaren, norberaren profilaren eta beharrianen arabera egiten da sailkapena. Askok senideak edota lagunak izaten dituzte inguruko herrietan, eta horien laguntza jasotzen dute, normalean. Beste askok bestelako laguntza jasotzen dute. CEAR-ek badu Tolosan harrera zentro bat; halere, Oñatikoa da zentrorik handiena eta plaza gehien dituen. Gauzak horrela, Larraña Etxera etortzen dira asko.

Zein urrats jarraitu behar izaten dituzte asilo eskatzaile izatetik babestutako errefuxiatu izatera iristeko?

Esan moduan, Larraña Etxea lehen harrerako zentroa da. Hona iristeaz bat, asiloa eskatu eta izaera hori onartua izateko poliziaren aurrean egin beharreko elkarrizketa prestatzen ematen dute denbora. Izan ere, elkarrizketa hori funtsezkoa da babes internazionala lortzeko bidean, norberaren istorioa kontatzeko aukera ematen baitiete; zergatik joan diren herrialdetik ihesi. Ondoren, itxaron egin behar dute egoera ebaluatu eta asiloa onartzen dieten ala ez jakiteko. Edozelan ere, %20ri bakarrik onartzen diote asiloa, eta, beraz, errefuxiatu izaera hartzen dute zortedun gutxi horiek. Gainontzekoek, zoritxarrez, irregulartasun egoeran egoten jarraitzen dute.

Asilo egoera onartzeak baldintzatzen du ibilbidea?

Gauzak asko errazten ditu, noski. Errefuxiatu izanda babes internazionala lortzen dutelako, baita beharrezko agiri ofizialak ere. Hala ere, Oñatin egin beharreko egonaldia ez du horrek

baldintzatzen; besterik gabe, behar dutenaren arabera baina egonaldi.

Nolakoa da zentroko bizitza egunerokoa?

Oso normala. Nork bere bizitza egiten du, beste edozein herritarrek modura. Familiak ere bizi dira hemen, eta familia modura dagokien bizitza egiten dute; haurrak eskolara joaten dira. Egoiliar batzuek gaztelerazko eskolak jasotzen dituzte pertsona boluntarioen eskutik. Ezinbesteko erreminta da, komunikatu ahal izateko. Horri esker, formakuntza profesionala ikasten ari denik ere badago, dagoeneko badutelako gaztelerazko gutxieneko maila. Aisialdiari dagokionez, paseatzera irteten dira eta kiroldegira joatea ere ohikoa da egoiliarren artean. Bizitza prozesu pertsonalean aurrera egitea izanik helburu, horretan egiten dute lan.

Larraña Etxea ireki zenean, norbanakoak, zehazki, gizonezko gazteak ziren gehienak. Orain, familiak ere badaudela diozu. Nola aldatu da egoiliarren profila?

Hasiera batean, Saharaz hegoaldeko etorritako gizonezko gazteak hartzen genituen, gehienbat. Orain, familiak eta emakume ezkongabeak ere baditugu, baita haur txikiak ere. Jatorriari dagokionez, afrikarrak ez ezik Latinoamerikatik iritsitakoak dira batzuk. 89 pertsona bizi dira, guztira, momentu honetan, eta horietako 23 adin txikikoak dira. Pentsa, zentroa ireki zenetik bost haur ere jaio dira hemen.

Eta pertsona horiei guztiei laguntza emateko zenbatek egiten duzue lan?

Langile eta boluntarioen artean beste 35 edo 40 izango gara; horien artean daude zentroko zuzendaritza, langile eta integratzaile sozialak, administrariak eta atezaina –eguneko 24 orduetan Larrañan dagoena–. Halere, aipatu beharra daukat boluntarioez gain une jakin batean laguntza ematen digutenak ere herritar asko direla. Ikastaro ezberdinak eskaintzen etortzen dira; esaterako, jostintza, informatika, lehen sorospenak...

Zenbat denbora ematen du egoiliar bakoitzak Larraña Etxean?

Norberaren kasuaren arabera izaten da. Hasiera batean, bi edo hiru hilabeteko egonaldiak hartuko genituela erabaki genuen, baina gerora ikusi dugu beti ez dela hala izaten eta, beraz, epe hori ezin dugula zehaztu. Prozesu administratiboek zeresan handia dute honetan, horien iraupenak zehazten baitu pertsona bakoitzaren egonaldia. Esango nuke egoiliar bakoitzak batez beste sei hilabete ematen dituela



Arantza Chacon, harrera zentroko hiru egoiliarrekin.

**"ELKARBIZITZAK BI NORANZKO DITU:
HERRIKO BIZITZAN PARTE HARTZEN
DUGU; HERRIAK LAGUNTZEN DIGU"**

**"KORONABIRUSAREN KRISIAREN
ERAGINEZ, ASILO ESKATZAILEEN
EGONALDIA DEZENTE LUZATUKO DA"**

**"ESKER HITZAK BESTERIK EZ DUT
OÑATIKO HERRIARENTZAT ETA
BERTAKO BIZTANLEENTZAT"**

zentroan, baina badago soilik hiru aste edota urtebete egon denik ere.

Koronabirusaren krisiak izan al du eraginik egoiliarrengan?

Zalantzarik gabe. Osasunez ondo gaude guztiok, eta noski, gobernuak emandako neurriei egokituz goaz egunero. Hala ere, gaitz honen krisiak prozesu administratibo guztiak bertan behera utzi edo atzeratu egin ditu, eta horrek eragin izugarria du gugan. Aurreikusten dugu egoiliarren egonaldiak denboran dezente luzatuko direla honen eraginez. Bertakoek euren bizitza proiektua geldiarazita ikusten dute gaur-gaurkoz. Itxarotea besterik ez zaigu geratzen.

Koronabirusaren krisia amaitzean berrekingo diote lanari administrazioek. Askok Larraña Etxean jarraituko dute, eta nora joango dira besteak?

Bizitzeko etxe edo egoitza berri bat esleitzen zaienean iristen zaie Larraña Etxea uzteko garaia. Eusko Jaurlaritzak finantzatutako zentroa da gurea, baina hemendik Espainiako Ministerioak diruz lagundutako beste toki batzuetara egiten dute salto. Saiatzen gara bigarren egonaldia Oñatitik gertu egin dezaten, harremana mantendu ahal izateko, baina gutxitan izaten da posible. Zaragozara, Bartzelonara, Alacantara... joan izan dira asko, baina plaza libreak egonez gero Euskadin ere gera daitezke.

Eta Euskadin geratzekotan, non hartzen dute ostatu?

Kasu horretan, elkarbanatutako etxebizitzetan hartzen dute ostatu; izan ere, hemen inguruan ez dago bigarren harrerako zentrorik. Argi dagoena zera da: Oñatin ezin direla inoiz geratu; ez baitago horretarako plazarik. Hala ere, beti saiitzen gara noizean behin beraiekin hitz egiten, bizitza nola doakien jakin eta laguntza behar duten jakiteko.

Herrian dauden bitartean, nolakoa da Oñatiko herriarrekin elkarbizitza?

Hasiera batean, herriar askok beldurrak eta kezak zituzten, eta oso normala iruditzen zait. Baina gerora ikusi dugu elkarbizitza ezin hobe dela, herriko bizitzan parte hartzen dugulako; herriaren parte garelako. Saiatzen gara ahal dugun neurrian laguntzen eta ekarpenak egiten. Herriko futbol txapelketan ere hasi ginen parte hartzen, iaz. Eta herriko gazte futbolzaleek laguntzen ziguten entrenamenduetan. Pertsonalki, esker hitzak besterik ez dut Oñatiko herriarentzat eta bertako biztanleentzat. ■■■

Ateratzea premia denean

KONFINAMENDUA ETA AUTISMOA



IBAI ZULAIKA LANDA

GAUTENAKO KOMUNIKAZIO ARDURADUNA

ARGAZKIA: ISAAC TALLACK

Egun latzak dira guztiontzat. Askatasuna kendu digute kolpe batez, eta hori gogorra da. Alarma egoerak guztion bizitzan izan duen eragina ukaezina da, baina eragin hau are eta handiagoa da autismoa duten pertsonengan eta beraien familiengan.

Gure eguneroko bizitzan aldaketa sakonak egon dira eta bat-batean egoera berri batera moldatzera behartuak ikusi dugu gure burua. Errutinak pikutara joan dira. Hau onartzea bereziki zaila da autismoaren espektroko nahastea duen pertsona batentzat. Errutinak funtsezkoak dira beraien bizitzan eta zailtasunak izan ohi dituzte testuinguruko aldagaketetara egokitzeak, nahiz eta txikiak izan.

Portaera arazoak ager daitezke

Birusaren aurka borrokatzeak ezarri diren neurriek ezusteko egoera bati zentzua ematera behartzen gaituzte, berau ulertzera eta horren arabera jokatzera. Egokitzapen azkarra egin behar izan dugu, hain zuzen ere, autismoa duten pertsona askorentzat konplexuena dena nahastearen ezaugarri den pentsamenduaren eta jokabidearen malgutasunik eza dela eta.

Testuinguru berri honen eskaerek estres eta antsietate maila handia jasatera eraman dezakete. Autorregulatzeko zailtasunak agertu daitezke, eta honekin, lotuta portaera arazoak sortu. Bere buruari edo ondoko bati min egiten bukatu dezakete. Nola ez, honek guztiak eragin zuzena du familia osoan.

Pertsona eta familia hauek egoera honi aurre egiteko dituzten zailtasun gehigarriak aintzat hartu ditu Osasun Ministerioak,

eta autismoa duten pertsonei, beste batzuen artean, kalera ateratzeko baimena aitortu die.

Konfinamendu egoerak areagotuta portaera arazoak aurkezten dituzten horiek bakarrik irteten daitezke etxetik, bakarrik edo laguntzaile batekin; betiere, kutsatzeko arriskua ekiditeko neurriak errespetatuz.

Kalera ateratzeko baimena

Nahiz eta araudian adierazita ez egon, kalera irteteko garaian Gautenatik desgaitasun txartela edota ziurtagiria gainean eramatea gomendatzen dugu. COVID-19arengatik sortutako osasun-krisiaren kudeaketarako interpretazio-irizpideak ezartzen dituen 2020ko martxoaren 19ko instrukzioaren kopia ere norberarekin eramatea komenigarria litzateke. Irizpidea argia da. Etxean geratu, ezinbestekoa baita krisialdia gainditzeko. Hala ere, neurri beraren



EGOERAK AREAGOTUTA PORTAERA ARAZOAK AURKEZTEN DITUZTENAK IRTEN DAITEZKE ETXETIK

aurrean batzuen kalteberatasun egoera nabarmena da eta salbuespen honen onarpenak berau aitortu besterik ez du egiten. Familientzako arnasmune bat da, garbi utzi behar baita kalera ateratzea ez dela apeta bat, behar bat baizik.

Elkar ulertzea eta errespetua

Badirudi krisia hasi zenetik pertsona asko epaile bihurtu direla. Balkoietako epaile. Kanean ikusten duten edozeini errieta egiten dieten horiek. Berdin du lanetik etxera itzultzen ari den mediku bat izan, supermerkatura doan langile bat edo autismoa

duen pertsona bat eta bere laguntzailea izan. Nik ezin dut atera; beraz, zuk ere ez. Sinplea.

Gautenak elkar ulertzea eta errespetua eskatzen dio gizarteari, eta, noski, ez soilik alarma egoera honetan. Besteen errealitatea ezagutu gabe epaia ematea ez da bidezkoa. Alferrikako sufrimendu asko sortu dezakegu. Jokabide horiek dira salatu behar direnak, eta ezjakintasuna ez da aitzakia. Ezjakintasunaren aurrean errespetua, isiltasuna.

Kalera irteteko arrazoiak pribatuak dira, ez dute zertan agerikoak izan, eta, are gutxiago,

besteen begiradak ekiditeko. Inork ez luke identifikagarriak eramatera behartua sentitu behar aitortuak izan zaizkion eskubideak askatasunez erabiltzeko. Bizi dugun ohiz kanpoko egoera hau pasa ondoren, gizarte bezala hausnarketa sakona egin beharko genuke.

2020ko martxoaren 14a baino lehen genuen bizitza eten egin da eta jarduteko modu berriak sortu behar izan ditugu. Sekulako erronka. Autismoa duten pertsonak eta beraien senideak, ordea, adituak dira lan honetan. Hau beste proba bat besterik ez da, bat gehiago, eta bikain egiten ari dira. ■

Lagun artean, pedalkadaka

ARRASATEKO DEBAGOIENA TXIRRINDULARITZA KLUBA

ENEKO AZURMENDI

ARGAZKIAK: ZIKLOTURISTA TALDEA

Club Deportivo Makatzena izenarekin inskribatu zuten lehenengoz Debagoieneko zikloturista taldea, 1976an. Juan Luis Lopez Diez izan zen lehen presidentea eta Julio Cabezasek egin zituen idazkari lanak. Bi urte geroago, martxoaren 30ean, Club Cicloturista del Alto Deba izatera pasatu zen; Belisario Manteca izendatu zuten presidente eta Martin Nafarrate idazkari.

"Geroago, Arrasateko Udalak tren geltokia izandako lokala eskaini zigun, Nafarroa ibilbidean. Leku aproposa benetan, gimnasioa ere bertan jarri genuen eta! Hala ere, urteekin, zahartzen joan zen, eta nahiko leku ospel bihurtu", azaldu du Jose Mari Juaristik, taldeko kideetako batek.

1987an, izena aldatu zuten berriro, eta Deba Garaia izatera pasatu zen. Halaber, klubaren estatutu berriak idatzi zituzten. "Kontuan hartu klubak 100 bazkide baino gehiago zituela garai hartan, inguruko herrietan ez zegoelako zikloturista talderik", dio Juaristik.

Hurrengo aldaketa aipagarria, Juaristiren esanetan, 1994an gertatu zen: "Lokala utzi behar izan genion INEMi eta guk egoera okerrean zegoen soto bat hartu behar izan genuen. Majo kosta zitzaigun hura txukuntzea".

Egokitzapen lanak egiteko, bazkide bakoitzak 30.000 pezeta jarri zituen. "Lokala zoragarri geratu zen -Ignazio Zuloaga kalea 10-. Inauguratu genuen 1996an. Aldaketaren ondorioz, bazkide kopurua jaitsi egin zen nabarmen. Askok ez zuten nahi izan lanetan eta karga ekonomikoan parte hartu. Bazkide sortzaileak 31 inguru izan ziren". Egindako lanei esker, lokalak gimnasioa, duxak, komunak eta bilera gela ditu gaur egun.

Azken izen aldaketa bat ere izan dute, eta, gaur-gaurkoz, Arrasateko Debagoiena Txirrindularitza Kluba dira.

67 bazkide ditu taldeak

Gaur egun, 67 bazkide dira, eta horietatik 54k daukate lizentzia Federazioan. "Ia guztiak arrasatearrak gara, baina Aramaioko eta Aretxabaletako bina bazkide ditugu, eta Elorregi auzoko bat eta gasteiztar bat ere bai".

Gazteak eta emakumeak erakartzea da helburuetako bat, baina "ez da hain samurra", Juaristik dioenez. "Gazte gutxi eta bi emakume soilik ditugu,

eta polita izango litzateke gehiago izatea. Hemendik dei egiten diegu gazteei eta emakumeei klubera batzeko". Informazio gehiagorako, debagoiena.tx.t@gmail.com helbidera idatzi daiteke.

Urtean 30 irteera egiten dituzte

Martxotik urrira bitartean, 30 bat irteera egiten dituzte urtero. 100 kilometrotik gorako sei irteera egiten dituzte, eta horiek ekainean eta uztailean izaten dira. "Halere, bazkideok urte osoan zehar gabilta bizikletan, eguraldi ona ala txarra egin; beste gauza bat da klubeko denboraldia", dio Juaristik.

Irteerak Euskal Herrian izaten dira, batik bat. Halaber, irteera berezia izan ezik, beste irteera guztiak egun erdikoak dira, goizetik irten eta eguerdirako etxean. "Berezia maiatzean, ekainean edo uztailean izaten da, asteburu osoko irteera".

Aurten, bi bakarrik egin ahal izan dituzte, koronabirusa dela eta. Hala ere, gauzak aldatuko direla uste dute eta, guztiz zehaztuta ez badaukate ere, urtean irteera berezia egiteko itxaropena daukate.

Bizikletaz gozatzea helburu

Hasieratik, helburua bera da: "bizikletaz ibiltzea gustuko dugunok aukera izatea elkarrekin egoteko eta bizikleta munduaz elkarrekin gozatzeko; bizipenak, ibilbideak, toki zoragarriak...". ■

EGUN 67 BAZKIDE IZAN ARREN, BI SOILIK DIRA EMAKUMEZKOAK, ETA HORIEK ANIMATU GURA DITUZTE TALDERA



Arrasateko Debagoiena Txirrindularitza Klubeko hainbat ordezkari, Arlabanen, 2015ean.



Pirinioetan, Aspingo mendatera egindako irteeran, 1985ean.



Taldeko hainbat kide, Arlaban mendatea igotzen, iaz.

Handi zein txiki, denak etxean

KONFINAMENDUA UMEEKIN



JUAN CARLOS ALONSO PSIKOLOGOA

ARGAZKIA: PABLO MERCHAN MONTES

COVID-19 birusaren zabalkuntzaren eraginez alarma egoera ezarri da, eta ondorioz, familiek etxean konfinatuta egon behar dute; denbora luzez, gainera. Inoiz bizi ez dugun egoera latz honetan nola jokatu behar dugu seme-alabekin? Zer egin eta zer ekidin egoera gatazkatsu eta traumatiko ez bilakatzeko? Hona hemen aholku batzuk.

Lehenik eta behin, esan beharra dago haurrek eta gaztetxoek uste duguna baino ahalmen handiagoa dutela egoera latzak jasateko eta gainditzeko. Ahalmen horri erresilentzia esaten zaio. Baina hori gauzatzeko bada ezinbestekoa den baldintza bat: inguruan dituzten helduek jarrera egokiak azaltzea.

Helduak, segurtasun iturri

Egoera honetan, gurasoek segurtasuna eta lasaitasuna islatu behar dute; izan ere, erreferentziako helduak nola ikusi, hala sentituko dira umeak. Zentzu horretan, segurtasun iturri dira helduak beraientzat. Nahiz eta gurasoen eta, orokorrean, heldu askoren

emozioak puri-purian egon – beldurrak, haserreak, amorrua, antsietatea, etorkizunarekiko ziurgabetasuna...– orain, inoiz ez bezala, behar-beharrezkoa da emozioen kudeaketa familian. Gurasoen autokontrola emozionala ezinbestekoa da.

Zer eta nola esan haurrei

Ezohikoa den egoera honen zergatiaz informatu behar dira haurrak, baina bere mailan. Zer da birusa? Zer eragiten du? Zergatik egon behar dugu etxean?... Adi egon eta entzun egiten dituzte galderak, jakiteko zer den benetan jakin nahi dutena. Ez zaie informazioa ezkutatu behar, baina kontuz; izan ere, ez zaie behar dutena baino informazioa gehiago eman behar. Babestu behar dira gain-informaziotik.

Ez dituzte telebistako edo irratiko albisteak entzun behar. Horiek bai kalte egin diezaieketela.

Eguneroko berrira egokitu

Ez gaude oporretan. Beraz, ezinbestekoa da errutinak eta ordutegi erregular batzuk finkatzea. Haurrei segurtasuna ematen diete, gainera. Errutina horien artean,

kontuan hartu behar dira eskolako lanak.

Adinaren arabera, seme-alabek eskolako jarduera jakin batzuk dituzte egiteko, eta ikasi egin behar dute. Horretarako, ordutegi finkoa izan behar dute etxean.

Egoera honetan ere, autonomia garatzea garrantzitsua da. Ez dugu momentu oro ondoan egon beharrik. Zalantzaren bat dutenean, galdetu dezatela.

Etxeko ardurak ere hor daude. Familia osoarenak dira, eta adinaren arabera haurrenak ere bai. Bete egin behar dituzte. Garbiketa lanak, jantzi –ez egon egun osoan pijaman–, gauzak jaso, logela txukundu, sukaldean lagundu... Hau da, jarraitu etxeko arauekin. Malgutasun gehiagorekin, noski; izan ere, egoera berezian gaude.

Aisialdia ere kontua hartu

Aisialdiari dagokionez, hori ere kontuan hartu behar da ordutegi horren barruan. Egunero. Egia da haurrek mugitu, jolastu, eta ongi pasa behar dutela. Behar horiek asetzea ezinbestekoa da. Baina jakin behar dute baita ere egunotan ezin dugula kalera

INOIZ EZ BEZALA, BEHAR-BEHARREZKOA DA GURASOEN AUTOKONTROL EMOZIONALA



atera jolastera. Ongi azaldu behar zaie, eta, orokorrean, nahiz eta gogoz kontra, azkenean, ulertzen dute.

Gurasoen eginkizunen arabera izango da, baina hoberena da aisialdia arratsalderako erreserbatzea. Eta garrantzitsuena da haurrak ez gain-estimulatzea, ez hiper-eszitatzea. Kontuz jokoen eta ekintzen saturazioarekin. Egoera honetan, haurrek lasaitzen dituzten gurasoak behar dituzte, guraso estimulatuak baino. Eskulanak eta joko fisikoak ongi daude, baina lasaitasuna ere garrantzizkoa da.

Pantailak

Jakina denez, teknologia berriek izugarri erakartzen dituzte haurrak eta gaztetxoak. Eta egoera honetan, arriskua dago

pantailak mugarik gabe erabiltzeko. Nahiz eta hemen ere malgutasunez jokatu behar dugun, muga batzuk ere jarri behar ditugu. Kaltegarria izango litzateke seme-alabak egun osoan pantailen aurrean egotea.

Aukera berriak sortu

Egoera honek beste aukera batzuk ere eskaini ditzake. Adibidez, gure seme-alaben zein gure introspektzioa garatzea. Hau da, ahalmena garatzea gure barruan edo gure baitan murgiltzeko.

Eskaini haurrei logelan bakarrik egoteko aukera. Isiltasunez, lasai, marrazki bat egiten, ipuin edo liburu bat irakurtzen... Eta, agian, momentu batzuetan, aspertzeko ere bai. Zergatik ez? Azken finean, une horiek dira

nork bere sentimenduekin konektatzeko.

Azkenik, orain arte, bai guraso askok eta baita haurrek ere kexa agertu izan dute ez zutelako denborarik elkarrekin egoteko. Orain, aldiz, denok etxean egonda, denbora hori daukagu. Aprobetxa dezagun, bada, elkarrekin egoteko bai kantitatez eta bai kalitatez. Indartu eta sakondu ditzagun familiako lotura afektiboak. Abesti goxoak kantatuz, ipuin zoragarriak beraiekin irakurriz, lastanduz...

Eta gauean, ohera sartzekoan galdetzen badigute: "Amatxo/aitatxo, noiz pasako da hau guztia?", mezu baikorrenekin erantzun. Adibidez: "Egun bat gutxiago falta da".

Eta egunero esan: "Gabon. Maite zaitut". ■■■

Lasa jatetxean, aukera zabala ospakizunetan



KOLDO LASA SUKALDEBURUA

IRUDIAK: K.O. ETA A.T.

Ozaeta eraikin-jauregi historikoan kokatua, ezkontza eta ospakizunetarako klasiko bat da Bergararako Lasa jatetxea. Ezkongaei euren ametsa egia bihurtzeko aukera ematen diegu gurean: eskaintzen ditugun menuak guztiz pertsonalizatuak dira eta egunean ezkontza bakarra ematen dugu. Horrek dakarrena da tratua pertsonalizatua eta arretarik handiena jasotzea.

Instalazioen garrantzia

250 lagunendako tokia daukagu, hiru jangelatan banatuta; horietako bat, gainera, oso areto handia da eta 1.200 m²-ko lorategi ederrarekin bat egin daiteke, kristalezko ate mugikorraren bitartez.

Ezkontza, jatetxean bertan

Zeremonia zibilak ospa daitezke, esate baterako, lorategian bertan; inguru liluragarrian, giro ederra sortuz. Nahi izanez gero, alfonbra

gorria eta guzti jartzen dugu berdegune dotore horretan. Ezkontzez gain, bestelako ospakizunetan ere eskaintza zabala dugu: familia ekitaldiak, jaunartze bazkariak, afari eta bazkari bereziak...

Tratua, pertsonalizatua

Kartarekin egiten dugu lan, eskaintza zabalarekin. Hala ere, bezeroentzat menu guztiz pertsonalizatuak ere baditugu, gurera datozenek arretarik handiena jaso dezaten, haien gustura eginak. ■■■

Lasa jatetxea

- **Helbidea:**
Zubiaurre 35, Bergara.
- **Telefona:**
943 76 10 55.
- **Webgunea:**
restaurantelasa.es
- **E-posta:**
reservas@restaurantelasa.es.



LASA JATETXEARI ESKER

IRABAZI BI LAGUNENDAKO OTORDUA. HARTU PARTE!



943 25 05 05



kluba@goiena.eus



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



Onddo-nahaski pastela

Osagaiak (2 lagunendako)

- Hiru arrautza
- Onddoak
- Esnea
- Tipulina
- Hostopila
- Olio
- Gatza

Prestaketa

1. Hostopila labean egin.
2. Saltsa egiteko, tipulina moztu eta oliotan apur bat egin. Onddoak gehitu, dena batera egiteko. Onddoak eta tipulina esnetara gehitu eta irabiagailutik pasa dena.
3. Onddoak moztu eta tipulin apur batekin oliotan egin. Arrautzak gehitu eta etengabe, poliki, mugitu, nahaskia lehor geratu ez dadin.
4. Hostopila bitan moztu. Oinarria jarri eta gainean onddo-nahaskia ipini, saltsa apur batekin. Hostopilaren beste zatia gainean jarri.

Zailtasuna: • • • • •

Aurreko zozketako irabazlea: Ana Carpintero Martín (Bergara)

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

goienakluba
Euskara irabazle, denok irabazle!

Bueltan dagoen klasikoa

TANTOAK

AMAIA ARANEGI

ARGAZKIAK:

@CHARMBYOLATZAGIRRE ETA PINTEREST

Udaberrian murgildu gara eta garai hauetan oso ohikoa da estanpatu desberdinak ikustea. Aurretik, joeran dagoen estanpatua tantoak dira. Haien jatorria Andaluzian dago, eta, folklorea alde batera utziz, mugak gainditu eta orain eguneroko *look*-etan ikusi daiteke. Joera hau klasiko bat da; hala dio *Charm* irudi aholkulari Olatz Agirrek: "Estanpatu tantoduna klasiko bat da eta klasikoek hori daukate, atemporal bihurtzen dira. Eta horrek bueltan egotea eragiten du. Klasikoa da, atemporal, eta beti erabiltzen den zerbait". Beste garai batzuetan ikusi den arren, orain desberdintasunak daude tamainan, posizioan eta eramateko eran.

Tamaina guztietakoak

Tanto handiek bolumena ematen dute eta asko ikusten dira soinekoetan eta jaketan, baina ez dira proposak gorputz guztientzako: "Tanto handiek bisualki gizen sentsazioa ematen dute. Beraz, emakume zabalak kasuan, saihestu egingo nituzke, eta tanto txikiak dituzten jantziak aukeratu".

Tanto ertainak ere ikusiko dira, elkarren artean oso gertu, eta baita tanto txikiak ere.

Hauek *look* batean asko ikusiko dira; hau da, tanto txikiak osatutako *total look*-a.

Estanpatu hori konbinatzeko moduari dagokionez, *Mix&Match* erabili daiteke. Hain zuzen ere, tamainak eta koloreak konbinatzean datza joera hori: "*Look*-aren goiko aldean tanto handiak eta behean txikiak, *look* osoa tantoekin, baina kolore desberdinekin, edo jantzi tantodun bat eta beste kolore lisoarekin konbinatu daiteke kontrastea egiteko".

Askotariko 'look'-ak

Tantoak kalitatezko oihala desberdinetan aurki ditzakegu, askotariko koloreetan. Estanpatu honek ez dauka adinik eta gazte zein helduentzako da aproposa. Orain indartsu dagoen joera da eta *look* desberdin asko sortu daitezke. "Soineko tantodun bat botekin edo sandaliekina eta jaka batekin konbinatu daiteke, narruzkoa edo bakeroa. Eta soinekoan gerriko batekin osatu daiteke *look*-a". Egunean zehar soineko motza izan daiteke, baina gaueko ekitaldi berezi baterako soineko tantodun luzea aproposagoa da.

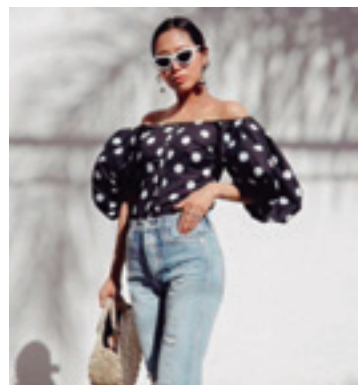
Tantoak gonetan eta kamisetetan ere asko ikusten dira: "Kamiseta liso bat gona tantodunarekin beste aukera bat izan daiteke. Edo bakero batzuk eta kamiseta tantoduna". ■■■



Soineko tantoduna.



Praka tantodunak.



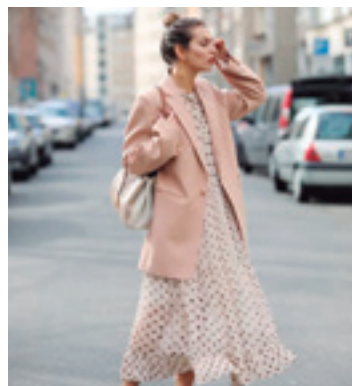
Tanto handidun kamiseta eta bakeroak.



Tanto handidun alkandora, lazoarekin.



Gona tantoduna kamiseta lisoarekin.



Soineko tantoduna eta jaka.



Tanto handiak.

Dronea, etorkizuneko autoa?

DRONEAK

AMAIA ARANEGI

ARGAZKIAK: AMAZON, TECNALIA, IBERF

Droneak eraberritzen ari dira etengabe eta erabilgarritasun desberdinak emanez tresna baliotsuak izaten ari dira hainbat sektoretan. Nekazaritzan, segurtasunean, ikus-entzunezkoetan... gailu hau txertatu dute. Gauzak garraiatzeko ere erabiltzen hasi dira eta badirudi etorkizunean pertsonak garraiatzeko gai izango direla.

Legedia, gogortua

Droneen erabileraren esparruan aldaketa asko egin dira eta azken urteetan Espainiako Estatuan haiei lotutako legedia gogortu egin da. Izan ere, droneak era profesionalean erabiltzeko eta etekin ekonomikoa ateratzeko,

baldintza batzuk bete behar dira: AESAn izena eman behar da, aireko ontzientzat aseguruak kontratatuta izan behar da, gidariak droneen pilotu titulua izan behar dute, osasun egiaztagiria indarrean izan behar da eta droneek plaka identifikatzailea izan behar dute. Hala ere, dronea ezin daiteke edozein momentutan eta tokitan erabili. Indarrean dagoen 1036/2017 legearen arabera, aireportu eta aerodromoetatik 8 kilometrora erabili daiteke, herri barruan erabiltzeko baldintzak daude eta baimena eskatu behar da, gaez erabiltzeko AESAren baimena izan behar da... Dronearen erabileran baldintza asko zehazten ditu legeak eta gailuaren pisuaren eta erabileraren arabera desberdinak dira.

Etorkizuneko erabilerak

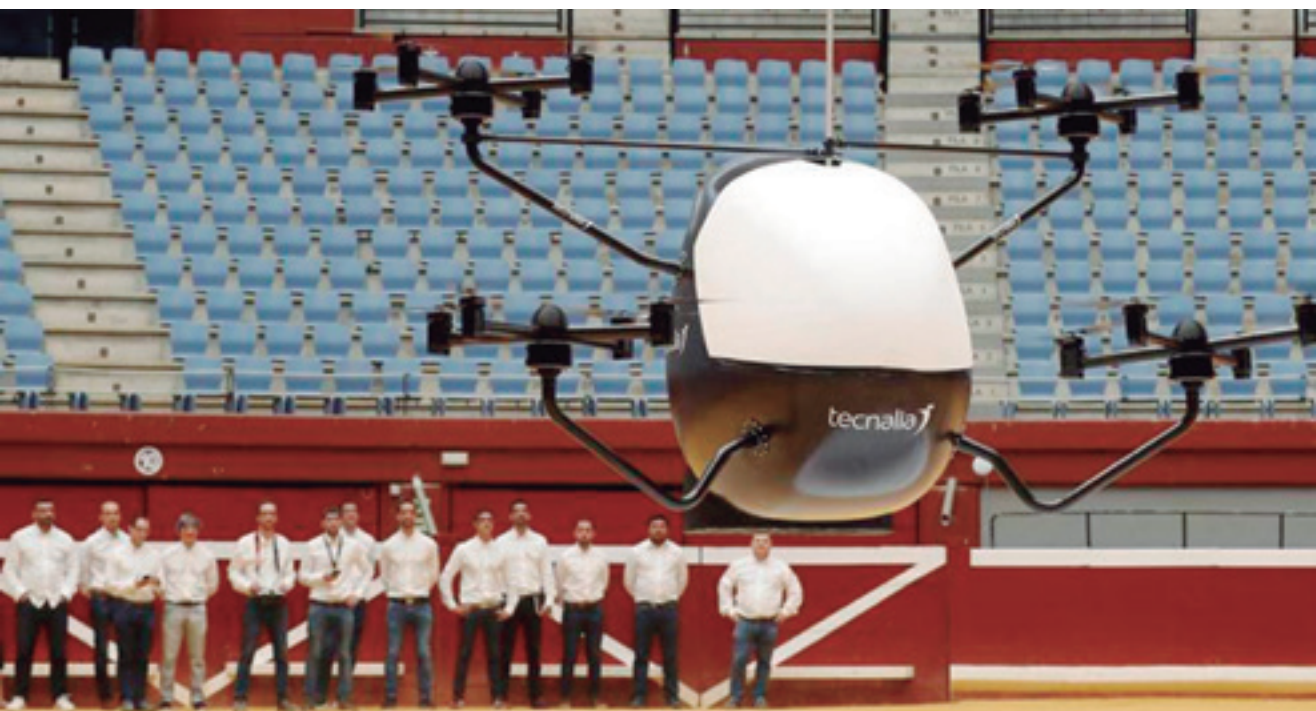
Enpresa asko dira droneetan inbertitzen ari direnak eta etorkizunerako erabilera desberdinak emateko lanean dabiltzanak: Amazonek, adibidez, droneen bitartez auto elektrikoak martxan kargatzeko patentea dauka. Bidaiariak garraiatzeko, dronez osatutako aireko ibilgailuak garatu dituzte. Aerotaxiak dira, munduan sei prototipo daude, eta bat Euskal Herrian. Etorkizunean droneak gidatu ahal izateko eta horien bitartez pertsonak bidaiatzeko lanean dabiltza hainbat enpresa. Paketegintzan ere negozio-eredu berriak egongo dira; oraingoz, mugatuta dago. Izan ere, muga legal eta tekniko asko daude eta aurrerapausoak eman beharko dira droneei erabilera hori emateko. ■

Banatzailerak ordezkatzeko dituen paketeria zerbitzua, mugatuta

Paketeria zerbitzuaren erreferenteetako bat Amazonen Prime Air zerbitzua da. Hala ere, baldintza eta ezaugarri batzuetan oinarritzen da zerbitzu hori: 30 minutu iraun behar du banaketa bakoitzak, 24 kilometroko autonomiako droneak izan behar dute eta paketeen %86k 2,3 kilo baino gutxiago pisatu behar dute.



Amazon Prime Air zerbitzua.



Tecnalia enpresak garatutako aerotaxiaren prototipoa, lau dronerekin.



Errepidean segurtasuna bermatzen.



Nekazaritza sektorean dronea erabiltzen.

Uxue Guridi

JONE OLABARRIA

IRUDIAK: UXUE GURIDI

Arte Ederretako ikaslea da Uxue Guridi oñatiar gaztea.

Diseinuko gradua egiten dihardu, eta, marrazteaz gain, ilustrazioa ere bereziki gustuko duen alorra dela aitortu du.

Betidanik izan duzu gustuko artearen mundua?

Txikitatik curiositate handiz bizi izan dut artea. Gizarteak, baina, ez du uste hori bide zuzena denik. Batxilergo artistikorik ez nuen egin eta unibertsitatean nire nahia jariatu eta Arte Ederrak ikastea erabaki nuen. Ez nekien oso ondo nondik joan, eta bide ez zuzen hori hartzea erabaki nuen.

Zer arlotan aritzen zara, bereziki?

Orain arte, marrazkigintzan aritu naiz, gehienbat, baina, azkenaldian, bereziki nabil lanean ilustrazioaren eta diseinuaren alorrean. Aurten hasi naiz diseinu espezialitatea egiten eta horretan nabil buru-belarri une honetan.

Baduzu lanerako gai kuttunik?

Ez nuke esango. Unearen arabera izan ohi da; momentu horretan zer artista erreferente ditudan, zer musika entzuten dudan, norekin nagoen, nola sentitzen naizen...Dena den, beti saiatzen nahiz aldarriren bat islatzen nire lanetan, borroka feministarekin bat eginez, normalean.



Nola egiten duzu lan? Zer metodo jarraitzen duzu?

Normalean, marrazten hasten naiz beti, eta gero, lan horrek eboluzioa izaten du.

Argazkiekin ere gustatzen zait lan egitea; inspiratzen nauen irudiren bat oinarri hartuta diseinuren bat egitea. Hala ere, nahiko aldakorra naiz lan egiteko moduan.

Ahizparekin ere egiten dituzu lan batzuk...

Bai; askotan egiten ditugu gauzak batera. Ni marrazteaz arduratzen naiz, normalean, eta Maddik kolorea jarri ohi dio.

Sare sozial bidez partekatzen duzu zure lana?

Nire kontu pertsonalaz gain, Instagramen @xuuguux kontu

artistikoa sortu nuen, eta erakusleiho polita da, jendeari nik egindako lanak helarazteko modu interesgarria. Plataforma garrantzitsua da gaur egun Instagram, artistoi ikusgarritasuna eman eta gure curriculum bezala funtzionatzen du.

Hainbat lan egin dituzu:

txosnetarako, gaztetxerako,...

Egin ditut hainbat lan, bai; ez nuke esango profesionalki; izan ere, oraindik ikasteko asko dudala sentitzen dut, baina egin ditut hainbat kartel eta lan. Profesionalki honetan aritu nahiko nuke etorkizunean, noski. Zaila izango dela badakit, baina nire esku dagoen guztia egingo dut. ■■■



Gozatzen jarraitzeko asmoz

AKULU MUSIKA TALDEA

AITZIBER ARANBURUZABALA JULDAIN

ARGAZKIAK: IÑAKI MARABAO ETA AKULU

Laneko txanden ordutegiekin bat zetorren lokal bat hartu, eta orain dela sei hilabete hasi zen Aretxabaletako Akulu taldea eguaztenero batzen. Gozatzen ari dira, eta hori dute helburu nagusi. "Alarma egoeran gaudenetik ez, baina, bestela, astero bizpahiru ordukoak egiten ditugu. *Feeling* handia dugu; puzzle moduko bat gara, eta oso ondo bateratzen gara. Hiruretako batek disfrutatzen uzten dionean utzi egingo dugu, disfrutatzea da gure asmo nagusia eta hala ari gara", dio Aitor Bengoa *Poli*-k.

2016an, omenaldi kontzertua

20 urte elkarrekin jo barik, 2016ko abenduaren 18an Mikel Unanue lagunaren omenez egin zuten kontzertuan batu ziren berriz ere. "Ikaragarria izan zen, eta nahiz eta lanak eta bakoitzaren bestelako bete-beharrek ez samurtu, Akulu berpizteko gogo sortu zitzaigun", dio Pablo Sanzek.

Zaleen erantzuna ere "itzela" izan zela diote. "20 kantu jo genituen, eta jendea pozik eta gogotsu jarraitzen egon zen; eta orain, bideoklip berria egin dugunez, sarritan galdetzen digute ea noiz jo behar dugun".

80ko eta 90eko hamarkadetan

80ko hasieran sortu zuten taldea –kuartelean zuten entsegu

lokala– eta 1992an eten egin zuten, *Poli* Madrilerara bizitzera joan zenean. Punk azkarra egiten dute. "Oroitzapen oso onak ditugu. Gaztetxe eta beste toki askotan jo genuen, eta ederra izan zen Extremaduran, zubi baten, egin genuen bira. Beste behin, Madrilen jo genuen. Garaiko talde ezagun askorekin jo genuen".

Garai hartan, nahiz eta gura, gaur egun baino zailagoa zen taldeentzako diskoa grabatzea. Kasete formatuko maketa bat zen, gehienentzat, lehen grabazioa; Akulukoe Madrilen grabatu zuten, 1991n. "Oso azkarra izan zen dena. Zapatu goizean instrumentuak grabatu genituen, gauean kontzertu batera joan ginen eta domeka goizean, hala moduz, ahotsak grabatu; horrez gain, bideo formatuko bi grabazio ditugu, garai hartakoak. Orain dela gutxi argitaratu dugu sare sozialetan Iñaki Marabaorekin eta Asel Errastirekin grabatu dugun *Represión* abestiaren bideoklipa; Altsasuko gazteen omenez. Eta ez dakigu non eta noiz, baina laster estudio batean sartzeko gogo dugu".

"Jotzeko deseatzten"

Maiatzaren 1ean Madrilen joko dute, Parabellum eta Puro Chile taldeekin batera, eta uztailan Arrasateko gaztetxean izango dira. "Ondo prestatuta gaude, gogo itzela dugu kontzertuak egiteko, eta ari gara lotzen". ■



Pablo Sanz baxu-jolea.



Xabi Iribekanos gitarra-jolea.



Aitor Bengoa *Poli* bateria-jolea.



Pablo Sanz, Aitor Bengoa *Poli* eta Xabi Iribekankos, Akuluko kideak.



Akulu, Altsasuko gaztetxean, 80ko hamarkadan.

Berrogeialdia eta liburuak



Esto ha pasado

Ceija Stojka

Museo Reina Sofía,
2019

Generoa:
Katalogoa



Siempre han hablado de nosotras

Najat El Hachmi
Destino, 2019

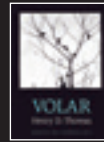
Generoa:
Feminismoa



Hezurren erretura

Miren Agur Meabe
Susa, 2019

Generoa:
Narratiba



Volar

Henry D. Thoreau
Pepitas de calabaza, 2016

Generoa:
Narratiba



ARANTZA OZAETA

MONDRAGON UNIBERTSITATEKO IRAKASLEA

Koronabirusak etxean sartu gaituen honetan, alde guztietatik jaso dugu artean eta kulturen murgiltzeko gonbita. Zer gehitu jada esan denari? Esan zuen Dostoievskik edertasunak mundua salbatuko zuela. Batek daki; agian, koronabirusak jantziago egingo gaitu... ezjakintasun modu berriak sortzen ari diren egunotan.

Nire alea ekarriko dut irakurketa bidaiari eta esploratzailearen alde. Zerrenda gisa doa.

Urgentziazko proposamena da, nola ez, egunotan... Faltako dira egile asko eta asko. Ideia liburuei atea ireki eta zurekin bizitzen uztea da. Eta konfinamenduak luze joko balu, liburuekin bidaiatu dezagula!

Irakurketen hautaketa eragin eta zirrara terminotan ekarriko

dut. Irakurketan ere Richter eskala baitago: lurrikarak, printzak eta *eraikuntza mentalen* erorketak sortzen dira irakurri bitartean eta ostean.

Ceija Stojka: *Esto ha pasado*. Museo Reina Sofía. Ez da izen famatua, ijito emakumea da. Inoiz entzun duzu Auschwichen egon ziren ijitoen lekukotzarik? Entzun ditugu juduak, errepublikanoak, inoiz ez ijitoak... Ahozkotasunean bizi izanda eta prestigiorik gabeko intelektual entzutetsurik gabe... nola plazaratu mundura pairatu zutena? Isiltasun hori apurtu da Ceija Stojkari esker. Umetan amarekin Auschwichen egona, 50 urte zituela bere minari ezin eutsi eta forma ematen hasi zen: lehenik, margotzen; eta gero, poemak idatziz. Richter eskala txikitzeko.

Najat El Hachmi: *Siempre han hablado de nosotras*. Destino.

Emakume arabiar-katalana, katalanez idatzitako liburua feminismo arabiarrari buruz. Horrelako perlak dakartza kulturartekotasunak. Jarri arreta tituluari: emakumeak mintzatuak izan gara, ez dugu ahotsik izan. Feminismoa eta identitatea motzeari, argi.

Miren Agur Meabe: *Hezurren erretura*. Susa. Beti bikaina Meabe. Orain, ipuin formatuan, harilkatzearen maistra. Ipuin bakoitzak zerbait erretzen dizu.

Henry D. Thoreau: *Volar*. Pepitas de Calabaza. Kultuko idazle honek egunkari luze-luzea idatzi zuen... baina *Volar* honetan, soil-soilik txorien eta hegaztien inguruan egindako behaketak jasotzen dira. Etxetik ikusten dituzun txori desberdinak ikusteko tentazioa.

Hartu lasai egun hauek. Liburuak jarri tiki guztietan. ■■■

goienakluba

Astronomia eta arkitektura

UDAKO SOLSTIZIOA ARRASATEKO PARROKIAN

MIREIA BIKUÑA MADRID

ARGAZKIAK: IÑIGO SAN VICENTE ETA M.B.M.

Udako solstizioa ekainaren 20 eta 22 arteko uneren batean gertatzen da urtero, ipar hemisferioan. Eta hori gertatzen da hemisferio bateko ardatzerdi baten makurdura axiala planeta hori orbitatzen ari den izarrerantz gehien makurtzen den unean. Egun horretan, hainbat ohitura ezberdin daude munduan; batez ere, suari lotutakoak. Bereziki, sanjuanak ospatzen dira, han eta hemen. Hala, badago leku bat non udako solstizioak ikuskizun ederra eskaintzen duen: Arrasate. Zehatzago esanda, San Juan Bataiatzailea parrokia. Hain justu ere, parrokiaren sarrera nagusia: Kanpatorpean.

Aurtengo udako solstizioa ekainaren 20an izango da, 21:44an. Hori horrela, San Juan egunean eta aurreko pare bat egunean eta San Juan egunaren osteko pare bat egunean ikus daiteke fenomeno berezi hori: San Juanen irudia eguzki-izpiekin argizatuta.

Hamar minutu

Arrasate Zientzia Elkarteko Antton del Campo astronomoak honela azaltzen du, artikulua baten: "Egun horietan eta arratsaldeko zortzietan, hau da, eguzki orduaren arratsaldeko seietan, kanpandorrearen arku baten itzala modu berezian

proiektatzen da ate nagusiaren gainean. Eguzkiaren izpiek arkuaren erditik pasa eta San Juan Bataiatzailea erdi-erdian argiztatzen dute". Hamar minutu irauten du. Del Camporen arabera, "ekainaren 23an, ordu horretan, eguzki orduko arratsaldeko seietan, San Juan bezperak hasten dira".

Erantzun zientifikoa

Fenomeno horren jatorriaren gaineko kondaira asko daude: zergatik, zertarako, noiztik... Hain zuzen, fenomeno horren erantzuna erantzun zientifikoa da. Zehatzago esanda, erantzun astronomikoa eta arkitektonikoa. Hau da, eliza erromaniko guztietan absidea ekialdera begira dago, eta egunsentiko lehen minutuetan, eguzkiaren lehen izpiek absidearen erdia argiztatzen dute. Arrasateko parrokian San Juanen irudia dago absidearen erdian. Horregatik argiztatzen da udako solstizioarekin batera. "Horma horretan leiho bat zabalduko balitz, argia elizaren mendebaldeko hormaraino iritsiko litzateke", dio Del Campok.

**PARROKIAKO SARRERA
NAGUSIAN DAGOEN
SAN JUANEN IRUDIA
EGUZKI-IZPIEK
ARGIZTATZEN DUTE**

Ekinokzioko egunsentian

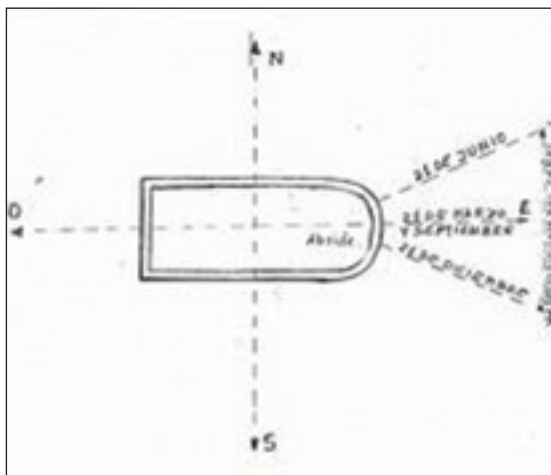
San Juan egunaren bueltan gertatzen den fenomeno bera bitxia bada, are bitxiagoa da fenomeno hori gerta zedin kanpandorreak nola eraiki behar ziren zehazteko erabiltzen ziren metodoak. Martxoaren 21ean gertatzen den udako ekinokzioan, egunsentia baino lehen jaikitzen ziren langileak egunsentia bera zein lekutan gertatzen zen ikusteko. Ostean, eraikin horren absidea puntu horri begira eraiki beharko zuten. Hori egiteko, kanpandorrearen kartoizko maketa bat egingo zuten, eta ekainaren 21ean, arratsaldeko zortzietan, lurrean ipiniko zuten. Ostean, mugitu egingo zuten, argi-izpiek San Juanen irudiaren gainean kointziditu arte.

Egipton eta Mexikon ere bai

Arrasateko kasua ez da bakarra; eguzkiarekiko orientazio berezia lortzeko gurata horrela eraikita dauden eraikin eta monumentu asko daude munduan. Horietako bat da Egiptoko Abu-Simbel tenplua. Ordu zehatz baten eta faraoiaren urtebetetzean, eguzki-izpiek ate batetik sartu eta Amon-Ra jainkoaren irudia argiztatzen dute. Beste adibide ezagun bat da Mexikoko Chichen Itza da. Horietan ere trigonometria kalkuluak egin zituzten bere garaian. ■



San Juanen irudia, eguzki-izpiek argizatuta.



Del Camporen zirriborrea.



Kanpatorpeko sarrera.

TESTUA: ITZIAR LARRAÑAGA



Beosound Balance

Bozgorailua. B&O. 2.000 euro.

Bang & Olufsen marka daniarreko bozgorailu honek diseinu eta kalitate bikaina eskaintzen ditu, baina oso prezio altuaren truke. Google Assistant eta Alexarekin bateragarria da, eta bluetooth, AirPlay 2 eta Google Cast haririk gabeko konexioak eskaintzen ditu. Laster, baita Spotify Connect ere. 38x30 zentimetro eta 7,2 kilogramo dauzka.

Viper Mini

Sagua. Razer. 49,99 euro.

Esku txikiatarako dago diseinatuta sagu hau; 118,3x53,5x38,3 mm neurtu eta 61 gramo pisatzen du. Jokoetarako pentsatuta dagoen arren, eskaintzen duen sentsorea ez da marka honen onena: 8000 ppp-ko sentsibilitatea, 300 pps-ko abiadura eta 35 gramoko azelerazioa eskaintzen ditu. Jokalari gehienentzat nahikoa.



Mi Wifi Repeater 2

Wifi errepikagailua. Xiaomi. 8,5 euro.

Etxeko wifi aparatuak txoko guztietara heltzeko gaitasuna ez duenean, errepikagailu bat oso lagungarria izan daiteke. Gailu hau oso txikia da, USB baten antzerakoa, eta 30 gramo besterik ez du pisatzen. Gehieneko transferentzia-tasa 300 MB-koa da segundoko; hasiera batean, nahikoa, erabilera normalerako. Router aparatura konektatu behar da.

Covid-19

Osasun Larrialdia

Euskadiko tokiko saltokiak,
funtsezko jarduerak irekita
jarraitzen dute.

Mila esker!

Guztiei egunero pertsiana igotzeagatik.

Mila esker!

Hurbiltasunez eta profesionaltasunez
arreta emateagatik.

Mila esker!

Zuen lana ezinbestekoa da.

Mila esker!

Euskadiko tokiko saltokietako pertsonei.

Mila esker!

Bertan egoteagatik zuen
beharra daukagunean.

Tokiko erosketa, egin kontsumo
arduratsua, zero xahutze.

Euskadi, auzolana, bien común



**EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO**

TURISMO, MERKATARITZA
ETA KONTSUMO SAILA

DEPARTAMENTO DE TURISMO,
COMERCIO Y CONSUMO

#EuskadikoSaltokiak

#etxetikhurbil



Etxean egindako zesta-puntako xistera

EGILEA: GURASO.EUS

ARGAZKIAK: GURASO.EUS

Pilota joko ezaguna da zesta-punta. Xisterak gaztainondo zurez eta zumez egiten dira, baina etxean egiteko proposatzen dizueguna sortzeko plastikozko xaboi-pote bat erabiliko dugu. Horma bat beharko duzu jolasteko, hori bai! Beste aukera bat da bi xistera egitea eta beste lagun batekin paseka jolastea. Gozatu!

Materiala

- Heldulekua duen plastikozko xaboi pote bat.
- Errotuladore bat.
- Kuter bat.
- Xaboi-potean sartzeko tamainako pilota bat.

Nola egin

1. Forma markatu

Xaboi-potea moztu behar dugu xistera egiteko. Nondik moztuko dugun aurrez pentsatuko dugu eta errotuladorearekin markatuko dugu potea. Kontuan hartu potearen heldulekua non dagoen. Beste gomendio bat: aho zabala egitea komeni da.

2. Moztu

Marka eginda daukagunean kuterrarekin egin behar da hurrengo pausoa. Plastikozko potea moztu behar dugu, eta ez da beti erraza izaten. Min hartzeko arriskua ikusten baduzu, eskatu laguntza. Kontuan izan oso garrantzitsua dela poteari ondo eustea.

3. Pilota sartzen dela ziurtatu

Aukeratuta daukagun pilota potean ondo sartzen dela ziurtatu behar dugu. Ondo sartzen ez bada, pilota txikiagoa aurkitu behar da. Eta prest zaude zesta-puntan trebatzeko!



MATERIALA



1



2



3



EMAITZA



Arhane Calvo Urdanpilleta

Bergara. 3,600 kilo. Martxoaren 27a. Gurasoak: Miren eta Xabi. Argazkian, sehaskan goxo-goxo lotan.



Gabrielle Antxia Duinat

Baiona. 2,920 kilo. Martxoaren 17a. Gurasoak: Katalin eta Benjamin. Argazkian, gurasoekin.

Oharra

Koronabirusa dela eta Debagoieneko Ospitaleak erabaki du galaraztea hedabideetatik ospitalera joatea ume jaioberriei argazkiak ateratzera, prebentzio neurri gisa.

Ondorioz, neurri horrek indarrean jarraitzen duen bitartean, Goiena ezingo da ospitalera joan argazkiak ateratzera.

Dena den, Goienak segitu nahiko luke eskualdeko ume jaioberrien argazkiak ateratzen PUNTUA aldizkarian.

Hori horrela izanik, nahi baduzu PUNTUA aldizkarian agertu, zera eskatu nahi dizugu:

- Umearen argazki horizontala ateratzea umea bakarrik edo norbaitekin.
- Honako informazio hau jasotzea:
 - Jaioberriaren izen-abizenak.
 - Gurasoen izenak.
 - Umea noiz jaio den.
 - Zenbat pisatu duen.
 - Nongoa den.
 - Argazkian norbaitekin ageri bada, norekin ageri den.

Bidali Goienara hori guztia bide hauetako bat erabilita:



Posta elektronikoa:
berriak@goiena.eus



Whatsapp / Telegram:
688 69 00 07



Hemen

GARBIKETAK

INOIZ BAINO GARRANTZITSUAGOA:
GARBIKETA ETA DESINFEKZIOA
GURE LANGILEEN ESFORTZUA
ESKERTZEN DUGU

ZURE
KONFIANTZAKO
GARBIKETA
ENPRESA

Intxaurtxueta 16, behea
ESKORIATZA

T. 943 71 48 45

www.hemen-garbiketak.com
hemen@hemen-garbiketak.com

