

# guaixe

SAKANAKO ASTEKARIA



**Gertatzen da,  
eta badira  
horren  
erantzuleak** / 2-6



**Ezkurdia, txapelkun handia final epikoan** / 16-17

**Olatzagutiko Udalak  
Koskobilo II lezerako  
sarbidea eta ibilbidea  
egokitzeko lanak  
eginen ditu** / 6

**Baigorriko eta  
Sakanako trail  
estazioen elkarlan  
aukerak aztertze  
lanean ari dira** / 11

**Saihesbideko lanei  
2023an berrekinen  
zaie irurtzunen,  
enpresaren ordez  
gubernua hastean** / 9

**Jose Mari Misiego  
saskibaloari arbitroak  
Nafarroako  
Zilarrezko Domina  
jasoko du** / 18-19

**Asteburuan hasiko da  
XVIII. Sakanako  
Emakumeen Pala  
Txapelketa, Etxarri  
Aranatzen** / 20

**Itziar Nazabal artista  
altsasuarra  
Nazioarteko artisten  
topaketa batean  
dago, Tangerangren** / 23

# Emakumezkoen arteko sareak josten

Etxarrik 'Sakanako emakumeen arteko sareak ehundu topaketa' hartuko du igandeko 11:00etatik aurrera. Oihal erraldoia egingen dute, emakumezkoen kontrako indarkeria gaitzetsi eta emakumezkoen arteko sareak indartu eta ikustarazi nahi da

SAKANA

Emakumeen kontrako indarkeriaren aurkako nazioarteko eguna dela eta, Sakanako Mankomunitatearen Berdintasun Zerbitzuak Etxarri Aranazko EmHari joskintza taldearekin batera antolatu du igandeko ekimena. Dagoeneko hainbat 25 x 25 cm-ko oihal zati jaso dituzte. Guztiak desberdinak eta haiek egiteko hainbat teknika erabili dituzte egileek: gantxilloa, patchwork, gurutze puntua, estanzazioa... Horiek guztiak elkarrekin josiko dituzte EmHari taldeko jostunek igande goizean. Horretan 11:00etan hasiko dira. 13:00etarako lana despedituta izanen dute, orduan ekitaldia egingen baita. Antolatzaileek, gainera, Pantxika Lamurren sorpresa iragarri dute.

Sakanako berdintasun teknikari Oihana Gallo San Romanek azaldu duenez, ekimenak "sekulako erantzuna izan du". Nabarmendu duenez, haren helburua



EmHarikoek egindako mandarra.

da "Sakanako emakumezkoen arteko sareak ehuntzea eta indarkeria matxistaren kontra gure arteko ahizpatasun sarea sortzea". Azaldu duenez, oihala bakarka prestatu duenik bada, baina baita emakumezko taldeetan edo

etxean, familian, egindakoak ere. "Esaterako, Arakilen josteko propio elkartu ziren eta Emakumeen Arreta zentroan lan egiten duen neska bat gonbidatu zuten, eta josten egon ziren bitartean hizketan aritu ziren". Jakinarazi dutenez, Arbizun hilaren 17rako jarri zuten hitzordua. "Bestalde, Urdiainen badago emakume talde bat josteko biltzen dena eta hainbat zati prestatu dituzte iganderako. Eta jubilatatu elkarte batzuk ere mugitu dira".

Gallo jakinarazi duenez, igandean sortuko den oihal erraldoi hori herrietatik sortu da "eta asmoa da sare hori herrietara bueltatzea. Martxoaren 8aren bueltan izanen da. Eskertzeko modu bat izanen da, baita emakumezko sakandarrek ehundutako sare hori irudikatzen modua ere". Teknikariak eskerrak eman dizkie EmHari joskintza taldeko kideei eta, bereziki, ideia proposatu zuen Alazne Juaniz Ezpeletari.

## Indarkeria gizon ezagunek eragiten dute

Mugimendu feministak nabarmendu du bortizkeria matxista eragiten dutenak gertuko gizonetzkoak direla

SAKANA

Sakanako mugimendu feministak *Indarkeria matxistaren kontra, justizia feminista* lelopean kalea aterako da gaur, Emakumeen Nazioarteko Eguna delako (deialdiak 14. orrian). Ibarreko hainbat herritako mugimendu feministako kideek deialdien aurkezpenan salatu dutenez, patriarkatuak bere esku jartzen dituen tresna guztiakin etenik gabe gu erailtzen, erasotzen eta umiliatzen gaitu. Urtero erreibindikazio berdinak egin behar izateaz aspertuta gaude". Aitortu dutenez, egoerarekin "nazkatuta, haserre eta nekatuta" daude, eta "aski" dela esan dute.

Gogorazazi dute emakumezkoak erailteaz aparte (hiru Euskal Herrian, ehunka munduan), "psikologia, sexu, ekonomia, erakunde... indarkeriaren biktimak" direla emakumezkoak. "Guztiak dira indarkeria matxistaren aurpegiak eta elkarrekin harremanetan daude, gu guztioi modu batera edo bestera eraginez", esan dute. Eragin horren adibide da "bizitza sostengatzeko egiten ditugun doako eta lan baldintza prekarioko zaintza lanak gutxieste, esaterako, zahar etxeetako borrokak mespretxatzean edo haur eskoletako plataformaren mobilizazio indarra ogi apurrak emanez desaktibatzean".

**Gizonetzkoak**

Mugimendu feministaren borrokaekin emakumezkoek konkistatutako espazioetatik "behin eta berriro kanporatzen saiatzen dira, hedabideek, klase politikoak eta jendarteak berak indartutako mezuak emanez. Beldurrarazi nahi gaituzte 'ezezagun' batzuek 'arrotzek', gure kontra erabiltzen duten indarkeriagatik". Baina "emakumezkoak" eta sexu disidenteok jasaten dugun indarkeria gizon ezagunen eskutik dator: lagunak, bikotekideak, familia kideak, lankide edo militantzia kideak. Ez dira munstroak. Jotzen, umiliatzen, bortxatzen... gaituztenak gutarrak dira. Patriarkatuaren seme osasuntsuak, erraie-

taraino barneratuta dugun patriarkaturen menpe egondako mende guztiak azaleratzen dira".

Horrekin hausteko, feministek gizonetzkoek eskatu diete "posizionatzea, gure hitza sinestea, aurrerapauso bat ematea eta zuen inguruan inongo bortizkeriarik ez onartzea". Ziurtatu dutenez, "gutxi" dira "errealitate hori onartzeko prest" daudenak, "errazagoa baita errua beti beste batzuei botatzea".

**Justizia feminista**

Horixe aldarrikatu du mugimenduarik, "indarkeria matxistatik bizirik atera garen emakumezko guztiok justizia eta erreparaziorako eskubidea izan dezagun funtsezko gaia da". Azaldu dutenez, "instituzioetatik emakumezkoak\* indarkeria sala dezagun eskatzen zaigu, eta badirudi bide penala dela daukagun bide bakarra". Baina pauso hori ematen duten emakumezkoak\* "epai eta prozesu amaigabeetan murgiltzen dira". Prozesu horietan haien bertsioa zalantzan jarri, galdeketa bortitzak jasan, berbiktimitzatu, umiliatu eta gaitzetsi egiten dituztela nabarmendu dute. Horregatik, mugimendu feministako kideek esan dutenez, "justizia patriarkalak ez digu balio, bere azken helburua zigorra delako, ez erreparazioa, sortutako kaltearen onarpena eta are gutxiago emakumezkoak libre bizi gaitzen baldintzak sortzea".

Justizia eredu berriarekin batera, bortizkeria matxistatik bizirik atera diren emakumezkoak guztiak bere bizitza aurrera eramateko baliabideak eskatu dituzte. Salatu dutenez, "harre- ra etxeetan eta pisuetan sei hilabeteko itxarote zerrendak daude". Horregatik, indarkeria jasaten duten emakumezkoen\* beharrei erantzuteko behar adina aurrekontu exijitu dute, "baliabideak integralak, publikoak eta kalitatezkoak" izan behar dutela gaitzatu dute, "erabiltzaile eta langileendako baldintza duinak dituztenak. Ez da onargarria indarkeria gaitzestea eta berau arintzeko mekanismorik ez jartzea".

**EUSKARALDIA**  
HITZEZ EKITEKO GARAIA  
2022ko azaroaren 18tik abenduaren 2ra

euskaltzateen topagunea | Gobierno de Navarra | Nafarroako Gobernua | 2020 | euskaraldia.eus



Nafarroako aurkezpenean Urdiain, Sakanako Mankomunitatea, Lakuntza, Etxarri Aranatz eta Arbizuko ordezkariak egon ziren.

# Gizonezkoak gogoeta egitera premiatsu dituzte toki erakundeek

Nafarroako 127 toki erakundeek, Sakanako udalak eta MANK barne, 'Egon bada eta badira erantzuleak' erakunde adierazpen bateratua onartu dute. Ziurtatu dutenez, gizonek eragin eta emakumeek jasaten duten indarkeria da

## SAKANA

Toki erakundeek gaurko propio onartutako adierazpenean azpimarratu dute indarkeriak generoa izateaz aparte, "gizartean egiturazkoa den eta errotuta dagoen indarkeria" dela, "horregatik ematen da kultur testuinguru guztietan eta maila guztietan dago". Atzera ere nabarmendu dute emakumezkoenganako indarkeriak "egiturazko erroak eta izaera kulturala" dituela, "ukatzeak ez du aurrera egiten uzten eta ezkututzen du femeni-noa denari balioa kentzen dion eta emakumeak mendekotasun egoeran jartzen dituen gizarte antolaketa bat dagoela".

Adierazpenaren bidez, erakundeek "emakumezkoen giza

eskubideen kontra doan sisteman duten boterearen eta parte hartzearen inguruan gogoeta egitera" gonbidatu dituzte. Aitortu

**SAKANAN  
INDARKERIAGATIK 36  
SALAKETA JASO DIRA  
AURTENGO  
ILBELTZETIK IRAILERA**

**ERAKUNDEEN IRITZIZ,  
"AURRERA EGITEKO  
GIZON GEHIAGO  
INPLIKATU BEHAR DIRA  
MODU AKTIBOAN"**

dute azken urteetan gizon askok bat egin dutela berdintasun aldarrikapenekin, eta maskulinitate hegemoniko tradizionalak ezarritako genero aginduak berrikusi dituztela, gizarte berdinzaleago baten alde egiteko xedez. Hala ere, aurrera egiteko "gizon gehiago inplikatu behar dira modu aktiboan, normalizatutako portaerak (norberarenak zein besteenak) eta kultura matxista betikotzen duten sinesmenak identifikatu eta aldatuz, justifikaziorik gabe eta beste alde batera begiratu gabe".

## Dauden indarkeriak

Toki erakundeek nabarmendu dutenez, emakumezkoen kontrako indarkeria dagoen bezala,

erantzuleak ere badirela, "indarkeriaren oinarria diren desberdinkeriak irauarazi eta birsortzea eragiten duen engranajea elikatzen dutenak". Gaineratu dutenez, "emakumezkoak gutxiagotzen dituen eta aldatzeko prest ez dagoen gizarte androzentriko eta patriarkal batean bizi gare-lako. Eta indarkeria eragiten, onartzen eta legitimatzen duten gizonak daudelako, beste alde batera begiratu eta beraiek bezalako indarkeriazko jarrera matxistak justifikatzen duten erantzuleak daude".

Aldi berean, toki erakundeek aitortu dutenez, "genero ikuspe-gia txertatzea bermatuko duen prestakuntza falta da, mundua ikusteko modua eraldatzeko, be-

taurreko moreak jantzita, gizarte antolaketa esparru guztietan: judizialean, heziketan, osasunean eta ekonomikoan, besteak beste". Bestetik, hedabideek "erantzukizuna emakumeengan kokatzen duten mezuak" zabaltzen dituztela gaineratu dute, "arriku sexualaren gaineko diskurtsoarekin gertatzen den bezala, zeinak emakumeak erasoan errudun eta beren segurtasunaren arduradun egiten baititu".

## Konpromisoak

Sinatzaileek "emakumeek edozein esparru eta testuingurutan pairatzen dituzten askotariko diskriminazioek eragindako indarkeria matxista mota oro gaitzetsi" dute. Konpromisoak hartu dituzte ere: "modu aktiboan lanean jarraitzeko desparekotasunen kontra, emakume zein neskatoen aurkako indarkeria egoeren sorburu baitira, eta horrekin batera gonbit egitea hala gobernuei eta erakunde publikoei baita nazioarteko entitateei eta gizarte zibilari, gogoeta egin eta konpromisoak har ditzaten".

Aldi berean, "eraso edo hil dituzten emakume eta neskatoei, indarkeria sexistari aurre egin behar dioten emakumei eta haien seme-alabei" elkartasuna adierazi diete. Horrekin batera, adin guztietako gizonezkoek dei egin diete "emakumeen kontrako indarkeria mota guztien aurrean konpromisoak eta jarrera aktiboak har ditzaten". Herritar guztiak gonbidatu dituzte "emakumezkoen kontrako indarkeria gaitzesten jarraitzea, eta hura deuseztatze-ko konpromisoa adierazten, baita patriarkatuaren kontrol mota guztiak eta emakumei askatasuna eta autonomia erabiltzea eragozten dieten muga eta baldintza guztiak salatzen ere".

**PORTUKO**

elkarrekin

Altsasu:  
948 563 822 (denda)  
948 467 153 (lantegia)  
Etxarri Aranatz:  
948 460 988



Itaiakoen indarkeria matxistari aurre egiteko sozialismoaren eraikuntza aldarrikatuko dute. UTZITAKOA

# Proposamen politikoaren beharra dakusa Itaiak

Emakumezkoen kontrako indarkeriaren aurkako egunean Itaiak "emakumezkoen gaitasun teoriko eta politikoak garatzera, baita pairatzen dugun zapalkuntzaren kontra lan ideologikoa egitera edo kontzientziatzea hartzera" deituko du

## SAKANA

Itaiak, emakumezkoen antolakunde sozialistak, "indarkeria matxistak duen larritasuna" adierazi nahi du gaur kalean (deialdiak 14. orrian). Bere kideen iritziz, "indarkeria hori emakume langileon zapalkuntza betikotzeko ezinbestekoa da". Gogorazi dute aurten, gutxienez, 3 emakume erailak izan direla Euskal Herrian eta hainbat motatako erasoen salaketak etengabeak direla: bortxaketak, sexu-erasoak, biolentzia domestikoa, gutxiespenak, isilarazteak... "Eraso forma berriak daude ere: ziztadak edota eraso birtualak". Nabarmendu dutenez, "erasoak askotan gure bikotekide, lagun edo gertuko figura baten partetik jasaten ditugu eta indarkeria erreproduzitzen duten figura kolaboratzaile horiek seinlatu nahi ditugu". Itaiakoen urtean zehar izandako zenbait kasu gogorazi dituzte eta azpimarratu dute "Sakanan indarkeria matxista presente" dagoela.

## Zergatia

Antolakundeko iritziz, indarkeria matxista "klase menperatzaileak boterea mantentzeko sistematizazio gisa ulertzen dugu, zeinean emakume langilea kulturalki, ekonomikoki, politikoki eta sozialki zapalduta dagoen. Gure lan indarrak baliatzen dira, gu despolitizatuz, sozialki alboratuz eta jazarriak izaten gara". Emakumezkoak "subjektu zapalduak izateko politikako hainbat mekanismo martxan jartzen dira eta gizonezkoaren gailentasunerako testuingurua sortuz. Horregatik, indarkeria matxista kapital metaketa maila handinean gauzatzeko mekanismo ideologikoa gisa ulertzen dugu". Itaiako kideen iritziz, "indarkeria matxista egiturazko biolentzia" da, "sistema bera baita indarkeria erreproduzitzen eta norma kultural bilakatu duena". Hala ere, "ez da auzi kultural soil bat. Izan ere, gure nahi, desira eta jokabideak sistema kapitalistak ekoizitako pro-

duktu dira. Horregatik, gizartea kapitalaren interesen arabera ekoizitako dira baldintza ekonomiko, sozial zein kulturalak. Biolentzia matxista ezinbestekoa du aberastasuna ekoizteko xede duen gizarte kapitalistak: porno industriak irabaziak izaten jarraituko du, nerabeek emakumeonganako eszena bortitzak kontsumituko dituzte eta emakume ederren irudiak izango dira nagusi". Horregatik Itaiakoen uste dute "egiturazkoa den indarkeria matxista ezin da desagerrarazi estruktura hori bera gainditzen ez bada. Kapitalismoa suntsitu gabe, ezin dugu emakumeon zapalkuntza errotik gainditu, horren hobekuntza partzial batzuk

**"INDARKERIA MATXISTA ETENGABE BIRSORTZEN DUEN SISTEMA JO PUNTUAN JARRI BEHAR DUGU"**

besterik ez" direla lortuko gaineratu dute.

Antolakundeko kideek ez dute erakunde jarduna gogoko "instituzioak kapitalaren behar ekonomiko eta politikoen menpe" daudelako. Itaiakoen gaineratu dutenez, "indarkeria matxistari erantzuteko baliabideak erabat mugatuak dira, eskainitako zerbitzuak nahikoak ez direlako eta dauden beharriak ez ditelako erantzuten". Kudeaketa uanean uneko ekonomia gaitasunaren arabera egiten dela eta laguntzara mugatzen dela gaineratu dute. Indarkeria matxista pairatu duten emakumeek etxebizitza edo arreta psikologikoa lortzeko zailtasunak edo epaitegietan bizi dituztenak salatu dituzte ere.

## Alternatiba

Itaiakoen iritziz, "indarkeria matxista etengabe erreproduzitu dadin baldintza konkretuak bermatzen dituen sistema jo puntuan jarri behar dugu". Horretarako, "instituzioen fartsatik kanpo kokatzen den, gure botere propioa garatzea ahalbidetuko duen antolakuntza politikoaren beharra" nabarmendu dute, "erasoen aurrean erantzun eraginkorrak garatzeko eta emakume langileon babesa antolatuzeko".

Hori lortzeko "ongizate unibertsala lehen lerroan jartzen duena antolakuntza eredu" aldarrikatu dute Itaiakoen, "zapalkuntzarik egon ez dadin berme egonkor bakartzat kontsideratzen dugu, eta indarkeria matxistarik egon ez dadin baldintzak jarritakeen gizarte antolaketaren alde egingo duen antolakuntza litzateke". Norabide horretan Itaiak Indarkeria Matxistaren Aurkako Asanblada, prestakuntza eta eztabaida politikorako Emakume Langileon Eskolak, edota emakume langileon interesak hizpide martxan jartzen ditugun borroka landu ditu.

Berriki "emakume langileon askapenerako programa politikoa" aurkeztu du Itaiak. Hartan jaso dituzten puntuen artean daude, besteak beste: "bizi baldintza berdina denondako, lan guztien aitortza, zaintza eta etxeko lanen sozializazio unibertsala, indarkeria matxistarekin bukatzea, emakumeon sexualizazioarekin eta prostituzioarekin bukatzea, seme-alabak izateko baldintza sozial eta materialen bermea, doako abortu unibertsala eta kalitatezkoa..."

## Pentsiodunek emakumeen ahotsekin bat egin dute

"Mota guztietako indarkeriak eta desberdintasunak pairatzen dituzte"

## SAKANA

Emakumeen kontrako indarkeriaren aurkako egunaren inguruan ere zeresana dute pentsio duinen aldeko mugimenduko kideek, izan ere, "adineko emakumezkoen ere eragiten digute askotan erailketa bihurtzen diren indarkeria eta desberdintasun horiek". Gaineratu dutenez, "indarkeria horiek zahartzaroan areagotu egiten dira, zainketa gehien behar direnean, eta askotan, isiltasunean bizi da, inguru hurbilaren axolagabetasuna eta abandonua tarteko".

Emakumezkoen kontrako indarkeria gainditzeko "gizarte osoaren konpromisoa" eskatu du pentsio duinen aldeko mugimendukoak. Eta, horrekin batera, "politika publiko eraginkorrak" ere. Gainera, hezkuntza, gizarte eta osasun zerbitzuak, epaileak eta bestelako sektoreen inplikazioa eskatu dute. Horregatik, "emakumezkoen askatasunean, konfiantzan eta errespetuan oinarritutako bikote harremanak eraiki" nahi dituzte, eta, horretarako, "gizonezkoen enpatia eta konpromisoa espero dituzte".

Sakanako pentsiodunen mugimenduko kideen iritziz, emakumezkoen kontrako indarkeria "bizi garen gizarte, politika eta ekonomia sisteman emakumezkoen ematen zaien bigarren mailako eginkizunen emaitza ere bada, sistema horretan emakumezkoen jardura gizonezkoena baino okerrago baloratuta baitago". Horregatik, "guztiendako enplegu aukera eta soldata justuak" eskatu dituzte. Eta, horrekin batera, soldata eta pentsioetan generoen artean dagoen aldea gainditzeko, alarguntza pentsioaren %100a eta gutxienez 1.080 euroko pentsioa. Azkenik, Sakanako pentsiodunen mugimendukoak jakinarazi duenez, mugimendu feministaren deialdietan parte hartuko du gaur.



ASTEKOA

AINGERU MIKEO

## "Sorioneku" gu, euskaldun izatearen altxorraren jabe izateagatik!

Hitz magikoa, euskaldun eta euskaltzale guztiok atseginez hartu duguna. Hipotesia berresten bada, hamalau zentimetro eskas dituen esku irudiko idazketa paleografiko baten bidez jakin izan dugu gure antzinako arbasoak, erromatarrak etorri aurretik ere, alfabetatuak zirela eta kultura garatua zutela, sistema grafiko propioa eta guzti. Alegia, ez zirela erdi larrugorritan ibiltzen ziren basati gixajo batzuk. Adrenalina txutea, laostia!

Hain garrantzitsutzat eman den aurkikuntza zientifikoa aurkeztean, Maria Chivite presidenteak pozik egotearen itxurak egin zituen, korapiloa barnean ziurrenik. Izan ere, egun batzuk lehenago, Nafarroako politikaren egoeraz hitz egitean, euskara "inposatzearen" aurkako alegatua egin zuen, irmotasunez. Hipokrita halakoa! Berak ordezkatzeko duen alderdi politikoak berrogeita hamar urte daramatza, frankismoak ezarritako oinarri ideologikoari segituz, euskararen sustapenari trabak jartzen eta euskaldunon eskubideak lotsagabeki eta autoritarismoz zapaltzen, administrazioko arretan, plantiletan euskarazko lanpostuetan, hezkuntzan, justizian, eta abar; baita presidente den legealdi osoan ere. Maria Chivite jakin nahi badu zer den hizkuntza inposatzea, galde diezaioala edozein nafar euskalduni!

Bestalde, ildo beretik, izan da aurkikuntza zientifikoa horren aurrean meneko aitortza egin arren, batez ere gutxiespeneko mezu pozoigarriak hedatzeko baliatu duenik ere. Horrela, arkeologia hutsa, beste baliorik gabea. Baskoiera hildako hizkuntza, egungo euskararekin loturarik gabekoa. Baskoien hedapena Nafarroara mugatuta, beste euskal herrialdeetatik bereizteko saiakera, "apropos" ahaztuta antzinako kultura hura Akitaniara (egungo Gaskuniara) eta Kantauri aldera ere hedatua zela, eta abar. Labur esanda, euskal kutsua duen edozeren aurka aritzeko hartua duten erabakimen ideologiko garrantzua elikatzea, besterik ez. Nolanahi ere, haien atsekaberako, erromatar inperioa aspaldi erori zen, baskoiok hementxe diraugu.

"Sorioneku" gu, euskaldun izateagatik gure baitan altxor bat dugula jabetzeko hitz liluragarria. Milaka urteko katea etenik gabe eusten duen hitz mirengarria. Urruneko arbasoengandik seme-alabengana eta horrela beste mila urtez izan dadin indarra ematen digun mezu zoragarria. Euskaldunok, altxa burua "Sorioneku"!

**GUTUNAK:** Karaktereak, gehienez: 1.900 (hutsuneak barne). GUAIXEK eskubidea du gutuna laburtzeko. Gutunak ezin izango dira kapituluka bidali. Gutunak asteazkena 10:00ak baino lehen bidali beharko dira erredakziora. Gutunarekin batera bidali beharrekoak: egilearen izena eta abizena, NA zenbakia, herria eta harremanetarako telefonoa. Gutuna helarazteko bideak: Foru plaza, 23 - 1., 31800 Altsasu / [gutunak@guaixe.eus](mailto:gutunak@guaixe.eus)

HARA ZER DIEN

## Giza Eskubideekin berriro bueltaka

### ANITZARTEAN KULTURARTEKOTASUN ZERBITZUA

Giza Eskubideak gora, Giza Eskubideak behera, berriro ere, urte sasoi honetan. 1948an Nazio Batuen Erakundeak (NBE) Giza Eskubideen Adierazpen Unibertsala onartu zuen. Pertsona guztiok eskubide batzuk ditugula eta inork ezin dizkigula kendu adostu zuten.

Azaroak 20, Haurren Eskubideen Nazioarteko Eguna. Abenduak 10, Giza Eskubideen Aldarrikapen Unibertsalaren Eguna. Abenduak 18, Migrazioen Nazioarteko Eguna... Paradoxaz beteriko Giza Eskubide... Unibertsalak?

Inork ezin omen du jardun aldarrikapen horretan azaldutako eskubideen aurka baina... batzuk adieraztearren:

Libre eta seguru bizitzeko eskubidea –gaur, azaroak 25 izanik, nori dagokio eskubide hau?–, ezin da inor esklabo bihurtu, ezta torturatu: non da hori? Zein da inor hori? Epaileengandik tratatu bidezkoa jasotzeko eskubidea: betetzen al da? pertsonak nahi dutenean irten eta itzuli daitezke beren herrialdeetara. Benetan? Nork gozaten du eskubide honetaz? Abenduaren 18an Migrazioen Nazioarteko eguna da, baina... nor babesten du eskubide honek? Jabetzak izateko eskubidea: zergatik dago ba hainbeste jende kalean? Lan egiteko eskubidea: guzti-guztiok... bai ote? Hezkuntzarako eskubidea... eta abar.

Kontua da, munduak galdetu beharko liokeela bere buruari,

gutariko bakoitzak alegia, ea adierazpen horretan biltzen diren 30 eskubideak, artikulua, benetan bermatuta diren; eta hala ez bada, zer egin beharko litzatekeen, genukeen. Ondoan dudak gizakiari eskubide unibertsal bat urratu/ukatzen bazaio, eskubide hori "pribilegio" bihurtzen da niretzat, kolokan jartzen, ondorioz.

Pertsona guztiok omen dugu eskubidea gure gobernarietara aldarrikapen hau betearaztekoa. Egiten al dugu? Garai jasanezin hauetan ere ez ote gara elkartuko dagokiguna tinkotasunez aldarrikatzeko? Ez urtean behin "...-en eguna" delako, baizik eta gure egunerokoan, mesederako dugulako. Ez ote dugu guztion alde egingo?

## Telegram kanala

Sakanako informazio guztia zure eskura

guaixe

**Oharra:** Abenduaren 9an ez da GUAIXE astekaririk egongo. Abenduaren 16an hurrengo zenbakia argitaratuko dugu.

**guaixe**  
SAKANAKO ASTEKARIA

[www.guaixe.eus](http://www.guaixe.eus)

### GK diseinu zerbitzua:

Ainara Santiago Langarika  
[info@gkomunikazioa.eus](mailto:info@gkomunikazioa.eus)  
948 564 275 (3 luzapena)  
619 821 436  
Ainhoa Etxeberria Pikabea  
[gk@gkomunikazioa.eus](mailto:gk@gkomunikazioa.eus)  
618 640 056

### Administrazioa:

Gema Lakuntza Lopez  
[admin@guaixe.eus](mailto:admin@guaixe.eus)

### Zuzentzailea:

Maider Gabirondo Zelaia

**Lege gordailua:** NA-633/1995  
**Tirada:** 3.200

### Erredakzio burua:

Alfredo Alvaro Igoa  
[guaixe@guaixe.eus](mailto:guaixe@guaixe.eus)

### Erredakzioa:

Maider Betelu Ganboa  
[kirolak@guaixe.eus](mailto:kirolak@guaixe.eus)  
eta Erkuden Ruiz Barroso  
[kultura@guaixe.eus](mailto:kultura@guaixe.eus)

### Maketatzailea:

lune Trecet Obeso  
[maketazioa@guaixe.eus](mailto:maketazioa@guaixe.eus)

### Publizitatea:

Eneida Carreño Mundiñano  
[publi@guaixe.eus](mailto:publi@guaixe.eus)

### Koordinatzailea:

Goizeder Anton Iturralde  
[fundazioa@guaixe.eus](mailto:fundazioa@guaixe.eus)

### ARGITARATZALEA:

Guaixe Fundazioa. Foru plaza 23-1.  
31800 Altsasu  
948 564 275  
618 882 675

LAGUNTZAILAK

**Mank**  
s a k a n a

**BAZKIDEAK**



Gobierno de Navarra  
Nafarroako Gobernua

# Koskobilo II lezerako sarbidea egokituko dute

Bidea zabaldu, seinaleztatu, leze sarreran teilatua eta plataforma jarri eta lezeari buruzko informazioa emanen duten panelak jarriko ditu udalak. Lanak egin nahi dituzten enpresek eskaintza abenduaren 7ko 23:59rako aurkeztu behar dute

**Alfredo Alvaro Igoa** OLATZAGUTIA  
Herritik Koskobilo II lezea eza-gutzera joaten diren bisitariei sarbide segurua eta estetikoak eman, eta herritarrek eta bisitariek bertako balio handiko natura eta kultura baliabide batzuk ezagutzera emateko asmoz, Olatzagutiko Udalak Koskobiloko lezerainoko ibilbidea moldatu, seinaleztatu, interpretatu eta informatzeko lanak eman nahi ditu. Lanek 63.666,92 euroko (BEZ kanpo) aurrekontua dute eta kalitate prezio erlazio onena duen eskaintzari emanen dio udalak. Enpresa hartzaileak lanak despeditzeko lau hilabete izanen ditu.

Olatzagutiko Udalak Koskobilo ingurua berreskuratu eta balioa eman nahi dio. Horretarako, Aranzadi zientzia elkartearekin harremanetan dago. Gainera, aurtengo Nafarroako Gobernuaren aurrekontuetan horretarako 80.000 euroko diru saila jasoa dago. Baina proiektu hori oraingoz ezin da gauzatu, harrobi zaharreko lurra zaharberrituta geratu behar direlako eta udalaren esku utzi. Bitartean, Olatzagutiko Udalak Koskobilo II eta IV aztarnategiak hartzen dituen proiektua gauzatu du.

## Eginen direnak

25 metroko desnibela gainditzeko 150 metroko luzera eta metro bateko zabalera duen bidea zabalduko da, %16ko malda izanen duena. Bidearen zoruan kaskailua jarriko da. Pertsonak bai, baina animaliak ez sartzeko pasabidea jarriko da ere. Bidea pintura berdearekin eta proiektu-



Arkeologoak Koskobilo II lezean. ARTXIBOA

## ASMOA DA BERTAKO BALIO HANDIKO NATURA ETA KULTURA BALIABIDE BATZUK EZAGUTARAZTEA

tuaren irudia duten balizekin seinaleztatu dute. Udalak ez du baztertu etorkizunean Koskobilo II lezerako igoera herriko intereseko beste puntu batzuk lotzen dituen (ahuntzetxea, burdin iturria...) homologatutako ibilbide labur baten barruan sartzea. Bidea homologatuz gero, pintura berdeari txuria gehituko lioke udalak.

Lezeen eta bere testuingurua- ren berri emateko udalak bost interpretazio panel jartzea aurreikusitako du. Informazio puntua kiroldegiko aparkalekuan jarri-

ko luke, han udalak autokarabandako gunea prestatu asmo baitu. Gainontzeko bost panelak handik lezerako bidean leudeke eta haien bidez honako berri jasoko litzateke: Koskobilo eta Urbasaren geologia testuingurua; herriko harrobiak eta Ornako iturria; jatorrizko arkeologia aztarnategiaren suntsiketa; iker-tzen ari diren leze berria, Neolitoko erdi eta zaharreko okupazioa izan zuena, eta, azkenik, Paleolitiko akaberako aire zabaleko Koskobilo IV aztarnategia.

Koskobilo II lezearen sarreran %40ko aldapa dago. Han lurrera finkatutako 3x2 metroko burdin sare sendoaz egindako plataforma jarriko da, lau pertsonendako tokia izanen duena; hara eskailera batzuen bidez igoko da. Lezearen sarreran, bestalde, 3,5 metro zabal eta 4 metro luze duen teilatua jarriko da.



Lehiaketan sarituak izan diren haur eta nerabeen talde batzuk. UTZITAKOA

## Haurren eskubideak marrazkietan emanda

Burunda mendebaldeko haurtzaroko tratu onaren sareak marrazki lehiaketako sariak banatu ditu

ALTSASU / OLATZAGUTIA / ZIORDIA

Haur eta Nerabeen Eskubideen Nazioarteko Eguna izan zen domekan. Hori kontuan izanik Altsasu, Olatzagutiko eta Ziordiko haurtzaroko tratu onaren sustapen sareak Haurtzaroko Eguna marrazki lehiaketa antolatatu zuen. Bigarren aldia da lehiaketa antolatzen duena. Lehen Hezkuntzako eta Bigarren Hezkuntzako lehen zikloko ikasleei zuzendutako lehiaketa zen. Parte hartzaileek haurren oinarriko eskubideetako 5. eskubideari buruzko marrazki bat aurkeztu behar zuten. Eskubide horrek dioenez, urritu fisiko edo psikikoek hezkuntza eta arreta bereziak jasotzeko eskubidea daukate: haien egoera zehatzak eskatzen duen tratamendua, hezkuntza eta zaintza jaso behar dute. Eskubide marrazki bihurtu, epaimahiak haiek baloratu eta sareko arduradunek astelenean banatu zituzten sariak.

## Sareaz

Haurtzaroko eta Nerabezaroko Tratu Onen Sustapen Sarea familiei bitartekoak eskaini eta txikiek sor daitezkeen egoerak bideratzeko laguntza ematen du. Helburu horrekin Burunda men-

## Sarituak

### LHko 1-3 mailak

1. Karen Gastaminza (Domingo Bados Eskola)
2. Sofia Valentina Gonzalez (Domingo Bados Eskola)
3. Enara Ganuza (Domingo Bados Eskola)

### LHko 4-6 mailak

1. Tahani Brahim (Domingo Bados Eskola)
2. Salma Azizi (Domingo Bados Eskola)
3. Oneka Gastaminza (Iñigo Aritza Ikastola)

### DBHko 1-2 mailak

1. June Otxoa (Iñigo Aritza Ikastola)
2. Oier Olaberria (Iñigo Aritza Ikastola)
3. Ioar Oroz (Iñigo Aritza I.)

debaldeko Oinarriko Gizarte zerbitzuak, ikastetxeak, liburutegiak, ludotekak, gaztetxoko eta beste hainbat arlotako profesionalak elkarlanean ari dira. Detekzio lana egin eta familiei babesa ematen dio sareak.



**EGOKI**  
Ventanas PVC Leihoak

www.ventanasegoki.com

Arkinoturri Industrialdea · Olazti

**GIDARIDUN LEHIO BERRIAK**  
Mugarik gabeko estetika modernoa

Erakusketa: Olite kalea 16 · Iruñea





Hobietako bateko lurra memorialean uzteko momentua. NAFARROAKO GOBERNUA

# Iruñeko atxilotze guneen memorialean Otsaportillo

1936 eta 1945 arteko atxilotze zentroyen oroimenezko memoria mustu zuten larunbatean. Orduan erabilitako hobietatik hartutako lurra gordetzen du memorialak, tartean Otsaportillokoa. Gunea Aralar kalean dago, zezen plazaren atzean

## SAKANA

Urtero moduan irailaren aurreneko igandean oroimen ekitaldia antolatu zuten Sakanako udalek Otsaportillon. Ekitaldiaren akaberan, lore eskaintza egin ondoren, bertaratu zirenek Jose Ramon Andaren eskultura ondoan zegoen ontzi batean lur apur bat botatzeko aukera izan zuten. Ontzi hartan jasotako lurra Otsaportilloko eta 1936ko estatu kolpearen ondoren ibarrean erabili ziren beste 11 hobien lekukotza izan nahi du.

Irailaren 4an ontzi hartan jasotako lurra larunbatatz geroztik Iruñeko atxilotze guneen oroimenezko zentroan dago, Nafarroan barnako hainbat hobietako lurrarekin batera nahastuta. Lurra bota zutenak eraildakoedo Iruñeko atxilotze zentroetan egondakoen senideak izan ziren. Alberto Oderiz eskultorearena Hipogeo memoria gune horizontala, harrizko 62 blokez osatuta, Nafarroan induskatu diren adina hobi. Harri horietako baten azpian da hobietatik jasotako lurra.

Iruñean 17 atxilotze zentro izan ziren eta handik pasatako asko

hil egin zituzten. Larunbatean mustutako oroimenezko gunea "topagune bat" da. Ana Ollo Hualde Herritarrekiko Harremanetarako kontseilariak azalduenez, "topaketak, hitzaldiak, bilerak edo 'Eskolak Memoria-ekin' programaren jarduerak egiteko diseinatutako tokia da. Behin betiko iraun dezan inoiz gertatu behar ez zen indarkeria justifika ezin baten oroitzapena eta matxinatuek defendatu zuten proiektu totalitarioari men ez egiteagatik zigortutako hainbat pertsonaren bizitza markatu duten sufrimenduak eguneratu daitezten".

Gobernuak gaztigatu duenez, 1936ko garilaren 19an Iruñean kolpe militarra irabazi ondoren, indarkeria handia piztu zen sektore disidente guztien kontra, eta horren adierazpen nagusietako bat oposizioko milaka pertsona atxilotu eta espetxeratzea izan zen. Nafarroako Gobernuak jakinarazi duenez, Iruñeko atxilotze guneetatik 15.000 eta 20.000 pertsona artean pasa ziren. Informazioa [www.oroibidea.es](http://www.oroibidea.es) webguneko *Gati-buen hiria* atalean dago.

**BIRGAITU SAKONKI,  
BIZIBERRITU ZURE AUZOA**

Eskatu orain, hiri- eta landa-inguruneetan etxebizitzaren eta eraikinen birgaitze energetikoari ekiteko europar laguntzak. Informazioa [www.vivienda.navarra.es](http://www.vivienda.navarra.es) webgunean

Financiado por la Unión Europea  
Europako Birtasunak Finantzatua  
NextGenerationEU

GOBIERNO DE ESPAÑA

Plan de Recuperación,  
Transformación  
y Resiliencia

Gobierno de Navarra  
Nafarroako Gobernua

2030

**BIZIBERRI  
NAVARRA REHABILITA**

## Euskararen zapalkuntza ikus-entzunezkoen bidez azalduta

EHEk euskaraz bititzeagatik euskaldunok pairatu dugun zapalkuntza mahaigaineratu nahi du

ETXARRI ARANATZ / ALTSASU

Euskal Herrian Euskaraz (EHE) eragile euskaltzaleak bi ikus-entzunezkoen emanaldietara gonbidatu ditu sakandarrak. Aurreneko emanaldia ostegunean, 19:00etan, Altsasuko Gure Etxea eraikinean izanen da eta, atzena, ostiralean, 19:00etan, Etxarri Aranazko gaztetxean. Bai emanakizun batean zein bestean lehenik Josu Martinezen *Anti* film laburra ikusteko aukera izanen da. Hartan kontatzen da nola Frantziaren alde Lehen Mundu Gerran borrokatu ondoren, soldadu joandako herritarrek Nafarroa Behereko Bizkarsoro herrira itzuli diren, eta ikusiko dute eskolan euskaraz mintzo diren haurrak, anti izeneko ziri mutur batekin seinalatuak direla. Horren ondoren, Euskal Herriko hizkerak eta ahozko ondarea gordetzen duen [www.ahotsak.eus](http://www.ahotsak.eus) webgunetik hartutako testigantzen txanda izanen da. Haietan herritarrek eskolan edo herrietan euskaraz aritzeagatik jasandako zigorren inguruko lekukotzak emanen dituzte. Emanaldiaren ondoren, Altsasun, hainbat herritarren esperientzietatik abiatuta, solasaldia egingen da.

Etxarri Aranazko eta Altsasuko EHEko kideek azaldu dutenez, zikloa antolatu dute "euskaraz bititzeagatik euskaldunok pairatu dugun zapalkuntza mahai gaineratzeko". Eragile euskaltzaleko kideek aitortu dutenez, emanaldia "kontzientzia hartze-

ko baliatu nahi dugu, hausnartzeko aukera eman, gure herriak eta euskaldunok jasan dugun eta oraindik ere jasaten dugun hizkuntza zapalkuntzaren inguruan". Antolatzaile euskaltzaleen iritziz, "egun bizi dugun egoerara zergatik eta nola iritsi garen ezagutu beharra dugu, egun oraindik ere pairatzen dugun egoera bere osotasunean ulertzeko ezinbestekoa baita".

### Manifestua

Eragile euskaltzaleko kideek gogorarazi dute eragileak *Egia, Aitortza eta Erreparazioa euskaldunontzat* izeneko manifestua aurkeztu zuela 2019an. Hartan adierazi zuen "herri gisa zapalduak, zatituak eta ukatuak" izan garela eta "horren ondorio dela egun euskaraz bizi duen egoera soziolinguistikoa". Manifestuaren bidez egia eskatu zuten, "hizkuntza eskubideen urraketa dimentsioa ezagutu nahi dugulako". Aitortza eskatu zuten, "nahiko genukeelako euskararen eta euskaldunon kontrako jazarpen politika garatu duten instituzioek, eragileek eta pertsonak egindako kaltea aitortzea". Azkenik, EHEko kideen iritziz, "osoki burujabea izango den hizkuntza politika batek bakarrik ekar dezake erreparazioa". Zehaztu dutenez, "euskaraz hitz egitea debekatzeak gure herriarendako eta herritarrendako suposatu zuen sufrimendua argitara eman nahi dugu eta aitortza eta erreparazioa eskatu".

# Energia komunitateak sustatzeko, hitzaldia

Nola eratu eta nola gauzatzen den energia komunitate bat azaltzeko hitzaldia antolatu du altsasuar talde batek, herrian halakoak sortzeko gogoia dutelako. Jakintza jasota, prest daudenean, energia komunitateak eratzeko pausoak ematen hasi nahiko lukete

Alfredo Alvaro Igoa ALTSASU

Energia komunitateei buruzko hitzaldia hartuko du asteartean, 19:00etan, Altsasuko Iortia kultur guneak: *energia soziala, gizartetik eta gizartearendako*. Hitzartaldia hartuko dute Energia Komunitateen Sareko kooperatibako presidente Rafa Larreinak eta Mendi Haran ur Partzuergoko presidente Jose Mari Martiodak. "Zer energia komunitate mota dauden eta zein lege egitura har dezaketen azalduko du Larrainak. Martiodak, berriz, hainbat energia komunitate sortu ditu eta bere eskarmentuaren berri ematen du". Hala jakinarazi digu hitzaldiko aurkezleak, Raul Agirre Siles altsasuarrak. Bera eta beste zenbait herritarrek energia komunitateekiko interesa dute eta haiei buruzko aurkezpena egitea erabaki zuten.

Energia komunitatea "elektritzitatea sortu eta kilowatta merkeago ateratzea baino askoz gehiago da. Hainbat arlo hartzen ditu: ingurumena, gizartea, pertsonen ingurumen eta gizarte konpromisoak, zero kilometroa, jasangarritasuna, tokiko enpresak laguntzea...", nabarmendu du Agirrek. Eta gaineratu duenez, "jendeak egin nahi duenaren eta hartu nahi duen konpromisoaren arabera haziko litzateke. Tresna



Lizarragako mikrosareko eguzki plakak. ARTXIBOA

horrekin arlo ekonomikoa gure esku gelditzen da eta onurak gizartearen aldeko jardueratan inbertitu daitezke".

Europako Batasunak zehaztu du 2050rako sortzen den energiaren %48 iturri berriztagarriak izan behar duela, "eta, zehazki, energia komunitateetatik. Beste helburuetako bat da sareen bitartez egiten ari den energiaren joan-etorria murriztea, banaketa energia galera izugarriak baitaude".

Agirrek azaldu duenez, "filosofia horren arabera energia

kontsumitu behar den tokian sortzen da, edo ahalik eta erradio txikienean kontsumitu. Gaur egun 1.000 metroko erradioa onartzen da". Baina, betiere, energia iturri berriztagarriak izan behar dira energia komunitate baten oinarrian daudenak: haizea, ura, biomasa, geotermia, biogasa... Pertsonak autokontsumorako sortzen dituzte energia komunitateak. Gaineratu duenez, Europako zuzentzarauak toki erakundeei gomendatzen die energia komunitateei babesa eta laguntza ematea.

ATE IREKIAK

# Goierri Campusa

ORDIZIA

INGENIARITZA MEKANIKOKO GRADUA

Abenduak 3, 11:00

Eman izena

www.mondragon.edu/ate-irekiak



# Sakanako Gida etxe guztietara iritsiko da

Ibarreko gremioen eskaintza zabalaren berri jasotzen du, baita establezimenduekin eta langileekin harremanetan jartzeko modua emanen du ere. 8.500 etxeetan banatuko da urte akaberan. Bizi ditugun garaiak behartuta prezioak %10 igo dira

## SAKANA

Garai ezegonkorrak bizi baditugu ere, GUAIXE FUNDAZIOAK Sakanako Gida argitaratuko du, "iruditzen baitzaigu gida ibararren negozioen ikusgarritasuna bermatzeko ezinbestekoa dela. Gainera, jasotako iritziek lagundu digute ere erabakia hartzen". Aurtengoa Sakanako Gidaren 9. edizioa da, "baina aurtun, aspaldiko partez, eta egoerak hala behartuta, prezioak eguneratu behar izan ditugu".

Gidak balio du tokiko ekonomia-aren muina diren zerbitzu eta establezimenduen eskaintza zabalak sakandarrei eta bisitariei ezagutarazteko. Sakanakoari balioa eman eta aitortzeko, ibarreko zerbitzu eta establezimenduekin harremanak estutu eta bultzada emateko helburua du. Pandemiak tokiko merkataritzaren eta zerbitzuen premia agerian utzi zuen. Merkataritza txikiak asko sufritu zuen, eta pairatzen ari da gaur egungo



Ibarreko postontzi guztietara iritsiko da Sakanako Gida urte akaberan. ARTXIBOA

krisi testuinguruarekin. GUAIXE FUNDAZIOAK argitaratzen duen gida 0 km-ko gida da, gertukoa, bertakoa baloratzen duena. Herrietako denda, taberna, elkarte, enpresa eta zerbitzu publikoen informazioarekin

batera, erabiltzaileei zerbitzurik onena eskaintzeko helburuz, informazio praktikoa ere badu: osasun etxe, udal edo bestelako erakundeen telefonoak, egutegiak eta hainbat herrietako mapak ditu gidak.

## Bi formatu

Sakandarrek etxean paperezko ehun bat orriko gida jasoko dute urte akaberan. Sakanako Gidak badu bertsio digitala ere, [www.guaixe.eus/gida/](http://www.guaixe.eus/gida/) webgunean kontsultatu daitekeena. 260 erreferentzia biltzen ditu eta beharrezko helbidea, telefonoa, e-posta edo web orria jakiteko eta zuzenean harremanetan jartzeko aukera ematen dio erabiltzaileari. Gainera, erabilera errazteko gremio edo herriaren araberako bilaketak egiteko aukera ere dago. Gida digitala tokiko merkataritzaren eta zerbitzuen Sakanarako eta mundurako erakusleioa da. Bestalde, onlineko bertsioan ere aurrerapausoak ematen gabilta eta emaitza aurki ikusiko duzue. Horretan bidaide dugu euskarazko tokiko hedabideen batezagunea, Tokikom. Haren publikitate kanala 65 hedabidek osatzen dugu: 25 webgunek, 26 aldizkarik, 5 telebistak eta 9 irratik. Tokiko sare handi bat da eta onarpen maila handia dauka: 200.000 irakurle prentsa idatzian eta 52 milioi ikusitako orrialdetik gora urtean.

Sakana biziagoa eta ibarreko lanpostuen mantentzea eta sorrera bultzatzen da bertan kontsumituz. Horretan erraztasunak ematen ditu BelexeGuaixe txartelak. Fundazioaren babesle diren 1.400 sakandarrei 90 bat establezimendutan abantailak eskaintzen dizkie.

## Saihesbideko lanei 2023an berrekinen diote

Eraikuntza enpresak kontratua bete ez eta gobernuak bere gain hartu ditu falta diren lanak

## IRURTZUN

Lastailaz geroztik ez dago mugimendurik Irurtzongo saihesbideko lanetan. Construcciones Boreste SA eraikuntza enpresa ari zen lanak, baina jabez aldatu eta berriak langileak kalera tu ondoren, saihesbideko lanak geldirik gelditu ziren. Enpresak kontratua bete ez duela ikusita, Nafarroako Gobernuak hura baliogabetuko du. Erabakiari alegazioak aurkez dakizkiok, baina gobernuaren asmoa da falta diren lanak bere gain hartzea. Irurtzongo alkate Aitor Larraza Carrerak jakinarazi duenez, ilbeltzean berrekin diezaiekete lanei, baina ez da ziurra". Saihesbidea despeditzeko lanen %10 egitea falta da; batez ere bi arek zati, oinezkoentzako pasabideak eta galtzada harriak amaitzea, argiak eta seinale horizontalak jartzea, lorategiak egokitzea eta ezpondak landareztatzea falta da.

Hitzen, ekintzen eta errimen eztanda. Herri bat BERRIaren kulturaren plazan.



## Izan BERRIAlagun 6 hilabetez 50 euroan eta eraman BERRIaren agenda opari

Asteko ikuspegia



Bietako bat aukeran



Eguneko ikuspegia

\* Abenduaren 20 arte  
(0034) 943-30 43 45

[Berria.eus/berrialaguna](http://Berria.eus/berrialaguna)

berria **zuk badakizulako**

HARA ZER DIEN

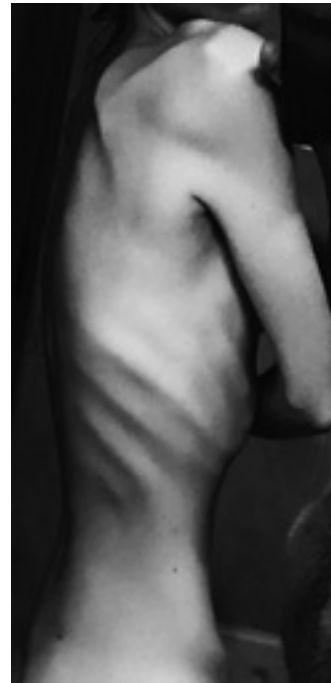
## Gizarte erronka: elikadura nahasteak Gorputzarekin bakea berreskuratuz

ANDREA CARRILLO JUANBELTZ

Azaroaren 30a elikadura nahasteak ikusgai jartzen dituen eguna dugu. Hauxe, ezezaguna bezain ohikoa den gaixotasuna. Beharbada, oraindik ere gizartearen eskutik estigma eta ezjakintasun gehiegi jasotzen du, geure ikuspuntua aztertzea interesgarria bihurtuz. Azken urteotan, kaltetutako pertsonen kopuruak gora egin du, geroz eta adin txikiagoetan agertuz, ohikoena 12 eta 25 urte bitarteko emakumeak izanik. Dena den, genero identitate, gorputz, adin, arraza edo klase sozial mota guztiei eragiten dien arazoa da, beharren ratioa irekitzea beharrezkoa delarik. Hau horrela, zaila da honako gaitzaren eraginen datu zehatzetara iristea. Hala da bai ezjakintasunagatik, lotsagatik, ez onartzeagatik baita tratamendu bat eskuratzeko zailtasunagatik ere, azkeneko hau gehienetan ez baita existitzen edo ordaintzea ezinezkoa delako. Guzti honen gorabeheran, gogoratu nahiko nuke heriotza tasa handiena duen buruko gaixotasuna dela.

Jendea honengatik hil egiten da; berriz esango dut: hil. Autosuntsiketa bidaia honetan, ordea, gizarteak badu bere protagonismoa. Badaukagu, bada, gure ardura. Lehenik, garrantzitsua iruditzen zait gaixotasun mentala dela aitortzea. Hau da, buruarekin zerikusi handia duen gaixotasuna. Aldiz, elikadura nahastei buruz aritzean gorputzari buruz hitz egin gabe ezin gaitzete ibili, hauek pisuan, gorputz irudian eta elikaduran arreta jartzea baitute ezaugarri, elikadura jokabide arriskutsuak eraginez. Orokorrean pentsatzen ohi dugu, errealitatetik urrun, pisu gutxiko pertsonak bakarrik dutela elikadura nahasteren bat eta pisua berreskuratzeak sendatzea dakarrela. Hala, pisua irabazterakoan "hobe ikusten zaitut" ala "ez zaude hain gaizki!" motako mezuak bidaltzen ditugu, pisu normatiboa osasuntsutzat hartuz. Aldi berean, guztioi zeharkatzen gaituen gizenfobiak, ikusten ditugun gorputz irudien arabera iritzia ematera eta batez ere epaitzera

garamatza, hau bera osasun egoerarekin nahastuz. Akats larria honakoa, arazo hauen diagnostikoa atzeratzea eta pisura bideratutako tratamenduak eskaintzea eragiten duena. Horrek adabakia jartzen dio arazoari, sendatzeari ekin ordez. Nire irudiz, ordua dugu elikadura nahasteekin harrituta gelditzeari uzteko baita sufritzen dutenei errua botatzea eteteko ere. Dirudienez, gainerakoek, sano gaudenok, geure gorputza onartzen dugu, ez dugu etengabe aldatu nahi edo, are gehiago, ez ditugu gainerakoek gorputzak epaitzen, ezta? Ez da kasualitatea gorputzarekiko arazo mota hauek sortzea, gorputzaren kontrola arrakastaren sinonimo duen mundu batean bizi garen heinean. Batez ere emakumeotan, baita gizonezkoetan ere badago gorputzarekiko ardura. Gaur egun, sare sozial, webgune eta profil ugari edertasun estandarrek lortzeko jokabideak bermatzeari eta irakasteari ekiten diote, gu geu guzti hauetaz elikatuz. Hauek, era berean, osasun fisiko, emozional eta mentalarekin kontraesanetan daude. Hausnartu dezagun egunero geure gorputzari zuzenduta jasotzen ditugun mezuei buruz, denak asegabetasunera eta aldaketara bideratuak: "lortu zure gorputz ideala!", "jantzi ezazu bikini irudia udara honetan!", "Gabonetan, ez zaitzeturroiarekin soberan ibili!", "badakizu, gehiegi jaten baduzu, erre ezazu", "aizu, ez hainbeste jan!" edo "tripatxoa atera zaizu, motel!". Aipatzekoak ere oso modan dauden helburu fisikoak dituzten dieta murriztaileak, asteburuan bazkari librea eskaintzen dutenak, hau da, betekada bat. Baita tarteka proposatzen diren baraualdiak ere, jende guztiaren eskura. Baina, aizu, betekada, baraualdiak eta janari



murrizketena ez al da elikadura nahasteak dituztenen kontua soilik? Gainera, zer mezu bidaltzen ditugu edo nola pentsatzen dugu besteen gorputzez? Gehienetan osasuna pisuarekin nahasten dugu, gorputzak berak eskatzen dizkigun beharrak entzun eta norbere zaintzarako jarraibide egokiak jasotzetik urrun. Gorputz bakoitza mundu bat da, gure mundua. Berriz ere, ez diogu geure buruari entzuten eta gure helburuak kanpora bideratuz bizi gara onarpen sozial horren bila, erronka pertsonal bihurtuta. Bigarrenik, aipatzekoa da elikadura nahasteak depresioarekin edo haurtzaroko traumekin duen harremana, ondorio fisiologikoen zerrrenda luzeaz gain: bihotz, giltzurrun, zirkulazio, digestio eta hezur arazoak, besteak beste. Haatik, ahazten diren osasun arazoak, "gazte eta argala: osasuntsu" motako esaldiekin estaliz. Dena den, pisua ez da larritasunaren seinale bakarra, horren atzean arazo gehiago egon daitezkeelako. Horregatik, tratamendua etengabe berrikusketan dabil, batzuk psikologikoki beste batzuk pisua oinarri duten zaintza fisikotik, oraindik guztiz asmatu gabe. Nafarroan adibidez, ez dago arreta espezializaturako zentro publikorik, Elikadura Nahasketen Unitatea (UTCA)

duela gutxi itxi dutelarik. Zer esanik ez pribatuei buruz, biztanleriaren talde txiki batzuentzat direlarik. Tratamendu berezitzen premia beharra aldarrikatu nahiko nuke, edonoren esku, arazoaren etengabeko gorakada ikusita.

Hala, kaltetuak bere bizitza zein familiarena desegiten duen autosuntsiketa batean murgilduta dagoela, gaixo dagoena erantzule egiten jarraitzen dugu, beste aldera begiratuz. Aldiz, gaixotasunari aurre egiteko, baita ondoan jarraitzeko ere balio izugarria behar da, ikusi dugun baliabide faltarekin. Familiei aipamen berezia egin nahi diet, gehienetan epaituak eta errudun bihurtuak. Batez ere amak. Zuk hobeto egingo al zenuke ala? Hortxe egotea ez da batere erraza.

Bukatzeo, esan gorputza negozio bihurtu dela. Ezinezko kanon batera iristea etengabeko frustrazioan gaitu, aldi berean berehalako plazerez asetzen gaituztelarik. Gorputzen onarpenetik urrun, gorputzaren etengabeko arbuioak elikatzen gara. Zuk zer ikusten duzu ispiluan begiratzen zarenean? Zer esaten diozu zure buruari gorputzari buruz? Hauxe dugu hazitegia eta arazo hauen sorrerari eusten dion oinarri soziala, honek gizarte erantzukizun osoa eskatuz. Geure ardura. Geure gorputzarekiko harreman eta besteen gorputzarekiko errespetutik hasita, guztiontzako tratamendu aukera duinarekin bukatuz. Zeren, sendatzearen lagunik handiena norberarekiko gupida baita. Horretarako, espazio seguruak diren eta epaiketatik at dauden laguntza sareak sortzea beharrezkoa dugu, berreskurapen positibora begira. Nire ustez, gizarte gisa bide luzea dugu egiteko. Indibidualki ere hastea tokatzen zaigu, norbere gorputzera noranzkoa berreskuratuz:

*Nire gorputzari, emeki, esan nion: "Zure laguna izan nahi dut".*

*Arnasa sakon hartu eta erantzun zuen: «Bizitza osoa daramat honen zain».*

-Sonya Renee Taylor-

### DUELA 25 URTE...



### Lizarragako botika mustu zuten

Pili Calvo Valerok farmazia "gogo handiz" zabaldu zuen. Azaroaren 25ean zabaldu zituen atea, Intxorreta kaleko 7. zenbakian. Ordura arte lizarratarrek Arbizura edo Etxarri Aranatzera joan behar zuten botika eske. Horretaz emakumeak arduratzen ziren. Baina, batez ere 40 urtetik gorako emakumezkoek autorik ez zuten, herrietara joan zen bakarren baten bila ibiltzen ziren, botika eske joateko. Halako kontuak bukatu ziren Lizarragan bertan farmazia zabaldua.

# Baigorri eta Sakanako trail estazioak gertuago

Dauden elkarlan aukerak aztertzeko bi trail estazioetako ordezkariak bilerak egin eta elkarren berri izan dute. Aldeek elkarri bisita egin diote eta mahai inguru bat egin dute. Erakundeaz aparte, mendi taldeak eta Lanbide Heziketa institutua daude

## SAKANA

Uharte Arakilgo Itxesia kirol gunean dago Sakana trail estazioa, mendi lasterkariendako espazio bat eskaintzeaz aparte, ibarreko mendietan barna ibiltzeko bost ibilbide eskaintzen ditu. Haren bueltan daude Uharte Arakilgo Udala, Sakanako Garapen Agentzia (SGA) eta ibarreko mendi lasterketen antolatzaileak.

Trail estazioari beste bultzada bat emateko Nafarroako Gobernuaren Toki erakundeei eta entitate sozialei dirulaguntzak, mugaz gaindiko lankidetzak jarduerak sustatzeko dirulaguntza deialdira proiektua aurkeztu zuen udalak. Horren ondorioz, Sakanako eta Baigorriko trail estazioetako ordezkariak harremanetan hasi dira. Udala eta SGaz aparte, ibarreko ordezkariak osatu dute Uharte Arakilgo Kilometro Bertikaleko antolatzaile den Aralar Mendi elkarteak, Altsasuko Mendigoizaleak kluba, Sakanako Mankomunitateko Kirol Zerbitzua, Bidelagun Sakanako turismo elkarteak eta Sakanako Lanbide Heziketa (LH) institutuko Mendi Ikasketetako irakasle eta ikasleen ordezkariak.

## Bilerak

Lastailean bi bilera egin zituzten aldeek. Sakandarrekin batera



Sakandarrak Baigorri harrera egin zietenekin batera. Elkarlana aztertzen ari dira.

Nafarroa Beherako herrira ere Goiturreko ordezkari bat joan zen Baigorriara. Elkar ezagutu, bi trail estazioen kudeaketa nolako den jakin eta aurrera begirako lankidetzak aukerak identifikatzen hasteko balio izan zuen. Uharte Arakilgoak lankidetzak aukeretan gehiago sakontzeko balio izan zuen. Bisitekin herrietako azpiegiturak ezagutzeko aukera eman zuten. Uharte Arakilgoen ere bildu ziren, trail estazio eta lasterkariei buruzko mahai inguru batean. Baigorri, Gipuzkoa, Gorbialdeko eta Sakanako

estazioen proiektuak aurkezteaz aparte, hainbat mendi martxa eta lasterketen eta Sakana LH institutuaren proiektuak eta esperientziak aurkeztu ziren.

SGAko turismo teknikari Paki Urbitarte Cabrerak azaldu duenez, "emandakoa lehen pausoa da. Elkar ezagutzeko eta sareetako eta elkarlanerako aukerak aztertzeko. Elkar ezagutzak elkarlana ahalbideratu" dezakeela gaineratu du Urbitartek, eta nabarmendu duenez, "guztioek ere Station de Trail nazioarteko sarearen barruan gaude".

## IRAGARKI SAILKATUAK

### LANA/NEGOZIOAK

#### LAN ESKAINTZA

**Arakilgo Udalak bi lanpostu betetzeko deialdia egin du:** Dinamizatzaila soziokulturalaren lanpostua oposizio lehiaketa bidez bete nahi da, eskabidea aurkezteko epea azaroaren 29an amaitzen da eta administrari laguntzaile lanpostua merezimendu lehiaketa bidez, parte hartzeko eskabideak eta dokumentazioa abenduaren 14a baino aurkeztu behar dira Arakilgo udaletxean.

**Irurtzango Udalak atezaina kontratatzeko oposizio lehiaketa egingo du:** Gidabaimena, B2 Euskara ziurtagiria derrigorrezkoak izango dira. Parte hartzeko eskabideak abenduaren 10a baino lehen aurkeztu behar dira udaletxean.

**Uharte Arakilgo Udalak zerbitzu aniztetako langile lanpostua bete nahi du:** Merezimendu lehiaketaren bidez beteko du lanpostua, D mailakoa da eta B1 euskara ziurtagiria izatea derrigorrezkoa da. Deialdian interesa dutenek azaroaren 29ra arte dute eskabideak eta dokumentazioa aurkezteko epea.

**Arbizuko Udalak garbitzaile eta zumba irakaslea lanpostuak betetzeko oposaketak egingo ditu:** Kiroledgian ariko den garbitzaile bat kontratatu nahi du lanaldi erdian eta zumba irakaslea heren bateko lanaldian. D mailako postuak izango dira. Deialdian parte hartu nahi duenak azaroaren 29ra arte dute eskabideak eta dokumentazioa udalean aurkezteko epea.

### OHARRAK

**Guardetako argazkiak biltzeko deialdia:** Lakuntzako Zabalarre Elkartea Aralarako Guardetxe agertzen diren argazkiak biltzen dabil, eta erakusketak egin nahi dute "Guardetxe proiektuaren egoera eta egin daitezkeen hurrengo ekintzei buruz hitz egitea" du helburuarekin. Halako irudirekin duenak udaletxera bulego ordutegian joan daitezke argazkia eskaneatuko dute eta jabeari bueltatuko diote momentuan bertan.

**EGA ziurtagiria eskuratzeko matrikula epea zabalik dago:** EGA probak egin nahi dituztenek matrikula telematikoki formalizatu ahal dute [www.navarra.es](http://www.navarra.es) web orriko Erregistro Orokor Elektronikoren bidez, edo aurrez aurre Nafarroako Gobernu Hezkuntza Departamentuko Informazio Bulegoan ( Santo Domingo aldapako 8. zenbakian, 8:30tik 14:30era). Matrikula-tasak 26,20 eurokoak (tasa arrunta) eta 13,10 eurokoak (tasa murriztua) izango dira. Matrikula egiteko epea abenduaren 15ean amaitzen da.

**Olaztin elkartasan bilketa eta azoka:** Sakanako Mankomunitateko Anitzartean Kulturartekotasun zerbitzuak eta Olatzagitiko Udaleko Kultura zerbitzuak eta ludotekak elkartasan bilketa antolatuta dute lehenik eta elkartasan azoka ondoren. Egoera onean dauden objektuak abenduaren 1ean eta 15ean, ostegunak, 09:00etatik 12:00etara, jasoko dituzte Olaztiko kultur etxean, eta azoka abenduaren 18an izanen da, frontoian.

**Etzari Aranazko Gaztekokoa zabalik:** maiatzaren 28ra arte egonen da zabalik asteburuetan; larunbatetan 17:00etik 21:00etara eta igandetan 17:00etatik 20:30era. Gaztekoan LHko 6. maila eta DBH 4. maila bitarteko gazteei zuzenduta dago eta oraindik izena emateko aukera dago. Matrikula ordaindu behar da. Informazio gehiago nahi duenak udaletxera jo dezake edo 606 239 008 telefonora hots egin dezake edota [kultura@etzariaranaz.es](mailto:kultura@etzariaranaz.es) helbide elektronikora idatz dezake.

**Altsasun kontziliazioan laguntzeko Egunerriararako ludoteka eskaintza:** Txantxari udal ludotekak Aisiaz Blai programa eskainiko du 3 eta 12 urte bitarteko haurrentzat (2010 eta 2019 artean jaiotakoak) abenduaren 22tik 30era eta ibeltzaren 2tik 5erako, goizeko 8:30etik 13:30era ludotekan egon daitezten. Izen ematea azaroaren 28tik abenduaren 2ra izango da, 948 012 012 telefonora deituz edo [www.altsasun.net](http://www.altsasun.net) web orriaren bidez. Argibide gehiago Txantxari udal ludotekan, 948 467 471 telefono

noan edo [ludoteka@altsasu.net](mailto:ludoteka@altsasu.net) e-postara idatziz.

**Bakaikun 2023ko kalendariua egiteko argazki eske:** herriarekin lotura duten hamabi argazki behar dituzten hura osatzeko. Egutegia bakaikuar guztien artean egin nahi dutenez herriarrei argazkiak bidaltzeko eskatu dute egileek, argazkiak gaurkoak edo garai batekoak izan daitezkeela zehaztu dute ere. Paperean edo modu digitalean, dendan, Koxkon edo udaletxean utzi daitezke ( argazki guztiak berehala bueltatuko zaizkie jabeei) edo [bakaiku.egutegia@gmail.com](mailto:bakaiku.egutegia@gmail.com) e-postara bidali. Irudiak aurkezteko epea azaroaren 30ean amaitzen da.

**Emakumeen arteko sareak ehundu:** A25 ekimenaren barruan Sakanako emakumeen topaketa egingo da da azaroaren 27an; sortu zure oihal zatia (patchwork, kaporratz, gantxilloa...) eta ekarri topaketara, bertan oihal zati guztiak ehundu ditugu. Izena eman azaroaren 22a baino lehen [berdintasuna@sakana-mank.eus](mailto:berdintasuna@sakana-mank.eus) helbidera idatziz.

**Adur rol jolasa euskaraz eta dohako:** Telegram bidez jolasten den rol joko bat jarri du marxan Eneko Azedok. "Adur - Azken erronka" Euskal Erdi Aro mitologikoan girotuta dago, lruñetik hasi eta Euskal Herri guztiatik bidaiatzeko aukera ematen du, izaki mitologikoak aurkitu eta abenturak biziz. Telegram bidez esteka honetan sar zaitezke: <https://t.me/+ANOUJSCItSOM210>.

**Arropa bilketa:** Baduzu erabiltzen ez duzun arroparik, eta ez dakizu zer egin? Arakilgo udalaren arkupean bilketa gune bat irekitzera goaz. Hilabeteko lehen azoka egunean, astearteetan, 11:00etatik 13:00etara. Errotxapean dagoen Elkarri Laguntza Elkartean duen egoitzara eramango dugu, bilketaren bihamunean. Ixpiru Taldea 620 254 230 eta Mank Anitzartean 648 070 710 antolatuta.

[iragarki@guaixe.eus](mailto:iragarki@guaixe.eus)

[www.iragarkilaburak.eus](http://www.iragarkilaburak.eus)

**Atez ate.**  
Egunero herriz herri Amayako banatzaileak zure etxera gurturaten dira produktu freskoak emateko, egin berriak. Goza ditzazun, bere zapore eta testura bereziarekin.  
[amayaokindegia.eus](http://amayaokindegia.eus)

Nire Guaixeke

Rajurei besetkade handi bot!!!

Losoba Etxuchia

LA BELLA





# Zorionak! Joseba!



## AGENDA

EMAGUZUE ZUEN EKITALDIEN BERRI  
ASTEAZKENEKO 13:00AK BAINO  
LEHEN. Tel.: 948 56 42 75 / 661 523 245 /  
kultura@guaixe.eus

## OSTIRALA 25

**IZURDIAGA A25. Elkarretaratzea.**  
Sakanako Mugimendu Feministaren  
*Indarkeria matxistaren aurrean,*  
*Autodefentsa feminista* Izurdiagatik  
Irurtzunerera martxa.  
**18:00etan, plazatik.**

**LAKUNTZA A25. Elkarretaratzea.**  
Sakanako Itaiaren *Indarkeria*  
*matxistari aurre egiteko sozialismoa*  
*eraiki* mobilizazioa.  
**18:00etan, plazan.**

**UHARTE ARAKIL A25.**  
**Elkarretaratzea.**

Sakanako Mugimendu Feministaren  
*Indarkeria matxistaren aurrean,*  
*Autodefentsa feminista* kontzentrazioa.  
**18:30ean, plazan.**

**ETXARRI ARANATZ A25. Antzerkia.**  
Lorena Arangoaren *Tera Pia*  
antzezlanaren emanaldia,  
Emakumeen aurkako indarkeriaren  
kontrako egunaren harira.  
**18:30ean, kultur etxean.**

**IRURTZUN A25. Elkarretaratzea.**  
Sakanako Mugimendu Feministaren  
*Indarkeria matxistaren aurrean,*  
*Autodefentsa feminista* kontzentrazioa.  
**19:00etan, plazan.**

**ARBIZU A25. Elkarretaratzea.**  
Sakanako Mugimendu Feministaren  
*Indarkeria matxistaren aurrean,*  
*Autodefentsa feminista* kontzentrazioa.  
**19:00etan, plazan.**

**BAKAIKU A25. Elkarretaratzea.**  
Sakanako Mugimendu Feministaren  
*Indarkeria matxistaren aurrean,*  
*Autodefentsa feminista* kontzentrazioa.  
**19:00etako, Erdiko iturrian.**

**ITURMENDI A25. Elkarretaratzea.**  
Sakanako Mugimendu Feministaren  
*Indarkeria matxistaren aurrean,*  
*Autodefentsa feminista* kontzentrazioa.  
**19:00etan, plazan.**

## ZINEMA

## ALTSASU

IORTIA KULTUR GUNEKO  
ARETO NAGUSIAN

**As bestas gaurkotasunezko  
filmaren emanaldia**  
Ostirala 25 19:00  
Igandea 27 19:30

**Filmoteka Nafarroan: Matrioskas,  
las niñas de la guerra** film  
dokumentalaren emanaldia  
**Helena Bengoetxea**  
zuzendariarekin  
Astelehena 28 19:00

**Vasil gaurkotasunezko filmaren  
emanaldia**  
Osteguna 1 19:00  
Ostirala 2 19:30

IORTIA KULTUR GUNEKO  
ARETO TXIKIAN

**La maternal zineforum filmaren  
emanaldia**  
Igandea 27 19:00

**Sintiéndolo mucho zineforum  
filmaren emanaldia**  
Osteguna 1 19:00

**URDIAN A25. Elkarretaratzea.**  
Sakanako Mugimendu Feministaren  
*Indarkeria matxistaren aurrean,*  
*Autodefentsa feminista*  
kontzentrazioa.  
**19:00etan, plazan.**

**ALTSASU A25. Manifestazioa.**  
Sakanako Itaiaren *Indarkeria*  
*matxistari aurre egiteko sozialismoa*  
*eraiki* manifestazioa.  
**19:00etan, Foru plazan.**

**ALTSASU A25. Manifestazioa.**  
Sakanako Mugimendu Feministaren  
*Indarkeria matxistaren aurrean,*  
*Autodefentsa feminista* eskualdeko  
manifestazioa.  
**20:00etan, Foru plazan.**

**IRURTZUN A25. Film  
dokumentala.**  
*El dolor se aprende y se puede*  
*desaprender* film dokumentalaren  
emanaldia.  
**18:30ean, kultur etxean.**

**ETXARRI ARANATZ A25.**  
**Kontzertua.**  
DJ gaua Abuelo & Obi Juanekin.  
**23:00etan, Leku Ona tabernan.**

**OLATZAGUTIA A25. Kontzertua.**  
Haitza taldearen kontzertua.  
**23:30ean, Barandi tabernan.**

## LARUNBATA 26

**ARBIZU / LIZARRAGA Topaketa.**  
Herritarren Energia Komunitateen  
I. Topaketa.

**09:00 Mikel Irujo Amezaga**  
Ekonomia eta Enpresa  
Garapenerako  
kontseilariaren ongietorria.  
*Arbizuko ekokanpinaren*  
*eraikin zirkularrean.*

**09:30 Lizarragako mikrosarean**  
Sakanako Garapen  
Agentziaren bisita gidatua.

**12:00 Artelan aholkularitzak**  
dinamizatutako parte hartze  
tailerra.  
*Arbizuko ekokanpinean.*

**14:00 Bazkaria eta bazkalostekoa.**  
*Arbizuko ekokanpinean.*

**SAKANA Kalejirak.**

Santa Zezili ospatzeko Haize Berriak  
bandaren 25. urteurren kalejirak kide  
berriei ongietorria emanaz.

**10:00 Lakuntza.**

**11:00 Iturmendi.**

**12:00 Olatzagutia.**

**13:00 Altsasu.**

**ETXARRI ARANATZ Herri batzarra.**  
Etxerako bidean, baina nola? Etxarriko  
presoen berri emateko herri batzar  
irekia. Amaia Izko abokatuarekin eta  
Sare-ko eta Etxerat-eko kideekin.  
**11:00etan, kultur etxean.**

**BAKAIKU Elkartearen eguna.**  
Bakarreko Etxea elkartearen eguna.  
**13:00 Poteoa Bakaiku Kantuz-**  
**ekin.**

**14:00 Haurrendako bazkaria.**

**14:30 Bazkaria.**

**15:00 Haurrendako tailerrak.**

**16:30 Bazkalondoa: Bingoa, musa,**  
**karaokea...**

**20:00-21:30 / 23:00-01:00**

**Trikidantz.**

**22:00 Mokadu jatea.**

**UHARTE ARAKIL A25. Topaketa.**

Uharte Arakilgo Mugimendu  
Feministak Emakumeen aurkako  
indarkeriaren kontrako egunaren  
harira antolatutako ekimenak.

**14:30 Emakumeon\* arteko  
bazkaria, alhondigan.**

**18:00 Lorena Arangoaren Tera Pia**  
antzezlanaren emanaldia,  
udaletxearen ganbaran.



**ETXARRI ARANATZ.**  
**Indarkeriarik kontsumitzen al  
dugu? SETEMen erakusketa.**  
*Azaroaren 21etik abenduaren 2ra*  
*arte. Astelehenetik ostiralera*  
*15:00etatik 20:00etara.*  
**Liburutegian.**



**ETXARRI ARANATZ Pala txapelketa.**  
XVIII. Gure Pilota Nesken Sakanako  
Pala Txapelketaren lehen jardunaldia.  
Lehen maila: Otxoa – Macicior /  
Sarasibar Saralegi, Aldasoro – Lopeza  
/ Berekoetxea – Eskala.  
**16:30ean, Euskalerriari frontoian.**

**ALTSASU Festa.**  
AEK Fest! Afari elegantie.  
**18:30 Joxe Aldasorearen bakarriketa,**  
**Arkangoa tabernan.**  
**19:30 Pote fest, Euskaltegian.**  
**21:30 Afaria, Arkangoa tabernan.**

**IRURTZUN A25. Antzerkia.**  
Boga-boga konpainiaren *Behi-jasa*  
antzezlanaren emanaldia. Sakanako  
Mankomunitateko Berdintasun  
zerbitzuak antolatuta.  
**19:00etan, kultur etxean.**

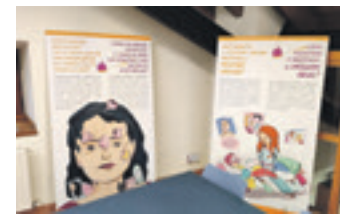
**ALTSASU Antzerkia.**  
Castroko Tela Marinera konpainiaren  
*Nunca es tarde si... antzezlanaren*  
emanaldia. Tarima Beltza antzerki  
taldeak antolatuta.  
**19:30ean, Iortia kultur gunean.**

## IGANDEA 27

**ARAKIL Mendi Martxa.**

Ihabartik Irurtzunerako. Arakilgo  
Udalak eta Iratxo Elkarteak antolatuta.  
**08:30 Irteera Ihabarko plazatik.**

**IRURTZUN Elkarrizlaguntza**  
**elkartearen Logela bat ez da**  
**bizileku bat argazki erakusketa.**  
**Abenduaren 1 arte. Pikuxarren.**



**ALTSASU Juan Moreno eta Oier**  
**Pesquera artisten Asemejanza**  
**erakusketa.**  
**Abenduaren 2ra arte.**  
*Iortia kultur guneko*  
*erakusketa aretoan.*

**11:00 Egiarretako erretaulara**  
**bisita.**

**11:30 Gosaria Itxasperrin**  
**(norberak berea eraman).**  
**Ondoren, Irurtzunerera.**

**ETXARRI ARANATZ A25. Topaketa.**  
Emakumeen aurkako indarkeriaren  
kontra *Emakumeen arteko sareak*  
*ehundu* ekimena. Sakanako joste  
tailerretan eta emakume taldeetan  
egindako oihalekin patchwork bat  
osatuko dute, plazan.  
**11:00 Topaketa.**  
**13:00 Ekitaldia eta Pantxika**  
**Lamurren sorpresa.**

**ETXARRI ARANATZ Pala**  
**txapelketa.**  
XVIII. Gure Pilota Nesken Sakanako  
Pala Txapelketaren lehen jardunaldia.  
Elite maila: Murillo – Paula / Irati R. -  
Miren, Zulaika – Dufur / Espinal – Igoa.  
**11:00etan, Euskalerriari frontoia.**

**UHARTE ARAKIL Herri kirolak.**  
Sakanako Herri Kirol Eguna:  
Sakanako herri kirolariak, aizkolariak,  
harri jasotzaileak, soka tiratzaileak.  
Sakanako Mankomunitateko Jarduera  
Fisiko zerbitzuak antolatuta.  
**11:30ean, plazan.**

**ARBIZU Haurrendako antzerkia.**  
*Historiko nago!* ipuin-antzeztuaren  
emanaldia, Gora Gora Fest!

Er<sup>v</sup>iti aluminio PVC

Akaborro industrialea 13 Irurtzun | 948 500 813 | info@aluminioserviti.es

LEIHOAK, ATEAK, BALKOI ETA TERRAZEN ITXITURAK

Erakusketa Irurtzunen

Kalitatea, harrera ona  
eta prezio ezin hobea

## ESKELA

**Fermin Gabirondo Agirre**

Iturmendin hil zen 2022ko Azaroaren 21ean, 94 urte zituela



Agur aita, agur aitona, joan zara,  
baina zure izaera guregan gelditu da betiko,  
eskerrik asko

**Zure familia**

## OROIGARRIA

**Jesus Mari Salinas Campión**

'Pitxi'

I. urteurrena

Zure lagunek ez zaitugu ahazten

Altsasu

Nafarroako Gobernuko  
Euskarabideak antolatutako  
egitarauaren barruan.  
**17:00etan, ludotekan.**

**ALTSASU Elkarretaratzea.**

*Euskal preso eta iheslariak  
etxera.*

**20:00etan, plazan.****ASTELEHENA 28****ALTSASU Elkarretaratzea.**

Pentsio duinen alde.

**12:00etan, udaletxearen  
aurrian.****ASTEARTEA 29****ALTSASU Hitzaldia.**

Energia komunitateei buruzko  
solasaldia Mendi Harango Ur  
Patzuergoak eta Energia  
komunitateen sareko kooperatibak  
antolatuta. Hizlariak Rafa Larreina  
Energia komunitateen sareko  
kooperatibako presidentea eta  
José Mari Martioda Mendi Haran  
Ur Patzuergoko kideak izanen dira.  
**19:00etan, Iortia kultur  
gunean.**

**OSTEGUNA 1****UNANU Literatur solasaldia.**

Liburu dasta: Literatur  
solasaldia Alain Agirre  
idazlearekin *Karena* liburuz.

Sakanako Mankomunitateko  
Euskara eta Berdintasun  
zerbitzuek antolatuta.  
**18:30ean, Denok Bat  
elkartean.**

**ALTSASU Emanaldia eta solasaldia.**

Euskal Herrian Euskarazen  
*Egia, aitortza, erreparazioa*  
emanaldi eta solasaldi zikloa:  
*ANTI* film laburraren eta  
bizipenen bilduma bideoaren  
emanaldia eta solasaldia.  
Altsasuko EHEk antolatuta.  
**19:00etan, Gure Etxean.**

**OSTIRALA 2****URDIAIN Bertso saioa.**

Sakana Tour Hegan Bertso saio  
tematikoa: Endika Legarra eta  
Ainara Iregi, Ekain Alegre eta  
Sarai Robles eta Idoia Granizo  
eta Peio Ardaz bertsolari  
bikoteekin. Gai jartzaileak Jone  
Rubio eta Yasmine Khris. Pintxo  
potea Urdiaingo Gazte  
Asanbladaren eskutik.  
**19:00etan, gaztetxean.**

**ETXARRI ARANATZ  
Emanaldia eta solasaldia.**

Euskal Herrian Euskarazen  
*Egia, aitortza, erreparazioa*  
emanaldi eta solasaldi zikloa:  
*ANTI* film laburraren eta  
*Bizipenen bilduma* bideoaren  
emanaldia eta solasaldia.  
**19:30ean, gaztetxean.**

**OSTIRALA 25****LAKUNTZA Pintxo potea eta kontzertuak.**

Pintxo potea eta Lakuntzako musikari gazteen kontzertu  
akustikoa. Biltokik antolatuta.  
**20:30ean, Biltokin.**

**LAKUNTZA Bertso afaria.**

Bertso afari musikatua.  
**22:00etan, Lakuntzako Pertza elkartean.**

**IGANDEA 27****LAKUNTZA Mural margoketa.**

Iker Uriberekin mural margoketa.  
**Arratsaldean, Sorginak tabernaren ondoan.**

**ASTEAZKENA 30****LAKUNTZA Topaketa.**

Mintzakideak.  
**18:30ean, Gure Nahia elkartean.**

**OSTIRALA 2****LAKUNTZA Pitxo potea.**

Pintxo-Mintza-Pote-Praktika ekimena, Eztanda  
txarangarekin. Ariketaren amaiera eta ohitura aldaketen  
hasiera.  
**Arratsaldean, plazan.**

**ESKELAK JARTZEKO: 948 56 42 75**

edo eskelak@guaixe.eus

## HERIOTZAK

- Teresa Bergera Flores, azaroaren 17an Lakuntzan
- Miguel Plaza Zelaia, azaroaren 19an Altsasun
- Fermin Gabirondo Agirre, azaroaren 21ean Iturmendin

INFORMAZIO HAU EPAITEGIETAN ETA UDALETAN JASOTZEN  
DA. AGERTU NAHI EZ DUENAK, HAN JAKINARAZI DEZALA.

**IZARRA**HEMEN, ZURE ONDOAN  
AGÜ, A TU LADO

«Bizitzan badira une batzuk  
zeinetan norbait  
ondoan behar dugun»

BEILATOKIAK

**ALTSASU**

Santa Cruz, 6

**ETXARRI ARANATZ**

Nagusia, 2

948 05 90 90 · www.izarratanatorio.com

**IRACHE**  
tanatorioak

Tanatorioak: Altsasu – Irurtzun – Lekunberri – Betelu – Leitza

“Betidanik”

☎ 948 19 70 70

📧 @Grupolrache

📺 Grupolrache

🌐 www.tanatoriosirache.es



BAIKO PILOTA

## Bakaikoa-Morgaetxebarria prest

**PILOTA** Maila nagusiarekin batera, asteburuan Promozioiko Binakako Txapelketa abiatuko da eta anai zaharraren lehiaketa sistema bera izango du. Zortzi bikote dira guztira. Egungo txapeldunorde Joanes Bakaikoa etxarriarrak Morgaetxebarria izango du bikote eta larunbatean, Bartzelonan, Zubizarreta III.a eta Elizegi izango dituzte aurkari.



## Herri Kirol Eguna, Uharte Arakilen

**HERRI KIROLAK** Aurten Uharte Arakilek hartuko du Sakanako Mankomunitateak, Sakanako herri kirolarien eta Uharte Arakilgo Udalaren laguntzarekin antolatutako Sakanako Herri Kirol Eguna. Azaroaren 27an izanen da, igandean, 11:30ean, eta Sakanako eskoletako aizkolariek, harri jasotzaileek, trontzalariek eta soka tiratzaileek hartuko dute parte.

# Nork bere buruan sinestea zer den

**PILOTA** Final epikoan Joseba Ezkurdiak Lau eta Erdiko bere hirugarren txapela lortu zuen Jokin Altunari 22 eta 21 irabazita. Une oro bere buruan sinistu zuen eta ez zuen etsi. Pilotari handien Olinpoan sartu da eta Binakakoan bere legenda handitu nahi du

**Maidar Betelu Ganboa** ARBIZU  
Oraindik ez dira igandeko Lau eta Erdiko final handiko oihartzunak isildu. Ikaragarria, ikusgarria, txundigarria, harrigarria, zoragarria, mundiala, apartekoa, demasa, kolosala, txapela kentzeko modukoa, pilotazaleen erretinetan betirako geldituko dena, historikoa... omen. Ezkurdiak eta Altunak jokatu zuten finala halakoa izan zelako.

Lau eta Erdiko egungo bi oilar nagusiek jokatu zuten Bilboko dema. Bi espezialista izaki, tentsio handiko finala espero zen. Hala ere, katedrak Jokin Altuna jotzen zuen favorito eta apustuak bere alde atera ziren. Ezkurdiak berak esana du, Altuna dela Aspeko "Kapoa". Baina Ezkurdiari hasieratik nabaritu zitzaion txapela irabazteko gosea, gogoa eta jarrera.

### Historikoa, 394 pilotakada

Final historikoa izan zen, gogoratzen den gogorrena, bi finalistek 394 pilotakada gurutzatu baitzituzten. Bi finalistek ere lau eta erdian euren partidariak gogorrena izan zela aitortu zuten. Finala xehetasunengatik erabaki zen, baina lehen zatian Ezkurdi fisikoki hobeto aritu zen. "Agian ni gehiago izan nintzen, kantxaren erdialdea nire esku zegoelako" dio Ezkurdiak. Altuna alde batera eta bestera ibili zuen dantzan, eta horrek ordaina ekarri zuen, Altunari neke hori pilatu baitzitzaion. Hala ere, Altunak sufritzen jakin zuen, eta zuen aukerarik nimitzina probestu zuen. Nahiz eta Josebak tartea zabaldu, 10 eta 8 eta 12 eta 11, ezin izan zion alde handirik atera.

Bigarren zatian Altunaren jokoak hobera egin zuen. "Bizkaia pilotalekua Jokini hobeki doakio.

Banekien pilotak gastatzen joan ahala gora egingo zuela" dio Ezkurdiak. Partida gogortu zen, eta Altunak 16 eta 19 aurreratzea lortu zuen. "Badakit askok uste zutela ez niola bueltarik eman-go. Arriskatzea erabaki nuen, angeluak eta txapa bilatzea eta nire jokoa egitea, eta apustua ongi atera zitzaidan. Azken urteetan burua landu izanak une zail horretan asko lagundu ninduen. Zaila zen, baina tantoz tanto borrokatu nuen, zentratuta nengoen eta uneoro sinestu nuen txapel hori irabazi ahal nuela. Ongi sentitzen nintzen, konfiantzaz. Eta horrek lasaitasuna eman zidan" dio. Horrela, 19na berdintzea lortu zuen eta Bizkaia eztanda egin zuen.

### Txapa, musika

21 eta 20 aurretik zela, Ezkurdiak bere azken sakea egin eta txapara joan zitzaion pilota. 21 eta 21, azken tantoak erabakiko zuten. Emozio gehiago, ezinezkoa. Inork gutxik espero zuen finala horrela erabakiko zenik. Zaleak, zoraturta, eta artekariak praka bete lan. Akatsa potoloa izan zen, baina Ezkurdiak ez zuen, beste batzuetan bezala, behera egin. "Ez nuen partidak ihes egin zidala sentitu, inondik inora. Nire buruan sinesten nuen, eta banekien sakeari erreto on bat egiten banion azkeneko tanto hori lortzeko aukera izango nuela. Mentalki oso indartsu sentitu nintzen, konfiantza alde. Galdu edo irabazi, azken tantoan

**"GALDU EDO IRABAZI, AZKEN TANTOAN NI NEU IZAN BEHAR NUELA ARGI NUEN" JOSEBA EZKURDIA**

ni neu izan behar nuela erabaki nuen". Altunaren sakea bikain errestatu zuen eta bi titanen arteko lehia Jokinen pilotak txapa jo zuenean, txaparen hotsa inoiz baino ozenago entzun zuen Ezkurdiak. Musika hutsa. Lau eta Erdiko hirugarren txapela lortu zuen, hirurak Altunari irabazita. Eta orduan festa leher-tu zen Bizkaian.

### Astelehen zorionsua

Kazetari mordoa bildu zen astelehenean Arbizun, Ezkurdiaren txapela gertutik ikusi eta aurrelari arbizuarren hausnarketak entzutera. Astelehen latza zuen Joseba Ezkurdiak, bezperako ospakizunak "tabernatik bidali zigutenera arte" luzatu baitziren, baina poz-pozik.

Arbizuarrek harrera ederra egin zioten bezperan. "Oso polita izan zen plaza herritarrez beteta ikustea. Eta hunkigarria. Halako momentua berriro bizitzeko irrikaz nengoen". 2020an ezin izan zuen Martijarekin lortutako Binakako txapela ospatu, pandemiagatik. Aurten Lasoren kontra Buruz Buruko finala galdu ondoren harrera egin zioten, baina ez zen ospakizun berdina izan. "Gutxitan eman eta hartu ditut horrenbeste musu. Haurrak ere gerturatu zitzaizkidan, oso polita izan zen" gaineratu zuen. Aurrekua eta lore eskaintzaren ondoren "ederki afaldu genuen elkartean, eta parranda luzatu zen. Oso gustura ibili ginen" gaineratu zuen.

### Mentalki indartsu

Bere jarreraren aldaketa izan dela ezin da uka. Finalean ezberdin zegoen, aldi berean lasai eta ernai. Heldutasunez, bere buruarekin haserretu gabe. "Gutzit zentratuta nengoen. Banekien





Joseba Ezkurdia ikusgarri aritu zen, Jokin Altuna bezala. ASPE



Ezkurdiaren zaleak, pozik. Arbizuarek ongi etorri hunkigarria egin zioten txapeldunari.

nire lana zein izan behar zen: partidari sartuta egotea. Partidatik ez ateratzeko exijitu nion neure buruari. Eta harro nago lortu nuelako” dio.

Bizkaia pilotalekuan egondako giro bikaina eskertu zien pilotazaleei. “Partidak aurrera egin ahala ikaragarria izan zen. Musikak ere giroa berotu zuen. Azkenaldian finaletan musika jartzen dute eta nik gustuko dut. Biziberritu egiten nau, animatu eta indartu” zioen.

Final latza izan zen. “Biek asko eskatu genion elkarri, eta gogorra izan zen. Elkarri opari pare bat egin genizkion, baina egingandako tantoak nagusitu ziren. Pozik egoteko modukoa da”. Gorputza txikituta, baina irribarrez zegoen. “Gorputzeko atal guztiak ditut minduta, tentsioagatik bereziki. Lehertuta bukatu nuen, erreserbako argi guztiak piztuta. Uste dut ez dudala inoiz partida bat horren nekatua bukatu”. Altunak ere hala bukatu zuen, eskuin eskua minduta, eta Binakako lehen jardunaldian ariko ote den zalantzan dago. Historiako finalik gogorrena izan zela entzundakoan, berak ez zuela horrela bizi erantzun zuen. “Partida ona egiten ari ginela bai, baina historikoa... gero ikusiko dut, telebista. Nolanahi ere, gustura sentitzen naiz bizitakoarekin”.

#### Biek merezi zuten

Altuna jotzen zuten faborito, baina katedrak esaten dionari

“kasu gehiegirik ez diola egiten” dio arbizuarrak. “Jokin partida batean dagoenean ia beti bera da faborito. Beste batzuetan niri ere esan izan didate, baina faborito izateak ez du ezer esan nahi, gero partidak irabazi behar direlako. Jokin bezalako pilotari handi bati irabaztea da garrantzitsuena, eta are gehiago igandean jokatu genuen bezala jokatu. Biek asko eskatu genion elkarri, eta kantxan hustu egin ginen. Harro egoteko modukoa da”.

Argi du finala bietako edozeinek irabazi ahal zuela, “are gehiago, biek irabaztea merezi genuen. Txapela hemen dago eta oso pozik nago, baina biek emandako mailarekin geratzen naiz. Jokinek ez zuen txapela lortu, baina berak ere merezi zuen. Hala esan nion finalaren ondoren duxatzen geundela. Pilotari eta pertsona aparta da, umila eta langilea. Nik galdu izan banu ere, hasieran triste nengoke, baina gero konforme geratuko nintzateke, finalean nire onena eman nuelako”.

#### Sufritutakoa

Txapela hau orain arteko bereziena da, “balio handia ematen

**"ASKO SUFRITUTAKO TXAPELA IZAN DA, BAINA MEREZI IZAN DU. BALIO HANDIA DU" JOSEBA EZKURDIA**

diot, txapelketa gogorra izan delako. Final laurdenetako lehen partida galduta, astero partida zail eta gogorak nituen aurretik, irabazi beharrekoak bestela etxera bidean nengoelako. Sufritutako txapelketan sufritutako txapela izan da, baina merezi izan du”.

Txapelak asteburuan hasiko den Binakako Txapelketarako aire eta ilusio gehiago eman dio. “Berriz ere lanean segituko dugu igandea bezalako egun gehiago bizitzeko. Txapel batek beste bat ekartzeko gogoia pizten du, eta alde horretatik motibazio ederra da. Ea lortzerik dugun” espero du.

#### Urterik onena

2018an bi txapela lortu zituen Ezkurdiak, Binakakoa eta Lau eta Erdikoa, baina 2022 urtea bikaina izan da arbizuarrarendako, “2018koa baina hobea. Bi final jokatu ditut, horietako bat irabazi, uda bikaina izan da, eta Xabi Tolosarekin 2022an jokatutako Binakakoari ere balioa eman behar zaio. Erregularra ari naiz izaten, eta sentsazio onak ditut. Aurtengoa, jokoaren aldetik, nire urterik onena da”. Betiko moduan, egunerokotasunean laguntzen dioten guztiei, senitarteko eta gertukoei eskaini die txapela, eta azken urteetan zendutako lehengusua eta osaba izan ditu gogoan.

#### Onenen klubean

Pilotari onenen klubean sartu da Joseba Ezkurdia. Lau eta

Erdiko hiru txapel ditu, Jorge Nagore, Patxi Eugi, Juan Martinez de Irujo eta Jokin Altuna bezala, eta Julen Retegi (lau txapela) eta Aimar Olaizola (7 txapela) ditu soilik goitik. Horretaz gain, Binakako bi txapel ditu, 2018an Zabaletarekin eta 2020an Martijarekin lortutakoak. Hiruko Koroa lortzeko Buruz Burukoa da geratzen zaion txapela bakarra.

Lau eta erdiko hiru txapel buruan, Binakako hirugarrena lortzea ez litzateke makala izango. 31 urterekin, goi mailan segitzeko sasoi duela uste du, eta hobetzeko tartea eta ilusioa du. “Teknikoki beste pauso bat eman beharra dut eta partidak irakurtzeko orduan ere hobetzeko tartea dut. Oraindik asko egin dezaket”. Asteburutik aurrera jarriko du praktikan, Martijarekin batera, Binakakoan.

## Binakakoa abian

Asteburuan hasiko da Binakako Txapelketa. Aspek Etxeberria eta Elordi saritu eta aukera itzela eman die, eta Baïkok orain arteko bikoteak indartzera jo du. Gaur, ostirala, hilak 25, 2020ko Binakako txapeldun Ezkurdiak eta Martijak Peio Etxeberria eta Rezusta izango dituzte aurkari. Larunbatean Laso-Imazek eta Jaka-Arangurenak jokatuko dute, igandean Urrutikoetxea-Albisuk eta Peña II.a-Mariezurrenaren eta asteazkenean Elordi-Zabaletak eta Altuna-Tolosak.

**Pirritx, Porrotx eta Marimotots**

Abenduaren 3an  
17:00etan  
Irurtzungo kiroldegian

Sarrerak salgai:  
Pikuxar  
Estankoa  
Martxueta

URTEAK BETE ABENTURAK BIZI!

aizpea



Jose Mari Misiegok, 64 urterekin, saskibalo partidak arbitratzen jarraitzen du.

# "Arbitrajea erabakiak afinatu badituzu, hori da zure ordainsaria"

**JOSE MARI MISIEGO FERNANDEZ** SASKIBALOI ARBITROA

**SASKIBALOA** Arbitro altsasuarrak Nafarroako Gobernuaren Kirol Merituaren Zilarrezko Domina jasoko du azaroaren 30ean Maria Chivite presidentearen eskutik

**Maidar Betelu Ganboa** ALTSASU  
Azaroaren 30ean Jose Mari Misiegok Fernandez altsasuarrak Nafarroako Gobernuaren Kirol Merituaren Zilarrezko Domina jasoko du Kultura eta Kirol Departamentuko klaustro isabeldarrean ospatuko den ekitaldian, 29 urtez saskibalo arbitro izateagatik eta Nafarroako Saskibalo Batzordean egindako lanagatik. 2.700 partida inguru arbitratuta, oraindik aktibo dago. **Saskibalo munduari lotuta, betidanik.**

15-16 urte nituela saskibaloian jokatzen nuen Altsasun, baina ikasketengatik utzi behar izan nuen. Seme-alabek 6 eta 7 urte zituztenean atzera ere saskibaloian murgildu nintzen, saskibaloian hasi zirelako. Orduan ez

**"SASKIBALOA EZAGUTZEN DUTENEK BADAHITE ARBITRATZEA EZ DELA LAN ERRAZA"**

zen Altsasuko saskibalo kluba existitzen, saskibaloia udalaren kirol eskoletako bat zen soilik, 15 urtera artekoa. Fermin Herrero eta biok klub bat sortzearen beharra ikusi genuen, gazteek 15 urtetik gora saskibaloian non jarraitu izan zezaten. Eta Club Baloncesto Alsasua Saski Kluba sortu genuen, CBASK. Esperientzia ederra izan zen.

**Noiz animatu zinen arbitro izatera?** CBASK sortzearekin batera, Altsasun jokatzen ziren partidak arbitratzeko jendearen beharra

genuelako. Jaime Diezekin solasean –bera ere saskibalo arbitroa da, Naiara Diezen aita–, arbitro hasi nahi zutenendako federazioak arbitraje ikastaroa antolatzen zuela jakin, eta 1994ko irailean egin nuen hilabete inguru iraun zuen ikastaroa. Hortik aurrera Altsasun jokatzen ziren partidak arbitratzen hasi nintzen.

**Arbitratzeak harrapatu zintuen?**

Berehala konturatu nintzen mundu horrek erakartzen ninduela. Jaime Diezekin eta Quintanillarekin, Nafarroako Saskibalo Federazioak antolatutako beste-lako txapelketen partidak arbitratzen hasi nintzen, partida xumeenak. Hor hasten da benetak ikasketa prozesua. Hasieran kategoria txikiko partidak dira, gero handiagoak... Harra sartu zitzaidan, arbitratzea gustuko nuela eta hobetzen jarraitu nahi nuela argi nuen. Eta horretan ibili naiz ia 30 urtez.

**Arbitro ona izatea zaila al da?**

Oso zaila da. Saskibaloian talde batek irabazi eta besteak galdu egiten duen aktibitatean parte hartzen duzu. Lehiakortasun hori, ongi bideratzen bada, oso positiboa da. Hobetzera bulkatzen zaitu eta jokalaria, entrenatzaile edo klub gisa motibatzen zaitu. Zer da arbitro ona izatea? Partidak partaide guztiak kontentuegotea, hori al da arbitraje on bat egitea? Agian zuk ongi arbitratu duzula uste duzu, baina talderen bat ez dago kontentuegotea, edo agian biak. Eta jokalarien gurasoak, zer esanik ez.

**Arbitrorik gabe ez dago partidarik.**

Arbitroak ez ditu partidak irabazten edo galtzen. Beraz, motibazioa beste alde batetik etortzen zaio, motibazio pertsonal batetik, ziurrenik. Bakoitzak bere motibazioa du: batzuek ACB txapelketan epaitu nahiko lukete, beste batzuek Espainiako Saskibalo Federazioko txapelketetan... norberak bere garapena du. Egia da geroz eta kategoria altuagoa arbitratu, partidak erakargarriagoak direla, eta ongi sentitzen zara, arbitrajea eta hartutako erabakiak afinatu badituzu. Hori da lortuko duzun ordainsaria.

**"ARBITROAK EZ DITU PARTIDAK IRABAZTEN EDO GALTZEN. BAKOITZAK BERE MOTIBAZIOA DU"**

**Zein da arbitratu duzun mailarik garrantzitsuen?**

Behin nazioarte mailako lagunarteko partida bat arbitratu nuen Nafarroan, baina hori pasadizo hutsa da. Normalean taldeka gaude sailkatuta eta talde bakoitzak kategoria konkretu bat epaitzen du gehienez jota. Nik 13 urte baino gehiagotan gizonen Maila Interautonomikoaren gainetik dagoen Lehen Mailako partidak arbitratu nituen Nafarroan, Eusko Autonomia Erkidegoan eta Errioxan, txapelketa hori uniformatuta dagoelako.

**ARBITROEN BATZORDEA**

**Nork erabakitzen du zein mailako partidak arbitratuko dituzuen?**

Nafarroako Saskibalo Arbitroen Batzordeak. Nafarroako Saskibalo Federazioak antolatzen dituen txapelketako partidak arbitratzeaz arduratzen da, Nafarroako Kirol Jokoetatik hasita Zilarrezko LEB mailara arte, eta arbitroen formakuntzaz, jarraitpenaz eta balorazioaz.

**Arbitroen Batzordean karguren bat izan al duzu?**

Bai. Presidente izandako eta joan zen urtean zendutako Antonio Rosen laguntzaile izan nintzen bost urtez. Ros laguna nuen, partida asko arbitratu genituen elkarrekin. Ildefonso Muñoz presidentearekin sei urte zegoen nintzen presidenteari. Eta arbitro berriaren Formazio Eskolan hiru urte egon nintzen Dani Larraga zuzendari teknikoarekin. Arbitroen Batzordean izugarriko lana egiten da, ezagutzen eta ikusten ez dena. Dediakazio asko eskatzen du.

**Lan handia, arbitroena.**

Askok uste dute txilibitu bat eman eta besterik gabe arbitratzen hasten garelara, baina saskibaloia ezagutzen dutenek badakite arbitratzea ez dela lan erraza. Joko oso azkarra da, eta horrek ematen dio gatza eta piperra. Jokoa azkarrago denean, arbitroak finago aritu beharra du, eta erabakiak denbora tarte laburragoan hartu behar ditu.

**Saskibaloian segundo bat mundu bat da.**

Segundo batean bost akzio jarraian egon daitezke eta agian soilik bat edo pare bat ikusi dituzu zure ikusmen ahalmenak ez dizulako gehiago ikusten uzten. **Jendea arbitroekin ongi portatzen da?**

Baietz esango nuke. Orokorrean gure lana ongi baloratzen dute bai

jokalariek eta baita zaleek ere. Horrek ez du esan nahi tarteka ezer errespetatzen ez duten pertsonak, batere edukiazorik ez dutenak, oker aritzea. Kasu gehienetan gurasoak izaten dira, eta euren seme-alaben aurrean halako portaerak badituzte, zer erakutsiko diete? Saskibaloia gainditze, hobetze, elkartasun eta talde balioak erakusteko eskola bikaina da, eta tartekako portaera horiekin guztia pikutara bidaltzen dute. Zorionez, gutxiengoak dira.

#### ALDE POSITIBOAK GEHIAGO Noizbait txilibitua zintzilikatu eta arbitratzen uzteko gogoia izan al duzu?

Oso gutxitan bizi izan ditut esperientzia txarrak. Behin, Universidad de Navarran geundela, jokalaria batek nire arbitro kide bat erasotu zuen. Hori izan da bizi izan dudana egoerarik gogorrena. 2021 urtera arte 2.677 partida epaitu ditut, aurtengoak kontuan hartu gabe. Eta hemen jarraitzen dut. Hau da, halako egoerak gutxi batzuk dira. Askoz ere gehiago izan dira egoera positiboak, eta beti sentrazio positiboekin geratu beharra dugu.

#### Kiroletan joko garbia eta balio positiboak sustatzeko kanpainak amaigabeak dira, baina tarteka beti lehertzen da zerbait.

Kariño guztiz esango dut: une batean saskibaloiak saskibaloia izateari utzi zion eta futboldu egin zen. Batzuetan beste kiroleatik etortzen dira familiak, asko futboletik, eta uste dute saskibaloia pista itxi batean futbol zelai ireki handi batean bezala daudela, eta hori ez da horrela.

**Saskibaloia kontaktuzko kirola da.** Hori da saskibaloiaaren definizioa: kontaktuzko kirola. Hortik aurrera dago beste guztia. Bost jokalariek beste bosten kontra jokatzen dute, espazio nahiko mugatua, eta jaurtiketa bat egiteko egon nahi duten espazioa lortzeko estrategia borroka da.

#### Gehienez bi pauso eman daitezke baloiari botea eman gabe. Hasieran zaila izango da horren jarraipena egitea.

Arbitrook ere, jokalariek bezala, automatizatu eta barneratzen dugu hori. Arbitro izateko formazio ikastaroetan esaten dieran bezala, hasieran segundo batean akzio bat geratzen zaizu erretinan, eta entrenatzen eta ikasten joan ahala, bi, hiru... eta gehienez 5 akzio ikusiko ditugu bukaeran. Automatizatzen baditugu eta bu-

ruan geratu zaigun irudi hori santzionatzeko gai bagara, arbitro ona izatea lortuko dugu.

#### Beste mito bat: arbitroak bere taldearen alde egiten du.

Niri beti kontrakoa esan izan didate. "Ezagutzen gaituenez, kontra arbitratu digu". Nik, intentsioz, ez dut talderik faboratu. Agian, partida baten ondotik bideoak ikusi eta konturatzen zara jokaldi hori ez duzula ongi erabaki, baina ez kontzienteki, inola ere. Arbitroak, orokorrean, oso autokritikoak gara. Partida bukatuta ez gara lasai egoten, partidako jokaldiak aztertzen ditugu, jokaldi liskartsuak gainontzeko arbitroekin hausnartzen ditugu... Gehienetan kezka horiek etxera eramaten ditugu, motxilan.

#### Arbitro profesionalak izango bazinante bezala, astelehenean lanera joan behar duzuenen.

Bai, hala da. 64 urte ditut eta ongi bidean, datorren urtean jubilatuko naiz. Ogasun teknikaria naiz, Nafarroako Ekonomia eta Ogasun Delegazioko kontabilitate burua.

#### Nola uztartzen duzu zure lanbidea saskibaloiko arbitro lanekin eta familiarekin?

Zaila izaten da, baina ahal duguna egiten dugu. Senitartekoak dira kaltetuena, hala ere.

#### Saskibaloiak gora egin du Nafarroan?

Joko gisa, kalitatean gora egin du. Gaur egungo jokalariek azkarragoak dira, fisikoki prestatuagoak daude eta jokoa mailaz igo da. Berezi emakumezkoetan nabaritu da. Jarraipenari dagokionez, azken 15 urteetan Nafarroako Saskibaloia Federazioko lizentziek gora egin dute.

#### Altsasun saskibaloiak jarraitzaileak izan ditu beti.

Bai. Gaur egun gizonezkoen talde bat Maila Interautonomikoan dago, kategoria ederra, eta gero gizonezkoen eta emakumezkoen senior taldeak daude. Horrek haurrak eta gazteak erakartzen ditu.

#### Jokalaria garrantzitsuak atera dira Altsasutik: Iñigo Zabalo, Naiara Diez, Garazi Misiego...

Haur batendako bere herriko jokalariek aurrera egiten ikustea erreferentea da. Eta baita ondoan talde garrantzitsuak izatea, ACB

### "PARTIDA BUKATUTA, EZ GARA LASAI EGOTEN. GEHIENETAN KEZKAK ETXERA ERAMATEN DITUGU, MOTXILAN"



Jose Mari Misiego, partida bat arbitratzen hasteko prest. UTZITAKOA



Jose Mari Misiego beste arbitro batekin, datuak aztertzen. UTZITAKOA



Jose Mari Misiego, beste arbitro batekin saskibaloia jokaldi bat hausnartzen.

mailako Baskonia, esaterako. Altsasuko CBASK taldeko neska-mutil guztiekin urtero Gasteizera joaten ginen Eguberrietan, Baskonia ikustera, ilusio handiz. Bi autobus betetzen genituen.

#### Garazi Misiego saskibaloia jokalaria eta entrenatzailea alaba duzu.

Bai. Megacalzados Ardoi taldearekin Liga Femenina 2 mailara igotzea lortu zuenean jokatzeari utzi behar izan zion, 30 urte zituela, bere lanbidearekin batera ezina zelako, baina taldean entrenatzaile laguntzaile hasi zen. Ama izan da, eta saskibaloia atzeratu behar izan du.

#### AKTIBO JARRAITZEN DU Partidak arbitratzen jarraitzen duzu. Arbitroak noiz jubilatzen zarete?

Norberak erabaki behar du hori. Arbitro izateko fisikoki prestatua egon beharra duzu. Ikerketek diote partida lasai batean 5 km baino gehiago egiten ditugula eta partida mugituago batean 8-10 km. Asteburu batean maiz lau partida arbitratzen ditugula kontuan hartuta, atera kontuak. Ongi gauden bitartean jarraituko dugu.

#### Noiz jakin zenuen Nafarroako Gobernu Kiroi Merituaren Zilarrezko Domina jasoko zenuela?

Urriaren bukaeran Arbitroen Batzordeko presidentea Carlos Gonzalezek eskatu zidan nire kirol ibilbideari buruzko aipamen bat prestatzea, Nafarroako Saskibaloia Federazioak sariketarako nire hautagaitza proposatu behar zuelako. Eta duela 10 egun inguru Nafarroako Kiroi eta Gazteria Institutuko kirol zuzendariorde Primitivo Sanchezek hots egin ninduen Zilarrezko Dominetako bat nik jasoko nuela esateko.

#### Serio kontatzen duzu. Pozgarria da, ezta?

Emazteak dioen bezala pragmatikoa naiz, serioa. Ilusioa dut, jakina. Ez duzu lana egiten inolako aitormenik jasotzeko, baina gertukoek lan horri balioa ematea polita da. 25 urte dituzten jokalariek etorri zaizkit zoriontzera, eta baita bere garaian jokalariek izan zirenak eta egun 50 urte dituztenak ere. Horrek egindako ibilbidea erakusten du, eta hori da garrantzitsuena. 35 urterekin arbitro hasi nintzenetik orain arte bizitako esperientziak nireak dira, nik bizi izan ditut, eta horrekin geratzen naiz. Urte luze lanari aitortza da, eta eskertuta nago, baina domina jasoko ez banu ere ez litzateke ezer gertatuko.



Esekiko Sandra S. Redin, Gure Pilotako Miguel Angel Aristorena eta Mank-eko Dani Echavarri, txapelketako aurkezpena.

# Palista onenak Sakanako txapelak lortzeko prest

**PALETA GOMA** Asteburuan hasiko da XVIII. Gure Pilota Emakumezkoen Sakanako Pala Txapelketa, Etxarri Aranatz. Guztira 72 palistek hartuko dute parte, elite mailan eta lehen mailan seina bikote, onenak, eta gainontzeko 22 bikoteak kategoriatan txikietan

## Maider Betelu Ganboa SAKANA

Asteartean aurkeztu zuten, Etxarri Aranatzko Euskalerriri pilotalekuan, asteburuan hasiko den XVIII. Gure Pilota Emakumezkoen Sakanako Pala Txapelketa. Gure Pilota eskolako zuzendari Miguel Angel Aristorena, Sakanako Mankomunitateko kirol teknikari Dani Echavarri eta aurreko txapelketaren babesle Eseki enpresako Sandra S. Redin izan ziren bertan.

Guztira 72 palista lehiatuko dira Sakanako txapelketan, 7 urtetik hasita 40 urtera bitartean. Elite mailan sei bikotek hartuko dute parte, lehen mailan beste sei bikote, eta gainontzeko 22 bikoteak eskolen mailako kategorietan—Tximeletak, Pottokak, Usoak, Kattagorriak eta Txitoak—ariko dira.

Gure Pilota Txapelketa 2004. urtean hasi zen jokatzeko, izen bereko Etxarri Aranatzko klubak antolatuta, Udalaren laguntzaz. Beranduago Sakanako Mankomunitateak ere ekimena lagun-

du zuten, "emakumezkoen kirola eta paleta goma sustatzeko, eta helburu horiekin jarraitzen dugu" Dani Echavarriren esanetan. Esekiko S. Redinek adierazi zuenez, "oso kontentua" daude txapelketa babesteagatik, "txapelketa honek eta paleta goma eskolek Eseki gure enpresak dituen balio asko partekatzen dituelako, balio soziala eta berdintasuna, esaterako, eta emakumezkoen kirola ere sustatu nahi dugulako. Sakanarekin konpromiso sakona dugu, Etxarri Aranatz gure etxea-ekin bereziki".

## Interes handia

Hasieratik maila bikaina izan du Sakanako Emakumezkoen Pala Txapelketa. "Euskal Herriko palista guztiek etorri nahi izaten dute gurera parte hartze- ra. Giro ederra izaten da, eta partidak sekulakoak izaten dira, lehiatuak eta bikainak, palista onenak daudelako. Gure txapelketa interes handia pizten du eta palista askok deitzen digute

bertan aritzeko, baina batzuk kanpoan gelditu behar izan dira ezin ditugulako horrenbeste partaide hartu" nabarmendu zuen Miguel Angel Aristorena. Hala ere, Aristorena gogoratu zuen "honaino iritea lan handia" izan dela. "Emakumezkoekin palan hasi ginenean ez zitzaion mundu guztiari gustatzen. Baina egin- dako lanari esker, zorionez, gero eta neska gehiago daude kirol honetan".

## Pala eskolak, indartsu

Horren erakusle, Etxarri Aranatzko Gure Pilota Emakumezkoen Pala Eskolan 40 neska trebatzen dira Olaia Eizagirre eta Janira Aristorena monitorean esanetara. Miguel Angel Aristorena

**"GURE TXAPELKETA INTERES HANDIA PIZTEN DU. GUZTIEK ARITU NAHI DUTE" MIGUEL ARISTORENA**

epaile eta burokrasia lanetan aritzen da "partidak lotzen, ordutegiak zehazten, frontoia eskatzen eta halakoetan" dio, irribarrez. Halaber, Altsasuko Pilotajaukun ere emakumezko palistak trebatzen ari dira "eta horrek izugarri poztu nau, benetan. Altsasutik hiru bikote lehiatuko dira txapelketan eta oso pozik nago" nabarmendu zuen Aristorenak.

## Eliteak eta lehen mailakoak

Elite mailan, Uxue Murillo-Paula Gorostiaga, Miren-Irati Ruiz de Alda, Galdos-Eizmendi, Zulai-ka-Dufur, Amaia Espinal-Irati Igoa eta Salanueva-Maider dira partaideak, eta lehen mailan Naroa Otxoa-Macior, Lusarreta-Eizmendi, Sarasibar-Saralegi, Aldasoro-Lopez, Berekoetxea-Ane Escala eta Kerejeta-Artazkoz, "hoberenetan hoberenak. Beraz, beste behin, maila handiko txapelketa izango da. Hasteko irrikaz nago, ilusionatuta" aitortu zuen Aristorenak. Hiru sakandar daude bertan, Irati Igoa etxarriarra, elite mailan, eta Naroa Otxoa eta Ane Escala etxarriarrak, lehen mailan. "Otxoa Nafarroako txapeladunordea izan zen duela bi aste, eta Igoa eta Escala maila bikainean daude. Horretaz gain, Maider Ardanaz eta Dufur munduko txapeladunak izan dira aurreko urtean, Uxue Murillok brontzezko domina lortu zuen eta Maider Mendizabal zenbait aldiz izan da munduko txapeladuna. Eta zer esan Paula Gorostiagari buruz. Ikaragarriko palista da. Datorren mundialari begira buru-belarri prestatzen ari da. Partida zoragarriak datozkigu" gaineratu zuen, pala zaleak frontoira hurbiltzea gonbidatuz.

## Lehen jardunaldia

Azaroaren 26an, larunbata, 16:30etik aurrera lehen mailan Otxoa-Maciorrek Sarasibar-Saralegi izango dituzte aurkari eta Aldasoro-Lopezek Berekoetxea-Escala. Azaroaren 27an, igandea, elite mailako partidak daude jokoan. Murillok eta Gorostiagak Irati Ruiz de Aldaren eta Mirenen kontra jokatu dute, eta Zulaiak eta Dufurrek Espinalen eta Igoaren kontra. Bestalde, kategoriatan txikiko partidak jokatu dira.

Txapelketan hiru jardunaldi jokatu dira, abenduaren 18an final aurrekoak eta abenduaren 24an final handiak.

## FUTBOL PREFERENTEA

11. JARDUNALDIKO EMAITZAK	
Altsasu - Aurrera	2-3
Salesianos - Etxarri Aranatz	2-0
Lagun Artea - Beti Casedano	0-2

SAILKAPENA	
PREFERENTEKO 1. MULTZOA	
1 Aibares	25
6 Altsasu	18
15 Etxarri Aranatz	10
18 Lagun Artea	5

HURRENGO JARDUNALDIA	
LARUNBATA, AZAROAK 26	
15:45 Etxarri - Univ. de Navarra ( <i>San Donato</i> )	
IGANDEA, AZAROAK 27	
15:30 Beti Casedano - Altsasu ( <i>La Laca</i> )	
15:45 Ilunberri - Lagun A. ( <i>Lardin</i> )	

**Altsasuk partida zaila Casedan**  
Aurreraren kontra etxean galdu eta gero, arerio latza du Altsasuk, lidergoarengatik borrokatzen duen Beti Casedano.

**Etxarrik bigarrena hartuko du**  
Universidad de Navarra hartuko du Etxarrik, sailkapeneko gorenetik ez erortzeko borrokan dagoen taldea.

**Lagun Arteak arerio zuzena**  
Lagun Arteak bere gainean dagoen Ilunberriren kontra jokatu du larunbatean, urrezko puntuak jokoan.

## EMAKUME PREFERENTEA

8. JARDUNALDIKO EMAITZA	
Mutilvera B - Altsasu	9-0

SAILKAPENA	
EMAKUMEEN PREFERENT. 1. MULTZOA	
1 Mutilvera B	22
6 Altsasu	10

HURRENGO JARDUNALDIA	
LARUNBATA AZAROAK 26	
15:45 Altsasu - V. Egües ( <i>Dantzaleku</i> )	

**Altsasu, aurreko jarduna ahaztera**  
Liderraren kontrako jipoia ahaztu eta arerio zuzena du aurkari Altsasuk, Egües.

## FUTBOL ERREGIONALA

10. JARDUNALDIKO EMAITZA	
Kirol Sport - Altsasu B	5-1

SAILKAPENA	
ERREGIONAL MAILAKO 4. MULTZOA	
1 Beti Onak B	25
8 Altsasu B	11

HURRENGO JARDUNALDIA	
IGANDEA, AZAROAK 27	
15:45 Altsasu B - San Jorge ( <i>Dantzaleku</i> )	

**Altsasu, buelta ematera**  
Igandean sailkapenean laugarren den San Jorge hartuko du Altsasuk.

# "Sentitzen dut nobela honetan emakume pila bat daudela"

**ALAINE AGIRRE IDAZLEA**

Besteak beste, amatasunaren eta amaren inguruko hausnarketa egiten du 'Karena' liburuan. Abenduaren 1ean, 'Liburu dasta' ekimenarekin Unanun izanen da

**Eneida C. M eta Erkuden R. B.** UNANU Sakanako Mankomunitateko Berdintasun eta Euskara zerbitzuek antolatuta Liburu dasta: literatur solasaldiak idazleekin ekimena izanen da abenduaren 1ean, osteguna, 18:30ean, Unanuko Denok bat elkartearen Topaketa horretan gonbidatutako idazlea Alaine Agirre izanen da, eta Karena liburuaz hitz egingen du. Momentuan sentitzen duenari buruz idazten duela esan du idazleak, baina barruraino joaten da, tabuak azaleratzen.

**Tabuak biluzteko idazten duzu?**

Berez ez dut helburu bezala hartzen. Idazten dut ukitzen, zeharkatzen eta interesatzen zaizkidan gaien inguruan. Baina egia da egiten dudala modu batean ez duen laguntzen tabu hori iraurazten. Kontrakoa baizik. Saiatzen naiz gai horren sakonera iristen; barrura, bihotzera. Azaleko kapa kenduta. Kasu honetan, laguntza bidezko ugalketa tekniketaren parte hartzea, gaur egun joaten den jendeak normalean ez du esaten. Oraindik ez dago normalizatuta bi emakume intseminazio artifizialekara joatea ama izateko, edo ama bakarra, guraso bakarra, izatea. Ez da amatasun hegemoniko bat. Gauza horien guztien gainetik tabu handiena desiratzen den haurdunaldi batean umea galtzea da. Horrek dakarren dola perinatala ezin egin izatea. Gizarte honetan ez dugulako horretaz hitz egiten. Ez zaio lekua ematen, tapatu egiten da, isildu egiten da. Horren adierazle da haurdunaldia hamabi aste pasatzen diren arte ez kontatzea. Beste mekanismo bat da tabu hori iraurazten.

**Dolu hori nobela hasieratik bukararaino egiten den bidai bat da.**

Bai. Barne bidai luze bat da. Pertsonaia aldatzen doa eta hori egin ahala ni neu ere aldatu egin naiz pertsona eta idazle modura. Horrelakoetan esaten da dolua ez dela bakarrik galdu duzun haurrarekiko, baizik eta zure iruditegian eta batzuetan errealtatean ere eraiki duzun bizi proiektu edo bizimodu horregatik ere. Are gehiago, liburu ez da bukatzen ustez zoriontsua litzatekeen amaiera batekin. Hori gertatzen da errealtatean ere nahiz eta laguntza bidezko ugalketa tekniketaren aritu, itsemizazioa, invitroetan eta bar ez da beti haurdunaldia lortzen. Hori ez dute klinikek esaten. Emakume askok, ama izan nahi dutenek eta ezin izan dutenek, dolu bat



Alaine Agirre 'Karena' nobelaren idazlea. UTZITAKOA

egin behar dute: Amatasunaren dolua. Askatu behar dute desio hori, horrek dakarren emozio katalogo guztiarekin. Horietako askorekin hitz egin nuen nobela hau idatzi ahal izateko. Sentitzen dut nobela honetan emakume pila bat daudela; ama pila bat, asko, gizarte honetan ama gisa ikusiak ez direnak.

**Ama eta amatasuna gai horren inguruko ezkutatutako gai asko azaleratu dituzu.**

Hasieran uste nuen abortu baten istorioa kontatu behar nuela, eta hasi ziren beste gai batzuk ateratzen. Amatasun idealizatu eta hegemonikoa bat irudikatzen dugu; benetakoa ez dena. Autopista horretatik ateratzen diren birak nahi nituen jaso. Gero konturatu nintzen guztiak ez nituela jaso, baina bai baten batzuk. Laguntza bidezko tekniken alderdi ez txarrak baina bai kostuak; batzuetan ez gara kontziente kostu ekonomikoaz gain kostu emozional, fisiko eta sozial handia daukala. Invitroa esaten dugunean burura datorkigu bikote heterosexual bat arrazoi organiko edo fisiologikoengatik ezin direla haurdun gelditu. Eta hori

**"KONTATZEN DUDAN HORREK PISUA DAUKA, BAINA KONTATZEKO MODUA ERE"**

ez da egia osoa. Bestelako perfil asko daude.

**Forma eta estilo aldetik, atal desberdinak eta laburrak ditu. Tren luze baten bagoiak elkarrekin joango balira bezala.**

Niretzat oso inportantea da idazten nabilenaren eduki horren araberrako forma izatea; hau da, idazteko modua lotuta egotea idazten ari naizenarekin. Orduan, nire estiloa bat eta bakarra da, baina nobela bakoitzean forma bat har dezakeen bezala, kapitulu bakoitzak ere hartzen du forma bakar bat. Kapitulu batzuk tonu batean daude idatziak, beste batzuk estilo batekin, baliabide literario batzuekin... Forma aldetik autonomoak dira. Protagonista erditzen dagoenean tarte horiek oso intentsoak dira. Horrela daude idatzita. Beste kapitulu batzuk, laguntza bidezko ugalketakoak, esaterako, nahita daude hoztasuna formatzen duen forma batekin. Arroztasun eta deserotasun hori transmititzeko. Kontatzen dudana horrek pisua dauka, baina kontatzeko moduak ere. Biek ematen dute informazioa. Dantza bat egin behar da oreka bilatzeko; oso kapitulu intentsoaren ondoren irakurleari arnasa hartzeko tarte eman behar zaio. Collage moduko bat egin behar zen erri-moa, tonua, intentsitatea eta tenperatura kontuan hartuta.

**Idazterako garaian nola bizi izan duzu liburuaren garapena?**

Oso intentsoa izan da liburu hau idaztea. Nik antzeko zerbait bizi izan nuen. Protagonistak bizi izan dituen guztiak ez ditut bizi, eta alderantziz. Ez da ni, baina nik alaba bat galdu nuen modu horretan eta horretatik sortu zen horri buruz idazteko beharra. Alabaren dolua egin gabe neukan, jendarte honek bideratzen gaituelako dolu hori egin gabe martxan jarraituz. Deskonexio hori oso insanoa da. Emoziek sentituak izan behar dute. Sentitzen ditugunean zerbaitengatik daude hor. Banekien noizbat horretaz idatzi beharko nukeela. Nik esaten dut bizitza diferitzeke idazten dudala eta gertatzen zaizkidan gauzak integratzeko edo kokatzeko, eta idatzi eta gero kapitulu hori ixten dut. Banekien idazteko beharra sentituko nuela, eta urtebetera etorri zen. Zentzu horretan, alabaren dolua egin dut nobela hau idazten. Oso intentsoa izan da, oso mingarria.



Matrioska panpinak 'Matrioskas. Las niñas de la guerra' dokumentalean. UTZITAKOIA

# Azken belaunaldiaren ezinbesteko testigantzak

'Filmoteka Nafarroan' programaren barruan 'Matrioskas. Las niñas de la guerra' erbesteratu behar izan zuten lau emakumeren istorioa kontatzen duen film dokumentalaren emanaldia izanen da, azaroaren 28an, Iortia kultur gunean

**Eneida C. M. eta Erkuden R. B.**  
ALTSASU

Teresa, Alicia, Araceli eta Julia 90 urte inguruko lau emakume dira, eta *Matrioskas. Las niñas de la guerra* Helena Bengoetxea zuzendariaren film dokumentaleko protagonistak dira. "Bitxia zen galdetzen zidatelako ea zergatik interesatzen zitzaizkidan haien bizitzak, haiek ikusten dutelako bere bizitza nahiko arrunta dela", esan du zinemagileak. Baina haien bizitza ez da batere arrunta: 1936ko Espainiako estatu kolpearen ondoren Errusiara erbesteratu zituzten eta hortik Kubara. *Filmoteka Nafarroan* programari esker, azaroaren 28an, astelehena, 19:00etan, filmaren proiektzioa eta zuzendariarekin solasaldia izanen da Iortia kultur gunean.

"Emakume horiek ibilbide nahiko antzekoa izan dute. Haurrak zirenean erbesteratzera beharturik izan ziren, lehenengo Errusiara eta ondoren, batzuk boluntarioki, Kubara". Horren ondorioak eta horrekin batera sortutako

mundua begiratzeko modua azaltzen du *Matrioska. Las niñas de la guerra* dokumentalak: "Nahiko modernoak dira, adineko jendea izanda, bere bizitza osoan hainbat bizipen izan dituzte eta hala ere ez dira biktimak. Zorte onekoak ziren". Gerraosteko Espainiako estatuan "egoera latza" zen, eta haiek kanpora joan ahal izan ziren, eta ikasketak eta beraien bizitzaren ardatzak haiek kontrolatzea lortu zuten, "askatasun handiko emakumeak dira".

## Matrioskak

Matrioskak Errusiar panpinak dira, bata bestearen barruan sartzen direnak. "Amaren irudia edo babesteko sinbolo bezala ikusten dut. Bata bestearen barruan dau-

**"MATRIOSKAK AMAREN IRUDIA EDO BABESTEKO SINBOLO BEZALA IKUSTEN DITUT"**

de batzuetan badirudi ez direla bukatuko, eta emakume haiek horrelakoak dira: zuk irudi bat ikusten duzu, baina ikertzen hasten zarenean beste kapa bat eta beste kapa bat agertzen dira". Pentsamolde aldetik ere adineko emakume horiek "gaur egungo" pentsamendua dutela azaldu du Bengoetxeak.

Memoria historiko film dokumentala da *Matrioskas. Las niñas de la guerra*, baina horrekin batera "memoria pertsonala" gorai-patu du zuzendariak. "Memoria eraikitze pertsonala da eta kasu gehienetan galdurik daude. Transmisio hori gehien bat beraien alabekin eta ilobekin egin zuten". Historian gertatutako zerbaiten lehen mailako lekukoak dira, eta "ez ahazteko" ezinbestekoak dira gaineratu du Bengoetxeak. "Nik uste oraindik lan handia egin behar dela, gauzak egin dira, batzuetan gutxi eta gaizki. Emakumezko irudiak edo historia kontatzea zen garrantzitsuena. Gizonezkoak interesgarriak dira

ere, baina mundu patriarkal honetan beren bizitza desberdina izango litzateke".

## Grabazioak

Errusiara omenaldi bat egin behar zutelako joan ziren, "eta han egon behar ginela oso ziur genuen". Protagonista batekin elkartu ziren bertan, Araceli, eta Teresa ezagutu zuten ere. "Nahiko kasualitatea izan zen; dokumentalaren munduan beti gertatzen da batetik bestera joaten zarela, osatzen joaten zara". Kuban ere egon ziren grabatzen, eta bertan zeudela pandemia hasi zen. "Hemen jendea itxialdian zegoen eta azken hegazkina hartu genuen". Ondoren, grabaketak egitea "oso zaila" izan zela esan du Bengoetxeak. "Gure ideia zen Errusiara berriz joatea eta Espainia aldean ere grabaketak egitea". Baina bidai horiek bertan behera

gelditu ziren eta gidoia edo egitura aldatzea erabaki zuten. "Beharregatik". Bartzelonan grabaketak egiteko aukera izan zuten, Teresa bertan bizi da, eta horregatik Teresa protagonismo handiagoa hartu zuen.

"Horrelako adineko emakumeen testigantzak zineman oso arraroak dira. Horrekin batera, gu emakume bezala gaur garena haiengatik da hein handi batean". Zuzendariak azaldu duenez, genealogia "balorean jartzea" oso garrantzitsua da aurrera begira gertatutakoa kontuan hartzeko, "emakume eta gizarte moduan". Gizarteak "bai emakumezko bai gizonezko" horiekin "zor" bat duela esan du: "Gertaera horiek bizi izan zituzten bizirik gelditzen den azken belaunaldia da, eta zaindu behar dugu". Filmean agertzen diren lau protagonistetatik, bi daude bizirik.



BAZTERRETIK

ANNE AZKONA UNANUA

## Lekale pastak

Egun, gari pastaz aparte, oso eskuragarri ditugu lekale pasta mota desberdinak. Baina, gauza bera dira? Lekale errazio bat bezala kontatzen du?

Gari pasta konbentzionalarekin alderatuta, lekale pastek proteina gehiago eta almidoi gutxiago dute. Era berean, zeliakoentzat aproposak izan daitezke glutenik ez baitute. Nolanahi ere, lekale pastak ez ditu lekale osoak ordezkatu behar; pastan bilakatzen prozesaketaren ondoren litekeena baita zuntz, bitamina edo mineral gutxiago izatea lekaleen eskola apurtzen delako.

Osagarri ona izan daiteke dietan lekaleen kontsumoa areagotzeko, haurrentzat eta elikagai hori jatea kostatzen zaien pertsonentzat, eta batez ere, glutenik gabeko "pasta" jateko modu bat bezala zeliako edo gaixotasun autoimmuneren bat duten pertsonentzat. Modu honetan, proteinan aberatsagoa den platera osatuko da gari pastarekin alderatuta eta asetasun sentsazioa handiagoa izango da. Nutrizionalki interesgarriagoa.

Nola sukaldatzen da? Masak ez dira oso elastikoak, eta egostean pasatzen bagara, erraza da masa haustea edo desegitea. Zenbat eta pasta handiagoa, orduan eta errazago puskatzen da. Barietate txikiak erabiltzea gomendatzen dizuet. Pasta mota hauetan egosketa denborak oso erabakigarriak dira, denbora pasatzen badugu hareatsuak gera daitezkeelako, edo gogorrek egosketa denborara iristen ez bagara. Azkar lehortzen den pasta mota bat da eta egun batetik bestera testura asko okertzen da. Beraz, unean bertan kontsumitzeko sukaldatu eta hezetasunari eusteko saltsa beroarekin batera jan ezazu.

Errezeta: Udazkenerako kalabaza saltsa. Osagaiak: 400g kalabaza, tipula bat, bi baratxuri ale, 200ml barazki salda, 200ml koko esne, 70g gazta birrindua, oreganoa, intxaur muskatua, piperrauts beltza eta gozoa, oliba olioia eta gatza. Prozedura: barazkiak dardoetan txikitu eta eltzean jarri, oliotan erregosi gatz apur batekin. Espeziak gehitu. Likidoak batu, tapatu eta 15-20 minutuz sukaldatu. Dena txikitu, aurretik egositako pastarekin nahastu eta birrindutako gazta gehitu zerbitzatu aurretik.

# Arabiar inspirazioa

Itziar Nazabal artista altsasuarra hainbatetan egon da arabiar herrialdeetan sortzen. Bertan bere lana "baloratzen eta errespetatzen" dutela esan du. Nazioarteko artisten topaketa batean parte hartzen ari da egunotan, Tangerangren

## Erkuden Ruiz Barroso ALTSASU

Itziar Nabazabal artista altsasuarra, une honetan, Tangerangren dago. Asteartean iritsi zen Marokoko hirira Hispano-Marokiar Adiskidetasunaren Laugarren Nazioarteko Topaketetan parte hartzeko. Atzo hasi zen ICIMM Mekki Moursiar Nazioarteko Kultur Institutuak antolatzen duen artisten bilkura, eta igandera arte Nazabalek eta parte hartuko duten artistek haien lana erakutsiko dute. Nazioarteko topaketa bat da, eta Marokoko eta espainiar estatuko artistak ez ezik, Frantziako, Palestinako, Tunisiako, Saudi Arabiako, Herberetako eta Kanadako sortzaileek parte hartuko dute.

"Arabia Moursiarrek nire lanaren berri izan zuen eta Marokon egon nintzen azken aldian elkar ezagutu genuen eta kontaktuan jarri ginen. Sekulako emakumea da. Bere aita margolaria eta eskultorea zen, eta bere oroimenez institutu bat sortu zuen". Makki Moursiar Nazioarteko Kultur Institutuak artista marokiarrak hasitako mugimenduak zabaltzea eta artisten arteko adiskidetasunak sustatzea du helburu. "Horrelako ekimenak antolatzen dituzte". Topaketa hauetan artistek haien lana partekatzeko aukera dute.

Hegazkina hartu aurretik Nazabalek ez zekien zehazki zer egiteko aukera izanen zuen. "Mundu arabiarra izugarri maitet dut, baina batzuetan horrelakoa da, *open mind*, iristen denean iristen da". Diziplina askotako artistak parte hartzen ari dira, dantzariak, poetak, musikariak, margolariak... "Sortzaileen topaketa bat da, oso irekia". Hasiara batean topaketa irailan egin behar zuten eta artistek itsasora begira dagoen

aztarna arkeologiko batzuetan sortu behar zuten, "baina atzeratu zuten orain ezin da hor egin eguraldiagatik". Nazabalen sortze prozesuagatik espazio nahiko handia behar du, oihal bat jartzeko duelako eta bertan gorputzarekin eta margoarekin "dantza" egiten duelako; *performance* bat da. "Ez dut uste hori egiteko aukera izango dudarik. Momentua sortzen zaidana izango da. Horrelako topaketatik sortzen duguna batzuetan mundu arabiarrekin zerikusia du, beste batzuetan ez". Aurreratu ziotenagatik mihise batean sortu beharko du, "moldatuko nintzela esan nion". Horrelakoetan "kontrolatuago" sortu behar du artistak.

## Barruko zerbait

"Benetan ez dizut esan mundu arabiarretik erakartzen nauen gauza jakin eta bakar bat. Barruan sentitzen dudanean zerbait da. Sortzen dudanean bezala. Sortzen dudanean sartzen zaidan urduritasun, nahia, adrenalina... ez dakit". Arabiar herrialdeetara joaten denean "super gogotsu" dagoela aitortu du Nazabalek, "dena da positibo, alaia, sentimendu oso handia da". Marokon, Tunezen, Jordanian eta Egipton egon da, eta "konexio" hori sentitu duela esan du altsasuarrak. "Pinturarekin edo *performance* arekin dudanean konexio berdina". Barruan tximeletak sentitzen ditu, "maiteminduta zaudenean dioten bezala".

## "PINTURAREKIN DUDAN KONEXIO BERDINA DUT ARABIAR MUNDAREKIN"

"Duela hamabost urte inguru ezagutu zuen Nazabalek lehenengo aldiz arabiar mundua. Akua-relista topaketa batera joan zen, Xauenera. "Denboraldi baxu batean nengoen momentu horretan eta topetarako gonbidatu ninduten baina nik ez nuen joan nahi. Amak esan zidan joan behar nuela hori zelako nire bizitza eta bertan egon behar nintzela. Esan nion ezin zela nirekin etorri bakarrik pasako zuelako egun osoa ni beste artistekin egongo nintzelako". Baina azkenean amak konbentzitu zuen eta Xauenera joan ziren. "Ama adoptatu genuela esan daiteke". Bidai hori "harrigarria" izan zela esan du artistak, eta bertan "erabateko konexioa" hasi zen.

"Pila bat betetzen nau, ez da gauza bakar bat". Janaria, usainak, jendea... "Batzuetan esaten didate baina nola usainak, zikina eta zaindu gabe daude toki asko. Niri leku horiek gustatzen zaizkit. Xarma berezia dute. Casablanca berez oso txukuna da, oso moderno, postalakoa; baina ez dit hainbeste erakartzen. Egunerokotasunaren esentzia duten horiek nahiago ditut". Xauen asko gustatzen zaio. Bertan, lehenengo topaketa zegoela, kale batean egun osoan zehar margoitzen egon ondoren, ate bat ireki zen eta gazte bat bere adineko amarekin agertu ziren *cous-cous* plater batekin eta bi koilararekin, "Cous-cous kalea deitzen diot nik ordutik".

Bere lana arabiar munduan baloratua eta errespetatua izan dela azaldu du Nazabalek. "Bitxia da emakume artista izanda eta nik dudanean sortzeko prozedura horrengatik". Gonbidatzen dituztenak "mundu irekiago edo" dutela esan du artistak, "apustu handia egiten dute artearekiko".



Itziar Nazabal artista Tangerangren. UTZITAKOIA

## Marokotik Hego Koreara

2023an Hego Koreako Geojeko Haegumgang museoan egingen duen The Life Is Art jaialdian epaimahai kide izateko hautatua izan da Itziar Nazabal artista. "Museo pribatu bat da zonalde horretan artea zabaltzeko helburua duena. Beraien filosofia artea positibotasunetik eta alaitasunez erakustea da. Itxaropen mezua helarazi". Museoak antolatzen duen jaialdiaren bederatzigarren edizioa izanen da eta urrian izanen da. "Aurretik artista bezala parte hartu izan dut *curator* batek, arte bilatzaile batek, gonbidatu ninduelako, eta orain nazioarteko epaimahaikide izanen naiz". Hemeretzi herrialdeetako kideek osatuko dute epaimahaia. Nazabalen proiektu guztiak [itziarnazabal.com](http://itziarnazabal.com) webgunearen bidez jarrai daitezke.



Aitziber Grados Muñoa 'Benetan zabiz?' podcastaren aurkezlea. UTZITAKOIA

# "Naturaltasunetik lantzen ditugu gaiak"

Aitziber Grados Muñoa kazetari altsasuarrak EITBko Gaztea irratiko 'Benetan zabiz?' podcasta egiten du Malen Altuna markinarrarekin batera. Interesa pizten dieten eta dituzten gaiak lantzen dituzte, modu entretenigarrian

**Erkuden Ruiz Barroso** ALTSASU

## 1 Zer da podcast bat?

Podcastaren kontzeptua urteetan zehar asko aldatu da. Lehen irrati bateko emisioa grabatu egiten zen edozein plataformara

igotzeko. Gaur egun, ez da bakarrik albistegietan grabatzen den eduki bat, bi lagun arteko solasaldia izan daiteke, Spotify edo horrelako plataformara igotzen dena. Orduan, orain horrelako eduki asko dugu edonork

egin dezakeelako podcast bat, nahiz eta hedabide bat ez izan. Ikusi dugu edonork izan dezakeela ahotsa, edonork izan dezake bere edukia sortzeko aukera eta horiek egin ahal izateko erraztasunak ditugu.

## 2 Zertan datza 'Benetan zabiz?' podcasta?

Helburu bezala du atal bakoitzeko gonbidatu bat izatea eta gai konkretu baten inguruan aritzea, baina guk esaten dugu pixka bat lotsagabetasunetik edo naturaltasunetik. Edozein esparruko profesionalak edo edozein alorreko pertsona ezagunak ekartzen ditugu eta helburua da bere leku intimoengana jotzea eta galdera pixka bat tontoak egiten alde lotsagabe hori ateratzea eta ondo pasatzea. Entretenitzea da helburua.

## 3 Zer aukeratzen duzue lehengo gonbidatua edo gaia?

Bietako edozein izan daiteke. Agian proposatzen dugu gaia eta gai horren inguruan nor ekar dezakegun pentsatzen dugu, baina kontrakoa izan daiteke; pertsona jakin bat ekarri nahi dugu eta pertsona horrekin zeri buruz egin dezakegun pentsatu. Sortzen den moduan. Astearen arabera.

## 4 Zer nolako gaiak izaten dira?

Denetarik izan dugu. Atal batean loaren psikologiaren inguruan hitz egin dugu eta hor bai profesional bat izatea ezinbestekoa zela, baina beste batean ohitura arraoren edo manien inguruan hitz egin dugu. Gaiak nahiko desberdinak dira eta izan daiteke gai tuntun bat edo gai potolo bat.

## 5 Nola hasi zineten?

Malen eta biok Gaztea irratiari *Dida* saioan praktikak egiten egon ginen eta udan bertan lan egiteko aukera izan genuen ere. Irailetik aurrera biok batera podcast bat egitea eskaini ziguten, marka modura, Malen eta Aitziber. Aurretik ez genuen horrelako zerbait egitea pentsatu. Podcasta egitea proposatu ziguten eta baietzkoa eman genuen.

## 6 Nola grabatzen duzue?

Gaztea irratiarekin hitzartu genuen kanpo produktu bat izango zela, Gazteak erosiko ziguna, eta orduan grabatzeko baliabideak gureak izan behar ziren. Mikrofonoak eta abar erosi genituen eta nire Bilboko etxean grabatzen hasi ginen. Baina mikrofono horiek kalitate oso txarra zuten eta estudio batera grabatzera joateko era-

bakia hartu genuen. Gaur egun, Bilborocken grabatzen dugu. Bertan musika taldeak eta entseatzeko estudio batzuk daude eta gela bat podcastak grabatzeko dago, oraindik erabilgarri ez dagoena, baina grabatzeko utzi digute.

## 7 Zer moduzko esperientzia izaten ari da?

Oso ona. Guretzako ona izan da Bilborockera grabatzera mugitzea marka modua irudia askoz zainduagoa delako eta gero sare sozialetan edukia sortzeko politagoa da.

## 8 Materiala ez ezik, zer behar da podcast bat egiteko?

Hitz egiteko gogoia. Materiala ere edozein izan daiteke. Ez da berdina bi pertsona egotea, zu bakarrik, hiru... Gauza asko izan behar dira kontuan, baina hitz egiteko gogoia eta egiten duzun horrekin entretenitzea eta zuk ere interesa izatea. Podcastaren arabera lengoia bat edo beste bat behar da.

## 9 Non entzun daiteke?

Ostiralero EITB Podcast-era eta plataforma guztietara igotzen dute eta igandeetan Gaztea-n 15:00etatik 17:00etara emititzen da.

## 10 Zer harrera izan du?

Harrera oso ona. Espero genuena baino askoz hobea. Egia esan, ez nuen ezer espero beti esaten denagatik; ez dut ezer espero nahi, gero desilusia ez hartzeko; ez nuen ezer espero. Egingo dugu eta ikusiko dugu nola doan. Topatu ditugu entzule fidel asko astero entzuten dutenak, esaten dutenak gustatu zaiela hau edo bestea. Mezu asko jasotzen ditugu. Astero jarraitzaile gehiago eta entzuten gaituzten jende gehiago ditugu.

## 11 Nondik dator izenburua?

Honek kutsu bizkaitarra dauka Malen bizkaitarra delako eta ni Bilbon bizi naizenez bizkaitarren mundu honetan sartuta nagoelako. Malen eta biok beka tarteko egin ginen lagun eta edozein gaitekiko interesa genuenean broma: benetan zabiz? Benetan esaten didazu? Eta orduan barregarria iruditu zitzaigun; gure helburua edozein gaitekiko interesa izatea da.

**gik**  
DISEINUA ETA KOMUNIKAZIOA  
**fo**  
619 821 436  
Foru plaza, 23-1. Altsasu  
info@gkomunikazioa.eus  
www.gkomunikazioa.eus

**ZABALDU ZURE HERRIKO INFORMAZIOA**

UDAL BULETINAK, ESKUORRIAK, LIBURUXKAK... NAHI DUZUNA PRESTATUKO DIZUGU