

**"Zuzendaria izatea  
aldaketa handia izan  
zen, baina esperientzia  
oso polita"**

Inma Arroyo Goikoetxea  
Erkudengo Ama Abesbatzaren zuzendaria / 2-3



**Euskaraldian, elkar  
mugituz egiteko,  
izena eman beharra  
dago larunbatetik  
aurrera / 6**

**Irurtzongo parte  
hartze aurrekontuen  
13. edizioa, lau  
proposamen baino  
gehiago / 6**

**Miguel Angel  
Aristorenak Bella  
Esparza saria jaso du,  
emakumeen pala  
sustatzeagatik / 17**

**Latsarien lana  
balorean jartzen du  
'Latsariak'  
dokumentalak; bihar,  
Bakaikun / 22**

**SINADURAK**



RAF  
ATXURI / 4



SARE  
HERRITARRA / 4



JOSE LUIS  
ERDOZIA  
MAULEON / 10



ANNE  
AZKONA  
UNANJAN / 22

Aurrematrikula: martxoaren 24tik 28ra **ATE IREKIAK** martxoaren 20an 17:30ean

**Gure izaera, *kolorea***



# "Ohore bat da Urrezko Domina jasotzea; oso eskertuta nago"

**INMA ARROYO GOIKOETXEA** ZUZENDARIA

Altsasuko Erkudengo Ama Abesbatzako zuzendariak Nafarroako Abesbatzen Elkartearen Urrezko Domina jaso du, haren ibilbidean egindako lanagatik

**Erkuden Ruiz Barroso** ALTSASU

Martxoaren 8an Inmaculada Arroyo Goikoetxea Erkudengo Ama Abesbatzako zuzendari altsasuarrrak Nafarroako Abesbatzako Elkarteko 2025eko Urrezko Domina jaso zuen, Unai Hualde Nafarroako Parlamentuko presidente altsasuarraren eskutik. Arroyo-ekin batera Laura Calvo Zalacain Tafallako Tubala Uxo Abesbatzako zuzendariak, Marisol Perez Olaetxea Lesakako Abesbatzako zuzendariak eta Alicia Osés Carro Agrupacion Coral Tafallesako zuzendariak jaso zuten elkartearen domina. Ekitaldia Iruñeko Dominikoen elizan egin zen, eta abesbatzen kontzertu txiki bat egon zen (Erkudengo Ama Enrike Zelaiak lagunduta) eta lau abesbatzek elkarrekin *Agur Jaunak* abestu zuten. Arroyok "oso hunkituta" jaso zuen aipamena.

**Noiz hasi zinen Erkudengo Ama Abesbatzan?**

Abesbatza sortu eta hurrengo urtean. Sortu zenean Iruñean ikasten ari nintzen, eta hurrengo urtean itzuli nintzen herrira; 1982an. Musika Elemental Mailako ikasketak bukatzeko ikas-

turte bat gelditzen zitzaidan; magisteritza bukatu nuen, eta solfeoko bosgarren maila egiten ari nintzen. Santa Zezilia eguna zen, ez dut inoiz ahaztuko, eta abesbatza kaletik abesten ikusi nuen. Anabel Valencia irakasleari esan nion inbidia handia ematen zidatela, nik ez nuelako koralean egoteko ahotsik, baina asko gustatzen zitzaidala. Berak esan zidan ahotsarena berdina zuela, nik belarria nuela, eta abesbatza talde bat dela eta ez duzula zertan bakarlarari ahotsik izan. Ordutik 42 urte.

**Nolakoak izan ziren hasierak?**

Errespetu handia ematen zidan. Kontraltoen kordan sartu nintzen, eta handik gutxira Gabi Alegria gure lehenengo zuzendariak, musika ikasketak nituela zekienez, egitekoak eman zizkidan: entseguen hasieran lengoia musikala ematen nien eta gero tenoreen korda buru jarri zidan. *Korda burua* da abesti bat muntatzen ari garenean ahotsetan banatzea, eta bakoitzak bere ahotsarekin entseatzeko du. Pianoa edo melodikoa jo, eta entzuten eta entzuten joan behar gara. Orain jendeak musi-

ka ikasketa gehiago du, baina garai horretan ez. Nik neukan, eta hori da hain zuzen Korazonistetan lan egiten hasteko arrazoiak ere; musika irakaslea behar zuten, eta 40 urte daramatzat ere.

**Denborarekin ahotsa aldatzen da?**

Tartean teknika bokaleko ikastaroak eta tailerrak egin izan ditugu. Ahotsa hobetu dezakezu, baina zure ahots tinbrea da daukazuna. Nik tinbre nahiko baxua dut, eta sopranoek altuagoa dute. Teknikarekin pixkatxo bat igo dezakezu, baina zure tinbrea zure ahotsa da.

**Eta kontralto izateak zer esan nahi du?**

Normalean melodia sopranoek eramaten dute, eta besteek, tenoreek, baritonoek, baxuek eta kontraltoek, akonpainamenduak egiten ditugu. Ikasteko zailagoak izaten dira hasiera batean ez delako melodia entzuten eta gerta liteke abestia ez ezagutzea. Batzuetan itsusia dela ere pentsa daiteke. Baina gero dena elkartzean polita entzuten da. Abesti batzuetan izan daiteke melodiaren zati bat eramatea, baina normalean ahots laguntzaileak

gara. Horregatik lan handia egin behar da, asko landu behar da, eta gauzak ongi ikasi behar ditugu; gero ahots guztiak elkartzean behar bezala entzuteko.

**Noiz hasi zinen zuzendari? Nola izan zen?**

27 urte daramatzat zuzendari bezala. Bitxia izan zen. Nik jarraitzen nuen tenore kordaren buru izaten eta Lourdes Machok, garaiko zuzendaria zena, arrazoi desberdinegatik utzi behar zuen. Tartean Sara Salazar ere izan zen zuzendari, eta Carlos Gorricho orain elkarteko zuzendaria denak ere tartetxo batean hartu behar izan zuen zuzendaritza. Beraz, Lourdes joan zenean Pello Iglesias garaiko abesbatzaren presidenteak esan zidan hartu beharko nuela zuzendaritza. Behin behineko; beste pertsona bat lortu arte nik zuzendaritza hartzeko. Hasiera batean inpaktu handia izan zen, gainera Leitzan egin behar genuen topaketa baterako bi abesti prestatu behar genituen, eta nik justu justu banekin konpasa eramaten, baina ez nekien ahots bakoitzak gora edo behera egin behar zuen... Ideiarik ez neukan. Orduan, ordutik, niregana iristen zen zuzendaritza ikastaro bakoitzean izena eman nuen. Trebatzeko. Hainbat tokitan egon naiz; lehenengo Grausen izan zen, Huescan, eta irakaslea zuzendari oso ospetsuak eta handiak ziren: Javi Busto, David Azurza... Velez-Malagan egon nintzen ere, Eibarren, Ejea de los Caballeros eta abar. Iristen

**"SANTA ZEZILIA EGUN BATEAN ABESBATZA IKUSI NUEN, ETA INBIDIA EMAN ZIDAN"**

**"DUELA 27 URTE ZUZENDARITZA BEHIN BEHINEAN HARTU NUEN, GAUR EGUN ARTE"**

zitzaidan guztia. Oso zuzendari onak ziren irakasleak eta zuzendaritza teknika nolakoa zen erakusten ziguten; abesten zaudenean ikusten ez diren gauzak. Hori oso garrantzitsua da, baina bereziki esperientzia da gehiena. Urteak pasatzen joan diren heinean konfiantza hartzen duzu, bai abeslariarekin bai zuzendaritzarekin.

**Gaur egun arte.**

Behin behinekoa zen eta 27 urte daramatzat! Hasi nintzenetik gaur egun arte asko aldatu da. Lan handia egiten, abesbatza asko entzuten eta guztietatik zerbait ikasten. Kontzertu batera joaten naizenean zuzendaria begiratzen dut ea nola egiten duen. Elkartek Nazioarteko Abesbatzen zikloa antolatzen du, Tolosako Lehiaketara datoz, eta Nafarroan kontzertuak egiten dituzte, eta kontzertu horietara ere joaten naiz. Gauza desberdinak egiten dituzte, eta denetarik ikasten da.

**Zein da zuzendari baten lana?**

Lehenengo gauza da zertan egingo dugu lan. Abesbatzara, normalean izaten duzun publikora edo kontzertu horretako publikora egokitu behar zara. Niretako zailenarikoa erreperitorioa aukeratzea da. Behin zertan lan egingo dugun erabakitzen dugunean, partiturak banatu eta kordetan banatzen da lana. Nire lana da behin bakoitzak bere zatia dakienean dena elkartzea. Zentzu bat ematea; ukitua, interpretazioa. Abesti bat zuzendari edo abesbatza batekin edo beste batekin alda daiteke. Lasaiago egin dezakezu, edo fuertago, ahotsak enpastatu... Belarria oso garatua izan behar duzu. Ahots bat gehiegi entzuten dela eta jaitsi, abesbatza afinatua egon behar da eta abar. Nik keinuen bidez egiten dut hori. Ni oso keinuak egitekoa naiz, baita aurpegiarekin ere. Partiturekin abesten dute, baina badakite begiratu behar nautela, eta keinu bat egin eta badakite zer egin behar duten. Espresioa eman behar zaio abesten ari den abestiari. Gero, gustura abestu behar da. Saiatu behar naiz jendeak gustura abestu dezan. Gustura abesten badugu gehiago



**TALLERES  
GOÑI  
TAILERRAK**



- Ibilgailu guztien txapa konponketa eta margoketa
- Bankadako lanak
- Adeitasun autoak doan
- Kristal aldaketak



Akaborro II industrialdea • IRURTZUN • 680 859 938 • 948 500 166 • chapigo@gmail.com



Inma Arroyo Urrezko Dominarekin. UTZITAKOIA

transmititzen dugu, eta publikoak ere hori jasotzen du.

#### Haserretzen zara?

Egia esan ez. Agian noizbait zerbait esan... Baina buelta ematen saiatzen naiz. Txantxa asko egiten ditut. Kontuan izan behar dugu astelehenetan eta ostegunetan 22:00ak aldera entseatzeko dugula; 21:00etatik 23:00etara. Jendea nekatura dago. Teknika bokala egin behar dugu, arnastu, proiektatu... Zaila da, baina ulertu behar da jendea nekatura dagoela, eta egorari buelta eman behar zaio.

#### Nolakoak dira entseguak?

Iortian zorzea dugu. Zerbait berria muntatu behar dugunean entsegu aretoa ez ezik, kamerinoak erabiltzen ditugu. Korda buru bakoitzak bere taldea hartzen du eta kamerinoetara joaten dira. Hiru daude, bat txikiagoa, baina bakoitza berean ixten da eta ez diogu elkarri molestatzen. Muntatzen ari garenean gutxi gorabehera entseguaren erdia da, eta beste erdia elkarrekin egiten dugu. Beti saiatu behar gara gutxienez behin elkarrekin egiten. Ez bakoitza bere ahotsarekin egotea etengabe. Nolakoa izango den abestia ikusi. Kontzertu bat dugunean edo ez dugunean ezer berririk muntatu behar, behin eta berriz abestiak egiten ditugu. Nahiz eta abesti oso ezagunak izan edo askotan egin izan ditugun, hasieratik kantatzen ditugun horietakoak izan, beti egin behar

dugu; ahotsak nolakoak ziren gogoratu, nola adierazi eta agian niri bolada ematen dit eta zerbait aldatzen dut.

#### Nola hartu zenuen abeslari izatetik zuzendari izatera pasatzea?

Aldaketa oso handia izan zen. Baina esperientzia oso polita. Gure abesbatza talde bat da; talde izaera handia dago. Hori da pentsamendua: ongi pasatzera joaten gara, disfrutatzen. Eskatzen dudak guztia ematen didate. Gozada bat da. Orduan, esperientziarekin gauzak beste modu batera egiten ditugu, erraztasun gehiagorekin kantatzen dugu... Oso polita da. Aldaketa deserosoa izan zen agian; urduritasun gehiagopasatzen dut, hori bai; azkenean abesten zaudenean, dagokizuna abesten duzu, zuzendariari arreta jartzen diozu, eta listo. Baina zuzendariaren lana desberdina da. Zorionez taldeak asko ematen dit. Saiatzen dira ahalik eta hobekien egiten. Entseguetan agian behar dena baino gehiago hitz egiten da... Baina ongi.

#### Urduri jartzen zara?

Ni oso urduria naiz. Amorrua ematen dit, baina kontzertu baten aurretik, entseguan bertan, oso urduri jartzen naiz. Hasieran hasiberria nintzenez ulertzekoa zen, baina 27 urteren ondoren oso urduri jartzen naiz oraindik. Sabelean tximeletak jartzen zaizkit. **Abesbatzen topaketetan parte hartu izan duzue, elkartrukeak egin**

#### dituzue, baita bidaiak ere. Zer nolako esperientzia izan da?

Abesbatzaren 42 urte dira. Gauza asko egin ditugu. Nafarroako beste koroekin elkartrukeak egin ditugu, baita kanpokoekin ere. Rock taldeekin kolaborazioak egin ditugu, Los del Rayo kasu; Haize Berriak bandarekin, azkena eguberrietan, baina bandaren historian zehar askotan aritu gara. Etxarri Aranazko eta Irurtzongo abesbatzekin *Taupadak* egin genuen, Idaretarekin; Enrike Zelaia bidelagun izan dugu; Trasteandorekin ere egin izan ditugu kolaborazioak... Hori gure inguru hurbilean. Oraintxe bertan ari gara ekainaren 7rako kontzertu bat prestatzen eta Lizarrako eta Valtierrako abesbatzak etorriko dira gu ere han egon ginelako. Iruñean ospitaletan abesbatza lagunekin abesten egon ginen ere, eta hori oso polita da. Aberasgarria. Jendea ezagutzen duzu ere. Abesbatza hasi nintzenez Rotako koralarekin elkartruke bat egin genuen, Cadizen, eta garai horretan abesbatzako kideen etxetara joaten ginen. Gaur egun hoteletara goaz. Orduan, tokatu zitzaigunekin harreman oso estua egin genuen eta gaur egun jarraitzen dugu. Lagunak gara. Abesbatza ere izan da argentinarrak bat, esaterako, Iruñean lan egiten zuena eta gurekin parte hartu nahi zuela, eta Argentinako koral batekin elkartrukea egin genuen. 2003an izan zen hori,

eta herrialde asko ezagutu genituen: Brasil, Iguazu ur jauzian egon ginen, Paraguayan... Bi urtean itzuli ginen, eta Mendoza aldean egon ginen, hegoaldean, Perito Moreno eta abar dagoen tokian. Bertako koro asko ezagutu genituen. Urdiainen Galesko neska bat bizi zen, eta elkartruke bat antolatu genuen bertako koroarekin. Herbereetako beste neska bat sartu zen abesbatza, eta bertan egon ginen ere. Bertako abestiak kantatu genituen, besteak beste, Vienan eta Venezian egon ginen... Portugalen ere abestu izan dugu, Katalunian ere abesbatza lagunak ditugu... Bertako ohiturak, gastronomia eta abar ezagutzen ditugu, baina niretako garrantzitsuenak da egiten ditugun lagunak. Musikatik harago doa.

#### Zein da abesbatzaren osasuna?

**"GURE ABESBATZA TALDE BAT DA; TALDE IZAERA HANDIA DUGU, DISFRUTATZERA GOAZ"**

**"25. URTEURRENEAN SORPRESA HANDIA EMAN ZIDATEN; INOIZ EGIN DIDATEN GAUZARIK POLITENA"**

Momentu honetan oso ongi dago. Pandemiak min handia egin zigun; utzi genuen, noski, eta gero izan zen itzuli ez zen jendea. Jende berria sartu da eta momentu honetan ongi dago. Baina abestu nahi duen edozeinendako beti zabalik. Sopranoetan eta baxuetan justu samar gabiltza, baina orokorrean ongi. Lan handia dugu aurretik. Urte amaiera oso mugitua izan zen eta aurten ere topaketa bat egingo dugu eta beste proiektu handi bat dugu. **Urrezko Domina jaso duzu. Nola sentitzen zara?**

Hasiera batean sinesgaitza iruditu zitzaidan. Guztiz ustegabekoa izan zen. Lau emakume zuzendarik jaso dugu eta ohore bat da. Egiten dugun lanari errekonozimendu bat da. Oso eskertua nago nigan pentsatu dutelako horrelako errekonozimendu bat jasotzeko. Oso hunkituta. Ekitaldia gainera egun berezi batean izan zen, Piñata eguna, eta entseguan abesbatzari esan nionean, bakoitzak inauterietarako bere planak eginak zituen, noski, baina ia denek baietz esan zuten. Batzuk goizean mozturrotu eta ondoren ekitaldira. Aurterago ospatuko dugu, ziur. **Zein izan da unerik politena? Eta txarrena?**

Txarrak batzuetan entseatzera joan behar zarela morala egon beharreko tokian ez dagoela. Baina aurrera egin behar duzu. Askoz gehiago dira une onak, baina badago bat oso-oso berezia: 25 urte bete nituenean, nire ama zendu berri zen, eta ahizpak esan zidan familiako emakumeak bazkaltzera joan behar ginela. 12:00etan plazan gelditu ginen, alabak, bilobak... Plazara iritsi eta ez zegoen inor. Apaiza elizatik atera zen eta esan zidan nirekin egon behar zela, berarekin joateko zerbait erakutsiko zidala, arnasa hartzeko, eta elizako ateak ireki... eta hor zegoen abesbatza. Kontatzean hunkitzen naiz. Eliza hutsik zegoen, lagunak eta familia, eta Leonard Cohenen *Haleluya* abestu zuten, pianoaren laguntzarekin. Nire 25. urteurrenagatik omenaldi bat izan zen. Ni denbora guztian nengoen ez nekiela hori zer zen. Galdetzen nien ea nola antolatu zuten hori. Izkutan entseatzeko zuten, bajera batean. Pentsatzen dudak eta bideoak ikusten ditudan bakoitzean hunkitzen naiz. Hori da inoiz izan dudak gauzarik politena. Sorpresa izugarria izan zen.



ASTEKOA

RAF ATXURI

## Itsatsita

Bada *Primeran.eus* plataforman atal txit irigarri bat, *Itsatsita* deritzana, arrakastatsu samar gertatu dena, eta antzerki pieza sorta baterako gai mamitsua eskain dezakeena.

Bikote hetero bat auto barruan larrusaio gartsua amaiturik, ez aurrera ez atzera gelditu da, hankarterik hankatarreenak ezin bereiztuaz, elkia eta ontzia bat eginik.

"Penis cautivus" egoera kliniko hau milioika ugariaren artean behin edo behin suerta daiteke ugaztunen artean. Badira, ordea, giza espeziean, XXI. mendean esteka berri dextente, eta ez naiz ari urteberriko merkealdia dela-ta sortzen diren ilarekiko liluraz, horiek bestelako buztanak eta leizeak ditugu. Pantaila ttiki (baita handi) mota guztien alderako uztartzeaz ari naiz: ordenagailu, tablet edota mugikorren bidez gauzatzen den horietaz, hain zuzen.

Oraingo gure aldi hau, besteak beste, teknologiaren etengabeko garapen tximistak egikaritzen du, hain denbora gutxian, hain goizetik gauera, non ez garen gauza hurrengo hilean zein asmakizun berrik nabartuko duen gure egunerokoa.

Eta horiek horrela bizitzen gera, sortuz ta sortuz gure aukerak, efimerotasun jariatsu batek deabruak eta aingeruak eraman eta ekartzen dizkigula. Onurak ageri-agerian ditugu eta handiki gorapaituak; alboko kalteak, oso agerian ere, baina era berean sumoapean eta kontsumismo guztiz ero eta alaitsuak xurituak. Jazarpen telematikoak, iruzurrak, mota guztietako adikzioak, harremanen galtzea, haurren porno alderako sarbide erraza... Inoiz baino komunikatuago, bakardade latz handi batean.

Nire suminaren elikagarri, zenbait eskolatan mugikorra baimentzen diete; Chromebook, tablet nahiz ordenagailuak ez ote aski? Aitzakiak aitzakia gabiltzalarik, herrialde batzuetan hasi dira lanbide honi seriooki heltzen eta neurri zenbait hartzen.

Andimendiko artzainek taxuz eta zuzen ondokoa diote: kanpotik lainoak zuriak dira, barrutik, ordea, beltzak.

## HARA ZER DIEN

### Behin betiko

#### SARE HERRITARRA

Azken aldian, batez ere urtarrileko Bilboko manifestazioaren ondoren, zenbait sektoreen aldetik hiru mezu mota jaso ditugu.

Lehendabiziko mezuan? Horietako batean azpimarratzen da ezen, gertatutakoaz batzuek egiten duten errelatoaren arabera, "atal bat azkarregi ixten ari da, iragana behar bezala interpretatu gabe". Ez dirudi, ordea, azkartasunaren irudi hori bat datorrenik 25 urteko kartzela zigorra beteta oraindik ere espetxean dauden preso gehienek bizipenarekin.

Bigarrena da manifestazioa ETako presoan zuzitze edo goratze ekitaldiztat edo biktimak iraintzeko ekintzatzat hartzen dutenena, baina edozein tokitan jarritako

kartel batek "urliak eskubidea du hirugarren graduaren aplikaziorako" esaten badu, hori justizia penalarren baieztapen bat da. Ez dago zuzituzerik hor, ez dago gorazareririk.

Eta hirugarren mezua. Horretan esan digute gure adierazpen edo deklarazio batzuek urrutiegi doazela, gurea balitz bezala hartzen dugulako gizartearen gehiengoak sentitzen duena. Ez da egia. Egiatzko datu bat besterik ez dugu aipatzen. Gure gizartearen parte batek ez du nahi uler dadila isilik egotea espetxeetako arazoari ez ikusiarena egitea dela. Eta mobilizatu egiten da, jakinda ere azken urteetan aurrerapauso garrantzitsuak gertatu direla.

Finean, mugimendu horren nolabaiteko indarraren ondoan, batzuek temati segitzen dute gutxiesten euskal jendartearen gehiengo batek eskatzen duena.

Esan beharra dago jarrera horietako batzuek kezkarriak iruditzen zaizkigula. Ez kritikaren beldur garelako, baizik eta jarrera horiek ez dutelako ekartzen gogoeta orokor bat bizikidetzaren bidean laguntzeko. Kontrakoa, ziurrenik. Frustrazioak eta beti haserre hitz egiteko modu horrek, batzuen nagusikeria etikotik, bizikidetzaren okertu besterik ez dute egiten, denon kalterako. Gertatzen ari dena gogoeta egin ez eta lasaitasunez interpretatzeak emango digu bizikidetzaren alde benetan jarduteko esparru bat, baina, horretarako, gure herrian jasan ditugun indarkeria guztiek sortutako sufrimenduaren balorazio eta aitortza egokiagoa eta zuzenagoa ere egin behar da. Interpretazio horri esker, behar bada, aurrerapauso garrantzitsuak egingo dugu injustiziarik gabeko bakea, indarkeria guztien amaiera eta egiatzko bizikidetzaren lortzeko.

**GUTUNAK:** Karaktereak, gehienez: 1.900 (hutsuneak barne). GUAIXEK eskubidea du gutuna laburtzeko. Gutunak ezin izango dira kapituluka bidali. Gutunak astearte 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)

## GUTUNA

### Martxoak 21, Arrazakeriaren eta Xenofobiaren aurkako Nazioarteko Eguna

#### JOSU RUBIO MENDILUZE

SAKANA HARRERA HARANA ELKARTEA

Martxoaren 21ean, Altsasun, Sakana Harrera Harana Elkarteak elkarretaratzea egingo dugu Faxismoaren diskurtsoaren aurrerakada salatuz.

Arrazakeria faxismoaren aurpegietako bat izanik, indar eta determinazio berarekin borrokatu behar da horren kontra. Pentsamendu kritikoak lerro artean irakurtzeko balio behar digu, faxismotik sartu nahi dizkiguten gezurrak eta buloak ez onartzeko: pertsona baten larruaren kolorea edo jatorria zalantzan jartzen edo baztertzen da, baina soilik pobrea bada... Azken batean, desberdinarekiko beldurra,

"INTERNAZIONAL FAXISTA"-n kokatutako politikari batzuen diskurtsoen larritasunagatik, zeintzuek munduko botere politikoa hegemonikoa botere ekonomikoarekin lotu dute. Diskurtso horiek modu arriskutsuan errotzen ari dira herritarrengan, eta horrek berarekin dakar zati ez txiki batek bere egunerokotasunean ondorioak pairatzea. Era berean, salatua nahi dugu polizien profil arrazialak,

etnikoak edo jatorrizkoak erabiltzen dituztela pertsonen kontrol eta erregistro umiliagarriak ezartzeko, delituzko jarduerak egiten dituzten zehazteko. Horrek eragiten du gizartearen diskurtso arrazista txertatzen joatea, administrazioak bermatzen duen heinean, eta, azkenean, atxilotetak, kanporatzeak eta eraso faxistak normalizatzen ditu. Azken finean, kolektiboaren erru bakarra izan da gerratik

edo inperialismo kapitalistak eragin dion pobreziatik ihes egitea, eta horren aurrean, mendebaldar arpilatzaileok zerbait esateko badugu. **ARRAZAKERIARI ETA FAXISMOARI EGURRE!!!** \*Oharra: martxoaren 25ean, 18:00etan, Altsasuko Iortia Kultur Gunean SOS RACISMO-ARRAZAKERIA ELKARTEAK hitzaldi bat emango du. 2024ko Arrazakeriaren Txostenari buruz mintzatuko dira.



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

#### Koordinatzailea:

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

#### Maketatzailea:

Lune Trecet Obeso  
[maketatzaia@guaixe.eus](mailto:maketatzaia@guaixe.eus)

#### GK diseinu zerbitzua:

Ainhoa Elxeberría Pikabea  
[gk@gkomunikazioa.eus](mailto:gk@gkomunikazioa.eus)

#### Administratzailea:

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

#### Zuzentzailea:

Maitte Iparragirre Astitz

#### Lege gordailua:

NA-633/1995

#### Tirada:

3.200

3.200

#### LAGUNTZAILEAK



**Erredakzio burua:**  
Alfredo Alvaro Igoa  
[erredakzioa@guaixe.eus](mailto:erredakzioa@guaixe.eus)

**Erredakzioa:**  
Maidor Betelu Ganboa  
[kiriolak@guaixe.eus](mailto:kiriolak@guaixe.eus)  
eta Erkuden Ruiz Barroso  
[kultura@guaixe.eus](mailto:kultura@guaixe.eus)

**Irratia:**  
Eneida Carreño Mundiñano  
[irratia@guaixe.eus](mailto:irratia@guaixe.eus)  
948 567 074

**Publizitatea:**  
Eneida Carreño Mundiñano  
[publi@guaixe.eus](mailto:publi@guaixe.eus)  
661 523 245  
Itziar Gastearena Colmenero  
[publizitatea@guaixe.eus](mailto:publizitatea@guaixe.eus)  
619 821 436

**ARGITARATZAILEA:**  
Guaixe Fundazioa. Foru plaza 23-1.  
31800 Altsasu  
948 564 275



Gobierno de Navarra  
Nafarroako Gobernua

Nos sobran las razones

There are so many reasons

Les nombreuses raisons

تعدد الدوافع

**Mank**  
s a k a n a



*Ez zaigu arrazoirik falta*

## Euskaraldia izen ematearekin hasten da

Larunbatean zabalduko da belarriprest edo ahobizi gisa izena emateko epea

SAKANA

Udaberriko aurreneko Euskaraldia da aurtengoa, eta bertan da. Bi hilabete barru, maiatzaren 15ean hasiko da. Hamaika egun iraunen du, maiatzaren 25era arte. Euskararen erabilera aktibatze mugimendu sozialaren parte izan nahi duten sakandarrek izena eman beharko dute *euskaraldia.eus* webgunearen bidez.

Data aldaketak ez du Euskaraldiko mamia aldatu: euskara ulertzen duten hiztunen hizkuntza ohiturak aldatzeko mugimendu soziala da, Euskal Herri osoan eragiteko sortua. Mugimenduak herritarren hizkuntza praktikak aktibatu eta euskararen erabilera handitu nahi du, eguneroko harremanetan euskara lehenetsiz eta 11 eguneko praktika sozial masibo bateratu baten bidez. Antolatzaileen nahia da Euskaraldiak irauten duen bitartean



Euskaraldiko txapak. ARTXIBOA

euskararen erabilera aktibatze mugimendua elikatzea eta gizartean errotu, sortutako euskarazko hizkuntza praktikak urte guztira zabaltzeko. Guztia izena ematearekin hasten da. Nahi izanez gero hizkuntza inertziaz aldatzen gaur hasi zaitezke.

## Frontoiak teilatu berria izanen du aurki

Lanak Aste Santurako despeditzea aurreikusitako udalak. Bitartean pilotalekua itxita izanen da. Erabilera handia du. Esaterako, irristaketa taldeko kideak astean bitan Bakaikuko Iturrarte frontoian entrenatzen ari dira

URDIAIN

Elizazpi frontoiaren teilatutik dagoen uralita kendu eta metalzko xaflak jartzeko lanak duela bi aste hasi ziren. David Oroz Alonso alkateak jakinarazi duenez, "aste honetan eta hurrengoan teilatutik uralita plakak kentzen ariko dira, ondoren teilatu berria jartzeko". Lanak Aste Santurako despedituta egon daitezkeela azaldu du alkateak.

Orozek argitu duenez, lanak iraun bitartean pilotalekua itxita egongo da. Horren ondorioz, Urdiaingo irristaketa taldeko kideen entrenamenduak Bakaikuko frontoian egiten ari dira. Beraz, lanak iraun bitartean, astearte eta ostegunetan, 18:00etatik 19:00etara, irristalari urdindarrak Bakaikun trebatuko dira. Alkateak azaldu duenez, "frontoia asko erabiltzen da. Gurasoak haurrekin neguan askotan egoten dira bertan. Gainera, haurrak areto futboleko edo pilotan jokatzera joaten



Urdiaingo Elizazpi frontoia lanengatik itxita dago.

dira. Eta helduek, urdindarrek eta beste herrietakoek ere erabiltzen dute".

Lanak 171.580,94 euro aurrekontua dute. Udalak Nafarroako Gobernutik zuzenean 90.000 euro jasoko ditu. Diru hori EH Bilduk

Nafarroako Gobernuaren 2024ko aurrekontuei aurkeztutako zuzenketa baten bidez iritsiko da. Orozek aurreratu duenez, "frontoiko teilatua elektrizitatea sortzeko eguzki plakak jarriko ditugu 2026an".

## Irurtzungo parte hartze aurrekontuak bueltan dira

Heldu den urteetarako proposamenak egin eta beraien kale eta auzoetan dauden arazoak berri eman dezakete

IRURTZUN

Parte hartze Aurrekontuak sustatzen dituen taldeak lau proposamen aurkeztu ditu eta haietako baten alde egiteko aukera izanen dute 16 urtetik gorakoek martxoaren 17tik 30era. 40.000 euroko balioak duten lanak dira. Botoa emateko hiru modu izanen dira. Batetik, udalaren *Irurtzun* aplikazioak 17tik 23ra emanen du horretarako aukera. Bestetik, aurrez aurre botoa emateko aukera izanen da martxoko azken asteburuan: 28an, ostirala, 18:00etatik 20:00etara; 29an, la-

runbata, 12:00etatik 14:00etara eta 30ean, igandea, 12:00etatik 14:00etara. Osasun etxeko estalpean izanen da boto mahaia. Azkenik, botoa eta ekarpenak *preparirurtzun@gmail.com* e-postara bidal daitezke, martxoaren 30a baino lehen. Botoa emateko modu bat edo bestea erabili, parte hartzaileak bere burua identifikatu beharko du. Boto gehien duen proiektua egingen da.

**Proposamenak**

Bata da igerilekuetako terrazako alboetan itxiera automatikoak

jartzea haizearengandik babesteko, itzal eremua handitzea eta tabernako altzariak aldatzea, baita etxetresna elektrikoak eta sukaldea berritzea ere. Batea da kultur etxeko ekitaldi aretoko berogailua konpontzea (zoru bero-emailea) eta, aldi berean, musika eskola eta kultur etxeko sarreran euskarri automatikoa ezartzea ibilgailuen sarbidea mugatzeko. Hirugarren proposamena hilerrri pareko kalean da. Zehazki hango zoru konpontzea eta kalearen alboan, Plazalako aparkalekutik Erga kalera bitarteko eremuan aparkalekuak egitea, baita euri uren bilketaren hobetzea. Azken proposamena igerilekuetako kanpoaldeko hesia berritzea da. Horrekin batera, sarrerako ateak hobetzea eta instalazioetarako sarbideak egokitzea.

Ate Irekiak  
Martxoak 17, 16:30etan



Aurrematrikula  
Martxoak 24tik apirilak 4ra

Matrikula  
Maiatzak 29tik Ekainak 4ra

9:30-15:00

kattuka

haur eskola

info@kattuka.com • www.kattuka.com • 948 567 009

# Ez bilatu gehiago. Zatoz publikora.



eskola publikoa nafarroa |



- eskola publikoa nafarroa **gertukoa** 
- eskola publikoa nafarroa **eleanitza** 
- eskola publikoa nafarroa **inklusiboa** 
- eskola publikoa nafarroa **anitza** 
- eskola publikoa nafarroa **osasungarria** 
- eskola publikoa nafarroa **berritzailea** 
- eskola publikoa nafarroa **eraldatzaileria** 
- eskola publikoa nafarroa **parte-hartzailea** 

Aurrematrikulazioa martxoaren 17tik 21ra  
[zatozpublikora.nafarroa.eus](https://zatozpublikora.nafarroa.eus)



[zatozpublikora.nafarroa.eus](https://zatozpublikora.nafarroa.eus)

Gobierno  
de Navarra  Nafarroako  
Gobernua



# Zubiaren kontra zegoena kenduta, baina...

Beste txipu bat erori da ibaira, eta antzeko egoera errepika daiteke. Nafarroako Gobernuko Errepideen Mantentze Zerbitzuak kendu zuen otsailaren 25ean. "Gurdikada pila bete zituzten"

ETXARRI ARANATZ

Udaberri akaberan ibai ertzeko txipu bat ibaira erori zen. Ibaia- ren emariak NA-120 errepideko zubiaren kontra eraman zuen. Udalak Ebroko Ur Konfederazioari eskatu zion txipua kentzeko. Baina hark ezetz, udalaren eskumena zela. Denboraren joanarekin zubiaren kontra gero eta zabor gehiago pilatu zen. Maria Saez de Albeniz Bregaña alkateak azaldu duenez, Haren esanetan, "antza, Errepideen Mantentze Zerbitzuaren ardura da zubiaren mantentzea. Konfederazioari behin eta berriz eskatu diogu pilatutako zabor guztia kentzeko, eta beti ezetz



Otsailaren 25era arte ubeldeak zubi kontra izan zuen itxura.

erantzun digute. Haien egitekoaren ardura udalei pasa nahi digute. Baina, nahi dutenean, eskumena beraiena da".

Alkateak azaldu duenez, zaborra kendu ondoren "halako zinkinkeria baltsa bat gelditu da uharkaren kontra. Foruzaingoa eta suhiltzaileak gaztigatu genituen, Ingurumen Departamentura bideratu gaituzte". Asteburuko euriek guztia garbitu dute. Hala ere, Saez de Albenizek adierazi duenez, "konfederazioak ez digu ibai bazterreko txipuak mozten uzten. Eta haien egoera ikusita, berriro ere antzeko egoera izan dezakegu zubian". Dagoeneko alkateak aipatutako txipuetako bat erori da.

## Loteetarako bi aukera

Etixerako egur loteak eskuratzeko bi aukera eskainiko ditu aurtentz udalak. Batetik, orain arte bezala, nork bere lotea egitea eta etxera ekartzea (44 euro). Bestea, berriz, baso lanetako enpresa baten bidez lotea eskatzen den tokira eramatea izanen da. Horretan interesa duenak udalarekin idatzizko eskaera egin beharko du.

A.A.I. SAKANA

Estatuak baztertutako eta pobretutako eremu batean sortua, familiak migratzea zer den edeki daki. "Pobrezia handia zen. Esaterako, eskolako festan parte hartzeko 50 zentimo behar baziren, aitak ez zuen diru hori". Gaineratu duenez, "herrian ez zegoen ez lantegirik, ez lanik ez ezer. Familia bakoitzak atzerrira joandako pertsona bat zuen. Haiek atzerritik bidalitako diruarekin bizi ziren familiak". Marianek bi aitona Europan bizi ziren. "Baina familia handitu eta gastuek gora egin zuten, eta Europatik jasotako dirua nahikoa ez zenez, aitak migratzea erabaki zuen", azaldu du.

Bidean jarri zen, baina, estatutik atera aurretik, hiri batean lana opatu zuen. Soldataren zati bat herrian zuen familia laguntzeko bidaltzen hasi zen. Azkenean, familiak herria utzi eta aitarekin hirira bizitzera joan zen. Herrialdean Europa helburu zuen migrazio mugimendu bat sortu zen 2000. urtean. "Etxean gaia hizpide izan genuen. Anaia batek hala egin zuen. Semeak joan beharrean nik joan behar nuen" esaten zuen aitak. "Eta hala egin zuen. "Kezka handia izan genuen luzaroan haien berri ez genuelako izan". Arriskua izan zuen bidaiari, baina onik iritsi ziren Europa erdialdera. "Lana opatu zuten, eta bidalitako diruarekin hiriko etxea berritu genuen. Baina paperik ez zuten lortu eta Espainian zegoen senide batengana joan ziren. Han biek lortu zituzten paperak. Ama eta anaia bat eraman zituzten". Ahizpa bat Europa erdialdean bizi da egun.

## Herrialdean gustura, baina

Marianek azaldu duenez, "gustura nengoen sorterrian, han

## Beharpenei azken errematea emanen diete Altsasun

Altsasuko hogeitak beraien stock-a establezimenduaren parera atera eta deskontu handiak eskainiko dituzte. Altsasuko merkatalgunean barna ibiltzen dena moda, osagarriak, papergintza, kirol materiala, etxerako, loregintza eta abarreko produktuen prezio beheratuak opatuko ditu gaur eta bihar, merkataritza ordutegian.

## Mahaiaren bueltan

Hala elkartu ziren Ziordiko 40 bat emakumezko elkartearen ostiralean. Emakumeen Nazioarteko Eguna dela eta, aspaldiko ohitura dute emakumezko ziodiarrek bazkaltzera edo afaltzera elkartzea. Ziordian hiri ihotek larunbatean ospatu behar zirenez, bezperan afaltzera elkartu ziren Errekakartea elkartearen. Giro ederrean ospatu zuten eguna.



UTZITAKOIA



Mondragon Unibertsitatea  
Goi Eskola Politeknikoa



ATE IREKIAK  
**GOIERRI CAMPUSA**  
ORDIZIA  
Ingeniaritza  
Mekanikoko Gradua

Martxoak 19, 18:00



**EMAN IZENA!**

[www.mondragon.edu/ate-irekiak](http://www.mondragon.edu/ate-irekiak)





Emakumezko bat leihotik begira. UTZITAKOIA

# Egin nahi ez zen bidaiaria

Senegal, Maroko, Errumania, Portugal, Ekuador, Kolonbia edo beste herrialde batekoa izan daiteke Marian (asmatutako izena). Sakanako herri batean hiru urte pasa daramatza bizitzen. Oraindik ez du ez erresidentzia ez lan baimenik

geldituko nintzateke. Oso ongi bizi nintzen. Baina Sakanara etortzera behartu ninduten gauza asko gertatu ziren". Senideak Europan barna zituenez, haiek bisitatzen joana zen noizbait turista bisatuarekin, baina beti bueltatzen zen. "Senarrak oso lan ona zuen. Semea eskola pribatu batean zegoen, ikasketetan ongi zebilen".

Atzerrian trebatutako langile espezializatua zen senarra. "Europako soldata baten pare kobratzen zuen". Baina langileek enpresan 15 urte lan egin ondoren zuzendaritzak bota egiten zituen. "Enpresak aldi baterako kontratua zuten eta gutxiago

kobratzen zuten langileak nahi zituenez, senarra presionatzen hasi zen, bera botatzeko aitzakia bila zebiltzan beti". Edozein egunetan botako zuten kezka zuen senarrak. Baina, aldi berean, langile ona zenez, langile berriak trebatzen zituena zen. Hamabost urte bete zituen enpresan, eta lanik gabe gelditu zen.

**MARIANI BURUTIK PASA ZITZAION: "NIRE HAURTZAROAN BIZI NUEN MISERIARA BUELTATUKO NAIZ"**

Langabezian zela, senarrak egin zuen aurreneko gauza Europara joateko bisatua eskatzea izan zen. Baina ez ziren berehalakoan joanen. Kaleratua izatean konpentsazio bat jaso zuen. Horrekin 50 urtera arte bizi nahi zuten senide baten etxean. Orduan estatuaren laguntza bat jasoko zuen senarrak, eta jubilatzean dirulaguntza handiagoa. Kalkulu horiek eginda zituzten. Baina gastuak gora zihoazen, eta diruak ez zuen ematen.

Azaldu duenez, "han bi gurasook lan egiten dugu seme-alabak eskola pribatuan izena emateko, bestela beldur garelako. Ikastetxe publikoan deneta-

rik pasatzen da. Barruan labanak dituztenak ere daude eta". Gastuek gora egin zuten, txikien eskolaratzeari ere eragin zion diru faltak. "Ez nuen besteak baino gutxiago izatea nahi. Eta egoerak berari eragitea ezta ere". Mariani burutik pasa zitzaion: "nire haurtzaroan bizi nuen miseriara bueltatuko naiz". Gastuetan besterik ez zuten pentsatzen. Senarrak ez zuen lanik opatzen. Ordurako bisatua eskuratu zuten, eta bizi baldintza horietan bizitzen gehiago ezin zutela segi erabaki zuten.

## Sakanara

Estatua turistaren bisatuarekin sartu ziren Marian, senarra eta bi seme-alabak, eta Sakanara, Marianen anaiaren etxera etorri ziren. "Hori ez zen nire bizitzako helburua", esan du sorterriko garai onak oroituz. Senarra ez zen bizimodu berrira egin eta sorterrira bueltatu zen. Negarrez gogoratu du une hura. "Seme-alabak ez ziren jabetu ez zutela atzera ere ikusiko eta, ondoren, haren falta sumatzen zuten". Senarra turista bisatuak baliatuz bisitan etortzen hasi da. "Halakoetan oso pozik jartzen dira, baina zaila izan da".

Bere anaiak erroldatu zituen eta seme-alabak eskolatu zituen. Anaia beste anaia baten etxera joan zen bizitzera eta hark zuen etxeko kontratua Marianen izenera pasa zen. Hasieran anaiak ordaindu zuen etxeko alokairua. Ondoren sorterritik ekarritako diruarekin ordaintzen segitu zuen alokairua, eta gainerako gastuak. Gizarte Zerbitzutara jo zuen eta bermatutako errenta eskaera egin zuen. Hiru hilabetera hasi zen dirua jasotzen. Horrekin bizi dira gaur egun ama eta haurrak.

Marianen txikiak oso pozik doaz eskolara. "Hemengo irakasleen jarrera ez da sorterrikoena bezalakoa. Haurrak beste modu batera tratatzen dituzte". Sorterriko herriak maite ditu, "arazoa dagoen pobrezia da. Niri herriko bizitza hiriburukoa baino gehiago gustatzen zait. Herri honetan ez dago pobreziarik, ongi nago". Kalera

**"ETORTZEA EZ ZEN NIRE BIZITZAKO HELBURUA", ESAN DU SORTERRIKO GARAI ONAK OROITUZ**

ateratzerakoan, eta guztirako, dagoen segurtasuna ere goraitu du: "sorterrian ezin naiz mugikorrarekin edo poltsoarekin kalera atera". Bizi den herrian bi lagun ditu, bera den jatorrizko herriko kideak haiek ere.

Bere estatuan jatorrizko herri bateko kide da Marian, berezko hizkuntza eta estatuko hizkuntza hegemonikoarekin iritsi zen. Gaztelania ikastaro batean izena emana du. Astean bitan dira klaseak. Eta ikasten ari da. Gainera, bost hilabete iraun zuen ikastaro batean eman zuen izena, eta han asko aurreratu zuen hizkuntzaren ezagutzan. Hala ere, haurrekin plazara ateratzen denean gaztelania entzuten egoten da, ikasteko.

Turismo bisatuak epe baterako dira, eta dagoeneko hiru daramatza Sakanan bizitzen Marianek. Nola lortu duen galdetuta, "lehen hilabetea oso zaila izan zen". Aipatu duenez, "zenbaitetan kanporatua izateko beldur izan naiz". Beldur horregatik, Iruñera beharrezkoa denean doa bakar-bakarrik. Eta anaiaren Iruñeko Alde Zaharrera joateko gonbidapen guztiak errefusatu ditu. Hura lasaitzen saiatu arren, dagoen polizia kopuruak atzera bota du. "Zortea izan dut. Poliziak gelditu nauen aldi bakarrean bisatua nuen oraindik". Hobe herrian, errepikatu du.

Bizi eta lan baimenak eskuratzeko zer egin behar den galdetuta, azaldu digunez, "lehenik estatuan hiru urte bizi izana frogatu behar da. Ondoren lanerako aurrekontratu bat behar dut bizitzeko baimena egin ahal izateko". Etxeak garbitzen, edo mendeotasuna duten pertsonak zaintzen lan egin nahiko luke.

Hiru urte horiek nola pasa dituen galdetuta, "sorterrian bizi izandakoarekin alderatuta, hemen oso ongi nago. Beharrak asetzeko dirua dut, eskolan txikiak beste guztiak bezala daude, jatekoa dugu... ez dugu ezeren faltarik. Beharrezko guztia dugu. Hori da nahi dudana". Egin zuen ikastaroko praktikak ezin izan zituen egin "paperik gabea" zelako. Beraz, ez du titulurik. Bai, ordea, ezagutza ziurtagiri bat. Paperak lortuz gero, familia biltzeko prozesua abiaraziko luke Marianek, senarra ekartzeko. Buruan duen azken pausoa naziotasuna lortzea da. Marianek sorterrian pentsatzen zuena opatu du Sakanan.



## KOLABORAZIOA

JOSE LUIS ERDOZIA MAULEON

## Sakanako lexia konposatuak (XII)

**Festak egin** Sakana osoan erabilia izan da aditz perifrasi hau. Haurrekin erabiltzen da bereziki, ferekak egin adierazteko. *Beti yoten zikiegun festak eitteko espia guu aur txikiye.* (Beti egoten zaigun festak egiteko espera gure haur txikia) Orotariko Euskal Hiztegian (OEH) honelaxe dator jasorik: "festak egin. *Agasajar, halagar; acariciar, hacer gracias, juegos*".

**Gainazpi egin** Aditz perifrasi hau ere, Sakanan erabilia izan da. Buelta eman, enborrhiri esate baterako. Etxarri Aranazkoa dugu hurrengo esaldia: *Trunkuborri gainazpi ein ber ziobau!* (Enbor horri gainazpi egin behar zioagu!) OEHn horrelaxe: "Gain-azpi egin. *Volcar, subvertir, trastornar. Dar la vuelta a un partido, ponerse por delante el que iba perdiendo*".

**Gaizki esaka ari izan** Erabilera orokorrekoa da aditz perifrasi hau. Gaitz esaka, esamesaka, ari izan. Direnak eta ez direnak esan norbaiti edo zerbaiti buruz. OEHn ere jasoa dago: "Gaitz-esaka. *Blasfemando. Begiz, ezpaignez tximuka, mingaignez gaitz-esaka*". Egun oso pasatzen

*dau geizki esaka yoziñengatik.* (Egun osoa pasatzen du gaizki esaka edozeinengatik). Gaztelaniara "*poner verde a alguien*", esate baterako itzuliko litzateke.

**Gaitzak hartu/jo** Hau ere erabilera orokorrekoa da. Gaixotu. Oso zabaldua dago Euskal Herri osoan. *Geitzek jota, aulkiyen, ibilli ezin geldittu yauben!* (Gaitzak jota, aulkian, ibili ezin gelditu zuan!) OEHn 'hartu' aditzarekin buruturik perifrasi ageri da: "Gaitz hartu. *Padecer; sufrir; dolerse*"

**Gaizki heldu/etorri** Sakana osoan izan da erabilia 1. Gaizki moldatu, bat ez etorri. *Beti etor ttuk geizki!* (Beti etorri dituk gaizki!) *Orduben de geizki eldu ittuben!* (Orduan ere gaizki heldu zituan!) *Famelikuek die beye geizki eldu die.* (Familiakoak dira, baina gaizki heldu dira.) 2. Modu egokian ez suertatu. *Geizki eldu zikiek biyer Alsasue fatie.* (Gaizki heldu zaidak bihar Altsasura joatea.) Gaztelaniara itzultzekotan, "*no llevarse bien, ir(le) bien o mal algo*", izanen litzateke..

**Gaizkixe egon** Egun ere sarri entzun daiteke Sakanako bertako hizkeretan. Luzaiden ere erabiltzen dute

aditz perifrasi hau. Ederki, primeran, ezin hobeki, arrunt ongi egon. Ironikoa da, kontrako esanahia (gaizki samar) eransten baitzaio. Lehena Etxarri Aranazkoa dugu, bigarrena Luzaideko Hiztegiak dakar: *Geixkixe zaudie or abaruén eitten deen berueki.* (Gaizkixe zaudete hor abaroan egiten duen beroarekin.) "*Gaizkixe úxu!, gaizkixe úxu oixó!* Erdarazko '*poco bien que está!*', '*está poco mal!*' errateko ibiltzen da, alegia, bat hagitz ongi dagoela adierazteko". OEHn ere bere zentzu ironikoa azpimarraturik: "Gaizkixe. *Tan ricamente con sentido irónico.* Eta *arte huntan,* (nere ardiak) *gaizkixe izanen dire Goixbiden!*" Gaztelaniaz, orduan, "*estar de maravilla*" adierazten du..

**Gehiagoko bage/gabe** Sakanan erabilia da esapide hau. Besterik gabe, inolako arrazoi edo motiborik gabe. EHN horrela, 'beste egitekorik gabe' zentzuarekin: "gehiagoko(rik) gabe. Besterik gabe. Eta gehiagoko gabe, hemen amaitzen dugu gaur". Etxarri Aranazkoa da. *Allatu, ni ikusi ta, geyoko bee, kristoonak esaten asi zikien!* (Ailegatu, ni ikusi eta, gehiagoko bage, kristorenak esaten hasi zaidan!) OEHn horrela: "*Sin más ni más, sin fundamento*" eta gaztelaniaz, berriz, "*sin mediar palabra o motivo, sin más ni más*" itzuliko genuke.



**Gehiegi iritzi** Aditz perifrasi hau Sakana osoan erabili izan da. Harrituta egon, jasotako harrera, saria, oparia edo dena delakoa merezi ez dugulakoan. Ondorengo esaldia Etxarri Aranazkoa da: *Geyeitziik zion zuen ama, denok zoriondu eta opari sorta ederra ein doozu-bielakos.* (Gehiegi iritzirik zagon zuen ama, denok zoriondu eta opari sorta ederra egin diozuelako.) "Luze iritzi" perifrasiaren antzerakoa. Hauxe Sakana erdialdean luzitzi erabiltzen da. Gaztelaniaz "*estar abrumado/a*" esanen litzateke..

**Gehien(-era/-ez) jota, Asko jota** Beste hau, berriz, erabilera nahiko orokorrekoa dugu. Gehienera (ere), gehienez (ere). *Asko jota de, ez zittuk berrogei beño urte geyo izanen.*

(Asko jota ere, ez ditik berrogei baino urte gehiago izanen.). (OEH) *Eta geienera jota ere zenbat izango dira onela datozen arkumeak?* Gaztelaniaz "a lo sumo", "como mucho".

**Geroztik ere** Hauxe, Sakanako esapidea dugu. Bi esanahi eransten zaizkio normalean. Lehenik, ondorio bezala, zerbait argitzeko erabiltzen da. Eta, bigarrenik, zerbaiten harira beste zerbait azpimarratzeko erabiltzen da. *I, gioti dee, guk ez zittubau zaborrok bota (, e?).* (Hi, geroztik ere, guk ez ditiagu zabor horiek bota (, e?)). Esaldi honek, bukaerako galdera fatikorik gabe, lehen esanahia dauka; eta, galderarekin, aldiz, bigarrena. Gaztelaniaz, bata zein bestea horrela itzuliko genituzke: "*después de todo*", "*por cierto*"

### DUELA 25 URTE...



### Sokatira taldeak hiru domina

Herbehereetan jokatu zen VI. Munduko Sokatira Txapelketan Sakanako emakumezkoen taldeak parte hartu zuen. Hiru dominako uztarekin bueltatu ziren ibarrera: klubun urrezkoa 480 kiloko mailan, maila berean urrezkoa Euskal Herria ordezkatzuz eta 520 kiloko mailan zilarrezkoa Euskal Herria ordezkatzuz. Lorpene ospatzeko Arbizun afari-omenaldia egin zen eta 140 pertsona elkartu ziren.

**guaixe**  
irratia<sub>107.3FM</sub>

### Hizketan

**Martxoak 17** Olatz Azazeta Transgrancanariak

**Martxoak 18** Berria FM podcasta

**Martxoak 19** Bertso saioa (*Bertsoa.eus*)

**Martxoak 20** Edurne Mendizabal Sexologoarekin 'Señorak eta plazera'

**Otsailak 28** Agenda berezia

SAKANAKO HERRI ESKOLAK

# Gu gara

**Doinua:** Mendian gora haritza  
**Bertsoak:** Joana Ziganda Olano

1. Sutondotik eskolara, ikasgelatik plazara, haur, irakasle (e)ta familien elkar besarkada. Herriko eskola gara hurbila, auzolana da Sakanan zehar sentituz herri bizien taupada.

3. Kulturartekotasuna denon aberastasuna, ele zaharrek doinu berritan duten oihartzuna. Gara euskaraz jarduna, balorea, maitasuna. Ama hizkuntzen bizikidetzeta eta euskalduna.

2. Ezagutzaren atea, arakatzeko tartea. Natur, hizkuntzak, matematika, musika, artea... Gu gara kalitatea, berritzaile izatea, haur bakoitzaren gaitasunei bide ematea.

4. Mundu azkarra, bortitza haurren bizi baldintza, bizipenei, emozioei jarri nahian hitza. Gure eskola anitza. gu gara elkarbizitza, guztion behar, aukera eta ametsen geriza.





## SAKANAKO

### Herri-Eskolak



**EMAN IZENA**  
 martxoaren  
 17tik 21era

**EUSKALDUNAK BERRITZAILEAK PUBLIKOAK**  
**ANITZAK IREKIAK KALITATEZKOAK BERRITZAILEAK**  
**INKLUSIBOAK PUBLIKOAK EUSKALDUNAK ETORKIZUNA**  
**HERRIKOAK INKLUSIBOAK IREKIAK ANITZAK KALITATEZKOAK**  
**BERRITZAILEAK PUBLIKOAK HERRIKOAK INKLUSIBOAK**  
**KALITATEZKOAK ANITZAK EUSKALDUNAK**  
**PUBLIKOAK IREKIAK ETORKIZUNA**

# Gu gara!











## SAKANAKO IKASTOLAK

# Biharko Sakana eta Euskal Herria eraikitzen

Iaz Ikastolen Hezkuntza Marko Orokor berria aurkeztu genuen, Euskal Herriko ikastola guztientzako lurzoru komuna izango dena. Duela bi hamarkada, ikasleen irteera profila jomuga izanda, konpetentzietan oinarritutako hezkuntza proiektuari ekin genion.

Orain, aldiz, irteera profiletik haratago doan pertsona-eredu deritzon kontzeptua jarri dugu ikastolok gure hezkuntza Marko Orokorraren erdigunean: etorkizuneko jendartean beharrezkoa izango den pertsonaren baloreetan oinarrituz. Pertsona-ereduaz hitz egiten dugunean, jendarteak etorkizuneko izango dituen erronkei aurre egingo dion pertsona nolakoa izatea behar den irudikatze horretatik abiatuz, bost bereizgarri des-

berdinetan jaso dira: euskalduna, barne sendotasuna duena, kooperatiboa, erabakitzaile-ekin-tzailea eta eraldatzailea. Bereizgarri bakoitza ezaugarri desberdinetan xehatu ditugu, 18 ezaugarri horien bidez pertsona-eredua deritzogun horren ebaluazio jarraia egin ahal izateko eta ikasleak berak ere bere ikaskuntza-prozesuaren jabe-kuntza izan dezan laguntzeko.



Bereizgarri guztiak aintzat hartzen baditugu ere, ezin dugu azpimarratu gabe utzi euskaldun bereizgarria, ikastolon sorreratik egindako bost hamarkadetak bide honetan ardatz izan den bereizgarria. Murgiltze-eredua izan da beti gure eredua, ikaslearen ekosistema osoa aintzat hartzen dugulako erdigunean kokatzen ditugun ikasle diren pertsona horien garapena gerta dadin. Ekosistema hori elikatzeko ardura partekatua dugu ikastolan lankidetzan aritzen garen irakaslego eta familien artean, izan ere, esparru guztietan eragiteko konpromisoa izanik, elkarrekin norabide berdinean lanean aritzea ezinbestekoa baita. Euskara eta euskal kulturarekiko atxikimendua sustatzea dugu helburu eta horretarako gela barruan zein kanpoan bizipen positiboak eraiki behar dituzte ikasleek, erreferentzialtasunak izanez haien inguruan.

Hezkuntza Marko Orokorraren erdigunean pertsona-ereduaren kontzeptua izateak ez du esan nahi molde edo mota berdineko pertsonak hezten lagundu nahi dugula, kontrakoa baizik: tes-tuinguru eta espazio berdinak



partekatuta ere, nor bere entzuteko, ikusteko, sentitzeko eta emozionatzeko era dauka. Gainera, pertsonen garapena ez da bakarrik ikastolan dauden ibilbidean zehar garatuko, bizitza osoan zehar garatzen joango diren bereizgarriak izango dira.

Bide horretan, inguruko helduok, bidelagun izango garen helduok, hezitzaileek zein familiako kideek, argi izan behar ditugu hiru gako: lehenik eta behin, konfiantza osoa eduki behar dugu ikaslearen ikasteko gaitasunean; ondoren, ikaslearen izate osoari

errespetua izan eta adierazi behar diogu, eta azkenik, pertsonaren garapen osoa aintzat hartu behar dugu, hau da, pertsonaren dimentsio guztiak (fisikoa, emozionala, kognitiboa, linguistikoa eta soziala) kontutan izan behar ditugu, akademikoan zein eremu bitalean.

Ameslari desberdinek elkarrekin eraikitzen dugu hezkuntza proiektu kooperatibo eta herriko hau, auzolanean, inor atzean utzi gabe. Zatoz Sakanako ikastolera! Jarrai dezagun elkarrekin biharko Sakana eta Euskal Herria eraikitzen!



## AURREMATRIKULAZIOA 2025-26

HH-LH MARTXOAREN 17TIK ZIERA / DBH MARTXOAREN 24TIK 28RA

**IÑIGO ARITZA IKASTOLA**  
 ikastola@inigoarizta.eus  
 San Pedro, 16. Alsasu  
 948 56 29 51 / 606 03 09 66



**TXIOKA HAUR IKASTOLA**  
 txioka.haur.ikastola@inigoarizta.eus  
 Santokristobarren, z/g. Alsasu  
 948 56 29 51 / 606 03 09 66



**ANDRA MARI IKASTOLA**  
 etxari@ikastola.eus  
 Utzuhartxiki, 3. Etxari Aranatz  
 Kale nagusia, z/g. Arbizu  
 948 46 02 86



**biharko Sakana eraikitzen**



## ALTSASUKO KORAZONISTAK

# Korazonistetan ikasteko 10 arrazoi

### 1.- HAINBAT ZERBITZUEN ESKAINTZA

\*Jardunaldi etengabea: 09:00etatik 14:00etara.

\*Eskolaz kanpoko jarduerak: Astelehenetik ostegunera: 15:30etatik 16:15ak arte

- Abesbatza
- Informatika
- Euskara eta ingelesa lantzeko tailerrak.
- Robotika.

\*Jantoki zerbitzua: Geure aholkularitza dietetiko propioarekin.

\*Berdegune handiak, frontoia, kiroldegia, jokugela, futbol eta saskibaloi zelaiak, haur-parkea, baratzea,...

\*Inguruko irakaslego egonkorra.

2.- HIZKUNTZA ANIZTASUNA  
Hizkuntzen irakaskuntza aktiboa sustatzen dugu eguneroko errutinetan, jolasetan eta eskolako ekintzetan oinarrituta.

B eredia: Ikasgai gehienak EUSKARAZ, Ingelesa eta matematika izan ezik.

A eredu berezia, euskara sustatuz, DBHn emaitza onak lortuz, hau da, ikasketak bukatutakoan Hizkuntza Eskolako (B2 Euskaraz eta B1 Ingelesez) ziurtagiriarekin.

### 3.- INKLUSIOA. BERDINTASUNAREN BIDEAN

Pertsona bakoitza den bezalako onartzen dugu, eta denon artean talde bakarra eta anitza osatzeko bidea eraikitzen dugu. Onarpena eta integrazioa landuz gure oinarri bezala. Skolae sarearen barne dagoen ikastetxea.

### 4.- PERTSONAK HEZTEN: B + E + A = ON

Gure ikasleak zoriontsu dira Berdintasuna, Errespetua eta Apaltasuna lantzen ditugulako ONGIZATERA bideratuz.

### 5.- KONFIANTZAREN PEDAGOGIA

Konfiantzaren pedagogian oinarritzen dugu gure irakaskuntza, eta ikaslea seguru eta zoriontsu sentiarazten giroa sortzen saiatzen gara.

Ikasle bakoitzaren lorpenak balioztatzen ditugu, aurrera egin dezan animatzen dugu.

### 6.- HEZKUNTZA PERTSONALIZATUA

Hezkuntza pertsonalizatua eraiki ohi dugu egunez egun, haur bakoitzarengan egokitua, haren interesguneetan eta gaitasunetan errotua,

norberaren ikasteko era berezian eta haurrak munduan bere urratsa uzteko duen eskubidean oinarrituta.

7.- METODOLOGIA AKTIBOAK  
Haur bakoitzaren behar berezietan erantzuten diegu ikas-metodologia ezberdinen bidez, haurren arteko lankidetzeta eta ikas-prozesuan haurraren beraren parte hartze aktiboa sustatzen dituztenak lehenesten ditugu.

### 8.- IRAKURKETA, IDAZKETA ETA HIZLARITZA PLANIK HOBERENA

Ezinbestekotzat jotzen ditugu irakurketa, idazketa eta hizlari-tza ikasketak- prozesuak indartzeko eta bizitzarako komunikazio-gaitasunak hobetzeko. Berezko irakurketa plana daukagu Haur Hezkuntzatik DBH-ra. Irakurketaz gozatzeko gela berezi bat daukagu.

### 9.- EKOKORAS

Gure irakasle eta ikasle boluntarioen ingurumen-taldeak 19 urte daramatza gure ingurunea zaintzen, hezkuntza iraunkorra sustatzen eta modu eraginkorrean lan egiten. "Gazteak iraunkortasunaren alde" (ECOEMBES), "A3mediako ekimen berritzaileak", "Arbolar" (Felix Rodriguez de la Fuente Fundazioa)... bezalako sariak bermatzen dizkigute.

Joan den ikasturtean, Ingurumen Osasunarekin batera, Tigre eltxoa atzeman genuen Altsasun (klima-aldaketaren adierazlea), "Nadapta Proiektuan" lankidetzan.

### 10.- "JOLASTEN NAIZ, BERAZ, BANAIZ"

Psikomotrizitate-plan zaindua daukagu, haurrak jolasaren birtatez hainbat aspektu gara ditza: gorputzaren kontrola, adimenaren antolaketa, sormena eta irudimena. Norberaren emozioak ahalik eta ondoen, eta egokien antzemateko eta adierazteko gai izan dadin saiatzen gara.

**ETOR ZAITEZ GURE ESKOLARA!!**



# ZATOZ

## KORAZONISTETARA!

Heztea eta elkarrekin bizitzea



### Altsasuko Korazonistak

### Corazonistas Alsasua



Eskola aurrez aurre ezagutzeko hitzordua eskatu.

Aurreinskripzioak martxoan:  
17tik 21era HH eta LH  
24tik 28ra DBH

948 56 20 35 -

director.a@corazonistasaltsasu.com



## ALTSASUKO INSTITUTUA

# Gure izaera, kolorea

Horia: energia, poza. Gorria: indarra, pasioa. Arrosa: maitasuna, edertasuna. Urdina: konfiantzazkoa, profesionala. Berdea: natura, itxaropena. Laranja: ausarta, sortzailea. Morea: berdinzalea, dotorea.

Guztiak dira gureak. Guztiek definitzen gaituzte. Izan ere, Altsasuko institutuan nork bere kolorea dauka, nork bere tokia dauka.

Kolorea eta izaera ematen digute hamaika batzorde eta lantaldek: **eskola solidarioak** proiektua jatorri, arraza, erlijio

eta egoera sozio-ekonomiko desberdina daukaten familia eta ikasleak integratzeko ostadarra da.

**Erasmus +** urdinez jantzita datorkigun bidaiaria da. Aurten onartu diguten internazionalizazio proiektuari esker, hurrengo urteetan Europara bidaiak egin ahal izanen dituzte ikasleek eta irakasleek. Aurten, lehenengo bidaiak egingen ditugu Esloveniara eta Turkiara.

**Mugituz proiektuarekin** jasangarritasunaren bandera berdea eragiten dugu eta Altsaber-

din lantaldekoek betaurreko moreak jartzeko beharra gogorarazten digute behin eta berriz. Eta hor dugu **batzorde digitala** ere, etorkizunari aurrez aurre begiratzuz. Telebista eta irrati digitalak martxan jarri ondoren, gorriaren pasioz ikuskatzen dituzte Adimen Artifizialak ekar ditzakeen erronkak eta arriskuak. Eta garai digitaletako arriskuak aipatu ditugula, hor dugu **irakurriaren ulermena** lantzeko taldea, sare sozialen mezu motz eta azkarren aurrean irakurtzea, pentsatzea, interpretazioa eta izpiritu kritikoa lantzen dituen. Baina irakurria ongi ulertzea bezain garrantzizkoa da **ahozkoaren adierazpena**. Horretan ere badaramagu urte mordoia, 15 guztira.

Eta batzuetan esperientziadunak eta besteetan horiz margotutako hasiberrien ilusio, energia eta poza. Aurten martxan jarri dugun **musikalarekin**



ikasleen garapen integralerako hain garrantzizkoak diren sormena, irudimena eta artea landuko ditugu. Maiatzaren 8an, ostegunez, kolorez betetako **musikala** eskaini nahi dizuegu Altsasuko Iortia kulturgunean. Denok gonbidatuta zaudete.

Eta azkenik, ezin ahaztu **hizkuntza** batzordea. Gure ikastetxean askotariko jatorri eta hizkuntzak dituzten kontinente

guztietako ikasleak hartzen ditugu. Guztiek dute tokia gurean, hori bai, ahaztu gabe denon ardatza euskara dugula.

Honek guztiak gure ikas-irakas prozesuaren **kalitatearen hobetzea** ekarri digu, eta aurten **"Kalitatezko ikastetxea"** zigilua lortu dugu. Kalitatea kudeatzeko sistemaren ezarpenak **emaitza akademikoak, bizikidetzak, berdintasuna eta ekitateak** hobetuz jartzen du arreta.

Gure izaeran daramagu kolorea. Azalean. Eta kolorez jantzi nahi dugu Sakana. Hemengoak gara eta maite dugu Sakana. Eta gure egiten dugu "Sakanan hazi, hezi eta bizi". Sakana egiten dugulako eta Sakanak egiten gaituelako.

Ikastetxe honetatik burmuinen iraultza pizten ari gara, Sakanako gazteak saretuz. Hain zuzen, hori esaten dute gure ikasleek ikustera gonbidatzen zaituztegun *Gure izaera, kolorea* bideoklipetan.

**0 km SAKANAKO GIDA**

**ESKOLA MATERIALA BEHAR AL DUZU?**

<https://guaixe.eus/gida/>

# IHOTEAK



# Izan giltzarri!



**Aitor Zubieta Albarrazin** Robotika irakaslea eta pilotari ohia

Epa! Guaixe gure etxien oso informazio iturri garrantzitsube da astero astero jasotzen diau, ostegunetan buzonien eta korreuen beita.

Horri esker Sananan gertatzen dien berri guzien jakitun ga, etortzen dien aldaketak, dien gauz berriyek ekintze berriyek, denaz informatzen ga eta guteko oso garrantzitsube dan egunkari, aldizkariye da, astekariye. Eta gure aldetik gomendiyue da sakan-dar guztiek.

Guaixen kide in eta informazio iturri hau jasotzie horrela guztion artien mantenduko diau bale! **Izan giltzarri! Animo!**



[guaixe.eus/  
kideak](https://guaixe.eus/kideak)





## EMAKUME PREFERENTEA

## 19. JARDUNALDIKO EMAITZA

Peña Sport - Altsasu 2-4

## SAILKAPENA

EMAKUMEEN PREFERENTEA . 1. FASEA

1	Altsasu	45
2	Gazte Berriak	42

## HURRENGOA

MARTXOAK 15, LARUNBATA

17:45 Altsasu - Gazte Berriak (Dantzaleku)

## Altsasu-Gazte Berriak, lidergoa jokoan

Altsasu liderrak Gazte Berriak bigarrena hartuko du. Altsasun lidergoa dago jokoan.

## GIZON ERREGIONALA

## 23. JARDUNALDIKO EMAITZAK

Lagunak - Altsasu	0-4
San Jorge - Etxarri Aranatz	1-1
Lagun Artea - Arga Ibaia	1-0

## SAILKAPENA

ERREGIONAL MAILAKO 4. MULTZOA

1	Altsasu	67
3	Etxarri Aranatz	49
7	Lagun Artea	38

## HURRENGO JARDUNALDIA

MARTXOAK 15, LARUNBATA

15:30 Altsasu - Rotxapea B (Dantzaleku)

18:15 Kirol Sport - Lagun Artea (Orkoien)

MARTXOAK 16, IGANDEA

17:00 Etxarri - Berriozar (San Donato)

## Altsasu, aldaketarik gabe

Liderrak garaipenaren xendatik jaitzi gabe jarraitzen du. Lagunak taldeari erraz irabazi ondoren, Rotxapearen kontra bide beretik jarraitu nahi du.

## Etxarri Aranatzek Berriozar hartuko du

San Jorge arerio zuzenaren kontra bana berdindu ondoren, Berriozarren kontra hiru puntu bildu nahi ditu Etxarriak.

## Lagun Arteak arerio zuzena du aurkari

Lagun Arteak eta Kirol Sportek sailkapeneko seigarren postua dute jokoan Orkoienen. Ea lakuntzarrek lortzen duten.

## ARETO FUTBOLA Arbizu eta Altsasu, menderaezinak

Aralar Mendik galdu egin zuen Betelurekin. Bihar, larunbata, Cintruenugo hartuko du, 18:00etan. Lehen autonomikoan Arbizuk jarraitzen du lider (Subizari 0-8 irabazi) eta Altsasuk bigarren (Tafari 5-1 irabazi). Arbizuk Universidad hartuko du gaur, 19:30ean, eta Altsasuk Gazte Berriaken kontra jokatu zuen bart. Emakumeen lehen seniorreko igoera fasean Xotak bihar Cintruenugo du aurkari, 12:00etan, Erriberan.

## "Sariak pozten nau, baina, lehena, nesken pala da"

MIGUEL ANGEL ARISTORENA LAKUNTZA GURE PILOTA

**PALETA GOMA** Urte luzez Etxarri Aranazko Gure Pilota klubeko nesken pala arduradun izandakoak Bella Esparza saria jaso zuen emakumezkoen pala sustatzeagatik

**Maidar Betelu Ganboa** ETXARRI ARANATZ Etxarri Aranazko Gure Pilota klubeko Miguel Angel Aristorena Lakuntzak Bella Esparza 2025 Saria jaso zuen martxoaren 6an Nafarroa Arenan egindako ekitaldian. Sariketa Nafarroako Pilota Federazioko Emakume eta Pilota Batzordeak antolatzen du, La Caixa Fundazioaren babesarekin. Aristorenak "Etxarri Aranazko Gure Pilota Elkarteko gomazko paleta atalaren bidez emakumeen artean kirola sustatzeko egindako lanagatik, eredugarritasunagatik eta egindako ekarpenagatik" jaso zuen aitortza.

**Emakumeen pala sustatzeagatik jaso duzu Bella Esparza saria.**

Nafarroako Pilota Federazioa iaz hasi zen sari hauek ematen. Bella Esparza erraketista profesional bat izan zen, bere garaian sekulakoa izan zena, oso ona. Duela bizpahiru urte zendu zen. Bere omenez antolatu zuten sariketa, pilotan eta erremintan emakumezkoen lana aitortzeko. Iaz Maite Ruiz de Larramendi pilotariari eman zioten saria, eta aurten nik jaso dut. Bella Esparzaren senitartekoak ere izan ziren ekitaldian.

**Nola hartu zenuen saria?**

Sorpresa handiz. Ekitaldian esan zuten aho beteaz onartu zutelara saria niri ematea. Hori ulertu nuen, behintzat. Oso urduri nengoen.

**Omenaldi elegantea egin zizuten Nafarroa Arenan. Sarreran palistek pasilloa egin zizuten, aurrekuia dantzatu zizuten eta makina bat oroigarri jaso zenituen.**

Nafarroako elite mailako palista denak zeuden, Gure Pilota eskolako pila bat, Nafarroako Pilota Federazioko presidente Andrea Lusarreta, Etxarri Aranazko alkate Maria Saez de Albeniz, Mankomunitateko presidente Aitor Larraza, Nafarroako Kirol eta Gazteria Institutuko ordezkariak, familia... gon-



Aristorena, omenaldian jasotako oroigarri batekin. NAFARROAKO PILOTA FEDERAZIOA

## "HORRENBESTEKOA IZANGO ZENIK EZ NUEN ESPERO; JENDE ASKO ZEGOEN NAFARROA ARENAN"

bidatu asko zeuden. Egia esan, gehiegi izan zen.

**Hunkitu zinen?**

Jakina, halakoetan nola ez zara hunkituko? Ekitaldian 100 pertsonatik gora zeuden, eta denak niri begira. Palisten pasilloa, aurrekuia, sariak, duela 20 urteko palistek bidalitako bideoak, jendearen zorionak... ez nekien horrenbesteko izango zenik. Ez nago halako gauzetara ohituta: bi egun daldaketan egon nintzen (kar-kar). Guztiek horrenbeste urtetan emakumezkoen pala sustatzeko egindako lana aipatu zidaten, eta Gabonetan antolatzen dugun Sakanako Nesken Pala Txapelketa; txapelketa garrantzitsua da, palista guztiendako erreferentzia.

**Nafarroako Gobernuak 2021ean emandako Zilarrezko Dominaren atzetik iritsi zaizu Bella Esparza saria, biak merezitakoak.**

Ni ez naiz halako oso zalea. Onartzen ditut, eta pertsonalki sariak jasotzea oso polita da; harro nago, bizitza guztian egindakoaren nolabaiteko aitortza bezalakoak dira. Baina nik hau guztia beste modu batera ikusten dut. Emakumeek ikusgarritasuna behar dute, komunikabideetan ateratzea. Laguntza hori behar dute. Eta sari hauekin hori lortzen dugu. Halakoak, nahiz eta niri gehiegi ez gustatu, neskengatik egin behar dira, neskak ikustarazteko. Beraiek dira omenaldia merezi dutenak. **Emakumezkoen palan aldaketa handia egon da hasi zinetenetik.** Duela 25 urte inguru hasi nintzen neskak palan trebatzen, alabek eskatuta. Orduan lau katu ziren. Astelehenean federazioan egon nintzen eta emakumezkoen ia 300 fitxa daude gaur egun. Orain presidente berria dugu, Andrea Lusarreta palista ohia, eta uste dut emakumezkoen pilotari bul-tzada emango diola. Hori da, behintzat, nahia. Federazioan lan asko daude egiteko, eta emakumezkoen pilota sustatzea da horietako bat. Azken bospasei urteetan, geldi-geldi, pausoak ematen ari gara.

## LABURREAN

## Xotakoak, Espainiako Txapelketan bikain



Nafarroako 14 urtez azpiko Futsal selekzioak Espainiako Txapelketan parte hartu zuen asteburuan Cadizen. Leandro Fernandez hautatzailearen esanetara Xotako lau jokalariek zeuden: Olaia Zabaleta, Omayma Morad, Amina Hambid eta Leire Fernandez. Extremadurari 5-2 irabazi zioten, baina Murziaren kontra 1-3 galduta, finalerdietatik kanpo geratu ziren.

## Lagun Artearen animoak Adur Kanpori



Lagun Artearen atezaina, Adur Kanpo Flores lakuntzarra, otsailaren 22an lesionatu zen. Lagun Arteak eta Altsasuk Zelai Berrin jokatu dutako derbian. Jokaldi lehiatu batean mina hartu zuen atezainak, eta zelaia utzi behar izan zuen. Denboraldi honetan ezingo du gehiago jokatu, lesio luzea baitu. "Indartsuago itzuliko zara" diote taldekideek.

## Ordizia Rugbyko arimari, agur sentitua



Inazio Araña Axio etxarriarra, Ordizia Rugby taldeko jokalaririk, entrenatzaile eta alma materra martxoaren 7an zendu zen, gaitotasun luze batekin jota. Bere aginduetara igo zen Ordizia Espainiako Ohorezko Mailara, eta berarekin irabazi zituen 2012ko eta 2013ko Espainiako Kopak. 2013tik 2016ra La Uniceko entrenatzailea izan zen.



# "Nire ibilbidea proba luzeak edo ultrak egitera bideratu dut"

**OLATZ AZAZETA PELAEZ** MENDI KORRIKALARIA

**MENDI LASTERKETAK** Otsailaren 22an Trans Gran Canaria Advance 82 kilometroko ultra trail ezagunean hamazazpigarren emakumea izan zen altsasuarra, bere mailan lehena



Olatz Azazeta Pelaez, Trans Gran Canariako helmugan, Maspalomasen. UTZITAKOIA

**Ida Nilssonetik (8:34:54) 2 ordu eta erdira.**

Ezin dut nire burua Ida Nilsson eta halakoekin alderatu. Beraiek profesionalak dira, eta nik nire lana eta nire bizitza dut hemendik kanpo. Denbora gutxiagoan egin nahi nuen lasterketa, 10 ordu eta erdi inguruan, baina luzatu nintzen. Lehendabiziko 55 kilometrotan aurreikusitako denboretan joaten nintzen, oso ongi, 55 kilometrorara arte. Azken 30 kilometroak behar dira ziren: eremu oso teknikoa zen, oraindik bero handia egiten zuen, atzean neramatzan kilometroengatik behar da eman zidan, tripako arazoak nituen... eta denboran pixka bat luzatu nintzen. Dena den, oso pozik nago egindakoarekin eta lasterketaren kudeatzearekin, korrika egiteko zeuden baldintzak niretako ez baitziren egokienak. Azken 30 km horietan sailkapen orokorrean 72. postuan egotetik helmugan 81. sailkatzera pasa nintzen: bederatzi postu galdu nituen. Gainera, azken kilometroan, emakumezkoen sailkapenean hamabosgarren nintzela, bi emakumek aurreratatu ninduten. Nik nahi nuen bakararra bukatzea

**"NAFARROA XTREM ETA GOIERRIKO BI HANDIAK HELBURU NAGUSIAK DIRA; HIRU HAUNDIAK BAITA ERE"**

zen, postua berdin zitzaidan. Iritsi naiz, egin dut, eta listo.

**Sailkapen orokorrean 81. postua eta emakumezkoenean hamazazpigarrena. Ez dago batere gaizki.**

Bai, gainera, nire kategoria emakumezkoen elitea da, 21-29 urteen artekoa, eta nire mailan lehena izan nintzen. Leher eginda bukatu nuen, egindako esfortzua-rengatik eta sufrimenduarengatik negarrez. Errekuperatzea kostatu zitzaidan, hankak itsasoan sartzeak lagundu zuen (kar-kar). Orain, distantziarekin eta perspektibarekin begiratuta, oso pozik nago egindakoarekin.

**5.300 parte hartzaileen artean beste sakandarririk ikusi al zenuen?**

Ez, baina horrek ez du esan nahi egongo ez zenik. Klimarengatik eta garaiarengatik, otsaila, lasterketa hau oso garai txarra da guretako.

**Pentsa, ibeltzaren 18an Larra Belagua Snowrunning lasterketan aritu zinen, elurretan...**

Horregatik! Aldaketa handia da. **Nola dator 2025 denboraldia?**

Helburu nagusienetakoa, joan zen urtean bezala, uztailearen 11n jokatu den Goierriko 2 Handiak (90 km) da. Oso polita da, antolakuntza, paisaia, eta jendea dago kienez. Gauez jokatzeko da, eta horrek niri pila bat laguntzen dit. Aurretik, martxoaren 23an UZ Traila jokatuko dut (23,4 km) eta martxoaren 30ean Sara Korrika Trail (25 km), apirilaren 26an jokatu den Zubiriko Nafarroa Xtrem (68 km) prestatzeko. Nafarroa Xtrem, aldi berean, Euskal Herriko eta Nafarroako Ultra Trail Txapelketa da, epe motzeko lehen helburua. Udan geldialdia egiten dut, Ordesako Goriz aterpetxean lan egiten baitut. Pirinioak ezberdin ikusten ditut, korrika baino lasai hartzeko eta mendiaz gozatzeko gunea

da niretako. Azkenik, urriaren 11n jokatu den Hiru Haundiak (100 km) egitea gustatuko litzaidake. Araian hasi eta Murgia, Aizkorri, Anboto eta Gorbeia gaindituta. Dortsala lortzen badut, gozamina izango da.

**Lanbidez, Sakana Igeriketa Taldeko irakaslea zara. Zure ikasleak oso pozik daude zurekin, asko laguntzen omen diezu, izugarri estimatzen zaituzte.**

Izugarri gustuko dut Sakana Igeriketa Taldeko nire lana. Oso harreman estua dut eurekin, helduen taldekoekin bereziki. Ia egunero egoten naiz beraiekin, nola igeri egiten duten ikusten, nola hobetu dezakegun aztertzen... Emozionalki harreman estua dugu baita ere. Oso talde polita eta jatorra da. Igerilari on eta pertsona bereziak dira niretako, eta horrek nire lanera gustura joatea ekartzen du.

**Babes handia duzu: ama, Jone Pelaez, ultra trail korrikalari fina izandakoa da, aita korrikalaria, bikotea ere laguntzaile duzu, lagunak...**

Ultretan korrika zaudela gauza askori buruz hausnartzeko tartea duzu, eta sarritan pentsatzen dut inguruan zenbateko babes dudana: familia, bikotea, lagunak... oso zorioneko sentitzen naiz. Azkenean, ultra bat egitearen xarma inguruan daukazun pertsonetan dago. Zuk lortutakoa eurekin konpartitzea, entrenamendu prozesu guztia beraiekin partekatzea eta egitea, ez bakarrik aholkuak jasoaz, baizik eta lasterketak prestatzeko eurekin egin ditzaitezun mendi irteerak... nirekin inplikazio handia duen jendeaz inguratuta nago. Beraiekin oso eskertuta nago. Igerilariak ere asko laguntzen didate, beti galdetzen didate zer moduz joan zaidan, kezkatzen dira. Inguruan babes handia dut.

**EGURDIAN**  
sutarako egurra

608 57 03 57

etxea berotzeko ezinbestekoa

**TX**  
TXARTEL

IKO FITXATEGIAK INPRIMATZEKO

Bidali zure fitxategiak webgunetik zuzenean

[www.txartel.net](http://www.txartel.net)

## AGENDA

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

## OSTIRALA 14

## ALTSASU Hitzaldi tailerra.

**M8** Pornografia eta heziketa sexuala hitzaldi-tailerra, Berhezi Aholkularitzaren eskutik: Ona ala baxra pornografia edozeinen eskura dago, baita gazteenen eskura ere, arrazoi askorengatik sartzen baitira. Beharrezkoa da tresnak sortzea etengabeko desinformazio hori kudeatzen jakiteko eta modu kontziente eta kritikoan erabiltzeko, sexualitate eta erotiko osasuntsu eta dibertigarri bat sortzeko. Martxoak 8 Emakumearen nazioarteko egunaren harira Gazteria zerbitzuak antolatuta Berdintasun zerbitzuaren egitarauaren barruan. Sarrera: librea, 12 urtetik aurrera. **18:00etatik 20:00etara, Iortia kultur gunean.**

## ALTSASU Ikastaroa.

Emakumeendako mantentze gimnasia eta crossfit-a doako klaseak. Martxoak 8 Emakumearen nazioarteko egunaren harira Kirol zerbitzuak eta Atabok antolatuta Berdintasun zerbitzuaren egitarauaren barruan. **19:00etan eta 20:00etan, Zelandi kiroldegian.**

## EUSKARAZ

## ETXARRI ARANATZ Bakarrizketa.

Antton Telleriaren *Ni ni ni* bakarrizketaren emanaldia, Irrizikloaren barruan. **19:00etan, kultur etxean (aretoa beteta).**

## LARUNBATA 15

## LAKUNTZA Tailerra.

**LUDIGO!** Kooperazio joko emanaldia: material birziklatuarekin jostailu berrien sorkuntza. 7 eta 12 urte bitarteko haurrendako. Izena ematea: liburutegian. Bakea eta elkarlana programaren barruan.

17:00etatik 19:30era, liburutegian.

## ALTSASU Gazte agenda.

Berdintasunean jolasten. **18:00etan, Intxostiapunta gazte gunean.**

## BAKAIKU Dokumentala.

**M8** *Latsariak (Lavanderas)* film dokumentalaren emanaldia eta solasaldia, Martxoak 8 Emakumeen nazioarteko egunaren harira Sakanako Mankomunitateko Berdintasun zerbitzuak antolatutako programaren barruan. **18:30ean, eskolan.**

## EUSKARAZ

## ALTSASU Aurkezpena.

*Ombuaren itzala* Patxi Bisquerten Pello Mari Otano bertsoariaren bizitzaren inguruko filmaren aurkezpena. **18:30etan, Iortia kultur gunean.**

## OLATZAGUTIA Antzerkia.

*Mierda de ciudad. Historia del rock and roll radical vasco* Olatz Gorrotxategi konpainiaren antzezlaren emanaldia: Euskal rock erradikalaren historia kontatzen du; rock honen mugimendu kontrakulturala eta borroken eta musikaren testuingurua historikoa kontatzen dituen proiektu eszeniko performatiboa da, western eta kolonizazio kulturala analogia gisa erabiliz. Sarrerak: aurretik, 6 euro; egunean bertan, 8 euro. **19:00etan, kultur etxean.**

## ALTSASU Antzerkia.

*Una mera curiosidad* Producciones Maestras konpainiaren antzezlaren emanaldia: gaur egungo gaiak jorrazteko arteaz baliatzen den komedia bat da; margolari ezagun eta urte asko ahaztuta egondako baten eskutik, ibilbide dibertigarri eta zirraragarria egingo dute, benetan kezkatzen duen oraina ahaztu gabe. Sendaberri Paisaia eszeniko berriak

## ZINEMA

## ALTSASU

IORTIA KULTUR GUNEKO ARETO NAGUSIAN

**Paddinton. Aventura en la selva**  
Igandea 16 17:00

**Lee Miller**  
Igandea 16 19:30

**The last showgirl**  
Osteguna 20 19:30

IORTIA KULTUR GUNEKO ARETO TXIKIAN

**Lee Miller**  
Igandea 16 17:00

**The phantom of the Opera, Filmoteka Nafarroan programaren denboraldiaren azken emanaldia**  
Astelehena 17 19:00

**Queer**  
Osteguna 20 19:00

programaren barruan. Sarrerak: 10 euro.

**19:30ean, Iortia kultur gunean.**

## IGANDEA 16

## IRURTZUN Mendi irteera.

Iraxto elkartearen mendi irteera: Peña Blanca.

**08:00etan, Matxainetik.**

## ALTSASU Mendi irteera.

Altsasuko Mendigoizaleak taldearen mendi irteera: Argiñano.

**08:00etan, egoitzatik.**

## ALTSASU Txirindularitza.

Altsasuko XXXIX. Udaberri Saria junior mailako proba: 80 kilometro. Burunda Txirindularitza taldeak antolatuta.

**10:30ean, Iortia plazatik.**

## IRURTZUN Kontzertua.

Jon, Jaione eta seme alabak taldearen kontzertua, Irurtzungo Emakume Taldearen Irurtzungo Emakume Jardunaldiak programaren barruan.

**18:00etan, kultur etxean.**



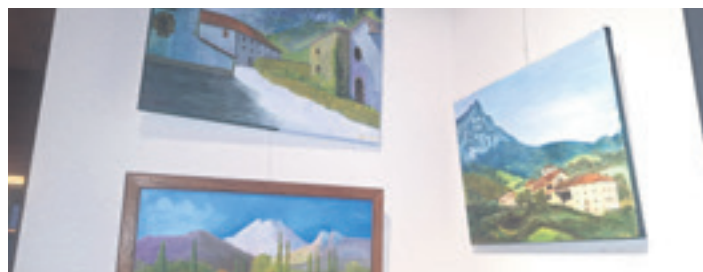
UTZITAKOIA

**OLATZAGUTIA** *Bubisher* proiektuaren hamabosgarren urteurrenaren **Hegoak Hegan** erakusketa. **Martxoaren 3tik 21era. Liburutegian.**



UTZITAKOIA

**ALTSASU M8** Luminiszentek. Emakumeen aurkako indarkeria ikusezinak, eta erresilientzia historia zenbait Igone Mariezkurrena kazetariaren eta Irantz Pastor argazkilararen proiektua. **Martxoaren 8aren harira Berdintasun eta Kultura zerbitzuak elkarlanean antolatuta. Martxoaren 12tik 31ra. Iortia kultur gunean.**



UTZITAKOIA

**IRURTZUN** Irurtzun eta inguruko herriak Irurtzungo pintura tailerraren erakusketa. **Martxoan. Pikuxar taberna.**

## LAKUNTZA Antzerkia.

**M8** *Zaintzaren dantza* Lari produkzioaren antzezlaren emanaldia, Martxoak 8 Emakumeen nazioarteko egunaren harira Sakanako Mankomunitateko Berdintasun zerbitzuak antolatutako programaren barruan. **17:00etan, kultur etxean.**

Sakanako Pentsiodunen Mugimenduaren Pentsio duinen aldeko kontzentrazioa. **12:00etan, Zumalakarregi plazan.**

## ASTEARTEA 18

## ALTSASU Liburu aurkezpena.

*El mapa de mis cicatrices* Emma Larreta lakuntzarraren liburuaren aurkezpena. Sarrerak doan; gonbidapenak aurretik hartu. **19:00etan, Haritza tabernan.**

## ASTELEHENA 17

**ALTSASU** Elkarretaratzea.

**Erviti** aluminio PVC

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

LEIHOAK, ATEAK, BALKOI ETA TERRAZEN ITXITURAK

Erakusketa Irurtzunen

Ez bota etxea leihotik!

**ASTEAZKENA 19****IRURTZUN Irteera.**

Zinemara ateraldia, Irurtzango Emakume Taldearen Irurtzango Emakume Jardunaldiak programaren barruan.  
**18:00etan, plazan.**

**IRURTZUN Irakurle kluba.**

Pikuxarreko irakurle kluba: *Berriz Zentauro* Katixa Agirre idazlearen eleberriri buruzko solasaldia.  
**19:00etan, Pikuxar elkartearen.**

**OSTEGUNA 20****ETXARRI ARANATZ Hitzaldia.**

*Gazteak eta sakelakoa* Miren Ros Bidelagun elkarteko kidearen hitzaldia, Etxarri Aranazko gizarte zerbitzuak eta Nafarroako Gobernuak antolatuta, Etxarri Aranazko Udalaren, Sakanako herri eskolen, Altsasu institutuaren, Andra Mari ikastolaren eta Altza Burua Etxarri eta Lakuntza elkarten laguntzarekin.  
**17:00etatik 18:30era, kultur etxean.**

**ALTSASU Hitzaldia.**

*Osasungintza euskalduna behingoz* hitzaldia Euskal Herrian Euskarazek antolatuta.  
**18:30ean, Gure Etxean.**

**ETXARRI ARANATZ****Tailerra.**

Filosofia tailerra.  
**19:00etan, liburutegian.**

**OSTIRALA 21****BAKAIKU Erromeria.**

San Benito eguneko meza.  
**18:00etan, San Benito ermitan.**

**ALTSASU Gazte agenda.**

Berdintasunean jolasten.  
**18:00etan, Intxostiapuntan.**

**OLATZAGUTIA Irakurketa kluba.**

Irakurketa kluba irekia: *Una mujer que espera* liburuaren Baida Rahal idazlearekin: Tiindufeko errefuxiatu sahararren kanpamentuetako bizitzaren kontakizunaren inguruan.  
**18:00etan, liburutegian.**

**EUSKARAZ****LAKUNTZA Zineforum.**

*Ainbo: Amazoniako gerraria* filmaren emanaldia. 5 urtetik aurrerako haurrendako.  
**18:30ean, liburutegia.**

**EUSKARAZ****IHABAR Bakarrizketa.**

**M8** Jaiaren erregina! Iruzurgilearen showa, Garawi Cejotaren bakarrizketa saio feminista.  
**19:00etan, herri etxean.**

**EUSKARAZ****ETXARRI ARANATZ****Antzerkia.**

*Miñan* Artedrama konpainiaren antzezlaren emanaldia: Ginean jaiotako Ibrahim Balderen istorioa kontatzen du; egun batean, amaren deiak etxea uztera behartu zuen, anaia txikiaren bila Europara joateko. Basamortua zeharkatu zuen, eta polizia, bahitzaile, mugalari eta abarrekin gurutzatu zen zeharkaldian. Ibrahim Balderen bizitzaren kronika da, Amets Arzallusek lehen pertsona kontatua eta Artedramak antzerkira egokitua. Sarrerak: 6 euro.  
**19:00etan, kultur etxean.**

**ALTSASU Elkarretaratzea.**

Arrazakeriaren kontrako elkarretaratzea, SOS Arrazakeria elkarteak eta Sakana Harrera Haranak deituta.  
**19:00etan, udaletxearen aurrean.**

**ETXARRI ARANATZ****Kontzertuak.**

The Lio, Zakar, The Clayton eta Uda taldeen kontzertuak, EGAk antolatuta. Sarrerak: 8 euro (Xapateron).  
**22:00etan, gaztetxean.**

OROIGARRIA

**Iñaki Olmos Goikoetxea**

I.urteurrena

Zauden tokian zaudela zurekin gaude.

Faltan botatzen zaitugu, laztana

**Aita, ama eta Igone**



OROIGARRIA

**Iñaki Olmos Goikoetxea**

IV.urteurrena

Ahazten ez dena ez da sekula hilko

**Zure kuadrilla**

OROIGARRIA

**Fran Balda Araña**

IV.urteurrena

Maitasunak ez dik neurririk, hire hutsuneak ez dik mugarik

**Itxekuek**

Arbizun, 2025eko martxoaren 13an



**ESKELAK JARTZEKO: 948 56 42 75**  
edo [eskelak@guaixe.eus](mailto:eskelak@guaixe.eus)

**IRAGARKI SAILKATUAK****HIGIEZINAK****SALGAI**

**Olaztin etxe adosatua salgai:** 70m<sup>2</sup>, sukaldea, komuna, egongela eta hiru logela ditu. Informazio gehiago nahi baduzu, deitu 683 346 308 telefonora.

**LANA/NEGOZIOAK****ERRENTAN EMAN**

**Arbizuko Udalak kiroldegiko tabernaren kudeaketa emateko deialdia egin du:** Informazio gehiago Arbizuko udalerekin.

**IKASTAROAK**

**60 urtetik gorako altsasuarrendako tailerrak:** Baikortasunez bizi, idazketa sortzailea, zure ongi-zatea elikatu, sasoioko egoteko bi tailer. Ikastaroak doakoak dira baina izena eman behar da, informazioa eta izen emateak Altsasuko udalerekin.

**Sakanako bertso eskolak:** LH4tik DBH4ko gazteei zuzenduta Altsasu, Irurtzun eta Lakuntzan. Informazioa eta izen emateak [www.berzozale.eus/nafarroa](http://www.berzozale.eus/nafarroa), [nafarroa.transmisioa@berzozale.eus](mailto:nafarroa.transmisioa@berzozale.eus) edota 948 143 747 telefonon.

**OHARRAK**

**Olaztin haurrentzat udalak eskainitako kontzertu programa Aste Santurako:** Eskaintza 2020tik 2012ra jaiotako haurrei zuzenduta dago. Argibideak eta izen emateak [www.olazti.eus](http://www.olazti.eus) web orrian edo udalerekin.

**Altsasuko Aste Santuko Aisiz Blai programa:** Izena emateko epea martxoaren 19an amaitzen da. Informazio gehiago eta izen emateak 948 012 012 telefonon edo [www.altsasu.net](http://www.altsasu.net) web orrian.

**Etxarri Aranazko Udalak egur loteak eskatzeko**

**deialdia zabaldu du:** Aurtun berrikuntza dago, beharrezko tresneria eta garraiatzeko modurik ez dutenek lotea eskatzeko aukera izanen dute eta. Informazioa eta eskabideak udalerekin.

**Bakaikun egur loteak eskatzeko epea:** Martxoaren 17an amaitzen da.

**Etxarri Aranazko Udalak herriko entitateei zuzendutako dirulaguntzen deialdia egin du:** kultur, kirol eta jendarte entitatei dirulaguntzak emateko deialdia zabaldu du. Informazio gehiago [www.etsarriaranaz.eus](http://www.etsarriaranaz.eus) web orrian.

[etsarriaranaz.eus](http://etsarriaranaz.eus) web orrian.

**Altsasuko Udalak irabazi asmorik gabeko entitateendako laguntzen deialdia zabaldu du:** Deialdiaren oinarriak [www.altsasu.net](http://www.altsasu.net) web orrian.

**Olaztin Udaren Euskaraz kanpainan izen emateko epea zabalik:** Gargarrilaren 23tik garilaren 18ra izanen da, Lehen hezkuntzako haurrentzat. Informazio gehiago Olaztin udalerekin edota 948 012 012 telefonora deituz.

**NANA eta pasaportea Olaztin bertan berritze-**

**ko aukera:** aurretik udalerekin izena eman behar da, martxoaren 26a baino lehen.

**Sakana Harrera Haranak apirilaren 6ko elkartasun azokarako bilketa:** Martxoaren 28ra arte etxean dituzun eta egoera onean dauden arropak, jostailuak, ontziak etab. ostiraletan, goizeko 11:00etatik 13:00etara Altsasuko garai bateko Sociedad Deportiva tabernara eramantzeko.

[iragarki@guaixe.eus](mailto:iragarki@guaixe.eus)  
[www.iragarkilaburak.eus](http://www.iragarkilaburak.eus)

**IRACHE**  
tanatorioak

Tanatorioak: Altsasu – Irurtzun – Lekunberri – Betelu – Leitza

“Betidanik”

☎ 948 19 70 70

📧 @Grupolrache

📱 Grupolrache

🌐 [www.tanatoriosirache.es](http://www.tanatoriosirache.es)



Bakaikuko Anbeikoa iturria eta garbitokia. ARTXIBOA

## Garbitokiak eta latsariak, ezinbesteko ondarea

'Latsariak (Lavanderas)' film dokumentala eta solasaldia izanen da bihar, martxoak 15, larunbata, Bakaikuko eskolan, Sakanako Mankomunitateko Berdintasun zerbitzuak martxoaren 8aren harira antolatutako programazioaren barruan

**Eneida C. M. eta E. R. B. BAKAIKU**  
Estibaliz Maguregi *Latsariak (Lavanderas)* film dokumentalaren zuzendaria "oso eskertuta" dago Sakanako Mankomunitatearen gonbidapenagatik. Aurreko batean Urdiainen aurkeztu zuten dokumentala, arrakasta handiarekin, eta Bilboko ingurukoak izanik, "hemendik ez dago latsaririk", Sakanako herrietan daudenak "oso interesgarriak" iruditzen zaizkio bat aurkitzen dutenean. Gaur, martxoak 15, ostirala, 18:00etan, Bakaikuko eskola eraikinean izanen dira film dokumentalarekin. Ondoren, solasaldia egingen dute.

Latsariak emakume oso langileak zirela esan du Maguregik. "Historian zehar ikusezina izan dira. Gaur egun teknologia berriekin oso erraza da arropa garbitzea; bost minututan garbigailua jarri. Baina prozesu hori latza zen, oso luzea". Xaboa egitetik arropa lisatzerainoko lana egiten zuten latsariak. Bestetik, lan hori egiten zuten birtartean saretzen direla esan du

zuzendariak, "oso garrantzitsua da". Emakume taldeak sortzen ziren.

Latsarien lana ogibide ere bihurtu zela ondorioztatu dute dokumentalean: "Ogibide modura hartzen da, eta horrek profesionalizazioa dakar, eta gizartearentzat garrantzitsua da". Historikoki gaixotasun eta izurrite asko zegoen garaian, ezinbesteko ogibide ere bazen: "Medikuntza aldetik osasuntsu bizirauteko modu bat zen. Oso interesgarria da alde horretatik".

1970. hamarkadara arte ohikoa zen, herri txikietan gehienbat, garbitokietan emakumeak lanean egotea. "Garai horretan gauzak desberdinak ziren. Kontestu txiki batean harremantzeko zailagoa zen. Gaur egun taberna batera

**"LATSARIEN LANA GOGORRA ETA IKUSEZINA ZEN; BERTAN SARETZEN ZIREN ERE"**

joan gaitezke, baina garai horretan emakumea etxearekin lotzen zen". Garbitokiak ziren, beraz, elkartzeko tokia.

Dokumentalerako elkarrizketatutako emakumeek bazekiten haien lana oso gogorra zela, "beti esaten dute ordu asko egiten zituztela eta lan gogorra zela", baina dokumentala ikusi arte ez dira haien lanaren garrantziaren kontziente izan. "Hori ere oso polita da". Elkar ezagutu zuten eta kontzientzia hartu zutela esan du Maguregik: "Haien lanaren kontzientzia eta emakume gehiago egon zirela haiek bezala".

*Latsariak (Lavanderas)* dokumentalaren proiektioak "oso politak eta aberatsak" izaten direla esan du zuzendariak. Emandia Argenis Mesa zuzendari artistikoak egindako performance batekin hasten da, "bizipen horien sarrera moduan". Ondoren, filmaren proiektioa egiten dute, eta amaitzeko solasaldia: "herriko istorioak entzuten ditugu eta dokumentala egiten bizi ditugunak ere kontaktzen ditugu".

## Juan Luis Larraza idazlearen bigarren eleberria laster kalean

Martxoaren 26an aurkeztuko du idazle etxarriarrak 'Luis Lizarraga kapitania 1473-1521' liburua

ETXARRI ARANATZ

Luis Lizarragan oinarritu du Juan Luis Larraza idazleak bere bigarren eleberria: *Luis Lizarraga kapitania 1473-1521. Nafarroako askatasunaren indarra Sakanan*. Historian oinarritutako eleberri bat da, eta martxoaren 26an, asteazkena, 19:00etan, Etxarri Aranazko kultur etxean aurkeztuko du. Pertsonaia balioan jarri nahi du, eta harekin Sakanan historian jarri.

"Urte asko neramatzan pertsonaia posible baten atzetik eta azkenean lortu genuen Luis Li-

zarraga kapitainaren informazio zehatzagoa jasotzea". Horren ondoren forma eman eta ezagutzera eman nahi du Larraza etxarriarrak. Lizarragabengoa eta Etxarriko jauna izan zen Lizarraga, baina Sakanan osoan eragin handia izan zuela azaldu du idazleak. Liburua fikzioa da, baina historialariek emandako informazioarekin osatu du istorioa: "Bizitza asmatu dugu, fikzioaz jantzi, eta egitura bat eman".

Martxoaren 28an eta apirilaren 4an eta 9an aurkezpenak egingen ditu ere.



BAZTERRETIK

ANNE AZKONA UNANUA

### Kolesterola odol analisisetan

Kolesterola bere kabuz bidaiatzeko gai ez den molekula bat da, eta beraz, Lipoproteina izeneko partikulei lotuta bidaiatu behar du. Partikula horiek odol analisisetan ikusten ditugun HDL (ona) eta LDL (txarra) dira, beste askoren artean.

Lehenik eta behin, kolesterola funtsezko molekula dela jakin behar duzu; kolesterolik gabe ez litzateke bizitza posible izango. Gorputzeko zelula guztiak gantz eta kolesterol mintz batez estalita daude. Jaiotzen garenean probatzen dugun lehen elikagaia, amaren esnea, kolesterolean aberatsa da, eta oso garrantzitsua da garunak behar bezala funtziona dezan. Kolesterola funtsezkoa da D bitaminaren sintesirako, eta hormona sexualen aitzindaria da (estrogenoak eta testosterona).

Horrek ere ez du esan nahi kolesterola altua izan behar denik; maila egokietan egon beharko luke beti, eta, ahal izanez gero, ez 170mg/dl-tik behera. Bizimoduak eta elikadura txarrak kolesterolaren zifrak areagotu ditzakete.

Duela gutxiko ikerketa batzuek frogatu dutenez, karbohidratoe-

tan baxua den dieta batek nabarmen hobetzen ditu gaixotasun kardiobaskularren biomarkatzaileak, gantz gutxiko dieta mantentzen dutenekin alderatuta. Horregatik, azukreak eta irin finduak kentzeak gure osasun kardiobaskularra hobetzea ekarriko du. Beste ikerketa batzuetan ikusi da, dietan kolesterola murrizteak ez duela eragin handirik kolesterolaren maila plasmatikoak gutxitzen. Aipatu behar da arrautzek ez dutela kolesterola igotzen, eta egunero beldurrik gabe kontsumitu daitekeen elikagaia dela. Posible baduzu, arrautza ekologiko eta kanperoa hartu itzazu, nutriente aldetik aberasgarriago izateko, eta oiloen bizi baldintza onak bermatzeko. Horretarako, arrautzen kodean lehenengo zenbakia 0 edo 1 dela ziurtatu behar duzu.

Beraz, Kolesterol maila egokia bermatzeko, Omega-3an aberatsak diren elikagaiak, hala nola arrain urdina, aguakatea, oliba olio estra, fruitu lehorrak, haziak, arrautzak, olibak, ondutako gazta, jogurta edo kefir naturalak, gurina eta > %85 kakaodun txokolata kontsumitu behar dira. Eta bestetik, "koipe txarrak" murriztu; gailetak, patata frijituak, margarina, gatzdun fruitu lehorrak, %0 edo zaporedun jogurtak, izozkiak... Era berean, mugimendu erregularra egin behar da, eta estres mailak murriztu, behar deneko kasuetan laguntza eskatuta.

# "Bakarrizketa egolatria ariketa hirukoitz bat da"

**ANTTON TELLERIA BAKARRIZKETALARIA**

'Ni ni ni' bakarrizketa saioa egingen du gaur, martxoak 14, Etxarri Aranazko kultur etxean, Irrizikloaren barruan. "Egolatria ariketa hirukoitza" dela esan du umoregileak

**Erkuden Ruiz Barroso** ETXARRI A.

Antton Telleria *Ni ni ni*-rekin Etxarri Aranazko kultur etxean izanen da gaur, martxoak 14, ostirala, herriko kultur zerbitzuak antolatutako *Irrizikloaren* barruan. Sarrerak agortu dira.

**Zer kontatzen du 'Ni ni ni' bakarrizketak?**

Nire hainbat pasadizo kontatzen ditu. Jabetu naiz nagusiki gaia dela ni, eta gero ni, eta gero ni. Hori dela eta izenburua. Badelako halako egolatria ariketa hirukoitz bat: aurrena ni, gero ni eta gero ere ni. Material berria idazten eta prestatzen hasi nintzen garaian jabetu nintzen bere garaian banuela joera gauza gehiago asmatzeko eta komediaren zerbitzura gezurrak ere esateko. Gertatu zaizkidan pasadizoak asmatu eta horietatik txistek atera. Etengabe ikasten ari gara, eta aurrez egindako horretatik guztitik, pereza apur bat ematen zidan. Kontrara, askoz aberasgarriagoa eta askoz indartsuagoa iruditzen zitzaidan benetan niri geratutakoari buruz hitz egitea eta pixka bat nire bizimodua eta nire burutazioak eta pasarteak kontatzea. Hortik abiatuta bai bestelako gauza asmatuak izan daitezke, baina abiapuntua behintzat nahi nuen benetako izatea. Hori dela eta gaia eta izenburua.



Antton Telleria umoregilea. UTZITAKOIA

**Zer transmititu nahi duzu?**

Umorea transmititu nahi dut. Beti izaten da helburuetako bat. Nagusia ez bada. Jendeak barre egin dezala. Gogoz, gainera. Aldi berean, gustatzen zait idazketa lan hori ere lantzea eta gauza nahiko fin bat ematea. Gustatzen zait jendeak hori apreziatzen duenean. Orduan, hori transmititu nahiko nuke: umorea eta gero baten batek esatea: "Nahiko fin!".

**Zertan inspiratu zara?**

Formatua nahiko egonkortuta zegoen, alegia, *stand up* ikuskitu bat egin nuen. Deskubritu

nuen duela laupabost urte *stand up* egin nahi nuela, eta ikuskitu ere formatu horretara eraman nuen. Alde horretatik ez dago berritasun gehiegirik. Baina pixka bat joera pertsonal horretan agian aipatuko nituzke bi komiko estatubatuar: Mike Birbiglia eta Marc Maron. Horiek joera handia dute beren buruhausteak eta abar eskenaratzeko. Askotan bertigo handiagoa ematen du horrek. Oso txiste efektiboak eta barregarriekin badakizu jendeak seguruenik barre egingo duela, baina gauza inti-

moagoetan eta delikatuagoetan, zure alde hauskorragoa erakusten hasten zarenean, ez dakizu nola erantzun duen publikoak. Barre egingo dute edo ez? Horretan horiek izan dira inspirazioa.

**Zer harrera izan du?**

Harrera mundiala. Kuantitatiboki pasada bat izaten ari da, egia esan. Sarrerak saldu eta saldu ari dira. Saiatzen naiz esaten: kontu hau normal-normala ez da. Ospatzekoa eta zoragarria da, eta oso eskertzekoa, noski. Jendeak prestutasun oso handia adierazi du antzokietara joateko eta jendeari entzundakoengatik oso gauza politak izan dira. Beti dago denetarik, baina oro har jendea gustura ateratzen da.

**Zein da bakarrizketa bat sortzeko prozesua?**

Esango nuke prozesua norberaren buruan hasten dela. Hor behar da agian puntu obsesibo bat. Ideia baten atzetik segi eta segi; gero beste ideia batzuk etortzen dira. Radarra aktibatuta bezala egoten da, material berria sortzen ari zarenean, bereziki. Itxita dagoenean erlaxatzen zara. Baina materiala sortzen zentzumenak aktibo daude. Gero buruan daukazu landu eta garatu egin behar da, eta horretarako eseri eta idazten hasi behar da. Eta asperitu. Eta esan hau kaka bat da, eta buelta bat eman. Behin idazketa lan hori eginda probak egin behar dira, eta ikusi jendeak zer-nolako erantzuna ematen duen, eta horren arabera pixka bat findu.

**Zerbait berezia behar da umorea egiteko?**

Nik ez dut mitifikaziora jotzen; ez dut uste umorea egiteko zerbait berezia behar dela edo senarekin jaio behar denik. Gustatu behar zaizu. Egia da badagoela jende bat talentu handiagoa daukana beste batzuek baino. Baina gehien-

bat azpimarratuko nuke gogoia. Gainontzekoa gogorra da. Plaza ona denean dena da mundiala, baina plaza gogorretan sufritu egiten da. Orduan, testuinguru horretan aurrera segi eta idazten jarraitu behar da. Saltsa batetik atera eta beste batean sartu. Zurrunbilo horretan egotea da gehien behar dena. Gogoia eta bulkada hori sentitu.

**Euskal umorearen loraldi bat dago?**

Gehiago esango nuke eszena bat loratzen ari dela, eta lehen ez zegoen horrelakorik. Urtetan jendeak proposamen asko eta bikainak egin dituen arren azken bizpahiru urte hauetan nabaritu dut nik komikoak elkarrekin ari direla, saretu eta gauzak antolatzeke elkarren berri izateko kontu hori. Oso pozgarria iruditzen zait. Kartelak han eta hemen ikusten ari naiz: umore gaua, umore saioa, formatu oso desberdinak...

**'Nekatutak' grabatu zenuen. Nola sentitzen zara horren aurrean?**

Horrek poz handia eman zidan; nolabait lehenengo harritxo jarzte. Ondoren etorri dira bestelako proposamenak. Mundu mailan *stand up* eszenan komiko baten edo ikuskizun baten irudi naturala da; eszenatoki batetik bestera ibili eta hori egonkortu denean grabatu eta zabaldu. Euskaraz ez zen sekula horrelakorik egin. Egin nuen nahi nuelako eta sentitzen nuelako. *Ni ni ni*-rekin beste hainbeste egiteko asmoa daukat. Aurretik asko ikasi dugu; horretan ere ariko gara laster.

**"EUSKAL UMOREAREN ESZENA BAT LORATZEN ARI DA; LEHEN EZ ZEGOEN HORRELAKORIK"**

**BESTE MODURA DENONA DA ONURA**

**Martxoak 10-26 / [errigora.eus](http://errigora.eus)**

Eskatu Nafarroa erdi eta hegoaldeko oliba-olio birjina estra, kontserbak, ardoa, arrosa, pasta eta lekaleak euskaraz etiketatuta eta jatorrizko prezioan

**EGIN ESKAERA ORAIN! >>>**

# "Zeure buruarekin egoteko aukera ematen du"

Larunbatean goizter jaikiko da Inaxio Beltza Igoa etxarriarra. Hainbat sakandarrekin batera autobusez Elora joanen dira 06:00etan. Eta handik Xabiererako bidea oinez eginen du

A.A.I. ETXARRI ARANATZ

## 1 Dagoeneko dena prest?

Gutxi gorabehera. Ez dut asko entrenatu. Zapatila berriak ez ditut erabiliko. Azken egunetan zapatila berekin ibiltzen naiz, hanka egiteko. Aldiren batean San Adriaineraino oinez joan-etorria egin izan dut. 10 km dira. Eta gutxi gehiago, egia esan.

## 2 Beraz, bidea oinez egiteko asmoz?

Hori da asmoa, bai. Elotik Xabierera 35 km daudela uste dut (Irurtzundik Altsasura 31 daude).

## 3 Entrenatu, bakarrik edo lagun-duta?

Bakarrik joaten naiz. Eta ez pentsa azken hilabeteetan astean behin-edo joan naizela. Ez, bitan besterik ez naiz joan, pixka bat nola nagoen ikusteko. Eta oina zapatilara egiteko. Babak ez egiteko. Azkenerako hori izaten baita arazorik handiena. Bide erdian-edo hanka azpian babaren batzuk egiten bazaizkizu, horrek molestutzen du. Eta pila bat kostatzen da erabat sendatzea.

## 4 Bidea, bakarrik edo taldean egiteko asmoa duzu?

Burutik Xabierraldira joatea pasa zitzaidan, bakarrik joanen naiz. Autobusean ezagunen bat ikusten badut, edo bakarren batekin joateko aukera baldin badaukat, joanen naiz. Bestela, printzipioz, oinez egun guztia bakarrik.

## 5 Zeure buruarekin egoteko modu bat ere bada, ez?

Hori da. Azkenerako beti gaude jendez eta hotsez inguratuta. Eta honek zeure buruarekin egoteko aukera ematen du.

## 6 Aldamenean bakarren bat hitz eta putz izanik, arinagoa da?

Hala da, bai. Eta nekea gutxiago da. Hori ere abantaila da. Baina garrantzitsua da oinez ibiltzean bakoitzak bere erritmoa izatea. Ez da komeni mantsoegi edo azkarregi joatea, bakoitzak bere erritmoan joan behar du. Nik nire erritmoa zein den badakit, eta martxa horretan joanen naiz. Jan ugari eramanen dut, eta kitto. Nekatzean edozein tokitan gelditu, eta nahiko.

## 7 Zenbatean eginen duzu bidea?

Zazpi ordu, edo horrelakoren bat izanen direla pentsatzen dut. Meza Xabierren 17:00etan da. Ordurako iristeko nahikoa denbora

dago. Hura bukatzean autobusez bueltatuko gara. Garai batean errepidea besterik ez zegoen, orain aldamenean autobia dago. Hura egin dutenetik ez naiz joan, baina orain oinezkoendako askoz hobe izanen dela pentsatzen dut.

## 8 Aurreneko Xabierraldia?

Hasteko, 12 eta 14 urte bitartean Xabierko kolegioan ikasi nuen. Han izan nuen Xabierraldiaren berri. Orduz geroztik lauzpabost aldiz joan naiz. Oroitzapen berezia dut: behin Jose Luisekin eta Jose Adolfoekin Etxarririk hasita joan ginen Xabierera oinez. Hura oso-oso-oso nekagarria izan zen. Gainera, entrenatu gabe nengo. Erdi hilda iritsi nintzen. Eta, aldi berean, asebeteta.

## 9 Han ikasle, jendetza iristen ikustea?

Hainbeste jende ikusten duzun lehendabiziko aldia zen. Eta hango ikasleak ginenez, nahiz eta haur batzuk izan, hura pixka bat antolatzen laguntzen genuen, gure ekarpena egiten genuen.

## 10 Erronkatzat du jendeak?

Helburuak, mila. Iruñetik joaten den ia jende guztia Noain-



Inaxio Beltza Igoak Xabiererako bidea eginen du bihar. UTZITAKOA

dik abiatzen da, 50 km edo halakoren bat izanen dira. Elotik 35 dira. Ez da beste munduko gauza. Sinbolikoa da. Bakoitzak bere motibazioa du. Nik ebakuntza bat izan nuen, eta nahiko gaizki joaten zen kontua. Azkenerako ongi joan da. Eta eskertuta nago biziarekin, Jaungoikoarekin eta denarekin. Xabierraldia eskerrak emateko modua, erronka da. Hori da aurtengo motibazioa. Eta Xabierera iristean bizipenak biziberrituko ditut. Nahasketa da. Hara joaten naizen aldiro 12 eta 14 urte bitarteko oroitzapenak bueltatzen zaizkit. Denok adin horretan pentsatzen jarritz gero nostalgia eta oroitzapen onak etortzen zaizkigu. Haurra izan nintzeneko oroitzapen horiek

oraingoekin eta kirol motibazioarekin nahasten zaizkit.

## 11 Xabierraldia egin nahi duenari, zer gomendio emanen zenizkioke?

Animatzeko. Sakanako parrokiek elkarrekin antolatzen dute autobus hori. Izena ematea badago. Giro polita egoten da. Jende pila joaten da, motibazio ugariarekin: erlijiozkoak, kirolekoak, erronkak... Gauza interesgarria da. Bakarren batek nahiko balu, anima dadila! Bakoitza nahi duen tokitik abiatzen da, bere gogoeta baldintzen arabera. Kontuan izan ere Xabier Nafarroako patroia dela, bere historia. Bakoitzak bere bizi eta motibazioarekin, Xabier aldera abiatzea. Eta mezaren ondoren etxera asebeteta bueltatzea.

# ZURE PROIEKTUA GARATZEKO LAGUNTZARIK BEHAR AL DUZU?

Eskatu aurrekontua konpromisorik gabe

**gk**

DISEINUA ETA KOMUNIKAZIOA



619 821 436  
info@gkomunikazioa.eus  
www.gkomunikazioa.eus  
Foru plaza, 23-1. Altsasu

