

ORIOKO ETA AIAKO ALDIZKARIA-2022-IRAILA-442.ZENBAKIA

KARKARA



ORIOTARRAK KONTXAKO BANDERAREN GARAILE

HARRO BIEZ

PUBLIZITATEA

ANORGA TXIKI, S.L.
KRISTALDEGIA

Oria etorbidea, 4
LASARTE-ORIA

anorgatxiki@gmail.com
www.cristalergiaanorgatxiki.com
943-37 17 33 · 610 45 93 45

- Eraikin komertzialak
- Kristaldura bikoitza
- Segurtasun beirak
- Dutzako manparak eta ispiluak

Pelotari, 5 · ORIO
943-83 00 34
autolan13@hotmail.com



AUTO - LAN C. B.



ARDORA
arraindegia

Eusko Gudari, 4
© 943-09 28 17 ☎ 623 47 57 52
ardoraarraindegia@yahoo.com
ORIO

arkaitz taberna
... orio ...

- EGUNEKO MENUA
- OGITARTEKOAK
- PINTXOAK
- PLATER KONBINATUAK
- KARTA

Terniza ederrarekin giro ezin hobea

abeslari kalea 6 - 943-83 16 57

azkue
karrozeriak

Ubegun industrialdea, 7
AIA-ORIO
943-83 51 86

auto Azkue

Olaskoegia z/g
AIA-ORIO
943-13 04 38

Carmen eta Txomin
ARRAINDEGIA



TXOMIN ARRAINDEGIA
Eusko Gudarien kalea, 44
943-83 27 47

CARMEN ARRAINDEGIA
Arizaga kalea
943-83 05 37

fontana
iturgintza

iturgintza · gasa · berogailuak



Zerbitzu teknikoa
24 ordu

- Komun eta sukaldeen erreforma
- Galdara eta termo elektrikoien instalazioa
- Ur-jarioak aurkitu eta konpondu
- Bainujontzia kendu eta dutxa jartzea
- Zoru erradiatzailea

Arrantzale kalea, 3 · ORIO
fontana-jul@hotmail.es
www.fontaneria-fontana.com
943-53 98 88 · 661 26 28 28

IGLESIAS
SARRAILAGILEAK



iglesiascerrajeros@yahoo.es
www.iglesiascerrajeros.com
Erribera kalea, 14 · ORIO
637 72 33 08

- Ateak irekitzen ditugu
- Sarraila-zilindro aldaketak
- Ateak ixteko malgukien aldaketa
- Komunitateentzako zerbitzua

24orduko zerbitzua



Joseba
AROTEGIA · CARPINTERIA

687 683 427
josebaarotza@gmail.com

- ATEAK
- ZOKALOAK
- ARMAIRUAK NEURRIRA
- LEIHOAK
- ESKAILERAK
- AROTEGIA OROKORREAN



KARKARA 442

2022-IRAILA

AZALEKO ARGAZKIAREN EGILEA:
ARNAITZ RUBIO APREA



Aurkibidea

- | | | | |
|----|--|----|---|
| 5 | Iritzia Aiora Larrañaga Solaberrieta
<i>Oriotarra izateaz harro</i> | 23 | Nire honetan Aitziber Arzallus
<i>Jarrera kontua</i> |
| 6 | Hitz tantak Onintza Lete Arrieta
<i>Tere Jesus Carrera</i> | 25 | Elkarrizketa Idoia San Sebastian
<i>Borja Gomez: "Guk jaten ditugun elikagaien %75 erleek polinizatzen dituzte"</i> |
| 8 | Izpiak eta hizkiak Aitziber Arzallus
<i>Hondartza, herrigunetik gertuago</i> | 30 | Moila bazterretik Aritz Pardina
<i>Lehentasunak</i> |
| 10 | Gutunak | 34 | Oroimenaren kutxa Iñaki Iturain
<i>Ijito-herria mundura irekia</i> |
| 13 | Herrian galdezka
<i>Bidegorriaren lanak bukatuta, zer iruditu zaizu emaitza?</i> | 38 | Erreportajea Amaia Urbieta Arruti
<i>Hizkuntza zaharra, erronka berriak</i> |
| 14 | Erreportajea Aiora Larrañaga Solaberrieta
<i>Marea horiak hartu du estatxa</i> | 42 | Plazan bazan |
| 22 | Akuilua hartuta Iñigo Gaiton
<i>Lagunartean izango dugu</i> | 44 | Zerbitzuak |
| | | 45 | Agenda |
| | | 46 | Hasi bertsotan Eli Bello |

KARKARA



Argitaratzailea

Urolako Komunikazio Taldea
Koop. Elk.
Soreasu 1. 20730
AZPEITIA
943-83 15 27
karkara@karkara.eus
www.karkara.eus

Erredaktoreburua

Aiora Larrañaga
Solaberrieta

Erredaktore taldea

Onintza Lete Arrieta
Aitziber Arzallus
Amaia Urbieta Arruti

Diseinu arduraduna

Ane Azkue

Publizitatea

Leire Martija

Zenbaki honetako kolaboratzaileak

Iñigo Gaiton
Idoia San Sebastian
Aritz Pardina
Iñaki Iturain

Banatzzaileak

Endika Ruiz (Orio)
Manex Dorronsoro (Orio)
Eli Irureta (Aia)

Inprimategia

Antza Inprimategia
(Lasarte-Oria)

Lege Gordailua:

SS-346/90

ISSN: 1132-1105

Tirada: 4.000 ale



Gipuzkoako Foru Aldundia



ORIO



AIAIKO
UDALA

PUBLIZITATEA



KAIOA

 **kaioa_denda**
 **www.kaioa.es**

Gabon

TABERNA

Eusko Gudarien kalea, 7
943-83 06 09



%100 etxean egina
PIZZERIA
KALETA

Arrantzale kalea, 10 943-24 89 46



GARMENDIA

Higiezin Agentzia
Aholkularitza
Aseguruak

943-83 44 66 · 688 75 59 48
Ibai Ondo, 1 · ORIO
info@egarmendia.com



KATU HORIA

albaritaritza klinika

ESTROPALARZ, 10
20510 ORIO
tel. 943 11 66 99

Larrialdiaok
668891129

ITZIAR KIROLAK

Eusko Gudarien kalea, 23
ORIO
943-83 31 03



KORTABERRI

arotz lanak

Imanol Illarramendi
Aia (Gipuzkoa)

kortaberri.arotza@hotmail.com 665 70 33 47



Kolon Txiki

edaritegia · jatetxea

Herriko Enparantza 4
ORIO
Tel.: 943-83 00 44

libe

dietetika
elikadura aholkularitza

943-53 64 94
697 23 86 56

Eusko gudariak, 35 · ORIO
(sarrera Arrantzale kaleatik)

libegarmendia@gmail.com
www.libegarmendia.com




Ono elikatuz Bizi

kutixi

kafetegia


Aritzaga 9 · ORIO · 943-13 15 17



LASTER DESATASCOS

- Libraketak
- Hobi septiko eta putzu beltzen garbiketa
- Uholdeetako uren hustuketa
- Teilatu hodian garbiketa
- Saneamendu sareen ikuskapena
- Puzkatutako hobien geolokalizazioa
- Ur jario atzematea
- ...

desatascos@desatascoslaster.com
www.desatascos.com

 24 orduz 688 88 65 36 (Larrialdiaok)

Abaromendi 3, 20810 ORIO · Sagar Erreka 21-A, 20590 SORALUZE · 943-75 14 31 (bulegoa)

Oriotarra izateaz harro



AIORA LARRAÑAGA SOLABERRIETA

Donostiako Estropadek badute besteek ez duen xarma berezia, eta adin guztietako oriotarrok ondo ezagutzen dugu Kontxako estropadetan sentitzen den zirrara. Izan ere, belaunaldiz belaunaldi mantendu da iraileko lehen bi igandeetan Donostiara estropadak ikustera joateko ohitura, traineru estropadek kirol arautu izaera hartu baino lehendik, estropaden oinarrian herrien arteko erronka eta desafioak zeuden garaitik, alegia.

Urteko arraun hitzordurik garrantzitsuena, ordea, gozoa izan ohi da irabazleentzat, eta gazia eta garratza banderak ihes egin diela antzematen duten taldeentzat. Aurtengo honetan denetarik izan dugu oriotarrok, baina balantzak alde batera edo bestera eginagatik, ordea, bada aldatzen ez den zerbait: zaleen berotasuna.

Izurrite garaian ez bezala, aurreko bi igandeetan Donostiako moila arraunzalez bete zen; kolore guztietako elastikoak ikus zitezkeen, baina bazen besteen gainetik nabarmentzen zenik: oriotarren horia. Herriko zaleek ez zuten hutsik egin, eta animo oihuz eta festa giroz bete zituzten portua eta haren ingurua, oriotarra eta Oriozalea izatearen harrotasuna zabalduz.

Hain zuzen ere, iraileko zembakirako harrobiaren inguruko erreportajea egiteko Mikel Lizarralde *Altxerri gaztea*-rekin hitz egin nuenean, argi sentitu nuen oriotarren harrotasuna bere hitzetan. Arraunlari leinu garrantzitsutik dator eta haurra zenetik intentsitate handiz bizi izan ditu arrauna eta traineru estropadak, eta hori nabari zen elkarrizketan zehar bere hitzetan. Argi esan zidan: "Nire ilusioa da nire arraunlari ibilbidea Orion hasi eta bukatzea, bidean Oriori ahalik eta bandera, garaipen eta poztasun gehiena ekartzea". Sentimendu horretaz ari zen, hain zuzen, Jon Salsamendi Orío Arraunketa Elkarteko mutilen taldeko entrenatzailea, denboraldi hasieran, herriko plazan egindako aurkezpenean, eta haren hitzak ekarri nahi ditut gogora: "Azken 120 urteetan, arrauna sentitzeko modua izan da oriotarren identitatearen parte oso garrantzitsua". Indar eta harrotasun hori dira oriotarren zeinua, emaitzen gainetik, arrauna bihotzez bizitzeko modu berezia. ■■■

**"AZKEN 120 URTEETAN,
ARRAUNA SENTITZEKO
MODUA ORIOTARREN
IDENTITATEAREN
PARTE IZAN DA"**

☎ 666 047 535

📷 @OSAI_ARKITEKTURA

✉ OSASIAIN@GMAIL.COM

📍 ALMIRANTE OA KALEA 1, 1^º
20810 ORIO



ARKITEKTURA - ERREFORMAK - BARNE DISEINUA

SUKALDE ETA KOMUN PROIEKTUAK

DISEINU ETA AURREKONTU PERTSONALIZATUAK

ALTZARI EXPOSIZIOA

Tere Jesus Carrera

TESTUA ETA ARGAZKIA: ONINTZA LETE ARRIETA

Tere Jesus Carrera Solaberrieta, Tere, (Orio, 1956), erretiroa hartzean da. 1984tik herriko loteria dendako martxa eraman du, eta badu bizitzako etapa berria hasteko ilusioa.

Zuk eta zure familiak urte asko pasatu dituzue *ilusioa* partitzen herritarren eta bisitarien artean.

Batzuk bai. Nire aurretik izebak-eta beti saldu izan zituzten kinielak lokal honetan [Eusko Gudari kalean, zimitorioaren aurrean], bai hari denda egon zenean, bai liburu denda egon zenean.

1984an hasi ginen kinuez gain loteria saltzen. Estatuak Bonolotoa eta Primitiba atera zituenean, ez zeukan herri guztietan hori jartzeko sarerik, eta kinielak genituenoi aukera eman zigun; horrantz joan ginen pixkanaka, eta orain administrazio integrala gara; loteria bakarrik saltzen dugu.

Oriotarrek badute zenbaki kutunik?

Zenbaki abonatu daukagu loteria saltzen hasi ginenetik: 70.237. Ireki genuenean hori bidali ziguten, eta astero-astero etortzen da zenbaki bera ostegunetan eta larunbatetan.

Beste nonbaiten hartzen dute zenbaki bera?

Bai; erdiak hona etortzen dira, eta beste erdiak, Guadalajarara [Madril, Espainia]. Horrez gain, orain urte batzuk Orio Chipionarekin [Andaluzia, Espainia] senidetu zen, eta ohitura dugu guk gure zenbaki abonatu bidaltzekoa hara, eta haiek beste bat bidaltzekoa guri. Jendea etortzen zaigu abonatuaren eta Chipionakoaren eskean. Hangoa ez da beti zenbaki bera izaten; hori bai, beti 1 zenbakian amaitzen da. Zenbaki abonatu postaz ere bidaltzen dugu; hona urteren batean bisitan etorri eta gero, urtero-urtero deitzen dutenak badira zenbakia bidaltzeko eskatuz. Dagoeneko hasi dira Gabonetako ere deika. Dirua sartzen dute guk emandako kontu korrontean, eta kito.

Zein izan da eman duzuen sari potoloena?

163.758 euro, 2017an. Futbol taldeko hamalau bat mutil gazteri tokatu zitzaizen Bonolotoa. Pezetetan, bi milioi pezetetako sariak-eta eman genituen. Dezimoko 5.000 euroko saria ere izan genuen ostegunetako loterian.

Sari berezienak ere horiek izan al dira zuretzat, ala baduzu besteren bat gogoan?

Ez, askotan ez baitira saria kobratzera hona etortzen; hortaz, ezin jakin nori tokatu zaion.

Saririk ospatu al duzue?

Ez. Denek agintzen dizute tokatuz gero gogoratuko direla zutaz, baina gero... Tira, behin, 5.000 euro jaso zituen emakume batek bonboi kaxa bat eman zigun; eskertzekoa da.

Turista dezente ibiltzen da herrian. Kanpokoek ba al dute loteria erosteko ohiturarik?

Bai, hemengoek baino gehiago. Madrildarrak eta katalanak, esaterako, bezero onak dira, eta udan lana ondo egiten dugu Espainiako bisitariekin. Beste herrialdeetan ez dago loteriarik, baina frantses batzuek ere erosten dute; Gabonetakoa, bereziki.

Bezero hobeak dira gizonezkoak, ala emakumezkoak?

Gizonezkoak. Apustu gehiago egiten dituzte.

Orain asko baretuta dago dena, egoera ekonomikoa ere halakoxea delako. Eta, esango nuke, sexuan baino, adinean dagoela aldea.

Adinekoak gazteak baino gehiago etortzen zaizkizu?

Zalantzarik gabe. Lehengo jendeak badu ohitura; batzuk egunero-egunero etortzen dira euro bat botatzera.

Zeuk baduzu ohiturarik?

Bai, bai. Gabonetan, adibidez, herriko taberna guztietako zenbakiekin gelditzen naiz.

Jubilatutakoan ezingo dut egin halakorik!

Hasi zinenetik, ohiturak majo aldatu dira...

Bai. Gure garaian kinielak sekulako arrakasta zuen, besterik ez zegoen eta. Gaur egun, apustu eta joko aukera zabala dago, eta gazteek horietan parte hartzen dute. Herriko ohituretan eta harremanetan ere antzematen dut aldea; lehen harremanak estuagoak ziren, eta herrian zerbait gertatzen bazen, berehala zabaltzen zen dendaz denda eta etxez etxe. Orain, bakoitza bere erara bizi da gehiago. Triste samarra da.

Jubilatzean, zer asmo?

Bizitza pixka bat! ■■■



Hondartza, herrigunetik gertuago

ARGAZKIA ETA TESTUA:

AITZIBER ARZALLUS

Ortzaikatik hondartzara eta hondartzatik Ortzaikara, herria ia mutur batetik bestera bidegorriz zeharkatu daiteke duela hilabete ingurutik. Eskertu dute oriotarrek, eta baita bisitariek ere, tartean kanpineko erabiltzaileek. Apirilean hasi zituzten Bikamiota eta autobide azpiko biribilgunearen artean bidegorria eta espaloi berria egiteko lanak, eta udalak udarako bukatuta egongo zirela agindu zuen arren, azkenean denek nahi baino gehiago iraun dute; abuztu erdialdera bukatu zituzten lanak. Dena dela, jada erabilgarri da bidegorri zati berria, eta horrek, ezinbestean, hondartza eta herrigunea hurbildu egin ditu. Beraz, dagoeneko ez dago aitzakiarik herrian barrena bizikletaz ez ibiltzeko. ■■■





Begirunerik gabeko txakur jabeari

HERRITAR BAT

Zoragarriak dira gure herriko zelaiak hurrekin jolasean ibiltzeko zein belarretan eserita atseden hartzen egoteko. Tamalez, ordea, gutxitan aprobeitza ditzakegu, gehienetan txakur kakaz josirik egoten direlako. Ez bakarrik zelaiak, baita haur parke asko ere. Ume bat baino gehiago ikusi dut zikin-zikin eginda, parkean, txakur kaka zapaldu duelako. Batzuetan hankarekin, baina izan da parkeko etxolara lau hanketan sartu eta eskuak edo arropa kakaz josita agertu denik ere. Eta, horren aurrean, zer egin behar dugu?

Badakit txakur jabe gehienek fin-fin errespetatzen dutela araudia, baina zer egingo dugu nahi dutena egiten dutenekin? Edo Muntoko parkea hurrez gainezka dagoen udako arratsalde batean txakurra solte uzten duenarekin? Edo pasealekuan nahiz kalean txakurkak kaka egin duela ikusi eta oparia hortxe uzten duenarekin? Askotan, gainera, zerbait esanez gero, oldartu egiten dira besteekiko begirunerik ez duten txakur jabe horiek.

Uda honetan horrelako gertaeraren bat pairatu behar izan dut, eta ezintasuna sentitu dut, txakur jabea harroxo jarri zaidalako atentzioa eman diodanean. Erasotua sentitu zen gizona, eta txakurrik ez



Zaragueta Eskola pareko merenderoa, zikin. UTZITAKOIA

dudalako esaten nuela esan zidan. Ez, gizaseme, ez. Zure txakurra zurea da, eta zuk arduratu behar duzu bere beharrez. Nik seme-alaba txikiak ditut, eta ez zait okurritzen haurrak kagurea eutsi ezin duela eta gorotza parkean edo kalean botata uztea. Kaka egin badu jaso, eta zakarrontzira bota behar dut, errespetuz.

Tristura ematen du

NATURA MAITE DUEN FAMILIA

Abuztuaren 4an, ostegunarekin, Zaragueta Eskola zeharkatu eta San Juan ermitatik barrena Itsaspeko buelta egitea erabaki genuen familian. Zaragueta Eskolaren pareko merenderora

ailegatu, eta tristura sentitu genuen, ordea. Zikin-zikin eginda zegoen eremua. Semeak galdetu zigun zergatik jendeak ez duen jasotzen bere zaborra, eta ezin izan genuen justifikatu egoera, ez baitauka inolako zentzurik. Izan ere, aldapa behera jaitsita —nahi eta nahi ez hortik pasatu behar da piknik gunera iristeko— Zaragueta Eskolaren sarreran edukiontzi

**"SEMEAK GALDETU
ZIGUN JENDEAK
ZERGATIK EZ DUEN
ZABORRA JASOTZEN"**

GUTUNAK: Karaktereak, gehienez: 2.000 (hutsuneak barne). KARKARAK eskubidea du gutuna laburtzeko. KARKARAK ez du argitaratuko izenik gabe datorren gutunik. Egileak hala nahi badu, ezizenarekin argitaratuko dugu; baina beti, guk egilea nor den jakinda. Gutunean norbait aipatzen baldin bada eta pertsona horrek gutunaren egilea nor den jakin nahi badu, KARKARAK esan egingo dio.

Argitaratu nahi diren gutunak KARKARARA bidali daitezke posta elektronikoz honako helbidera: karkara@karkara.eus edo erredakziora eskura ekarri -Orioko edo Alako Kultur Etxean- edo postaz bidali. Kultur etxea, 20810 Orio

mordoa dago zaborra bota ahal izateko. Lotsagarria irudia!

Esperientzia Eskolan izen-ematea zabalik

ESPERIENTZIA ESKOLAKO KIDEAK ORIO

Urrian abiatu nahi dugu ikasturte berria Esperientzia Eskolan, baina kezkatuta gaude, izurritea pasa zenetik gero eta jende gutxiago animatzen delako proiektuan parte hartzera. Hamabost urte baino gehiago daramatzagu zahartzaro aktiboa eta belaunaldien arteko harremanak sendotzeko lanean, eta herritarrentzat ekarpen garrantzitsua egiten dugula uste dugu. Dena dela, jende gehiagok izena ematen ez badu, ezinezkoa izango da Esperientzia Eskolarekin aurrera jarraitzea. Horregatik, adinekoak proiektuan parte hartzera animatu nahi ditugu.

Izena eman nahi dutenak gurekin harremanetan jar daitezke hurrengo telefono zenbaki hauetako batera hots eginez: Heliadora (687 40 67 53) eta Mertxe (675 71 33 82)

Oriotar kantuzaleoi deia

SALATXO ABESBATZA

ORIO

Salatxo abesbatzako kideok Bisiguaren Festan parte hartuz agurtu genuen iragan ikasturtea, eta udako oporren ostean, bueltan gara berri. Hain zuzen ere, joan den

astelehenean, hilak 12, ekin genion ikasturteari. Azken urteetako dinamikari eutsiko diogu ikasturte berrian ere: astelehenero eta ostegunero elkartuko gara entseguak egiteko, 21:00etatik 22:30era, Kosta Tailerreko lokalean.

Horiek horrela, dei egiten dizuegu oriotar kantuzaleoi koruan sartzera anima zaitezten. Taldean kantatzen aritzeak eskaintzen dituen onurez gozatzear gain — garapen emozional eta intelektuala, interakzio soziala...—, modu atsegina da herriaren kultur jardunean parte hartzeko.

Anima zaitezte, zain gaituzue eta! ■■■■

JAIOBERRIAK

- **Iman Abdala Emboiric.** Orion, maiatzaren 26an.
- **Haizea Ballesteros Otegi.** Orion, ekainaren 20an.
- **Oihan Arriola Requejo.** Orion, uztailaren 14an.
- **Nea Egaña Elizalde.** Orion, uztailaren 14an.
- **Markel Jauregi Oneca.** Orion, uztailaren 18an.
- **Adur San Sebastian Trincado.** Orion, uztailaren 26an.
- **Manex Mujika Rojo.** Orion, abuztuaren 3an.
- **Ander Gonzalez Vicarregui.** Orion, abuztuaren 24an.
- **Natale Pinto Iruetagoiena.** Orion, abuztuaren 27an.

AGURRAK



ORIO


Uda honetan erretiratu da Luisa Fernandez Guijo, Orioko Kultur Etxea ireki zenetik bertako garbitzailea izan dena. Hala, kultur etxean lan egiten dugun guztiok zorrie onak opa diogu etapa berrian. Hori bai, ez ahaztu bisitan etortzea, Marisa!

HILDAKOAK

- **Antonio Aldabaldetrekua Portularume.** Aian, ekainaren 30ean. 90 urte.
- **Manuel Maria Agirresarobe Balzola.** Aian, uztailaren 5ean. 51 urte.
- **Jose Ramon Lakunza Murgiondo.** Orion, uztailaren 22an. 79 urte.
- **Martine Aranburu.** Orion, uztailaren 22an. 62 urte.
- **Maria Goikoetxea Oriden.** Orion, uztailaren 23an. 92 urte.
- **Iñaki Urtxipia Puertas.** Orion, uztailaren 29an. 52 urte.
- **Agustina Aranguren Egaña.** Orion, uztailaren 31ean. 89 urte.
- **Juan Romero Santiago.** Orion, uztailaren 26an. 79 urte.
- **Miren Atxukarro Etxeberria.** Orion, irailaren 7an. 90 urte.
- **Mariano Arruti Lertxundi.** Aian, irailaren 11ean. 92 urte.


GUTUNAK: Karaktereak, gehienez: 2.000 (hutsuneak barne). KARKARAK eskubidea du gutuna laburtzeko. KARKARAK ez du argitaratuko izenik gabe datorren gutunik. Egileak hala nahi badu, ezizenarekin argitaratuko dugu; baina beti, guk egilea nor den jakinda. Gutunean norbait aipatzen baldin bada eta pertsona horrek gutunaren egilea nor den jakin nahi badu, KARKARAK esan egingo dio.

Argitaratu nahi diren gutunak KARKARARA bidali daitezke posta elektronikoz honako helbidera: karkara@karkara.eus edo erredakziora eskura ekarri -Orioko edo Alako Kultur Etxean- edo postaz bidali. Kultur etxea, 20810 Orio



niko
taberna

Karta
Pintxo tradizionalak
Okindegia



Palota Kalea, 5 · 20810 Orio · Egin erreserba 943-53 61 27

Lizaso
Dekorazioa



Eusko Gudari, 48 · ORIO · 943-83 07 84
itzilizaso@gmail.com

OINARRI **PODOLOGIA** **ZENTROA**



Arrantzale kalea, 63 behea
ORIO
943-57 53 61
oinarri@podologia-oinarri.com
www.podologia-oinarri.com



MARIJO

ILEAPAINDEGIA
Eusko Gudari, 8 behea · ORIO
943-13 47 29

PAKO IMAZ



pertsianak

PERTSIANAK
aluminioa
motorrak
automatismoak
konponketak

600 70 52 27 · 943-13 29 01
pakoimaz@hotmail.com · ORIO

MENDIZABAL
AROTZEGIA

Neurriko armairuak eta egurlanak

Altxerri bidea, Beti-Alai etxea · AIA-ORIO
943-83 11 75 · 645 70 84 91
mendi@arotzgi.net

Hemengo haragia.
Etxeko produktuak: tripaki, odolki,
txekorra, txorizo, kroketak...



KARATEGIA
PATXI
OLIDEN
URDATEGIA

Eusko Gudari, 25 · 943-83 00 10



neerü

YOGA ETA JARRERA METODOAK
OREKA MUGIMENDUAN

Ibaiondo 5 behea, Orio · 686 02 05 17



Portu
Erreteta - Jateetxea

Kazolitat, baserriko oilaskoa,
parrillako errekiak, eguneko menua...

Santio Erreka auzoa, z/g · AIA
943-89 44 34

Oreka
fisioterapia

Eusko Gudari, 54 · 943-13 35 37

Ekografia muskulo-eskeletikoa
Eskuzko terapia · Talka-uhinak
Masaje terapeutikoa · Osteopatia



INDO

Garraio frigorifikoa
Nazionala eta Nazioartekoa



kamarak



ibilbideak



generoa



garraioak

Ubegun industriagunea, 4
AIA-ORIO
943-89 4024 · FAX-a: 943-13 01 44

Bidegorriaren lanak bukatuta, zer iruditu zaizu emaitza?



ARANTXA ARRILLAGA

"Herrigunetik hondartzarako bidea oso ondo gelditu dela uste dut. Herrian jendeak bizikletaz ibiltzeko geroz eta ohitura handiagoa dauka, eta iruditzen zait behar zela bizikletentzat aparteko bide bat egitea. Ez dakidana da orain errio ondoko pasealekutik bizikletaz ibiltzea debekatu egingo duten ala ez; izan ere, bagenuen sentipena oinezkoak eta bizikletaz ibiltzen direnak elkarri enbarazu egiten geniola han. Egia esan, bidegorri zati berriaren ondoko espaloia txiki samarra gelditu ote den ere iruditu zaigu uda partean, joan-etorri handiko gunea delako eta udan jende asko ibili delako, baina ez daukagu kexatzerik; lanak bukatuta, ingurua oso txukun gelditu da, eta uste dut herriak asko irabazi duela".



JOSE INAZIO ARITZETA

"Bidegorriaren zati hau ederki gelditu dela uste dut, nahiz eta pena izan den lanak horren berandu bukatu izana, edo behintzat, agindutakoa baino beranduago. Izan ere, uda aurretik bidegorria prest izango zela esan zuten, baina, azkenean, dezente luzatu dira lanak, eta abuztu erdia izan da amaitzerako. Lehen, oinezkoak eta bizikletak, denok ibiltzen ginen leku beretik, eta aukeran estu samarra gelditzen zen. Beraz, herritarrok eskertuko dugu aurrerantzean, bertakook zein kanpotarrek, bai oinez ibiltzen garenok, bai bizikletaz ibiltzen direnek. Neuk, behintzat, ohitura handia daukat hemendik pasieran ibiltzeko; leku oso atsegina iruditzen zait. Itxita egon den garaian ez naiz inguru honetatik askotan pasatu, baina hasi naiz berriz ere".



MIKEL AZAROLA

"Berandu etorri da, baina premia zegoen eta desiratzen ginen, batez ere bizikletaz ibiltzen garenok; izan ere, oinezkoei traba ere egiten genien, eta geu ere ez ginen lasai ibiltzen. Orain, eskertzen da bidegorri eta espaloizati berriek ematen duten lasaitasuna. Hasi hondartzatik eta Ortzaiarako bidegorriz joateko aukera daukagu. Ibilbide polita da, eta eguraldi onarekin, estimatzen da. Beharrezkoa zen, Orio bizikleta asko dagoen herria baita eta bizikletaz ibiltzeko ohitura handia baitaukagu herritarrok. Hori bai, arriskutsu samar ikusten ditut orain modan jarri diren patinak. Horiek ere bidegorrian sartzten hasi dira, eta arrisku pixka bat sortzen dute. Nik uste hezkuntza kontua dela, eta elkarrekin bizitzen ikasi beharko dugula". ■■■



Marea horiak hartu du estatxa

Irailako lehen bi igandeak gorritz markatuta egon ohi dira arraunzaleen egutegian, baina aurten ere sentipen gazi-gozoz bizi izan dira Kontxako estropadak herrian. Pozez, emakumeek iazko arantza kendu, eta hirugarren aldiz Kontxako Bandera irabaztea lortu dutelako, baina etsipenez, gizonek nahi baino emaitza kaskarragoa lortu dutelako. Dena dela, zaleek tinko eutsi dute ontzia zoriaren balantzan, eta arraunlarien euskarri izan dira une zailetan zein gozoetan. Hala azpimarratu dute harrobiko bi arraunlarik ere: Mikel Lizarralde 'Altzerri gaztea'-k eta Maddi Alkainek.

Testua: Aiora Larrañaga Solaberrieta. **Argazkiak:** Arnaitz Rubio Aprea eta Aritz Mutiozabal.

Benito Lertxundiren *Mirotzak* abestiak esanahi berezia du oriotarrentzat eta arraunzaleentzat, herri oso batek arrauna sentitzeko duen modua adierazten duelako. Aurtengo Kontxako Banderako errezibimenduan ere, askori oilo ipurdia jarriko zitzaien abestiaren doinua entzun, eta herri oso baten orroa entzundakoan. Ez da gutxiagorako, abestiak ondo adierazten duelako oriotarren sentimendua.

Izan ere, Orion modu berezian sentitzen da arrauna: udaro ikus daiteke oriotarrek herriko arraun taldeekiko duten harrotasuna herriko balkoietan zintzilikatzen dituzten banderetan, baita jardunaldiz jardunaldi estropadak ikusteko batetik bestera ibiltzen diren zaleengan, nahiz tabernetan edo etxeetan sortzen den giroan. Denboraldi hasi zenean, aurkezpen ekitaldian, sentimendu hori argi azaldu zuen Jon Salsamendi gizonezkoen traineruko entrenatzaileak: "Nesken eta mutilen taldeak arraunlari gutxirekin gabilta, hori da errealitatea, baina gure indarra arrauna sentitzeko modua da. Hemen dauden arraunlari guztiek sentitzen dutena sentituko ez balute, ez lukete jasango egiten dutena. Horregatik, eskatu nahi dizuegu gurekin egoteko hasieratik bukaerara, gutxi edo asko izan axola gabe". Deialdiari kasu eginez, oriotarrek eta Orio Arraunketa Elkarteko zaleek ez dute hutsik egin, eta etxeko arraunlariei babesa ematen aritu dira uda osoan zehar.

Aurreko bi igandeetan, esaterako, Donostiako portu eta Aquarium inguruak kolore horiz jantzi ziren. Oriotarra izatearen harrotasuna senti zitekeen Kontxako estropadak ikustera bertaratu ziren zaleen begietan, eta zer esanik ez, arratsaldean errezibimenduan bildu ziren zaleen artean.

Arrauna odolean

Orio Orialki gizonezkoen taldea laugarren sailkatu zen Kontxako Banderan, eta Mikel Lizarralde *Altxerri gazteak* ez zuen lortu

Orioko emakumeen taldea, joan den igandean, Kontxako Bandera irabazi izana ospatzen Donostiako arranplan.





ARITZ MUTIOZABAL

"Bizitakoa ahaztezina izango da"

MADDI ALKAIN ARRAUNLARIA

lazko denboraldian egin zuen debuta Maddi Alkainek (Aia, 2002) Orio Arraunketa Elkarteko emakumeen talde nagusian. Lehen urtean ihes egin zion Kontxako Banderak, baina aurten arantza kentzea lortu du, bi igandeetan aurkariei irabazita.

Liga irabazita, askok Kontxako Bandera ere irabazitzat ematen zuen estropadak jokatu aurretik. Nola bizi izan duzue hori taldean?

Arraunean edozer gerta liteke. laz, esaterako, ligan Arraun Lagunak taldearekin pare-parean ibili ginen, baina Kontxako Banderako bi asteburuetan nagusi izan ziren donostiarrak. Aurten, berriz, liga irabazi dugu, eta jende askok estropadak jokatu aurretik segurutzat jotzen zuen gure garaipena. Horrelako komentarioren bat egiten diguten bakoitzean, ordea,

burua hotz mantentzen saiatzen gara, badakigulako edozer pasa litekeela uretan. Banderak irabazteko estropadak jokatu egin behar dira; are gehiago, Donostiako Estropadak bezalako hitzordu garrantzitsu batean, parte hartzen duten talde guztiak beren onena emateko prest ateratzen baitira uretara.

Fisikoki indartsu egon arren, urduritasuna kontrolatu behar izaten da, buruak ere lagun dezan. Erraz galdu daiteke aukera. Beraz, ezin da ezer segurutzat eman, azken unera arte borrokatu behar baita bandera irabazteko.

Hain zuzen, bigarren jardunaldian, poparean, gogor borrokatu zenuten bandera irabazteko.

Irteeran oso sentipen onak izan genituen eta kanporantz ederki joan ginen, arraunkera ona hartuta. Ziabogatik bueltan, ordea, ez ginen eroso sentitu,

eta ez genuen asmatu arraunean. Arraun Lagunak gerturatzten ari zitzagula ikusi genuenean, gainera, urduri jarri ginen. Bi segundoko errenta genuen aurreko jardunalditik, baina ez da asko, eta tentsio hori antzeman genuen. Hala ere, irabaztea lortu genuen, eta hori da garrantzitsuena.

Aurten zaletuak portu ingurura eta Aquariumera itzuli dira. Horrek bultzada emango zion taldeari, ezta?

Noski baietz, ikaragarria izan da zaleen animoa sentitzea. Pasa den igandean, goizean goizetik, kolore horia zen nagusi Donostiako portuan eta Aquarium inguruan, eta sentitu genuen estropada guretzat bezain garrantzitsua zela bertaratu ziren guztientzat. Hortaz, argi genuen gugatik eta zaleengatik irabazi behar genuela bandera, eta indar handia eman zigun zaleak bertan izateak.

Estropada bukatu eta arranplara iritsi ginenean, gainera, ikaragarria izan zen egin ziguten harrera. Pozez zorutzen zeuden guztiak, eta horrek ikaragarritzko zirrara eragin zigun. Ondoren, jaiak herrian jarraitu zuen. Oso polita izan zen herria zeharkatzea txarangarekin eta, plazara iritsitakoan, hori jendez beteta ikustea. Bertan bizitakoa ahaztezina izango da guretzat. Argi genuen momentuaz gozatu behar genuela, ez dugulako askotan biziko.

Liga eta Kontxa irabazita, arraun arloan ba al duzu beste helbururik?

Egia esan, orain ez naiz horretan pentsatzen jarri. Denboraldi luzea izan da, eta

orain arraunetik atsedean hartu nahi dut, azaroan indarberrituta hasteko. Kontxa eta liga irabaztea ikaragarria izan da niretzat, baina uste dut asko dudala ikasteko eta hobetzeko oraindik. Honaino iristea asko kostatu zait, eta aurrerantzean ere, arraunlari bezala hazten jarraitu nahi dut.

Zer sentitzen da 20 urterekin arraunean goi mailan aritzean?

Oso gaztetan hasi nintzen arraunean, infantil mailako lehen urtean, 12 urte nituenean, eta beti izan ditut erreferentetzat traineruko neskak. Beti amestu izan dut egun batean goi mailara iristearekin, eta gogor lan egin dut horretarako. Egia da, aurretik, duela urte batzuk, oraindik jubenilak ginenean, klubeko neska talde batek izan genuela aukera San Juanen traineruan aritzeko, baina zeure klubean debutatzea desberdina da; harrotasun handia sentitzen da.

Ikasteko balio izan al zizuen San Juanen bizitako esperientziak?

San Juanen oso talde gaztea genuen. 17 urte inguru genituen denok, eta atzera begiratzen dudanean, ohartzen naiz seriotasuna eta heldutasuna falta zitzaizkigula. Erreferenteak falta zitzaizkigun traineru barruan, entrenatzaileaz aparte, gainontzekook eskarmenturik ez genuelako. Orion zeharo desberdina da. Taldeko gazteena naiz, eta zalantzaren bat izanez gero, laguntzeko prest izaten ditut kideak. Arraunlari bikainak ditugu taldean, eta iruditzen zait

ikuspuntu desberdinak ezagutzeak kirolari bezala hazten laguntzen didala.

Esan duzu goi mailako arraunak sakrifizio asko eskatzen dituela.

Hala da. Egunero entrenatzen dugu, eta udako asteburuak ere lotuta ditugu. Horrek gure aisialdia baldintzatzen du, eta askotan ezin izaten dituzten lagunek egiten dituzten planetan parte hartu, entrenamendua edo estropada dudalako. Parrandak ere ezin ditugu egin. Bi urteko etenaldiaren ostean, Aiako festak oso onak izan ziren, eta ezin izan nuen giroaz gozatu. Dena dela, ahalegin horrek badu bere saria, ikaragarria delako banderak irabaztea eta zaleekin garaipenak ospatzea.

Nolatan hasi zinen arraunean? Etxean zaletasuna izan al duzue?

Gure aitona arraunlaria izan zen bere garaian, izeba bat ere Hondarribian arraunean aritutakoa da, eta anaia Orioko arraun elkartean ibiltzen zen. Dena dela, kirola egin nahi nuelako hasi nintzen arraunean. Ez nintzen ona baloiarekin, korrika egitea ez zitzaidan gustatzen, eta etxekoak arraunean aritzen zirela ikusita, neu ere animatu egin nintzen. Lagun-minarekin batera hasi nintzen, eta elkarrekin egin dugu bidea.

Probatzeko hasi, eta gustatu egin zitzaizun, hortaz.

Bai, ez dakit zer duen arraunak, baina *engantxatu* egiten du. Jardunean-jardunean, konturatzen zara sufritzen ari zarela, baina urtez urte aurrera jarraitzen duzu.

Egia da hasieran, batzuetan nekoso egiten zitzaigula asteburuetan Oriora autobusean jaistea, baina pixkanaka arraunaren harra barruraino sartu zitzaidan, eta nire bizitzako parte bihurtu da. **Arrauneko kategoria guztiak pasatu dituzu. Gaur egun zaren arraunlaria izateko, garrantzitsua izango zen zortzi urte hauetan ikasitakoa.**

Bai, arraunlari izaten ikasi dut urte hauetan guztietan. Infantiletan jolasa zen guretzat, baina kadete mailan serio entrenatzen hasi nintzen, ez nintzen joaten denbora-pasa gisa. Jubeniletara iritsi ginenean, salto garrantzitsua eman genuela uste dut. San Juanen aritzean traineru estropadak ezagutu genituen, eta ikusi genuen mundu lehiakorra zela. Kontxako Banderan ohorezko txandarako sailkatu ginenean urte hartan, eta kirol honen esentzia barrutik ezagutu genuen. Pasa den urtean, Xantirekin [Zabaleta] asko ikasteko aukera izan nuen, eta aurren ere aurrerapauso garrantzitsuak eman ditut Patxi Francesekin, talde berean aritu arren, entrenatzaile bakoitzak ikuspuntu desberdina izaten duelako.

Aiarra zaitugu. Herritarren babesik sentitzen al duzu?

Traineruan nabilenetik konturatu naiz Aian uste baino jende gehiagok jarraitzen duela arrauna. Kategoria txikitatzen denbilenean inork ez zekien arraunlaria nintzenik, baina orain, jende askok geratzen nau kalean babesa adierazteko eta egiten dugun lana goraiatzeko.



Gizonezkoen taldea trainerua uretatik ateratzen zalez inguratuta.

Mikel Lizarralde arraunlaria.

bandera irabazterik, baina ez du ahaztu aurreko bi igandetan Donostian bizitakoa. "Sentipen gaziarekin amaitu genuen estropada, ez genuelako lortu uretan gure bertsiorik onena erakustea. Hala ere, zaleek ikaragarritzko babesera erakutsi ziguten uneoro. Estropadaren aurretik, Aquarium gainean ikaragarritzko ongietorria egin ziguten, eta estropada amaitutakoan, nahiz eta emaitza kaskarra lortu, izugarria izan zen arranlaria iritsi eta zaleen animo oihuak sentitzea". Lizarraldek argi du Orioko arraunzaleen sentimendua garaipenen gaineratik dagoela. "Mirotzak kantuaren esaldi batek ondo adierazten du oriotarren sentimendua: *Ez zara inoiz bakarrik joango, Mirotz gogoia da zure arnasa izango*. Hain zuzen ere, arraunlariok herri osoaren babesera sentitzen dugu uneoro, momentu onetan zein txarretan. Eta, Kontxan, ikaragarria izan zen bizitakoa. Babes horrek aurrera jarraitzeko indarra ematen digu. Urtean zehar egindako ahaleginaren saria da", azaldu du.

Lizarraldek jaio zenetik darama arrauna barruan, altxeritarra izanik, arraunlari leinu garrantzitsutik baitator. "Gure familia beti izan da arraunzalea, eta nik estropadak beti bizi izan ditut ilusio bereziz. Haurra nintzenean ahal genuen estropada guztiak ikustera joaten ginen familian, eta bertaratzen ez ginenetan ere, ez genuen estropada bat bera ere galtzen; oporretan kanpoan bageunden ere, beti aurkitzen genuen estropadak ikusteko edo jarraitzeko modua", aitortu du.

Arraunlari gazteak gogoan ditu haurra zenean Donostiako Aquarium inguruan bizitako Kontxako estropadak. "Anaia, aita, osaba eta ni joaten ginen. Ni jaio nintzenerako osaba eta aita arrauna utzita zeuden, baina arraunlariak zirenean bizi izan zituzten anekdota asko kontatzen dizkit aitak. Beti izan dugu arraunarekiko erlazio berezia etxean, eta arrauna oso presente izan da beti nire bizitzan". Hala, haurra zenean alironean arraunlariak bandera astintzen ikusten zituenean, bati amets egiten zuen egunen batean bera ere udaletxeko balkoira igotzearekin.



Konpromisoa

Altxerri gazteak iaz egin zuen debuta Orio Arraunketa Elkarteko traineru nagusian. Orain dela bi urte Orio Bn aritu zen arraunean, eta joan den denboraldian eman zuen saltoa A taldera. "20 urterekin debutatu nuen traineru nagusian, eta niretzat ikaragarria izan zen aukera hori izatea. Gaztetatik nuen traineruan aritzeko ilusioa, eta B ontzian ni baino esperientzia handiagoa zuten arraunlariak egonik, niretzat ohorea izan zen goi mailan aritzeko aukeratua izatea", azaldu du.

Udako asteburuetan ikusgarritasun handia hartzen dute traineru estropadek, baina arraunlariak urte osoan zehar isilpeko lan handia egiten dutela azpimarratu du, baita goi mailan aritzeak sakrifizioa eskatzen duela ere. "Arraunak konpromiso handia eskatzen du: entrenamenduetan asko inplikatu behar da, egunero entrenatu behar delako eta batez ere neguan, saio luzeak egiten ditugulako. Elikadura ere zaindu behar izaten dugu, eta baita behar den bezala atseden hartu ere. Horrek esan nahi du lagunak egiten dituzten plan askotan ezin izaten dugula parte hartu". Hala ere, Altxerri gazteak uste du helburuak garbi daudenean ez dela kostatzen eginbehar horiek betetzea. "Badakit zer lortu nahi dudana, eta ilusioz egiten dut aurrera. Une gogorretan, esaterako, ikaragarritzko bultzada izaten da zaleen babesa sentitzea. Eta Donostiako arranplan bitzitakoa gogoratzea bultzada izango da, ilusioz datorren urteari begira



IBER glass 

Kristalen konponketa eta aldaketa
Eguzki lamina ilunak
Errotulazioa
Seguruekin kontzertatuta
Txanda eskatzeko: 689 34 11 01

glass
LAIARAN



Estropalari, 12

LAIARAN

Zer nahi dezu
pertsionalizatu?



Emakumeen taldea eta elkarteko kideak, Kontxako Banderarekin udaletxe aurrean.

Errezibimenduan, agurra dantzatu zieten arraunlariari.

arraunean, eta ordutik entrenatzaile asko pasatu ditut, denak oso onak. Horietakoa bakoitzak erakutsitakoari esker iritsi naiz gaur egun naizen arraunlaria izatera. Egia da haurra zarenean entrenatzeko ohiturak barneratzea dela helburua, baina kategoriari igo ahala, beste faktore batzuk kontuan hartzen ikasten da: elikadura, atsedena garrantzia... ". Hori guztia entrenatzaileek erakusten duten arren, "norberaren jarrera ezinbestekoa" dela uste du Altxerrik "punta-puntara iristeko".

Goi mailan ibili arren, Lizarraldekin uste du baduela oraindik zer ikasia. "21 urte bakarrik ditut, eta taldean baditut punta-puntako arraunlariak. Ibon Arruti *Aldapek* edo Bersaitz Azkuek, esaterako, esperientzia handia dute, eta horiekin alderatuta antzematen dut oraindik gauza asko ditudala ikasteke: teknika eta itsasoa ulertzeko

lanean jarraitzeko. Beti saiatzen naiz ahal dudan mailarik onena ematen, eta ni baino gehiago dakitenengandik ikasten, kirolari bezala hazteko. Izan ere, taldearekiko konpromiso handia sentitzen dut".

Harrobia eginez

Arraunlariak goi mailara iristen direnean egiten dute salto jendaurrera, baina arraunlaria ez da bat-batean sortzen, urte askotako lana baitago goi mailako arraunlariaren oinarrian. Mikel Lizarraldekin azaldu du "prozesua luzea" dela. "Haurra nintzenean hasi nintzen

modua, esaterako. Horiek adinarekin eta arraunean asko eginda lortzen dira. Nahiz eta fisikoki traineruan egoteko maila eman, sentitzen dut eskarmentua duten arraunlarien aldean oso gutxi dakidala. Denborak emango dit jakinduria hori".

Herriaren koloreak

Garai batean, arraunlariak herriko koloreak defendatzen zituzten uretan, eta Mikel Lizarralde barruraino sartuta dauka filosofia hori. "Etxean *oriotartasuna* barruraino sartuta dugu, eta kolore horia bihotzean daramagu. Horregatik, nire ilusioa beti izan da Oriorekin irabaztea eta herrira banderak ekartzea. Gustatuko litzaidake nire arraunlari ibilbidea Orion hasi eta bukatzea, eta herriari ahalik eta garaipen eta poztasun gehien ekartzea", adierazi du.

Lizarralde aurten igo da lehen aldiz udaletxeko balkoira bandera astintzera, ligako lehen jardunaldia irabazi zutenean, hain zuzen ere. Gaztetxoa zenean eta kategoria txikiagoetan zebilenean ere igo izan zen, baina argi du ez dela gauza bera. Joan den denboraldian taldea askotan ibili zen bandera irabaztetik gertu, baina ez zuten lortu. Aurten, erlojuaren aurkako estropadan lehen bandera irabazi zutenean, txikitako ametsetako bat bete zuen Altxerri gazteak: "Niretzat berezia izan zen plazara iritsi eta hura jendez beteta ikustea. Nire txikitako ametsa bete nuen, balkoira atera eta bandera oriotarrei eskaini nienean. Hala, aurrerantzean ere lanean jarraitu nahi dut herrira bandera gehiago ekartzeko". ■

**MIKEL LIZARRALDE:
"ETXEAN
ORIoTARTASUNA
BARRURAINO SARTUTA
DUGU"**

**"GUSTATUKO
LITZAIKAKE NIRE
ARRAUNLARI IBILBIDEA
ORION HASI ETA
BUKATZEA"**



NON DAGO KARKARA?

Karkara pertsonaia aldizkariaren zein orrialdetan dagoen ezkatututa aurkitu behar da, eta erantzuna karkara@karakara.eus e-posta helbidera bidali irailaren 23a baino lehen.

Saria: Bi lagunentzako otordua Mirotzan. Karkara komunikazio taldean bazkide izatea da baldintza bakarra.

Uztaileko Karkara aldizkarian Karkara pertsonaia non ezkatututa zegoen asmatu behar zen. 10. orrialdean zegoen ezkatututa, eta **Amaia Atorrasagasti Murua** bazkidea izan da irabazlea.



Lagunartean izango dugu

Uretan edo lehorrean, neguan eta udan, astegun buruzuri edota jaiegunetan, olatu on eta kaskarrekin, surfleri batek orduak eta orduak egiten ditu bere betiko hondartzan. Beste hainbat tokitan olatu hobek hartzeko aukera izan arren, surfleriak harreman intimoa eraikitzen du bere betiko hondartzarekin, eta aldatzen joaten dira biak, eboluzionatzen, modu batera edo bestera.

Denborak aurrera egin ahala, surfleriak identifikazio handia senti dezake bere hondartzako elementu ororekiko, eta eguneroko bizitzaren parte izango ditu horiek guztiak, konplize, lagun min eta etxeko, akuilu eta ukendu. Orioko Surf Taldeko lagunon kasuan, *Pinball*-ari —eskoileraren

ondoan hausten den olatuari—maiz hitz egiten diogu. Gozo izaten da batzuetan, pipertuago besteetan, nahi baino gehiagotan zilipurdika botatzen gaituenean edota olatu onak hartzen uzten digun aldi bakanetan; Anarri alderago surfean aritzen garenetan, berriz, loreak botatzen dizkiogu harrobi aldeko mendi malkarrari, uda aldera, ilunabarrean gorritzat kolore ederrak janzten duenean; hondarrari ere egiten diogu errieta, espero ez dugun

"LABUR DEFINITUKO DUT ILUNTZE GOXO HURA: UDAKO ARGIA, LAGUNARTEA ETA ERRESPETUA"

tokietan pilatzen denean edo gustuko ez ditugun zuloak agerian uzten dituenean.

Hain gurea sentitzen dugun hondartzako ingurune afektibo eta dinamikoan, lagun berri bat dugu uztaillaren 1az geroztik: Patxi Oriden *Danbolin*. 2020an hil zenetik gogoan izan dugu, eta hemendik aurrera, gure ondoan ere egongo da, lagunartean, belaunaldi desberdinetako surfarion artean. Haur, zahar eta gazte, adin guztietako surfleriak juntatu ginen bere omenez jarri ditugun muralen inaugurazioan, Patxiren etxekoekin eta udal ordezkariekin batera. Ez luzatzeko, labur definituko dut elkarrekin pasatu genuen iluntze goxo hura: udako argia, lagunartea eta errespetua.

Egun hartatik, Itxas Tresna markaren logoa eta Patxiren

HAUXE BAI JENEROA!



NIRE HONETAN



AITZIBER ARZALLUS

Jarrera kontua

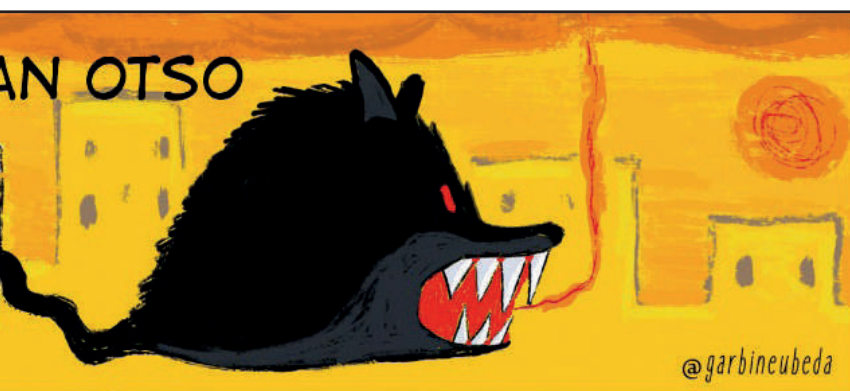
Bi hilabeteko oporraldia izan dut udan. Uztaila eta abuztua hara eta hona pasatu ditut, ordenagailua piztu ere egin gabe. Kazetari batentzat, nire iritzira behintzat, luxua da hori. Baina gogorra egin zait buelta. Edo hobeto esanda, bueltatu aurreko iluntzea. Abuztuaren 28an, lagunekin egun pasa egin nuen Donostian. Mundiala! Baina etxeratu, eta kostatu egin zitzaidan ohera sartzea, asko kostatu ere; ez nuen lo hartzerik nahi. Esnatu eta lanera joan behar nuela pentsatze hutsa... Baina banuen neure barne borrokatxoa ere. "Nola kexatuko haiz bada?", esaten nion neure buruari; "makina bat egongo ditun uda okerragoa bota dutenak!". Hala da, jakitun naiz, eta neurekoia izatea ere iruditzen zait bi hilabeteko oporraldia eta gero horrela ibiltzea, baina halaxe gertatu zen, eta halaxe kontatzen dizuet. Hurrengo egunean, iratzargailuak eman zidan lehen kolpea, baina hura izan zen kolpe bakarra; ez baitzen horren eskasa izan berriz lanean hastea. Gustukoa egiten dut, lankide jatorrak ditut eta giro ederrean jarduten dugu, gehienguan behintzat. Hortaz, soldataz ez bada, zertaz kexatuko naiz? Horregatik, helburu bat jarri diot neure buruari: hurrengo oporraldiaren bukaeran, *bajoia* saihesteko kapaz izatea. Bizitza honetan, jarrera kontua baita ia dena. ■■■



erretratuia ikusgai daude Orioko Surf Taldearen lokalaren kanpoaldean. Muralean hiru hizkuntzan irakur daiteke nor izan zen Patxi, eta, batez ere, zein izan zen surfari egin zion ekarpen bikaina.

Hilabeteotan, tokatu zait kanpotarrak Patxiren irudiari

begira ikustea, harrিতuta, hango azalpenak ingurukoek entzuteko moduan irakurtzen: *Pionero en la fabricación de tablas de surf a finales de los años 60...* Halakoetan, haien ondotik pasatu eta barre txikiarekin joan izan naiz surf egitera. ■■■





Sagasti
LEIHOAK
Tel.: 943-13 00 77 - Fax 943-53 71 50
sagasti@sagastileihoak.com
Eusko Gudari, 7
20810 Orio

Roberto Sagasti

Kalitatezko materialak
PVC eta aluminioa · Isolamendu termiko eta akustikoa
Salmenta osteko zerbitzua

www.sagastileihoak.com

BODEGON

Sarasua



info@bodegonsarasua.es | www.bodegonsarasua.com | Erreserbak: 943-83 00 05

URANGA

burdindegia

Opari, menaje eta erremintak

Eusko Gudari, 5 · ORIO · 943-83 12 36



Orioko Herri Ikastola
ORIO GARA

Abeslari kalea, 8
943-83 47 04
Fax-a: 943-13 09 38
orio@ikastola.eus
www.oriokoikastola.eus



SU KIA
TABERNA · JATETXEA

Eguneko menua
Asteburuetakoa
Oilaskoak eramateko
Ogitartekoak
Plater konbinatuak
Terraza ederra
(alboan umeentzako parkea)

Abaromendi 38, behea 1
ORIO · 943-89 21 29



Usurbil Autoak

30 URTE ZERBITZUAI

**TXAPA - PINTURA -
MEKANIKA**

DESINFEKZIO GUNEA

ESKATU AURREKONUA
KONPROMEZURIK GABE

Aitezarra Kalea, 24, 20170 · Usurbil
943-36 10 79
usurbilautoak@gmail.com

ZINKU ERAIKUNTZAK

- Igeltserotza orokorra
- Etxebizitzen erreformak
- Teilatutak
- Sukalde, komunak, etb.
- Eraisketak

*deitu eta eskatu aurrekontua
konpromisorik gabe*

Ander Zinkunegi
667 74 02 79



XIXARIO Erregetia

Txuleta eta arrainak parrillan


Eusko Gudarien kalea 2 · ORIO · 943-83 00 19



Zaragueta IPI

HERRI ESKOLA 2-16

943-89 92 43
012137aa@hezkuntza.net



Sinergia

fisioterapia eta ikerkuntza

Ibai ondo, 1 behea · ORIO
943-13 05 77 · 685 71 85 95
sinergiafisioterapia.com

- **Lesioak:** bihurdurak, tendinitisiak, zaintiratuak, kontrakturak, hanka handituak, artrosia, kirurgia osteko birgaitzea, bizkar hezurreko arazoak, arnas gaixotasunak haur eta helduetan, lesio neurologikoak, haurdunaldirako tratamendu bereziak, erditze ondorengo errekupeazioa.
- **Tratamenduak:** terapia manuala, osteopatia, masajeak, drainatze linfatikoa, arnas fisioterapia, kinesoaping-a, pilates, abdominaletako gimnasia hipopresioa (GAH), REDCORD.

"Guk jaten ditugun elikagaien %75 erleek polinizatzen dituzte"

BORJA GOMEZ ERLEZAINA

Bizimodua aldatzeko gogoa zeukan, eta duela sei urte egin zuen hori: Oriora etorri zen bizitzera, eta hiru erlauntz erosi zituen, erlezaintzaz ezer jakin gabe. Gaur egun, hemezortzi erlauntz zaintzen ditu: hamahiru bereak dira, eta beste bostak Iturrran parketxeok. Horrez gain, erlezaintza ikastaroak ere ematen ditu.

Testua: **Idoia San Sebastian**. Argazkiak: **Arnaitz Rubio Aprea**.

Borja Gomez zestoarra da izatez, baina orain sei urte etorri zen Oriora bizitzera, Mila Zubizarreta bikotekidearekin eta Afrika alabarekin batera. Erlezaintzari buruz ezer ez zekien arren, naturarekiko lotura zuen

gardueraren bati heldu nahi, eta hiru erlauntz erosi zituen Aian. Gaur egun, hemezortzi ditu.

Nolatan hasi zinen erlezain?

Duela sei urte murgildu nintzen mundu honetan, erabat ezjakin. Oriora bizitzera etorri behar nuen, eta naturarekin lotura zuen zerbait egin behar nuela erabaki nuen. Bizimodua beste era batera antolatu nahi nuen, alaba bat ere banuen eta, eta erleekin jolasean hasi nintzen. Hiru erlauntz erosi nituen, haiekin zer egin behar nuen jakin gabe. Harrezkero, erlezaintzari buruzko ikastaro batzuk egin ditut, eta dagoeneko sei urte daramatzat honetan.

Hasiera haietan, inori eskatu al zenion aholkurik?

Ramon Yeregiri hiru erlauntz erosi nizkion, eta hark esan zidan ikastaro bat egitea komeni

zitzaidala. Udaberriko eta udazkeneko ikastaroak egin nituen, eta uneotan ni naiz ikastaro horietako maisu Zaldibiako elkarteetan. Guztira hamazazpi ikasle ditut, adin guztietakoak.

Zer erle mota dituzu?

Euskal Herrian, eta batez ere Gipuzkoan, bertako erlea zaindu ohi dugu, erle beltza esaten dioguna. Erle beltza Izotz Aroan sortu zen, Iberiar penintsulan. Iparraldetik jaitsi ziren erreginek hegoaldetik igotako erle afrikarrekin topo egin zuten, oso oldarkorrek azken horiek, eta bien hibridazioaren ondorioz sortu zen iberiar erlea edo erle beltza deitzen dioguna. Erle beltzaren ezaugarriak dira oso sendoa dela, gutxi gaixotzen da, eta oldarkortasun handia duela. Erle mota horrek urte asko daramatza gure artean, oso ondo egokitu da eta bertakotuta dago. Ekoizpenari dagokionez, berriz, kalitate oneko ezitia ematen du.

Non daukazu erlategia?

Erlategi bakarra daukat, eta Aiako Iturrran parketxean dago hori. Hamahiru erlauntz dauzkat han, baina zaindu, hemezortzi zaintzen ditut:



Borja Gomez, bere erlauntzetako bateko kaxa erakusten. Ondoko orrian, Afrika alabarekin.

hamahiru nireak eta beste bost parketxeako bertakoak. Parketxeak eskolei eta herritarrei zuzendutako hainbat jarduera antolatzen ditu; tartean, baita erlezaintzarekin zerikusia dutenak ere. Horietan, besteak beste, hezitzaile baten gidaritzapean erlategira etortzen dira bisitariak, eta erlauntzak bertatik bertara ikusteko aukera izan dute. Hain zuzen ere, nire lana da erlauntz horiek txukun eta garbi mantentzea.

Zer nolako eragina dute urtaroez erleen portaeran?

Erleen portaera edo funtzionatzeko era loraldiei erabat lotuta egoten da. Loraldia, Gipuzkoan, udaberrian hasten da. Martxoan indarra hartzen du, eta ekainera bitartean, erle kopurua handitu egiten da. Loraldia zenbat eta handiagoa izan, erle kopurua ere orduan eta handiagoa izango da. San Joan egunetik aurrera, berriz, erreginak ez du horrenbeste arrautza erruten, hibernazioa prestatzen hasten direlako. Dena dela, eta udaberrian baino gutxiago izan arren, erreginak arrautzak erruten jarraituko du, beti ere eguraldiaren arabera eta nektar sarrera baldin bada. Beraz, loraldia gorantz doanean,

erreginaren arrautza erruteak ere gora egiten du; eta loraldiak behera egiten duenean, erreginaren arrautza errutea ere jaitsi egiten da. Azken finean, oreka bat sortzen da erleen funtzionamenduaren eta naturaren funtzionamenduaren artean.

Neguan hibernazioan sartzen dira erleak, erreginaren errutea gelditu egiten da, eta udatik duten erreserbarekin elikatzen dira erleak. Gure betebeharra da lapurrak izatea; hain zuzen ere, guk ezitia lapurtzen diegu erleei. Nik bospasei kilo uzten dizkiet negua igaro ahal izateko, kanpoko elikagairik gabe bizirik iraun ahal izateko. Horiexek izaten dira nire helburuak: batetik, eta oso zaila den arren, erle guztiek bizirik irautea; eta bestetik, posible bada, ezti pixka bat etxera eramatea. Etxean ezti asko kontsumitzen dugu: urtean berrogei kilo bikotekidea, alaba eta hiruron artean.

Erlauntzak edozein tokitan jar al daitezke, ala baldintza jakin batzuk bete behar izaten dituzte?

Erlauntza edozein tokitan jartzea ez da komeni izaten. Hegoaldera begira kokatzen saiatu behar gara, eta hego-ekialdera baldin bada, hobe; itzal pixka batekin, betiere. Aldiz, iparraldera begira ez dugu jarriko, hezetasuna, haizea eta hotza saihestu behar direlako. Kontuan izan behar da erlauntz baten barruko tenperaturak 35 gradukoa izan behar duela. Beraz, zenbat eta epelago mantendu erlauntza, orduan eta hobeto, bai lan egiteko, bai erleak jaiotzeko. Erleek udan beren zirkuitua eraikitzen dute, aire egokitua sortuz eta, bide batez, erlauntza hoztuz; horri kume ganbera deitzen zaio.

Noiz eta nola jasotzen duzu ezti? Eta eztiak gain, beste produkturik jasotzen edo ekoizten al duzu?

Urtean bitan jasotzen dut ezti: batetik, maiatzean, akazia denboraldian, udaberriko ezti; eta bestetik, abuztuan, gaztainondo denboraldian, udazkeneko ezti. Udaberrian oso zaila izaten da ezti jasotzea, erleek nektarra atera ahal izateko akaziak hemezortzi gradutan egon behar izaten duelako. Temperatura egokia ez bada, nektarra ez da kalitatezkoa izaten. Aurten helburutzat nuen akazia ezti jasotzea, eta ustez, ondo ari nintzen. Neguan hasi nintzen erleak prestatzen. Ziur nongoen akazia denboraldia eta loraldia apirilaren erdialdera etorriko zirela. Aste Santuan eguraldi ona egin zuen, eta ondo, baina ondorengo astean euria gogotik egin zuen, eta lorea usteldu, nektarra galdu, eta ezti ateratzeko aukerarik gabe geratu nintzen. Beraz, azkenean, eztialdi bakarra lortuko dut. Gipuzkoan, oro har,





Afizioa izan arren, urte osorako lana ematen diote erleek.

eztialdi bakarra ateratzen dugu, eguraldiak ez baitigu asko laguntzen. Erleak ondo prestatu arren, eguraldiaren menpe gaude beti.

Zeintzuk dira erlezain baten betebeharrak edo zeregin nagusiak?

Nekazaritza jardueretan alta emanda gaudenez, abereak bezalaxe, erleak ere zaindu egin behar izaten dira, bai udan, bai udaberrian eta baita neguan ere. Udaberrian izaten dugu lanik gehiena, batez ere loraldi indartsuak etortzen direnean. Erne egon behar izaten dugu erlekumeak ez botatzeko. Izan ere, erlekumeak botatzen badituzte, erleak joan egiten dira eta erregina berria sortu, eta erregina berriak arrautzak erruteko denbora asko behar izaten du. Hortaz, guk egoera horiek ekiditen saiatu behar izaten dugu. Ondoren, erauzketaren txanda etortzen da. Horretarako, Usurbilera joaten naiz, han erauzketa makinak dituztelako. Abuztuan, berriz, ezta ateratzeko garaia izaten da, eta horretan jarduten dut. Azkenik, neguan, erleak hibernatzen egoten diren bitartean, mantentze lanak egin behar izaten ditut: kaxak txukundu,

koadroak prestatu, margotu, kaxa guztiak sopletearekin pasatu, eta abar. Lana beti egoten da, denbora da falta izaten dena.

Lan horiez gain, polena ere jasotzen dut maiatzean, eta horrek ere badu bere lana. Polena dendetan ere saltzen dute, baina hura lehertzeko erabiltzen duten prozesuaren ondorioz, propietateen %60 galdu egiten dira. Nik, berriz, polena etxera ekarri, bolatxo bakoitza banaka-banaka txotx batekin garbitu, eta ondoren, izoztu egiten dut. Behin izoztuta, koilarakada bat hartu eta infusioari edota laranja zukuari gehitzen diot. Polen horrek dendetan saltzen dutenak baino askoz kalitate hobea du, propietate guztiak mantentzen dituelako.

Liztor asiarrak eragiten dizkizueten kalteez kezatu izan zarete. Zer nolako kalteak dira horiek?

Liztor asiarra 2004an iritsi zen hona.

Harrezkero, erlezainok ahal duguna egiten dugu erle hori kontrolpean izateko, baina ikusten ari gara ez dela nahikoa. Azken urteotan sekulako mina egiten ari zaigu, eta aurten, besteetan baino gehiago. Dagoeneko bi erlauntz galdu ditut, hirugarrena galtzeko bidean nago, eta martxa honetan, sei, zortzi edo bederatzi ere gal nitzake. Lagun batzuk erlauntzak lekuz aldatzen ari dira. Gainera, guri bakarrik ez, liztor asiarrak hemengo ekosistema osoari egiten dio kalte, hau ez delako bere lekua. Badakit arazoak konponbide zaila duela, baina eskertuko genuke arazo horri aurre egiteko laguntza pixka bat.

Gisa horretako beste mehatxurik ba al daukazu?

Bai; esate baterako, varroa, 1980ko hamarkadan Txinatik etorri zen zorri mota bat. Zorri horrek erlea hil egiten du, eta erleak jaiotzen behar duenean zorria sartzen bazaio, malformazioarekin jaiotzen da eta erlauntza galdu egiten da. Horrez gain, Internet bidezko erle erosketekin kontuz ibiltzeko eskatuko nuke. Beste leku bateko erleak hona ekarri eta hemen finkatuz gero, arazoak izan genitzake, hibridazioaren ondorioz gure erlea desagertzeko arriskuan jartzearaino.

Dirulaguntzarik jasotzen al duzu?

Nik ez, erlezaintza zaletasun bat da niretzat. Oker ez banago, dirulaguntza jaso ahal izateko gutxienez 150 erlauntz eduki behar dituzu, baldintza ekologiko jakin batzuk betetzeaz gainera. Nire lan egiteko era nahiko ekologikoa da, guztiok aritzen gara modu ekologikoan; erlauntzaren barruko tratamenduan egoten da alde.



Gomezek Iturraran parketxean ditu erlauntzak, eta parketxeakoak bertakoak zaintzeaz ere arduratzen da.

**"GIPUZKOAN, BATEZ ERE, BERTAKO
ERLEA ZAINTZEN DUGU,
ERLE BELTZA DEITZEN DIOGUNA"**

**"LIZTOR ASIARRA SEKULAKO MINA
EGITEN ARI ZAIGU. DAGOENEO BI
ERLAUNTZ GALDU DITUT AURTEN"**

**"DIRUA BAKARRIK BALIOESTEN
DUEN GIZARTE HONEK, ERLEA
GUTXIETSITA DAUKA"**

**Arropa berezirik janzen al duzu erleengana
hurbiltzeko?**

Bai, babes ertaineko buzo bat erabiltzen dut, eta baita galtza lodi batzuk, botak, eskularruak eta beste hainbat tresna ere; hala nola, moja.

**Nolakoa da erlea? Eta gizakiarekin alderatuz gero, zer
esango zenuke?**

Dirua bakarrik balioesten duen gizarte honek erlea gutxietsita daukala iruditzen zait; ez diogula merezi duen baliorik ematen. Baina [Albert] Einsteinek esan zuen bezala, erlea desagertuko balitz, mundua lau urteren buruan desagertuko litzateke. Guk jaten dugunaren %75 erleek polinizatzen dute. Artoa eta arroza polinizatu ezin dituenenez, hori bakarrik izango genuke. Erleak erlauntzean egiten duen lana ikusgarria da. Kohesio bat dago. Aginte bat dago, baina, era berean, guztiek agintzen dute. Denak dira ezinbestekoak. Eta denek batera egiten duten lan, ezeren truke, bizirauteko soilik. Guk, gizakiok, kontrakoa egiten dugu; ahal badugu albokoa hil eta albokoari lapurtu. Gizakiok erleengandik asko dugu ikasteko. ■■■

Lehentasunak



ARITZ PARDINA

Joan den hilean Alemanian izan naiz monitore lanetan. Ikasle talde batek bertako hizkuntza ikasteko Eusko Jaurlaritzaren dirulaguntza jaso zuen, eta haiekin hiru astez egon naiz Wiesbadenen. Ez nuke bidaiaren xehetasunekin irakurlerik nekatu nahi, baina badaude aipatzeko modukoak iruditu zaizkidan zenbait gauza, hain zuzen ere, hizkuntzarekin lotutakoak.

Bada, alemana ia ezagutu gabe joan nintzen atzerrira, eta esango nuke hiru astetan jauzi handia egin dudala hizkuntzarekin. Horren arrazoia? Eskolako irakasleek, ekintzetako arduradunek eta bertako jendeak alemanez egiten dietela euren bizilagunei zein kanpotarrei. Horrek ez du esan nahi, ordea, garbizaleak direnik. Ikusi dudana da ingelesa sobera badakite eta erabiltzen badute ere, argi dutela zein den euren berezko hizkuntza, euren lehentasuna.

Hala, hiru aste izan naiz kanpoan, eta hiru astean bertakoekin ez dut alemana besterik hitz egin. Miresgarria iruditzen zait bertako jendearen hizkuntza-ohitura. Izan ere, nahiago dute, eurena ez den beste hizkuntza bat mintzatzea baino, mantsoago hitz egitea, elkarrizketak beharko lukeena baino gehiago irau arren. Pazientzia handia dute, eta adeitsuki zuzentzen dute gaizki esandakoa. Niri egokitu zaidanetan, behintzat, zerbait ulertzen ez duzula esatean soilik aldatzen dira ingelesera; hori argitutakoan, ordea, atzera alemanari heltzen diote.

Gauzak horrela, maiatzean KARKARAN argitaratutako Mintzalagun programari buruzko erreportajeaz oroitu nintzen; bereziki, bidelagun batek esandakoaz. Hark zioen, pazientzia urria dugula gure hizkuntza gaizki hitz egiten dutenekin, egunerokotasunean nahiago ditugula elkarrizketa bizkor eta naturalak, gaztelaniaz badira ere. Horren ondorioz, euskaldun berriekin gaztelaniaz aritzen gara, eta gauza jakina da pertsona bat hizkuntza horrekin lotuz gero, gaitza dela harekin euskaraz hitz egiteko ohitura berreskuratzea.

Horrenbestez, nago badugula alemanen hizkuntza-ohiturez zer ikasia. Batetik, gaizki hitz egiten duena errespetatzea, gizarteratzen saiatzen ari baita. Bestetik, motelago aritzea, gure jarduna ohitu gabeko belarrietara egokitzeko. Azkenik, elkar ulertzea ezinezkoa denean, gaztelaniara jotzea (zorionez elebidunak gara), baina euskaraz jarraitzea ahaztu gabe. Azken batean, lehentasunak argi izatea funtsezkoa da, euskarari behar duen bultzada emango badiogu. Horrez gain, oinarrizkoa da bide hori errespetutik eraikitzea.

Postalez eta oroigarriez gain, bidaietatik beti ekartzen omen da zerbait etxera. Niri usadio horiek nabarmentzekoak iruditu zaizkit. Izan ere, xumeak badirudite ere, euskaldunok ez ditugu betetzen. ■■■

**NAHIAGO DUTE,
EURENA EZ DEN BESTE
HIZKUNTZA BAT
ERABILI BAINO,
MANTSOAGO HITZ EGIN**

INOIZ EZ DA JAITSIERA BAT HAIN DIBERTIGARRIA IZAN

JEITSI ORIA
SENTITU NATURA
BAKARRIK EDO NORBAITEKIN,
ZUK ERABAKI



EUSKADI
BASQUE COUNTRY



IZARRA ELEKTROGAILUAK

TOP21
Tien21

ESKOLARA ITZULERA!!!



ESKAINZA PAREGABEAK!

- ORDENAGAILU ERAMANGARRIAK
- ORDENAGAILUAK
- ENTZUNGAILUAK
- PENDRIVEAK



**BISITA
GAITZAZU!!**

Eusko Gudari, 44 · 20810 Orio (Gipuzkoa) · izarraelectrodomesticos@gmail.com

Erditu ondorengo bidelagun

Sinergia fisioterapia zentroan emakumeei laguntzen diegu erditu ondorengo errekupeazioan, eta hori ikuspuntu integral batetik egiten dugu; hau da, guregana etortzen den emakumeari balorazio pertsonalizatua eskaintzen diogu hainbat irizpide kontuan hartuta. Izan ere, egoera zehatz bakoitzak trataera zehatz bat eskatzen du, erditu ondoren emakume horrek duen forma fisikoa edo bere lesioaren intentsitatea aintzat hartuta. Horretarako, **aurrena ekografia bidez muskulu-ehunen azterketa morfo-funtzionala**

egiten dugu, egoera aktiboan nahiz atsedeen egoeran dagoenean. Horrez gain, beste hainbat faktore kontuan hartzen ditugu: emakumeak izan duen erditze mota, pelbiseko zoruan lesiorik izan ote duen, haurdunaldian zehar hartutako gainpisua edo larruazaleko ildoak.

Tratamenduak proposatzerakoan, biomekanikaren ikuspegia aintzat hartzen dugu, erditzean izandako aldaketek edo lesioek minak sor ditzaketelako etorkizunean. Adibidez, sabeleko pareta bigunak lunbalgia eragin dezake epe ertainean. Horregatik, garrantzitsua da giharren indarra

eta artikulazioen egonkortasuna berreskuratzea.

Horrez gain, **iturari eta aspektu estetikoari ere garrantzia ematen diogu,** emakumeentzat inportantea delako jakitea badaudela metodoak haurdunaldiaren eta erditzearen ondorioz jasandako aldaketa horiek hobetzeko.

Sinergiara etortzen diren emakumeek zalantza asko izaten dituzte, eta hurrengo lerroetan horiek erantzuten saiatu gara. Hori bai, kontuan izan behar da emakume bakoitza mundu bat dela, eta diagnostiko pertsonalizatua egitea ezinbestekoa dela tratamendu egoki bat zehazteko.

Sinergia



Ibai ondo, 1 behea
ORIO



943-13 05 77
685 71 85 95



info@sinergiafisioterapia.com
www.sinergiafisioterapia.com



Duela hilabete erditu naiz. Nola lagun diezadakeuzue errekupeazioan?

Berrogeialdia pasa ondoren, pelbiseko zoruaren eta sabeleko paretaren balorazioa egingo genizuke, eta zuretzako egokien den teknikak erabiliko genituzke gorputza errekupeatzeko: Pilates metodoko ariketa aktiboak; gimnasia abdominal hipopresiboa; Indiba abdominala eta baginala; eta esku terapia. Jakin, bagina barruko elektroterapia ez dela mingarria, eta sentsazio atsegina sortzen duela.

Erditzerakoan episiotomia egin zidaten, eta sexu harremanetan min ematen dit orbainak. Lagundu diezadakeuzue?

Bai, horretarako oso eraginkorra da Indiba tratamendua. Elektroestimulazioak ehunak errekupeatzen laguntzen du, eta episiotomien ondorioz geratzen diren orbainak sendatzeko modurik eraginkorrena da.

Lehen nabaritzen ez nuen zerbait ateratzen zait baginatik. Zer egin dezaket?

Hori prolapsu bat da, eta sortzen da pelbiseko ehunak ahultzen direnean eta barruko organoak eutsi ezin dituztenean. Hori tratatu daiteke baginan elektroterapia tratamendua eginez eta ariketa aktiboekin konbinatuz.

Duela urtebete erditu nintzen, eta ez tula edo doministiku egiten dudak bakoitzean gernuak ihes egiten dit. Ba al du konponbiderik?

Bai, noski. Hori gertatzen zaizu zoru pelbikoko muskulatura ahulduta daukazulako. Zoru pelbikoaren funtzioa da pelbisa eta horren barruko organoak eustea, eta esfinterraren muskulaturari laguntzea. Pelbiseko muskulatura ahulduta geratzen denean, berriz,

gernu ihesa gerta daiteke. Mota horretako arazoak tratatzen ditugu ariketa aktiboak eta Indiba tratamendua uztartuz, eta oso emaitza onak ematen ari da.

Zesarea bidez izan nuen semea, eta orbainaren itxuragatik kezkatuta nago.

Elektro-estimulazioa erabiltzen dugu zesarearen orbaina tratatzeko. Kasu horretan, lesiorik ez da egoten zoru pelbikoan, baina sabeleko paretako egitura eta orbaina landu behar izaten dira lehengora daitezen. Normalean, berrogeialdiaren ondoren has dezakegu errekupeazioa, eta emakume bakoitzaren forma fisikoaren arabera zehazten da zein motatako ariketak egin ditzakeen. Ariketa abdominal batzuk, esaterako, ez dira gomendagarriak zesarearen errekupeazioan.

Duela sei hilabete erditu nintzen, etaabela oso biguna geratu zait. Ez dut lortzen nire itxura berreskuratzea. Zer egin dezaket?

Elektroterapia tratamendua erabiliko genuke sabeleko paretara lantzeko eta uztartuko genuke ariketa aktiboekin. Protokolo bat dago sabeleko muskuluak indartzeko, eta erakutsiko genizuke muskulatura era egokian aktibatzen. Modu horretan lortuko genuke sabeleko muskulu-ehunak eta itxura hobetzea.

Emaginak esan dit bi zentimetroko diastasia dudala. Nola lagun diezadakeuzue?

Haurdunaldian zehar uteroa handitu egiten da, eta sabeleko muskulatura abdominala lasaitu egiten da eta postura egokitu egiten da. Horiek arrisku faktoreak dira etorkizunean min lunbo-pelbikoak sortzeko. Horregatik, hainbat tratamendu

uztartzen ditugu arazoa konpontzeko: elektro-estimulazioa, ariketa aktiboak eta hipopresiboak.

Duela bost urte izan nuen alaba, eta ondorioak ditut ordutik. Ba al du konponbiderik?

Bai, noski. Kasu honetan, denbora asko eta jarraikortasun handia beharko litzuke emakume batek ariketekin soilik zoru pelbikoa tonifikatzeko. Haurdunaldian sortzen den distentsioarekin kolagenoa eta elastina galtzen dira, baina elektroterapiak laguntzen du kolagenoa sortzen, eta hori ariketa aktiboekin uztartuz, ehunak errekupeatzea errazagoa litzateke.

Duela astebete erditu naiz. Noiz has naiteke gorputza leheneratzeko kirola egiten?

Normalean sei asteko berrogeialdiaren ondoren hasten dugu errekupeazioa. Jakin badakigu haurdunaldian zehar emakume askok pisua hartzen dutela eta gainpisu hori erretzeko kirola egin nahi izaten dutela ahal den azkarren, baina emakume bakoitzaren egoera ikusi behar da kirola egiten hasi aurretik. Izan ere, pelbiseko zoruaren lesioa dagoenean kontu handiz ibili behar izaten da, inpaktu handiko ariketek egoera oker dezaketelako.

Haurdun nago: aurrez prestatu al naiteke erditze ondorena errazagoa izan dadin?

Noski baietz. Uteroa eta barruan daramagun haurtxoa hazten ari diren heinean, gure gorputza indartzen eta prestatzen joaten bagara, erditu ondorengo errekupeazioa askoz errazagoa izango da. Sinergian horretarako prestateta planak egiten ditugu, emakumeari haurdunaldian zehar laguntzeko. ■■■

Ijito-herria mundura irekia



IÑAKI ITURAIN iturain@gmail.com

ARGAZKIAK: IÑAKI ITURAIN ETA KARKARA

Oriotarroi *ijito* deitzen digute auzo-herrietan. Ijitoak omen gara. Batzuek galdetu ere egiten digute: "*Zergatik zarete zuek ijitoak?*", eta oriotar askok ez daki nola erantzun, zer dagoen goituzen horren atzean. Batzuentzat estropada giroko ezizena da, askotan irabazi duen herriari zaien herra. Herriko zahar askok oso bestelako esanahia ematen diote ijito izengoitiari: "Garai batean, ijitoak beren zalgurdietan herriz herri ibiltzen ziren garaian, beste herri askotan ez bezala, Orion uzten zitzairen bertan kanpatzen, Txanka eta Saikola inguruan".

Aitor Gonzalez Garoren *Murallas de Guipuzcoa* liburuan (2021) esaten da Oriok ez duela inoiz harresirik izan, Kale Nagusiko etheen atzealdeko paretek betetzen zutela herria babesteko funtzioa, eta harresirik ez eraikitzea erabaki zutela. Oso herri gutxi omen ziren hesirik gabeak: Zarautz, Bergara eta Orio aipatzen ditu.

Anjel Lertxundik aurtengo otsailaren 6ko *Berria*-n Kant filosofoaren gogoeta bat ekarri zigun: "Bizi garen tokia ez da gurea, guztiona baizik, eta ostatu bila dabilenari ezin diogu atea itxi, hospitalitateak egiten gaitu gizaki". Orioko herritarrek hainbat aldiz

erakutsi dute bat datozela Kant filosofoak esandakoarekin. Aurrean gurutzea dutela, hainbat kristauk Donostiako Ondarretatik abiatu eta Itziarreraino oinez urtero egiten den gau-ibilaldian, geldialdi atsegina egin ohi dute Orioko San Martin ermitan. Han, irribarrez, kanpai-txintxinekin eta limoi-urarekin ematen diete ongietorria ibiltariei Orioko zenbait herritarrek, erromesen gorputza eta arima, biak, elikatzeo, biei atseden emateko.

Ukrainarrak eta sahararrak

Limoi-ura ematea baino ongietorri eskuzabalagoak egiten badakiela ere erakutsi du gure herriak: XX. mendearen bukaerako urteetan Ukrainako eta Saharako jendea hartu zuen herriko familia askok esku zabalik. Txernobylgo zentral nuklearraren leherketaren erradioaktibitatea zela-eta, nazioarteko kanpaina zabaldu zen European hango haurrak hartzeko. Oriok ondo erantzun zuen. Errusiak Ukraina inbaditu

**ORIOK ATERATAKO
BIDAIARIK IZAN
BADA, HORI AITA
LERTXUNDI IZAN ZEN**

duenean, euskal komunikabideetan Orion bizi diren bi neska ukrainar agertu dira. Marokoren inbasioa nozitu zuten sahararren kasuan ere beste horrenbeste gertatu zen, uda garaian hango haur asko ezagutu ditugu herrian, herriko etxeetan aterpetuta zeudenak. Trainerua da gure herriaren ikono nagusietako bat. Nesketan ukrainar bat dabil: Luga Davidenko; eta mutiletan, senegaldar bat: Mamadou Sarr. Herriko kanturik ezagunenetako baten hitzak, alironekoak, kanpotik etorrita alkate izandako batek asmatu zituen, Joaquín Cortesek.

Lehenengo Mundu Gerran, 1920ko hamarkadan, mutil gazte aleman bat etorri zen Oriora, armada alemanetik ihesi. Seguru asko, Oriora etorritako lehenengo gerra-desertorea. *Pablo alemana* deitzen zioten. Ingeniaria zen. Berehala integratu zen Orioko gizartean. Tren geltokiaren atzealdean pertsiana fabrika zegoen, gerora *zine zaharra* izan zena. Fabrika hura 1920ko urteetakoa zen, eta Pablo alemanak jarri zituen hango makinak.

Historian zehar Oriora kanpotar asko etorri izan diren bezala, hemengoak kanpora joan ere, herria sortu zenetik, joan dira. Arrantzak eta arraunak eraman ditu oriotar



Mamadour Sarr senegaldarra Orioko traineruan arraunean. Hamalau mutilak batera, kolore bakarrarekin, herri baten izenean.

asko bidaiatzera. Diotenez, herriko arrantzaleak XV. mendean joaten ziren Ameriketara baleak harrapatzera, Ternuaraino. Albalak dioenez, Orio izan zen hara arrantzontzi gehien bidalitako euskal portua. Bost mende geroago, orain berrogei bat urte, Venezuelara eta Senegalera ere iritsi ziren arrantzale oriotarrak, atunaren atzetik. Arraunlari asko ere eraman ditu kanpora arraun lehiak; txikitatik Banyoles eta Sevillara joaten ohituta, oso urrutira ere iritsi dira batzuk: Jugoslavia, Errusia, Tasmania, Korea...

Oriotik ateratako bidaiaria, bat izan baldin bada, hura Aita Lertxundi (1836-1896) izan zen: Arantzazu, Compostela, Chipiona eta Afrikako iparraldeko lurretan ibili zen fraide frantziskotarra. Tokian tokiko kulturaren sustatzaile handia izan zen. Orioko kale luzeena da Aita Lertxundi kalea: Anibarko Portutik Aitzondoraino doana, herritik kanpora joateko balio digun



Nadeth eta Rosa Arruti, iloba eta izeba, Aldape baserriko San Martin aterpearen atea munduko txoko guztietatik datozen erromesei zabaltzen, kolore guztietakoei.



Ibiltari, ibilian egiten da bidea zioen Serrat-en kantuak. Orioko plazak atsedenerku ederra eskaintzen die Donejakue bideko ibiltariei.



Orioko kanpina, zabalik 1961etik. Zenbat harreman ez ote dira sortu kanpindarren eta herritarren artean 61 urteotan! Aurtengo udan ere bete egin da, Zarauzko biak eta Aiako Zingira bezala.

errepidea. Bidaiariaren metafora polita.

Frantsesak eta italiarrak

Orioko Udala bitan senidetu da modu ofizialean atzerriko herriekin, Frantziako Saint Ciers sur Gironderekin, 1994an; eta Italiako Orio-Canaveserekin, 1995ean. Aurten bertan, ekainaren 19an, herri katalan batekin adiskidetu da, nolabait. Egun hartan, 200dik gora katalan izan genituen gure artean, Villafranca del Penedeseko casteller-ak. Igande eguerdi hartan 8 pisuko giza dorrea egin zuten plazan. 2018ko uztailaren 14an, 9koa, Orio *plaza de nou* bihurtuz, alegia bederatziko plaza. Mundu osoan, sei bakarrik daude horrelakoak herrialde katalanetatik kanpo: Hangzhou eta Xangai (Txina), Thane (India), Milan (Italia),

Andorra la Vella (Andorra) eta Orio (Euskal Herria).

2009tik 2014ra, sei urtez, kultura aniztasunaren jaia ospatu genuen Orion, Unescok kulturari aitortzen dion balioan oinarrituta: "Kulturak, bere aniztasunean, balio handia du herrien garapenerako, eta gizarte kohesioa eta bakea lantzeko. Kulturaren aniztasuna indar eragilea da, gizartea garatzeko eta gizabanakoon bizitza alderdi guztietan aberasteko: adimenean, harremanetan, etikan eta espirituan". Jai haietan hemendik urruti jaiotako Orioko herritar askok parte hartu zuen, beren jatorrizko kultur gaiak erakutsiz: jaki eta edariak, musika eta dantza, hizkuntza...

Baina ez da beti horrela izan; dena ez da polita eta samurra izan kanpotik etorri

zaizkigunentzat. 1950eko eta 60ko hamarkadetan kanpotar asko etorri zen herrira Espainiako lurraldeetatik. Kulturaren eta hizkuntzaren arteko talkak gertatu izan dira askotan; haietzako izendapen xebleak erabili izan dira maiz: *belarrimotza*, *mantxurrianoa*, *maketoa*...; mutilek *vascos contra castellanos* jokatzaren zuten futboleant... Orio ez zen berezia izan horretan. Giro hori arnasten zen inguruan ere, Atotxa futbol zelaian *Indios fuera!* oihukatzen zitzairen Espainiako futbol taldeetako jokalaririk hegoamerikarrei...

Santiago bideko erromesak

Ijitoak edo Saharako eta Ukrainako haurrak baino askoz lehenagotik ere, Santiago bideak erromes asko ekarri ditu gure herrira, herria denetik. Azken urteotan, gainera,

areagotu egin da ibiltarien etorria; uda garaian, batez ere, gazte jende asko ikusten dugu herriko kaleetan, motxila bizkarrean, Goiko Kaletik behera. Haientzat Oriok badu aterpetxe bat, Aldape baserrian, hango Rosa eta Nadeth Arrutik kudeatzen dutena 2004an zabaldu zutenetik: San Martin aterpea.

Herriko turismo bulegoak emandako datuen arabera, 2019an, pandemiaren aurreko azken urtean, 11.147 lagun pasatu ziren bulegotik, haien artean Santiago bideko 3.386 erromes.

Garai batean ere, ez Aldapeko aterperik ez turismo bulegorik ez zenean, Orioko herriak gogoan zituen Santiago bideko erromesak. Kale Nagusian, Goiko Kanean, Pietateko ospitalea zegoen, gaur egun ahaztuta daukaguna. Egungo oriotarrek ez dugu haren berri handirik. Zer dakigu Pietateko ospitaleaz?

Hauxe dio Anjel Lertxundik bere azken liburuan, *Desertuan behatxuloa* (2022): "Orion ospitale bat izan zen, Piedadea. Gaixoak, leprosoak, erromesak zaintzeko pentsatua, hogeitabat ohe izatera iritsi zen XVII. mendean. Ospitalearen existentziaren lehen datu ezagunak XV. mende bukaerakoak dira. Pesteagatik itxi omen zuten. Edo lepragatik. Edo XIX. mendean Gipuzkoan izan zen koleragatik. Auskalo!".



Haur sahararrak pozik, Urola Kostako herrietako eguraldiaren freskuraz eta familien berotasunaz disfrutatzen.



Orioko plazan, 2010ean, kultur aniztasunaren festan; adinaren eta kolorearen desberdintasunaren gaitetik, elkarrekin, alai, gustura.

Oraingo Udalak biziberritze plana eratu du, hiru hankaren gainean: herritarren ongizatea; herri izaera eta euskara; eta turismoa eta jasangarritasuna. Turismoak azken urteotan indar handi samarra hartu du: hotelak, landetxeak...; baina badu alderdi txar bat, masifikazioa. Horrekin asko galtzen da, bai bertan bizi direnek bai kanpotik datozenek ere. Beste gauza askotan bezala, neurri egokia asmatzea da inportantea, oreka.

Hori esanda, gogora dezagun Ander Errastik 2010eko abenduko KARKARAN esandakoa: "Irribarrea da doan daukagun gauza gutxietako bat eta, agian, gutxien erabiltzen duguna. Kanean, gero eta gutxiago begiratzen diogu elkarri, aurpegi serio eta tristeak ikusten ditut. Zergatik ez egin irribarre bizitzari?". Kanpotarrek ere gustura hartuko dute gure irribarrea. Zein gutxi kostatzen den eta zenbat balio duen! ■■■

Hizkuntza zaharra, erronka berriak

Arnasgune titulua ongi irabazia izanagatik, Aia ez da irla bat hizkuntzaren erabilerari dagokionez. Kultur kontsumoaz, herri euskaldunaren mitoaz nahiz ardura kolektiboaz aritu dira solasean Jexux Goikoetxea Lardizabal eskolako zuzendaria eta Kalare Arrillaga bertako gurasoa, Euskaraldia gertu den honetan.

Testua eta argazkiak: **Amaia Urbietarruti.**

Euskararen erabileraren inguruko kezka eta kontzientzia nabari zaie Jexux Goikoetxeari nahiz Kalare Arrillagari. Egoera orokorraz aparte, gertuen duten errealitatearen norabideak arduratzen ditu batik bat. Izan ere, arnasgune diren herriek ere ezin diete izkin egin joera nagusiei, eta kaleko erabileren datu eguneraturik esku artean ez badute ere, hizkuntza erabilerari dagokionez Aian "orain arte bizi gabeko egoeran" daudela adierazi du Goikoetxeak.

Lardizabal ikastetxeko zuzendaria da Goikoetxea, eta semeak bertara eramaten ditu Arrillaga aiarrak. Lehenik eta behin, Goikoetxeak azpimarratu nahi izan du euskararen erabilera "oso altua" dela Aian, bai haurren, bai gazteen artean. "Ia erabat egiten da euskaraz". Dena den, azken boladan sumatu dituzten zenbait joerak hausnarrean ipini ditu eskolako arduradunak eta zenbait guraso. "Duela urte batzuk ez zitzaigukeen burutik pasatu ere egingo haurrak elkarren artean gaztelaniaz hizketan entzutea, baina gertatzen ari da. Guretzat egoera berria da, horrek hausnartzera eraman gaitu, eta eskolaren aldetik behintzat, ari gara pauso batzuk ematen egoera hori kudeatzeko", azaldu du Goikoetxeak. Esaterako, eskola errefortzuak bultzatzen eta indartzen ari direla aipatu du, eta gurasoei euskara irakasteko ahalegina ere egingo dute, AEKrekin eta



"KANPAINETAN HERRI GUZTIZ EUSKALDUN MODUAN AGERTZEN DA, BAINA HORI EZ DA ERREALITATEA"

"KULTURARI DAGOKIONEZ, ETXEAN EMAN BEHAR DIRA ZENBAIT AUKERA"

udalarekin horretarako egitasmo bat diseinatuta. Ez da nolanhiko erronka: izan ere, ohartuta daude duela urte batzuk diseinatutako Euskara Planak ez duela balio egungo egoeraren aurrean.

Arrillagak berak ere sumatu du joera aldaketa. "Nik uste dut lehen ama hizkuntza gaztelania zuenari ere, herriko kutsua horren euskalduna izanik, zaila egiten zitzaioela gaztelaniaz jardutea". Hori aldatzen ari da ordea, eta gaur egun, ama hizkuntza gaztelania dutenek erraztasun handiagoz bultzatzen dituzte ingurukoak gaztelaniaz egitera.

Askotariko arrazoiak

"Bai Espainiatik, bai beste herrialde batzuetatik, herritar kopuru handi samarra etorri da denbora gutxian", azaldu du Goikoetxeak. Aia izateko herritar berri kopuru altua izan dela dio Lardizabal ikastetxeko zuzendariak, eta horrek herriko hizkuntza ohituretan eragina izan du. Ez da hori, ordea, azken boladako norabidearen iturburu bakarra Goikoetxearen eta Arrillagaren arabera. Besteak beste, hor dago kultur kontsumoaren hautua ere.

"Gaztetxoek orokorrean euskaraz egiten dute, bai, baina nik ikusten dudana arrisku handienetarikoa da kultur kontsumoa beste hizkuntza batzuetan egiten dutela. Musika, telebista kateak, sare sozialak... Hor euskarak oso tarte txikia dauka". Iritzi horren osagarri moduan, orain gutxi Uema Udallerri Euskaldunen Mankomunitateak egin duen azterketa baten datuak mahaigaineratu ditu Goikoetxeak. "Beldurtzekoak" dira, bere aburuz. Ikerketaren arabera, haurrek kontsumitzen dituzten telebista kateen artean, Clan –Espainiako Telebistako marrazki bizidunen katea– da nagusia. Euskal Telebista, berriz, zerrendaren beheko aldean agertzen omen da, eta haren aurretik omen daude Disney eta beste hainbat.

Musikaren kontsumoa, esaterako, erdia da euskarazkoa, eta beste erdia erdaretan banatzen da. Telebista kateen proportzioarekin alderatuta altua da euskarazko musikaren kontsumoa baina, hala ere, gaztetxoek artean euskarazko artistekiko nolabaiteko atxikimendu falta nabari du Arrillagak. Aiarrak uste du pandemia hasi zenetik "izugarritzko bultzada" eman zaiola euskarazko kulturari herrian. "Dema plaza berria egin zenetik, antzezlanak eta kontzertu pila bat egon dira horren herri txikia izateko, eta uste dut bultzada handia eman zaiola euskarazko kulturari". Horren aurrean gaztetxoek mugimendua ikusten duen arren, ez ditu bereziki motibatuta sumatzen herriko biztanlerik gazteenak.

Herri euskaldunaren mitoa

Berak ezagutu izan duen Aia beti ia guztiz euskalduna izan den galdetuta, baietz erantzun du Arrillagak. Oroitzen du haurrak zirenean urduri jartzen zirela kotxe bat gelditu eta zerbait gaztelaniaz galdetzen bazieten. "Guk ez genuen gaztelania menperatzen, erabat euskaraz bizi ginen". Duela urte batzuetatik hona gauzak aldatu egin dira, ordea, eta Goikoetxeak uste du "mito" moduko bat sortu dela. "Edozein kanpainaren aurrean Aia herri guztiz euskaldun moduan agertzen da, baina errealitatea ez da hori".

Mito hori zabaltzeak eta sinisteak herritarrak "erlaxatzea" ekarri duela uste du Lardizabalgo zuzendariak. "Eskola atarira etortzea besterik ez dago, umeen bila etortzen diren gurasoen artean belarria jarri, eta ikusten da zer dagoen. Jende euskaldunak gaztelaniaz hasteko ohitura izugarria daukala ikusten da. Hori umeek entzun egiten dute eta, orduan, pentsatzen dute helduak direnean beraiek ere gaztelaniaz egingo dutela".

Horren guztiaren aurrean, ordea, zer egin dezake eskolak? Goikoetxeak eta

Arrillagak, biek diote eskola "irlatxo bat" besterik ez dela, eta berak bakarrik ezin diola egoerari buelta eman. "Herri osoaren erronka bezala hartu behar dugu, eta elkarlanean aritu behar dugu herriko instituzioek, elkarteek eta abarrek, konpromiso kolektibo nahiz pertsonala hartu behar delako". Izan ere, Lardizabalen "euskararekiko lotura afektiboa" lantzearen aldeko apustua egiten dutela azaldu du bertako zuzendariak: "Euskararekiko harrotasuna izan dezatela, jakin dezatela euskarazko mundua oso aberatsa dela, eta horri prestigioa ematen ahalegintzen gara". Ahaleginak ahalegin, eskolatik ateratzen direnean ikasleek "beste mundu batekin egiten dute topo", eta horren aurrean, ezer gutxi egin dezake eskolak.

Hari horri tiraka, gurasoen ardura nabarmendu du Arrillagak: "Kultur kontsumoaren gaia, esaterako, uste dut etxekoen gain dagoela. Adin batetik aurrera gaztetxoak beren kabuz hasten dira mugitzen eta kontsumo hautuak egiten, baina gurasoen esku ere badago zenbait hauturen alde bultzatzea. Haurrak antzerkira edo kontzertuetara eramatea gurasoen gain dago; bestela, haurrek ez dute euskarazko kultura sorkuntza ezagutzeko eta horretaz gozatzeko aukerarik izango". Horri lotuta, biek ala biek gaztetxoek ateraldiekin "susto galantak" hartu izan dituztela azaldu dute. Esaterako, behin baino gehiagotan sumatu dituzte irratitik entzuten den gaztelaniazko azken modako kantua abesten, letra goitik behera jakinda eta, txanpon beraren beste aldean, sumatu izan dute gaztetxoek Euskal Herriaren historiako kultur erreferente ezagunenak zeintzuk diren ez dakitela. "Garbi dago transmisioan eten bat egon dela", iritzi dio Goikoetxeak.

Horren jakitun, Euskaraldia pauso batzuk ematen hasteko "aukera ederra" izan daitekeela uste du Goikoetxeak, herritarrak "aktibatzea" helburu duen ariketa delako, eta ardura kolektibo nahiz pertsonalean eragiten duelako, nolabait, norbanako bakoitza ekintzara bultzatuz. ■■■



Arrillaga eta Goikoetxea, Lardizabal ikastetxean.



Kirol hau halterofilia omen da. Horrez gain, ba al dakizu zein den pisu-jasotzailearen itzal zuzena?

Itzalak

Kolorezta ezazu zure gustura.

Hara! Jauzi batetik bestera lau gauza galdu ditu Maripurtzilek. Gainera, elementu berri bat agertu da. Ikusten al dituzu?

Jauziak

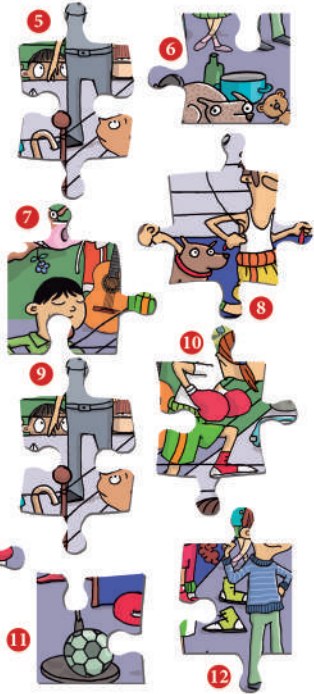


Zenbat?

Etxeko patata-tortillarik onenak Pellozirik egiten ditu. Hiru patata, lau arrautza, olio, gatza eta tipula behar ditu tortilla bakoitzeko.

Hemen dauzkan gaien arabera, zenbat tortilla aterako zaizkio?





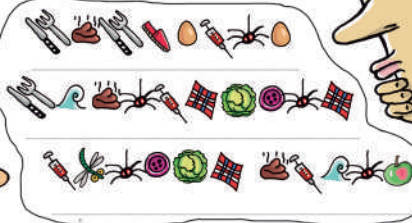
1 Puzzle-zati hauetatik zortzik irudia osatuko lukete baina

PUZZLEA

beste laurak engainagarriak dira, ez dira zehatz-zehatzak. Bereiz itzazu.

Ui, ene, hau da parea... Jarri irudiño bakoitzari dagokion hizkia eta hiru esamolde azalduko zaizkizu.

Zeeer?!



HIZKI-MARRAZKI ALFABETOA



Soluzioak ikusteko: www.plazanbazan.eus/

IRAGARKI SAILKATUAK

ALOKAIRUA

Autokarabana eta karabanentzat plazak alokagai, garaje estalia eta beharrezko ekipamentuarekin. Aia-Orio. Tel. 620 85 69 53 (goizez).

Alokatzeko garaje bila Goiko Kalen. Tel. 690 27 28 42.

Pisua partekatzeko prest nago, alokairu kontratua-ekin. Seriotasuna eskatzen dut. Tel. 666 62 22 51.

LAN BILA

Neska euskalduna eskaintzen da umeak edo adineko pertsonak zaintzeko. Neska arduratsua eta berehala lanean hasteko prest. Tel. 627 61 37 83.

Emakume gazte bat lan bila. Pertsona helduak eta haurrak zaintzeko prest eta baita garbiketara lanetarako ere. Berehala lanean hasteko moduan. Tel. 642 69 60 38.

Lan bila nabil, etxe garbiketarako egiteko prest. Tel. 641 44 60 70.

Etxe lanak egiteko edo zaintzan lan egiteko prest nago. Tel. 631 82 44 52.

Lan bila dabilen emakumea naiz. Bikaina naiz haurrak zaintzen, eta garrantzi handia ematen diot garbitasunari eta txukuntasunari. Arduratsua naiz, eta arreta handia jarzen dut nire lanean. Berehala lanean hasteko prest nago. Tel. 602 08 98 86.

Lan bila dabilen neska bat naiz. Haurrak edo adineko pertsonak zaintzeko edo etxe lanak egiteko prest nago. Barneko zein kanpoko langile bezala, edo orduka. Esperientzia eta erreferentziak ditut. Samanda. Tel. 643 85 78 54.

Emakume gaztea etxe lanak, garbiketarako edo taternako lanak egiteko eskaintzen da. Egun osoa edo orduka. Tel. 627 09 07 06.

Neska gaztea haurrak eta adinekoak zaintzeko prest, irailteik aurrera. Esperientzia dut zeregin horietan

Iragarkietarako bokoa. Iragarri nahi duzun hori telefonoz (943-83 15 27) zein e-postaz bidali dezakezu: karkara@karkara.com. Merke asko, gainera, doako zerbitzua baita gurea.

eta baita prestutasun osoa ere. Tel. 695 37 82 60 Estrella Reyes.

Emakume arduratsua naiz eta lan bila nabil. Etxeko lanak egiteko prest nago, baita adinekoak zaintzeko ere, egunez zein gauetz, barneko zein kanpoko langile bezala. Jatetxe batean ere lan egingo nuke. Adinekoak zaintzen esperientzia dut eta horretarako beharrezko titulua dut. Tel. 666 62 22 51.

Adineko pertsonak zaintzeko prest dagoen emakumea naiz, eta berehala lanean hasteko moduan nago. Titulu soziosanitarioa dut, eta sei urteko esperientzia zaintza lanetan: jaten ematen, medikazioak, higijena, postura eta fardel aldaketa.... Orion bizi naiz eta paper guztiak legeztatuta ditut. Tel. 631 44 12 51. Neriz.

Orion bizi den emakumea naiz eta adinekoak zaintzen lan egin nahi nuke. Titulu soziosanitarioa dut, eta eskarmentu handia du adinekoak eta mendekotasuna duten pertsonak zaintzen. Paper guztiak legeztatuta ditut eta berehala hasi naiteke lanean; prestutasun osoa dut. Tel. 631 01 72 28. Nerlin.

Lehen Hezkuntzako gradua duen oriotar gaztea, 6 eta 12 urte bitarteko ikasleei ikaskuntza prozesuan laguntzeko prest, beharren arabera ikasturterako plan bat diseinatzeko aukerarekin. Tel. 697 93 36 63.

SALGAI

Olaciregi txipironera salgai. Suzuki DFIS motorra. Abendura arte aseguru ordaindua du. 3.500 euro. Tel. 657 77 45 11.

Zerrama, apotea, txerrikumeak eta txekorrek salgai Usurbilgo baserri batean. Tel. 607 66 86 03. Joxe Krux.

BESTELAKOAK

Land Rover Defenderra erosi nahiko nuke, berdin du zer egoeratan dagoen: ITV-a pasa gabe, kolpeekin, aberiatuta... Tel. 623 17 95 37.

Orion bizi den familia bat autokontsumorako baratze ekologiko bat egiteko lurzoru baten bila dabil alokairuan Orion edo inguruan. Tel. 657 71 96 14.

ITSASOA

Eguna	Itsasgora	Itsasbehera	Ilargia
1	08:13 eta 20:31	02:03 eta 14:17	☉
2	08:54 eta 21:15	02:42 eta 15:01	☉
3	09:45 eta 22:13	03:29 eta 15:55	☉
4	10:56 eta 23:38	04:29 eta 17:07	☉
5	12:27	05:51 eta 18:40	☉
6	01:22 eta 13:55	07:25 eta 20:08	☉
7	02:43 eta 15:03	08:41 eta 21:16	☉
8	03:43 eta 15:57	09:38 eta 22:09	☉
9	04:31 eta 16:44	10:26 eta 22:54	☉
10	05:13 eta 17:27	11:09 eta 23:36	☉
11	05:52 eta 18:07	11:49	☉
12	06:29 eta 18:46	00:15 eta 12:28	☉
13	07:04 eta 19:23	00:52 eta 13:07	☉
14	07:39 eta 20:00	01:28 eta 13:45	☉
15	08:14 eta 20:38	02:05 eta 14:25	☉
16	08:51 eta 21:19	02:42 eta 15:08	☉
17	09:38 eta 22:14	03:25 eta 16:02	☉
18	10:46 eta 23:38	04:20 eta 17:18	☉
19	12:26	05:44 eta 18:58	☉
20	01:24 eta 13:55	07:24 eta 20:19	☉
21	02:36 eta 14:53	08:33 eta 21:12	☉
22	03:22 eta 15:35	09:19 eta 21:50	☉
23	03:58 eta 16:09	09:55 eta 22:23	☉
24	04:30 eta 16:41	10:28 eta 22:53	☉
25	05:00 eta 17:12	10:59 eta 23:23	☉
26	05:31 eta 17:44	11:30 eta 23:53	☉
27	06:02 eta 18:16	12:02	☉
28	06:34 eta 18:50	00:25 eta 12:36	☉
29	07:08 eta 19:27	00:58 eta 13:13	☉
30	07:46 eta 20:08	01:35 eta 13:54	☉

FARMAZIAK-IRAILA

ZARAUTZ

21 eta 22. ETXEBERRIA: Gipuzkoa kalea, 17 / 943-83 23 98

17, 18 eta 29. ESPARZA: Santuturri plaza, 5-6 / 943-50 47 83

19 eta 28. GALLO: Zigordia kalea, 17 / 943-13 40 19

24 eta 25. GAMINDE: Gipuzkoa kalea, 68 / 943-12 40 19

27 eta 30. ITURRIA: Kale Nagusia, 12 / 943-83 29 70

23. LARRAÑAGA: S. Frantzisko, 16 / 943-13 38 14

20 eta 26. REDONDO: Urdaneta kalea, 8 / 943-13 31 83

AGENDA

AIA

IRAILAK 17 LARUNBATA

Ikastaroa: Ogia egiteko ikastaroa.
Iturraran parketxean, 11:00etan.

IRAILAK 24 LARUNBATA

Orientazio jolasa: Galdutako erlearen bila.
Iturraran parketxean, 11:00etan.

Antzerkia: *Konpromisoa.*
Probalekuan, 22:30ean.

IRAILAK 29 OSTEGUNA

Jaiak: Laurgain auzoko sanmigelak.

ORIO

IRAILAK 15 OSTEGUNA

Zinema: *Mendian hil, hirian hil.*
Kultur etxean, 19:30ean.



IRAILAK 16 OSTIRALA

Kontzertua: Iker Lauroba & Beste Urtaroak.
Karela kiroldegian, 22:00etan.

IRAILAK 30 OSTIRALA

Entzunaldi musiko-poetiko:
Musika eta poesia: *Popatik.*

URRIAK 7 OSTIRALA

Zinema eta solasaldia: *Urak aske.*
Kultur etxean, 18:30ean.

URRIAK 11 ASTEARTEA

Zinema: *Kaxa hutsak.*
Kultur etxean, 19:00etan.



Zarautz
Hileta Zerbitzuak
1962. urtetik zure zerbitzura

24 ordu zure zerbitzura Beilatokia ·
Lekualdatzeak · Eginbide guztien tramitazioa

ORAIN ABENDAÑON GAUDE
Urteta bidea 2, ZARAUTZ
943-89 49 37 · 943-42 21 29
info@zarautzhiletazerbitzuak.eus



Puntua jarrita

Bertsolaria: Eli Bello.

Doinua: Bertso bat jarriozu zeure buruari.

1

Pinturakin jolasean

Orioko umeak

isipua, mantalak
milaka barreak
zoruak eta paretak
kolorez beteak
zoriona ematen du
horrela ikusteak.

2

Festaz beterik dago
Orioko herria
entzuten da sarritan
dorreko kanpaia
jatekoik ez da falta
etorri mahaira
Katxiña ta Xixario
ederra paria.

3

Ez dira gaizki hasi
gure arraunlariak
animatzen dituzte
gure herriko jaiak
neurtuko al dituzte
dauzkaten indarrak
jarraitu dezatela
irabazten banderak.

Hurrengo bertsolaria:

Karmele Oliden.

Puntua:

Karmengo Ama Birjina
arrantzalen babes

Hasi Bertsoan atalean puntuka ariko dira bertsolariak. Oraingoan Eli Bellori jarri dio puntua Marian Lazkanok: "Pinturakin jolasean Orioko umeak". Hurrengoari ere jarri dio puntua.



ZORIONE MENDEZ

IZAN KA IRAKUR ZALE!



**EGIN BAZKIDE ETA %30 EKO
DESKONTUA IZANGO DUZU**
bazkide@ukt.eus • 943-81 38 41

KARKARA

LAGUNTZAILEA:



Gipuzkoako Foru Aldundia

