

# UZTARRIA

ZENBAKI HONEKIN BATERA  
+ GUKA ALDIZKARIA

PANDEMIAK URTEBETE

## MUNDUA HANKAZ GORA

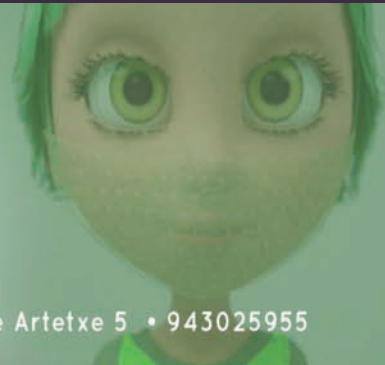


INNOVA  
AZPEITIA

HORTZ KLINIKA



Jose Artetxe 5 • 943025955



# MILAR LARRAMENDI

Etzetresna elektrikoak



Julio Urkixo, 16 bis - AZKOITIA  
943-85 18 97  
[www.milar.eus](http://www.milar.eus)



TEKNOLOGIAN eta JOERETAN, urrats bat AURRETIK

**dyson** **Miele**



# FK

# KOPISTEGIA

Inazio Iriarte, 1 • 20720 **AZKOITIA** • (Gipuzkoa)

Tel.: 943 85 20 52 • Faxa: 943 85 20 91

[j.artetxe@fkkopistegia.es](mailto:j.artetxe@fkkopistegia.es)



# UZTARRIA

## 236

2020-MARTXOA

AZALEKO ILUSTRAZIOAREN EGILEA:  
ITXARO IRAETA



## Aurkibidea

- 5 **Iritzia** Onintza Lete Arrieta, *Fruituak dastatzeko unea.*
- 6 **Zu zeu** Ane Lizarralde makillatzailea.
- 8 **Nire leihotik** Haizea Salegi, *Indarra eta kemena.*
- 10 **Iritzia** Irati Aranguren, *Ederrak eder*; Hiromi Yoshida, *Euskararen xarma.*
- 12 **Elkarrizketa** Iñaki Gurrutxaga medikua.
- 18 **Erreportajea** COVID-19aren iritsieraren urteurrenean, egoeraren errepasoa.
- 24 **Bazkidetza eta lehiaketa**
- 26 **Erretratua** Oihana Orbeago pilotaria.
- 30 **Plazan bazan**
- 33 **Iritzia** Oier Etxeberria, *Doble filan.*
- 34 **Atzera begira** Riojanoneko sotoa.
- 39 **Iritzia** Paola Moto, *Emozioak.*
- 40 **Iritzi grafikoa** Itziar Aranguren.
- 42 **Klik!** Aldabak
- 46 **Iritzia** Janire Alkorta, *Formula sekretuaren bila*; Felipe Murillo, *Ostrukaren konplexua.*

## UZTARRIA



### Argitaratzailea

Urolako Komunikazio Taldea  
Koop. Elk.  
Soreasu 1. 20730  
AZPEITIA  
943-15 03 58  
uztarria@uztarria.eus  
www.uztarria.eus  
**Zuzendaria**

Julene Frantzesena  
**Erredaktoreburua:**  
Ihintza Elustondo  
**Erredaktore taldea**  
Julene Frantzesena  
Anartz Izagirre  
Maialen Etxaniz  
Ihintza Elustondo  
**Diseinu arduraduna**

Itxaro Iraeta  
**Publizitate arduraduna**  
Angel Sarasua  
**Zenbaki honetako kolaboratzaileak:**  
Haizea Salegi  
Irati Aranguren  
Hiromi Yoshida  
Itziar Aranguren

Elena Margüello  
Olatz Alkorta  
Oier Etxeberria  
Paola Moto  
Janire Alkorta  
Felipe Murillo  
**Inprimategia**  
Antza Inprimategia  
(Lasarte-Oria)

**Lege Gordailua:**  
SS-706/97  
**ISSN:** 1576-7337  
**Tirada:** 2500 ale



Gipuzkoako Foru Aldundia



azpeitiko udala  
denon artean

uztarria  
UZTARRIA ARGITZERIA ETXARRA

## PUBLIZITATEA



**Ekain**  
ALBAITARI KLINIKA

Euskal Herria Kalea, 34  
20730 AZPEITIA  
Tel.: 943-15 16 40  
Larrialdiak: 688 69 29 51



**ostadar optika**  
OPTOKIAK - OPTOMETRISTAK

Jose de Artetxe, 17  
Tel. 943-810664  
AZPEITIA

Ibai Ondo, 28  
Tel. 943-850445  
AZKOITIA

**EGUZKI**  
belardenda  
dietetika  
kosmetika naturala



Kale Nagusia 67 943-50 34 47 AZKOITIA  
Urbitearte 9 bis 943-15 00 23 AZPEITIA

**IRENE ALTUNA**  
LORADENDA

Loiola-Bide, 26 Tel. 943-81 51 87  
www.ialtunadenda.com

**BOSCH**  
Service



**AIZPURU**  
autoak



Car Service

Tel: 943- 81 23 59 aizpuru@aizpuru.net  
Fax: 943-81 22 81 www.aizpuru.net

Arretxe 17, 20730 AZPEITIA

**IKA**  
argi lanak s.l.

**Instalakuntza Elektrokoak**

Urko: 618 96 49 95 / Jon: 649 12 02 71  
ikaargilanak@gmail.com www.ikasistemak.com  
20730 AZPEITIA

**KIRURI**



**J A T E T X E A**

Loiola hiribidea, 24  
**LOIOLA - AZPEITIA**  
Tlfnoa.: 943 81 56 08  
Faxa.: 943 15 03 62



"KOLOREAREN ESPARRUAN EZ DUGU MUGARIK"

**URBISTONDO**  
**MARGOAK**

Salbe Auzunea, 35 behea 20730 AZPEITIA - Urrut.: 943 81 57 81

ETXERA ERAMANGO DIZUGU

**Partigiano**



**DENDA BERRIA**

**SALBE 23, BEHEA Tel: 943-08 09 13**

**Luba**  
aholkularitza

Aholkularitza  
fiskala  
laborala  
kontablea

Gestori lanak

Finken administrazioa  
Gestio inmobiliarioa

Tlf: 943 157 525 Faxa: 943 157 275  
Enparan Kalea, 45 • luba.ase@euskalnet.net

# Fruituak dastatzeko unea



ONINTZA LETE ARRIETA

**H**onezkero ohartuko zinen zenbaki hau beteago datorrela; pisu gehiago duela, mardulagoa dela. Orriak aurrera eta atzera ibili bazara, akaso aurkituko zenuen GUKA izeneko beste azal bat, aldizkari barruan. Horixe aurkeztera natorkizu, hain zuzen: mimoz ondu dugun hamasei orrialdeko gehigarria da, eta Urolako Komunikazio Taldearen (UKT) lau herri aldizkariekin banatuko da hemendik aurrera, hilerro; *Baleike, Karkara, Maxixatzen* eta *Uztarriarekin*. Binakako elkarrizketa sakonak, erreportaje zabalak eta urrutira joan gabe ezagutzeko eta egiteko planak aurkituko dituzu zenbakiz zenbaki. Elkarrizketa edo erreportaje nagusia egiten duen kazetariak gaiari buruz iritzi edo analisisa ere eskainiko du, eta aurrenekoa Amaia Urbietta Zarauzko erredaktoreburuari egokitu zaio.

Papereko berrikuntza honekin batera, lantaldean ilusio handia eragiten digun beste estreinaldi bat ere aurkeztu beharrean gara: GUKA magazina. Hilero ordubeteko saio fresko, bizi eta zaporez betea eskainiko dugu martxoaren 5ean hasita Erlo Telebistan. Mireia Galarza kazetariak aurkeztuta, Urola Kostako herri eta auzoetan barrena ibiliko da saioa. Aurreneko geldialdia Getarian egingo dugu, eta Eñaut Elorrieta izango da elkarrizketatu nagusia. Erreportaje txikiak ere izango ditu magazinak, baita inkesta, agenda eta halako atalak ere. Eta, noski, esku artean duzun gehigarriak ere izango du bere tokia telebista saioan. Batetik, elkarrizketa edo erreportaje nagusiaren laburpena eskainiko da, eta bestetik, *Urrutira joan gabe* atala izango du: paperean zerbait praktikoa eta motza dena, magazinean zabal eta luze jorratuko da. Gorka Peñagarikano kazetariak egingo ditu aurkezle lanak, eta bisitatzen duen txoko bakoitzean edukiko du tokia erakutsiko dion gonbidaturen bat. Aurreneko geldialdia Azkoitiko Aittolan egin dugula ikusiko zenuen. Bada, QR kode bat jarri dugu, erreportaje osoa ikusi ahal izateko oraintxe bertan, eta beste kode bat jarri dugu elkarrizketaren amaieran.

2019ko ekainean sortu genuen UKT, eta iritsi da lehen fruituak patxadaz dastatzeko unea. On egin diezazula! ■■■

**HILERO HAMASEI  
ORRIKO GEHIGARRIA,  
ETA TELEBISTA SAIO  
FRESCO, BIZI ETA  
ZAPOREZ BETEA  
ESKAINIKO DITUGU**

# Ane Lizarralde: "Parte hartu dudan lanik entzutetsuena 'Patria' izan da"

**TESTUA ETA ARGAZKIA:** ANARTZ IZAGIRRE

Makillatzailea da Ane Lizarralde (Azpeitia, 1994). Euskal Telebistan egunero-egunero ateratzen diren hainbat aurkezle berak apaindu ohi ditu. Horrez gain, duela urte batzuk telesailetan eta filmetan lan egiteko aukera izan zuen Lizarralde, eta esperientzia hura "oso garrantzitsua" izan zela aitortu du.

## **Nondik datorkizu makillatzaile izateko grina?**

Estetikako goi mailako zikloa egin nuen, eta orduan hasi nintzen makillaje munduarekiko interesa izaten. Horrez gain, hainbat ikastaro egin ditut, eta horietako baten bidez, EITBn praktikak egiteko aukera izan nuen bi astez.

## **Zein izan zen zen zure lehen lan esperientzia?**

EITBn praktikak egin eta segituan han lanean hasteko aukera izan nuen, askotariko saioetan; besteak beste, *Biba zuek!* eta *¿Qué me estás contando!* arratsaldeko saioetan. Horren ostean, Karmele Solerrek deitu eta *Patria* telesailen lan egin nahi al nuen galdetu zidan; sekulako sorpresa izan zen niretzat, eta baietz esan nion, noski. Dena den, deitu zidanean ezustean harrapatu ninduela gogoratzen naiz, eta pentsatu egin behar nuela esan nion. Orduan, amari deitu nion aholku eske, eta hark esan zidan: "Zer egiten duzu nirekin hitz egiten? Esaiozu baietz!".

## **Euskal Telebistako saioez gain, telesailetan eta filmetan ere aritu zara, beraz.**

Bai, baina apur bat gutxiago. Parte hartu dudan lanik entzutetsuena *Patria* izan da, eta film labor batzuetan ere aritu izan naiz lanean, baina askoz denbora gutxiagoz. Izan ere, *Patrian* 2019ko martxotik abuztura bitartean egin nuen lan. HBOk Espainian egin zuen lehen ekoizpena izan zen hura, eta orduan jarri zitzaidan mundu horretan lanean jarraitzeko gogo. Oso esperientzia sakrifikatua izan zen, hamaika ordu igarotzen genituen egunero lanean, baina merezi izan zuen esfortzuak. Bestalde, Euskal Herriko ekoizpenei dagokienez, *Go!azen* eta *Ihesaldia*

telesailetan ere aritu nintzen aktoreak makillatzen.

## **Beste zer jarduera gauzatu dituzu makillatzaile moduan?**

Pertsonaien karakterizazioa ere egin izan dut. Adibidez, Aitziber Garmendiak pertsonaia asko gorpuzten ditu, eta pertsonaia bakoitzaren arabera, modu batera edo bestera makillatu behar izaten dut. Horrez gain, lagunak ere makillatu izan ditut ezkontzetarako edo karnabaletarako.

## **Ba al duzu erreferenterik?**

Instagramen makillatzaile asko jarraitzen ditut, baina ez nuke jakingo bakarra aukeratzen. Gauza oso desberdinak egiten dituen jende asko dago. Karmele Soler lanean ikustea, esaterako, *masterclass* baten moduko zerbait izan zen. Askok ikasi dut berarekin.

## **Zein da orain arte egin duzun lanik zailena?**

Karakterizazioren bat, agian. Nire anaia beldurrezko mojaz mozorrotu zen karnabal batzuetan, eta halako gauzak egiteak baditu bere zailtasunak. Izan ere, aurrez material guztia prestatu behar duzu, eta modeloak ere lasai egon behar du guztia ondo atera dadin.

## **Pertsonaia famatu asko makillatu al dituzu?**

*Patrian* Euskal Herriko aktore ezagunak makillatu nituen; besteak beste, Elena Irureta eta Eneko Sagardoi. Bestalde, Donostiako Zinemaldiari buruzko saio batean, Javier Gutierrez aktorea makillatu nuen hiru egunez. Horrez gain, politikariekin lan egitea ere tokatu izan zait ETBn; adibidez, Andoni Ortuzarrekin eta Arnaldo Otegiarekin.

## **Zer da egiten duzunetik gehien gustatzen zaizuna?**

Orain arte egin dudanetik gehien gustatu zaidana telesail edo film batean parte hartzea izan da; izan ere, oso lan sakrifikatua izan arren, asko gustatu zitzaidan filmaketan egotea.

## **Zer behar da makillatzaile ona izateko?**

Batez ere, lanerako gogo. Askok gustatu behar zaizu lan hau, ordu asko igarotzen baititugu jendea makillatzen. ■■■



# Indarra eta kemena



**ARGAZKIA ETA TESTUA:** HAIZEA SALEGI

Guztiok goaz bizitzaren ibilbidean trenak trenbidea egiten duen moduan. Bide zurrun batetik goaz pausoka, bertan isurtzen goazen malko tantek zapaltzen goazen bidea dutelarik osatzen atzekoz aurre. Amaiera urrun ikusten dugu, baina edozein unetan gertu senti dezakegu, beldurra nagusitzen zaigula gure barnean. Bidea zurruna izanagatik, askotan ezezaguna zaigun bide berri batera salto egiten dugu; bide berri horretan, malgutasuna bihurtzen da bidaiakide berri ezinbestean, eta gure ohiko trenbidetik at galtzen gara bazterrean.

Ibilbide berri bat osatzeak bere erronka dakar, eta horretarako, indarra eta kemena ditut lagun, zeruan izar. Horiek irakatsi didate ez dela helmuga ibilbide berriaren gako, baizik eta bide berri hori osatzeko eraiki dudana trenbidea. ■■■









# Ederrak eder

**H**asi genuen urtea, eta heldu ziren sansebastianak; jan genituen gulak, eta jo genituen danborrak. Igaro berri dira inauteriak, eta mozorrotu gara; garai arraro honi kolorea ematen saiatu ez garenik ezin da esan behintzat. Baina Maixa eta Ixiarrek abesten zuten gisan, “hauts magikorik balitz gure mantapean...”, festetan haizeak ez zuen norabide bera izango, ez noski. Herriko txokoek kolore gehiago izango zuten, eta jendearen aurpegietan –irribarre ikusezinak tarteko– sudur gorri eta begi “atxinatu” gehiago izango ziren.

Zeren falta sumatu duzue ospakizun horietan? Zenbat oroitzapen etorri zaizkizue burura? Jaiegun horietatik bat nuen gogokoen nire haurtzaroan, ostiral mehe

eguna. Ikastolako jaialdia egiten genuen arratsean; zerua ilun eta gu han, euskal inauterietako pertsonaiez mozorroturik. Tomas San Miguelen musika mistikoak are ukitu sorginagoa ematen zion iluntzeari, hango txalapartaren ttakun eta uluak, Kepa Junkeraren hauspo hotsa eta abar. Garai hartan gogoko banuen ere, gaur egun ohartzen naiz ikuskizun haren kultur transmisioaren kalitateaz.

Egun bat lehenago ostegun gizona izango zen orduan ere, eta ostegun hura gorroto nuen.

## KONTUAK KONTU, ZENBAT HERRITAR BIZI OTE DA BERE FISIKOA ALDATZEKO GOGOZ?

Ez nintzen sekula jabetzen zer egun zen, harik eta norbaitek norbait gizona zela-eta zoriontzen zuen arte. Orduan hasten zen nire ezinegona, neu zer egunetan zorionduko ote ninduten pentsatzen hasten bainintzen. Pentsatu, urduri jarri, tripako mina aldean hartu eta belarriak prest izaten nituen norbaitek emandako zoriona jasotzeko ostegun gizenetik larunbatera arte.

Aurten ere iritsi da ostegun gizona, eta zoriondu naute –ondorengo bi egunetan ez bezala–. Txantxa hori inori min egiteko asmorik gabeko jolasa izan daitekeen arren, bere fisikoaz lotsatuta bizi den horrentzat zenbaterainoko barregarria ote? Iragarkietan gorputz forma eta azal kolore anitzetako emakumeak gero eta ugariago badira ere, oraindik

## HAUXE BAI JENEROAI!



betiko estereotipoak ditugu edertasunaren gailurrean. Hori horrela, zein dira zuentzat inguruan dituzuen pertsona ederrenak? Fisikoari soilik zuzenduriko galdera da hori, jabetzen bainaiz norbait ezagutu ondoren beste begi batzuekin ikusi ohi dugula, eta ezagutu ondoren sarritan ederragoa iruditzen zaigula. Dena den, badira ezagutu gabe ere, itxuratik bakarrik apartak iruditzen zaizkigun batzuk.

Nik nire podiuma osatuta dut, eta gailurrean badira hiru emakume izen. Emakumeez ari naiz barrutik bizi izan dudalako, nahiz eta gizonen estereotipoak eta horien ondorioak ere sakon aztertzeakoak direla sentitzen dudan. Ezagutu aurretik emakume ikaragarri politak iruditzen zitzaizkidan, nork bere

kurba, ile, azal, altuera eta zabalera propioarekin; eta hirurak oso ederrak. Zorionez, horiek barrutik ezagutzeko aukera ere izan dut; geroztik, argi ederragoa igortzen dutela iruditzen zait, ikaragarriko energia dute barrenean. Txapela kentzeko moduko hiru emakume, bai kanpotik, bai barrutik. Baina horietako inor sentitu ote da noizbait pasarelako modelo?

Kontuak kontu, zenbat herritar bizi ote da bere fisikoa aldatzeko gogoz? Eta zenbat bere inteligentziaz, gogoaz edo errespetuaz lotsatuta? Erantzunak balantzan ipiniz gero, ziur naiz orekarik ez lukeela izango. Normala ote da hori?

Aintzane, Jasone eta Pilar, zaudeten tokira besarkada bana! ■■■

## HAN ETA HEMEN



HIROMI YOSHIDA

## Euskararen xarma

**J**aponiako bi unibertsitatetan euskara irakasten dut. Ikasleei beti galdetzen diet zergatik nahi duten euskara ikastea. Batzuek diote euskal kultura eta kirolak interesatzen zaizkiela, eta egunen batean, Euskal Herrira joaten direnean, oinarrizko gauzak euskaraz esateko gai izan nahi dutela. Beraz, praktikotasunari begira daude. Beste askok, aldiz, euskararen jatorri misterioitsua eta egitura berezia interesgarri egiten zaizkiela eta horregatik euskara ezagutzeak merezi duela diote; hau da, ez dute euskara erabiliz zerbait egiteko asmo konkreturik, baizik eta euskararen xarmak erakarrita, interes akademiko hutsagatik ari dira ikasten.

Beraz, haiek esandakoak kontuan hartuta, praktikotasunaz haratago, euskarak bere baitan duen xarmak erakartzen ditu ikasle asko. Hizkuntza komunikaziorako tresna da, zerbait praktikoa eta erabiltzekoa. Baina helburu hori gabe ere, interesa sor eta jendea erakar dezake hizkuntza batek. Noski, hizkuntza batek bizirik irauteko, ezinbestekoak dira praktikotasuna, egunerokotasuna eta hiztun natibo dezente. Baina horiek galdutakoan ere, bere xarmak eta ezaugarriek hor segituko dute, beti zenbait pertsona liluratuz. ■■■



# "Profesionalen borondateari esker eusten zaio Katalunian osasun sistema publikoari"

**IÑAKI GURRUTXAGA** MEDIKUA

Maitasunak eraman zuen Iñaki Gurrutxaga Bartzelonara. Uda bat igarotzera joan zen hara, eta luzatu egin zaio egonaldia: hemezortzi urte daramatza han. Familia medikua da, eta Bartzelonako CAP Casernes osasun zentroan lan egiten du.

Testua: **Ihintza Elustondo**. Argazkiak: **Utzitakoak**.

**K**oronabirusak bazter guztiak astindu zituenetik urtebete igaro denean, bizi izandakoaren kronika egin du Iñaki Gurrutxagak (Urrestilla, 1970). Lanean "sekulako estresa" izan duela aitortu du, eta lehen aldiz, "beldurra" sentitu duela. Guztia haizea hartzera bidaltzeko gogoia sartzen zaionetan, lagun batek esandakoa gogorarazten dio bere buruari: "Ez ahaztu zure hondar alea jartzen ari zarela". Halaxe, eta meditazioari esker, jarraitzen du egunero-egunero anbulatorioiko atea zabaltzen eta beharra duenari laguntzen.

## **Zergatik erabaki zenuen medikuntza ikastea?**

Ez nuen betetzen ninduen beste ezer aurkitzen; horregatik hasi nintzen medikuntza ikasten, Iruñean. Ondoren, BAME (barruko mediku egoiliarra) azterketa egitera itzuli nintzen herrira. Azterketa egin ostean, ez nuen nahi berriro etxetik urrun joatea, eta Zumarragako Ospitalean familia mediku espezialitatea egiteko aukera sortu zitzaidan; aukera horri heldu nion. BAME azterketa gainditu ostean, medikuok lau urte egiten ditugu ofizioa ikasten, egoiliar gisa, eta horietako hiru urte egin nituen Zumarragan. Azken urtea, berriz, Azpeitiko anbulatorioan egin nuen; Maria Jesus

Bernaras izan zen nire tutorea, nire familia medikua ere bazena. Azken urtea Azpeitian eginda amaitu nituen ikasketak, eta gero, sekulako gauza kuriosoa gertatu zitzaidan.

## **Zer?**

Nirekin familia mediku espezialitatea egiten ari zen Huescako (Espainia) lagun bat ezkondu egin zen, eta jende pila bat joan ginen Huescara, ezkontza ospatzera. Hara iritsi ginenean, ezkontzaren aurreko gauean, kalera irten ginen zerbait hartzera, eta ezkondu behar zuen lagunak topo egin zuen berarekin unibertsitate ikasketak egin zituen neska batekin: Martarekin. Marta gurekin etorri zen afaltzera egun hartan, zerbait sortu zen gure artean, eta ordutik elkarrekin gaude.

## **Urrestillakoa zara zu, Huescan ezagutu zenuen Marta, eta Bartzelonan bizi zara egun. Nolatan hartu zenuen Kataluniarako bidea?**

Marta Huescako da, baina orduan ginekologiako espezialitatea egiten ari zen Bartzelonan. Bera ezagutu nuenean, Bartzelonara etorri nintzen uda bat igarotzera, 2003an.

## **Uste baino gehiago luzatu zen egonaldia, ezta?**

Bai, bai. Aurtengo udan hemezortzi urte beteko dira Bartzelonara etorri nintzenetik. Orduan, lan pila bat zegoen hemen, Euskal Herrian bezalaxe, eta hementxe hasi nintzen beharrean. Dena den,



2008ko ekonomia krisiaren ondorioz, asko jaitsi zen lana. Sekulako murrizketak izan ditugu Kataluniako osasun publikoan, eta asko okertu dira gure lan baldintzak. Gero eta paziente gehiago artatu behar izaten ditugu; udan ordezko langileek betetzen zuten gure oporraldia, eta hori dena kendu ziguten... 2008an sekulako zartatekoa eman zioten osasun zerbitzu publikoari.

**Zer irakurketa egiten duzu horretaz?**



Gurrutxaga Bartzelonan, Barceloneta hondartzan.



Urrestillako Ugarte baserrian, anaia gaztearen etxean.

Higiezinaren burbuila lehertu egin zen, eta orduan, politikariak beren burua salbatzen saiatu ziren. Horretarako, eremurik eskuragarrienera jo zuten: funtzionarioei murrizketak ezartzea zen egin zezaketen gauzarik errazena. Irakaskuntzan, osasun publikoan... egin zituzten murrizketak. Katalunian, arrazoi batengatik eusten zaio osasun sistema publikoari: profesionalen borondateari esker. Medikuntza ikasi duenak beti dauka alde erromantiko bat, ardura edo erantzukizun bat... Gaur-gaurkoz, profesionalak mantentzen dute osasun publikoa Katalunian.

**Egoera lehendik ere ona ez, eta orain, COVID-19 gaitza iritsi da.**

Ba bai, eta sekulakoa ari da izaten gaitz horrek ekarri duena. Pandemia oso-oso gogor bizi izan dugu hemen. Izurria dela eta, lehen aldiz beldurra sentitu dut lanean. Izan ere, gaitza iritsi zenean, bat-batean jendea hiltzen hasi zen, eta gazte batzuek oso-oso gaizki pasatzen zuten. Egoera horren aurrean, ez geneukan baliabiderik, ez materialik. Hasieran ez genekien birusak nola lan egiten zuen, jende asko kutsatu zen, eta anbulatorio batzuek atek itxi behar izan zituzten. Nik lan egiten dudana izan da itxi ez den anbulatorioetako bat.

**Nola eragin dizue kaos horrek guztiak zuen eguneroko lanean?**

Orduan jaio zen telelana guretzako. Pazienteekin komunikatzeko era aldatu zen; haiek bisitatu beharrean, kontsultak telefonoz egiten hasi ginen. Oso gaizki zegoela nabaritzen genuenari bakarrik esaten genion anbulatoriora etortzeko. Eta oraindik ere horrelaxe ari gara lanean. Medikuek erizain nahikoa ez dagoenez, ahal bezala ari gara moldatzen. Orain, lanean telefono bidez ari garenez, paziente gehiago artatzen ditugu. Lehen, egunean 30 bisita inguru izaten nituen, eta orain 50 bat pazienterekin hitz egiten dut telefonoz.

**Izurriak osasun zerbitzuak hankaz gora jarri dituen arren, agintariek ez dute osasun publikoaren aldeko apusturik egiten?**

Ez. Ez dira mediku eta erizain gehiago kontratatzen, kontratu eskasak egiten zaizkie horiei, Euskal Herrian baino soldata baxuagoa daukagu medikuok Katalunian... Egoera horren aurrean, osasun langileek alde egiten dute Kataluniatik. Horri gehitu behar zaio egungo ziurgabetasun politikoa. Kataluniak une honetan ez dauka duela hamabost-hogei urte zeukan xarma. Egun, arazo dezente ditugu Katalunian.

**Euskal Herria egoera hobean al dago?**



Iñaki Gurrutxaga. UTZITAKOIA

**"SEKULAKO MURRIZKETAK IZAN  
DITUGU KATALUNIako OSASUN  
PUBLIKOAN 2008TIK"**

**"KATALUNIA TIK EUSKAL HERRIA  
SEKULAKO INBIDIAREKIN  
BEGIRATZEN DUGU"**

**"IKUSTEN ARI GARA IZUGARRI  
UGARITU DIRELA ANTSIETATEA,  
DEPRESIOAK..."**

Askoz ere hobean, egoera ekonomikoari dagokionez. Euskal Herrian beste osasun zerbitzu batzuk daude, hezkuntza sistema hobea... Katalunian erdi mailako klasea desagertzen ari da, eta Euskal Herrian oraindik ere mantentzen da hori. Katalunian lanpostu asko oso prekarioak dira, oso justuko soldata kobratzen du jendeak... Etxebizitza eta bizimodua oso garesti daude, eta jendea justu-justuan bizi da. Hori gero eta gehiagora doa. Gainera, gatazka politikoa daukagu, eta horrek ez digu laguntzen. Espainiako Estatuak are gehiago estutzen gaitu; garbi dago hori. Hemendik Euskal Herria sekulako inbidiarekin begiratzen dugu. Hemen zera pentsatzen du jendeak: Euskal Herrian jakin dela gauzak egiten, Espainiako Estatuarekin negoziatzen, eta bizi baldintza onak dituztela biztanleek. Hemen, adibidez, jende askok dauka mutua bat, osasun zerbitzu pribatu bat. Zergatik? Sekulako itxaron zerrendak dauzkagulako osasun sistema publikoan. Hemen baino askoz ere osasun sistema hobea dago Euskal Herrian, alde handiarekin. Hemendik hala ikusten da: euskal herritarrek direla Espainia guztiko aberatsenak, eta gainera diru gehiena horientzat izaten dela.

**Aldi berean, Euskal Herriko independentistek ez al dute Katalunia inbidiaz begiratzen?**

Bai, ados nago horretan. Eta azken hauteskundeetan ikusi dugu zer gertatu den. Alderdi independentistek besteek baino boto gehiago jaso dituzte.

**Nola ikusten duzu Kataluniako panorama politikoa?**

Guk daukagun sistema Euskal Herrikoaren oso ezberdina da. Euskal Herrian, zuen dirua gordetzen duzue, eta Espainiako Estatuarekin negoziatu ostean, adostu duzuen kopurua ematen diozue Madrili. Kataluniaren kasuan, alderantziz gertatzen da: Madrilek diru dena jasotzen du, eta gero ematen digu estatuari egokia iruditzen zaion kopurua. Kataluniako independentisten ustean honako hau da: Espainiak bueltatu beharko ligukeena baino askoz ere gutxiago bueltatzen digula. Dena den, aditu askorekin hitz egin dut gai horri buruz, eta inork ez daki hori horrela dela azaltzen. Beraz, ez dakit egia al den Madrilek askoz ere diru gehiago eman beharko ligukeela edo informazio hori manipulatu egiten ote den.

**Zenbait pertsonak kritikatzeko duena da, pandemia tarteko, dena koronabirusaren poltsa horretan sartzen dela, eta beste gaixotasun batzuk ondo tratatu gabe gelditzen ari direla. Hori hala dela iruditzen al zaizu?**



CAP Casernes osasun zentroan, lankide batekin.

Bai, zalantzarik gabe. Baina horrek azalpen bat dauka. Hori arrazoi bategatik gertatu da: osasun publikoa ez zegoen prestatuta pandemiak ekarri duen guztiari aurre egiteko. Izurriari ondo erantzuteko, mediku, erizain eta erietxe bikoitzak beharko genituzkeen. Horren aurrean, sekulako esfortzua egin behar izan dugu egoerara egokitzeko. Eta osasun zerbitzuetan lanean ari den jendea benetan nekatuta dago, nazkatuta eta muga-mugan. Gauza asko daude ezin direnak ulertu; beno, arrazoi ekonomikoak kontuan hartuta bakarrik uler daitezke. Osasun zerbitzuetan lan egiten dugunok esaten ari ginen Gabonak ospatzen ez uzteko, eta utzi egin zen; orduan etorri zen hirugarren olatua. Orain ere ari gara hirugarren olatuari buelta ematen, eta Aste Santuaren beldur gara. Arauak murrizten badituzte, laugarren olatua etorriko da. Osasun langileok urtebete daramagu %200 ematen, eta erabaki horiek ez daukate aitzakiarik.

**Batek baino gehiagok zalantzan jartzen du pandemia bat bizitzen ari ote garen edota indar politikoen arteko gerra bat ote den egungoa. Zer esango zenieke iritzi hori dutenei?**

Egun batean larrialdietara etortzeko. Koronabirusa daukan jendearekin egun bat igarotzen baldin badute, ziurrenik gau horretan ez dutela lo lasai egingo. Benetako dramak ikusten ditugu medikuok, eta ez jende zaharraren artean bakarrik. Badago txertaketaren aurkako korrante bat, eta

uste dut korrante horretako gehienak gazteak direla, indartsu sentitzen direnak eta arrisku sentipenik ez daukatena. Eta nork esaten digu birus hau ez dela mutaturik eta 4-5 urteko umeei erasaten hasiko dela? Gertatu daiteke hori ere. Birusa mututzen ari da: Hegoafrikako, Britania Handiko, Brasilgo... aldaerak dauzkagu, eta horiek aldaera arriskutsuagoak dira. Garbi dagoena da orain dauzkagun txertoekin ez dela nahikoa izango izurriari aurre egiteko. Birusak eboluzionatzen duen neurrian, txertoek garatu egin beharko dute, eta gehiago txertatzen jarraitu beharko dugu.

**Txertoa da, beraz, zuzentzat itxaropena.**

Zalantzarik gabe. Ni dagoeneko txertatu naiz, Pfizerren txertoarekin. Ondoren, proba egin dut ikusteko ea odolean antigorputzak garatu ditudan edo ez, eta positibo eman dut. Nire ingurunean osasun langile denek ere positibo eman dute. Horrek esan nahi du koronabirus originalaren aurkako antigorputzak garatuta dauzkagula. Ez dakigu zenbat iraungo duten odolean defentsa horiek, baina sekulako alde da hor dauzkagula jakitea. Mundu guztia txertatzen denean, jende gutxiago gaixotuko da, osasun zerbitzuek arnasaldi bat izango dute, eta gero eta jende gutxiago kutsatuko da. Larri jartzen den jendea ere askoz gutxiago izango da; bide bakarra horixe da.

**Jende askoren galdera honako hau da: sekula itzuliko al gara lehen bezala bizitzera?**





Argazkilaritza da Gurrutxagaren afizioetako bat; irudian, kamera batekin.

Lehen bezala bizitzea baldin bada maskararik gabe bizitzea, bai; horretara iritsiko gara seguru-seguru. Agian, ordea, osasun zerbitzuak baliatzerakoan maskara erabili beharko dugu aurrerantzean; ez dakit nola joango den kontua. Hori bai, gizartea nahiko lo eta motel ikusten dut. Politikariak pandemia aprobetxatzen ari dira gauzak are gehiago estutzeko, eta niri bezala, jende askori eragin diote murrizketa horiek. Bien bitartean, burua beste gauza batzuetan daukagu: “Ea tabernara pintxo bat jatera joaten uzten didaten”, “ea nire semeak futboleak joka dezakeen...”.

Iruditzen zait zentzu horretan gizartea atzera egiten ari dela. Lan baldintzak aldatu egingo dira, eta agintzen duen jende horrek egoera aprobetxatuko du gizartea gehiago estutzeko, gizartea bera konturatu gabe.

**Beraz, zure ustez posible da osasun larrialdia tarteko gizarteak eskubide batzuk galtzea?**

Bai, posible da. Nire lanbidean dagoeneko ikusten ari naiz hori: guk galdu ditugu lehen genituen eskubide batzuk. Gero ez dakigu zer pasatuko den, baina orain egiten ari garen lana txerrikeria bat da; izan ere, ez da egokia jendea telefonoz artatzea. Ez dugu horretarako ikasi, eta iruditzen zait ez dela hori jendeak nahi duena. Horretara bultzatu nahi gaituzte, eraginkortasuna lortzeko, gutxiarekin gehiago egiteko. Betikoa.

**Urtebete beteko da hil honetan COVID-19 gaitza tarteko etxean sartzera behartu gintuztenetik. Ordutik, ez dira**

**gauzak gehiegi aldatu. Nola eragin dio honek guztiak jendearen buru osasunari?**

Psikologikoki izugarri eragin dio jendeari. Ikusten ari gara izugarri ugari direla antsietatea, depresioak, elikadura nahasmenduak... Bizi aldaketa honek jende asko desorekatu du: jende askok kalera irteteko beldurra dauka, erlazionatzeko beldurra; beste batzuk beren munduan sartu eta ez dira hortik irteten; jende askori odol analisiak asko okertu zaizkio, kolesterola igo egin da, azukrea ere bai... Gizarteak, oro har, sekulako kolpea hartu du, eta hori osasunean nabari da, bai buru osasunean, bai bestelako emaitzetan. Eta ez jende heldua bakarrik, jende gazte pila bat ari da oso gaizki pasatzen.

**Pentsatu al duzu sekula Urrestillara itzultzea?**

Lehen hamar urteetan, egunero. Izan ere, oso-oso gustura bizi nintzen Urrestillan. Ugarte baserrikoa naiz ni, bi anaia dauzkat, gurasoekin beti harreman oso estua izan dut... Lehen egunero pentsatzen nuen itzuli behar nuela, baina orain ez daukat hori horrenbeste buruan. Izan ere, bi alaba dauzkat, eta asko lotzen naute haiek. Dena den, gustatuko litzaidake jubilatzen naizenean-edo itzultzea; txakur pare bat ekarri, mendi buelta batzuk eman, lagunekin egon... Leku zoragarria da Euskal Herria. Gainera, gauza bat esan nahi dut: urteotan guztietan euskaraz hitz egin diet alabei beti, nahiz eta beraiek gaztelaniaz erantzuten didaten. Oso garrantzitsua iruditzen zait hori. ■■■



# Nola heldu gara honaino

Koronabirusa, COVID-19a edo Sars-CoV-2 hitzak herritarren zati handi batentzat ezezagunak izatetik eguneroko kontu izatera igaro dira urte batean; hain zuzen ere, hil honetan bete da urtebete osasun krisia hasi zenetik. Hilabete gutxiko kontua zirudien osasun larrialdia uste baino gehiago ari da luzatzen mundu osoan, eta Uztarrria hainbat sektoretako ordezkariekin bildu da ezohiko azken urtearen errepassoa egiteko. Testua: **Anartz Izagirre eta Maialen Etxaniz**. Argazkiak: **Ihintza Elustondo eta utzitakoak**.

**B**eti esan ohi da gizakiak egoera berrietara egokitzeko ahalmena duela, eta egoera zailenetan ere aurrera egiteko gaitasuna izan ohi du. COVID-19 gaitzak eragindako pandemiak goitik behera aldatu du eskualdeko zein herriko ekonomia, eta Iraurgi Berritzen garapen agentzia Espainiako Gobernuak itxialdia agindu bezain pronto jarri zen harremanetan Azpeitiko zein inguruko herrietako enpresekin.

Begoña Beobide Iraurgi Berritzeneko zuzendariak dioenez, 2019. urtea bukatzerako eta 2020. urtea hasterako ekonomiaren makaltzea zetorrela erakusten zuten datuek, baina martxoan izan zen “benetako kolpea”. Bat dator Itziar Abarisketa Iraurgi Berritzeneko Enplegu eta Enpresa Arloko koordinatzailea ere: “Adituek zioten epe horretarako krisia etorriko zela, baina inork ez zuen espero halako ezer izango zenik”. Beobidek dio, enpresentzat ez ezik, garapen agentziarentzat ere “kaosa” izan zela iazko udaberrian gertatutakoa; hala eta guztiz, eskualdeko enpresek iazko urtea “uste baino hobeto” amaitu zutela dio Beobidek: “Udazkenean aurreikusten genuen %25 jaitsiko zirela fakturazioak, baina azkenean, %15-20 bitarteko jaitsiera izan da. Enpresa batzuek, gainera, inoiz baino gehiago fakturatu dute; esaterako, automozio enpresek”.

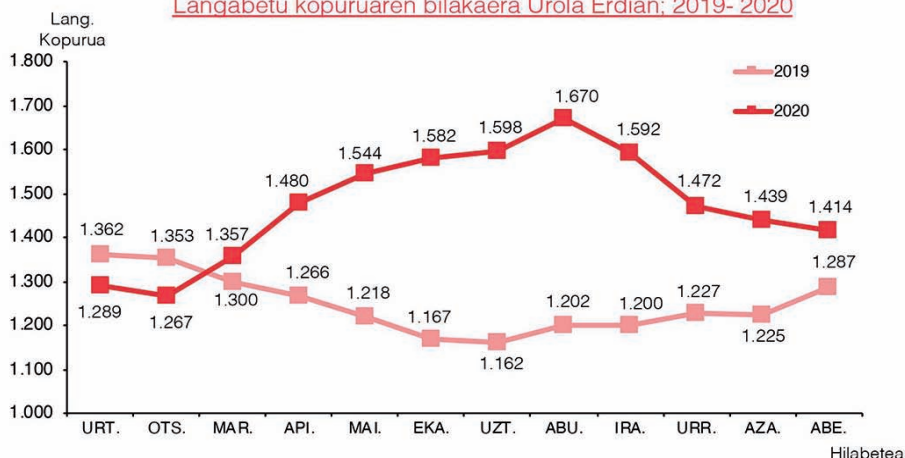
Abarisketaren arabera, azken urtebetean “fase desberdinak” bizi izan dituzte eskualdeko enpresek: “Hasieran, segurtasuna zen denon lehentasuna: EPIak lortzea, maskarak banatzea... Ondoren, berriz, ABEEEn [Aldi Baterako Enplegu Erregulazio Espedienteak] kudeaketa”. Beobideren esanetan, digitalizazioa izan zen hasiera-hasieratik enpresa askoren erronka eta oztopoa: “Egoera honek behartu gaitu orain arte gauzak egiteko genituen hainbat modu zalantzan jartzera. Lehen aurrez aurre egiten ziren jarduera asko orain *online* egiten dira; adibidez, bilerak”. Abarisketa ere bat dator: “Orain arte digitalizazioa urrun ikusten zuten enpresa askok, prozesua azkartu egin da, eta egoera honek estrategia birdefinitzeko beharra ekarri die hainbati”.

### **ABEEEk, eguneroko ogi**

Ezezagunak izatetik, herritar guztien ahotan egotera igaro ziren Aldi Baterako Enplegu Erregulazio Espedienteak denbora laburrean, eta ez da gutxiagorako; izan ere, 2020ko martxoaren 16tik abenduaren 31ra bitartean, guztira, 256 ABEEE izan ziren herrian; horietatik gehienak zerbitzuen sektorean, eta, bereziki, ostalaritzan. Pandemiaren hasiera izan zen ABEEE gehien egin ziren unea, hortik aurrera, beheraka joan zen kontua. Beobideren esanetan, enpresa askok “enplegua mantentzeko” erabili zituzten espediente horiek.

Enpresen ohiko jardueran ez ezik, langabezia tasan ere zuzen-zuzeneko eragina izan du pandemiak, eta Iraurgi Berritzenek egindako diagnostikoaren arabera, 2019. urtean baino 52 pertsona gehiago zeuden langabezian joan zen abenduan Azpeitian. Abenduan %8,8ko langabezia tasa zuen Azpeitiak –%10,8 emakume zeuden lanik gabe eta %7,1 gizon–; Urola Erdiko (%9), Gipuzkoako (%9,8) eta EAeko (%12,1) batez bestekoaren azpitik zegoen kopurua. Abarisketak dio abuztutik aurrera jaisten joan dela langabezia tasa:

### Langabetu kopuruaren bilakaera Urola Erdian; 2019- 2020



“2019. urtearekin alderatuta, egoera guztiz aldatu zen 2020ko martxoan, eta langabezia igo egin zen abuztura bitartean; hortik aurrera jaisten joan da”. Biek ala biek diote “orain arteko joera” mantendu dela langabetuen adierazleetan; hau da, lanik gabe daudenen gehiengo oinarrizko ikasketak dituztenak direla, eta nabaria dela genero arrakala ere.

Ikusitakoa ikusita, Iraurgi Berritzeneko kideek diote azken urtebeteko datuak ez direla “hain txarrak” izan, eta hainbat gauza on ere ekarri dituela izurriteak: “Martxoaren amaierarako egingo dugu beste diagnostiko bat, eskualdeko egoera ekonomikoaren berri emateko. Esan dezakeguna da egoerak elkarren beharra dugula erakutsi duela; konfiantza eta harremana asko hobetu dira”. Datozen hilabeteetara begira jarrita, berriz, “ziurgabetasuna” aipatzen dute biek, eta hil honen amaierarako egingo duten diagnostikoan islatuko dela azken hiru hilabeteetako egoera.

#### **Gizarte babesa oinarri**

Koronabirusak eragindako ziurgabetasunak eta ezjakintasunak ez zituen herritarrak bakarrik aztoratu. Izan ere, Azpeitiko Udalak bere eguneroko jarduna ez ezik, zerbitzuak eta erakundearen zenbait helburu egokitu egin behar izan zituen egoera berrira. Nagore Alkorta alkateak dio “oso ondo” gogoratzen dela martxoko egun hartaz: “Alarma egoera martxoaren 13an ezarri zuten 463/2020 Errege Dekretuaren bidez, eta informazioa tantaka iristen zitzaigun instituzioetatik”. Alkortak dio Udal Gobernuak argi zuela zerk izan behar zuen erakundearen lehentasuna: “Lehen lana izan zen zer behar sor zitezkeen ikustea eta zaurgarrienak izan zitezkeen kolektiboak identifikatzea”.

“Azkar” iritsi ziren udalaren lehen neurriak; halaxe dio Alkortak: “Alarma egoera ezarri eta handik bi egunera, 600.000 euroko laguntza lerroa atera genuen, COVID-19ak kolpatutako sektoreei laguntzeko. Euskal Herrian lehenak izan ginen hori egiten”. Horrez gain, 1,7 milioi euro bideratu zituzten egoera berrira egokitutako Ekonomia Sustapenerako Plan Integralera. Boluntario sarea eratzea

izan zen udalak 2020ko martxoan hartu zuen beste erabakietako bat, eta, guztira, 130 pertsonak eman zuten izena laguntzeko: “Boluntarioen lana oso garrantzitsua izan zen. Guztira, 2.000 familiari deitu zieten horiek, eta 200 bat pertsonak eskatu zituzten oinarritzko laguntzak. Saretuta dagoen herri bat garela erakutsi genuen”. Bestalde, elikagai bankuaren eskaera igo egin zela dio Alkortak; ia 300 familiari banatu zitzaizen janaria.

Koronabirusak epe motzeko zein luzeko hainbat plan aldarazi bazizkien ere, Alkortak dio herri proiektuei eusteko aukera izan zutela: “Noizbait iritsiko gara normaltasunera, baina normaltasun horretara nola iristen garen ere oso garrantzitsua izango da. 2020an guretzako garrantzitsuak ziren proiektuei heldu ahal izan genien; esaterako, Larringo industrialdearen proiektuari”. Alkortak dioenez, etorkizuneko herri proiektuetarako garrantzitsua izan zen 2020ko udal aurrekontuak eta 2019ko aurrekontuen likidazioa onartuta izatea. Halere, udalaren finantzaketan “zuzeneko eragina” izan zuten murrizketak izan zirela dio: “Gipuzkoako Foru Aldundiaren foru funtsetik 800.000 euro gutxiago jasoko ditu Azpeitiko Udalak 2021ean; gure lehentasunak finkatuta ditugu, baina egokitzapenak eginda”.

#### **Une zailak**

Oro har, azken hamabi hilabeteak “zailak” izan badira ere, Alkortak momentu bat nabarmendu du: “Saninazioetarako sekulako kezka genuen eta neurriak asko gogortu genituen kutsatzeak saihesteko. Tabernariekin ordutegiak murriztea adostu genuen”. Alkortak dio ez-festak ondo joan zirela, baina abuztuko fokua “ustekabeen” harrapatu zituela: “Nekane Murga Jaurlaritzako orduko osasun sailburuak informazio xehea ematen zigun; une oso gogorak izan ziren, baina baheketa masiboa egiteak neurriak zehazten lagundu zigun”.

Alkateak badaki datozen hilabeteak ez direla errazak izango, baina argi dituzte lehentasunak: “Udalaren helburu nagusiak gizarte babesa, inor atzean ez uztea eta ekonomia sustatzea izango dira”. Ildo horretatik, izurriteak udalaren jarduna baldintzatu eta egunerokotasuna aldatu baditu ere, “lehentasunak birdefinitzeko aukera” izan dutela dio Alkortak, eta horren erakusle dela eskuartean duten 2030 Plan Estrategikoa. Alkateak dio udala izan ohi dela “herritarrek jotzen duten lehen atea”, eta argi dutela zein den beren egitekoa: “Pandemia honek herritarrengan izan duen eraginei erantzutea dagokigu, eta horrekin batera, normaltasunerako bidean urratsak egin behar ditugu”.

#### **Ustekabez betetako urtea**

Ana Errasti Azpeitiko anbulatorioko arduraduna da, eta lehen lerrotik bizi ditu pandemiaren etorrerak osasungintzan eragindako gorabehera guztiak. Haren arabera, “urte oso zaila” izan da iragan dena, “ustekabez betetakoa eta lan karga handikoa”. Egun batetik bestera, “goitik behera aldatu” zitzaizen lan egiteko modua, eta “erronka ugari” izan dituzte urtean zehar: “Aldaketa asko izan ditugu gure eguneroko jardunean. Pazienteak artatzeko modua aldatu behar izan dugu. Bi zirkuitu jarri ditugu osasun zentroetan:

**MARTXOAREN 16TIK  
ABENDUAREN 31RA  
BITARTEAN 256  
ABEEE IZAN ZIREN  
HERRIAN**

**IZURRITEAGATIK  
“LEHENTASUNAK  
BIRDEFINITZEKO  
AUKERA” IZAN DUTELA  
DIO ALKORTAK**

## **PANDEMIAK ERAKUTSI DU OSASUNGINTZAN “GABEZIAK” DIRELA, ERRASTIREN USTEZ**

## **HAURREK ALDAKETAK ETA ARAUAK “OSO BARNERATUTA” DITUZTELA IKUSI DUTE HEZITZAILEEK**

bata COVID-19aren sintomak dituzten pazienteak hartzeko, eta bestea sintomarik gabekoentzako”. Horrez gain, antigeno eta PCR probak egiteko lekuak egokitu behar izan dituzte, eta lan horiek egin. “Positiboei jarraipena egin eta gomendioak ematen ere ibili gara. Gainera, babes neurriak hartzen ikasi behar izan dugu“. Era berean, aurrez aurreko kontsultak murriztu, eta lanaren zati handi bat telefonoz egitera igaro dira. “Horrek bere alde onak eta txarrak ditu. Kontsultak telefono bidez eginda, jendeak ez du bere eginkizunak alde batera utzi beharrik osasun zentrora etortzeko, eta gauza asko konpontzen ditugu telefonoz. Beste askok, ordea, nahiago dute lehen bezala kontsultara etorri. Kasu horietan, pazienteekin lehen hartu-emana telefonoz egiten dugu”.

Errastiren esanetan, aurreneko asteak “oso gogorrak” izan ziren. “Protokoloak oso aldakorrek ziren, guk ere kutsatzeko beldurra geneukan, ez zegoen ia materialik, ez genekien zer aldaketa egin behar genituen...”. Haren arabera, “unerik gogorrenak” kasuen gorakadak jazo ziren hilabeteak izan ziren. “Lan hori guztia aurrera ateratzea oso gogorra izan zen. Izan ere, lan karga handia genuen, langile falta zegoen, haietako batzuk positibo emanda zeuden... Egun haiek oso luze egin zitzaizkigun, baina hilabetez hilabete egoera aldatzen joan da. Aurreneko olatua kaos moduko bat izan zen; informazio falta zegoen, beldurra... Bigarren olatuak, aldiz, emozionalki arrastoa utzi zuen: lan karga, neke ikaragarria, estresa... Orain nekatuta gaude, baina, egoerara egokitu gara, eta hobeto gaudela esan daiteke, elkarrekin lan egiten ikasi baitugu”.

Pandemiak erakutsi du osasungintzan “gabeziak” direla, anbulatorioko arduradunaren ustez. “Hasieran material falta genuen, ez genuen maskararik ere. Dena den, gero ikusi da profesionalen falta izan dela gehien nabaritu eta azalatu dena; batez ere, medikuen falta”.

Egoera honetan, “gauza ugari ikasi” dituzte anbulatorioko langileek: “Osasuna guztion esku dagoela, eta ez bakarrik osasun sistemaren esku; babes neurriak oso garrantzitsuak direla, eta horiek errespetatuz gero, kasuek behera egiten dutela; guztion lana ezinbestekoa dela –garbitzaileena, garraiolariena, administrariena eta abar... Denak izan gara beharrezkoak, eta elkarlanean aritzen ikasi dugu. Horrez gain, erakundeekin harreman zuzena eta koordinazioa izatea garrantzitsua dela ikusi dugu: alkatearekin, udal zerbitzuekin... Halaber, laneko prebentzio zerbitzuen eta aseguru lanak duen garrantziaz ere jabetu gara”.

Aurrera begira jarrita, Errastik uste du gizarte zerbitzuak, hezkuntza eta osasungintza “behar bezala indartu” behar direla. “Pandemiak hori erakutsi digu”.

### **Ezinbestean, egoerara egokitzen**

Gazteria Saileko hezitzaileen lana ere asko aldatu da urtebetean. Harremanak asko hoztu direla diote, eta haurrekin zein nerabeekin lan egiteko modua desberdina dela. Haurrak “egoerara egin” direla pentsatzen dute; nerabeak, aldiz, “gogaituta” sentitzen direla. Hala diote Azpeitiko ludoteketako eta Gaztelekuko hezitzaileek.

Haiek azaldu dutenez, gazteria zerbitzuetan “moldaketa ugari” egin behar izan dituzte. “Materialaren erabilera egokitu behar izan



dugu, edukiera mugak, txandak, erreserbak... Horrek guztiak eragina izan du zerbitzuetako erabiltzaile kopuruan. Ludoteketan, esaterako, behera egin dute bazkideen kopuruek. Gaztelekuan, berriz, izen-emate asko izan dira, baina une honetan ia egunero nerabe berberak etortzen dira. Gure zerbitzuetara gerturatzeko informaltasuna galdu egin da, eta pandemiak dena planifikatzea ekarri duenez, eragin nabarmena izan du gure egunerokotasunean”.

Ludoteken kasuan, musukoa “oztopo handia” izan da haurrekin lan egiterakoan: “Muga bat izan da hitz egiterakoan edo hitzik gabe komunikatzerakoan –irribarreak, aurpegiko espresioak...-. Haur askok eskatu digute ea une batez maskara kendu ahal dugun, gure aurpegiak nolakoak diren ahaztu dutelako, eta hori oso adierazgarria dela uste dugu”.

Haurrek aldaketak eta arauak “oso barneratuta” dituztela ikusi dute hezitzaileek, eta pandemiaren gaia “oso presente” dutela. “Nahasmen asko eragiten dizkie zenbait egoerak; adibidez, eremu batzuetan lagunekin ezin egoteak eta kalean zein ikastetxean denak elkarrekin lasai ibiltzeak. Nerabeak, aldiz, kexu agertzen dira; gazteenak oso mugituta sumatzen ditugu, eta helduenak, berriz, nahiko gorabeheratsu”.

Asko dira pandemiak azaleratu dituen auziak, hezitzaileen ustez. “Azken urteetan umeek askatasun eta autonomia gehiago izan zezaten egindako lanketek galera handia izan dute. Elkarrekin jolastea, elkarlana, kontaktu fisikoa... guztiz mugatu dira. Asko kezkatzen gaitu horrek guztiak haurren etorkizunean izango duen eraginak; izan ere, berehalakotasuna kendu zaio haurren harremantzeko moduari. Bestetik, oso bizimodu egituratua bizitzea egokitu zaie, eta individualismoa asko areagotu da. Nerabeen kasuan, berriz, bestelakoa da egoera. Lehendik ere nerabeek ez zuten fama onik, eta honek guztiak ez die beren estatusa hobetzeko balio izan. Elkarrekin egoteko eremu gutxirekin gelditu dira, eta nerabeen beharrak sekula baino gehiago gelditu dira agerian”.

Ana Errasti eta Nagore Alkorta, urriko baheketaren une batean.

# UztARRIA BAZKIDE

Uztarriaren tresnak aldatuta ere, zuen beharra izaten jarraitzen dugu.



**Egin zaitez bazkide!**

Bazkide egiteko: [bazkide@ukt.eus](mailto:bazkide@ukt.eus) • 943-15 03 58

## NON DAGO UZTARRIA?



Leire Fernandez da hilabete honetako irabazlea.



Otsaileko Uztarrria aldizkarian Uztarrria pertsonaia non ezkutatuta zegoen asmatu behar zen: 36. orrialdean zegoen ezkutatuta, eta Leire Fernandez bazkidea izan da irabazlea. Lehiaketan parte hartzeko aurkitu aldizkarian Uztarrria pertsonaia eta bidali erantzuna [lehiaketakuztarrria@gmail.com](mailto:lehiaketakuztarrria@gmail.com) e-postara martxoaren 18a baino lehen. Bazkidearen izena eta telefono zenbakia zehaztu behar dira. **Saria:** Kutxillo urdaitegiaren produktu sorta.



URDAIAZPIKO,  
HESTEBETEAk eta GAZTAK

Etxeko berezitasuna:  
EZKUR URDAIAZPIKO IBERIKOIA



Eñaut: 656 79 14 19  
Oier: 618 24 01 73  
[kutxillo@gmail.com](mailto:kutxillo@gmail.com)  
Damazo Azkue 6  
AZPEITIA



## " Ikasteko metodologiarengatik, lan munduarekin duen gertutasunagatik eta lan-ikaste partekatzea ahalbidetzen duelako aukeratu nuen Mondragon Unibertsitatea "

**X**inyi Shu (Azpeitia, 21 urte) Industria Prozeuetako Ekoteknologiako Ingeniaritzako hirugarren maila ikasten ari da Mondragon Goi Eskola Politeknikoan, Orona Ideo campusean.

**Definitu apur bat zure burua: Non egin dituzu orain arteko ikasketak? Baduzu**

**hobby edo zaletasunik?**

7 urterekin etorri nintzen Txinatik Azpeitira. Karmelo Etxegarai, Perdillegi eta Urola ikastetxeetan aritu izan naiz ikasten. Irakurtzea asko gustatzen zait, baita pelikulak edo telesailak ikustea ere.

**Zergatik aukeratu zenuen Industria Prozeuetako Ekoteknologiako Ingeniaritza gradua? Eta zergatik Mondragon Unibertsitatea?**

Prozesu industrialak nola doan jakin nahi nuelako: nondik etortzen diren egunero erabiltzen ditugun tresneriak, nola egiten diren... Gradua duen ikuspegi ekologikoak ere pisua izan zuen aukeratzeko. Unibertsitate honetan sartzea pentsatu nuen bere irakasteko metodologiarengatik, lan munduarekin duen gertutasunagatik eta lan-ikaste partekatzea ahalbidetzen duelako.

**Nola baloratuko zenuke orain arte bizitako esperientzia?**

Fabrikazio prozesuetan eta materialetan asko zentratzen den gradu bat da, eta ez nuen espero gai horietan aditua izaten bukatzea. Sei hileko bakoitzean proiektu bat egiten da, erronka dezente izaten dira batzuetan, eta gauza asko ikasteko balio dute. Dualari dagokionez, jada bigarren urtea egiten ari naiz; lan esperientzia handia hartu dut, baina beste gauza asko sakrifikatu behar dira hau aurrera eramateko. Bost ordu unibertsitatean eta beste lau lanean egotea gogorra egiten da.

**Nola definituko zenuke Goi Eskola Politeknikoan jasotzen duzun ikasteko metodologia?**

Oso metodologia interesgarria da, talde lanean nola aritu irakasten dizu, pertsona ezberdinekin tratatuz eta zure antolamendua jarraituz. Urteak aurrera joan ahala, proiektuen iraupena eta zailtasuna igo egiten dira, lan mundura gehiago gerturatuz. Aipatu beharra dago, sei hileko proiektuez aparte,



Xinyi Shu Mondragon Unibertsitateko ikaslea da.

ebaluaketa jarraia edukitzea oso onuragarria dela eta egiten diren praktikak ere interes handikoak direla.

**Unibertsitatez zer da gehien gustatzen zaizuna? Eta zerbait hobetzeko?**

Ikasgelan nahiko gutxi gara, eta irakasleekin gertutasun handia dugu. Proiektuak garatzerakoan ikaskideekin nahiko harreman estua sortzen da, eta irakasleekin ere bai. Beste gauza bat asko gustatzen zait: software oso erabilgarriak eta aurreratuak erabiltzen ditugu, enpresa askotan baliagarri direnak. Zerbait hobetu beharko banu, baliabideak izango liriteke: izan ere, praktika asko egitera Arrasatera joan behar izaten dugu, eta baliabide gehiago eta campus giro hobea dago han.

**Lanean ari zara ikasten duzuen bitartean, dual ereduari. Non ari zara jardunean eta zer lan mota egiten duzu?**

Azpeitiko Elmubas fabrika egiten dut lan, prozesuko departamenduan. Nire lana da langileengandik informazioa eskuratzea, hori erregistratzea, aztertzea eta ondoriok ateratzea. Horrekin produkzioaren eraginkortasuna hobetu nahi da, makinaren errendimendua hobetuz, operadoreen lana erraztuz edo dagoen espazioa ondo kudeatuz. Klasean landutako gauza asko ikusi ditut, eta horiek errealitatean nola aplikatzen diren lekuko izan naiz. Beti esaten da teoriak errealitatearekin ez duela zerikusi askorik, baina lanean lortutako esperientziaren bitartez, bien arteko zubia nola egin ikasten da.

**Zer-nolako ekarpena egiten dizu eredu dualak?**

Klasean landutako teoria errealitatean nola aplikatzen den ikusten da, zure denbora ondo antolatzen ikasten duzu, lan munduak duen konplexutasuna esperientzatzen da, eta, noski, curriculumerako oso positiboa da.

# “Orain posible da guk ezin izan genuena egitea”

**OIHANA ORBEGOZO** PILOTARIA

Haurra zela hainbeste maite zuen afizioa alboratu ostean, 33 urterekin frontoietara itzuli zen Oihana Orbegozo (Azpeitia, 1985), eta ordutik, bi txapel irabazi ditu. Bere ibilbideaz hitz egin du pilotariak.

Testua: **Elena Margüello**. Marrazkia: **Olatz Alkorta**. Argazkiak: **Utzitakoak**.

**U**metatik izan du Oihana Orbegozok pilotarekin lotura estua. Urte batzuetan afizioa alboratuta izan badu ere, aukera ikusitakoan berriro itzuli da hainbeste “betetzen” duen kirola praktikatzera. “Umetan neure kasa ibiltzen nintzen pilotan.

Txikitan, jolas denboretan, beti pilotarekin jolasten nuen. Geroago, asteburuetan ere hasi nintzen pilotan jokatzeko, eta edonora joanda ere, lagunekin frontoian ibiltzen nintzen”, azaldu du azpeitiarrak. Hiru urtez eskola kirolean pilotan aritu ondoren, Ilunpe pilota elkartearen egin zuen urtebete Orbegozok. “Neska bakarra nintzen, eta mutilekin aritzen nintzen”, gogoratu du. 14 urterekin, ordea, ez zuen pilotan jarraitzeko aukerarik eskola kirolean, eta Ilunpen mutilekin jarraitzea ez zen “batere erraza”, adin horretan nesken eta mutilen artean indar aldetik aldaketa gauzatzen delako eta beren artean “koska nabarmena” egoten delako. Orduan utzi zuen pilota Orbegozok.

Dena den, 33 urterekin itzuli zen berriro frontoietara –egun 35 ditu–; orduko hartan, beste emakume batzuekin lehiatzera. “Emakume Master Cup txapelketako finala ikusi nuen; Nagore Aramendi azpeitiarrak jokatu zuen lehia hura”, gogoratu du. Finala amaitzean egindako elkarrizketan, non entrenatzen zuen galdetu zioten Aramendiri, eta hark Azpeitian erantzun zuenean, “harra piztu” zitzaion Orbegozori: “Berarekin harremanetan jarri nintzen. Taldea eginda zegoen ordurako, eta beraiekin entrenatzeari ekin nion”.

Gazte garaian pilotan aritu izanak “lagundu” egin dio azpeitiarrari kirol horri berriro ekitekoan. Hasieran, giharretako mina izaten bazuen ere, orain arte ariketa fisikoa egin izanak “bidea erraztu” diola uste du.

Gaur egun, lana erreleboetan egiten duenez –batzuetan goizez, eta besteetan arratsaldez–, entrenamenduak ordutegiaren arabera moldatzen ditu Orbegozok: “Pandemia hasi arte, goizez lan egiten nuenean, asteen pare bat aldiz





entrenatzen nuen. Goizez entrenatu behar izaten nuenean, aldiz, Nagorerekin [Aramendi] gelditzen nintzen; umeak eskolara eramatean, frontoira joaten ginen”. Pandemiak, ordea, entrenamendu ohiturak aldatu dizkio Orbegozori, eta “bi astetik behin, pare bat aldiz” edota “ahal denean” entrenatzen du.

Hala ere, bere kasa kirola praktikatzen saiatzen dela dio pilotariak. Itxialdian entrenatu ez bazuen ere, gero Urrestillako frontoira joan eta han entrenatzen hasi zen: “Udan pilota mistoarekin hasi nintzen jokatzeko, eta ohitzeko entrenatu egin behar izan nuen”. Izan ere, eskuarentzako “gogoragoak” dira mota horretako pilotak, eta “gehiago eskatzen” diote pilotariari. “Osasun larrialdiak neure kasa gehiago entrenatzera bultzatu nau”, adierazi du Orbegozok. Bestalde, entrenamenduetan ez ezik, osasun larrialdiak emakumezkoen pilota txapelketetan ere eragin duela azaldu du pilotariak.

Haren hitzetan, lana eta pilota uztartzeko “ezinbestekoa” da etxekoen laguntza. “Gustuko dut pilota, eta denbora atera egiten da gustuko gauzetarako; libre ditudan tarteak pilotarako hartzen saiatzen naiz”. Bestalde, jarraikotasuna “ezinbestekoa” dela dio, “eta are gehiago egoera honetan”. Dena den, pandemiak eragindako ezohiko egoera tarteko, alde batetik bestera bakarrik mugitzeak “nagikeria” eragiten dio eta “gehiago” kostatzen zaio.

Pilotari berriz ekin zionetik, bi txapel irabazi ditu Orbegozok: bata San Fermin Torneoan, eta bestea Binakako Emakume Master Cup txapelketan. “Bi esperientziak oso desberdinak izan dira, baina oso politak”. Lehen garaipena orain dela bi urte lortu zuen: “Txapel hura eskuratu ostean, lasai erretira nintekeela esaten

nuen”, gogoratu du pilotariak. Harentzat aurreneko finala izan zen Iruñeko Labrit pilotalekuan jokaturakoa. “Oso polita izan zen. Giro ederra zegoen frontoian, eta zaleek sekulako bultzada eman zidaten animoekin”. Bigarren txapela eskuratu zueneko, berriz, “oso desberdina” izan zen Orbegozorentzat; izan ere, frontoia hutsik zegoen egun hartan. Hala ere, “pandemia garaietan jokatzeko aukera” izateak eta pilota mistoarekin hasi berri zela txapela lortzeak “sekulako poza” eman zion pilotariari.

Duela urte batzuk hasi ziren Emakume Master Cup antolatzen, emakumeen pilotari bultzada eman dion txapelketa. Orbegozoren ustez, “behar” zen mota horretako egitasmo bat. Pilotariak kontatu duenez, txapelketa hori antolatzen hasi aurretik, topaketa bat egin zuten Bartzelonan, eta Euskal Herriko jende pila bat joan zen hara: “Han konturatu ziren guztiek pilotarekiko interesa zutela”. Emakume Master Cup txapelketa antolatu zenean, beraz, emakume “asko” hurbildu zen pilotaren

## Oihana Orbegozo

- **Jaiotze data:** 1985eko maiatzaren 22a.
- **Ikasketak:** Goi Mailako Kirol Ekintzen Sustapena.
- **Lanbidea:** Biltegiko langilea.
- **Pilotaria ez banintz...** Kirolarekin loturaren bat duen zerbait egingo nuke.
- **Lanetik ateratzean gogoko dut...** Lasai egotea.



mundura, eta gaur egun “geroz eta gehiago” direla sentitzen du Orbegozok. “Lehen pilotan ibilitako batzuk jokatzera itzuli gara, orain hasi direnak ere badira tartean eta umetatik pilotan ibiltzeari utzi ez dioten emakumezkoak ere gero eta gehiago dira”.

Emakumezkoen pilota geroz eta indar handiagoa hartzen ari bada ere, gizonezkoen eta emakumezkoen pilota ez daude maila berean oraindik. Guztiek txikitatik pilotan jokatzeko aukera izan badute ere, emakumezkoen pilotan orain gutxira arte “zaila zen jarraipena ematea”, Orbegozoren arabera: “Gizonezkoek beti izan dute egutegi bat”. Gaur egun, gauzak “aldatzen” ari dira, ordea, eta orain, pilota gustatuz gero, “entrenamenduetara batu eta txapelketetan parte hartzeko aukera” badagoela dio azpeitiarrak. “Orain posible da guk ezin izan genuena egitea”.

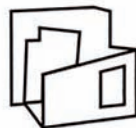
Pilotan aritzeko ez ezik, kirol hori telebistan ikusteko ohitura ere badu Orbegozok. Txikitan Retegik eta Belokik nola jokatzeko zuten gustatzen zitzaion. Orain, berriz, Zabaleta eta Altuna ditu atsegin: “Ez dira erreferenteak, baina gustuko ditut”, azaldu du pilotariak. Bestelakoa da gainerako emakumeenganako duen sentimendua. Maite Ruiz de Larramendiren edota Patricia Espinarren ibilbidea “kontutan hartzekoak” direla iruditzen zaio Orbegozori. “Gainerako emakumeekin jokatzeko plazera da niretzat; asko ikasten dut beraiekin”.

Lanean edo pilotan ari ez den uneetan, “ahalik eta denbora gehien” umearekin pasatzea gustatzen zaio Orbegozori, eta aukera dagoenean, lagunekin egotea ere atsegin du. Mendian eta paseatzen ere “asko gozatzen” duela dio; izan ere, “beti” izan du kirolerako afizioa pilotariak. ■



erreforma integralak

dica.



**URRATEGI**  
INTERIORISMO  
barne diseinua

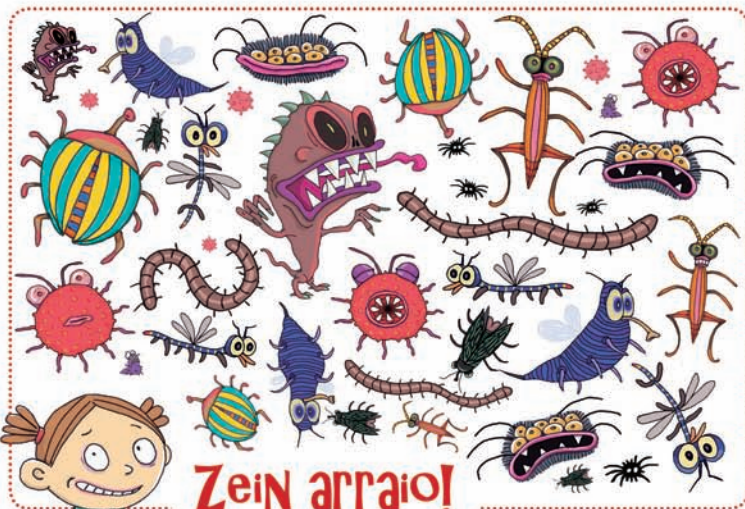
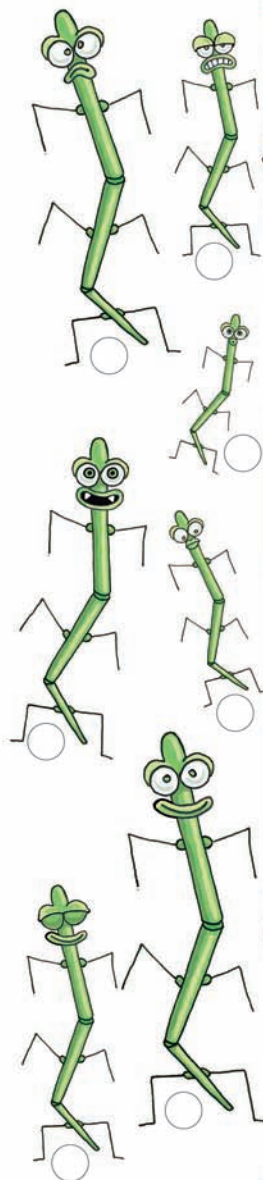
[www.urrategiinteriorismo.com](http://www.urrategiinteriorismo.com)

Arragueta 27  
20600 Eibar

Arretxe 9  
20730 Azpeitia

# Handitik txikira

Makila-zomorro hauek neurriaren arabera ordenatu behar dira. Hau da, handienari 1 zenbakia emanez, eta txikienari 8.



## Zein arraio!



Maripurtzil bihurri horrek zomorrotxo bat sartu nahi dio lagun bati patrikan. Ea asmatzen duzun zein aukeratu duen:

- Errepikatuta dago baina ez da ugariena
- Ipurdirik ez du agerian
- Ez du eztenik, ezta tronparik ere
- Ezin du hegan egin
- Sei zango ditu
- Aho zabalean hortzik baduela badakigu, baina ez zaizkio ikusten
- Oso bista aparta dela esan liteke.



## itzala

Zein da zomorro itsusi honen itzal zuzena?

## Oinutsik

Ehunzango gaixo honek oinetakoak falta ditu. Marraztuko al zenizkioke katuska polit-politak, lokatzetan sartzeko?



# Labirintoa

Lagundu Pelloziriri zomorro lotsagabe horri ihes egiten. Honokoak dira jarraitu beharreko pausoak: 1 eskuak garbitu, 2 maskara erabili, distantzia errespetatu, txertoa jarri. Gogoratu pausoen segida errespetatu egin behar dela eta laukiak banan-banan aurreratu behar direla, ezker, eskuin, gora edo behera egin, baina inoiz ez diagonalean.

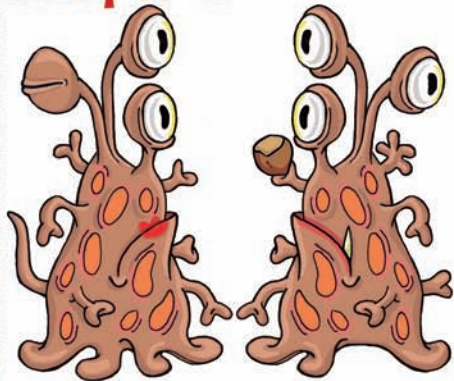
Ostiralak badu beste izen bat: BARIKU. Osa itzazu lauki zuriak hitz hori osatzen duten letrek kontuan hartuta (B, A, R, I, K eta U). Gogoratu, letra bakoitzak behin agertu behar duela zutabe, lerro eta area bakoitzeko.

## Sudokua

B	K	U	R	
U	R	A	K	
U			K	I
R	I	B	A	
R	K		I	
B		K	R	

## Zazpikoa

Aurkitu bi zomorroen arteko 7 aldeak.



Soluzioak ikusteko:  
[www.plazanbazan.eus/](http://www.plazanbazan.eus/)

# MIREN IBARGUREN: “ASKO GUSTATZEN ZAIT HITZ EGITEN EZ DIREN GAUZEZ HITZ EGITEA”



*Miren Ibarra (Azkoitia, 1989) psikologia zentroa du Azpeitiko Foru Ibilbideko 14. zenbakian, Zelai Luzen. Duela lau urte ireki zuen bere lehen zentroa, eta harrezkero, pazienteekin EMDR eta 'mindfulness' terapiak lantzen ditu, jendeari bere bizitzaren jabe egiten laguntzeko.*

## **Nor da Miren Ibarra?**

Miren Ibarra psikologoa da. Neure burua, mundua eta pertsonen portaera ulertu nahian hasi nintzen psikologia ikasten. Sentimenduei eta emozioei arrazoi bat aurkitu nahi nien. Urte batzuen ondoren, orain ohartu naiz zergatik hasi nintzen psikologia ikasten.

## **Eroso sentitzen al zara egiten duzunarekin?**

Askok gustatzen zait egiten dudana; gaur egun oso beharrezkoa da. Askok gustatzen zait hitz egiten ez diren gauzez hitz egitea. Albo batera uzten dira minen, amorruen, beldurren eta tristuren gaiak, eta gustuko dut errealitate horiek aurrez aurre jartzea.

## **Zein da zure espezialitatea?**

EMDR terapia lantzen dut pazienteekin. Frogatuta dago terapia hori eraginkorra dela traumentzat. Era berean, lagungarria da oroitzapen negatiboak sortzen dituzten emozioak askatzeko. Batzuetan, burmuina ez da gai bizipen batzuk onartzeko, eta, ondorioz, informazioa eta emozioa batera gordetzen ditu. Horren ondorioz, duela hiru urte pasatutako zerbait oroitzapen negar egiteko gogoak senti daiteke. Norbere buruagatik ditugun hainbat sinesmen nondik datozen ikasteaz gain, sinesmenak aldatzen laguntzen duen terapia ere bada.

## **Nola lantzen duzu EMDR terapia?**

Aldebiko estimulazioarekin; hau da, begien mugimendua, tximeleta besarkada edota tapping-a landuz. Pazienteak

duen oroitzapenera joaten gara, eta burmuinari oroitzapenaren informazioa birprozesatzen laguntzen diogu. Horren aurretik ebaluazio bat dago, ordea. Jakin egin behar da paziente bakoitzarekin noiz eta nola egin. Pazienteak prest egon behar du aterako den materiala jasan ahal izateko. Nirekin ere konfiantza eduki beharra dauka eroso sentitzeke. Gauza asko hartu behar dira kontuan.

## **Zein dira terapia horrek dakartzen onurak?**

Sentimenduak nondik datozen ulertzen laguntzen du EMDR terapiak, baita norbere buruarekiko lasaitasuna eratzeko ere. Baliagarria da antsietatea jaisteko, depresioari aurre egiteko, dolua kudeatzeko, buruari behar baino buelta gutxiago emateko, barneko bakea sortzeko, harreman osasuntsuagoak izateko eta erabakiak hartzeko gaitasuna izateko. Terapiaren helburuak dira norbere burua ezagutzea, gauzak nondik datozen ulertzea, eta hortik aurrera, norbere buruan zein bizitzaren jabe egitea. Ongizatea, azken finean.

## **EMDR terapia pertsona guztientzat al da baliagarria?**

Edonorentzat da baliagarria. Guztiok ditugu ukitzen gaituzten trauma edo oroitzapen negatiboak. Horrez gain, geure burua ez dugu ezagutzen gaur egungo gizartean. Gure traumak, minak eta ziurgabetasunak nondik datozen ulertzeko eta gerora hobeto sentitzeko balio du EMDR terapiak.

## **" FROGATUTA DAGO EMDR TERAPIA ERAGINKORRA DELA TRAUMENTZAT "**

## **Gaur egungo osasun egoeran ere lagungarria da terapia, ezta?**

Lehengorako oroitzapenak oraingoekin konektatzen ditu burmuinak inkontzienteki. Itzalean edo sakonean gordeta zeuden traumak piztu dizkigu egoera honek.

## **Bestelako zein metodo lantzen dituzu?**

EMDR terapiaz gain, *mindfulness* diziplina lantzen dut. Ikastaro batzuk prestatu ditut, Azpeitian eta Azkoitian apirillean nahiz maiatzean emateko. Ordu eta erdiko sei saio izango dira guztira, eta asteartean eta asteazkenetan emango ditut. Bakoitzak bere burua ezagutzea eta norbere prozesuaren jabe egitea gustatzen zait.



# Doble filan



OIER ETXEBERRIA

**E**san izan da memoria tontoaren inteligentzia dela. Agian horregatik, gurean, ohitura daukagu zenbakiakin jolas egin eta gogoan erabiltzeko. Bilakaera logikoa dirudi herrietako azoka plazen ertzetatik astotegiak kendu eta lurpeko aparkalekuak eraikitzeak, baina itxuraz, zenbait astakilo bere lekua aurkitu ezinda aritzen da. Marra laranjaren ertzeko Audia, espaloi gainera igotako Opel edo portaleko atean erdiz erdi dagoen Land Roverra; eguna joan eta eguna etorri, leku desegoki berean landatuak. Berea kilometro batera utzi eta oinez etxeratzen den inozoak matrikulen letrak eta zenbakiak buruz ikasteraino.

Norbere atestatuak beti txikikeriak dira. Minutu bat bakarrik izango da, sekula ez du trabarik egiten, eta noski, isuna bidegabea da. Arau haustea salatzea oso itsusia da, baina ez da askoz politagoa espaloiak ume kotxeak ez pasatzeko moduan oztopatzea. Hala ere, TAOrik gabeko herria, ezin kezatu da aparkatzea kostatzen zaiola eta, bestela hondartzarako sarrera galaraziko digute.

Ogia erostera goazenean, zaborra botatzeko orduan, bankuko gestio bat egiterakoan, umeak akademiatik jasotzeko garaian; onena bigarren ilaran uztea. Lau argi keinukariak piztu eta zalditxo zuri bihurtu,

total, momentu bat besterik ez da izango. Lekutan geratu dira ikastetxera bidean alpagata lokaztuak gaztaina zuloan utzi eta kaleko zapatak aldatu behar izaten omen zituzten ibilera haiek.

Ez dagozkigun eremuak okupatzeko joera dugu. Anbulatorioan autobusa, Donostiako unibertsitatera doazen ikaslez beteta. Haietako batek aulki bikoitzean eseri eta bizkar zorroa aldameneko jarlekuaren gainean utzi du. Hankak luzatu eta aurikularrak belarrietara; ez diezaiola inork bidaiaren bakardadea zapuztu. Alboan inor esertzen ez zaion disko saltzaile hark liokeen bezala, "autobus batean goaz guztiok, baina bide berean ez"...

Geldirik dagoenak enbarazu egiten badu, zer esanik ez martxan dabilenak. Kasko aerodinamikoa janzteak kaskezurra babestu adina itsutzen du, pentsa, semaforoan aurrean daltoniko bihurtzeko beste. "Errepidean geldikaitzak gara". Presaka dabilen gidariak luze irizten dio metro eta erdiari Urrestillarako bidean, paraleloan doan txirrindulari

**NORBERE ATESTATUAK  
BETI TXIKIKERIAK DIRA.  
MINUTU BAT BAKARRIK  
IZANGO DA, EZ DU  
TRABARIK EGITEN**

bikotearekiko. Etxera noiz iritsiko zain dauzkateneke ere, luze irizten diote igande eguerdiari. Besteren galtzetan eroso sartzen garelakoan egoten gara. Aldiz, nekezagoa da arrotzaren kuloteetan, gonetan edo gurpildun aulkietan kabitzea.

Hirigintzatik herrigintzara, iraganeko oroitzenak lez datozkit gogora igandeetako pilaketak. Maiatzean Aizkorriara, uztailen Tourmaletara, irailean Zelatunera edo Kizkitzara joateko plana eginez gero, kontuan hartu beharra dago non baztertuko dugun automobila. Aurkitu zirrikituren bat, hurbila eta ordeka, baina beste inori bururatu ez zaiona. Zenbaitetan badirudi kuneta zuloetakoa lehiaketa bat dela; nor ausartuko gurpil gehien lokatzen sartzera, nork igoko todoterrenoa aldapa handiagora, nork aurkituko aparkalekua erroskilen postutik gertuago.

Behinola Lazkao Txiki kotxean omen zihoan, *stop* seinale baten paretik igaro eta gelditzeko keinurik ere egin gabe pasatu zenean. Handik urrutira gabe zelatan zeuden guardia zibilek *alto* eman izango zioten, eta galdetu ea zer dela eta ez zuen frenatu; ea ez ote zuen *stop*aren seinalea ikusi. Joxemielek erantzun, *stopa* baietz, ikusi zuela, guardia zibilak beraiek zirela ikusi ez zituenak. ■

# Eraiste baten azpiko istorioa

**TESTUA:** JULENE FRANTZESENA

**ARGAZKIAK:** UTZITAKOAK

Pixkanaka, baina Alde Zaharreko hainbat etxe eta eraikin zaharberritzen ari dira urte urte; udalak eraberritu ditu batzuk, eraikuntza enpresek besteak eta bizilagunek beste batzuk. Herriko eremu horretako etxe askok historia luzea dute eta istorio asko dituzte barruan, eta horietako bat da Enparan kaleko 12. zenbakiduna. Hasi dira etxebizitza berriak egiteko eraikina eraisten, baina toki horrek, karrera horrek, badu bere historia, eta protagonisten ahoetatik jaso du kontakizuna Uztarriak.

1956an saltoki bat zabaldu zuten karrera horren behealdean Santiago Rodriguezek (Covarrubias, Burgos, Espainia, 1925) eta Purificacion Perezek (Ausejo, Errioxa, Espainia, 1932): izenik ez zuen, baina *Riojano* bezala zen ezaguna herrian. Ardoa zen hango lehengai nagusia, “kalitatezkoa”, Rodriguezen arabera. Izan ere, ardoak dastatzen ikasia zen ordurako Errioxan, 15 urterekin joan baitzen Burgostik hara zahato-egile lanetara. “Han ikasi nuen ardoa dastatzen eta maitatzen”, azaldu du.

Denboraren joanarekin, Errioxa “gauza gutxi” iruditzen hasi zitzaion Rodriguezi, eta Perezekin ezkondua, Zumarragara (Gipuzkoa) egin zuten ezkon bidaia. “Hango giroa gustatu egin zitzaigun, eta...”. Hantxe geratzea erabaki zuten. Errioxan ikasitakoa, baina, ezin alde batera utzi, eta Zestoan bodega kokkor bat zabaldu zuen bikoteak: “Errenta 200 pezeta ordaintzen genuen hilean. Txikia zen, aulki gutxi genituen, eta bezeroak barrikak deskargatzeko genituen oholetan egoten ziren eserita”, gogoratu du.

Gero ireki zuten Azpeitiko saltokia. “30.000 pezeta ordaindu nituen eskualdatzeagatik. Oso diru gutxi nuen orduan, eta eskriturak egiterakoan, ordaintzeko lain ba al nuen galdetu zidan notarioak. Hurrengo egunean ordainduko niola esan nion lokalaren jabeari, baina ezin. Esan nion ezin niola ordaindu, eta zoro baten moduan jarri zen...”

**"NIK BANEKIEN ZERBAIT ORDURAKO; HERRITARREK ASKO GORAIPATZEN ZUTEN ARDOAREN KALITATEA"**

Azkenean, ordaindu nion, baina pixkanaka”, azaldu du Rodriguezek.

## **Bizikletan, orgarekin...**

Errioxatik ekartzen zuten ardoa Rodriguezek eta Perezek; bidaia bakoitzean “400 litroko hamar-hamabi barrika” ekartzen zituen kamioiak. “Nik banekien zerbait ordurako, eta herritarrek asko goraipatzen zuten ardo haren kalitatea. Jeneroa ona zen”. Sasoi hartan ardoa zen herritarren edari preziatua, Rodriguezek azaldu duenez: “Pentsa, 400.000 litro ardo saltzera iritsi ginen urte batean. Erraz esaten da, baina...”.

Ardoa saltokian bertan ere zerbitzatzen zuten, eta hari laguntzeko kutixiez Perez arduratzen zen. Hark dioenez, “ondo” moldatzen zen sukaldean: “Marcial Ucin tailerreko langileak etortzen ziren, eta...: ‘Aizu, riojana, arkume hankatxo batzuk eta karakol batzuk jarriko al dizkiguzu?’. Nik baietz, noski. Jendeak orduan ez zekien karakolak jaten Azpeitian, eta arkume hankak inork ez zituen prestatzen nik bezala”. Haiek ohiko bezeroak ziren, ia-ia etxeokak, Perezek dioenez. “Mari Pili alaba sehaskan uzten nuen haiei jakiak prestatzeko, eta beti negarrez hasten zenez,



Santiago Rodriguez eta Purificacion Perez.

Marcialeneko langileei esan behar izaten nien umea hartzeko”.

Perezek adierazi duenez, bezero ugari zituzten, asterokoak. “Senarrak karakolak biltzen ibili behar izaten zuen Zestoatik itzultzean. Gauerdira arte ibiltzen zen horretan, eta ni gero karakolak garbitzen aritzen nintzen goizaldera arte, bezeroek hurrengo egunean jan zitzaten. Bilobak ere jartzen nituen arkume hankei ileak kentzen”, azaldu du barrez. Perezen sukaldeak Zestoan ere bazuen arrakasta; izan ere, emazteak Azpeitian prestatutakoa hara ere eramaten zuen Rodriguezek: “Bizikletan kazola handi bat jarri, eta han joaten nintzen...”.

Ausejotik ekartzen zuten ardoa Riojanonekora, eta edaria garraiatzen zuen kamioiak ikusmina pizten zuen herrian, zenbait buruhauste sortu ere bai. “Behin gidariak kristorenak pasatu zituen. Nuarbera sartu zen, eta ez zekien non zegoen, ez gu non geunden. Kamioi haietako bat lehen aldiz Enparan kalera iritsi zenean, jendea harrিতuta gelditu zen; halako kamioitzarra inoiz ikusi gabeak ziren... ‘Begira zer kamioi ekarri duen errioxarrak!’, esaten zuten”.

Kamioiak, ordea, Azpeitira ekartzen zuen ardoa. Gero, etxeetara eta baserrietara Rodriguezek banatzen zuen, bizikletarekin edo orgarekin. Eta zenbait lekutara autobuseko

parrilan eramaten zituzten garrafoiak. Gerora erosi zuten furgoneta. “Eskualdeko ardo saltzaile nagusi bilakatu ginela esan daiteke; Errezilera, Urrestillara, Nuarbera, Beizamara, Aratzerrekara, Aizarnara, Iraetara... eramaten genuen ardoa. Orduan jendeak edan egiten zuen, baita ardoaz ulertu ere”.

Bazen, ordea, jendeak ez zekien gauza bat, Rodriguezek dioenez. “Jendeak ez zekien guk saltzen genuen ardo hark hamalau gradu zituela. Gaur egun, hamaika-hamabi izaten dituzte, eta orain ‘begira ze ardo on’ esaten dutenean, ia atzeraka erortzen naiz. Ardo onak ordukoak ziren! Zer zen hura!”. Herrian baziren ardoa



Saltokiko irudi zaharrak.



saltzen zuten beste denda batzuk ere, “konpetentzia” bazutela oroitu du Perezek, baina bizirautea jenero onak bermatu ziela azaldu du: “Askok ardo korrienteak ekartzen zituzten, baina nire senarra bodega batean hazi zen, eta bazekien zer zen ardo ona... Ahosabai ona zuen, dastatzaile ona zen”.

Enparan kaleko lokal haren azpian zuten bodega, eta porlanezko biltegiak zituzten han, 35.000 bat litro gordetzeko lekuarekin. “Kamioia etortzen zenean, bonbatxo batekin betetzen genituen biltegiak”. Ibilerak izaten zituzten, ordea, zeregin horretan hasterako. “Enparan kalean zegoen orduan errepede nagusia, eta

norabide bakarra zuen ibilgailuentzat. Kamioiak hamar bat buelta egin behar izaten zituen askotan, trafikoa ez oztopatzeko. Dena den, serenoak oso ondo portatzen ziren gurekin: askotan autoak Elizkaletik barrena bideratzen zituzten, eta guk ardo botila bana ematen genien”, azaldu du barrez Rodriguezek.

Perezek eta Rodriguezek, biek, oso oroitzapen onak dituzte garai haiez, baita bezereoz ere.

## **"GUSTURA NAGO JENDE PILA BAT EZAGUTZEKO AUKERA IZAN GENUELAKO"**

Hala dio Perezek: “Nik denak ondo tratatzen nituen, eta egia esan, denek maite ninduten”. Rodriguezek dioenez, emaztea saltokian ez zenean haren “falta” sumatzen zuten herritarrek: “Gustura nago jende pila bat ezagutzeko aukera izan genuelako eta oso jende onarekin egin genuelako topo. Asko maite gintuen jendeak”.

Herrira iritsi zirenean, baina, a zer komeriak. “Herritarrak ez nituen izenez ezagutzen, eta banaketa egiteko sistema bat asmatu nuen. Bezero bat etortzen zenean, non bizi zen esaten zidan, eta bere izena ez nekenez, eskaerari ‘balkoi gorria’, ‘harrizko portala’ edo ‘hautsitako kristala’ bezalako



esaldiak jartzen nizkion, nora eraman behar genuen zehazteko. Denborarekin, bezeroek ere gisa horretan egiten zituzten beren eskaerak”. Badu, gainera, anekdota bat gogoan Perezek; barrez kontatu du: “Egun batean, emakume bat etorri zen, eta nik gaztelaniaz zer nahi zuen galdetu nion. “Bete”, erantzun zidan, eta nik “nola *vete*?”. Hark garrafoia betetzea nahi zuen, baina nik ez nion hori ulertu”.

Rodriguezek ere oroitzen du gertakizun bat. “Denda atarian *Vinos la riojana* zioen kartel bat genuen. Errioxar bat etorri zen nigana, eta zera esan zidan kartelari begira: ‘Zu ez zara Errioxakoa, zuk esan bai, baina...’. Salatu egin nahi

gintuen Burgoskoa nintzelako, baina herri guztiak *riojano* deitzen zidan... Azkenean, kendu egin genuen kartela”.

Familia negozioa zen Enparan kalekoa; Rodriguezek eta Perezek ez ezik, horien anaia banak ere egiten zuten lan Riojanonekoan. Eta urteak aurrera joan ahala, bikotearen bi semeak ere hasi ziren lanean, laguntzen. Denboraren joanarekin, baina, eta errelebo faltak eraginda, saltokia ixtea erabaki zuten senar-emazteek. “Semea nekatuta zegoen barriekin eta garrafoiekin lan egitearekin, eta argazkilaritza gustatzen zitzaionez... Ni ere erretiroa hartzeaz nengoen, eta inguruan ez genuen jarraitzeko prest zegoen inor”. Hala, 1991n

itxi zituzten hainbeste urtez herritarrei “edari goxoa” deiturikoa zerbitzatu eta saldu zieten dendaren ateak. Perezek ere hala oroitzen ditu azken urteak: “Lan asko genuenean ihes egiten zuen semeak, ez zuen han lan egiterik nahi izaten. Santiago gabe ez zegoen ardorik, eta...”.

Enparan kaleko 12. zenbakia bota egingo dute aurki, baina hango oroitzapenen kutxa zabalduta eta istorioak azalera galdituko dira. Izan ere, kontatzeko jendea den artean, ez dago bizitakoa eraisterik. Hala dio Perezek: “Pena ematen dit, baina eraikina berrituta ikustean asko poztuko naiz. Oroitzapen oso onak ditut”. ■■■

## PUBLIZITATEA



**LAU**  
NEUMATIKOAK  
PNEUMATIKOAK - MEKANIKA AZKARRA

943-053056 Landeta Hiribidea 26-28, 20730 Azpeitia

**Koh Tao**

OSAGARRIAK +  
PIERCING ESTUDIOA

Jose de Artetxe, 14- 20730 Azpeitia ☎ 629 778 759



**ERLOJU  
KONPONKETAK**

Arana, 5  
AZPEITIA Tel.: 943 81 47 12



**Xabier**  
margoak

**Pinturak eta Parket Laminatuak** 

Pablo VI, 20 - Tel: 943-15 73 25 - [www.xabiermargoak.com](http://www.xabiermargoak.com)



**ARTE ETA  
DISENU  
ESKOLA  
ELKARTEA**

- Marraskia eta eskulanak**  
(haurrak) 17:30 - 19:00
- Pintura** 16:00 - 17:30  
(helduak) 19:00 - 20:30
- Talla** 18:30 - 20:00

Jose Artetxe kalea, 3  
943 81 28 08  
[artetadiseinu@gmail.com](mailto:artetadiseinu@gmail.com)  
**Matrikula urte osoan zabalik**



**Aiertza Autoak**  
Behar duzun konfiantzazko tailerra!!

Marka guztietako  
ibilgailuen konponketak

943-81 19 15  
AZPEITIA  
[aiertza@aiertzaautoak.com](mailto:aiertza@aiertzaautoak.com)



**EuroTaller** EUROTALLER MULTIMARKA ZERBITZUA

**ESKELA  
ZERBITZUA**

**uztarria.eus webgunean  
eskela jarri nahi?**







Jarri harremanetan:  
943-15 03 58  
[uztarria@ukt.eus](mailto:uztarria@ukt.eus)  
Soreasu auzoa zg., Dinamoia



**JARRI  
HEMEN  
ZURE  
IRAGARKIA!**

Zure txokoak **jantzi.**  
**Lora zaitez!**

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



**KIMUBAT**  
— GARDEN

# Emozioak



PAOLA MOTO

**A**stelehena eta asteko lehenengo betebeharretakoa bat: Uztarriarako artikulua idaztea. Joan den asteburuko emozioek ondorengo hitzak idaztera eraman naute.

Atzera begiratuta, gogoratzen dut nola bizi genuen guztia emozioz umeak ginela. Umetan dena da berria, dena dago esploratzeko, denak harrizten gaitu. Lehenengo minak bizitzen ditugu, lehenengo amorrak, ilusioak, pozak. Barru-barrutik ateratzen diren emozio eta sentimenduak izan ohi dira, inozentziaren eta benetakotasunaren eskutik.

Heldutan, berriz, –orain heldua naizela esan baldin badaiteke behintzat– zalantza dut aukerarik ematen ote diogun geure buruari bizi ditugun emozio horiek guztiak azaleratzeko. Pozik gaudenean pozik gaudelako eta triste gaudenean triste gaudelako, baina beti badugu sentitzen dugun horren aurka eginarazten digun zerbait.

Batzuetan gure emozioak barruan preso uzten ditugunaren sentsazioa dut, eta ez dut ulertzen zergatik. Egunerokoa gero eta azalekoago bizi dugula iruditzen zait. Hor daude sare sozialak, irribarre faltsuen biltegiak. Gutxi batzuek eraiki duten ustezko bizitza perfektu horri nondik jarraituko gabiltzala ematen du. Barrutik txikituta egon, baina irrien mundu liluragarria elikatzen bizi gara.

Norbaitek triste dagoela esaten duenean, ematen du arrakasta ezarekin lotzen dugula pertsona hori. Ez dela zoriontsu, ez duela balio. Emozio txarrei, ‘zailei’, beldurra diegula dirudi; eguneroko bizimoduaren parte izango ez balira bezala, haiengandik ihesi gabiltzala. Ez al da hobe egun batzuetan behean gaudela onartzea? Ez dugula indarrik ez gogorik ezertarako, ezta ondo egoteko ere? Benetan barruak hori esaten badigu, naturala hori bada, zergatik saiatu ezkutatzen?

Bizirik egotea ez al da ba emozioatzea? Sentitzea? Barrutik ateratzen zaigun bulkada hori azaleratu ezean, nekez loratuko gara. Pentsa, loreek ere, beno landareek, nerbio sistemarik gabeko izakiak izanik ere, kanpoko estimuluen aurrean erantzun bat ematen badute, guk, gizakiok, nerbio sistemarik eboluzionatuena dugunok, nola ez kanporatu barruak eskatzen diguna?

Askotan, gure bizitzako une zoriontsu batean pentsatzeko eskatzen digutenean, gure buruak haurtzarora bidaiatzen du automatikoki. Kasualitatea? Ez dut uste. Gure eskubideak eta bizitzak inoiz baino eskulotuago dauden honetan, goazen emozioei bizi pixka bat ematera. Sentitzen duguna izan dadila garena egiten gaituena, eta ez besteren batek esan diguna.

“Eta nik umea izan nahi dut edozein ordutan libre egoteko”  
(Zain). ■■■

**BARRUTIK TXIKITUTA  
EGON, BAINA  
IRRIEN MUNDU  
LILURAGARRIA  
ELIKATZEN BIZI GARA**





# ZUZENEKO EKITALDIEN EMISIOAK STREAMING BIDEZ

Bezeroaren webgunetik edota  
gure hedabideen bitartez

**EKITALDI EDO SAIO  
BEREZIREN BAT**  
ANTOLATZEKOTAN BAZARA,  
HEMENTXE GAUDE,  
**BERTAKOAK GARELAKO**



943-81 38 41  
gukazerbitzuak@ukt.eus

**GUKA**  
ZERBITZUAK

**LANBIDE HEZIKETA**

# ATE IREKI BIRTUALA MARTXOAK 17 18:00

**"Mende bat biharrizan"**

**info gehiago, gure  
webgune eta sare  
sozialetan!**



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



**NAZIOARTEKOTZA  
AUKERAK**  
Europa/Mundurako beka  
Zikloak ingelesez



**METODOLOGIA  
BERRITZAILEAK**  
Erronketan oinarritutako  
talde lana



**ESKAINITZA ZABALA**  
Erdi eta goi mailako zikloak,  
espezializazioak



**GERTUKO  
HARREMANA** eta  
ORIENTAZIO  
PROFESIONALA



**LAN AUKERA  
ZABALA**  
Enpresa harreman estua



**LAN POLTSA**  
Langile teknikoaren beharra



ArmeriaEskola<sup>x</sup>



# Aldabak, desagertze

Ateen aurrealdean jarri ohi ziren metalezko piezak dira aldabak, eta horiek atearen kontra kolpatuz barrukoei dei egiteko erabiltzen ziren. Horrelako gutxi ikus daitezke dagoeneko Azpeitiko kaleetan, gehienak Alde Zaharrean eta inguruko auzo txikietan.

Argazkiak eta testuak: **Maialen Etxaniz.**



### DRAGOIA

Urrestillako Kaletxiki kaleko etxe bateko ate nagusian dago goiko irudian ageri den dragoi itxurako aldaba. Dagoeneko aldaba gutxi gelditzen dira herriko etxeen atarietan, eta horien artean, oso urriak dira itxura berezi hori dutenak.

### ESKU ITXURAKOAK

Esku itxura duten aldabak ikus daitezke Donejakue kaleko hamargarren zenbakidun eta Elizkaleko hogeigarren zenbakidun eraikinen sarrerako ateetan. Eraikin batean zein bestean, erabilerarik ez duten apaingarri gisa irauten dute aldabek; izan ere, gaur egun txirrinak dituzte atari horietan, solairu bakoitzean bizi diren bizilagunei deitzeko.



### **LEHOIAK**

Gaur egun Azpeitian gelditzen diren aldaba gehienak esku itxurakoak diren arren, garai batean askotariko formak izan ohi zituzten. Argazki hauetakoak, esaterako, lehoi itxurako aldabak dira. Bata Urrestillako Kalebarrenean aurki daiteke; bestea, aldiz, Donejakue kalean.



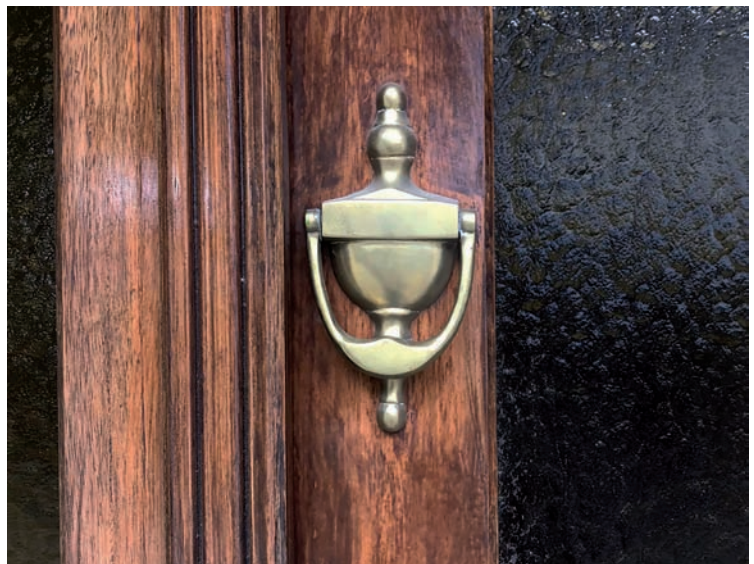


### GURUTZEZ INGURATUTA

Urrestillako Kalebarreneko irudia da goikoa ere. Bertan, aldaba arrunt bat ikus daiteke, baina inguratzen duten elementuek egiten dute berezi. Egurrez eginiko gurutze txiki ugari ditu bueltan aldabak, eta horien gainean beste irudi bat ere badago. Bertan, jainkoaren irudia ikus daiteke, eta honela dio: "Bedeincatuco ditut nire Biyotzaren irudirembat aguiriyon daucatenac eta au honratzen dutenac".

### KALIZA

Eskuineko argazki hau Matxinbentan hartutakoa da. Bertan, kalizaren itxurako aldaba bat ikus daiteke. Irudikoa ez da etxe zahar batean jarritako aldaba, eta harritzekoa da hori; izan ere, ez da oso ohikoa urte gutxi dituzten aldabak ikustea etxe atarietan. ■■■





JANIRE ALKORTA

## Formula sekretuaren bila

Rosalind Elsie Franklin Londresen jaio zen 1920ko Ekainean. Kimikako ikasketak burutu zituen, eta 1945an defendatu zuen bere tesia. Parisen X izpien bidezko kristalografian espezializatu zen. 1951n, Ingalaterrara itzuli zen ikasitako teknikak biologian aplikatu nahi zituelako. DNAREN inguruko proiektu batean hasi zen lanean. 1953an, Rosalindek Raymond Gosling doktoretza ikaslearekin batera, DNAREN helize bikoitzaren kalitate oneko argazkiak ateratzea lortu zuen X izpien difrakzio teknika erabiliz. Bere lankide Wilkinsek, Rosalinden onespentik gabe, James Watson eta Francis Cricki erakutsi zizkion DNAREN argazkiak. Haien Rosalinden argazkiak eta datuak erabili zituzten *Nature* aldizkarian DNAREN egituraren inguruko artikulua publiko egiteko. 1962an, Watsonek, Crick eta Wilkinsek medikuntzako Nobel saria irabazi zuten. Ikerlariak Nobel saria jaso zutenean ez zioten inongo aipamen berezirik egin Rosalindi.

XX. mendearen hasierara arte emakumeek eskolara eta unibertsitatara joan ezin izan zuten arren, guk uste baino emakume gehiago aritu ziren zientziaren munduan lanean. Tamalez, ordea, oraintsu arte, testu liburuetan apenas agertu dira emakume zientzialariak. Zientziaren alorrean dagoen emakumeen eta gizonezkoen

arteko arrakala ezabatzeko, argi dago behar-beharrezkoa dela emakume erreferenteak izatea. Baina azken urteetako datuek argi erakusten dute, erreferente faltaz gain, badela ondo ez doan beste zerbait. Ana Galarragak (Elhuyar fundazioko kazetaria) Cristina Enea fundazioari eskainitako elkarrizketan ondo azaltzen duen moduan, unibertsitateko ikasketen hasierako urteetan emakumezkoak dira nagusi, baina horien presentzia baxuagoa da goi mailako postuetan. Eta hori gizartearen isla baino ez da. Emakundek 2018an egindako ikerketaren arabera, Eusko Jaurlaritzaren enpresa eta entitate publikoko zuzendaritza kargu gehienak gizonezkoek betetzen dituzte; %65,5, zehazki.

Datuek argi erakusten dute haurrak izateko unera iristean emakumeen presentzia jaitsi egiten dela. Momentu horretan hasten da emakumeen eta gizonezkoen arteko arrakala, eta badirudi sistemak orain arte ez dituela baliabide egokiak aurkitu/erabili arrakala horri aurre egiteko. Azken urteotan esfortzu handia egin da emakumeen artean zientzia ikasketak sustatzeko. Eta zergatik ez egin esfortzu hori gizonezkoak zaintza alorrera/ikasketetara bultzatzeko? Ez dakit zein den formula sekretua, baina baliabide guztiak beharko ditugu elkar zaintzeko. Has gaitezen ba! ■■■



FELIPE MURILLO

## Ostrukaren konplexua

Ostrukaren konplexua daukat aspaldian. Hilabeteetako haur bat etxean izanda, bere mundura begira jartzen naiz burua lur azpian sartuko banu bezala, eta kanpoko errealitatea ahazten zait. Konturatu naizenerako, defentsa mekanismo bihurtu dut jarrera hori, eta ariketa kontzientea egin behar izaten dut kanpora begira jartzeko. Betiko komunikabideez nazkaturik, sakelakoa hartu eta Twitter-a irekitzen dut aldiro, kaleko jendearen termometroa delakoan edo. Azkenaldian, ordea, tenperatura altuak nabari ditut 280 karakteretan. Ika-mika da nagusi. Dialektika gordin samarra dabil hegazti erraria pausatzen den leiho birtualaren bazterretan. *Gu*-ak ahaztu ditugula dirudi *gure*-en mesedetan, eta bestearen ukazioa beharrezkoa dugula ematen du geu izateko. Koldarra naizelako egin nintzen bakezalea, baina, oldartzekotan, norabideak beste batzuk izan behar ote luketen pentsatzen nabil egunotan. Nire buruari promestu nion behin, neure nimiñotik, aldaketak eragiteko indarrak jartzeko prest ez nengoen artean, ez nuela kritikatuko besteen mugimendurik. Horregatik, burua lurperatuko dut berriro arduraz arduratuta. Ostrukaren konplexua daukat aspaldian. ■■■

# TiEN21 ESNAOLA

Orain  
**SMEG**  
produktuak  
ere salgai



Pablo VI, 3 · Tel. 943-08 03 55 · [esnaelek@outlook.com](mailto:esnaelek@outlook.com)

# ARGIZPI ALOKAIRUA

*Aske bidaiatzeko aukera*

4 PERTSONA • GELA ITXIA 1,50M-KO OHEAREKIN • 1,40M-KO  
BIGARREN OHEA • GARAJE HANDIA • HOZKAILU HANDIA •  
6,95M-KO LUZERA

PREZIO BEREZIAK HERRIKOENTZAT  
[nerajune@hotmail.com](mailto:nerajune@hotmail.com) • 615 72 64 30

