

UZTARRIA

ZENBAKI HONEKIN BATERA

+ GUKA ALDIZKARIA



PATXI OLABARRIA

EREDU BAT, ERALDAKETARAKO



erreforma integralak

dica



URRATEGI
INTERIORISMO
bone dabiluz

www.urrategiinteriorismo.com
Aragueta 27 Arretxea 9
20600 Eibar 20730 Azpeitia

MILAR LARRAMENDI



SUKALDE
GUNEA



ZORIONAK IRAURGI, URREA GARA!

Julio Urkixo, 16 • AZKOITIA • 943-85 18 97 • www.milar.eu

ZURE LORATEGIRA EGOKITUKO DEN

atsedenleku freskagarria!

 **KIMUBAT**
— PAISIA —

Urrestilla bidea z/g, Azpetia
943 15 00 85 | iker@kimubat.eu



Informa zaituz konpromisorik gabe.

ABANTAILAK | Muntaketa eta bentsuak erroza - Erdi lurperatuta jartzeko aukera - Aldapadun eremuatarako aproposak
Ez dute obra bainetik behar - Lorategirako altzari bezala erabili daitezke - 5 urteko garantia - Espazio bakoitzera egokituta
www.kimubat.eu



UZTARRIA 250

2022-EKAINA

AZALEKO ARGAZKIAREN EGILEA:
ARNAITZ RUBIO APREA

Aurkibidea

- 5 **Iritzia** Mailo Oiarzabal, *Zenbat gara?*
- 6 **Hantxe bertan** Mikel Morillo, Chicagon bizi den herritarra.
- 8 **Nire leihotik** Alaitz Ruiz, *Ura*.
- 10 **Iritziak** Irati Aranguren, *Igerilekuko ispiluari*; Hiromi Yoshida, *'Euskaldun'*.
- 12 **Elkarrizketa** Ainhoa Aira pedagogo eta sexu hezitzailea.
- 18 **Elkarrizketa** Patxi Olabarria Euskadiko Kooperatiben Goren Kontseiluko presidentea.
- 25 **Lehiaketa**
- 26 **Erretratua** Manu Reyes Loiuko aireportuko fauna kontrolatzailea.
- 30 **Plazan bazan**
- 33 **Iritzia** Oier Etxeberria, *Etxekonekoak*.
- 34 **Bestaldetik** Regla Hernandez zumba irakaslea.
- 38 **Iritzia** Miren Seguro, *ETB: zer hintzen eta non hago?*
- 40 **Iritzi grafikoa** Itziar Aranguren.
- 42 **Klik!** Itxaso Egiguren panpin egilea.
- 46 **Iritzia** Janire Alkorta, *Pirritx, Porrotx eta Parrat*; Ignacio Arakistain, *Bi urte*.

UZTARRIA

TOKIKOM

Argitaratzailea

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

Zuzendaria:

Julene Frantzesena
Erredaktoreburua:
Ihintza Elustondo
Erredaktore taldea:
Mailo Oiarzabal
Julene Frantzesena
Maialen Etxaniz

Ihintza Elustondo

Diseinu arduraduna
Iñaki Martinez Albizu
Publizitate arduraduna
Angel Sarasua
Zenbaki honetako kolaboratzaileak:
Alaitz Ruiz

Irati Aranguren
Hiromi Yoshida
Itziar Aranguren
Olatz Alkorta
Oier Etxeberria
Miren Seguro
Janire Alkorta
Ignacio Arakistain
Nagore Aizbitarte

Arnaitz Rubio Aprea

Inprimategia
Antza Inprimategia
(Lasarte-Oria)
Lege Gordailua:
SS-860/2000
ISSN: 1576-7337
Tirada: 2.500 ale



Gipuzkoako Foru Aldundia



uztarrria
AZPEITIKO KOMUNIKAZIO TALDEA

PUBLIZITATEA



ostadar optika
OPTOKIAK - OPTOMETRISTAK

Jose de Artetxe, 17
Tel. 943-810664
AZPEITIA

Ibai Ondo, 28
Tel. 943-850445
AZKOITIA

EGUZKI
belarrenda
dietetika
kosmetika naturala



Kale Nagusia 67 943-60 34 47 AZKOITIA
Urtiarie 9 bis 943-15 00 23 AZPEITIA

IRENE ALTUNA
DENTONIA

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



AZKOITIA
ERLOJU
KONPONKETAK

Arana, 5
AZPEITIA Tel.: 943 81 47 12



KIRURI
JATETXA

Loiola hiribidea, 24
LOIOLA - AZPEITIA

Tifinoa: 943 81 50 08
Faxa: 943 15 03 62



Tuba
ehelkularitza

Analkularitza
liberale
komunitate
sozialak

Gestioi lanak
Finanzen administrazioa
Gestio imobiliarria

Tel: 943 157 329 Faxa: 943 157 329
Ezkerreko aldean: 49 - 1. iberratuaren ondoan



Ekain
ALBAITARI KLINIKA

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



JARRI HEMEN
ZURE IRAGARKIA!



Aiertza Autoak
Behar duzun konfiantzazko lantalari!

Marka guztietako
ibilgailuen konponketak

943-81 19 15
AZPEITIA
aiertza@aiertzaautoak.com



EuroZifer EUROTALLER MULTIMARKA ZERBITZUA



a.d.i.
AJARTE ETA
DISEINU
ERKOLA
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 29 08
www.aadinehu@gmail.com
Matxukua urte osoan zabalik



IKA
lanak s.l.

Instalakuntza Elektrikoak

Urteko: 618 96 49 95 / Jun: 649 12 02 71
ikaargilanaie@gmail.com www.ikasistemak.com
20730 AZPEITIA

"KOLOREAREN ESPARRUAN EZ DUGU MUGARIK"



URBISTONDO
MARGOAK

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

Zenbat gara?



MAILLO OIARZABAL

San Googlek ezusteko ederra eman zidan aurreko batean. "Urrestilla" sartu nuen bilatzailean, webgunerako idatzi behar nuen kontu baterako informazio bila. Eta behar nuen hura ez, baina oso deigarriak egin zitzaizkidan beste datu batzuk jarri zizkidan eskura: 2021aren hasieran, 690 biztanle zituen Urrestillak, azken hogeitau urteetako kopururik handiena; eta 2020tik 2021era ia ehun biztanle irabazita, gainera. 99, hain justu. 99 gehiago. Urte batetik bestera. Urrestillan. Harrapazank.

Foro-ciudad.com izeneko webgune batean daude jasota aipatu ditudan datuak. Ez nuen ezagutzen webgune hori eta ez dakit zenbateraino den fidagarria, egia esan. Espainiako Estatistika Institutuaren (INE) datu basetik erazitako informazioa dela diote. Jakin-minak erabat jota, ibili nintzen ba INEren webgunean ere maiseatzen, baina ez nuen Foro-ciudadekoek jasotako datuen iturririk aurkitu. Kontuan izan, hala ere, antzeko webguneetan gauzak bilatzen ez naizela munduko abilena; datu kazetaritzaren gaineko ikastaro bat egin berria naiz, baina ez dakit, ba, zuku handirik atera diodan.

Datua benetakoa izan ala ez, nahiko seguru nago 2020tik 2021era 99 bizilagun berri ez genituela izan; horiek guztiak Urrestillan erroldatuko ziren ez dakit, baina bai Urrestillan bizi, bizi, ez zirela bizi. Beno, ez noa lepoa jokatzera, bakarra daukat eta. Egia da, hori bai, azken urteetan bizilagun berri asko izan ditugula eta ditugula, jatorri desberdin ugaritakoak, gainera. Ez da fenomeno berri-berria, aspaldi bihurtu zen ia ezinezko Urrestillan *etxekeetan* jolastea. Etxe bakoitzean zein eta zenbat bizi ziren denok genekien, eta etxe bakoitzak bere izena edo ezizena zuen garaiko denborapasa ohikoa genuen jolas hori umetan –aspaldi, alegia–. *Etxekeetan*, herriko familia bat, etxe bat, aukeratzen zuen batek, eta besteek hark aukeratutakoa asmatu behar zuten, galderak eginez eta jasotako pistak jarraituz: etxea kalegoian ala kalebehean al zegoen, etxe horretan zenbat ziren (aita, ama, zenbat seme edota alaba, aitona-amonak edo beste senitartekoren bat...), eta abar. Egun, aitortzen dut neure etxepeko *nor da nor* jolasa ez nukeela zuzen egingo. Gauzak aldatu egiten dira, besterik ez, eta urteak bete ahala, aldaketa gehiagoren lekuko izateko aukera dago.

Erroldaren azken eguneraketaren arabera, beraz, ia 700 gara Urrestillan. *Etxekeetan* aritzen gineneko garaietara itzulita, "500 bat". Hori izaten zen, behintzat, gure belaunaldikoon erantzuna, Urrestillan zenbat ginen galdetzen zigutenean. Galdera hori egin eta aipatutako erantzuna jaso zuen batek hala esan zien gure lagun batzuei: "500? Zer, oilo eta guzti?". Hi, txikito... ■■■

**ASPALDI BIHURTU ZEN
IA EZINEZKO
URRESTILLAN
'ETXEKETAN'
JOLASTEA**

Mikel Morillo: "Pertsonalki nahiz profesionalki, pila bat ari naiz hazten"

TESTUA: IHINTZA ELUSTONDO

ARGAZKIA: UTZITAKOA

Eusko Jaurlaritzaren Beint izeneko bekari esker, Chicagon (AEB) dago urtarrilaz geroztik Mikel Morillo (Azpeitia, 1997). Abendura arte, gutxienez, han egongo da, nahiz eta egonaldia gehiago luza daitekeen. "Oso-oso gustura" bizi da han.

Nolatan iritsi zara Azpeititik Chicagora?

Enpresa ikasketak egin nituen, eta enpresen nazioartekotzean espezialitatu nintzen. Ondoren, Beint bekaren deialdira aurkeztea erabaki nuen. Beka horren helburua da Araba, Bizkai eta Gipuzkoako gazteei nazioarteko arloan aritzeko prestakuntza eskaintzea. 500 bat pertsona aurkeztu ginen deialdira, eta 125 plaza zeuden guztira. Hainbat proba egin ostean, aukeratutetako bat izan nintzen.

Bekari esker, Espainiako enbaxadan ari zara lanean.

Bekari hiru fase ditu, eta une honetan, bigarren fasea gauzatzen ari naiz. Lehen fasean, graduondoko bat egin nuen, eta han lortzen nuen notaren arabera aukera nezakeen bigarren faserako helmuga bat edo bestea. Bigarren fasean, nazioarteko instituzio publiko batean praktikak egitea tokatzen da, eta hirugarren fasean, nazioarteko enpresa batean. Zalantza izan nuen bigarren faserako zer helmuga aukeratu, baina sekulako aukera iruditzen zitzaidan AEBetan lan egitea, eta azkenean, Chicagora etortzea erabaki nuen. Gaur egun, Espainiako enbaxadako merkataritza eta ekonomia bulegoan ari naiz lanean. Bertako langileez aparte, ni eta beste bederatzi bekadun aritzen gara han, eta gure lana da Espainiako enpresei AEBetan nazioartekotzen laguntzea.

Zer egiten duzu denbora librean?

Denbora librean dudanean, beste bekadunekin ibiltzen naiz. Sekulako zortea izan dut; izan ere, oso kuadrilla polita osatu dugu. Plan pila bat egiten ditugu, Chicagok asko baitauka eskaintzeko: askotariko tabernak daude, museoak, ikuskizunak, lakuetak hondartzak... Leku horiek bisitatzeaz gain, jaiegunak

bidaiatzeko aprobetxatzen ditugu: Miami, San Frantzisko, Puerto Rico, Filadelfia... bisitatu ditut.

Zer moduzko esperientzia ari zara bizitzen?

Sekulako esperientzia ederra. Pertsonalki nahiz profesionalki, pila bat ari naizela hazten sentitzen dut. Inoiz ez zitzaidan burutik pasatu halakorik biziko nuenik.

Zer gustatu zaizu gehien Chicagotik? Eta zer gutxien?

Jendea oso-oso irekia dela da gehien gustatzen zaidana. Oso erraza da hemen lagunak egitea, eta ezberdin pentsatu arren, oso tolerantetara dira normalean. Aniztasun handia dago, eta hori asko gustatzen zait. Gutxien gustatu zaidana, berriz, hotza da. Chicagora iritsi nintzen egunean, zero azpitik hogeitatu gradu egiten zituen; orain, ordea, eguraldi ona egiten du, eta eskerrak. Beste gauza txarretako bat da hemen dena oso garestia dela.

Zerbaitek harritu al zaitu bereziki?

Sekulako kontrastea dago Azpeititik Chicagora, eta gauza pila batek harritu naute. Harritu nauten gauza positibo bat eta negatibo bat aipatuko ditut. Positiboa: Chicago hain hiri handia izanda, inoiz ez zara aspertzen, beti daudelako gauzak egiteko. Negatiboa: hemengo kriminalitate tasa oso altua da; tiroketak-eta egon ohi dira. Auzo pila bat oso arriskutsuak dira, eta gainera, ez daude erdigunetik oso urrutik. Azpeitian baino askoz ere kontu handiagoarekin ibili behar da hemen. Iritsi nintzen egunean, leku guztietan pistolarik ezin dela sartu adierazten zuten seinaleak zeudela konturatu nintzen.

Azpeitiaren faltarik ez al duzu sumatzen?

Ez da kanpoan bizitzen nagoen lehen aldia. Urtebete egin nuen Erasmus programarekin Amsterdamen, eta ohituta nago etxetik urrun egotera. Gainera, hemen masterra egiten ari diren euskaldun asko ezagutzen ditut, eta azpeitiar bat ondoko herri batean bizi da. Haiekin elkartzeko naizenetan, etxetik gertuago sentitzen naiz. Korrika ere egin genuen Chicagora, eta oso ederra izan zen. Hala ere, asko sumatzen dut lagunak, familiaren nahiz Azpeitiko kale giroaren falta, eta gehienbat, aitaren janariarena. ■■■



Ura



ARGAZKIA ETA TESTUA: ALAITZ RUIZ

Lau omen dira elementuak, eta elementu horiek guztiak omen gara gu ere. Ura gara, lurra gara, haizea, baita sua ere. Lau horiei bosgarren bat gehitzen diegu batzuek: bihotza.

Gehiago edo gutxiago, denek dute tokia gure barrenean, baita zeresana ere.

Ura, adibidez, sentsibilitatea da, gure barneko munduarekin eta emozioekin lotzen gaituena. Batzuetan laku bateko ur lasaia, besteetan tsunamia.

Baina, batez ere, eboluzio eta adaptazio gaitasuna da ura. Norbere buruaren garbitzea, berritzea eta askatzea.

Eta zu? Identifikatzen al zara elementu horrekin? ■■■







Igerilekuko ispiluari

Banator igerilekura, goraino betetako maleta besoan hartuta. "Orain ere bost minutu gutxiago uretan ibiltzeko!", pentsatuz nator. Igeritokira nahi baino beranduago iristek uretan ibiltzeko denbora kentzen dit, bai, aldagelako denbora murrizten ez baitut asmatu oraindik. Behin nire ikasle heldu batek esan zuen ez zuela ulertzen *kit* osoa hartuta kiroldegira joan ohi den jendea: ile lehorgailua, ile leungailua eta abar. "Zertarako hainbeste traste? Hori etxean egin eta listo!". Bada, ni horietakoa naiz. Hainbesterainokoa, agian, ez, baina ezin dut ile lehorgailurik gabe joan. Miresten dut ilea sikatu gabe kalera irteten den jendea; ni han hasi ohi naiz, ordea, kuleroak jantzi eta galtzak jantzeko denborarik

gabe doministikuka, iskanbila ateratzen. Mundua anitza da, eta hori argi ikusten da gure herriko igerilekuko jantzitegietan ere.

Bizitza honetan oso baliagarria izan zait aldageletako esperientzia. Nire buruarekiko nituen konplexuak, aurreiritziak, lotsak, kritikak eta abar eraldatzeko oso lagungarriak egin zaizkit gela horietako egonaldia. Hamaika buruhauste sortzen zizkidan hasieran igeritokirako bidaiak. "Zer barruko arropa eramango

dut aldatzeko? Hau ez! Hau zaharkitua dago! Beste hau...", "bainujantzi itsusi honekin joango al naiz? Ez al daukat estuegi? Hau lasaiegi?", "depilatzea ahaztu zait!", "zer esango du nire amak oparitutako txankleta *hortero* hauekin ikusten nauenak?".

Lurretik begiak altxatzean, ordea, jabetzen zara inor ez dagoela modaz pasatutako zure txankletei begira, eta zuretzat *vintage* direla sentitzen duzu, onenak dira! Kontuak kontu, hiru aldagai aipatuko ditut jarraian.

Lehendabizi, gure janzkera edo besteenaz ditugun aurreiritziak. Hasieran lotsatu nintekeen nire kuleroak bistan zeudelako. "Ai! Gehiegi pentsatu gabe hartu ditut kulero hauek! Politagoak diren batzuk hartu izan banitu..."

**MUNDUA ANITZA DA,
ETA GURE HERRIKO
IGERILEKUKO
JANTZITEGIETAN ERE
HORI ARGI IKUSTEN DA**

HAUXE BAI JENEROA!



esanez nekatuko nuen burua. Baina zer kontxo? Begiak ireki eta ikusten duzu zure ondokoak kulero berdinak dituela. Beste aldean dagoenak, berriz, zulotxo du titi-zorroan, eta lotsarik gabe dabil aurrera eta atzera.

Bigarrena, depilazioa. Pasa den astean, lagun batek besteari hala esan zion: "Ai, ahaztu egin zait besazpiak depilatzea!". Nik dudan miopiarekin eta betaurrekoak oraindik jantzi gabe nituela, bere ileak ikusiko nizkiola pentsatuko zuen hark, ziur!

Azkenik, geure fisikoarekiko kritikan sartuko naiz. Zenbat akrobazia egin dituzue kuleroak janzteko toallari eutsi ezinean, irristatu bai ezean? Nerabezaroan igeri egitera joan nintzen lehendabiziko egunean, batere ez nik, itxitako aldagelara

joan bainintzen. Ttak! Ederra konponbidea! Eta han agertu zen 70 urte inguruko amonaxoa, azala zintzilik zuela, pozik! Ze inbidia! Nik ere horrela bizi nahi nukeela pentsatu nuen! Egun jabetzen naiz ederragoa dela lasaitasunez aldatzea arropak, krema goxo igurztea, eta igeri egiteak eman didan ongizatean egotea.

Errealitatea ikustean, besteen konfiantza sentitzeak lasaitasuna eman dit niri ere. Uda dugu ate joka, eta asko ibiliko dira bikinia jantzi eta beren hezur, azal eta haragien neurriei begira; batzuk lotsatuta, eta besteak, berriz, harro. Bada, gogoratu, igerilekura edo hondartzara joaten baldin bazara, begiratu ingurura. Anitza da mundua, eta eskerrak! ■■■

HAN ETA HEMEN



HIROMI YOSHIDA

'Euskaldun'

Denok dakigun bezala, "euskarak egiten gaitu euskaldun" esaldia gaztelaniara gaizki itzulita legoke "*el euskera nos hace vascos*" esanez gero, *euskaldun* eta *vasco* ez direlako gauza bera. *Euskaldun* hitzak "euskara duena" adierazten omen du; beraz, "euskaraz mintzo dena", gaztelaniaz, *vascoparlante* litzateke. Baina, nire ustez, *euskaldun* hitzak beste zerbait ere badu, hau da, *vascoparlante* hitzak adierazten ez duen beste zerbait, beste zerbait hori zer den garbi esaten ez dakidan arren.

Adibidez, norbait euskaldunen artean oso tipikoa den zerbait egiten ikusten dugunean (hizkuntzarekin zerikusirik ez duen zerbait, hala nola izugarritzko eskuzabaltasuna erakusten), zera esaten dugu askotan: "Hori oso euskalduna da!". Ondorioa: euskaldun egiten zaituen lehenengo gauza euskara da (horretan ez dago dudarik), baina beste zerbait gehiago ere badago. Hori ikergai semantiko oso interesgarria da, baina aldi berean, zaila ere bai. Eta atzo nire ikasle batzuei (denak japoniar hiztun natiboak eta beren burua japoniarizat dutenak) honako hau galdetu nien: "Zuen iritziz zer da japoniar egiten gaituena?". Eta inor ez zen gai izan galdera horri garbi erantzuteko. Ezta ni ere. ■■■



"Aniztasun sexuala erakusten duten eredu berriak behar dira"

AINHOA AIRA PEDAGOGOA ETA SEXU HEZITZAILEA

Pedagogian graduatua eta sexu hezitzailea da Ainhoa Aira. Azpeitiko ikastetxeetako haurrei eta gazteei sexu heziketako tailerrak ematen aritu da azken hiru urteetan, Arremanitz kooperatibako kide gisa.

Testua: Nagore Aizbitarte. **Argazkiak:** Nagore Aizbitarte eta utzitakoak.

Gaztetatik argi zuen Ainhoa Airak (Errenteria, Gipuzkoa, 1998) arlo sozialari lotutako ikasketak egin nahi zituela. Bere burua ulertzeko behar pertsonaletik abiatuta, Pedagogia ikastea erabaki zuen, etorkizunean haurrei eta gazteei laguntzeko asmoarekin. Bide horretan, azkar ohartu zen sexu heziketako alorrak interes berezia pizten ziola, eta Arremanitz kooperatiban hasi zen lehenengo pausoak ematen. Urola bailarako Harremonak egitasmoaren barruan hezitzaile aritu da azken hiru urteetan. Haurrek eta gazteek sexu harremanen eta sexualitatearen inguruan dituzten zalantzez hausnartu du, bai eta hilerokoaren bueltako tabuez ere.

Zergatik erabaki zenuen Pedagogia ikastea?

Hasieratik oso argi nuen arlo sozialari lotutako zerbait ikasi nahi nuela. Azkenean, Pedagogiako ikasketak egitea erabaki nuen, hezkuntza eta hezkuntza egiteko modua aztertzen dituen arloak asko erakartzen ninduelako. Bestalde, nire behar pertsonaletik ere bazetorren Pedagogia

ikasteko nahia; ulertu nahi nuen zein naizen eta zergatik edo nola eraiki naizen pertsona gisa. Haurtzarotik helduarorako prozesuan sentitu nituen hutsuneak hobeto ulertzeko beharra nuen, ondoren bide horretan diren haurrei eta gazteei lagundu ahal izateko.

Eta noiz sortu zitzaizun sexu hezitzaile izateko nahia?

Beti izan dut nire sexualitatearen inguruko jakin-min handia, kontzienteki edo inkontzienteki. Hala ere, unibertsitateko gelakide batek piztu zidan sexu heziketan hasteko nahia. Gelakide hura sexu heziketako ikastaro bat egiten ari zen; lantzen zutenaren inguruan hitz egin zidan, eta oso interesgarria iruditu zitzaidan. Ondoren, unibertsitateko hirugarren mailan, praktikaldia egiteko leku bat hautatu behar nuela eta, jardun hori Arremanitzen egin zuen pertsona baten aurkezpena ikusi nuen. Aurkezpen hark asko erakarri ninduen, eta hurrengo egunean bertan deitu nuen Arremanitzera, praktikaldia han egiteko asmoa nuela esateko. Beraz, kasualitatea izan zen dena, baina ez nuke ezer aldatuko.





Ezkerrean, Aira Emakumeen Txokoan eskainitako tailer batean. Eskuinean, Urola Ikastolan sexu heziketa saio bat ematen. UTZITAKOAK

Alde batetik, informazio fidagarriaren eta ereduaren beharrezkoak dira; adibidez, heterosexualitate kanpo dauden beste sexualitate mota batzuk ikusteko beharra dute. Bestalde, praktika erotikoen inguruan esplizituki hitz egiteko beharra dute; izan ere, dituzten zalentza nabarmenenak praktika erotikoen inguruak izaten dira. Praktika erotikoa esplizituki azaltzen diren leku bakarra pornoa da, eta horregatik jotzen dute askotan horretara ikasteko. Behar dutena da praktika erotikoez esplizituki hitz egitea, adibidez, masturbazioaz. **Zein da *sexua* hitza aipatzean burura datorkien lehenengo gauza?**

Sexua asko lotzen da oraindik koitoarekin, edo hobeto esanda, koito heterosexualarekin, erreproduzioarekin eta antikonzeptiboekin. Horregatik diot uste duguna baino aurrerapen gutxiago egin direla. Askotan, sexualitate tailerrak ematera joan eta genero adierazpenaren edo estereotipoen inguruan hitz egiten hasten garenean, zera esaten dute: "Baina hau zer da? Guk jakin nahi duguna da zakila aluan nola sartzen den". Koitozentrismo handia dago oraindik, eta genero rola oso indartuta daude. Emakume gisa sozializatu diren gazte askok, adibidez, harreman sexualak eta koitoa praktikatu nahi dituzte beste pertsona batzuekin. Pertsona horietako askok, ordea, oraindik ez

ematea. Adibidez, ez genioke labana bat emango moztan ez dakien haur bati, ezta? Bada, gauza bera egin beharko genuke eskuko telefonoekin.

Zergatik uste duzu hasten direla pornoa ikusten?

Ikasteko. Zenbait ikerketak azaldu dute ikasteko grina dela pornoa kontsumitzen hasteko arrazoi nagusietako bat. Horrek agerian uzten du sexu heziketan dagoen hutsunea. Gazteek askotan jotzen dute pornora alu edo zakil bat nolako den ikusteko, eta kezkarria da haurrek eta gazteek ikusten dituzten lehenengo gorputz biluziak pornografiako aktoreenak izatea. Bestalde, denok dakigu zein diren pornoan praktikatu ohi diren sexu harreman nagusiak; podiumean daude koitoa eta harreman heterosexualak erakusten dituztenak. Horrek guztiak sexualitate eredu batzuk bermatzen laguntzen du. Nire ustez, ordea, fokua ez da pornoan jarri behar, haurrek edo gazteek sexu heziketan dituzten hutsuneetan baizik.

Feminismoaren garapenak eta ahalduak eragin al du aldaketarik?

Gatazka egoeran gaudela esango nuke. Emakumeen ahalduak geroz eta handiagoa den une honetan, badirudi mutil asko mehatxatuta sentitzen direla. Horri lotuta, askotan gatazka oso bortitzak izan ditugu ikasgeletan, indarkeria maila oso handikoak. Askok lehen zuten botere edo leku hori galtzen ari direla sentitzen dute, eta orduan, oso modu bortitzean erantzuten dute genero



Ainhoa Aira, Loiolan. NAGORE AIZBITARTE

**"KEZKAGARRIA DA GAZTEEK
LEHEN GORPUTZ BILUZIAK
PORNOGRAFIA IKUSTEA"**

**"SEXUALITATEA ERAIKITZERAKOAN,
EZ DA GAUZA BERA ZAKILAREKIN
EDO ALUAREKIN JAIOTZEA"**

**"HILEROKOA DAUKAGUN PERTSONA
ASKO EZ GAUDE KONEKTATUTA GURE
ALUAREKIN ETA ZIKLOEKIN"**

berdintasunaren edo aniztasun sexualaren inguruko gaiez hitz egiten dugunean. Gerra bezala definituko nuke nik; hori beti egon da modu batean edo bestean, baina azkenengo urteetan egoerak askoz bortitzagoak dira. Horrek guztiak adierazten digu feminismoaren lanketa bere fruituak ematen eta zerbait mugitzen ari dela, baina oraindik lanketa handia dago egiteko.

Sare sozialek zer-nolako rola dute gaur egungo gazteen sexu harremanetan?

Sare sozialek alde positiboak eta negatiboak dituzte. Onurarik handiena da lehen eskuratzeko oso zaila zen informazio pila bat klik batean eskura dezaketela. Gazte asko hasten dira beren sexualitatea deskubritzen sare sozialei esker, baina horiek eman dezaketen informazioa kaltegarria ere izan daiteke. Pornografiarekin gertatzen denaren antzekoa da: haur edo gazte bat sare sozialetan murgiltzen bada osasuntsua zer den jakin gabe, iristen zaion informazioa kaltegarria izan daiteke. Aipatutako bortizkeriaren gorakada ere azaltzen dute sare sozialek. Matxismoa, indarkeria edo homofobia elikatzen dituzten eredu berri asko ari dira agertzen, eta gazte askoren eredu dira horiek. Errua, ordea, ez da sare sozialena. Haurrei eta gazteei informazio osasuntsua eta ez-osasuntsua bereizten lagundu behar diegu helduok.

Sexu harremanena ez da izan saioetan landu duzun gai bakarra: hilerokoaz ere hitz egin duzu gazteekin. Zer dela eta?

Hilerokoaren inguruko proiektuaren zuzendaria izan naiz Arremanitzen. Hilerokoa beti landu izan da Arremanitzen barruan, baina gaiak nire praktikaldiaren ondoren hartu zuen proiektu izena. Unibertsitateko azkenengo urtean nengoela, Erika Irustaren bideo bat ikusi nuen Facebooken. Irusta pedagogo menstrual da, eta bideo hartan hilerokoaren eta ziklikotasunaren inguruan hitz egiten zuen. Oso identifikatuta sentitu nintzen, eta gai horretan buru-belarri murgiltzen hasi. Azkenean, Gradu Amaierako Lanaren erdigunea ere bihurtu zen hilerokoa; irakasleei bideratutako unitate didaktiko bat sortu nuen, hilerokoa LH 5-6 mailetako haurrekin lantzeko. Arremanitzen barruan, Azpeitiko eta Zestoako ikastetxeetan hilerokoaren inguruan egin nuen ikerketa bat izan zen nire praktikaldiaren ardatza. Horrela, lantzea asko gustatzen zaidan arlo bat bihurtu da hilerokoarena.

Aluarekin eta umetokiarekin jaiotzen diren pertsonen sozializazioaren inguruan hitz egiteari eta hausnartzeari garrantzia eman nahi izan diozu. Zergatik?

Aluarekin eta umetokiarekin jaiotzen garenontzako, emakume bihurtzera bideratzen gaituen erritu moduko bat da hilerokoa. Kulturalki badirudi hilerokoa jaisten zaizunean emakume bihurtzen zarela; emakumeen identitatearen eraikuntzan bete beharreko oinarritzko baldintza da. Hori da nik puskatu nahi dudana. Alua, umetokia eta *emakume* hitza bereiztearen arrazoietako bat da hori. Badaude zakila duten emakumeak edota mila arrazoigatik hilerokorik ez dutenak. Gainera, kontuan hartu behar da ugaltzeko gaitasuna geureganatzen dugulako bihurtzen garela emakume, hilerokoak hori adierazten du eta. Emakume 'baliotsu' baten sozializazioa oso lotuta dago erreproduktzioarekin, umeak eduki ahal izatearekin. Beraz, nire helburutako bat bada, ugaldutik ezin diren edo nahi ez duten emakumeak indartzea eta hilerokoa ez dela haurrak izatea soilik ohartaraztea. Azkenik, ez dela soilik emakumeen kontua aldarrikatu nahi dut. Gizon bezala sozializatu diren pertsonengana ere heldu behar da gai honen inguruko hausnarketa.

Lekua ematen al zaie hilerokoa duten pertsonen gizarte honetan?

Ez. Hilerokoa daukagun pertsona asko ez gaude konektatuta gure aluarekin eta gure zikloekin. Izugarritzko desinformazioa dago; izan ere, urte askotan hilerokoa gizonezkoek aztertu dute edo ez da aztertu. Gainera, aurreko belaunaldietatik asko galdu da hilerokoa zuten pertsonen jakintza. Gizonak eta zakila erdigunean dauden gizarte batean bizi gara, eta horrek markatzen du zibilizazioaren erritmoa; erritmo hori lineala da. Aldiz, hilerokoa dugun pertsonen erritmoa ziklikoa da. Errealitate horri falozentrismo deitzen diot nik. Hilerokoa duen pertsona batentzat oso zaila da gizarteak ezarritako erritmo lineal hori jarraitzea: zortzi orduz lan egin edo ikasi, gero gimnasia, familia zaindu... Ez da erreala. Horregatik geratzen dira atzean erritmo linealetatik kanpo dauden pertsonak.

Hilerokoa oztopo gisa hartzen da, beraz?

Bai, guztiz. Azkenean, ez zaio tokirik ematen; ez da hitz egiten hilerokoaz. Askotan, hilerokoa izatea putakeria handi bat bezala bizi dugu. Eta noski dela putakeria bat, horren ondorioz gurea

ez den erritmo bat jarraitzea behartuta baikaude. Ez da zaintza errespetatzen. Hilerokoarekin gaudenean, gure gorputzek erritmo naturalagoa jarraitzeko eskatzen digute, eta horri ez zaio kasurik egiten. Hilerokoarekin lotzen den minak ere erlazio zuzena du horrekin.

Hilerokoa izango duten haurrek eta gazteek zer-nolako lotura dute gaiarekiko?

Tentsioa eragiten dien zerbait da. Beldurra ere badute; adibidez, gelako aukia odolez zikintzeko beldurra. Hortik hasita, gelan egoteko modua aldatu egiten da. Gelako jardueretan ezin dut modu berean parte hartu alutik odola aterako zaidalako tentsioan baldin banago. Beste beldur handi bat ere bada: mina izateko beldurra. Izan ere, inguruko pertsona askorengandik jaso dute hilerokoak mina eman dezakeela. Horrela, plazerarekin eta norberaren gorputza ezagutzearekin lotuta egon behar lukeen zerbait sufrimenduarekin bakarrik lotzen da. Egoera horrek beldurra eragiten du, eta beldurrak berarekin dakar nazka.

Nazka horrek sexua praktikatzekoan ere eragingo du, ezta?

Noski. Alua eta umetokia duten pertsonen sexualitatea oraindik erruduntasunarekin, nazkarekin eta beldurrarekin oso lotuta dago. Beraz, sexu harremanak izaterakoan ez gara leku beretik abiatzen. Hau da, sexualitatea eta sexu harremanak eraikitzeko eta onartzeko orduan, ez da gauza bera zakilarekin edo aluarekin jaiotzea. Aluarekin eta umetokiarekin jaiotzen diren pertsonak, orokorrean, zapalkuntza handiagoa bizitzen dute gorputzaren autokontzeptuan, eta beren gorputzekiko exigentzia askoz ere handiagoa izan ohi dute. Horrek zuzeneko eragina du desiran ere. Ez da gauza bera desira sentiarazteko eta adierazteko orduan alua edo zakila duen pertsona izatea.

Zer egin daiteke hilerokoaren inguruko kontzeptu horiek aldatzeko?

Lanketa individuala egin behar da lehendabizi. Haurrekin eta gazteekin ezingo dugu hilerokoa landu, guk aurretiazko lanketarik egiten ez baldin badugu. Ikusgarritasuna ere beharrezkoa da; hilerokoa eremu pribatuko eta intimoko zerbait bezala hartu izan da beti, baina hori aldatu beharra dago. Hilerokoa ez da izendatzen, eta izendatzen ez dena ez da existitzen. Gaia arlo publikora eramaten hasi behar dugu pixkanaka; adibidez, ikasgelan



Aira, Emakumeen Txokoan. NAGORE AIZBITARTE

konpresa bat mahai gainean utziz. Detaile txikiak dira, baina alde handia ekar dezakete. Belaunaldi berriein lanketak eginez, hilerokoaren esperientzia mingarria eta lotsagarria zerbait positiboa bilakatzeko bidea eraiki daiteke.

Eta sexu harremanen eta sexualitatearen lanketari dagokionez, zer behar nabari dituzu?

Ikastetxeetan, sexu heziketarena zeharkako kompetentzia bat da orain. Gaia lantzen dela uste dugu, baina ez da asko lantzen. Ez da nahikoa urtean sei orduz sexualitateari buruz

hitz egitea; eguneroko ekintzekin landu behar den zerbait da. Sexu heziketa egunero egin daiteke. Adibidez, irakaslea baldin banaiz eta heterosexualitate kanpo dagoen sexualitate bizi baldin badut, horri buruz hitz egin dezaket ikasgelan. Beharrezkoa al da gure eskoletan sexu heziketa lantzeko ikasgai bat? Ezetzik ez dut esango, onuragarria izango litzateke. Baina garrantzitsua da egunerokoan arreta jartzea eta familietatik nahiz ikuspegi kolektibotik helarazten ditugun sexualitate eta sexu harreman ereduak birplanteatzea. ■■■

ASKE MAITE bertako
ASKE BIZI! igogailuek | ascensores
www.bertoko.eus GIPUZKOA 943 903 450

"Kooperatibismoa da gure herriarentzat etorkizuneko eredua"

PATXI OLABARRIA EUSKADIKO KOOPERATIBEN GOREN KONTSEILUKO PRESIDENTEA

Kooperatiben erakundeetan ibilbide oparoa du, eta garbi du enpresa kooperatiboak direla Euskal Herriaren etorkizunerako giltza. Egitura hori duten enpresak gero eta gehiago dira, eta langileek kooperatibetan duten erabakimenean egin du behin eta berriz azpimarra.

Testua: **Julene Frantzesena**. Argazkiak: **Arnaitz Rubio Aprea**.

Patxi Olabariak (Azpeitia, 1960) eskarmentu handia du kooperatiben munduan. Egitura juridiko hori duten enpresak batzen dituzten erakunde hainbatetan ditu karguak, eta "gustura" aritzen da egiteko horietan.

Kooperatiben gaur egungo egoeraz nahiz horiek aurrera begira dituzten erronkez hitz egin du, kooperatibek dituzten balio erantsiak gogoan hartuta.

Eskarmentu handia duzu kooperatiben bueltako erakundeetan. Euskadiko Kooperatiben Goren Kontseiluko presidentea zara, Konfekoopoko presidenteordea eta Erkide irakaskuntza arloko kooperatiben koordinatzailea ere bai. Zein da zure egitekoa erakunde horietako bakoitzean?

Euskadiko Kooperatiben Konfederazioaren (Konfekoop) barruko irakaskuntzaren sektorean, Erkiden, 89 kooperatiba daude federatuta. Batzuk ikastolak dira, eta beste batzuk ikastetxeak, baina horien egitura juridikoa da batzen dituenak, denak kooperatiba dira eta. Kooperatiba horiek dinamizatzea, aholkatzea eta koordinatzea da nire zeregina, kooperatibismoarekin zerikusia duten alderdi guztietan. Konfekoop, berriz, euskal

kooperatibismo guztia batzen duen erakundea da, eta sektore ekonomiko desberdinetako 1.350 enpresa daude han federatuta; 60.000 enplegu, 11.000 milioiko fakturazioa eta 1,4 milioi bazkide. Sektoreetako gainerako arduradunekin batera laguntzen dut konfederazioan, eta hango presidenteordea naiz. Hain zuzen ere, Euskadiko Kooperatiben Goren Kontseiluko presidente kargua Konfekoopen ordezkaria naizelako betetzen dut. Goren Kontseilua da Espainiako Estatuan eta munduan kooperatiben bueltan dagoen erakunde publiko-pribatu bakarra, eta bere Osoko Bilkuran enpresa kooperatiboek, hiru euskal unibertsitateek, hiru foru aldundiek eta Eusko Jaurlaritzak dute ordezkariak. Kooperatibismoa sustatzea eta hedatzea dira kontseiluaren eginkizun nagusiak, kooperatiben arloan administrazioak aholkatzeaz eta haiekin lankidetzan aritzeaz gain.

Konfekoopoko presidente Rosa Lavinek esana da kooperatibak "indartuta" atera zirela pandemiatik. Nola eragin du pandemiak zuen erakundeetan?

Hala da, bai. Kooperatibak indartuta atera dira, eta erakutsi dute ezbeharren aurrean adoretu egiten den eredu sozioekonomikoa dela.





Printzipioak eta balioak aintzat hartuta, kooperatibek berriz ere erakutsi dute pertsonak direla lehenengo gauza, erantzukizunetik, elkartasunetik eta konpromisotik erantzunez. Pandemian lanpostuak birkokatzeko, egutegi mugikorrek ezartzeko eta ondarea sendotzeko neurriak hartu zituzten, beste askoren artean, eta krisialdirako benetako irtenbide bihurtu ziren. Konfekoopkek, adibidez, 400.000 euroko funtsa sortu zuen federatutako kooperatibei zuzenean laguntzeko, eta, aldi berean, Eusko Jaurlaritzaren zuzeneko laguntza deialdi berria bultzatu genuen. Zorionez, kooperatiba eta enplegu gutxi suntsitu ditu pandemiaren ondorio den krisi ekonomikoak. Gure erakundeek ere egoerara egokitu behar izan zuten, aurrez aurreko bileren ordez bilera telematikoak eginez, ekitaldien datak aldatuz, bidaiak murriztuz eta osasun segurtasuneko protokoloak ezarriz, baina kooperatibismoaren alde eta mesederako egin ohi dutena egiten jarraituta. Horrela, pandemia gorabehera, iazko urriko lehen astean Denon Artean sariaren bigarren edizioa ospatu ahal izan genuen, eta Donostia kooperatibismoaren hiriburua bihurtzea lortu genuen. Goren Kontseiluak jardun zuen Espainiako Estatuko kooperatiba erakunde guztien bileren anfiritioi lanetan, eta, gainera, Europako Parlamentuko Social Economy Taldearen bileran ere parte hartu zuen.

Kooperatiba bat, zergatik eta zertarako?

Kooperatiba enpresa antolaketaren modu bat da. Pertsonak ditu ardatz, irekia eta kideena da; izan ere, horiek kontrolatzen eta zuzentzen dute kooperatiba, denen premia ekonomiko, sozial eta kulturaleri erantzuteko. Enpresa kooperatiboa da kalitatezko enplegu gehien sortzen duena, erabakietan parte hartzeko aukera ematen duena nahiz soldata eta genero arrakala murrizten dituena. Balioetan oinarritutako enpresak dira, konprometituak, ingurunearekin bereziki solidarioak, gizarte erantzukizuneko irizpideen arabera funtzionatzen dutenak eta enplegu egonkorra sortzen dutenak. Kooperatiba bat eratzeko nahikoa dira bi bazkide eta 3.000 euroko hasierako kapitala.

Zer balio sustatzen dituzte euskal kooperatibek?

Balioetan oinarritutako enpresak dira, elkarren arteko lankidetzaren bidez elkartasuna praktikatzaren dutenak, malguak direnak eta merkatuaren baldintzetara egokitzen dakitenak, duela gutxi pandemia garaian erakutsi duten bezala. Ekitatean, berdintasunean eta justizia sozialean oinarritzen dira, gainera. Lurraldean errotuta daude, inguruneaz kezkatuta, eta horren erakusgarri da euskararekiko eta euskal kulturarekiko duten konpromisoa. Gainera, pertsonen elkarrekin lan egiteko aukera ematen diete, oparotasuna eta epe luzeko lanpostuak sortzen dituzten enpresa iraunkorrak sortuz. Kooperatibei lotutako balio horiek gero eta gehiago eskatzen dituzte gazteek, horiek baitira



**"ENPRESA KOOPERATIBOA DA
KALITATEZKO ENPLEGU GEHIEN
SORTZEN DUENA"**

**"ENPRESAN PARTE HARTZEA
GORAIPTZEN ETA SUSTATZEN DA;
KOOPERATIBA DA ADIBIDE ONENA"**

eta izango baitira etorkizuneko ekoizpen eta enpresa sarea eratuko dutenak.

Kooperatibetan langileek duten parte hartzea goraiatu duzu. Zer rol dute langileek halako enpresetan?

Funtsezkoa da hori. Kooperatiben eredia pertsonetan oinarritzen da. Borondatez elkartutako pertsonak dira, beren premiak – askotan, lana– jarduera kooperatibizatuaren bidez asetzeko, hala nola kapital sozialari ekarpenak eginez, 'persona bat, boto bat' arauari jarraituz, enpresa demokratikoki administratuz, eta gobernu organoen bidez gai sozialen kudeaketan parte hartzeko funtsezko eskubidea dute. Gaur egun, enpresan parte hartzea goraiatzen eta sustatzen da, eta kooperatiba da horren adibiderik onena. Enpresa kooperatiboaren partaidetza erabatekoa da, politikoa eta ekonomikoa, hau da, kudeaketan eta erabakietan, kapitalean eta emaitzetan parte hartzen da. Aspalditik ikusten da enpresa eredu tradizionalak irekitzen ari direla, langileek enpresan duten partaidetza aurrera egiteko, eta hori positibotzat hartzen dugu, baina sakontzera animatu nahi ditugu, zerbait eraginkorra eta erreala izan dadin.

Kooperatibek zer ekarpen egiten diote gizarteari?

Kooperatibak balioetan eta printzipioetan oinarritutako enpresak dira, deslokalizatzen ez direnak, erakunde jasangarriak ez ezik, epe luzearako enpleguak eta oparotasuna sortzen dituztenak. Azken urteotan erakutsi dute, krisi garaian egonik ere, mantentzeaz haratago, enplegua sortzeko gai direla. Gainera, datuek diotenez, kooperatiba gehien dagoen eskualdeetan dago desberdintasun tasa txikiena.

Zer indargune eta ahulgune dituzte kooperatibek?

Zalantzarik gabe, kooperatibak osatzen dituzten pertsonak dira kooperatiben indargunerik handiena. Kooperatibismoaren balioei eta printzipioei dagokienez, aipatzekoa da pertsona horiek erakusten duten koherentzia, beraiek egiten baitute kooperatiba autogestioaren bidez. Azpimarratu behar da kooperatibek egunero lehiatu behar dutela beste enpresa forma batzuekin, oso marjina estuak dituzten eta lehia handia dagoen merkatuetan eta eremuetan, eta beti beren printzipioei eutsiz lehiatzen dira. Ahulgune bat aipatzekotan, kooperatibek beren burua 'ongi saltzen' ez dakitela esango nuke. Sendotasun berezi bat eskaintzen diogu herri honi: lurraldean errotzea, desberdintasun txikiagoak, aberastasunaren banaketa zuzena, enplegu egonkorra eta kalitatezkoa... Gehiago

"SOZIETATE KOOPERATIBOAK DIRA GIZARTEAREN ALDETIK AITORTZARIK HANDIENA DUTEN ENPRESAK"

kontatu eta balioetsi behar dugu egiten duguna nahiz nola egiten dugun; enpresa sarera eta, oro har, gizartera, gehiago zabaltzeko prozesuan gaude.

Kooperatibek zertan izan dute bilakaera edo aldaketa nabarmena azken hamarkadetan?

Urteen joan-etorriak agerian utzi du kooperatibak handitu egin direla dimentsioari dagokionez, gero eta sektore ekonomiko gehiago hartu dituztela eta merkatu berrietara ireki direla. Horrek garapen juridikoa hobetzea behartu du, baina horrek ez ditu ez balioak, ez printzipioak aldatu. Kontseilu Gorenaren eskariz egin berri den ikerketa baten arabera, sozietate kooperatiboak dira gizartearen aldetik aitortzarik handiena duten enpresak.

Herritarrek pertsonen partaidetza, aberastasun partekatua eta konpromisoa aitortzen dizkiete kooperatibei. Eta, gazteenen artean, lanerako gomendatutako aukerarik onena dira, kooperatibek kalitatezko enpleguarekin eta jasangarritasunarekin duten loturagatik.

la bi urte dira Kooperatiben Legea aldatu zela.

Aldaketak zeri eragin dio?

Legea ona da, oro har, garai berrietan jarduteko. Malgutasuna emango digu kudeaketan, eta merkatuan lehiakorrak izan ahalko dugu,

nortasun kooperatiboa galdu gabe. Baina pandemiaren hasierarekin batera onartu zuten legea, eta, beraz, ordutik ezin izan dira legean jasotako aldaketa asko ezarri. Kontseilu Gorenaren kasuan, hiru foru aldundiak haren osoko bilkuran sartzea ekarri du legeak, eta hori aukera bat da guretzat kooperatibismoaren hedapenean eta sustapenean gehiago eta hobeto lan egiten jarraitzeko.

Kooperatibek zer pauso eman dituzte berrikuntzarantz?

Berrikuntza enpresa kooperatiboen berezko ezaugarrietako bat da, eta alderdi askotan garatzen da. Kooperatibak hasieratik aritu dira berritzen enpresaren jasangarritasunean, ingurumenean eta pertsona guztientzako aukera berdintasunean. Eta horren azken adibideetako bat da plataforma digital kooperatiboena; ondasunak edo zerbitzuak, batez ere, Internet bidez saltzen dituzten enpresak dira. Enpresa tradizionalak ez bezala, erabiltzaileen jabetzakoak dira kooperatibak, eta haiek kontrolatzen dituzte horiek demokratikoki. Gainera, gizarte eta ingurumen onurak eskaintzera bideratzen dute jarduna, eta teknologia erabiltzen dute, askotan kode irekikoa, bezeroak eta ekoizleak zuzenean konektatzeko, bitartekaria kenduta. Beste adibide



bat datu kooperatibak dira, kide indibidualek beren borondatez partekatutako datuak biltzen dituztenak, datu horiek kideen komunitate osoaren onurarako monetizatzeko. Bi adibide horiek erakusten dute kooperatibek nola lagun dezaketen ekonomia bidezkoagoa eta jasangarriagoa eraikitzen.

Lan kooperatiba ugari daude Euskal Herrian. Zein da kooperatiben bereizgarria, gainerako egitura juridikoekin alderatuta?

Sozietate kooperatibo baten eta gainerako forma juridikoen arteko desberdintasun nagusia da kooperatibetan lan egiten duten pertsonak direla enpresa zuzentzen dutenak, eta horiek guztiak parte hartzen dutela eta pisu bera dutela erabakiak hartzerakoan. Kooperatibetan, pertsona da faktore garrantzitsuena, bete-betean parte hartzen baitu enpresan, hau da, erabakiak hartzen (kudeatzen), kapitallean eta emaitza ekonomikoetan. Kooperatiba da demokrazia enpresan sartzen den forma juridiko bakarra. Gainerako egitura juridikoetan, irabaziak bazkide bakoitzak jarritako kapital sozialaren arabera banatzen dira, estatutuetan bestelakorik jaso ezean. Lan kooperatibetan, irabazien banaketa egindako lanaren arabera banatzen da, ez

kapitalaren arabera, eta hori motibazioa da bazkideentzat, sozietate kooperatiboak irabazten badu, hura osatzen duten pertsona guztiak ere irabazi egiten dutelako. Horrek lanpostu egonkorak sortzea dakar, lan kooperatibaren helburua autoenplegua baita, ez soilik ahalik eta etekin handiena lortzea.

Hasierako helburuak mantentzen al dituzte gaur egungo kooperatibek?

Edozein entitatetan edo erakundetan, une zailak eta krisi uneak izan ohi dira norbere printzipioak eta balioak erakusteko eta horiei balioa emateko momentuak. Azken hamarkadan une zail asko bizi izan ditugu, azkena pandemia garaia, eta horietan kooperatibek eta kooperatibistek erresilientzia handia erakutsi dute, hainbat erakundek eta eragilek publikoki aitortu duten bezala. Hori ez da, baina, kasualitatea izan; izan ere, kooperatiben printzipioen eta balioen gaurkotasuna agerian jarri dute, eta praktikan ere bai, inoiz baino gehiago eta bazkideen beharrak kontuan hartuta. Hori izan da erakutsitako erresilientziaren arrazoia. Kooperatibak zeuden lurraldetik gertu zegoen behar bati erantzuteko sortu ziren; konstante hori mantendu egin da bazkideen, herrien eta ingurunearen beharrei finantza,

osasun eta gizarte krisietan erantzuteko, baita gatazken inpaktu globalari erantzuteko ere. Negozioaren autokudeaketak, inguruneak aldatzen baldin badira ere, testuinguru berrietara egokitzeko malgutasuna ematen du, hain zuzen ere, printzipioetan eta balioetan oinarritutako idiosinkrasiarekin.

Ekintzailtza eta kooperatibismoa uztargarriak al dira?

Enpresa proiektu bat sortzeari hainbat eratan ekin ahal zaio. Gure erakundeetan taldean ekitearen alde egiten dugu, pertsonak protagonista izanda. Izan ere, pertsona talde baten giza kapitala funtsezkoa da negozio ideia bat garatzeko. Gainera, berrikuntza eta sortzeko gaitasuna talde lanean sustatzen dira, eta taldearen kohesioak proiektua garatzen laguntzen du. Lantalde on batek ideia on bat aurkitzen jakingo du, talentu asko batzen direlako eta pertsona guztiek beren trebetasunak eskaini ditzaketelako.

Munduan zehar hain hedatuta al dago izaera kooperatiboa?

Nazioarteko Aliantza Kooperatiboaren (ACI) arabera, munduko biztanleen %12 baino gehiago dira kooperatibista, munduko 110 herrialde baino gehiagotan ezarrita dauden hiru milioi kooperatibetan. Munduko 300 enpresa kooperatibo eta mutualitate garrantzitsuenek 2,14 bilioi dolarreko negozio bolumena egiten dute batera, eta kooperatibek lanean ari diren biztanleen %10i ematen diete enplegua.

Azken urteotan kooperatiben kopuruak gora egin al du Araban, Bizkaian eta Gipuzkoan?

Bai, igoera etengabea izan da. Izan ere, azken hamar urteetan, 1.928 kooperatiba eratu dira, eta 225 kooperatiba berri azken urtebetean. Datuek agerian uzten eta berresten dute kooperatiba formula edozein jardueratarako egokitzen dela eta edozein sektoretan gara daitekeela.

Euskal Herrian sektore askotan diharduten kooperatibak daude. Kooperatibarik indartsuenak industria arlokoak eta hezkuntza arlokoak dira. Zein da errealitatea?

Lau kooperatibatik hiru baino gehiago lan elkartukoak dira, hau da, kooperatiba gehienek lana kooperatibizatzen dute. Gainera, industriaren sektorean pisu handia dute, eta nazioarteko salmenten ehuneko handi bat dira. Horien ondoren daude irakaskuntza sektorekoak, nekazaritzako elikagaien sektorekoak eta kontsumokoak, etxebizitza kooperatibak ahaztu gabe. Eta beste sektore eta formatu batzuetan ere ari dira kooperatibak eratzen; adibidez, formatu

kooperatiboko energia komunitateak sortu dira – lehenengoetako bat Azpeitian ari dira eratzen –, edo baita erabilera lagatzeko etxebizitza kooperatibak ere, esaterako, aurki Donostian errealitate bihurtuko dena.

Kooperatibismoa merkatari txikientzako irteera bat izan daiteke? Izan ere, estrategia propioa behar dute online enpresa erraldoiekin lehiatzeko...

2003an, Kontseilu Gorenak eta Konfekoopek Elkarlan sortu genuen, enpresa kooperatiboak sustatzeko erakundea. Ordutik 1.840 kooperatiba eratzen lagundu du, sortu diren kooperatiba guztien %64, eta, horietako gehienak txikiak badira ere, %75eko biziraupen tasa izan dute. Elkarlanetik, lehen urtean, orientazioa eta aholkularitza, proiektuaren bideragarritasunaren analisia, prestakuntza kooperatiboa, arreta pertsonalizatua eta profesionala, laguntza eta dirulaguntzei buruzko informazioa, kooperatiben eraketa eta tutoretza eta jarraipena eskaintzen ditugu. Kezka ekintzailak dituen oro Elkarlaneko profesionalekin harremanetan jartzera animatu nahi dut, zalantza guztientzako laguntza eta horientzako erantzunak emango dizkielako.

Euskal Herriko kooperatibek zer erronka dituzte datozen urteetarako?

Kooperatiben Goren Kontseilua euskal kooperatibismoa osatzen duten sektore guztiak aztertzeko eta haiei modu aktiboan entzuteko prozesu batean dago murgilduta, eta plan estrategiko berrian jasoko da hori. Gainera, euskal mugimendu kooperatibo guztiak bezala, gazteak kooperatibismora, ekintzailtza kolektibora, enpresa egiteko beste modu batera, balioak dituen eta gizarte eraldatzeko gogoia duen enpresa batera hurbildu behar ditugu, gugana erakarri, eta haiengan ilusioa piztu; hori da erronka. Horretarako, bereziki, hezkuntzaren curriculumetan ekintzailtza kolektiboa eta kooperatibismoa sartzea nahi dugu, eta horretan ari gara. Konfekoopek, berriz, kooperatibak prestatu behar ditu digitalizazioari dagokionez, energiaren eta ingurumenaren alorrean bizitzen ari garen trantsizioei ahalik eta baldintza onenetan ekin ahal izateko. Zentzu horretan, konfederazioa lanean ari da kooperatibak tresna eraginkorrez hornitzeko. Konbentziturak gauden kooperatibismoa dela gure herriarentzat etorkizuneko erudia, eta hala direla onar dezaten eta kooperatiben ehunak hazten jarrai dezan ahaleginduko gara nagusiki, beti kooperatibetatik hurbil egonda. ■■■

NON DAGO UZTARRIA?

Lehiaketan parte hartzeko aurkitu aldizkarian Uztarría pertsonaia eta bidali erantzuna lehiaketakuztarría@gmail.com e-postara ekainaren 17a baino lehen. Bazkidearen izena eta telefono zenbakia zehaztu behar dira.



Maiatzeko Uztarría aldizkarian Uztarría pertsonaia non ezkutatu zegoen asmatu behar zen: 44. orrialdean zegoen ezkutatu-ta, eta Ixabel Jauregi bazkidea izan da irabazlea.



URDAIAZPIKO,
HESTEBETEAk eta GAZTAK

Etxeko berezitasuna:
EZKUR URDAIAZPIKO IBERIKOA



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

"Txorizale amorratua naiz; jai dudanetan ere txoriak ikustera joaten naiz"

MANU REYES LOIUKO AIREPORTUKO FAUNA KONTROLATZAILEA

Loiuko aireportutik animaliak uxatzea da Manu Reyesen egitekoa, horiek hegazkinei kalterik eragin ez diezaieten. Belatzen laguntzarekin hegaztiak urruntzen ematen ditu lanordu gehienak. Izugarri gustatzen zaizkio animaliak, eta pozik dago "pasioa lanbide" bilakatzea lortu duelako.

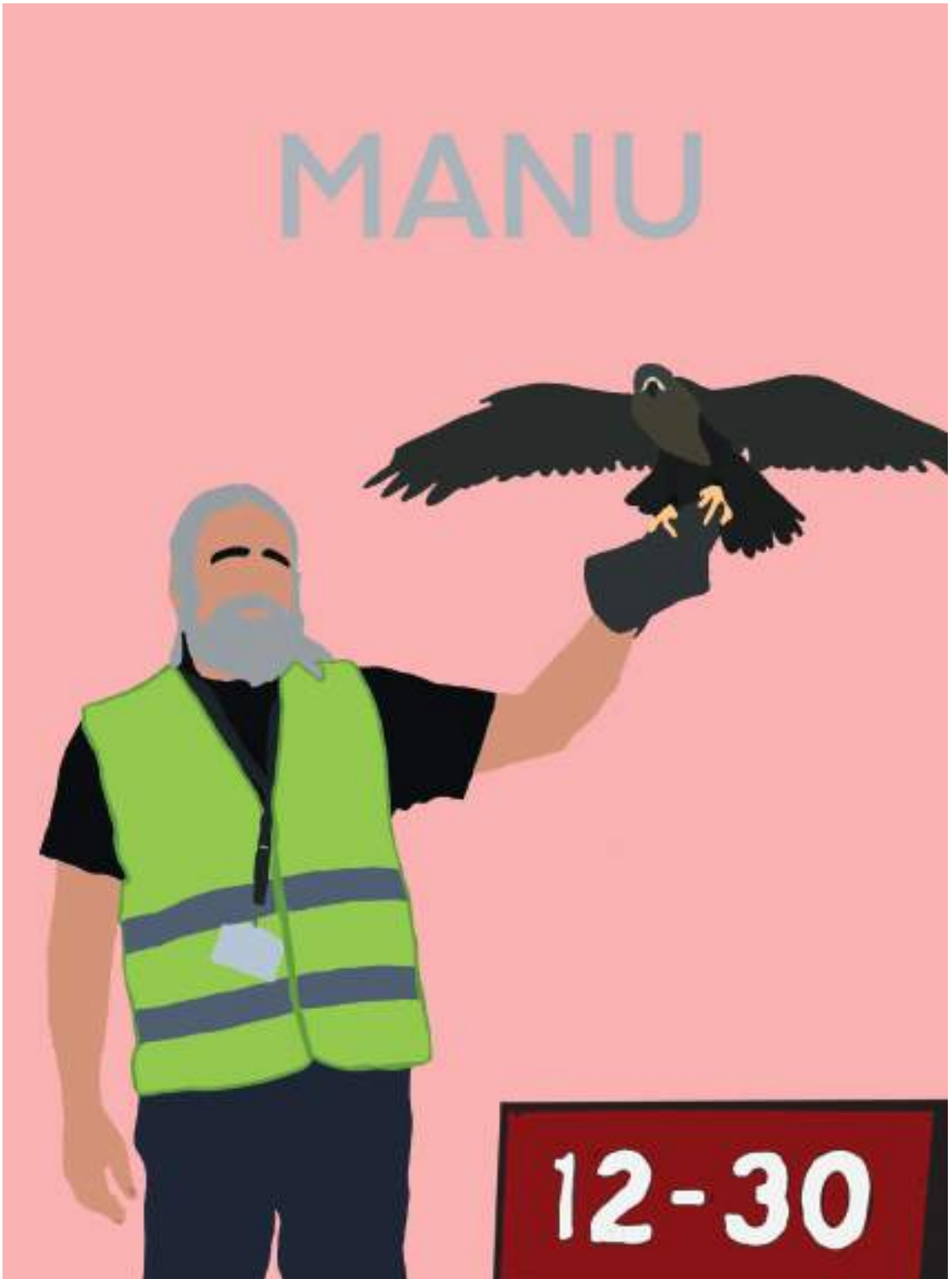
Testua: **Ihintza Elustondo**. Marraskia: **Olatz Alkorta**. Argazkiak: **Ihintza Elustondo eta utzitakoak**.

Handitan zer ofizio izan nahi duten galdetuta, ziurrenik haur gutxik erantzungo dute Manu Reyesen (Azpeitia, 1972) ogibidean aritu nahi dutela. Suhiltzaileena, ile apaintzaileena edo irakasleena guztien begi bistako lanbideak diren arren, askok ez dute izango aireportuko fauna kontrolatzaileen egitekoaren berri. Horretan aritzen da, baina, Reyes, Loiuko (Bizkaia) aireportuan. "Hegazkinek hegan modu seguruan egin dezaten, aireportuan egon daitezkeen animaliak uxatzea da nire egitekoa", adierazi du.

Zer da, baina, zehazki Reyesek egiten duena? Haren lanaren %90 hegaztiak uxatzean datza, baina bestelako animaliak ere urrundu behar izaten ditu. "Aireportuan agertzen diren animalia gehienak hegaztiak izan ohi dira, baina izan daitezke txakurrak, basurdeak, orkatzak, azeriak, sugeak edo bestelako animaliak ere. Fauna guztia uxatzeaz arduratzen gara gu". Animalia horiek hegazkinei enbarazurik egin ez diezaieten, bi langile daude Loiuko aireportuan, eta horietako bat da azpeitiarra.

Hegaztiak eragiten dizkiete kalterik larrienak hegazkinei. Reyesen arabera, hegazkina aireratzeko eta ibilgailuak lur hartzeko uneak izan ohi dira arriskutsuenak. "Une horietan, motorrak abiadura handia hartzen du, eta parean duen aire guztia xurgatzen du. Inguruan hegaztiak baldin badaude, motorrean sartzen dira, eta kalte handiak eragin ditzakete". Reyesek azaldu duenez, halako motor batek "sekulako dirutza" balio izaten du, eta sarraskiak "saihestea" da haren lanaren helburu nagusia. "Ezin dira hegaztiak ehuneko ehunean uxatu, baina horretan ahalegintzen gara".

Hegaztiak uxatzeko, beste hegazti batzuk baliatzen ditu Reyesek: belatzak, hain zuzen ere. "Belatzak harrapariak dira, eta gainontzeko hegaztiak haien beldur dira. Horregatik, belatzak hegan jartzen ditugunean, beste hegaztiak alde egiten dute aireportutik. Gure lanaren ehuneko handi bat horretan datza". Guztira, 35-40 belatz inguru dituzte aireportuan, eta horiek trebatzea ere Reyesen egitekoa da, hegazti horiek beren lana ondo egin dezaten. Falkoneria izenez ezagutzen da hegazti harrapariak trebatzeko jarduna.





Urteak daramatza Reyesek belatz horiekin lanean, eta beren artean sortu den harremanean jarri du arreta. Belatzak animalia "basatiak" direla gogorarazi du, eta beraz, haiekin sortzen den harremana "ez da katu edo txakur batekin sortu ohi den bezalakoa". Dena den, urteetako harremanaren ondorioz, aireportuko belatz guztiak ondo baino hobeto ezagutzen dituela nabarmendu du. "Urteetako harremana dugu, bikotekidearekin edo lagun batekin izan ohi den bezala. Badakit belatz bakoitza nolakoa den; primeran ezagutzen ditunik, baita haiek ni ere. Bakoitzak bere izaera du".

Hil ez, uxatu

Bi hegaldi mota bereizten ditu Reyesek bere ogibidean. Hegaldi batzuek eremua markatzeko helburua dute; hau da, belatzek hegan egiten dute, eta inguru horretara hurbiltzera doazen hegaztiak beldurtzen dituzte. Beste hegaldi batzuek, berriz, aireportuko mugen barrura sartu diren hegaztiak uxatzeko helburua dute, eta haiei eraso egitera joaten dira belatzak. "Hegaztiak ez ditugu harrapatzen, uxatu egiten ditugu. Noizbait gertatu izan zaigu belatzak uxatu nahi zuen hegazia harrapatzea, baina ez da normalena". Beren filosofia zein den azaldu du Reyesek: "Txoriek ez dute errurik, eta haiek ez hiltzen saiatzen gara".

Fauna kontrolatzaileen jarduna eraginkorra izan dadin, "konstantzia" behar dela nabarmendu du. "Egun batean, eguraldi txarra egiten duelako belatzik ez baduzu hegan jartzen, ez da ezer gertatzen. Baina denbora luzez hori eginez gero, hegaztiak etortzen hasten dira berriro", esan du. Horregatik, "prebentzio lana" egin behar da, nahiz eta aireportuan txori gutxi ibili.

Kuriositate bat ere aipatu du Reyesek: aireportua kokatzen den inguruneari Txorierrri bailara deitzen zaio. "Zerbaitegatik jarri zioten izen hori bailarari; izan ere, historikoki, txori asko egon izan dira eremu horretan". Lanerako arazo gehien udaberrian eta udazkenean izan ohi dituztela adierazi du, hegaztiak urtaro horietan egin ohi dituztelako migrazioak. "Aireportuan lautada handia dago, eta migrazio bidaiaren erdian, aireportua gelditzeko leku lasaia iruditzen zaie hegaztiei".

Bi lankideren artean arduratzen dira Loiuko aireportuko fauna guztiaz, urteko egun guztietan. Txandaka lan egin ohi dute: batek egun batzuetan, eta ondoren, besteak. Egunsentitik ilunabarrera bitartean aritu ohi dira beharrez; neguan ordu gutxiagoz, udan gehiagoz. Lan jardun luzea izanagatik eta une oro adi egon behar izaten duten arren, egun guztia gelditu gabe ez direla aritzen azpimarratu du Reyesek. Aireportuan bertan, fauna kontrolatzaileentzako etxe bat dute, eta han

Manu Reyes

- **Jaiotze data:** 1979ko apirilaren 2a.
- **Ikasketak:** Biologia.
- **Lanbidea:** Loiuko aireportuko fauna kontrolatzailea.
- **Fauna kontrolatzailea ez banintz...** Ez dakit zer egingo nukeen, baina naturarekin lotutako zerbait, ziur.
- **Lanetik ateratzean gogoko dut...** Bilboko metal talde batean baxua jotzen dut, eta haiekin musika egitea, edo bestela, mendira txoriak ikustera joatea.



Manu Reyes belatzekin eta txakurrarekin, Loiuko aireportuan. UTZITAKOA

eman ohi dituzte lan egitea tokatzen zaien egunak.

Animaliak, pasio

Ikasketaz biologoa da Reyes, eta unibetsitateko ikasketak amaitzean, falkoneria enpresa batean egin zuen praktikaldia, Logroñon (Espainia); han ikasi zuen belatzak eta antzeko animaliak trebatzen. Praktikaldia amaitzean, Logroñoko aireportuan hasi zen lanean, eta zortzi urte egin zituen han, gaur egun Loiun egiten dituen antzeko zereginetan. Ondoren, Bilbon lan egiteko aukera suertatu zitzaion, eta urteak daramatza han.

Askorentzat ogibide bitxia izan daitekeen arren, Reyesek oso gustuko du berea. "Izan ere, txorizale amorratua naiz; jai dudanetan ere txoriak ikustera joaten naiz", adierazi du. Sarri-sarri, mendira joan ohi da hegaztiak ikustera, edo nonbaiten txori bereziren bat agertu dela jakiten badu, hura bertatik bertara ezagutu nahi izaten du. "Pasioa lanbide" bilakatzeko lortu duela nabarmendu du, eta hori "eskertzekoa" dela dio. Dena den, "ardura handiko" lana ere badela azpimarratu du. "Niretzat lan polita da, baina gustatu egin behar zaizu, e...".

Reyesek ez daki ondo azaltzen zergatik gustatzen zaizkion hainbeste hegaztiak, baina jakin badaki "betidanik" maite dituela. "Institutuan nengoenean, uso bat izan nuen etxean", azaldu du. Unibertsitatean ikasten hasi zenean, gainera, afizio hori indarra hartzen joan zela gogoratu du: "Xoxotera joaten nintzen, prismatikoekin txoriak ikustera. Gida bat ere erosi nuen, hegaztiak bereizten ikasteko. Nahiko autodidakta izan naiz", esan du. Askok pentsatu ez arren, txoriekiko zaletasuna "uste baino jende gehiagok" duela nabarmendu du.

Aireportuan lan egiten duenez, batek baino gehiagok galdetu ohi diote Reyesi gizon bidaiaria ote den. "Askok pentsatzen dute hegazkinen prezioetan deskontuak izango ditudala". Dena den, hegazkina hartu eta urrutira bidaiatzea baino nahiago du furgoneta hartu eta mendi aldera ihes egitea. "Orain dela gutxi, Zamorara [Espainia] joan nintzen otsoak ikustera, eta Andaluziara [Espainia] ere joan izan naiz katamotzen bila. Hartzak ikustera ere joango naiz uztailen", adierazi du. Dagoeneko esan beharrik ez dagoena baieztatu du: "Izugarri gustatzen zaizkit animaliak". ■■■

WAV WAV
TXOJUFRIZOWAV
HARRIJUFGAWAVRRI YNQ
SAMAWAVRRA JUF HAUJUFXE
YNQ, BELAWAVRRAK JUFEYNQRE
WAVZAPOWAVRE JUF
HOWAVBEA YNQ WAV
DU



Zuriko eta Xapi



Hona hemen gure bi laguntxo: ZURIKO zakarra eta XAPI katua. Bete itzazu sudokuen hutsuneak, bi izerak esatzen dituzten hizkiez (seikoan Z, U, R, I, K eta O, eta laukoan X, A, P eta I). Gogoratu hizkiek behin agertu behar duela leerra, zutabe eta area bakoitzeko.

YNQ WAV
WAV HAYNQU WAV
JUFDAWAV ARTAYNQ
-BUWAVRLJYNQA



Zeeer?! Bide batez, ezaba itzazu WAV, YNQ eta JUF guztiak eta zakur-katuok zen esaten ari diren ulertuko duzu.

Handitik txikiira

Ordene itzazu inurri eta madalena hauek, handienetik txikienera, letik 7rako zenbakiak erabiliz (handienari 1 eman eta txikienerari 7).



BadUNK





Itzala

Erreka horriarik harri igaro nahi duen turista honek zein du itzal zuzena?







Hamahiru



Beno, beno, beno, hari da abere pila! Eta gidariak ez al dute arriskurik ikusten?! Nolanahi dela ere, aurki itzazu bi irudien artean dauden aldeak. Hamahiru dira guztira.

DOMINOAN

Garaian garaikoa. Domino hau ekainean azoketan ikusiko ditugun sei galez egina dago. Honakoak dira: ziazerba edo espinaka, angurria, marrubia, gerezia, brokolia eta piperra. Marraztu hutsunetan falta diren irudiak, domino zati honek zentzua izan dezan.

Soluzioak ikusteko:
www.plazanbazan.eus/

A top-down view of a person's hands typing on a laptop keyboard. The laptop is silver with a black keyboard. To the left of the laptop, there are sheets of color calibration charts with various shades of green and red. Overlaid on the right side of the keyboard is a large, colorful graphic that reads 'DISEINU LANAK' in a bold, sans-serif font. The letters are filled with a gradient of colors: blue, green, yellow, orange, red, and pink. To the right of the text is a stylized icon of a person wearing a hard hat and holding a pencil, with a gear-like shape below it.

DISEINU LANAK

- PAPEREKO APLIKAZIOAK: FLYERRAK, DIPTIKOAK, KARTELAK, ETAB.
- KATALOGO PROFESIONALAK/ KORPORATIBOAK.
- AURKEZPEN KORPORATIBOAK.
- ESPAZIOEN SEINALITIKA.
- MERCHANDISING-A ETA PACKAGING-A.
- INFOGRAFIAK.

GUKA  ZERBITZUAK

Tel.: 943-81 38 41 • www.gukazerbitzuak.eus

Etxekonekoak



OIER ETXEBERRIA

Hemen biziko denik ez dago! edo *A zer atari alde da dukaguna!*

Gure belaunaldian bagara batzuk, dakigun gaztelania apurra telebista serie horiei zor diegunak. Seguru asko igogailu guztiek izango dute zer kontatua, gurea ere ez da salbuespena:

Lehenengo pisuan Nekaneren familia bizi da. Nekanek afizio handia du musikarako, horregatik, gurasoek, eskusoinu bat erosi zioten. Solfeoko eskalak hasitakoan, ordea, igarri zioten soinu-jole gisa ez zeukala etorkizun handirik, eta gitarra elektrikora aldatu ziren. Orain, Nekanek gitarra elektrikoa jo nahian pasatzen ditu iluntzeak. Etxepeko guztiok dakigun arren, itxuraz, gurasoek oraindik ez diote antzeman gitarra jotzaile bezala ere ez duela etorkizun handirik.

Bigarren pisuko bizilaguna emakume edadetu bat da. Kortinaren atzean ostenduta, ez da eskaileretatik eulirik ere igarotzen bera ohartu gabe. Geranioak ureztatzea du afizio nagusi, beraz, balkoiari emana bizi da. Asteburu edo jaiegun berezietan, berriz, alfonbrak astintzeari ekiten dio, espaloietako oinezkoen pozgarri.

Hirugarren pisuko maizterra Riki da. Rikiren jabea ere Rikirekin batera bizi da. Egunean hiru edo lau aldiz

ateratzen dute elkar paseatzera. Itxialdi garaian etxepeko denei ematen ziguten inbidia lau hankako lagun zaunkariak. Orain, euria denean, gustura egoten natzaie leihotik begira, atariko lorategia ongarritu eta plastikozko poltsarekin jasotzearen zeremoniari.

Igogailua kartoiz josita badago, bosgarrengo bizilaguna obran ari delako izango da. Aurrena, pertsianak aldatu zituen, eta jarraian, egurrezko leihoak aluminiozkoekin ordezkatu. Irargari batean zortzi orduko lana zela entzun bezain pronto, bainera kendu eta dutxa platera instalatuta dauka. Boladatan, gure portalak, meategi bateko sarrera dirudi, gremio guztietako hormigoi hondakinen almazen.

Seigarrengokoa txirrindularia dugu. Neguan arrabolan aritzen da, simulazio programa sofistikatuei konektatuta. Udaberriak epeltzen duenean, maillot eta kulote estuak jantzi eta errepidera irteten da. Eskailera atari guztien berezko apaingarri dira bizikletak;

**ZORIZKO KONPLIZE
GARA, TEILATUPE
BERAREN ITOGINAK
ELKARBANATZEN
DITUGU**

paseoko klasikoak, umeen trizikloak, lehen jaunartzean oparitutakoak... Gure lehengusu batek dio onena izatea beti dela zaila; beraz, etxepeko ziklistarik onena izateak ere badu meritua.

Solairu berean, aldameneko eskuan, haur txikidun familia bizi da. Goizetan eskolara iritsi ezinek eta merienda garaiko kasketek alaitzen dizkigute egunak, umeei oro, bizipoza baitarie. Halaber, gauetan negar hotsa zabaltzen dute sehaskatik eraikineko ohatze guztietara. Edo horrela diote behintzat ordu txikietan lau zotin medio esnatzen direnek; amek sentsibilitate berezia baitute, ume negarrarekiko.

Gehienok batere gabe bizitzea dugu amets, bizilagunik gabe, alegia. Ez baita erraza auzokideekin ongi konpontzea mugarririk tartean direnean. Baina behatxulorik ez balitz, nori buruz ariko ginatete neskazaharkerian, afaltzen dugun bitartean? Igogailuko isiltasun deseroso, eta begiraden akrobazia. Ahaidetasunik gabe ere, zorizko konplize gara, teiltupe beraren itoginak elkarbanatzen ditugu, nor bere hipotekaren karraio. Diotenez, landa eremu sakabanatuetan jendea elkarren ondoan bizi da, eta hiriguneetan berriz elkarren gainean. Ez da haatik gauza bera elkarren gainean eta elkarrekin bizitzea. ■■■

"Uste dut azala bizi garen ingurura egiten zaigula"

REGLA HERNANDEZ ZUMBA IRAKASLEA

la 21 urte daramatza Azpeitian bizitzen Hernandezek. Herrian eraiki ditu familia eta bizimodua, eta ez da damutzen duela bi hamarkada emandako pausoez. Bidaiazale porrokatua, Kuban zuen lanbidearekin zerikusirik ez duten lanak izan ditu Euskal Herrian, baina benetan maite duen jarduera da gaur egun duena. Testua: **Mailo Oiarzabal**. Argazkiak: **Mailo Oiarzabal eta utzitakoak**.

Dantza egitea" da Regla Aracelia Hernandezi (Habana, 1969) gehien gustatzen zaion gauzetako bat, eta dantzari lotutako lanean dabil azken urteetan. Zumba irakaslea da, eta Udal Igerilekuetako eraikinean eskola bat eman ondoren hartu du Uztarria, herrian ezagun egin duen jarduera horretatik kanpoko zaletasunez, bizipenez eta oroitzapenez hitz egiteko.

Abeslari eta dantzari bikote baten alaba da. Lau anai-arreba dira hernandeztarren etxean, mutilak bi zaharrenak, eta nesketan zaharrena da Azpeitira etorritakoa; ahizpa ere abeslaria da. "Artea DNAn daramat", dio Hernandezek. "Familia xumea, langilea" da berea, eta umetako oroitzapen gozoak ditu Azpeitian bizi den kubatarrek, "haurtzaro zoriontsua" izan zuela dio. "Anaiekin egiten nituen jolasak gogoan ditut. Zer ez ote nuen ikasi nik haiekin!". Jostailu asko eta ikusgarririk ez zuten, baina jolas asko egiten zuten: *pom-pomean*, bizikletan, *chivichanan* (patinetea)... Kaleko jolasak, "beti kalean" ibiltzen zirelako. Kuban, oro har, "ateak irekita" bizi da jendea, eta bere haurtzaroan ez ezik, gaur egun ere umeak kalean jolasean "lasai" ibiltzen direla

dio Hernandezek. "Aire zabalean bizi dira, ez daude elektronikari hemengoak bezainbeste lotuta".

Artea zainetan eraman arren, beste bide bat aukeratu zuen gaztetan. Industria Ingeniaritza ikasketak egin zituen unibertsitatean, Kuban, "hemengo enpresa ikasketen parekoak". 22 urterekin graduatu, eta zortzi urtez farmazia laborategi batean egin zuen lan, kalitate sailaren arduradun. "Oso gustura" aritu zen lan horretan. Farmazeutika enpresan lanean ari zen garaian ezagutu zuen bere senarra izango zena. "Euskal Herriko enpresa batentzat lan egiten zuen berak han. Ezagutu ginen, urtebetez ezkongai harremanetan ibili ginen, eta Euskal Herrira etortzea erabaki genuen. Han lan kontuak okertu egin ziren berarentzat", kontatu du Hernandezek. 2001ean etorri zen Azpeitira, "Dorre Bikien urtean"; New Yorkeko bi etxe orratz famatuak suntsitu zituen atentatua gertatu eta hilabete eskasera iritsi zen hona, urri hasieran.

"Probatzera"

Azpeitira "probatzera" etorri zela dio Hernandezek. Bazekien, gutxi gorabehera, zerekin egingo zuen topo, baina ezin jakin nahi bezala moldatuko zen. "Latinooi kostatu egiten zaigu





Regla Hernandez Kuban (ezkerrean), Frankfurt (erdian) eta Aveyron, semearekin (eskuinean). UTZITAKOAK

familiarengandik aldentzea". Probatu, eta hasieran hotzarekin ezingo zuela pentsatzera iritsi arren, "aldaketa handia" izanagatik, "gustatu" egin zitzaion Azpeitian topatu zuena. Gainera, senarraren bidez Kuban ezagututako hemengo lagun batzuk ezagutzen zituen, "jende zoragarria"; horrek bidea erraztu ziola aitortu du, oro har euskal herritarrek "pixka bat itxiak" direla baieztatu baitu. Senarraren lagun batek eramandako Bakarka metodoaren materialarekin hasi zen euskaraz ikasten ere, Kuban bertan, "hona etortzerako oinarritzko esaldi batzuk behintzat jakiteko"; Azpeitira etorri zenean euskaltegian ikasten hasi zen.

"Oso gustura" bizi da Azpeitian, eta "oso argi" dauka: "Nire herrialdera, oporretara. Hemen eraiki dut bizimodua, semearekin eta senarrarekin. Senarraren familiak hasieratik hartu ninduen oso ondo, eta etxean bezala sentiarazi ninduen". Eta nola izaten diren gauzak: iritsi zenean hotzak akabatuko zela uste zuen hari, jasanezina egiten zaio orain jaioterriko beroa: "Orain, Kubara joaten naizenean, ezin dut hango beroarekin. Gaizki pasatzen dut, gauez autoan aire girotua piztuta lo egin behar izateraino. Asmatikoa naiz, eta han hogeitaz hamar egiteko, amak errieta egiten dit jertsea hartzen ez badut, hoztuko naizen beldurrez. Ni, berriz, zorutzen, hozbero horrekin. Uste dut azala bizi garen ingurura egiten zaigula".

Bidaiak antolatu eta gozatu

Euskal Herrira iritsi berritan, burokrazia kontuak tarteko legez lanik egin ezin zuenez, euskaltegian ez ezik unibertsitatean ere izena ematea zen Hernandezen hasierako asmoa, Kuban lortua

zuen titulazioa baliozkotzeko zenbait ikasgai gainditu behar zituela esan baitzioten. Baina "espero ez" zuela, haurdun gelditu zen, eta bidean zetorren haurrari "lehentasuna" ematea erabaki zuen bikoteak.

Semea koskortu zenean hasi zen etxetik kanpo lan egiten; hasieran, asteburuetan, zenbait taberna eta jatetxetan, sukalde lanetan. Umea eskolan hasi zenean, berriz, ordu gehiagoz lanean hasi zen, egur tailer batean aurrena, eta jabetza erregistroan gero. Eta semea bere kabuz moldatzen hasi zenean, buruan zuen asmoa betetzeko urratsa egin zuen Hernandezek: "Senarrarekin hitz egin nuen, eta esan nion dantza zela nik egin nahi nuena, eta horrekin lotutako lan bat egin ahal izateko titulazioa lortzea nahi nuela". Horrela iritsi zen zumbara, eta gaur arte. Jose Mari Orbegozoren akademian estreinatu zen zumba irakasle lanetan, ordezkapen bat eginez; eta duela sei urtetik igerilekuan ematen ditu eskolak, etxetik pauso gutxitara. "Garrantzitsua da atsegin duzun hori egitea. Baliagarri sentiarazten zaitu, bizipoza ematen dizu eta mingostuta egotea eragozten dizu. Nire kasuan, distantzia errazago eramaten ere laguntzen dit. Gainera, lan honen bidez jende zoragarria ezagutu dut, eta horrek asko aberastu nau".

Lanetik kanpo ere dantza egitea da Hernandezentzat plazerik handiena. "Orduak eman ditzaket dantzan gelditu gabe, ur pixka bat edanda besterik ez. Ez dut besteren beharrik dantza egiteko", dio. Bidaiatzea da ahal duen guztietan egiten duen beste gauza bat. "Izugarri gustatzen zait bidaiatzea", dio, eta nabari da benetan dela horrela, egindako bidaie eta



Zumba egiten, dominoan eta Urkiolan. **UTZITAKOAK**

**"ORDUAK EMAN DITZAKET DANTZAN
GELDITU GABE, UR PIXKA BAT
EDANDA BESTERIK EZ"**

**"ORAIN, KUBARA JOATEN
NAIZENEAN, EZIN DUT HANGO
BEROAREKIN. GAIZKI PASATZEN DUT"**



bidaiatzerakoan zer atsegin duen kontatzen hasi denean. Bidaia luzeak zein irteera laburrak, atzerrira edo etxetik gertu; denetakoak egin ditu eta denak gustatzen zaizkio. "Gainera, bidaiak antolatzen oso ona naiz". Bazter asko ezagutzeko "zortea" izan du, eta familia osoa hara eta hona ibiltzen da sarri beren karabanarekin; joaten diren tokietan zer ikusi eta nora joan, Hernandezen kontua izan ohi da. Kuban atzerrira bidaiatzea oso zaila dela dio, "irabazten duzuna jateko izaten da". Aldiz, herrialde barruan kanpinetan ibiltzeko ohitura badute, eta zaletasun horri eutsi dio kubatarrek hemen, atzerrira bidaiatzeko aukera zabalagoak gehituta. Itsasoa eta hondartzak maiteago ditu mendiak baino, eta udako oporretan Mediterraneora joateko ohitura dute, hotela edo apartamentua hartuta, kasu horretan. "Euskal Herria zoragarria da, baina hemen itsasoko ura hotzegia da niretzat."

Irakurzalea da, gozozalea ere bai, sudokuak eta gurutzegramak egitea gustatzen zaio, eta mahai jokoeziko zaletasuna da Kubatik datorkion bestea. Dominoan jokatzeko asko gustatzen zaio, "nola ez, Kubakoa izanda". Jaioterritik ekarritako haritz egurrezko fitxadun joko bat dauka etxean, "oso usain berezia" daukana. Etxean gonbidatuak daukanean, Kubako jakiak eta Kubako dominoak eskaintzen dizkieie bisitariei. ■■■

ETB: zer hintzen eta non hago?



MIREN SEGUROLA

40 urte bete ditu ETBk. Ofizialki, 1982ko maiatzaren 20an sortu zen, Eusko Jaurlaritzak 5/1982 legea onartzean, Autonomia Estatutuaren 19. artikulua emandako eskumenen bidez. Frankismoak euskara debekatu eta jazarri ondoren, euskarak atzerakada handia izan zuen, baina Franco hil eta diktaduratik demokraziarako trantsizioaren garaian izan zen haize berriei lekua egiteko zenbait aukera. Besteak beste, alderdi politikoak legeztatu zituzten, eta EAJk euskara sustatzeko eta normalizatzekeo plana prestatu zuen. Plan hartan, arreta berezia jartzen zitzaion komunikabideei, batez ere irratiak eta telebistak garai hartan zuten garrantziagatik. Horrela, 1977ko hauteskundeetako programan euskarazko irrati eta telebista publikoaren sorrera bildu zuen, eta eskakizun hura jaso zuen gero Euskal Autonomia Erkidegoko Estatutuak. 1980an EAJk euskal erdiko hauteskundeak irabaztean, EITB sortu zuen, eta Ramon Labaien Kultura sailburuari eman zion horretarako ardura.

Euskara normalizatzekeo eta frankismoak zapal dutako hizkuntza biziberritzeko sortu zuten EITB, eta horrek hasierako oztopo politikoak eta teknikoak ekarri zituen.

Izan ere, Espainiako Gobernuak ahaleginak egin zituen ETBk aurrera egin ez zezan, seinalea bidaltzeko bitarteko teknikoek mugak jarri, eta Guardia Zibila ETBren instalazioetara bidaltzeko mehatxua ere egin zuen. PSOE Espainiako Gobernura iristeak soilik apaldu zuen tentsioa.

1983ko otsailean hasi ziren ohiko emisioak. EITB erregistratu gabe zegoen orduan, eta langile guztiak Eusko Jaurlaritzaren izenean aritu ziren lanean. Euskara hutsean ziren saio guztiak, eta batzuk gaztelera azpiztitulatu ere egiten zituzten, euskaldunak ez ziren euskal herritarrengana heltzeko.

Gero, ordea, goitik behera hasi zen aldatzen ETB. Gaztelera hutsezko ETB2 katea sortu zuen, eta horrek dirua, arreta eta lehenetasuna irabazi zituen denborarekin. Gaur egun, ohikoa da Azepeitia bezalako udalerrri

**KAZETARI AZPEITIA
ETA EUSKALTZALE
HANDIA, GAZTELERAZ.
HORI DA
GAUR EGUN ETB**

euskaldunetan ere herritarrak gaztelera entzutea ETBn, gure herrietako errealitate soziolinguistikoa zeharo desitxuratuz eta ETBren sorrerako helburuen kontrakoa lortuz: euskaldunak gaztelera hitz egiten jartzea, euskara normalizatu eta erdaldunak euskaldundu beharrean.

Honaino nola iritsi garen aztertzea eta eztabaidatzea luzea izan daiteke. Baina hori da errealitate gordina, baita Azepeitiko etxeetan ere. *Conquis* ikustera bideratzen ditugu gure gazteak eta gure zergak, gaztelera hutsean, gero euskararen aldeko kanpainak egiten ditugun bitartean, agintariak euskararen aldeko mezuak emanez, dirua ETB2ra helarazten dugun bitartean.

Guggenheim museoan ospatu zuten maiatzean EITBren 40. urteurrena, eta ekitaldiaren harira Joxemari Iriondo ere elkarrizketatu zuten ETBko albistegietan. Kazetari azepeitiar eta euskaltzale handia, gaztelera. Hori da gaur egun ETB. "300 urte barru ez dut uste euskarak bizirik iraungo duenik", aipatu zuen behin Iñaki Segurolak, Hizkuntzalari Euskaldunen I. Topaketan. Ni apur bat baikorragoa naiz, baina badugu kezkatzekeo arrazoirik, norabidea zuzendu ezean behintzat. ■

IZAN IRAKUR ZALE!



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

UZTARRIA

LAGUNTZAILEA



Errepublikaren Berrogeita Lehen Urtekoa





A woman wearing a blue work shirt, a yellow hard hat, and safety glasses is focused on her work. She is using a tool to work on a piece of machinery. The background is slightly blurred, showing an industrial setting.

Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa



ETORKIZUNA
ORAIN
Es futuro

Erronka berriei aurre egiteko, aldatu beharra dago.
Iritsi da **TicketBAI.**

Enpresek aurrera egiten dutenean, Gipuzkoak aurrera egiten du.



TicketBAI
GIPUZKOAN

gipuzkoa.eus/ticketbai



Panpingintza, sendagarri

Osasun arazoak tarteko hasi zen eskulanak egiten Itxaso Eiguren azpeitiarra, eta hasieran entretendimendu soila zirudienak asko lagundu dio azken urteetan. Haurrentzako askotariko panpinak egin izan ditu, eta etxean jasota ditu horietako asko. Egindako lanaz solasteko, etxeko ateak ireki dizkio Uztarriari. Testua eta argazkiak: **Maialen Etxaniz.**



PANPINAK: KONPLEXUENAK, BAINA GUSTUKOENAK

Neskatala itxuradun panpinak egitea da Egigurenek gehien atsegin duena. "Detaile edo xehetasun ugari dituztenez, denbora asko eskatzen du halakoak egiteak, baina sortze prozesua entretenigarriagoa da; izan ere, pauso asko eta oso desberdinak egin behar dira halakoak osatzeko". Askotarikoak egin izan ditu: ilehoriak, ilegorriak, ile luzedunak, mototxa dutenak... Hori da, hain zuzen, Egigureni egitea gutxien gustatzen zaiona: panpinen ilea. Panpinen patrioiak egitea oso zaila dela dio, eta noiz edo noiz ikastaroren bat egitea pentsatu izan duen arren, oraingoz erositakoekin jarraitzeko asmoa du.

AURRENA, PUNTUAN

Osasunez gaizki zegoela hasi zen Egiguren orratzak hartu eta eskulanak egiten. Atzemandako gaixotasuna tarteko, askotan ospitaleratu zuten, eta egoera hark eragin psikologiko handia izan zuen Egigurengan. Lagun batek proposatu zion eskulanak edo puntua egiten hastea, baliagarria izango zitzaiolakoan. Ospitaletik itzultzean, bufanda bat egiten hasi zen, baina ez zuen asmatzen. Amonarekin gehiago ikasi ostean ohartu zen ez zuela puntua egitea gustuko, eta orduan erabaki zuen kakorraz lana probatzea.



IKUSIZ ETA ARITUZ, IKASI

Youtuben bideoak ikusiz ikasi zuen Egigurenek kakorraz lanak egiten. "Hasiberrientzako bideoak ikusiz hasi nintzen lehen otarreak eta txapelak egiten. Jertse bat ere egin nuen. Lehengusuaren umea jaio zenen, bi panpin txiki egin nizkion: dragoia eta olagarroa. Orduan konturatu nintzen bufandak baino nahiago nuela halako figuratxoak egitea. Denborak erakutsi zidan buru osasunerako baliagarria zitzaidala; zerbait egiteko gai ikusi nintzen, eta erlaxatzeko, lasaitzeko eta kontzentratzeko balio izan zidan".



MATERIAL ETA HARI BEREZIAK

Aurreneko panpinak edonon eskuratutako materialarekin egiten zituen arren, trebatzen joan ahala, material berriak probatzen eta erabiltzen hasi zen. Gaur egun, asko zaintzen du eskulanetarako baliatzen duen materiala, eta ahalik eta ondoen aukeratzen saiatzen da: "Umeentzako jostailuak direnez, kontuan hartu beharreko gauza ugari daude. Panpinak segurua izan behar du ezinbestean, eta horregatik erabiltzen dut, esaterako, kotoia. Panpinei jartzen dizkiedan begiak ere ez dira edonolakoak, segurtasunerako botoi bereziak dira, eta panpinen barruko materiala ere horretarako egina da". Koloreak atsegin ditu Egigurenek, eta hori nabaria da haren material kutxak irekitzean.



ANIMALIA KOLORETSU ETA ALAIAK

Alaitasuna darie Egigurenek sortutako figuratxoei. Denetarik egin izan du, baina animalia txikiak dira gehienak: azeriak, hontzak, olagarroak, ardiak, untxiak, hipopotamoak, xagutxoak... guztiak kolore biziz jantziak. Tamaina desberdinetako panpinak egiten ditu, eta ordu luzeko lana dela kontatu du. "Egindako panpinik zailena bukatzeko, 50 ordu inguru behar izan nituen. Kronometratu egin nuen, kuriositatez".



EGINDAKOAREN FRUITUAK

Egindako figuratxoak oparitzeko ohitura hartu zuen Egigurenek, ez baitzeukan haiek gordetzeko nahikoa leku. Panpinekin zer egin ez zekiela, Sanjuandegiko Azoka Herritiken parte hartzeko proposamena jaso zuen. "Hasieran beldur pixka bat eman zidan, baina pilatutako material ugari nuenez, animatu egin nintzen. Ahizpak lagudu zidan, eta eskerrak. Izugarrizko harrera izan zuten panpintxoek", kontatu du.

ARODUN TXINTXIRRINAK

Egigurenek askotariko txintxirrinak sortzen ditu, arodunak nahiz arogabeak. Panpinak bezala, haurrei zuzendutakoak diren arren, harrera paregabea dute adin guztietako herritarren artean, eta horrek poza ematen dio. "Bitxia da, baina adin guztietako jendea etorri zait panpinez galdezka. Sortzera eta saltzera animatu naute askok, baina ez dut halakorik nahi oraingoz". Argi dauka: "Gustoz egiten ditut panpinak. On egiten didan zaletasuna da, eta ez dut nahi lotuta edukiko nauen eginbehar bihurtzerik". ■■■



SOKA LUZEAN



JANIRE ALKORTA

Pirritx, Porrotx eta Parrat

Batzuk isilak, besteak zaratatsuak, bateren bat goiztiarra eta nahi baino gehiago usaintsuak. Baina den-denok botatzen ditugu mota eta kolore guztietako puzkerrak. Batez beste pertsona bakoitzak 0,5 eta 1,5 litro gas askatzen omen ditu egunean puzker moduan, 12-25 dosi txikitan.

Dirudenez, puzker moduan askatzen ditugun gasak hiru modutan sar daitezke digestio aparatuan: jateko orduan sartutako airearekin, digestio azidoaren ondorioz eta bakterioen hartziduraren bitartez.

Puzkerren %99 usainik ez duten gasez osaturik daude: besteak beste, oxigenoa (O_2), nitrogenoa (N_2); karbono dioxidoa (CO_2), hidrogenoa (H_2) eta metanoa (CH_4). O_2 eta N_2 airetik sartzen dira gure digestio aparatura, eta gainontzekoak, batik bat bakterioen fermentazioan (hartziduran) sortutakoak dira. Adituek diotenez, usain txarreko gasak osagaien %1 baino ez dira, eta normalean, sufre atomoren (azido sulfhidrikoa, metanotiola eta dimetil sulfuroa) bat duten molekula izaten dira, baina nitrogenodun konposatuak ere izan daitezke usain txarrekoak.

Puzker bakoitzaren konposaketa jandako elikagaien arabera da. Egunean zehar digeritzeko zailak diren elikagai gehiago jaten baldin baditugu,

bakterioek lan gehiago edukiko dute, eta ondorioz, gas gehiago eratuko dira, puzker festa sortuz. Elikagai horien multzoan sar ditzakegu zelulosan aberatsak direnak (zuntzetan eta elikagai integraletan aurkitzen da), sufredun konposatuak (azalorea, brokolia, azak, eta abar) eta digeritzea kostatzen zaion almidoia duten elikagaiak (dilizak, babak, ilarrak eta abar).

Eta egia al da puzkerrak sukoiak direla? Ba bai. Josu Lopezek *Zientziakaiera* blogean ondo azaltzen duen bezala, errekuntzaren arduradun nagusiak hidrogenoa eta metanoa dira. Beraz, konposizioaren arabera izango da puzker bakoitzaren sukoiatasuna. Seguru nago bat baino gehiago saiatsu zaretela lagunaren puzkerrak erretzen. Ba jakin dezazuela, kolore urdineko garrek metano kantitate handiagoa izaten dutela, eta hidrogeno gehiago dutenek, berriz, horixkagoa.

Eta puzkerraren soinua zergatik aldatzen da? Puzkerrak denok botatzen ditugunez, ikerketa lan horiek zuei utziko dizkizuet. Has gaitezen ba! ■■■

**DEN-DENOK
BOTATZEN DITUGU
MOTA ETA KOLORE
GUZTIETAKO
PUZKERRAK**

BOTEPRONTOAN



IGNACIO ARAKISTAIN

Bi urte

Bizitza agur esaten irakasten dizun eskola da. Beti zaigu garrantza etapak, uneak, lekuak, amodioak atzean utzi eta bizitza deituriko igarobide lineala eta errepikaezina aurrera doala frogatzea. Are gogorragoa da, ordea, maite dituzun horien presentzia fisikoaz gehiago gozatuko ez duzula onartzea. Ez baita samurra bideko mugarriei testigu garrantzitsuak faltako zaizkiela onestea, ospakizun mahaiei eskuzapiak kentzea. Eguzkiak udaberriko azken egunak blaitzen zituen heinean itzali zitzaizkien indarrak duela bi urte zure beso beti prestuei. Bai, aita, zuri eskaini nahi dizkizut lerrook, Vienako logelan dudana bion argazkitik irribarre samurrearekin begiratzen didazun bitartean.

Atzean uzten duzunak definitu ohi du zure trabesiaren helmuga. Agurrerako tarte onik ez den arren, ziur naiz egin beharreko ugari kikatuta hartu zenuela lur. Sufrituz eta gozatuz, igotzea egokitu zitzaizun malda orok izan baitzuen ondorenean jaitsiera gozo bat. Agurrean zuzendu nizkizun hitzek gaurkotatzen erabatekoa dute maite zaitugunongan, zure lagunak gure adiskide bihurtu baitira eta zure egin nahiak gure egin beharreko. Geure bidea egin genezan eskainitako erremintekin eta zure oroimen biziarekin jarraituko dut umil eskola amaigabea barna. ■■■

TiEN21 ESNAOLA

ZATOZ
DENDA BERRITUA
EZAGUTZERA!



Pablo VI, 3 · Tel.: 943-08 03 55 · esnaelek@outlook.com

INGELESEKO AKADEMIA BERRIA

STEP BY STEP

School of English

4, 5, 6, 7 eta 8 urteko
umeentzat

MATRIKULAZIOA ZABALIK

Informazio gehiago

683 28 74 07 · info@stepbystep.eus

Iberotarren Plaza, 7, Azpeitia



www.stepbystep.eus