

**ELKARRI MOKOKA:** Pello Azpirotz eta Andrea Etxarri **KUXKUXEAN:** Azaroko zorion agurrak  
**ERREPORTAJETXOA:** Lekunberriko Jaiak **ELKARRIZKETA:** Tania Camino **KULTURA:** 25. Urteurrena

Ikusi  
hemen  
Mailope



## Lehorreko arraunlariak



Igor Mitxaus (Lekunberri)  
Bertso berriak  
Mailoperi jarriak



Urtebete baino ez daramate arraun-  
nean Laiene eta Oier Izaguirrek eta  
dagoeneko Euskadi eta Espainia  
mailako txapelketetan parte hartzen  
dute. Tolosako Arraun Klubeko kideak  
dira biak.



Abenduan urtero bezala Mailope egutegia argitaratuko dugu aldizkariarekin batera. Heltzear dagoen 2016. urterako, "HARRIAK" izan da aukeratu dugun gaia. Harrizko edozein paisaia, eraikuntza edo elementuren argazkiak jaso nahi genituzke egutegia osatzeko.

Beraz, animatu eta bidal diezazkiguzue zuen argazkiak azaroaren 20a baino lehen, mailope@labrit.net helbidera.



## MAILOPetxiki

### Mailoperen 25. urteurrena

Joan den alean aurreratu bezala, aldizkariaren 25. urteurrena ospatzen ari gara. Badakigu zuen artean ere artista mordoa badirela eta azaroan zehar zuen marrazkiak jasotzea gustatuko litzaiguke.

Animatu eta bidal diezaguzu zure marrazkia  
abenduaren 20a baino lehen  
mailope@labrit.net e-postara.

\*

# 25 urte



**04>** Iritzia

**08>** Luze: Koldo Nuñez-Betelu

**09>** Lauburua: BirzikiApp



## 10 > Mercedes Bildarraz

100 urte bete ditu aurten Mercedes Bildarraz aldaztarrak. 20 urte-ekin joan zen Donostiara zerbitzari eta bertan bizi izan da 65 urtez. Iruñeko Misericordia egoitzan egon gara berarekin.

**14>** Batzarre

**16>** Elkarrizketa: Memoria tailerra

**19>** Kuxkuxean: Azaroko zorion agurrak



## 20 > Lekunberriko Pilareko Jaiak

Urriko bigarren asteburuan ospatu zituzten lekunberriarrek herriko jaiak. Jada Aldazko eta Gaintzako sanmartinak baino ez dira falta eskualdeko aurtengo jaiak amaitzeko.

**22>** Kultura: Mailope 25. urteurrena

**24>** Kirola: Oier eta Laiene arraunlariak



## 28 > Aitz Berri

25 urte bete ditu Beteluko Aitz Berri ile-apaindegiak. Eleni Tomek urte hauetako guztietako ibilbidearen balorazio baikorra egiten du eta abenduan urteurrena bere bezeroekin ospatuko duela aurreratu digu.

**30>** 20 urte bidean

**31>** Kontu txikiak



Eusko Jaurlaritzak, eskualdeko Udal, kontzeju eta bazkideek babestutako aldizkaria.

Mailope doan banatzen da honako herrietan:

Albiasu, Aldatz, Alli, Arribe, Arruitz, Astitz, Atallu, Azkarate, Azpirotz, Baraibar, Betelu, Errazkin, Etxarri, Gaintza, Gorriti, Intza, Iribas, Lekunberri, Lezaeta, Madotz, Mugiuro, Oderitz, Uitz eta Uztegi.

Argitaratzen du: Mailope Kultur Elkartea.

L.G.: NA 719/93

Mailopek ez du bere gain hartzen bertan adierazitako iritzi eta esanen erantzukizunik.

issuu.com/mailopealdizkaria

ERREDAKZIOA: Agurtzane Altuna, Urko Aristi, Mikel Hernandorena, Ainhoa Iriarte, Itziar Luri, Arantxa Mikeo, Alfredo Dufur, Nerea Urbizu eta Andoni Tolosa.

ARGAZKIAK: Labrit, Plazaola Partzuergo Turistikoa, Euskara Zerbitzua, Mercedes Bildarraz eta Juan Antonio Garaikoetxea.

PUBLIZITATEA: Labrit Multimedia - 948 210 103 - mailope@labrit.net.

MAKETAZIOA: Araitz Amatria.

TIRADA: 1.600 ale.



## Zentzugabekeria non hasten da, hantxe hasten da "Instituciones penitenciarias"

Asteburu honetan, Puerto de Santa Mariako eta Sevillako espetxean egon gara gure anaiak bisitatzen eta bueltan ekarri duan amorrua, inpotentzia, samina azaldu nahi dizuet. Hedabide guztietan azaltzen da presoek, familiak eta lagunek jasaten dugun injustizia eta Mailopek ematen duen aukera aprobetxatu nahi dut.

Arratsalde eta gau osoa autobusean igaro ondoren Aitorrekin egoteko aukera izan genuen. Hilabete behin dagokion bi orduko bisa-bisa egin genuen eta 40 minutuko aurrez aurrekoa kristal lodi batek banatzen gintuelarik. Hamaitakoa, jolastu, herriko azken berriak errepasatu, egunean jartzen saiatu ginen. Zer moduz dagoen galdetu eta beti erantzun berdina, ongi, beti ongi esaten digute, gezurra badirudi ere askotan beraiek dira animoak ematen dizkigutenak. Hilabete honetan funtzionarioen miaketa izan omen du eta irteeran bere zeldan zituen gauza batzuk jaso behar genituen, zeldan eduki ezin ditzakeelako. Zer izango eta flexo bat, ikasteko erabiltzen duen argitxoa, termoa ura epel mantentzeko erabiltzen zuena, walmanak musika entzuteko erabiltzen zuena... Puff!! gauza hauek ikusirik zentzugabeko miaketa bat izan dela argi dago izorratzea beste helbururik ez duen miaketa.

Gauza guztiak hartu eta Sevillara Txusengana. Txus artista da, bai, 40 minutu badira ere kristal batek sakabanatzen gintuena eta bere ahotza telefonilo batetik entzuten bagenuen ere, bi iloba txikiak lokutorio txiki batean entretentzeko moldatu zen, artista behar du izan bai, sudur urdin bat jarri eta pailazoarena egiten egon ginen, tartetxoa azken berriak emateko eta agur esateko unea iritsi zen, kristala zeharkatzen dituen muxu potoloak bidali eta agur, bueltan etxera abiatzeko ordua.

Honek guztiak 2 gau kasik lo egin gabe, kartera hustuta eta anaiak Estatuko beste puntan kartzelako zentzugabekeriaren esku uzteak mina, amorrua eta inpotentzia ematen du.

Nik uste dispertsioak eta kartzelak gorrotoa eta amorrua elikatze oso baliagarriak direla, baina bakegintzarako eta elkarbizitzarako aurkari zuzenak.

Eskutitz hau aprobetxatu nahi dut, ekonomikoki eta sozialki laguntza ematen duzuen guzti horiei, eskertzeko.

Bada garaia preso politikoak etxeratu eta mendekuz beteriko politikak amaitzeko.

Animo, Presoen eskubideen aldeko ekimenetan parte hartu! Mugitzen ez badira mugiarazi beharko ditugu.

Maidar

## Leihoa

Bikote ezkonberri bat, auzo lasaiago batera aldatu zen. Lehen-dabiziko goizean etxe berrian, kafea hartzen ari zen bitartean, emaztea leihuan zehar ohartu zen, auzoko emakume bat maindireak zabaltzen ari zela sokan.

Bai maindire zikinak, alboko emakumea zabaltzen ari denak! Agian xaboi berria beharko luke... Nahiago nuke lagundu ahalko banio maindireak garbitzen!

Senarrak begiratu eta isilik gelditu zen. Eta horrela, bizpahiru egunetik behin, emazteak bere hitzaldia errepikatzen zuen, ondoko emakumeak maindireak eguzki eta lau haizetara hedatzen zituen bitartean.

Hilabetearen buruan, emakumea zur eta lur gelditu zen, ondoko andrea maindireak garbi-garbiak zabaltzen ari zela ikusi zuenean, eta senarrari zera esan zion:

-Begira, aldameneko andre horrek, azkenean ikasi du arropa ongi garbitzen! Auzoko beste norbaitek irakatsiko ote zion?

Senarrak hauxe erantzun zion:

-Ez, ez, gaur goizago jaiki naiz eta gure leihoko kristalak garbitu ditut!

Eta bizitza honelakoa da. Dena, ekintzak ikusten ditugun leihorearen garbitasunaren araberrakoa da.

Kritikatu baino lehen, agian komenigarria izanen litzateke aztertzea ea garbitu dugun geure bihotza, argiago ikusi ahal izateko. Orduan, ikusi ahal izanen dugu gardenki, besteen bihotzaren garbitasuna...

Zalantzarik gabe gaur... atzo baino dezente hobeki ikusten haut.

Xanti Begiristain Madotz (itzulpena).

Zure iritzia bidali nahi badiguzu idatzi  
mailope@labrit.net-era  
hilaren 20a baino lehen.

**Hostal Betelu**  
<http://www.hostalbetelu.com>  
Eguneko menua,  
karta, plater  
konbinatuak eta pizza  
goxoak  
Etorri eta  
on egin!  
Erreserbak:  
948513026  
676145637

**BETELU**  
**PNEUMATIKOAK**  
TAILER MUGIKORRA  
NEUMATIKO ALDAKETA  
ZUZLATZEEN KONPONKETA  
Vicente Iriarte  
**T. 646 474 166**  
[www.neumaticosbetelu.es](http://www.neumaticosbetelu.es)

**LARRAUN** GARABI ZERBITZUA 24 ORDUZ  
MEKANIKA ETA ELEKTRIZITATE TAILERRA

**Gruas y Talleres LARRAUN s.l.**

Lekunberriko industriagunea,  
21. nabea  
31870 Lekunberri  
Nafarroa

Mugikorra: 626 494 356  
Telefonoa: 948 507 229  
Faxa: 948 507 281  
[gtlarraun@gmail.com](mailto:gtlarraun@gmail.com)

## Giza Eskubideen Europako Auzitegian demanda aurkeztu dugu Etxabakoitzeko AHTren geltokia eta urbanizatzeko proiektua direla eta

Sustrai Erakuntza Fundazioak salatu egin du Estrasburgoko Giza Eskubideen Auzitegian, Iruñeko Etxabakoitz auzoan egin nahi duten operazio urbanistiko espekulatzailea, Prestazio Handiko Trenarako (PHT edo AHT) geltokiarekin batera. Fundazioak uste osoa du makro-azpiegitura honen tramitazioa irregulartasunez josita egon dela hasieratik, 2010ean, gaurdaino. Plan honek aurrera eginez gero, PHT-AHTrako geltoki berri bat eraiki egungo tren geltokia deuseztatuz, merkataritza gunen berri bat zabaldu, 9.000 etxebizitza berriko bi bizitegi-gune sortu, gune biomediko bat eta erakustazoka egingen dira.

Nafarroako Gobernuak 2010eko urtarrilean onartu egin zuen "Abiadura Handiko Trenaren geltoki berriaren eremua eta Iruñeko antzinako tren geltokiaren eremua garatzeko udalez gaindikoa plan sektoriala". Hasieratik proiektu hau planifikatu egin zen operazio espekulatibo erraldoi baten moduan milaka etxebizitza egiteko, betiere, Prestazio Handiko Trenaren inguruan. Eraikuntza enpresek beti bultzatu dute proiektu hau. Gobernu ezberdinak presionatu egin dituzte haien inbertsioak eta aberasteko aukerak babes ditzaten jendartearen interes kolektiboen gainetik.

Burugabekeria honen aurrean, Sustrai Erakuntzak administrazioarekiko auzien helegitea aurkeztu egin zuen Nafarroako Auzitegi Nagusian 2010eko azaroan. Arrazoiaren artean, nagusia zen proiektu hau egiteko orduan kontuan hartu ez izana aukera guztiak, besteak beste, proiektua ez egiteak dakarren derrigorrezko "zero aukera" delakoa. Hau "ahazteak" kontra egiten dio ingurumen eraginari buruzko legediari, Europako 2001/42/CE zuzentarauan oinarri duena, hainbat Plan eta Programaren eraginean egin beharreko ebaluazioari dagokiona.

Zuzentarau honen arabera, "Ingurumen Eraginaren Ebaluazioa" ezinbesteko tresna da Planak eta Programak onartu baino lehen. Arau honek behartzen du ingurumen txosten bat egitea planak ingurumenean sor ditzakeen ondorioak aztertu eta balizko aukerak analizatzeko. Gainera, 9/2006 plan eta programen ingurumeneko eraginari buruzko lege espainiarrean, agertzen da derrigorrezkoa dela "zero aukera" delakoa azterketan sartzea. Hain zuzen ere, tramitazio honetan egin ez dena.

Horrekin batera, helegite administratiboan Plan honen tramitazioan izandako irregulartasun gehiago salatzen dira: trafikoa

sortutako afekzioak eta legeak gaintzen dituen zarata mailak, etxebizitzak eraiki nahi dituzten lurpeko uren eta lurzorua kutsadura, edo ingurumen eragina Elortz, Sadar eta Arga ibaie-tan.

Nafarroako Auzitegi Nagusian eta Auzitegi Gorenean kasua bost urte ibili ondoren, orain aurkeztu egin dugu helegite hau Estrasburgoko Giza Eskubideen Europako Auzitegian.

Honekin agerian jarri nahi dugu beste behin ere aukera guztiak ez direla kontuan hartu Etxabakoitzeko proiektuan. Espainiako Auzitegi Gorenak atzera bota zuenean gure helegitea ondoko arrazoia eman zuen: gure helegitea Plan baten kontra zela eta ez Proiektu baten kontra. Nahiz eta Auzitegiak onartu "aukera guztien azterketa ez dela egin", haiek uste dute ez dela beharrezkoa Plan baten kasuan.

Beraz, onartu dute aukerei buruz esaten genuena. Eta uste osoa dugu Espainiako Auzitegiaren erabakia Europako zuzenbidearen aurkakoa izateaz gain, erabat arbitrarioa dela, esaten duenean ez dela beharrezkoa aukera ezberdinak aztertzea plan bat egiteko orduan. Gure ustez, planak eta proiektuak ezinbesteko tresnak dira lurraldearen antolaketan eta ingurumenaren defentsan.

Bitartean, joan den UPNren gobernuak, azken hauteskundearen garaian onartu egin zuen "Udalarien gaineko Plan Sektorial" berri bat Etxabakoitzeko Prestazio Handien Trenarako, korrika eta presaka, Iruñeko eta Zizurko udal arkitektoen oniritzirik gabe. Eta gainera egin du, legeak agintzen duen audientzia publikoa egin gabe, nahiz eta aldaketa garrantzitsuak planteatu Plan Sektorial berri honetan.

Hauteskundeak baino lehen onartutako Plan espekulatzaile berri hau UPNren Gobernuaren erabaki politikoa izan da. Beraz, hau zuzentzeko, Nafarroako Gobernu berriak erabaki politikoa bat hartu beharko luke. Erabakia zain dago, Sustrai Erakuntzak jarritako Erreposizio Helegitea hemendik gutxira amaituko dela-eta. Horrek esan nahi du Nafarroako Gobernu berriak lehenbailehen hartu beharko lukeela erabaki bat: edo UPNk hauteskundeetan onartutako Plan Sektoriala atzera egin, edo erabakirik ez hartu. Azken hau eginez gero, Gobernu berriak ontzat emanen luke UPNk onartutakoa.

Horregatik, Sustrai Erakuntzak Nafarroako Gobernu berriari eskatu egiten dio azaltzeko, publikoki eta irmoki, ez duela urrats administratibo bakar bat ere emanen legegintzaldi honetan, ez PHT-AHT trenbide plataformarik garatzeko, ezta geltokirik egiteko ere.

Sustrai Erakuntza Fundazioa.

## Bar Ainhoa

- Razioak
- Pintxoak
- Ogitartekoak
- Plater konbinatuak
- Gosariak Tostadak mermeladarekin eta bertan eskuz egindako madalenak, erroskilak, croisant-ak eta napolitanak.

Astelehenetik ostiralera goizeko 7:00etatik aurrera

Aralar 15, 31870 Lekunberri (Nafarroa)

948 504 077 • 639 778 851 • aitziberalf@hotmail.com

## ETXEZ ETXEO EGUR SALMENTA

URTE OSOAN ZEHAR

EGURRA  
EXPRES

☎ 635 90 91 95

✉ promanburillo@gmail.com

Erbiti, Basaburua

Gure egurraren kalitatea eta prezioak ikusten dituzunean kea aterako diezu



# Bertso berriak

## Mailoperi jarriak

Igor Mitxaus (Lekunberri)



*Larraun berpiztea ere  
gure esku dago,  
besteengandik deuse  
etzazu espero,  
maitatzen duzun horri  
egin erreparo  
gainakoan ez kejatu  
Larraun hil ezkeru.*

*Larraunek aspaldi du  
bihotzean mina,  
biziberritu nahia  
nahi eta ezina,  
nola etzaion falta  
gogoa ta grina,  
behar duen bakarra  
gure ahalegina.*

*Arnasa emateko  
gure alegina.*

Juan Mariri puntua:

Larraun ez akatzeko  
emaiguzu giltza

Oinak:

gakoa, nahikoa, oztopoa, gorrotoa



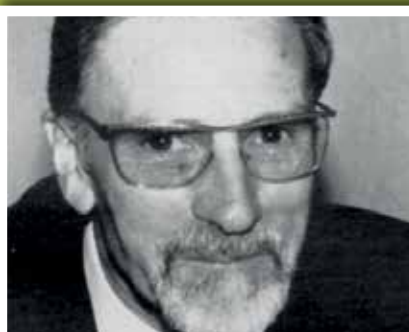
Doinua: Orioko balea

- 6 -



### PILAREKO JAIETAKO OMENDUAK

Aurtengo Pilareko Jaietako erretiratuen bazkarian 117 lagun elkartu ziren. Aurtengo omenduak Maritxu Erro (Lekunberri), Pello Arrezibita (Errazkin), eta Aldazko bi bikote izan ziren, Manuel Iraizoz eta M<sup>a</sup> Josefa Arregi eta Francisco Igoa eta Ane Miren Garro.



### ÁNGEL URRUTIA POESIA LEHIAKETA

Palentziako Jesús Alonso Burgosek irabazi du Ángel Urrutia poesia lehiaketako 18. edizioa. 20 lanen artean berea aukeratu du epaimahaiak, "Páramo, penumbra, túmulo". Martxoan eginen da sariaren banaketa eta poema bilduma horren 150 ale kaleratuko dira.



### MIKOLOGIA ERAKUSKETA

Ziza eta onddoen 210 espezie bildu zituzten aurtengo mikologia erakusketan. Tutturre Kirol Elkarteko kide eta lagunek Lekunberri eta Larraungo herritarren laguntzarekin jasotakoak ondoren Lekunberriko frontoian egon ziren ikusgai, onddo eta ziza bakoitzak dituen ezaugarrien azalpenarekin.

# Teknologia, gure alde eta gure kontra



Pello Azpirotz

lepa lagunak, zer moduz? Nire lehenengo aldia da Mailopen idazten dudala eta erronka honi gogoz heltzeko asmoarekin natorkizue. Gaur egungo gizarte globalizatu honetan teknologia abiadura handian doa eta nik teknologia berri hauei buruz hausnartzeko asmoa dut.

Teknologiaren garapenak onura ugari ekarri ditu eta ekarriko ditu.

Onura horietako bat da gaur egun komunikatzeko ditugun erraztasunak gauden lekuan gaudela. Zientzian ere aurrera-

## “Egunero denbora gehiegi pasatzen dugu pantailai begira”

pen handiak lortu dira hauei esker eta aurrerapen horietako askok bizi kalitatea hobetu digute.

Baina teknologiaren garapenak kalteak ere ekarri ditu. Komunikazioari dagokionez, nire ustetan harremanak hoztea ekarri du, geroz eta gutxiago hitz egiten dugu aurrez aurre. Arazo potoloena teknologia berri hauekiko dugun menpekotasuna da. Egunero denbora gehiegi pasatzen dugu pantailai begira (ordenagailua, mugikorra, telebista...). Zer pasako litzake makina hauek guztiak hondatuko balira? Asko ezinen lirateke bizi. Sedentarioak bihurtzen ari gara geroz eta gehiago teknologia hauen guztien ondorioz. Adibidez orain dela ez urte asko umeen joko gehienak jarduera fisikoarekin lotuta zeuden, orain berriz jolastu bai baina pantaila baten aurrean. Honekin ez dut esan nahi orain ez dutenik jolasterakoan kirolik egiten, gutxiago egiten dute lehen baino. Beste arazo bat gaur egungo gizarte kontsumistarekin dago lotuta, erabiltzen ditugun tresna elektroniko hauetako asko erabili eta berehala alde batera uzten ditugu berriak erosteko.

Bukatzeko esan nahiko nuke teknologia berri hauen aldeko naizela baina erabilpen egokia eman behar diegu hainbeste menpekotasunik ez izateko, horrela gehiago gozatuko dugu naturaz, lagunez, familiaz... Zuk zer diozu?



Andrea Etxarri

Ongi etorri Peio! Orain ere, hemen nago pantaila aurrean erantzunez. Bai, ezin dezakegu ukatu teknologia berriek onura ugari ekarri dituztela, zuk esan bezala, lor dezakegun informazio zein komunikazioari dagokionez. Bizi kalitatea hobetzeaz hitz egiten duzunean, ordea, kontraesanak ere sortzen zaizkit. Zer da bizi kalitatea hobetzea?

Posible da eguneroko zenbait ekin-tza erraztu izana, hala ere, gutxienez garrantzi parekoa duten beste eragin kaltegarriak ere lortu ditu, bizi kalitatean eragin zuzena dutenak. Hauen artean bi aipatuko nituzke, eguneroko

## “Esperientziak ikusle bezala bizitzera eraman gaitu teknologiak”

bizitzan eragin handia dutenak eta gure munduan egoteko modua bereziki baldintzatzen dutenak: arreta edo momentuan esperientziez gozatzeko gaitasuna, eta bestetik, adikzioa.

Lehenengoari dagokionez, arreta edo esperientziez gozatzeko gaitasunez hitzegiten dudanean, zera esan nahi dut, zeozer egiten ari garela hortara egoteko gaitasuna. Teknologia berriak gure bizitzan barruraino sartu eta batzuetan esperientziak osotasunean disfrutatzeko eta bizitzeko kapazitatea gutxiagotzea ekarri dute. Esperientziak lehen pertsonan bizi beharrean ikusle bezala bizitzera eramaten gaituzte. Askotan, edozein esperientzi filmatzeko edo aldi berean sare sozialetan elkarbanatzeko beharrekin, bizitzen ari garen ekintza horretatik atera eta ikusle papera hartzeri behartzen gaitu, esperientzia horren kalitate zein intentsitatea gutxiagotuz. Bestalde, gauza asko aldi berean egiten egoteak, bat bera ere ez bizitzea ekartzen du.

Hau gutxi ez balitz, aurrekoan eragina duen bigarren arazoia dugu. Adikzio maila garrantzitsuak. Puntu honetan, adikzioa duen horrek antsietate sententzia gutxiagotzeko besterik ez du erabiltzen teknologia, gozamen edo helburu konkreturik gabe. Honek nabarmenki eragiten du bizi kalitatean, bere inguruarekiko erlazioa zein autoestimua kaltetuz.

Beraz, erabil ditzagun teknologia berriak baina ez gaituzten bizi haientzako.



Koldo Nuñez-Betelu

LUZE

# “Zero aulkia” eta elkartasunaren beharra

Garai zailak ari gara bizitzen, zalan-tzarik gabe. Krisialdi ekonomiko hau noizbait gaudituko dugu eta atzera begiratuko dugunean, zein gogorrak izaten ari diren garai hauek ikusiko dugu. Krisialdia, beti bezala, gogorren ari da jotzen gutxiago dutenei. Horrela, gutxi edukitzetik gutxiago edukitzera ari dira pasatzen. Baina, hauei gogor jotzen ari bazaie ere, gehiengooi ere jo digu eta orain dela urte batzuk baino estuago bizi gara. Jakina, hau zirkulu itxia bihur daiteke eta zaila da bertatik ateratzea betiko bideen bitartez. Krisialdi ekonomikoak, gainera, egonez emozionala, antsietate orokorra eta etsipena ekartzen ditu, besteak beste. Hau da, gure osasun psikologikoan eragin okerra du.

Benetan krisialdi honetatik guztiok ongi ateratzeko, bide berriak edo dagoeneko ahaztuak daudenak jorratu behar ditugula, uste dut. Batzuk lagun-duta eta, beste batzuk laguntza eman ez. Hor dago, beraz, elkartasunaren bidea behar dutenei laguntzeko.

Terapeutok, beste profesional askoren artean, laguntzeko gaude. Norbaitek guregana jotzen badu, laguntza behar duelako izaten da gehienetan. Hau gure ogibidea izanda, diru baten truke egiten dugu. Baina zer gertatzen da norbaitek ordaintzeko dirurik ez badu? Zulotik eta honek dakarren min eta egonez guztietatik irteteko laguntza behar badu ere, gehienez erakunde ofizialek eta Gobernu Kanpoko Erakunderen batera joko du, baina ez profesional batengana, uste baitu ezin duela ordaindu.

Duela urte pare bat, Altzo inguruko terapeuta batekin bildu nintzen eta berak “begiak ireki zizkidan”. Ez dut prezio finkorik kobratzen eta “borondatea ala trukean zerbait ematea” eskatzen dut, esan zidan. Eta horrela ari da egiten. Gerorako Bilboko beste batek kontatu zidan antzekoa ari zela egiten.



“Bizitza honetan ez da dena diruarekin ordaintzen”

Buelta batzuk eman ondoren, nik ere egin behar nuela deliberatu nuen. Azken batez, nik behar izan nuenean ere, jaso nuen laguntza diruz ordaindu gabe edo deskontu batekin. Horregatik, aspaldion ni ere berdin egiten hasia naiz. Niregana egoera ekonomiko estuan badator norbait laguntza eske, “zero aulkia” erabiltzea eskaintzen diot. Alegia, zuzenean ezer ordaindu gabe, zero euro. Trukea egon daiteke, edo besterik gabe, laguntza-katea segitzea.

Terapeuta bezala, behar duenari lagundu ahal diot aurkitzen benetan zergatik dagoen egoera horretan eta, hau jakinda, lagundu egoera horretatik irteten, besteak beste. Gainera, depre, larri,... gaizki sentitzen da, eta hor ere laguntza behar du. Ni lagundu ninduten

behar izan nuenean, zergatik ez dut nik, orduan, lagunduko ni egon nintzen bezala orain ataka estuan dagoena?

Badakit, “zero aulkia” erabiltzeko eskatzea bati baino gehiagori gogorra egin ahal zaiola. Atzean utzi behar dira lotsa, beldurrak, harrotasuna,... eta beste asko. Baina, batetik, konfidentzialtasuna bermatuta dago, inork ez du zertan jakin zeinek erabiltzen duen “zero aulkia” eta, bestetik, irabazteko baino ez dauka aulki honen erabiltzaileak. Kostatzen da beste norbaiten, batez ere ezezagun baten aurrean, onartzea gaizki gaudela eta, aldi berean, lagun-tza behar dugula. Gainera, ez badaukagu bestearen lana ordaintzeko dirurik, badirudi ez dugula laguntza-mota hau merezi. Baina bizitza honetan, dena ez da diruarekin ordaintzen. Badaude beste modu batzuk eta nahi izanez gero, aurkitzen dira. Areago, niri norbaitek zerbait on ematen badit, nik beste hurrengo bati egin ahal diot, hau da, laguntzakate batean hartzen dut parte.

Hortaz, “zero aulkia”, elkartasun aulki bat da. Bertan, diru aldetik estu dabilena eser daiteke lasai laguntza hartzeko. Beste bati emango dio berak ere laguntza, beste modu batera, edo profesionalari berari ordainduko dio nolabait, trukaketa egingo dute. Horrela ez da zorretan sentituko.

Krisialdiek, pertsonalek zein besteek, aukera ematen digute indartuta, berri-tuta ateratzeko. Gizarte kontsumista eta, batez ere, norbereko hau aldatu nahi badugu, ezinbestekoa dugu elkartasuna, elkar laguntzea. Horrela, pertsona berriak bihurtuko gara eta beste gizarte desberdin bat eraiki ahal izango dugu. Behar baduzu, anima zaitetz “zero aulkia” erabiltzera edo, ahal baduzu, zuk zeuk ere eskaini “zero aulkia” behar duenari. Horrela lagunduko dugu mundu hau hobetzen.



# ReciclApp-BirziklApp, hondakinak errazago birziklatzeko aplikazio berria

Nafarroako Gobernuak eta Araxes eta Mendialdeako Mankomunitateek herritarren zalantzak argitu, hondakinak nora bota behar diren erraztu eta mankomunitate eta herritarren arteko komunikazioa errazteko app bat aurkeztu berri dute. Aplikazioa Android sistema eragilerako eta iPhoneetarako garatu dute.

ReciclApp – BirziklApp-ek oraindik ere nafar gizar-teak arlo horretan dituen zalantzak argitu nahi ditu, Ecoembes enpresak urtero egiten duen biztanleriaren Ohitura eta Jarrerei buruzko Azterlanaren arabera.

Hondakin bakoitza zein edukiontzira bota behar den argitu eta aukera ematen du ekipamendu berezi batzuk non kokaturik dauden jakiteko, hala nola garbiguneak, olio, pila nahiz arropa edukiontzia, edota mankomunitateak eskaintzen dituen beste zerbitzu batzuk.

Gainera aukera ematen die herritarrei bere mankomunitatearekin harremanetan jartzeko, sor daitezkeen gorabeherak konpontzeko. Horrez gain, hondakinak nora eramaten diren ere azaltzen du, hondakinen birziklapen prozesua ikus-entzunezkoen bidez erakutsiz.

ReciclApp – BirziklApp-ek dakarren informazioa euskaraz eta gaztelaniaz dago, eta Nafarroako herri bakoitzera moldatua dago.

## Hondakinak Nafarroan

2014ko azken datuen arabera, nafar herritarrek 15.000 tona beiraki baino gehiago birziklatu zituzten iglu edukiontzien

bidez; hau da, 93 ontzi baino gehiago biztanle bakoitzeko.

Nafarroak ia 10 puntutan gainditu zuen Estatuko batez bestekoa; hau da, 24,4 kilo beira-hondakin birziklatu ziren biztanle bakoitzeko, eta adierazle horretan hirugarren komunitatea izan zen, Balearren eta Euskal Autonomia Erkidegoaren atzetik, hain zuzen.

Ontzi arinei dagokienez (plastikozko ontziak, latak eta brikak), 2014an, herritar bakoitzak batez beste 19,4 kilo bota zituen edukiontzia horira, eta kartoizko eta paperezko ontzietan dagokienez, berriz, 34,2 kilo edukiontzia urdinera. Hondakin desegokiak (hots, edukiontzia horira gaizki botatako hondakinak) % 19,5 izan ziren, hau da, aurreko urtean baino ia hiru puntu gutxiago, eta hamar gutxiago Estatuko batez bestekoa baino. Datu horiekin bat, Nafarroa liderra da Espainian ontzi arinen nahiz paperezko eta kartoizko ontzien birziklapenean.



## Araxes eta Mendialdea Mankomunitatearen hondakinak

Araxes Mankomunitatean, bestalde, beira-ontzien hondakinei dagokienez, ia 38,1 kilo birziklatu ziren biztanleko eta Mendialdean 40,9 kilo, eta kartoizko eta paperezko ontzietan dagokienez, 26,07 kilo Araxesen eta 45,42 kilo Mendialdean; bestalde, mankomunitateko biztanle bakoitzak batez beste 17,74 kilo bota zituen edukiontzia horira Mendialdean eta 10,64 kilo Araxesen. TEEHei dagokienez, 1,5 kilo bildu ziren biztanleko Araxesen eta 21,5 Mendialdean.

**SAStraka**  
auto 4x4

**Ibilgailuen Mekanika Orokorra**  
[azterketak, gurpilak, olio aldaketak,...]

**Baita Todoterrenoetan Espezializatua ere**  
[prestakuntzak, homologazioak, erreformak,...]

Industrialdea, 9 **948.60.48.06 Iñigo**  
31870 **Lekunberri** [www.sastraka4x4.com](http://www.sastraka4x4.com)

**M. Angeles Urrizalki**

**iragarkiak, berriak, eskelak...**

**Diario Vasco eta Diario de Navarra Korrespontsala**

**948513056**  
**699179437**

**aitz berri**

edertasun zentroa

Lako beikoa  
Betelu 31890

948 513 083  
696 732 290

[aitzberri@hotmail.com](mailto:aitzberri@hotmail.com)



## *100 urte bete ditu Mercedes Bildarraz aldaztarrak*

*Aldatzen jaioa da Mercedes Bildarraz Arregui aldaztarra. Aurten mendea bete du eta berarekin izan gara Iruñeko Misericordia egoitzan.*

1915eko irailaren 24an jaio zen. Zortzi anai-arrebetan bigarrena zen eta oso txikitatik hasi behar izan zuen gurasoei laguntzen. 20 urterekin joan zen Aldaztik Donostiara zerbitzari eta han bizi izan ditu bere bizitzako urterik gehienak. Azkeneko zortzi urteak Iruñeko Misericordia Egoitzan da bizitzen. Aldatzera jada gutxi joaten omen da, "Gerriko minarekin ibiltzen naiz, ez da hausten, baina gastatuta dago, pipiak janda". Hala ere, ez da bere logelari sartuta egoten den horietakoa. Burua argi eta bere bastoiaren laguntzaz hara eta hona ibiltzen da bertan dituen lagunekin. Azken lau urte hauetan bera izan da egoitzan antolatzen duten Eguberrietako jaiotza lehiaketako irabazlea. "Baserriko gauzeekin apaintzen ditut jaiotzak, gaztinekin, hostoekin, ezkurrekin...".

Gazte zela alde egin zuen Larraundik

eta geroztik kanpoan ibili da, baina oraindik oso ongi oroitzen da gazte garaiko kontuetaz: Senideak, lanak, festak...

**Zer etxetan jaio zinen zu, Mercedes?**  
Enekonean.

**Zenbat senide zineten?**

Bederatzi anai-arreba ginen, bat hil egin zen, bikietako bat. Zaharrena Joxepita, gero ni, ondoren Luis, Trini, Ermagoras (honek anaia bixkia zuen), Geronimo, Juanita eta Carmen.

**Gurasoak nongoak ziren?**

Ama Enekonekoa, Juana Arregi Cordon. Nire amaren ama, nire amona, inklusakoa zen eta amak ez zuen inoiz hitz egiten amonaren jatorriari buruz. Garai hartan inklusakoa izatea... neska batek haur bat bakarrik izatea... Oso gaizki ikusia zegoen. Ni saiatzen nintzen ama-

Mercedes, ezkerretik hasita lehenengoa, bere zazpi anai-arrebekin.



ri amonari buruz galdetzen, baina ez zuen hitz egin nahi izaten, inklusakoa zen eta!

#### **Eta aita?**

Aita Martín José Bildarraz, aldaztarra ere.

#### **Familia handia zineten...**

Bai, bai, garai hartan hala izaten zen. Etxe gehienetan gutxienez zortzi anarrebak izaten ziren. Gu bost ahizpak Donostiara joan ginen gazte zerbitzatera eta mutilak mendira.

#### **Eta eskola garaiko ze oroitzen daukazu?**

Neska-mutiko asko zeuden orduan. Maisu eta maistra genituen. Banatu egiten gintuzten, mutilak alde batetik eta neskek bestetik. Artaxonakoa zen gure maistra, erdaldua. Nik txikitako oroitzen onak daukat. Kanikekin eta tortoloretan jostatzen ginen. Etxe aberatsagoko alabek panpinak izaten zituzten, guk ez, ni ez naiz inoiz panpina batekin jostatu. Nire gurasoak pobreak ziren...

#### **Zertan egiten zuen lan aitak?**

Aita nekazari lanetan ibiltzen zen, baina diru gehiago ateratzeko errepideko harria pikatzera joaten zen batzuetan. Egun osoa lanean eman ondoren bi pezeta ematen zizkieten. Ama ere oso langilea genuen. Horrenbeste haur zain-tzeaz gain, herriko mojei maindireak eta arropa garbitzen zizkien.

#### **Non garbitzen zuen arropa?**

Aldazko labaderoan, latsagian. Aldazkoa oso handia da, oraindik ere han dago, frontoiaren ondoan. Lagarto xaboiak erabiltzen zuten, ez zeuden gaur egungo xaboiak.

#### **Eta etxean nola hitz egiten zenuten? Euskaraz ala gaztelaniaz?**

Euskaraz, euskaraz... Nik oraindik ere ez dakit castellanoz ongi hitz egiten. Ez dakit azalpenak behar bezala ematen. Ni euskaldun bezala etxean beti euskaraz eta Donostian ere beti euskaraz.

#### **Eta Aldatzen zeintzuk zenituen orduko lagunak?**

María Josefa Astiz, María Teresa Astiz, Encarnación Astiz, Marteneko Leucaria, Iarteko María Zubeldia, Pazkoneko Euxebia Mugiro...



Egoitzan lagun asko dituela eta pozik bizi dela dio Mercedesek.

### **“Errentan bizi izan ginen urte askoan”**

#### **Mercedes, zuek Baraibarren ere bizi izan zineten...**

Bai. Enekonea ez zen gurea, eta jabeak salgai jarri zuen, baina aitak ez zituen 8.000 pezeta erosi ahal izateko eta Baraibarrera joan behar izan genuen. Orduan bost senide ginen eta han ginela beste bi etorri ziren, bixkiak. Juandozene txikin egon ginen bizitzen hiru urtez. Baina amari ez zitzaion batere gustatzen Baraibarren bizitzea. Herri tristea zela esaten zuen, lainotsua. Askotan joaten ginen Aldatzera bisitan, oinez noski! Gero berriz Aldatzera bueltatu ginen, Pazkoane txikira. Gu beti txikin. Errentan bizi izan ginen urte askoan. Kontuz ibili behar izaten zen orduan, jabea haserretuz gero kaleratu egiten zintuen. Adibidez egunen batean bere lurrak lantzeko eskatuz gero eta joaten ez bazinen etxetik bota egiten zintuen.

#### **Baina gero Enekonera bueltatu zineten...**

Bai, anaia Geronimok erosi zuen. Berriz ere salgai jarri zuten 80.000 pezetan eta anaiak 40.000 bazituen baina 80.000 ez eta laguntza eskatu zidan. Ni ordurako Donostian nintzen lanean eta soltera nengoenek erdibana erosi genuen.

#### **Nolatan joan zinen Donostiara lanera?**

Ni 20 urterekin joan nintzen. Garai hartan agentziak izaten ziren eta haiek aurkitzen zizuten lan egiteko etxea. Ahizpak animatuta joan nintzen. Agentzian nengoela gizon bat sartu zen oso haserre, bidali zioten zerbitzariak ez zuela ezertarako balio. Eta orduan bertakoak esan zion ni orduantxe iritsitako euskaldun bat nintzela. Eta berarekin eraman ninduen Aieten zuten etxera, Aldapatatik gora. Zerbitzari asko “Servicio Doméstico”-ra joaten ziren ikastera igandetan. Baina nire etxeko andereari ez zitzaion gustatzen eta Corazón de María-ra bidaltzen ninduen, hura hobea zen, sukaldari eta irakasle onenak zeuden.

**Geroztik erretiratu arte etxe berean ibili zara lanean...**

Bai, 65 urte eman nituen han zerbitzatzzen. Luis Tobar eta Carmen Iciarren familiarentzat. Bikote donostiar bat zen, bi seme eta alaba bat izan zituzten. Pentsa! Euren semeetako baten ama-bitxia ere egin ninduten, Juan Mari Tobarrena. Aurtengo uztailean etorri zitzaidan bisitan. Madrilen bizi da orain, aspalditik ez genuen elkarren berri, baina uda honetan nitaz oroitu eta nire bila hasi eta hemen aurkitu ninduen.



Ezkerrean Enekonea eta eskuinean Aldazko labaderoa.

**Ze lan egiten zenituen etxe hartan?**

Denetatik, kuzinatu, etxea garbitu, haurrak zaindu, baratzean lan egin... Ni oso gustura ibiltzen nintzen. Aldapetan zuten etxea, Aieten, Albako Dukasaren Arbaizenea Jauregiaren ondoan. Bertan ere askotan izan naiz lanean, jauregian. Zazpi zerbitzari zituen, eta ni tardeka laguntzera joaten nintzen. Albako Dukesak, beste askok ez bezala oso ongi zaintzen zituen zerbitzariak.

**Eta jai egunik izaten al zenuen?**

Ez, baina Aldazko eta Berueteko festak ez nituen inoiz galtzen! Ikaragarri gusatzzen zitzaidan dantzatzeara.

**Aldatzen non izaten zen dantzaldia?**

Askotan Mistoneko sarreran. Batzuetan dantzan hasiz gero zorua hautsi egingo ote zenaren beldur ibiltzen ginen. Gehienetan Berueteko Eustakio etortzen zen bere akoreoiarekin.

**Eta mutilekin dantzatzen al zinen?**

Bai. Ni Aldatzera joaten nintzenean beti mutil berberarekin dantzatzen nintzen, Hualdeako Periko Satrustegirekin. A ze tangoak dantzatzen genituen! Oso ongi dantzatzen zen. Antza bera nitaz maitemindurik zegoen, baina ni ez, nik dantzatzeko bai baina hori bakarrik! Gainera, beste bi neskarekin ere omen zebilen. Niri zera esaten zidan: "Jakingo duzu ba dagoeneko ezkondu egin beharko garela, ez iezadazu ezetzik esan". Baina nik ez nion sinesten eta badakizu zer egin zuen behin?

**Zer?**

Herriko alkatearekin azaldu zen Donostian, lan egiten nuen etxean, Jose Arregirekin. Eskua eskatzera etorri zen, berarekin ezkontzeko eskatzera.

**Eta?**

Ezetz! Herri guztiak izan zuen horren berri. Geronimo anaiaren belarrietara ere iritsi zen eta berehala telefonoz hots egin zidan Aldazko mojen

komentutik, han baitzegoen orduan telefonoa.

**Haserre al zegoen?**

Esan zidan: "Begira Mercedes herri guztiak badaki alkatearekin joan zai-zula Periko eskua eskatzera eta nahia-go dut ijito batekin ezkontzea horrekin baino". Berak bazekien beste birekin ere ibiltzen zela eta... Nik esan nion lasai egoteko ezetz esan niola. Nik nobiorik ez dut behar, orain bastoi hau dut nire nobioa, alde guztietara eramaten nauena. Kar, kar...

**Eta aurten nola ospatu zenuten zure urtebetetzea?**

Ez nuen inongo jatetxetara joateko gogorik eta hemen bertan ospatu nuen iloba eta anai-arrebekin.

**Espero al zenuen 100 urte betetzera iritsiko zinenik?**

Ez, baino... Eta ez dakit noiz arte eutsiko diodan. Ikusiko dugu goiko horrek zer dioen... —

NEKAZARITZA, INDUSTRIA ETA ERAIKUNTZA  
ARLOETAKO HORNIGAIK  
BURDINDEGI ETA BRIKOLAJEKO TAILERRA

**URZUBI S.A.**

Tel. 948 50 42 41  
Fax 948 60 45 20

Lekunberri  
urzubi@hotmail.com

**NEKAZARI, S.L.**  
Kubota  
STIHL  
ANTONIO CARRARO

Olagain. Mugiro. Nafarroa  
Tel.: 948504128  
Fax: 948504377  
nekazaris1@hotmail.com

**AMAIURU BAR**  
GITXIKO PIZZAK,  
KOPA BERGIZIAK  
948504352

**Kantina Rock**  
948 60 48 21  
KANTINA  
bokatak, platerak eta...musika.....

**TAXILON**  
Lontxo Otamendi Artola  
661 202 249  
(9 plaza)  
E-posta: lotamendi5@gmail.com Atallu - Araitz



# Beti Kozkor eta Iortia Hortz Klinikak laguntza akordioa sinatu dute

Joan den hilean Beti Kozkor Kirol Elkarteak Larraun eta Lekunberriko denda eta enpresa ezberdinei euren babesle izateko proposamen eskutitza elarazi zien eta dagoeneko zenbait baiezko jaso ditu. Dagoeneko Iortia Hortz Klinikarekin bi aldeentzako onuragarria izango den akordio batera iritsi da. Futbol taldeak klinikaren izena bere partidu eta karteletan ezagutzera ematearen truke taldeko jokalarari eta talde teknikoko kide guztiei urtean dentistaren azterketa bat dohainik eskainiko zaie. 180 lagun inguru guztira. Gainera, beherapenak ere izango dituzte. %10eko beherapena garbiketa eta hortz erazketetan, eta %5eko beherapenak ortodontzia eta inplanteetan.

Bestalde, jakin Beti Kozkor Kirol Elkarteak Eguberrietako loteria Nazionalaren 10 euroko txartelak jarri dituela salgai Artxueta haragi dendan, Elostabarnan eta futbol zelaiko tabernan.



## Ez izan zalantzarik, BirziklApp!

**App honek hondakinak bereizten lagunduko dizu, birziklatzeko**

Zalantzan zaude eta ez duzu argi non utzi hondakin mota batzuk? Jakin nahi al duzu nola birziklatzen diren ondoren? Inoiz baino errazagoa da; hartu zure mugikorra, ireki BirziklApp eta argitu zure zalantzak.



Android Iphone

Jaitsi doan!!

Sustatzaileak - Promueven



## Zergatik ez? tailerra Satorzulon

Azaroaren 20an, ostirala, Zergatik ez? tailerra eskainiko dute Arribeko Satorzulo lokalean arratsaldeko 19:00etan. Mikel Ozaitak gidatuko du eta bereziki gazteei zuzendutako tailerra izango da. Parte hartzea mugatua izanik, 12 lagunekoa, garrantzitsua da lehenbailehen izen ematea Euskara Zerbitzuan edo Satorzulo lokalean. Tailer praktiko bat da, munduko hizkuntzen eta hizkuntzen munduaren berri izan eta gure inguruko hizkuntzekin daukagun harremanei buruz pentsatzeko.

## Nafar hegoaldeko uzta, euskarari puzka

Aurten ere abian da ErriGora ekimena. Nafarroako Hegoaldeko produktuen saskia eskuragarri dago jada 50 euroren truke. Bertako hamabost ekoizleren produktuekin osatu dute eta irabazien %25 Nafarroa hegoaldeko euskalgintzaren alde bideratuko da: Lodosa eta Vianako ikastolen biziraupenerako, Erriberako AEKra eta D ereduia Nafarroa osoan hedatzeko ekimentera.

Egin ezazu zure eskaera AEKn azaroaren 8a baino lehen!

Informazio gehiago: [www.errigora.eus](http://www.errigora.eus).

## Araxes errekarako ikerketa hidraulikoa Betelun

Datorren Azaroaren 12an, osteguna, arratsaldeko 19:00etan Indianoetxean Beteluko Udalak Araxes errekarari buruzko azterketaren aurkezpen publikoa egingo da.

Aurkezpen hau, Beteluko Udalak Hirigintza Plangintzaren erredakziorako burutzen ari den herritarren parte hartze prozesuan kokatuta dago.

Joan den martxoan egin zen lehenengo bilera eta bertan Hirigintza Planaren ildo nagusiak aurkeztu ziren. Hala ere, bertan esan zen bezala, errekararen azterketa hau egitea erabakita zegoen dagoeneko eta orain lan horren emaitza ikusgai dago.

Beteluko Udala errekarak duen garrantziaz jabetuta dago, geroz eta uholde kasu gehiago gertatzen ari dira. Hemen bertan ere bada adibide bat: 1960ko hamarkadan gertatutako uholdeak esaterako. Bestalde, hainbat udaletan hasiak dira horrelako azterketak egiten, Europako legediak hala esanda.

Horregatik, Udal ordezkarien ustez, momentu egokia da,

horrelako ikerketa bat egin eta informazio hori Hirigintza Plangintza egiteko garaian kontutan edukitzeko.



**GRUPO TANATORIO**  
**IRACHE**  
TANATORIO TALDEA

948 19 70 70  
[www.tanatoriosirache.es](http://www.tanatoriosirache.es)

TANATORIOAK: ALTSASU-IRURTZUN-  
LEKUNBERRI-BETELU-LEITZA

  
**urrutia**  
enea

etxeko hestekiak  
**LEKUNBERRI**

**OTXOTORENA**  
okindegia

**ARRIBE** 

**ADIII TLF BERRIA:**  
948 51 30 32

**GALBURU**  
panaderia okindegia

**RIOJA**

Tel: 948 50 40 42 - 609 720 313  
Alde Zaharra, 50 - 21670 LEKUNBERRI (Nafarroa)



## Plazaola, bide berde eredugarria

Bide Berdeen Europako Elkartearen "Bikaintasun" sari banaketako bigarren saria jaso du Plazaolako Partzuergo Turistikoak. Joan den urriaren 16an Namurren, Belgikan, banatu ziren sariak eta bertan izan zen Natalia Azkona partzuergoko egungo lehendakaria.

Sariketa honek Europako bide berdeen artean euren balore espezifikoengatik eredugarriak diren horiek saritzen ditu.

## Juan Mari Irastorza Euskara Mankomunitateko lehendakari

Joan den hilean hautatu zuten Iparraldeko Euskara Mankomunitateko lehendakari berria. Aldeko 13 bozekin eta abstentzio batekin Lekunberriko Udaleko zinegotzia den Juan Mari Irastorza izendatu zuten lehendakari.

## Dimisioa eta omenaldia aldi berean



Joan den urriaren 7an dimititu zuen ofizialki Jose Mari Aierdik. 31 urtez Lekunberriko Udaleko alkate izan denari omenaldia ere egin zioten urte hauetan guztietan berarekin lan egin duten herritar koadrila batek. Besteak beste Ignacio Ansorenak makila eman zion oroigarri gisa, bera zinegotzietako bat zen Aierdi udalera iritsi zenean.

Dagoeneko Nasuvinsa enpresa publikoko gerente lanetan dabil Aierdi eta oraingoz Natalia Azkona zinegotzia ari da alkatorde lanetan, behin-betiko kargu hartzea gauzatu arte.



## Euszunba arrakastatsua Ibarberri eskolan

"Euskaraz bizi nahi dut" euszunba saio herrikoia egin zuten joan den hilean Lekunberriko Ibarberri eskolako atarian. Arrakasta handia izan zuen eta heldu zein haur aritu ziren dantzan eta ondoren indarberritzeko txokolate beroa banatu zuten.

 **ALIPROX**  
Lekunberri  
*janaridenda*  
hamabostaldi  
eskaintza bereziak

*Iñigo Garaioa*  
**MARGOLARIA**  
 **696 658 288**  
**LEKUNBERRI**

 **SUAKONTROL**  
**LEKUNBERRI**  
*Suaren kontrako plakak*  
Oztegin kalea 25,  
Lekunberri  
948 60 48 96 (Tel.)  
948 60 45 16 (Faxa)  
suakontrol@grena.es  
www.grena.es

**IORTIA** LEKUNBERRI  
Juanjo Gaitte García · Odontologoa Kol. Zbkia. 317  
Estitxu Telleria Elorza · Odontologoa Kol. Zbkia. 591  
Lekunberri: 948 604 804 - 618 818 005  
Altsatsu: 948 467 603 - 667 66 17 69  
ODONTOLOGIA OROKORRA · INPLANTEAK ·  
ORTODONTZIA · HORTZ-ESTETIKA · PADI



- 16 -

# *“Helburua memoria lantzeko estrategia ezberdinak erakustea da”*



*Lekunberriko Eguneko Zentroan eskainitako memoria tailerlean 22 pertsona ari dira parte hartzen. Irailaren 17an hasi ziren eta zazpi edo hamar saio jasoko dituzte. Caixak emandako diru laguntzari esker antolatu dute tailerra eta arrakasta handia izaten ari da. Tania Camino eta Arantxa Saigos psikologoak ari dira saioak zuzentzen. Tania dagoeneko esperientziadun psikologoa da, eta neuro-psikologian aditua.*



### **Zu nongotarra zara Tania?**

Berez Gasteizkoa naiz, baina orain Iruñean bizi naiz. Nik psikologia ikasketak egin nituen Bilbon, Deustoko unibertsitatean. Orain dela hamar bat urte bukatu nituen ikasketak eta azken zortzi urte hauetan hirugarren adineko egoitza batean nabil lanean, Mutiloan.

### **Baina formakuntzan ere aritzen zara...**

Bai. Neuropsikologiaren alorreko formakuntza ezberdinak ematen ibiltzen naiz. Garuneko gaixotasun ezberdinak daude eta pertsona bakoitzak duen narriaduraren arabera tailer ezberdinak daude. Kognitiboki ongi dauden pertsonak badira memoria lantzeko tailerrak izan daitezke, aldiz narriadura pixka bat baldin badute psikoestimulazioa da gehiago lantzen dena eta jada gaizki daudenekin aldiz estimulazio sensorialean oinarritutako ariketak izaten dira.

### **Eta zer moduzko esperientzia izaten ari da?**

Ona. Niri asko gustatzen zait psikologia orokorrean. Betidanik gustatu izan zait pertsonekin lan egitea, bai helduekin eta baita nerabeekin ere. Gobernuz kanpoko erakunde ezberdinekin ere lan egin izan dut. Arlo soziala dut gustuko.

### **Baina hirugarren adineko egoitza batean lan egiteak gogorra behar du...**

Bai baina ohitu egiten zara. Hasieran gogorra da, normalean ikusten ez dituzun egoerak ikusten dituzulako, baina medikuen moduan gu ere ohitu egiten gara. Askotan jakin badakizu ez direla hobera joango, batez ere kognitiboki. Fisikoki askotan errekuperatu egiten dira, baina garuneko gaixotasunek aurrera egiten dute. Hala ere, guk gaixotasun hori ahalik eta motelen garatzea lortu dezakegu eta beraiek hobeto sentiarazi.

### **Eta adineko jendearekin lan egitean zer izaten da zailena?**

Beraiei gauza hauek berriak iruditzen zaizkie eta askotan gauza berrietara irekitzea kosta egiten zaie. Eta batzuek frustraziorako tolerantzia gutxi izaten dute eta gaizki pasatzen dute jendearen aurrean gauza bat ateratzen ez zaiela konturatzen direnean. Eta hori ere landu egin behar izaten da.

**Gaur egun ze gaixotasun mota dira ohikoenak adineko pertsonen artean?** Alzheimerra da gaur egun gehien diag-



Egunero 30-40 minutuko ariketa fisikoen saioa biltzen du besteak beste 100 eguneko erronka honek.

## “Memoria hobetzeko atentzioa ezinbestekoa da”

nostikatzen den gaixotasuna. Garai batean gaixotasun asko demenzia senil edo zahartzaroko demenzien zakuan sartzen zituzten gaixotasun asko eta ez dira gauza berdinak. Egun, gehienbat parkinson eta alzheimerra dira ugariek. Baina gero hamaika kasu daude. Hirugarren adinera iristerakoan batzuk aurretik eskizofrenia, antsietatea, depresioa... izan badute eta gaixotasun horiek kronifikatuta iristen badira hirugarren adinera eta zahartzaroko gaixotasunekin nahastuta hamaika kasu egon daitezke. Oso kolektibo heterogeneoa dela esan daiteke.

### **Eta egoitzan nola egiten duzue lan?**

Guk taldeka egiten dugu lan. Pertsonaren egoeraren eta beharren arabera taldetan sailkatzen ditugu (nahiz eta banan-banan ere lan egiten dugun), euren gaitasun kognitiboa lantzen dugu gehienbat, baina baita afektiboa ere. Gaizki badaude zerbait gertatu zaielako, depresioarekin edo antsietatearekin badaude hori landu egiten da. Bestalde arlo konduktualean ere lan egiten dugu. Demenzien kasuan, agresibitatea edo urduritasuna azalera daitekeelako eta horrelako egoerak zailak izaten

dira maneiatzen eta hori behar bezala bideratzeko egoitzako laguntzaileekin ere lan asko egiten da.

### **Eta egunero eskaintzen diozue denbora gaixo bakoitzari?**

Egunero guztiekin egotea ezinezkoa da egoitza handietan. Baina astean zehar ia denei denbora tarte bat eskaintzen saiatzen gara.

### **Lekunberrin memoria lantzeko tailerra ematen zabilta...**

Bai. Tailer honen helburua beraiei estrategia ezberdinak ematea da memoria hobetzeko eta gero euren kontutik etxean ere landu ahal izateko. Ariketa ezberdinak egiten ditugu. Adibidez atentzioa lantzeko. Memoria hobetzeko atentzioa ezinbestekoa da, adi ez baldin bagaude, ezin gara ezertaz oroitu. Bestalde egunerokoan erabilgarriak izan daitezkeen trukuak erakusten dizkiet. Zenbaki batez oroitu behar badira, zenbaki hori beraiek gogoratu dezaketen gauza batekin erlazionatzen, norbaiten izenaz gogoratzen beste zerbaitekin asoziatuz, erosketetara joaterako orduan etxetik irten aurretik nola eraman gauzak buruan...

### **Eta adin batetik aurrera memoria galtzen hasterakoan, normalean pertsona horiek kontziente izaten dira?**

Bai normalean bai. Hasieran konturatu egiten dira, gauzak ez ahazteko apuntatzen ibiltzeko beharra sentitzen hasten direnean, ondoren, gaixotasunen bat badute eta horrek

## elkARRIZketa:

### *“Batzuetan farmakoak ezinbestekoak dira”*

aurrera egiten badu zailagoa izaten da.

#### **Eta halako ariketak egiteak laguntzen al dute?**

Tailer hau zazpi edo hamar saio baino ez dira izango. Baina hau urte osoan egingo bagenu edo euren kontutik hemen ikasitakoa lantzen badute oso lagungarria izan daiteke, garrantzitsua delako aktibo egotea.

#### **Zer moduzko ikasleak tokatu zaizkizu gurean?**

Oso onak, gainera guztiek elkar ezagutzen dute eta giro polita dago. Horietako batzuk bakarrik bizi dira eta tailerlean erlazionatu ere egiten direnez gozatu egiten dute. Hori ere bada tailerren helburua, azken finean, afektiboki ongi egoteko garrantzitsua da besteekin erlazionatzea, gizakiak sozialak gara.

#### **Bi psikologo zabiltzate tailerra ematen...**

Bai. Arantxa Saigos eta biok. Saioa hasteko orientazio ariketak egiten ditugu, ze egunetan bizi garen, azkeneko astean izan diren albisteak gogoratzuz... Gero estrategia bat azaltzen diegu eta



Alzheimerra eta parkinsona dira egungo gaixotasunik diagnostikatuenak hirugarren adinean.

ondoren hori aplikatzeko ariketak egiten ditugu.

#### **Tailer hauek interesgarriak izan daitezke ere etxean hirugarren adineko pertsona bat zaintzen dabiltzan horientzat ezta?**

Bai. Orain geroz eta lan gehiago egiten dugu familia eta zaintzaileekin, azken batean beraiek dira pertsona hori zaintzen dutenak. Eta askotan ez dakite zehazki gaixotasunak nola egingo duen aurrera eta pertsona horri nola lagundu. Eta beraiek ere behar bezala sentitzea ezinbestekoa da etxean duen hori ongi zaintzeko.

#### **Psikologoak oraindik ere herritarren-gandik urruti zaudetela uste duzu?**

Bai, adibidez medikua ez da horrela ikusten, betiko figura bat da, beti hori egon dena. Psikologoa ongi ez egotearekin, erotuta egotearekin etab. erlazionatzen dugu. Pentsakera hori pixkanaka aldatzen ari den arren, oraindik jendeari kostatzen zaio pausoa ematea, zer esango dutenaren beldur askotan...

#### **Eta gaixotasun kognitiboak garatzeko orduan alderik bada gizonetako eta emakumezkoen artean?**

Normalean gehiago garatzen da emakumezkoetan, baina euren bizi itxaropena altuagoa delako. Urte gehiago bizi direnez eta adinean aurrera joan ahala gaitasun kognitiboak behera egiten du, normala da. Baina ez da gizon edo emakume izateagatik, bizi itxaropenagatik baizik.

### *“Gaixoekin lan egitea bezain garrantzitsua da zaintzaileekin lan egitea”*

#### **Alzheimerra eta parkinsona nabarmendu dituzu. Zein da aurre egiten zailagoa?**

Ezberdinak dira. Alzheimerra gaixotasun kognitiboa da eta parkinsona aldiz funtzionala. Parkinsonak ez du zuzenean kognitiboki eragiten, nahiz eta lotura baduen. Parkinsona duten pertsonen zurruntasuna izaten dute gorputzean, espasmoak, dardarak, ibiltzen hasi eta blokeatu egiten dira... Funtzionalki okerragoa da kognitiboki ongi egon daitezkeen arren. Eta egia da parkinsonak aurrera egin ahala memorian ere eragin dezakeela.

#### **Gaixotasun horiek gehienetan botikekin tratatuko dira...**

Bai. Nahiz eta psikologoa hori egon, batzuetan beharrezkoak dira farmakoak, pertsona ezinean badago, horretarako daude, baina ez du interbentzio bakarra izan behar farmakologikoak. Orain geroz eta gehiago bultzatzen ari dira farmakorik gabeko terapiak, pertsonarekin lan eginez kognitiboki, afektiboki... Eta farmakoak ere geroz eta hobeak dira, baina hala ere albo-ondorio asko izaten dituzte: memorian eragiten du, logurean, ludopatía sor dezakete batzuek, desinhibizioa... —







Zoriondu itzazu zure lagunak edo senitartekoak  
Mailope aldizkariaren bitartez!

# KuxKuxean

**Laida Garmendia Huarte**

Azaroaren 8an, 5 urte!!!!!!

Urte askotarako!!!! Merienda goxo goxoa prestatu eta Gastesikoak hantxe egonen gara!!!! Muxuk.

Azaroaren 8an etxeko sorgin txikiak 5 urte betetzen ditu!!!! Zorionak!!!! Muxu handi bat, Unai, Irati, Aitatxo eta Amatxo.



**Luar eta Laida**

Joan den urriaren 25ean Luarrek 5 urte eta Laidak 8 urte bete zituzten! Zorionak eta muxu handi-handi bana gure etxeko printzesei aitatxo, Jon eta amatxoren partetik!

**Ane Buldain Garzaron**

Urriak 10, 8 urte

Nahiz eta berandu izan, zorionak politte.

Muxu haundi bat, ama, aita eta Mikelen partetik.



**Ekiñe Saralegi**

Azaroak 12, 5 urte

ZORIONAK gure bihurri txikiari! Ongi pasa ezazu zure urtebetetze festan, maite zaitugu eta.

Aitatxo, amatxo eta Irune.

Belarritik tira, opariak jaso, tartari putz, putz, putz. Zorionak eta ongi pasa. Lekunberriko zure lagunengatik.



**Urte askoz Saioa!!**

Azaroak 13, 18 urte

Ederki pasa zure egunean eta oso ongi ospatu. Muxu handi bat familia guztiaren partez.

**Garazi eta June Astiz**

Arruitzko bi poxpolin hauek 5 eta 7 urte beteko dituzte. ZORIONAK eta MUXU POTOLO BANA.



**Mercedes Azpiroz**

90 urte bete zituen Sanmigeletan. Zorionak amona langile eta jatorrenari. Muxu handi bat etxekoengatik.

**Iraide Satrustegi Malkorra**

Azaroaren 3, 7 urte.

Zorionak maitea! Ongi pasa zure eguna. Muxu handi bat etxekoengatik.

**Izarne eta Egoi**

7 eta 5 urte, urriak 28 eta 26an Zorionak bikote!

Muxu handi bat Kaiet, aitatxo eta amatxoren partez.



Mailope aldizkaria zorion agurrak jasotzeko irrikan dago!  
Idatziezaguzu [mailope@labrit.net](mailto:mailope@labrit.net) e-postara hilaren 20a baino lehen.





# *Lekunberriko Pilareko jaiak ospatuz*

Aurtengo Lekunberriko Pilareko jaietarako San Juan Jubilatutako Elkarteko kideek eman zioten hasiera. Joaquín Erro, Antonio Castriño, Jesús Mari Agirrezabala eta Jesús Mari Mariñelarena izan ziren udaletxeko balkoitik txupinazoa bota zutenak. Urtero egiten den txikien txupinazoan berriz Saio Ganuza izan zen txupina botatzearen arduraduna.

Festak aprobetxatuz, ohitura den bezala, azkeneko urtebete honetan jaiotakoei omenaldia egin zieten. 22 haur izan ziren omendutakoak, 13 neskatok eta 9 mutikok. Haur zein helduentzako ekintzak eta ospakizunak izan ziren aukeran, haurren krosa, puzgarriak, zezen-suzkoa, patata tortilla lehiaketa, ajoarriero lehiaketa, kontzertuak...







Haurren egunean beraiei zuzendutako jarduera ugari izan ziren.



Ardoaren eguna ere ospatu zuten igandean.



Ardo ekoizleez gain eskualdeko artisauak ere elkartu ziren.





## Ospatu gurekin 25. urteurrena

Joan den alean aurreratu genizuen bezala aldizkariaren 25. urteurrena behar bezala ospatzeko hainbat jarduera antolatu ditugu datozen hilabeteetarako. Lehena Lekunberriko Pilareko Jaietan egin genuen, Mailoperen aldeko Kaka plasta. Behorraren lan onari esker hirugarrengoa eta nahiko azkar ateraz en aurtengo saridunaren zenbakia, 92a eta jabea Goizane Arana izan zen, Zarautzen bizi den arrasatearra. Kaka plastari esker 883,98 euro garbi poltsikoratu ditu aldizkariak. Beraz, eskerrik asko txartelak erosi dituzuenoi eta baita Javier Saralegiri eta Barboneko behorrari egindako lanagatik!



Neska koadrila honek lan ederra egin zuen txartelak saltzen.



### AZAROAN MUS TXAPELKETA

Sanmartinetan mus txapelketa izanen da. Gaintzan azaroaren 7an, arratsaldeko 18:00etan hasiko dira partidak eta Aldatzen berriz, azaroaren 14an, ordu berean. Bi kasuetan herriko elkarteetan izanen dira. Izen ematea han bertan egingen da, bikoteko 20 euro. Herri bakoitzean sailkatutako bi bikoteek finala jokatuko dute azaroaren 28an Lekunberriko Kantinan. Finala irabazten duen bikoteak arkumea jasoko du opari eta finala jokatu duten bi bikoteek errebantxa afaria izango dute Kantinan.

Animatu eta parte hartu!

### ABENDUAN MAILOPE LASTERKA

Abenduaren 5ean Mailope lasterka egingen dugu. 25 kilometroko ibilbidea proposatzen dizuegu, bakoitzak ahal duen eta nahi duen zatia egin dezan. Baraibarren hasi eta Atallun bukatuko da. Irteera arratsaldeko 15:00etan izanen da. Dagoeneko kilometro erdiak salgai daude 50 euroan: Larraungo kilometroak Mitxausenean eta Araizkoak berriz Araizko udaletxean. Ibilbide osoa egiten duenarentzako oparia egonen da!

Mugitu eta eros ezazue Mailoperen aldeko kilometro erdia, koadrilan, taldeka, lankideekin, familiarekin... Gainera amaieran festa izanen da Atallun, afaria eta gaupasa!!

Ibilbidea ikusgai Agendan (31. orr.).

  
**CARPINTERIA HNOS. AZPIROZ, S.L.**  
 ZURGINTZA OROKORRA  
 INDUSTRIALDEA 15- LEKUNBERRI  
 Telefonoa eta Faxa: 948507343  
 carpinteria@carpinteriaazpiroz.com

**OGI-BERRI ALTZA**  
 Aralar kalea, 41  
 Lekunberri  
  
**OGI BERRI**  
 OKIN ARTISAUAK 948604884

**AURRERA  
 TABERNA  
 ARALAR, 15  
 948 60 47 24**

**TAXI  
 SOROA  
 609 168 217  
 Bederatzi plaza**



# Hiru emanaldi izanen dira azaroan Bertso Aroaren baitan

Nafarroako Bertsozale Elkartek, Iruñeko Udalarekin eta Nafarroako Gobernuaren laguntzarekin, Bertso Aroa antolatu du urriaren 22tik azaroaren 12ra bitarte. Guztira zazpi emanaldi izanen dira. Bertso Aroaren 25. jardunaldia da aurtengoa. Urriaren 22an, eman zitzaion hasiera José Mari Esparzaren hitzaldiarekin, "Jota heretikoak: Nafarroa hegoaldeko bertso-larritza" izenburupean. Azaroaren 3an, arratsaldeko 19:30ean, bertsolari gazteen bertso-saioa izango da Iruñeko Kondestable Jauregiko Civivox patioan. Sei bertsolari arituko dira bertan, Saioa Alkaiza, Iker Gorosterrazu, Amaia Elizagoien, Ioar Tainta, Mikel Lasarte eta Alazne Untxalo. Bestalde, azaroaren

5ean, ZZIO rap taldeak kontzertua eskainiko du Zentral aretoan arratsaldeko 19:30ean.

Eta amaitzeko azaroaren 12an, Gurutzeko Plazako Institutuan, arratsaldeko 20:00etan beste sei bertsolariarekin saioa izanen da, Eneko Lazkoz, Aimar Karrika, Ander Fuentes "Itturri", Amets Arzallus, Uxue Alberdi eta Jon Maia.

Hiru emanaldiak doakoak izango dira eta Gurutzeko Plazako bertso-saioetarako gonbidapenak banatuko dira, saioak hasi baino ordubete lehenago.



## Anne Etchegoyen eta Melech Mechaya taldearen zuzeneko kontzertuak

- 23 -

Bi kontzertu izanen dira azaroan Lekunberriko Kantinan, Folk Ametsetan egitarauaren baitan. Lehena azaroaren 6an izanen da, arratsaldeko 20:00etan. Melech Mechaya talde portugaldarra bere klezmer musika estiloarekin arituko da. Bigarrena berriz, hilaren 13an, ordu berean, Anne Etchegoyenen kontzertua izanen da.

**asegurogintza**  
aseguru aholkulariak  
**Zure ondarea eta segurtasuna babesteko modu bakarra behar bezela aseguratu egotea da**  
Telefona: 943652220. [asegurogintza@aseguroak.net](mailto:asegurogintza@aseguroak.net)  
Lizardi Olerkaria 1, 20400 Tolosa

**CONSTRUCCIONES GAÑARBE ERAIKUNTZAK S.L.**  
Etebizitzen eraikuntza eta erreabilitazioa  
948 504 351 - 616 457 540  
[construccionesganarbe@gmail.com](mailto:construccionesganarbe@gmail.com)  
Oztegin kalea 2, Lekunberri

# “Arraunlari guztiak batera joatea izaten da askotan zailena”

*Gaintzako Oier eta Laiene Izagirre Askarai anai-arrebak TAK-Oriako kide dira. Iaz hasi ziren Tolosako Arraun Klubean, Oier arraunlaria da eta Laiene berriz patroiz bezala aritzen da.*



## **Eta zein txapelketa izaten dira?**

**Oier:** Gipuzkoako Liga, Gipuzkoako Txapelketa eta Euskadiko Txapelketa. Eta Euskadikoan sailkatuz gero Espainiako Txapelketara joaten gara. Iaz Moaña (Galizia) joan ginen Espainiako Txapelketara.

**Laiene:** Gipuzkoako Ligan hamabi estropada inguru izaten dira. Eta horiez gain Udaberriko Txapelketa ere antolatzen dute, denboraldia luzatu eta txapelketetan gutxiago parte hartu duten horiek ere ibili ahal izateko.

## **Eta iaz zer moduz ibili zineten?**

**Oier:** Ongi, Gipuzkoako ligan bigarren gelditu ginen Orioko taldearen atzetik eta hirugarren Errenteriako Ibaika taldea sailkatu zen. Bestalde, Gipuzkoako Txapelketan ere bigarren egin genuen Orioren atzetik eta Euskadiko Txapelketan ere postu bera eskuratu genuen. Eta Espainiako txapelketan berriz finalera sartzea lortu genuen.

**Laiene:** Espainiakora gure klubeko sei taldetatik hiru joan ziren, infantil mutlak, kadete neskak eta jubenil neskak. Eta kadete neskak bigarren gelditu ziren.

## **Nolakoak izaten dira probak txapelketetan?**

**Oier:** Infantiletan guk mila metroko proba egiten dugu, ziabogaraino 500 metro joan eta beste 500 metro etorri. Infantil neskak eta kadete neskak ere mila metroko probak izaten dituzte. Mutil kadeteek 1.500 metro egiten dituzte. Eta jubeniletan bai neskek eta bai mutilek ere 2.000 metroko joan-etorria egiten dute. Normalean kale ezberdinak izaten dira, baina lekuri ez den lekuetan erlojupeko probak izaten dira.

## **Zenbat denboran egiten dituzue 1.000 metroak?**

**Oier:** Bost minutu inguruan ibiltzen gara.

## **Biak batera hasi al zineten arraunean?**

**Laiene:** Bai, iaz hasi ginen biok. Nik hamar urte nituen eta alebinekin hasi nintzen eta Oierrek hamabi zituenez infantilekin.

## **Eta nolatan?**

**Laiene:** Kirola egin nahi genuen eta probatzea pentsatu genuen.

**Oier:** Aurretik ez ginen behin ere ibili arraunean, baina hasi eta gustatu egin zitzaigun.

## **Eta zenbat lagun zabiltzate zuen kategoriatan?**

**Laiene:** 13 bat lagun gara.

**Oier:** Nik bigarren urtea dut infantiletan eta gu hamazazpi mutiko inguru gaude.

## **Eta beti entrenatzen zarete mutilak alde batetik eta neskak bestetik?**

Bai, bai, kategori bakoitzean daude alde batetik neskak eta beste batetik mutilek.

## **Astean hirutan entrenatzen zarete...**

**Laiene:** Bai, Tolosara jaisten gara astean hiru aldiz eta hemendik gutxira lau entrenamendu izango ditugu.

**Oier:** Eta urtarrilean txapelketekin hasiko gara.



## **Iaz ere txapelketetan parte hartu al zenuen?**

**Laiene:** Bai. Oier arraunlari ibili zen infantilekin eta alebinek parte hartu ezin dutenez, ni patroiz hasi nintzen kadeteekin.

## **Gaszteagoa izanik kategoriaz zaharra goekin ibiltzerik baduzu?**

**Laiene:** Patroiz bezala bai, edozein kategoriatan eta nesken zein mutilen taldeekin. Kadete izan arte 20 kiloko pisua behar du patroiak. Jubeniletan 50 kilo gutxinez eta pisu horretara iristen ez bada hamar kiloko zakuak jartzen dizkiete. Eta mutiletan 55 kilo inguruan ibiltzen dira.



## **Eta atera aurretik zer hartzen duzue kontuan?**

**Oier:** Tokatu zaizun kalea oso garrantzitsua izaten da.

**Laiene:** Izkinetan ur gutxigo egoten da. Haizeak jotzeak edo babesean egoteak ere eragiten du... Entrenatzaileak gomendioak ematen dizkigu izkinatik joan eta kalearen erditik etortzeko eta halakoak.

## **Zein da zuen leku gustukoena?**

**Oier:** San Pedro eta Errenteria.

**Laiene:** Ni Orion ibiltzen naiz gustura. Eta gustatzen ez zaidana San Juan da, itsasora ateratzen garelako. Gainera, nik nahiago izaten ditut erlojupeko probak, bestela urduri jartzen naiz gure aurretik doazela ikusterakoan.

## **Penalizazioak zergatik izaten dira?**

**Oier:** Estatxa behar denean ez hartzea-gatik edo behar baino lehen askatzea-gatik, ondokoen kalera pasatzeagatik...

## **Entrenamenduak nolakoak izaten dira?**

**Oier:** Lehenik beroketak egiten ditugu eta korrika saio txiki bat. Gero batelean buelta batzuk ematen ditugu eta teknika lantzen dugu eta bukatutakoan korrika eta luzaketak. Ordu eta erdi edo bi orduko entrenamenduak izaten dira.

**Laiene:** Guk ariketa fisikoa ere egiten dugu. Gure entrenatzailea nahiko gogorra da horretan. Entrenatzaile guztiak boluntario aritzen dira gure klubean. Profesionalik ez dago klubean, jubenilekin ibili ondoren jarraitu nahi dutenak beste klubetara joaten dira. Gure kluba oso umila da, baina bere txikitasunean lortutako emaitzak oso onak dira.



Tolosara astean hirutan jaisten dira entrenatzera.

## **Eta entrenatzailek gogorak al dira?**

**Oier:** Ez dira oso gogorak.

**Laiene:** Nirea bai!

## **Eta teknikari buruz zer da jakin beharrekoa?**

**Oier:** Garrantzitsuena denak batera joatea da. Arrauna denok batera sartu eta ateratzea. Gainera pala inklinazio pixka batekin sartu behar da uretan. Gorputza atzera botatzen jakin behar da luzeago jotzeko. Eta hankarekin ere indar egin behar izaten dugu.

## **Zer da zailena?**

**Oier:** Batzuetan, batera joatea! Kar kar kar...

## **Eta nola jakiten duzue batera zoazten ala ez?**

**Oier:** Hori ikusi egiten da. Lehenbizi patrioiari egin behar zaio kasu eta gero hankekoari. Hankekoa batelean lehenengo eserlekuan jartzen den arraunlaria da eta horrek markatzen du erritmoa.

“Hankeko arraunlariak markatzen du erritmoa”

**Laiene:** Eta patrioiak ikusten duenean baten bat gaizki doala patrioiak kargu hartzen dio.

## **Ziabogara iristen zaretenean zer egin behar izaten duzue?**

**Laiene:** Baporrean daudenak, hau da patrioiaren ikuspuntutik ezker aldean daudenak, alderantziz egin behar dute arraunean, eta estriborrean daudenak, eskuinean, gogor eman.

## **Eta patrioiak?**

**Laiene:** Patrioiak eskuin aldera buelta eman behar izaten du eta ez da erraza ongi hartzea. Lehenik zabaletik hartu behar da eta gero estutu.



Salmenta publiko zuzena prezio ezin hobean  
Ordutegia, 9:00etatik 13:00etara eta  
14:30etatik 17:00etara



**BACALAO  
ELKANO  
S.L.**

Industrialdea, 11  
31870 Lekunberri - Nafarroa  
Tel.- 948507319 Fax.- 948604792  
[bacalaoselkano@jet.es](mailto:bacalaoselkano@jet.es)  
[www.bacalaoselkano.com](http://www.bacalaoselkano.com)

## Eta zuri nolatan proposatu zizuten patroizatea?

**Laiene:** Alebina nintzen ezin nuen txapelketetan parte hartu eta Gipuzkoako ligan parte hartzeko patroizasteko proposamena egin zidaten. Nahiko azkar ikasi nuen eta kadeteekin atera nintzen gustatu egin zitzaidan.

## Orain arraunlari bezala ere aritzen zara?

**Laiene:** Ez, geroztik beti patroiz.

## Eta ez dizu inbidiarik ematen?

**Laiene:** Bai, baina jende gutxi egoten da postu horretarako prest eta ni gustura nabil. Txapelketetan nire lana Estratzari eutsi eta abiatzeko agindua ematea da. Eta erritmoa markatu, batela zuzen joan dadila ziurtatu eta arraunlariak animatzea. Ez da komeni azkarregi joatea ezta mantsoegi ere. Azkarregi eginez gero batela frenatu egiten delako eta batelari joaten utzi behar zaio, baina geratzeko berriz ere emanez.

**Oier:** Gu normalen hasi gogor hasten gara, erdialdera erritmoa hartzen dugu ongi eusteko moduan eta azken txanpan dena ematen dugu.

## Eta lehia handia izaten duzue taldeen artean?

**Laiene:** Bai, guk normalean Oriokoekin izaten dugu, momentu honetan onenak beraiek dira. Baina oso tematiak dira, euren lekutik ez dira mugitzen gainontzekoei pasatzen uzteko ere.

**Oier:** Eta gure artean ere izaten dugu tarteka sumina. Adibidez iaz Udaberriko Ligan gure klubeko bi taldeak atera ginen eta gure artean norgehiagoka izan genuen.

## Lehiaketara nola joaten zarete?

**Oier:** Autobusean joaten gara denak elkarrekin. Normalean bi ordu lehenago abiatzen gara Tolosatik. Ordu bete lehenago kontrola pasatzen digute zeintzuk atera behar dugun jakiteko, batelak pi-



## “Azkarregi emanez gero batela frenatu egiten da”

satzen dituzte (gutxienez 70 kilokoak behar du izan)...

## Eta irabazitakoak nola ospatzen dituzte?

**Oier:** Bandera irabaziz gero, Tolosan barna bandera autobusetik erakutsiz ibiltzen gara.

## Eta galdutakoak?

**Oier:** Esaten da estropadak arraunlariak irabazten dutela eta galduz gero patroiak galtzen dituela.

## Eguraldiak eragiten al du? Zer izaten da onena arraunerako?

**Oier:** Bai, bare egotea da onena. Esaten dute erreka ura gogorragoa izaten dela itsasokoa baino, baina aldiz itsasoan aritzeak ere bere teknika eskatzen du. Gainera gu ez gaude itsaso aldera ateratzen ohituak.

## Arraunak tamaina berekoak izaten dira edo adinaren arabera?

**Laiene:** Berdinak dira. Gero bakoitzak bere estroboa izaten du, soka borobil bat arrauna batelera eusteko erabiltzen dena.

## Eta elikadura zaintzen al duzue lehiaketetara joateko?

**Oier:** Bai, aurreko egunean fruta afaldu, ongi gosaldu, pasta eta oilaskoa jan eta probaren aurretik fruta jateko gomentatzen digute.

## Talde profesionalen artean zein duzue gustukoena?

**Oier:** Nirea Urdaibai.  
**Laiene:** Lehen Orio nuen gustukoena baina beraiekiko iritzia zeharo aldatu zait eta orain Zumaia da gustatzen zaidan taldeetako bat.

## Ez al zaizue gogorra egiten astean hirtan Tolosara jaitsi eta entrenamenduetara joatea?

**Oier:** Ez, gero han gustura ibiltzen gara lagunekin. Oraingo behintzat jarraitzeko asmoa dugu.

**BIDEGOXO JATETXEA**

Jaunartzeak  
Ezkontzak  
Ospakizunak  
Enpresa ekitaldiak

Usabal Kiroldegia  
20400-TOLOSA 943 577 576  
info@bidegoxo.com

Industrialgunea  
Lekunberri 9 - 31870  
LEKUNBERRI

**Cyclos IREBER**

**BIZIKLETA DENDA ETA TAILERRA**

Iñigo - 637 781 789  
cyclosireber@yahoo.es - www.facebook.com/cyclosireber



# Larraungo Pilota Elkarateak ikasturte berriko aurkezpena egingo du azaroaren 25ean

Azaroaren 25ean, Guillermo Mazoren omenezko 4 t'erdiko txapelketako finalerdiak jokatu direla aprobetxatuz, Larraun Pilota Elkarateak ikasturte honetako aurkezpena egingo du Lekunberriko pilotalekuan. Elkarateko Zuzendaritza Batzordea, pilotariak, ekipazioa eta laguntzaileak aurkeztuko dituzte. Baita etorkizunera begira aurreikusten dituzten proiektuak ere, besteak beste bazkide kanpainari hasiera emango diote.

Bestalde, Lekunberriko jaietan jokatu zen profesionalen pilota partiduan saski bat zozketatu zen eta 0022 zenbakia izan da sariduna. Beraz boleto horren jabea harremanetan jar da-

dila larraunpe@gmail.com helbidean edo 629436143 zenbakian. Saski eder bat duzu zain! Larraungo Pilota Elkarateak eskerrak eman nahi dizkie boletoak erosiz elkaratea lagundu duzuen guztioi eta baita saskia betetzen lagundu dieten guztiei ere: Maskarada, Artxueta, Lasarte, Urrutia, Lacturale, Bikain gazta, Uitziko gazta, Anaxonea, Amairu, Ainhoa, Eva, Coviran, Aliprox, Altza Ogiberri, Arruabarrena, Bodegas Montecierzo, Martintxonea eta Azpiroz Botika.



## Jokatu dira Larraungo Pilota Goxua finalak

Lekunberriko jaietan jokatu ziren Larraungo Pilota Goxua Txapelketako bi finalak. Kopako finalean Kevin Vera eta Miel leitzarrak Isusko eta Igor Mitxaus anaien kontra aritu ondoren lekunberriarrak izan ziren txapeldun. Final handia berriz Iñaki Barbajero eta Eneko Legarrak irabazi zuten Aitor Goikoetxea eta Gari Huiziren aurka.



- 27 -



**Lagunasesoria S.L.**

**Fiskala  
Laborala  
Kontabilitatea  
Seguruak...**

k/ Artzanegi, 2 Behea 31870 Lekunberri (Nafarroa) tel/fax 948 504 232  
[lagunasesoria@terra.es](mailto:lagunasesoria@terra.es)

**SAN MIGUEL**  
gasolindegia



Xabier Garmendia 629 350 099  
Arribe-Atallu

**German Lasarte**



**ARREONDO HARATEGIA**  
Aralar kalea 9  
Lekunberri  
948504157

**OKM**

**ABOKATUAK**

Eukeni Celaya Zubieta · Mikel Iraola Sarasua

Arretxea, 1º, Ali. Tfnoa: 609 130 555

## 25 urte bete ditu Aitz Berri ile-apaindegiak

*Eleni Tome beteluarrak 1990ean ireki zuen Aitz-Berri ile-apaindegi Betelun. 25 urte hauetan momentu onak eta ez hain onak pasa dituen arren baikorra da orain arteko ibilbidearekin.*

### **Zuk beti ile-apaindegian egin duzu lan Eleni?**

Bai. Nik ile-apainketa eta estetikako ikasketak egin nituen, lehenik Zarautzen eta gero Iruñean. Garai hartan ahizpa ere estetika ikasten zebilen eta nik praktikak bukatu eta lana bitlatzen hasterako aitak eta amak gure ile-apaindegi propioa martxan jartzen lagundu ziguten.

### **Hasieratik lokal honetan jarri zenuten?**

Bai, bestaldean. Amak alde honetan denda zeukan eta ondoan jarri genuen ile-apaindegia, baina gero denda itxi zuen eta duela zazpi urte berriro eta alde honetara pasa nintzen.

### **Orduan duela 25 urte bi ahizpak elkarrekin lanean hasi zineten?**

Bai. Ahizpa, Genok eta biok hamabi bat urtez egin genuen lan elkarrekin, gero berak utzi egin zuen baina laguntza behar izan dudan aldiro hemen egon da. Gero Aloña izeneko neska bat egon zen nirekin lanean eta azkeneko sei urte hauetan Idoia Arauz arduratzen da estetika kontuez.

### **Eta azkeneko 25 urte hauetan lan egiteko modua al da?**

Lana bera ez da gehiegi aldatu. Esperientziak erakusten dizu eta hobetzen joaten zara. Bezeroak ere aldatzen joaten dira, adineko jende asko pixkanaka joan egin da eta berriak etortzen dira.

### **Zer moduzkoa izan zen hasiera?**

Nahiko ongi. Orduan beste ile-apaindegi bat zegoen herrian, orain bakarrik nago baina ongi. Hasieratik ile-apainketa eta estetika zerbitzuak ematen hasi ginen. Eta pixkanaka jendeak zugan konfidantza har dezan saiatzzen zara. Baina normala den bezala, urte hauetan guztietan gorabeherak izan dira, gauza guztietan bezala, batzuetan lan gehiago eta beste batzuetan gutxiago.

### **Eta orain ze bezero mota duzu?**

Denetik, gazte zein zahar, gi-



zonezko zein emakumezko. Denak dira ongi etorriak. 20 eguneko haur bat izan da ilea moztu diodan gazteena.

### **Duela 25 urte gizezkoak ere etortzen al ziren?**

Bai, bizarginik ez izatearekin etortzen ziren bai!

### **Eta orain ze zerbitzu eskaintzen dituzue?**

Ba berdintsu jarraitzen dugu, ile-apainketa eta estetika (depilazio elektrikoa, argizari, manikura, pedikura, makillajea, azalerako tratamendu ezberdinak...). Bestalde, hilean behin podologia zerbitzua eskaintzen dugu eta bi hilabete behin laser depilazioa.

### **Krisia nabaritu al duzue?**

Krisiak eragina izan du, baina batez ere BEZaren igoera izan da nabaritu duguna. %8tik %21era igo izanak kalte handia egin digu. Krisiak ere eragina izango zuen, baina hemen zorionez ez gaude horren gaizki. Baina BEZan %13ko alde handia da eta nik bezeroei %6,5 igo





nien eta beste erdia nire gain hartzen dut. Baina bestela ez da gehiegi nabari, denboraldiak ere izaten dira...

### Bezeroak zenbatero etortzen dira?

Denetarik dago. Badira hamabost egunetik behin edo hilean behin etortzen direnak, batez ere adineko jendea. Gizonetzkoak hilabete eta erdi edo bi hilabetetik behin etortzen dira gehienak. Baina badira ere urtean behin baino azaltzen ez direnak...

### Eta zer egin nahi duten argi izaten dute beti edo zure eskutan uzten dute?

Ba, horretan ere denetik. Saiatzen gara erdibideko zerbait egiten. Berak nahi duenaren, niri iruditzen zaidanaren eta egin ahal denaren arabera. Baina beti argi izanda bezeroa gustura gelditu behar dela emaitzarekin.

### Betidanik esan izan da ile-apaindegiak herriko albisteen berri jakiteko leku aproposak direla. Hala al da edo topiko hutsa da?

Niri egia esan, ez zaizkit txutxu-mutxuak gehiegi gustatzen, askotan azkena izaten naiz gauza askoren berri jakiten. Ez dut oso gustuko.

### Ez duzu inoiz pentsatu beste norbaitentzako lan egitea?

Zorte handia izan nuen gurasoen laguntzarekin nire negozio propio jartzeko, baina egia da nahiz eta bere garaian praktikak egin nituen, beste norbaitentzako lan egin ez izana egiteke dudana zerbait dela.

### Ile-apaindegi zaharraren lekuan den datxo bat ere baduzu...

Bai. Ilean jartzeko pintza eta pitxiak saltzen hasi nintzen eta pixkanaka gauza gehiago ekartzen hasi nintzen, bela-



## “Krisiak baino gehiago BEZaren igoerak eragin digu”

rritakoak, zapiak... Nik oso gustuko ditudan gauzak dira, baina gauza txikiak dira, bezeroek norbaiti opari txiki bat egiteko baliagarriak izan daitezkeenak. Ni lanpeturik nagoenean bezeroak euren etxean bezala ibiltzen dira gustuko duten zerbait bilatzen. Bestalde, hiru urte daramatzagu gure bezeroen eskupeko eta diru ekarpenekin Iruñeko 365 jantoki sozialari laguntzen. Orain arte urtero 200 euro bildu ditugu.

### Publizitatean asko egiten duzu?

Ez, publikitatean ez dut askorik gatzatzen baina sare sozialen bidez eta whatsapp-aren bidez egiten ditugun eskaintza berezien berri ematen ibiltzen

naiz. Eta onartu beharra daukat batzuetan gogaikarri samarra ere banaizela. Kar, kar...

### Nola ospatuko duzue 25 urteurrena?

Abenduaren 3an ospakizun txiki bat egiteko asmoa dugu eta bezeroak gonbidatuta egongo dira.

Hemendik eskerrak eman nahiko nizkieke nire bezeroei nigan duten konfiantzagatik eta barkamena eskatu inoiz hanka sartzeren bat egin badut. Denetik egon baita urte hauetan guztietan hanka sartzeak eta pozak.

**Aitz Berri Edertasun Zentroa**

**948 513083 / 696 732290**

**Lako Behikoa 4, behea, Betelu**

**aitzberri@hotmail.com**

*Lagundu Mailope!*

Mailopeko bazkidea izan nahi duzu?  
mailope@labrit.net



**GARAIZ** Zure behar eta ordutegira moldatuko gara

ETORRI ETA INFORMIA ZAITEZU!

Mate  
erdi eta goi zikloetarako prestaketa

Fisika Inglesa  
lengua kimika

948 504 450  
648253522

euskera marrazketa teknikoak  
historia

unibertsitate mailako ikasgaiak

**AUTOZERBITZUA · ARRAINDEGIA · HARATEGIA ·**

**PATXI GALARZA**  
Astelehenetik larunbatera  
8:00 - 14:00, 17:00 - 20:00  
Igande eta jaiegunetan  
8:00 - 14:00

Irurtzun

**SAN MIGUEL**  
Taberna-Jatetxea  
Arribe  
948 51 31 34

**INFORMATIKA BETELU**

ordenagailuen salmenta eta konpontzea  
sareen instalazioa eta konfigurazioa

634 551 743  
informatika.betelu@gmail.com

**CONSULTORIO VETERINARIO, S.L.**

**HIRUROK S. VETERINARIOS**

Telefono zenbakia eta faxa:  
948 50 43 31  
Lekunberri



> Plazaola Partzuergoa

# IBILBIDEAK AUKERAN

## 1. LEKUNBERRI – MUGIROKO PRESA: 2 km.

Lekunberriko Geltokitik hasita, ibilbidea kanpin baten aurretik pasatzen da, errepidea zeharkatu eta Larraun ibaiaren ondoan iritsi arte jarraitzen du. Aurrerago trenbide sarea mozten da, nahiz eta Irur-tzu-raino jarraitzen duen, ez dago egokituta.

## 2. LEKUNBERRI – UITZIKO TUNELA: 5 km.

Lekunberriko geltokitik Uitzirantz abiatuta 3 tunel pasatzen dira. Lehenengoa pasa ondoren 160 metroko desnibela duen tartea dago. Autobiaren azpitik pasa eta jatorrizko ibilbidea itzultzen da. Bigarren tunela (Bartolorena) argiztatua dago eta hirugarrena ez, baina oso motza da. Uitziko Geltokira iritsi baino apur bat lehenago amaitzen da ibilbidea. Haurrentzako "joko" bat badago -eskatu Lekunberriko Turismo bulegoan-.

## 3. LEKUNBERRI - LEITZA: 15 km.

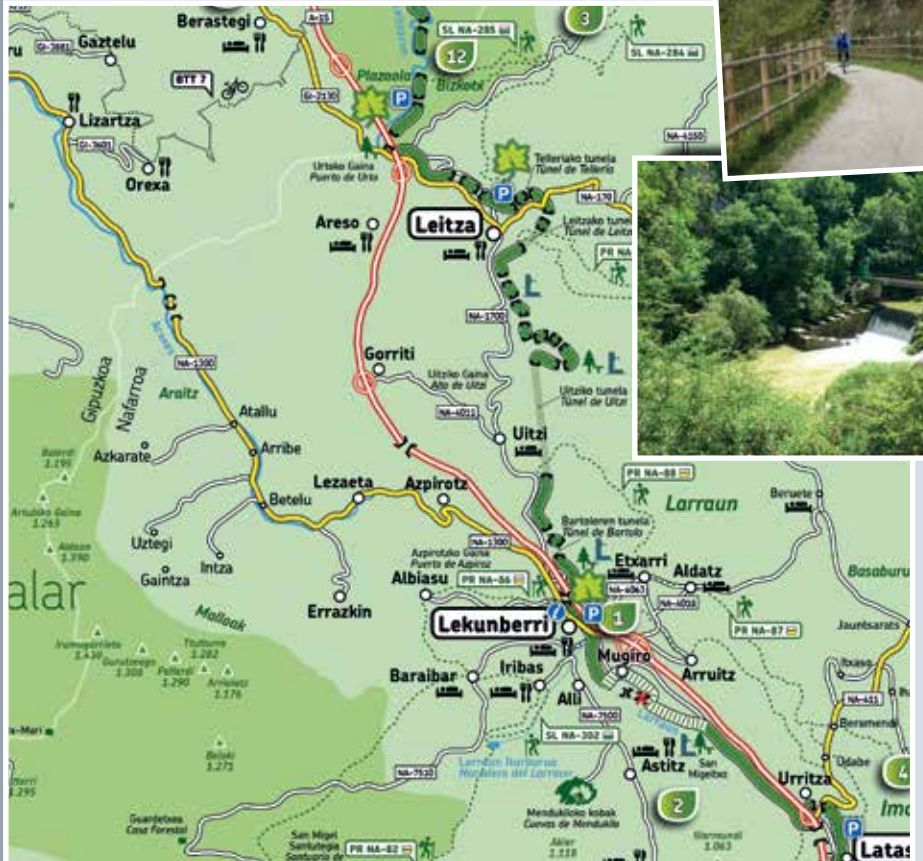
Lekunberritik 5 kilometrotara eta Uitziko geltokira iritsi baino lehen bidea moztu egiten da. Aurrera segitzeko, ezkerrean dagoen errepidera atera, segi 200 metro eta Uitziko geltokia pasa ondoren, hartu eskubialdean dagoen bidea Uitziko tunelera iristeko. 2,700 metroko tunel hau argiztatua dago. Tunela pasa ondoren Leitzaraino beste 5 kilometro daude.

## 4. LEKUNBERRI - LEITZA - ANDOAIN: 42 km.

Lekunberritik Leitzara bitarte ibilbidea egokitua dago, baita Uitziko tunela, 2.700 metro dituela eta argiztatua dagoena. Leitzako Geltokitik Andoaineraino segitzen du, 26km maldan behera. Mugaren ondoan 2km asfalto dago. Gipuzkoako zati baso-ustiapien lanak direla eta, trafiko astuna ibili daiteke.

## 5. LEITZA – UITZIKO TUNELA: 7 km.

Leitzako geltokitik hegoaldera, 7km-tan 11 tunel zeharkatzen dira Uitziko tunelera iritsi arte. Lehenengo tunela (Telleria) itxita dago eta albotik pasatzen da. Hurrengo



3 tunelak argiztatua daude, baina gainontzekoak ez motzak direlako (7 tunel). Natur Bidea ere udalaren plaza-tatik joan daiteke. Elizarantz abiatu, ezkerrean utzi eta "Iturrizarrea" iturrira iristen da. Zenbait metro gorago bidea doan bidexka topatuko dugu. 7 kilometrotan 11 tunel zeharkatu ondoren Uitziko tunelera iristen da.

## 6. LEITZA - GIPUZKOAKO MUGA: 5 km.

Geltokitik 5km egin daitezke, 4 tunel zeharkatuz Gipuzkoako mugara iristeko. Zati hau gizatiartuena da, bi aldeetara baserriak daudenez, baimendu autoak aurkitu ditzakegu. Gainera, mugara iritsi baino lehen bidea asfaltatua dago.





# azaroa

- 1
Lekunberri: *Kantinarock. LOS BRAZOS taldea 20:00tan*
- 6
Lekunberri: *Kantinan, MELECH MECHAYA 20:00tan.*
- 12
Betelu: *Arratsaldeko 19:00etan Indianoetxean Beteluko Udalak Araxes errekariburuzko azterketaren aurkezpen publikoa egingo du.*
- 13
*Trinketeko binakako pilota goxua txapelketaren hasiera.*
- 13
Lekunberri: *Kantinan, ANNE ETCHEGOYEN 20:00tan.*
- 13
Lekunberri: *Kantinarock. HIGHLIGHTS taldea 23:00tan.*
- 20
Lekunberri: *Kantinarock. BILUZIK taldea 23.00tan.*
- 25
Lekunberri: *frontoian Larraun Pilota Elkartearen aurkezpena.*
- 27
Lekunberri: *Kantinarock. JOSEBA IRAZOKI kontzertua 23:00tan.*

agenda

## merkatu txikia

### ALOKAIRUAN

- Pisia alokatzen da Betelun, 300 € hileko: Altzairuz hornitua, berogailua, 3 gela, sukaldea, komuna eta 2 egongela. (606 375 855).

- Pisia alokatzen da Betelun. 80m2-ko pisua altzairuz hornitua. Telefono zenbakia: 690 006 283 (Mila).

### ADI!

Merkatu Txikian iragarki bat jarri nahi baduzu idatzi mailope@labrit.net-era. Publizitate eskariak bi hilabetez egongo dira jarrita, ondoren kontrako abisurik jasotzen ez badugu kendu egingo ditugu.

## ASTITZKO ATERPETXEAN AZAROAK 21. LARUNBATA

TEL:  
948504185
EMAIL:  
ATERPEAK@ATERPEAK.COM

14:30TAN, GARAGARDOAK LAGUNDUTA BAZKARI GOXOA, LAGUNARTEKO BAZKALDETEKOA URKO MILAGRO ABESLARIAREKIN

ARRATSALDEKO KONTZERTUAK:  
LUR-J TALDE NAFARTARRAREN KONTZERTUA  
CHUECA LAGUNAREN BAKARRIZKETA BARREGARRIA  
ARRIGORRIAGATIK ZUZENEAN, NAX TALDEA

22:30TAN, PINTXOTEN AFARIA ETA KONTZERTU GEHIAGO:  
BORPUTZAK MUGI OITZAGUN, SKABIDEAN TALDEA  
NALGA TALDEAREN KONTZERTUA

Ibilbidea:

## Mailope Lasterka

Abenduak 5

Ondoren,  
afaria eta gaupasa!

Kilometro erdiak salgai Araizko udaletxean eta Mitxausean



# Aldazko Jaiak

## AZAROAK 11 ASTEAZKENA

### “SAN MARTIN DEUNAREN EGUNA”

- 10:30 Suziria eta gosaria elkartean indarrak hartzeko
- 12:00 Meza nagusia
- 12:30 Herri-kirolak bereziak “Goiko barredi”-“Beiko barredi”
- 13:30 Toka txapelketa
- 14:30 Herriko bazkaria, ondoren dantzaldia Modestorekin

## AZAROAK 13 OSTIRALA

- 13:00 Tortila patata txapelketa
- 17:00 Herriko mus txapelketa
- 17:30 Puzgarriak umentzako, ondoren txokolatea
- 19:30 Aldazko txerri txoaren jeitxiera
- 20:00 Dantzaldia DJ bull-ekin
- 22:00 Afaría ostatuan
- 00:30 Gaupasa DJ. Bull-ekin

## AZAROAK 14 LARUNBATA

- 11:30 Erronda ethez etxe Iraunkorra txarangarekin
- 18:00 Mus txapelketa, Mailopek antolatua
- 20:30 Sagardo festa: txistorra, sardinak, musikakin alaitua
- 00:30 Gaupasa Unsain taldearekin, Eurre!!!!!!

## AZAROAK 15 IGANDEA

- 09:30 Diana Larraungo txistulariakin
- 12:30 Nafarroako goma gaineko Sokatira Txapelketa Jar-dunaldia.
- Sakanako harrijasotzailako eskola eta Nafarroako txingan txapeldunen erakustaldia
- 17:30 Pilota eta pala partiduak
- 19:00 Bertsolariak - Gai jartzailea: Latu Julio Soto eta Jon Maia jungoa
- 20:00 Pikoteo elkarteko tabernan

# Gaintzako Jaiak

## AZAROAK 6 OSTIRALA

- 20:30 Txupinazoa, jaiei hasiera emateko, eta poteo herrikoia.
- 21:00 HERRI AFARIA Sonbelu elkartean.
- 00:30 DJ Txoko.
- Ondoren, bakailau festa!!!
- Goizaldera, artozuritze txapelketa!

## AZAROAK 7 LARUNBATA

- 17:00 Merendola eta ume jolasak.
- 18:00 Mailoperen aldeko MUS Txapelketa.
- 20:00 IÑAUTERIAK '15eko bideo emanaldia.
- 21:30 Afari autogestionatua Sonbelu elkartean.
- 00:30 GABENARA taldea.
- Ondoren, bakailau festa goizaldera arte.

## AZAROAK 8 IGANDEA

- 12:30 Meza Nagusia.
- Ondoren, bertso saioa, Bixente Gorostidi eta Oskar Estangarekin.
- 18:00 Gorriti eta bere animaliak.

## AZAROAK 11 ASTEKENA

- San Martin eguna
- 11:00 Meza Nagusia.
- Ondoren, hamaiketako.
- 14:00 Herri bazkari autogestionatua Sonbelu elkartean.
- 17:00 Haurrentzako Disko-Festa.