

Argazkiak: LARAUNGO HAZIAK

Araitz | Betelu | Larraun | Lekunberri

MAILLOPE

280
2020ko maiatza

TOKIKOM

...ELKAR ZAINDUZ...



Jarrai ezazu
Maillope Aldizkaria
Facebook orrian!

Argazkiak: LARAUNGO HAZIAK





Ane Etxeberria Arginarena
 Maiatzak 22an, 3 urte.
 Zorionak potxola! Ondo pasa zure eguna.
 Muxu handi bat aitaxo, amatxo eta familia guztiaren partez.



Lorea Navascues Martija
 Maiatzaren 2an, 11 urte!!!
 Zorionak Lorea!!!
 Oso ongi pasa zure eguna.
 Muxu handi bat etxeko guztien partez.



Gurutze Otamendi Saralegi
 Maiatzaren 3an, 60 urte!
 Urte berezia inondik ere zenbaki borobila ospatzeko! Udaberi erdian loratu zinen ta segi holaxe, urtez urte gure etxea kolorez betetzen luzaroan! Zorionak ta muxu handi bat etxeko guztien partez!!!!

Peru Esnaola Sotil
 Maiatzak 26, 3 urte
 Zorionak Perutxo, bikain pasatuko dugu zure urtebetetze egunean, a ze festa egingo duguna. Muxuak ama, aita eta Bitorren partez.



Araika Etxarri Urbizu
 Maiatzaren 6an, 8 urte.
 Zorionak politta!!! Udan beste merendola bat egingo dugu ta jende gehiokin ospatu. Muxu erraldoiak etxekoen partez!



Eneko Etxeberria Etxarri
 Maiatzaren 12an...4 urte!!!
 Kalean edo etxean, elkarrekin gustora ospatuko dugu. Muxu handi bat familia guztiaren partez!



Maia Etxeberria Sotil
 Maiatzaren 4an, 6 urte.
 Zorionak politte, oso ongi pasa zure urtebetetze egunean. Besarkada eta muxu handi bat famili guztiaren partez.

Naroa Elordi Ilarregi
 Maiatzaren 11an, 9 urte.
 Zorionak politte!!! Egun on-ona pasa. Urtebetetze zoragarria pasa ezazu zure familiarekin. Muxu eta besarkada handi bat etxeko guztien partez!!



Mailope aldizkaria zorion agurrak jasotzeko irrikan dago!
 Idatziezaguzu mailope@labrit.net e-postara hilaren 20a baino lehen.

M. Angeles Urrizalki

iragarkiak, berriak, eskelak...

Diario Vasco eta Diario de Navarrako Korrespontsala

**948513056
699179437**

Atabal
 okindegia

Era askotako ogiak eta gozoak

Etxez etxe banatuko dugu

Ogia enkargatzeko...
948513151

MAITE
 harategia

BERTAKO HARAGIA

Txistorra, txorizoa, salteixak, sukaldaturako platerak. Etxera eramateko zerbitzua ere eskeintzen dizugu.

Antigua Kalea N°7
 31890 BETELU

Telf: 948 51 30 88

maiteharategia@hotmail.com



- 02 KUXKUXEAN: Maiatzeko zorion agurrak.
- 04 ESKOLATIK MAILOPERA: Ibarberri.
- 06 IRITZIA
- 08 ELKARRIZKETA: Julen Buldain.
- 11 ELKARRI MOKOKA
- 12 BATZARRE
- 14 LUZE ETA ZABAL
- 16 BEREZIA: Koronabirusa.
- 26 KIROLA
- 31 MERKATU TXIKIA

• 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, Mugiro, Oderitz, Uitz eta Uztegi.

• ARGITARATZEN DU:

Mailope Kultur Elkarteak.
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, Arantxa Mikeo, Ainhoa Beraza eta Andoni Tolosa.

• ARGAZKIAK:

Labrit, J.A. Garaikoetxea, Ricardo Bosch, Ibarberri Ikastetxea, Larraungo Haziak, Julen Buldain, Arantza Jimenez, Irati Moreno, Leire Lopetegi, Maddi Sanchez, Izar Amundarain, Xabi Etxarri, Iñigo Garaioa, Olatz Glaria, Martin Juanena, Kristina Buldain, Izaskun Iparra, Jaione Otamendi, Maria Ordori-

ka, Josu Oreja, Igone Vazquez, Asier Elizalde eta Mikel Lasarte.

• PUBLIZITATEA:

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

• MAKETAZIOA: Araitz Amatria.

• TIRADA: 1.600 ale.

Nafarroako Gobernuak, eskualdeko Udak, Kontzejuak eta bazkideek babestutako aldizkaria.

Nafarroako  Gobierno de Navarra



[#MailoperekinEtxean](https://www.instagram.com/mailoperekinEtxean)

IBARBERRI



Mila esker...

eskolatik
mailopera

Mila esker IKASLEEI, mila esker FAMILIEI, mila esker IRAKASLEEI, eta nola ez, mila esker egunerokoan gure lana errazten diguten LAGUNTZAILE guztiei. Erronka handia da, baina zuen laguntza, babesa eta erantzuna ere. Mila esker bihotzez guztioi!

Ibarberri Eskolako Ikas Komunitatea.

*PAUSOKA PAUSOKA, bagoaz aurrera
(eta) POLIKI POLIKI, guztion artean lortuko dugu!*



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
www.bacalaoselkano.com**



FESTAK KOLOKAN

Pixkanaka geroz eta gertuago ikusten dugu alarma egoerak behartutako konfinamendua-
ren amaiera, baina 2020koa ez da ohiko uda izan-
en. Oraindik zehazki zein neurri bete beharko
diren arren, jende pilaketak saihestuko direla
aurreikusten da. Hori dela eta kolokan daude
gure herrietako festa asko eta asko.



JOLASTOKI ESTALIA

Estalpedun jolastokia izanen dute hemendik au-
rrera Lekunberrin. Larraungo AEK euskaltegiaren
parean dagoen parkeari estalpea jarri dio Udalak.
Etxeko txikienak nahiz helduak kalera irteteko
desiratzen daude eta konfinamendua amaitzen
denean eguraldi txarra ez da traba izanen jolas-
tokian jolasteko.



JAIAN JAI FRONTOIA INOIZ BAINO ERAKARGARRIAGO

Lekunberriko Jaián Jai frontoiko eta trinketeko
paretak grafiti koloretsu batekin apaindu ditu
Lekunberriko Udalak. Hainbat astetan zehar
margotze lanetan ibili eta gero, jada amaituta
dago. Orain berriro ere frontoiko ateak irekitzea
baino ez da falta!

bertso berriak Mailoperi jarriak: Axier Salsamendi (Azkarate)

*Birus txiki bat al da
gu baino gehiago?
Txikiagoa balitz
askoze nahiago!
Jakín zer egingo zun
balitz haundiago...
ea elkarlanean
ez doan harago,
gaitutuko dugula
hortaz ziur nago.*

*Korona honek ekarri digu
gerra mundial gogorra
nork enkargatu ote digu ba
guri holako altxorra
bizi gehiago ez ematean
deuseztu leike zaborra
denon partetik zerbait jarrita
kitatu dezagun zorra
bai baitakigu bizia duna
ez da inoiz hilezkorra.*

Pello Goikoetxearentzako puntua:
Berrogeialdi hau
denontzat ezberdin.

Oinak:
Herria, harria,
ardia, argia.



CARLOS GIMENO NAFARROAKO HEZKUNTZA KONTSEILARIARI

Leitzako Amazabal BHI Institutuko familiek gutun bat jaso dugu ikastetxetik eta, esaten zaigu, datorren ikasturtetik aurrera, inguruko herrietatik DBHko bigarren zikloa egitera joaten diren ikasleek ez dutela izango diru-laguntzarik jantoki zerbitzurako. Gai hau nondik datorren ez dakizuenontzat, esango dizuegu DBHko ikasketak Amazabal BHI Institutuan egiten dituzten ikasle garraiatuek asteko lau egunetan ordubete zain egon behar izaten dutela eguneko eskolak bukatu eta gero, Batxilergokoekin partekatzen baitute autobusa, eta horiek astean lau saio gehiago egin behar izaten dituzte (D ereduan bakarrik gertatzen da hori, ez besteetan). Eta, hain zuzen, zintzilik gelditzen den ordu horretan eskaini izan zaie jantoki zerbitzua DBHko ikasleei.

Azpitarratu behar da, gainera, gure seme-alabak goizeko 07:15-07:30ean hartu behar izaten dutela derrigorrezko ikasketak egiteko autobusa eta, ia arratsaldeko 16:00etan iristen direla bueltan etxera.

Egoera hori kontuan hartuta, Hezkuntza Departamenduak diru-laguntzak eman izan ditu jantoki zerbitzurako, besteak beste adin horretan garrantzi berezia hartzen duelako ongi elikatzeak, garai erabakigarria baita ikasleen hazkundean.

Amazabal BHI Institututik bidali diguten gutunean, ordea, esaten zaigu utzi egingo diotela laguntza horiek emateari eta, bi argudio erabiltzen ditu hori zuzitze-ko: Nafarroan gurea dela laguntza hori jasotzen duen ikastetxe bakarra, eta gure ikastetxea dela DBHko eta Batxilergoko ordutegiak bateratuta ez dituen institutu bakarra. Lehenik eta behin, ordutegiaren inguruko baieztapena ez da egia, ez gara bakarrak DBHrako ordutegi bat eta Batxilergorako beste bat duena. Hori oso erraz egiaztatu daiteke hainbat institutuen web-orrietan begiratuta, adibidez Iturrama eta Biurdana institutuen webguneetan sartuta: ordutegi desberdinak dituzte (astean lau saio gehiago Batxilergoan). Institutu gutxi batzuetan bai, ordutegi berbera dute DBHkoek eta Batxilergokoek, Berako Toki Ona BHIan adibidez, baina hori, gure ustez, zentzugabekeria bat da.

Hezkuntza Departamendua planteatzen ari da, Batxilergo D ereduan egiten dutenek bezala, DBH egiten dutenek ere astean lau ordu gehiago sartu beharko dituztela. Eskola orduak luzatzeari erantsi beharko litzaioke, gainera, nerabe askok denbora luzea egin behar izaten dutela errepidean etxetik eskolarako joan-etorriak egiteko (60 minuturaino iristen da zenbait ikaslerentzat). Bestalde, ongi dakigu jantoki zerbitzurako jaso izan dugun diru-laguntza ez dela ohikoa Nafarroan, baina, era berean, iruditzen zaigu gure errealitatea ere ez dela ohikoa, eta bereziki gure herri txikietako gazteek egunero bizi dutena (ordu luzeak errepidean, eskolaz kanpoko jarduera gutxi beren herriguneetan...). Horien bizi-kalitatea Nafarroako beste gazte askorena baino askoz ere apalagoa da; denek ez dute hainbeste denbora egin behar errepidean, horrek dakarren arrisku erantsiarekin.

Hemendik aurrera, gainera, horietako askok ogitar-

tekoekin edo tupperrekin jan behar badute, desberdintasuna are handiagoa izango da. Ikastetxeak irtenbide bat eskaini die familiei, jantoki zerbitzuarekin jarraitzea inolako diru-laguntzarik gabe, eta hiru aukera jarri dizkie eskura: urtean 900 euro baino gehiago ordaintzea astean lau egunez otordua egiteagatik; 500 euro inguru ordaintzea bi egunez otordua egiteagatik (eta beste bi egunetan etxetik ekartzea bazkaria); edo egunero etxetik eramatea otordua, eta harrigarri bada ere, horretarako ere kuota bat eskatzen zaigu.

Une hauetan jasaten ari garen osasun krisiak eta krisi ekonomikoak nola astindu gaituen ikusita, eta jakinik hurrengo hilabeteetan egoerak seguro aski okerrera egingo duela, bereziki egoera ekonomiko txarrean dauden familientzat, sinesgaitza iruditzen zaigu Hezkuntza Departamenduak laguntza mota hori kendu nahi izatea une hauetan. Ongi ezagutzen dugu gure inguruko errealitatea, eta badakigu familia horietako askorentzat ezinezkoa izango dela hilean 100 euro ordaintzea beren semeak edo alabak jantokian jan dezan; hori dela eta, Departamenduari eskatzen diogu atzera egin dezala. Era berean, eskatzen diogu kontuan har dezala gure herriak inguru oso berezian daudela eta, ondorioz, neurri bereziak har ditzala, landa eta mendi inguruetako beste eremu batzuetarako egiten den bezala.

Juan Jose Indakoetxea,
Goizueta eta Aranoko Guraso Elkarteko presidentea.
Aitziber Irazu Matxinandiarena,
Araitz eta Beteluko Guraso Elkarteko presidentea.
Maite Zubillaga Beunza,
Larraun eta Lekunberriko Guraso Elkarteko presidentea.
Mikel Mihura Azpilicueta,
Leitzako Guraso Elkarteko presidentea.
María Beatriz Muro Martinez,
Aresoko Guraso Elkarteko presidentea.

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

KORONABIRUSAK IREKITZEN DIGUN AGERTOKI BERRIA

Azken hilabete hauetan krisi sakon batek astindu du mundua eta, Larraun ibarrean ere pairatzen ari gara. Osasun krisi honek bete-betean ireki ditu sistema kapitalista patriarkalak dituen mugak, gabeziak eta injustiziak. Osasun krisiarekin batera, agerikoa da krisi ekonomikoan ere bagaudela: langabezia nabarmen igo da eta jarduera ekonomikoan ere arazo asko pilatu da: ostalariek ez dute jarduerarik, landetxeak bezerorik gabe daude, hainbat denda itxita, lantegi batzuetan produkzioa jaitsi egin dute... Eta krisi soziala ere agerian gelditu da: lanaren antolaketa bidegabea, zaintzan dauden hutsuneak, zerbitzu publikoen pribatizazioaren ondorioak... Eta hori gutxi balitz bezala, oraindik indarrean ditugu aurreko krisiaren ondorioak: soldata baxuak, lan baldintza kaxkarrak, pentsio sistemaren xahuketa, etab.

EH Bilduren lehentasunak osasun publikoa eta herritarren ongizatea dira momentu honetan. Eta zinez kezkatuta gaude agertoki honetan. Baina uste dugu gogor jotzen ari den krisi hau baliatu behar dugula herri hobeto bat eraikitzeko, justizia sozialean eta elkartzunean oinarrituko dena. Bizitzaren zerbitzura egongo den ekonomia behar dugu. Lurraldearen eta komunitatearen beharrei erantzungo dien ekonomia, gertukoa, Larraunek dituen baliabideak ahalik eta egokien aprobetxatuko dituen, Larraungo herri langilearen mesedetan izango dena eta gure inguruarekin orekan jarriko gaituena.

Horrexegatik, hurrengo aste-hilabeteetan buru-belarri arituko gara bi lan ildo zehatzetan: egoera soziala eta tokiko ekonomia bultzatzeko perspektibarekin. Zerbitzu publikoen egoera aztertu eta horiek hobetzeko bideak jarri behar ditugu, zaintza lanak duindu behar ditugu, egoera zaila pasatzen ari direnei laguntzeko neurriak hartu behar ditugu, krisiak kolpaturiko sektore ekonomikoaren inguruko azterketa egiten dugu, kaltetuenak diren komertzio, turismo eta ostalariekin harremanetan jarriko gara eta erakundeetatik horiei laguntzeko moduak aztertuko ditugu.

Herritarrak babesteko, zaintzeko eta larrialdiak eragindako kalteak murrizteko konpromisoa hartzen dugu, baita etorkizunerako baldintza berriak sortzeko ere, inor bazterrean utzi gabe.

Bukatzeko, azpimarratu eta eskertu egin nahi dugu azken asteetan lanean aritu diren osasun arloko eta larrialdietako langile guztien ahalegina, egiten ari diren lan handiagatik, bai eta zerbitzu ezberdinetan diharduten langile guztiena ere: zaintza lanetan, garbiketa lanetan, elikadura-dendetan, farmazietan... Honekin batera, ezin ahaztu elkartzun sareetan edo boluntario gisa diharduten bizilagunak. Bukatzeko besarkadarik handiena eman nahi diegu krisi honen ondorioz gaizki pasatzen ari diren herritar guztiei. Zuekin gaude!

Larraun Ibarreko EHBildu

PANDEMIA ETA ARRAKALA DIGITALA

Nafarroako Mendialdeko zati handi batean, Larraungo ibarrean adibidez, oso zaila izan da, ezinezkoa ez esatearren, normaltasunez jarraitzea zenbait arlotan.

Eskoletatik ematen diren klaseetara online sarrera, adibidez, oso zaila izan da egitea, sarerako konexioen kalitatea ez baita nahikoa izan.

Enpresa pribatuari dagokionez, langile askok lantokietara joan behar izan dute; izan ere, gure konexio-kalitatea dela eta, ezin zen bide telematikoz egin. Nahiz eta enpresa horietako asko saiatu diren langileak telelana egiteko beharrezko baliabideez hornitzen, azkenean ez da posible izan, sareak potentzia txikia duelako. Hortaz, euren lanpostuetara joan behar izan dute, haien osasuna eta ingurukoena arriskuan jarritz.

Erakunde-mailari eta, bereziki, udal-kudeaketari dagokionez, administrazio funtzionamenduarekiko arazo ugari izan ditugu, ezin izan baitugu, adibidez, bideokonferentzia bidezko bilerarik egin.

Horiek guztiak gure herrietako arrakala digital handiaren adibide batzuk baino ez dira; aspalditik salatzen ari garena eta egoera honetan areagotu egin direnak. Zuntz optikorik ez dugunez, Larraungo herritar askok 0,15-0,20 MBko abiadurarekin nabigatzen du; hiri edo eskualde hiriburuetan, berriz, 100 MBko abiadurarekin. Gure ibarrean gehienez 10 MB inguruko abiadura iritsiko ginateke, satelite bidez; horrela, herri hauetako Internet konexioaren kostua bikoiztu ere egin daiteke, beti ere kalitate gutxiagorekin eskuratuz.

Nafarroa osoan Internetarako azpiegitura sendorik ez izateak agerian utzi ditu lurraldeen arteko desoreka handiak. Hori dela eta, oinarritzko eskubideetan orekatua eta berdintasunezkoa den Nafarroa eraikitzeari begira, uste dugu ez dela onargarria 2020an kalitatezko lotura lortzeko beharrezko azpiegiturarik ez duen lurraldearen zati bat egotea; are gehiago, hiriburuetan eta herri handietan duela bost urte baino gehiagotik indarrean dagoen azpiegitura izanda.

XXI. mendean, beharrezkoa da kalitatezko Internet konexio baterako aukera izatea edozein ingurune garatzeko. Eta gure lurraldeko eremu guztietan horretarako behar diren azpiegiturak jartzeko zenbat eta denbora gehiago igaro, orduan eta handiagoa izango da landa eremuekiko sortzen den arrakala.

Ildo horretatik, Larraungo Udaletik, Cederna Galarur eta Nafarroako mendialdeko hainbat udaletatik egiten ari diren lanari balioa eman nahi diegu, arazoari konponbidea bilatzeko eta Nafarroako Gobernuarekin batera jarduera eta inbertsio plan bat finkatzeko. Lan bateratua, non alderdi interesatuek gure herriak bizirik mantentzeko ekarpenak egingo ditugun eta Nafarroa orekatu, iraunkor eta berdintzailearen aldeko bidea garatuko dugun.

Josu Oreja.

Larraungo Udaleko Tokiko Garapenerako Zinegotzia



“Niri artelan batekin orduak sartzea gustatzen zait eta hori gaur egungo eskulturan ez da horren ohikoa”

Hamaika urterekin jaso zuen bere artelanetako bat egiteko lehen eskaria Julen Buldain errazkindarrak. Gaur egun, Arte Ederrak ikasten ari da Bilbon, baina azken aste hauetan bera ere etxean sarturik dago. Hori bai, konfinamendu garai honetan inoiz baino lan gehiago egiten dabil.

Julen, zuk betidanik izan duzu eskulanetarako zaletasuna?

Bai, txiki-txikitatik, attonarengandik datorkit batez ere. Attona Santiago ebanista zen eta bere tailerrean berarekin ordu asko pasatzen nituen eta tarteka berak egindako altzarrietatik soberan gelditzen zitzaizkion egur zatiak ekartzen zizkidan. Horiekin jostailuak egiten nituen.

Arte Ederrak ikasten zabilta orain...

Bigarren urtea dut, bai. Ikasketak ez dira izaten ari aurreikusten nituen bezala, jende gehienak margotzea du gustuko eta niri gehiago gustatu izan zait beti material ezberdinekin hiru dimentsioak lantzea. Nik

“Ez dut uste nire lanak kaleratzen benetan egiten dudana erakusten dudanik”

eskultura ikasi nahi nuen eta bertan lantzen den eskultura ezberdina da, modernoagoa. Ez zaio denbora handirik eskaintzen harria edo egurra lantzeko teknikei. Baina gustura nabil, nire saltsan.

Bertako azoketan parte hartu izan duzu...

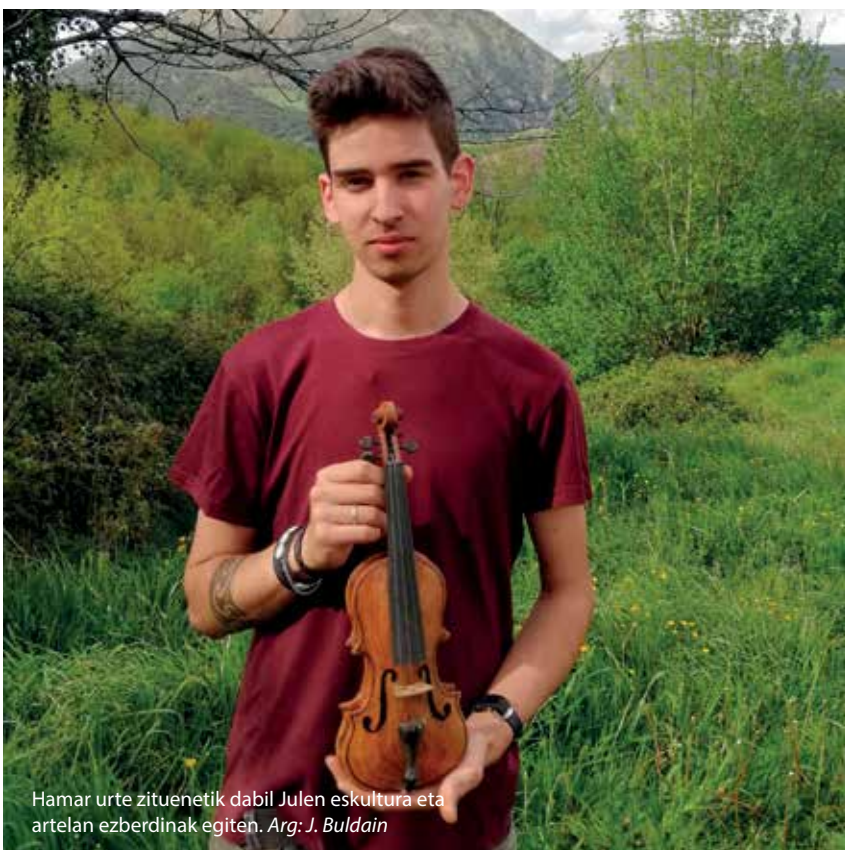
Bai, lau edo bost urte daramatzat Araitz eta Beteluko Aste Kultureko azokan parte hartzen, baina horrez gain ez naiz azoketara joaten. Behin hitzaldi bat eman nuen Zizurko ikastetxean eta eskari batzuk ere egin izan ditut, baina ez dut bestelako erakusketarik edo azokarik egin.

Eta gustatuko litzaizuke?

Ez, egia esan ez. Ez dut uste nire lanak kaleratzen benetan egiten dudana erakusten dudanik. Gauzak probatzea gustatzen zait, teknika berriak lantzea. Besterik gabe, jendeak lanean nabilela ikustea gustatzen zait.

Oraingoz zein materialekin ibili izan zara lanean?

Hamar urte ingururekin hasi nintzen eta garai hartan egurrekin hasi nintzen. Hamaika urterekin nire lehenengo eskaria egin nuen, etxaurre batean jartzeko etxearen izena zerraman lan bat. Baina geroztik beste material askorekin aritu izan naiz, denetik gustatzen zait. Azken aldian batez ere harria lantzen nabil. Orain adibidez harri handi batekin busto bat egiten hasi nahiko nuke. Baina



Hamar urte zituenetik dabil Julen eskultura eta artelan ezberdinak egiten. Arg: J. Buldain

hainbeste ideia izaten ditut, gero askotan ezinezkoa zaidala denak aurrera ateratzea. Metala ere lantzen dut, nahiz eta soldaketan ez naizen oso abila, baina defenditzen naiz eta eraztunak eta lan txikiak egiten ditut.

Egurra lantzen duzunean, beti egur mota berarekin aritzen zara?

Ez. Nik zorte handia izan dut, atona erretiratu zenean bere lan-tresnak eta mundu osoko egur motak eman zizkidalako.

Aldea nabarituko da egur mota batetik bestera, ezta?

Bai, bai, oso ezberdina da. Egur bakoitza egokiagoa da lan baterako edo besterako. Batzuk oso garestiak dira eta ezin askotan erabili. Adibidez, musika asko gustatzen zait eta normalean abesti bat ikasteko pazientziarik izaten ez dudanez, musika tresnak egiten ditut. Gitarrak, ukeleleak eta biolin bat ere egin dut. Halako lanetarako hemengo haritza edo Ameriketako kaoba erabiltzen dut.

Eta nola ikasi duzu musika tresnak egiten?

Urte batzuetan zehar Lekunberriko egur taila taldean aritu nintzen eta bertan asko ikasi nuen. Baina egia da gehiena nire kabuz ikasi dudala, lanean, tailerrean sartu eta gaizki egin eta ikasten. Attonak oinarri bat eman zidan, baina bera ebanista zen eta batez ere altzariak egiten zituen. Niri ordea material ezberdinekin esperimintatzea gustatzen zait.

Zein erreminta erabili ohi dituzu?

Asko dauzkat, batzuk attonak emandakoak eta beste batzuk eskariekin ateratako diruarekin erosten joan naizenak. Erabili ohi ditudan erreminta gehienak eskuzkoak dira, baina baditut elektrikoak ere, materialak leundu edo lixatzeko adibidez.



Orduak eta orduak pasa ditzake proiektu batean murgilduta. Arg: J. Buldain.

Harria ere lantzen hasi zarela diozu. Egurrarekin alderatuta zailagoa al da?

Harria lantzea askoz motelagoa da eta zehaztasun handiagoa behar du. Egurrarekin zerbait gaizki eginez gero, puska bat itsasteko aukera duzu, hori harriarekin zailagoa da. Baina era berean, harria nobleagoa iruditzen zait, iraunkorragoa eta batzuetan baita ederragoa ere.

Zein harri motekin aritzen zara?

Normalen kareharriarekin. Etxean orain bi harri handi dauzkat espe-roan. Noizbait Malloetara igo eta bertako harkaitzean laubururen bat egin izan dut.

Eta bestela non egiten duzu lan?

Etxeo garajearen bertan tailer txiki bat daukat. Orain garajearen espazio handiena nik erabiltzen dut, baina gogoia dut nire etxe dudanean egunean edo diru pixka bat aurrezten dudanean lokal bat alokatu eta tailer handiago batean aritzeko.



Txanponekin egindako zuhaitza. Arg: J. Buldain.

“Ideia buruan antolatzearekin aski izaten dut”

“Gaur egungo artea ikusten dudanean, iruditzen zait modernoegia dela niretzat”

Honetaz bizitzea gustatuko litzazuke?

Ez dakit. Niretzat hau zaletasun bat da. Nik ezingo nuke lanik egin gabe bizi, baina hala ere, ez du nire etorkizuneko ogibide gisa ikusten. Hainbeste gauza egiten ditut ezin naizela eskulan mota batean berezitu eta gauza horiek saldu. Eskariak egin ohi ditut, baina bizitza horrekin ateratzea zaila da.

Eta zein eskari mota egin izan dituzu orain arte?

Hiru edo lau etxaurretarako izenak egin ditut eta azkenaldian, unibertitatean nagoenetik eratzun dezente ere egiten ditut. Tailaren bat ere egin izan dut, baina gutxi. Eskari bat denean, ez dut gogo berdina jartzen, ez delako nire barrutik ateratzen den ideia bat eta askotan behartua sentitzen naiz.

Ez zara presiopean lan hobea egiten duen horietakoa...

Ez. Normalean ideia bat sortzen zaidanean, ideia buruan sartzen zait eta obsesio bat bilakatzen da. Egunean zehar eta lotara noanean, beti gauza horretan pentsatzen egoten naiz eta nire buruan mapa bat eraikitzen hasten naiz. Askotan ez ditut marrazkiak egiten, ideia buruan antolatzearekin aski izaten dut eta, gero, zuzenean lanean hasten naiz. Eta bukatu arte ez naiz gelditzen. Ondoren, agian berriro denbora batez lanik egin

gabe egoten naiz beste ideiarenekin bat buruan sartzen zaidan arte.

Bestelako zaletasunik baduzu?

Orain argazkigintza analogikoarekin hasi naiz. Argazki kamera zahar bat dut, hori ere attonarengandik jasotakoa, eta horrekin argazkiak atera eta etxean bihurtzen ditut paperera. Besteak beste zinematografo bat egiten ari naiz Super8 pelikulak proiektatzeko. Erlojuak eta halako mekanika daramaten makinak gustatzen zaizkit.

Proiekturen batekin jartzen naiz eta orduak berehala pasatzen zaizkit.

Nola definituko zenuke zure estiloa?

Beti esan izan didate artista bat naizela egiten ditudan gauzengatik, baina ez dakit hala den. Nik gaur egungo artea ikusten dudanean, iruditzen zait modernoegia dela niretzako. Ez dakit atzean gelditu naizen edo oso klasikoa naizen... Niri artelan batean lan egitea gustatzen zait, orduak sartzea eta hori gaur egungo eskulturan ez da horren ohikoa. Askotan, jendeak esaten dit dohaina daukadala, hala jaio izan banintz bezala. Baina nik ez dut horrela ikusten. Ez dut uste gaitasun berezi batekin jaio naizenik. Nik orain egiten ditudan gauzak dira ume-umetatik urte eta ordu asko pasa ditudalako lanean. Pixkanaka ikasten joan naiz.



Egurrarekin egindako pipak. Arg: J. Buldain.

Kulturaren garrantzia konfinamendu garaian



●● Pello Azpiroztz



●● Mikel Hernandorena

Konfinamendu garai honetan nik uste geroz eta gehiago garela Koronabirusaren inguruko albiste eta informazioarekin saturatuta gaudenak. Gaurkoan ez du hitz egingo Koronabirusaren inguruan, horren inguruan asko hitz egiten baita jada. Kulturaren inguruan arituko naiz.

Horrelako egoera batean kulturak duen garrantzia agerian geratu da. Zer egingo genuke egun hauetan kultura eskuragarri izango ez bagenu? Ni ez naiz salbuespena eta pertsona askok bezala, aste hauek liburuak irakurtzeko, musika entzuteko eta pelikulak eta serie ikusteko (beste gauza batzuen artean) aprobetxatzen ari naiz. Horregatik, konfinamendurako nire kultur proposamenen inguruan aritzea erabaki dut. Espero dut baten bat zuen gustukoa izatea eta ordu luze hauek eramangarriagoak egiten laguntzea.

Lehen proposamena "Utopia" izeneko serie ingelesa da, oso gomendagarria. Genero desberdinak nahasten dituen (thrillerra, drama, zientzia fikzioa...) serie motza da. "Utopia" izeneko nobela grafiko batean oinarritzen da seriea. Nahiz eta hasieran nahasgarria izan, berehala harrapatzen zaitu eta erraz ikusten da. Gaur egun bizi dugun osasun krisi egoerarekin nolabaiteko lotura du.

Nire bigarren proposamena "Audioslave" taldearen lehen diskoa da (hardrock, grunge, metal...). Diskoak musika taldearen izen berdina darama, 2002an atera zuten. Ikaragarria da Tom Morellok gitarrarekin sortzeko daukan gaitasuna. Eta Chris Cornellen ahotsa ez da atzean gelditzen. Nire ustez, atera zuten diskorik hoberena. Pilak kargatzeko musika egokia.

Hirugarren proposamena "Gerezi garaia" eleberrigrafikoa da, Lucio Urtubiaren bizitzari buruzkoa. Ez gaude horren ohituta horrelako formatuetara, baina egia esanda irakurtzeko erraza da anarkista nafar honi buruzko eleberria.

Beste gauza batzuen artean ea balio digun konfinamendu honek kulturari dagokion tokia eta garrantzia emateko. Zer moduz zure konfinamendua, Mikel?

lepa Pello!! Bai, dagoeneko "koronabirus" hitza ez dakit zenbat alditan entzun dugun, eta benetan neurtu behar dugu epidemia honi buruz entzuten dugun guztiak nolako eragina duen guregan, konfinamendua askoz ere eramangarriagoa izateko.

Zuk diozun bezala, kulturaren garrantzia ezinbestekoa da konfinamendu garai honetan, aukera asko eskaintzen dizkigulako: filmak, serieak, liburuak, musika... Nire kasuan, konfinamendu garai honetan ingelesez irakurtzen eta filmak ikusten ari naiz. Seguru aski irakurle-goaren zati batek ikusita izango dituzue, baina "Erastunen Jauna" eta "El Hobbit" trilogien filmak ikusi ditut ingelesez, eta benetan gomendatzeko modukoak iruditzen zaizkit, ez soilik gaiari dagokionez. Izan ere, Zeelanda Berriko paraje eta bista ikaragarriak agertzen dira bertan.

Hausnarketa bat egitea gustatuko litzaidake. Alde batetik, apirilaren 21ean nahiz 22an euskal kulturako mila artista baina gehiagok greba egitea erabaki zuten, beraien eskubideak aldarrikatu eta jasotzen ari ez diren laguntzen ondorioz bizi duten egoera salatzeke. Hortaz, kultura behar-beharrezkoa bihurtu da bai, baina bertako langileak ere babestu behar dira, egiten duten lana oso garrantzitsua delako, are gehiago oraingoa bezalako egoera batean.

Bestalde, kulturaren ekarpena oso garrantzitsua baldin bada ere, beste sektore batzuetako langileen lana ordainezina da egoera honetan: abeltzainak, osasungintzako langileak, garraio publikoko langileak, adineko jendearekin erresidentzietan lan egiten dutenak, merkataritza lokalean dihardutenak, abeltzainak, kaleetako nahiz instalazio ezberdinetako garbitzaile eta mantentze lanetako pertsona guztiak... Langile hauei, bihotzez, eskerrik asko.

Bukatzeke, espero dut pandemia honen ondorioz, norberak hausnarketa sakona egitea eta benetan garrantzitsuak diren gauzei garrantzia ematea. Izan ere, askotan tontakerietan galtzen dugu denbora, inportantea den hori alde batera utzita. Animo denei, jada gutxiago falta dela!!!



ANIMO ETA ELKARTASUN MEZUAK DENONTZAT!

Larraungo Haziak orain dela zenbait aste deialdi berezia egin zien herritarrei: gainerako herritarrei animoak altxatzeko bideoak grabatzea. Etxealdia aurreikusi baino gehiago ari da luzatzen eta denborak aurrera egin ahala gero eta gogorragoa egiten ari da. Horregatik elkarri animoak emateko eta irribarrea ateratzeko helburuarekin jarri zuten martxan ekimena. Guztira 200 lagunek parte hartu dute, 100 bideo eta 10 argazki jaso dituzte. Eduki horiekin guztiekin ikus-entzunezko txiki bat kaleratuko dute aurki. Bitartean zuen gozamenerako jasotako animo mezuen irudiekin osatu dugu ale honetako azala. Animo denoi!

SUPRIÑU: LANGILERIARI ZUZENDUTAKO IRRATIA



Krisi egoera honek askoren sormena indartu eta proiektu berriak sorrarazi ditu. Horietako bat da Supriñu irrattia. Krisi ekonomiko baten atarian gaudela aurreikusten den honetan, langileriari zuzendutako proiektua da. Dagoeneko lau saio eskaini dituzte irratia YouTube eta Facebook orrialdearen bitartez.

LARRAUNGO ELKARTASUN SAREA



Etxealdiko lehenengo asteburuan bertan, Larraungo gazte mugimendu ezberdinetako kideek elkarrekin elkartasun sare bat sortu zuten. 20 boluntariotik gora agertu ziren parte hartzeko prest.

Larraungo eta Lekunberriko Udalekin eta Mankomunitateko Gizarte Zerbitzuekin koordinatuta, Nafarroako Gobernuarekin indarrean jarritako protokoloa hartu zuten oinarritzat babes neurriak betetzeko.

Guztira bi familiek eskatu dute laguntza eta geoztik erostetak egiteko beharra duten bakoitzean egokitu zaien boluntarioarekin harremanetan jartzen dira honek egin diezaien. Horrez gain, beste pertsona batek lan aholkularitzan ere eskatu zuen.

Oraindik martxan jarraitzen du sare horrek, beraz, laguntza behar izanez gero jarri zaitez harremanetan Larraun Elkartasun Sarearekin:

634 418 177 / 673 487 088

larraunelkartasunsarea@gmail.com



ASEGURU AHOLKULARIAK

Zure ondarea eta segurtasuna babesteko modu bakarra behar bezela aseguratua egotea da

- ▶ aseguruak@aseguruak.eus
- ▶ 943 65 22 20
- ▶ Korreo Kalea 7-baxua 20400 Tolosa



NEKAZARI, S.L.

Kubota
STIHL

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

BIDEGOXO JATETXEA



Jaunartzeak
Ezkontzak
Ospakizunak
Enpresa ekitaldiak

Usabal Kiroldegia
20400-TOLOSA 943 577 573
info@bidegoxo.com

“ETXEALDITIK EUSKARALDIRA”

Azaroaren 20tik abenduaren 4ra egingen da aurten Euskaraldia, baina berotzen joateko “Etxealditik Euskaraldira” ekimena jarri da martxan. Etxean eta etxetik ditugun harremanetan euskara gehiago, gehiagorekin eta gehiagotan egiteko gonbita luzatu dute Euskaraldiko kideek. Apirilean zehar kanpaina berezia egin zuten norberak bere eremu hurbilean dituen hizkuntza-jarrera eta ohituren gaineko hausnarketa eta ohiturak aldatu edo finkatzeko ideien proposamenak jasotzeko. Maiatzaren 3an horren emaitza ikusteko aukera izanen da eta ekimenarekin aurrera egiteko argibideak zabalduko dituzte.



ERRENTA AITORPENA EUSKARAZ EGITEKO KANPAINA

Aurten ere errenta aitortpena euskaraz egiteko aukera izanen da. Osasun larrialdia dela eta ez da aurrez aurreko hitzordurik izanen eta ondorioz, Foru Ogasunak herritarren eskura jarritako webgune eta telefono bitartez egin beharko da. Ondasunetan aldaketak badira berriz, banketxe eta aholkularitzaren bidez egingen dira.

UEMAK, hainbat udal eta erakunde publikoren batera, herritarrek administrazioarekin dituzten harremanak euskaraz izan daitezten bultzatu nahi du, administrazioa euskalduntzeko bidean eragiteko. “Hemen errenta aitortpena euskaraz egin dezakezu” mezuarekin kartelak zabalduko dituzte eta baita UEMAko kide diren herrien zerrendarekin ere.

Nafarroan, Leitza eta Areso izan ziren 2018ko kanpaina euskaraz errenta aitortpen gehien egin zituzten herriak. Herritarren %17,02k egin zuen euskaraz Leitza eta %15,24k Areson. Larraungo udalerrian %5ak egin zuen euskaraz eta Araizko udalerrian %2,84ak.

2019ko errenta aitortzeko kanpaina

Internet bidez, telefonoz, banketxean edo aholkularitzan. Aurten ere egin

ERRENTA AITORPENA
euskaraz!

Elkarrekin sortutako sormen biltegia

1. BERTSO IKASTAROA

2. SORMEN BILTEGIA

BERTSO IKASTAROA ETA SORMEN BILTEGIA

Egoerak bultzatuta, Printzako kideek presentzialki beharrean interneteko bideo-dei bidez emango diote hasiera hasiberrirentzako bertso ikastaroari. Ostegunetan 19:00etan izango da, maiatzaren 7an hasita. Parte hartu esteka honen bitartez: <https://meet.jit.si/bertsoprintza> Informazio gehiagorako jarri harremanetan: 699 364 704.

Bestalde, inoiz baino gehiago hausnartzeko edo sortzeko denbora dugun honetan, horiek elkarbanatzeko aukera ematen duen bloga ireki dute: <https://konfinamenduprintza.wordpress.com/> Animatu eta bidali zure idazki, argazki, marrazki, abesti, bideo, poema edo dena delakoa larraungoprintza@gmail.com helbidera!

Infinitu

Bat, bi, hiru, lau, bost, sei, zazpi, zortzi, bederatzi, hamar, hamaika, hamabi, hamahiru, hamalau, hamabost, hamasei, hamazazpi, hemezortzi, hemeretzi, hoge, hogeita bat, hogeita bi, hogeita hiru, hogeita lau, hogeita bost, hogeita sei, hogeita zazpi, hogeita zortzi, hogeita bederatzi, hogeita hamar, hogeita hamaika, hogeita hamabi, hogeita hamahiru, hogeita hamalau eta hogeita hamabost. Horiek izan ziren nire berrogeialdiaren egun neurgarriak. Bai, horiek ziren, zentzua galdu zuen zenbatzen jarraitzeak... denbora galtze bat zen. Paradoxa. Denbora besterik ez da pasatako denbora. Denbora neurritan kalkulatzeko denbora galdu beharra. Beraz, gehiago ez larritzea erabaki nuen. Ordura arte pasatako denboraren egunerokoa egitea. Zer egin dut egun hauetan guztietan?

Unibertsitateko eginbeharrak egin ditut, sei lan. Vancouver estiloko bibliografia gorroto dudala ikasi dut. Lau kurtso egin ditut, Covid-19, osasun arloko langileen arazo emozionalak, obariotako minbizia eta minaren kontrola. Lau egun ezberdinetan egin dut negar, egoera eta isolamendua gehiegizkoak egin zaizkidalako, unibertsitateko lanek estresatu egiten nautelako, honek guztiak ez duelako azken egunik begien bistan. Laurogeita bost inguru izan dira dei eta irudiak edo bideo bidezko klase nahiz bilerak, Peru, Palentzia, Lekunberri, Larrraul... Hiru izan dira irakurri ditudan liburuak, milaka hitzak. Eguneroko egin dut barre. Hordagoak, bi galdu eta bi



irabaziak. Bakarra izan da negurako egin dudana artilezko txanoa, laranja eta, beste behin artilerik gabe geratu naizen aldia. Hirurogeita hamarretik gertu hartutako infusioak, oraingoan, bati bakarrik bota diot gatza azukrea beharrean. Tailandia eta Erroma nahiz Las Vegasera egindako bi bidaiak birtualak, merienda orduko bidaiak. Eguneroko, aldi batean behintzat, haserretu, kexatu edo pazientzia gabe geratu naizen ueña. Bat distantzian egindako ukendua. Hogeita zazpi aldiz atera ditut mugikorrean gordetako argazkiak. Milaka lorategiko sagarrondoari hazi eta eroritako loreak. Zero erraldoia goizean goiz jaikitzea faltan bota dudana egunentzat eta uneoro bat ikusi ezin ditudan eta faltan botatzen ditudan pertsonentzat.

Uneoro ez da ordea zenbaki bat, kalkulagarria zenetik kalkulaezinera egin dut salto. Zenbakiak gora eta behera infinituan galdu naiz. Eguneroko hau, nahi gabe, emaitzarik ez duen matematika ariketa horietako batean bihurtu dudala uste dut. Eta

bukaeran denborak erantzun ezin duen galdera. Orduetatik urruntzen den galdera.

Denbora, besterik izan ez diren une hauetan guztietan, zenbatetan sentitu naiz aske?

Hortxe ba beste uneoro bat.

Isolatuak gaude, atera ezinik, baina, ez gaude preso. Ihes egitea lortu dugu. Ihes itxurakeriari, handitasuna eta harrotasuna besteen aurrean aldarrikatu behar izateari, perfektuak eta beti ederrak ez izatearen beldurrari, gizarteak nahi duena garelako erakusteari, daukaguna zenbatzeari eta alderatzeari egin diegu ihes. Nor garen eta zer garen kontatzen hasi gara. Ez dugu lagun berririk egin, baina orain arteko gure bizitzan daukagun pertsona arrotzena ezagutzen ari gara. Ahaztua geneukan ume hura, gure barneko ahots isildua, etxeko goxotasuna eta bihotzetik gertu daudenen beharra zer diren gogoratu ditugu. Benetakoa sena eta izatea berreskuratu, zein ipuin ederra. Izango ote du irakaspenik amaieran?



luze

Leire Aranburu

Isolaturik baina etsi gabe

Duela 30 bat urte, bi udatan aste batzuk pasatu nituen Kanadako iparraldeko Artikoko irla batzuetan geologia aztertzen. Bertara dokto-retza ikasketetan nuen nagusiarekin joan nintzen. Hautatutako lekuak zailak ziren iristeko, urrunak, inor gabeak. Bertan geure kanpalekua jarri eta hantxe pasatzen genituen egunak. Ehunka kilometrotara ez zegoen inor ere eta munduarekin genuen lotura bakarra irratia zen. Gogoan daukat goizeko eta arratsaldeko zazpitan nola eman behar izaten genuen eguraldia eta kanpalekuaren parte, beste kanpalekuek egiten zuten bezala. Une haiek niretzako oso bereziak ziren, beste pertsona batzuen ahotsak entzuteko parada bainuen. Bestela, helikopteroa kanpalekua mugitzera etorri arte, ez genuen beste inor ikusi edo entzuten. Nire nagusia eta ni, isolaturik. Hortaz gain, inguru haietan hartza polarrak ibili ohi ziren eta oso arriskutsuak ziren. Bazeuden arriskua sor zezaketen beste animalia batzuk, otsoa eta idi musketaduna, esaterako. Gure babes bakarra beti gainean eramaten genuen erriflea zen. Naylonezko bi kanpin denda geneuzkan, bata kozinatzeke, bestea lotarako. Zerbait gertatuz gero, guk geuk defendatu behar genituen geure bizitzak eta zerbait okerra gertatu eta laguntza behar izanez gero, luze joko luke lortzea. Horregatik, ez genuen inongo arriskurik hartzen. Mendian ibili behar izaten ginen bertako arrokak aztertzeke, baina beti ere, leku errazetan.

Osasunari eusteko, errutinak



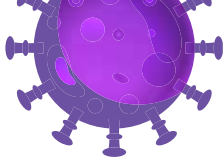
mantentzen genituen. Hantxe eguzkia ez zen inoiz ezkututzen garai haietan eta tentazioa egon zitekeen nahi zenean jan, oheratu eta jaikitzeke. Baina, ordutegiak gordetzea lagungarri suertatzen zitzaigun, egunak antolatu eta alferrikako nekeak ekiditeke. Geure elikadura ere zaintzen genuen eta modu orekatu batean jaten genuen. Ez geneukan fruta eta barazki freskorik, lehorrak baizik, baina nire nagusiak ezagutzen zituen hantxe sortzen ziren landare jangarri txiki batzuk eta egunero gehitzen genituen geure plateretan, gordin zein kozinaturik. Espazio handi haietan mugitzen ginen oinez, aire garbi eta freskoa, hori zen geure ariketa fisikoa. Ez badut aipatu ere, alkohola,

tabakoa edo beste drogarik ez genuen kontsumitzen. Beharrik ere ez genuen sentitzen.

Nire nagusia pertsona atsegina eta arduratsua zen. Pertsona fina. Hortaz, ongi konpontzen ginen, ez zen arazorik sortzen. Hantxe geunden biok guk horrela aukeratuta eta jakinda bizipen intentsu eta gogorra izan zitekeela. Eta biok elkar tratatu genuen beti errespetu handiz, batzuetan geure artean nekea eta tentsio pixka bat sortzen bazen ere. Faltan botatzen genituen geure familiak eta lagunak. Eta faltan botatzen genituen besarkadak eta jendearekin egotea.

Gaur egun bizitzen ari garen egoerak, neurri batean gogora ekarri dizkit Artikoan bizitakoak. Gaixotzeko arriskua ekiditeko isolatzera behartu gaituzte, baina ez dugu horregatik ahaztu behar geure osasuna, azken batean, geure eskue-tan dagoela. Eta osasuna zaintzeko, zaindu behar ditugu geure gorputza, geure pentsamenduak eta geure emozioak. Artikoan geundenean bezala, jana, loa zein deskantsua, eguneroko errutinak, arriskurik gabeko ariketa fisikoa -etxean bada ere-, pentsamendu positiboak eta emozioak zaindu behar ditugu. Egoera honek, etxe barrukoan artean tirabirak sor ditzake, estresa, nekea. Bakoitzak, zaindu behar du bere buruarentzako espazioa eta denbora. Eta konfiantza izan, hau pasatuko da eta aurrera aterako gara.





Herritarren artean sortutako laguntza sareak

Joan den alean aurreratu genizuen moduan, gurean hainbat laguntza sare sortu dira, Koronabirusak eragindako alarma egoerari aurre egiteko.

Lekunberri eta Larraungo Jostun Taldeko kideek, alerta egoeraren lehenengo egun horietan batez ere osasungintzan baliabideak falta zirela ikusita maskarillak egiteko taldea antolatu zuten. Bederatzi lagun elkartu ziren hasieran eta WhatsApp talde bat sortu zuten elkarren artean koordinatzeko. Lekunberri nahiz Larraungo udaletara jo zuten eta hauek Eguneko Zentroa utzi zieten eta bertan lan egiten duten langileak ekimenera batu ziren. Ahozapiak algodoizko maindire eta ohialekin egin dituzte eta horretarako deialdia egin zieten herritarrei euren etxeetan zituzten izara edo oihalak emateko. Ondoren, Eguneko Zentroan horiek garbitu eta mozten ibili ziren eta hamar maskarilla egiteko materiala banatzen hasi ziren boluntarioen artean. Denbora gutxian bederatzi lagun izatetik 32 lagun izatera pasa zirena. Eta guztira 2.270



maskarilla egin zituzten. Euren helburua ekarpen txiki horrekin hildako eta kutsatuak zirek egunetik egunera gora egiten zihoazten momentu zail horietan laguntzea zen. Eskualdeko osasun etxe, egoitza, komentu, eta saltokietan banatzea gainera, Basaburua eta Iruñerriko hainbat osasun etxe eta ospitale-tara ere igorri ziren. Azken maskarillak gehien behar zituztenen artean banatu zituzten.

Hasieran, Gobernutik oraindik kalean ibiltzeko maskarillak be-



harrezkotzat jotzen ez zirenean, oihalezko ahozapi horiek zenbaterainoko babes eskain dezaketen zalantzan jartzen zuten zenbait kritika jaso dituzten arren, pozik eta harro daude egindako lanarekin. Orain ahozapiak inoiz baino garrantzia handiago hartu dutenean euren maskarilla berrerabilgarriak eskura izanen dituztelako askok eta askok. Orain euren ere atsedean hartzeko eta zaintzeko unea iritsi zaie eta oraingoz utzi egin diote maskarilla gehiago egiteari. Zorionak!



Lagunasesoria S.L.
Fiskala
Laborala
Kontabilitatea
Seguruak...

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



SOTIL GARAJEA
BETELU
948 513 007
sotilgarajea@gmail.com



OKM
ABOKATUAK
Eukeni Celaya Zubieta · Mikel Iraola Sarasua
Arretxea, 1º, Alli. Tfnoa: 609 130 555



Asier Elizalde

“Materiala eta eskaria dagoen bitartean laguntzen jarraituko dugu”



Eta non banatu dira?

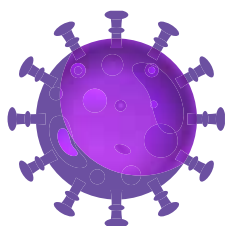
Hasieran osasungintzako langileei ematen hasi zitzairen. Inguruko osasun etxe eta zaharren egoitzetan asko banatu dira eta ondoren partikularrei eman dizkiegu. Saltokietan eta enpresa txikietan lan egiten duten herritarrei. Leitzako nahiz Lekunberriko udalek eskatu zizkiguten eta Orexako kooperatiba batetik ere etorri dira bila.

Oraindik pantailak egiten jarraitzen duzue?

Bai. Hauek egiten hasi eta denbora batera Gobernuak bere buruari dominak jarri nahian ibili zela ikusi genuen eta zenbait enpresa negozioa egiten hasi direla, pantailak egin eta hamar edo hamabost eurorengatik saltzen. Horrek haserrarazi gintuen. Guk ez dugu negoziarik egin nahi. Hala ere, materiala eta eskaria dagoen bitartean laguntzen jarraituko dugu. Alde positiboarekin gelditu nahi dut. Argi ikusi da Gobernuaren herriaren atzetik doala eta herritarrak elkarri lagunduz gero eta ongi antolatuta aurrera egiten dugula.

Zure kasuan, gaixo egon zara...

Bai. Dagoeneko 25 egun inguru daramatzat isolaturik. Ama eta biok izan ditugu sintomak, eztula eta usaimenik eta dastatzeko gaitasunik eza. Ez digute frogarik egin, baina positibotzat hartzeko esan ziguten. Hasieran uste nuen etxealdia hiru aste kontua izanen zela eta hasierako hamar egunetan gauza asko egin nituen, baina denbora aurrera joan ahala eta bizitza “normala-go” egiten hasteko egunik ikusten ez dugunez, ezertarako gogorik gabe nagoela sentitzen hasia naiz. Eta ingurukoengan ere hori nabaritzen dut, nazkatzen hasiak direla.



Aste hauetan Beteluko Matxinean ere gelditu gabe ibili dira etxeko guztiak. Orain dela urte eta erdi Asier Elizalde eta bere hiru anaiek 3D inprimatzaile bat erosi zuten kapritxo, jakin gabe zer nolako laguntza eskainiko zien pertsona asko eta askori.

Nolatan hasi zineten pantailak egiten, Asier?

Krisi hau etorri zenean arnagailuekin arazoak zeudela ikusita, Twitterren arnagailuak inprimatzeko plano bat zabaldu zuten eta ahal genuenok inprimatzeko eskatu ziguten eta prototipo hura inprimatu genuen. Baina berehala ikusi zuten arnagailuak egitea nahiko konplexua zela eta orduan Telegramen probintzi-az probintzia taldeak sortu ziren. Nafarroan 3D inprimagailuekin laguntzeko prest ginen 200 lagun hasi ginen eta orain 600 gaude. Orduan, Norbera Babesteko Ekipamendu gabezia handiagoga zegoela ikus zen

eta pantailak egiten hasi ginen. Koordinatzaileak Erizainen Elkargoarekin harremanetan jarri ziren eta lau prototipo inprimatu eta Iruñeko Ospitalean probatu eta gero bat aukeratu zuten eta denek horiek egiten hasi ginen. Egia esan, Nafarroan oso ongi kudeatu dute. Zazpi eskualdetan banatu zen Nafarroan banaketak antolatze-ko. Gu Sakanako taldearekin batera aritu gara, baina batez ere Lekunberri, Larraun, Araitz, Betelu eta Leitzaldean banatu ditugu gure pantailak.

Zenbat egin dituzue guztira?

Lehenengo astean egunero hamabost pantaila egiten ibili ginen eta gure etxean 120 pantaila egin eta banatu ditugu. Goizean goizetik hasi eta iluntzera arte makina pizturik izan dugu. Ni denbora askoan isolaturik egon naizenez kudeaketaz arduratu naiz. Koordinatzaileak datozen egunetarako zenbat behar ziren esaten zigun eta anaien artean egiten zuten. Amak gomak lortu zizkigun, Beteluko Rosa Estangari esker. Eta aita berriz, Irurtzungo biltegian uzten ziguten materiala ekartzeaz arduratu da. Lehenengo astean, Nafarroan, 12.000 pantaila banatu genituen 600 inprimagailuri esker.

- Zorionez ez dira asko izan gurean koronabirusak kutsatutakoak eta gehienek sintoma arinekin gaintitu dute gaixotasuna.

➤ Kristina Buldain (Betelu)

“Ez dakit zenbat eskularru eta lixiba pote gastatu ditudan”



Noiz hasi zinen gaizki sentitzen?

Katarro lehorra eta petrala nuen, nire ohiko katarroak bezala. Hasieran ez nion garrantzirik eman. Pixkanaka usaimenik eta dastatzeko gaitasunik gabe gelditzen hasi nintzen eta asbetete pasa zenean sudurrean ez-ohikoa zen sentazioa izan nuen.

Zure kasuan testa egin zizuten...

Bai. Nik Amavir Betelu egoitzan lan egiten dudanez PCR proba egin zidaten eta positibo eman nuen.

Hamalau egunez etxean gelditzeko esan zidaten. Eta hala egin dut. Ez naute ingresatu. Nire kasuan izan ditudan sintoma bakarra horiek izan dira, ez dut sukarrrik edo inolako minik izan, ezta arnasteko arazorik ere.

Logelan isolaturik egotea ez zen erraza izanen, ezta?

Ez. Gainera medikuari ere esan nion, nire kasuan ez zela erraza, gurasoak etxean nituelako eta animoz ez zeudelako ongi. Hala ere ahalik eta denbora gehien nire logela sartuta pasa dut. Zigortuta! [Kar, kar]. Logelatik ateratzen nintzen aldiro maskarilla eta eskularruak jantzita irteten nintzen. Komunera joaten nintzen aldiro adibidez lixibarekin garbitzen nuen dena. Eta gauero ere etxeko ate guztietako heldulekuak lixibarekin garbitzen ibili naiz. Ez dakit

zenbat eskularru eta lixiba pote gastatu izan ditudan! Nire eskutan zegoen guztia egin dut gurasoak ez kutsatzeko.

Eta zorionez hala izan da...

Bai, ez da etxeko beste inor kutsatu. Ezta lantokian ere. Zorte handia izan dugu. Egia da lanean beti eskularruekin ibiltzen garela eta hedabideetan lehen kasuan ateratzen hasi ziren orduko egoitzan neurriak hartu ziren eta maskarillekin ibili ginen. Horri esker!

Momenturen batean okerrera egingo zuenaren beldur izan zara?

Ez. ni lasai egon naiz. Hori bai, telebista itzali egin nuen, nire osasun menta-laren onerako eta egunkaria ere alde batera utzi nuen eta hobe horrela. Etxean telebistak pelikulak eta dokumentalak ikusteko baino ez dugu piztu aste hauetan.

➤ Martin Juanena (Astitz)

“Zazpi egun eman nituen ospitalean ingresaturik”

Martin, zuk ere positibo eman zenuen... Noiz hasi zinen gaixotzen?

Ni martxoaren 17an nintzen sukarrarekin eta hamar egun pasa nituen etxean sukarrarekin. Osasun etxeko langileek azaldu zidaten lehenengo zazpi egun ingurutan eboluzioa ikusten joango zirela. Baina sintomak pasatzen ez baziren, kasu egin behar zitzaiola pneumonia izateko arriskua zegoelako.

Eta zure kasuan hala izan zen, ezta?

Bai. Hamargarren egunean plakak ateratzera joan eta ordurako jada pneumonia nuen eta probetan positibo eman nuen. Eskuineko birrika hartu nuen eta zazpi egun eman nituen Iruñean ingresaturik. Baina ez nuen gaizki pasa. Lehenengo egunean oxigenoa jarri eta medikazioarekin berehala hasi nintzen hobeto

sentitzen eta laugarren egunerako laguntzarik gabe arnasten hasi nintzen.

Ospitalean seniderik gabe egon izan zara...

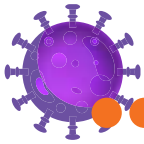
Bai. Hala ere nire kasuan gelan beste gaixo batekin egon nintzen, Aurizperriko gizonezko batekin eta behintzat entretenituago. Gelan norbait sartzen zen aldiro ez genuen inor ezagutzen, denak goitik behera estalita eta betaurrekoekin, begiak baino ez genizkien ikusten. Nik berehala eman nion buelta, baina izan dira plantan egon arren oso gaizki pasa dutenak.

Irratiko zure entzuleek faltan bota izan zaituzte, ezta?

Bai, denak etxean sartuta gauden honetan inoiz baino gehiago. Orain, bi aldiz negatibo eman eta gero, be-



rriro lanean naiz eta jendea oso pozik dago eta baita ni ere. Ahal dugun neurrian herritarrei informazioa eskaintzen eta entretenitzen jarraituko dugu. Animoso nago eta oso eskerturik bai hemengo osasun etxeko langileekin eta baita ospitalekoekin ere.



Izaskun Iparra – Irache Beilateiko langilea

“Gehienak hau noiz pasako zain daude, senideari azken agurra elkarrekin emateko”



Zuen lanean ere modu zuzenean eragin du pandemiak, Izaskun...

Egun gutxitan zeharo aldatu zen. Martxoaren 13an, ostirala, Altsasuko beilatokian nengoen eta hildakoaren familiarekin metro bateko distantzia mantentzeko agindua iritsi zitzaigun. Handik ordu gutxira bi metro zirela esan ziguten eta beilatokian ezinen zirela sei lagun baino gehiago elkartu, gero hiru pertsonetara mugatu zuten eta egun gutxitan guztiz debekatu zuten senitartekoak beilatokian egotea.

Senideek ezin dute hildakoarekin egon...

Ezin ditugu gorpuak prestatu ezta inolako estetika prozesurik praktikatatu. Behin ospitaletik, egoitzatik edo etxetik gorpu hartzen denean kutxako tapa itxi egiten da eta ezin da berriro ireki. Gorpu tanatoriora eramaten da baina ezin du bisitarik jaso. Senideek ezin dute beilatokian egon. Handik zuzenean erraustera edo hilerrira eramaten da. Eta hilerrira ere gehienez hiru senide joaten ahal dira.

Errausketekin arazoak ere sortu izan dira, ezta?

Bai, erraustegiak zortzi orduz baino

ez dute lan egiten eta izan dira zenbait egun Iruñeko, Tuterako nahiz Lizarrako erraustegiak beteta zeudelako gorpuak nitxoetan sartu behar izatea hildako horien edo senideen azken nahia erraustea zenean.

Zertan zaildu da zure lana?

Koronabirusagatik hil izan edo ez neurri berdinak bete behar dira. Izapide gehienak telefonoz, emailaz edo mezu bidez egiten ari gara senideekin, are gehiago hildakoak koronabirusa izan badu eta ondorioz familiako kideek isolaturik egon behar badute. Tramite horiek telefonoz egitea oso hotza da. Euren senidea ezingo dutela ikusi azaldu behar diezu, ezin duzula bere arroparekin jantzi eta gainera familian aukeratu egin beharko dutela zein hiru pertsona joanen diren hilerrira. Hori familia batentzako izugarria da. Oso gogorra.

Zuk ere babes neurri bereziak hartu behar izan dituzu?

Bai, batez ere gorpu jasotzerako momentuan. Buzoa betaurrekoak, maskarilla, eskularru bikoitza... Eta behin gorputza kutxan sartzen denean dena desinfektatu beharra daukagu. Hasieran urduri ibili nintzen. Semeak

ere etxetik atera gabe ikusten dituzu eta egoera paranoikoa bihurtzen da. Nik beti etxean aldatu izan dut laneko arropa, orain aldiz beilatokian uzten dut nire arropa eta hor aldatzen naiz etxera joan aurretik. Eta etxera iritsitakoan zuzenean duxara.

Gurean zorionez ez da koronabirusak hildakorik izan, ezta?

Ez. Nahiko lasai ibili gara, baina beste arrazoiengatik hil direnak izan dira eta neurri horiek errespetatu behar izan dituzte.

Hildako senidea behar bezala ezin agurtzeak doluan izugarritzko eragina izanen du...

Bai. Familiak gutaz fidatzen dira eta gure lana eskertzen dute, baina egoitza batetik edo ospitaletik deia jaso eta zure aita edo ama hil denaren berri ematen dizute eta kittu! Beraiek ezin izan dute azken momentuan berearekin egon eta ondoren ezin dute gorpu ikusi. Badira isolaturik egon behar dutelako errausketara joan ezin izan duten familiak eta zuzenean errauskak jaso dituztenak. Eta hilerrira eramanez gero kutxa nitxoan edo lurpean sartzen baino ez duzu ikusten. Oso gogorra izaten ari da eta uste dut gerora ondorioak izanen dituela. Oso garrantzitsua da gorpu ikusteko beharra dutenak ikusi ahal izatea eta agur humano bat eman ahal izatea bizitzako galera hori gainditzeko. Ezin dira sikiera familiak osotasunean elkartu eta besarkatu.

Hau guztia amaitzen denean merezi bezalako agurrak antolatu beharko dira...

Bai. Gainera orain mezarik ere ezin da eman eta hori sinestunentzako ere oso garrantzitsua da. Gehienak hau noiz pasako zain daude senideari azken agurra elkarrekin emateko. Baina oraindik ez dakigu hori noiz izanen den posible.



➤ **Maddi Sanchez – Medikua (Gaintza)**

“Gaixotasunaren inguruan geroz eta gehiago dakigu eta zifrak asko hobetzen ari dira”

Medikua zara Donostiako Unibertsitate Ospitalean...

Bai, aurten, nire lehenengo urtea da Onkologiako mediku egoiliar moduan. Espezialitateko lehenengo bi urteak, Donostiako Unibertsitate Ospitaleko arlo desberdinetatik pasatzen gara eta ondorengo hiru urteak, Onkologiako zerbitzuan.

Nola aldatu du zure egunerokoa koronabirusak?

Martxoan Neumologiako plantan nengoen eta bertan ingresatuta zeuden pazienteek arduratzen nintzen (asma larriak, neumonia arruntak etab.). Koronabirusa gerturatzeko hasi zen heinean, ospitale guztiaren antolaketa berregituratu zen eta mediku egoiliarrei zerbitzuz aldatu ziguten, lan karga handia zela eta. Nire kasuan, larrialdietara joatea eskatu zidaten eta geroztik, han jarraitzen dut. Neumologiako planta eta larrialdiak aldekatzea zaila da, azken finean plantako erritmoa lasaiagoa da eta urgentzietakoa aldiz, etengabekoa. Pandemia dela eta, Donostiako Unibertsitate Ospitaleko larrialdiak berregituratu ziren baita ere. Alde batetik, koronabirusa duten edota susmagarriak diren pazienteak ikusten diren gune bat dago (gune zikina), eta bestetik, betiko larrialdi arruntak daude, eta bertan, printzipioz, koronabirusarekin zerikusirik ez duten gaixoak ikusten dira (gune garbia).

Zein da zure eginbeharra?

Egunero, larrialdietako gune desberdin batean nago, hau da, batzuetan gune zikinean eta beste batzuetan, garbian eta pazienteak iristen diren heinean, hauek ikusten joaten naiz. Gehienetan, koronabirusaren susmagarriak diren pazienteak ikusten aritzen naiz. Orokorrean, larrialdietan jarraitu beharreko protokoloak oso zehaztuta daude eta geroz eta arintasun gehiagorekin ikusten ditugu



gaixoak. EPI-ak janzten ikaragarritzko trebetasuna lortu dugu! [Kar, kar]

Zein gabezia sumatu dituzu osasungintzan?

Egia da inor ez dagoela prest egun batetik bestera horrelako pandemia bati aurre egiteko. Azken finean, koronabirusaren eta honek sortzen dituen kuadro kliniko desberdinen inguruko informazio gutxi zegoen. Dena berria izan da guretzat. Hortaz, nire ustez, ezjakintasuna izan da gabezi nagusia. Etengabe informatzen aritu behar izan dugu, patogeno honen joera ahalik eta hobekien ezagutu ahal izateko eta pixkanaka-pixkanaka pazienteak tratatuz hartzen joan garen esperientziaz ikasten goaz.

Momentu hauetan aski material duzue?

Bai, momentu hauetan material nahikoa dago paziente guztiak ikusteko.

Koronabirusagatik ospitaleratu kopurua jaisten ari al da?

Nabarmena da paziente kopurua jaisten ari dela eta momentu hauetan, paziente gehiago ikusten ari gara larrialdi arruntetan koronabirusaren zonaldean baino. Ingresoei dagokionez, gutxitzen ari dira, bai planta

arruntetan eta baita Zainketa Intensiboko Unitatean. Deigarria da nola murriztu diren larrialdi arruntetako (gune garbia) lan karga. Oso paziente gutxi etorri dira aurreko asteetan.

Zein esperientzia izan da aste hauetako gogorrena?

Alde batetik, lanean nagusitu den giroa tentsio handikoa izan da eta horrek, lana astunagoa eta neketsuagoa izatea eragin du. Etengabeko aldaketak genituen antolakuntzaren inguruan, EPI-ak ondo janzten eta kentzen ikasi behar genituen, ez genekien zein izango zen koronabirusaren joera Gipuzkoan eta beldur handia nabari zen. Bestetik, pazienteak tratatu eta informatzeko modua azpimarratuko nuke. Hori izan da niretzako esperientziarik gogorrena. Hasiera batetik, pazienteak bakarrik iristen da Larrialdietara, beldurrarekin eta ezjakintasun handiarekin. Ondoren, gaixoa ikustera sartzen naiz, EPI-rekin jantzita, eta horrek jada, harresi bat ezartzen du medikuaren eta pazientearen artean. Oso zaila da inolako gertutasuna edo lasaitasuna transmititzea maskarilla bat eta kasiko bat jantzita duzula. Ondoren, pazienteak ingresatzen bazuten, Barne Medikuntzako plantan gelditzen zen

➤ Leire Lopetegi – Erizaina (Betelu)

edo Zainketa Intentsiboko Unitatean (ZIU), isolatuta eta inolako bisitarik jaso gabe. Pazienteak koronabirusa “bakarrik” pasa behar izatea oso gogorra iruditzen zait.

Eta zein ikasgai positibo ateratzen ari zara honen guztitik?

Nire ustez, berriro biziko ez dugun momentu batean gaude, bai medikuntzaren aldetik eta baita sozialki ere. Eta uste dut, denok asko ikasten ari garela egoera honetaz. Egia da, aste gogorak izaten ari direla eta nekea nabarmena dela, baina etengabe lan egoera berrietara ohitzeko gaitasuna eta osasunaren inguruko profesional guztiek eta gizarteak erakutsi duen konpromisoa latza izan da. Horrez gain, espero dut, gizarteak ez ahaztea bizitako esperientzia hau eta gogoan izatea ezinbestekoa dela benetan ondo funtzionatzen eta eraginkorra den osasun sistema bat.

Zer esango zenieke Koronabirusarekin gaixorik etxean aurkitzen diren herritar horiei?

Lasai egoteko, eta ematen diren gomendioak jarraitzeko. Gaixotasunaren inguruan geroz eta gehiago dakigu eta zifrak asko hobetzen ari dira. Beraz, animo eta aurrera.

Leire, zu erizaina zara ezta?

Bai. Orain Iruñeko Ospitalean nabil “Zona de tránsito” deitzen diogun unitatean. Larrialdietan probak egin eta gero koronabirusa izan dezaketen pazienteak unitate honetara pasatzen dira, proben emaitzak iritsi bitartean. Eta behin emaitzak jasotzen ditugunean (lauzpabost orduren buruan, batzuetan gehiago), etxera, plantara edo Zainketa Intentsiboetako Unitatera bidaltzen ditugu.

Eta zer moduz zabilta lanean?

Nahiko lasai, asteburuetan eta jaiegunetan bakarrik lan egiten ari naizelako. Baina hasieran gogorra izan zen. Guri ez ziguten ezer azaldu eta desinformazioa sumatu nuen kudeaketari dagokionez. Protokoloak egunero aldatzen ziren.

Material falta izan duzue?

Bai, baina uste dut ezin garela Madrilen bizitzen ari direnarekin alderatu, ez du zerikusirik. Hala ere batzuetan pasa izan da txanda hasi behar eta adibidez maskarillarik ez izatea eta, nagusiari deitu eta berak ezin duela lortu esatea. Baina hori aurreikusita saiatu gara gauzak behar-beharrezko kasuetan erabiltzen.

Zure unitatera urduri iristen al dira gaixoak?

Denetik dago, okerrago sentitzen direnak beti egoten dira urduria-go. Han bakarrik egon behar izatea da gogorrena. Gazteagoak direnak mugikorrarekin edo telebistarekin entretenitzen dira, baina adinekoei zailagoa egiten zaie. Guk azaltzen diegu beharrik ez badugu ikusten ez garela maiz pasako gelatik, ahalik eta babes material gutxien erabiltzeko. Hasieran ulertzen dute, baina ondoren luze egiten zaizkie orduak. Gogorra da gaixoak bakarrik egon behar dutela ikustea eta gu saiatzen gara ahal dugun neurrian lasaitzen.

“Gogorra da gaixoak bakarrik egon behar dutela ikustea”



Momenturen batean zu kutsatzearen beldur izan zara?

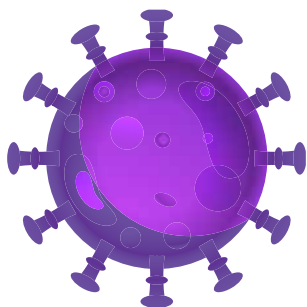
Ez. Ni saiatzen naiz gauzak ahalik eta hoberen egiten eta lankideen artean ere distantziak mantentzen ditugu.

Iruñean ere kasu positiboen beherakada nabaritzen al duzue?

Bai. Hasieran unitatean sartzen ziren hamarretik hiruk positibo ematen zuten, ondoren hamarretik hamarrek positibo ematen hasi ziren eta orain berriro beherakada nabaritzen ari gara. Ikusiko dugu jendea etxetik ateratzen hasten denean zer gertatzen den.

Covid-19ko plantan egotea ere tokatu zaizu...

Bai eta hor egoera gogorrek tokatu zaizkit. Paziente bat hiltzen ikustea gogorra bada horrelako egoera batean oraindik gogorragoa, eboluzioa nahiko azkarra izaten delako eta bakarrik hiltzen delako.





● ● Osasun-langileek berebiziko protagonismoa hartu dute gizartean

➤ **Ade Sotil - Erizaina (Betelu)**

“Aurten pneumonia kasu pila bat dago”

Nolakoak izan ziren lehen egunak?

Oso urduri ibili ginen. Hasieran esan ziguten gaixoek ezin izanen zutela kontsultara etorri, telefonoz egin beharko genuela lan eta behar-beharrezko kasuetan bakarrik joanen ginela pazienteen etxera edo etorriko zirela osasun etxera.

Zer ari da gertatzen?

Sintomatologiaren arabera, iaz katarro bat zena orain Covid-19a da. Gurean egon diren kasuek eboluzio ona izan dute. Gutxi batzuk ingresatu egin behar izan dute, baina horiek ere etxean dira dagoeneko. Gertatzen ari den larriena pneumonia da. Aurten kasu pila bat dago. Sintomak dituzten gaixoei telefonoz deitzen diegu bi edo hiru egunetik behin eta sei edo zortzigarren egunean, sukarrak ez izan arren bularrean pisua nabaritzen badu begiratu egin behar da ea pneumonia den.

Zein izan da herritarren jarrera egoera honen aurrean?

Oso ona. Oso erraza izan da jendearekin hitz egitea, egoera ulertu dute eta lana erraztu digute. Azken batean, osasun etxera ahalik eta gaixo gutxien etortzea zen jarri ziguten baldintza eta familiak arduratu behar izan dira sendaketak egin eta atzera-



tu ezin ziren zenbait injekzio jartzeaz. Mojen komentuetako eta zaharren egoitzetako kontingentzia plana ere egin behar izan genuen eta zorionez, horietan ez dago kasu bakar bat ere.

Egoera desatseginak ere bizi izan dituzue...

Bai. Asteak sintomekin zeramatzan neskato gazte bati bolantea egin genion eguerdi horretan bertan lruñean plaka egin ziezaioten. Handik gutxira telefonoz deitu gintuen esanez Donibaneko kontrol batean ze-

goela eta ez ziotela pasatzen uzten, nahiz eta bolantea eskuetan eduki. Agenteari telefonoan jartzeko eskatu genion, baina ez zuen jarri nahi izan. Larrialdietara deitu genuen nolabait identifikatu eta pasatzen uzteko abisua eman zezaten. Neskak bueltan etorri behar izan zuen. Ondoren, Foru Polizia batek deitu zigun laguntza eskainiz eta barkamena eskatuz. Bolanteak faltsifikatzen hasiak zirela izan zen eman ziguten argudioa.

Aritz eta Betelun maskarillak egiteko ekimena ere zuk jarri zenuen martxan...

Bai. Marian Larralde eta Marta Lopezek ekimena izan zen. Beraiei bururatu zitzairen. Oihala nondik atera pentsatzen jarri nintzenezan Beteluko ostatuko maindireak etorri zitzaizkidan burura. Amaia Aizkorrek mantelak eman zizkidan eta baita Arribeko Surtidoreko Jon Ariztiak ere. Mantela lau dobletan jarri eta gero enpresa bati esker ebakuntza-gelatan erabili ohi den oihala berdea lortu nuen barrutik azalaren kontra jartzeko eta azkenik gomak Rosa Estangari esker eskuratu nituen. 400 maskarilla egin ziren guztira Marian eta Martaren lanari esker eta baita herritarren eskuzabaltasunari esker. Oso esker turik nago denekin.



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

German Lasarte
ARBEONDO
HARATEGIA
Aralar kalea 9
Lekunberri
948504157

CONSULTORIO VETERINARIO, S.L.
HIRUROK S. VETERINARIOS

Telefono zenbakia eta faxa:
948 50 43 31
Lekunberri

**aitz
berri**

edertasun
zentroa

Lako beikoa
Betelu 31890
948 513 083
696 732 290
aitzberri@hotmail.com

●● Mundu mailako pandemia hau atzerrian bizi duten herritarrak ere baditugu. Hori da bi gaintzetar hauen kasua. Jaione Otamendi hiru urte daramatza Dublinen, Irlandako hiriburuan. Maria Ordoki berriz Indianatik iritsi berria da.

➤ Jaione Otamendi

“Okertzen doan arren, ez gaude hain egoera txarrean”

Nolatan bizi zara bertan?

Pedagogia eta Lehen Hezkuntza graduak ikasi nituen eta Euskal Herriko lan egora ikusita, beste herrialde batera mugitzea pentsatu nuen. Nire helburu nagusia ingelesa ikastea zen eta noski, baita esperientzia eta leku berriak ezagutzea ere. Akademikako irakasle batek Irlanda gomendatu zidan eta hementxe nago. Gaur egun Haur eskola batean nabil lanean.

Nola eragin du koronabirusak zure egunerokoa?

Momentuz oinarrizko zerbitzuak baino ez daude irekita, beraz etxean nago eskola ireki arte. Okertzen doan arren, ez gaude hain egoera txarrean Irlandan. Gobernua diru-laguntzak ematen ari da eta 2 kilometroko perimetroan atera gaitzke.

Zer moduz daramazu egoera?

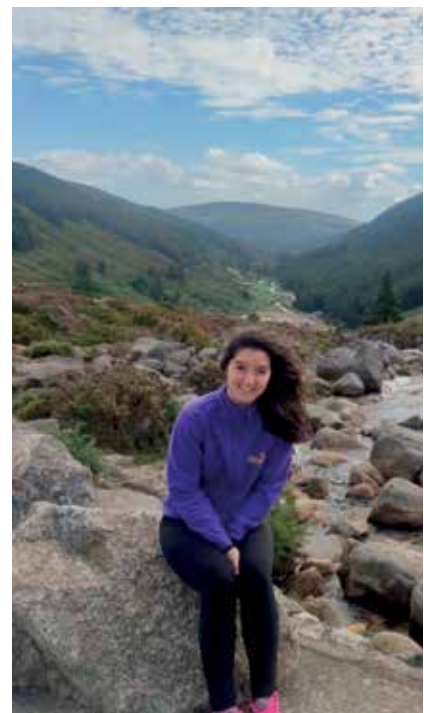
Egia esan nahiko ongi daramat. Egutero ateratzen naiz paseoan eta asko laguntzen dit mentalki. Gehien faltan botatzen dudana nire gertuko jendearekin aurrez aurre egotea da.

Koronabirusa dela eta etxera etortzeko aukera pasa zaizu burutik?

Uztailean posible bada, etxera bueltatzeko asmoa dut baina bisitan. Oraingoz hemen jarraitzeko asmoa dut.

Hemen dituzun senide edo lagunei mezuren bat bidali nahi badiezu, aprobezatu!

Euskal Herrira joaten naizen bakoitzean pozik joaten naizela maite dudana jendea ikustera eta beti nire ondoan sentitzen ditudala nahiz eta urruti egon.



➤ Maria Ordorika

“Ez genuen pentsatzen hau pasa zitekeenik”

Indianatik etorri berria zara, Maria...

Bai. Abuztuaren 6an joan nintzen Lebanon hirira Batxilergoko lehen maila ikastera. Beteluko jaietan nintzen bueltatzekoa, baina koronabirusa dela eta martxoaren amaieran bueltatu behar izan nuen.

Nola bizi izan zenuen pandemia honen hasiera?

Koronabirusari buruzko lehen albisteak entzuten hasi ginenean oso urruti ikusten genuen, ez genuen pentsatzen hau pasa zitekeenik. Gero Europara iritsi zenean, European ikasten zeuden amerikar ikasleak etxera bueltatzen hasi zirela ikusi genuenean arduratzen hasi ginen gu ere bueltan bidaliko gintuzten. Hemen ikastetxeak itxi zituzten egun berean itxi zituzten. Hala ere, orain bertako lagunekin hitz egiten dudanean kon-

tatzen didate etxean egon behar duten arren, kalera ateratzen direla eta ez dagoela hemen dugun kontrola. Pena izan da, oso gustura nengoen, gainera handik astebetara bertako lagunekin Floridara joateko asmoa nuen eta...

Eta buelta zer moduzkoa izan da?

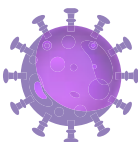
Etxean sartuta, zortzi hilabete kanpoan egon eta gero ezin hemengo lagunak ere ikusi... Dena den Indianako ikastetxean online ikasten jarraituko dut ikasturtea amaitu arte.

Hala ere, esperientzia positiboa izan da?

Bai, oso positiboa. Jendea hasieratik oso jatorra. Ikastetxeak oso ezberdinak dira hemengoan aldean. Klaseak askoz ere praktikoagoak dira han, talde lanen bitartez, pelikulen bi-



tartez eta ariketa praktikoen bitartez ikasten dute, ez dizute edukiak buruz ikastera behartzen. Edonori gomendatuko niokeen esperientzia izan da!



● Bertako ekoizleen produktuak inoiz baino eskuragarriago.

Gure baserritar eta ekoizleek euren produktuak saltzeko zailtasunak izaten ari dira aste hauetan. Jatetxe eta tabernak itxita daude eta baserrira hurbiltzen ziren kanpoko erosleak jada ez dira joaten. Horregatik, bai Araitzen eta baita Larraunen ere salmenta sareak sortu dira.

➤ **Igone Vazquez (Intza)**

“Beharrezkoa dugu elkartzea”



Zer saltzen duzue Antsonegoikoa baserrian?

Orain, arkumeak, intxaurrak eta mermeladak.

Zein da alarma egoera honetan Araitzen jarri duzuen salmenta sarea?

Cederna Garalur eta Araizko Zaporeak taldearen bitartez bertako ekoiz-

leei galdetu zitzaion ea inork euren produktuak saltzeko premiari zuen eta lau ekoizle animatu ginen gure produktuen katalogo txiki bat egitera: gure baserriaz gainera, Antsonean gaztak eta arkumeak saltzen dira, Martikon gaztak eta Lorentzenea baserrian arkumeak. Bideotxo bat prestatu genuen ekoizleekin harremanetan jartzeko kontaktuekin eta produktuen prezioekin eta kontsumitzaileek gurekin harremanetan baino ez dute jarri behar. Eta ondoren, beraiek baserrira etortzeko aukerarik ez badute gu geu hurbilduko ginateke.

Zein zailtasun sortu du egoera honek zuen lanean?

Arkumea hiltegiara eramateko ez dugu zailtasunik izan. Baina saltzerako orduan aukera murriztu dira.

Udaberri honetan kanpoko kontsumo talde baten bitartez arkumeak saltzekotan ginen eta bertan behera gelditu da Koronabirusa dela eta. Orain saltzen ez dena datozen hilabeteetan saldu beharko dugu. Uste dut erronka handiena ekoizle guztiok elkartzea dela, norberak bere aldetik saltzera ohituta gaudelako eta ez delako erraza koordinatzea. Baina beharrezkoa dugu elkartzea, ez dakigulako egoera hau zenbat luzatuko den edo udazkenean berriro egoera honetan egonen ote garen. Saltzeko beste bide batzuk ireki behar ditugu eta gertuen ditugun kontsumitzailetan pentsatu.

Araizko ekoizleen katalogoa:



➤ **Mikel Lasarte (Etxarri)**

“Etxez etxeko banaketa egiteari utzi behar izan diot”

Larraungo Udala herritarren eta ekoizleen arteko zubi lana egiten ari da...

Bai. Alerta egoera honek irauten duen bitartean udaletxearen bitartez geure produktuak saltzeko aukera eman digu. Katalogo txiki bat sortu da eta eskariei erantzunez astean bitan Larraungo udaletxean uzten ditugu gure produktuak eta herritarrek bertara bila joan daitezke eta bertan ordaindu.

Zein da zure egoera?

Nik arrautza ekologikoak eta barazkiak saltzen ditut. Neguko barazki gehienak jada salduta dauzkat.

Nire kasuan Larraunen etxez etxeko banaketa egiten nuen eta baita

Iruñean ere. Hori Koronabirusa dela eta bertan behera utzi behar izan dut. Iruñean bi kontsumo taldeekin lanean jarraitzen dut. Baina jate-txeak itxita daude eta horiei saltzen nizkien arrautza eta barazkiak orain aukera dudan denden bitartez saldu beharra daukat, prezio merkeagoan. Hala ere, egia da ostalaritza itxita dagoenez, etxeetan orain gehiago jaten dela eta ondorioz dendetan gehiago saltzen ari direla.

Zer iruditzen zaizu egoera honetan saltzeko eskainitako aukera hau?

Oso ongi. Hau behin-behinekoa da baina Larraungo Udala bertako lehen sektorea bultzatzeko egiten ari den ahaleginarekin batera uste dut



gerora onuragarria izanen direla halako sareak.

Larraungo ekoizleen katalogoa:





Oinarrizko emozioak

Gutako gehienok ezagutzen dugu norbait berarekin gaudenean edo beragan pentsatzeak ere aztoratzen gaituena. Normalean honen arrazoa da momenturen batean pertsona horrek gugan eragin negatibo bat izan zuela gure bizitzan. Pertsona hauei toxikoak deritzogu. Hauek: lagunak, nagusiak, lankideak, bikotea, familia... izan daitezke. Hau da, gure bizitzaren parte izan den edonor izan daiteke. Pertsona hauek gu ezegonkortzeko boterea daukate gurekin daukaten edozein interakzioen bitartez.

Maneatzaila adituak dira eta antzematen dute zehaztasunez haien biktimen puntu ahulak. Pertsona hauek ez dute ezer positiborik ematen.

Baina arazo handiena pertsona horiek gure bikotea edo senidek direnean izaten da. Batzuetan, dependentzia fenomeno bat ematen da eta ez da erraza igartzea. Bere buruari sinestarazten dio bere barne oreka ez dutela mugiarazten eta pertsona

toxikoa ondoan mantentzearekin tematzen da, bakartasunaren beldur. Honek muturreko egoerak jasatea eragiten du, normalean jasaten ez ditugunak.

Erlazio mota hauekin gakoak gure jarrera da. Ez uztea gure barne munduan indarrez ez sartzen, gure bizitzan muturra sartzea ekiditea eta inoiz ez uztea gure erabakiak hartzeko gaitasuna deusezten.

Orain pertsona mota hauek kudeatzeko gakoak ikusiko ditugu, Marian Rojas Estape psikiatrak bere liburuan idatzitakoak (*Cómo hacer que te pasen cosas buenas*):

- Zuhurra izan: kontuan izan pertsona toxikoak zure informazio pertsonala edozein momentutan erabiliko dutela zuri min egiteko edo baliogabetzeko.
- Pertsona toxikoen iritziari kasurik ez egin: horrela aske izango zara. Bere portaera erlatibizatu.
- Pertsona toxiko hori ahazten saiatu.

• Ezin bazara pertsona horrengandik aldendu, berarekin elkarbizitzen saiatu. Pertsona hori ikusten duzunean zure erreakzioa behatu, zein emozio suertatzen diren, pertsona hori ulertzen saiatu... Horrek zugan eragiten duen sufrimendua arindu dezake.

• Barkatu: barkamenak aurrera egingen laguntzen digu. Gai honek artikuluko oso bat merezi du, beraz, ikusiko dugu aurrerago.

• "Pertsona bitaminak" hurbil eduki: pertsona hauek pertsona toxikoen kontrako efektua eragiten dute gugan. Bihotzak segundotan poztean lortzen dute.

Eta zuk, ba al duzu inguruko pertsona toxikoak kudeatzeko gaitasunik?

Zure zalantza pertsonalak Lorearekin argitu nahi dituzu?

Jarri harremanetan:

lzl.psicologia@gmail.com / 676 975 810.

Hostal Betelu

Eguneko menua, karta, plater konbinatuak eta pizza goxoak

Etorri eta on egin!

Erreserbak:
948513026
618557889

AMAIRU bar

ETXKO PIZZAK,
KOPA BERGIZAK

948504352

GUNDU MAILLO
LAGUN

Mailopeko bazkidea izan nahi duzu?
mailope@labrit.net

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

Eta zu nola moldatzen zara etxean kirola egiteko?

Itxita jarraitzen dute frontoiek, igerilekuek, gimnasioek eta bestelako kirol instalazio guztiek. Gure etxeak dituen metro karratuek eta etxetik dendaraino dugun distantziak baldintzatzen du orain mugitzeko gaitasuna. Horregatik inoiz baino garrantzitsuago bilakatu da modu batean edo bestean kirola egitea. Eskualdeko zenbait kirolari elkarrizketatu ditugu euren kirol entrenamenduak nolakoak izaten ari diren ezagutzeko.

► Irati Moreno (Aldatz)

“Intentsitate altuko ariketak egiten nabil”



Irati, zuk kirolarekin lotutako ikasketak egin dituzu...

Bai, kirolarekin lotutako erdi mailako eta goi mailako ikasketak egin ditut. Orain sorosle lanetan eta kirolarekin lotutako oposizioak prestatzen nabil. Eta kirol mota ezberdinak egiten ditut, baina gehien bat korrika egitea gustatzen zait.

Egun hauetan nola moldatzen zara etxean kirola egiten jarraitzeko?

HIT (High Intensity Training) pila bat egiten nabil. Intentsitate altuko ariketak izaten dira. 30-40 segun-

do lanean eta ondoren minutura iristeko gelditzen diren segundo horiek errekuperatzeko erabiltzen ditut. Halako zazpi ariketa egiten ditut hiru aldiz. Ariketa gehienak zure gorputzaren pisua baliatuz egiten dira eta etxean eskura dituzun gauzekin molda zaitezke, pisua duten esne kaxekin, margo edo xaboi botekin...

Beraz, etxean kirola egin ahal izateko ez da gimnasioko tramankulu garestirik behar...

Ez, ez da behar. Nik adibidez ez dut halako ezer.

Lekunberriko Udalaren sare sozialen bitartez bideo bat zabaldu zenuten Beñat Barberenak eta zuk...

Kirol Mankomunitatetik eskatu ziguten, jendea kirola egitera animatu zedin. Egia esan, ez genuen espero halako arrakasta izanen zuenik. Jende askok eskatu zigun ondotik bideo gehiago egiteko eta azkenean animatu eta YouTubeko kanal bat sortu dugu, Bifitnes. Bertan HIT eta lasaiagoak diren CORE ariketekin osatutako bideoak igotzen joanen gara.

Zein gomendio emango zenieke herritarrei momentu hauetan?

Nire gomendioa da gutxienez egunean zehar zerbait egin dezatela, nahiz eta 30 minutu etxean bueltaka oinez ibili. Baina mugitu dezatela gorputza, hori oso garrantzitsua dela. Oinez, etxea garbitzen edo dena delako egiten, baina mugi daitezela, animoan ere oso positiboki eragiten baitu.

ekin
rotulación
948 85 32 79

SAN MIGUEL
gasolindegia
Xabier Garmendia 629 350 099
Arribe-Atallu

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

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

tanatorios
IRACHE
Betidanik
ALTSASU - IRURTZUN
LEKUNBERRI - BETELU - LEITZA
LOREAK, HILARRIAK, ESKELAK,
ERRAUSKETAK ETA ZERBITZU OSAGARRIAK

24 ORDUKO TELEFONOA
• 948 19 70 70 •
www.tanatoriosirache.es

➤ Iñigo Garaioa (Lekunberri)

“Kostako da kirol ekitaldi handiak berriro antolatu ahal izatea”



Mendiko bizikletan ibili ohi zara zu, Iñigo...

Bai eta orain kalean ibili ezin dudanez etxean aritzen naiz. Spinning egiteko bizikleta dut eta horrekin mol-datzen naiz. Lehenengo asteetan motibaturik nengoen eta egunero ibiltzen nintzen, orain zertxobait gutxiago.

Ohi baino kirol gehiago egiten ari zara?

Astez normalean ez dut kirola egiteko denbora askorik izaten eta orain denbora gehiago daukat eta kirol gehiago egiten nabil astez, baina aspergarria egiten zait etxean. Gimnasia etxean egiteko aplikazio bat ere jaitsi dut eta ia 18 egun jarraian daramatzagu semeak eta biok ariketa horiek egiten: abdominalak, flexioak, sentadillak, saltoak... Ez nuen halakorik behin ere egin, kirola kalean egitea gustatu izan zait beti, baina orain orduak nolabait pasa behar dira, bestela eguna luze egiten zait.

Zein lasterketetan parte hartzeko asmoa zenuen hilabete hauetan?

Bertan behera gelditu diren hainbat mountain bike lasterketetan izen emana nengoen. Gaur Marokon behar nuen egon Titan Deser proban kolaboratzaile gisa eta, hemen gaude.

Eta zer moduz daramazu?

Nekatzen hasia naiz. Lehenengo egunetan sinistu ezinik ibili nintzen, baina berehala ohartu nintzen kontu serioa zela eta gauzak ongi egin eta etxean gelditu beharra genuela. Lehenengo hiru asteetan ongi egokitu naiz, baina laugarrena oso gogorra egin zitzaidan eta orain berriro ere badirudi hobeto nagoela, baina gogorra egiten ari zait.

Nola ikusten duzu etorkizun hurbila?

Kostako da jendetza elkartu ohi den kirol ekitaldi handiak berriro antolatzea. Kanpoan kirol egiten uzten ez badigute abuztuko probetan parte hartzea ere zaila izanen da.

➤ Izar Amundarain (Arribe)

“Pena eman arren, uste dut egokiena kirol probak bertan behera uztea dela”



Azken urte hauetan korrika ikusi izan zaitugu...

Bai, baina denetik egiten dut.

Eta orain zein kirol egiten duzu?

Zorionez, spinning bizikleta bat daukagu eta orain dela urtebete lagun batek eliptika bat ere oparitu zigun. Berrogeialdia baino lehen ez nuen ukitu ere egin, ez zait etxe barruan kirola egitea gustatzen. Baina orain hor ere saioen bat egiten dut. Eta horrez gain, arratsaldetan entrenamendu funtzionalak egiten saiatzen naiz, intentsitate altuko ariketak tartekatuz.

Udaberri honetan zein lasterketa galduko dituzu?

22 kilometroko Nafarroa Xtrem proban atera nahi nuen, baita Zumaiako flysch artean egiten den proban, Tolosako T2T lasterketan ere. Eta ekainean Arribeko Julen Elordirekin Euskal Herria Mendi Erronka bikoteka egiteko asmoa nuen. Denak bertan behera gelditu dira. Pena ematen du, baina bestalde uste dut egokiena dela. Batez ere lasterketa luzeak egiteko bi hilabetez etxean egonda ezinezkoa da ongi entrenatzea eta baldintza horietan 67 kilometroko lasterketa egitean gorputzari onura baino kaltea egiten diola uste dut.

Eta zer moduz daramazu etxealdia?

Uste baino hobeki egia esan. Hasieran etxean sarturik hamabost egun eman beharko genituela esan zutenean, gogorra eginen zitzaidala uste nuen, Tolosako akademia batean nabil ingeleseko irakasle lanetan eta online bada ere lanean jarraitzen dut, kirola egiten dut, sukaldean aritzea ere asko gustatzen zait... Egiten dudana normalean baino lasaiago egiten dut. Etxean ere gauzak egiten gabiltza, aurrekoan bankuak bernizatzen aritu ginen adibidez. Azkenean konturatzerako eguna pasatzen zait, aspertzeko denborarik gabe!



➤ **Xabi Etxarri (Lekunberri)**

“Hirugarren gindoazen Ligan”



Beti Kozkorreko jokalaria izanik nola jarraitzen duzue entrenatzen?

Bertan behera gelditu dira partidak eta ohiko entrenamendu guztiak, baina Jon Ander Unanua prestatzaile fisikoak entrenamendu planak prestatu dizkigu bakoitzak dituen baldintzetara egokiturik. Nik adibidez etxean jardina daukat eta bertan ariketa asko egiteko aukera daukat. Aldiz pisuetan bizi diren jokalariei bestelako planak prestatu dizkie. Horiek mugatuago daude. Nik ur botilak erabiltzen ditut pisuarekin ariketak egiteko eta bi zuhaitzen arteko espazioa erabiltzen dut futbol zelaiko atea balitz bezala.

Martxoan zein momentutan harrapatu zizuen koronabirusak?

Liga amaitzeko hamaika partida falta zitzaizkigun eta hirugarren gindoazen. Oraindik ez da ziurra baina baliteke Liga bertan behera gelditzea. Hirugarren postua mantenduz gero Play Offa jokatzeko aukera izanen genukeela esan digute, baina ez dakigu zer erabakiko duten antolatzaileek.

Urte ona izaten ari zen?

Bai. Niretzat egia esan urte arraroa izan da. Urtarrilera arte Burgosen ibili nintzen ikasten eta astez bertan entrenatzen nuen eta asteburuetan Beti Kozkorrekin jokatzen nituen partidak. Urtarrilean herrira bueltatu eta bi partida jokatu eta gero lesio bat izan nuen eta martxoan berriro errekuperaturik nengoenean koronabirusa. Ez da nire urtea izan, baina orokorrean taldearentzako ona izaten ari zen, goian mantendu gara beti eta aurten alde txikiagoa atera diogu lehenengo postuan zegoenari.

➤ **Olatz Glaria (Lekunberri)**

“Bizikleta eliptikoan ibili arren, ez da kanpoan korrika egitea bezala”



Etxean korrika egitea zailagoa da. Zer egiten zabilta gaitasun fisikoa mantentzeko?

Pesak, bizikleta estatikoa eta eliptikoa dauzkagu etxean. Horiekin moldatzen naiz. Nik gehien bat eliptikoa erabiltzen dut eta gero jardinean badmintonean aritzen gara edo zirkuitu moduko ariketak egiten ditugu. Bizikleta eliptikoan ibiltzeari denbora eskaintzen diodan arren ez da kanpoan korrika egitea bezala. Ikasten ere banabil eta bizikletan nabilen bitartean ikasteko aprobeztatzen dut eta behintzat forman mantentzen ari naiz. Ezin naiz kexatu, atletismoko beste kide askok ez dute halako ezer etxean.

Lasterketarik bazenuen begien bistan?

Bai, maiatzean Larrabideko eta beste hainbat pistetako probekin hasi behar nuen. Uztailean Espainiako Txapelketa zen jokatzekoa eta oraindik ez nekien parte hartzeko aukera izanen nuen, baina hori guztia momentuz bertan behera utzi dute.

Mendillorriko Institutuan zabilta irakasle...

Bai. Etxetik bada ere inoiz baino ordu gehiago lan egiten gabilta: ikasle bakoitzaren etxeko lanen kontrola, edukiak prestatu, txostenak, banakako saioak... Eskerrak arratsaldetan kirolari esker erlaxatzeko aukera dudan.



Aurten ez da Euskal Herria Mendi Erronkarik izanen

Martxoan Koronabirusagatik Espainiako Gobernuak alarma egoera deklaratu arren, Euskal Herria Mendi Erronkako antolatzaileek lasterketarekin aurrera eginen zutela jakinarazi zuten eta korrikalariak euren etxeetan entrenamenduekin jarraitzea animatu zituzten. Egoera ordea espero baino gehiago luzatzen ari da eta EHMEko antolakuntzak ekainaren 6rako aurreikusita zuen lasterketa bertan behera utzi behar izan du. Azken momentura arte korrikalariak lasterketan izen ematen ibili dira ekainean proba egin ahal izanen zutenaren esperantzarekin, baina ezinezkoa izan da. Orain korrikalariari inskripzioagatik ordaindutakoa bueltatuko zaie. EHMEko antolakuntzak eskerrak eta animoak eman nahi dizkie bai korrikalariari eta baita ekimena posible egiten duten boluntario eta laguntzaileei ere. Dagoeneko badugu data berria, 2021eko ekainaren 5ean izanen da EHMEko zortzigarren lasterketa.

Plazaola Kirolguneko erabiltzaileek ez dute kuotarik ordaindu beharko

Lekunberriko Garapen Elkarateak ez die bazkide kuotarik kobratuko Plazaola Kirolguneko erabiltzaileei instalazioak itxirik jarraitzen duen bitartean. Eta martxoan ordaindu zuten kuota konpentsatuko zaie.

Aurtengo udaberrian pilota jaialdirik gabe

Frontoietako ohiko pilota partida guztiak ere etenda daude. Lekunberriko Udalak Pilota Jaialdia antolatuz zuten apirilaren 25erako. Emakumezkoen binakako partidaren Arrate eta Mendiburuk, Garai eta Salsamendiren aurka jokatu behar zuten eta jarraian jokatzeak zen gizonezkoen binakakoan Titin eta Merino Ila, Mendizabal III eta Mariezkurrenaren aurka aritzeak ziren. Partida ekainaren 20ra atzeratu da.

 **ALIPROX**
Lekunberri
janaridenda
hamabostaldiro eskaintza bereziak

Inigo Garaioa
MARGOLARIA
 696 658 288
LEKUNBERRI

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

**TAXI
SOROA**
609 168 217
Bederatzi plaza

IORTIA EL INCA ESTETIKO HORTZ ESTETIKA
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

ARAIZKO UDALAREN OHARRA:

ARAIZKO UDALAK LAGUNTZA ESKAINTZEN DIZUE

Geure osasunerako kalteak ekidin edo gutxienez gutxitu nahian, Gobernuak gehienok etxean geratzera behartu gintuzten duela hainbat aste. Enpresa asko itxi edo lanaren erritmoa moteltzeko aginduak ere etorri ziren. Autonomo askoren kasuan, guztiz gelditzea izan da araua. Honek Estatuaren ekonomian eragin negatibo handia izanen du eta, seguruenik, langile xume eta hauen familiek jasan beharko dituzte ondorio okerrenak. Gobernuak eta erakundeek diru-laguntzak agindu badituzte ere, motz geratuko dira hainbaten kasuan.

Araizko Udalak elkartasunean sinesten du eta ez du inor egoera larrian ikusi nahi geure ibarrean. Horregatik prest dago, ahal den neurrian, familiei laguntza emateko. Horrela aurkitzen dena, gurekin harremanetan jar daiteke udaletxeko 948 513 087 telefonoan (ordutegia, 9:00etatik 11:30etara) zein udala@araitz.es helbidean, edo Gizarte Zerbitzuarekin 948 600 694 telefonoan. Dena den, dagoeneko gure udalean badaude boluntarioak laguntza emateko, esaterako, erosketak edo botikak etxera eramateko. Behar baduzu, jar zaitez gurekin harremanetan.

Araizko Udalak, sentitzen du egoera honengatik sortzen ari diren eragozpenak eta, aldi berean, eskerrak eman nahi dizkizue bertako biztanleoi egiten ari zareten esfortzuengatik. Eskertzen dizkizuegu, halaber, zerbitzuak emateko lanean segitzen duzuen guztioi, alegia, baserritar nahiz osasun etxe, farmazia, janari-denda, banku, surtidore, posta, garraio, aholkularitza, udala eta beste zerbitzu beharrezko batzuk eskaintzen dizkiguzuen langileoi. Bukatzeko, animatzen zaituztegu bakarrik daudenei, esaterako preso edo urrun dauden familiakoei, telefono deiak edo gutunak idaztera, bakardadea latza baita.

Araizko Udal Taldea.

Antzonia
BASERRIKO GAZTA
948 513 468
www.antzonia.com
Uztegi (Araitz)

INFORMATIKA ARALAR
LEKUNBERRI - ARAITZ
LARRAUK
JALMENTA ETA KONPONTZEA
634 551 743
infoaralar@gmail.com

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

Antigüedades Gastón
ZURGINTZA OROKORRA, 948 302 916 - 615 850 174
ALTZARI RUSTIKOETAN ETA info@antiguedadesgaston.com
ZAHARBERRITZETAN BEREZITUA. www.antiguedadesgaston.com

- ✓ Lan mota guztiak egiten ditugu zurarekin, batez ere haritz zaharrarekin.
- ✓ Ekarriguzu zure altzari edo dekorazio ideia eta zure neurrira egindako aurrekontua prestatuko dizugu, konpromisorik gabe.
- ✓ Zaharberritze ikastaroak ere eskaintzen ditugu.

Gipuzkoa errepidea, 11. km.
Gilledi industrialdea, 1 (Gasolindegiaaren alboan)
31892 Sarasa.

urrutia
enea
etxeko hestekiak
LEKUNBERRI

OTXOTORENA
okindegia
ARRIBE
ADIII TLF BERRIA:
948 51 30 32

panaderia okindegia
GALBURUeco
Egurrezko laboreko ogi ekologikoa
Alde Zaharra 50 LEKUNBERRI 31870
948 50 40 42

Eskerrak

Joan den hilean Araitzen eta Larraungo zenbait herritan Mailope aldizkaria banatzeko zailtasunak sortu ziren eta laguntza handia jaso genuen hainbat herritarren aldetik. Eskerrik asko egoera zail hauetan etxe guztietara iristen laguntzeagatik. Beñat Agirrebarrena, Ane Irazu, Joseba Satrustegi, Josu Oreja, Mainer Agirrebarrena, Andoni Tolosa, Nere Iriarte eta nola ez, Correoseko langileei ESKERRIK ASKO!!



LAN BILA

Etxe / Landetxeen garbiketarako edota pertsonen zaintzarako lan bila dabilen emakumea. Interesik baduzu, nirekin harremanetan jartzeko telefono zenbakia: 603 138 100.

SALGAI

Ura berotzeko gasoliozko galdara salgai, 800 litroko deposituarekin. BAXIROCA-MOD-GAVINA 20 GTI SP. Interesatuak deitu telefono zenbaki honetara: 646 870 837 (Bixente).

Furgoneta salgai 3.500 eurotan. Citroen Berlingo 1.6 HDI 92cv. 2007. urtekoa. Lagunduriko direkzioa, itxiera zentralizatua, cd irratia, aire girotua, airbagak, alboko ate bikoitza, aire girotua, 264. 000 km. Ongi zaindua, ez erretzaileak, IAT urtarrilean pasata, olio eta filtro aldatuak, neguko neumatiko berriak. Mantenimenduko faktura guztiak gordeak. 2 giltza-joko. Oherako altzaria, aukera gisa + 100 €. Harremanetarako: 677 755 147.

Ur berogailua salgai. Junkers berogailua, wrd11-2kme. Pn = 18. 6 kW. Behartutako tiroa. Gas naturalerako, butanorako eta propanorako balio du. 4 urte ditu. Prezioa: 200€. Harremanetarako: 677 755 147.

EROSTEKO

Land Rover Defenderra erosiko nuke, berdin dio ze egoeratan dagoen: ITV gabe, matxuratua, kolpearekin... Jarri harremanetan: 623 179 537.

MERAKTU TXIKIA

TAXILON



Lontxo
Otamendi
Artola

661 202 249
(9 plaza)

E-posta: lotamendi5@gmail.com Atallu - Araitz

NEKAZARITZA, INDUSTRIA ETA ERAIKUNTZA
ARLOETAKO HORNIGAIK
BURDINDEGI ETA BIKOLAJEKO TAILERRA

URZUBI S.A.

Tel. 948 50 42 41
Fax 948 60 45 20

Lekunberri
urzubi@hotmail.com



...EZIN BESARKATUZ...

