

TOKIKOM

2024ko ekaina | 248. zenbakia

SAKATU!

Herriko aldizkaria



SAKATU
Hamar urte kalea girotzen

Txorierriko azken albisteak jaso nahi dituzu?



Bidali ALTA

747 406 561
telefono zenbakira

Izan zaitez berriemate ere. Bidali zure argazki, bideo eta berriak.

Hilero lagun birentzako bazkaria zozkatuko dugu parte-hartzaileen artean (Baserri Antzokian).

- 4** Iritzia
- 5** Laburrak
- 12** Gurean izan da... LudoSport
- 14** Gaztea eta... Imanol Arriortua
- 16** Menditik patxadaz... Araba I
- 18** Txorierriko Zerbitzuen Mankomunitatea
- 20** Gai nagusia... Sakatu
- 25** Goitioltzako jaiak
- 26** Paperezko jantziak
- 28** Diruz lagundutako edukia
- 30** Txoriskaters elkartea
- 32** Emaús
- 33** Teknologia
- 34** Herbarioa
- 36** Sukaldaritza
- 37** Denborapasa
- 38** Udako karretea



14 Imanol Arriortua



30 Txoriskaters elkartea



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

KULTURA ETA HIZKUNTZA
POLITIKA SAILA

DEPARTAMENTO DE CULTURA
Y POLÍTICA LINGÜÍSTICA



Bizkaiko Foru
Aldundia
Diputación
Foral de Bizkaia



diruz lagundutako aldizkaria



Argitaratzailea: TOTOAN, Txorierriko Euskara Elkartearen Federazioa (Lagatzu, Zorritzetan, Altzora, Darabilgu eta Tximintx komunitatea) 944 523 447 / 688 864 135 / 747 406 561 aikortxori@aikor.com / www.aikor.eus



Zuzendaria: Xabier Goienetxe

Erredakzio burua: Itxaso Marina

Maketatzailea: Aner Mentxaka

Kolaboratzaileak: Alaia Saenz Orbe, Iñaki Eguskizaga, Xabier Diaz, @txiribita_mundi, EMAUS, Idoia Andrés, Juanjo Ortiz, Iñaki Olabarrieta eta Jose Angel Mentxaka.

Zuzentzaileak: Iñaki Astorkiza eta Andoni Solorzano

Publizitatea: Iratxe Pirla (688 782 642)

Banaketa: Eragin

Inprimategia: Gertu

Ale kopurua: 8.000

Lege gordailua: BI 137-02 ISSN 1578-9322

Aikor! aldizkariak ez du bere gain hartzen aldizkarian adierazitako esanen edota iritzien erantzukizunik

Kategoriak



ALAIA SAENZ ORBE
Filosofia irakaslea

Oro har, kategoriak errealitatea sailkatzeko eta egituratzeko balio diguten kontzeptu edo generoak dira. Errealitatea kategorien arabera sailkatzeak errealitatearen interpretazio ordenatu bat egiten laguntzen digu, gauza bakoitza bere kaxoian sartuz. Alabaina, errealitatea hainbat mailatan edo izateko eratan zatitzea dakar, eta kaxoi batean sartzeak beste kaxoi batean ezin sartzea eragiten du; edota behin kaxoi batean sartuta, zaila da hortik ateratzea, pigmale-efektuak erakusten duen bezala.

Era berean, kategoria sistema orok berdintasuna eta orokortasuna indartzen du eta desberdintasuna eta partikularita-

tea kanpoan uzten du, kajoian sartu ezin diren elementuak baztertuta, desjabetuta, geratzen direlarik. Are okerrago, ezikusiak edo ikusezinak bihurtzen dira.

Akaso existitzen da izendatu ezin daitekeena? Izendatu ahal izateko, nire pentsamenduan (kontzientean behintzat) egon behar du. Wittgenstein filosofoarentzat nire hizkuntzaren mugak nire munduaren mugak dira.

Maslow psikologo humanistak argi utzi zuen talde baten partaide izateko dugun beharra. Denok izan nahi dugu izendatuak, denok aurkitu nahi dugu gure kategoria. Zer esanik ez gure identitatearen eraikuntzan gabiltzanean.

Nere aitaren etxea



IÑAKI EGUSKIZAGA
Abokatu erretiratua

Nasser bere lurrari begiratzen egoan pentsakor. Jada prestatzen hasi behar zan, ereiteko sasoia hurbiltzen zalako. Bere emaztearen, Habiba, eta Hakim (5 urte) eta Aysha (2 urte) seme-alaben ostean lur hori zan berarentzat altxorrik preziatuena.

Aurten, aurrekoetan bezala, eurentzat urte osorako oinarritzko elikagaiak emongo leuskiezen haziak ereingo leukez, eta gainontzekoaren salmentagaz lortutako dirua falta jakezan elikagaiak erosteko erabiliko leukie. Dilistak, garbantzua, idarrak eta zalga mingotsa, batez be, eriten ebazan, bere aita eta arbasoek egiten eben moduan, bere asaba-herenak 1907an Zisjordaniako lur hori erosi ebanetik. Elikagai horreek oso garrantzitsuak ziran eurentzat, funtsezkoak, jateko produktuak uraren faltagaitik asko garestitu ziralako.

1967az geroztik, Zisjordania okupatu ziranetik, ur gehiena israelarren kontrolpean egoan. Horreek, gainera, egoera are eta larriago bihurtzeko, hasi ziran iturburuak baliobakotzen, batzuetan betoia gainean botata, iturria guztiz hondatzeko.

Bere aita, lantzean behin, harro

erakusten eutsen bere emazteari eta berari kutxa zahar baten arreata handiz gordetzen eban lurraren salerosketa-agiria. Holan egonda, konturatu zan urrundik berarengana talde bat parajetzen zala, soldadu batzuk tartean, hondeamakina bategaz eta bere parean egoenean, gerturatu bakarrik ez, hara non makina bere lurrean sartu eta hau goldatzen hasi zan! Beraren lurraren barruan!

Bere harriduraz atera ezinik, amorrus, lur ha berarena zala, bakean ixteko eta segidan handik urteteko azaldu eutsen. Baina mehatxu gogorren artean, armekaz apuntatuta, hareen erantzuna aztoramenagaz entzun eban: lur hareek eurenak zirala, Yahvek, euren jaungoikoak, euri bakarrik emon eutsezalako, eta atoan handik alde egiteko, ezpabere bertan behera hilko ebela agindu eutsoen.

Israelgo estatua 1948an sortu zan, handa ze, 41 urte Nasserrren asaba-herenak lur ha erosi eta gero. 2023ko urriaren 7an, Hamasek egindako atentatuaren egunaren baino lehen, Zisjordaniako palestinarrek hilero 100 eraso jasaten ebezan kolono juduen partetik. Itaun bat: Nori jagoko bidezko defentsaren eskubidea?



Goikolanda eskolako gimnasio berria eraikitzeko lanak hasi dira

Eusko Jaurlaritzak gimnasioa egingo du Goikolanda eskolan, Erandioko Udalak utzitako lurzatian. Dagoeneko gimnasioa eraikitzeko lehen pausoak egin dira, lurzatian katak egin dira eta. Jaurlaritzak 1,5 milioi euro baino gehiago ipiniko ditu lanetan.

Gimnasioa eskolako patioaren ondoan eraikiko da, eta 480 metro koadro izango

ditu. Barrualdean atonduko dira 336 metro koadroko kantxa bat, bi biltegi, bost aldagela –haietako bi egokituta izango dira–, bulego bat eta bi komun. Eskolako jardueraz gainera, lekua kultura-ekimenak ere egiteko erabili ahalko dute Erandiogoi-koko elkarteek, hala nola azokak, bazkariak eta hainbat ekintza.

Ruben Ruizek irabazi du Mikel Zarate saria

Ruben Ruizek idatzitako *Pellokeriak* ipuin-bildumak irabazi du 2024ko Mikel Zarate haur-literatura saria. Hala erabaki du Leire Bilbaok, Maribel Aiertzak eta Xabier Mendigurenek osatutako epaimahaiak. Ruizek 3.000 euroko saria jasoko du, eta liburua Elkar argitaletxeak kalera-tuko du.

Sariketara 11 lan aurkeztu dira, eta horien artean Ruizen ipuin-sorta aukeratu du epaimahaiak. Hainbat ipuin laburrek osatutako kontakizuna da *Pellokeriak* lana, eta guztietan Pello izeneko mutikoa da protagonista. Ipuinetan hainbat gai agertzen dira, hala nola eskola, familia, bullyinga eta zahartzarora, eta guztietan umorea eta samurtasuna nabarmentzen dira.

Ruben Ruiz 1973an jaio zen Gasteizen eta Nafarroako Basaburuan bizi da gaur egun. Irakaslea da, eta hainbat libururen egilea; esaterako, Anekdotak haur-literaturaren ipuin-bilduma eta *Beti mugan* eleberria.

Mikel Zarate haur-literatura saria Lezamako Udalak eta Elkar argitaletxeak sortu zuten, Mikel Zarate herriko idazle eta kultura-bultzatzailearen omenez. Aurten sariketaren hamaikagarren edizioa bate da. Orain dela bi urte Lur Gallastegik irabazi zuen, eta epaimahaiak saria hutsik utzi zuen iaz.

Igerilekuak Landatxueta klubean atonduko ditu Loiuk

Loiuko Udalak Landatxueta kluba erosi zuen 400.000 euroren truke duela hilabete batzuk. Josu Andoni Begoña Loiuko alkateak TeleBilbaori jakinarazi dionez, "herriko etxebizitza- eta biztanle-kopurua handituko da, eta horregatik, oinarrizko eta beharrezko kirol-azpiegiturak izan behar ditu, gaur egungo eta etorkizuneko biztanleen beharrez erantzuteko". Landatxueta kluba erabiliko da beharrez horiek betetzeko, eta lehenengo pausoa izango da bertan udal-igerilekuak atontzea.

Begoñaren esanetan, aurrekusi da Ariztondo-Txiline sektorean 400 etxebizitza baino gehiago egitea eta gaur egun Loiun ez dago kirol-, kultura-, gazte- eta familia-azpiegiturarik, biztanle guztiak hartu ahal dituenik. "Landatxueta klubak ezinbesteko papera izango du hutsunea betetzeko. Kluba pribatua zen eta orain herritar guztien esku egongo da".

Landatxueta klubak 30.000 metro koadro ditu. Azpiegitura enbargatuta zegoen eta irteera-prezioa 2,3 milioi eurokoa zen; hala ere, udalak 400.000 eu-

roren truke erosi du. Loiuko klubeko kirol- eta ostalaritza-azpiegituz eta lokalez baliatuko da. Udal-zerbitzuak faseka atonduko dira klubean. "Lehenengo eta behin, igerilekuak atonduko dira. Kostuak murriztuko dira, gaur egun badaudelako igerilekuetako basoak, kanpoko aparkalekua eta ostalaritza-azpiegiturak". Azaldu duen moduan, etorkizunean kirolari, gazteei, familiei eta ostalaritzari lotutako beste zerbitzu batzuk atonduko dira Landatxuetan. "Apustu globala egiten dugu Loiuren eta datozen belaunaldien garapenerako. Proiektu handi hau faseka eraikiko dugu herritarren parte-hartzea bultzatuko da horretarako".





Lezamako Mugetatik lasterketan izena ematea zabalik

Irailaren 1ean, Lezamako Mugetatik mendi-ibilaldi eta -lasterketaren 18. edizioa izango da, eta bertan parte hartzeko izena ematea www.lezamakomugetatik.eus webgunean egin behar da. Han ere topatuko dira probaren xehetasunak.

Ohikoa denez, Lezamako Mugetatik mendi-ibilaldia eta lasterketa Andra Mari jaien aurreko domekan egingo da. Zailtasun ertaineko ibilbidea da, baina hainbat zati gogor eta tekniko ditu, hala nola Basobaltz basoaren jaitsiera, Gangurenko igoera eta Ugarteko jaitsiera. Lasterketak zein ibilbideak 25 kilometro dituzte; hala ere, junior kategoriako probek 14 kilometro dituzte. Bestalde, lasterketa nagusiko 14. kilometroan Ganguren Ziztu Bizian proba hasiko da eta Ganguren mendia-

ren tontorrean amaituko da. Tarte horrek hiru kilometro eta 400 metroko desnibela ditu, eta denborarik laburrenean egiten duenak saria jasoko du.

Irteera neutralizatua Andra Mari elizatik udaletxeko plazaraino izango da, eta plazan bertan hasiko da irteera ofiziala. Ibilbidean zehar hornidura-postuak ipiniko dira. Era berean, aurten ere txikien ibilaldia egingo da Gangurenko edo Gaztelumendiko mendilerrokoaren inguruan.

Izema emateari dagokionez, 25 kilometroko lasterketan parte hartzen duten federatuek 20 euro ordaindu beharko dituzte, eta federatu gabeek, 25 euro; 14 kilometroko lasterketan parte hartzen duten federatuek, 17 euro, eta federatu gabeek, 22 euro; ibilaldian parte hartzen

dutenek, 17 euro; lezamarrek, 12 euro; eta txikien ibilaldian parte hartzen dutenek, bost euro. Batzen den diruaren zati bat kausa sozial, solidario eta ingurumenari lotutako batera bideratuko da.

Gehienez 200 parte-hartzaile onartuko dira proba bakoitzean –ibilaldia, 25 kilometroko lasterketa eta 14 kilometroko lasterketa–, eta hurrengo kategoria hauek egongo dira emakumezkoetan zein gizonezkoetan: sailkapen orokorrean, beterranoak eta lezamarrak; 14 kilometroko lasterketan, gainera, gazteen kategoria ere egongo da. Irabazleen artean txapelak, garaikurrak eta medailak banatuko dituzte, eta parte-hartzaile guztiek jasoko dute kamiseta eta Lezamako produktuen poltsa bana.

Bakiora eta Sopelara joateko autobusa ipiniko du Loiuk

Loiuko Udalak Bakioko eta Sopelako hondartzara joateko autobus-zerbitzua eskainiko du uda honetan. Autobus-zerbitzua uztailaren 2tik abuztuaren 30era bitartean ibiliko da eta doakoa izango da. Loiun erroldatutakoentzako zerbitzua da.

Eguaztenetan eta barikuetan Sopelara joango da eta goizez 10:00etan irtengo da Larrondotik (Renault) eta ibilbide hau egingo du: Lauroetako ermita (10:10), Zabaloezte (10:20) eta itzulera (14:30). Arra-

tsaldean ibilbide bera egingo du, baina hurrengo ordutegi hau izango du: Larrondo (15:30), Lauroeta (15:40), Zabaloezte (15:50) eta itzulera (20:00). Bakiora, bestalde, martitzenetan eta eguenetan joango da. Goizean ordutegi eta geldialdi hauek egingo ditu: Larrondo (10:10), Zabaloezte (10:20), Lauroeta (10:30) eta itzulera (14:30); eta arratsaldean, hurrengo hauek: Larrondo (15:30), Zabaloezte (15:40), Lauroeta (15:50) eta itzulera (20:00).



Larraola energia berriztagarrien kooperatiba sortu da Larrabetzun

Larrabetzuko Auzokideak auzo-elkar-
tea energia berriztagarrien komunitatea
sortzeko lehen pausoak egiten hasi zen
duela hilabete batzuk. Zabaldu dutenez,
maiatzaren 28ko batzar zabalean aho ba-
tez erabaki zuten egitasmoaren izaera ju-
ridikoa: kooperatiba bat. Horrela, Larraola
kooperatiba sortu dute.

Kooperatibaren filosofia ere azpima-
rratu dute. "Alde batetik, izena du: energia
berriztagarriak. Bizi dugun klima-larrial-
dia eta erregai fosilekiko menpekotasuna
ikusita, eta horren eraginez herri abe-
ratsak txiro bihurtzen gabiltzala kon-
tuan hartuta, pentsatzen dugu energia
berriztagarrien erabilpena urgentea eta
ezinbestekoa dela. Baina trantsizio ene-
getikoa ez da bakarrik entxufea erregai
fosiletatik kendu eta energia berriztaga-
rrietan sartzea; haratago doa eta, bide ba-
tez, desazkundeaz ere egin beharko dugu
berba. Bestetik, abizena du: komunitatea.

Definizioak dioenez, elkartasunez, interes
komunak eta gutxi gorabehera ikuspe-
gi bateratuak dituen gizatalde txikia da
komunitatea, guneak eta denborak par-
tekatzen dituen". Elkartearen esanetan,
gaur egungo eredia "enpresa handien
menpekotasunean egotea da eta ekono-
mia zentralizatu eta desparekatu batean
oinarrituta dago". Euren ustez, "komuni-
tateak arazo horiek guztiak konponduko
ditu eta beste eredu energetiko batzuk
konpontzeko bidean ipiniko ditu".

Azaldu duten moduan, eredu honek
onura ekonomiko, sozial eta ekologiko
asko ditu: "ziurtasun energetikoa ber-
matzea, pobrezia energetiko saihestea,
baliabide energetikoek sortzen dituzten
etekin ekonomikoak kideen artean ba-
natzea... Eta ondorioz, energia-kostua
jaitea. Egitasmo honen bitartez gure lu-
rra zainduko dugu, baina sozialki ondare
paregabea izan daiteke gure ondoren-

goentzat. Ez dugu sistema irauliko, bai-
na olatua gara". Energia berriztagarrien
kooperatibaren izena, Larraola, lotu dute
Euskal Herrian egon den tradizio batekin.
"Arraola, Mantxola, Gordexola, Urdino-
la... Euskal Herri osoa zeharkatzen duten
izenak dira horiek, eta Larrabetzun ere
baditugu: Sarrikola, Olatxu, Goikola...
Olak Erdi Aroan sortutako lantegiak dira,
eta gure mendietan ere burdinola edo
haizeola ugari izan dira".

Produktzio-guneak ziren olak. "Sari-
tan proiektu komunalak ziren, eta leku as-
kotan azpimarratzen da emakumeen par-
te-hartze aktiboa. Guk ere gure zati txiki
bat aldarrikatuko dugu gure herriaren
historian, modu xumean eta apaltasunez.
Ola bat sortu nahi dugu: komunitarioa,
elkarlanean oinarrituta, energia berrizta-
garriak erabiliko dituen eta autonomoa
izango dena; Larrabetzuko lantegi solida-
rioa eta autonomoa".

Magia goizetik
gauera gertatzen da.

Aldatu ohea, aldatu bizitza.



SUIT DELUX

► ZURE BIZITZA HOBETZEKO GURE OHEAK | KOLTXOIAK | BESALKIAK ETA SOFAK

Derio / Derioko Seminarioa
48160 Derio (Bizkaia)
T. 944 545 147

Leioa / Iparragirre 80
48940 Leioa (Bizkaia)
T. 944 316 516

suitdelux.es

Txorierrik badu futbol-selektzioa

Txorierriko futbol-selektzioa nesketan zein mutiletan osatu da hurren mailan, eta taldeak ekainaren 23an aurkeztu ziren Txorierriko Baserri Antzokian, Derion. Bertan ere Txorierrri Cup torneoaren aurkezten zuten, ekainean bertan jokatu dena.

Iker Amariak Xaker kirol-zerbitzu eta ordezkaritza azaldu duenez, Txorierriko selektzioa osatzeko aukera duela 10-12 proposatu zen, eta aurten berreskuratu da. "Txorierrin baditugu 2020-2011 urteetan jaiotako jokalaririk asko, eta haiei asko maila onekoak dira. Bizkaiko hainbat taldetan badaude txorierritarrik eta asmoa da Txorierriko selektzioan batzea". Amaia Olabarrieta lezamarra eta Athleticceko jokalaririk ohia da nesken taldearen hautatzailea; eta Gorka Azkorra sondikoztarra eta Athletic jokalaririk ohia, mutilena.

Jon Ander Aurrekoetxea Txorierriko Mankomunitatearen presidentearen eta Lezamako alkatearen hitzetan, Txorierriko alkateek begi onez ikusi dute selektzioa osatzea. "Ondo deritzogu gure gazteei Txorierriz izenean torneo batean lehiatzeko aukera emateari, izan ere, batzuek, beharbada, Bizkaiko selektzioan lehiatzeko aukera dute, baina beste batzuek, ez". Txorierriko selektzioak Txorierrri Cup torneoan egin zuen debuta. Neskek ekainaren 20an jokatu zuten Betiko Neskak eta Bizkerre taldeen kontra Lezaman. Garaile Bizkerre taldea izan zen, txorierritarrei penaltietan irabazita. Mutilen txanda hurrengo egunean, ekainak 21, izan zen, eta Txorierriko jokalaririk Danok Bat eta Leioa taldeen aurka ibili ziren zelaian. Txapelduna Danok Bat taldea izan zen, kasu honetan ere Txorierriko selektzioari penaltietan irabazita.



Ioritz Aurrekoetxea derioztarrak Biketrialerako RGBA Kopa irabazi du Kantabrian



Ekainaren 2an, Kantabriako Biketrialerako RGBA Kopa izan zen, eta Ioritz Aurrekoetxea derioztarrak hura irabazi zuen R2 kategorian (2009-2010). Gainera, azpimarratu behar da lehengo urtea dela kategoriatan horretan lehiatzen dena. Hiru txapelketatan izandako emaitzen arabera erabaki da Kopa nork irabazi, eta Aurrekoetxeak emaitza bikainak izan ditu hiruretan: lehen txapelketa apirilaren 6an

egin zen eta bigarrena izan zen bertan; bigarren proba, maiatzaren 1ean, eta lehena izan zen; eta hirugarrena, domekan, eta lehena izateaz gainera, Kopa eskuratu zuen. Hiru probak Reinosa izan dira. Beste aldetik, aipatu beharra dago bere anaia, Enaitz Aurrekoetxea hirugarrena izan dela RGBA Kopan, R5 kategorian. Enaitzek sei urte ditu eta hasiberrien kategorian lehiatu da.



Maldonado eta del Rio, Bizkaia Open 2024ko irabazleak

Bizkaia Open 2024 Txapelketaren finala ekainaren 8an jokatu zen, eta hura Maldonado Iarrabetzuarra eta del Rio lezamarrak irabazi zuten. Txorrierritarrek Gaubeka eta Gordonen kontra jokatu zuten. Pala txapelketa Bizkaiko Foru Aldundiak antolatu du, eta partidak bost frontoitan jokatu dira: Bizkaia Frontoia, Armintza, Larra-betzu, Sopela eta Zierbena. Guztira 13 partida izan dira.

Pilota Goxoa Txapelketaren finalek ikusmin handi-handia sortu zuten Lezaman

Pilota Goxoa Txapelketa antolatu du bigarren aldiz Lezamako Pelota Klubak. Txapelketa herrikoa izan da eta bertan lezamarrek hartu dute parte. Txapelketak ikusmin handia sortu du herritarren artean. Partidak bederatzik barikutan jokatu dira, eta ekainaren 7an finalak izan ziren. Jaime Uriarte pilota elkartearen presidentek harro eta pozik azaldu da txapelketak izan duen harrerarekin. "Frontoia jendez gainezka egon zen barikuan, finalak ikusteko. Ikusleak kantxan ere ibili ziren zutik. Inoizkorik arrakastatsuen izan da!".

Mutikoen kategorian, 12 urtetik 14 urtera bitarteko 40 pilotari lehiatu ziren, eta nagusienetan, 42 pilotari; azken horietako 14, emakumezkoak izan ziren. Aurre-umetxoaren B kategorian, Aimar Mendi-

gurenek 18 eta 4 irabazi zion Inar Mariari; aurre-umetxoaren A kategorian, Markel Larrañagak 18 eta 17 Ibai Mendigureni; umetxoaren kategorian, Aimar Uriartek 18 eta 16 Aitzol Etxaberi; umeen kategorian, Mikel Aretxagak 18 eta 12 Asier da Silvari; eta gaztetxoaren kategorian, Gorka Gutierrezek 18 eta 13 Eider Perezi.

Pilota goxoari dagokionez, emakumezkoetan, Marta Garciak eta Uxue Perezek 22 eta 12 irabazi zieten Janire Bilbaori eta Amaia Lopezi. Gizonezkoetan, bestalde, Ibon Atxutegi eta Andoni Aretxabaleta 22 eta 16 gailendu ziren Ramon Sanchez eta Mikel Larrañagaren kontra bigarren mailan; lehenengo mailan, Ager Martinek eta Igor Uriartek 22 eta 19 irabazi zieten Iñigo eta Diego Rodriguez anaiei.

900 kopa saldua Lezamako Txakolinaren Egunean

Ekainaren 2an, Txakolinaren Eguna ospatu zen Lezaman. Aurten 21. edizioa bete da, eta eguraldia lagun, jendetza hurbildu zen plazara, herriko lau upategietako txakolina dastatzera: Basalbeiti, Erdikoetxe, Garkalde eta Magalarte. Udalak jakinarazi moduan, guztira 900 kopa saldu ziren. Txakolina ez ezik, 0 kilometroko eta kalitate handiko baserriko produktuak ere dastatzeko eta erosteko aukera egon zen, eta egunean zehar hainbat ekintza izan ziren, hala nola kortexoa kentzea, bertso-saioa, umeentzako tailerrak eta Oxabi taldearen emanaldia. Bestalde, aurten Lezama Sport futbol-taldea eta Ikusgarri Txokoa izendatu dira enbaxadore.

ZAMUDIO-DERIOKO LURLANGILEEN ETXEA

Santi Mami auzoa, 1
Tel.: 94 454 10 06
Faxa: 94 454 12 15
48170 Zamudio (Bizkaia)

POLITEKNIKA TXORIERRI

EMAN IZENA: politeknikatxorierrI.eus

HEGAN

egiteko aukerak

Formación Profesional y Bachillerato
Lanbide Heziketa eta Batxilergoa



Loiuko kristalezko aterpea guztiz eraberritu beharko da

Loiuko Santa Luzia plazan kristalezko aterpea dago, eta bere barruan, umeentzako jolas-parkea. Josu Andoni Begoña Loiuko alkateak bere webgunean jakinarazi duenez, duela hilabete batzuk ziklogenesi leherkor batek aterpeko zutabeak

kaltetu zituen, eta horregatik, aterpea erabat berritu behar da “umeen eta familien segurtasuna bermatzeko”. Hortaz, aterpea behera bota behar da. Begoñaren hitzetan, obraren proiektuaren idazketa lizitatuko da, eta horren ostean, obra bera.

Bizkaiko Kopa irabazi dute Txorierri Basketlandeko kadete mailako neskek

Txorierri Basketlandeko kadete mailako neskek Begonazpi 2008ko jokalarien kontra jokatu zuten ekainaren 1ean, Derion, eta 44 eta 22 irabazi zieten. Hortaz, Bizkaiko Koparen txapel-dunak dira C mailan. Taldea poz-positik dago, eta Roberto Flores taldearen entrenatzailea eta klubeko koordinatzailea ere poz-positik azaldu da. “Neskek oso lan handia egin dute denboraldian zehar eta merezitako garaipena da”.

Kontatu digunez, jokalariek iaz ere lortu zuten garaipena haur-kategorian. Kadete-mailan egindako lehen urtea izan da jokari guztientzat eta oso hurbil egon dira lehen mailara igotzetik. “Beste urte bat emango dute kadete mailan eta helburua da lanean jarraitzea eta lehen mailara igotzen ahalegintzea. Taldean lan egiten jarraituko dugu eta, jakina, saskibaloiz gozatzen”.

Uztailaren 1etik aurrera garraio astunak ordaindu beharko dute Txorierriko Korridorea erabiltzeagatik

Bizkaian salgaiak garraiatzeko errepideak erabiltzeagatik egin beharreko ordainketaren bigarren fasea uztailaren 1ean hasiko da, eta, besteak beste, Txorierriko Korridorean (BI-30) izango du eragina. Ordainpeko arku-sistema 2023an ipini zen BI-625 eta N-240 errepideetan, eta Bizkaiko Foru Aldundiaren arabera, kamioi handien zirkulazioa % 30 eta % 39 hurrenez hurren murriztu da errepide horietan; sistema zabalduko da A-8 eta BI-10, N-636 eta BI-30 errepideetara.

Carlos Alzaga Azpiegituretarako eta Lurralde Garapenerako foru diputatuak azaldu duenez, Europar Batasunak ezartzen dituen deskarbonizazio-jarraitibideekin bat datorren eredu da, eta 3,5 tonatik gorako kamioi handiak CO2 isurketak murriztera bultzatzen ditu, ibilbide luzeak saihestuz. Era berean, zeharka bada ere, sistema horri esker, zirkulazio astuna es-

kualdeko errepideetatik edukiera handiko korridore eta bide handietara bidera daitete, eta ibilgailu astunak udalerrietako hiriguneetatik igarotzea murrizten da. “Lehen fasea martxan jarri zenetik, kamioi handien trafikoa nabarmen jaitsi da, eta % 30 murriztu da BI-625 errepidean eta % 39 N-240 errepidean. Ordainketa sistemak garraio-sare berdeagoa eta eraginkorragoa sustatzen du; milaka kamioi dira egunero, kasu askotan lehenago hiriguneak zeharkatu ohi zituztenak, eta horrek ingurumenean eta segurtasunean eragiten du”.

Bere hitzetan, helburua da salgaien errepideko garraioa bermatzea, jasangarria, eraginkorra eta ekonomikoki zein sozialki arduratsua izan dadin, eta sektorea bera aldaketaren eragile aktiboa izatea. Carlos Alzagak gogorarazi du Bizkaiko Foru Aldundiak salgaien garraioaren sektorearekin duen konpromisoari eusten diola, eta

laguntza-plan bat eskaintzen duela, kamioien modernizazioa eta lehiakortasuna sustatzeko laguntza ekonomikoko neurriak eta deskontuak barne hartzen dituena. Horrela, 948 garraiolari erregistratuta daude deskontuak jasotzeko, eta 2023ko urtariletik 2024ko maiatzera bitartean guztira 365.000 euro jaso zituzten.

Bestalde, Azpiegituretarako eta Lurralde Garapenerako Sailak eta Ekonomia Sustatzeko Sailak elkarlanean dihardute sektorea modernizatzeko programa sustatzen, segurtasunean, energia-eraginkortasunean eta ingurune digitaletara egokitzean hobekuntzak eginez kamioiak berritzen laguntzeko. Programa horrek aurrean 200 eskaera baino gehiago ebatzi ditu, eta guztira 593.000 euroko dirulaguntza eman du. Beraz, 1,5 milioi euroko hasierako aurrekontua agortu egingo dela aurreikusten da.



Euria eta sua, San Joan gauan

Euria egonda ere, eta ekitaldi batzuk bertan behera utzi ziren arren –adibidez, Sondikako zuzien desfilea–, suak piztu ziren ekainaren 23an Txorierrin, alde batetik,

eguzkiari indarra emateko, eta bestetik, txarra dena erre eta ona dena erakartzeko. Ohi denez, suaren inguruan dantzatu eta abestu zuten herritarrek.

Larrabetzuko Udalak bat egin du panpa-lezkaren aurka borrokatzeko Estrategia Transnazionalarekin

Panpa-lezka (*Cortaderia selloana*) landare exotiko inbaditzailea da, eta duela urte batzuk hura udalerritik desagerrarazteko ekimena martxan ipini zen Larrabetzun. Horrezaz gainera, udalak adierazpen instituzionala onartu, eta bat egin du panpa-lezkaren aurka borrokatzeko Estrategia Transnazionalarekin.

Hortaz, Larrabetzuko Udalak, bere aukeren eta eskumenen arabera, estrategiaren oinarriak betetzeko lan egiteko konpromisoa hartu du. Oinarri horien

artean daude panpa-lezkaren presentzia eta hedapena murriztea eta gelditzea, erauzketaren ondorengo leheneratzea eta jarraipena, ikerketa, legeak eta finantzaketa eta eragileen erantzukizunak eta eskumenak.

Adierazpen instituzionalean jaso duten moduan, panpa-lezkek paisaiaren eta biodibertsitatearen kalitatea galtzea ekartzen du, ingurune naturalak hondatzen ditu, bertoko fauna eta flora kalte-tzen ditu eta alergia sortzen du.

Beste Birako gazteak nabarmendu dira txapelketetan

Umeen kategorian, Zion Uriatxapeldunordea izan zen xabalina-jaurtiketan, eta laugarren postua lortu zuen luzera-jauzian. Horri esker, Bizkaiko selekzioak deitu zion Euskadiko eskolen arteko jolasetan parte hartzeko, eta bertan laugarrena izan zen, 5,06 metroko saltoa egin zuen eta.

Bestalde, 18/20 urtez azpiko Euskadiko Txapelketan, markarik onena lortu zuten 15 atleten artean Beste Birako bikide izan ziren: Jonan de Vicente, 100 eta 200 metroko lasterketetan; eta Alain Sanchoyerto, 800 eta 1.500 metroko lasterketetan. Lehenak bere markak hobetu zituen, eta bigarrenak laugarren gelditu zen lasterketa bietan. Era berean, 16 urtez azpiko Bizkaiko Txapelketan, Elian Quinteros bigarrena izan zen 100 metroko lasterketan; gainera, bere marka gainditu zuen: 12:30.

Klubak izena ematea zabalik du. "Sei urtetik gorako edonor hurbildu daiteke." Entrenamenduak Loiuo herrigunear egiten dituzte barikuetan, 17:00etatik 18:00etara; Zamudion, astelehenetik egunera, 17:00etatik 18:00etara; Derion, barikuetan, 16:30etik 17:30era; eta Sondikako eskolan, martitzenetan eta eguenetan. Entrenatzaile bila ere bada-biltza. Informazio gehiago: 609 417 996.

Centro Dental
Txorierrri

Rocío Astorkia Bordegaray
Col. nº 48000759

Ainhoa Rodríguez Mella
Col. nº 48001337

Igone Nieto Hernández
Col. nº 48001462

Mitxine 7, behea - 48150 Sondika
(geltoki aurrean)
Tfno.: 944 711 639 - Larrialdiak: 670 985 885
www.cdtxorierrri.es

ORTODONCIA21

**Baserritarren Alkartea
Lezama S. Coop.**

Aretxalde, 21 BIS
48196 LEZAMA
☎ 94 455 60 16
e-mail: lezama@fcaec.org
Bazkideak: 144

**Pentsu
naturalak**

**SARRIKOLA
OGITEGIA**

Euskal pastela
Baserriko ogia
Bizkotxoak
Hainbat tarta

Sarrikola, z/g Larrabetzu
Tel.: 94 455 83 37
619 78 58 84



Argi-sableen borroka Lezaman

Borroka-kirola da LudoSport, eta arte martzialak eta *Star Wars* saga zinematografikoaren argi-armak uztartzen ditu. Ekainaren 16an, Estatuko txapelketa egin zen lehen aldiz Euskal Herrian, non eta Lezaman. Esther Lancha da LudoSport Atlas eskoletako nazio-koordinatzailea, eta esan digu oso pozik daudela kirol honek Txorierrin izandako harrerarekin. LudoSport-era bere eskutik hurbildu gara.

Argizko armekin egiten den borroka da LudoSport, eta arte martzialetan dago oinarrituta. "Oso kirol ikusgarria da, eta batzuetan pentsatu daiteke borroka aurretik prestatuta dagoela, baina ez da horrela. Are gehiago, bi pertsona bi aldiz, jarraian, borrokatzen ikusten badituzu, konturatuko zara borroka erabat ezberdinak direla. Benetako borroka da eta oso harro gaude horretaz", azaldu digu Lanchak. Estiloaren arabera, borroka martzial baten edo bestearen eragina du. "Adibidez, lehenengo estiloak edo formak kendoren eragina du, eta bigarrenak, kirol-esgrimarena".

Hiru arma-mota daude: sable luzea, dagak eta makila; arroparen kolorea mailaz igo ahala aldatzen da

LudoSport borroka bat ikustean, argizko armak dira arreta ematen digun lehen gauza. "Hiru arma-mota ditugu. Lehenengo eta behin ikasten da sable luzea erabiltzen. Horrek aluminiozko espata-buru du, eta bere barruan osagai elektronikoak

daude, argia eta soinua sortzen dituztenak; xafla polikarbonato malguaz eginda dago. Bigarren arma dira espata bera edo dagak. Horiek ere espata-burua dute, baina xafla laburragoa da; esku bakoitzarekin daga bat erabiltzen da. Azkenik, makila dugu, pelikuletan ohiko arma dena: espata-buru bi ditu lotuta, eta xafla tamaina ertainekoa da. Zaila da makila erabiltzea, asko pisatzen duelako eta, hortaz, hura mugitzea asko kostatzen delako. Gainera, bi xafla dituzte, bakoitza norabide batean ibiltzen da; hau da, xafla bat zuzana etortzen bada, bestea urruntzen da, eta alderantziz".

Edozein kirol-motak bezala, euren uniformeak dute. "Hasiberriek praka eta kamiseta beltzak janzen dituzte. Lehenengo hiru urteetan zehar, maisuak prest zaudela pentsatzen badu, mailaz aldatu zaitzake, eta orduan marroi koloreko azpitunika eta gerrikoa jantzi dezakezu. Lehenengo hiru urteak amaituta, azterketak eginez joan behar da azpitunikaren kolorea aldatzeko. Mailaz igo ahala aldatzen da arroparen kolorea, arte martzialen gerrikoekin egiten den moduan".

Teknika

Ikusgarritasunetik harago, LudoSportek baditu bere arauak eta teknika, eta badaude hainbat borroka-estilo. "Kanpotik ikusita, pentsatu daiteke ez dela oso kirol konplexua, baina apur bat ezagutzen duzunean konturatzen zara edozein arte martzial bezain konplexua eta zabala dela; ezberdintasuna da arte martzialek milaka urte dituztela, eta gure kirola, berriz, jaio berria da". Gaur egun zazpi estilo daude. "Lehenengo forman, sablea esku biek erabiltzen ikasten da, eta bigarren forman, esku batekin. Hirugarren, laugarren eta bosgarren formatan, arma bakoitza erabiltzen ikasten da, eta beraz, aukerak biderkatzen dira. Seigarren eta zazpigarren forma, bestalde, garatze-prozesuan daude gaur egun".

Lancharen esanetan, kirol mistoa eta inklusiboa da. "Sexuari, adinari, pisuari, eskarmentuari... dagokienez, ez dago mugarik. Esate baterako, hasi berri den pertsona bat arazo barik ibili daiteke urteak daramatzan pertsona baten kontra norgehiagoka, helburua baita elkarrengandik ikastea. Azken batean, indar fisikoa edo azkarra izatea ez dira hain inportanteak, teknika eta zehaztasuna baizik. Beste alde batetik, egia da gizon gehiago daudela, baina, zorionez, gizonen eta emakumeen arteko aldea murriztuz doa pixkanaka-pixkanaka. Gure eskolak, adibidez,



sustatzen du emakumeok txapelketetan parte hartzea, eta, hortaz, lehiaketetan ez ezik podiumetan ere gero eta emakume gehiago daude".

Kirol honek dakartzan onura fisikoak eta mentalak ere aipatu ditu Lanchak. "Kirol anaerobikoa da eta gorputzeko muskulu guztiak lantzen dira, ze sablea modu

egokian erabiltzeko, era koordinatuan mugitu behar dira gorputz osoko muskuluak. Era berean, estresa kentzen duen kirola da: lanaldiaren ostean -batez ere txarra izan bada-, entrenatzera etortzea eta lagunekin partekatzea oso mesedegarria da; komunitate- eta familia-sentimendua sortzen da".

Profil anitza

Hainbat arte martzialean maisuak diren Italiako hiru lagunek LudoSport kirola sortu zuten 2006an. "Pentsatu zuten euren ezagutza argizko sablera egokitu ahal zutela. Estatura 2015ean ailegatu zen, eta Atlas proiektua 2021ean sortu zen, kirola penintsula osora zabaltzeko". Duela gutxi eskola zabaldu da Bilbon eta Donostian. "Oso maila altua lortu dute denbora gutxian; oso pozik gaude". LudoSport egiten dutenen profila oso anitza da, Lancharen esanetan. "Egia esan, duela urte batzuk apur bat friki zen, gehienak *Star Wars* sagaren zaleak

zirelako. Hala ere, denborak aurrera egin ahala, profila aldatu da eta gaur egun oso pertsona kirolzalek egiten dute LudoSport. Sasoi onean dauden kirolzaleak dira eta erronka berri bila dabilta, ohiko kirolez aspertu dira eta". Eskoletan 15 urtetik 60 urtera bitarteko lagunak daude, kirolari gehienak 30 urtetik 40 urtera bitartekoak badira ere. "Lehen aipatutakoez gainera, aurretik kirolik egin ez duen jendea ere badago, baina LudoSport ezagutu dute eta bete dituzte, bizitza-ohitura osasungarriagoak hartu dituztelako".

 **Hortz-klinika
IDOIA ZUBIETA**

 **Osun-zentroa & Hortz-estetika
HORTZ-INPLANTEAK - ESTETIKA-ORTODONZIA**

Areitza doktorea, 11. - 1. esk.
48011 BILBAO
T: 944 416 322

Urbe Plaza, 1
48170 ZAMUDIO
T: 944 521 370

**BASALBEITIKO
TXAKOLINA**

Hizkuntza Txakolina
Hizkuntza Txakolina

Goitioltza ezuz, 37
(LEZAMA)
94 455 61 46

 **ELORRIETA
INSTALACIONES**

ETXE- ETA INDUSTRIA-ELEKTRIZITATEA

Urbe katea, 12 beheko Derio 48160
94 454 03 86

639 57 98 48 - 639 58 25 47



“Lekuetara nire kabuz, bizikleta gainean, ailegatu naizela pentsatzea asko gustatzen zait”

IMANOL ARRIORTUA ZORRILLA | *paracycling*-eko txirrindularia

Derioztarra Espainiako txapelketa da txirrindularitza egokituan, hura irabazi baitu erlojupeko proban zein errepideko lasterketan. Txapelketa Murtzian izan zen maiatzaren azken asteburuan, eta bertan tandem kategorian hartu zuen parte, Fran García Rus bikotekidea zuela. Irailean, Zuricheko mundialean hartuko du parte.

Lehenengo eta behin, zorionak eman behar dizkizugu.

Eskerrik asko. Oso pozik nago. Txirrindularitza egokituan, lehen aldian izan da Espainiako Txapelketa parte hartu dudana, eta, gainera, erlojupekoa zein errepideko lasterketa irabazi ditut. Bero itzela egon zen Murtzian, eta, ondorioz, oso nekatuta ibili nintzen hasieran. Pentsatzen nuen ez nuela emaitza onik lortuko, baina azkenean hobetu nintzen.

Txapelketan Euskadiko Selektioarekin hartu zenuen parte. Nola hasi zinen txirrindularitza egokituan?

Ikusmeneko gaixotasuna dut txikitatik. Hamazortzi urte nituela, beste lagun batekin monitore ibili nintzen txirrindularitza-udaleku batzuetan: bizikleta erosi, eta ibiltzen hasi nintzen. Lagunak triatloiak egiten zituen eta behin atera nintzen bere

taldearekin: guztiei irabazi nien. Orduan pentsatu nuen lehiari sartzea. Duela hiru urte eta erdi hasi nintzen ohiko txirrindularitza lehiatzen, baina ez nien ezer esan nire gaixotasunari buruz. Entrenatzaileak harrizten ziren eta esaten zidaten nire potentziala dela-eta txapelketetan lehenengo hamarren artean egon behar nuela; ni, berriz, askoz beranduago ailegatu nintzen helmugara... Entrenatzailez aldatu nintzen iaz, eta gure artean konfiantza handia sortu zenez, kontatu nion ikusmeneko gaixotasuna dudala. Orduan erabaki genuen modalitate bietan saiatzea: ohiko txirrindularitza eta *paracycling*-ean.

Txirrindularitza egokituari dagokionez, Cofidis Promesas taldean zabilta.

Hango zuzendariarekin ipini nintzen harremanetan, eta lehenengo eta behin ONCEko kide izan behar nuela esan zidan.

Kide egin nuen, eta aurten Espainiako selektioarekin Munduko Kopa bitara joateko aukera eman didate: bata izan zen Belgikan, eta bestea, Italian. Belgikan, hamaikagarrena izan nintzen erlojupeko proban, eta bosgarrena, errepideko lasterketan; Italian, bestalde, seigarrena erlojupekoan, eta zortzigarrena errepidean.

Oso emaitza onak dira, halako probetan parte hartzen duzun lehen aldian dela kontuan hartuta.

Bai, emaitza ona da. Ni, behintzat, oso pozik nago.

Zein taldetan zabilta ohiko txirrindularitza?

Zallako Perseus Zabalgardi Fortinet taldean nago eta 23 urtez azpiko elite kategorian lehiatzen naiz. Bi modalitateetan lehiatzeko baimena eman didate, eta ahal

dudan bitartean bietan ibiliko naiz. Hala ere, argi esan diet lehentasuntzat *paracycling*-a dudala.

Nolakoa da tandemean joatea?

Hasieran estutzen nintzen, pilotuaren atzean ibiltzeagatik. Motor batean moduan, paketea zara, baina pedalei eragin behar diezu. Nire gaixotasunaren ondorioz, dena lauso ikusten dut; adibidez, auto bat antzemateko gauza naiz, baina ezin dut ezberdindu zein modelo den. Hortaz, ohiko txirrindularitzan oso azkar gidatzen dugunez, leku estu batean, trabagarriak dituen leku batean... sartu behar badut, atzean ipintzen naiz, tartea uzten dut, eta lasaiago ibiltzen naiz. Baina horrek ekartzen dit gero askoz esfortzu fisiko handiagoa egin behar izatea; nolana ere, ikusmen-erreferentziaren bat dut. Tandemean, berriz, bakarrik ikusten ditut pilotuaren sorbalda eta ipurdia eta berak esaten duenaz fidatu behar dut. Berak maneiatzen ditu galgak, aldagailuak... eta nik adina indar egiten du. Egia esan, gustatzen zait, lasaia ibiltzen naizelako. Bizikleta neuk gidatzen dudanean, beti naiz zerbaiten kontra egitearen beldur.

Zer kontaktuko diguzu entrenamenduei buruz?

Bada, astean sei egunetan entrenatzen dut, lagunekin eta txirrindularitza-koadrilarekin. Entrenatzaileak esaten dit zer-nolakoa entrenamenduak egin behar ditudan eta astean 20 ordu inguru egin ohi ditut.

Zelan moldatzen zara Fran Garciarekin?

Orain arte ondo moldatu gara elkarrekin. Egia esan, uste dut tandemean 20 aldiz-edo ibili naizela; are gehiago, Belgikako kopan parte hartu baino lehen hiru aldiz entrenatu nintzen berarekin, eta gero lasterketa egin genuen.

Zeintzuk dira zure planak?

Ohiko txirrindularitzari dagokionez, ondo



pasatu nahi dut, konturatu naizelako ezin naizela gainerako txirrindulariekin lehiatu. Txirrindularitza egokituari dagokionez, bestalde, Madrilgo ADOP beketan sartu nahi dut, baita Basque Teamean ere. Eta hobetzen jarraitu nahi dut. Irailean, esaterako, Zuricheko mundialera joango naiz eta espero dut ondo egitea.

Nola prestatuko duzu zure burua?

Erritmoa apur bat geldituko dut datorren hilabetean, eta gero Sierra Nevada joango naiz Franekin. Oso ondo dago, entrenamenduak-eta altueran egiten direnez, jaisten zarenean "indartsuago" sentitzen zarelako. Era berean, saiatuko naiz txirrindularitza-koadrilarekin Pirinioetara joaten.

Zer da bizikletatik gehien gustatzen zaizuna?

Askatasun-sentsazioa. Asko gustatzen zait, adibidez, Laida eta Lagara joatea; etxetik urrun egotea eta pentsatzea hara nire kabuz, bizikleta gainean, ailegatu naizela pentsatzea. Beste aldetik, bertan aukera onak ditugu entrenamenduetarako eta ibiltzeko, nahiz eta dena aldapan gora edo behera izan.

Hurbiletik

Arriortuak 26 urte ditu, eta txikitatik dago Gure Señeak herriko elkartean. Fisioterapia ikasi du eta gaur egun osteopatiari buruzko masterra egiten dabil. "Fisioterapeuta moduan egin dut lan, baina gaur egun ez dut denbora askorik eta buru-belarri nabil txirrindularitzan. Nolanahi ere, gustatuko litzaidake etorkizunean fisioterapia eta osteopatian ibiltzea". Bere adineko edozein gazteri bezala, lagunekin egotea gustatzen zaio. Baita telesailak eta dokumentalak ikustea ere. "Batez ere kirol-dokumentalak gustatzen zaizkit: formula 1 eta moto GP. Ibilgailuak txikitatik gustatzen zaizkit... Bizikletarekiko obsesioa-edo hortik datorkidala uste dut; izan ere, zerbait gidatzeko modua da". Bere telesailik kutunena *Peaky Blinders* dela esan digu; *Élite* eta *La Casa de Papel* ere gustura ikusten ditu.

Enaitz
TABERNA

Ogitartekoak
Anoak
Plater konbinatuak

94 455 42 15
Garaioltza, 74
48196 Lezama

 **ZAMUDIO**
Loteria Nazionalea

Leizaola L. plaza, 7
Tel.: 94 452 09 59
loterias.zamudio@gmail.com

ADARVE KAFETEGIA

Gosariak
Plater konbinatuak
Pintxoak

GIRO ONA

Sollube, 2 DERIO Tel: 94 608 95 31



1- Erlojuen dorrea



2- San Pedroko nekropolia



3- Lastrako dolmena



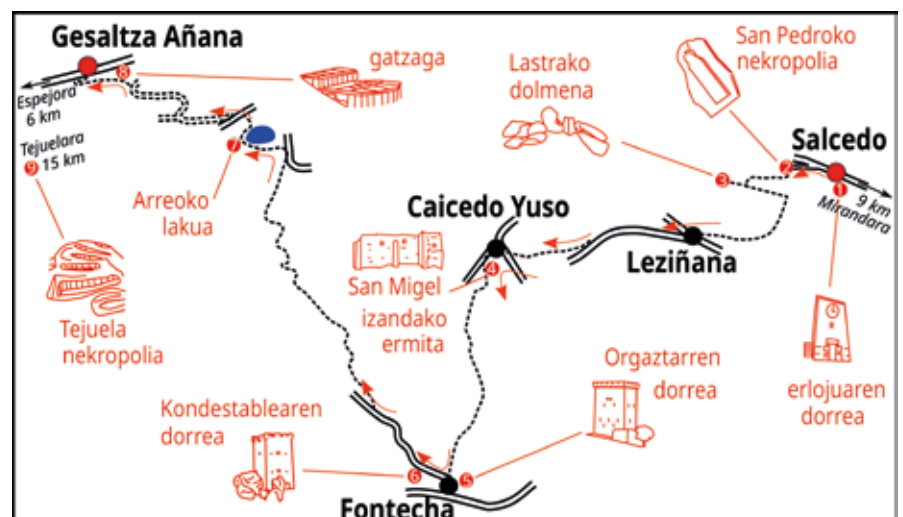
6- Kondestableren dorrea

Arabako ibilbide historikotik (1)

“Menditik patxadaz” atal honetan etapa berri bat hasiko dugu. Gai orokorrak alde batera utzi, eta ibilbide interesgarriagoetara, gure ustez, joko dugu. Lehena Salcedotik Bóvedara doa, Arabako lurretatik, Burgosko zatiren bat ukitzen badu ere. GR1 deritzonaren tarte bat da, ibilbide historikoa deitua. Hiru etapatan banatuko dugu ibilaldia, nahiz eta geuk, txorierritar talde batek, lau egunean egin. Zirkularra ez denez, autoz konpondu beharko dira joan-etorriak; hau da, etapa amaieran eta hasieran auto bat utzi beharko da. Valdegobía / Gaubean dagoen Angosto kanpina ez da leku txarra ondo afaldu eta gauak pasatzeko. Guk horrela egin genuen.

t/a: Iñaki Olabarrieta eta Jose Angel Mentxaka

Hamazazpi kilometroko ibilaldia Salcedoko erlojuaren dorrean (1) hasi dugu, Miranda ondoan dagoen herri txikian. Laster ikusi ditugu GR1 ibilaldiaren marka zuri-gorriak, eta horiei jarraituta erraza egin da aurrera egitea. Kilometro erdira edo, tontortxo batean, San Pedro ermitarekin egin dugu topo, eta nekropolia ere aurkitu daiteke, (2) apur bat adi egonda, zeren nahiko abandonatuta baitaude ezkerreko haitzetan Erdi Aroan jendea lurperatzeko egindako zuloak. Aurrerago, 700 metrora, gari-solo artean, eta markak albo batean





5- Orgaztarren dorrea



7- Arreoko lakua



8- Gatzaga



9- Tejuela nekropolia

utzita, Lastrako dolmena dago (3), gehienak bezala apurtuta dagoena, baina eder to ikusi daitekeena.

Leziñana herrira helduta, dorreko kanpaiak ongi etorri zaratatsua egin digu. Igandea da eta hamabiak... luze-luze jo dute. Caicedo Yusotik pasatu, eta erreka ondoko bide politaren hasieran San Migel izandako ermitaren aztarnak (4) ikusi ditugu. Aurrera egin eta Fontechara heldu gara.

Bi dorre ditu herriak, Orgaztarrena (5) eta Kondestablearena (6); hori ez da arrunta eta adierazten du garai batean herri garrantzitsua izan zela. Zortzi kilometro egin ditugu jada mendebalderantz ibiliz, gari artean eta lur lauetatik. Iparraldera biratu, eta bailara eder batetik joan gara, berdetasunean sartuta. Gora eta

gora, baina oso apurka. Ia goian Arreoko lakua dago (7), Euskal Herriko laku natural bakarra ei dena. Ezkerreko bidezidor ederretik inguratu, zuhaitzen artean, eta laster hasi gara beherantz. Gatzaga handiaren ezkerretik joanda, Gezaltza Añana herrira heldu gara. Merez du bai herria, bai gatzaga (8) itzel ikusgarriak lasai bisitatzea. Milaka urte dira han gatza lortzen dela, eta iturri gaziak jarraitzen du ura ematen, inoiz amaituko ez balitz bezala.

Arratsaldean turismo apur bat egiteko erabili dugu. Autoa hartu, eta Tejuela nekropolia (8) bisitatu dugu (15 km-ra): Puentelarratik joanda Ebroz bestaldean dago, Burgosko lurretan. Nekropoli itzela da, ikusgarria, zalantza barik bisita merezi duenetariko.



Eskuratu hemen
ibilbidearen *track*-a.



«Ezagutu Aukeratzeko» ekimena gazteen ibilbide profesionalak bideratzeko

Gazte askorentzat ez da erraza lanean hasteko unea; izan ere, une hori iritsita zalantzak eta beldurrak dira nagusi. Horregatik, Gaztediren Ezagutu Aukeratzeko programak, Txorierriko Zerbitzuen Mankomunitateak antolatu eta Bizkaiko Foru Aldundiak lagundutako ekimenak, gazteei euren ibilbide profesionalak bideratzeko moduari buruzko erabakiak hartzen laguntzen die. Programaren alderdietako bat egonaldiak dira, non ikasleek ohiko lanegun bat nolakoa den ikusi ahal duten.

Egonaldiak 2023-2024 ikasturteko programari atxikitako prestakuntza zentroetako Batxilergoko 1. eta 2. mailako ikasleei zuzenduta daude. Aurtengo edizioa martxoan garatu da, eta 50 gaztek parte hartu dute.

Laneko egun bat

Programa hau, ez da mugatzen enpresara edo erakundera egiten den bisita gidatu batera. Goiz oso batean, ikasleak datozen urteetan prestakuntza jaso nahiko luke-

ten sektoreko profesional bati laguntzen dio bere lanaldian zehar. Egun horretan, ikasleak bere anfitrioiak egiten dituen jarduera guztietan parte hartzen du, hala nola, elkarrizketetan, bileretan, egunero zereginetan, etab.

Ezagutu Aukeratzeko egonaldien birtartez, ikasleek gaitasun eta trebetasun berriak garatzen dituzte; esate baterako, ekimena, lidergoa, talde lana, erabaki arrazoituak hartzea, informazioaren ezagutza, jomugak ezartzea eta oztupoak gainditzea.

Datuen analitika eta zibersegurtasuna, intereseko eremu berriak

Ekimena, gazteei euren etorkizun profesionala baloratzeko orduan, gehien interesatzen zaizkien sektoreen erakusgarri ere bada. Horietako batzuk tradizionalak dira, hala nola erizaintza, medikuntza, arkitektura, ingeniari, magisteritza eta administrazio arloak, eta horiek, urtero, arrakasta izaten dute eskaeren artean.

Horiekin batera, aurtun espezializazio

arlo berritzaile batzuk ere oso harrera ona izan dute; adibidez, analitika, zibersegurtasuna, marketing digitala, energia berriztagarriak eta Lidergoa, Ekintzailatza eta Berrikuntza (LEINN).

22 enpresa kolaboratzaile

Programa hau posible izan da elkartasunezko espirtua duten profesionalen esker, hain zuzen ere, haien lanagatik gogotsu daudenei eta gazteen etorkizuneko garapen profesionalan inplikaturik daudenei esker.

Aurtun 22 enpresak parte hartu dute, horietatik 14 Txorierrikoak: Abbantia Abogados SL, Arkialbura, Athletic Club de Bilbao, Basondo, Club Deportivo de Hípica Iturribaltza, Derioko Eskola, Estudios Durrero, Aitziber Longarai Farmazia, Azafata de vuelo: Esther de Prado, Hospital IMQ Zorrozaurre, Ingemat SL, ITP Aereo, Lanalden SA, Lantegi Batuak, Lavigor Laboratorios, Makla Arkitektura, Naturelek Consulting SL, Perseus Ciberseguridad SL, Sener, Tazabaez S.Coop, Txorierriko Mankomunitatea eta UMI Comunicaciones 2003.

Txorierriko Mihiluze Txapelketa arrakastatsua



Aurtun ere Mihiluze txapelketak izugarriko arrakasta izan du Txorierriko 10-11 urteko umeen artean. Txapelketan parte hartu duten gazte kopuruari errepertzea baino ez dago horretarako: Txorierriko herri ikastetxeetan, 5. eta 6. mailan 332 ume egon dira klasean ikasturte ho-

netan eta horietatik **188 ume apuntatu dira lehiaketan**: Deriotik 86 ume; Sondikatik 30; Larrabetzutik 28; Zamudiotik 20 eta Lezamatik 24 ume.

Aurtengo edizioan, Lezamako bikote bat geratu da lehenengo (Izar Amat eta Larraitz Sagastigordia), Larrabetzukoa

bigarren (Maitane Bidaurrazaga eta Noa Viana), Sondikakoa hirugarren (Jurgi Gorrotxategi eta Inar Reyes) eta Zamudiokoa laugarren (Jendry Pichardo eta Uxue Boñaetxea).

Lau bikoteek familian disfrutatzeko bidaia jaso dituzte. Zorionak guztioi!



Amaitu da *Kaishop!* kanpaina Txorierrin



Maiatzean egin zen *Kaishop!* kanpaina: Txorierriko biztanleek euren erosketak herrian eta euskaraz egitea helburu duen ekimena, hain zuzen. Txorierrin ez ezik Getxon eta Gernikan ere zabaldu den kanpaina hau arrakastatsua izan da beste urte batez, herritar askok hartu baitute parte antolatutako ekintzetan.

Hainbat egitasmo eraman ditugu aurrera: kartel orokorrak eta pertsonalizatuak denda eta tabernetan jarri dira, bideo bat osatu da bertako dendari eta ostalariekin, sare sozialen bidez zabalkundea eman zaio... baina horretaz gain, aurten ekintza berri bat egin nahi izan dugu, "inkesta ibiltaria" deitu dioguna. Txorierritarrengana hurbildu nahi genuen, giroa sortu kaleetan eta Txorierriko merkataritza eta ostalaritzari buruzko galdera-erantzun jokoak egin: adibidez "Txorierriko zenbat ilepainez dira Euskararen lagunak?" edo "Txorierriko Euskararen Lagun diren establezimenduetara bazoaz, zenbatek erantzun ahal dizute euskaraz?". Horrelako galderak egin dizkiegu herritarrei. Maiatzaren 3 eta 9an Derion, Loion eta Sondikan ibili ziren inkestatzaileak, eta maiatzaren 10ean, berriz, Larrabetzun Lezaman eta Zamudio aldean aritu ziren

herritar bila. Hiru galdera egin zitzaizkien kalean zebiltzan pertsonari, eta erantzutearren boligrafo bat eskuratzeaz gain denda batzuek eman zituzten opariaren zozketan parte hartu zuten. Guztira 259 pertsonak erantzun zituzten galderak, eta horietatik 44-k kanpainako kamiseta bat lortu zuten, kamisetarekin argazki bat sare-sozialetara igo zutelako.

Bestalde, inkesta bete zutenen artean 6 saritu egon dira, eta ondorengo establezimenduei esker opari bat eskuratu dute:

- Biar Landa (Loiu)
- Esther fruta denda (Sondika)
- Zainduz Hortz Klinika (Derio)
- Josune janari denda (Lezama)
- Oxangoiti Kultur Elkartea (Lezama)

Irabazleak jada bertaratu dira establezimenduetara euren oparia jasotzera.

Mankomunitateak eskerrak eman nahi dizkie kanpainan parte hartu duten herritar guztiei eta baita sariak eman dituzten establezimenduei ere, beste urte batez *Kaishop!* ekimena aurrera eramateko ezinbestekoak izan baitira.

Segi Txorierrin euskaraz erosten eta kontsumitzen!

Erritmo kontua da

Denetarikoa jendea dago. Batzuek estu hartzen dituzte euren eginbeharrak, eta badira bestelako patxada erakusten dutenak eta lasai-lasai dabilzanak. Lehenengoak «azkar» edo «agudo» ibiltzen dira, bigarrenak, berriz, «poliki» edo «emeki». Et, et, et... berba horiek ez dira oso naturalak Txorierrin. Hemen *arin* edo *astiro* egiten ditugu gauzak.

Zer edo zer *arin-arin* edo berehala egiten dugunean *atoan* berba darabilgu. Presaka gabiltzanean, eta egitekoren bat oso une laburrean egingo dugula adierazteko, honelako esaldiak esaten ditugu: *gesu* baten egingo dugu batzarra. Autobusa galdu ez galdu gabiltzanean, *karra-deran* edo *karraka* joatea baino ez daukagu; eta, jakina, *albainka* edo arnasa hartu ezinik heltzen gara.

Esan bezala, badira *artega* edo urduri egotea zer den ez dakitenak. *Nasai* ibiltzen dira, eta munduaren akabera hurrean egonik ere, *geldiro* edo *geldi-geldi* ibiliko lirateke. Horrelakoek, eurek jakin barik, «slow live» bizitza-filosofia praktikatzan dute.

Estresak hartu ez gaitzan, edozertarako, denbora *pitin* bat gehiago hartu beharko genuke, edonora goazela ere, sasoiz heltzeko. Azken batean, arinago ibiltzeagatik ez gara urrunago helduko. Ahoz eta idatziz bertako berbak, zero kilometroak, aukeratzeko ere tarte-txo bat hartu beharko genuke. Hori ere erritmo kontua da.



Hamar urte festa jendearengana eroaten

SAKATU ELEKTROTXARANGA

Hamar urte bete dira Sakatu elektrotzaranga sortu zela, eta bere partaideak ekitaldi berezia prestatzen dabilta urteurrena ospatzeko. Hainbat ideia dituzten arren, oraindik ez dakite zehatz-mehatz zer antolatuko duten, edo ez dute esan nahi, baina baliteke ekitaldi berezi hori udaren ostean izatea. Bien bitartean, elektrotzarangaren hiru partaiderekin batu gara eta hizpide izan ditugu Sakaturen nondik norakoak.

a: Iker Garcia Millán

Arkaitz Ducay eta Patxi Barrutia son-dikoztarrak eta Xabier Zubieta derioztarra dira Sakaturen Txorierriko partaideetako batzuk. Hamargarren urteurrenera sasoiari heldu diren galdetu diegu, eta erantzun dute galdera hori urtero egiten diotela euren buruari. "Urtea amaitzen denean, sasoiu eta gogotsu gauden hausnartzen dugu. Denetarik izan dugu: batzuetan, oso ondo joan da, eta beste batzuetan, ez hain ondo; baina azkenean lortu dugu hona heltzea (kar-kar). Lagunak gara eta hona familia bat bezala ailegatu gara".

Parranda-giroan gozatzeko musika-egitasmoa da Sakatu, eta, jakina, festa-giroan sortu zen. "Parrandan geundela, elektrotzaranga bat ikusi genuen. Oso txarrak ziren eta otu zitzaigun guk ez genuela okerrago egingo (kar-kar). Egia esan, oso ideia ona da; azken batean jairik jai joaten zara gehien gustatzen zaizuna egiten: musika eta parranda (kar-kar). Gainera, beste talde batzuen abestiak jotzen

zituzten talde pare batean genbiltzan garai hartan: batu genituen, formatua egokitu, eta kalera irten ginen". Taldea 2014ko irailean osatu bazen ere, hurrengo urtera arte ez zuten kontzerturik egin. "Abestiak prestatu behar izan genituen, furgoneta, materiala lortu... Lehenengo bira 2015ean egin genuen".

"Lagunak gara eta hamargarren urteurrenera familia bat bezala ailegatu gara"

Elektrotzaranga bat zer den kontatu digute. "Festa da kalean. Jendea kontzertura joan beharrean, kontzertua jendearengana eramatea. Horrek ekartzen du ezin direla beti kanta berberak botatu eta kale-girora hobeto egokitzen den estiloa topatu behar dela". Publikoaren jarrera ezinbesteko dute. "Hasieran beti kosta-

tzen da apur bat: jendea atzean-edo kokatzen da, baina kontzertuak aurrera egin ahala hasten dira motibatzen, eta ondorioz, gu ere motibatuago izaten gara". Beharbada, kalean bertan egoteak errazten du musikariaren eta publikoaren arteko interrelazioa. "Jende artean egonda, errazago izan daiteke jende hori erakartzea eta elektrotzarangaren giroan nahastea. Hala ere, jendea nola harrapatu ere jakin behar da, eta horretarako modua topatu. Ordua eta trago-kopurua ere baliagarriak izaten dira (kar-kar)". Hiru orduko musika-saioak egiten dituzte, baina askotan lau ordu ere ematen dituzte jotzen. "Luzatzen gara, ze gu ere gustura eta ondo pasatzen izaten gara; lanean, baina disfrutatzen".

Publikoaren erakartzeko, behar-beharrezkoa da abesti-errepertorioa ondo aukeratzeko. "Aurten gehiegi aldatu da; pentsa ezazue, reggaeton abesti bat ere sartu dugu... (kar-kar). Gauza da urterik urte publiko gero eta gazteagoa dela, eta, hortaz, abestiak aldatu behar dira. Guk astero testatzen dugu zerk funtzionatzen



Zure taxia, Teorierikik

Zamudio - Derio - Sondika - Lezama - Larrabetzu - Loiu

24h 94 480 09 09

ERRESERBAK:

www.taxisaeropuertobilbao.com





aldeko hertz klinika
Tel.: 94 454 15 87

Anuska Prieto Aguilar
Odontologoa

Urbe 7, beheko
48160 DERIO (Bizkaia)

- Especialitate guztiak zerbitzu baten
- Aurrekontua doan
- Especialitatea: umeak



duen eta zerk ez, eta hurrengo denboraldiari begira erabaki ahal dugu zein abesti kendu eta zein ez. Gure estiloa batez ere ska-punk da, eta gaur egun entzuten dena estilo horretara moldatzen dugu. Euren abestiak sortzea ez dute aukeratzat jotzen. “Ez luke formatu honetan funtzionatuko. Azken batean, abesti ezagunak entzun nahi ditu jendeak... Gezurra badi-rudi ere, *Sarri, Sarri* oraindik da gehien eskatzen diren abestietako bat”. Ohikoa da publikoak abesti bat edo bestea jotzeko esatea, baina eskaerak onartzen dituzte, abestiak errepertorioan badituzte. “Abestien ordena aldatzen dugu kasu horietan; bestela, ez dugu jotzen. Beti dago norbait esaten duena «Jo Cicatriz!; bada, ez, ez dugu errepertorioan (kar-kar)”.

Euskal giroa

Sakaturen kideak martxotik urrira bitartean ibiltzen dira herriz herri, jairik jai, ia asteburu guztietan. “Duela urte batzuk ahalegintzen ginen deitzen ziguten leku

“Jendea kontzertura joan beharrean, kontzertua jendearengana eramaten du elektrotxarangak”

guztietara joaten, eta asteburu batean bizpahiru kontzertu egin dugu askotan. Hala ere, hausnarketa egin dugu eta erabaki dugu hobe dela kontzertu gutxiago egin eta apur bat deskantsatzea. Izan ere, gu ez gara Sakatutik bizi; bakoitzak bere lana du eta atsedena ere hartu behar da”. Euskal giroko jaietan mugitzen dira Sakatukoak, eta 10 urtean 500 kontzertu inguru egin dituzte. “Batzuetan sorpresak daude, ze herri batera joaten zara eta pentsatzen duzu ez dela ezer egongo, baina bat-batean kontzertu itzela ateratzen

da; eta, berriz, gerta daiteke Bilboko Aste Nagusira joan eta ez egotea pentsatzen zenuen giroa”. Egoera bitxiak ere gertatzen dira, hurrengo adibide honetan birus batek eraginda izan arren. “Urte eta erdian kontzerturik egin gabe izan ostean, bi musika-saio egin genituen deskonfinamenduan eta publikoa eserita zegoen, bakoitza bere aulkian eta bata bestearengandik urrun... Bitxia izan zen”.

Euskal Herrikan kanpo ere egin dituzte kontzertuak. “Erroman izan gara. Taldeki-de bat bertan bizi zen eta sorpresa eman genion bere neska-lagunaren laguntzaz. Bi kontzertu egin genituen: bata, gaztetxe moduko leku batean, eta hangoek bazuten apur bat euskal kultura ezagutzen; eta bestea, areto batean”. Bartzelonako Ordal herriko bazterrak ere girotu dituzte. “Hango txaranga bat ezagutu genuen Bilboko jaietan, eta gonbidatu gintuzten euren herrian jotzera. Han arrunta da txaranga herrikan jotzen ibiltzea, eta gure formatua ezberdina bada ere, pozik hartu

gintuzten; gainera, abesti batzuk espresuki prestatu genituen Ordalen jotzeko". Azaldu dutenez, ez da erraza Euskal Herriatik kanpo ateratzea. "Teruelen, adibidez, Tamborile musika-jaialdia egiten da eta inoiz Euskal Herriko txaranga bati deitu diote, baina arraroa da halako irteerak ateratzea. Behin, Leonetik deitu ziguten guri, *random* batera gonbidatzeko, baina uste dugu ez zekitela oso ondo zer egiten dugun... (kar-kar). Abestiak gaztelaniaz jo behar genituela esan ziguten, nahiz eta baten bat euskaraz jo ahal genituen; ez zigun merezi eta ez ginen joan".

"Urterik urte publikoa gero eta gazteagoa da, eta, hortaz, abestiak aldatu behar dira"

Musika-ikuskizunean guztiz bat egiten dute Sakatuko kideek, eta ikuskizunetik kanpo ere ondo moldatzen dira elkarrekin. "Familia bat bezala gara azken ba-

Sakatukoak

Sakatu elektrotxaranga Txorierrin jaio zen orain dela 10 urte. "Urtero aldatzen da taldekideren bat, eta elektrotxarangatik 30 lagun baino gehiago pasatu dira, seguru. Gaur egun 11 partaide gara, baina ordezkokoak ere behar ditugu, ezin garelako astebururo 11ok batzea". Patxi Barrutia eta Ekaitz Ducay Sakaturen ahotsa dira, eta aurten bonboak jotzea ere tokatu zaie; Xabier Zubietak gitarra edo baxua jotzen du, beharizanen arabera. Titular eta ordezkokoak tartean, gainerako partaideak hurrengo hauek dira: Borja Perez (kaxa), Urko Aurrekoetxea (baxua), Antxon Intzaurza (gitarra), Aimar Gamba (trikitia), Borja Perez (kaxa edo bonboa), Unai Naberan (kaxa edo bonboa), Aritz Landeta (trikitia), Iker Ibarluzea (ahotsa), Iker Vasallo (tronpeta), Asier Villalibre (tronpeta) eta Julen Pagazaurtundua (tronboia). Batzuek euren musika-taldea dute edo izan dute. "Gauza da Sakatuk denbora asko har-

tzen duela: entseiuak, kontzertuak... Eta zaila da aldi berean bi proiektu eramatea; momentu batean edo bestean aukeratu behar da".

Taldekideen hitzetan, polita izango litzateke hemendik 20 urtera edozein herriko jaietara joan eta Sakatu hor egoitea. "Baina beste partaide batzuekin. Bai, polita izango litzateke ikustea jendeak zure proiektuarekin jarraitzen duela, eta, horretarako, jendea erakarri behar da, eta konpromisoa hartu dezatela lortu; bestela, beti geuk jarraituko dugu... Izan ere, batez ere kontzertuei eta jotzeari buruz hitz egiten da, baina talde batek badu trakzionatu beharra, eta baten batek ibili behar du tiraka: kontratazioa, gizarte-sareak, publizitatea, gauzak erosi, kontuak egin, soinua zaintzea, autoa... Atzean dagoen lan hori guzti barik, elektrotxaranga ez luke aurrera egingo. Beraz, sartzen den jende berriak bere egin behar du proiektua".

Ekin eta ekin 35 urtez. Publikoa, irekia, guztiontzat.



**TXORIERRIKO UDAL
EUSKALTEGIA**



UDAKO IKASTAROAK (UZTAILEAN ETA IRAILEAN)

NOIZ	HELBURUA	ORDUTEGIA	ORDU KOPURUA	IZENA EMATEKO AZKEN EGUNA	MATRIKULA-PREZIOA
Uztailaren 1etik 24ra	Maila guztiak	9:00-14:30	90 ordu	Ekainaren 24a	111,6 €
Irailaren 3tik 26ra	Maila guztiak	Egunean 5 ordu	90 ordu	Uztailaren 12a	111,6 €
Irailaren 9tik 27ra	Mintzamina B1-B2-C1	Egunean 3 ordu	45 ordu	Uztailaren 22a	55,8 €
Irailaren 9tik 27ra*	B1-B2-C1	9:00-12:00 edo 16:00-19:00	45 ordu	Uztailaren 22a	55,8€

*HABEren deialdi itxira joan diren ikasleentzat baino ez. Lehen deialdira aurkeztu diren ikasleak izan behar dira, idatzian edo ahozkoan gainditu ez dutenak; baita lehen deialdira joan ezin izan direnak ere, ekainean maila lortu ez dutelako.

MATRIKULA ZABALIK, INFORMA ZAITEZ!





tean: batzuetan, *in love* gaude, eta beste batzuetan... elkar hil nahi dugu! (kar-kar). Normala da, elkarrekin ordu asko ematen ditugu eta". Atsotitzak dioenez, zenbat buru, hainbat aburu. Gainera, elektrotzarangan hainbeste partaide egoteak logistika-kontuak ere ondo antolatu behar izatea ekartzen die. "Furgonetan nola joan eta nola etorri, esaterako; ez gara inoiz guztiok furgoneta berean sartzen... Ez da erraza, ze guztiok ezin gara ordu berean leku berberera joan; batzuk beranduago ailegatzeko dira; beste batzuk, ezin joan...

Euskal giroko jaietan mugitzen dira Sakatukoak, eta 10 urtean 500 kontzertu inguru egin dituzte

Emanaldiak antolatzea ez da erraza, ze gauza neke da ooren gogara egitea. Nolanahi ere, egia ere bada elektrotzarangak asko batzen gaituela. Kide berria sartzen

denean, apur bat gogorra da berarentzat, nukleo gogorra eginda dagoelako (kar-kar). Ez, ez; erraz hartzen dugu pertsona hori, jatorrak gara eta! (kar-kar)".

Hasieran esan moduan, Sakatuko kideek urtero hartzen diote pultsua elektrotzarangari, eta hausnartzen dute sasoiak dagoen edo ez. Aurten ere horrela egingo dute. "Eta gero, gerokoak". Bien bitartean, 10. urteurrena nola ospatu pentsatzen dabilta. "Hurrengoan kontatuko dizugu (kar-kar)". Gizarte-sareei adi egon beharko dugu, jaiak eta Sakatuz gozatu ahal izateko.

PATXI
KOOP

PATXI KOOPERATIBA ELKARTEA
Nabizteko gailuna - Oinezan 4 48170 Zamudio (Bizkaia) - Tel: 944 522 867 - aikor@paxi.koop - www.paxi.koop

LIBURUDENDA PAPERDENDA
ZAMUDIO

EGUNEROKO PRENTSA, SALGAI

Corbea kalea, 5
48170 ZAMUDIO

Tlf. / Faxa:
94 452 29 10

L. LEIZAOLA PLAZA 2 (ZAMUDIO)
946 522 857

OAKLAND
ENGLISH



JAI-EGITARUA

Uztailak 12, barikua

18:00 Txupinazoa eta jaiak hasia, gaiteroek alaituta.

18:30 Umeentzako puzgarriak.

22:00 Xaibor.

Ostean, Dj Vithy.

Uztailak 13, zapatua

10:00 Mahaiak eta aulkiak banatzea.

10:30 Ume eta gazteentzako zirkuitua, Zorribikek antolatua.

12:30 Kurutze dantza-taldearen emanaldia.

13:00 Paella txapelketan izena ematea.

14:00 Paellak aurkeztea eta sariak banatzea.

17:00 Umeentzako ur-puzgarriak.

17:30 Nagusientzako lehiaketa.

20:00 Etxebarria aita-semeak trikitilariak.

22:30 Kontzertua: Atrikipunk.

00:30 Dj Elepunto.

Uztailak 14, domeka

13:00 Txakolina dastatzea, bertsoz jantzita: Estiballes eta Peñagarikano. Zorritzetan euskara elkartearen eskutik.

Goitioltza jaietarako prest

Goitioltzako jai-batzordeak ezagutzera eman du aurten go jai-egitaraua. Jaiak uztailaren 12tik 14ra bitartean izango dira Lezamako auzoan, eta ohikoa den bezala, ume, gazte zein helduentzako egitaraua antolatu da herriko zenbait elkarterekin eta udalaren laguntzarekin.

Sondigarbi
GARBITEGIA

ITURRIGANE, 2 EGUNERO
635584941 8.00-22.00

Goiri'78 s.l.
Zerbitzu ofiziala

Txorierrri et., 46
48150 Sondika
Bizkaia

94 453 25 15
94 453 39 31

auzoKide
Finken administratzailea

LORENA GAMBOA AGUIRRE

Txorisolo 4, beheka B 48150 SONDIKA
634 410 470
auzokidefincas@gmail.com



PAPERETZKO JANTZITA





1958. urtean lehen aldiz egin zen Gueñeseko Nazioarteko Paperezko Jantzien Lehiaketa. Ibilbide luze honetan, lehiaketak gorabehera batzuk izan ditu, eta 2005. urtean Soineko elkartearen eratu zen, ekintza babesteko, zabaltzeko eta sustatzeko. Lehiaketan diseinatzaile ospetsuek hartu dute parte, hala nola Ion Fizek, María Ciék eta Mercedes de Miguelek. Lehiaketaren jantzietako batzuk uztailaren 27ra arte ikusgai izango dira Derioko Kultur Birikan.



“Nahi dugu jendeak *trebowl*-a erabili eta girotu dezan”

Sondikako skate-pista berezia da bere formagatik eta bere ertzaren akaberagatik. Txorierriko eta Euskadiko mugak gainditu ditu bere ospeak, eta Estatuko zein nazioarteko skaterren artean ere bada ezaguna. Berezia izan arren, aspaldian ez da hainbeste erabiltzen, eta Txoriskaters elkarteak hartu du hura skate-zirkuituaren erdigunean ipintzeko ardura.



Asier Fernandez eta Gonzalo Idigoras gaztetxotatik dabilta skate gainean. Sondikako *bowl*-ean ezagutu zuten elkar, patinatzen, eta orain skate-pista hori berpiztea hartu dute erronkatzat. Horretarako, Txoriskaters elkarteak sortu dute: Fernandez da presidentea, eta Idigoras, presidenteordea. Kontatu digutenez, elkarteak pandemia hasi aurretik ipini zuten martxan, baina COVID-19ak dena geldiarazi zuen, eta euren proiektua ez zen salbuespena izan. Pandemia gaindituta, egitasmoa berriro hartu dute eta ahaleginetan dabilta patinetean hotsa Sondikako *bowl*-ean entzun dadin.

Skate-pista duela 15 urte egin zen. “Helburua da jendea, eta batez ere Txorierriko jendea, pista etortzea patinatzerara. Pista berri duela orain dela bizpahiru urte, eta nahi dugu jendeak erabili eta girotu dezan. Pista berezia da, gainera: alde bateatik, hirusta-forma du eta horregatik esaten diogu *trebowl*; eta bestetik, pista gehienek ez bezala, bazter osoa igerilekuetan erabiltzen den lauzaz eginda dago. Horrek xarma berezia ematen dio, izan ere, pista gehienetan metalezko tutua ipini ohi da”.

Bere berezitasunek eta kokaguneak inguruko eta urruneko skaterrak erakartzen dituzte. “Ezaguna da nazioartean ere bai. Esaterako, Kaliforniako mutil batekin kointziditu ginen bertan patinatzen, eta beste behin ingelesan kuadrilla bat etorri

zen... Oso pista ona da, pista asko baino hobea, eta bere ospe ona gizarte-sareen bidez zabaldu da. Era berean, apur bat *underground* da, leku bazter eta lasai batean dagoelako, masifikaziorik gabe. Furgonez etortzen dira hona eta gaua ematen dute: badago non aparkatu, merenderoak... Potentzial handia du leku honek. Bestalde, jendea gelditzen da bertora patinatzerara etortzeko”.

Parekorik ez

Txoriskaters elkarteak 10 urtetik 50 urtera bitarteko bost kidek osatzen dute gaur egun, baina espero dute skate-zaleak animatzea eta laster askoz kide gehiago izatea. “Elkartean sartzeko baldintza bakarra da gogoa izatea. Nahi duenak txoriskaters@gmail.com helbide elektronikora idatzi dezake gurekin harremanetan ipintzeko. Zenbat eta gehiago izan, orduan eta agerikotasun handiagoa izango du pista. Halaber, beste aukera bat eskaini ahalko diegu gaztetxoei, kirola egin dezaten”. Horri lotuta, aipatu digute Txorierriko eskoletako gurasoen elkarteetara jo dutela, eskolaz kanpoko ekintza moduan skatearen hastapenei buruzko ikastaroa egiteko aukera aztertzeko. “Patinatzeak onura asko ekartzen ditu. Adibidez, psikomotrizitatea hobetzen du, eta momentu eta abiadura zehatz batean nola erreaktionatu jakin behar duzunez, laguntzen dizu

Argazki-lehiaketa

Sondikako *trebowl*-ek 15 urte bete ditu, eta Txoriskaters elkarteak pentasatu du ekimen berezia egitea urteurrenaren harira. “Argazki-lehiaketa antolatuko dugu Instagramen. Helburua da 15 urte hauetan Sondikako pistan

egindako argazkiak batzea. Argazkiak inprimatuko ditugu eta udal-liburute-giko erakusketa-aretoan ikusgai ipintzeko asmoa dugu. Gainera, sariak banatuko ditugu argazkiak bidaltzen dituztenen artean”.

erabakiak hartzeko orduan. Bizkortzen zaitu, aberastu, eta zure buruan uste osoa izatea ekartzen dizu. Eta jakina, askatasuna ematen dizu: irristatze-sentsazioak ez du parekorik”.

Elkarteak San Joan jaietan egin du jendaurreko debuta eta umeentzako zirkuitu txiki bat atondu zuten, txikiak kirol honetara eta elkartera hurbildu zitezten. Nolanahi ere, euren asmoa da herriko gainerako elkarteekin elkarlanean ibiltzea eta euren ekarpena egitea Sondika girotzeko. “Espero dugu egitasmoa ezagutzera ematen hasi bezain laster jendetzak gurekin bat egitea. Ez dakigu jende askorik elkarrean sartuko den, baina ziur gaude antolatuko ditugun ekintzak erabat arrakastatsuak izango direla”. Ekintza horietako batzuk aurreratu dizkigute. “Orain dela urte batzuk 40 urtetik gorako lagunentzako txapelketa egin genuen, eta aurten ere antolatzeko asmoa dugu. Era berean, gustatuko litzaiguke Euskadiko Openaren saioen bat Sondikara ekarri ahal izatea; opena denez, Euskadiko skaterrek ez ezik, gainerako autonomia erkidegoetakoek ere har dezakete parte”. *Trebolw*-era neska skaterrek hurbiltzea ere gustatuko litzaieke, eta bertan elkartu daitezela.

*Pista berpizteaz gainera,
elkarteak beste kirol-
aukera bat eskaini nahi
die gaztetxoei*

“Skatearen baitan *neskaters* mugimendua sortu da eta bere helburua da emakumeak skate-aren bidez kirolean ahalduntzea. Neskek lideratutako mugimendua da. Izan ere, skatea mutilei lotuta egon da tradizioz, baina gaur egun neskek oso kalitate handiz patinatzen dute, eta ez dago alde handirik gizon skaterren kopuruaren eta emakume skater-en kopuruaren artean”.



AmAr
ileapaindegia

Asteartea-ostiralea:
9:00-19:00
Laburunbata:
8:00-13:30

Uribe plaza, 1 behea
Zamudio
944 520 419



HARATEGIA
ALBERTO

Arbolantxa, 4
Tel.: 944 520 825
48170 ZAMUDIO



IZ
ILE APAINDEGIA
946036943

Txanbongorri e2
ZAMUDIO

iz.ileapaindegia@gmail.com

Uribe On Tour 2024

Aurten, Uribe On Tour programaren bosgarren edizioa bete da. Bost urte hauetan, eskualdeko erakargarritasun turistikoaren balioa azpimarratu da, eta, horretarako, uztailean eta abuztuan ekintza-sorta zabala eskaintzen da, publiko-mota guztietara egokitzen dena.

Ekimenak garapen iraunkorraren helburuak betetzen ditu eta zuzeneko harremana ahalbidetzen du ekoizleen eta bisitarien artean. Horren adibidea da txakolin-azoketara eta -upategietara joateko gonbidapena; gainera, azken horiek

neurrira egindako eskaintzak dituzte, eta bisita gidatuei, dastatzeei eta uztartzeei esker, bisitariak lehen mailako esperientzia enogastronomikoak bizitzeko aukera dute. Horri lotuta, Bakioko Txakolin Museoa – Txakolinguneak “Uribeko koloreak” ekintza eskaintzen du, dastatzeak eta pintxoak uztartzen dituen bisita gidatu baten bidez txakolinaren aniztasuna ezagutzeko.

Beste alde batetik, Uribe On Tour 2024k eskualdeko ondare geologikoaren balio turistiko handia ere ematen du ezagutze-

ra, eta Bizkaiko Flysch-aren balioa azpimarratzen du. Geologo adituek zuzendutako bisita gidatuak eta abentura-ekintzak, esaterako parapentean hegan egitea, dira paisaia ikusgarri honetan egin ahal diren jardueretako batzuk.

Kulturak eta ondareak beste behin ere leku berezia izango dute Uribe On Tour 2024ko programazioaren baitan, eta bisitaz joango da Berangora, Mungiara eta Plentziara. Berangon, Burdin Hesiaren Oroimenaren Museoak atek zabalduko ditu, babes-azpiegitura honen historia interesgarria ezagutzeko, bere helburua baitzen Gerra Zibilean Bilbo tropa frankistetatik babestea. Mungiara hurbiltzen diren pertsona guztiek, bestalde, bisita gidatuez gozatu ahalko dira, eta oratzera animatzen denak talo-tailerra egin ahalko du Bizkaiko baserririk zaharrenean, Landetxo Goikoa Baserrian hain zuzen ere (XVI. mendea). Plentzia ere bat egin du Uribe On Tour egitasmoaren programazioarekin, eta hainbat bisita eskaintzen ditu, kostaldeko hiribilduaren historia, arkeologia eta kultura ezagutzeko.

Nolanahi ere, askoz herri gehiago izango dira aurtengo edizioaren protagonistak, eta gustu guztietarako ekintzak eskainiko dituzte, hala nola Berangoko rokodromo estalian eskalada egitea, Gornizeko Dastatuarte Food & Art jaialdia, txangoak Sopelara eta Leioara, abentura-irteerak 4x4 ibilgailuetan kostaldetik eta Bakioko surf-ikastaroak. Uribe On Tour egitasmoaren ekintza guztiak uztailean eta abuztuan izango dira. Programa osoa www.uribe.eu webgunean kontsultatu daiteke, eta bertan ere erreserbak egin daitezke.

Uribe On Tour egitasmoaren edizio berri honi esker, udan Uribeko eskualdea sustatzeko egiten diren hitzordu garrantzitsuenetako bat sendotzen da; izan ere, urterik urte, gero eta interes handiagoa azaltzen da eskualdearekiko eta gero eta jende gehiago etortzen da gura.




Uribe On tour 2024



Euskadi / Bizkaia / Uribe

Uribe, eskualde bat, 24 herri, oroimenerako postal bihurtzen diren paisaiak, kostaldeko eta barnekaldeko zaporea duen gastronomia eta abenturaz, kirolaz eta kulturaz beteriko uda igartzeko leku aproposa.


 Barrikako hondartza



www.uribe.eu

UZTAILA | ABUZTUA



 Butroeko gaztelua - Gatika



San Isidro jaietan izan gara



a eta t: Joanes Camara, Gizarte-integratzailea

PAI Bitartean eguneko zentroa Derion dago, eta aurten ere herriko jaietan parte hartu nahi izan dugu Emaús Gizarte Fundazioko langileok. Orain dela bi urte, udalak eta jai-batzordeak lagunduta, Zumbathlon ekintza solidarioa antolatu genuen. Oso ekintza arrakastatsua izan zen, bertan 100 pertsona baino gehiago ibili ziren eta. Batu genuen dirua Gure Señeak elkarteari eman genion. Aurten, berriz, stand bat ipini genuen herri-azokan.

Proposamena jai-batzordeak egin zигun, eta guk onartu genuen. Herri-azoka

maiatzaren 11n egin zen. Artisauen postuez gainera, jai-batzordeak gune bat atondu zuen, herriko elkarteek euren burua eta lana jendaurrean aurkeztu zezaten. Gure lana azaltzeaz gainera, erakundearen egunerokotasuna islatzen duten argazkiak ipini genituen gure standean. Era berean, Ganbara Gizarte Irratian parte hartzeko aukera eman genuen. Horretarako, hurrengo galdera honi erantzun behar zitzaion: Zuk zer egiten duzu zure komunitatea hobetzeko?

Beste aldetik, herri-azokan parte hartu genuen erakundeok maiatzaren 17ko pregoian egoteko gonbidapena ere jaso ge-

nuen, helburua zelako herriko elkarteak eta erakundeak omentzea. PAI Bitartean eguneko zentroko erabiltzaile eta langile askok parte hartu genuen ekintzan, eta kalejiran irten ginen Kultur Birikatik herriko plazaraino. Gure ordezkariak udaletxeko balkoian izan ziren ekintzak iraun zuen bitartean.

Derioko komunitatearen parte izateak asko poztzen gaitu Emaús Gizarte Fundazioko langileok eta erabiltzaileok. Horri lotuta, lerro hauetatik, Derioko jai-batzordeari eskertu nahi diogu aurten San Isidro jaietan parte hartzera gonbidatu izana.

ArtileArtean

Mungialde, 4 - DERIO
946 240 343 / 665 702 751
www.artileartean.com

astikenemotor
www.ASTIKENEMOTOR.com

DERIO - 946 451 781

Ne-apaindegia

M^a Antonia Llodio TXPI

Txorieriko etorbidea, 6
Tel.: 94 452 02 70
48170 ZAMUDIO (Bizkaia)



Pantailak loaren etsai?

t: Xabier Diaz

Urte batzuk dira modan jarri zirela argi urdinaz babesteko filtro eta betaurrekoak. Telefono eta tablet gehienetan, kolore beroak erabiltzen zituzten “gau moduak” ere agertu ziren. Dena, gure erretina eta loa argi horretaz babesteko.

Pantailatako puntu bakoitzean hiru “lanparatxo” daude: bat gorria, bestea urdina eta azkenekoa berdea. Horietako bakoitzari intentsitate konkretu bat emanez lortzen da puntuaren kolorea, eta puntu guztiak hartuta, pantailan irudi bat agertuko da. Hiru kolore horien artean, urdinak dauka uhin-luzera txikiena, beraz, energiarik handiena, eta hortik dator erretina kaltetu ote zezakeen kezka.

Beste alde batetik, izakion loaren kudeaketan, badakigu argi urdinak melatoninaren –loaren hormona– ekoizpenean eragina duela, eta hori da filtro urdinak erabiltzeko aholkuaren atzean dagoen beste arrazoi bat.

Egindako ikerketen berrikuspen sistematiko batek¹ erakusten du balitekeela harremana egotea loaren kalitatearen eta argi urdinaren artean, baina ikerketek badituzte gabezia batzuk ere, hala nola blokeatzen den uhin-luzera zein den eta argiarekiko esposizioaren neurketa.

Beste alde batetik, hainbeste ikerketa aztertzen dituen beste berrikuspen batek² ez du antzematen argi urdinak begiari kalte berezirik egiten dionik. Egia da 2018an zelulak argi urdinean jartzen zituen esperimentu batek³ ondorio hori atera zuela, baina honezkero garbi gelditu da oinarritzko ikerketa bat baino ez zela eta hori ondorioztatzeko goiz zela: alde batetik, ikerketan erabilitako zelulak ez ziren erretinaren zeluletatik eratorriak; eta bestetik, jasotako argi urdina ez zuten normalean begietan jasotzen den moduan jaso.

Zoritxarrez, oinarri ahul hori hartuta, hainbestek pagotxa topatu zuten. Eta hortik etorri ziren filtroak, betaurrekoak...

Gainera, filtro horiek seguru gauden sententzioa sorrarazi diezagukete, eta, hori bai, ikerlan guztien arabera begiek pantailekin sufritu egiten dute. Horren arrazoi nagusia da kliskatzeari uzten diogula: begia ez da horregatik behar den moduan hidratatzen eta sikatu egiten da. Oftalmologoen 20-20-20 araua gomendatzen dute: hogeit hamar minutuero begiak pantailetatik aldentu eta 20 oinera (oin bakoitza 30 cm inguru) dagoen objektu batera begiratzea 20 segundoz.

Eta, zure loaz kezkatuta bazaude, bidea beste bat da: lo errutina bat hartu. Batetik, egunero ordu beretsuenetan esnatu eta lotara joatea. Bestetik, ohera joatea logura zarenean, eta logura ez bazara, ohetik jaiki (gabez irakurtzeko ohitura badaukazu, adibidez, hobe da besaulkian irakurtzea eta logura zarenean ohera joatea). Azkenik, duten argitasuna dela eta, saiatu lotara joan aurretik pantailak ekiditen, baina ez hainbeste kezkatu argia urdina edo arrunta den.

¹<https://labur.eus/aikorurdirin1>, Hester L, Dang D, Barker CJ, Heath M, Mesiya S, Tienabeso T, Watson K. Evening wear of blue-blocking glasses for sleep and mood disorders: a systematic review. *Chronobiol Int.* 2021 Oct;38(10):1375-1383. doi: 10.1080/07420528.2021.1930029. Epub 2021 May 24. PMID: 34030534.

²<https://labur.eus/aikorurdirin2> Singh S, Keller PR, Busija L, McMillan P, Makrai E, Lawrenson JG, Hull CC, Downie LE. Blue-light filtering spectacle lenses for visual performance, sleep, and macular health in adults. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2023, Issue 8. Art. No.: CD013244. DOI: 10.1002/14651858.CD013244.pub2. Accessed 16 June 2024.

³<https://labur.eus/aikorurdirin3> Ratnayake, K., Payton, J.L., Lakmal, O.H. et al. Blue light excited retinal intercepts cellular signaling. *Sci Rep* 8, 10207 (2018). <https://doi.org/10.1038/s41598-018-28254-8>

**sarraila-denda
Txorierri**
ADITURAK SARRAILA GINTZAN ETA SEGURATASUNEAN

946 038 663
625 100 800
info@ceirrajerriaborient.com
www.ceirrajerriaborient.com

Alain Pomposo Zarate
Urkiola, 4 Iorja
48160 Derio

**PsikoNeuro
TXORIERRI**

Psikologia eta Neuropsikologia
Navarra kalea 6, 3. solairua · Bilbo

611 172 488
psikoneuro_txorierri

Torrealday

ZURE FINANTZA-OSADUNERAKO BAZKIDE ESTRATEGIKOA

ZERGA, LAN ETA KONTABILITATE AHOLKULARITZA

Arrosa



t: @txiribita_mundi

Rosa spp. Maiatza izan da loreen hilabetea, eta artikulu hau lorategiko erreginetako bati eskainiko diot: arrosari. Omenaldia errezeten bidez egingo diot, eta, horrela, lore eder eta lurrintsu honen aukerak ezagutuko ditugu.

Basoko arrosa-barietate asko daude eta guztiek dituzte antzeko propietateak. Lorategiko barietateek basokoaren propietate sendagarrietako batzuk dituzte, baina hibridazioa dela-eta joan dira euren propietateak galduz. Basoko barietateek usain handiko lore-hostoak dituzte, eta propietate sendagarri handiak. Beharrezkoa bada, edozein arrosa-barietate erabili dezakezu, baina kontuan hartu usain handikoek propietate handiagoak dituztela.

Noiz batu

Inportanteena da seguru egotea arrosei ez dietela pestizidarik bota edo ez daudela gune kutsatuetan. Momenturik onena goizean da, ihintza oraindik arrosetan dagoenean. Udaberrian eta udaren hasieran, zabaltzen hasten direnean, 1-3 lore-hosto hartu ditzakezu landare bakoitzetik; utzi estamineak eta arkakaratsak, erleek loreak polinizatzeko.

Arrosa-marmelada: 500 ml ur, arrosen lore-hostoak, 400 g azukre, limoi baten ura eta laranja-lorearen ura (aukerakoa). Infusioa egingo dugu ura eta eskukada handi bat lore-hosto erabilita (lore-hosto freskoak eta usain handikoak); hozten utzi, eta iragaziko dugu. Beste eskukada handi bat lore-hosto gehituko dugu, azukrea, limoi-ura eta edalontzi erdi laranja-lorearen ur. Su motelean egosiko dugu, harik eta jarabe-itxura hartzen duen arte. Flaskoetan gordeko dugu eta etiketa ipiniko diegu.

Arrosa-ardoa: litro eta erdi Portoko ardo (edo antzekoa), usaina duten arrosa sikuak, 10 g mihilu eta 150 g laranja-lorezko ezitia. Osagaiak hiru astean beratuko ditugu ardotan, eta egunero eragingo dugu. Iragazi, ontziratatu, etiketa ipini, eta gordeko dugu. Bizigarri arina da, eta gosegarri moduan edo digestioari laguntzeko edan dezakegu.

Arrosazko ezitia: 300 ml ur, eskukada bat lore-hosto eta 500 g laranja-lorezko ezitia. Lore-hostoak uretan egosiko ditugu minutu batzuetan; hozten utzi, eta iragaziko dugu (saiatuko gara ahalik eta gehien

aprobetxatzen). Laranja-lorezko ezitia gehituko dugu, eta ondo nahasiko dugu; potu batean gordeko dugu. Gozo-gozo dago, eta, bere propietate sendagarri dagokienez, erabili ahal dugu, eztarriko, anginetako eta hortzoietako mina arintzeko (infusioa edan dezakegu, edo gargarak egin).

Erabilera topikorako errezetak

Arrosa-olioa: jaso berriko lore-hostoak eta olio- edo almendra-olioa (nahiago baduzu, beste bat erabili dezakezu. Lore-hostoz beteko dugu ontzi esterilizatu bat, eta olioaz ere beteko dugu; espatula bat erabilita, arinki eragingo dugu, ontzian egon daitekeen airea kentzeko. Lore-hostoak ondo estaliko ditugu, ontziari estalkia ipiniko dugu, eta bi astean beratzen izango dugu; egunero eragingo dugu. Gaza bat erabilita iragaziko dugu, eta prozesua berriro egingo dugu: lore-hosto berriak ipiniko ditugu eta bi astean beratuko dugu. Iragazi, eta ontziratuko dugu, eta leku fresko eta ilun batean gordeko dugu. Olioak bakarrik erabili ahal dugu, edo baltsamoak egiteko. Oso egokia da aurpegiko larruazalarentzat. Orbaintzailea ere bada, eta egokia, erre-durak sendatzeko.

Ozpin aromatikoa: 500 ml ozpin eta eskukada bat lore-hosto (freskoak). Zazpi egunean izango dugu beratzen; iragazi, eta ontziratuko dugu. Larruazalaren gaixotasunak arintzeko erabili dezakegu, hala nola

narritadurak, granoak, ziztadak, urtikariak eta erredurak. Larruazalean zuzenean ezarri daiteke, edo ozpina ur destilatuan urtuta. Era berean, gorputz-desodorante moduan erabili dezakegu.

Landareak batzeko aholkuak

Orokorrean: hartu ondo ezagutzen duzuna; hartu neurritz eta soilik lekuan asko badaude; ez eraman dena, utzi beti zerbait; hartu bakarrik erabiliko duzun landarearen zatia; ez atera sustraitik, moztu ondo hazten jarrai daitezen; ez moztu loreen % 20 baino gehiago, zuhaitzak edo zuhaixkak badira; hartu bakarrik erabiliko duzuna, geroago itzuli ahal zara, edo beste leku batzuetara joan; ez jaso gune babestuetan edo parke naturaletan.

Non: larreetan eta autorik pasatzen

ez den bide-ertzetan; goldatu gabeko basoetan; toxikorik erabiltzen ez den ortuetan eta lorategietan; INOIZ EZ areketan, fumigatutako landetan eta ibaiertz kutsatuetan.

Noiz: goizean, ihintza sikatu ondoren; hartu hostoak erabiliko ditugun egunean bertan; hartu loreak goizean eta sustraiak arratsaldean; landareak gorde edo sikatzeko, hobe da ilbehera denean jasotzea.

Materialak: eskularruak, artaziak, paperezko oihalezko poltsa, zumezko saskiak...



"Les roses"

a: Wikimedia commons / Pierre-Joseph Redouté

TALDEA  **GURENA**
ASISTENTZI ETA EGOITZA-ZERBITZUAK

ZURE NEURRIRA



**BABESPEKO
APARTAMENTUAK**

**EGONALDIK
EGOITZEAN**
egunean
gauean
asteburuetan

Unbe txiki bidea 9
LOIU 48180
(Urdaneta ikastetxearen aurrean)

944 530 049
www.gurena.com



Azenario-bizkotxo

Osagaiak (lau lagunentzat):

- 250 g azenario (gordin, zuritu eta birrinduak)
- 200 g irin
- 7 g legamia-hauts
- 125 ml ekilore-olio
- 4 arrautza
- 200 g azukre

Prestatzeko era:

Azenarioak txikitu, eta olioarekin nahastuko ditugu. Arrautzak katilu batera botako ditugu, eta azukrearekin batera irabiatuko ditugu. Ondoren, aurretik prestatutako azenario-pasta gehituko dugu. Behetako legamia eta irina ere gehituko ditugu. Dena nahasiko dugu.

Hogeita lau zentimetroko molde desmuntagarria beharko dugu. Moldea gurinaz edo olioaz igurtziko dugu. Orea botako dugu. Labean 185 gradutan egingo dugu 30 minutuan, edo harik eta zotz edo laban batekin zizatuta haren punta garbi ateratzen den arte.



Txapiroak malagar erara

Osagaiak (lau lagunentzat):

- 400 g txapiro-uztai
- 2 tipula txiki
- 4 berakatz-atal
- 2 piper berde txiki
- 6 tomate heldu
- 20 g gari-irin
- 10 g piperrauts gozo
- 600 ml arrain-salda
- Oliba-olioa
- Gatza
- Perrexila

Prestatzeko era:

Txapiroak garbituko ditugu, eta xukatzen utziko ditugu. Bitartean, gainerako osagaiak prestatuko ditugu. Tipula zuritu, eta fin-fin txikituko dugu, baita berakatzak ere. Piperrak garbituko ditugu, haziak kenduko dizkiegu, eta dadotan moztuko ditugu. Tomateak zuritu, eta birrinduko ditugu.

Olio apur bat berotuko dugu kazola batean, eta bertan tipula eta berakatzak bigunduko ditugu su motelean, 10 minutuan. Piperra gehitu, eta bost minutu gehiago

sueztituko dugu, edo harik eta barazkiak bigun egon arte. Ondoren, perrexila (zaituta) eta gari-irina gehituko dugu. Minutu pare batean sueztituko dugu eta eragingo dugu irina ondo egin dadin. Piperrautsa gehitu, eta eragingo dugu. Segituan, piperrautsa ez erretzeko, tomate birrindua eta txapiroak gehituko ditugu. Gatza bota, eta minutu pare batean egosiko dugu. Arrain-salda botako dugu eta 45 minutuan egosiko dugu su motelean, edo txapiroak bigun egon arte.

Zazpi ezberdintasunak

Topatu zazpi ezberdintasun Sondikako argazki honetan. Zer falta da? Zer dago sobera? Zer lekuz aldatuta?





UDAKO KARRETEA

Ailegatu berria da uda, eta Sondikako San Joan jaiak dira Txorierrin gozaten ditugun udako lehenengo jaietakoak. Ohikoa denez, **Juanjo Ortiz** argazki-kamera eskuan ibili da herriko jaiak utzitako momentuak irudi bihurtzen.



Zuk ere auzoko eta herriko jaietako argazkiak bidali ahal dituzu aikortxori@aikor.com helbide elektronikora.



EKAINEKO ZOZKETEN IRABAZLEAK. ZORIONAK!



◀ Mari Carmen Álvarez Palencia



◀ Añes Zarate Arrieta
Ainara Erezuma Zubiaur
Marta Rodríguez González
Nicolás Ruiz Gracia

aikor!
txorierriko aldizkaria



Konekta zaitez gurekin!



Parte hartu aikor.eus webgunean

Zure argazkiak eta albisteak bidali



E-posta:
aikortxori@aikor.com



WhatsApp:
688 86 41 35