

TOKIKOM

2023ko uztaila | 238. zenbakia

aikor!

txorierriko aldizkaria

Lagatzu Eguna
Historikoa



Izan Aikorlagun!



euskara praktikoa

TXORIERRIKO TXEPETXA AEK EUSKALTEGIA

A1, A2, B1, B2, C1 mailak

HABEk homologatutako euskaltegia

Azterketa ofizialak prestatzeko ikastaroak

Herrian bertan ikasteko aukera

Autoikaskuntza

Online

Matrikula zabalik irailaren 28ra arte

Gorbea kalea 5, behea, Derio

94 454 39 67 / 607 59 87 94

txepetxa@aek.eus

DIRULAGUNTZAK

Eusko Jaurlaritza
HABE

Txorierriko
Mankomunitatea

Larrabetzuko
Udala

-  4 Iritziak
-  5 Laburrak eta albisteak
-  10 Beste aukera bat Liher eta Haizearentzat
-  12 Gurean izan da... Oxabi taldea
-  14 Gaztea eta... Ane Vallo taekwondolaria
-  16 Txorierriko Zerbitzuen Mankomunitatea
-  18 Menditik patxadaz... Hilarriak
-  20 Lagatzu Eguna
-  24 Larrabertzuko jaiak
-  29 Txorierriko institututa
-  30 Lezamako jaiak
-  32 Emaus Fundazioa
-  33 Herbarioa... Garraiska
-  34 Teknologia... Ilargia
-  35 Hileko argazkia... *Riderren* erakustaldia
-  36 Sukaldaritza
-  37 Denborapasa
-  38 Agenda



12 Oxabi musika taldea



24 Larrabertzuko jaiak



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

aikor!
txorierriko aldizkaria

Argitaratzailea: TOTOAN, Txorierriko Euskara Elkarleen Federazioa (Lagatzu, Zorritzeta 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 eta erredaktorea: Gaizka Eguzkitza

Kolaboratzaileak: Jon Ander Rola, Miren Basaras, @txiribita_mundi, Joanes Camara, Ivan Duque, Iñaki Olabarrieta, Idoia Andres, Jose Angel Mentxa, Jon Etxezarraga, Izadi Urrutia eta Xabier Diaz

Zuzentzaileak: Iñaki Astorkiza eta Jagoba Zallo

Publizitatea: Amaia Lekue (688 782 642)

Banaketa: Eragin

Inprimategia: Gertu

Ale kopurua: 8.000

Lege gordailua: BI 137-02 ISSN 1578-9322

Portada: Jon Etxezarraga



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

Adimen artifiziala

Adimen artifiziala bada azken hila-beteotako gai bilatuenetariko bat. Hori zer den ulertzeko, adimen hitza eta artifiziala hitza banan-banan aztertu beharko genituzke. Giza adimena hainbat aldetatik aztertu daiteke: adimen artistikoa, espaziala, logikoa, musikala, eta abar. Baina guztietan jasotako esperientziatik egoera berrietara egokitze eta arazoak konpontzeko ahalmena ahalbidetzen du. Artifiziala hitza aztertuz, naturala ez dena izango litzateke, edo gizakiak egindako zerbait ere bai.

Adimen artifiziala, beraz, gizakiok berezkoak ditugun jokabide arrazionalak makinei ahalbidetzea izango litzateke, euren arrakasta handituz. Horrela, adimen artifizialak giza adimena berdinduz gain, berau gainditu ere nahi du.

Hainbat esparrutan erabiltzen ari da adimen artifiziala. Osasunean, esate baterako, diagnostikoak azkarragoak eta zehatzagoak lortzeko bultzatu nahi da; azken

finean, gaixotasun baten bilakaera hobeto ulertu ahal izateko. Beste erabilera bat botika berrien aurkikuntza da. Badakigu hainbat bakterio multirresistenteak direla, hau da, gaur egun ditugun botikek ez dute lortzen bakterio horiek kontrolatzea, eta, beraz, gaixotasuna aurrera doa heriotzaraino. Adimen artifizialari esker hainbat saiakera egiten ari dira, eta lehen aldiz lortu da makinak milaka osagai ezberdin aztertu ondoren, horrelako bakterio bat suntsitzeko baliagarriak izan daitezkeen banakak antzematea. Dena den, orain entsegu klinikoak egin behar dira hori baieztatzeko; gizakiaren adimena behar da.

Hezkuntzan ere adimen artifiziala erabiltzen hasi da eta horri lortua dago ChatGPT deiturikoa. Horrek egin deza-keena da elkarrizketa batean parte hartzen duen pertsona bat imitatzea, eta guk galdera batzuk eginda testuak erraz sortu ahal ditu. Kezka dago ikasleak beren lanak



MIREN BASARAS
Mikrobiologian doktorea

egiteko tresna hau zuzenean erabiltzean pentsamendu kritikoa eta arrazoibidea galduz joango ote diren. Era berean, lanbide batzuk arriskuan egon litezke makinak gai badira lan horiek egiteko, eta aditu askok diote hori guztia arautu behar dela. Izatez, Europan jadanik hasi dira adimen artifiziala arautzen.

Dudarik gabe, adimen artifizialak gero eta hobeto imitatzen gaitu, baina oraingoz beste laguntzaile bat dela esan daiteke, eta gizakiok bertan egon behar dugu haren garapena behatzen.

Duela hiru urte erabaki genuen Zuberoakoaren antzeko pastoralak Lagatzu Egunerako egitea, eta aurten burutzea lortu dugu. Normalena da gerran, kulturen edo politikan indartsua eta boteretsua izandako gizon bat protagonista aukeratzea; guk, aldiz, Carmen Mendiguren Abaunza hautatu genuen, irakaslea eta emakumea.

Zamudioztarra Ingalaterrara joan zen gerrako umeekin, eta etxera itzulita, Francoren administrazioak lan egiten uzten ez zionez, hainbat urtetan Palazioan ibili zen eskola ematen, 60ko hamarkadan Eskola Nazionalean lanean hasi zen arte. Historia xumea da berarena, baina mirestekoa zamudioztar askorentzat, batez ere irakasle

Carmen Mendiguren pastoralak



JON ANDER ROLA
Lagatzuko kidea

izan genuenontzat. Bestalde, egitasmo erraldoi honek esfortzu ikaragarria ekarri du, taulara 80 aktoretik gora igotzeaz gain, oihalaren atzean beste hainbat ibili zirelako agertokia ipintzen, arropa lortzen, koplak eta dantzak sortzen...

Amaitzeko, eskerrak bereziki lagun biri eman nahi dizkiet: batetik, Etxahun Lekueri, ehundik gorako koplekin istorioa gorpuztu duelako; eta bestetik, Josu Camarari, gure zuzendariari, bere pazientzia amaigabeari esker bakoitzaren onena ateratzeko gai izan delako.

Alaia
Fruta-denda
Etxez etxeko zerbitzua
Bertoko produktuak

Taldea 5
48170 Zamudio
946 850 585

HARATEGIA
ALBERTO
Arbolantxa, 4
Tel.: 944 520 825
48170 ZAMUDIO

AmAr
ileapaindegia

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

Urbe plaza, 1 behea
Zamudio
944 520 419

Politeknika Txorierri 'Gira Jóvenes' programaren finalista izan da, estresa tratatzeko aplikazio bati esker



Coca-Colak sustatutako egitasmoa da "Gira Jóvenes" programa. Bere helburua da 16 urtetik 26 urtera bitarteko gazteen trebakuntza eta enplegarritasuna hobetzea. Politeknika Txorierri estresa tratatzeko aplikazioa aurkeztu du egitasmora eta hari esker lortu du finalista izatea. Are gehiago, azaldu dutenez, Euskadiko ikastegi bakarra da finalisten artean egon dena.

Vyours proiektua Politeknika Txorierriko Lanbide Heziketako ziklo hauetako ikasleek egin dute: Ingurumen Hezikuntza eta Kontrola eta Salmenten eta merkataritza-espazioen kudeaketa. Ikasleek aplikazio bat garatu dute, eta horren bidez mahaigaineratu dute, besteak beste, gizarte-sareetan egiten den gorputzen idealizaziotik eta egungo edertasun-estandarretatik eratorritako nahaste psikologikoak tratatzeko beharra. "Bizimodu berrietatik, autoestimu faltatik eta osasunari eragiten dion kudeaketa propio eta emozional faltatik ere eratortzen da perfekzioagatiko presio hori", esan dute ikasleek.

Aplikazioa sortzeko, inkesta bat egin zuten, eta bertan galdetu zuten pertsonen egoera emozionala nola hobetu zitekeen. Erantzunak aztertu, eta, Bego Aparicio ikasleak azaldu duen moduan, hurrengo hau ondorioztatu zuten: pandemiaren

ostean guztiok izan ditugu aldaketa asko eta bizitza berri batera egokitu behar izan dugu; aldaketak ehunka lagunen garapen emozionalean ere izan dira".

Vyours aplikazioak komunitate segurua eta hezitzailea sortzea du helburu, emozioen kudeaketa ona garatzeko. Horretarako, hitzaldi informatiboak eta didaktikoak eskaintzen ditu adituen eskutik, bideo- zein podcast-formatuan. Era berean, estresa gutxitzeko joko interaktiboak ipintzen ditu erabiltzaileen

eskura, eta nahasmendu hari eta beste batzuei aurre egiteko informazio erabilgarria. Aplikazioa helduentzat zein gazteentzat da, estresa bizitzaren etapa guztietan agertzen da eta. Hala ere, oso tresna garrantzitsuak eskaintzen ditu ikasleek erabili ditzaten: adibidez, azterketa-garaian estresari nola aurre egin ikasi, gaintitu gabeko azterketa nola kudeatu eta komunikazio-trebetasunak nola hobetu.

Amaia Lizaso da Politeknika Txorierriko irakaslea, eta bere esanetan, oso esperientzia atsegina izaten ari da. "Ikasleek proiektua urratsez urrats nola egituratu duten egiaztatu dut, fase bakoitzean ikasiz eta beti elkarlanean lan eginez. Ikasleak oso motibatuta egon dira prozesu osoan eta uste dut oso esperientzia positiboa dela bai maila akademikoan, bai maila pertsonalean". Politeknika Txorierriko espero du egitasmoan eskaintzen diren tresnak egunerokotasunean ezartzea eta egitasmoa baliagarria izatea gazteak buruko osasuna zaintzearen eta sustatzearen garrantziaz jabetzeko. "Gira Jóvenes" programara 55 egitasmo aurkeztu dira, eta zortzi finalista aukeratu. Irabazleak hauek izan dira: En busca de los ODS (Madrilgo IES Ciudad Escolar) eta Regala Memoria (Bazako IES Pedro Jiménez).



Estatuko selekzioak Endika Garcia deitu du

Espainiako pilota selekzioa pilotari bila dabil 2024ko 22 urte azpiko Munduko Txapelketarako, eta horregatik egin du deialdia; deitutako pilotarien artean dago Endika Garcia palista larrabetzuarra. Endika eta beste pilotariak Iruñean batuko dira uztailaren 28tik 30era bitartean, eta saio batzuk egingo dituzte

elkarrekin, selekzioaren entrenatzaileen

agindupean. Aurrelari larrabetzuarra Olarreta herriko taldean hasi zen jokatzeko, baina gaur egun Sestaoko Lagun Artean klubean aritzen da.



WhatsApp taldearen harpidedunen arteko zozketa

Ainara Dañobeitia Zubieta

da uztailako irabazlea eta Baserri Antzokian lagun birentzako bazkaria jasoko du saritzat. WhatsApp taldean sartzeko eta Txorierriko albisteak jasotzeko, idatzi ALTA hitza eta bidali whatsapp mezua **747 406 561** telefono-zenbakira.



Aiora Gerekiz, Euskadiko txapelduna et

Aiora Gerekiz bederatzi urteko zaldun larrabetzuarra da. Gazte-gazterik izan arren, ibilbide oparoa du hipikan, dagoeneko titulu inportanteak lortu ditu eta. Aiorak saltoak egiten ditu poney gainean, eta aurten Euskadiko txapelduna izateaz gainera, brontzeko bi medaila eskuratu ditu Espainiako txapelketan; bata, bakarka, eta bestea, taldeka. Larrabetzuarra B kategorian lehiatu da aurten. Eider Etxeandia bere ama da, eta kontatu digunez, oso denboraldi ona egin du Aiorak, eta balorazioa erabat positiboa da. "Are gehiago, hiru urtean beti egon da podiumean eta hori itzela da". Aurten lehen aldian izan da Euskadiko txapelketan parte hartu duena, eta garaipena oso berezia izan da. "Adina dela eta, Nafarroako Hipika Federazioarekin lehiatu da aurreko urteetan, baina aurten Euskadiko Federazioan hasi da. Hasi, eta

Euskadiko txapelketa irabazi; poz-pezik eta harro egoteko modukoa da".

Espainiako txapelketan ere lan ezin hobea egin zuen Aiorak, bere poneyaren –Calie du Beaulieeu– gainean. Izan ere, bero handi-handia egonda ere, zaldunak zein zaldiak lan bikaina egin zuten, eta brontzeko bi domina eskuratu, bakarka eta taldeka. "Oso neketsua izan zen: alde batetik, beroagatik; eta bestetik, probetan poney askok hartu zutelako parte. Luze egin zen eta sarri ibili behar izan genuen Aiora zein zaldia freskatzen eta hidratatzen, ondo egon zitezten. Gainera, oso proba teknikoak egin behar izan zituzten".

Bestalde, Aiorak Anagan Kopa ere irabazi du aurten 0,8 metroko kategorian, eta bosgarrena izan da Infanta Elena trofeoan. Azken trofeo hori hain zuzen duela bi urte irabazi zuen A2 kategorian, eta urte horretan ere Espainiako Kopa

Saharako 20 ume, Bakeleku Udalekuan

Uztailan, Bakeleku Udalekua proiektuaren baitan, 10 urtetik 12 urtera bitarteko 20 ume saharar larrabetzura ailegatu dira uda ematera. Udalak azaldu duenez, frontoia, igerilekuak eta eskola erabili dira udalekua atontzeko; umeekin sukaldari bat eta zortzi begirale boluntario dabilta. Egitasmoa Bakeleku Bizkaia eta Zumaiako Darahli elkarteekin laguntzarekin egiten da.

Programak helburu bikoitza du: alde batetik, Saharako umeek basamortu gordina utzi, eta, beste edozein umeren antzera, oporrez gozatzea; eta bestetik, Saharak bizi duen gatazkaren berri ematea. "Saharako umeek, euskal umeekin batera, esperientzia erabat ezberdina bizitzeko aukera izango dute. Dieta orekatua

emango zaie eta medikuarenera eramango dira. Era berean, hainbat hezkuntzajarduerak egiteko aukera izango dute, euskara zein gaztelania ikasiko dute eta gure bizimodua ezagutuko dute. Txangoak ere egingo dituzte".

Ume sahararrak duela 30 urte inguru etorri ziren lehen aldiz Bizkaia. Hasieran familiek hartzen zituzten umeak, baina azken zazpi urteetan udalekuetan izan dira. Udalekua "Oporrak Bakean" programaren barruan dago, eta haren bidez, errefuxiatuen kanpamentuetan bizi diren ume sahararrek bi hilabeteko oporraldia igarotzen dute Euskal Herrian. Horrezaz gainera, Euskal Herriaren eta Sahararen arteko kooperazioa sustatzen da.

ADARVE KAFETEGIA

Gosariak
Plater konbinatuak
Pintxoak

GIRO ONA

Sollube, 2 DERIO Tel: 94 608 95 31

aldekone
hortz klinika
Tel.: 94 454 15 87

Anuska Prieto Aguilar
Odontologoa

–Especialitate guztiak zentru bakar batean
–Aurkorrak duan

–Especialitatea: umeak

Urte 7, beheak
48160 DERIO (Bizkaia)

ArtileArtean

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

a brontzea Espainian

irabazi zuen A kategorian. Iaz, urrezko bi medaila lortu zituen Espainiako txapelketan, A kategorian; eta brontzea, Infanta Elena trofeoan. Aiora Lezamako Aretalde Hipika Klubean entrenatzen da, eta aipatutako lorpenak dira lan gogorraren eta ahalegin handiaren emaitza. "Oporretan daude Aiora zein Calie; orain udaz gozatzea dagokie, atsedena hartu, eta ondo pasatzea. Indarrak berriro behar dituzte, irailean berriro entrenatzen hasteko eta Espainiako Poniclub Trofeoa eskuratzen ahalegintzeko".

Datorren urtean Aiorak 10 urte beteko ditu, eta Etxeandiak azaldu digun moduan, erabakiak hartu beharko dituzte bere kirol-ibilbideari buruz. "Aztertuko dugu poneyekin lehiatzen jarraituko duen, edo zaldiekin lehiatzen hasiko den... Baina, bueno, hori datorren urteari begira izango da; orain udako oporrak disfrutatuko ditugu, eta gero gerokoak".



Garazi Kamiok irabazi du Lezamako Mikel Zarate literatura saria

Lezamako Udalak eta Elkar argital-etxeak jakinarazi dutenez, Garazi Kamio Anduagak idatzitako *Bikini* nobela laburrak irabazi du Mikel Zarate haur-literatura sariaren aurtengo edizioa. Lanean, Kamiok bullying istorio bat kontatzen du, baina ez biktimaren edo erasotzailearen ikuspuntutik, baizik eta ikusle hutsa den eta deseroso sentitzen den ume baten ahotik. Egileak 3.000 euroko saria jasoko du, eta liburua Elkar argitaletxeak kaleratuko du.

Mikel Zarate haur-literatura saria Lezamako Udalak eta Elkar argitaletxeak sortu zuten idazle lezamarren omenez,

eta aurtien 13. aldiz egin da. Sarietara 16 lan aurkeztu dira eta haien artean *Bikini* irabazle aukeratu du Maribel Aiertzak, Leire Bilbaok eta Xabier Mendigurenek osatutako epai-mahaia.

Garazi Kamio Andoainen jaio zen 1979an. Ikus-entzunezko Komunikazioa eta Irakasletza ikasi du, eta kazetari moduan lan egin duen arren, gaur egun ingeles-irakaslea da bere herriko ikastolan. Umeen literaturako hainbat lanez gainera, aurretik argitaratuta ditu *Beste norbaiten zapatak* (2012, Igartza saria) eta *Orube abandonatuak* (2014, Agustin Zubikarai saria) narratiba-lanak.



astikenemotor
www.ASTIKENEMOTOR.com
DERIO - 946 451 781

Bizkaia
- Plater konbinatuak
- Ogitartekoak
- Kaxolak
BIZKARGI KAFETEGIA
Euskal Herria Kalea
48160 - Derio (Bizkaia)
94 454 16 55

ELORRIETA
INSTALACIONES
ETXE- ETA INDUSTRIA-ELEKTRIZITATEA
Urbe kalea, 12 behea Derio 48160
94 454 03 86
639 57 98 48 - 639 58 25 47

Mila esker, Taberna Ibiltaria, zuen laguntzagatik!

Aurreko urteetan moduan, Taberna Ibiltariak Lagatzu Egunean hartu zuen parte, eta herriko elkarteekin batera bazkalondoa girotu. Eta aurreko urteetan moduan, aurten ere bere saioagatik jasotako dirua AIKOR! Txorierriko aldizkariari eman dio. Langileok Taberna Ibiltariaren partaide guztiei eskertu nahi diegu egindako diru-ekarpena, euskara sustatzeaz gainera, gure jarduera aurrera ateratzen laguntzen digute eta.

Antzar Eguna joateko autobusa Zamudiotik

Zamudioko Udalak autobusa ipiniko du, irailaren 5ean Lekeitiora, Antzar Eguna, joateko. Hamasei urtetik gorako herritarrentzako zerbitzua da, eta adingabeokoe gurusoek sinatutako baimena aurkeztu beharko dute. Kasu bietan bost euro ordaindu beharko dira autobusean lekua gordetzeagatik, eta izena emateko inprimakiak udaletxean har daitezke. Era berean, erantzukizun-agiria sinatu beharko da. Autobusean izena ematea abuztuaren 14tik 31ra izango da. Autobusa 11:00etan irtengo da Zamudiotik, eta 23:00etan itzuli.

Rubén Glera zamudioztarrak bigarren postua lortu du Espainiako MTB txapelketan



Espainiako mendi bizikletaren Txapelketa (MTB) Huescako Sabiñanigo herrian jokatu zen uztailan. Lezamako Zorribike taldeko Rubén Glera txirrindulari zamudioztarrak bigarren postua lortu zuen bertan, irabazlearen minutu bat eta erdira. "Irabaztera joan nintzen Huesca aldera, baina bigarren postua lortu nuen. Pozik nago emaitzarekin", esan du Glerak. Zamudioztarrak 60 urte ditu eta M60 mailan

hartu zuen parte, 60 urtetik 65 urtera bitartekoa.

Txapelketa XCO mailan jokatu zen, modalitate olinpikoan. Gleraren esanetan, oso baldintza txarrak egon ziren. "Zirkuitu laburra, teknikoa eta gogorra zen, oztopoz beteta, eta guztira buelta bi eta erdi eman behar izan genituen, 15 kilometro gutxi gorabehera. Bestetik, Sabiñanigoko lurzorua eta paisaiak ez dute zerikusirik Euskal Herrian ditugunekin: hemen, basoak eta berdea nagusitzen dira; han, aldiz, dena da sikua eta horia. Eta bukatzeko, bero handia egin zuen. Baina tira, txirrindulari guztiok izan genituen baldintza berberak eta egokitu behar da".

Glerak irabazteko itxaropena izan zuen Espainiako Txapelketan, aurten beste txapelketa batzuk ere irabazi dituelako, besteak beste, Euskadi txapelketa eta XCO Green Series Challenge. Azken hori udaberrietik aurrera jokatu da eta guztira zortzi saiok osatzen dute, horietako bat Lezaman. "Lasterketa bukatzen dudanean, galdu zein irabazi, zorrotza naiz nire buruarekin. Beti pentsatzen dut zerbait gehiago egin ahal izan dudala, baina pozik nago esperientziarekin. Azken batean, kirola disfrutatzeke egiten dut, besterik ez", adierazi du. Zamudioztarrak

auzoKide
Finken administratzailea

LORENA GAMBOA AGUIRRE

Txorisol 4, behea B 634 410 470
48150 SONDIKA auzokidefincas@gmail.com

Goiri'78 s.l.
Zerbitzu ofiziala

Txorierri et., 46
48150 Sondika Bizkaia

94 453 25 15
94 453 39 31

Sondigarbi
GARBITEGIA

ITURRIGANE, 2 EGUNERO
635584941 8:00-22:00

sarraila-denda
Txorierrri

945 038 663
925 100 800

Alan Pomposo Zarate
Lurralde, 4 izpija
46103 Deno



Larrabetzuko Gazte Eguna uztailaren 29an egingo da

Hori Bai Larrabetzuko gaztetxeak Gazte Eguna antolatu du uztailaren 29rako. Urtero moduan, jai erraldoia prestatu dute Euskal Herriko gazteak batzeko eta elkarrekin ondo pasatzeko. Jaia goizean hasiko da, Kittu taldearen eskutik. Horren taldekideek Euskal Herriko gaurko eta betiko abestiak euren estilo propioan joko dituzte kalez kale. Herri-bazkaria ere izango da, eta 17:00etatik aurrera, olinpiadak; horiek amaitzen direnean, 19:30ean, Sakatu elektrotzaranga kalejiran ibiliko da herritik. Gauean, 22:15ean, ekitaldi labur bat egingo da, eta ostean, 22:30etik aurrera, musikaren txanda izango da: Belako, Kaleko Urdanga eta Raimundo el Canastero. Gainera, gauean dj batzuk arituko dira gaztetxean: Pantx Records, Denso eta Puñales.

ZALETASUNA ETA ERREBINDIKAZIOA TOURREAN.– Txorierriko zaleek Frantziako Tourra gozatzeko aukera izan zuten Bilbo-Bilbo etapan. Izan ere, hiriburutik Loiura abiatu zen, handik kostaldera, eta etapa bukatu baino lehen gure bailara zeharkatu zuen. Gainera, Pike ganan, Sondikan, jendetza handia batu zen: tarte gogorra izateaz gainera, etapako leku erabakigarria izan zen, helmugatik gertu-gertu zegoelako. Bestalde, Gure Esku mugimenduak deituta, Euskal Herriaren erabakitze eskubidea aldarrikatzeko unea ere izan zen.

Debekatu da Loiuko ur-jolasen inguruko landetan urtebetetzeak-eta ospatzea

Loiuko *splashpark*-a edo ur-jolasen azpiegitura nobedadeekin zabaldu da aurten; izan ere, Josu Andoni Begoña alkateak bere webgunean azaldu duenez, ordenantza berria onartu dute inguruaren erabilera eta babesa zaintzeko. Ordenantza horren bidez debekatu da ur-jolasen eta umeentzako gazteluaren inguruko landetan, besteak beste, urtebetetzeak, askari handiak eta piknikak egitea.

Begoñaren hitzetan, Loiuko erdiguneko landak urtebetetzeak eta festak egiteko gune bihurtu dira azken hilabeteetan, eta "horretarako, txiki txokoa ipini da mar-txan". Hori dela eta, "eta auzokideen eskariak kontuan hartuta", ordenantza berria

aho batez onartu zuten duela aste batzuk. Ordenantzak arautzen ditu berdeguneen eta hiri-altzarien erabilera eta babesa.

Ordenantzan hainbat debeku zehaztu dira. Haien artean hauek daude: musika oso altu ipintzea, barbakoa eramgarriak erabiltzea, kanpatzea, animaliei eta landaretzari kalte egitea, gainerako herritarrei gunea erabiltzea oztopatzen dieten jarduerak egitea eta hiri-altzarietara igotzea. Nolanahi ere, udalak kartelak ipiniko ditu zer egin daitekeen eta zer ez azaltzeko. Arau-haustea joko dira arintzat, larritzat eta oso larritzat, eta isunak 750 eurotik 3.000 eurora bitartekoak izango dira.



Ekipatu
Laneko arropa

Burdindegia
Pertsonalizatzea eta serigrafia
Kirol-ekipamenduak
Norbera babesteko ekipamenduak (NBEak) eta lan-segurtasuna

722 819 774 | tiendasondika@ekipatu.com

XURREGOITI
JATETXEA

Lauroleta etorbidea, 27
46180 Lodu-Bizkaia
T-Faxa: 94 453 24 40
restaurantleaunegoit.com

Torrealdy

ZURE FINANTZA-OSASUNERAKO BAZKIDE ESTRATEGIKOA

ZERGA, LAN ETA KONTABILITATE AHOLUULARITZA

HUNDIA • 104 71 54 75

t: Itxaso Marina

Kontratua Ischandia Obra Social elkartarekin eginda zuen Oteroren familiak. Trebatze-prozesua amaituta, Puppy txakurak apirilean ailegatu behar zuen etxera, baina aurretik egokitze-prozesua egin behar zen eta ez zuten elkartaren berririk. "Trebatzaileari deitu, eta esan zidan orain OSI Dando Pasos elkarte zirela eta xehetasunei buruz beste pertsona batekin hitz egin behar nuela. Pertsona horrek adierazi zigun egokitze-prozesua nola egin. Egin beharreko urratsen artean zegoen egokitzea asteburuan eta merkataritza-gune batean egitea, eta hara garraio publikoan joatea. Ez nuen egokitzat jo, seme-alabak ez direlako merkataritza-guneetara joaten –eta are gutxiago asteburuan–, jende eta estimulu gehiegi daude eta; bestalde, ia ezinezkoa da semea domeketan etxetik ateratzea. Gainera, umeez eguneroko gauzak egiteko behar dute txakurra, hala nola kalera, medikuarenera... joateko eta krisialdiak saihesteko. Nolanahi ere, prest azaldu ginen merkataritza-gunera astegunetan joateko, baina ezetz erantzun ziguten, profesionalak zituztela eta bazekitela gauzak nola egin. Gure ustez, ezin dira umeak egokitze horretara behartu, eta trauma ekarriko dien egoera sortu".

Elkartaren berririk ez, eta gizarte-sareetan azaldu zuten egoera. "Handik gutxira, elkarteak komunikatu baten bidez esan zuen kontratua bertan behera utziko zuela. Guk sinatutako akordioaren arabera, bakarrik daude bi arrazoi hura indargabetezko: txakurra hezteko dirua ez ematea eta animalia txarto tratatzea. Guk akordioa bete dugu eta gaia abokatuen esku dago". Oterok azaldu duenez, urtebete-edo pasatu liteke epaiketa egin arte; denbora luzeegia da eta, hortaz, ez litzateke bideragarria izango Puppy euren etxera joatea. Halaber, beste

*Choco modu
pertsonalizatuan hezten
dabilza eta familia osoa
hasieratik da trebatze-
prozesuaren parte*

Beste aukera bat Liher eta Haizearentzat

Liher eta Haizea anai-arreba zamudioztarrak autistak dira. Duela urte bi, amak, Joana Oterok, egitasmoa bat ipini zuen martxan, umeei etxean zein kalean moldatzen laguntzeko txakurra hezteko dirua batzeko. Halere, egokitze-prozesuaren desadostasunengatik, egitasmoa bertan behera gelditu da, eta Oterok proiektu berria sustatu du, umeez laguntza-txakurra ezinbesteko dute eta.

elkarte baten bitartez eginez gero, zerotik hasi beharko lukete, eta berriro bizpahiru urte itxaron. "Guk jarraitzen dugu laguntza-txakur baten beharrezko izaten, eta horregatik ipini dugu egitasmoa berriro martxan". Nolanahi ere, prozesua ezberdina izango da oraingo honetan, Choco txakurra dagoeneko etxean dute eta.

Trebatze zuzena

Labrador retriever arrazako kumea da Choco eta Barakaldoko Picittas Estimulación y Desarrollo zentroa hezten dabil, modu pertsonalizatuan eta familia osoa hasieratik dela trebatze-prozesuaren parte. Oterok oso positibotzat jo du elkarrengan egokitzeko prozesua. Choco laguntza-txakur moduan hezteak urte



Choco trebatzeko eta Liher eta Haizearen bizi kalitatea hobetzen laguntzeko diru-ekarpena egin nahi dutenek bizum egin dezakete 688 630 264 telefono zenbakira, "Choco adies-tramiento" adierazita.

bi iraungo du eta 15.000 euro inguru balioko du. Aurreko laguntza-txakurra, Puppy, trebatzeko, familiak 18.322 euro batzea lortu zuen, eta jakin badakite gertatutakoak mesfidantza sortu ahal duela. "Erakundeek, elkarteek eta herritar askok lagundu ziguten aurrekoan, eta badakigu kostatuko zaigula haiengana berriro jotzea. Baina gure esku dagoen guztia egingo dugu, seme-alabek laguntza-txakurra izan dezaten, haientzat oso onuragarria izango delako". Izan ere, Oterok kontatu digunez, umeak ez dira kaleko arriskuez ohartzen eta, gainera, zarata eta argiak direla-eta krisiak izan ohi dituzte kalean. "Haietako batek atakea badu, handik gutxira besteak ere izaten du, elkarri kutsatzen diotelako. Halako

egoeretan, nik umeetako bat zaintzen dudan bitartean, txakurrak bestea zaindu ahalko luke, eta mina har dezala ekingo. Edo haietako bat korrika irteten bada, bere atzetik joan. Era berean, txakurrak lagundu ahal die eskailerak eta zintarriak jaisten ikasten, kalea zebra-pasaguneetatik gurutzatzen...".

Lekueta joatea ere korapilatsua da Liherrentzat eta Haizearentzat; esaterako, medikuarena. "Haietako batek hitzordua badu, bestea ere eraman behar dut kontsultara eta txakurrak lagunduko lioke bertan lasaiago egoten". Bestalde, lo egiteko orduan ere mesedegarria izango litzateke umeek laguntza-txakurra hurbil izatea. "Ezin dute atsedenik hartu eta lo egiteko orduan pertsona batekin egon behar dute denbora osoan. Lasaitzeaz gainera, txakurrak konfiantza emango lieke, apur bat bakarrik egon ahal izateko".

OSI

Beste aldetik, OSI Dando Pasos elkartearekin ipini gara harremanetan, euren bertsioa ezagutzeko. Adierazi digute profesionaltasunagatik ezin dituz-

tela euren arrazoiak publikoki esan eta maiatzean kaleratutako komunikatua berretsi dute. Horren arabera, egitasmoa bertan behera utzi dute, "gureak ez diren arazoengatik eta gure oinarritzko eginkizunak betetzeko". Euren hitzetan, ahaleginak egin dituzte egoera konpontzeko, eta azpimarratu dute bai egindako lana, bai proiektuarekin izan duten konpromisoa. "Lana aurreikusitakoaren arabera egin dugu, eta gure lan-esperientziarekin bat eginda". Txakurra ondo dagoela esan dute, eta etorkizunean ere zaintzarik onenak emango dizkiotela. Elkarte hasi da Puppy trebatzeko egindako diru-ekarpenak itzultzen.

"Gure esku dagoen guztia egingo dugu, seme-alabek laguntza-txakurra izateko"



TALDEA GURENA
ASISTENTZI ETA EGOITZA-ZERBITZUAK



ZURE NEURRIRA

BABESPEKO APARTAMENTUAK
600 euro
asistentzia sanitarioa (24 ordu)

EGONALDIK EGOITZEAN
egunean
gauean
asteburuetan

Unbe txiki bidea 9
LOIU 48180
(Urdaneta ikastetxearen aurrean)

944 530 049
www.gurena.com

t: Gaizka Eguzkitza

Zelan hasi zen taldea?

Oxabi 2006an jarri genuen martxan. Gazteak eta musikazaleak ginen eta ikusten genuen gure inguruan ez zegoela gazteentzako erromeriarik. Amaiur taldea desagertzeaz zebilen eta gelditzen zirenak ez ziren gure ingurukoak, ezta gazteen gustu musikalekoak ere: Joselu anaiak, Egan, Drindots, Luhartz... Garai hartan, Jon Eguskizak, Aritz Uriartek, Asier Balentziak, Urtzi Enrikezek eta bostok sortu genuen taldea.

Urteak aurrera egin ahala, taldea erabat aldatu da, ezta?

Bai. Jatorrizko talde horretatik ni baino ez naiz gelditzen. Taldeak hiru fase izan ditu: lehenengoan, 2006tik 2009ra arte, gure formatua erabat akustikoa zen, eta errepertorioa, tradizionala; 2009tik pandemiara bitartean, errepertorio tradizionalari eutsi genion, baina formatua askoz elektrikoagoa izan zen; eta pandemiatik aurrera, kantuen zerrenda modernoagoa izan da. Bigarren fasean sartu ginen, Galdakaoko Ibilaldian aritu ginelako. Plaza handia zenez, kide gehiago eta soinu elektrikoagoak sartu genituen, eszena behar bezala betetzeko. Garai hartan, Eneko eta Markel ere sartu ziren taldean.

Zelango estiloa du Oxabik?

Erromeria egiten dugu, baina bertsioen taldea garelako esango nuke. Jatorrizko bertsioak ahalik eta duinen eta gertuen jotzen saiatzen gara. Beste talde batzuek ez dute horrela beti egiten.

"Erromeria egiten dugu, baina bertsioen taldea gara: jatorrizko bertsioak ahalik eta gertuen jotzen saiatzen gara"

"Erromeria-taldeok betiko kantak Euskal Herriko plazetan bizirik mantentzeko arduraren ere badugu"

"Erromeria da aisialdian euskal tresnarik erakargarriena gaur egun"

JON GOMEZ GARAI | Oxabi taldearen abeslaria

Oxabi taldea aski ezaguna da Txorierrin. Aurten, besteak beste, Sondikako eta Loiuko jaietan izan dira, erromeria-doinuak gazteei gerturatzen. Gontzal Carrascok, Xabi Bengoak, Markel Arevalok, Jonmi Garciak, Eneko Arraibik, Jurgi Iraolak eta Jon Gomez Garaik osatzen dute Oxabi taldea. Azken hori taldearen ahotsa da eta berak erantzun dio elkarrizketari.

Bakarrik euskaraz?

% 90 euskaraz da. Beste hizkuntza batzuetan ere abestu dugu: gaztelaniaz, katalanez, ingelesez... Dena dela, mikrofonoan beti euskaraz egiten dut eta hori konbikzioz egiten dut. Uste dugu euskara eremu familiarretik eta akademikotik ateratzea inportantea dela. Eta erromeria da aisialdian euskaraz bermatzeko tresnarik erakargarriena gazteentzat.

Oxabi izena, nondik dator?

Oxabi zen Anbotoko Mariren kobazuloa zaintzen zuen suzko zezen gorria. Oso zaratatsua eta parranderoa omen zen; gainera, izena euskalduna da, laburra eta erraz gogoratzekoa. Beraz, oso apropos ikusi genuen.

Erromeriak tradizionala izan behar du?

Jende askok hala uste du. Gaur egun, aldiz, erromeria egiten dugun taldeok beste gauza bat egiten dugu. Dantzarriak egongo dira, bai, baina gaur egungo kantak ere abesten ditugu. Eta guk soinu elektrikoak ere sartzen ditugu: sanplerrak, sintetizadoreak, teklatuak, perkusioa... Askok aldatu da erromeriaren kontzeptua eta gazteek barneratuta dute.

Nolako kanteak osatzen dute zuen errepertorioa?

Klasikoak baditugu *-Bikote aldaketa, Ikusi mendizaleak, Alaitz eta Maidarren Txanpon baten truke...-*, baina kanta arrakastatsuak batzen saiatzen gara. Horre-

Komunikatzailea

Musika alde batera utzita, komunikazioa da Jon Gómez Garairen (Gadakaio, 1990) beste pasioa. Eta gazte-gaztea zela hasi zen hori lantzen. "15-16 urte nituela, ikasturte-amaierako jaia antolatu behar izan genuen ikastolan eta aurkezle bat behar genuenez, nik hartu nuen mikrofonoa (kar-kar). Beti izan naiz oso saltseroa eta berritsua". Harrezkero, Kazetaritza ikasi zuen eta hainbat ekitalditan ibili da hizlari; horietako batzuk, Txorierrin: Izarren distira, Mihiluze, Zamudioko azoka... Gure bailarekin, beraz, lotura berezia du. "Hainbat kontzertu eman ditugu

hemen eta musika tradizionalari lotutako musikari txorierritarrekin harreman estua izan dut, eurekin herriz herri jo dudalako". Bukatzeko, bikotekidea lezamarra da.

Jonek hedabideetan du eguneroko lana. Euskal Telebistan zenbait saio egin ditu eta gaur egun kolaborazioak egiten ditu bizpahiru aldiz astean *Biba zuek* saioan. Dena dela, bere lan nagusia *Binke* Galdakao eta Usansuloko herri aldizkaria da. "Zuzendaria eta sortzaileetako bat naiz. Gure txikitasunetik tokian tokiko informazioa erabiltzen ematen saiatzen gara, besteak beste, AIKOR! aldizkariak Txorierrin egiten duen moduan. Poz-pozik nago bertan".

ara bermatzeko azteentzat"

tarako, gazteei galdetzen diegu gizarte sareen bidez, baita senideei eta lagunei ere. Horren arabera eta gure gustuen arabera erabakitzen dugu errepertorioa. Oreakari eusten saiatzen gara: batetik, gaur egungo gazteentzako kantak abesten ditugu; bestetik, betiko kantak. Erromeria-taldeok betiko kantak Euskal Herriko plazaetan bizirik mantentzeko ardura ere badugu.

Bertsioak egiten dituzue, baina kanta propioen bat ere atera duzue...

Bai, 2009an Galdakaoko Gazte Egunerako kanta bat atera genuen eta garai batean herrian oso arrakastatsua izan zen. Eta 2019an, *Espero dena* kanta grabatu genuen, ekoizpen prozesua ezagutu nahi genuelako: estudioa, grabazioa, bideo-klipa... Grabazioa oso esperientzia polita izan zen, baita oso gogorra ere. Eta kanta bakarra egin genuen! Beraz, miresmen eta errespetu osoa diegu gure musika taldeei, diska bakoitzean izugarritzko lana egiten dutelako.

Zer da musika zuentzat?

Oxabi ogibide bezala hartzen dugun zaletasuna da. Ez du ematen urte osoan bizi izateko. Bestetik, ni ez nintzateke musikatik bakarrik biziko, ahotsak ez lukeelako jasango.



SUIT DELUX

Magia gauetik goizera bitartean gertatzen da

Ezagutu ezazu lo indarberritzailearen magia;
berdin dio nolako eguna izan edo izango duzun.

suitdelux.es

Eskaneatu
QR kodea eta
parte hartu
zozketan



Errendimendu handikoa

ANE VALLO ZURDO | taekwondolaria

Hamasei urteko derioztarra oso momentu polita bizi izaten dabil, Espainiako Taekwondo Selekzioak beka eman baitio, Madrilgo Errendimendu Handiko Zentroan trebatu dadin. Hara abuztuan joango da eta gutxienez ikasturte bat egingo du bertan. Doyan gimnasioko taekwondolaria pozik baino pozago dago, eta urduri, baina hemendik aurrera izango dituen erronkei heldu eta horiek gainditzeko prest.



t: Itxaso Marina / a: Ivan Duque

“Ilusio handia dut: maila handiko kirolariekin entrenatzeko aukera itzela da, eta teknika hobetu”, esan digu Vallok. “Emakumezkoen talde indartsua egin nahi du Espainiako selekzioak, eta, antza denez, gustatu zaie nire lan egiteko modua. Bertan, hiru egunean izan nintzen entrenatzen, eta, egia esan, hasieran kezkatuta ibili nintzen, ez nekielako gainerako kirolarien mailan jarduteko gauza izango nintzen; hala ere, ikusi nuen ez zela nik espero bezain gogorra. Izan ere, taekwondo-saioetara batez ere teknika ikastera joaten da, eta kirolari bakoitzaren gaitasun fisikoak entrenatzaile pertsonal batek lagunduta lantzen dira gero”.

Derioztarra beti entrenatu da herrian, Doyan gimnasioan, eta Madrilgo zentroaren errutinetara moldatu behar izateak ere apur bat kezkatzen du. “Oso despistatua naiz, baina nire buruarekin oso exijentea ere bai, eta urduri ipintzen naiz... Nire entrenatzaileak, Iñigo Galanek, lortzen du ni orekatzea, eta ez dakit Madrilan hasieran zelan ibiliko naizen... Egokitu beharko dut hara”. Taekwondon trebatu ez ezik ikasi ere egin beharko du; Batxilergoko bigarren

maila hain zuzen. “Zentroak hitzarmena sinatuta du bertako institutu publiko batekin. Horren arabera goizeko 8etatik 11etara institutura joan beharko dut; gero 12:00etatik 14:30era, entrenatu; bazkaldu; institutura 15:15etik 18:00etara itzuli; berriro entrenatu; eta lo egitera. Hortaz, ez dut denbora libre askorik izango. Gainera, gaztelaniaz ikasi beharko dut...”.

Oso neska altua da Vallo, eta oso hanka luzeak ditu. Oso indartsua ere bada, kirola txiki-txikitatik egin duelako. “Gimnasia erritmikoa egin dut, igeriketa, hipika, txirrindularitza, saskibaloia... Baina konturatu nintzen kirol horien artean batez ere bat inportatzen zitzaidala: taekwondoa. Hortaz, pixkanaka-pixkanaka joan nintzen gainerakoak praktikatzeari utziz. Nolanahi ere, guztiak lagungarriak izan dira gaur

egun ditudan gaitasun fisikoak lantzeko”. Astean sei egunetan entrenatzen da, guztira zazpi ordu, eta entrenamenduei esker lortu du gaur egungo maila eta teknika izatea. “Hasiera korapilatsua izan zen: gehiegi pentsatzen dut, eta horrek alde txarra dakar, zeren eta nire ekintzei arerioak nola erantzungo dien aztertzen denbora luzeegia ematen baitut, eta azkenean ez dut ezer egiten... Bueno, azken batean gakoa da lehiatuz joatea, eta bai norbera, bai gainerako taekwondolariak tapizean ikustea; ostikoak jotzen hasi naiz pixkanaka-pixkanaka, eta nire erabakiek emaitza ona izan dezaketela ikusi. Aurten «eklosionatu» naiz entrenatzaileen, kideen eta nire lanari esker”. Gerriko beltza du.

Euskadiko txapelketa asko irabazi du, baina bereziki Espainiako txapelketan

“Ilusio handia dut: maila handiko kirolariekin entrenatzeko aukera itzela da, eta teknika hobetu”

“Gustatzen zaidan kirolagatiko sakrifizio handia da, baina orain da sakrifizio hori egiteko momentua”

Liluratuta

Taekwondo lagun baten eskutik ezagutu zuen Vallok. "Lehen Hezkuntzako 4. mailan-edo geunden eta hirugarren *pumse*-a irakatsi zidan; liluratu ninduen". Doyan gimnasioan izena eman, eta han egin du bere kirol-ibilbidea. "Ondo sentiarazten nau taekwondoak, eta iluntzean entrenatzen dudanez, eguna amaitzeko modua da; erlaxatzen naiz. Banakako kirola izan arren, taldea behar duzu entrenatzeko eta familia bihurtu gara. Nik ez dut nire bizitza taekwondo barik imajinatzen; nire bizitzaren funtsezko parte da".

Inoiz Espainiako txapelketa izatea espero du. "Munduko txapelketak irabazi dituzten kirolariek inibiliko naiz Madrilen, Olinpiadetan egon direnekin... Batzuetan ez dakit hara zertara joango naizen... Baina halako zentro batean jarraitu ahal izateko gutxienekoa lortzea espero dut, eta aurrera egin. Bestetik, olinpiadak edozein ki-



rolariren ametsa dira, baina oraindik urte batzuk pasatu behar dira horretarako. Badakit gauzak ondo baino hobeto egiteko gaitasuna dudala, eta espero dut lehiaketetan nire maila erakustea".

Nahiz eta ahalik eta urte gehienetan lehiatzen ahalegindu, argi du kirol-ibilbidea inoiz amaituko dela eta etorkizunean pen-

tsatu behar duela. "Ez naiz gizonezko futbolari ospetsua, eta ezin izango naiz taekwondotik bizi; hortaz, pentsatu dut INEFi lotutako karrera egitea... edo biokimika, zientzia asko gustatzen zaidalako. Laborategi batean lan egitea gustatuko litzaidake... edo suhiltzailea izan".

ibili zen lehen aldia ekarri du gogora. "Alde guztietatik jo ninduten!". Openetan ere hartu du parte, eta zenbait medaila irabazi ditu; adibidez, Pontevedrako eta Mirandako openak irabazi ditu. Era berean, iaz brontzezko medaila eskuratu zuen Espainiako txapelketan (kluben artekoa), eta aurten brontzezkoa ere Espainiako Nazioarteko Openean. "Maila handi-handiko arerio baten kontra aritu behar izan nuen, eta, egia esan, oso borrokaldi ona egin nuen. Irabaztear izan nintzen, baina akatsa egin nuen eta irabazi zidan. Jende asko hurbildu zen ni zoriontzera, baina ni nahiko haserre nengo... Ez zen bidezkoa izan akats ergel harengatik galdu izana!". Arantza hori modu batean edo bestean kendu du, Espainiako txapelketan zilarrezko medaila lortu berri duelako junior kategorian. "Urrezko zaporea du, atzean dagoen lan guztia kontuan hartzen badugu", adierazi du bere entrenatzaileak.

Junior zein 21 urtetik eta senior kategorietan lehiatu da, baina aurtengoa bere azken urtea da junior kategorian. "Horretan, 68 kiloko kategorian lehiatzen naiz, baina datorren urteari begira Madrilekoekin aztertu beharko dugu zenbat kilotako kategorian ibili". Argi du, berriz,

«bizitza sozial gutxi» izango duela. "Gustatzen zaidan kirolagatiko sakrifizio handia da, baina orain da sakrifizio hori egiteko momentua. Nire betiko lagunekin egon beharrean, beste modu batean gozatuko dut: lagun berriak egin eta haiekin Europara eta beste kontinente batzuetara joan, nazioarteko lehiaketetan parte hartzera... Eskerrak nire gurasoak ez direla

oso zorrotzak eta «mundua» apur bat ezagutu ahal izan dudala! Nolanahi ere, Deriora ahal dudan guztietan etortzeko asmoa dut, eta espero dut lagun bat ere Madrilerari ni bisitatzera etorri ahal izatea". Madrilen emango dioten aukera ahalik eta gehien aprobetxatuko duela ere du argi; bere ilusioa eta gogoa ikusita, ziur egon aprobetxatuko duela.

Uda perfekturako gorputz egokiena zurea da



Uda dator eta berarekin urteko unerik beldurgarriena jende askorentzat: bikini edo bainujantzia jantzi eta gure gorputza munduari erakusteko garaia. Konplexuak begiak bezalakoak dira, denok ditugu, eta bi pertsonenak antzekoak izan daitezkeen arren, funtsean erabat desberdinak dira. Pertsona bakoitzak bere segurtasun ga-beziak nola bizi dituen eta horiei nola aurre egiten dien ulertzea funtsezkoa da horiek gainditzeko.

Bikini operazioaren iruzurra

Norbanakoaren konplexuak ez dira ezerezetik sortzen, eta bikini edo bainujantzi bat jantzeko beldurraren kasuan are gutxiago. Uda aurreko hilabeteetan,

komunikabideek eta dende bikini operazioarekin bonbardatzen gaituzte, baina, zer da hori?

Medikuntzaren ikuspuntutik, gure gorputzarentzat bikini operazioa bonba bat da. Kasu gehienetan, bi hilabetez muturreko dieta kaltegarriak egin behar izaten dira gure osasunerako, eta ondoren, negua itzultzean, ohitura ez osasungarriak hartzen dira berriro. Ez du bizimodu osasungarria sustatzen, argaltasunaren gurtzan oinarritutako jokabide obsesiboak baizik.

Gizartea ala ni naiz?

Munduko pertsonarik barnerakoiena ere gizartean bizi da. Hainbat eragin jaso-

tzen ditugu: gure familiarena, lagunena, ikaskide eta lankideena, bisitatzen ditugun webguneena, Instagramen jarraitzen ditugun kontuena... Ikusi ahal den bezala, zerranda oso luzea da. Gizarteak begietatik sartzen dizkigun ideak barneratu eta beste pertsona batzuekin erreproduzitzen ditugu.

Entzun zure gorputzari

Maite ezazu eta zaindu. Eman denbora hausnartzen edo edertasun-errutina batez mimatzen, horrek lagunduko du harekiko duzun pertzepzioan. Ikasten baduzu zure gorputzari maitasunez begiratzen eta munduko gauzarik preziaztuena bezala zaintzen, aldaketa hori kanpoan nabaritutako da.

Ez epaitu

Has zaitez sare sozialetan jarraitzen dituzun kontuak berrikusten, gogoan izan gorputz eta bizitza perfektuei buruz ikusten ditugun argazkiak eta istorioak ez direla beti %100 errealak.

Ez alderatu inoiz zure gorputza bestearekin, zurea bakarra baita eta atera probetxua zure indarguneei.

Aldaketatik abiatzen da

Udako gorputz perfektua zein izango litzatekeen galderari erantzunez, garrantzitsuena hauxe litzateke: lehenik eta behin, gorputz bat dugula balioestea, zaintzea, errespetatzea, bizitza eta berezitasunean geure egitea, eta azkenik, urtaroa edozein dela ere, norbanakoaren gorputza maitatzea ezinbestekoa da.

Sarritan entzun dugu gauza bi direla *jokatzea* eta *jolastea*. Lehenengoak arauak dituen norgehiagoka ematen du aditzera (pilotan edo futboleko, esaterako); bigarrena, berriz, arau zorrotzik gabekoa da, jolasaren bidez ondo pasatzea, hain zuzen ere. Horrez gain, jakin beharko genuke gauza bera dela *jolastea* eta *olgatzea*. Mendebaldekoa dugu *olgatuz* aditz ederra, baina hala ere Txorierrin beste lurralde eta euskalki batzuetako formen alde egiten dugu askotan (*jostatu*, *jolastu*) etxekoari bizkarra emanda.

Lehenengoan, harriduraz, "espumaren jai" irakurri nuen Txorierritik gertuko herri

Jaietan, olgatu!

batean. Zelan erabili? *Bitsaren jai* edo *bits jai*. Hori adierazteko, baina, nahi baino gehiagotan entzun eta irakurtzen dugu *aparraren festa* edo *apar festa*. Zuzenak dira bai, baina Euskal Herriaren mendebalde honetarako egokiak? Bizkai osoan bits eta jai berbak erabiltzen baditugu, zergatik hobesten ditugu Gipuzkoan/Nafarroan darabiltzaten *apar* eta

festa hitzak? Zelan ikusiko zenukete ekialdeko euskalkietako *hagun/arrapo* 'bitsa' eta *besta* 'jai' formak erabiliko bagenu?

Beste adibide bi: ondo dago *suziri* berba erabiltzea, baina ez genuke konplexurik izan behar mendebaldeko *bolandera* eta *txapligu* berbak erabiltzeko. Eta *zabua* ('columpio') adierazteko, nire ustez,

ez da bekatu mortala Txorierrin barra-barra entzuten dugun *txinboa* hitz polita erabiltzea. Azken horrek, baina, besteek ez bezala, arazotxo bat dauka: ez da agertzen Euskaltzaindiaren Hiztegian.





Bilobak zaintzea: betebeharra ala plazera?

Aitita-amamak funtsezko pieza bihurtu dira familientzat. Espainiako Geriatria eta Gerontologia Elkartearen (SEGG) 2014ko datuen arabera, Espainiako aitita-amamak, batez beste, sei ordu ematen dituzte egunean bilobak zaintzen, eta hori, askotan, gurasoek seme-alabei eskaintzen dietena baino denbora gehiago da. Gaur egun, aitita-amamen rola hezitzaileena da. Dagoeneko ez du balio «seme-alaben hezkuntza gurasoen kontua» dela uste izateak, orain aitita-amamena ere bada. Eta hainbeste denbora ematen dutenez bilobez arduratzen, tirabirak saihestezinak dira.

Aitita-amamek euren bizitza dute

Dena dela, aitita-amama kanguruak aitita-amama "esklabo" bihurtu daitezke, beraien desioak erabat alde batera utzita. Horren ondorioz, aitita-amama esklaboaren sindromea jasan dezakete, eta horrek eragin handia izan dezake haien osasunean. Horietako askok, azkenean, uko egiten diete beren beharrian eta nahiei funtzio horretan erabateko eta etengabeko dedikazioa izateko, eta ai-

tona-amona asko benetako esklabo bihurtzen dira, nahiz eta ez izan gaztetako indarra eta energia, eta horrek eragina izan dezake haien osasunean. Izan ere, aitita-amamen % 60 baino gehiago erabat inplikaturik dago biloben hazkuntzan, eta "Imsersoak" egindako Adinekoei buruzko Inkestaren arabera, amamek denbora gehiagorik zaintzen dituzte bilobak; emakumeek 6,2 ordu ematen dituzte egunean, eta gizonek 5,3.

Aitita-amama esklaboaren sindromeak, hitzez hitz, bilobak zaintzera behartuta dauden adineko pertsonen eragiten die eta, ez noizean behin zaintzen dituztenak, baizik eta bigarren guraso gisa bihurtzen direnak. Eta gauza bat da seme-alabei laguntzea eta oso desberdina, dena sostengatzea. Aitita-amamek bizitza eta eskubide propioak dute zinemara eta dantzatzera joateko, paseatzeko eta eztabaidatzeko. Aitita-amama askorentzat bilobak poztasun iturri izugarriak dira eta munduarekin konektaturik egoteko modu bat, baina badira abusu bat ere, eta argi dago aitita-amamek abusu horren aurka babestuta egon behar dutela, eta

horretarako beharrezkoa da ezetz esateko gai izatea.

Sintomak eta konponbideak

Aitita-amama esklaboaren sintomak nabarmenak dira: ez dute gizarte-bizitzarik familietatik harago; ez dakite seme-alabei ezetz esaten eta atsedena eta denbora gehiago behar dutela azaltzen; estresaturik sentitzen dira bilobak zaintzeak eta hezteak dakarren erantzukizunagatik; bilobekin egon ondoren, oso nekatuta eta beste edozein jardueratarako indarrik gabe sentitzen dira; antsietatea, loezina, estresa edo depresioa pairatzen dute; maila psikologikoan ere tristura, suminkortasuna, gozamen-sentimendua galtzea edo arretarik eza agertzen dira; eta min kronikoa, hipertentsio arteriala eta, are gehiago, diabetesa bezalako gaitoxotasun kronikoen desoreka jasan ditzakete.

Nahitaezko konponbidea, aitona-amonen eta haien seme-alaben arteko elkarriketa zintzoa da. Nahiz eta askotan ez den erraza, aitita-amamek sentitzen dutelako beren familiak behar dituela eta ezin dietelako laguntza guztia ukatu, ezinbestekoa da hitz egitea seme-alabak jabetu daitezkeen gurasoen sentimenduez, kezkez eta mugez; izan ere, egoera aitita-amamen osasunean eragina izaten hasten denean, konpondu egin behar da, eta seme-alabek horretaz jabetu behar dute.

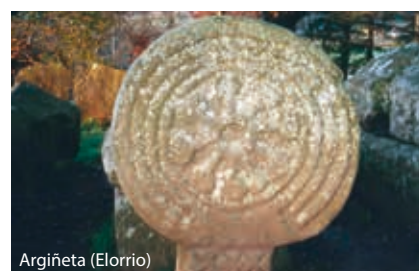
Hilarriak



Mañu auzoko hilerria

Araneko harria
(Gorbeia)

Emerandoko Sta Elenan



Argiñeta (Elorrio)

t: Iñaki Olabarrieta eta Jose Angel Mentxaka

Hilarriak hilak oroitzeko monumentuak dira, harrizko monolitoak, gehienetan gorpua lurperatuta dagoen gainean jarrita. Hilarriak kultura askotan erabili izan dira; gurean ere bai, duela milaka urtetik hona. Sarri testuak, ikurrak eta irudiak zizelkatzen ziren hilarrietan, eta horregatik datu-iturri garrantzitsuak bilakatu dira arkeologo eta historialarientzat. Nolanahi ere, hilak gogoratzeaz gainera, historian zehar hilarrien antzeko monolitoak erabili dira legeak jakitera emateko, norbait ohoratzeko, mugak jartzeko edo beste gauza askotarako, hala nola Ekialde Hurbilean, Egipton, Afrikan, Txinan eta Amerikako zibilizazioetan

Gurera etorrira, Euskal Herrira, tradizio handikoak ditugu hilarriak. Hilekin zerikusia dute, eta beti horrela ez bada ere, gehienek disko-itxura dute. Haietan irudikatzen dira lauburuak, edo hiru buru, eguzkiak, ilargiak, irudi antropomorfoak, mota askotako gurutzak... Era berean,



Santa Engrazi (Zuberoa)



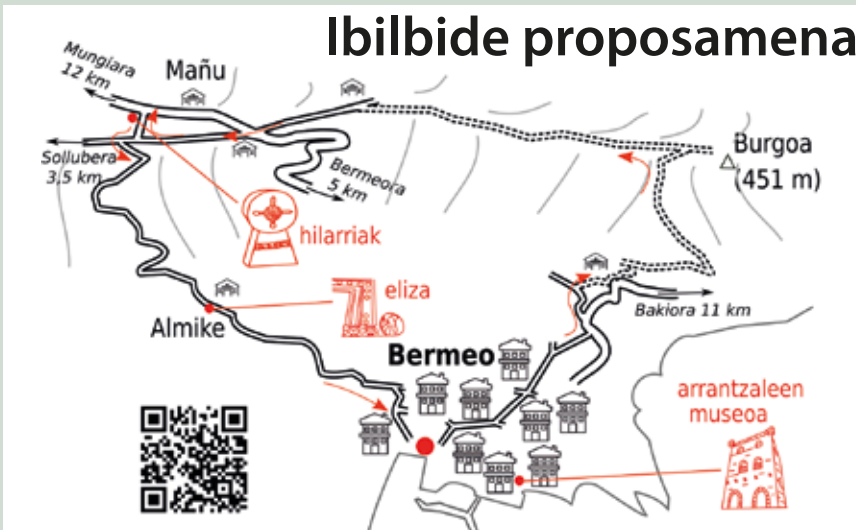
Etxalar (Nafarroa)

ohikoa da hildakoaren lanbideko tresnak zizelkatzea, eta horrela dakigu, esaterako, errementaria zen, hargina, laboraria, jostakilea edo etxeakoandrea (azken horren kasuan, giltzen giltzarrapoa erabili izan da Iparraldean).

Munduko disko-formako hilarri-kontzentrazio handiena Euskal Herrian dago: 3.000tik gora aurkitu dira bertan; gehienak Iparraldean (% 65) eta Nafarroan (% 25). Gehienek 40-50 cm-ko diametroa dute, 20 cm-tik 90 cm-ra bitarteko diametroa dutenak ere egon

arren; lodiera zortzi cm-tik 25 cm-ra bitartekoa da. Nahikoa da Iparraldeko zein Nafarroako Pirinioetako edozein elizaren ondoko kanposantura hurbiltzea, hainbat hilarri eder ikusteko: batzuk zahar-zaharrak dira; beste batzuk, berriagoak. Txorierrin ere badugu ohore txiki bat: Berreagako kastroan, Zamudio eta Mungia artean, aurkitu ziren orain arte topatutako hilarri zaharrenak, 2.000 urtetik gora dituztenak. Bilboko museo etnografikoan daude ikusgai, beste hilarri askorekin batera.

Ibilbide proposamena



Hil honetako proposamena ez da antzinako hilarriak bisitatzea, baizik eta ikustea merezi duen kanposantu bitxi bat bisitatzea. Bermeoko Mañu auzoko kanposantua disko-formako hilarri bezetara dago, bertan mota horretakoak baino ezin baitira jarri.

Bermeoko portuan hasiko dugu 14 kilometro eskaseko ibilbidea. Saiatuko

gara kale artean GR marka zuri-gorri jarraitzen, Bakioranzko norabidean; Bermeoko kiroldegia igarota, une batean Bakiora doan errepidetik egingo dugu zati txiki bat. Markek ezkerretara egingo dute handik gutxira, eta baserri-txalet batzuetatik pasatu ondoren pinudiko pistan sartuko gara, mendian gora. Bidegurutzetara helduko gara: eskuinaldera egin

gero, Burgoa mendira eta Gaztelugatxera joan gaitzke; hala ere, ezkerretara egingo dugu eta altuerari eutsita pista erraz batetik, azken zatia asfaltatuta duena, Cannon jatetxera helduko gara, Soñubeko aldapan. Itsasoko eta Bermeoko bista paregabeak gozatuko ditugu bidean zehar.

Antenara doan errepidea hartuko dugu, eta, laster, eskuinera eta behera, Mañu auzoko eliza eta kanposantua ikusiko ditugu. Bertaraino hurbilduko gara, baina lasai, zeren denbora hilarrien ikonografia misterioitsuak deszifratzen joango zaigu. Irudien ondoan, lehen ohitura zen legez, baserrien izenak daude, hildakoen izenabizenen ordean. Azken urratsak atzera egin, eta antenarantz jarraitu behar, behar bezala doan errepide estua hartuko dugu Bermeoraino. Bidetik Almike auzoa dago, inoiz herria izandakoa eta ermita, eliza dotore eta erretegia dituen; kontuan hartu behar da Bermeotik Bilbora zihoan galtzada bertatik pasatzen zela. Denbora izanez gero, arrantzaleen museoa bisita dezakegu Bermeon.

Txorierrin gure artean euskeraz berbaz

txori tokia



TXORIERRIN UDAL
EVSKALTEGIA



UDAKO IKASTAROAK (IRAILEAN)

| NOIZ | HELBURUA | ORDUTEGIA | ORDU KOPURUA | IZENA EMATEKO AZKEN EGUNA |
|-------------------------|---------------------|---|--------------|---------------------------|
| Irailaren 4tik 27ra | Maila guztiak | Egunean 5 ordu | 90 ordu | Uztailaren 24a |
| Irailaren 11tik 22ra | MINTZAMENA B1-B2-C1 | Egunean 3 ordu | 30 ordu | Uztailaren 24a |
| Irailean 11tik 29ra (1) | B1-B2-C1 | Egunean 3 ordu 9:00-12:00 / 16:00-19:00 | 45 ordu | Uztailaren 24a |

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

Carmen Mendigurenen omenez

a: Jon Etxezarraga

Ekainaren azken zapatua berezia da Zamudion, Lagatzu Eguna ospatzen delako. Aurten Zamudioko euskara elkar-tearen kideek pastoralala egin dute, Carmen Mendigureni omenaldia egiteko. Helburu bi bete dituzte: Zuberoako pastoralala bertoko euskaltzaleei hurbiltzea eta Mendiguren Zamudioko maistra gogora ekartzea. "Historikoa izan da. Ez dugu hain ekitaldi handia inoiz egin. Oso pozik gauden", esan dute Lagatzuko kideek.

Pastoralala izan da aurtengo ekitaldirik garrantzitsuenak. Aurten, aurreko egunean ez dute ezer antolatu, San Joan gaua zelako. Pastoralak Carmen Mendiguren bizitzaren berri eman zuen. Gerra Zibila hasi zenean, Mendiguren Ingalaterrara joan behar izan zen. Gero, herrira itzuli zen eta Zamudioko eskolan ibili zen maistra. Lagatzu sortu zenean, babesa eman zuten lehendabizikoetako bat izan zen. "Pastoraleko unerik hunkigarriena hau da: umeak Ingalaterra joan behar direnean. Carmenen familia lehenengo lerroan zebilen eta guztiok emozionatu ginen".

Lagatzukoa ez da Zuberoan egiten diren bezain luzeak, ekintzak ia ordu bi baino ez baitzuen iraun, baina hainbat eta hainbat lagunek hartu dute parte eta konpromiso handia eskatu du. "Martxotik, domeka guztietan batzen ginen entseguak egiteko. Bestetik, 20 lagunek koplak abestu dituzte; 100 pertsona eszenatokian aritu dira; eta auskalo zenbaterik lagundu

LAGATZU EGUNA

dute bai pertsonaien janzkera atontzen, bai eszenatokia apaintzen. Aurreko egunean, sei ordu eman genituen horretarako. Datorren urtean ez dakit zer egingo dugun, zerbait xumeagoa ziur asko (kar-kar)", adierazi dute Lagatzukoek.

Urtero moduan, herriko elkarteek eta herritarrek bat egin dute Lagatzu Eguna-ekin: besteak beste, Hiru Bat dantza-taldea, Bertoko soinu-tresnen elkarte eta Zamudioko Kamara Korala. "Lagatzu taldea bakarrik ez da Lagatzu Eguna behar

bezala aurrera ateratzeko gauza; ekitaldi erraldoia da, eta horretarako, beste herritarren eta elkarte batzuen laguntza behar dugu". Pastoralaren ostean, Bertoko eta Kantarelux taldeek kalejira girotu zuten eta, ondoren, herri bazkaria egin zen. Horretan 500 euskaltzale inguru batu ziren. Bazkalostean, betiko moduan, Taberna Ibiltariak kontzertua egin zuen eta horrek bukatutakoan, erromeriaren txanda izan zen, Gora Herria taldearen eskutik.







Izen-abizenak: _____

IBAN+Bankuko 20 zenbakiak: _____

Helbidea: _____

e-posta: _____

Telefonoa: _____

Urteko kuota, 40 €: _____

Beste bat: _____



Kupoia bete eta hona bidali:

Aikor! aldizkaria
Aresti kalea 2, behea
48170 – Zamudio

Bestela, mezua bidali:

747 406 561

Bestela, sartu:

www.aikor.eus

15/1999 Lege Organikoari jarraituz, hau jakinarazten dizugu: formulario honetan sartzen dituzun datu pertsonalak fitxategi batean gordeko dira. Fitxategiaren erantzulea TOTOKAN TXORRIERRIKO EUSKARA ELKARTEEN FEDERAZIOA da eta datuok kudeatuko ditu. Kontrakoa esaten ez diguzun bitartean, zure datuak kudeatzeko baimena dugula ulertuko dugu. Dena dela, edozein momentutan datuok eskuratu, baliogabetu eta zuzendu ahaliko dituzu. Horretarako, helbide honetara jo beharko duzu: ARESTI KALEA 2-BEHEA, 48170 ZAMUDIO (Bizkaia).



Kale-antzerkia berreskuratu dute, eta kuadrillen arteko txapelketa errepikatu

Ohikoa denez, larrabetzuar guztiengan pentsatutako jai-egitaraua aurkeztu du Intxurreta jai-batzordeak, adin guztietako herritarrek andramariak eta sanemeteriak gozatu ditzaten. Abuztuaren 12tik 16ra bitartean eta abuztuaren 30etik irailaren 1era bitartean, beraz, herrian hamaika aukera egongo dira primeran pasatzeko; nobedadeak ere izango dira, eta iaz lehen aldiz egindako ekitaldiak berriro egingo dira aurten.

a: Idoia Andres



Andramariak ekarriko dituzten nobedadeen artean, kale-antzerkia azpimarratu du Intxurreta jai-batzordeak. "Aspaldian urtero antolatzen bazen ere, urte batzuk ziren kale-antzerkia antolatzen ez zela. Aurten berreskuratu dugu, eta, hortaz, abuztuaren 15ean *Legea gu gara* antzez-lana ikusteko aukera egongo da Barsanti taldearen eskutik". Txupinazoa zein ordutan botako den ere nobedadea izango da. "Itallen bertso-eskolak botako du abuztuaren 14an, 19:00etan. Azken bi urtean eguerdian egin da, baina aurten astelehena izango da eta, ahalik eta jende gehien batu dadin, pentsatu dugu arratsaldean egitea egokiagoa dela".

Bestalde, iaz lehenengo aldiz antolatu zuten Kuadrilla Txapelketa, eta horrek izan zuen harrera ona eta arrakasta ikusita, aurten ere izango da. "Kuadrilla askok eman zuten izena. Aurten ere bost

taberna

OTERI

ONDO PASA JAIETAN!



Andramari, 22
LARRABETZU
944 558 098

Produktu ekologikoak
Hainbat ogi eta pastel mota
Produktuak zeliakoentzat

FRUTAK BARAZKIAK



Gaztelumendi, 3 - behea
48195 Larrabetzu
94 455 89 19



POLITENA TABERNA

Andra Mari
Larrabetzu, Bizkaia
tel.: 94 455 84 07

probari egin beharko diete aurre: talentu-lehiaketa, karrozak, dantza-lehiaketa, sukalki-lehiaketa eta rally poteoa”.

Esan moduan, aurten Itallen bertso-eskolakoek izango dute txupinazoa botatzeko ardura; hala ere, aurreko egunetan ere ekitaldiak izango dira Larrabetzun. Horrela, abuztuaren 12an, arratsaldean, futbol-txapelketaren kanporaketak jokatuko dira; eta hurrengo egunean, domekan, finalaurrekoak eta finalak. Domekan ere herri-afaria izango da, Kantuz Kantu musika-saioa, eta kuadrillen arteko talentu-lehiaketa. “Zalantza barik, herri-afaria da urterik urte herritar gehien bazten duen ekitaldia”.

Astelehenean, pala-partidak izango dira, disko-dantza eta erromeria, Zirkinik Bez taldearen eskutik. Martitzen goizean, bestalde, kalejira eta euskal dantzak egongo dira, eta ostean, herriko bazterak girotuko ditu txaranga batek. Arratsaldean, prestatutako karrozak kale-atera aterako dituzte kuadrillek, eta kale-antzerkia ikusteko aukera egongo da. Kilimak musika-taldeak euskal rumba eramango du agertokira, eta Dj Pary&Tizak musika ipiniko dute kontzertua amaituta.

Eguaztena ere ekitaldiz beteta etorriko da. Txistulariak, Akarmari eta buruhandiak goiz-goizean aterako dira kalejiran, eta igerilekuetan umeentzako puzgarriak ipiniko dira. Umeen bazkaria egingo da, eta sukalki-txapelketa. Bazkalostean umeentzako jolasak izango dira, eta arratsaldean, rally poteoa. Dj Reimyk eta Marabiyak Sound taldeak pedalei eraginez

Legea gu gara antzezlan, Barsantiren eskutik



PELUKERIA ESTETIKA
LARRABETZU

Anguleri nº 2 Bajo - 48195 LARRABETZU
Tel. 944 558 144

GAZTE LEKU
TABERNA

Ancha Mari, 6.
LARRABETZU
T. 94 455 71 91

GURE ETXEA

Hanburesak - Anoak -
Plater konbinatuak -
Ogitartekoak - Sandwichak
Luntzak, paellak... enkarguz

Lehendakari Agirre 4 LARRABETZU 944 558 087

LIBRE
eta zabalduak !!

GAZTE EGUNE
2023

Are txikiak
baina
LIBRE!
HERRI-TABERNA

eraso
ez da
@bera

*“Zalantza barik,
herri-afaria da
urterik urte herritar
gehien batzen
duen ekitaldia”*

*Jaiak musikaz
beteko dituzte,
besteak beste, Zirkinik
Bezok, Kilimakek eta
Trikidantzek*

*Goitibeheren
saioa puntuagarria
izango da
Euskal Inertzia
Koparako*

eramango dute musika Larrabetzura, eta Lekittoko deabruen ikuskizunak gaua argituko du. Erromeria Trikidantz taldearen eskutik izango da.

Azkenik, aipatu beharra dago jaietan sexu-erasoen aurkako protokoloa izango dela. “Erreferentzia-puntua plazako txosna izango da. Txanda guztietan jai-batzordeko kide bat izango da bertan, eta erasorik gertatuz gero, hara jo daiteke. Protokoloari jarraituta, laguntza emango zaio erasoia jaso duen pertsonari”.

Goikoelexean

Andramariet ez ezik Emeteriek ere nobedadeak ekarriko dituzte aurten. “Iaz goitibeherak antolatu genituen saiakera moduan, eta goitibehera txapelketan dabilzan batzuk agertu ziren eta egundoko giroa egon zen. Horren ondorioz, herritar batzuk animatu dira goitibeherak bultzatzeko lantaldea sortzera, eta emaitza da aurtengo proba Euskal Inertzia Koparako puntuagarria izango dena”. Era berean, giza probak egingo dira lehen aldiz. “Zornotzako eta Arratia inguruko emakume batzuek taldea osatu dute eta



Goikoelexean izango ditugu erakustaldia egiten. Gainera, desafioa ere egongo da haien eta herritarren artean”.

San Zeledon eta San Emeterio jaiak abuztuaren 30ean hasiko dira. Egun horretan, marmitako- eta mus-txapelketak izango dira, dantzaldia, kalejira eta erromeria, Laket taldearekin. Hurrengo

egunean, bertso-saioa egingo da, briska-txapelketa, giza probak eta kalejira. Gauko kontzertua Haize Arrosa folk-taldearen esku izango da. Auzoko jaiak amaitzeko, umeentzako jolasak egingo dira goizean, eta goitibeherak eta bingo musikatua, arratsaldean; erromeria Trikidantz taldearen eskutik izango da.

Txispa mendi
Herriko Denda

Ogia
Elikagai bereziak
0 km-ko jatekoak
Elikagai ekologikoak

Gatzelumendi, 1
LARRABETZU
622 208 441

LARRABETZUKO BATZOKIA

Eguneroko zein asteburuko menuak
Menu bereziak

Askatasunaren enprantza, 3
94 455 72 94

ETORKI TABERNA

Anoak, plater konbinatuak, ogitartekoak eta hanburgesak

Andra Mari, 1 (LARRABETZU)
944 558 195

Jai-egitarauak



Lekittoko deabruak

ANDRAMARIAK

Abuztuak 12, zapatua

-17:00 Ume eta helduen futbol-txapelketa (kanporaketak).

Abuztuak 13, domeka

-17:00 Futbol-txapelketa (finalaurrekoak eta finala).

20:00 Herri-afaria.

22:30 Kantuz kantu herriko musikarien eskutik, eta kuadrillen arteko talentu-lehiaketa.

Abuztuak 14, astelehena

-17:00 Pala-partidak (profesionalak).

-19:00 Txupinazoa, herriko txistulariek, Akarmarik eta buruhandiek girotua.

-21:00 Disko-dantza.

-00:00 Erromeria: Zirkinik Bez.

Abuztuak 15, martitzena

-11:00 Kalejira, herriko txistulariek, Akarmarik eta buruhandiek girotua.

-12:00 Dantza-ikuskizuna, Bizkargi

dantza-taldearen eskutik.

Ostean, txaranga.

-18:00 Karrozak.

-21:00 Kale-antzerkia, Barsantiren eskutik:

Legea gu gara.

-23:00 Dantza-lehiaketa.

-00:00 Kontzertua: Kilimak.

Ostean, Dj Pary&Tiza.

Abuztuak 16, eguaztena

-10:30 Kalejira, herriko txistulariek, Akarmarik eta buruhandiek girotua.

-11:30 Puzgarriak, igerilekuetan.

-14:00 Umeen bazkaria, Txipasmendi gurasoen elkartearen eskutik.

-14:30 Sukalki txapelketa.

-15:30 Umeentzako jolasak, Jokairen eskutik.

-18:00 Rally poteoa.

-20:00 Dj Reimy.

-22:30 Lekittoko deabruak.

-00:00 Erromeria: Trikidantz.

SANEMETERIAK (GOIKOELEXEA)

Abuztuak 30, eguaztena

-13:00 Txupinazoa, herriko txistulariek, Akarmarik eta buruhandiek girotua.

-14:30 Marmitako txapelketa.

-17:00 Mus txapelketa.

-17:30 Gauargi taldearekin dantzaldia.

-19:30 Kalejira, herriko txistulariek, Akarmarik eta buruhandiek girotua.

-22:30 Erromeria: Laket.

Abuztuak 31, eguena

-13:00 Bertsolariak: Peña eta Iratxe Ibarra.

-17:00 Briska-txapelketa.

-18:30 Giza probak.

-19:30 Kalejira, herriko txistulariek, Akarmarik eta buruhandiek girotua.

-21:00 Kontzertua: Haize Arroza folk-taldea.

Irailaren 1ean, barikua

-11:30 Umeen jolasak, Plisti Plastaren eskutik.

-16:30 Goitibeherak.

Ostean, bingo musikatua.

-23:00 Erromeria: Trikidantz.



Iratxe Ibarra.
a: Lea Artibai eta
Mutriku hitza

IRUSTA TABERNA
EGUNEROKO MENUK
GAUEZ / MUSIKA ETA PARRANDA

Jaietan etxean gura doguz

LARRABETZU
Tel: 94 455 84 77

Moro's Pub

**MARIA LUISA
JATETXEA**

-Eguneko MENUA
-Barikuan eta zapatuan,
AFARIAK

Errebale 5 behea
(Larrabetzu)
944 051 003
marialuisajatetxea

**Eianari-denda
Elianna**

Aliprox
ONDO PASA
JAIETAN!

Iturikoetxea, 2 eta 3
944 558 433
668715562

LARRABETZU

LARRABETZUKO

JAIK
2023

ABUZTUAK
14, 15, 16, 30, 31
TA IRAILAK 1



Intxurneta Jai Batzordea



Balio etikoetan oinarritutako ipuin-lehiaketa egin da Txorierriko Institutuan. Lehiaketa antolatzea otu zitzaion filosofia eta balio etikoak irakasten dituzten irakasleei, hurrengo hauek jorratzeko: sormena, enpatia, autoestimua, introspektzioa eta idazmena. Aurtengo gaia *bullying*-a izan da. Uztaileko alean eta hurrengoetan irabazleen ipuinak argitaratuko ditugu AIKOR! aldizkarian

t: Izadi Urrutia

Amaia naiz, 13 urte ditut eta lesbiana naiz. Orain dela gutxi da Mungiara etorri naizela bizitzera. Egia esanda, ez dut gogo askorik institutora hasteko. Nire lehengo institutoan ez nuen lagun askorik, ikasleengandik *bullying*-a jasotzen nuen lesbiana izateagaitik, eta ez dut nahi instituto honetan berdina gertatzea.

Zorionez eta zoritarrez aldi berean, nire aitak, Igorrek, txikitan *bullying*-a jasotzen zuen eta berak gomendio asko eman dizkit horri aurre egiteko. Familako inork ez du nire egoera ulertzen, nire aitak izan ezik, eta ezin diet erakutsi zelan sentitzen naizen.

Bi egun geraogo...

Gaur eskolara hasi naiz eta lotsa asko pasatu dut klasearen aurrean aurkeztu behar nintzenean. Zortea eduki nuen, irakaslea, Maitane, harrigarria zelako. Hasieran, ikasle guztiak atseginak zirela ematen zuen eta, bai, hala zen. Baina, lesbiana nintzela esan nuenean klaseko talde batek arraro begiratzen hasi zitzaizkidan eta ezberdin tratatzen hasi ziren. Beti bezala...

Aste batzuen ondoren...

Gaur hasi da nire amets gaiztoa. Ahozko jazarpenarekin hasi dira, niri mehatxuak egiten eta iraintzen; institutora sartu baino lehen, jolatorduan eta klaseen ondoren. Aitak, beti esan dit horreako jazarpenei kasurik ez egitea. Esan eta egin, ez nien kasurik egin, baina niri iraintzen eta nirekin sartzen jarraitu zuten.

Bi hilabete geraogo...

Aitari kontatu nionean egiten zidatena, besarkatu egin ninduen eta denborarekin, konturatu nintzen bere besarkadekin babesago sentitzen nintzela; asko eskertzen nizkion.

Nire ikaskideak konturatu zirenean ez zutela ezer lortzen niri iraintzen edo mehatxuak egiten, beste modu batera etorri ziren nire bila. Bat batean, nire mugikorrean pila bat mezu nituen eta arraro egin zitzaidan, ez nuelako jende askorekin hitz egiten; baina mugikorra hartzean ulertu nuen guztia. Klaseko tal-

de hori zen, orain mugikorren bidez iraintzen, mehatxuak egiten eta sare-sozialetan kontu faltsuak egiten niri buruz, hau da, ziberbullying-a.

Aitaren bigarren gomendioaori jarraitu nion, kontuak blokeatzea. Blokeatu nituen eta ez nituen irainak eta mehatxuak berriro jaso telefonoaren bidez. Beste kontua da sare-sozialetako niri buruzko kontu faltsuak; horrekin ezin dut ezer egin, bakarrik espero dut ia inork ez ikustea.

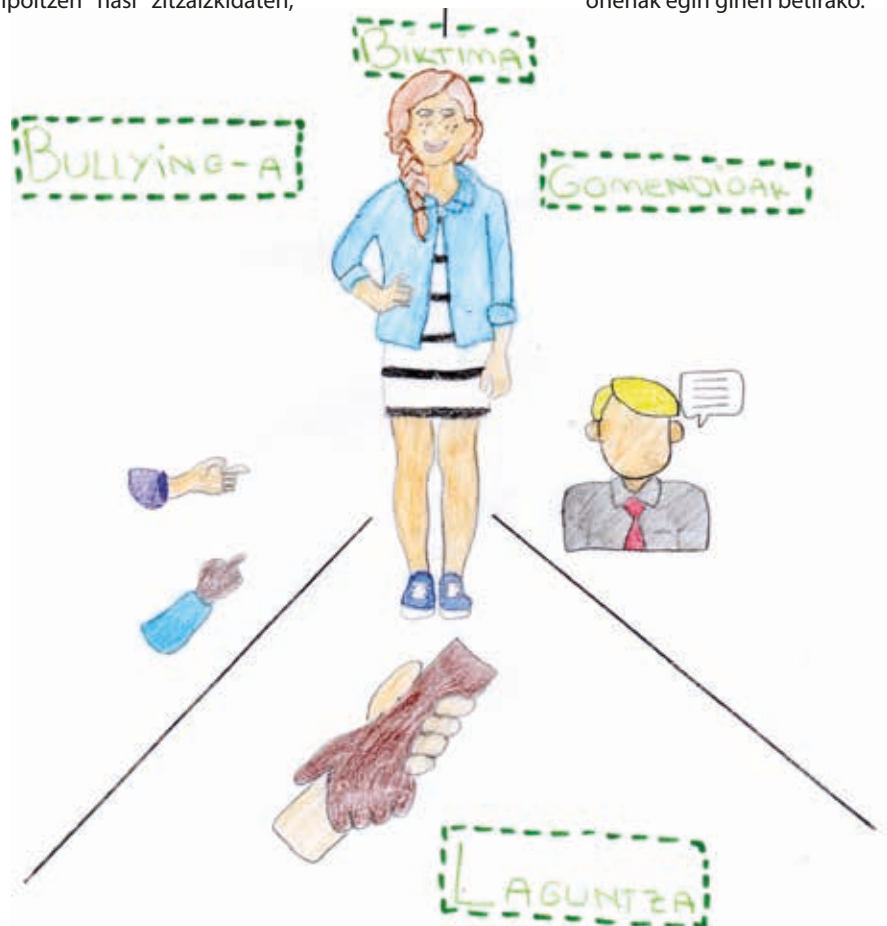
6 hilabete geraogo...

Hau ez nuen lehenago jaso eta jazarpenik txarrena da niretzat. Jazarpen fisikoa. Patioan eta eskola amitean gertatu zitzaidan. Gelako talde horrek patioan korro batean inguratu zidaten eta taldeko nagusienak eta indartsuenak jipoitzen hasi zitzaizkidan;

eskolatik irtetzerakoan berdin, bultzadaka eta jotzen. Etxera heldzean lurrera jauzi nintzen jarraian eta aitak hartu ninduean ikusi zuen moratoiez bete nengoela eta larritu egin zen. Aitak ez zekien zer egin eta eskolara joaten jarraitu behar nuen berak zerbait pentsatu harte.

3 aste ondoren...

Etxera gero eta txarrago heldzen nengoan eta aitak oraindik ez zekien zer egin, baina zorionez egun batean (ez dut inoiz ahaztuko egun hori) klaseko beste pertsona batzuk nire jazarpenak ikusten zituzten eta ezin zutelez gehiago jasan, niregana etorri ziren laguntzera. Hortik geroztik, ez nintzen bakarrik geratu berriro, eta taldeko txar horiek ez zidaten berriro jazarpenik egin eta aitak eta nik asko eskertu genien. Gero, lagunik onenak egin ginen betirako.



Irailaren 2tik 10era bitartean, jaietan izango dira Lezaman, eta Basobaltz jai-batzordeak dena prest du lezamar guztiek ederto pasatu dezaten. Azaldu dutenez, elkarteen partaidetza areagotzea dute helburu, eta horretarako, kirol- eta kultura-ekintzak areagotu dituzte; baita umeentzako ekintzak ere. "Aurten inoiz baino gehiago «Jaiak herritik eta herriarentzat» leloarekin bat egiteko", azaldu dute. Horrezaz gainera, adin guztientzako kuadrillen txapelketa antolatu dute lehen aldiz, zeinak hiru proba hartuko baitu: mozzorro-jaitsiera, kuadrillen erronka eta paella txapelketa.

Moreak elkarte feministak pregoia irailaren 8an botako duen arren, aurreko egunetan ere jaietan ibiliko dira Lezaman. Legina auzoan, hain zuzen, San Antolin Eguna ospatuko dute irailaren 2an. Egun horretarako antolatu dira meza, kopaua eta mus-txapelketa.

Hurrengo egunean, domekan, Lezamako Mugetatik mendi-martxa eta -lasterketa izango dira. Ohikoa denez, 25 kilometroko ibilbideak eta txikien mendi-martxa egingo dira, baina aurten lehendabiziko aldiz 14 kilometroko lasterketa izango da gazteentzat. Bestalde, irailaren 6an eta 7an futbol-txapelketaren partidak izango dira, eta egunean, gainera, odolosteak dastatzeko aukera egongo da herriko jatetxeetan eta tabernetan.

Txupinazoak eta pregoiak hasiera emango diete Andra Mari jaiei barikua arratsaldean. Nolanahi ere, goizean izan-

Kuadrillen txapelketa, jaietako nobedadea

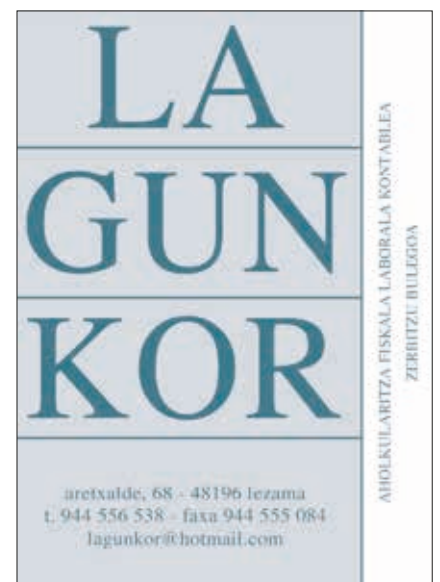


go dira eskolarteko futbol-txapelketa, deidarra eta gaztetxoentzako kalejira eta tailerrak. Arratsaldean egongo dira kuadrillen jaitsiera, batukada eta elektrotxaranga. Musikak jarraituko du talde eta musikari hauen eskutik: Perroloco, Ben Yart eta Oinutsik.

Zapatu goizean lehen aldiz egingo da pumptrack erronka, eta umeentzako puzgarriak eta jostailuak ere egongo dira. Herri-bazkaria karpan izango da, eta txartelak irailaren 1era arte eskuratu ahalko dira herriko dendetan eta tabernetan;

bazkalostea girotzeko, bingo musikatua egongo da. Era berean, kuadrillen arteko jolasak izango dira arratsaldean, pilota-partidak, euskal dantzen erakustaldia, abesbatzen emanaldia eta kalejira. Gauari musika ipiniko diote Los Zopilotes Txirriaos taldeak, HOFE X 4:40 taldeak eta Rico Rosa Dj-k.

Jaiak zapore onez amaitzeko, paella txapelketa egingo da Bola Lekun, domekan. Mus-txapelketa ere izango da, umeentzako jolasak, txokolatada eta disko-festa.



Kuadrillen jaitsiera. a: Gaizka Peñafiel



Jai-egitaraua

Irailak 2, zapatua.

San Antolin Eguna (Legina auzoan)

- 12:30 Meza.
- 13:00 Kopaua eta edaria, Zorribike txirindularitza-elkartearen eskutik.
- 16:30 Mus txapelketa (20 €, bikoteko).

Irailak 3, domeka.

Lezamako Mugetatik

- 08:00 Mendi-martxa (25 km).
- 09:30 Mendi-lasterketa (25 km).
- 10:00 Txikien mendi-martxa.
- 10:30 Mendi-lasterketa (14 km).

Irailak 6, eguaztena

- 19:00-21:00 Futbol-txapelketa: kade-te-junior eta senior kategorietako 3. eta 4. postuak, Bizia kirol-taldeak antolatua.

Irailak 7, eguena. Odoloste Eguna

- 19:00-21:00 Futbol-txapelketa: kade-te-junior eta senior kategorietako finalak. Bizia kirol-taldeak antolatua.
- Odolosteak, herriko jatetxeetan eta tabernetan.

Irailak 8, barikua. Andra Mari Eguna

- 10:30-14:00 Eskolarteko futbol-txapelketa, Bizia kirol-taldeak antolatua.
- 11:00 Deiadarra eta umeen kalejira, Lezamako Dultzaineroak taldeak girotua eta Umeentzat Lanean gurasoen elkartearen laguntzarekin.
- 12:00 Ume eta gazteentzako tailerrak, Umeentzat Lanean gurasoen elkartek antolatua.



- 12:30 Meza.
- 18:30 Kuadrillen jaitsiera. Gaia: Hamar-kadak.
- 19:30 Txupinazoa eta pregoia, Moreak talde feministaren eskutik. Ostean, Burrenbadie batukada-taldea.
- 20:15 Elektrokela elektrotxaranga.
- 22:30 Futbol-txapelketaren sariak banatzea.
- 23:00 Perroloco.
- 00:30 Ben Yart.
- 02:00 Erromeria: Oinutsik.
- 04:00-06:30 Txosnako musika.

Irailak 9, zapatua

- 11:00 Deiadarra.

- 11:00 Lezamako I. Pumptrack Erronka, Zorribike txirindularitza-elkartek antolatua.

- 11:30-14:30 Puzgarriak, umeentzako ludoteka, eta ur-irristagailua.

- 12:30 Meza.

- 13:00 Kopaua eta bingoa, Adintsuen Elkartean.

- 15:00 Herri-bazkaria, karpan. Ostean, bingo musikatua, Zorritzetan euskara-elkartek antolatua.

- 17:30 Kuadrillen jolasak.

- 18:00 Pilota-partidak, frontoian.

- 18:30 Euskal dantzen erakustaldia, Kurutze dantza-taldeak antolatua.

- 19:30 Abesbatzen emanaldia, elizan: Ekidazu eta Bilbotxeros.

- 20:00 Txosnak zabaltzea.

- 21:30 Kalejira: Arabiar Gauak.

- 23:00 Los Zopilotes Txirriaos.

- 02:30 HOFE X 4:40.

- 03:45 Rico Rosa Dj.

- 05:45-06:30 Txosnako musika.

Irailak 10, domeka.

Bola Lekuko jaiak

- 11:30 Deiadarra.

- 12:00 Paella txapelketan izena ematea.

- 16:30 Mus-txapelketa (20 €, bikoteko).

- 17:00 Umeentzako jolasak.

- 18:00 Txokolatada, Bolaleku tabernetaren eskutik.

- 19:30-22:00 Disko-festa.



La vuelta laburmetraia egin dugu

t: Joanes Camara, gizarteratze-teknikaria

Gizartetik kanpo dauden edo egoteko arriskuan dauden pertsonen egoera ezagutarazten jarraitzeko asmoz, PAI Birtartean eguneko zentroak *La vuelta* laburmetraia egin du. Lanaren helburua da ingurunean eragin soziala izatea. Laburmetraia egiteko, erakunde eta eragile hauen laguntza izan dugu: Elkarbideak programa (Eusko Jaurlaritzak finantzatutako programa da eta horren bitartez gizartetik kanpo dauden edo egoteko arriskuan dauden pertsonak komunikabideetan hartzen dute parte, euren komunikazio-gaitasunak hobetzeko), Bizkaiko Foru Aldundia, Baserri Antzokia, Aritz Albarizar (ikus-entzunezko teknikaria) eta zenbait boluntario. Euren laguntzari esker, egitasmoan uztartu ditugu parte-hartze komunitarioa eta salaketa soziala, Emaús Gizarte Fundazioarentzat oso nahaste interesgarria dena.

La vuelta laburmetraian islatu dugu pertsona hauek egunero pairatzen duten bakardadea, eta laguntzarik edo ingurune sentikorrik gabe sentimendu horri aurre egitea zein zaila den. Edukia lantzeko, elkarrizketa egin diegu Derioko zentrorra egunero etortzen diren hainbat pertsonari. Gizartera zabaltzeaz gainera, laburmetraia Bilboko Homeless Film Festi-



balean aurkeztu nahi dugu. Festibal hori Bizitegi elkarteak antolatzen du duela zortzi urtetik hona, eta helburu ditu zinemagintzaren eta antzerkigintzaren bidez gizarte-inklusioa bultzatzea eta bazterketarik gabeko gizartearen eraikitzea.

Emaús Gizarte Fundazioaren aspaldiko kezka da egitasmo hau aurrera ateratzea eta hura gizarte sentikor bihurtzeko tresnatzat erabiltzea. Horregatik, oso pozik gaude, laburmetraia egiteko aukera izan dugulako, eta espero dugu baliagarria

izatea pertsonak gizarte-bazterketak dardarren arazoak kontzientziatu daitezen. Hori dela eta, Homeless Film Festibalaren aurtengo edizioa joateko gonbidapena egin nahi dizuegu. Festibala azaroaren 23an eta 24an izango da Bilbon, Bizkaia Aretoan hain zuzen ere (Abandoibarra 3). Amaitzeko, eskerrak eman nahi dizkiegu laburmetraian parte hartu duten aktoreei eta boluntarioei: Juan, Ludi, Luisi, Jorge, Miguel Ángel, Aitor, Silvia, Emilio, Izei eta Izaro.

Garraiska



t: @txiribita_mundi / a: Edgar Rodrigo (Pexels)

Melissa officinalis L. Europako landarea da eta bere izena grekotik dator: erle-etzia. Izatez, eztiak dituen propietate orbaintzaile eta sendagarri berberak dituela esaten da. Hosto gazteak hazkunde-fasean biltzen dira, eta aireko zatiak, udan zabaldu aurretik. Itzalpean sikatu behar dira leku ondo aireztatu batean, eta beirazko ontzietan gorde.

Sukaldean

Gehienbat infusioetan erabiltzen da, edo, askotan mendarekin batera, izozkiak eta karameluak usaineztatzeko, limoi-aroma atsegina du eta. Halaber, entsaladetan eta tortilletan erabili daiteke, hegazti edo haragi erreen betegarrietan, eta gisatuetan; hala ere, batez ere postreetan erabiltzen da: fruta-mazedonietan, tartetan... Bestalde, te hotz-hotza garraiska erara egin daiteke, bakarrik garraiska erabilia edo hura mendarekin nahastuta. Gainera, garraiskap-pestoa prestatu daiteke.

Udan gaudela aprobetxatuta, azenario-sorbetea garraiska-aroma erara egin

Hartu ondo ezagutzen duzuna, neurritz eta soilik lekuan asko badaude. Utzi beti zerbait, eta ez atera landarea sustraitik. Ez moztu loreen % 20 baino gehiago, zuhaitzak edo zuhaixkak badira. Ez jaso gunebestuetan edo parke naturaletan. Hartu dezakezu larreetan eta autorik pasatzen ez den bide-ertzetan, goldatau gabeko basoetan, toxikorik erabiltzen ez den ortuetan eta lorategietan; INOIZ EZ batu areketan, fumigatutako landetan eta ibaiertz kutsatuetan. Hartu goizean. Erabili eskularruak...

dezakegu, oso freskagarria delako. Behariko dugu 250 ml laranja-ur, 500 g azenario (zuritu eta txikituta), 750 ml ur, 200 g azukre eta garraiska-zotz bat. Lehenik, almibarra prestatuko dugu. Ura eta azukrea nahastu, eta sutan izango dugu irakin arte. Garraiska-hostoak txiki-txiki egingo ditugu, eta urtetara bota; su ertainean izango dugu 8-10 minutuan. Almibarra giro-tenperaturan hoztuko dugu. Hozten

denean, almibarra iragaziko dugu hostozatiak kentzeko. Bestetik, azenarioa 20 minutuan egosiko dugu samur egon arte. Uretatik atera, eta epeltzen denean laranja-urarekin nahasi, eta pure suabea egingo dugu. Hozten utziko dugu. Azenario-purea eta garraiska-almibarra nahastuko ditugu, eta izozkiak egiteko makinan ipiniko dugu; bestela tuper batera bota, estalkia jarri, eta izozkailuan sartu dezakegu: 30-45 minutuero hozkailutik atera behariko dugu, eta sardexka bat erabilia izotz-kristalak apurtu. Gozoago egoteko, erdi izotzuta dagoenean, elur-punturaino irabiatutako zuringo bat gehitu ahal zaio. Garraiskaedo menda-hostoak erabili daitezke apaintzeko.

Propietate sendagarriak

Lasaigarria da, eta nerbio-sistema birsortzen du. Antsietatea arintzeko erabiltzen da, depresioa, tentsio nerbioa eta horiek sortzen duten digestio-ondoeza. Digestioa estimulatu du, eta karminatiboa da, antibirala eta bakterioen kontrakoa. Infusioa hartu daiteke lasaitzeko eta insomnioari aurre egiteko. Hileko mingarriak arintzeko ere egokia da, erreumarako, kolpeetarako eta hainbat minetarako: infusioaz gainera, masajeak egin daitezke garraiska-olioa erabilia, edota landare-konpresak ipini. Larruzaleko zauriak eta ezpainetako herpesa arintzeko ere erabili daiteke infusioa, eta hortzetako mina arintzeko.

Erabilera kosmetikoak

Kremak baliagarriak dira zauriak, pupak eta intsektuen ziztadak osatzen laguntzeko. Gainera, oilo esentziala erabilia intsektuak uxatzeko lozioak egin daitezke, baita masaje lasaigarriak egiteko ere. Intsektuak uxatzeko lozioa egiteko, ozpina hiru laurden behar dugu, 20 g alkohola eta hurrengo landare hauetako bakoitzaren koilarakada bat: garraiska, menda, erromeroa, salbia eta izpilikua. Nahasia 7-10 egunean mazeratu behar da, egunero eraginez. Lozioz eskuak, aurpegia eta gorputza igurtzi behar dira.

Beste erabilera batzuk

Landare ezti-emailea da, erleak erakartzen ditu eta beste intsektu polinizatzaile batzuk. Beste aldetik, hostoak koltxoia gainean ipiniz gero, arkakusoak uxatuko dira.

Ilargian apartamenturik nahi?

t: Xabier Diaz / a: NASA Goddard

Mundakako Santa Luciatik Echo & The Bunnymen rock taldearen *Killing Moon* abesten hasi, eta Ilargi betea Ogoñotik irten berria zela ikustea ikusgarria izan zen. Ez dago kulturarik Ilargia miresten ez duenik; eta ez da harriztekoa. Imajinatu orain zelakoa izango litzatekeen fenomeno bera, baina alderantziz. Hau da, Ilargiko gure apartamentuan gaudela, esfera urdin distiratsu bat Mons Agnesetik⁽¹⁾ irteten ikustea... Ederra, seguru. Momentu hori, hala ere, ez dago edonoren eskura, baina badirudi laster hautatu gutxi batzuek aukera izango dutela.

Orain urte batzuk bertan idatzi nuen bezala⁽²⁾, Artemis proiektuak gizakiak lehenengo Ilargira eta gero Martera eramatea du helburu. Bere gorabeherak izan baditu ere, proiektua berriz ere pil-pilean dago Artemis I misioan⁽³⁾ erdietsitako arrakasta dela eta; ondorioz, gizakiak Ilargira eramango dituen Artemis III misioa 2025erako aurreikusita dago. Horren guztiaren asmoa da aurrerago Ilargian base iraunkor bat izatea, eta horrek erronka handia suposatzen du hainbat es-

parrutan: adibidez, nola eraikiko dugu gure apartamentua?

Adituen arabera, gizakientzako instalazioak "lur" azpian jartzea da onena. Kontuan izan behar dugu Ilargiak atmosferarik ez duela eta bere eremu magnetikoa ere ez dela oso indartsua; beraz, hori da izpi kosmiko eta meteoroidetatik⁽⁴⁾ babesteko erarik errazena.

Baina, noski, hormak beharko ditugu, eta instalazio batzuk nahitaez jarri beharko dira lur gainean, eta ezin ditugu adreiluak edo zementua hara eraman, kostua kilo bakoitzeko 1,2 milioi dolarrekoa da eta⁽⁵⁾. Hala ere, zientzialari eta ingeniariak ez daude besoak antxumatuta. Logikoena da han dagoen materiala erabiltzea; zergatik ez gainazala estaltzen duen erregolitoa⁽⁶⁾?

Harri txikiz eta meteoroiden puska zein beste sedimentu batzuek osatutako

materiala da erregolitoa. Moon to Mars Planetary Autonomous Construction Technology (MMPACT) taldea lanean hasi da jada: euren ideia⁽⁷⁾ da laser edo mikro-uhinakerabiliz erregolitoa urtzea eta, gero, 3D inpresora handiak erabiliz beharreko egiturak eraikitzea. "Simplea" dirudien arren, kontuan izan erregolitoak arazoak ekartzen dituela: guztiz urratzailea da eta muturreko tenperaturak hartzen ditu Ilargiaren gainazalean. Gainera, bere hautsak osasun-arazoak sortzen ditu.

Marteren gainazalean dauden harea eta hautsak eta erregolitoa simulatzen dituzten materialekin probak egiten hasi dira, eta emaitzekin nahiko baikor agertu dira. Esan bezala, ez da bihar gertatuko den gauza bat, baina neu behintzat Lurra protagonista izango dituen egunsenti eta ilunabar horiekin ametsetan hasi naiz.

(1) Mons Agnes, wikipedia, <https://labur.eus/aikorilargia1>

(2) Apolo lehen, eta orain Artemis: ilargia itu duten bikiak, Xabier Diaz Silvestre, Aikor, 2019/07/09 <https://labur.eus/aikorilargia2>

(3) Artemis I misioa, NASA, <https://labur.eus/aikorilargia3>

(4) Meteoroida, wikipedia, <https://labur.eus/aikorilargia4>

(5) Lunar delivery landers, Astrobotic, <https://labur.eus/aikorilargia5>

(6) Erregolito, Wikipedia, <https://labur.eus/aikorilargia6>

(7) How NASA Plans to Melt the Moon—and Build on Mars, Khari Johnson, Wired, 2023/05/23 <https://labur.eus/aikorilargia7>





Riderren erakustaldia Derion

Dirt eta BMX modalitateetako bi riderrekegindako erakustaldiaz gozatzeko aukera egon zen Derioko pumptrack pistaren inaugurazioan. Butroi kalearen eta Larrabari pasalekuaren arteko gunean dagoela, pistak 1.300 metro karratuko eremua du; eta zirkuituak, bi metroko zabalerako bi ibilbide: bata 105 metroko ibilbide nagusia da, eta bestea, 55 metrokoa. Ibilbideetan guztira 30 oztopo eta arrapala atondu dira. Bestalde, zirkuitua diseinatu da bira oso bat pedalei eragin gabe edo oinez bultzatu barik egin ahal izateko. Halaber, aldi berean 16 erabiltzaile ibili ahalko dira pistan.

Argazkia: Jose Maria Campos

Ekipatu
Laneko arropa

722 819 774 | tiendaondika@ekipatu.com

Familia osoroko kalitatezko arreta, zure esku

clínica dental
ZAINDUZ
hertz klinika

Zainduz Behoak
Logopedia
Podologia
Kirpomasajea

Txorierri ezarbioa, 8 - Lorje | Anesaga eraikina | 48160 DERIO
94 454 01 01 | 657 79 54 45
info@dentatzainduz.com | www.dentatzainduz.com

Centro Dental
Txorierri

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.cdtxorierri.es

ORTODONCIA21

LEIRE BEGOÑA

ULE-APAINDEGIA

MUNCIALDE ETORBIDEA, 20
48160 DERIO
94 454 26 32

Jarrai itasagazu Facebook-en

tik tak

EGUNEKO MENUA

lehenengo platera
bigarren platera
postrea
ogia
edaria

9€

T: 94 454 55 55

Bestorene 5, Behea
48160 DERIO



Meloi-, tomate- eta gazta-entsalada

a: Nataliya Vaitkevich (Pexels)

Osagaiak (lau lagunentzat):

- Bi meloi-xerra
- Tomate txikiak
- Letxuga
- Mozzarella gazta
- 2 edo 3 urdaiazpiko serrano-xerra
- Gatza eta piperbeltza
- Ozpina eta oliba-olioa
- Perrexila
- Albaka

Prestatzeko era:

Letxuga garbituko dugu, sikatu, eta erretilu handi batean zabalduko dugu. Meloia zuritu eta txikituko dugu eta zatiak letxugari gehituko dizkiogu. Tomateak eta gazta ere gehituko ditugu. Bestalde, urdaiazpikoa zatituko dugu eta entsaladara botako dugu. Entsalada hozkailuan gordeko dugu, harik eta mahaira ateratzen dugun arte. Gatza, piperbeltza, ozpina eta olio botako ditugu, eta apaingarri moduan perrexila edo albaka erabiliko dugu.

Hegaluzea eskabetxean

a: Marek Kupiec (Pexels)

Osagaiak (lau lagunentzat):

- 800 g hegaluze
- 200 ml oliba-olioa
- 150 ml ardo zuri-ozpin
- Tipula bat
- Azenario bat
- Berakatz-buru txiki bat
- 4 ereinotz-hosto
- 30 g piperbeltz beltza
- Irina eta gatza



Prestatzeko era:

Tipula juliana-eran moztuko dugu, eta azenarioa zati txikitik. Kazola batean olio ipini, eta kipula eta azenarioa erreko ditugu su ezatian. Tipula biguntzen hasten denean berakatz-atalak gehituko ditugu, zuritu barik, ereinotza eta piperbeltza. Hogei minutuan izango dugu egosten. Ondoren, ozpina botako dugu eta beste 10 minutuan egosiko dugu. Bitartean, hegaluzea garbituko dugu eta hezurak kenduko dizkiogu. Irinetik pasatuko dugu eta zartagin batean erreko dugu. Ondoren, eskabetxeari gehituko diogu. Su ezatian izango dugu bost minutuan.

**SARRIKOLA
OGITEGIA**

Euskal pastela
Basernko ogia
Bizkotxoak
Hainbat tarta

Sarrikola, 2/g Larrabetzu
Tel.: 94 455 83 37
619 78 58 84

RPS: 184/10

TIKA IKUSLAN

Arbolantxa kalea 5, behea
ZAMUDIO
Tel.: 94 452 28 18

**PATXI
KOOP**

PATXI KOOPERATIBA ELKARTEA
Santitasgunea | 46100 Santitas (Bizkaia) | Tel. 944 527 337 | info@patxi.coop | www.patxi.coop

**ZAMUDIO-DERIOKO
LURLANGILEEN ETXEA**

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

Umeen txokoa: bost desberdintasunak

Ezetz bost desberdintasunak topatu irudi bien artean. Bukatzen duzunean, irudiak margotu eta moztu ahal dituzu.

a: onlykidsonly.com



Gomendioak

LITERATURA: NAGUSIAK

–2021eko-2022ko Gabriel Aresti
Sariak (Erein), Karmele Mitxelena,
Nerea Arruti, Juan
Mari Atutxa, Saioa
Alkaiza, Aritz
Mutiozabal eta
Maite Arruti.
–Hildako haurra
(Ganbila), Gotzon
Barandiaran.
–Ura jaten:



Antzerkia,
prestigio soziala eta prekaritatea
Euskal Herrian (Ganbila), Maddi
Goikoetxea Juanena.
–Rote Zora: Hiri-gerrilla feminista
piztiaren bihotzean (1974-1995)
(Katakarak Liburuak).

LITERATURA: GAZTEAK

–Dentista deabrua (Elkar), Tony Ross.
–Harry Potter eta Sekretuen Ganbera
(Elkar), J. K. Rowling.

Sudokua

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | 8 | 9 |
| 7 | | 5 | | | 8 | | 3 |
| 6 | | | 5 | 9 | | | 1 |
| 8 | | 7 | 3 | 5 | | | |
| | 1 | | | | | | |
| 5 | | 6 | | | | | |
| | | | | 8 | | | 2 |
| | | | 2 | | 3 | | |
| | | | | 7 | | 1 | 6 |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | 9 | 1 | 6 | 9 | 7 | 4 | 2 | 5 | 3 |
| 7 | 5 | 9 | 3 | 8 | 2 | 1 | 6 | 4 | 9 |
| 4 | 3 | 2 | 4 | 8 | 5 | 9 | 6 | 1 | 7 |
| 5 | 3 | 2 | 4 | 9 | 6 | 8 | 7 | 5 | 1 |
| 2 | 1 | 8 | 7 | 4 | 9 | 6 | 3 | 5 | 8 |
| 5 | 3 | 2 | 7 | 6 | 8 | 1 | 4 | 9 | 7 |
| 6 | 9 | 4 | 6 | 1 | 5 | 3 | 7 | 2 | 8 |
| 1 | 7 | 1 | 4 | 2 | 9 | 5 | 6 | 3 | 8 |
| 4 | 3 | 6 | 8 | 9 | 1 | 2 | 5 | 7 | 6 |
| 9 | 8 | 5 | 6 | 3 | 7 | 1 | 4 | 2 | 5 |



Zure taxi,
Teorissika

Zamudio - Derio - Sondika - Lezama - Larrabetzu - Lolu

24h **94 480 09 09** 

ERRESERBAK:

www.taxiraeropuertobilbao.com

DESCARGATU APP-A



TAXI FEMADE

L. LEIZADLA PLAZA 2 (ZAMUDIO)
946 522 857



OAKLAND

ENGLISH

San Inazio eta San Esteban (Aldekona, Derio)

Uztailak 31, astelehena

- 11:00 Txistulariak.
- 12:30 Meza eta aurrekua.
- 13:15 Nagusientzako kopaua.
- 13:30 Kontzertua: Mariachi imperial de México.

Abuztuak 3, eguena

- 11:00 Txistulariak.
- 12:00 Meza.
- 13:00 Haurrentzako jolasak.
- 14:00 Sukalki txapelketa.
- 16:00 Mus txapelketa arina.
- 17:00 Umeentzako ikuskizuna: *Grimm anaien parkea*.
- 18:00 Jaien amaiera: talo solidarioa + Dj Edu + Tara.

Santimami (Zamudio eta Derio)

Abuztuak 17, eguena

- 10:00 Jaiak hastea eta txupin nagusia.
- 11:30 Multikirola eta jokoak, adin guztientzat.
- 12:00 Meza.
- 13:00 Trikitia eta panderoa.
- 14:00 Sukalkia aurkeztea.
- 14:30 Herri-bazkaria.
- 16:30 Mus-txapelketa.
- 17:30 Erromeria.
- 20:00 Tortillak aurkeztea.
- 21:00 Afari-merienda.
- 21:30 Fanfarrea.
- 23:00 Sorginaren ordua eta txokolatada.

Abuztuak 18, barikua

- 12:00 Meza.
- 13:00 Nagusientzako kopaua.
- 14:00 Jaiak amaitzea.



San Bartolome (Zamudio)

Abuztuak 23, eguaztena

- 17:00 Jaien hasierako traka.
- 19:00 Kirol-ginkana.
- 20:30 Txitxi-burruntzia.
- 21:00 Dj Paco Sanchez.

Abuztuak 24, eguena

- 11:30 Umeentzako jolasak.
- 12:30 Meza. Ostein, nagusientzako kopaua.
- 14:00 Paellak aurkeztea.

- 18:00 Umeentzako tailerrak.
- 19:00 Idi-probak.
- 21:00 Txitxi-burruntzia eta Dj Paco Sanchez.

Abuztuak 25, barikua

- 12:30 Meza.
- 12:45 Umeentzako jolasak.
- 13:00 Sokatira.
- 18:00 Umeentzako tailerrak.
- 19:00 Zaldi-probak.
- 20:00 Tortillak aurkeztea.
- 21:00 Sariak ematea.
- 21:30 Dj Paco Sanchez eta jai-amaierako traka.

Sandoni (Zamudio)

Irailak 1, barikua

- 19:00 Txupinazoa.
- 19:30 Txiki Dantz ikuskizuna.
- 20:30 Txitxi-burruntzia.
- 21:30 Erromeria: Kantarelux.

Irailak 2, zapatua

- 12:00 Meza.
- 13:00 Dantzak, Hiru Bat dantza-taldearen eskutik.
- 14:00 Paellak aurkeztea.



Joxe Mendizabal.
a: Ataria aldizkaria

- 16:00 Mus txapelketa.
- 20:00 Sariak banatzea.
- 21:30 Erromeria: Joxe Mendizabal.

Irailak 3, domeka

- 12:00 Meza.
- 13:00 Omenaldia, auzoko edadekoei.

Enaitz
TABERNA

Ogitartekoak
Anoak
Plater konbinatuak

94 455 42 15
Garaioltza, 74
48196 Lezama

BASALBEITIKO TXAKOLINA

Bizkaiko Txakolina
Denominación de origen

Bizkaiko Txakolina

Goitioltza auzoa, 37
(LEZAMA)
94 455 61 46

LIBURUDENGA PAPERDENDA
ZAMUDIO

EGUNEROKO PRENTSA, SALGAI

Gorbea kalea, 5
48170 ZAMUDIO

Tlf. / Faxa:
94 452 29 10

IZAN aikor! lagun



Neurea, geurea.

**GAIZKA
GARITANO**

“Aikor! aldizkariak Txorierriko lekuak, historia eta ohiturak ezagutzera ematen dizkigu euskaraz.”

Bertoko

MUSIKA-TRESNAK ETA KULTURA

Matrikulazio eguna: irailak 7
19:30 Zamudioko Kultur Etxean

689 24 68 44

bertokozamudio@gmail.com
@bertoko_zamudio

