



248. zenbakia

• Otsaila 2025 •

pulunpe



Anue, Atetz, Basaburua, Imotz, Lantz, Odieta eta Ultzamako aldizkaria



Erbestealdiaren iraupenaz hausnarrean *Bertolt Brecht (Munduko Poesia Kaierak, Susa - 2023)*

Ez jarri iltzerik horman!
Bota berokia aulkira!
Zertan arduratu lau egunerako?
Bihar bertan itzuliko zara.

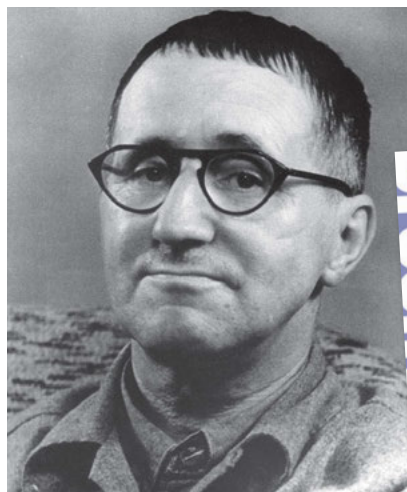
Utz ezazu urik gabe zuhaitz txikia!
Zertarako landatu zuhaitz bat?
Koska bat bezain altua denerako
bueltan joango zara pozez hemendik.

Estali aurpegia txanoaz, jendearen aurretik igarotzean!
Zertarako arakatu gramatika arrotz bat?
Etxera deituko zaituen notizia hori
hizkuntza ezagun batean dago idatzita.

Habeetako karea zartatzen den gisan
(ez egin ezer kontra!)
xehatuko da boterearen hesia
mugan altxatu zutena
justiziaren aurka.

Begiratu horman jarri duzun iltzea:
Noiz uste duzu itzuliko zarela?
Jakin nahi al duzu zer sinesten duzun barne-barnean?

Egunez egun
egiten duzu lan aske izateko
gelan eserita idazten duzu:
Jakin nahi al duzu zer iritzi duzun zure lanaz?
Begiratu patioaren ertzeko gaztainondo txikia
pitxerra bete ur herrestan eraman zeniona.



Irailaren 16tik aurrera **Esan Erran irratiko denboraldi berria martxan!**

Astelehenetik ostegunera, zuzenean, goizeko 10:00etan:
EGUN ERO **magazina**
(13:30ean eta 20:00etan errepikapena)

Ostiraletan, goizeko 10:00etan, txandakatuz:
EGUN ERO KANTUZ **eta MEMORIAREN TXOKOA**
(13:30ean eta 20:00etan errepikapena)

Ostegunetan, 19:00etan,
BROMA GUTXI
(larunbatetan 20:00etan errepikapena)
Eta, gainerakoan, Arroza sareko irratisaioak eta Zebrabidea
magazina, Euskalerrria irratia, Naiz irratia, puntako musika,
podcast desberdinak...

PIZTU ESAN ERRAN!
FM-ko107.9 edo
amezti.eus/irratia/zuzeneko



ARGITARATZAILEA AMETZA KULTUR ELKARTEA

PULUNPE SAREA

Euskara Zerbitzua, Gurutze, Patxi, Goizargi, Inma, Izaskun, Irantzu, Virginia, Josu, Arantxa, Maika, Itziar, Facebooken parte hartzen duzuenak, banatzaileak, etab... Barka lezaiguzue, aipatu ez zaituztegunok.

EMAILA

pulunpe@gmail.com

ZENBAKI HONETAKO KOLABORATZAILEAK

Sareeko taldekideez gain, Txurdan, Denok Bat Elkarte, Koldo Villalba, Patxi Irurzun eta Alazne Fdez. de Muniain.

KOORDINATZAILEAK

Garazi Zabaleta eta Itziar Perez.

TIRADA

1.700 ale.

INPRIMATEGIA

Gertu.

MAKETAZIOA

Zas Komunikazioa.

AZALEKO ARGAZKIA

Ahuntzak adi-adi!
Egilea, Aritz Gorostiaga.

LEGE GORDAILUA

NA 721/93

Inprimategira otsailaren 6an bidalia.

AURKIBIDEA

04

Gaurko gaia. *Zozketa Mundiala*

07

Ingurumena. *Itsasoaren aztarnak ere, Atetzen*

08

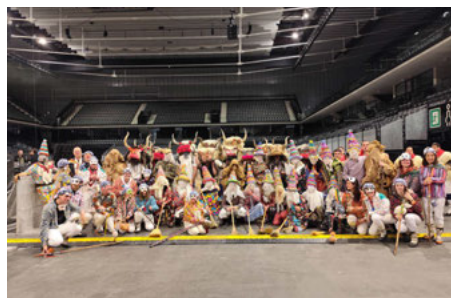
Kronika. *Denok Bat jubilatuen elkarte*

10

Albisteak.

14

Elkarrizketa. *Lantz, Mitoaroen*



20

Gure hizkera. *Malkor*

22

Aspaldiko kontuak. *Berueteko gertakizunak izan zuen oihartzuna*

25

Zer ikusi. *amezti.eus-en*

26

Ardo freskotik. *Euskaraz hitz egitera behartu?*

28

Kirola. *Beñat Senosiain aizkolari gaztea*

30

Zer irakurri. *Ultzamako Liburutegia*

32

Zer jan hura izan. *Planifikazioa*

34

Berezia. *Agueda Erbiti, ehun urte*

35

Jaiotzak, eskontzak eta heriotzak. *Abendua*



Auzolan handiari esker, 130 sari baino gehiago banatu ditu Zozketa Mundialak

Eskualdeko euskal hedabideak babesteko asmoz sortuzen Pulunpeko Zozketa Mundiala, eta helburu berberarekin segitzen du gaur egun ere martxan. Eguberrietako loteriaren ondoren, gure inguruko herritarrek gogoz hartzen duten hitzordua da, zalantzarik gabe. Hamar zerri gizenak eta beste sari eder asko banatu ziren ilbeltzaren 12an.

Esan Erran irratiko estudioetan zuzenean egin zen 2025eko zozketa mundiala. Urtero bezala, eskualdeko herritar askoren lan boluntarioari esker egin ahal izan da aurtengo zozketa. Aipatzekoa eta eskertzekoa, bestalde, eskualdeko enpresa eta proiektu askok musu-truk ematen dituzten sariak.

Oink-oink

Zalantzarik gabe, hamar zerri gizenak dira zozketa mundialeko protagonista nagusiak. Dena den, Auzako harategiko bono bategatik aldatu daiteke saria. Eta, nora joan dira aurtengo zerri gizenaren sariak? Poztekoa da, asko eskualdean bertan gelditu direla: Egilorrera, Etsainera, Iraizotzera eta Ziaurritzera joan dira lau zerri gizen. Hain zuzen, Ziaurritzeko Dabid Elizondo izan da zortedunetako bat. Beherago duzue berari egingdako elkarrizketa. Gainerakoak, Eratsunera, Gipuzkoara, Altsasura, Leitzara, Burlatara eta... Logroñora! Bai, bai, eskualdetik urruti ere ibili da norbait txartelak saltzen...





Dabid Elizondo, Ziaurritz Zerri gizenaren irabazleetako bat

Nola jakin zenuen zerri gizona tokatu zitzaizula, zuzenean entzun zenuen edo gerora izan zen?

Ez nuen zuzenean entzun, baina Erripako lagun batek momentuan mezu bat bidali zidan, eta gero ikusi nuen irratitik deitu zenidatela... bueltan deitu nuenerako zozketa bukatua zegoen.

Txartel asko erosi al dituzu aurten, edo zorte kontua izan da?

Boleto franko nuen, hamabost bat edo... baina ongi amortizatuta gelditu dira! (barreak) Urtero erosten ditut, eta saltzen ere aritzen naiz. Takoa osorik saldu dut aurten, azken bost boletoak niretzat gorde nituen. Dena den, saritua izan dena Aizarotzen erositakoa zen.

Aipatu duzu txartelak saltzen ere aritzen zarela. Zergatik hartzen duzu parte?

Proiektua babesteagatik egiten dut, Pulunpe aldizkarian iragarkia ere horregatik izaten dut. Tira, bi gauzengatik: lanari begira batetik, baina proiektua babesteagatik ere bai.

Zerriarekin geldituko zara, edo Auzako harategiko bonoa hartuko duzu?

Harategiko bonoa hartuko dut, oso argi izan dut hasieratik. Izan ere, duela urte batzuk, uste dut Pulunpeko lehen zozketa mundialean izan zela, zerri gizona tokatu zitzaidan, niri bat eta Anotzibarko lagun bati beste bat. Erabaki genuen zerri hiltzea egitea batekin, eta bestea harategiko bonoarekin aldatzea. Sekulako lana izan zen! Beraz, aurten argi nuen...

“Txartel franko erosi nituen aurten, baina ongi amortizatuta gelditu da!”



▲ Ziaurritzko Dabid Elizondo izan da zerri gizona irabazi dutenetako bat

Boluntarioen inurri lanari esker

Behin eta berriz errepikatzeaz ez gara nazkatuko: ezinezkoa litzateke tamaina honetako ekimena antolatzea ehunka boluntarioen lanari esker ez balitz. Txartelak saldu, sariak lortzeko ateak jo, guztia antolatu eta ordenatu, zoz-

keta eguna prestatu, saritu guztiei telefonoz deitu... lan asko daude egiteko, eta Ametza Kultur Elkarte-ko kideez gain, beste herritar ugari ere elkartzen dira auzolan erraldoi horretara. Zozketa egunean hamar bat laguneko taldea aritu zen goizetik gauera lanean, eta horietako

bat elkarrizketatu dugu erreportaje honetan: Arantxa Ollo ateztarra. Aurten, ahots berri bat izan dugu zozketako esatari lanetan, Berue-terko Mari Pui Aranok hartu baitio lekukoa Aitor Arangoari. Urtetako esperientzia duen Nora Ramoneda igoarra izan zuen ondoan.



Arantxa Olo, Beratsain Zozketa Mundialeko laguntzailea

Noiz hasi zinen Zozketa Mundialeko laguntzaile lanetan, eta zergatik?

Duela bost bat urte hasi nintzela esanen nuke. Garai hartan Atezo beste kide bat aritzen zen laguntzen, baina momentu batean utzi egin behar izan zuen, eta nire ahizpak hartu zion erreleboa. Gerora, nire ahizpari ere zaila zitzaion laguntzea, eta orduan erabaki nuen nik laguntzen hastea. Uste dut gure inguruan euskarak hutsuneak dituela, eta zozketa badela hizkuntzari bul-tzada emateko modu bat. Gauzak galtzea oso erraza da, zaila dena mantentzea da, eta niretzat garrantzitsua zen zozketa mantentzea.

Nola izaten da zozketa eguneko giroa, eta zer lan egiten duzue?

Zozketak atzetik sekulako lana duela ohartzen gara zozketa egunean. Nire kasuan, txartelak saltzen eta biltzen aritzen naiz aurretik, eta zozketa egunean bertan ere laguntzen dut. Urtero jende berdintsua elkartzen gara, giro onean aritzen gara, egun

osoko lana izaten da, baina ilusioz joaten gara. Goizean txartelak kutxetan prestatzen ditugu, eta zozketaren momentuan dena ongi eta azkar joan dadin saiatzten gara. Polita da zozketa zuzenean bizitzea.

Zer esanen zenioke jendeari zozketan laguntzera animatzeko?

Badirudi erraza dela horrelako ekimen bat antolatzea, baina atzetik lan handia dago, eta herritar guztion artean egiteak asko errazten du dena. Launtzaille berriak ere oso ongi etorriak dira: gazte nahiz heldu, esku zabalik hartuko dugu animatu nahi duen edonor!



Arantxa Olo, ezkerrean zutik, zozketa mundiala prestatzen

2026an gehiago!

la hiru orduz aritu ginen Esan Erran irratiko estudioetan zozketa mundialeko zuzeneko saioarekin, 16:30ean hasi eta 19:00ak pasata bukatu baikeuen. Tartean, esan bezala, zozketako 130 sariak banatu genituen, baina iaz bezala, aurten ere zuzeneko dei bidez hiru saskitxo ere banatu genituen. Zuzenekoan, jendeari telefonoz deitzeko eskatu genion, eta azkarrenak eskualdeko produktuz osa-

tutako saskitxo eskuratuko zuen. Erripako Virginia Iragi izan zen lehenengo saskia irabazi zuena. "Paseotxo bat ematera atera gara, baina kaskoak jarrita goaz, mugikorretik zozketa zuzenean entzuten, eta segituan deitu dut", azaldu zuen. Poz ederra hartu zuen Itziar Perez esatariak azkarrena izan zela eta saskitxo berarentzat izanen zela esan zionean. Iragik bezala, irratsaioa zuzenean entzun zuten eta eskatu genuenean

azkar-azkar deitu zuten beste bi herritarrek ere irabazi zituzten saskitxoak.

Eta, haxe da 2025eko Zozketa Mundialak emandakoa. Badakizue, saridunen zerrenda ikusgai dagoela amezti.eus atarian. Zorionak sarituak izan zaiten guztioi, eta besteei, eskerrik asko parte hartzeagatik eta gureak bezalako komunikabide txiki euskaldunak babesteagatik. Datorren urtean itzuliko gara...



Bitxikeriaz beteriko ibilbidea, Beuntza eta Eritzegoiti artean

Beuntzatik Eritzegoitira ibilaldia egin zuten Atezko herritarrek, Koldo Villalba adituaren laguntzaz. Iratiko basozaina izan zen Villalba eta, duela 14 urte, turismo enpresa bat sortu zuen: Itarinatura. Osotara, beraz, 30 urte daramatza ingurumen heziketan "naturaren sekretuak eta edertasuna deskubritzen". Esan bezala, Atetzen izan zen azaroan eta bertako paisaia aztertu eta bitxikeriak kontatu zizkien batu zitzaizkion herritarrei. Hemen jaso dugu bere kronika.

Beuntzatik Eritzegoitira egin genuen ibilbidea duela 83 miloi urte itsasoaren hondoa zen bide batetik doa. Horren erakusle da aurkitu genituen hainbat fosil. Esate baterako, itsas har batena aurkitu genuen Beuntzako etxe batean. Beste adibide bat, oihanean sartzen hasi ginenean aurkitu genituen txondriteak.

Atezko paisaiaren beste ezaugarri bat kareharria da, eta haren disoluzioarengatik sortzen diren leizeak ere ikusi genituen. Bertako geologia eta landaredia propioa ere agertu zitzaigun. Eskualde honetan bi klima-gune elkartzen dira, Atetz klima atlantikotik mediterraneorako tran-

tsizio gunean baitago. Horregatik, landarediari dagokionez, bi gune hauetako espezieak ditu. Gaztainondoak eta ipuruak dituen amezti batetik gune altuenetan aurkitzen diren pagadietara pasatzen gara. Eta bitxia da bidean otsababaren bi barietateak ere aurkitu daitezkeela kilometro gutxian: foetidusa eta viridisa. Bestetik azkonaren aztarnak, trikuaren gorotza, beste ugaztun batek harrapatutako miru baten gorpuzkia eta asiar liztorraren kabi zahar bat ere ikusi genituen.

Bidean elementu etnografikoak ere aurkitu genituen. Herrietan ohikoak diren borden edo zuhaitzen egurra-

ren inguruan aritu ginen. Egurrari dagokionez, gaztainondoarena eta lizarrarena, adibidez, ikatza egiteko, sutarako edo abereei jaten emateko erabiltzen zen; edo, lizarraren kasuan, hainbat erabilpenerako makilak egiten ziren. Baina horretaz gain, taninoetan aberatsa den harritz-kalixaren erabilera azaldu genuen, arropak tindatzeko erabiltzen baitzen.

Behera egin genuenean aitzineko bide baten arrastoez ohartu ginen. Baita lur mugimenduen arrastoez ere, bidea eraiki zenean egin izan zitezkeen. Oraingo pistaren paraleloa da eta uste dut interesgarria litzatekeela zer garaitakoa den ikertzea. Orreaga, Erro eta Artzibarren ikusten direnen antzekoa da eta, beraz, erromatar galtzada bat izan zitezkeen. Bide horretatik Larunbeko ingurunera iritsi daiteke, Eritzegoitiko herritar batek esan zidanez, eta han aldare baskoi-erromatar bat aurkitu zen, jainko baskoi bati eskainitakoa.

Jan daitezkeen landareak badauden arren, harritu gintuen pozoidunak edo toxikoak diren landare franko ikusi daitezkeela bide honetan.

Laburbiltzeko, oso interesgarria izan daitezkeen zonalde bat da, balore natural handikoa, eta, gainera, ez dagoena batere masifikatua nahiz eta Iruñetik oso gertu dagoen.



Koldo Villalba

Ibilaldiak eskualdean barrena

2025. urteko lehenengo kronika honetan jubilatuen elkartetik eskualdean egin dugun azken ibilaldiaren eta batzar orokorraren berri emanen dizuegu.

Urtarrileko azken astelehenari ibilaldia zegokion eta hala egin zuten Denok Bat elkarteko kideek. Eltzaburu aldera joan ziren, goiko bordak ikusiz goiz eguzkitsuan, nahiz euria ere izan zuten tarteka. Ordu pare bateko buelta egin zuten eta elkarrekin bazkaltzera joan ziren gero. Plan ederra. Ez da harritzekoa horrelako ekimenekin taldea handitzen joatea.

Urtarrilaren 29an, urteroko batzar orokorra izan genuen, Larraintzarko bentan. Ohitura den bezala, 2024an egindako ekintzen errepaso laburra egin genuen, eta diru kontuak ere partekatu ziren kideekin.

Berrogeitik gora lagun elkartu ginen Bentako areto nagusian, aurreko urteetan baino zertxobait gehiago. Oholtza gainetik, Miren Uhartek, Gizarte Zerbi-

tzuen Mankomunitateko teknikariak eta lehendakariak, pantaila handia erabiliz, zenbait gai aurkeztu zizkiguten.

Lehenengo kontu ekonomikoak errepasatu genituen, ekintzaz ekintza, bakoitzean zenbat gastatu den eta nola ordaindu genituen azaldu zizkiguten. Alor desberdinetako gastuen laburpena ere ekarri ziguten, bertan argi ikusi genuen ekintza sail bakoitzean zenbateko gastuak izan ditugun. Hemen ikus dezakezue laburpena. Azken lerroan ikusten dira sarrerak eta gastuak. Emaizta +836,69 eurokoa izan da.

Hurrengo puntua 2025eko plana egitea zen eta horretarako bertaratutakoei haien proposamenei buruz galdegin zitzairen. Denon artean eztabaidatu ondoren, 2025eko egutegia betetzen hasi ginen. Lehenik eta behin, orain mar-

txan dauden "ariketak" mantentzea eta indartzea erabaki zen, baina proposamen berriak ere egin ziren. Horiek lantzea dagokio orain zuzendaritzari.

Bestalde, bidaietan Italiara eta Kantauri aldera joatea erabaki zen, Benidormeko bidaia atzendu gabe.

Txangoetan, hainbat ideia egon ziren, batzuk urterokoak, sagardotegia, Zarautz, Elizondo eta upategia, esaterako; beste batzuk orain dela bizpauru urte abiatutakoak; eta berria, Zaragozako Piedra monastegia bisitatzera joateko proposamena izan zen. Egun bakarrean egitea oso luze gelditzen denez, bi egunetan egitea izan zen proposamena, batean joan eta bestean etorri, gaua han eginez.

Arkupeak elkartearekin jarraitzea erabaki zen, ahal balitz, izena emateko



Taldea handitzen ari da! ▲



Denok Bat – 2024 ko Kontuak

Saila	Sarrerak	Gastuak	Emaitza
Ariketak	6.420,00 €	-9.133,53 €	-2.713,53 €
Arkupeak	16.117,00 €	-16.642,00 €	-525,00 €
Bidaiak	34.470,00 €	-34.260,00 €	210,00 €
Festa	14.095,00 €	-16.290,82 €	-2.195,82 €
Orokorra	14.366,83 €	-3.002,87 €	11.363,96 €
Txangoak	28.893,30 €	-34.196,22 €	-5.302,92 €
Emaitza	114.362,13 €	-113.525,44 €	836,69 €

tartea zabalduz, haiek antolatzen dituzten bidaiak guretzat ere interesgarriak direlako.

Ohiturazko festak mantentzea ere erabaki genuen: Udaberrikoa, Kalde-rete eguna eta urte bukaerakoa, abenduakoa.

Azken gaia, zuzendari zegokiona izan zen, batez ere Anueko ordezkariarik ez zegoela eta hutsunea betetzeko asmoz, Etsaingo Santiago Iraizotz Etulain izanen dugu zuzendaritzako kide berria.

Zuzendaritza taldea osatuta, bukatutzat eman zen batzarra. Ostatura mugitu ginen, "batzarraren" bigarren zatia egitera.

Hurrengo hilabeteen sagardotegirako eta Lesakako herria eta beren burni museoa ikusteko eginen dugun txangoa eta herrietako ordezkariekin eginen dugun bilera ekarriko dizkizuegu. Bitartean, osasuntsu egotea opa dizuegu.



Denok Bat
Jubilatu Elkartea

GOTELET-A
KENTZEA

FATXADAK
ZAHARBERRITZEA

IRAGAZGAITEA
(IMPERMEABILIZACIONES)

DAVID ELIZONDO PINTURAK

DEKORAZIO ETA INDUSTRIA PINTURA

KALITATEA
ETA
GARBITASUNA

AURREKONTUA
KONPROMEZURIK GABE

678623866

ZIAURRITZ · argapin@hotmail.com



Pascual Lazcano Cia, holokausto naziaren biktimari omenaldia



Ahaztuak herri ekimenak antolatua, urtarrilaren 26an egin zen Ilarregiko kontzeju etxean. 60 pertsona baino gehiago bildu ziren Flössenburgeko kontzentrazio esparruan hil zen ilarregiarrari omenaldia egiteko. Ekitaldia Kontzejuko alkatearen esker oneko hitzekin hasi zen.

Ondoren, Ahaztuak herri ekimena elkarteko kide bakte frankisten kolpearen ondoren errepresioa era batera edo bestera jasan zuten eta ahaztuta egon diren gure haranetako pertsona guztiak gogora ekarri zituen. Gainera, faxismoak gure artean jarraitzen duela adierazi zuen, eta aurre egin behar zaiola, etsi gabe. Ekitaldian, Ana García Santamaría historialariak ere hitza hartu zuen. Berak Alemaniako kontzentrazio-esparruetan izandako euskaldunen bizitzak eta historia ikertu eta bildu ditu.

Pascual Lazcanoren bizitzaren eta borrokaren zenbait datu eskaini zituen. Ondoren, Cesar kantautoreak (Telleriako ahaztuak memoria-elkartekoa) eta Beñat Astiz bertsolariak parte hartu zuten. Amaitzeko, bertaratutako guztiek Pascual Lazcano eta ahaztutako errepresaliatuen alde topa egin zuten.

Ilarregiarraren zenbait datu:

Ana García Santamaria historialariak ikertu eta bildu ditu eta hurrengo Pulunpen datu guztiak eskainiko dizkigu, baina hemen duzue laburpen bat.

Pascual Lazcano Cia 1909ko martxoaren 12an jajo zen Ilarregin. Gurasoak Martin Lazcano eta María Ángela Cía Goñi ziren. Aita Orokietakoa zen eta ama Ilarregikoa. Aitaren gurasoak, berriz, Mendigorriakoak eta amaren gurasoak Zenozkoak eta Orokietakook.

Erresistentziako kidea, FFCeko parte zen (Forces Françaises Combattants). Horrela, Shelburn sarean aritu zen, britaniarraren zerbitzu sekretuetan operazio bereziak aurrera eramanez. Mila bat agentez osatua, sarearen misioa Frantziako lurretan eroritako jauskari britaniarrak eta aliatuak berriz Inglaterrara eramatea zen.

Lazcano Liqué herrian bizi zen. Basse Pirinées eskualdean eta han atxilotu zuten 1944ko maiatzaren 22an. Uztailaren 2an Dachauko kontzentrazio-esparrura bidali zuten 1.240. konboian, "Heriotzaren trenean". 2.162 gizon eramanen zituzten osotara, horietako 42 "rotspazier" deiturikoak ziren (espainiar gorriak). Konboia osatzen zutenen gehiengoa erresistentziako kideak ziren. Pilaketak, beroak eta egarriak 450 pertsonen heriotza eragin zuten trena abiatu eta ordu gutxietan. 1.632 deportatu iritsi ziren Dachauera uztailaren 5ean. Pascual Lazcano Cia 77965 zenbakiarekin erregistratu zuten. Abuztuaren 25ean Flössenbergera eraman zuten eta bi hilabete geroago, 1944ko urriaren 25ean hil zen.



Ana García Santamaría historialaria, Gato (Ahaztuak herri ekimena) eta Beñat Astiz bertsolaria



Otsailean irekiko da Lanzko ostatua

Balear irletako bikote batek hartu du ostatua eta otsailaren 15ean irekiko dute. Balear irletan sortu ziren, bai, ongi irakurri duzu, baina urteak daramatzate Euskal Herrian eta Nafarroan. Orain Lantza etorriko dira.

Bestetik, Gerendiango ostatua ere hertsirik dago eta kontzejuak lehiaketa publikora atera du alokairua. Oharra Nafarroako Kontratazio Atalean dago honezkero eta eskaintzak otsailaren 25era bitartean egin daitezke. Ostatua eta etxebizitza eskaintzen dira alokairuan eta lizitazioa 6.000 eurotan jarri dute. Kontratua bost urtez luzatu daiteke.



 **residuos de navarra
nafarroako hondakinak**



Etorkizun zirkularra eraikitzen dugu Construimos un futuro circular





Gure eskualdean ere Euskaraldia aurkeztu dute

Maiatzaren 15etik 25era izanen da laugarren edizioa eta Larraintzarko Bentan aurkeztu zuten urtarrilaren 30ean. Entitateek eta herriek izana eman dezakete honezkerok. Martxoan herritarrei zabalduko zaie aukera.

Hizkuntza ohiturak eta euskararen erabilera sustatzeko ariketa sozial gisa jaio zen euskaraldia. Herritarrek ahobizi edo belarriprest rola aukeratu, dagokion txapa jantzi, eta, gutxienez, 11 egunez euskaraz ari zeko konpromisoa hartzen dute. Gainera, hizkuntza dinamika aldatzera bultzatu nahi du, ezezagunekin ere lehenengo hitza euskaraz izatea, adibidez.

Hala ere, antolatzaileek Euskaraldiak ere badituela bere mugak gogorarazi nahi izan dute edizio honetan. "Euskaraldia ez da kanpaina huts bat: ariketa sozial bat da: euskararen erabilera biderkatzeko ahaleginetan ezinbestekoa, baina ez nahikoa", aipatu zuen Goiatz Urkijo Euskaraldiko koordinatzailea Iruñeko aurkezpenean. Izan ere, azken edizioaren ondoren, gizarteko hamarnaka eragile eta herritarrekin batera egindako hausnarketa prozesuaren ondorioetako bat da. Euskaraldiak berrikuntza behar duela, herritarrengan, berriz ere, ilusioa masiboki piztuko badu. "Euskaraldia gaintutako duen Euskaraldia" bat nahi dute. Ez egun jakinetara bakarrik mugatzen den ariketa soziala izatea. "Nazio mailan, euskararen lurral-

de osoan, eta denok batera egiten dugun dinamika" zabaldu egin nahi dute, denboran eta gizartean. Bada, antolatzaileek ausardiaz eta gogoz heldu diote erronkari. Baita gure eskualdean ere.

Laugarren edizioaren leloak berak *-Elkar mugituz egingo dugu-* aktibazioari, mugimenduari, emozioei eta batak bestearengan dugun eraginari egiten die erreferentzia. "Euskaraz hitz eginez, batak bestea mugitu egiten du, eta besteak bata, hizkuntza inertiak eraldatuz", azpimarratu du Urkijok. Euskaraldiko koordinatzailearen hitzetan, lehen hitzetik euskaraz eginda, edo ahal den guztietan euskara erabilia, mugitu egiten ditugu solaskideak, eta jendartea bera. "Interakzio bakoitzak euskararen erabilera handitzen du, eta milaka eta milaka pertsonak batera eginda, efektu biderkatzailea lortzen da", azaldu nahi izan du. Euskararen erabilera aktibatuko duen mugimendua sortu nahi dute. Kaleko euskalgintza, euskaldun eta euskaltzaleak mugiarazi, alegia. Euskal Herri osoan euskararen erabilera aktibatzeke prest dagoen jendea batu, trebatu, antolatu eta dinamika soziala indartu nahi dute.

Norabide horretan lanean hasiak dira dagoeneko Euskal Herriko hainbat txokotako herri batzordeak, Larraintzarren, urtarrilaren 30ean egin zuten lehenengo bilera.





Bertso eskolako matrikula bultzatzeko kanpaina



Bertsozaleen elkarteak bertso eskolan izen ematea animatzeko kanpaina berri bat abiatu du. Gure eskualdean Larraintzarko bentan izaten dira saioak, asteartean, 18:15etik 19:15era. Lehen hezkuntzako eta Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzako ikasleei zuzentzen dira.

Hiru hasi ziren urrian baina azaroan beste haur batzuk eman zuen izena. Horregatik, osotara, eskualdeko Lehen Hezkuntzako lau ume daude matrikulatuta Larraintzarren. Iker Gorosterrazu da irakaslea: "eskola handitzen edo egonkortzen ari da eskualdean. Lehen Hezkuntzako laugarren eta bosgarren mailakoak dira. Baten bat berria da baina besteak hirugarren mailatik dira gurekin, beraz, eskualde honetan txiki txikitatik hasi dira".

Kanpaina abiatu du elkarteak baina hurbildu nahi duenak urte osoan eman dezake izena. Horretarako, Bertsozaleen Elkarteko webgunean, Nafarroa atalean, formulario bat bete behar da. "Kantatzea eta hitzarekin jolastea gustuko duen edozeinek parte hartzeko modukoa da. Normalean bertsoa jolas ludikoen bidez ikasten dugu. Doinuak ikasi, abestu, inprobisatu eta euskaraz jostaten aritzen gara", horrela azaldu digu klasean egiten dutena Gorosterrazuk. Matrikulatu aurretik norbaitek probatzera joan nahi baldin badu ere, atek irekita aurkituko dituela gehitu du. "Eskolak bertsozaleen trebatzeko dira, baina euskararen arnagune garrantzitsuak ere izaten dira. Arnagunea izateaz gain ahozkotasuna lantzeko, sormena garatzeko eta ongi pasatzeko gune bat dira".

Otsailaren 14tik aurrera, pala eta frontenis txapelketa

Aurten izen emateak behera egin du zer edo zer, eta horregatik atzeratu dute otsailera. Lehenengo mailan sei bikote arituko dira; zortzi bikote, bigarren mailan; eta lau bikote hirugarren mailan. Emakumezko frontenisean, berriz, bost bikotek eman dute izena. Beraz, osotara, 23 bikote lehiatuko dira.

Pala eta Frontenis txapelketa Basaburuko eta Imozko Kirol Batzordeak antolatzen du, eta Latasan jokatuko dira partidak.





Lantzko 20 bat herritarrek parte hartu zuten ZETAK taldearen ikuskizun handian

Nafarroako hainbat herritako ihoteetako pertsonaiak eraman zituen oholtza gainera Pello Reparazren proiektuak. Tartean Altsasuko momotxorroak, Unanuko mamuxarroak, Ituren eta Zubietako joaldunak eta zanpantzarrak, Tuterako zipoteroak; eta, jakina, baita Lantzko ihoteetako pertsonaiak ere. 20 bat herritarrek parte hartu zuten txatxo eta arotzez jantzita.

Urte berriarekin ez zen besterik aipatzen, Pello Reparaz arbizuarraren ZETAK taldeak Mitoaroen ikuskizunarekin Navarra Arena bete zuen urtarrilaren 3an eta 4an. Osotara 30.000 pertsona ikusi zuten zuzenean Iruñean. Larunbatean, gainera, ETB2k telebistaz eman zuen zuzenean eta 300.000 pertsonak ikusi zuten telebistan. Nagusiki euskaraz idatzitako kantek osatzen zuten emanaldia.

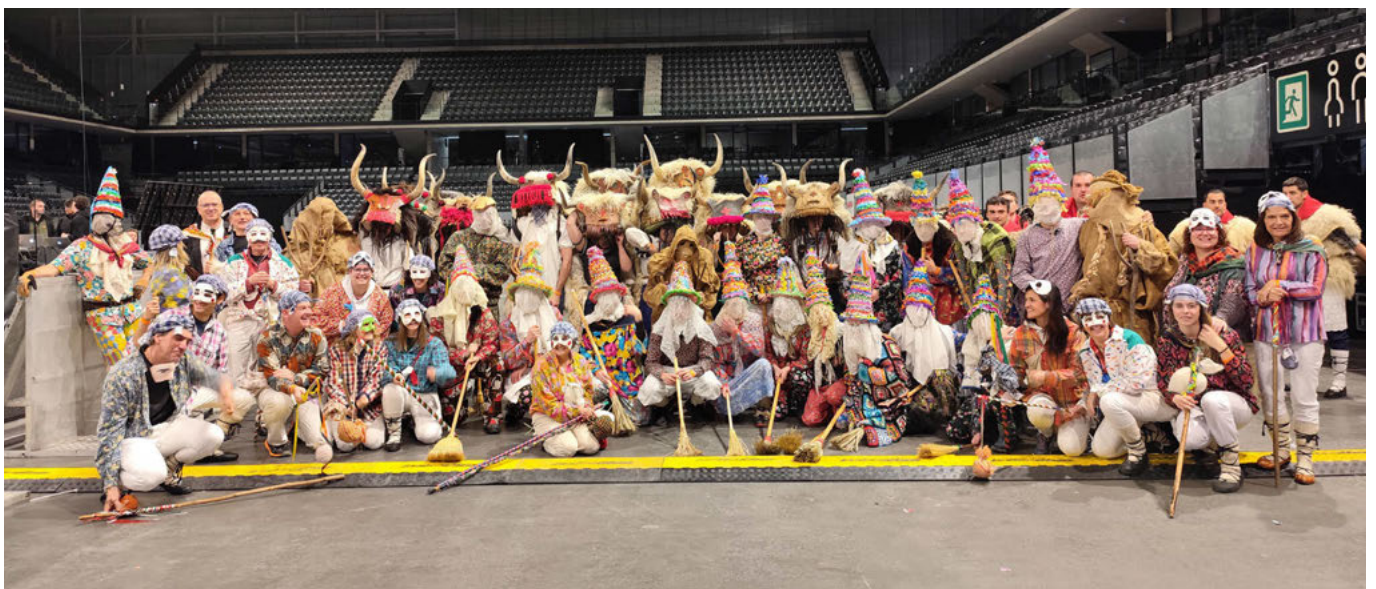
2023an **Aaztiyen** diska kaleratu zuen ZETAKek eta haren aurkezpenari amaiera emateko ikuskizun berezia prestatu du Pello Reparazren taldeak. Diskoan eragin handia izan zuten Unanuko mamuxarroek eta, horregatik, Nafarroako hainbat herritako ihoteetako pertsonaiak

“ **Silvia Zabalza:**
Oso polita izan zen eta ez da sekula errepikatuko ”

eraman zituen oholtzara. Tartean, Lantzko txatxoak eta arotzak. Lantzko 20 bat herritarrek parte hartu zuten ikuskizunean eta haietako bat izan zen **Silvia Zabalza**. Bizitakoa kontatu digu.

Nola bizi izan zenuten oholtzatik eta agertokiaren atzealdetik parean zegoen hainbeste jendeke emozioz bizi izan zuen Mitoaroen ikuskizuna?

Ez dakit ezta nola deskribatu ere. Oso-oso esperientzia polita izan da baina oso bizia ere bai, ez baitzen bakarrik ikuskizunaren eguna, entseguek eta beste denak absorbitu gintuen azken astean. Baina oso berezia eta hunkigarria izan da. Bi entsegu egin genituen, luzeak, bata Arbizon eta beste bat Navarra Arenan. Arenako entseguan aukera izan genuen ikuskizun osoa ikusteko, izanen zen berdinarena, jantziak soinean eta guztia berdin-berdin baina pistan, ikusle, parte hartuko genuenok bakarrik geundela. Gero,





kontzertuan, kamerinoan izan ginen irauten zuen bitartean eta ez genuen ezer ikusi. Horregatik, oso berezia izan zen barrutik ikustea, oso hunkigarria. Azkeneko kantan, Aralarko Daman, ihote ezberdinetako pertsonaia guztiak ateratzen ginen batera, eta agertokiaren atzean guztiok batera, momotxorroak alde batean, beste batean joaldunak, guztiak ikustea oso polita izan zen.

Akelarretan kantan sei txatxo ateratzen ziren ostiralean eta beste sei larunbatean. **Aralarko Daman** guztiok ateratzen ginen jende artean, ihoteetan betetzen dugun papera bera betetzen, eta hori ere oso polita izan zen sorpresa izan zelako, ostirala arte ez genuelako jakin hori ere egin behar genuenik. Lanzko guztiok **Hitzeman** kantan bakarrik aterako ginela uste ge-

“

Silvia Zabalza:
Aukera zuen jantziak kopiatzeko eta dantzariak jartzeko baina herriko jendea aritu izanak beste zentzu bat du

”

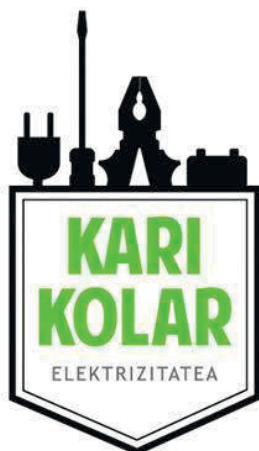
nuen, eta **Akelarretan** kantan gutxi batzuk. Hori eginen genuela besterik ez genekien. **Aralarko Dama**, gainera, kanta oso berezia da, ni-

retako behintzat. Esan behar dut ni ez nintzela oso *Zetakzalea* baina fan amorratua bihurtu naizela orain! (barreak).

Nola sortu zen kolaborazioa? Noiz jaso zenuten Zetak taldearen deia?

Maiatza aldean udalarekin harremanetan jarri ziren. Orduan gaintik bakarrik aipatu zuten, zerbait berezia egin nahi zutela. Orduan zerrenda bat egin genuen parte hartu nahi genuenekin. Gero hilabeteak pasa ziren ezer jakin gabe, eta urria aldera bideo bat egitera etorri ziren. Ostatuko sabaian grabatu gintuzten, jantzten ginen bitartean. Herriko planoak ere jaso zituzten, baina ez dakigu zer eginen duten horrekin edo zerbait eginen duten. Antolakuntza, abenduan hasi zen;

MANTENTZE · LANAK · INSTALAZIOAK · KONPONKETAK · ARGI PUBLIKOAK
 PROYEKTUAK · AURREKONTUAK · BOLETINAK ETA ZIURTAGIRIAK



KARIKOLAR
 ELEKTRIZITATEA

722 766 835

LIZASO · karikolaregoitz@gmail.com



orduan, bai, mugikorreko taldea sutan egon zen. Lan burokratikoak ere tartean, ez dakit zenbat dokumentu bete behar izan genituen, segurua egin behar zutelako, esate baterako. Baina, ni behintzat, oso zaindua sentitu naiz. Egia da Arbizun egin genuen lehenengo entsegua kaotikoagoa izan zela. Baina bestela uneoro egon dira gure gainean, kamisetak eta kontzerturako gonbidapenak operatu dizkigute, Arbizun bazkaltzeko gonbidapena egin digute, kontzertuan afaltzen eta edaten eman ziguten... dena oso ongi.

Eta nola prestatu duzue? Entseguak nolakoak izan dira?

Arbizura joan ginenean harrিতa gelditu ginen lanean zenbat jende zegoen ikusita. Dantzariak zeuden eta Kukai Dantzako kide batak azaltzen zigun dena. Hasieran ez zegoen oso argi zer egin behar genuen. Guk erabaki genuen haiekin batera, gutxi gorabehera. Baina gero, imajinatu, koreografoa, eszenografoa, teknikari pila bat zegoen atzean, jende pila bat. Arbizun nabe batean egin genuen eta ikaragarria zen Pello ikustea. Dena publikoaren aurrean egongo balitz bezala egin zuen (barreak). Beraz, badu dena pentsatua, ez dago inprobisaziorako tarte handirik. Erramun Martikorena ez zen egon ez entsegu batean ez bestean, normala den bezala, baina bai Maxux Zugarramurdi alabekin, ihoteetako pertsonaia guztiak... Ondoren, Neomak eta beste taldeak Arenan agertu ziren lehenengo aldiz, urtarrilaren 2an egin genuen entseguan. Hori guretzako benetako luxua izan zen. Vendettaren abestia kantatu zutenean ere aho bete hortz gelditu ginen, Arbizun Reparazek bakarrik egin baitzuen. Opari bat izan zen. Nik horrela bizi nuen, kontzertu pribatu bat bezala (barreak), ordu pila bat eman ondoren. Arbizun sei ordu eman genituen entseguan eta Arenan berdin, arratsaldeko 15:30ean joan eta gauetz atera ginen, 22:00ak



aldera. Baina oso polita izan zen, eta ez da sekula errepikatuko.

Mitoarok badu wikipediako sarrera bat ere. Behin pasa dela, hausnartu al duzue izan denaren inguruan eta zuek parte hartu izanaz?

Oraindik sinetsi gabe gaudela uste dut. Errespetua nabarmendu nahiko nuke. Pello Reparazek aukera zuen jantziak kopiatzeko eta dantzarietara jartzeko baina herriko jendea aritu izanak beste zentzu bat du, nahiz eta profesionala ez izan. Eta hainbeste jende kudeatzea, imajinatzen dut, beraiendako zailagoa dela. Berak egin duen bezala zentzua du, historia bat kontatu du herriari eta lurrari lotuta, oso polita. Ni oso harro nago parte hartu dugulako. Hasieran ez genekien herritar nahikorik bilduko ote ginen eta orain ezin dut imajinatu

ihote guztiak atera izanen balira Lantz izan ezik. Gu oso kontent gaude egindakoarekin, gu izan garelako, hau da, txatxoak egiten dutena egin dugu. Kukai Dantzakoek hasieran ez zuten ikusten horrela ateratzea, oihuka eta jendea xaxatzen baina Pello Reparazek lehenengo frogara egin genuenean esan zuen baietz, guk egiten ohi duguna egin behar genuela, naturalak izan behar ginela, Lanzko mamia azaleratzeko. Gainera, hasieran beste kanta bat egokitu ziguten, baina nahiko motela zen eta guk ez genuen ikusten. Kanta aldatu ziguten, **Hitzeman** jarri ziguten. Pellok entseguan esan zigun nahi genuena egiteko eta esan genion pentsatua genuela zortzikoa dantzatzea, hori polita izanen litzatekeela eta lehenengo proban gustatu zitzaion eta aurrera.



**CAJA RURAL
DE NAVARRA**

1/6

Zerbaki horrek produktuen arrisku-maila adierazten du: 1/6 adierazleak arrisku-maila txikiena adierazten du, eta 6/6k arrisku handiena

Kreditu Entitateetako Gordailuak Bermatzeko Funtsera atxikita dago **Nafarroako Rural Kutxa**. Funtsek 100.000 euro baino bermatzen dituzten gordailuak titularrak bakoitzeko.

•• Inbertitutako printzipal osoa edo haren zati bat erreskatatu edo aurretiaz itzultzeak komisioak edo penalizazioak ekar ditzake.

Arriskuaren adierazlea eta alerta eperako gordailuari dagozkie. Kontuan hartu behar da sustatutako inbertsio-funtsek bere arrisku-maila duela, eta maila hori gordailurako adieraztatzea baino handiagoa izan daiteke.

COMBIFONDO MODERADO GORDAILUA

Jarri zure aurrezkiak martxan eta irabazi!



Konbinatu zure aurrezkiak zure neurria!

**UTB
2,50%**

%50 RURAL PERFIL MODERADO,
FI inbertsio-funtsean + **%50**
12 hilbeterako gordailu batean
(ITN %2,50, **UTB %2,50**).

**UTB
2,00%**

%20 RURAL PERFIL MODERADO,
FI inbertsio-funtsean + **%80**
12 hilbeterako gordailu batean
(ITN %2,00, **UTB %2,00**).

Kontuan hartzekoak

- Hamabi hilabeteko epea gordailuari aplikatzen zaio, ez inbertsio-funtzari, zeinaren gutxieneko iraupena lau urte izatea gomendatzen baita.
- Gordailuaren interesak gordailuaren muga-egunean likidatuko dira.
- Funtse bat aldi berean kontratatzeke baldintza betetzen ez bada, aplikatu beharreko ITNa % 0 izango da (UTB % 0).
- Komisioa alde aurretik kitatzeagatik: % 1 (gordailua kontratatzen den egunetik hasita). Komisio hori eperako gordailuari aplikatzen zaio soilik. Gomendatutako denbora-muga baino lehen funtsa osorik edo zati batean ateratzeak kapitala galtzeko arriskua handietzen du.
- Inbertitutako kapitala eta errentagarritasuna ez daude bermatuta, funtsek galerak izan baititzakete. Inbertsioen balioa merkatuen gorabeheren mende dago.
- Proposamena 2025ko martxoaren 31ra arte baliagarria da.

Baldintzak

- Hala gordailuaren nola inbertsio-funtzaren inbertsioa guztira 10.000 eta 300.000 euro bitartekoa izanen da, 1.000 euroko multiplotan.
- Inbertsio-funtsera ekarritako dirua ezin da etorri entitatean lehendik zegoen inbertsio-funtse batetik.

Eperako gordailuaren likidazio gordinaren adibidea Inbertsio osoa 200.000€-koa izanez gero, banaketa izanik % 50 funtsa eta % 50 gordailua, 2025/01/leko ordainketa-datarekin, kalkulatu 365 eguneko likidazio-aldirako, ordainsari gordinarekin: gordailuak 2.500 €-ko interes gordinak ordainduko ditu 2026/01/leku, ITN % 2,50; **UTB % 2,50**. Kasu berean, banaketa % 80 gordailua (160.000€) eta % 20 funtsa (40.000€) denean, gordailuak 3.200€-ko interes gordinak ordainduko ditu 2026/01/leku, ITN % 2,00; **UTB % 2,00**.

Ez inbertitutako kapitala, ez errentagarritasuna ez daude bermatuta, funtsek galerak eragin baititzakete. Funtse horiek bulegoko kanalean saltzen dira, Nafarroako Rural Kutxako aditu baten aholkularitzarekin. Kontratatu aurretik, egokitasun-testa eta inbertsio-proposamen pertsonalizatua egiten dira, bezeroarentzako aukerarik onena aukeratzeko.

Dokumentu honek izazera komertziala du, eta ez da inolaz ere eskaintza, harpidetzeko gomendioa edo inbertsio-erlako finantza-aholkularitza. Bertan dagoen informazioak ez du ordazkatzen inbertitzeko erabakia hartu aurretik kontsultatu beharreko legezko dokumentazioa. Funtsek CNMVn erregistratuta daude. Funtsen liburutza eta inbertitzailearentzako funtsezko datuak biltzen dituen dokumentua Nafarroako Rural Kutxa bulegoetan, www.gescooperativo.es-en eta CNMV-n kontsultatu daitezke. Inbertsioen balioa merkatuen gorabeheren mende dago. Kudeatzailea: GESCOOPERATIVO S.A.S.G.I.I.C. Gordailuzaina: Banco Cooperativo Español.

www.cajaruraldenavarra.com





Eguberrietako bingo Gerendiaingo zaharren egoitzan



Lehoiak Igoako ihoteetan



Exopia dokumentala Erason



Itsasoko ihoteak



Errege bezpera Etxalekun



Iñigo Astizekin Etxalekun, irakurle taldean



Txikiek ere mozorroa jantzi zuten Itsasoko ihoteetan



Harriaundin, Imotzen



Urte berriari hasiera emateko Harriaundira igo ziren Imotzen. Zuhaitzak lartxundez estalirik aurkitu zituzten



Urtetxak Suarben



Talde argazkia Itsasoko ihoteetan



Ultzamaldeko jolasa

Maite ditut, maite, gure bazterrak... zer ikasia ematen digutenean

Gaurero 'Ultzamako jolasa' saioaren laugarren argitalpena dugu. Lehenbizikoan **karrika** hitzaren gainean iharduki genuen, bigarrenetan **oihanaz** eta hirugarrenean **apez** aldaeraz. Bere-bereak ditu hirurak gure eskualdeko euskarak, gaurko hitza bezain berezkoak: **malkor**.

"Apezak Muskizko azkeneko
karrika utzi,
eta oihanetik Zarrantzko
bidea hartu zuen"

Ederra iruditu zitzaidan gure entzule eta irakurle fidel baten idatzitxo hori: poema xarmanta iruditu zitzaidan, gogoeta eta lanketa baten emaitza. Ezin uka pozez beterik utzi ninduela, nire asmoa zer ikasia ematea baita: ohitzea eta mingainak trebatzea tokiko euskaraz! Esaldira itzuliz, egiazko istorioa da gainera: Don Emilio apezka, gaztetan, Muskiztik Zarrantzmendi barna joaten omen zen Zarrantza, meza ematera.

Tira, baina bada garaia gaurko hitzari heltzeko. *Mundumalkorra*, Latasako leku-izena, Imozkoa. Izen iradokitzaila eta erakargarria, eta a zerenolako bistak Biaizpe alder! Akaso horregatik paratuko zioten izen hori lehengo imoztarrek, malkor hartatik mundua ikustatzen delako, hau da, ikuskera zabala duelako.

Gaur 'malkor' hitza hartuko dugu ahotan. Entzuna zenuten? Elizondoko gozotegiak ezagun bilakatu du, bai horixe! *Malkor* hitza oso-oso gurea den hitza dugu eta "arkaitza" erran nahi du. Orotariko Euskal Hiztegiak (OEH) dio 'malkor' goi-nafarrerazko hitza dela, gaztelaniaz 'roca' edo 'peñasco'. Webguneak dio, halaber, Arakilen, Larraunen eta Ultzaman lekukotzen den forma dela. Honako aipu hau heldu da,

1968koa: "Madotzen eta Larraungo herri gehienetan, *malkorra* esaten zaio haitz edo arkaitzari". Jakina, Larraun inguruan ere ohiko hitza da, baita Ultzamaldekoa ere: horregatu, berreskuratu dezagun nahi nuke, eta erabiltzera bulkatu nahi zintuzketet.

Nolanahi ere, nekez opatuko dugu inongo hiztegitan 'malkor' hitza. Euskaltzaindiaren Hiztegian ez da ageri, ez eta euskara batuko inongo hiztegitan ere.. Haren orde, 'malkar' ageri zaigu, eta bi adiera ditu: 1) Malda, toki aldapatsua eta 2) Haitza. Gurean bigarren adiera hartzen du. Berriz ere OEH arakatuz, 'malkar' hitza Hegoaldean dokumentatua dela diosku, XVIII. mendearen erdialdetik hasita. XX. mendean nabarmen handitu zen 'malkar' hitzaren erabilera. Ongien doku-

mentaturiko forma 'malkar' da, eta ondoren 'malkor'. Orduan, pentsa genezake jatorrizko hitza 'malkar' zela eta haren aldaera 'malkor' dugula. Ez dakit, badiot nik... Ze izan du zen lehenbiziko, arroltzea edo oiloa?

Buelta gaitzen leku-izenetara. Gure bazterrak 'malkor' osagaia duten toponimoz josirik daude, eta ugariak dira batez ere Imotzen. Latasako *Mundumalkorraren* ondoan, *Malkorrautsi* dago... Hautsita edo zarrataturik dagoen malkorra izanena da, aurki. Aprobetxatuko dut betiko leloa orain txertatzeko: leku-izenak deskriptiboak ez eze, tokiko hizkeraren erakustun dira: 'hautsi' aditza dugu toponimo horretan, hori baita "romper" gurean, eta ez aparra bezala barratu den 'apurtu', Bizkaiko hitza.



Elizondoko Malkorra gozotegia ▲



Guk uste baino handiagoa

Berueteko gertakizun latzak izan zen oihartzuna. Bai, gertakizuna bera oso-oso larria eta hotzikara sortzeko modukoa izan bazen, ez zen gutxiagorako ondoren indultuaren inguruan izan ziren gorabeherak. Ilarregiko Martin Aizkorberen heriotza anker, bihizgabe eta dohakabeak ondorioak utzi zituen euskaldunon bihotzetan. Zauria latza, urteetan itzaliko ez zena!

Gure literaturan ere betiko gelditu dira goñitarrak, Orixe-ri esker

Gertakari hori Beruete eta Uitziko artean izan zen. Lehenean heriotza eta bigarreanean, Santa Graziko oihan entzutetsuan gorpuaren desagertzea eta ondoren opatzea. Eta zer gertatuko eta Uitzikoa izan Orixe famatua, euskal literaturan izan den idazle handienetakoa.

Nicolas Ormaetxea Pellejero 1888an jaio zen Uitzitik nahiko hurbil den Orexan, Gipuzkoako probintzian, beste bi seniderekin batean. Hirukiak izaki eta hazi ahal izateko hiru umettoak banatu behar izan zituzten; Nicolas, Uitziko **Errekalde-ra** ekarri zuten.

Zoritxarrez, amaizuna ere laster hil zitzaion eta umezurtz gelditu zen. Hortaz, Errekaldeko "amatxi" izan zen amaren tokia beteko zuena eta, betiko, bihotzean gordeko zuena; bere literatur lanetan ez du gutxitan aipatuko!

Hamazazpi urtetan joan zen jesuita, nahiko berandu, Xabierra. Ondoren, ikasketetan aurrera egin ahala, Loiolara, Burgosa eta Oñara (Burgosko probintzia) Eliz ikasketak bukatu eta irakasle aritu zen hainbat tokitan: Comillas, Carrion eta Tuteran, denak jesuiten kolegioak.

1923an Lagundia utzi zuen gogoz kontra, ez zuten apezte nahi izan, dirudienez, sobera euskalduna zelako, Euskal Herriari maitasun gehiegi. Alajaina!

1931n Orixe-ri agindu-edo egin zioten Euskal Herriari gorazarre eginen zion poema nazional bat ontzeko. Eta hala, Orexara, bere sorterrira itzuli eta idatzi zuen "Euskaldunak" poema luzea, 17.000 bertso baino gehiago dituen.

Euskaldunak poeman Uitziko Euskal Herriko ispilu bezala hartuz, nekazari, mendi-mutil, ikazkinen ohi-

tura eta lanen berri emanen digu. Urte sasoiak urte sasoiak, jende arruntaren bizipenak eta lanak deskribatuz.

Gerrakoan preso, gero atzerrira ihesi, urteetan Ameriketara han eta hemen, hola, itzuli artio. Beti-beti, euskararen inguruan, eta bere idazle grinaren bultzadaz idazteari inoiz utzi gabe.



Orixe handia, oraindik sasoiko, EUSKALDUNAK poema nazionala idatzi zuena ▲



Obra oparoa eta aberatsa utzi zigun 1961ean hil zen Orixe "uitziarrak".

Jakinduri handikoa eta kristau fede bizkorrekoa izan zen eta, izatez, zorrotza eta sentikorra zen Nicolas Ormaetxea, **Orixe** ezizenez ezagunago egin zena. Eta gogorra ere bai noizbehinka.

(Gehiago jakin nahi duenak, hor ditu bere bizitzaz eta obraz hainbat xehetasun euskarazko Wikipedian. Edo Armiarma sarean izanen dituzu bere obra edo beretaz eta obrez idatzi diren artikulua eta liburuak)

Berueteko lapurrez ere idatzi zuen

Jakina, Euskaldunak poeman, Uitziz idatzi zuenez, Berueteko lapurrek, hainen hurbilekoak zituenak bazter ezin utzi. Hainen lorratz izugarria utzi zuen gertaera kolkoan ezin gorde!



▲ Espainiako Errege errukigabea, Alfonso XIII.a

Hona hemen idatzitako 3 bertsoak:

*Eren-suge au Mikel'ek il zun
Teodosi'ren urtetan;
Jainko-bildots il Aren aginduz
illa betiko geneukan.
Pizberritu da Lanz'ko lapur ta
Goñi anaien mendetan.
Jainko-bildurra muga altxatuaz
il bedi erabatetan.*

*"Lauek etzuten, egin-kalterik
beren buruaz ordaindu;
irurôk, orde, gizon bat il-ta
artu zuten naiko pagu.
Ortzak ortza, ta begiak begi,
aintziña zuten eskatu;
lege zâr aren gogortasuna
euskaldunekin da gaindu.*

*"Iruña'k ez nai; ez Naparroa'k
negar-egunik igaro,
zedilla aientzat, eskatu zuten,
zigor ua biguiñago...
Barkapen-ustez, ai ai egonik
urka-bear-orduraino,
"Il bitez" dio azken-erregêk.
Ari ere ez barkatuko.*

(226. orrialdea)

Erregeri ez omen zaio barkatuko, hori dio Orixe handiak. 1934. urtean bukatu zuen idazteez Orixe EUSKALDUNAK bere poema luzea. Eta 1936. urtean militarrek altxatu ziren eta Franco jarri zen diktadore. EUSKALDUNAK poema liburua inprimatzea, berriz, esperoan egon beharko, 20 urtez zain, gerra pasa eta 1955ean argitaratu baitzuten, urte gogorrenak pasatu ondoren.

 Txurdan

OHARRAK

1. bertsoa:

- Erensugea: herensugea: dragón. Deabrua herensugearen itxuraz, alegia.

- Aralarren katez kargaturik ibili zen Teodosioren legenda uste dut denok dugula ezaguna. Bestela galdetu. Edo irakurri San Migelen, edo Interneten.

- Jainko-bildots: Jesukristo.

2. bertsoa

Bertso ulertzea zail samarra da. Hortaz, azalpen hau:

"Lauek ez zuten egin kalterik..." Lanzko lapurrek lau baino gehiago ziren eta ezin konta ahal lapurretaz gain heriotza franko egin zuten. Hala ere ez zituzten denak urkatu, bakarren bati heriotza-zigorrik ez zioten eman. Aldiz, goñitarrak gizon baten heriotza hiru heriotza-zigorrekin ordaindu zuten.

3. bertsoa

"Hil bitez" esan zuen Alfonso XIII. ak. "Hari ere ez zaio barkatuko", dio bertsoak. Eta hala izan zen. 1931. urtean galdu zuen tronua eta Erroman bizi izan zen. Eta ez zen inoiz itzuliko, bertako hotel batean hil baitzen, 1941. urtean. Ez zen Errege ona izan eta euskaldunondako gaiztoa!

Motz eta zorrotz, mintzo da gure Orixe handia, igarri balu bezala Alfonsoren akabera dohakabea!

Hiztegia

Oihartzuna: eco.

Ankerra: cruel.

Dohakabea: desgraciado.

Hirikia: trillizo.

Amaizuna: madrastra.

Lagundia: compañía.

Gorazarrea: homenaje.

Ondu: hemen, escribir, componer esan nahi du.

Urte sasoia: estación.

Oparoa: copioso.

Lorratza: huella, rastro, vestigio.



Bernardino Urchipia

Honetaz ere badio zerbait Orixek

Gure historiako lehen atalean, 1924ko Korpus egunean Juan Martin Goñik eta Bernardino Urchipiak sortu zuten eskandalua kontatu genuen. Orixek, 1934an idatzi zuen Euskaldunak poeman aipatu zuen goñitarrek egindako heriotza. Eta, harrigarria, Uitziko festetan izaten ziren pilota partidak, aizkora apustuak, lasterkariak eta abarrez mintzatzean, hona hemen 101 eta 108. estrofetan zer agertzen den eta zer dioen Bernardino aizkolariaz.

*Lekunberri, Mugiro, Aldatz, egoatik,
Etxarri ta Baraibar oiekin nâsirik;
Errazkin'go Zamargin ez daukat
âzturik,
Naiz esku-uska, naiz larruz ez baitu
kiderik*

*Beruede'tik dugu Urtxupe aizkolari
-enborrharen gaiñean txori bat
txantxari-
Gorriti'ko Gastesi or du begirari,
Egurgiten asteen, au duzu nabari.
(19 orrialdea)*

Bernardino hau ezkondu ondoren urte bakar batzuek Berueten ostalari izan zen. Eta ondoren, urte askoz, Oderitzen. Oraindik ere bada Oderitzen Bernardinoz oroitzen denik. Hara, hitzetik hortzera zer esan zidan oderiztar batek:

*Nik ez nian ezagutu, baina gizon on
puska izan behar zian. Esaten du-
tenez, ihoteetan, urtero, mutilak ta-
bike puskatzen omen zioteken. Eta
ihoteak bukatu eta biharamunean
kisuskilek tabike goratzera. Aguan-
tatu egin behar dik hori, e!!! Bai, bai,
gizon on puske!*

Eta beste berueteak ere aipatzen du ba Orixek, bere Poemako

bertso batean, plazako desafioetan izaten ziren diru-apustuak dirrela eta:

*"Batak urde ernaria, bestea
artantxu,
âl dunak âl duena bere du jokatu.
Beruetetik Txortxik marka dizu
urratu:
Artalde ta âria gal -loregei-bat
buru-
(50 or.)*

Nor ote zen Txortxi delako hau? Ez jakin, hala ere niri gogora Berueteiko **Garaikoa** etxalde handia izandakoa datorkit. 1921. urtean, bertako alaba batekin Alicanteko mutil bat ezkondu zen, Carmelo Alcaraz Crespo, eta urte bakar batzuen buruan, 1925a baino lehen nolanahi gisa, etxea jan eta Gipuzkoara alde egin behar izan zuten senar-emazteak. Horrelako ziztuak jateko etxea ez ote zen jokalaria izanen? Eta artaldea jokatu

Uitzin eta galdu zuen **Txortxi** hori ez ote zen **Garaiko** izanen? Larri ibili!

 Txurdan

Hiztegia

Atala: parte, zatia.

Egurgina: leñador.

Egurgiten: hemen trunkoak mozteari esaten dio.

Esku huska aritzen ziren pilotan, baina oraindik guantez ere bai, dirudienez; larruz, jakina.

Urchipia gizon handia dela esan izan dit beruetearen batek. Orixe irakurrita ez du hala ematen.

Urdea: zeria.

Artantxu: Ardi antzua.

Etxaldea: hacienda, caserío.



Uitziko Errekaldea. 17 urteak artio hemen bizitu zen Orixe handia ▲



Zaharrak berri

Urtea aldatu da, baina amezti.eus webguneak iazko martxa antzekoarekin segitzen du, hilabetean zehar gai desberdinetako edukiak zuen eskuragarri jarriz. Beti bezala, Esan Erran irratiko hainbat kolaborazio eta elkarrizketa izan ditugu ilbeltzean ere, baita Memoriaren Txokoaren bi saio ere. Hemen duzue hilabeteak emandakoaren errebasoa.

Dakizuenez —gaurko gaiaren atalean erreportajea landu dugulako—, Pulunpeko Zozketa Mundiala izaten da urte hasierako hitzordu garrantzitsua gurean. Ilbeltzaren 12an egin genuen zuzenean irratiko estudioetan. Baina, noski, bes-telakoak ere entzungai eta ikusgai daude interneteko gure atarian.

Malkorra eta zerria, irratiko kolaborazioetan

Alazne Fernandez de Muniainek Ultzama aldeko hitzak eta esamoldeak ekartzen dizkigu hilean behin irratiko kolaboraziora, eta 'Malkor' hitza izan da hilabete honetako aukeratu. Bazenekiten gurean haitzari edo arrokarari esan izan zaiola malkor? Ez galdu Ultzamaldeko jolasa kolaborazioa.

Ultzamaldeko Jolasa



Zerria da zozketa mundialeko protagonista nagusia, bada, hilabete honetan, Eneko Iurramendi 'Tintok' eta Mikel Lakastak ere animalia horixe aukeratu dute haien kolaboraziorako. Zerria goraiatzeko tartea hartu dute ilbeltzean 'Eztena eta badena' historia atalean.



Chato vitoriano zerria aurkeztu ziguten Iurramendik eta Lakastak

Zerria, 'Eztena eta badena' atalean



Louise Michel eta Simone de Beauvoir



Memoriaren Txokoa, emakume handiekin hasi dugu urtea

Ilbeltzean Egun Ero Kantuz saio berririk ez dugu izan, aurreko urteetako errepikapenak jarri ditugu eta. Otsailean etorriko dira gonbidatu berri gehiago, lasai... Ostiraletako Memoriaren Txokoa saio bereziko bi atal izan ditugu, ordea. Eta, biak, historiak emandako emakume handien ingurukoak: Louise Michel anarkista eta Parisko Komunako kidea eta Simone de Beauvoir pentsalari eta aktibista izan ziren ilbeltzaren 10eko saioko protagonista, eta ilbeltzaren 24an, berriz, Janis Joplin kantari handia izan genuen Memoriaren Txokoa.

Janis Joplin, Memoriaren txokoa



Janis Joplini eskaini genion ilbeltzeko azken Memoriaren Txokoa

Euskaraz hitz egitera behartu?

-Nafar Gobernura joan naiz eta **es-painolez mintzatu behar** izan dut. Euskaldunik ez dut bertan topatu.

-Iruñeko Udalean sartu orduko, **-en castellano, en castellano,** esan didate.

-Nor ausartzen da judizio batean euskaraz aritzea? Nire afera baldin bada, ni ez nintzateke euskaraz ausartuko auzia galtzeko beldurrez. Juje euskaldunik ezagutzen al duzu? Eta euskaltzalerik? Nik ezagutzen ditudan bakarrak erdaldunak, erdaltzaleak eta antieuskaldunak dira. **Ni baino ausartagoa denak egin dezala euskaraz.** Nik ez dut auzirik galdu nahi. Beldurra, badakizu!

-Ertzaintzarekin ez dut toporik

egin nahi Gipuzkoan. Topatu naitzen guzietan, egia esateko, euskaraz egin izan diet, baina behin baino gehiagotan mutur txarrak; harrokeria eta irri egin nahia ere topatu izan dut. Eta suerte handiarekin atera izan naiz, ez baitidate uxendu.

-Errepide bateko kontrol batean, "Frantziako" muga, "Espainia"ko aldean sortutako lerroa ikustean, oharkabean, euskaraz galdetu nion guardia zibilari:

-Zer pasatzen da?

Beraren sorpresaren aurrean nire hanka sartzeaz ohartu nintzen. Eta berak, seguru nago, pentsatu zuela:

-Estranjero hau nongoa ote da? Zer hizkuntza ote darabil.

Jakina baita Guardia Zibilekin **ez dela inor ausartu euskaraz mintzatzan.** Tortura ziegetan ez bada behintzat!

Eta topatu dut euskaldun bat baino gehiago, niri kontra egin didanik: euskaraz nonahi mintzatzea zil omen da.

Ez dago itsu handiagorik ikusi nahi ez duena baino. Edo, egiari gehiagorik hurbiltzeko: **begiratzen ez duenak ez du ikusten ahal.**

Gauza bat dela edo bestea dela: **Itsu asko dago gure artean.**

 Txurdan





deceuninck



Elegant **ThermoFibra** Infinity

Uf (W/m²k) **0,85**



JASANGARRIAK ETA EFIZIENTEAK



ENERGIA AURREZTEA



**SEGURTASUNA ETA
SENDOTASUNA**



ERABATEKO ISOLAMENDUA



Beñat Senosiain olaguearra, Urrezko Aizkolarien Kopako Binakako txapeldun

Urtezahar egunean Asteasun izan zen aurtengo Urrezko Aizkolarien Kopako Binakako txapelketa, eta bertan, Olagueko Beñat Senosiain aizkolariak jantzi zuen txapela, Igoi Pikabea ereñotzuarrarekin batera. Indartsu dabil 16 urteko kirolari gazte anuetarra, eta aurrera begira txapelketa gehiago jokatzeko gogoz.

Emozioz betetako finala izan zen abenduaren 31koa, izan ere, oso estu lortu zenuten garaipena, ezta?

Bai, bai. Hasieratik atzetik joan ginen; baina, tira, aurkariak kortee-tan ez ziren guztiz fin ere ibili, eta pixkanakapixkanaka gerturaten joan ginen. Uste dut azken bi kolpeetan edo hartu geniela aurre, zazpi segundoko aldearekin gelditu ginen lehen postuan.

Pikabearekin aritu zinen bikote, zer moduz moldatu zineten? Lehenagotik elkar ezagutzen zenuten?

Ez genuen lehenagotik elkar ezagutzen, finala baino lehen izan genituen kanporaketetan ezagutu genuen elkar. Ongi moldatu ginen elkarrekin, bi txandetan egin genituen lanak, berak azalekoak eta nik barrukoak egin genituen. Horrela adostu genuen, eta ongi joan zen.

Zer da zuretzat horrelako garaipen batek?

Poz handia da, hor ikusten baita entrenamenduetan egin behar den lana. Lan asko dago atzetik, eta tira, txapela bat irabaztea pozgarria da oso, horretan segitzeko.

Oso desberdina al da binaka edo bakarrik jotzea?

Binaka beti animo gehiago izaten da tartean, batak bestea laguntzen du... baina niri bakarkako lana ere asko gustatzen zait, egia esan.

“ Aitari eskerrak eman nahi dizkiot, asko laguntzen bainau eta lan asko kentzen baitit gainera ”

Bakarka zein txapelketetan aritu zara azken urteetan?

Pasa zen urtean Nafarroako hirugarren mailako txapelketara atera nintzen, eta han laugarren postuan gelditu nintzen. Gero, Euskal Herriko Gazteen txapelketan ere aritu nin-

tzen, han bosgarren izan nintzen.

Nola entrenatzen duzu?

Aizkorarekin astean bitan entrenatzen dut, baina horrez gain, mendira ere joaten naiz aitarekin, ibiltzera.

Noiz eta nolatan hasi zinen aizkoran?

Etxean aita beti ikusi izan dut hone-tan, enborrak prestatzen, moztzen... ia konturatu gabe hasi nintzela uste dut, sei bat urte nituenean. Garai hartan aizkora txiki bat oparitu zidan aitak, eta horrekin hasi nintzen pixkanaka. Etxetik jaso dut afizio hau, aita eta osaba aizkolari izandakoak baitira. Nire lagun guztiek futbola edo pilota egiten dute, baina nik etxean hau jaso dut eta gustuko dut.

Zer da aizkoratik gehien gustatzen zaizuna?



Ezkerrean, Senosiain, txapelketa jokatu eta gero, bikote ereñotzuarrarekin



Aizkoran aritzeko indarra beharrezkoa da, indar fisikoa, baina horrez gain, esanen nuke kirol nahiko konpletoa dela, teknika asko ere behar baita aldi berean. Faktore asko behar dira kirol honetan ongi aritzeko, eta horiek guztiengatik dut gustuko aizkora.

Alde psikologikoak ere garrantzia izanen du, ezta?

Bai, bai, buruak asko egiten du. Finaleko egunean, esaterako, atzean hasi ginen, baina bagenekien nahiko ongi, hurbil gindoazela. Ez etsitzeko pentsamenduarekin ari ginen, eta horrela lortu genuen azkenean aurrera ateratzea.

Gaztea zara oraindik. Aurrera begira zer duzu buruan?

Txapela irabazita gogo handia dut orain. Uztail aldean berriro jokatuko da hirugarren mailako Nafarroako txapelketa, eta han izanen naiz. Eta, bestetik, Gazteen Euskal Herriko txapelketa ere hor dago. Momentuz, txapelketa horiei begira nago.



Entrenamenduetan lan handia egin beharra dago, horregatik da pozgarria txapela irabaztea



Lanak amaitu berritan ▲

Pulunpeko zozketan musutruk parte hartzen duten ostatuetako batzuk



Urtarrilaren 12an izan zen **Zozketa Mundiala** eta ehundik gora sari banatu ditugu. Haietako batzuk eskualdeko hainbat ostatuk doan eskaintzen dituztenak. Gure hedabideendako **izugarrizko laguntza** da hori. Ostatu guztien publizitatea ez denez ale batean sartzen, apurka-apurka joanen gara ateratzen.



Orgi Jatetxea
San Simon kalea, 1A
31799 Lizaso
948 30 51 26
www.orgirestaurante.com



OROKIETAKO OSTATUA
POSADA DE OROKIETA



Orokietako Ostata
San Tiburzio kalea, 7
31866 Orokieta
638 72 29 67



Agur urtarrileko aldapa!

Otsailean gaude, eta atzean geratzen dira urtarrilean egindako aldapa gora, urteko astelehenik tristenak... Pixkanaka egutegian aurrera egiten dugu, eta bidea beti egiten da arinagoa liburuez, filmez, musikaz... lagunduta. Beraz, goazen aurrera!

Faktura elektronikoaren hieroglifikoak deszifratzen

Lehenik eta behin hilabete honetako ostiral kulturaletako programazioarekin hasiko gara. Otsailean Odietako herritar talde batek antolatutako bi jarduera interesgarri eta praktikoa izan ditugu. Alde batetik, otsailaren 7an, *Ulertu zure faktura elektronikoa* izeneko hitzaldia, edo hitzaldi-tailerra. Hau da proposatu zigutena: "Saio praktikoa honetan, zure faktura elektronikoren kontzeptuak ulertzeaz gain, zure ordainagiriaren zenbatekoa nola kalkulatu den ikasiko duzu eta baita nola gutxiago ordaindu dezakezun ere. Oso garrantzitsua da zure faktura bat eta azpimarragailua ekartzea".



Oso ekimen praktikoa, beraz, askotan fakturak irakurtzea hieroglifiko bat deszifratzea bezala izaten baita. Hitzaldia Odietako udaletxeko areto nagusian izan zen, **Erripan**. Hurrengo jarduera, gai honekin lotuta, **otsailaren 14an** izanen da, eta, kasu honetan, **Energia komunitateak** zer diren kontatuko digute, zertarako balio duten, nola funtzionatzen duten eta zein onurak eskaintzen dituzte. Gainera, Nafarroako mendialdeko bi esperientzia ezagutuko ditugu, beraien protagonisten eskutik.

Dantzatzer!

Pasa den urtarrilean oso gauza bixia eta arraroa gertatu zen gure Larraintzarko Bentako aretoan. Kontzertuan, Parrockos taldeak gauza harrigarri bat lortu zuen...

jendeak dantza egitea! Eta beraz, berriz gertatu dadila saiatuko gara eta bi aldiz badaezpada ere, bi kontzertu jarraian programatu.

Hilaren 21ean, ATMtrio taldeak melodiaz, bizitasunaz, eta loturarik gabeko inprobisazioaz beteriko proposamena eskainiko digu. Taldeak Satxa Soraluze pianoan (askok ezagutuko dute Aralar musika eskolako irakaslea delako), saxofoi jotzaile den Alberto Arteta eta kontrabaxu jotzaile bat, Kike Arza, ditu. Haien esanetan: "Kaosaren eta lasaitasunaren arteko mugak desitxuratzen dituen soinu-zeharkaldia, entzulea galdu eta akorde bakoitzean topo egitera gonbidatuz. Hirukoteak bere formazioaren soinu-aukerak maximizatzen ditu, melodia bakoitzaz gozatuz eta nota eta etenaldi bakoitza xehetasunez partekatuz eta zainduz".



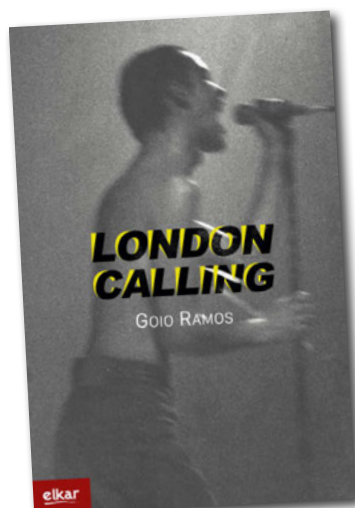
Eta hurrengo ostiralean, **otsailaren 28an**, zonaldekoa eta soberan ezaguna den talde bat: **Skabidean**. Taldearen estudioko 5. lan luzea aurkeztuko dute: "Hau Errepikaezina Izan Da". Taldea urte hasieratik egon da lanean proiektu honetan. 17 abestiz osatutako disko honek hainbat estilotako kantak biltzen ditu, beti ere, ska-reggaea ardatz nagusia izanda. Soinuaz aparte, hizkiek garrantzia hartu dute lan honetan, letra asko oso pertsonalak baitira, eta nostalgia puntu bat adierazten dute. Garate Studioan grabatuta dago Kaki Arkarazoren gidaritzapean, bere seme Martxel Arkarazoren laguntzarekin, berak egin baitu masterra. Akustikoan entzungo dugu taldea.

Liburu (eta pelikula) bat falta ez dadila!

Horretaz guztiaz aparte neguko zinema bere azken txanpan dago eta otsailean pelikula interesgarri batzuk ikusteko aukera izango dugu (gogoratu behar dugu ziklo honetan puri-purian dauden filmak proiektatu ditugula, hala nola,

El 47 edota *Marco*, komediak, familia osorako euskarazko zinema... Eta bide horretatik jarraituko dugu. Adi karteldegia, beraz!


Eta kolaborazio hau liburutegitik idazten dugunez, ezin dugu atala bukatu gomendio literario bat egin gabe. *London Calling* da aukeratu duguna. Goio Ramosek idatzita (bere lehengo eleberria da), izenburua The Clash talde famatuaren diskoarena bezalakoa da eta, jakina, 80ko hamarkadan punk talde



bat osatzea erabaki duten bi gazteen istorioa kontatzen du. Haien taldeak "Hilotzak" du izena, garai hartako izen nazkagarriak eta ilunak jartzearen ohiturari jarraituz. (Eskorbuto, Fiebre, Cicatriz, RIP,...) Hain zuzen, Euskal Rock Radikalaren garaia den talde batzuen kontzertuetara eramango gaitu nobelak (Kortatu, Hertzainak...).



Eta, bitxia da, baina azken hilabete hauetan Rock Radikal taldeekin lotutako hainbat lan agertzen ari dira, *revival* batean. Esate baterako, "Fiesta y rebeldía", euskal rock radikalaren ahozko istorio bat (liburutegian ere badago)... Baina, bide batez, gogoratuko ditugu hauek baino lehen urte horietako giroa deskribatu zituzten liburu batzuk: Uxue Alberdiren *Jenis Joplin* eleberriak, Juan Luis Zabalaren *Galdu arte-k* edo, ejem, ejem, zergatik ez, gure liburuzaina maitiaren trilogia arrakastatsuak: *Tratado de ortografía*, *Chucherías Herodes* eta *La mentira que es la manda*.

 Patxi Irurzun



Gure elikaduraren burujabe, aurretik egindako lanak denbora eta dirua aurrezten lagunduko digu

Urte berriarekin ohitura berriak hartzeko promesak egin ohi dira. Laia Llopek onura asko ekarriko dizkigun bat proposatu digu Esan Erran irratiko *Zer jan hura izan* bere atalan: beharko dugun janaria erosteko eta otorduak prestatzeko antolatzea edo planifikatzea.

Laia Llopendako gure elikaduran eragin handiena izan dezakeen ekintza da planifikazioa: "Kaltzioari buruz hitz egin dugu, elikadura orekatua irudikatzeko erabiltzen dugun lau hanketako mahaiaz, hori guztia buruan izan dezakegu, baina bazkalordua edo iluntzeko 20:00ak iristen direnean hori dena atzean geratzen da, irratsaioan (barreak)".

Zerrenda bat osatu

Laia Llopen iritziz planifikazioak aurreko kolaborazioetan aipatutako gomendioek lurra hartu dezaten laguntzen digu. Horretarako

janarien zerrenda bat osatzea gomendatzen digu:

- Gure beharrak eta inguruko beharrak kontuan hartuta hasiko gara elikagaiak zerrendatzen.
- Ondoren, gure gustukoak gehituko ditugu.
- Eta, azkenik, zerrenda osatzeko zer falta den pentsatuko dugu.

Zer falta da?

Orain arte ikasitakoari begiratuko diogu zer falta den ikusteko: esate baterako, kaltzioa duten elikagaiak dauden eta, kolore ezberdinetakoak nahastea ona denez, kolore

aniztasuna dagoen. Laia Llopek hainbat ezaugarri aipatu dizkigu kontuan hartzeko:

- Lau hanken teoria hartuta: fruta, barazkiak, proteinak eta hidratoak (zekaleak, patatak) al daude gure zerrendan? Edo pasta, arroza eta patata (hidratoak) besterik ez dira agertzen? Zerrendako elikagaiak oreka hori betetzen dutela bilatuko dugu.
- Sasoiko eta tokiko elikagaiak: sasoiaren sasoiko elikagaiak garai bakoitzeko zerrendan sartzea komenigarria da eta baita tokikoak ere, zer dugu gure inguruan? Gure elikaduraren alde bakarrik ez, ingurumenaren eta naturaren orekaren alde egingen dugu horrela.
- Zerrenda osatuta, asteko menua egingen dugu. Esate baterako, negu osoko menua planifikatu dezakegu, 15 egunetarako zehaztu eta 15 egunero errepikatuz.
- Horrekin guztiarekin erosketako zerrenda prestatu. Horrela, dirua ere aurreztuko duzu.

Zerrenda hori osatzea lana da, baina aurretik egindako lan horrek gerora estresa eta kezka kenduko dizkizu; eta, denbora eta dirua aurrezten lagunduko digu, eta egunero egiten dugun lan pilo bat kendu. Laia Llop: "Irabaziko duzun lasaitasunak ez du preziorik. Dieta





bat jarraitzerakoan, adibidez, ez da hobetzen bakarrik jaten denaren berarengatik, planifikazio lan hori egiteagatik hobetzen da asko”.

Guk edo markek erabakitzen dute?

Laia Llopek nabarmentzen duen bezala, gaur egun azokan egin beharrean supermerkatuan egiten dugu erosketa. Eta, supermerkatuan guk erabakitzea zaila izaten da batzuetan: “Supermerkatuan ez dago frutaren eta barazkiaren atala bakarrik, milaka produktu daude eta hor ez digute guri erabakitzen uzten, markek erabakitzen dute gure orde, zer esanik ez denbora gutxirekin eta gosez joaten bagara. Toki estrategikoan jartzen dituzte produktuak, hartu ditzagun. Horretan orden bat jartzen badugu, gure zerrenda eramaten badugu eta horretara mugatzen saiatzen bagara gure elikaduraren burujabea izanen gara, gure diruaren burujabe, gure hozkailuan eta mahaian zer izanen den erabakiz”.

Sasoian sasoikoa jateko helburuan ere supermerkatuak ez du batere laguntzen: “Barazki eta fru-

taren atalera mugatuta ere supermerkatuan urtarrilean mahatsak ditugu edo mangoa. Perutik ekarritako mahatsak izaten dira, munduko beste muturretik ekarriak. Eta, gainera, polit-politak. Hemen go sagarrari puntu beltzen bat kendu behar zaio, esate baterako. Horri kontzientzia, burua, jartzen ez badiogu ez dugu erabakitzen”. Erosketa egiterakoan begiekin bakarrik ez hautatzea gomendatzen digu. Eta, momentuan bertan ez badakigu garaiko produktuak zeintzuk diren, planifikazio lan hori egiten ari garela galdetu edo bilatu dezakegu, interneten, adibidez, oso erraz aurkitu daitezke sasoian sasoiko elikagaien zerrendak, zer fruta, barazki edo arraina dauden garai bakoitzean.

Bukatzeko, azken onura bat aipatuko dugu. Planifikazioarekin janari prozesatu gutxiago sartuko da gure elikadura: “Adibidez, pizza bat jarri dezakegu ostiral gauetarako, hori ere oso ongi dago, horrela aukeratu delako, gure erabakia delako. Baina osotara gutxiago janen ditugu janari ultraprozesatu batzuk”.

Errezeta

Planifikaziorik gabe eta denborarik gabe bizi garen honetan, azkar bizi garen honetan, mikrouhinean zerbait egin edo, gehienez, zartaginean buelta-buelta egindako solomo batzuk jatera mugatzen gara askotan. Planifikazioaren laguntzaz, sukaldean aritzen garenean, aldi berean gauza bat baino gehiago prestatzen saiatu gaitezke, denbora aurrezteko. Adibidez:

1. Arroza edo txitxirio batzuk egosten ditugun bitartean, labea jarriko dugu.
2. Labea jarri behar dugun bakoitzean gauza bat baino gehiago erretzen saiatuko gara. Arraina, barazkiaren bat edo haragia egiteko pizten badugu, sartu denetarik: kalabaza bat erditik banatuta, azenarioak, batatak, tipulak... Horrela, oinarri bat izanen dugu hurrengo egunetan erabiltzeko.
3. Adibidez: kalabaza, tipulak eta batatak erre baditugu krema bat egin dezakegu hurrengo egunetan. Erretako kalabaza hori salda pixka batekin birrindu besterik ez dugu egin behar. Sasoiko proposamena: kalabazari laranja zukua, espezia batzuk eta gazta pittin bat gehitu, guztia birrindu eta badugu krema.
4. Erretako batatak eta tipulak egositako txitxirio edo arrozari gehitu, eta badugu bazkari bat pare bat egunerako.

Horrela, denbora ongi aprobetxatzea lortuko dugu, sukaldean tarte bat sartuta, gauza bat baino gehiago egin eta hurrengo egunetan denbora aurreztuko dugu.



Laia Llop Aizarozko nutrizionista eta medikuntza txinatarrean aditua ▲



Ehun urteko etxalekuarra



Urtebetetze egunean, Zapatiñenera bildu zen herritar salla, lore sorta eta kantu eder bat eskainiz. Argazkia: Cristina ▲

1925eko ilbeltzaren 21ean goizeko 5:30ean jaio zitzaian **Zapatiñean**, Agueda, hirugarren umea. Aita, Joaquin Erbiti Intsausti, etxekoa, eta ama Filomena Aldaregia laben, Etxalekuko **Apezenekoa**.

Atautxi eta amautxi: Juan Jose Erbiti eta Maria Micaela Aldaregia (Maimil), osaba-izebak.

Laureano Agerrebere, Arraizko **Sabatenekoa** zen Etxalekun apez, baina bataiatu Oskotzen apez zegoen Gabriel Zigandak egin zuen, Larraintzarko **Perustenekoa** semeak.

Denetara zazpi senide izanen ziren:

Francisco, Josefa Micaela, **Agueda**, Ignacia, Vicenta, Primitiva eta Juan.

Orain berean bizi direnak hiru dira: Agueda, Primitiva eta Juaniko.

la bere bizi guzia etxean egin du, gazte denboran Iruñean lanean



Anai-arrebak. Argazkia: Paxita ▲

pasatutako lau urte salbu. Neka-zalgoan ari izan da, eta batez ere, behiak kendu zituztenetik, etxeko lanetan ixil eta zintzo atertu gabe. Baratzea ere gustukoa izan du.

Bere lanetik kanpo, ez da hiztun handia izan, ez dut askorik iharduki berarekin, baina orain hiru urte isilik utzi ninduen beren sukaldean, telebistan gerrako kontuz ari zirenean: "Kriminalei homenajia, eta guriak zer? Gue osabak ze kulpetzin?" Bere atautxi zuena, Juan Jose, Madrilen fraide zegoena hila baitzuen, fusilatua, beste erlijioso asko bezala.

"Bere familia ondrazten duenak, bere burua du ederresten du"

Osasuna zuri Agueda! Eta etxeko guziei gauza bera!

2024ko abendua

Jaiotzak, ezkontzak
eta heriotzak



2024ko abenduan gure alderdian izan ziren jaiotza, ezkontza eta heriotzak:

Jaiotzak:

Guk dakigula ez da sortzerik izan.

Ezkontzak:

Guk jakinik behintzat, hemengorik ez da inor ezkondu.

Heriotzak:

ANUE Etsain

Juan Martin Santesteban Etxetoa, **Le-garreko** nagusia, abenduaren 8an hil zen, 83 urtetan.

ODIETA Latasa

Fermin Aginaga Bidaurre, **Amarreko** etxeke semea, abenduaren 22an hil zen, 90 urtetan.

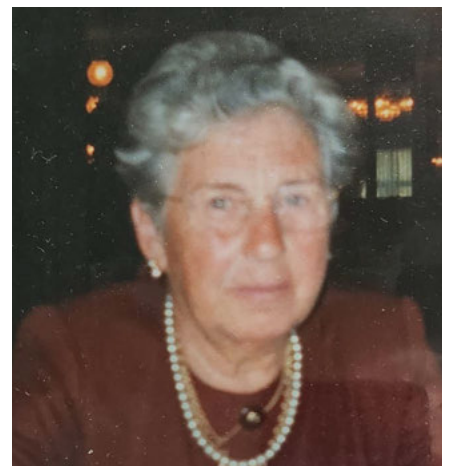
ULTZAMA Alkotz

Maria Jesus Oskotz Villabona, **Sotoz-arreko** etxekoandrea, **urriaren** 27an hil zen 99 urtetan.



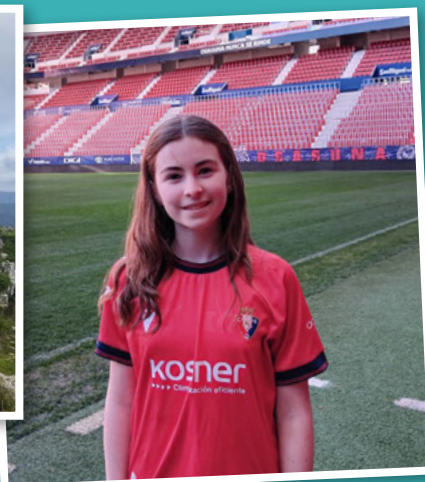
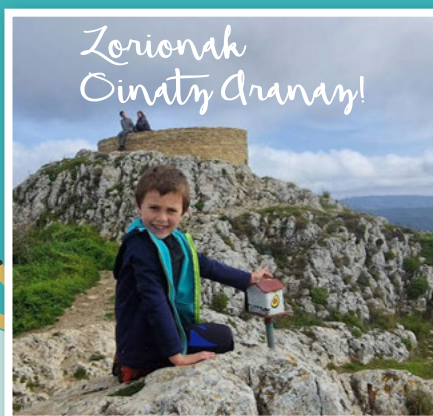
▲ Juan Martin

“ Beti izanen zaituztegu gogoan. ”



▲ Maria Jesus

Zorionak Zorionak!



Zoriondu zure laguna
Pulunpen!
pulunpe@gmail.com

Zorionak Belate!

Zorionak Iara!

2024-2025 PROGRAMAZIOA

ORDUA	Astelehena	Ateartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala	Larunbata	Igandea
22-06	Musika	Musika	Musika	Musika	Musika		
06-08:30	Naiz Informazioaren haria	Naiz Informazioaren haria	Naiz Informazioaren haria	Naiz Informazioaren haria	Naiz Informazioaren haria	Musika	Musika
08:30-09	Euskalerrria Metropoli Forala	Euskalerrria Metropoli Forala	Euskalerrria Metropoli Forala	Euskalerrria Metropoli Forala	Euskalerrria Metropoli Forala		
09-10						Landaberri	Osasun Etxea
10-11	Egun Ero	Egun Ero	Egun Ero	Egun Ero	Egun Ero Kantuz Memoriaren Txokoa	Gonagorri	Gonagorri
11-13:30	Naiz Info/musika haria	Naiz Info/musika haria	Naiz Info/musika haria	Naiz Info/musika haria	Naiz Info/musika haria	Musika	Musika
13:30-14	Egun Ero	Egun Ero	Egun Ero	Egun Ero	Egun Ero Kantuz Memoriaren Txokoa		
14-14:30						Hitza Jolas	Kontatzera Noazu
14:30-15	Musika	Musika	Musika	Musika	Musika		
15-16						Egonarria	Lur eta Murmur
16-17	Zebrabidea Arrosa Sarea	Zebrabidea Arrosa Sarea	Zebrabidea Arrosa Sarea	Zebrabidea Arrosa Sarea	Zebrabidea Arrosa Sarea	Adi	Gramofonoa
17-18						Reggae Fever	Z-Kluba
18-19	Gelditu Makinak	Oroimen Histerikoa	Ahapatik	BTN	Patiyoko Atzuak	Musika	Musika
19-20	Desgazea	Ad Libitum	Revolutionary Grooves	Broma Gutxi		Berria FM	Kinka
20-21	Egun Ero	Egun Ero	Egun Ero	Egun Ero	Egun Ero Kantuz Memoriaren Txokoa	Broma Gutxi	Otea Lili
21-22	Musika	Musika	Musika	Musika	Musika	Haus of Beats	Sateliteak

▶ Gure saio propioak, Esan Erran irratiakoak

▶ Zebrabidea, Arrosa sareko magazin propioa

▶ Euskalerrria Irratia

▶ Gure musika

▶ Euskadi Irratia

▶ Berria Podcastak

▶ Arrosa sareko beste irratiaren programak (Naiz irratia, Argia Podcastak, Antxeta irratia, Arraio irratia, Kontrako Eztarrixe, 97 irratia, Txapa irratia, Gure irratia)