



Urrirako lanak amaitzea aurreikusten zuen historialariak, baina, egungo egoeragatik luzatu egingo dela dio. ATARIA

«Entzuketa emozionalak eta hor gaudela sentitzeak bidea arintzen du»

KARMELE GURRUTXAGA
PSIKOLOGOA

Koronabirusaren ondorioz senideren bat galdu duten herritarrei laguntza psikologikoa eskaini die Irurako Udalak; hurbiltasuna dela gakoa dio adituak // 6

«Baserria edo etxea enpresa zela esatean jendea harritu egiten da»

MIKEL PRIETO
HISTORIALARIA

Albizturri buruzko liburua egin ostean, Baliarraingo historia aztertzen ari da historialaria, eta 'Baliarrain 1568' liburuan jasoko du bildutakoa; artxiboetan begiratzeaz gain, etxez etxe ari da informazioa jasotzen // 2-3

Sarah Ugarte
eta Iñaki Olano,
euskal
selekzioko
partaide berriak

Mendi lasterkariak «ilusio handiz» sartu dira selekzioan; Olanok proba batean jantzi du, baina, Ugartek ezin izan du oraindik elastikoarekin lehiatu // 7

153 dira
Tolosaldean
Covid-19
birusak
kutsatutakoak

Eskualdeko 28 herrietatik, 15 herritan daude kutsatuak dagoeneko; osasun sailak emandako datuen arabera, lau kutsatu berri eman dira azken 24 orduetan // 2

Koronabirusak sortutako Alarma Egoeraren aurrean
'Tolosaldeko Ataria'-k informazioa ematen jarraituko du.

'Ataria'-rekin kontaktuan jarraitzeko ondorengo hiru bide hauek daude:

Telefono zenbakia: 943 65 56 95

Whatsapp: 687 410 032

Emaila: ataria@ataria.eus

*Bulegoan ez da aurrez aurreko bisitarik onartuko.

Tolosa, Irura, Amasa-Villabona, eta Berastegin positibo bana

Tolosaldean, hamabost herritan banatuta, 153 pertsona dira koronabirusarekin kutsatutakoak; Berastegi da zerrendara batu den azken herria

Erredakzioa Tolosaldea

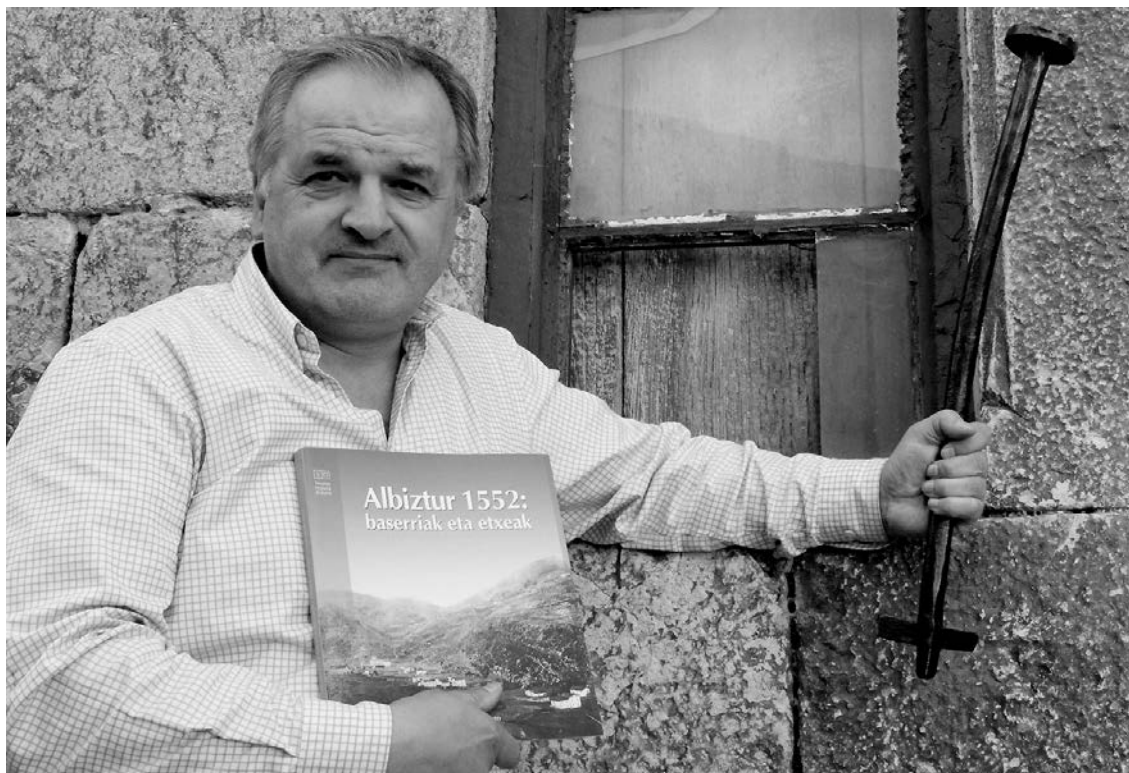
Lau kasu berri gehitu dira atzotik zerrendara. Tolosa, Amasa-Villabona eta Iruran pertsona bana kutsatu da koronabirusarekin, eta Berastegin agertu da lehen positiboa. Eskualdean, guztira, 153 herritarrek eman dute koronabirusean positibo, herenegun iluntzeko 20:00etako datuen arabera.

Covid-19 birusagatik kutsatutako eskualdeko herritarren kopuruak gora egiten jarraitzen du poliki bada ere. Aste honetako datuek 12 positibo berri zenbatzen dituzte. Eusko Jaurlaritzako Osasun Sailak emandako informazioaren arabera, 153 dira koronabirusa duten Tolosaldeko herritarrak, eta horietatik gehienak Tolosan daude. 81 dira zehazki.

Herrien kasuan, Berastegi da zerrendara batu den azkena kasu batekin. Eta eskualdeko 28 herrietatik 15 herritan daude kutsatutako pertsonak.

Tolosan 81, Ibarran 16, Amasa-Villabonan 16, Iruran 13, Anoetan 8, Zizurkilen 4, Altzon 3, Bidania-Goiatzen 3, Alkizan 2, As-teasun 2, eta Aduna, Alegia, Hernialde eta Leaburun kasu bana dago, Berastegirekin batera.

Asuncion klinikari dagokionez, berriz, solairuetan ospitaleratuta 27 gaixo daude; herenegun baino bat gutxiago. Beti ere, Osasun sailak emandako, astearteko 20:00etako datuen arabera. Bakar bat ere ez dago ZIU-n (Zainketa Intentsiboetako Unitatean). Herenegun, sei alta eman zituzten, eta ZIU-ko alta bat.



Mikel Prieto, Albiztur 1552: baserriak eta etxeak liburuaren argitaletxearen 2014ean egin zuen liburuararekin. IMANOL GARCIA LANDA

«Lehen liburuak falta dira, eta hori kolpe handia da familiak osatzeko»

MIKEL PRIETO HISTORIALARIA

Baliarraingo historia aztertzen ari da Mikel Prieto historialaria; pasa den urte amaieran hitzaldia eman zuen, etxez etxe informazioa biltzen ari da ordutik, eta jasotakoa 'Baliarrain 1568' liburuan bilduko du.

Eneritz Maiz Etxarri Baliarrain

Mikel Prieto historialaria Baliarraingo historia ikertzen ari da pasa den urte amaieratik. Artxi-boak begiratzeaz gain, etxez etxe dabil herritarrekin hitz egin eta informazioa biltzen. Guztia liburu batean jasoko du.

Baliarraingo historiaren lan-keta egiten ari zara. Nolatan?

Txiripaz. Albizturri buruzko liburuak egin ostean, Bidaniara iritsi nintzen. Han, bada Iriarte jau-

regia, eta bertakoekin etxeari buruz hizketan, eskritura oso zahar bat, XVI. mendekoa, nola aurkitua nuen esan nien. Baliarraingo Martin Lopetedi nola ezkontzen zen bertako alabarekin aipatzen zuen.

Hor agertu zitzaizun, beraz, Baliarrain?

Ez, Baliarraingo Lopetedi baserriko Ziriako Arandia ezagutzen nuen, eta berarekin egin nuen topo egun batean. Baserriko idatzi oso polita nuela esan nion, eta

erakutsi ostean, ea zerbait gehiago topatzeko modurik izango ote nuen galdetu zidan. Gauza asko topatu nizkion eta harrিতuta geratu zen, udaletxeko artxiboa erre egin zela uste baitzuen. Bai, XIX. mendean erre omen zen, eta ez dago ezer atzeragorik, baina beste artxiboetan ere bilatu daitezke kopiak. Eta hori esatera udaletxera joan ginen. Alkatte eta zinegotziekin egon ostean, bertan proposatu zidaten herriari buruzko liburu bat egitea; Lo-



Tolosaldea Lanbide Heziketa Institutuan ospitaleetarako bisera babesleak ari dira egiten, 3D inprimagailuak erabiliz. Egunean, 250-300 bisera ekoizten dituzte eta inguruko osasun egoitzetara bideratzen dituzte. Udalek ere eskatu ditzakete. Bisera diseinatzeko, DomoTek enpresako Koldo Artolaren prototipo bat hartu dute oinarri. Enpresak 3D inpresioa eta prototipo azkarrak sortzeko zerbitzuak eskaintzen ditu, eta Tolosaldea LHI zentroaren instalazioetan du egoitza. Osasun arloko langileek adierazitako beharren arabera egokitu dute, eta Osakidetza baimena jasota hasi dira inprimitzen. ATARIA

petedi baserriarekin egiten ari nintzena herri osora zabaltzea, alegia. Etxearen izena, abizen askoren jatorria da, eta abizen askorekin gertatzen da. Berak bereziki bere etxekoa landu nahi du, baina egokia ikusi zuen lehenik eta behin herrikoa egitea. Beraz, Baliarrainek aukeratu nauela esan daiteke.

Zer lortu edo jaso nahi duzu azterketa honekin?

Etxe bakoitzaren gutxieneko informazioa jasoko da. Bertako familiak nortzuk izan diren, etxearen historia eta norbaitek egin nahi badu familiaren edo erai-kuntzaren historia, honek abiapuntu edo errekurso batzuk eskainiko dizkio.

Data bat jarri diozu herriari.

Bai, Albizturri bezala. *Baliarrain* 1568 da printzipioz liburuaren izenburua.

Zergatik?

Abiapuntua nire ustez herria ahalik eta ondoen deskribatzen duen idatzirik zaharrenarena izan behar du, eta aurkitu dudana ordukoa da. 1471ko beste batera eramaten nau. Eskritura da, baina paperez, ez da papera. Pergaminoa da. Liburuak eduki dezakeen ezberdintasun bakarra, udal artxiboa erre egin zenez, artxiboari tarte bat eskaini behar

«Abiapuntua herria ahalik eta ondoen deskribatzen duen eskriturarik zaharrenarena izan behar du»

diola da. Artxiboan zer zegoen, zer erre zen,...

Ez da lan erraza izango hori.

Ez da lan erraza, baina estrategiak daude, eta horiek erre arte temosoia izan behar duzu. Bestela ez dago ezer.

Noizko aurreikusten duzu bukatzea lan hau?

Gauza bat da liburu baterako materiala osatzea, eta hori oso erraza da. Baina beste gauza bat da zerbait mamitsua edo interesgarria egitea. Printzipioz urtebete epea jarri genuen hitzaldia eman zen egunetik hasita, nik udaletxean idatziz aurkezteko. Urrirako izango zen, baina koronabirusaren aurreko historian gaude eta luzatu beharko da.

Hitzaldia eman zenuen haste-ko. Zein harrera izan zuen herriarren aldetik?

Oso polita izan zen aurkezpena Lopetedi baserrian izan zelako. Areto oso polita du, eta harrera oso ona izan zuen. Bi helburu zituen liburuaren aurkezpena egitea edo egitasmoaren berri ematea, eta aldi berean jendea ezagu-

tzea. Jendeak ni ezagutzea eta nik jendea ezagutzea. Honelako liburu bat ezin da egin jendearekin hitz egin gabe.

Zure lanaren parte da etxez etxe ibiltzea.

Dударик gabe, bai noski. Etnografia puntu bat eduki behar du. Azalpena inportantea izan zen, baina gero Zartagi jatetxeko mokadua garrantzitsuagoa izan zen. Bertan jendea ezagutzen hasi nintzen. Bakoitza nor zen eta zein etxetokoa zen. Batzuk alde zurretik ezagutzen nituen, baina telefono batzuk hartu, eta jendearekin egunak zehazteko plana egiten hasi nintzen.

Bost mende atzera egitea lortu duzu.

Izugarrizko dokumentazioa daukagu gure artxiboetan. Denok gaude txundituta eskaintzen digutenarekin. Bai Tolosa-koan, bai Oñatikoa eta baita udal artxiboetan ere.

Gehienontzat ezezagunak dira, ezta?

Gutziz ezezagunak esango nuke. Oso modan dago familiako arbola egitea, baina hamarretik bederatzik ez daki Donostiako seminarioan karpeta urdin bat duela herri bakoitzak. Bertan dago herri bakoitzaren katalogoa. Esaterako, demagun, 1880an jaio zen birramonaren historia jakin nahi duzula. Agian, bertan, herriaren deskribapen oso bat eduki dezakezu matrikula parrokiara dagoelako. Elizak egokitzen ekonomiko bat egin behar zuenean herria nolakoa zen deskribatu behar izaten zuen zenbat sos jasoko zuen kalkulatzeko, eta di-ruaren arabera, hainbeste apaiz. Beraz, deskribapen osoa azaltzen zaizu etxez etxe, familiak...

Baliarrainek duena topatu duzu.

Baliarraingo kasuan, lehen mailan jokatu beharrean bigarrenen jokatzeko dugu, lehen liburuak falta direlako. Historia normalean Trentorekin batera hasten da, 1550 urte inguruan. Hortik aurrera hasten dira elizako liburuak: ezkontzak, jaiotzak... Baliarrainen kasuan, beste herri askotan bezala, lehenengo liburuak falta dira. Hori kolpe handia familiak osatze aldera, gutxi gorabehera bi belaunaldi falta zaizkigulako. 1640-1660an hasten dira, eta esaterako, Albizturrekin konparatuz bi belaunaldi galtzen ditut. Aurkitu dudana digokionez, zortzi amona atzera egiteraino jo dut. Horrekin, etxeko familia katea atera dezakezu, hau da, ezkontza paperak edota testamentuak. Hor gauza interesgarriak topa daitezke gure herria nolakoa izan den ulertzeko.



Baliarraingo Erbeta errota elurretan argazkia familiarena da; gaur egun lbiur urtegiaren azpian dago. ZELESTINA GARMENDIA

«1568ko eskrituran garbi azaltzen da Baliarraingo errota zergatik zegoen Orendainen»

Nolako Baliarrain zen?

Osoa, 1568rako Baliarrain osoa zen. Zergatik sortzen duten Erbeta errotaren eskritura? Errotaren premia zuen herriak. Eta hor dagoeneko 22 etxe agertzen dira. 22-30 artean ibili da. Honelako lan bat egiteko oso garrantzitsua da abiapuntua izango den eskritura hori izatea; herriaren gehien biltzen dituen eskritura izatea. Erbeta errotarenak 1471n eginiko eskritura zaharrari egiten dio erreferentzia, eta jada bazeuden hainbat etxe. Hau beharrezkoa da gaur arteko bidea egiteko.

Baliarraingo errota Orendainen zegoen.

Bai, eta estimatu dute azalpena. Zergatik zegoen Orendainen? Beraientzat beti izan da Baliarraingo errota. Eskritura hauek garbi azaltzen dute zergatia. Orduko jabeak hitzez hitz garbi esaten du Baliarraingo errota Baliarrainen dagoela. Erreka bat dago, eta errekaaren eskuin alde dago, Baliarraingo lur sailean. Baina, ondoren esaten du, ur jauziari altuera gehiago eman nahi diotela, eta obra egiten dute berea zuen lur sailean, baina, kasu honetan, Orendaingo lurretan egiten dute. Errota mugan dago, eta bi herrietan zituen lur sailak. XVI. mendean bertan, errotak hobeto lan egin zezan, altuera gehiago eman zioten, eta une horretan pasatzen da herri batetik bestera. Azalpen hori topatu izana estimatu egin didate herriarrek.

Eskritura zaharrek, beraz, bade garrantzia.

Bai. Maiz, ganbaretan edo kutxa zaharretan egoten dira gordeta. Jendeak ez ditu aintzakotzat hartzen, eta askotan puskatuta daudelako bota egiten dituzte. Hitzaldia, nahita, hautsitako eskritura zahar batzuk eraman nituen, nahiz eta puskatuta egon, beraien kopia aurkitu dezakelako; egon daiteke Tolosan edo Oñatin. Hori azaldu egin nuen, eta ondoren, gertatu da. Oso garrantzitu den etxe bateko eskritura, 1840 ingurukoa, hautsita zegoen eta zati handi bat falta zen, eta aurkitu egin dut. Hori oso sentsazio ona da ikertzaile batentzat.

Nola hartu zaituzte baliarraindarrek?

Oso ondo. Oso atsegina da bertakoekin hitz egitea, galdetzea, jakin nahiak konpartitzea,...

Jakin nahiak badituzte?

Etxe guztietan daukazazu jakin nahiak. Lehenengo hizketaldian elkar ezagutu behar da, eta behin konfiantza hartzean, denok izaten ditugu galderak.

Informazio baliagarria eskuratu duzu?

Etxe bakoitzaren argazki bat joan behar du, eta bertako familia garrantzitsuenak nortzuk izan diren azaldu. Alde horretatik jaso dut. Beste kontu bat da, monografikoak ere landuko ditudala etxeak ematen didan aukeraren arabera. Lopetedi aipatu dut alde zurretik, Lopetedi edo

Lopetegi. Baliarrainen dago erantzuna: Lopetedi. Momentu jakin batean apaizak aldatu egin zuen. Hor dena nahasten da eta dantza bat hasten da.

Zergehiago?

Jendea harritu egiten da esaten dudanean baserria edo etxea enpresa zela. Nekazari edo abeltzainak dira, eta hortik bizi dira. Beraz, esaterako, semea ezkontzean izugarrizko kontratua egiten da. Norekin bazkalduko duzun, nola tratatuko zaituzten... eta maiz jasotzen da seme-alabarik ez badago zer egingo den. Altzari zahar batzuk ere aurkitu ditut, eta 100 urte baino gehiago-koak izan daitezke eta politena eskriturretan aipatua izatea izaten da.

Emakumeek bazuten indarrik?

Emakumeak baziren maiorazko, Lopetedi baserria kasu. Zergatik ezkutatu diguten errealtate hori? Luze joko luke. Artxiboan begiratzean ikusten da, amona izanda, alabari ere uzten ziotela etxea. Eta ez Lopetedi bakarrik, beste etxe batzuetan ere gertatzen da. Artxiboan dabilen edonor ohituta dago hori topatzera. Orain, hori kendu egin digute burutik. Nire amonak, beti esan izan zuen, maiorazkoa beti gizonetzkoa eta zaharrena zela. Beti bezala, eta hori ez da egia. 1840 baino lehenago, hori ez zen horrela izan, baina gure aurrekoek horrela sinetsi dute edo horrela sinestarazi diete.

Bizipenak elkarbanatuz

Udan haur sahararrak bi hilabetez harreraren hartzea helburu duen Oporrak Bakean ekimenaren kanpaina ere bete-betea harrapatu du osasun krisiak

Iñigo Terradillos Gaztañaga

Errefuxiatuen kanpalekuean bizi diren 10 eta 12 urte bitarteko sahararrak bi hilabetez etxean hartzeko familia euskaldunak behar dira, eta apirilaren 30era bitarteko epea dago izena emateko. Bada, kanpaina aurkeztu eta horren nondik norakoak azaltzeko hainbat ekimen aurreikusita zituzten, baina, bertan behera geratu direnez, egungo egoerara egokitu dute kanpainaren zabaltzea.

Ana Traperok Oporrak Bakean programaren Tolosaldeko koordinatzaileak azaldu duenez, ezin dute ohiko moduan burutu kanpaina: «Ezin dugu, esaterako, duela gutxi Laskorain ikastolan egin genuen moduan, ikastetxez ikastetxe gaztetxoei kanpaina azaltzera joan, edota kartelak jarri kaleetan». Aurtan, Oporrak Bakean programari buruzko erakusketa ibiltaria egin dute Gipuzkoan, eta Villabonan eta Adunan izan da ikusgai dagoeneko. «Tolosan apirilaren 27tik 30era dago aurreikusita ikusgai izatea, baina, ziurrenik bertan behera geratuko da».

Argazkiak erakusketetan ikusi ordez, norbere etxean sare sozialen bidez ikustera gonbidatu dituzte herritarrek sahararren aldeko elkartetik. «Zerbait egin behar genuela ikusten genuen, eta Gipuzkoako elkartearen artean argazkiak elkarbanatzeko ideiarekin hastea pentsatu genuen duela egun batzuk», dio Tolosaldeko



Oporrak Bakean programaren baitan, iaz eskualdean izandago haurrak. ATARIA

koordinatzaileak. Orain *Bifamilia* izeneko Facebook orrialdean argazkiak partekatzea da asmoa. «Askok dira orain bi familia dituzten pertsonak, bat Saharan eta bestea Euskal Herrian, eta guztiok etxean gaudela aprobetxatuz, espazio hau haur sahararrek eta familia euskaldunek igarotako une alaiak ikustarazteko baliatu nahi dugu». Hala, era batera edo bestera programan parte hartu duten herritarrek animatu dituzte parte hartzera, argazkiak, bideoak edota mezuak bidaliz. «Udan ematen den elkarbizitzaren eta esperientzien erakusleia izatea da helburua», dio Ana Traperok.

Modu honetan, aurtengo udan haur saharar bat harreraren hartzea pentsatzen ari diren herritarrek bizipen guzti horien bitartez sahararren egoeraz eta programaz gehiago jakiteko au-

kera izango dute. «Familia mota desberdinek parte hartzen dute, udan zehar egiten diren irteerak edo bestelako kontu ugari ikusi ahal izango dituzte igotzen joango diren argazki eta bideoen bitartez».

Aspaldiko argazkietara jo dutela lehen egunetan dio Trape- rok: «Pentsa, iaz 20 urte egin genituen Tolosaldean, udan haur sahararrak harreraren hartzeko programarekin, eta lehen urte haietako argazkiak ari gara zintzilikatzen». Horrek familien artean giroa animatzeko ere balio izan duela nabarmendu du, eta saharar herriarekin elkartzeko modua ere badela dio, handik ere ari direlako Facebook bitartez parte hartzen.

Era berean, urduritasuna ere sumatzen dela sahararren artean adierazi du Ana Traperok: «Egun hauetan Algerian kokatu-

tako saharar errefuxiatuen kanpalekueetatik ohikoa baino gehiago ari dira euskal familiekin harremanetan jartzen bizi dugun egoeraz kezkatuta. Hori bai, errefuxiatuen kanpalekuean oraingo ez dago birusean positi- bo eman duenik».

Aurtengo udan, gutxienez, 15 familiek parte hartzea da Tolosalderako jarri duten helburua

Oporrak Bakean programari buruz galdetuta, oraingo bere horretan mantentzen dela dio Tolosaldeko koordinatzaileak: «Apirilaren 30era bitarteko epea mantentzen dugu izena emateko, hortik aurrera taldeak osatu eta dokumentuak tramitatzea etorriko litzateke». Dena den, nahiko zintzilik dagoela guztia onartzen du: «Hango familiak kezkatuta daude, baina baiko- rrak izan nahi dugu, ekaina bu- kaera eta uztaila hasiera bitarte etorriko liratekeelako haurrak eta oraindik denbora asko gera- tzen delako».

Momentuz pasa den urtean ere parte hartu zuten 8 familiak errepikatu egingo dute aurtengo udan, eta gutxienez 15 familia izatea da Tolosalderako jarri du- ten helburua.

Zalantzarik dutenek edota ize- na eman nahi dutenek *opor- rak-bakean@gmail.com* helbidera idatzi dezakete edo 645 710 789 edo 696 01 47 86 zenbakietara hots egin.

Isunak zamaranak egiteko tokietan aparkatzeagatik

IBARRA // Ibarako Udaltzaingo- tik esan dute egun hauetan arau hauste «nahiko» ikusten ari dire- la herrian zehar, «baina alarma- egoeran gaudenez eta herrita- rrak etxean geratzeko gomen- dioa kontuan hartuta» momentuz arau hauste arinak ez dituzte salatuko, bai ordea la- rriak. «Hori bai, elikagaien oina- rrizko horniduraren banaketa bermatzeko, ezin izango da ibil- gailu partikularrik aparkatu za- malanetarako guneetan». Autoa zamaranak egiteko lekuan utziz gero, beraz, salatu egingo dituz- te eta baita arau hauste larriak egiten dituztenak ere.

Aurrerantzean ez da inor egongo bake epaitegian

IBARRA // Ibarako Udalak jakinarazi du atzotik herriko bake epaitegian ez dutela bulegotik lan egiten. Zerbitzu minimoak bakarrik eskainiko dituzte eta horretarako, 665 701 750 telefono zenbakira deitu behar da.

Hiru pertsona atxilotu dituzte Ikaztegieta

IKAZTEGIETA // Ertzaintzak hiru pertsona atxilotu ditu azken or- duetan Ikaztegieta. Asteazken goizaldean «elizan indarra erabi- liz lapurreta egiteagatik» atxilotu zuten bat, eta beste biak arratsal- dean. «Beraiena ez zen etxe bate- an zeuden. Lo eta guzti bertan egiten zuten. Alde horretatik, ikusi beharko da jabea zein den eta salaketarik jartzen duen edo ez», esan dute Ertzaintzatik.

Ganaduen zaintzarako boluntario eske

Irati Saizar Artola Ibarra

Osasun alarma egoera dela eta, 40 boluntario inguru dituen sare bat osatua du herrigunean Iba- rrako Udalak, behar gehien du- ten herritarrei laguntza eskaini ahal izateko. Orain, gauza bera egin nahi dute landa eremuan bizi diren herritarrei laguntzeko, eta egitasmo berri bat jarri dute martxan: boluntario sare berri bat osatu nahian ari dira, baserri-

tarrek haien jardunean izan di- tzaketen beharrak bermatzeko.

Talde osatu ahal izateko mezu bat zabaltu dute herrita- rren artean, eta dei egin diete landa eremuan ganadua zain- tzeko prestakuntza dutenei. «Ba- serritarren bat koronabirusare- kin kutsatuko balitz, bere gana- dua behar bezala zainduta egongo dela bermatu nahi dugu», esan du ingurumen tek- nikariak. Lan horiek egiteko,

ikasketa zehatzik ez dela behar esan dute, baina nekazaritzan gutxienezko ezagupenik baduten galdetuko diote boluntario ba- koitzari.

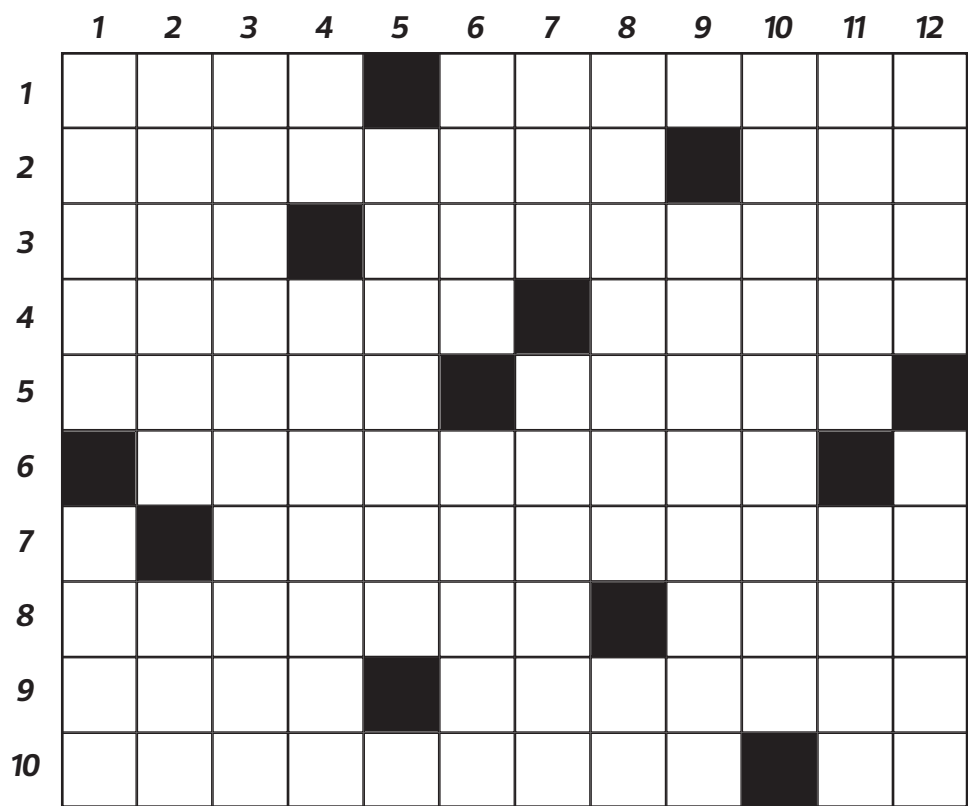
Protokolo bat definitu dute eta hor zehaztutako pausoak jarrai- tuko dituzte guztia kudeatu ahal izateko. Baserritarren batek la- guntza beharko balu, koordina- tzailearekin harremanetan jarri beharko du 648 102 809 zenbaki- ra deituta. Bere beharren arabe-

ra, zerrendako boluntarioari abi- satuko dio koordinatzaileak, eta ingurumen teknikariak azaldu duenez, hura arduratuko litzate- ke baserritarrekin harremane- tan jarri eta behar duen zerbi- tzua eskaintzeaz.

Boluntario gisa izena eman nahi duten herritarrek *ingurugi- roa@ibarra.eus* helbidera idatzi beharko dute edo, bestela, 943 671 138 edota 648 102 809 zenba- kietara deitu dezakete.



Esnetarako behia. JOSU ARTUTXA



Sudoku erraza

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

Ezker eskuin

1. Baratze landare lekaduna. Karbonoaren saileko elementu kimiko. 2. Abiapuntu. Suitza, Austria eta Alemaniako ibaia. 3. Arrisku edo larrialdian laguntza eskatzeko oihu. Ehizatzeko ibilaldi. 4. Dimako auzoa. Une honetan. 5. Alokairua. Ghanako hiriburua. 6. Pluralean, ama aipatzeko erabiltzen den hitza. Kontsonantea. 7. Bokala. Nafarroako udalerria, Malerrekan. 8. Gipuzkoako udalerria, Debabarrenean. Landan zehar egiten den oinezko lasterketa. 9. Pozik. Hernaniko auzoa. 10. Kokagunea. Interjekzioa.

Goitik behera

1. Zorraren ordainketaren seinaleztat hartzekodunaren eskuetan uzten den gauza, bermea. Guraso emeak. 2. Mastan gora igotzeko sokazko eskala. Nafarroako udalerria, Ibargoitin. 3. Kandela luze eta meheak. 4. Bokal errepikatua. Uholdea. 5. Zuhaitz adarra. Kontsonantea. 6. Alabaren edo semearen senar. Astun, zail. 7. Ipar Euskal Herrian, inguru. Ibarrek, haranak. 8. Barazki mota, pepino. Geu. 9. Bokal mehea. Antzinako garai batekoa. 10. Zilarren itxura duena. 11. Asiako estatu handia. Desira. 12. Lesakako ibaia. Bare.



«Frustrazioa, amorrua eta larritasuna jasotzen ari gara»

KARMELE GURRUTXAGA BASTIDA
PSIKOLOGOA

Irurako Udalak laguntza psikologikoa eskaini die koronabirusarekin senide bat galdu duten herritarrei; Adituak dio entzuketara emozionala eta hurbiltasuna direla gakoa une zail hauetan.

Jon Miranda Irura

Zortzi urte dira Karmele Gurrutxaga Bastidak (Azpeitia, 1972) familia zaintzaileentzako laguntza programak gidatzen dituela, besteak beste Iruran. Bakarkako psikoterapia eta talde terapiak egiten ditu. Orain, behar duten irurarreri arreta psikologikoa eskainiko die.

Zer iruditzen zaizu udalak martxan jarri duen ekimena?

Benetan eskertzekoa iruditzen zait garai berezi eta konplikatu hauetan zerbitzu hau eskaintzea. Aстетik atera giroa gordintzen joan da askorentzat eta espero ez bezalako zaurgarritasuna azaleratzen joan da. Zer esanik ez heriotza gertu bizi eta nahiko genituzkeen agurtze-erritualak ezin egitean. Egoera hauetan ematen diren heriotza-doluak hileta bera egitea baino harago doaz. Ezohiko heriotza kopurua suertatu da Iruran eta dolu konplikatuak ekin ahal izateko laguntza berezia eskaintzea proposatu da. Noski, doluaren aldapa norberak egin

behar du ezinbestean, baina entzuketara emozionala eta hor gaudela sentitzeak, hurbiltasuna adierazteak, bidea arintzen du.

Ezarri diren neurriek galarazi egiten dute dolua ohiko moduan egitea. Zein ondorio dakartzate horrek?

Heriotza bizitzen ari diren sendietan, tristurarekin batera, frustrazioa, amorrua eta larritasuna ere jasotzen ari gara. Alegia, galararen pisuarekin batera merezi bezalako agurra ezin egiteak aipatutako erreakzio hauek pizten ditu askotan; ez beti, zorionez, baina egoerak oso traumatikoak direnean, buruak badaki egia dela baina emozioak, bihotzak, ezin du onartu eta nahasmen horretan, errudun baten behar inkontzientea sortzen da nolabait.

Dolua baldintza horietan ematen ez bada zeintzuk izan daitezke ondorioak?

Sentimendu nahasiak prozesuaren berezko bizipenak dira; maila handiegian edo denbora luzez iraunez gero, orduan bai, dolu traumatikoa edo patologikoa dei-

turiko horretara iritsi daiteke. Balorazio hauek kontu handiz egin behar dira hala ere; ez da kolesterolaren ohiko neurria alderatzea bezain erraza. Denboran zehar norbere bizitza arrunta modu normalean egiteko zailtasunen arabera baloratu dezakegu benetako patologia dagoen ala ez.

Egoera honetan dagoenari zein aholku emango zenioke?

Aholkua baino, ezinbestean egokitzen den lanketa da, sentitzen den guztiari lekua egitea. Honek egon ezina dakar askotan, egia da, baina bizipen hauek igarotzen joan ahala, egoera maniatzen ari garenaren sentsazioa ere sortzen da. Honekin batera, gogorrena egiteko momentuak ez direla esango nuke; alegia, negar egiteko beharra sortzen denean horrela egitea, beti ere arintzen gaituela sentitzen badugu. Biziki lagungarria da, galdutako pertsona horretaz hitz egitea, ulertuko gaituen norbaitekin aritzea, zer esanik ez, egoera berdintsuan bada, emozioei lekua egiteko, barruan korapiloa ez gelditzeko,

aukera paregabea da. Gainera, pertsona maite horrekiko agurtze erritualak ere lagungarriak dira askotan: bere gauza pertsonalak txukuntzea, idatziak, aldare edo txoko bereziak sortzea... Eta batez ere, norberak sentitu ahala, barruak eskatzen dionari entzun, eta proba egitea ea hori lagungarri egiten zaion.

Zenbait kasutan, familia bereko senide bat baino gehiago galdu izan dira.

Onarpena lantzeko zailtasun erantsia izan daiteke hori, noski; eta egoeraren arabera, sentikorra go gauden heinean, elkar sostengatu eta norberak ahal duen eran, elkar-babesteko aukera ere ematen du. Egoera traumatikoek ohikoa dute hasieran ondo egokitzea, espero ez bezalako indarra adieraztea. Denbora pasa ahala, hilabete edo bi, estres maila gutxitu ondoren, lehen ezkatututako emozio horiek askatu diren, edo azaleratzen diren ikusten joan behar da. Eta noski, egokitu ezinik shock egoera badago, orduan bai laguntza psikologikoa behar da.

Haur eta gazte liburuaren egunerako gomendio eske

AIZTONDO // Plazida Otaño liburutegiak ekimena jarri du abian, apirilaren 2ko Haur eta Gazteen liburuaren eguna aitzakia bezala hartuta. Argazkiak eta irakurketak proposamenak 630 15 92 63 telefonora bidaltzeko deia luzatu dute liburuzaiek. «Haurra edo gaztea bazara bidali zure argazkia irakurtzen ari zaren liburuarekin, galtzardietan, eta gomen-datu gustuko dituzun liburuak», esan dute.

Etiket ateratako argazkien lehiaketa antolatu dute

AMASA-VILLABONA // Jasotako argazki guztien artean 200 euroko balioa duten hiru saski zozkatuko dituzte, Villabonako saltokietako produktuekin osatuak. Argazkiak helbide honetara bidali daitezke bihar arte: amasa-villabonaetxetik@gmail.com; Bestela, Facebook, Twitter edo Instagram-en zintzilikatu daiteke Villabonako Udaleko kontura lotura egin eta [AmasaVillabonaEtiket](https://twitter.com/AmasaVillabona) traola erabilita.

Bihar amaituko da festetarako taldeak proposatzeko epea

AMASA-VILLABONA // Santio festetan, Gazteen egunean joko duen musika taldearen aukeraketa bi fasetan egingo da. Lehen fase honetan taldeak proposatzeko aukera izango dute herritarrek baldin eta Amasa-Villabonan erroldatuta badaude eta 2006. urtean edo lehenago jaioak badira. Horretarako talde baten izena proposa dezake herritar bakoitzak helbide honetan: kontzertubozketa@gmail.com.

Hilberriak eta urteurrenak



JOXE GARMENDIA GARMENDIA

Atzo hil zen 92 urterekin, Elizakoak eta Aita Santuaren Bedeinkapena hartu ondoren.

- Goian bego -

Alabak: Arantxa eta Xanti, Jaione eta Igor; bilobak: Malen, Peru; anaia-arrebak, ezkon anai-arrebak, ilobak, lehengusuak eta gainerako ahaideak.

LAZKAON, 2020ko apirilaren 2an Oharra: Familiak jasotako doluminak eskertzen ditu eta gaur egungo osasun egoera ikusita, agurra senitartean egingo da.

hilberriak • eskertzak • urteurrenak

ataria jarrita
Gipuzkoako
3 Hitzetan DOAN

Eskelak orain merkeago!

TXIKIA (82mm X 64mm): 110 € • Harpidedunentzat 55 €
HANDIA (124mm X 64mm): 160 € • Harpidedunentzat 80 €
ESKERTZA (38mm X 64mm): 60 € • Harpidedunentzat 30 €
bez barne

ESKELAK • ataria@ataria.eus • Tel.: 943-65 56 95

Astelehenetik asteazkenera 18:30ak arte hartzen ditugu • Ostegunetan 16:00ak arte hartzen ditugu

Ilusioz sartu dira selekzioan

Sarah Ugarte eta Iñaki Olano mendi lasterkariak euskal selekzioko partaide berriak dira. Olanok dagoeneko jantzi du elastikoa proba batean, baina Ugartek oraindik ez du estreinatu ahal izan.

Imanol Garcia Landa

Euskal Herriko Mendi Lasterkari Selekzioan eskualdeko bi korrikalari sartu dira aurten, Sarah Ugarte tolosarra eta Iñaki Olano altzotarra. Aurretik hainbat urtetan ari den Hassan Ait Chaou billabonatarra ere bertan dago. Ugartek eta Olanok ilusioz hartu zuten selekzioaren deia eta konfinamendu egoera honetan motibazioa izaten ari da beraietarako bertako parte izatea.

Ugartek ez zuen espero selekzioaren deia jasotzea. «Oso kontentu nago, oso motibatuta. Betidaniko ilusioa da euskal selekzioan egotea. Konfinatuta gauden garai honetan oso motibatuta nago, eta horregatik da, selekzioan egotea oso garrantzitsua delako niretzako».

Olanok «ilusio handiaren» hartu zuen selekzioaren deia. «Amets bat da niretzat. Euskal Herriko Selekzioa hor ikusi dut beti, oso urruti. Aurreko urtean txukun sentitu nuen neure burua lasterketetan, postu onak egiten nituen, baina ez nuen espero inondik inora». Selekzioaren deiak «beldur pixka bat» ere eman zion: «Maila emango ote dut, begi gehiago dituzu begira... Gure herria ordezkatzen ari gara eta erantzukizun bat ere sentitzen duzu. Kezka horiek ere azaldu nizkien selekziokoei, eta beraietarako animatu egin ninduten, eta baiezkoa eman nuen zalantzarik gabe. Pauso handi bat izan da nire ibilbidean. Ea orain maila ematen dudan eta beraietarako emandako konfiantza hori bueltatzeko gai naizen».

Selekzioak eskatzen die proba jakin batzuetan parte hartzea, tartean Espainiako Kopako probak eta Espainiako Txapelketa. Horretaz aparte, selekziotik emandako egutegiarekin bat egiten ez duten eta korrikalarietako parte hartu nahi duten probetara joan daitezke. Olanok dioenez, «gustura ibiltzen naiz hemen inguruko probetan parte hartzen eta aurten gutxiago ariko banaiz ere, aukera izango dut horretarako».

Konfinamendu egoera dela eta, bertan behera geratu dira Espainiako Kopako Malagako eta Naiarako probak. Horrez gain,



Sarah Ugarte eta Iñaki Olano, bakoitza bere etxean entrenatzen, selekzioaren elastikoarekin. ATARIA

Zegama-Aizkorri maratona ere aurten ez dela egingo jakinarazi dute antolakuntzakoek aste honetan. «Ez dakigu noiz hasiko garen lasterketetan parte hartzen, beraz, orain etxean ahal dela erritmoa ez galtzea izango da kontua», esan du Olanok. «Ez dakit zer gertatuko den Espainiako Kopako probekin», esan du Ugartek. «Espero dut proba gehiago jartzea, bestela bi edo hiru lasterketa bakarrik izango dira».

ORAIN ARTEKO EMAITZAK

Olanok aurten hiru mendi lasterketetan parte hartu du eta hirurak irabazi ditu. Lehenengoa Garingo Mendi Lasterketa izan zen. «Niretzako oso azkarra da, oso motza delako, baina irabazi egin nuen eta sentsazio onekin bukatu nuen. Ezusteko polita izan zen». Ondoren, Berastegiko Negu Trail irabazi zuen. «Horra gehiago ibilita joan nintzen. Ibilbidea ezagutzen nuen eta gogoa ere banuen, eskualdean zelako. Lehenengo aldiz irabazi nuen, eta ilusioa egin zidan». Hiruga-

rrengo lasterketa UZ Traileko lasterketa luzea izan zen. «Hor dezente borrokatu nuen proba, eta gogorra izan zen. Erditik aurrera alde egin ahal izan nuen eta bakarrik iritsi nintzen helmugara». Lehen lasterketa izan zuen selekzioaren elastikoarekin. «Ilusio berezia egin zidan elastikoarekin joateak, eta oso gustura lasterketa irabazita».

Ugartek aurten ez du mendi lasterketetan parte hartu oraindik. «Lehenengo proba Jurramendi Trail izango zen, eta aste-bete lehenago ezarri zuten konfinamendua», esan du. «Selekzioaren elastikoarekin estreinakoa izango zen, eta gogoa nuen, baina ez da posible izan». Denboraldi honetan lehenengo aldiz parte hartu du txakur krosetan Ugartek. *Kross* txakurrarekin Espainiako Kopan lau probatan lehiatu ziren eta sailkapen orokorrean hirugarren postua lortu zuten. Espainiako Txapelketan ere hirugarrenak izan ziren. Nafarroako Txapelketan, berriz, lehenengo postua eskuratu zuten; hiru lasterketetatik bi



egin zituzten, hirugarrena bertan behera geratu baitzen konfinamendu egoerarengatik. Europako Txapelketara joateko txartela lortzea zen Ugarteren helburu nagusia, eta lortu du. Urrian izango dute hitzordua, Frantzia.

MENDIRA JOAN GABE

Etxean orain arte arrabolaekin ari da entrenatzen Olano. «Ez da gehien gustatzen zaidana, lau pareten artean sartu eta arrabola aritzea. Ordubeteko saioak egiten saiatu izan naiz azken bi aste hauetan. Gimnasioko ariketa batzuk egiten ere saiatu naiz. Orain korrika egiteko zinta iritsi zait, eta korri egitea eta arrabola tartekatuko ditut». Beste garai batean ilusio gutxiagorekin egongo zela dio Olanok, «baina aurten selekzioarekin gaudela, ilusioarekin entrenatzen jarraituko dut, nahiz eta etxean aritzea ez izan gustukoena. Guk mendian entrenatu beharra dugu, batez ere aldapa gorak eta beherak, eta hori zintan ezin da egin».

Ugartek ere arrabolaekin entrenatzen du, eta gimnasioko ariketak egiten ditu. «Bi ordu inguru egiten ditut egunero, eta kontentu nago, inoiz ez dudalako izan denbora horretarako. Gimnasioa ez zait asko gustatzen, eta orain kontentu nago, indar asko hartzen ari bainaiz hanketan, eta hori garrantzitsua da». Ugartek areto futboleko jokatzen zuen lehen, eta aurre-denboraldian baloia ukitu gabe aritzen ziren hilabetez fisikoa lantzen. «Azkenean burua motibatu, txipa aldatu, eta pentsatu hilabete-edo egongo naizela nire gustuko kirola egin gabe, indarra hartzeko, eta horretan ari naiz».

Pena handiz daude, mendira ezin dutelako joan. «Baina orain gauza garrantzitsuagoak daude, zoritxarrez», esan du Olanok. «Guk afizioz egiten dugun gauza bat da, eta hau guztia bukatzen denean mendia hor egongo da». Ugartek gaineratu duenez, «orain etxean egon behar gara, hau pasatu arte. Orain kirola bigarren mailan dago. Saiatu behar dugu etxean egoten guztia pasatzeko, denok ondo egon, eta berriro kirola egiteko».

Tolosarrak azaldu duenez, konfinamenduaren lehen astean gaizki pasatu zuen: «Ez gaude ohituta bat-batean mendira ez joateko agindu bat izatera. Oso gaizki pasatu nuen. Gero txipa aldatu nuen». Pena handiagoa bere txakurrak ematen dio: «Mendira joateko beharra du. Berari bai kostatzen ari zaiola etxean lasai egotea. Nik egoera ulertu dezaket, baina bera ez da jabetzen. Berarengatik okerrago ari naiz pasatzen nigitik baino».

**BILLABONA FKE**
Arratzain futbol zelaia

Gurean ezinbestekoa den moduan, orain ere
TALDELANEAN
jolastu behar dugu

FALTAN BOTATZEN
ZAITUZTEGU!!!



OSTEGUNA, 2020KO APIRILAK 2
Argitaratzailea:
Tolosaldeko Komunikazio Taldea SM
Lege Gordailua: SS-1323-2013
Koordinatzailea: Rebeca Calvo Gonzalez
Kudeatzailea: Iban Urdapilleta Alkizaletxe
Egoitza: San Esteban, 20, Tolosa.
Telefonoa: 943 65 56 95.
E-posta: ataria@ataria.eus
Publizitatea: 661678 818. publi@ataria.eus

Tolosa: 687 410 082. tolosa@ataria.eus
Villabona-Aiztondo: 687 410 022.
villabona-aiztondo@ataria.eus
Anoetalea: 687 410 022.
anoetaldea@ataria.eus
Ibarralea: 687 410 118. ibarralea@ataria.eus
Alegialdea: 687 410 034.
alegialdea@ataria.eus
Kirolak: 673 06 1132. kirolak@ataria.eus
Bezero arretra zerbitzua: **943 30 43 46**



www.ataria.eus

ATARIA IRRATIA
107.6 FM

Tolosaldeko Ataria diruz laguntzen duten erakundeak:
Udalak: Abaltzisketa, Aduna, Albiztur, Alegia, Alkiza, Altzo, Amezketa, Anoeta, Asteasu, Balarraín, Belauntza, Berastegi, Berrobi, Bidania-Golatz, Elduain, Gaztelu, Hernialde, Ibarra, Ikaztegieta, Irura, Larrauri, Leaburu-Txarama, Lizartza, Orendain, Oresa, Tolosa, Amasa-Villabona eta Zizurkil

Tolosaldeko Komunikazio Taldea SMko kideak:



Ahoz-Aho Ipuinak ez dira geldituko! ekimenaren barruan, Eñaut Irribarrez-ek sortutako ipuina da gaurkoa.

Haran eta bailaretan herriak sortzen hasi aurretik, etxeetako teilatuak urak banatzen hasi baino lehenago, txorien kantuak euskarazko lehenengo hitzekin nahastu baino lehen, munduaren patua irauliko zuen gertaera historiko bat jazo zen.

Badakizue orduan irribarrerik ere ez zela egiten? Garai hartako bizidun guztiak muturtuta ari ziren ziren batera eta bestera. Sugandilak, basakatuak, hontzak zein apoak denak muturtuta. Izokinak, ur-satorrak, tximeletak edo eskorpioiak denak serio.

Munduak itxura goibela zuen beraz. Mundu guztia petralduta eta elkarri mokoka, soka hark ez zuen etenik: hartza, olagarroa, muxarra eta arranoa goibel, azkonarra, ezkailua, erlea edo arrabioa betozkoa jarrita, eta zer esango dizuet ba, halako egorran, zeruaren urdina ere ez zen hain-hain urdina!

Egun batean, han zehar zebilen otsokume bat bere taldetik aldendu zen. Harri bat ikusi zuen zelai baten erdian eta abia da hartuta eup! Gaietik egin zuen salto! Berriz probatu zuen gero. Hurrena abiadarik hartu gabe. Gero harri gainetik lurrera eta lurretik gainera.

Izerditan blai zela lagun bat batu zitzaion:

– Zertan ari zara?
– Saiatuko nirekin batera ea harriaren gainetik txiribuelta egin dezakegun?



Otsokumea harriarekin hasi zen jolasean.

– Ados! Nondik egin behar da salto?

– Hemendik! Atzeko hankak elkartuta eta aurrekoak hemen!

Eta salto egin, txiribuelta eman eta lurrera erortzearekin batera irribarre bat, sortu berri zuten lehenengo jolas horren ondorio!

Irribarrea jolasari eskutik helduta mundu osora zabaldu zen ziztuan. Zeruak ere, kolore urdinagoa hartu zuen, eta bai, ados, jolasak kozkorreko batzuk ere ekarri zituen, baina ez dago golpeetan muxu bat ematea bezalakorik berriz txiribuiltaka haste-ko indarrak berreskuratzeke.

Jolasa

OSTEGUNA 02

+ FARMAZIAK

Gaur

TOLOSA. Egunekoa. E. Bengoe-txea. Kale Nagusia, 7. 943 67 06 48.
TOLOSA. Gauekoa. Lourdes Azpiroz. Larramendi, 6 behe 1. 943 67 5118.

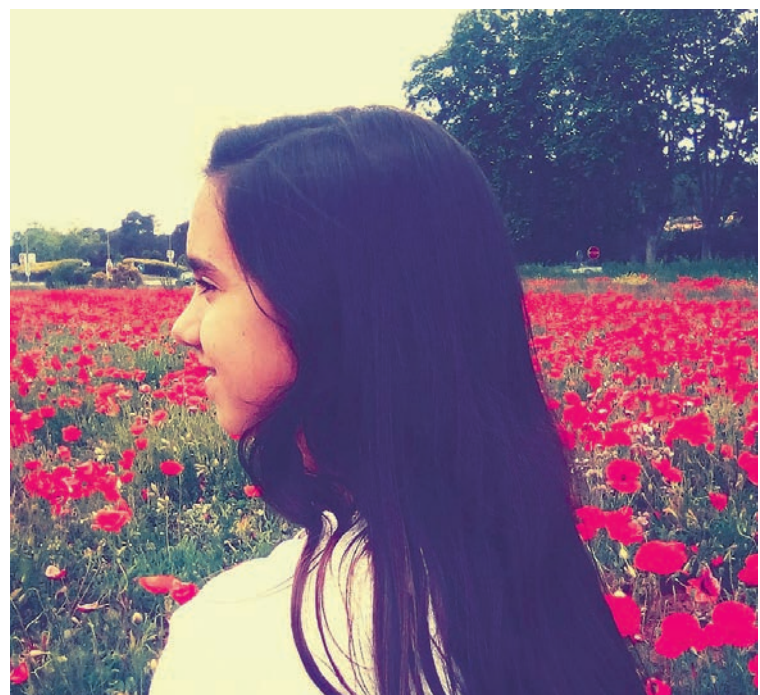
ATARIA IRRATIA

09:00–13:00. Baserritik, Postalak, Entzuteko jaioak, Gure Txokotik eta Mestibull DJ Bullekin musika.
16:00. Zebrabidea. Magazina.
19:00. Ipuinak ez dira geldituko.
20:00. Mailu ta akuilu. Musika saioa.
21:00. Mingaina Txulora. Erotikari buruzko saioa.

28 KANALA

11:00. Etxean bai... Geldirik ez! (Aran-txa Orbegozo)
12:00. Etxean bai... Geldirik ez! (Itxaso Urkia)
13:30. Gaurkoan Tolosaldetik
16:30. Ur eta lur
17:30. Gaurkoan Tolosaldetik
21:30. Gaurkoan Tolosaldetik
22:00. Atelier
23:30. Gaurkoan Tolosaldetik

ZORION AGURRAK



ZORIONAK OLATZI!

Per molts anys!!
Eguna ondo ospatuko dugu!

ZORION AGURRAK



ZORIONAK

Ella. Zuk bai zortea, konfinamendu garaian etxetik atera zaitezkeelako. Gaur ere ondo paseatu barruan daramazun zakur meea!

ZORION AGURRAK

943 65 56 95
ataria@ataria.eus
San Esteban 20
Tolosa

Urtebetzeak, urrezko ezteiak, ezkontzak, jaioberriak...

Argazkia bi egun lehenago ekarri mesedez