

Ioritz Galarraga, erabateko mugimenduan





AURKIBIDEA

Iritzia Oihana Iguaran **3**

Elkarrizketa Leire Ezkerro

Eibarko fisioterapeuta **4-8**

Asteko Gaia Ioritz Galarraga

dantzari lotutako bizimodua

erdigunean **10-17**

Sapere Aude

Ane Amundarain **18-19**

Iritzia Amaia Karrera **20**

Bertsoa Beñat Iguaran **21**

Erreportajea Iraitz Lizarraga

bertsora gerturatuz **26-29**



Azaleko irudia
Asier Imaz

ataria

URTEKO HARPIDETZA KUOTA: 95€

ATARIAK ez du bere gain hartzen aldizkarian adierazitako esanen eta iritzien erantzukizunik.

bai erabiltzaile eta
lana erabiltzaile

Bikam

ARGITARATZAILEA: Tolosaldeko Komunikazio Taldea, SM **LEGE GORDAILUA:** SS-1323-2013 **TELEFONOA:** 943 65 56 95
KOORDINATZAILEA: Rebeka Calvo Gonzalez **KUDEATZAILEA:** Iban Urdapilleta Alkizalete **BEZERO ARRETA:** 943 30 43 46
WEBGUNE: ataria.eus **POSTA ELEKTRONIKOA:** ataria@ataria.eus **IRRATIA:** 943 69 80 38 • 687 410 033 • 107.6 FM
PUBLIZITATEA: 661 678 818 • publi@ataria.eus

Tolosaldeko Komunikazio Taldea, SM:



Tolosaldeko gizarte eragileak

TOLOSALDEKO ATARIA diruz laguntzen duten erakundeak:

Udalak: Abaltzisketa, Aduna, Alegia, Alkiza, Albiztur, Altzo, Amasa-Villabona, Amezketeta, Anoeta, Asteasu, Baliarrain, Belauntza, Berastegi, Berrobi, Bidania-Goiatz, Elduain, Gaztelu, Hernialde, Ibarra, Ikaztegieta, Irura, Larraul, Leaburu-Txarama, Lizartza, Orendain, Oresa, Tolosa eta Zizurkil.





**OIHANA IGUARAN
BARANDIARAN**
IKERLARIA ETA
BERTSOLARIA

Gozoki

Gozotasunak elkartu ditu goxokiak erosi ohi zituzten denda aurrean: Kandiren azken eguna da, denda ixtera doa. Beti ezagutu du mostradore atzean emakume bera, arreata eta pazientzia berarekin bakoitzaren gustuko litxarrerriak buruz ikasita, honezkero. Gaur ez, gaur Atsedena kalea dioen honen aurrean dago eserita, ondo merezitako eskertza eta agurra jasoz. Hutsune bat utziko du, geratuko da, geratuko zaie herritarrei Iturriza zeukaten tokian.

Beirazko erakusleihoak asko mugatu direla otu zaio, tamainatik hasita. Ume zela sudurra koskaren gainetik luzatuz hatz-markaz bete izan zituen gustuko dendetakoak, eta orain hatz lodiarekin gorantz eragiten dio patrikan daraman erakusleiko beti irekiari. Asteburuetan zein goizaldera, bere hutsune aseegin hori behar ez dituen objektuz bete dezan eskaintza bereziz gainezka.

Duela gutxi jaso zuen mugikor horretan bertan beste denda baten itxieraren berri. Lagun batek konstatzen zion, beretzat Villabonako Basajaun liburudenda ikasturte hasierako poz hori zela, lagunak berriaz topatu eta testuliburuak eta estalki gardenak jasotzea Rosaren eskutik, denda estu hartan motxilekin jiratzean zerbait botatzeko beldurrez. Gerora, Aitziberren denda handiagoan ilusio bera sentitu izan duela, lagunekin ez doan arren oraindik hartzen duela liburu berri eta estalki gardenaren usain hori. Orain, itxierarekin triste, zerbait erostera pasa nahi luke, likidazioaren kontuarekin besteren ezinez baliatzera doan putrearen konplexuagatik ez balitz.

Errealitatea denean, azken liburu erosketa guztiak sarean egin dituela.

Berak ere aspaldi ez du Iturrizan enkargurik egin, non eta ezustean etxean premiazko zerbait falta eta larunbat edo igande goizean pasa ez den salbuespenezko erosketa egitera. Gaur, herritarrek bertan elkartuta, ezin dio gogoratzeari utzi ostiralero ilaran nola itxaroten zuten asteroko goxoki sorta eskuratzeke. Ostiral arratsaldeak izango dira beretzat beti atari hori.

Pozik ari zaizkio denak kantuan: *Kandi, Kandi, txikia baina handi*. Beti iruditu zaio ederra izen hori, *candy* saltzaile batentzat. Gozo jo dute txalo denek, kantua amaitzean. Mugikorra joka hasi eta multzotik apartatu da: banatzailea da, paketea dakarkio eta etxean ote den galdezka. Denak han utzi eta badoa presaka ezkaratzera, azken erosketa eskuratzerara.

«Horretarako baliatzen dira herriko denda eta ostatuak askotan orain, etxean ez daudenen paketeen itxarongela bezala. Beste baliorik ez balute bezala»

Horretarako baliatzen dira herriko denda eta ostatuak askotan orain, etxean ez daudenen paketeen itxarongela bezala. Beste baliorik ez balute bezala. Zerbitzurako prest egon baitira beti, Kandi bezala. Lagunak aipatutako testuliburuaren usainaz akordatu da bat-batean; pentsatuz, gozokiek aspaldi ez dutela ostiral arratsaldetako zaporerik.

«Tratatzen ditudan pertsonak ondo egon daitezzen, nik ondo egon behar dut»

LEIRE EZKERRO GARMENDIA

EIBAR FUTBOL TALDEKO FISIOTERAPEUTA

Onenen artean egoteko, eta lesioak ekiditeko, kirolarientzat garrantzitsua da osasuntsu egotea, eta gorputza ondo zaintzea. Horretarako, ezinbestekoak dira fisioterapeutak. Eskualdean asko daude, baina gutxi aritzen dira kirolari profesionalekin. Hori da Leire Ezkerro tolosarraren kasua. Emakumezkoen Eibar futbol taldean aritzen da bera.

Josu Artutxa Dorronsoro

Txikitatik kirol zalea da Leire Ezkerro (Tolosa, 1997), eta kirol asko praktikatu izan ditu, batez ere, atletismoa. Familia futbol zalea da berea, eta fisioterapia ikasketak burutu ondoren, argi zuen bi arloak uztartuko zituen lanbide bat nahi zuela. Gaur egun, emakumezkoen Eibar futbol taldeko fisioterapeuta da. Eibar iaz igo zen lehen mailara, eta denboraldi honetan, azken bost partidatan 8 puntu lortu ditu. 5 jardunaldiren faltan, 6 puntuko aldea du jaitsiera postuekiko.

Zer moduz doa denboraldia?

Oso ondo. Taldearen helburua argia da, maila mantentzea. Iaz lortu zuen Lehen Mailara igotzea, eta aurtengo denboraldia espero genuena baino hobea

izaten ari da. Jaitsiera postuetatik kanpo gaude; gainera, denboraldi osoan ez gara postu horietan egon. Espero dugu liga amaitu arte horrela jarraitzea. Hala ere, lehia oso estua izango dela aurreikusten dut.

Joan gaitezen denboran atzera. Argi zenuen fisioterapia-ikasketak egin nahi zenituela?

Argi nuen osasunarekin zerikusia zuen arlo batean egin nahi nituela ikasketak. Kontua da, atletismoa praktikatzen nuenean, aldakako lesio bat izan nuela, eta medikuek ez zuten asmatzen zein zen benetako arazoa eta nola egin niezaiokeen aurre. Fisioterapeuta asko bisitatu nituen, eta horrela hasi zen nigan interesa pizten. Torrelavegan (Kantabria, Espainia) egin nituen



fisioterapia-ikasketak, lau urtez. Azken ikasturtean, kirol munduan espezializatu nintzen. Ikasketak amaitu nituenean jabetu nintzen ikasten jarraitu nahi nuela.

Torrelavegatik Tolosara itzuli nintzenean, Gipuzkoako bi futbol taldetan aritu nintzen lanean, Andoaingo Euskaldunan eta Ordizian. Gero, koronabirusaren pandemia heldu zen eta dena geldiarazi zuen. Orduan, Kirol Arloko Entrenamenduaren Optimizazio-ko eta Berregokitzapeneko Masterra egitea erabaki nuen, Sevillan (Andaluzia, Espainia). Entrenamenduen inguruan gehiago ikasteko gogoia izan dut beti, eta horregatik hartu nuen erabaki hori.

Hiru urte egin ditut Sevillan. Lehen urtean masterra

egin nuen, eta ondoren, fisioterapia arloko ikasketa gehiago egin nituen, baita ikastaroak ere, eta ekografietan espezializatu nintzen. Aldi berean, klinika batean aritu nintzen lanean, lesioak zituzten kirolariak tratatzen. Zoragarria izan zen. Kirol munduko profesio-nalez inguratuta egon nintzen lanean, hala nola, psikologia, elikadura edo fisioterapeuta arlokoak, eta beraz, guztiengandik ikasi nuen zerbait. Elkarrekin lan egitea oso aberasgarria izan zen. Pertsona bat ikuspuntu desberdinetatik aztertu eta tratatzeko aukera izan nuen.

Osasunarekiko interesa ez ezik, kirolarekiko ere handia duzu, ezta?

Txikitatik kirol zale amorratua izan naiz. Gurasoek, futbola, eskubaloia, judoa, igeriketa edota atletismoa praktikatzera bultzatu izan gaituzte nire anaia Ander eta biok. Bera eredu bat da niretzat. Beti eraman izan nau bere lagunekin futboleko jokatzera, eta nire zale-tasunaren errudun handietako bat da.

Oker ez banago, Master Amaierako Lana hemen egin zenuen, Realeko emakumezkoen taldean.

Masterra Sevillan egin banuen ere, praktikak Realean egiteko aukera izan nuen, 2020-2021 denboraldian. Esperientzia oso ona izan zen. Ordura arte, inoiz ez nintzen talde profesional batean egon, eta Realean egon nintzenean jabetu nintzen zer zen benetan gus-tatzen zitzaidana, futbol talde batean lanean aritzea.

Orain Tolosan bizi zara. Sevillatik itzuli zarenetik, gertuko dei gehiago jasotzen dituzu zure zerbi-tzuak eskatuz?

Beti jaso izan ditut deiak, baita Torrelavegan ikasten ari nintzenean ere, baina orain etxera itzuli naizene-an, gehiago. Konfiantzazko pertsona naiz beraien-tzat eta nigana jotzen dute behar bat duten aldiro. Badakizu, errementariaren etxean, zotza burduntzi.

Hala ere, profesionalki, Eibarren ari zara lanean.

Bai. Hala ere, gaur egun ere ikasten jarraitzen dut. Ki-rol psikologiari eta coaching-ari buruzko beste mas-ter bat egiten ari naiz. Beti izan dut irrika psikologiari lotuta lan egiteko, eta orain, lanbidearekin batera egin ahal nuela ikusi nuenean, ikasten hastea erabaki nuen.

Eta nola heldu zitzaizun Eibar taldean aritzeko au-kerak?

Sevillan hiru urte egin ondoren, Tolosara itzultzea erabaki nuen. Ez zen erabaki erraza izan, lana utzi nuelako eta oso gustura nengoelako bertan, baina hala egin behar nuela sentitu nuen. Hona etorri eta hiru astera, emakumezkoen Eibar futbol taldeko or-dezkarien deia jaso nuen. Ospakizunetan zeuden, Le-hen Mailara igoera lortu ondoren. Mediki taldea osa-tu nahi zutela eta, fisioterapeuta izateko eskaintza egin zidaten. Ni etxean nengoen, amarekin, eta ezin nuen sinetsi. Sorpresa ikaragarria izan zen, eta ez



nuen bi aldiz pentsatu. Oso argi nuen errendimen-duari lotuta lan egin nahi nuela, klinikan bizi izandako esperientziengatik. Gogo handia nuen. Orain, nire betiko helburuetako bat betetzen ari naiz.

Nolakoa izaten ari da esperientzia?

Oso pozik nago. Harro sentitzen naiz egiten ari nai-zen lanarekin, eta ilusioz ari naiz bizitzen etapa hau. Egia da sakrifikatua dela, ordu asko igaro behar iza-ten ditudalako, eta gainera, asteburutan ere lan egin behar dudalako, baina merezi du. Gozatzen ari naiz.

Izan ere, entrenamenduetara ez ezik, partidetara ere joaten zara.

Bai. Fisioterapeuta bakarra naiz. Beste talde askotan bi edo hiru izaten dira. Ondorioz, partida guztietara joatea egokitzen zait.

Etiket kanpo egun asko igarotzea ez da erraza izango, ezta?

Ez. Astebururo izaten dugu partida, eta bi astez behin, ia asteburu oso bat igarotzen dut etiket kanpo. Egoera horri aurre egitea ez da hain zaila niretzat, baina ondoan dituzunekin, senide edo lagunekin, gutxiago egotea edo denbora partekatzeak aukera handirik ez edukitzea gogorra da.

Zeintzuk dira fisioterapeuta batek futbol talde batean egin beharreko lanak?

Futbol talde bat oso handia da. Bertan sartu arte, ez zara kontziente dagoen lan guztiaz, bulegoetatik hasi eta zelaira bitarte. Nire kasuan, zeregin asko izaten ditut. Entrenamenduak hasi aurretik, galdetegi bat betearazten diegu jokalariei, lo nola egin duten, zer moduz sentitzen diren eta nekatuta dauden ala ez jakiteko. Erantzunen arabera, entrenamendu saioa moldatzen dugu, prestatzaile guztiok elkarlanean. Entrenamendua baino lehen, jokariak tratatzen ditut, batez ere, behar handiena dutenak edo minduta daudenak. Taldean min hartutakoren bat badago, taldearekin entrenatzen ari ez dena, berarekin egoten naiz saioan zehar. Ni egoten naiz beraiekin lesioen lehen faseetan, errendimendu handiagoko saioak egin behar dituzten arte. Azkenik, entrenamenduak amaitu ondoren ere tratatzen ditut jokariak; batzuek, taldeko saioaz gain, bakarkako lanak ere izaten dituzte, eta horien jarraipena egin behar izaten dut.

Oso ondo ezagutzen dituzu zure taldeko jokalarien nahiz gertuko gorputzak. Baina norberarena ondo ezagutzea ere garrantzitsua da.

«Ikasketak amaitu nituenean jabetu nintzen ikasten jarraitu nahi nuela»

«Osasuntsu egoteko eta oreka bat izateko, beharrezkoa da atal guztiak lantzea»

Noski! Ondo ezagutzea, eta ondo zaintzea. Tratatzen ditudan pertsonak ondo egon daitezen, nik ondo egon behar dut. Ezinbestekoa da hori. Sevillan jaso nuen ikasgai handietako bat izan zen norbere burua

ondo zaintzea. Gure bezeroei eskatutakoa guk ere bete behar dugu, bestela, zer eredu mota gara? Osasuntsu egoteko eta oreka bat izateko, beharrezkoa da atal guztiak lantzea, bai fisikoki, bai mentalki, baita nutrizionalki ere.

Zer da ezinbestekoa fisioterapeuta izateko?

Ikasketak edukitzeaz gain, bezeroari entzutea eta enpatia izatea; askotan behar izaten dute hori. Minduta etortzen dira, eta zure iritzia entzun nahi dute. Garrantzitsua da bezeroarekin komunikazioa izatea. Horrez gain, ezinbestekoa da egiten duzun lana gus-tura egitea, anbizioz, ez fisioterapiari bakarrik, edozein lanbidetan baizik.

Zer ematen dizu zure ofizioak?

Oso gustuko dut, eta pertsonalki gauza asko ematen dizkit. Jokalari edo bezero askok pentsatzen dute lagungarri naizela beraientzat, baina askotan beraiek ere laguntzen naute ni. Hori oso polita da.

Presio handia izaten duzu futbolari profesionalekin ibiltzeagatik?

Beti izaten dut presio puntu bat, batez ere, jokalaria garrantzitsuren bat min hartuta dagoenean. Partia jakin baterako prest egon behar duela esaten badidate, hala izan behar du. Nire kasuan, zorte handia dut, entrenatzailearekin harreman ona

dudalako, eta nire iritzia kontuan izaten duelako. Hori ez da beti gertatzen. Hala ere, uste dut beharrezkoa dela presio hori. Jokalariei ahalik eta errendimendu altuena eskatzen badiegu, guri zergatik ez?

Nola bizitzen da emakumezkoen futbola talde baten barrutik?

Indarra hartzen ari da. Duela hamar

urte utzi nion futboleant jokatzeari. Batzuetan ez gara kontziente hamarkada honetan gertatu den guztiaz. Aurrerapauso handiak eman dira, eta gaur egun, zaleen artean emakumezko futbolariak eredu dira. Lehen ez zen hala, edo gizonetzkoak bakarrik izaten ziren. Hala ere, oraindik asko dago hobetzeko.

Arlo fisikoan desberdintasun handiak izaten dira gizonetxeekin alderatuta. Zuk, fisioterapeuta izanda, nabari duzu?

Bai. Lehen esan bezala, gizonetxeen taldeetan aritu nintzen. Guztiz desberdina da, elkarren artean desberdinak garelako, bai mentalki, baita fisikoki ere, hormonalki.

Entrenamenduak antolatzeke orduan ere ez daukate zerikusirik batzuen eta besteen lan saioek. Desberdintasun hauek guztiak ez dira hoberako edo txarrerako; desberdinak gara, eta kito.



«Jokalari askok pentsatzen dute lagungarri naizela, baina askotan haiek laguntzen naute ni»

Zein izango dira etorkizunerako zure erronkak?

Pasa den udan, urtebeterako kontratua sinatu nuen Eibarrekin, ez nekielako gustuko lanbidea izango zen ala ez. Bizitako esperientzia, eta ikasten eta gozaten ari naizena kontuan izanda, jarraitzea gustatuko litzaidake. Futbol munduan ikusten dut neure burua. Hori bai, une honetan, maila mantentzea eta jokalaria osasuntsu izatea dira nire erronkak.

Lanbide honetan jarraitzea espero duzu?

Futbolak erakutsi didan gauzetako bat momentua bizitzea da. Horretan saiatzen naiz. Egia da

gehiago ikastea gustatuko litzaidakeela, psikologiaren inguruan batez ere, eta lan munduari dagokionez, daramadan ibilbideari jarraipena ematea gustatuko litzaidake.

IRAGARKI LABURRAK

LAN ESKAINTZA. Emakume bat behar da Iruran etxeke lanak eta bazkaria egiteke, goizetan ordu eta erdiz asteartetik ostiralera. Deitu 625 70 50 62 telefono zenbakira.

ATARIAN jarrita Gojerri
eta Urola Kostalke
Hitza egunkarietan toan

hilberriak • urteurrenak • eskertzak

Txikia: 130€ • Atarikideentzat: 65€

Handia: 180€ • Atarikideentzat: 90€

Eskertza: 80€ • Atarikideentzat: 40€

Eskelak • ataria@ataria.eus • Tel: 943 65 56 95

Astelehenetik asteazkenera 18:30ak arte hartzen ditugu. Ostegunetan 11:00ak arte hartzen ditugu.

Aitana Irureta Gastronomia eta Sukaldaritza Arteak graduiko ikaslea

«Basque Culinary Center ikuspegi integralagatik da ezaguna»

Aitana Irureta donostiarrak 21 urte ditu eta Gastronomia eta Sukaldaritza Arteak graduiko 2. mailako ikaslea da. Jatea, gozatzea eta barre egitea dira bere zaletasunak.

Zergatik aukeratu zenuen gastronomiako gradua?

Gastronomiak beti izan du oihartzuna nigan. Gradu hori aukeratu nuen bere ikasketa-eremu zabalgatik eta nire etorkizun profesionalerako eskaintzen dituen aukerariengatik.

Eta zergatik Basque Culinary Center? Hau da, zergatik Mondragon Unibertsitatea?

Basque Culinary Center bere ikuspegi integrala, gastronomiaren 360 graduiko ikuspuntua eta irakaskuntza-metodoagatik da ezaguna. Atzerrian ikasteko gogoia izan arren, mundu osoan ospe gastronomiko esanguratsua duen hiri batekoa izanda, Donostian eta Basque Culinary Center-en ikastea aukeratu nuen.

Nolako izan da orain arteko esperientzia?

Nire esperientzia aparta izan da; egunero gozatu eta ikasten dut, nire prestakuntza etengabe aberasten duen ingurune batean bainago.

Zer metodologia erabiltzen dute? Nolako da?

Learning by doing metodologia erabiltzen dugu, nire ustez egokiena. Modu praktikoa eta bisualean ikasten dugu, eta horri esker, errazago ulertzen eta atxikitzen



ditugu ezagutzak, etengabe buruz ikasteko beharrik gabe.

Zer gustatzen zaizu gehien unibertsitatetik? Eta hobetzeko zerbait?

Askori baloratzen ditut Basque Culinary Center-eko langileen eta ikasleen ezagutzen aniztasuna eta aberastasuna. Teknologia eta metodo berrien integrazioaren etengabeko hobekuntzak ere eta gehiago aberastu lezake gure prestakuntza.

Praktikarik egin duzu? Nolakoak izan dira?

Madrilgo Paraguis jatetxeko sukalde zentralerako nire praktikak izugarri aberasgarriak izan ziren. Hainbat arlotan aktiboki parte hartu nuen, sukaldaritza hasi eta taldearen logistikaraino, eta horrek sektorearen ulermen nabarmen handitu zidan.

Zer ekarpen egin dizu praktikak egiteak?

Praktikek esperientzia erreala, independentzia handiagoa eta eremuaren ezagutza sakona eman didate, eta nire indarguneak eta hobetu beharreko arloak identifikatzen lagundu didate.

Etorkizunari begira, zer plan dituzu?

Hasieran hotelak zuzendu nahi nituen eta hotelen kudeaketan master bat egitea pentsatu nuen. Hala ere, orain F&B (*Food & Beverage*) arloa aztertu nahi dut, nahiz eta hainbat aukera aztertzen ari naizen.



«Denok dantzatzeko gai gara, norberak bere buruari baimena ematen dion bitartean»

IORITZ GALARRAGA CAPDEQUI
DANTZARIA

Baionan bizi bada ere, oso lotuta jarraitzen du Amasarekin; Oinkarirekin hasi zuen bere bidea dantzari bezala, eta hainbat taldetan aritu da; dantzaz gain, egunerokotasunean yoga praktikatzen du, eta biak beharrezko dituela dio

Nora Urbizu Arozena / Imanol Garcia Landa

Bere izenaren ondoan dantzaria dela jarri arren, ez da erraza Ioritz Galarraga Capdequi (Amasa, 1991) definitzea. Hori bai, gauza bat garbi dago: amasarra da. Egun dantzaria da ogibidez, Baionako Bilaka kolektiboan, eta dantza ardatz bezala hartuta egin diogu elkarrizketa.

Urte asko daramatzazu Amasatik kanpo, baina Amasarekiko zilborrestea eten gabe.

Txikitatik zerbait erakutsi baziguten, etxean behintzat aitak, amasarrak garela da, eta sekula ez dugu galdu herriarekiko lotura hori. Bai ohituretan, orokorrean festa inguru horretan, baina bestela ere bai: asko jotzen dugu gurasoengana eta familiarengana.

Parte hartzailea zara Amasan.

Festetan, dudarik gabe. Beste ekintzetan posible denean bai, baina nire lanbidearekin askotan ezin



izaten dut. Bestela ahal dudan guztietan gerturatzeko, eta oso bertakoak gara. Itxiak ez nuke esango, askotan Villabonara joan beharra dugulako gauzak egiteko, baina denok oso harro gaude gure herriaz eta hemengo giroaz.

Zer duzue amasarrek Amasarekin? Herri nortasun sakona duzue.

Hau paradisua bezalakoa da. Nahi edo ez, pike txiki horrek egiten gaitu Amasakoago. Txikitatik entzuten duzu Amasa Villabona dela eta horrelakoak, baina nik sekula ez diot horri kasu handirik egin, oso

ondo nekielako ni nongoa nintzen. Estimatu handia diogu, eta oso bertakoak gara. Itxiak ez nuke esango, askotan Villabonara joan beharra dugulako gauzak egiteko, baina denok oso harro gaude gure herriaz eta hemengo giroaz.

Amasako festetan, Oilasko jokoa izaten da ekitaldietako bat, eta bertan parte hartzen duzu.

Oso gutxitan huts egin dut, azterketak edo dantzarekin kanpoan izan naizelako. Urtebete lehenago lanean jai eskatzen dudana motiboetako bat izaten da; festa pasa ahala hurrengo urterako eskatzen dut. Beti esaten dut niretzako urtea hasi eta bukatu festekin egiten dela. Oso berezia da niretzat; oso gurea da, eta bertakoak ateratzen gara. Belaunaldi ezberdinak nahasten gara, baserriz baserri joate horrek ere egiten du harremana mantentzea baserrietakoekin. Kanpotik begiratuta ez da zerbait harrigarria izango, baina guk disfrutatu egiten dugu... Dantzari lotua dago, baserri bakoitzean dantza egiten baitugu. Asko gustatzen zait herrian ematen den belaunaldi eta jende nahasketa hori, giro sano eta alaia. Konturatu naiz trikitiak, tarteka entzuterakoan, zirrara sortzen didala egun horregatik.

Gaur egun ez da oilaskorik plazan hiltzen.

Ez, egun ez da plazan egiten zen erritual hori dena. Debekatu egin zen, eta parte batean normala da, animalien eskubideen inguruan ematen ari den garapena dela eta. Herri mailan ez nuen ikusten ezer bortitza bezala, uste dut ohituta nengoelako hori ikustera, eta ondo egiten zenean iruditzen zitzaidalako ez zuela hainbeste sufritzen, edo ez nuen nahi ikusi sufrimendua, hori ere posible da. Gaur egun ez da egiten, eta beste ohiturekin segitzen dugu.

Ikasketaz ingeniaria zara, ogibidez dantzaria, yogana aditua, eta dultzaineroa denbora librean. Nor da Ioritz Galarraga?

Hori dena eta ezer ez. Zaila da esatea... Askotan jendeak bere burua lanbidearekin definitzen du. Nik ez nuen horrela definituko neure burua. Egia da nire biziaren parte handia dela. Ingeniaritza ikasketak egin nituenean, irakasle ikasketak egin nituen eta irakasle



ere izan nintzen bi urtez, beti dantza paraleloan eram nuen. Garai batean esan nuen 25 urterekin dantza utziko nuela, eta orduan egin nintzen profesional. Aukera sortu zenean dantza ogibide bihurtzeko, du-da handirik ez nuen egin, eta hor ulertu nuen zer zen lanera nagikeriarik gabe joatea. Eta goizero nola eskertzen nuen, beroketa edo klase hori jasotzerakoan: berez nire denbora librean egiten nuen, gustura egiten nuelako, eta goiz guztiak horrela hastea plazer bat zen. Jendeak galdetzen zidan ea orduan lanik ez ote nuen egiten, eta esaten nien zortzi orduz soilik aritzen nintzela... Jende askori kostatu zaio hori ulertzea. Egia da etxekoen laguntza izan nuela dantza ogibide izateko pausoa emateko; orduan independizatuta nengoen, baina etxera bueltatu behar izan nuen, hasierako urteak beka batekin egin nituelako. Gero pixkana lortu dut diru sarrera duin bat izatea.

Dantzan 11 urterekin hasi zinen, Oinkarin.

Aurrez etxean egingo nuen dantza dezente, Nahikari arrebarekin. Hura ibiltzen zen dantzan, eta etortzen zen bakoitzean bigarren entsegu bat eginarazten nion nirekin. Gero hasi nintzen Oinkarin, eta egin nuen ikastaro bat Solano musika eskolan.

Zure familiaren genealogian oso barneratuta duzu dantza.

Etxean, aita Oinkarin ibili zen. Eta amaren aldetik, amona, lesakarra. Ahizpa gehienak dantzariak izan ziren, eta berak bizkia zuen, eta harekin ibiltzen zen sueltoan. Hark beti esaten zigun: «Oso ondo egiten duzue, baina nik hanka pixka bat gehiago altxatzen nuen» [barrez]. Badakigu garai hartan ez zela hankarik altxatzen, baina... Eta nire arrebak ere hor segitzen du, eta beti esan du berari esker ikasi dudala. Dantzatzeari utzi zion, baina irakasle bezala jarraitzen du.

Oinkari eta gero, zer taldetan aritu zara?

Tartean Alurr dantza taldean izan nintzen, Edu Muruamendiaraz egon zelako. Oinkarin sartu-atera batzuk egin nituen, lagunak utzi egiten zutelako. Edu Muruamendiarazekin kontaktua izatean, Nahikari arreba zuzenean Aukeran dantza taldearekin hasi

zen, baina ni gazteegia nintzen. Eduk animatuta balleta ikastera joan nintzen Donostiara. Dantzaz taldean ere izan nintzen, Korrontzirekin emanaldietan Oinkariren bitartez, MugMus Laborategian ere aritu naiz, eta egun Bilaka kolektiboan, Baionan.

Zenbateraino dira garrantzitsuak Oinkari bezalako herriko dantza taldeak?

Oinkaritik jende asko profesional bihurtu da. Lortu du maila bat, exigentzia aldetik ere bai, eta uste dut jendea ere erakarri duela horrek. Azken batean, ikusteak maila indartsu bat ateratzen dela herriko dantza talde batetik, maila zeukan jendea kanpotik erakarri du. Gaur egun, profesional bat baino gehiago gaude Oinkarin ibilitakoak.

Zer zailtasun daude dantzari profesional izateko?

Ehuneko ehunean dantzari profesional izatea oso zaila da. Hasteko, ez daudelako konpainia permanentek hemen. Lapurdin, Malandain taldean, soldata dute, eta enpresa normal bat bezala da. Bestela, gehienok, *freelance* izateko *kondena* dugu, eta horrek suposatzen du leku ezberdinetan lan egitea, konpainia ezberdinekin, agenda gestio ero batekin. Askok behartuak sentitzen dira klaseak ematera, edo aldi berean beste lan bat izatera. Nik zortea izan dut; egia da Dantzaren jardunaldi osoan geundela, beraz bi urtez egin nuen ikastaro intentsibo bat. Ni gainera tradizioaletik nator, eta Dantzaren sartu nintzen garaikide edo neoklasiko horretara; balletan aritua nintzen, baina hor ikusi nuen esponja bat izan behar nuela dena jasotzeko: ez juzgatu, ez kanpora begira ezta barrura begira ere, eta ahal den guztia ikasi. Hor ikusi nuen saiatu nahi nuela dantzatik bizitzen. Dantza irakasle ere izan nintzen; uste dut, eskaini zidatela dantza irakasle ez nintzela izango esan eta hurrengo egunean... Utzi beharko diot ez dudala zerbait egingo esateari [barreak].

Zenbateraino babesten da hemen kultura? Eta dantza?



Zaila da kontu hori. Dantza munduaren barruan asko egongo lirateke ez profesionalizatzearen alde: kulturaren parte dela, folkloreaken parte, eta barrutik atera beharko litzatekeen gauza bat izan beharko lukeela eta ez diru truke egiten den zerbait. Askok ere kalte bezala ikusiko luketen moduan garaikidea. Artista bezala hemen ez daude; diru laguntzak daude, baina puntualak dira eta proiektuka eskatu behar dira. Baina hor sorkuntza lanari agian ez diozu behar duen hainbesteko pisu ematen, ekonomikoki ez duelako ematen nahi beste denbora eskaintzeko aukera. Konplikatu da. Iparraldean badaude diru laguntza batzuk gobernutik iristen direnak; bertan bizi behar da, gutxieneko emanaldi kopuru bat egin behar da, eta bertako konpainia batekin egin behar da faktura. Badago zerbait, baina borroka egiten dute laguntza horiek mantentzeko.

Zu orain Bilaka kolektiboan zaude.

Bai, dantzariz eta musikariz osatuta dagoen kolektiboa da. Dantza emanaldiak egiten dira eta beti musika zuzenean izaten du. Lau dantzariak permanentek gara, eta proiektuaren arabera beste bat-edo gehitzen zaigu. Musika zuzenean izatea guretzat ikaragarria da. Dantzari lotuta, tradizio eta folklore horretan, beti dago musika, eta biak uztartzeak gerturatzeko gaitu oinarri horretara, gu egokitze musikari



«Dantza ogibide bihurtu
nuenean, hor ulertu nuen
zer zen lanera joatea
nagikeriarik gabe»

«Gustatzen zait jendea
zer egin ez dakiela geratzea.
Batzuetan deseroso izatea
ere lorpen bat da»

eta musikariek guretzako jotzeko. Ez da berdina disko bat jarri eta dantzatzea, edo musikariak dantzaria entzuten jakitea, ikusmenaren bitartez bada ere.

Zergatik kolektibo abizena?

Kolektibo bat bezala planteatu da, denon artean ateratzen delako aurrera. Lan karga banatuago dago. Hasieran denok sartu ginen zuzendaritzan, eta gero joan da bakoitza bere bidea hartzen, eta lanen banaketa ematen da, bakoitzak balio duelako gehiago gauza batzuetarako beste batzuetarako baino. Dantzari izateaz gain, beste rol batzuk hartu behar ditugu, eta batzuk, adibidez, udaletxeetara joaten dira bilerak egitera. Gero, sortzerakoan dantzari denok gara sortzaileak. Autogestioa ematen da taldean; bulegoko langileak ditugu, eta horiek ere kolektiboaren parte dira, eta beti gaude komunikazio jarraituan denaz jabetzeko.

Entseguetan emozioen transmisioak izaten du lekurik?

Egonaldiak egiten ditugunean saio berri bat sortzerakoan, hor emozioak sartzen dira, dudarik gabe. Askotan eszena bat sortzerako garaian emoziotik jotzen dugu: badakigu zer emozio lortu nahi dugun, ez dakigu zer mugimenduren bitartez lortuko dugun, eta hor esperimentatzen dugu eta ateratzen dira mugimendu ezberdinak. Negar asko egindako jende asko ere badago sorkuntza garaian. Ni dezenteko barrerarekin joaten naiz hasieran, ezkutua jartzen dut,

baina pixkana irekitzen gara eta asko biluzten gara; asko ematen dugu, jaso ere bai. Prozesua polita izaten da. Hor ez dago onik ez txarrik, baizik transmititu nahi dugun horretarako balio duen ala ez.

Txaloetan neurtu ohi da ikus-entzuleen plazera, eta malkoetan?

Gernika izena duen eta bertako bonbardaketari buruzkoa den sorkuntza bat dugu, eta hor jendea negarez ikusten dugu. Gainera garai honetan ikusten ari garenekin, albistegietan bonbardaketei buruz entzuten ari garenekin, gu dantzatzen aritu garenean jendeak ere hori presente du. Azkenean txikizioa dago, garai batekoan zein gaur egungoan. Txaloei dagokionez, emanaldiaren amaierak ere erabakitzen du izango diren ala ez. Niri ere gustatzen zait jendea zer egin ez dakiela geratzea, bukatu den ala ez galdetzea bere buruari. Batzuetan deseroso izatea ere lorpen bat da.

Dantzan beti gorputzak erdigunean, baina, gorputz normatiboak...

Bai, ni asko haserretzen nauen gauza bat da. Ezagutzen dut jende gehiago norma horretan ez dena sartzen. Gorputz normatiboak izan daitezke egitura aldetik, izan daitezke ere genero aldetik. Egun, gero eta gehiago ikusten da denetatik, denok dantzatzeko gai garelako, norberak bere buruari baimena ematen dion bitartean. Hor heziketa falta zaio publikoari onartzeko; normalean bere burua ez duenez onar-



tzen ez du bestea onartzen, ikusten duena ispilua baita. Ikusten dut gero eta gehiago dela norma horretatik ateratzen den jendea.

Apurtzailea zara tradizioari dagokionez?

Ezinbestean, erantzun behar nuen. Konturatzen naiz bizitzako alor askotan gertatzen zaidala kontrajarra hori. Apurtzailea agian ez iniziatibaz, baizik hala-beharrez; baina gustura eta horrekin guztiz bat eginenez. Tradizioa puskatzen duzunean kanpotik egongo dira iritzi batzuk, eta horrek ekartzen duen guztia. Ni nirekiko lasai geratzen naiz, tradizionala pila bat maitatzen dut, egingo dut, eta zor diogu mantentze hori eta aberasgarria dela jakitea nola zen oinarrian.

Yoga ikasketak eginak dituzu, irakasle moduan aritzeko ere. Zer antzekotasun du dantzak eta yogak?

Biak gorputzari lotuta daudela, baina oso ezberdin ikusten ditut; yoga praktika eta dantza. Hor ere kontuan izan behar da dantza egiten duzun disfrutatze edo lanerako. Niri yogak eman dit konexio bat sentitzen dudanarekin, buruarekiko edo alde arrazionalarekiko gauza pila bat askatzeko, eta barrura begiratze-

ko. Dantzan, beste batentzako sortzen baduzu, beti eman eta eman ari zara, eta gure barruarekiko koherente izatea oso zaila da beste batentzako lanean ari zarenean. Guk geure buruari eman behar diogu momentu batean, errespetu horretatik hasiz, gorputza zaintzeko ikuspuntu horretatik.

Nola bizi duzu yoga, eta nola dantza?

Yogak egonkortasun bat ematen dit egunerokoan, eta barruarekin konektatzeko momentu bat, egun osorako ondo uzten nauena. Yogari esker momentu asko hartu ditut niretzako, eta gauza asko argitu zaizkit kanpora begira nola jokatu, nola erantzun eta jendea nola tratatu erabakitzeak. Yoga egiterakoan jendeak esaten zuen perfektu egiten nuela, eta ez. Nik limite pila bat ditut barruan, kostatzen zaizkidanak, egotik hasita. Ni egoskortu naiteke hanka indar batean buru atzean jartzen, ez dakit zer postura egiteko, eta lortuko dut, baina hori ez da bidea, eta ezta helburua ere. Dantzak ematen dit askatasun bat, disfrutatze bat, zerbait desberdina, baina aurretik yogarekin kendu ditudalako aurreiritzi batzuk, landu ditudalako. Biak behar ditut.

«[Oilasko jokoa]
Oso berezia da
niretzat; oso gurea
da, bertakoak
ateratzen gara»



«Minimalismo hori bilatzen nuen, bai materiala eta baita kontzeptu bezala»

Ioritz Galarraga Capdequi Baionan bizi da batez ere; izan ere, furgoneta bat aukeratu du bizitoki. Euskararen bitartez Hegoaldearen eta Iparraldearen arteko muga ezabatzen du.

Furgoneta batean bizi zara.

Bai, esan dezaket azken lau urteotan hori dela nire bizilekua, nire-nirea dena. Egia da ibiltzen naizela ere senideen etxeetan, eta horien laguntzarik gabe ez litzatekeela posible izango. Nire traste asko banatuta ditut beste lekutan, baina hau da egunerokoan erabiltzen dudana bizilekua.

Baionan egiten duzu lan, eta bertan bizi zara egunerokoan.

Lanegun normala dugunean, entseguak-eta ditugunean, astean zehar Baionan egoten naiz. Asteburutan gurpilak martxan jartzen ditut, eta batera edo bestera, baina mugitu egiten naiz. Baionan leku ezberdinetan ibiltzen naiz, baina furgoneta da nire txokoa.

Zer alde on bilatzen dizkiozu?

Askatasuna izango litzateke gehien bururatzen zaidan hitza, kontuan izanik askatasun horrek falta bat ekartzen duela atzetik. Batetik nirea izatearen sentitze hori ematen dit, ez dudalako sartu nahi, oraingoz behintzat, hipoteka batean. Bestetik, ez dut partekatzen etxebizitza ohiko baten kontzeptua; hori aspalditik landu dudana zerbait da. Alde guztietara nire etxea eramaten dut, etxea gainean dut: ez dut maletarik ez ezer prestatu behar, ez daukat pentsatu beharrik; joan eta beti lotan bertan gertzeko aukera daukat edo nahi dudana egiteko, beti etxean nagoelako, izan aparkaleku itsusi batean edo mendi puntan disfrutatzen.

Gomendatuko zenuke bizimodu hau?

Gomendatuko nuke, baina kontziente izan behar da nora goazen, eta zeri uko egiten diogun hau onartzen dugun unean. Etxebizitza batek bete behar dituenak ez ditu betetzen, eta ni oso kontziente naiz nik hartu dudala erabaki hau, jakinda etxebizitza ohiko batean bizitzeko aukera dudala. Ez da behar ekonomiko batek ekarri nauela egoera honetara; iruditzen zait etxebizitza duin baterako eskubidea denok dugula, baina nik horren aurrean erabaki dut hautu hau egitea.

Ezberdina da, noski, bizimodu hau zuk zeuk aukeratzea.

Nik hau aukeratu egin dut. Nik nahi nuen autosufizientzia bat, neurri batean, beti bainago ibilgailu bati lotuta eta gasolioari, baina nik ez dut urik ordaintzen, elektrizitatea berak sortzen du, eta mugitzeko behar dut, baina bestela mantendu egiten da. Eta nik minimalismo hori bilatzen nuen, bai materiala eta baita kontzeptu bezala. Bestalde, furgoneta bizileku bezala etxekoen laguntzarekin prestatu dut, eta horri ere garrantzia ematen diot.

Baionan bizi zara, muga inposatu horren alde bate-tik bestera pasatzen zara. Nola bizi duzu hori?

Muga inposatua esan duzu, eta hori ehuneko ehunetan partekatzen dut. Niretzat ez dut muga pasatzen; han da lana egiten dudana lekua, eta gauza asko ditut han, baina joan-etorri horretan konturatzen naiz nire inguruak nola ikusten duen muga hori, bai batean zein bestean. Han esaten dizkirate Hegoaldeari buruzkoak, eta hemen Iparraldeari buruzkoak. Asperasper eginda nago horrekin, nik ez dudalako ikusten muga bat, dena ikusten dut osotasun bat bezala, gai naizelako euskaraz bizitzeko bai han eta bai hemen. Jendeak galdetzen dit ea frantsesa ez dudana ikasi hainbeste denboran, eta nik esaten dut hasieratik militante euskalduna naizela Baionan, eta lortuko dudala euskaraz bizitzea.

«Nik ez dut ikusten muga bat, dena ikusten dut osotasun bat bezala»



Beno, ez da aitzakia bat, ikasi beharko nuke, beti ondo dagoelako hizkuntza berri bat ikastea. Baina egia da euskarak osotasun hori ematen didala: han euskaraz bizi naiz egunerokoan, etxekoekin euskaraz egiten dut, lagunekin ere bai, eta ez dut beharrik hortik ateratzeko. Gero, hango errealitatea desberdina da oso, baina horrek egiten dit denak bat izatea, Euskal Herri bat.

Zuk ez duzu muga bezala sentitzen, baina badaude beste batzuek hesia bezala sentitzen dutenak.

Tokatu izan zait autobusean gurutzatu eta batez ere azalez kolore ezberdinekoak diren guztiei sekulako kontrola pasatzea eta guri ez. Milioi bat aldiz pentsatu dut, ohe azpia hustuz gero, pasatzen naitzen aldiro nolabait bat edo bi pasako nituzkeela. Ni geratzen naute, baina ez zentzu horretan, eta hori nabaritzen da Hendaia inguruan ibiliz gero, oso gogorra baita. Hautsi behar litzatekeen gauza bat da. Korrikarekin hainbat migratzailek pasa zuten muga, eta gustatu zitzaidan keinu polit hori, ilusioa egin zidan.



**ANE
AMUNDARAIN**
BIOMEDIKUNTZAN
DOKTOREGAIA

Y kromosoma galduaren bila

Medikuntza pertsonalizatua, zahartzearen aurkako terapiak, norberaren DNA-ren sekuentziazioa enpresa pribatuen eskutik, adimen artifizialaren garapena... Dena asmatuta dagoela dirudien 2024. urte honetan, esango nuke oraindik dirudiena baino gutxiago dakigula giza biologiari buruz. Edo, ba al zenekiten 2023. urtera arte gizonezkoen Y kromosoma misterio bat izan dela? Giza-genomaren kromosoma txikiena ezinbestekoa da gizonezkoen garapen eta ugalkortasunerako, baina zein gene dauden bertan, zein den beraien ekarpena gizonen osasuna eta gaixotasunen garapenari... Neurri handi batean, galdera hauen erantzuna ezezaguna zen duela urtebetera arte. Hain aurreratuak geundela uste genuenean!

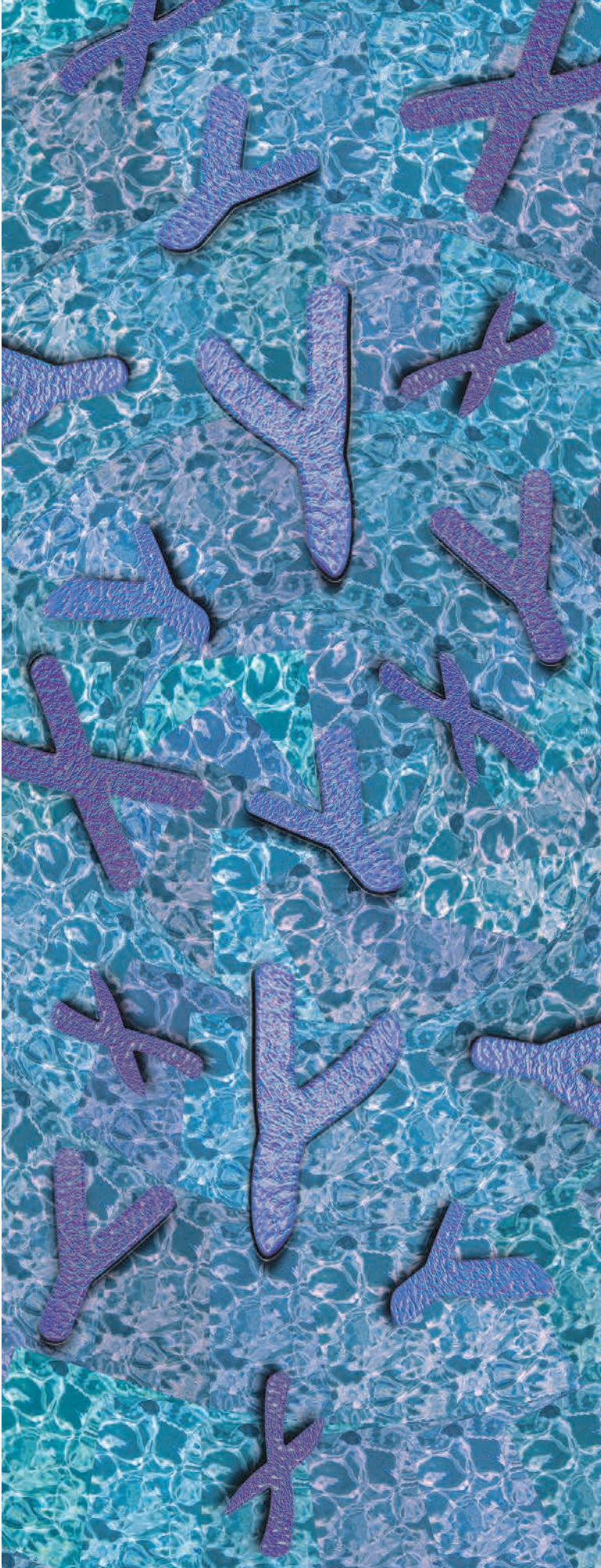
Giza genoma proiektuari esker, 2003. urtean gizakion genoma, edo DNA-n gordeta daukagun informazio genetikoaren lehen aldiz sekuentziazioa lortu zen. Baina, oraindik 23 kromosoma pareen sekuentzietan hutsune nabarmenak zeuden, zeinak ez diren guztiz bete 2023. urtera

arte. Eta hauen artean, Y kromosomaren erdia baino gehiago falta zen ezagutzeko... DNA sekuentziaren hutsune hauek eskualde «zail» modura ezagunak dira, DNA sekuentzia errepikakorrekin osaturik daudelako. Hau da, eskualde hauetan DNA sekuentzia berdina behin eta berriz errepikatzen denez, sekuentziazio-teknika berrien garapena beharrezkoa izan da eskualde hauen hasiera eta bukaera non dagoen jakin eta sekuentziak ordenan jarri ahal izateko.

Izatez, Y kromosoma gainerako beste 22 kromosoma pare homologo eta X kromosoma sexualarekiko oso ezberdina da. Gainerako kromosomen aldean, oso gene gutxi eta konplexutasun handiko sekuentzia errepikakor asko dauzka, 2003. urteko teknolo-

giarekin irakurtezinak zirenak. Baina 2023. urtean Y kromosomaren nondik norakoak zehaztasun handiz deskribatu dira, bertan dauden geneak eta eskualde erregulatzaileak ezagutuz. Honela, gizonezkoen osasunean, bizi-itxaropenean eta gaixotasunean eragina duten geneak eta faktoreak ezagut genitzake.

Ba al zenekiten 2023. urtera arte gizonezkoen Y kromosoma misterio bat izan dela?



Esaterako, adinean aurrera doazen neurrian, gizonezko batzuek beraien zelula batzuetako Y kromosoma gal dezakete. Fenomeno hau bereziki azkar berritzen diren zeluletan (esaterako, odoleko zeluletan) ematen da eta gizonezkoen osasunean eragin nabarmenak ditu, bihotzeko gaixotasunak eta zenbait minbizi mota pairatzeko arrisku handiagoa izatearekin erlazionatuta baitago. Zentzu honetan, Y kromosomaren sekretuak ezagutzeak kromosoma hau galtzean zeluletan ematen diren aldaketak hobeto ulertzen lagunduko du, eta beharbada, etorkizunean arrisku-faktore hau kontrolatzeko bideak garatzen ere bai. Era berean, gizonezko ezberdinen Y kromosomak sekuentziaztean ezberdintasun nabarmenak aurkitu dira, gizonezkoen ugalkortasun-arazoekin erlazionatuta egon daitezkeenak.

Batzuetan iruditzen zait osasunaren inguruko diskurtso kapitalistak jada dena asmatuta dagoela eta dirua izanez gero, ia «betiko» bizi gaitezkeela saltzen digula. Baina errealitatea da oraindik gutxi dakigula giza zelulen (eta orokorrean edozein bizidunen) funtzionamenduaren inguruan. Irakurle, ez dakit hau jakiteak asko lasaitzen zaituen, baina nire ikerlari ikuspuntutik hasi besterik ez gara egin...

Korrika pasatu da



**AMAIA
KARRERA
GARCIA**
TOLOSAKO
INMAKULADA
LANBIDE
IKASTOLAKO
IRAKASLEA

Korrika pasatu da; ziztu batean pasatu eta konturatzerako Baionara iritsi da. Hamaika egun eta gau korritzeak esfortzu handia eskatzen du askoren aldetik, baina konturatzen garenerako Korrika pasatu da. Milaka eta milaka pertsonen —eta beste animalia batzuk— emozioak eta konpromisoak bultzatuta, Baionarainoko bidea ireki dute Korrikaren alde, euskararen alde. Nork esango zien lehen edizioa diseinatu zutenei Korrikak horren modan dauden formatu iragankor supermoderno

izango zuela, egungo bizitza likidoaren isla, non dena itsaspen handiegirik gabe jariatzen den.

Korrika ekintza kolektiboa da, parte hartzen duten pertsona adina emozio eta sentimendu eragiten dituen. Kolektiboa, denok lasterketa jarraitu bakar baten parte garelako, eta pertsonala, bakoitzak Korrikaren inguruan bere kosmosa eraiki duelako: Korrika ulertu zuen urtea, parte hartu zuen lehen lasterketa, parranda ostean korritu zuena, debekuz betetako urteak... milaka bizipen eta istorio Korrikaren inguruan. Korrika gure adierazpen kultural eta politikoaren zati bihurtu dela jakina da. Korrika ekimen arrakatsua da, batzen gaituena eta euskaldunon autoestimu baxurako aldarrikapen alai, atsegina eta aringarri bihurtzen dena. Indartu egiten gaitu. Bide malkartsuan aurrera egiteko energiaz betetzen gaituen iturria delako. Bi urte ditugu

«Pasatu da Korrika eta esperientzia dastatzen jarraitu nahi dut oroimenaren biltegian gorde aurretik, aurten ikasleak izan baitira lekukoa eman dutenak»

arrakasta amortizatzeke, errudun sentitu gabe edo gure hizkuntza defendatzeagatik zor sentitu gabe.

Pasatu da Korrika eta esperientzia dastatzen jarraitu nahi dut oroimenaren biltegian gorde aurretik, aurten ikasleak izan baitira lekukoa eraman dutenak. Ez da ohore hau dagokien lehen urtea, halere, balio berezia eman nahi diot aurtengo ordezkariari. Gure ikastolan askotariko formazioak eskaintzen ditugu, horien artean, langabetuei zuzentzen zaizkienak. Ikastaroak eta ikasleria askotarikoa izanik, emakumeen presentzia nabarmena da. Ikasle horien artean badaude ogibide duin bat lortzeko esperantzarekin euren lurraldeak utzi eta guregana etortzen direnak. Nagusiki zaintza sektorean arituko dira, beraz, gure adinduen sostengua eta asistentziaz arduratuko diren langileak izango dira. Beharbada jakingo duzue, baina badaezpada ere azpimarra jarri nahi dut egiten duten esfortzuan, ez baita erraza, euren bizimodua atzean utzita, abiatzen duten migrazio-proiektuari ekitea. Askorentzako formazioa jasotzea luxu bat da; izan ere, ikasten ari diren bitartean ezin dute lanik egin, edota, euren lana ordezkatzeko beste kide bati euren soldatatik ordaindu behar diote. Ikastaro hauek, euskarara hurbiltzeko aukera izaten dute ere. Udala eta euskaltegiaren laguntzarekin, zaintza lanean arituko diren ikasleei euskarazko oinarritzako nozioak modu boluntarioan jasotzeko aukera eskaintze zaie. Harrituko zinatekete ekimenak duen arrakastarekin. Ikasleak jabetzen dira euskarak lanerako duen garrantziaz, baina ez da hori arrazoi bakarra, gure kultura eta ohituretara eta euskal izaerara eta izakietara hurbiltzeko ahalegina ere bada. Aurten ikasle horiek Korrikaren lehenengo oroitzapena gordetzeko aukera izan dute. Korrikako lekukoa eraman duen ikasleatariko batek esaten zigun bezala: «Uzten badiguzue gu egon nahi dugu, egoten lagundu behar diguzue ordea».

Hartutako hainbat erabaki judizial euskara gaitzetsi dute, gizabanako batzuek salatutako ustezko diskriminazio-egoerengatik. Lawfareren estrategia ezaguna milaka pertsonen aurka abian jarri da, herri oso baten eskubideak kolokan jarritz, baita gure herrialdeko kide berrienak ere. Horrela, korrika egiten jarraitu beharko dugu, euskara elementu integratzaile eta adiskidetzailerik gisa duen ziurtasun eta zilegitasun guztiarekin arekin.

Ahaztu baino lehen, Maiatzaren 1a izan da, eta hau ere pasatu da.



BEÑAT IGUARAN
HARITUZ-EKO KIDEA

Bagoaz

Doinua Iparragirre abila zela

Hauteskundeak pasa berritan
Lehengoa lehengoan bedi
Maiatzak 1an bezperan berriz
Lan istripuz hil beste bi
Aralarren zizatan
Ganadua atakan
Sanchezek berean segi
Dena aldatzen doala baina
Gauza asko ez gehiegi

HERRI URRATS AUTOBUSA

MAIATZAK 12 | SENPERE

IRTEERA ORDUAK:

IKAZTEGIETA: 9:00, Kiroldegiko geltokia.
ALEGIA: 9:05, Ferreteriko geltokia.
TOLOSA: 9:10, Santa Klarako geltokia.
ANOETA: 9:15, Apaetxe baserrian.
IRURA: 9:20, Ikastolan.
VILLABONA: 9:25, Elizako geltokia.

ITZULERA:

19:00, Senpere.

IZEN EMATEA:

IKAZTEGIETA: Ostatua.
ALEGIA: Kultur etxea.
ANOETA: Ikastola.
IRURA: Ikastola.
TOLOSA: Galtzaundi.
VILLABONA: Zubimusu ikastola (zentroa).
ZIZURKIL: Ernio bidea 9ko udal bulegoa.

Prezioa: 14 euro (Galtzaundikideek eta atarikideek 12 euro).



saridunak

Atarikideentzat **sarrera bikoitza** dugu



Guuk Gipuzkoa Basket
VS
HLA Alicante
partida ikusteko

• Agustin Amiano (Altzo)

Maiatzak 3, ostirala - 20:30ean
Donostiako Angulas Aguinaga Arenan

Atarikideentzat **sarrera bikoitza** dugu

GIPUZKOA BERTSOTAN
bertso saioa

• Martxeli Sagastume
(Alegia)

Maiatzak 10, ostirala - 19:00etan
Anoetako Mikelasagasti auditorioan



Saria eskuratzeko Ataria jarriko da zurekin harremanetan



**GIPUZKOA
BERTSOTAN**
24

100 FASEA

ANOETA

Maiatzak 10, ostirala, 19:00
Mikelasagasti Kulturgunea



Bepi
Jauregi Etxeberria



German
Urteaga Garmendia



Jon
Luzuriaga Iurramendi



Julene
Iturbe Epelde



Kepa
Isasi Salaberria



Markel
Eizagirre Beloki



Gai-emailea:
Igatz Alkorta Irastorza

Antolatzailea:



Laguntzailea:

ataria

www.bertsozale.eus
www.bertsosarrerak.eus

AGENDA

OSTIRALA

MAIATZAK 3

ALTZO

ANTZERKIA

19:00. Beatriz Egizabal eta Anduriña Zurutuza *Jo!* ikuskizunaren estreinaldia. Batzarremuñon.

AMASA-VILLABONA

KONTZERTUA

22:30. Zero eta Las Sexpeares taldeen kontzertua. Aljibean.

IBARRA

ALURR EGUNA

Alurr eguna ospatzeko gazteen gaueko emanaldia izango da plazako aterpean. Eguraldi txarrarekin frontoian egingo litzateke. Dantza taldeari omenaldia eskaintzeko baliatuko dute eguna, urtero legez.

IKAZTEGIETA

IKASTAROA

18:00. *Ziklikoki Bizi* ikastaroa. Udaletxeko erabilera anitzeko gelan.

OREXA

FESTAK

12:00. Oilarraren jaitsiera eta Oresa Sarien ekitaldia
14:00. Herri bazkaria eta tarta lehiaketa elkartean.
Ondoren, herriko *trivial* jokoa egingo dute.
20:00. Triki poteoa eta sardina jatea Imanol Intxausti eta Iñaki Larrañagak alaituta.
00:00. DJ Bull.

TOLOSA

GAZTE TOPAGUNEA

Buruari eragin txapelketa, Gazte Topagunean.



IPUIN TXOKOA

18:00. Gurasoak ere ipuin kontalari Tolosako haur liburutegian. Miriam Mendoza ipuin kontalariak eskainitako saioa.

BERTAKO HARAGIEN AZOKA

18:00-20:00. Haragi ezberdinen despiezatze eta kozinatze ikastaro praktikoa, Zerkausian. Despiezea: Alejandro Goya Harategiko Miguel Cruz-en esku.

Showcooking-a: AMA (arkumea), Casa Julianeko Xabi Gorrotxategi (behia), Iriarte jatetxeko Felix Belaunzaran (txerrikumea), Joxe Mari Barriola (oilaskoa).

18:00-00:00. *Foodtruck*-ak bertako eskaintza gastronomikoarekin, eta musika zuzenean, Zumarditxikian.

20:00. Esanezin.

21:45. Andoni Ollokiegi.

HITZALDIA

19:00. *Geometria sakratua* Josu Jauregirekin. Amaroizko auzo etxean.

BAKARRIZKETA

20:30. J.J. Vaqueroren bakarrizketa. Leidorren.

KONTZERTUA

22:00. Dye Crap, Frantziako taldearen kontzertua. 10 euro. Bonberenean.

LARUNBATA

MAIATZAK 4

ALEGIA

SUTARRI EGUNA

11:30. Herri kalejira herrian zehar hainbat dantza eskainiz Lasko txarangarekin.
14:00. Herri bazkaria, plazan.
16:30-19:00. Erromeria Elizagoien ahizpekin.

ANOETA

SASKIBALOI TXAPELKETA

Anoetako Gazte Asanbladaren 25 urte. Saskibaloit Txapelketa 3x3.

ASTEASU. ELIZMENDI

SAN KRUTZ JAIK

16:30. Txupinazoa eta Ximonen jaitsiera.
Ondoren. Haur jolasak, eta bukaeran, merienda banatuko dute.
16:30. Herri Mus Txapelketa, eskola zaharrean.

18:00. *Magia Parrastan* ikuskizuna, Imanol Ituiñorekin.

19:30. Obaneuke trikitilariak eta buruhandiak.

20:30. Parrillada eta barrikotea eskolako aterpean.

22:30. Zezen suzkoa.

Ondoren. Erromeria Obaneuke trikitilariak.

IBARRA

DANTZARI TXIKI EGUNA

Alurr dantza taldearen Dantzari Txiki eguna. Egun osoko egitaraua. Beste herrietako dantzariak parte hartuko dute. Leitzeta eta Donostiako haur eta musikariak parte hartuko dute. Goizean, herrian zehar ibiliko dira kalejiran eta dantzan. Eguerdian, plazan bazkalduko dute eta arratsaldean, Ttipika taldeak girotuko du plaza.

IRURA

KANTU BAZKARIA

11:00. Herri kirolak gazte asanbladakoen artean.

14:30. Bazkaria herriko plazan.

Ondoren. Kantaldia DJ Pitxitxiren eskutik.

OREXA

FESTAK

16:30. Haurrentzako puzgarriak eta txokolate jatea.

21:00. Herri afaria ganbaran.

00:00. Gabezin taldearen kontzertua.

Ondoren. DJ Nikolas Ormaetxea eta goizaldera, gosaria.

TOLOSA

BERTAKO HARAGIEN AZOKA

09:00-14:00. Bertako Haragien Azoka, Trianguloan. Informazio postuak, salmenta, erreketak eta dastaketa. Udaberri dantza taldea ariko da azoka girotzen.

12:00-00:00. *Foodtruck*-ak bertako eskaintza



gastronomikoarekin, eta musika zuzenean, Zumarditxikian.

13:00. Ane Martija.

14:00. DJ Katanga.

19:00. Bele.

14:00. DJ Katanga.

22:00. STR.

23:00. DJ Katanga.

TXAPELKETA

09:00. II. GR Tolosa CMO. Gipuzkoako Gimnasia Erritmiko Txapelketa. Uzturpe pilotalekuan.

KONTZERTUA

22:00. Viva Belgrado (Kordoba) eta Lang (Japonia) taldeen kontzertua. 10 euro. Bonberenean.

ZIZURKIL

MAIATZA SALTSAN

20:00. *Soneto bat irakurtzeko 20 modu*. Maite Larburu, Harkaitz Cano eta Beñat Barandiaran. Sarrera: 3 euro. Atxulondo kultur etxean.

IGANDEA MAIATZAK 5

ADUNA

GOROSTIDI HARRIAREN

XVI TXAPELKETA

18:00. Jokin Eizmendi, Mikel Urrea, Sergio Mielgo, Aimar Galarraga, Gari Garmendia, Alex Merlo eta Gorka Etxeberria. 185 kiloko zilindro zaharra esku bakarrez jasotzen duena 500 euroko sari berezia jasoko du. 208 kiloko zilindro zaharra bi eskuz jasotzen duenak 100 euroko sari berezia izango du. Pilotalekuan.

AMASA-VILLABONA

IKUSKIZUNA

19:30. *Itzal(iko) bagina* bertso ikuskizuna. Estreinaldia. 5 euro.



Iraitz Lizarraga zuzendari lanetan.
Aktoreak: Aritz Katarain,
Janire Arrizabalaga eta
Izaro Bilbao. Gurean.
Ikus erreportajea
26-29. orrialdeetan.

ASTEASU. ELIZMENDI
SANTA KRUTZ JAIK

11:00. Herri kirolen saioa
herriko haur eta
gaztetxoentzat.
11:30. Meza
Santa Kruz ermitan.
Ondoren. Hamaiketakoa
eta toka txapelketa.
17:00. Herri kirolak
Arabako Badaiotz
herri kirol taldearekin.
Segidan. Buruhandiak.
Ondoren. Trikitilariak,
Elizagoien ahizpak.
20:00. Ximonen igoera
eta festen amaiera.

OREXA
FESTAK

12:00. Hamaiketakoa ostatuan,
Mikel Artolak moztutako
urdaiazpikoarekin.
17:30. Bertso pilota emanaldia.
Pilotariak Urmenta-Esnaola Vs.
Olasagasti-Urruzola izango dira,
eta bertsolariak Amaia Agirre
eta Unai Mendizabal.
19:00. Sagardo dastatzea eta
amaitzeko Oilarraren igoera.

TOLOSA
BERTAKO HARAGIEN AZOKA

11:30. Euskal Herriko II.
Hanburgesa Lehiaketa,
Zerkausian.
12:00-18:00. Foodtruck-ak
bertako eskaintza
gastronomikoarekin,
eta musika zuzenean,
Zumarditxikian.
12:00. Petti akustikoa.
13:00. Lilo akustikoa.
KONTZERTUAK
12:00. Piano eta orkestra
kontzertua. Arima kamera
orkestra, Luis Mariano lirika
elkartea, Sara Liton zuzendaria
eta Izaro Yañez piano
bakarlaria. Leidorren.
18:00. Nahiez Durangoko
taldea. Jazz, rock, pop eta abesti
propioak. 3 tabernan.

ASTELEHENA
MAIATZAK 6

TOLOSA
ELKARRETARATZEA
12:00. Tolosaldeko
pentsiodunen elkarretaratzea,
pentsio duinak eskatuz.
Udaletxe aurrean.

ZIZURKIL
BILERA
Euskararen Plan Estrategikoa.
Komertzioak eta tabernak.

ZINEMA



SANGRE EN LOS LABIOS
Larunbata eta astelehena
(19:00).
Tolosa, Leidor.



SIEMPRE
NOS QUEDARA
MAÑANA
Larunbata (19:30 eta 22:00)
eta astelehena (19:30).
Amasa-Villabona, Gurea.
Larunbata (21:30); igandea
(19:30).
Tolosa, Leidor.



UN REY SUPERMONO
Igandea
(17:00).
Tolosa, Leidor.



BERTSOLARITZA PERFORMATZEN

Bertsotik haratago doazen auziei erantzuna eman nahi die Lokatz Loreak sormen taldearen 'Itzaliko bagina' ikuskizunak, «egungo jendarte indibidualistari kritika eginez kolektiboaren aldarrian». Amasa-Villabonako Gurea antzokian ikusteko aukera izango da, maiatzaren 5ean, 19:00etan.

Leyre Carrasco

Bertsoa oinarri duen antzerki ikuskizuna da *Itzaliko bagina*, edo Iraitz Lizarraga (Zizurkil, 1979) zuzendaria dioen moduan, «bertsolaritza performatzen». Asmo nagusia, «egungo jendarte indibidualistari kritika egitea da, kolektiboaren aldarrian». Esaterako, generoaz, familiaz, osasun mentalaz eta meritokraziaz jarduten dira pertsonaiak, besteak beste. «Malgu, ahul eta haragizko aurkezten dira fokupean eta bertsoa gidoiaren oinarritzat izan arren, haren es- trukturretatik aldentzeko ahalegina egingo da».

Itzalak elementu garrantzitsuak dira obran, baita koloreak ere. Oihal baten giblean proiektatzen di-

tuzte, pertsonaien barne munduaren isla gisa. Bizit- ztan zeharkatu dituzten bizipen batzuk antzezten di- tuzte, identitatearen jiran dabiltzanak: lotsa, lehia eta gorputza. Pertsonaia bakoitzak bat irudikatzen du, bere kolorearekin. Antzezlanak aurrera egin ahala, el- kar ikusten eta elkar ulertzen joaten dira.

Lanku kultur zerbitzuak ekoiztutako proiektua da eta Lokatz Loreak sormen taldeko kideak dira prota- gonistak, baita egileak ere. Horiek dira, hain zuzen, Janire Arrizabalaga, Izaro Bilbao eta Araitz Katarain. Bilboko Loraldian egin zuten aurrestreinaldia, mar- txoaren 22an, eta bertan jasotako harrerarekin pozik

agertu da zuzendaria. «Publikoak erantzun ona izan zuen, eta espero ez genuen momentu batzuetan jendeak erreakzionatu egin zuen, batzuetan parrez eta bestetan harrituraz». Gainera, aktore moduan aritzen ziren lehen aldia zuten hiru protagonistak. Izan ere, hiruak bertsolaritza mundutik datoz, «eta hori beste lengoaia bat bezala hartzen da, oso zurruna eta estatikoa dena».

Itzaletik eta agerian, kolorez

Bertso munduan kokaturiko istorio bat izan arren, ez du bertsoaz hitz egiten. «Bertsolaritza abiapuntu moduan daukate, beraien esperientziatik abiatzen delako, baina erabat estrapolatu daiteke eguneroko bizitzara eta gazte batek egunero izan ditzaken egozinetara», azaldu du Lizarragak.

Halaber, itzalen eta argi jokoen presentzia azpimarratu du zuzendariak, «euren barne munduan gertatzen dena itzaletik kanpora ateratzen dutenean ematen duten itxura erakutsi nahi dutelako». Izan ere, oiha baten hiru markoren atzean zenbait pasarte proiektatuko dira, «arropen eta argien koloreekin jolastuz». Zuritik abiatuta gorri, berde eta moreak hartuko dute protagonismoa antzezlan aurrera joan ahala eta horiek ere beren esanahia dute. «Koloreek nortasuna eta auzia adierazi nahi dute. Esaterako, kolore gorriak lotsa transmititu nahi du, moreak lehiakortasuna eta berdeak gorputzarekin du harremana, hau da, norberak bere gorputza ikusten duen modua», azaldu du zuzendariak.

Teknikoki erronka handia izan dela kontatu du zizurkildarrak, «hor sartzen baita argiztapenaren

eta argi-teknikariaren garrantzia ere, eta Lanku kultur zerbitzuak apustu garrantzitsua egin du horren bueltan. Hortaz, pisua hartu dute, garrantzia hartu dute eta nik uste asko janzten dutela hiru protagonistek helarazi nahi dutena».

Hiru protagonista, hiru auzi

Pertsonaia bakoitzak kolore bat izateaz gain, auzi baten isla da. Hain zuzen, Bilbaoren pertsonaiak gorputzarekin lotutako auziak jorratzen ditu, osasun mentala, elikadura nahasmendua edota irudia. «Hiru pertsonaiek oholztan ezagutzen dute elkar, bertsoetan. Hitzak garrantzi handia du, baina gorputza ere hor dago. Horrekin arazoak ditu, eta taula gainean egoteak nola eragiten dion kontatzen du».

Katarainen pertsonaiak lotsa gorpuzten du. «Umetatik da lotsatia, eta pixkanaka lotsa elikatzen doa.

Maskara bat jartzen du, hor ezkutatzeke, eta azkenean, bere pertsona horretara mugatzen da. Gero ezin du maskararik kendu. Lotsatia da eta listo».

Azkenik, Arrizabalagaren pertsonaia lehiaren irudia da. «Huts egitearen beldur da, gaur egun denok bezala, eta oso leku ilun batera heltzen da. Sariketa sinple bat izan arren, dena irabazi nahi du».

Hasieran, hiru pertsonaiak muturrera eramaten dituzte, sinbolikoki, eta ondoren, gizaki bilakatzen saiatzen dira. Gainera, bakoitzak objektu bat dauka: Bilbaok ispilua (gorputza), Katarainek maskara (lotsa) eta Arrizabalagak domina (lehia).

Gidoia bertsoan

Gidoiari dagokionez, elkarrizketa bakarra dago eta gainerakoa bertsoan da. «Bertsoek gidoi funtzioa



«Egungo jendarte indibidualistari kritika egiten dio, kolektiboaren aldarrian»

IRAITZ LIZARRAGA



Argazkiak:
UNAI MATEO / LANKU / L.CARRASCO

betetzen dute, ez dira bertso jarriak, elkarriketak dira bertsotan. Puntu batzuetan tonua aldatu dute, zentzu gehiago emateko bertsoak performatu dituzte», azaldu du.

Lan hau sortzeko feminismoa sakon landu dute hiru protagonistek, eta erreferente izan dute Uxue Alberdiren *Kontrako eztarritik* liburua, «eta eragina sumatuko da, seguru». Horrez gain, Ibil Bediren musika erabiltzen dute. Miren Amuriza izan zen, bestalde, emanaldia egitera bultzatu eta Lanku kultur zerbitzuan aurkeztu zituen. Ixone Asategirena da emeraldiko off ahotsa eta Haize Lekuonarena, aldiz, biolin doinua.

Erreferente gehiagoren testuak bildu dituzte obra-
ren esku orrian. Galdera ugari testua oparitu die Leire Vargas bertsolari eta idazle bizkaitarrak. Adibidez: «Zer gertatzen da azalaren eta ehunaren artean? Zer gertatzen da gorputz baten eta ahots baten artean?». Olatz Salvador abeslari donostiarrek zalantza gehiago planteatzen ditu: «Nire minak nireak dira ala denok ditugu antzeko minak inkontziente kolektibo horretan gordeta? Nigandik sortu dira ala guztiok interpelatzen gaituzte? Nirea al da nire nortasuna bera? Nondik datorkit? Itzali daiteke?». Nerea Ibarzabal kazetari eta bertsolari bizkaitarrak ere egin du bere ekarpena: «Bertsotan egiteko, egoteko eta jagoteko modu eder eta irudimentsu bat dakarkigute Lokatz Loreek».

Bertsoa eta antzerkia uztartuta

Lanku kultur zerbitzutik iritsi zitzaion lan hau antzeko proposamena Lizarragari. «Aurretik Lankurekin beste obra bat sortu eta zuzendu nuen, *Teilatupean* izenekoa, haurrentzako zuzenduta. Emaitzarekin gustura geratu zirela ikusi dut eta azken hau zuzentzeko proposamena egin zidaten». Bertsolaritzaren ohiko zurruntasunetik ateratzeko asmoarekin ekin zion zuzendari moduan Lizarragak, «eta beraiek normalean hitzen bidez transmititzen dituzten ideia horiek guztiak, gorputzaren bidez ere egiteko» lanean dabil.



Lizarraga arte eszenikoen inguruan aritzen da lanean; antzerkian zuzendari laguntzaile eta aktore gisa, eta zirkuan trapezio gainera igota. Murgildu berri den antzerki hau erronka berria dela esan du: «*Teilatupean* obrarekin bertsolaritza munduan sartu eta bertsolaria nondik zihoazen ikusteko aukera izan nuen, baina oraingoan bi lengoia desberdin uztartzeko ahalegin horretan nabil eta bertsolariekin aritzea erronka bat da niretzat, gauzak oso desberdin ikusten baititugu, nahiz eta agian gauza bera esan nahi dugun, beraiek burutik eta ni gorputzetik».

Lizarragak arte eszenikoetako jakinduria eta diziplina arteko esperientzia luzea eman dio lanari, baita hiru protagonistek adierazi nahi duten horri «tindu sinboliko» bat ere. «Nik eszenan gutxiarekin asko esatea bilatzen dut, baina beraiek bertsoekin asko esaten dute», azaldu du. Hiru protagonistek sortu dituzte bertsoak, eta hasieran nondik jo kostatu egin bazitzairen ere, bertso «oso onak» sortu dituztela gehitu du Lizarragak. «Bi elementu horien arteko oreka bila-

«Agian gauza bera esan nahi dugu; beraiek burutik eta ni gorputzetik»

IRAITZ LIZARRAGA

tzen zaila izan da, baina lortu dugu eta esperientzia oso polita izaten ari da, nik beraiegangandik pila bat ikasi dudalako eta beraiek nigandik berdin».

Lokatx Loreak sormen taldea

Janire Arrizabalaga, Izaro Bilbao eta Araitx Katarainek sortu zuten 2022ko udan, bertso munduan euren tokia aurkitzeko helburuarekin. Lehen proiektua *Friki Saioak* izeneko bost saioko bertso zirkuitua izan zen. Bertan, Harry Potter zein horoskopoa bezalako gai «ez ohikoak» ardatz hartuta ikus-entzunezkoak eta bertsoa uztartzen zituzten saioak antolatu zituzten.

Ondoren, 2022ko BTNko tira komikoak egin zituzten Poto-eus-ekin kolaboratuz, *Bertsolari* aldizkarian ere egin ditugu gure lan txoak. Orain, *Itzaliko bagina* ikus-kizunean dabilta buru-belarri eta gogoz datoz aurretik arakatu gabeko lurretan haien alea uzteko;

antzerkiari bertsotik emateko eta bertsotik antzerkiari. Obraren eskuorrian adierazi bezala, «lehenengo hariari segika ikus-entzunezkoen eta bertsoaren arteko harremana mantentzen segitu nahi dugu».

Datozen emanaldiak

Maiatzaren 5ean, Villabonako Gurea aretoan ikusteko aukera izango da, 19.30ean; eta maiatzaren 25ean Lemoan, 20.00etan kultur etxean. Orain udazkenera begirako emanaldiak antolatzen ari dira, beraz, interesa dutenek Lanku kultur zerbitzuen bidez kontrata ditzake, 675 716 472 edo 943 26 07 55 zenbakietara deituta edo marketina@lanku.eus helbidera idatzita.



IKER IBARLUZEA
EGURALDI ADITUA

EGU RAL DIA

OSTIRALA

Giro lasaia. Goizean ostarte politak nagusituko dira eta giro atsegin eta ederra izango dugu. Arratsaldean zehar mendebaldetik barrena hodeiak nagusitzen joango dira, orokorrean erdi eta goi-mailakoak izango direlarik. Zerua estalirik geratuko da eta gauean euri pixka bat ere izango da. Hego-mendebaldeko haizea nagusituko da eta tenperaturak gorako bideari eutsiko dio, 16-19 graduan joaz goia.

LARUNBATA

Giro motela. Egun osoan zehar hodeiak nagusi izango dira zehar, beti ere, hodeiak ugariagoak izango direlarik egunaren lehen zatian. Hodei horiek euri pixka bat ekarriko dute, non egun osoan zehar emango diren zaparradak. Hala ere, oso euri gutxi espero da litrotan. Hego-mendebaldeko haizearen eraginpean jarraituko dugu eta tenperaturak gora egingo du, 18-20 graduan joaz goia.

IGANDEA

Giro nahasia. Goizean hodeiak eta ostarteak tartekatuko dira eta ez da baztertzen euri pixka bat egitea. Hala ere, orokorrean aterruneak nagusituko dira. Arratsalde erditik aurrera ordea, bero-hodeiak garatu eta ekaitzetara joko du. Gauean fronte batekin euria izango da. Arratsaldeko lehen orduetan hego-mendebaldeko haizea ibiliko da, ordutik aurrera ipar-mendebaldekoa. Tenperaturak gora egingo du, 20-22 graduan joaz goia.

ZORION AGURRAK

*Urtebetzeak, urrezko ezteiak,
ezkontzak, jaioberriak...*

943 65 56 95

ataria@ataria.eus

San Esteban 20
Tolosa

Prezioa

17€

51€

56€

Atarikideek

13€

36€

42€

Argazkia bi egun lehenago ekarri mesedez

FARMAZIAK

MAIATZAK 3, OSTIRALA

AMASA-VILLABONA

Egunekoa. Juana Maria Sanchez Alias.
Kale Berria, 34.
943 69 11 30.

MAIATZAK 4, LARUNBATA

TOLOSA

Egunekoa. Iñaki Olarreaga Aranburu.
Korreo kalea, 2.
943 67 01 28.

MAIATZAK 5, IGANDEA

IBARRA

Egunekoa. Edurne Mujika Martinez.
Euskal Herria, 3. 943 67 09 15.

MAIATZAK 6, ASTELEHENA

TOLOSA

Egunekoa. Cecilia Bronte Posada.
Korreo kalea, 20. 943 67 60 13.

EGUNERO

GAUEKO GUARDIAKO FARMAZIA: TOLOSA.

LURDES AZPIROZ GALARZA.
LARRAMENDI, 6-B1. 943 67 09 15.



LEIZARAN INSTITUTUA

Izen-ematea: maiatzaren 6tik 24ra, biak barne



- **Gizarteratzea.**
Goi Mailako Heziketa Zikloa.
 - **Mendekotasun egoeran**
dauden pertsonentzako arreta.
Erdi Mailako Heziketa Zikloa.
- Langabeentzat eta langileentzat
profesionaltasun ziurtagiriak
- Doako ikastaroak**



Informazioa: **943 89 92 59** • www.leizaran.eus • gizarteratzeazikloa@leizaran.net

Plazaola kalea, 23. • **20140 ANDOAIN**



Informazioa:
KALE BERRIA 48, BEHEA
20150 BILLABONA

www.aburuza.com
komertziala@aburuza.com
943 69 02 97/607 445 484



USURBIL
AGERREAZPI BERRI

60 ETXEBIZITZA 4 ERAIKINETAN
2,3 ETA 4 LOGELAKO ETXEBIZITZAK
GARAJE ITXIA AUKERAN
ZONALDE ETA TERRAZA PAREGABEAK





2024
2025

 **Fraisoro**
eskola

GIURE ESKAINTZA Heziketa-zikloek 2.000 orduko iraupena dute, D hizkuntza eremuan.

NEKAZARITZA

OINARRIZKO MAILA

- Nekazaritzako eta Abeltzaintzako jardueretako Oinarrizko Profesionala.

ERDI MAILA

- Lorezaintza eta Loregintza Teknikaria.
- Nekazaritza eta Abeltzaintza Ekoizpeneko Teknikaria.

GOI MAILA

- Basoa eta Natur Ingurunearen kudeaketarako Goi maila Teknikaria.

ELIKAGAIEN INDUSTRIA

ERDI MAILA

- Elikagaiak Eraldatzeko Teknikaria.



ATE IREKIAK

Maiatzak 4
LARUNBATA · 10:30

AURREMATRIKULAZIOA

Maiatzaren 6tik 24ra

Elbarrena Auzoa, 12 · ZIZURKIL

943 692 162

fraisoro@fraisoroeskola.eus



CIFP FRAISORO ESKOLA LH II



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

HEZKUNTZA SAILA
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN