

# Galtzakomik

Tolosaldeko Herri Aldizkaria

12/9/7 | 368

🌀 Eider Olazar eta Joxe Agustin Arrieta

🌀 Normalizazioa: Pako Aristi

🌀 Pertsona gorrei adituz

🌀 Koxk!: Zuntz gehiago behar al dut?

🌀 Bonbereneako sua pizturik

Galtzakomik,  
5 urte jada!

🌀 Kike Mokoroarekin solasean

 FUNERARIA  
**VASCONGADA**  
EHORZKETAK

 **902 402 900**

[www.funerariavascongada.com](http://www.funerariavascongada.com)

 **TOLOSA**  
Kondeko Aldapa, 5  
943 - 67 00 40

 **VILLABONA**  
Larrea Polg., 34 - 1  
943 - 69 48 73

Euskal Herrian  
**ihesi**

## Osa dezagun guztion artean geure gida sarean

Non jan dezaket Bermeon? Zer ikusi beharko nuke Maulen? Non egin dezaket lo Tuteran?  
Bastidarek bertara joateko egun berezirik gomendatzen al duzte?

Hurbil diezaiogun elkarri Euskal Herria

Euskal Herriko lehen  
turismo webgune interaktiboa

Herrietako informazio praktikoa, mapak, bideoak, ARGIAko ihesi erreportajeak, erabiltzaileen gomendioak, zeure proposamenak egiteko lekua, zure iragarria 0,50 €-tik aurrera...

ihesi.com



ARGIA  
proiektua

NUTRIZIO AHOLKULARITZA

OSASUN ZENTROA



AMAIA ETXETXIPIA

"BIOLOGIAN" lizentziatua eta "GIZA ELIKADURA ETA DIETETIKAN" Diplomatua

DIETA PERTSONALIZATUAK

OBESITATEA

NUTRIZIO BERREZIKETA

ARIKETA FISIKOA

HELDUAK ETA HAURRAK

KONDEKO ALDAPA,  
5 B - 2ª ESKUBIA  
20400 TOLOSA

ALDEZ AURREKO  
HITZORDUA  
679 934 888

R.F.S. 09/12

**SUPER EKO**  
SUPERMERKATUA

Oinezkoen eremua  
Erosketak etxera  
eramateko zerbitzua



Zumalakarregi, 4  
943 65 09 01  
Tolosa

JANTZIAK

**OSKI**

oiñetakoak

Nafarroa etorbidea, 11  
Telf. 943 651 264

3 hilabetetik 16 urte arte



Argitaratzailea: Galtzaundi Euskara Taldea.  
 Helbidea: Nafarroa etorbidea,  
 6-behea.  
 20400 Tolosa (Gipuzkoa)  
 Telefonoa: 943 655 004  
 Faxe: 943 654 983  
 e-posta: erredakzioa@galtzaundi.com  
 Webgunea: www.galtzaundi.com  
 Koordinazioa: Naiara Roldán de Aránguiz.  
 Erredakzio taldea: Felix Aiestaran, Igor Mujika

Kolaboratzaileak: Joseba Antxustegietxarte, Txomin Garmendia, Garbiñe Biurrún, J. Agustin Arrieta, Antton Izagirre, Manex Izagirre, Ibon Artola, Unai Igartua, May Gorostiaga, Artubi elkarte, Bilgune Feminista, Amaia Etxetxipia, Ione Gorostazu, Josu Iztueta, Txarli Gesteira, Aritz Larreta, Begoña Aristi eta Zigor Agirrezabala

Publizitatea: Amaia Doyague  
 Banatzaileak: Olatz Garmendia,  
 Juankar Arregi  
 Zuzentzailea: Nora Olano  
 Maketazioa: Galtzaundi  
 Diseinua: Zigor Agirrezabala  
 GOIKK  
 Azala: Galtzaundi  
 Inprimategia: Antza.  
 Tirada: 4.500 ale  
 Lege gordailua: 55-906/91  
 Frankeo Itundua: 37/94

GALITZAUNDI aldizkaria doan banatzen da Tolosaldeko 23 herri hauetako denda eta tabernetan: Abaltzisketa, Albiztur, Alegia, Alkiza, Altzo, Amezketeta, Anoeta, Baliarrain, Belauntza, Berastegi, Berrobi, Bidegoian, Elduain, Gaztelu, Hernialde, Ibarra, Ikaztegieta, Irura, Leaburu, Lizartza, Orendain, Oresa, Tolosa.

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



TOLOSAKO UDALA

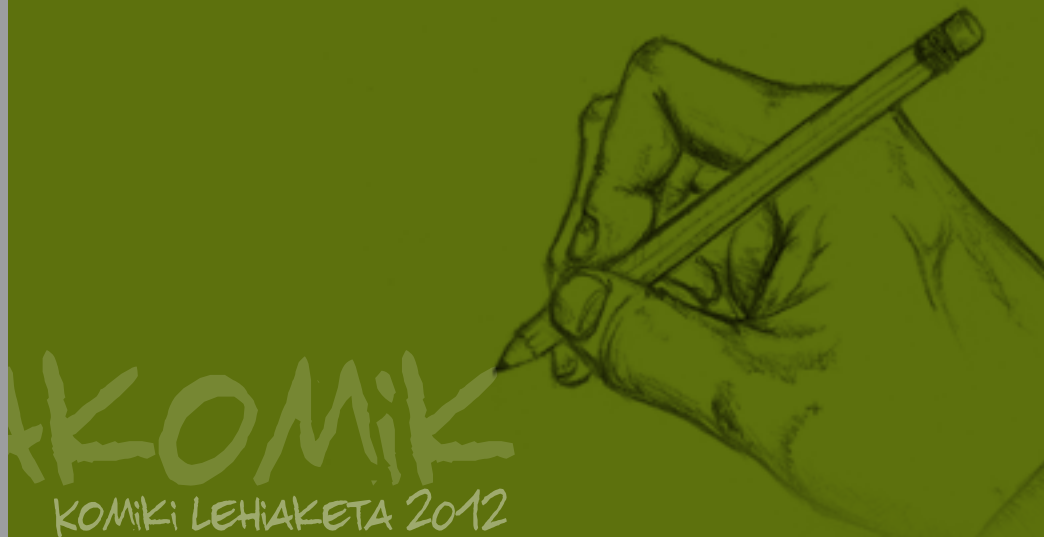


Gipuzkoako Foru Aldundia  
 Diputación Foral de Gipuzkoa

kutxa gizarte ekintza

Aldizkari honek Eusko Jaurlaritzako Kultura eta Turismo Sailaren, Gipuzkoako Foru Aldundiako Kultura eta Euskara Sailaren, Kutxa Fundazioaren, Tolosako Udalaren eta Tolosaldeko hainbat Udalen laguntza jaso du.

Galtzaundin azaldutako iragarleek diruz lagundu dute argitalpena.



KOMIKI LEHIAKETA 2012

Erreportaia:  
 Bost urte jada!

Badira bost urte Galtzaundi Euskara Taldeak Ibarra Galtzakomik komiki lehiaketa abiatu zutenetik. Helburu bera mantendu da sorreratik hona: "euskarazko komikigintza sustatzea eta idazmena eta sormena euskaraz lantzea". Aurten, irailaren 20tik eta azaroaren 23a bitartean jasotzen diren lanak epaituko ditu Galtzaundik.

8-11. orrialdeak

Kike Mokoroa (Tolosa, 1977) Kirol Management enpresako teknikaria izanik, Tolosaldea eta Zarautzeko Kirol Bulegoen ardura du bere gain. Gipuzkoan ordea, Tolosakoaz gain beste bost Eskualdeko Kirol Bulego daude: Ordizia, Eibar, Zarautz, Donostia eta Irun. Duela lau urte arte, Tolosaldeko kirol kudeaketa lanak Ordizian egin behar izaten ziren, Tolosaldeko Eskualde Kirol Bulegoa zabaldu zen arte.

Kike Mokoroa

14-16. orrialdeak

	Iritziaren leihoa: Eider Olazar eta Joxe Agustin Arrieta	4-5
	Normalizazioa: Pako Aristi	6-7
	Eskualdeko albistea: Pertsona gorrei adituz	12
	Koxk!: Zuntz gehiago behar al dut?	17
	Kultura: Bonbereneako sua pizturik	18-19

## Hil arte jolastu



Eider Olazar Elduaien  
Tolosaldeko Bilgune Feminista

4

Gustura entzun nuen EHUko udako ikastaroen baitan Jone Miren Hernandez eta Mari Luz Esteban antropologoek emandako hitzaldia. Neska eta mutil gazteen arteko harremanak aztertzea oinarri duen ikerketaren zenbait ondorio aurreratu zituzten. Erabat identifikatuta sentitu nintzen bertan plazaratutakoekin, ez nintzen bakarra izan, eta hortaz, uste dut interesgarria izan daitekeela hemen botatzea, irakurleen hausnarketarako. Hain ginen emakume gazte askok gure sentitu genituen ikerketaren ondorioak, baina hain gazteak ez direnak ere, nik uste, beraien burua islatuta ikusiko luketela hitzaldian, gizon eta emakumeen arteko harremanak, oinarrian, hainbeste aldatu ez direnaren lekuko, zoritxarrez.

**Gizonezkoek hil arte jolasten omen dute. Emakumez-kook aldiz, ez omen gara hain dibertigarriak eta behin bikotea eta zer esanik ez, familia osatzean, pertsona serio bihurtu eta gure arduetan murgiltzen gara, bikotekide, emazte, ama, alaba zintzotisara, gure aisialdia erabat alboratuz. Mutilek ez dute beraien denbora pribatua eskatu beharrik, zuzenean hartu egiten dute. Emakumeok aldiz, aldarrikatu egin behar dugu.** Mutil prototipoari eutsiz, ez ditu hain sakratuak dituen futbol partida, entrenamendu eta futbolarekin lotutako afariak inoiz utziko. Ez bikote, ez senar, ez aita, ezta aitona izanda ere! Ukitu ezinak dira hauek. Emakumez-kook aldiz, behin kirolari izan baginen, behin koadrila izan bagenuen edota bestelako zaletasunik izan bagenuen, akabo gure alboan "zaintzeko" norbait izatea egokitu zaigunean. Eta berriro diot, ez gara hain dibertigarriak; antza, euren hurrekin jolasten dutenak askoz gehiago dira aitak amak baino. Hori diote ikerleek. Izan ere, haurren behar nagusiez eta bestelakoez arduratu ondoren ez da jolaserako denbora libre gehiegi izaten, ez eta gogo eta indar nahikorik ere askotan. Eta hau esan ondoren gure amonak datozkit gogora. Zazpi, zortzi, bederatzi, hamar haur izan eta halabeharrez indarra nonbaitetik ateratzen zutenak, denbora librea eta aisialdi hitzak ezagutu ere egin ez dituztenak. Guk ezagutu

ditugu bai, baina adin batetik aurrera aldarrikapen bihurtzen dira hauek ere. Aldarrikapen hori egiten dutenak emakume feminista edo parafeminista izendatu zituzten ikerlariak hitzaldian. Antza, baldintza zehatz batzuk betetzen dituzten emakumeek horrelako jarrerara izateko aukera gehiago dute. Hor kokatu zituzten, guraso ezkertiarak dituzten neska gazteak, kirolariak direnak eta unibertsitatera joan diren neskak. Guraso ezkertiarak izateak balore aurrerakietan haztea dakarrelako, kirolaria izateak kanpora atera, ikuspegi zabaldu eta zurea defendatzea dakarrelako eta unibertsitatera joateak ahalduz prozesu bat dakarrelako, askotan etxetik kanpora bizi eta jende berria eta ideia berriak ezagutuz.

Baldintza horiek beteta ere, emakume askorentzat aldarrikapen izaten jarraitzen du norberarentzat denbora tartea izateak. Garaiak aldatu dira bai, baina ardura banaketak ez gehiegi. Negoziazio neketsua eskatzen du askotan familia-ko loturetatik eskapada txiki bat egin nahi izateak. "Beharra daukat" esan ohi dugu askotan, horrela, ulertuko gaituztelakoan. Eta beharra izaten da bai, baina hoberena, zuzenean dagokigun tarte hori hartzea, eskatu gabe. Guri ere bai baitagokigu. Ziur orduan pertsona alai eta dibertigarriagoak izango garela, dudarik ez. Ahal dugun heinean, jolas dezagun hil arte, guk ere!

## Guztion Juanito Garmendia

Ez da erraza horrenbeste lan egin duen eta diharduen beste bat aurkitzea. Hala ere, nik gaur ez dut komentario hau egiten idatzi duenagatik, baizik eta Juan Garmendia Larrañaga oso tolosarra eta oso gizona delako. Beti hurbil, apal eta prestu.


Juanito Garmendia tolosar txit agurgarria da, ohorezko titulu eta deiturak izango ditu, baina batez ere gizon baketsua, otzana, apala, isil eta langilea. Bere lana zehatza eta sakona. Batzuetan hainbat gatazka eta egoera larritan bizi izan zen eta bizi den batek zer-nolako lan handia eta erraldoia halako eta honelako lan-baldintzetan nola egin zezakeen eta daitekeen harrigarria da.

Tolosaren historian azken bi mende hauetan gizon handiak izan ditugu: Aitzol, Lizardi, Orexako Orixe, Labaien, Mokoroa, Gorriti... eta Garmendia. Guztiak -edo gehienak- eta nolaz ez Garmendia Larrañaga Eusko Ikaskuntzan eta Euskaltzaindian lan sakon eta garrantzitsuak eskainiak dira.

Urteak badoaz aurrera. Aitzolen belaunaldiak literaturgintzan jarri zituen itxaropen guztiak. Beharrezkoa eta garrantzitsua. Zutabeetako bat da, noski. Ondorengo belaunaldiak, agian nire aurrekoak eta ia neurea, ikastolan zituen esperantzak. Hezkuntza ezin-

bestekoa da. Komunikabide sarea garrantzi handikoa bihurtu da gure gizartean. Euskal Administrazioak bat bateko eragin handia du, eta luzarora, zirimiri sarkorra da.

Politika bideak eta politikagintza bera aztertu eta bideratu behar dira. Baita euskalgintza eta kulturegintza Tolosan ere. Alderdikeriarik gabe. Guzti honek mugimendu zabala eskatzen du. Ez ote dauka hemen zeresanik Galtzaundik? Merezki du mugimendu sozio-kultura bat aztertzea eta bultzatzea, eta noski, jende gehiagoren artean. Denon artean, ahal delarik.

Amets egitea ote da Tolosa Euskal Unibertsitatearen beste atal baten kokagune bideratzea? Burutapen hauek etorri zaizkit gure Juanitoren zertzelada batzuk aipatuz. Garmendia Larrañaga tolosar guztiona da, atsegina eta maitagarria delako. Baina honek badu jarraipenaren beharra. Nork elkartu, bideratu eta koordinatu gaurko "euskal pizkundea"? Tolosak ez al du eraginik gure euskal mapan? Gizon hauen historiek zerbait erakusten digute. Jaso eta berri dezagula ondare zientifikoa eta humanoa. Eskerrik asko Juan Garmendia Larrañaga apaltasunean asko erakutsi diguzulako eta idatzi duzun guztia urre gorria delako. Jarraitu horrela. 



Joxe Agustin Arrieta Eiguren  
Irakaslea

Ez naiz inor tolosar zintzo eta fin honen bizitza aztertzeko. Liburu mardulak eta lan sakonak idatzia da eta oraindik hala jarraitzen du. Juan Garmendia Larrañagaren bizitzari eta lanei buruzko xehetasunak eta argibideak ari dira kanporatzen. Lan mardulak eta baita separata erosoak eta txukunak: etnografia, antropologia, ohitura zaharren historia, aspaldiko lanbideak, pertsona bitxien bizitzak kaleratu dizkigu.

# Pako Aristi

## “belarria ederki gozatzen da Tolosako azokan”

6 Euskararen egoeraren inguruan gogoeta egiteko, Galtzaundik antolatutako bi ekimen egingo dira irailean Tolosan. Hilaren 20an, 19:30ean, Pako Aristik hitzaldia eskainiko du kultur etxean. Irailak 22an, berriz, kafe tertulia egingo da Zerkausiko goiko solairuan (kultur etxean, euria eginez gero). Galtzaundik eskainitako kafea dastatu eta “euskarak Tolosan zertan egin du aurrera?” galderari erantzuteko tartea izango dute bertaratutakoek. Hausnartzen hasteko, Pako Aristiri egindako elkarrizketa jaso dugu ondoko lerroetan.

zaila da euskal hiztunak biderkatzea. Hau da egoera normala; edo hau baino okerragoa izan liteke beste leku askotan.

Euskal herritarren %33k euskara jakinik elkarrizketen %13 euskaraz egiteak euskaldunek beren hizkuntzari eusteko egiten duten ahalegin handiaren isla da, Klusterreko adituen esanetan.

Txosten horrek nabarmendu du herritarren ahalegina handiagoa dela erakundeena baino. Alor honetan, hain garrantzitsuak diren bi eragile horiek ez doaz bat. Nik gehiago esango nuke: erakundeei euskarak enbarazu egiten die, eta halaberrez daukate kaso egin beharra, sozialki gaizki ikusia dagoelako ezer ez egitea. Baina ganorarik gabe egiten dituzte lanak.

“Euskara, hizkuntza bat bere bakardadean” goiburua jarri diozu Tolosan eskainiko duzun hitzaldiari. Azalduko goiburuaren nondik norakoak?

Hizkuntzen harremanak harreman politikoak dira funtsean. Hizkuntza baten hedadura neu-

Igor Mujika

Iaz, Soziolinguistika Klusterrak egindako Hizkuntzen Kale Erabileraren IV Neurketen arabera, elkarrizketen %13,3 egin ziren euskaraz. Zer duzu esateko?

Datu tamalgarria da. Egunkarietako izenburuek zioten ‘goia jo duela’ euskararen erabilpenak. Ez gaitzen engaina: datu hori porrotaren aitortza da. Eta porrotak erakusten du ekimenak aldatu behar ditugula. Eta ekimenak aldatzeko estrategia berri bat behar da.

Gainera, ondokoa nabarmendu dute Soziolinguista Klusterrekoek: “egungo baldintza soziolinguistikoekin, goia jo du euskararen kale erabilerak”.

Euskal hiztunek gehiengo masa bat izan arte, erabilera ez da areagotuko edo zabalduko. Euskal Herrian euskal hiztun bat aurkitzea asko kostatzen da. Esaldi arraroa da, baina hala da. Nire egun bateko esperientzia kontatuko dizut. Azpeititik Donostiara joan nintzen goiz batean. Pentsatu nuen: ‘Gaur

nire hizketaldi guztiak euskaraz hasiko ditut’. Aginagako gasolindegian geratu, ‘kaixo, botaidazu...’, eta berehala ‘perdona, no entiendo...’. Donostian optika batera joan, eta espainolez. Bi banketxetara joan, espainolez. Taberna batera, espainolez. Azkenean, seigarren ahaleginean, prentsa kiosko batekoak erantzun zidan euskaraz. Emaitza: Nik sei ahalegin egin nintuen euskaraz hitz egiteko, eta bostetan ez nuen interlokutore euskaldunik aurkitu. Horrela



rria atzean sostentu gisa daukan boterearen araberakoa da. Botere hegemonikoa daukan hizkuntza hegemonikoa izango da gizartean. Azpi-boterea daukan hizkuntza azpikoa izango da. Hegemonikoari subordinatua dagoen botereak eusten duen hizkuntza subordinatua izango da beti. Botereak nola funtzionatzen duen agertuko dut.

#### Errealitate hori nola irauli daiteke?

Planteamendu globala eginenez, herri bat osatzen duten alor guztiak bateratuz, estrategia nazional bat diseinatuz eta gauzatuz, dena elkarlotuz, eta horretarako estatu propio bat behar dugu. Herri bat serioa baldin bada, bere burua maite badu, eta politikoki azkarra baldin bada, historiaren

une batean edo bestean arazo hauek konpondu egiten ditu. Gu oraindik ere gauza hauekin bueltaka ibiltzeak ez du gauza onik esaten gutaz.

#### “Presioa, deseoa eta aurka” hitzak nabarmendu zenituen Berrian argitaratutako “Dilema baten aurrean” iritzi artikuluan.

Ez dira nik asmatuak, Norvegiako ‘Norla’ hizkuntzaren institutu publikoak erabilitakoak baizik, beren hizkuntzaren eta literaturaren garapena esplikatzen. Adibide asko daude munduan, gurea baino askoz handiagoak ez diren herrialdeenak. Norvegiak 4,5 milioi ditu, baina a zer alde kentzen digun. Ikastekotan horiengandik ikasi behar da, ez porrot egin dutenengandik. Porrotari begiratzeko aski dugu etxera begiratuta.

Borondatezko politika baten ondoren euskara desagertzea ala derrigorrezko politiken ondorioz euskara bizirik mantentzearen artean erabaki beharko dugula diozu.

Hori ez diot nik, errealitateak baizik. Datuek hori diote. Edo beldurrak izutzen ditugu eta ekiten diogu serio, edo gure burua engainatzen pasako dugu bizitza osoa, borondate onezko aldarrikapen angelikalak egiten beti. Inork pentsatzen du espainola, frantsesa, alemana, ingelesa eta abarrak derrigorrezko politikarik gabe hedatu direla? Hori da mundu erreala; gure planteamendu asko ametsetako mundu batean kokatzeko modukoak dira.

#### Euskara ardatz, Tolosatik barrena paseatzean, zer sentimendu izaten duzu?

Larunbateko azokara joan izan naiz, eta bista ez ezik, beldurra ere ederki gozatzen da egun horretan. Azokako perimetrotik aldentzen zozen neurrian hasten da desagertzen euskara ahotatik, eta leku guztietan bezala, espainola barra-barra entzuten da gero. Espainian gaude tamalez, eta estatu espainolak bere biztanle guztiak espainolak izatea nahi du, eta guk erretiluan eskaintzen diogu bere garaipenaren oparia. Hizkuntza bat hitz egitea botere egitura baten garaipena da, eta ez hitz egitea beste botere egitura baten porrota. Gu porrotean bizi gara. Politika irabazteko egiten da; beraz, euskaldunak oso politiko txarrak gara. Gure aldarrikapen guztiak ez dira porrot hori esaltzeko egiten diren proklama haizetsuak baino.

Etxebarru zein kalerako lorak.  
Lorategi lanabesak.  
Lora legor eta apaindura tresnak.  
Santa Luzia Auzoa, 1 -  
Tel: 943 673 118 Tolosa

euskararen semaforoa  
euskararen semaforoa  
blogspot.com

Errotulazioa 8 inudia  
**Vicente**  
www.rotulosvicente.com  
943 69 02 94  
taller@rotulosvicente.com  
Laskibar bialara 25. 1-04 atea  
20271 Inura (Gipuzkoa)

# V. IBARRA GALTZAKOMIK KOMIKI LEHIAKETA 2010

## Bost urte jada!

Badira bost urte Galtzaundi Euskara Taldeak Ibarra Galtzacomik komiki lehiaketa abiatu zuenetik. Helburu bera mantendu da sorreratik hona: "euskarazko komikigintza sustatzea eta idazmena eta sormena euskaraz lantzea". Aurten, irailaren 20tik eta azaroaren 23a bitartean jasotzen diren lanak epaituko ditu Galtzaundik.

Erredakzioa

Urteroko zita izanik, marrazkilariek lanak ordenagailu eta karpitetan prest izango dituztela ziur, aurtengoan Galtzaundi Euskara Taldeak bere postontzia irailaren 20an irekiko du artista gazte eta ez horren gazte horien lanak jasotzeko irrikaz. Komikiak azaroaren 23a bitartean ondorengo helbidera bidali daitezke: Galtzaundi Euskara Taldea. Nafarroa etorbidea, 6 behea. 20400 Tolosa.

Komikiak epaitzeko lana euskal komikigintza munduko hainbat profesionalek hartu-

ko dute bere gain: Joseba Antxustegietxarte (Galtzaundiko komikilaria), Juanba Berasategi (marrazki bizidunen marrazkilaria), Jose Luis Longaron (Tolosako margolaria) eta Kike Amonarriz (soziolinguista, komikizalea eta komikigintzan aditua). Epaimahaiak kontuan izango dituen ezaugarrien artean ondorengoak: istorioaren zuzentasuna eta ulermena, marrazkiaren bizitasuna eta originaltasuna, idazmena, garbitasuna eta marrazketarako erabilitako materiala.

Galtzacomik lehiaketaren hastapenak 2008ko martxoan eman ziren, Galtzaundi aldizkariako komikigile Joseba Antxustegietxarteren komikiek osatutako erakusketa Tolosan antolatu zenean. Arrakasta ikusirik eta gazteen artean euskararen erabilpena bultzatzeko bitarteko egokia izan zitekeela hausnarturik, komiki lehiaketa antolatzeari ekin zitzaion. Bost urte hauen buruan, Galtzacomik euskarazko komiki lehiaketa artean erreferente bilakatu dela esan daiteke. Urte haue-



tan guztietan, Ibarako Udala laguntzaile lanetan aritu da, Galtzaundi diru-laguntza bila joan zitzaionetik.

### Sari potoloak

Aurreko urtetan bezala, egilearen adina kontutan harturik komikiak hiru kategoria ezberdinetan sailkatuko dira: 12 urte artekoak, 12-18 urte artekoak eta 18 urtetik gorakoak. Sariak ere beraz, adinaren arabera banatuko dira. 18 urtetik gorako irabazleak 600 euro eta komikiaren argitalpena irabaziko du; bigarrenak, 400 euro. Honetaz gain, kategoria honetan aurkeztutako bi komiki nabarmenduko dira egileei marrazketarako materiala eta komiki bilduma oparituz.

Bestetik, 12-18 urte artekoen artean irabazle suertatzen denak 400 euro irabaziko ditu; 200 euro bigarrenak, eta honetaz gain beste bi komiki nabarmenduko dira egileei komiki bana oparituz.

Azkenik, 12 urtetik beherako artean irabazle suertatzen denak, komiki bilduma bat eta marrazketarako materiala eskuratuko ditu. Kategoria honetan lau komiki nabarmenduko

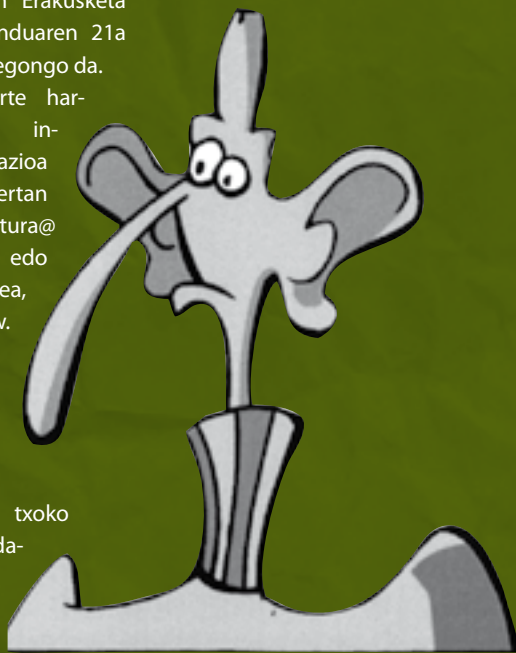
dira, komikilari bakoitza komiki bilduma banarekin sarituz.

Honetaz guztiaz gain, eta Ibarra Galtzakomik lehiaketan lehenengoz gainera, parte hartzaile guztien artean Mahala Baserriko produktuekin osatutako lau saski zozketatuko dira. Sari hauek guztiak, Ibarako Kultur Etxean, banatuko dira abenduaren 14an, arratsaldeko 19.30ean ospatuko den sari banaketa ekitaldian. Egun horretan bertan, urtero antolatutako bezala, Ibarako Kultur Etxean bertan, jasotako komiki guztietan Ibarra Galtzakomik V. Komiki Lehiaketaren Erakusketa zabaldu eta abenduaren 21a bitartean ikusgai egongo da.

Lehiaketan parte hartzeko oinarrien inguruko informazioa Galtzaundin bertan (943 655004, [kultura@galtzaundi.com](mailto:kultura@galtzaundi.com) edo Nafarroa etorbidea, 6. Tolosa), [www.galtzaundi.com](http://www.galtzaundi.com) eta [galtzakomik.blogspot.com.es](http://galtzakomik.blogspot.com.es) guneeetan ere eskura daiteke.

Euskal Herriko txoko ezberdinetatik bida-

litako lanak jasotzen ditu urtero -urtero Galtzakomik lehiaketak. Edizio bakoitzean urtero 150 kartazaletik gora iristen dira Galtzaundiko bulegora Euskal Herriko herri ezberdinetatik. Iazko saridunak horren adibide baina ez dira, jatorria, Ondarrun, Arrankudiagan, Donostian, Olaztin edo Ezkio Itsason, zuten eta. Aipatu muga hautsi nahiarekin Galtzaundi Euskara Taldeak, zuon, marrazkilari, komikilari, diseinatzaile, artista guztion lanak espero ditu, beti ere gogoratuz erabili beharrekoko hizkuntza euskara dela. ©



**ZALBIDE**  
Tolare Sagardotegia

Haragiak eta arrainak parrilan.  
Ostirala, larunbata eta igande  
eguerditan irekita, iluntzetan  
egunero.


Zalbide baserria - Abaltzisketa  
Tel: 943 652 176



**SANTAMARIA**  
*Ortopedia*

- Garabi eta aulki elektrikoaren erakusketa.
- Kirola egiteko ortopedia sail berria.
- Osakidetzarekin hitzarmena.
- Ohe artikulatuak distantzirako mandoarekin.

Laskurain 11 • Tel.: 943 654 610  
TOLOSA



gizarte  
**kutxa**

**J. San Sebastian**  
MARISKO ETA ARRAINAK



Foruen etorbidea, 5 • TOLOSA  
Tel.: 943 653 528 / 943 682 141



# Aitor Urkiola

## “Eskola zaharrekoa naiz, mundu digitalera ez dut saltorik egin”

Iazko Galtzakomik lehiaketan garaile suertatutako Aitor Urkiolari egindako elkarrizketa jasotzen da hurrengo lerroetan. Komikilaria bera eta baita bere lana ere ezagutzeko xedea dute ondorengo galde-erantzunek. 39 urteko ondarrutarra, bere bi lan moten inguruan eta baita euskarak bere komikigintzan duen garrantziaz mintzatu da.

Naiara Roldán de Aránguiz

Galtzakomikien lehen saioa eginik, sari nagusia eskuratu zuen iaz ospatutako IV. edizioan “Komikia” lanarekin. Aitor Urkiolaren lanaz informazio gehiago jaso eta bere komikiez gozatzeko aukera

aparta eskaintzen du bere blogak: <http://brontxe.blogspot.com.es/>.

**Galtzakomikien lehen saria jaso zenuen iaz, baina ez da lehiaketa batean zure lana aurkezten duzun lehen aldia.**

Portugaleten eta Basaurin ere parte hartu izan dut -sariak ere eskuratuz-. Estilo ezberdinak antzeman daitzke Galtzakomikerako edo Basauri zein Potugaletoko lehiaketetarako aurkeztutako lanetan. Bi estilo ditut, bat serioagoa eta bestea komikoagoa. Serioari dagokionez, adibide batzuk aipatzearen, Portugaleten saritutako lana nire aitaren heriotzari buruz mintzo zen, lan munduari zein aparkalekuei buruzko hausnarketa batzuk ere sortu ditut. Galtzakomikeko “Komikia”k karikaturak aurkezten zituen bezala, beste lanak errealista-goak dira. Lanak beti euskaraz sortuak dira, euskaraz pentsatzen duelako.

**Zein da komikiarekin duzun harremana, noiztik da zure zaletasuna?**

Gurasoei bota beharko diegu errua! Gure aita komikizalea zen eta baita marrazkilaria ere. Gure etxean beti izan dira komikiak, garai horietan “tebeoak” ziren; Mortadelo, Carpanta eta tankerako klasiakoak. Komiki mundua orduanik asko aldatu da, material askoz gehiago dago egun, autore gehiago ere badaude. Dendetara joanez gero, aukera demasa dago... Ni gutxika bilduma osatzen noa, komikiez jositako apalategia dut etxean.

Irakurzaletasunaz mintzatu zara, baina noiz marraztu eta osatu zenuen zure lehen komikia?

Eskolan edo institutuan izango zen. Iaz Portugaleteko komiki lehiaketaren 25. urteurrena ospatu zen, eta lehenengoz 1. edo 2. edizioan parte hartu nuela uste dut. Badira urteak! Ondarroan ere beste lehiaketaren bat egon zen eta bertan parte hartu nuen, horrela hasi nintzen. Ondarroako kultur taldeak komikiarekin harreman handia du, komiki eroak dira, urtean komiki aldizkari bat kaleratzen dute eta bertan murgildu nintzen mundu honetan. Geroztik, komiki mundutik atera eta berriro sartu naiz.

**Komikia sortzeko garaian zer nolako baliabideak erabiltzen dituzu?**

Eskola zaharrekoa naiz. Egia esan, Galtzakomikeko komikia bera ordenagailuan apainduta eta maketatuta dago, baina marrazkiak boligrafoz eginda daude. Oraintxe amaitu berri dudana komikia ere boligrafoz egindakoa da. Gainerakoak arkatzarekin eta eskuz pintatuak izaten dira, klasikoak. Mundu digital horretara ez dut saltorik eman, nahi bai baina momentuz ez dut egin. Eskola zaharrekoa naiz.

**Galtzakomikeko saria jasotzerakoan, Kike Amonarriz komikizale eta lehiaketako epailea zure lanaz mintzatu zen: "metakomikigintzaz jarduten duen lana; komikilari batek eginga dela argi dago, komikilariak lana egiteko orduan planteatzen zaizkion kezak aurkezten ditu. Originalta-**

**sunagatik, irudien eta plan-teamenduaren kalitateagatik lehen saria jasotzea merezi du". Egiten duzun lanaren isla ikusten duzu hitz horietan?**

"Abrumatuta" utzi ninduen. Kikerekin hitz egin eta pasatu egin zela esan nion; hala ere, bere hitzak eskertu nituen.

"Komikia" lanaren ideia aurreko lan batetik sortu zen; Lea Artibaiko eskoletan hitzaldiak eskaintzen aritu nintzen komikiak nola egin, eman beharreko pausoak irakasten... Bestetik, gazteentzako gida bat ere eginda neukan eta gida horren ideia hartuta, txukunduta, komiki bihurtu nuen.

Komiki mundutik ez naizela biziko badakit. Hala ere, gogobetetasunagatik jarraituko dut. Sari hauek bultzadaxo bat izan dira. Sariak "zerbait" badagoela adierazten dute eta horregatik aurrera jarraituko dut. Zaila da marrazkietatik bizi eta profesio bihurtzea. Beldurra ere badut; azken finean, orain afizio, hobby bat da, baina afizio hori lan bihurtzeak beldurra ematen du. Obligazio bihurtzeak beldurra ematen du.

Orain nire burua obligatzen dut baina gustura sentitzen naiz; aurikularrak jantzi, orritxoak hartu... "teletransportazioa" da! Nire munduan sartu eta pertsonaiak sortzen murgiltzen naiz. Nire pertsonaiei "buruhandiak" deitzen diet, izan ere, buruhandi samarrak dira, agian jabea bezalakoak...

**Zein da zure ustez egungo euskal komikigintzaren egoera?**

Erantzuna emateko galdera zaila da, ez naiz euskal komikigintzan espertoa. Ez nago oso murgildua. Komikigintza

gustatzen zait eta nire erara egiten dut, autodidakta naiz. Hala ere, zenbait autore handi gida modura ditut, esaterako Jiro Taniguchi eta Paco Roca. Istorio kontatzaileak dira, marrazki batzuekin, istorioak kontatzen dituzte, eguneroko gertaerak.

**Irailaren 20an abiatuko den Ibarra Galtzakomik V. edizioan parte hartzeko intenziorik?**

Asmoa bai, baina esan beharra daukat hankamotza naizela, akats txikia daukat, istorioak asmatzea kosta egiten zait, ez naiz gidoilaria. Istorio sinpleak egiten ditut, egunerokotasuneko kontuak.

Hausnarketak ere badira. Azkeneko komikia egitea asko kosta zitzaidan, aita joan zela laster urtebete beteko da, eta esan gabe geratzen diren kontuak jasotzen ditu, komikia agur antzekoa da.

**Marrazkilariek Galtzakomik lehiaketan parte hartzera animatuko zenituzke? Hastapenetan dagoen gaztetxo horri zer esango zenioke?**

Agian ez naiz egokiena erantzuteko, baina euren gustuko lana egiteko esango nieke; azken batean, marrazki horretan norberaren izaera azaltzen baita.

Nire garaian, jende guztiak esaten zidan zeinen ondo marrazten nuen baina gero lehiaketa batean aurkeztu eta lehenengo hiru sarietan ez agertzean, nahiko kolpe handia hartu nuen. Autoestimua erantzako kolpetxo da. Baina, hala ere, esan beharra dago nahiz eta gaurkoan ez izan, bihar izan daitekeela. Azken batean lana egitea eta disfrutatzea da. ☺

Galtzaundi 368  
12ko irailak 7

**Xirimiri**

*Txokolategia*  
Xabier Izagirre

**Gosariak eta meriendak**

Tel.: 943 675 223  
Errementari kalea, 40 • TOLOSA

**ELUSTONDO  
ELEKTRIZITATEA**



Argi lanak  
Iluminazioa  
Antenak

lurre, 4 (Mustad)  
943 672 300  
Amaroz, 21.  
943 675 513  
20400 TOLOSA

**Zumardi**

SEGUROS  
BILBAO



Aholkularitza  
integrala

Laskurain, 8-behea  
TOLOSA  
Tel.: 943 651 877

**Martin  
Eceizabarrena**

Instalazio  
erreforma  
Konponketak

Igaralde, 11 - Tolosa  
Tel.: 943 672 445  
Mobila: 608 774 822

**matilda**

zure moda osagaien denda

Korroto Kalea, 3  
Tolosa

Datorren irailaren 29an Pertsona Gorren Nazioarteko Eguna ospatuko dela eta, Galtzaundi Julian Rodriguezekin bildu da. Gainditzen, Tolosaldea-Goierriko Gorren Elkarteko kidea izanik, elkartearen 10. urteurrenaren eta Gorren Komunitatearen IX. Sentsibilizazio Astearen berri eman du. Komunikazio oztopoak azalera eta interpreteen beharra azpimarratzea dira Julian Rodriguezen eskaeretako bi.

12

Naiara Roldán de Aránguiz

Tolosaldea-Goierriin 50 pertsona gor daude, Gipuzkoa osoko zifra aztertuz gero 1.200 pertsonen komunitatea kontutan hartu behar da. Komunikatzeko orduan zeinu-hizkuntza ezinbestekoa dela iruditzen bazaigu ere, erdia baino gutxiago (500) jarduten da zeinu-hizkuntzaz. Honakoa, gorren komunitatearen argazki zehatz bat baino ez da; Sentsibilizazio Astearen helburua ordea gor komunitatearen egoera zabala ezagutaraztea da.

Gainditzen elkarteak sortu zenetik 10 urte igaro dira jada; hamarkada honetan egoera aldatu dela azaldu du Julian Rodriguezek: teknologia berriek gorren bizimodua erraztu dute –ordenagailuak, internet, kameradun telefono mugikorrak...-. Elkarteak gorren elkargune izateko sortu zen, zitak adosteko, komunikazio arazoak murriztu nahiarekin. Egun elkartearen beharra gutxitu dela jakitun da Julian, teknologia berriei esker,



pertsona gorrek komunikatzeko aukera gehiago baitituzte. Hala ere, Julianek pertsona gor heldu eta gazteen artean bereizketa egin nahi du: "pertsona gor gazteen bizimodua erabat aldatu da, integratuta daude, entzule gazteek ere gor gazteekin harremana dute baina helduen egoera ez da batere aldatu".

Gainditzen Elkartearen urteetako aldarrikapen eta errebindikazioa interpreteen beharra izan da. Momentuan egoerak hobera egin beharrean, txarrera egin duela adierazi du Gainditzeneko kideak: "aurten egoera are kaxkarragoa da, krisialdiarekin murrizketak alor guztietan nabari dira eta pertsona gorren-

tzat egoera are zailagoa bihurtzen da".

#### Ekitaldi ugari

Gorren Komunitatearen IX. Sentsibilizazio Astea, irailaren 24an hasi eta 30era bitartean zabalduko da Tolosan. Egunik garrantzitsuena, zalantzarik gabe, irailaren 29koa izango da –Pertsona Gorren Nazioarteko Eguna-. Egunean zehar ekitaldi ugari ospatuko badira ere, Julian Rodriguezek hurrengoak azpimarratu nahi izan ditu: Arymuxen "Isiltasuna dantzan" ikuskizuna eta Ainhoa Moiuaren emanaldia, Zea Mays taldearen "Negua joan da ta" abestia zeinu bidez interpretatuz.



# Pertsona gorrei adituz

“Isiltasuna dantzan” ikuskizun egokitua da; zeinu-hizkuntza, dantza, musika, olerkia eta antzerkia uztartzen ditu, pertsona gorrek kulturaz era aske batean disfrutatzen. Ikuskizunak, gizarte eta kultur integrazioaren ikuspuntutik, komunikazioaren oztopoak apurtu nahi ditu. Ikuskizunaren aurretik gainera, zeinu-dantzako ikastaroa ere eskainiko da. Bi ekintza hauen bitartez, gorren komunitatea protagonista sentituko da, musikaz gozatuz.

Bestetik, iaz horren ezagun egin zen Zea Mays musika taldearen “Negua joan da ta” bideokliparen protagonista, Ainhoa Moia eszenaratu du Tolosan. Bideoklipa Euskal Herrian fenomeno bilakatu zen, “entzule-gizartearentzat batik bat”. Izan ere, Julian Rodriguezen esanetan, gorren gizarteak bestelako taldeen adibide ugari ezagutzen zituen alde aurretik: “egon badaude askoz talde gehiago zeinu-hizkuntzan abestuz aritzen direnak, horregatik, entzuleen gizartearen gorren gizartearen baino inpaktu gehiago sortu zuen”.

## Haurrentzako ekitaldiak

Haurrei zuzenduriko hainbat ekitaldi antolatuko ditu Gaianditzen elkarteak sentsibilizazio egindako Laburmetraien III. Jaialdiari, alegia. Julian Rodriguezen esanetan, “jaialdia berezia eta bakarra da eta aurten 15 pelikula ikusteko aukera egongo da”. Tolosar zein bisitariak, laburmetrai jaialdiak disfrutatzen ordea azaroaren 5aren zain geratu beharko dira.

tzako ikasleen laguntza jasoko du. Honela, txikienek hainbat jolas eta jarduerak egiteko aukera izango dute; adin guztietako haurrentzat zuzendurik, gor zein entzuleentzat. Jolasetan parte hartzen dutenek gainera, zenbaki bana jasoko dute opariren zozketa batean parte hartzeko.

Jolasez gain, Tolosaldeko haurrek Julian Rodriguezen eskutik hitzaldiak izango dituzte. Hitzaldi hauek medio, gorren komunitatearen berri emango die Rodriguezek Lehen Hezkuntzako 5. eta 6. mailako ikasleei. Julian Rodriguezek jakitera eman bezala, hitzaldiak “benetan interesgarriak” dira, umeen jarreraz jabetzeko: “Gorren bizitzari buruz galdera ugari botatzen dituzte: nola bizi garen, nola gidatzen dugun, ohetik nola altxatzen garen, telefonoz nola jarduten garen...”, adierazten du irribarrea ahoan duela. Julianek lan hau era boluntarioan burutzen du, urtetik urtera ikastetxeak txandakatuz, “guztietara ezin helduz, gutxika ikastetxe gehiagoetara heltzea da nire nahia”.

Sentsibilizazio astea amaituta, 2012. urtea bukatu baino lehen Gaianditzen Elkarteak beste erronka bati ere aurre egin beharko dio: Zeinu Hizkuntzan egindako Laburmetraien III. Jaialdiari, alegia. Julian Rodriguezen esanetan, “jaialdia berezia eta bakarra da eta aurten 15 pelikula ikusteko aukera egongo da”. Tolosar zein bisitariak, laburmetrai jaialdiak disfrutatzen ordea azaroaren 5aren zain geratu beharko dira.



## Gorren Komunitatearen IX. Sentsibilizazio Astea. Egitaraua

### Irailak 24-30

**Erakusketa.** San Frantzisko pasealekua. Zurezko hainbat obra, komunikatzeko oztopo eta mugak azaleratuz.

### Irailak 28-29

**Erakusketa.** Kultur Etxea. Eskualdeko hainbat ikastetxeetako haurrek eginiko marrazkien erakusketa. Gaia: gorrek komunikatzeko dituzten mugak eta oztopoak.

### Irailak 26-27

**Hitzaldiak.** Tolosako Laskorain Ikastolan eta Ibarrako Uzturpe Ikastolan. Gorren komunitateari buruzko hitzaldiak lehen hezkuntzako 5. eta 6. mailako ikasleei, Julian Rodriguezek eskainia.

### Irailak 29, larunbata. Pertsona Gorren Nazioarteko Eguna

**10.00-14.00.** Pertsona gorren artisautza postuak. Triangulo plaza.  
**10.00.** Zeinu-dantza eskola gor eta entzuleentzat. Kultur Etxea. Arymuxek eskainia.  
**10.30.** Traineruen lagunarteko lehia. Oria ibaia. Gaianditzen, Eusak Gorrak eta Fevapaz elkarteko kideak.  
**11.00-13.00.** Haurrentzako jolasak. Triangulo plaza  
**12.00.** Manifestuaren irakurketa. Triangulo plaza  
**17.00.** “Isiltasuna dantzan” (Arymux) eta Zea Maysen “Negua joan da” abestiaren zeinu bidezko interpretazioa, Ainhoa Moia. Leidor  
**18.00.** El Grito antzerki taldearen “Cinco horas con Mario”. Leidor



# Kike Mokoroa, Kirol oinarriez solasean

Kike Mokoroa (Tolosa, 1977) Kirol Management enpresako teknikaria izanik, Tolosaldea eta Zarautzeko Kirol Bulegoen ardura du bere gain. Gipuzkoan ordea, Tolosakoaz gain beste bost eskualdeko kirol bulego daude: Ordizia, Eibar, Zarautz, Donostia eta Irun. Duela lau urte arte, Tolosaldeko kirol kudeaketa lanak Ordizian egin behar izaten ziren, Tolosaldeko Eskualde Kirol Bulegoa zabaldu zen arte.

Felix Aiestaran

**Zein da Eskualdeko Kirol Bulegoaren zeregina?**

Gipuzkoako Foru Aldundiaren bulegoa izanik, Aldundiak kirol arloan dituen kompetentzia guztietan laguntzea da bulego hauen lana. Batez ere, eskola kirolean betetzen dugu gure zeregin nagusia. Baina badira bestelako zereginak ere; diru-laguntzen arloan, kirol talde, udaletxe eta kirol eragileei laguntza ematen diegu.

**Zein da kirol teknikariaren eguneroko lana?**

Lanaren ehuneko laurogeia eskola kirolari lotuta dago.

Ikastetxeek dituzten zalantza eta arazoei erantzun behar izaten diegu. Bestetik, udalek diru-laguntza eta kirol antolakuntzan izan ditzaketen beharrei erantzuten saiatzen gara ere.

Esaterako, udalei diru-laguntzen arloan laguntzen diegu; aplikazioa nola erabili, zalantzak argitu... Eskola kiroleko datu guztiak azaltzen dizkiegu eta kirol alorreko gorabeheren berri ematen diogu elkarri. Eta, klubekin, diru-laguntzen alorrean eskola kirola aplikazioari dagokiona lantzen dugu.

Kluben eta ikastetxeen arteko lotura sakondu beharra dago-

la uste dut. Beste eskualdeetan, klubek eta ikastetxeen arteko harremana estuagoa da. Klubek laguntza tekniko eskaintzen dute, begiraleak eta arbitroak ahalbidetuz. Alde biezat onuragarriagoa dela esan daiteke: ikastetxeek ardura horiek euren gain izan gabe, teknikoki prestatutako begiraleak dituztelako; eta klubek ere euren abantaila eskuratzen dute; kirolari gazte txoak klubetan hasteko garaian teknikoki prestatuagoak iristen zaizkielako.

**Zer berezitasun eskaintzen du Tolosaldeko kirol antolaketak?**

Tolosaldeko kirol antolakuntza, beste eskualdeekin alderatuta, egokia eta ona da. Hala ere, beti izaten dira hobetu beharreko kontuak. Tolosaldeko ikastetxeetako kirol koordinatzaileen konpromisoa handia da eta lan honetan urte luzeetako eskarmentua izanik, lana ondo egiteko aukera dute. Eskolako kirol jardueran landutako taldekako zein banako kirolak, herrietako klubetan jarraitzeko aukera izaten dute kirolariak; saskibaloian, eskubaloian edo futbolean, esaterako.

**Gipuzkoako eskola kirola, kirol aniztasunean oinarriturik, kirol filosofiarik egokiena da?**

Gorputz heziketarako kirol desberdinen oinarriak bereganatzea garrantzitsua da. Aniztasun horrek gorputz osoa lantzeaz gain, kirol desberdinak ezagutzeko aurrerantzean gogokoena aukeratzeko oinarri sendoagoa izatea bermatzen du.



**Bizkaian eta Araban ez da kirol aniztasuna modu honetara lantzen...**

Ez, ez da horrela lantzen eta horrez gain, Bizkaian prebenjaminetan, 6-7 urterekin eskola kirolean lehiatzen hasten dira. Sei urterekin futbolean lehiatzen hastea ona ote den ez dakit... Gipuzkoan zortzi urterekin hasten dira eskola kirolean lehiatzen. Gipuzkoako eskola kirola ereduaz galdezka etorri izan dira Espainiako hainbat autonomiatik eta gure eredu indarren jartzeko asmoa azaldu dute gainera.

**Azal ezazu, mailaz maila kirol aniztasuneko jardueraren eraketa...**

Aurrebenjaminek 7-8 urterekin hastapeneko kirol jardueratan kirol oinarriak bereganatzeko aukera izaten dute. Benjaminetan taldekako eskubaloia,

saskibaloia eta areto futbolean lehiatzen dira, banakakoez gain. Alebinetako 11-12 urtetakoek bi taldeko kirol aukeratzen dituzte, areto futbola batetik, eta saskibaloia edo eskubaloia bestetik. Banakako kirolak ere egiten dituzte. Infantilek ikasturterako nahi duten kirola aukeratzen dute.

**Ez al da gero eta goizago jotzen kirol teknifikazioa?**

Haurrei ikastetxeko entrenamenduz gain, klubetakoak gehitzen bazaizkie, ikasketarako behar duten denbora ahaztu gabe, zama ikaragarria pilatzen zaie. Umeek astea zereginez lepo bukatzen dute, beraiantzako aisialdirako denborarik gabe.

**Hamabi urterekin klubetan aritzeko behar beste kirol mailarik ez izatean, zer egin daiteke kirolariak?**

**la praktikatzeari utzi dutenekin?**

Eskola kirolaren helburua, pertsona kirolaren bidez hezteaz denez, lagun hori heldua denean ere, kirola egitea lortu behar da. Klub batek aukeratu ez izanak, ez du esan nahi kirola egiteari utzi behar dionik. Heziketa egokia izan behar da, pertsona horrek aurrerantzean ere, kirolaz goza dezan. Kirol elitera oso pertsona gutxi iritsiko dira eta.

**Gabonetan zein San Joanetan bestelako areto futbol ekitaldiak antolatzen dira, kasu honetan, guraso elkarteek osatzen dituzte futbol taldeak. Kasu honetan, bazterrean uzten dituzte hainbat ume zortzi urterekin, horren onak ez direlako.... Zer deritzozu?**

Eskolatik kanpo egonik, hori guztia kudeatzea oso zaila da.



Nire ustez, eskolako kirol koordinatzaileek jarritako irizpideak jarraituaz osatu beharko lirateke talde horiek. Eskola kiroleko irizpideekin gurasoen gehiengo oso zabala ados dagoenez ez litzateke arazorik izango. Telebisita eta gizartearen isla hutsa da. Gizarte hau oso lehiakorra baita, arlo guztietan.

**Zein da eskola kirolaren zeregina, haurra taldean murgiltze aldetik?**

Eskola kirolaren berezitasuna, hurrei ikastetxearen baliok kirolaren bidez lantzean

datza. Taldean murgildu nahi diren haurrak, egunero batera ari diren bere ikaskideen kirol taldean murgiltzea bide egokia da.

**Garai batean gurasoek ez zuten seme-alaben kirol jarraipenik egiten, futbol partidak hurrek lagunartean euren kasa antolatzen zituzten. Gaur egun ez al dago seme-alaba Messi-gai ikusten duen guraso gehiegirik?**

Izan liteke. Eskola kirola gizartearen isla izanik, eskola kirolean ere gero eta lehiakortasun handiagoa dago. Gurasoen portaera

oro har zuzena izaten da. Dena den, noizbait ikusi izan dut gurasoren bat umeari entrenatzaileak esan dionaren aurkako aginduak emanez. Umeak dilema ederra du, entrenatzaileari edo aitari kasu egin erabaki beharra!

**Tolosaldeko eskola kirolean ikuslearen dekalogoia banatu da. Horrenbesteko beharra al zegoen?**

Arazoren bat izan ohi da, baina Tolosaldean beste bailarekin alderatuta, askoz ere arazo gutxiago izaten da. Ikusleen portaera-

ren funtsa kirol koordinatzaileek gurasoei helarazi behar die.

**Zer harreman dago Tolosaldeko ikastetxe eta klubaren artean?**

Tolosaldeko ikastetxe eta klubaren arteko harremana ez da txarra, baina nire ustez estuagoa izan beharko luke. Euren artean helburuak adostuaz, denon onura bilatu behar da.

**Kirol desberdinak bultzatzeko sustapen jarduerak ere antolatzen ditu Aldundiak...**

Lehiaketa jardueraz gain, Aldundiak hastapen jarduerak eskaintzen dizkie ikastetxeei, batzuetan doanik eta bestetan salneurri oso egokian. Igeriketa kanpainak izugarriko arrakasta du eta Gipuzkoako LH1 eta LH4 arteko hurrek igeriketa oinarriak bereganatzea bermatzen du.

**Krisiak izango al du eraginik diru-laguntzen arloan?**

Bai, diru laguntzen murrizketak izango dituzte ikastetxe, klub eta udalek euren kirol aurrekontuak osatzeko garaian.

**Zer nolako osasuna du Tolosaldeko kirolak?**

Nire ustez ona. Eskola kirolean eta klubetan dagoen partaidetza ikusi besterik ez dago...

**Eskola kiroleko ikastetxe desberdinen artean zein harreman dago?**

Ikastetxe desberdinen arteko koordinatzaileen artean dagoen giro ona ulergaitza egiten zaie hemendik kanpoko batzuei. Astearteetan biltzen dira eta asteburuko partiden emaitzak eta gorabeherak aztertzen dituzte elkarrekin.





**Amaia Etxetxia**  
Nutrizio aholkularia

Zuntzaren beharrei buruz hitz egin aurretik, aurkezpen bat egingo dugu. Hasteko, zer da zuntza? Zuntza, elikagai begetaletan aurkitzen den substantzia talde bat da, gure digestio-aparatuko entzimek digeritu ezin dutena. Elikagaietako zuntzak, eragin onuragarriak ditu gure osasunarengan eta zenbait gaixotasun ekiditeko ere baliagarria da.

## Koxk! Zuntz gehiago behar al dut?

Elikagaien zuntz-edukia ezberdina izaten da, egoera ezberdinek eragiten diotela:

- elikagaiaren jatorria
- urtaroko aldaketak
- laborantza-lurra
- laborantza-sistema
- biltegitzearen eragina.

Elikagaiaren heldutasun mailaren arabera ere zuntz-edukia ezberdina izango da. Bi zuntz mota ezberdintzen dira, urarekiko duten afinitatearen arabera: zuntz disolbagarria eta disolbaezina. Bakoitzak eragin ezberdina izango du gure organismoan.

Zuntz disolbagarriak, batez ere glukosaren xurgapena atzeratzen du, odoleko kolesterol maila jaisten laguntzen du eta koloneko bakterioek hartitu egiten dute, laxante efektua izan gabe. Urdailean, zuntz disolbagarriak gelak eratzen dituzte digestioa atzeratuaz. Honek ere asetze sentsazioa sortzen du, beraz, apetitu handia duen pertsonari, zuntz mota honek lagunduko dio.

Zuntz disolbaezinak batez ere laxante efektua dauka; hesteetako mugimendua edo igarotzea azkartu eta erregulatu egiten du gortzen bolumena handitzean. Gainera, zuntz mota honek glukosaren xurgapena ere gutxitzen du.

Orokorrean, zuntz disolbagarriak fruta eta barazkietan aurkitzen dira batik bat; disolbaezinak dira bihi osoko zerealetan eta gutxiago fruta eta barazkietan.

Ondoren zenbait zuntz mota azalduko ditugu:

- Zelulosa: zuntz disolbaezina. Fruta, barazki eta lekaleetan topa daiteke.
- Hemizelulosa: zuntz disolbagarri eta disolbaezina. Bihi osoko zerealen osagai nagusia.
- Pektinak: zuntz disolbagarria. Fruta eta barazkietan ugari. Uretan disolbatzeko propietatea du, gelak eratuz, horregatik jaleak presatzeko erabiltzen da.

-Goma eta muzilagoak: zuntz disolbagarria. Elikagaien industrian, gehigarri eta egonkortzaile moduan erabiltzen dira.

-Lignina: zuntz disolbagarria. Oligo-fruktosa bezalako zuntz mota gehiago ere topa ditzakegu.

Eta zein da osasunarengan duten eragina? Aurretik aipatu ditugun eraginaren ondorioz, honako egoeretan onuragarri izan daitezke:

obesitatean, dibertikulua tratatzeko garaian; koloneko minbiziaren prebentzio moduan; gaixotasun kardio-baskularraren prebentzio moduan eta gainera odoleko kolesterol maila jaisten lagunagarria da eta baita diabetesaren kasuan ere.

Kontra, beste zenbait egoeratan zuntz kantitatea murriztu beharko da, adibidez:

- anorexiaren kasuan: zuntzak asetze sentsazioa handitzen duelako
- flatulentziak mina sortzen

duenean: zuntz disolbagarriak gantz-azido lurrunkorrik sortzen ditu. Zenbait gaixotasunetan, mina eragin dezakete (gibela, pankrea, behazun-xixkua)

-beherakoa dagoen zenbait kasuetan

-esofagitis eta erreflu-gastroesofagikoan, zuntz disolbaezinarekin ere kontuz ibili behar da

-hesteetan xurgapen arazoak daudenean, batik bat hanturazko prozesuak dauden patologietan

Eta azkenik, zuntz kantitatea igo nahi duenak, honako gomendioak jarrai ditzake:

- barazki eta fruta gehiago jan, batez ere azalarekin
- bihi osoko zerealak aukeratu
- zukuaren ordeztu fruta osoa jan, ongi mastekatu!

# Bonbereneako sua pi<sup>z</sup>turik

Irailaren 15ean, larunbatean, Bonberenea Sutan musika jaialdia piztuko da Tolosan. Hirugarrenagoz ospatuko den iraileko zitaren berri eman dute Julen Caminosek eta Juantxo Arakamak. Glaukoma, Matxura, Berri Txarrak, Gas Drummers eta Gose izango dira Bonbereneako eszenatokian.

Naiara Roldán de Aránguiz

Bonberenea Sutanek bere ateak irekitzeko bi aste eskas falta diren honetan Galtzaundi Julen Caminos eta Juantxo Arakama antolatzaileekin bildu da musika zitaren antolakuntzaz datu gehiago izan asmoz. Julenek 19 urte baditu ere, Bonbereneako "beteranoa" dela aitortzen du Juantxok. Izan ere, 13 urte zituenetik Bonberenearen parte baita, "hasieran skatean ibiltzera etortzen nintzen eta gaur egun kontzertuetako teknikari lanetan aritzen naiz". Kontzertu aretoaren arduraduna da Julen Caminos; horrenbestez kontzertuetako soinu probak zein zuzenekoetako soinuaren ardura berea da.

Juantxo Arakamaren ibilbidea Bonberenearen baitan ordea laburragoa da. Izaskun auzoko Otsabi elkartean partaide iza-

nik, auzo horretako festen antolakuntza lanetan murgildurik izan zuen Bonberenearekin lehen harremana. Juantxo Arakama Glaukoma tolosar musika taldearen partaide ere badenez, musika munduak eskaini zion Bonberenearekin lehen harremana: "Glaukomak Izaskun auzoko festen kanta egin zuenean Bonbereneara etorri ginen grabatzera. Honela hasi eta hila-bete batzuetan erabat murgildurik nengoen etxe honetan", gogoratzen du Juantxok.

Batak zein besteak, musika du erreferentzia Bonbereneari dago-kionean, horregatik Bonberenea Sutaneko antolatzailetako bi izateak ez da gertukoentzako harri-garria suertatuko. Gazteei musika jaialdi honen zergatiak zein izaeraz hitz egiteko eskatzeko ga-

raian, ondorengoak azpimarratu dituzte: "sormen librearen ideia dago jaialdi honen muinean". Hau da, Juantxok sakondu moduan, "Bonberoen aldeko aldarrikape-na, talde guztiak doanik datoz, zentimorik ez dute kobratzen, ateratako dirua Bonberenearen etorkizunerako delako. Sormen librea sorreratik bultzatu da eta etxe honen muina izaten jarraituko du. Azken finean, Tolosako gune hau sormen librearen aldeko gune bat delako".

Bi urtez behin ospatzen den jaialdiaren beste ezaugarrieta-ko bat, antolatzaile biren esanetan, "benefikoa" izatea da. Nolabait, "auto-benefikoa" dela esan daiteke, izan ere, jaialdi honen antolakuntzatik sortutako diru-iturria urte osoko ostiral zein larunbateko kontzertuak antolatzeko baliagarria izaten da. "Urtean zehar kontzertu asko eta asko ospatzen dira bai-na jendea era masiboan lauz-pabost kontzertuetara baino ez da etortzen. Talde minoritari-oen kontzertu eta ekitaldiak izaten dira eta askotan ezin dira ekonomikoki mantendu, horre-gatik bestelako bultzada behar izaten dugu", zehazten du Juan-txo Arakamak.

Astebururo ospatzen diren kontzertu hauen bitartez tolo-sarrei aisialdi, kultura eta mu-sika aukera paregabea eskain-tzen zaielako harro daude Julen eta Juantxo: "honelako leku bat

etxe aldamenean edukita, nik uste aprobetxatu behar dugu-la, gehien bat musika gustatzen zaigunok".

Baina Bonberenea Sutan musika jaialdiaren ezaugarri eta izaerara bueltatuta, Julenek eta Juantxok ez dute "etorkizu-na" ahaztu nahi. Bonberenea Sutan lehenengoz ospatzearen arrazoa etxe beraren etorki-zuna kolokan egotea izan zen: "etxeari etorkizun egonkor bat bermatuko dion egoera bat al-darrikatzen da, garaian garaiko Udalaren erabaki politikoetatik at egongo den egoera. Hortaz, 2007an hasitako Bonberenea Sutan kanpaina martxan da oraindik ere, etxea dagoen to-kian geratuko denik ez baitago ziurtatuta".

Gaur egun ere egoerak bere horretan jarraitzen duela go-goratu nahi izan dute: "oraindik ez dago udalarekin etorkizun finko bat finkatuta. Gure nahia Udalak legalki egin dezakeena egitea da, oztopo legalak eki-ditea. Hau da, lau urtetik behin, Udaleko korporazio kolorea aldatuta ere, etxe honen etorki-zuna bermatuta egotea".

## 2012ko kartela

Aurtengo kartelak Glauko-ma, Matxura, Berri Txarrak, Gas Drummers eta Gose ekarriko ditu datorren irailaren 15ean, larunbatean, Bonbereneako futbol zelaiko eszenatokira.



Talde bakoitzaren izaeraz eta Bonberenearekin duen harremanaz galdetzerakoan, gazte biek Bonberenea Sutanen josteko beharrezkoak diren ezaguarriez mintzo dira: "taldeek ez dute inoiz Bonberenea Sutanen errepikatzen. Behin talde batek jo duenean, printzipioz, behintzat, ez du errepikatuko. Espero hemendik gutxira honako jaialdia ospatu behar ez izatea, hori horrela balitz seguruen beste-lako jaialdi mota bat ospatzeari ekingo genion".

Honetaz gainera irailaren 15ean Tolosan kontzertua eskainiko duten talde guztiek Bonberenearekin harreman berezia dutela azpimarratu nahi izan dute. Jaialdiari hasiera emango diona, arratsaldeko 20.30ean, Glaukoma da. Talde bakoitzak ordubeteko kontzertua eskainiko duela aurreratu dute antolatzaileek eta emankizunak puntualak izango direla

zehaztu dute. Taldeen artean hogei minutuko atsedena egonik, jaialdia goizaldeko hirugarako amaitzea aurreikusten da. Lehen kontzertua 20.30ean hasiko bada ere, Bonbereneak bere atea 19.00etan irekiko ditu.

1.500 sarrera salgai jarri dira eta eskuratzeko hiru modu daude: Bonberenean bertan, Internetez (sarrerak@bonberenea.com) eta Eguzki, Orbela, Denak eta Mescal tabernetan, 15 euroren truke.

Bonberenea Sutanek 2012-2013 ikasturteari hasiera emango dion ekitaldia izango da Tolosako etxe honen baitan. Hala ere, astebururoko kontzertuek euren jarraipena izango dute eta urria aldera gainera Bonberenea Ekintzaren 10. urteurrena ospatu asmoz hamarkada honetako lanak jasotzen dituen argitalpen berezia ere kaleratuko da. ☺


**Glaukoma.** Tolosar talde gaztea, rap-reagge estiloa sortzen duena, Bonberenea Ekintzaren eskutik diskoa kaleratu berri duena. Festa eta jaialdia hasteko talde ezin hobea Glaukoma.

**Matxura.** Rock industrialia egiten duen ekimen berria, Euskal Herriko rock mailako musikari ezagunek osatua: Fer Apoa (Kuraia), Mikel Kazalis (Anestesia), Aitor Abio (PiLt) eta Txarli Diaz (Anestesia). Zuzeneko gogor eta krudela, ikus-entzunezko lagunduta.

**Berri Txarrak.** Jaialdiaren burua. Entzuleentzat aski ezagunak, jendea kantuan eta dantzan jartzeko aproposak. Zuzeneko ikusgarria eskainiko du Berri Txarrak taldeak.

**G.A.S Drummers.** Jaialdiko talde ezezaguna eta ezustekoa sortuko duena. Jerez de la Fronterako Andaluziarrek urteak daramatzate musika munduan. Estatu mailan garrantzitsuak indie-rock estiloaren hastapenetan.

**Gose.** Jaialdia modu alai eta gozoan amaitzeko. Arrasateko taldeak bere eritmo biziak eskainiko ditu, musika eta efektu bisualak uztartuz.



## Saldias Miguel

**CORREDURIA DE SEGUROS  
ASEGURUETAKO ARTEKARITZA**  
N. D.G.S. J.1759

- Bizitasseguruak
- Kotxe-aseguruak
- Istripuak
- Gaisotasunak
- Ospitalizazioak
- Subsidioak
- Lan-istripuak
- Enpresa txiki eta ertainak
- Erantzukizun zibila
- Etxe-aseguruak
- Denda-aseguruak
- Erretiroak
- Inbertsio fondoak

SALDIAS MIGUEL - Nafarroa Etorbidea, 12-behea  
Tel.: 943 651 189 - 943 653 462  
Faxa: 943 653 462 - 20400 Tolosa (Gipuzkoa)  
[www.saldias-miguel.com](http://www.saldias-miguel.com)



## Tolosa Bit

Informatika Zerbitzuak  
Ordezkoak eta konputatzaileak  
Bisnes eta pertsonalitateko  
Materiazulak

Oria kalea, 14-behea  
Tolosa - Tel.: 943 676 156  
Faxa: 943 016 857  
[tolosabit@facilnet.net](mailto:tolosabit@facilnet.net)  
[www.tolosabit.es](http://www.tolosabit.es)



## HALCON BIDAIAK

*Bidaiarik erakargarrienak*

Korreo kalea, 5 - TOLOSA | Tel.: 943 674 566 | Faxa: 943 674 113



## errrotatxo okindegia

Andia kalea, 3      Amaro, 9-A  
Tel.: 943 655 492      Tel.: 943 671 038

## irakurri entzun lkusi

Paradisua  
Arrate Egaña

Zoriontasun izpien bila dabilta Arrate Egañaren kontakizunetako protagonistak. Beren bizitzak daukan gristasunetik aterako dituen esku salbatzailearen zain, mirari hori une bateko irudipena besterik ez izan arren. Familiaren abaroan gelditu edo etxetik joan barne tenkan dabiltzan gazteak, bikotean bilatzen zutena aurkitu ezinaz kezkatzen diren gizon-emakumeak...

Cantus Caterva  
Hasier Oleaga

Hasier Oleagak egile gisa eskain ditzakeen disko ugarietako bat da Cantus Caterva, baina lan honetan bera izateaz gain, laguntzaileen taldera bilatzen dira Iñaki Salvador, Mikel Andueza, Jon Piris...

Barrura begiratzeko leihoak  
Zinez ekoiztetxea

Dokumentala. 2012ko irailean estreinatuko da. Josu Martinezek, Eneko Olasagastik, Mireia Gabilondok, Enara Goikoetxeak eta Txaber Larreategik zuzendutako dokumentala da Barrutik begiratzeko leihoak. Bakoitzak preso bati buruzko istorioa kontatzen du.

# hitzorduak

Irailaren 7tik 21era bitarteko

## Kirola

**Balaitous-Palas mendi irteera.** Irailak 8 eta 9, larunbata eta igandea. Oargi Mendi Elkarteak antolatuta.

**Zintzur jaitsiera.** Irailak 8 eta 9, larunbata eta igandea. Bost orduko ikastaroa. Gutxienez sei laguneko taldea. Izena emateko: Abaltzisketako Txindokiko Itzala parkean.

**Eskalada ikastaroa.** Irailak 15 eta 16, larunbata eta igandea. Bi goizeko ikastaroa. Orduetako taldearen arabera. Gutxienez 3 laguneko taldea. Izena emateko: Abaltzisketako Txindokiko Itzala parkean.

**Pto. Kruzeta-Legutianora irteera.** Gaztetxoentzako mendi irteera. Irailak 16, igandea. Alpin Uzturrek antolatuta.

## Ospakizuna

**Bizi-Nahi elkartearen festak.** Irailak 13-16 bitartean. Ibarra.

## Azoka

**Garagardo Azoka.** Irailak 13-16 bitartean. Garagardo dastaketa eta kultur ekitaldiak. Tolosa, Zerkausia.

## Kontzertua

**Tolosako Musika Bandaren kontzertua.** Irailak 14, ostirala. Tolosa

## Erakusketa

**Ni Pinotxo naiz.** Irailaren 23a bitartean. Tolosa, Topic. "Ni Pinotxo naiz. Pinotxoren isto-

ria, inoiz kontatu ez dizuten eran".

## Informazio saioak

**Atzeritartasun legeari buruzko taldeko informazio saioak.** Irailak 18, asteartea. Tolosa, Kultur Etxea. 18.00

## Antzerkia

**Agustin Jimenez antologia.** Irailak 21, ostirala. Tolosa, Leidor. 20.30

## Festak

**Izaskun Auzoko Festak.** Irailak 7-9.

**Irailak 7, ostirala.** 18.00etan hasita txupinazoa eta txokolatada, ondoren buruhandiak, trikipoteoa Albiztuarren eskuetik, txoznatik hasita. 20.30ean danborrada afora eta ondoren danborrada "Bonberenea txaranga"rekin. Kantaflor eta Laketen kontzertuak.

**Irailak 8, larunbata.** 11.00etan hasita, haur jolasak eta marrazki erraldoia. Ondoren, auzo bazkaria txarangarekin Izaskun plazan eta arratsaldean sagardo dastaketa pintxoekin eta zahagi ardoa Izaskun plazan. 23.00etan hasiko dira Napoka Band, Willis Drummond eta Anai Arrebak-en kontzertuak.

**Irailak 9, igandea.** 09.00etan Tolosako Udal Txistulari Bandarekin diana. 12.00etan toka txapelketa, ondoren tortila txapelketa eta zahagi ardoa Izaskun plazan. Arratsaldean, "Izaskun auzoko mus txapelketa 2012"

Izaskun plazan eta segidan Poxpolo eta konpainiaren pailazo ikuskizuna.

## Turismo Esperientzia

**Tolosa Gourmet, zu zeu chef onena.** Irailak 8, larunbata eta irailak 15, larunbata. 11.00-15.00. Tolosaldea Tour-eko turismo bulegotik abiatuta. Informazioa eta erreserbak: Tolosaldea Tour 943 69 74 13 edo [tour@tolosaldea.net](mailto:tour@tolosaldea.net). Turismo esperientzia, ekimen honen bitartez Euskal Herriko errejeta esanguratsuenak sukaldari ospetsu baten laguntzarekin prestatuko ditu bisitariak.

## Jaialdia

**Bonberenea Sutan.** Irailak 15, larunbata. 19.00etan ateen irekiera eta 20.30ean kontzertuen hasiera. Glaukoma, Matxura, Berri Txarrak, Gas Drumers, Gose eta Olarius&Brothers Rock Djak.

## Alkizako festak

**Irailak 7, ostirala.** Gazte eta helduen toka txapelketa, espuma festa, trikipoteoa. Gauean, barrikotea, bertso jaialdia (Maialen Lujanbio, Julio Soto, Amets Arzallus, Jon Maia, Iker Zubeldia eta Anjel Mari Peñagarikano) eta Ingo al deu? taldearekin erromeria.

**Irailak 8, larunbata.** Herriko haurrentzat txirindulari lasterketa, meza nagusia, jubila-

# Ikastetxeko formazioak eta orientazioak ateari ireki ditu:

Heziketa arautua  
Heziketa Zikloak D ereduari:

- Erdi maila.
- Goi maila.

**Arloak:** Administrazioa, Informatika, Elektrizitatea, Mekanika, Soldadura-Galdaragintza, Mantentzea.

Heziketa ez arautua  
"Lanerako Prestakuntza"

**Langileentzako Formazioa (Hobetuz).**

- Katalogo modularreko ikastaroak.
- Formazio tekniko espezializatua.
- Enpresen neurriak.

**Langabetuentzako Formazioa (Lanbide).**

**Enpresen Formazioa: neurrirako formazioa.**

Orientazioa, informazioa edo aholkularitza bilatzen baduzu, jo ezazu IKASTN-eko bulegora.

Gure ikastaro eskaintza ezagutu nahi duzu?  
Jo ezazu Tolosaldea GLHBko bulegora.  
Santa Luzia 17 - 20400 Tolosa  
Telefonoa: 943.65.11.47 - 615.775.678

idazkaritza@tolosaldea.com  
www.tolosaldea.com

info@ikastn.com  
www.ikastn.com



tuen bazkaria, herriko gazteen arteko herri kirol saioa Izaskun Mendizabal eta Jon Zabalen omenez: ekologistak eta ehiztarien arteko desafioko, sagardo dastaketa. Gauean trikitixa "Bide Batez" taldearekin.

**Irailak 9, igandea.** Txakolin dastaketa, beterranoen arteko pilota txapelketaren finala, Allur dantza taldearen emanaldia eta trikitixa Astiasaran anaiekin.

**Irailak 15, larunbata.** Futbol partiduak eta "Xentimorik gabe" antzezlanak, Ramon Agirre eta Inazio Tolosarekin.

## Lizartzako festak

**Irailak 7, ostirala.** Gazteen arteko pelota txapelketako finala, kalejira, haurrentzako danborrada Isk&bila txarangarekin, herri afaria, txupinazoa eta danborrada eta Skasti taldearen kontzertua.

**Irailak 8, larunbata.** Diana, puzgarriak, hamaiketako zahagi ardoarekin eta bertsolarekin, toka txapelketa herrikoia, herri bazkaria, puzgarriak, sagardo dastaketa, kantaldia Lorea Intxaurrendietarekin, presoaren eskubideen aldeko kalejira eta erromeria Unsain anaiekin.

**Irailak 9, igandea.** Diana Lizartzako gaiteroekin, umeen Udaberriko Pilota Topaketen finalak, patata tortila lehiaketa, poteo herrikoia herriko gaiteroekin, mus txapelketa, herri-tarren arteko kirol desafioko eta Otsolar dantza taldearen emanaldia eta dantza soka.

## Goardiako farmaziak

<b>Ostirala, 7</b> Bronte C. (Korreo, 20) Tolosa	<b>Asteazkena, 12</b> Morant R. (Zabalarreta 1) Tolosa	<b>Astelehena, 17</b> Bronte C. (Korreo, 20) Tolosa
<b>Larunbata, 8</b> Lejeune, Leyre (Euskal Herria, 46) Ibarra	<b>Osteguna, 13</b> Bronte C. (Korreo, 20) Tolosa	<b>Asteartea, 18</b> Bengoetxea E. (Nagusia, 7) Tolosa
<b>Igandea, 9</b> Olarreaga I. (Korreo, 2) Tolosa	<b>Ostirala, 14</b> Morant R. (Zabalarreta 1) Tolosa	<b>Asteazkena, 19</b> Olarreaga I. (Korreo, 2) Tolosa
<b>Astelehena, 10</b> Bengoetxea E. (Nagusia, 7) Tolosa	<b>Larunbata, 15</b> Iturrioz I. (Euskal Herria, 3) Ibarra	<b>Osteguna, 20</b> Bengoetxea E. (Nagusia, 7) Tolosa
<b>Asteartea, 11</b> Olarreaga I. (Korreo, 2) Tolosa	<b>Igandea, 16</b> Lejeune, Leyre (Euskal Herria, 46) Ibarra	<b>Ostirala, 21</b> Olarreaga I. (Korreo, 2) Tolosa

## Telefono interesgarriak

Alegia-Amezketeta-Abaltzisketa-Albiztur	Gernikako Arbola, hitzor	943 006 900
Osasun zentroa	943 653 212	Amarozko dispensarioa
Altzo	943 654 737	Asunzion klinika
Medikua	943 652 339	(larrialdia)
Anoeta-Alkiza-Hernalde	943 889 003	San Kosme San Damian
Medikua	943 683 361	geriatrikoa
Baliarrain	943 681 134	Udaltzaingoa
Medikua	943 683 361	Ur eta Argia (Tolargi)
Berastegi-Elduain	943 683 361	Ur zerbitzuak (aberiak)
Medikua	943 683 361	Urreemendi egoitza
Bidegoian	943 683 361	Larrialdia, Suhiltzaileak
Medikua	943 681 134	DYA
Ibarra-Belauntza-Berrobi-Gaztelu-Leaburu	943 683 361	Gurutze Gorria
Osasun etxea	943 672 411	Ertzantza
Ikaztegieta	943 653 329	Tolosa Gasa
Medikua	943 690 720	Lizartza
Irura	943 650 931	Medikua
Osasun zentroa	943 006 800	Orendain
Tolosa	943 650 931	Medikua
Anbulatorioa, larriald.	943 006 800	Orexa
San Esteban, hitzordua	943 006 800	Medikua
		943 682 228

jarri zure  
publizitatea  
**Galtzaundi**  
aldizkarian

Nafarroa etorbidea, 6  
20400 Tolosa  
publizitatea@galtzaundi.com  
943 655 004  
www.galtzaundi.com



**SANTA  
LUZIA  
GARAJEA**

Grua zerbitzua  
24 orduetan

943 653 491  
943 653 874  
943 653 985  
943 806 020  
Santa Luzia, 1-TOLOSA

**SANZ**  
arraindegia

Tel.: 686 98 21 74  
943 65 17 85

Nafarroa etorbidea,  
7 behea  
20400 Tolosa

# Muxutruk

## Lana

• Ingeleseko eta frantseseko klaseak bakar-ka edo taldeka. Maila desberdinak. Irakasle tituluduna. 664.16.02.68

• Sukaldari edo zerbitzari laguntzaile gisa lan bila nabil. Homologatutako titulua daukat. 671 44 66 15.

• Hortz-protetikoko tituluduna lan bila. 671 44 66 15.

• Klase partikularrak Tolosan. L.H. eta D.B.H. Gai guztiak. 645 710 789 (Ana). Banaka edo binaka. Esperientzia

• Emakumea, etxeko lanak egiteko eta pertsona helduak zaintzeko prest. 688 642 137

## Etxebizitza

• Pisua salgai Erremeritari kalean, 42 m2 eta erreforma egiteko. 620 129 295

• Ikaztegietan 100 m2-ko 5. pisua salgai. 3 logela, sukaldaria, egongela, komuna eta 2 trastero. Balkoi handi eguzkitsua. 637 914126

Jaka-ko urbanizazio batean azken 6 etxebizitza salgai garaje eta trasteroarekin. Prezioak: 120.000,- € eta 145.000,- € artean. Erabateko kalitatezko ekipamentuak. Informazio gehiagorako deitu 619311255ra.

• Ibarra, ikasleentzako gela bat alokatzen da. 943 119839

## Salgai

• Akazia hesolak saltzen dira, barrutiak ixteko. 646 52 47 96 (Peio)

• Quads-a salgai. Gasgas K2 250 c.c. 2055 urtekoa, 2 lagunentzako homologatua. Prezio interesgarria. 618 254960. Aritz.

# Horoskopoa

Irailaren 7tik 21era arteko aurreikuspena



## aries

Martxoak 21-Apirilak 21

Zure adiskideak tentuz ibili beharko dira; tentsio nabari baita zuen harremanean, saiatu egoera ez zailtzen eta azkenean baretzea lortuko duzu. Osasunari erreparatu beharko zenioke.



## taurus

Apirilak 22-Maiatzak 21

Oraingoan etxeak eta familiak atentziorik gehien eskuratuko dute; lana bigarren maila batean mantenduko da. Hori dela eta, lan giroan ez zenuke erabaki garrantzitsurik hartu behar. Hausnartu, aztertu eta gainbegiratu.



## gemini

Maiatzak 22-Ekainak 21

Dagoeneko agerian geratu dira zuen erlazioko trapu zaharrak. Hartu beharreko erabakia hartu duzu, eta horrek zure maitasun egoera ezin hobea ekarri ditu. Lanak geroz eta interes gutxiago sortzen ditu, modu lasaiagoan jardungo zara.



## cancer

Ekainak 22-Uztailak 22

Osasunak azken aldi ezezinegona sortu badizu ere, garai hori gaindituta dago. Familiak atentziorik gehien eskatuko ditu eta zuk gustura eskainiko diozu. Aldaketak egiteko beldurrik ez izan; zu baitzara zure bizitzaren diseinatzailea.



## leo

Uztailak 23-Abuztuak 22

Iragan urtearen balantzea egiteko unean kokaturik zaude; etorri beharreko aldaketek garai berri bat irekiko dute. Ziklo berria era garbi batean hasi beharko zenuke. Finantza kontuetarako garai oparoa dator.



## virgo

Abuztuak 23-Irailak 22

Gidatzerakoan susto bat baino gehiago izan dezakezu, beraz, tentuz ibili. Lan giroan, gaizki ulertu bat baino gehiago gertatuko da. Profesionalki familiak babesa ematen dizu eta horrek lasaitasuna eskaintzen dizu.



## libra

Irailak 23-Urriak 22

Formazioa eskainiko dizun bidai bat iristear da. Orokorrean, baikortasunez beterik zaudela esan daiteke eta horrek zure osasun arazoaren aurrean, hura ezagutzeko eta konponbidea bilatzeko indarra emango dizu.



## scorpius

Urriak 23-Azaroak 22

Bizitzaren erritmoa moteldu egingo da; garapena motel doanez, pazientzia izatea ezinbestekoa da. Lana berandu baina perfektu entregatu nahi izaten duzu, garaiz eta akatsez hornituta baino.



## sagittarius

Azaroak 23-Abenduak 21

Komunikazioaren alorrean tentuz ibiltzea guztiz beharrezkoa da. Maitasunean, lanbidean zein familia giroan sortutako arazo ezberdinen jatorria komunikazioan datza. Hasieran tentuz ibiltzeko ondorengo arazoak arinduko ditu.



## capricornius

Abenduak 22-Urtarrilak 20

Osasunarekin tentuz ibiltzea beharrezkoa da, terapia naturalen fokotuko duzu zure atentzioa. Egia esan, gorputzaz energiak kargatzea beharrezkoa da. Bi pertsona zure postuaren zain daude, beraz zure burua defendatzea baino ez dagokizu.



## aquarius

Urtarrilak 21-Otsailak 20

Pazientzia da ondorengo egunotan behar izango duzuna. Aterapenen aurrean onena irribarrea eskaintzea izango da. Gertakizun positiboak etorriko dira; bizitzaz gozatzeko aukera duzu.



## piscis

Otsailak 21-Martxoak 20

Datozen egunotan ez zenuke erabaki garrantzitsurik hartu behar, burua argiago izan arte, behintzat. Osasunez hobeto zaude, berri onak berehala iritsiko dira. Behar ez duzuna botatzeko garaia heldu da.





Oria 7 Behea (zezen plazaren aurrealdean)  
943 11 56 09

#### Ikastaroak:

- Taldekako pilates, banakako pilates, SGA (Luzatze-arietak), RSF (Abdominal Hipopresiboak).

- Kirol eta erlaxazio-masa-jeak, linfa-drainatzeak, osteopatia.
- Doako laguntza medikoa TKT-ko ikasleentzako.

## Karga eta goi lanetarako grua

[www.isogrua.com](http://www.isogrua.com)  
Mobil zkia. 670 67 24 62



**Pako Aristi.** "Euskara, hizkuntza bat bere bakar-dadean" lelopean, hitzaldia eskainiko du Urresti-llako idazle eta kazetariak, irailak 20 ostegunean, 19:30ean, Tolosako kultur etxean.



**Kafe-tertulia.** "Euskarak Tolosan zertan egin du aurrera?", lelopean kafe tertulia egingo dugu irailak 22 larunbatean, 11:30ean, Zerkausiko goiko solairuan -kultur etxeko areto nagusian, euria eginez gero-. Lagun giroan, euskarak Tolosan bizi duen egoeraren inguruan hausnartzeko aukera izango dugu. Kafea, Galtzaundiren kontu!



**galtzaundi**  
euskara taldea

943 655 004 - Nafarroa etorbidea 6  
[www.galtzaundi.com](http://www.galtzaundi.com) - [galtzaundi@galtzaundi.com](mailto:galtzaundi@galtzaundi.com)

**Nik** maite  
dut  
**euskara**

**MATRRIKULA**

MAILA GUZTIAK  
AURREZ AURREKO TALDEAK  
AUTOIKASKUNTZA  
TITULU HOMOLOGATUAK

**iraila 3-14**

**09:00 - 13:00 / 16:00 - 19:00**

**AITZOL**

**UDAL EUSKALTEGIA**

**Rondilla 34-B, 3.a**

**20400 TOLOSA**

**943651006 - 943652343**

**[www.udaleuskaltegiak.net](http://www.udaleuskaltegiak.net)**

**[aitzolue@tolosakoudala.net](mailto:aitzolue@tolosakoudala.net)**

