

txintxarri



Berriro zabalik

Maialen Chourraut kiroldegiko zenbait gune erabili daitezke honezker, aurrez hitzordua hartuta, astean bitan gehienez / 13

Pandemiaren lekuko

Amaiur Guridi Mujika herritarrak Donostiako Unibertsitate Ospitaleko ZIUan lan egiten du / 8-9

EUSPOT euskarazko spot lehiaketako sari nagusia irabazi du **Oihane Puertas lasarteoriatarrak** / 5

WhatsApp bidez hasi eta elkarte bat sortu: **Lasarte-Oriako Ostalaritzaren bide, lorpen eta erronkak** / 6-7

2020 UDAKO ikastaroak

2020ko uztaila- iraila
2020 - 2021 ikasturtea
GUREKIN BIDAIATU!

- 1 IKASKETA TEKNIKAK**
Adimen-mapa, Kontzentrazioa, Brainstorming...
- 2 HIZKUNTZAK**
Ingelesa, Frantsesa, Euskara
- 3 ZIENTZIA TAILERRAK**
Esperimentuak, Kimimagia Erreakzioak, Matematika desafiak, Zientzia Dibertigarria...
- 4 MARRAZKI ARTISTIKOA**
Esku hutsezko marrazketa, Itzalak, Perspektibak, Erretratuak, Kolorearen teoria...

- 5 MATE eta ARKITEKTURA**
Teselazioak, Urrezko Proporzioa, Mosaikoak...
- 6 ESKOLA LAGUNTZA**
Mate, Fisika/Kimika, Marrazketa teknikoak, Bio...
- 7 PROIEKTU DIGITALAK**
AutoCad, Photoshop, Programazioa, Excel, Mekanografia...
- 8 ESKULANAK**
Papiroflexia, Maskarak, Ideiak 5 minutuetan...

zitek zientzi eskola
Goikale Kalea 12, behea. Lasarte-Oria. 943 363106
www.zitek-akademia.com



Ikasteko gelako edukiera erdira murriztu dute, eta, segurtasun neurriak bermatzeko, beirazko pantailak jarri. TXINTXARRI

Neurriak hartuta, berriro erabilgarri

Lasarte-Oriako Udal Liburutegiak asteon zabaldu ditu kultur etxeko hirugarren solairuko atekak, COVID-19ak sortutako egoerari aurre egiteko beharrezko segurtasun eta higiene neurriak hartuta. Ikasteko gela erabiltzeko "erreserba gutxi" jaso ditu orain arte

Maddi Zaldua

Lasarte-Oriako liburutegiak eguneroko berriari berrekin dio asteotan. Goiz da oraindik herritarren erantzuna nolakoa izango den aurreikusitako, baina, dagoeneko, antzeman dituzte joera batzuk. Itxialdia heldu arte, ikasle bezalako betetzen ziren liburutegian ikasteko egokitutako gelak, eta gaur-gaurkoz, erritmoa "oso lasaia" dela adierazi dio TXINTXARRI-ri Izaskun Urdanpilleta liburutegiko arduradunak. "Etxean ikastera ohitu dira".

Dena behar bezala zehaztuta eta adierazita dago. Manuel Lekuona eraikinean sartu, eta solairuetara igotzeko eta horietatik jaisteko norabideei jarraituz, "segurtasun osoz" iritsi daiteke hirugarren solairuraino; liburutegiraino. Bertara sartzeko eta bertatik irteteko bideak ere zehaztu dizkiete herritarrei. Lasarte-Oriako liburutegian ere, gauzak zertxobait aldatu dira Koronabirusa agertu zenetik. Ikasleen gelan esaterako, 48 ikasle

batu zitezkeen itxialdia baino lehen, eta, orain, berriz, erdira murriztu dituzte plaza horiek; 24 ikaslerentzako lekua dago.

Neurri gehiago

Ikasle mahaiak holtz gardenekin bereizi dituzte, eta mahai bakoitzari zenbaki bana ere jarri diote, mahai bakoitza bi ikasle erabili ahal izateko. Gerta daiteke, ordea, dauden plazak baino eskabide gehiago egotea. Hori gertatuz gero, goizeko eta arratsaldeko txandak egingo dituztela azaldu du Urdanpilletak, eta eskabideak agortu arte ez da posible izango berriro plaza eskuratzea. Liburutegira ikastera joan nahi duten ikasleek, mahaiak erreserbatu behar dute, 943 37 61

"EZ DAGO ARRISKURIK LIBURUTEGIA BERRIRO ERABILTZEKO; NEURRIAK ZORROTZ ZEHAZTU DIRA"

81 telefono zenbakira deituz. Talde lanak egiteko aukera baztertuta geratu da; segurtasun distantziak mantenduta taldeetan elkartzeko lekurik ez dagoenez, "ezinezkoa" da talde lanetan aritzea.

Apalategietako liburuak ez ukitzeko ohar bat ere aurkitu du TXINTXARRI-k liburutegira egin duen bisitan. Horietako baten bat behar duten erabiltzaileek, liburutegiko arduradunari eskatu behar diete, eta horiek izango dira liburuak manipulatu dituztenak. Ezingo dute egokitu zaien eserlekutik altxa, liburutegitik joateko ez bada. Konfinamenduan zehar liburutegia itxita egon den denboran, 1.500 mailegu izan dituzte. Horietatik 1.000 itzuli direla esan du liburutegiko arduradunak. Material guztia gelatxo batean bereizi dute eta bertan edukiko dute bi astez, berrogeialdian. Urdanpilletak dei egin die herritarrei liburutegira itzultzeko: "Segurtasun neurriak zorrotz zehaztu dira, ez dago arriskurik".

Buruntzaldea ere, ekainaren 19ko mobilizazioak prestatzen

'Lehenik bizitza!' lelopean, Euskal Herriko Eskubideen Karta Sozialak deialdiak egin ditu hiriburu eta herrietan

Txintxarri

"Etxean geratu naiz, orain kalera aterako gara". Hiriburu eta herrietan mobilizazioak prestatu ditu Euskal Herriko Eskubideen Karta Sozialak ekainaren 19rako, ostiralarekin, *Lehenik bizitza!* lelopean, "bizitza eta zaintza duina" erdigunean jarri eta "beharrezko eraldaketa soziala" eskatzeko. "COVID-19aren egoerak areagotu eta gehiago bistaratu du adar asko dituen krisi sistemiko, ekonomiko eta sozial hau".

Buruntzaldea eskualdeko herriek asteon egin dute bilera irekia, Hernaniko Biteri kultur etxean, deialdi hori aztertu eta datorren asteko mobilizazioa prestatzeko. Asteazkenean elkartu dira, 18:00etan.

Karta sozialak nabarmendu duenez, gobernuek ez dute ukitu nahi orain arte aldatu ez dutena.

Erreforma fiskalean fokua jarri dute: "Hori egiten ez bada, austeritate eta murrizketa gehiago etorriko dira".

Urtarrilaren 30a gogoan

"Urtarrilaren 30ean egin genuen greba orokorraren arrakastak gauza ugari erakutsi dizkigu: batetik, prekarietateari eta desberdintasunei heldu behar zaiela, horretan eragiteko politikak aldatuz; bestetik, ikusi dugu gure potentziala oso handia dela", adierazi dute deitzaileek.

Ekainaren 19an mobilizatzeko arrazoiak bat da Euskal Herriko erakundeak eta patronalak interpelatzea, "bizitza eta zaintza duinak erdigunean" jartzeko: "Inoiz baino beharrezkoagoa da". Hego Euskal Herriko lau hiriburuetan egingo dituzte ekitaldiak, eta hainbat herritan ere bai.

Asfaltia SL enpresak birgaituko du Illarraltzueta hilerria

Lasarte-Oriako Udalak jakinarazi du Asfaltia SL enpresari adjudikatu dizkiola Illarraltzueta hilerria birgaitzeko lanak: bertatik pasatzeko bideak asfaltatu egingo dituzte. Lanen aurrekontua 93.121,13 eurokoa dela zehaztu du udalak. Oraindik ez du adierazi obra horiek noiz hasiko diren eta zenbat iraungo duten.

Lasarte-Oriako artisten datu-basea berritzeko deia

Gazteria eta Jaietako zinegotzi Txus Alonsok herriko artisten datu basea berritzeko deia egin du. Erregistroa zabalik egongo da alor hauetan lan egiten duten artistentzat: musika, literatura, margoa, konposizioa, zinema, malabarismoa, abestia, dantza, bertsolaritza eta beste edozein diziplina artistikoa. Interneten eman behar dituzte datuak artistek.

'Betirako' programa, arreta psikologikoa eskaintzeko

Inor Atzean Utzi Gabe funtsa sortu du Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako Sailak, COVID-19ak sortu edo areagotutako pobrezia eta bazterte egoeran dauden pertsonentzat. Horren baitako egitasmoetako bat *Betirako* programa: arreta psikologikoa doan eskaintzeko zerbitzu bat da, koronabirusagatik edo beste arrazoi batzuegatik hilabete

hauetan zendu diren pertsonen gertukoentzat, "hutsune sentimendu hori arintzeko", itxialdiaren faserik hertsian ezin izan baitituzte gertutik zaindu eta agurtu, ezta hiletarik egin ere.

Informazio gehiago eskuratu nahi dutenek, 900 908 744 telefonora deitu dezakete edo www.betirako.org web orrialdea kontsultatu. Programako kideek jakinarazi dute eskaintzen dutela zerbitzu birtual bat, hildakoak omendu eta "duin" agurtzeko; senide eta lagunei zuzenduta dago.



Bertako merkataritzaren alde agertu dira herritarrak asteotan egin dituzten elkarretaratzeetan. TXINTXARRI

Mobilizatu diren arren, udalbatzarrera heldu da

Herritarrak Teresategi magalean eraiki nahi duten Leroy Merlinek aurkako elkarretaratzeak egin dituzte. Aterpea ere merkatalgunearen aurka agertu da eta jakinarazi du, gertatzen dela gertatuta, ondorioak ahalik eta arinenak izateko ahaleginak egingo dituztela

Txintxarri

Joan den ostegunean egin zuten lehen elkarretaratzea lasarteoriatarrek, Okendo plazan. Teresategiren ipar magalean eraiki nahi duten Leroy Merlin merkatalgunearen aurka mobilizatu ziren, eta aste honetarako ere deialdi berri bat egin dute. Bertako merkataritza eta ekonomiaren alde agertu da herritar taldea, baita hiri-bizitza eta mugikortasun jasangarri baten alde ere.

Pasa den asteko elkarretaratzean ohartarazi zuten modu berean gogorarazi dute oraingoan ere

Leroy Merlinek Lasarte-Oriako aroztegiei, margo, altzari, dekorazio eta sukalde dendei, burdindegiei eta lorezaintzako negozioei zuzenean eragingo diela. Baina ez horiei bakarrik, baita zerbitzu eta biltegi enpresa txikiei, hemendik hara kalean ibiliko den jende kopuruari, kaleko giroari eta ostalaritzari ere.

Horrekin batera, Buruntzaldean eragina sortzeaz gain, Donostialdeari, Tolosaldeari eta Kostako Ardatzari ere eragingo diola azpimarratu dute elkarretaratzean parte hartu dutenek.

Udalak atzera egiteko zegoen azken aukera baliatzeko deia egin diete asteazkeneko elkarretaratzean bildutako herritarrei; "entzutea nahi dena ozen esatera" animatu dituzte, hain zuzen ere, osteguneko udalbatzarreko gai ordenean gehitu baitute Lasarte-Oriako arau subsidiarioetako A.33 Teresategi eremuari eta Donostiako AN.10 Rekalde (II) eremuari eta HAPO Hiri Antolamendurako Plan Orokorrari dagokienez, Lasarte-Oriako eta Donostiako udalerrriak bateragarri egiteko planaren behin betiko onspena. "Helburua lortu ala ez, hau da bidea".



NEURE KABUZ

MIKEL YARZA

Bihotza kale gorrian

Filmak, telesailak, diskoak, liburuak... Kulturak blaituriko hainbat eta hainbat zerrenda eskatu, diseinatu, partekatu eta gozatu ditugu konfinamenduko hilabeteotan. Zalapartan, abiada bizian irentsi ditugu horietako batzuk, su-geldoan dastatu beste batzuk. Modu batera edo bestera, agerian geratu da artea eta sortzaileak altxor preziatu direla gure bizitzetan, adimena aktibatzeaz gain, bihotzera heltzeko gaitasuna dutelako.

Baina barrura begiratzeari utzi eta leihotik kanporako bideari ekin diogun honetan, berreskuratu ditugu iraganeko hainbat bizio. Ekonomia salbatzera itzuli dira industria eta ostalaritza jarduerak, eta zerrendako azken postuan geratu dira oraingoan ere kulturagileak. Gobernuek sektore ezberdinak "normaltasun berri" delakora egokitzeke neurriak iragarri ahala, egonezina areagotu da askoren artean, euren eguneroko jardunari aterpe horretan lekurik egin ez diotela ikusita. "Lehentasunak ezarri behar dira" entzun dugu sarritan, eta azken asteetan taberna atariek hartu duten itxurari erreparatuta, badirudi garagardea terrazan hartzea hil ala biziko kontua dela askorentzat.

Lau hormako kaiolatik are erraldoiago batera igaro gara orain, ziurgabetasunaren espexera. Baina zalantzak zalantza, ezin kulturagileak ahaztu. Zaindu ditzagun, babes ditzagun, euren ekarriko dizkigute eta askatasun printzak kaiolara. Kontakua, berotasuna, harremana behar ditu artistak, norik elikatuko du bestela bere arima, bere sormenerako sena? Altxorrari bizkarra emanez gero, bihotza kale gorrian uzten ariko ginatke.

Mugen ixteak sortu duen eragina aztertzeke, galdetegia

COVID-19aren krisiak sorturiko egoerak mugako biztanleriarengan gaur egun mugek itxierak dakartzen ondorioen azterketa egin nahi du Euroeskualdeak. Familia, giza, kultur, ekonomia harremanen etenaldiak hainbat kalte eragin dituela uste dute, eta testigantzak bildu nahi ditu, mugaz gaindiko errealitate desberdinak ezagutzeko.

Galdetegia bete nahi dutenek dagoeneko badute horretarako

aukera, eta betetzeko epea ekainaren 14an, igande honetan amaituko da. Bildutako emaitzak ekaina bukaeran argitaratuko den txosten batean ezagutaraziko dituztela iragarri dute. Galdetegia betetzeko interesa dutenek, ondorengo estekan sartu daitezke: <https://www.encuestafacil.com/RespWeb/Cuestionarios.aspx?EID=2647505>

Osatuko duten txosten honek mugazgaindiko problematikak ikustaraziko dizkigula eta mugazgaindiko egunerotasuna berreskuratzen lagunduko duela azaldu dute.





Zozketa!

Ttakun Kultur Elkarteko bazkide zara?
Eskuz egindako **BI KOADERNO** zozkatuko ditugu izena ematen duten bazkideen artean. Eskuz eta batez ere **MimoZ** egindako **kuaderno txiki eta handi** bat eskura ditzakezu.

Eman izena ekainaren 20a baino lehen.

harpidetza@ttakun.eus helbidean, eta 646. 82 44 66 (whatsapp)



Hipodromo Etorbidea, 10 LASARTE-ORIA

943 37 36 13

Orduetgia: **09:30-13:30**
Aurretiko hitzordua beharrezkoa da
info@noaa.eu

Musika eskolako aurrematrikula, irekita

Astelehenaz geroztik Udal Musika Eskolan aurrematrikulazioa egiteko aukera dute lasarteoritarrek. Herritarrek ez direnentzat ere badago aukera, eta hilaren 19an amaituko da horretarako aukera. Matrikulazio epea uztailean zabalduko da

Txintxarri

Lasarte-Oriako Udal Musika Eskolako 2020-2021 ikasturteko aurrematrikulazio epea zabaldu du. Ekainaren 8an abiatu dute izen ematea, eta hilaren 19ra arte izango dute herritarrek horretarako aukera.

Izena emateko, Manuel Lekuona kultur etxera joan behar dute interesatuek, goizeko 09:00etatik 14:00tarako ordutegian. Hori bai, jakinarazi dute, aurrez aurreko aurrematrikulazioa egiteko ezinbestekoa dela aurrez hitzordua eskatzea. Horretarako, 943 37 61 81 telefono zenbakira deitu beharko dute.

Jakinarazi dute baita ere plaza baten eskabidea egiterakoan, dagokion kuotaren %10a ordaindu behar dela. Matrikulatu aurreko baldintza izango da, baina kasu bakoitzari dagokion matrikularen lehen ordainketatik deskontatuko da zenbateko hori gero. Aurrematrikulazioaren eskabidea egin eta gero, matrikula gauzatu ez dutenek, ez dute ordaindutako berreskuratzeko eskubiderik izango.

Matrikulak, uztailaren 6tik 17ra

Behin aurrematrikulazioa eginda, matrikula egin beharko dute interesatuek. Horretarako bigarren epealdi bat irekiko da; uztailaren

Musika eskaintza eta prezioak

Musika txokoa

- Erroldatuak: 285,35 €
- Ez erroldatuak: 343,30 €

Musika hizkuntza

- Erroldatuak: 285,35 €
- Ez erroldatuak: 343,30 €

Musika tresna

- Erroldatuak: 285,35 €
- Ez erroldatuak: 343,30 €

Txistu eta akordeoia

- Erroldatuak: 223,45 €

Musika hizkuntza eta tresna

- Erroldatuak: 528,65 €
- Ez erroldatuak: 641,60 €

Musika hizkuntza eta txistu edo akordeoia

- Erroldatuak: 414,30 €

Abesbatza

- Erroldatuak: 47,80 €
- Ez erroldatuak: 58,00 €

Kamara

- Erroldatuak: 143,50 €
- Ez erroldatuak: 172,30 €

Musika tresna taldea

- Erroldatuak: 94,15 €
- Ez erroldatuak: 114,45 €

6tik 17ra. Hori ere Manuel Lekuona kultur etxean izango da, 09:00etatik 14:00etara.

Musika diziplina bakoitzak prezio bat izango du, eta ezberdina izango da Lasarte-Orian erroldatuta edo erroldatu gabe dauden ikasleentzat. Azaldu dutenez, behin matrikulazio epea amaituta, irailaren 1etik 15era plaza libreak dituzten musika hizkuntza eta

instrumentuetan izen emateko aukera izango da, eskaera ordenaren arabera.

Hobariak

Gazte txartelarekin eta familia ugarien egiaztagiriarekin, besteak beste, hobariak aplikatuko zaizkie izena ematen dutenei. Plazen baieztapena postaz egingo dela adieraz du udalak, eta dagozkion

Kukukak ere abian du datorren ikasturterako izen-ematea

Datorren ikasturtean herriko antzerki eta dantza eskolan aritu nahi dutenek, orain dute izena emateko aukera

Txintxarri

Kukuka antzerki eta dantza eskola 2020-2021 ikasturtea prestatzen ari da. Deia zabaldu du datorren urtean beraiekin ikasi nahi dutenei, izena emateko. Ekain amaierara arte

mantenduko dute zabalik matrikulatzeko epea. Esteka honetan (<http://kukuka.eus/izen-ematea/>) topatuko dute interesa dutenek informazio gehiago, eta bete beharreko formularioa ere bai.

Egoerara moldatuta, baina aurtengo hamabostaldia ospatzen jarraitzen du Kukukak: duela bi aste egindako desfile koloretsuarekin ireki zuten ekitaldia, eta, geroztik, euren Facebook orrialdean eta web orrialdean ari dira igotzen ikasleek prestatutako emanaldiak. Bertan ikusi ditzakete herritarrek antzerki eta dantza eskolako kideek prestatutako lanak. Besteak beste, dantza eta antzerki erakustaldiak eskegiten ari dira asteotan.

P E D A G O G I - P L A N A

I. MAILA

1. TXOKOA

2016an jaiotakoak

ORDUTEGIA: astelehena eta asteazkena 17:15etik 18:00etara

2. TXOKOA

2015ean jaiotakoak

ORDUTEGIA: astelehena eta asteazkena 18:00etatik 18:45etara

3. TXOKOA

2014an jaiotakoak

ORDUTEGIA: asteartea eta osteguna 17:30etatik 18:15etara

4. TXOKOA

2013an jaiotakoak

asteartea eta osteguna 18:15etik 19:00etara

Plazarik gabe geratzen diren aurrematrikulek itxaron lista osatuko dute

II. eta III. MAILAK

HASTAPENA

2012an edo lehenago jaiotakoak

ORDUTEGIA: asteartea eta osteguna 18:15etik 19:00etara

HASTAPENA - HELDUEN TALDEA

2006an edo lehenago jaiotakoak

ORDUTEGIA: astelehena 19:00etatik 20:30etara

ESKAINITZA

MUSIKA HIZKUNTZA
BIOLINA
TXISTUA
TRONPETA
INSTRUMENTU TALDEA
KAMARA
ABESBATZA

AKORDEOIA
ZEHARKAKO FLAUTA
GITARRA
GITARRA ELEKTRIKOA
PIANO
TRIKITIXA ETA PANDEROA
PERKUSIOA

Musika tresna bakoitzaren erabilgarritasunaren arabera, urtebetez ikasle berriei instrumentua utzi eta eskolan ikasteko aukera egongo da

II. Mailakoak 2. urtetik aurrera kamara edo instrumentu taldeko gaia derrigorrezkoa dute, irakaslearen iritzieren arabera

III. mailakoak kamara edo instrumentu taldeko gaia derrigorrezkoa dute

ABESBATZA (HELDUAK)

ORDUTEGIA: osteguna 20:15etatik 21:15etara

ABESBATZA (HAURRAK)

ORDUTEGIA: astelehena 17:30etatik 18:30etara

IV. MAILA

Instrumentua taldean landu nahi duen ikaslegoarentzat.
II. maila gainditua izan behar dute

tasak bankuko helbideratzearen bidez ordaindu beharko dira, aukeran, ordainketa bakarrean edo ordainketa zatikatuan. Horrela, ordainketa bakarra aukeratzen dutenek, irailaren 25etik 30era bitartean egin beharko dutela argitu dute. Aldiz,

ordainketa zatikatua egoteko matrikula egiterakoan matrikularen ordainketa hileroko hamar kuotatan zatikatu ahalko da (irailetik ekainera). Kuota horiek udalak hilabete bakoitzeko 25. egunetik 30. egunera bitarte kobratuko ditu.



2020-2021 ikasturteko izen ematea zabalik dauka Kukukak. TXINTXARRI



Ikus-entzunezko komunikazioa ikasten ari da Oihane Puertas, EUSPOT lehiaketako garaileetako bat. OIHANE PUERTAS

Modaren inguruko hausnarketa lan onena

EUSPOT lehiaketako sari nagusia irabazi du Oihane Puertas lasarteoriatarrek. Ikus-entzunezko komunikazioko ikaslea da Mondragon Unibertsitatean, eta moda azkarraren gaia abiapuntutzat hartuta, 'Zuk zuretzat sortu' lana osatu du

Maddi Zaldúa

Mondragon Unibertsitateko ikus-entzunezko komunikazioko ikaslea da Oihane Puertas (Lasarte-Oria, 1999). Hirugarren maila gauzatzen ari da, eta Idoia Lahidalga ikaskidearekin batera, parte hartu du aurtengo EUSPOT euskarazko spot lehiaketan. *Zer dago janzen dugunaren atzean?*

leloa abiapuntutzat hartuta osatu behar izan dituzte lanak, eta antolatzaileek emandako datuen arabera, guztira 51 lan aurkeztu dituzte, eta horietatik hamahiru izan dira finalistak.

Horien artean sailkatu zen Puertasen eta Lahidalgaren lana ere, eta sailkatzeaz gain, sari nagusian lehen postua eskuratu

du. Ez dira, ordea, lehiaketako garaile bakarrak izan; izan ere, laugarren mailako ikasle Julen Urtzegiren lanak ere lehen postua lortu baitu. Hortaz, lehen saria erdibitua geratu da aurrean, eta 1.000 euroak 500eko bi zatitan banatu dizkiete bi lan irabazleen egileei. Spotak baloratzeko "kalitate teknikoa" hartu dute

kontuan, horrela zaldu dio TXINTXARRI-ri Puertasek.

Baina sari nagusia irabazteaz gain, beste bat ere lortu dute: Mondragon Unibertsitateko ikasleek aurkeztutako lanik onenarena, eta horrengatik, 500 euro poltsikoratu: "Spoten originaltasuna kontuan hartu dute".

Koronabirusaren eragina

COVID-19ak ere eragin du aurtengo lehiaketan, eta egileen lan egiteko moduan; etxetik prestatu behar izan dituzte lanak, eta etxeko baliabideekin. Bideo-deien bidez komunikatu dira Puertas eta Lahidalga; horien bidez ideiak proposatu, eta horrela erabaki zuten zer eta nola transmittitu nahi zuten, eta zein motatako testu eta irudiak erabiliko zituzten. "Pixkanaka-pixkanaka spotari itxura ematea lortu genuen".

"Espero baino buelta gehiago" eman dizkiote lanari, eta azaldu du azken emaitza, aurkeztutako lana, ez dela hasierako ideia izan. "Spota pentsatzen hasi ginenean ez geunden etxean itxita, eta gure ideia kalean eta unibertsitateko platoan grabatzea zen. Gero, etxean grabatu beharko genuela jakitean, beste ideia bat bururatu zitzaigun, baina lehen ideia hark ez gintuen asko konbentzitu; bortitzegia iruditu zitzaigun". Azkenik, lehen ideiarekin eta bigarrenaren arteko nahasketa bat eginaz osatu dute *Zuk zuretzat sortu*.

Sari banaketa streaming bitartez egin behar izan dute,



zuzenean, eta etxetik jarraitu zuten Puertasek ere.

Janzen dugunaz hausnartzeko

Euskarazko sormena bultzatuz, modaren inguruan hausnarketa egitea izan da aurtengo lehiaketaren helburu nagusia. "Modaren inguruko kontzientziario kanpaina baterako spot bat sortu behar izan dugu".

Hori da hain zuzen Puertasen lanean ikus daitekeena; modaren inguruko hausnarketa. Urtean 62 milioi tona arropa sortzen direla eman dute jakitera, eta erosleek arropa erosteko joerak ere azaleratzen dituzte. Horrekin batera, "moda azkarrari" aurka egiteko alternatiba bat ere proposatzen dute; jostea, atontzea, moztea... Zuk zuretzat sortzea.

Puertasek azaldu duenez, ez zuten espero finalisten artean sailkatzea, are gutxiago lortutako bi sariak lortzea, aurkeztutako lan guztiek "maila oso altua" baitzuten. "Ilusio eta poz handiz" hartu zuten berria.

"Harmonika eta gitarra batera oso jende gutxi jotzen ditu"

Abesti bat baino gehiago grabatu ditu Joxerra San Sebastianek itxialdian. Horien berri eman dio TXINTXARRI-ri

Maitane Aldanondo

Joxerra San Sebastianek Txanbela taldean jotzen zituen zenbait doinu batuta egin du azken bideoa. Lana eta musika uztartu ditu itxialdian, besteentzat jotzeko aitzakiak zaletasunari eusten lagundu baitio. Asmo handirik gabe hasi zen bideoak egiten, Xumelako taldekideak entretenitze hutsagatik. "Denak adinekoak dira, ez ziren etxetik ateratzen... Txapas ere hasi zen eta zerbait

bidaltzea pentsatu nuen", gogoratu du. Kideetako batek TXINTXARRI-ra bidaltzea proposatu zion eta beste batek herriko Facebook orrialdean partekatzea. Ordutik, San Sebastianek pare bat laguni pasatzen dizkie bideoak, eta hortik aurrera, bakarrik zabalitzen doaz.

Gauza bereziak egitea erabaki zuen, besteek egiten ez duten zerbait. "Kantatu jende askok kantatzen du; gitarra jo, askok jotzen dute; baina harmonika

eta gitarra oso jende gutxi. Gainera, euskal musikarekin lotutakoak egin ditut". Etxean dituen baliabideekin egiten ditu: amplifikadore txiki bat, mikrofonoa, gitarra... Sakelakoarekin grabatzen ditu bere emazteak, "single-single egiten dugu".

Besteak entretenitzeaz gain, itxialdiko denbora pasa ere badira. Hasieratik lanean aritu da Goxogin, egun osoko lanaldiak txandakatuta. "Ohituta nago gauzak egiten, egun osoa etxean, ezer egin gabe... Aspertu egiten nintzen". Aldi berean, musika jotzeko aitzakia ere eman diotela aitortu du, "ez badaukat helburu bat,

ez dut gitarra jotzen; utzi egingo nuke eta ez dut nahi".

Orain artekoek, harrera ona izan dute eta heldu zaizkion iruzkinak onak izan dira. "Originala dela. Ez zekitela horrelakoak egiten nituenik... Bakoitzak mundu bat ezagutzen du eta hortik kanpo igual ez nau kantari ikusi edo ez da konturatu... Oraindik inork ez dit esan desastrea denik, gaizki ari naizenik edo pelma naizenik", dio barre artean.

Egoera hau zenbat luzatuko den ez badaki ere, buruan baditu ideia batzuk beste bizpahiru bideo gehiago egiteko. Ez du gehiegi luzatu nahi, "jendea nazkatu gabe".



Joxerra San Sebastian. TXINTXARRI



Maiatzaren 18an Okendo plazan elkartu ziren ostalaritza elkarteak: bilera egin zuten taldetxoka, eta argazki erraldoi bat atera gero, bakoitzak bere tabernaren izena eskuetan zuela. TXINTXARRI

Bizirauteko borrokatzen

Hilabete eta erdi igaro da Lasarte-Oriako hainbat ostalari birtualki biltzen hasi eta euren "ziurgabetasun egoerari" irtenbideak bilatzeko eskatzen hasi zirenetik. Orain arte egindakoa, gaur egungo egoera eta etorkizuna aztertu dituzte. Elkarte bat sortu dute

Iñigo Gonzalez Sarobe

2020ko apirilaren 23a, osteguna. Konfinamenduaren momenturik hertsiena, oraindik arintze faseak hasi ez zirenekoa. Lasarte-Oriako hainbat eta hainbat negozio, tabernak tartean, itxita, martxo erdialdetik. Apirileko egun horretan, WhatsApp talde batean hasi ziren elkartzen herriko ostalari batzuk, egunez egun gero eta gehiago izanik: hiru egun beranduago, apirilaren 26an, 50ekoa zen taldea. Gehiago batu ziren gerora, 70 izateraino, eta 65 dira orain. WhatsAppen mezuak idazten hasi eta mugimendu bat dinamizatzen hastetik, elkarte bat egitera: Lasarte-Oriako Ostalaritza. Hilabete eta erdi beranduago, 50 egun geroago, kideek orain arte egindakoaren balantzea egin dute, egungo egoera aztertu, eta etorkizunera begira jarri.

Talde birtual hori sortu eta egun gutxira, apirilaren 27an, kideen artean adostu eta gero, adierazpen bateratu bat plazaratu zuten: euren egoera "ziurgabea" zela nabarmentzeaz gain, Lasarte-Oriako Udalari neurri "erreal eta eraginkorrak" hartzea galdegin zioten, "berehala, suhiltzaile bati sua itzaltzeko eskatzen diozunean bezala". Maiatzean hasi ziren bilerak egiten, egoera aztertu eta konponbidea bilatzen saiatzeko. Behin baino gehiagotan bildu dira ordutik. "Orain arteko balantzea eginda, pozik gaude: terraza jartzeko baimena daukagunok, leku gehiago daukagu mahaiak jartzeko, eta udal-tasak ez ditugu ordainduko 2021. urtea hasi arte", azpimarratu du Lasarte-Oriako Ostalaritzak. Dena den, zehaztu du "bultzaka eta tiraka" ibili direnaren sentsazioa dutela: "Guk egin dugu indar gehiena,

iruditu zaigu udalak pixkanaka onartu dituela guk mahai gainean jarritako neurri batzuk, guk nahiko genukeena baino mantsuago, eta, guk proposatutakoa bere horretan izan ez bada, apur bat moldatuta. Dena den, egia da udalak inoiz ez diola ezetz esan guk proposatutako ezkerri hasierako momentutik, aztertu aurretik".

Lasarte-Oriako Udalak 125.000 euro bideratu behar zituen herriko merkatari, ostalari eta zerbitzu enpresak laguntzera. Azkenean, aurreko astean prentsaurreko batean iragarri bezala, hasieran aurreikusitako 375.000 euro gehiago bideratuko ditu, 500.000 euroko laguntza lerro bat prestatuz. Oinarriak eta horiek eskatzeko urratsen berri ere eman dute. Lasarte-Oriako Ostalaritzaren irakurketa: "Guk udalari eskatu hasieratik eskatu dioguna, laguntza

ekonomiko zuzena baino gehiago, izan da gure negozioak baldintza duinetan ireki ahal izatea, lanean hasi eta diru-sarrerak guk sortzeko berriro, bizitzen ari garen egoera ekonomiko latzari buelta ematen hasteko eta krisi hau lehertu aurretik sortuta genituen lanpostu horiek berreskuratzeko". Ostalaritza elkarteak adierazi duenez, udalarekin biltzen hasi aurretik "260 euro inguru" jasoko zituzten udal-tasak ordaintzeko. "Mugitu izan ez bagina, ziur aski horrela geratuko zen gauza". Kritika bat ere egin dute: "Burokrazia oso mantso doala ikusi dugu; faltan bota dugu erabakiak azkarrago hartu ez izana, eta guk proposatutakoez gain ideia gehiago jaso ez izana"

Ikusten ez den "drama"

Martxoaren 14an dekretatu zuen Alarma Egoera Espainiako Gobernuak. Bezperan hasiak ziren herriko zenbait ostalari ateak ixten. Lehenengoak izan ziren euren jarduera eteten, eta lanera itzultzen azkenetakoak, azkenak izan ez badira. Orain arte itxita egon diren zenbait tabernek asteon igo dute pertsiana berriro, eta batek baino gehiagok jakinarazi du ez duela hori gehiago egingo: Hipodromo Etorbideko Trumoik eta Zumaburu auzoko Txemak, esate baterako. "Ikusiko dugu datozen hilabeteetan zer gertatzen den, baina posible da gehiagok itxi behar izatea".

"Tabernari ugari zorpetu egin gara egoera honi aurre egiteko. Hori da ikusten ez dena, drama bat: maileguak eskatu, kontu korronteko aurrezki guztiak gastatu, autonomo eta enpresei bideratutako ICO laguntzak eskatu, ahal izan duenak behintzat... Diru askori buruz ari gara hitz egiten gure negozioen bolumena zein den aintzat hartuta: bakarka, txikiak dira, baina, batuta, oso indartsuak", elkarteak nabarmendu duenez.

"Langileak ABEE Aldi Baterako lan Erregulazio Espedienteetan, ordainketak egiten segi diru-sarrerarik gabe... Demagun milaka euroko zuloa daukazula zure kontu korrontean, gero agian bueltatzen dizute zati handi edo txiki bat, baina... Ziurgabetasun egoera hori ikaragarria izaten ari da, oso gogorra". Horregatik azpimarratu du elkarteak, behin eta berriro, kideak batu eta mugitzen hasi zirenetik, xede

"POZIK GAUDE LORTUTAKOAREKIN, BAINA IRUDITZEN ZAIGU GU IBILI GARELA BULTZAKA"

HERRIKO 65 TABERNAK OSATZEN DUTE LASARTE-ORIAKO OSTALARITZA



COVID-19aren krisia lehertu aurretik, herriko ostalaritzak 400 lanpostu inguru sortuak zituen. TXINTXARRI

nagusia izan dela ahalik eta baldintza duinetan lanean hastea, egoerari buelta emateko. "Argi dago guztiok harrapatu gaituela ezustean COVID-19aren krisiak, baita gu ere, baina ez gara geldi geratu eta irtenbideak proposatu dizkiogu udalari, ongi landu eta pentsatutako proposamenak; gure hautua beti izan da hitz eginez konponbideak bilatzea".

Mahai gainean jarritako proposamen bat izan da Kale Nagusia oinezkoentzat jartzea, ordu batzuez -Ostalaritza elkarteak proposatutako ordutegiak hauek izan dira: ostiraletan, 16:00etatik 01:00era; larunbatetan, 11:30etik 01:00era; eta, igandeetan, 11:30etik 00:00etara-, trafikoa aldi baterako moztuz eta kale horretako tabernei terrazak jartzea ahalbidetuz. Udalak adierazi du harremanetan jarri dela Gipuzkoako Foru Aldundiarekin gaiari buruz hitz egiteko, baina "ezinezkoa" izan dela, herri arteko garraio-

"ITXIALDIAK GALGATU EGIN DITU GURE ALDARRIAK; KALERA IRTETEKO GOGOA HASIERATIK GENUEN"

"OSTALARITZAK 400 LANPOSTU INGURU SORTUAK ZITUEN COVID-19AREN KRISIA LEHERTU AURRETIK"

zerbitzuan "ondorio handiak" sortuko litzukeelako, ibilbidea "arriskutsua" baita, geraleku batzuk bertan behera geratuko liratekeelako eta autobus artikulatuak erabili behar direlako zerbitzuaren erabiltzaileei behar bezala erantzuteko. Ostalaritza elkarteak jakinarazi duenez, aldatu egin daiteke egoera orain, konfinamendua arintzearen 3. fasean ez dagoelako edukiera maximorik garraio publikoa erabiltzeko, baldin eta osasun eta higiene baldintzak betetzen badira. "Horrek eragingo luke autobus artikulatuak beharrezkoak ez izatea distantziak mantendu eta edukiera ez gaintzeko".

Itxita zeuden taberna batzuek irekitzea erabaki dute. Kale Nagusiko Ilargik atzo zabaldu zituen atea berriro, ostegunez, eta Mendi Cafe Rockek ere bai; Oreka ekain hasieran hasi zen lanean, baina atzotik jar dezake terraza, Siglo20 tabernak bezala; ostalariak landutako proposamena onartu du udalak, eta Pablo Mutiozabal kaleko lau aparkaleku libre utzi, mahaiak jartzeko tokia eginez. Geltoki kaleko Insausti ere zabalik dago asteazketik.

Biltzen eta ekimenak egiten hasi zirenetik gauza ugari lortu badituzte ere, aparkaleku plaza batzuk libratzearena adibidez, elkarteak kideen ustez koronabirusak "galgatu" egin du euren dinamika. WhatsApp talde horretan elkartu zirenetik zeukaten gogoia kalera atera eta ekintzak egiten hasteko, aldarriak

lau haizetara zabaltzeko. "Bilera presentzialekin baino zailagoa izan da guztia koordinatzea, hasieran batez ere". Eta, hala ere, gauza ugari lortu dituzte.

Itxialdiaren erritmora

Gizarte osoa bezala, pandemiaren bilakaeraren erritmora mugitu dira talde hori osatzen duten ostalariak ere: maiatzaren 18an, adibidez, bilera bat antolatu zuten Okendo plazan, hamar pertsonako talde txotxotan banatuta. Protesta argazkia ere distantzia mantenduta atera zuten. Astebete lehenago, maiatzaren 11n, Okendoko arkupeetan, janari bilketa solidarioa antolatu eta koordinatu zuten, neurriak errespetatuz, udalari baimena eskatuta eta Gurutze Gorriarekin elkarlanean. "Gu gogor kolpatu gaitu egoera honek, baina beste hainbat eta hainbat ere bai; gure aletxoak jarri nahi izan dugu". Hasierako aurreikuspen guztiak gaintu, eta 37 kutxa bete zituzten, herritar eta elkarte ugariaren laguntzaz.

Egun horretan bertan, maiatzaren 11n, igo zuten pertsiana zenbait tabernak: terrazak aforo maximoaren erdira, hamar pertsona gehienez mahaietan, bi metroko distantzia horien artean, lokal barruan inor ezin artatu... 1. faseko neurriak. Leuntzen hasia zen itxialdia ordurako, baina, tabernentzat behintzat, ez gehiegi, askok erabaki baitzuten negozioak ez irekitzea, baldintzak

horretarako aproposak ez zirelako oraindik. 2. fasean sartu zenean herria, maiatzaren 25ean, tabernari gehiagok, ez denek, egin zuten euren negozioak irekitzeko urratsa. Kaleetan gero eta bizitza gehiago bazegoen, giroa berpiztu bazen, hein batean, ostalari ugari pertsiana berriz igo zutelako izan zen. Hori da Lasarte-Oriako Ostalaritzak azpimarratu duen beste gauzetako bat: "Pisu asko dauka gure sektoreak herrian, eta asko ematen dio". Hori bera aldarrikatu zuten maiatzaren 30ean egin zuten manifestazioan, larunbatez, herriko kaleetan barrena. Parte-hartzaileek bi orduz itxi zituzten euren negozioak egun horretan, 18:00etatik 20:00etara. Bitartean, erdigunean barrena zabaldu zituzten euren aldarriak, kalean, COVID-19aren krisia lehertu zenetik aurrenekoz. "Pozik" dago Lasarte-Oriako Ostalaritza elkartearen herriaren erantzunarekin, eta ez bakarrik maiatzaren 30ean emandakoarekin: "Krisi hau lehertu zenetik, herritar askok lagundu digute, boluntarioki; oso eskertuta gaude".

400 lanpostu

"Ostalaritzaren sektoreak lanpostu asko sortzen ditu herrian; COVID-19aren krisia lehertu aurretik 400 postu zuten inguru, gure kalkuluen arabera", zehaztu du Lasarte-Oriako Ostalaritzak. "Laguntza eskatzen dugunean, ez da jabe bakoitzaren poltsikoa betetzeko, ez dira eurentzat bakarrik, taberna batean lan egiteko eguneroko ogia etxera eramaten duten langile eta familientzat ere bai: tabernak 'bizirik' mantenduz gero, lan egiteko baldintza duinekin, familiak ere mantenduko dira, soldata kobratuko dute, diru gehiago edukiko dute erabiltzeko, laguntza sozial gutxiago eskatuko dituzte... Gurpil bat da".

"Ahalik eta baldintza duinenetan irekitzea" izan da ostalaritza elkartearen aldarri nagusia orain arte. "Batu eta mugitzen hasi ginenetik, borrokatu dugu bizirauteko, eta COVID-19ak sortutako egoeratik pairatu eta pairatuko ditugun ondorioak ahalik eta gehien leuntzeko".

Konfinamenduaren arinaldiak bezala, ostalarien elkarte horrek ere faseka joan nahi du, etapaka.

Hurrengoa izango litzateke ekimen eta jarduera gehiago antolatzea, herria girotzeko, egoerak eta pandemiaren bilakaerak ahalbidetuz gero. "Badakigu herriko jaiak ez direla aurreko urteetan bezala ospatuko, baina antola ditzakegu ekintzak agian, auzoz auzo, tabernen artean elkarlanean... Ari gara pentsatzen zer eta nola egin". Hasierako WhatsApp talde horretatik elkarte bat sortzera pasa dira, herriko zenbait ostalarik 2012. urtean martxan jarritako egitasmo baten egitura baliatuz. "Estatutuak-eta aldatu behar ditugunean, hori egiteko asmoa daukagu". "Elkarte gisa batu garenean, iruditzen zaigu orduan hasi zaigula udala jaramon gehiago egiten, guk esateko izan duguna gehiago entzuten, eta bilera gehiagotara deitzen; Aterpea Merkatari, Ostalari eta Zerbitzuen elkartearekin batera egin ditugu horietako batzuk; estatus berean jarri gaituzte".

Kontsumo ohituren aldaketa

Pixkanaka-pixkanaka normaltasun berrirantz goazen honetan, ostalaritza elkartearen ustez aldatu egin dira bezeroen kontsumitzeko ohiturak. "Eguraldi ona egiten duenean batez ere, herritarrek terrazetan egon nahi dute kontsumitzen, eta kosta egiten zaie barrura sartzea. Horregatik, terraza jartzea beharrezkoa da, behin eta berriro eskatu dugu hori". 3. fasean posible da bezeroak lokal barruan artatzea, barran ere bai, baina bi metroko distantzia mantenduz uneoro pertsonen artean eta baita mahaien artean ere. 65 taberna daudenez Lasarte-Oriako Ostalaritza elkartearen bakoitzaren errealitate eta eguneroko egoera desberdina da.

Gauza bera gertatzen da ideia eta pentsatzeko moduekin ere. "Normala da ikuspuntuak desberdinak izatea, asko baikara, baina uste dugu sortu dugun dinamikak indarra daukala eta parte-hartzaileak konprometuta ikusi ditugu orain arte; iruditzen zaigu gauza ugari lortu ditugula hilabete eta erdi honetan". Espero dute datozen hilabeteetan ere horrela jarraitzea, "indartsu" eta ekimenak egiten, euren egoera aldatu egin daitekeela ahaztu gabe. "Hemendik hilabete batzuetara artikulatu oso desberdin bat idatziko duzue agian".

Nerea Eizagirre

Donostiako Unibertsitate Ospitaleko ZIU Zainketa Intentsiboen Unitatean egiten du lan Amalur Guridi Mujikak (Lasarte-Oria, 1989), mediku gisa. Larritasun handiena duten gaixoak artatzen ditu ZIU eguneroko arruntean, eta COVID-19 larrialdian zehar, ospitalizazioko planta arrunt batean egoteko moduan ez zeuden pazienteak jaso dituzte unitatean.

Noiz jakin zenuten COVID-19ari buruz? Eta noiz izan zen Donostiako Ospitalean lehen kasua?

2019 urte amaieran hasi ginen Txinatik lehen albisteak jasotzen. Aldizkari medikuen bidez lehen kasuen bilakaera ezagutzen hasi ginen, sintomak, erabilitako tratamenduak eta hasierako emaitzak, babes neurrien erabilera... Guztiz ezezaguna zen dena, eta gurera kasuak iritsiko zirela pentsatzen genuen arren, ez genekien zenbaterainokoa izango zen kaltea.

Urte hasieratik babes neurriko jantziak prestatzen hasi ginen, hauek jantzi eta erantzten ikasten, eta protokoloak egiten etorri zitekeenaren aurrean prest egoteko. Hala ere, espero baino handiagoa izan da gaixotasunaren hedapena eta bilakaera.

Martxoa hasieran hasi ginen lehen gaixoak jasotzen ZIU, hasiera batean pixkanaka, baina egunik txarrenetan zortzi gaixo larri ospitaleratzera ere iritsi gara. Pandemia osoan zehar, guztira, 60 gaixo inguru izan ditugu gure unitatean.

Zeintzuk dira COVID-19aren sintomak? Moldatzen joan dira, ezta?

Sintoma ohikoenak sukarra, eztul lehorra, mialgiak (muskuluetako mina) eta ahulezia dira, gripe baten antzekoak, baina ezohikoagoak diren beste batzuk ere ikusi dira paziente erietan, usaimen eta dastamenaren galera edo beherakoa, esaterako.

Birusak biriketetan kalte handiagoa egiten duen kasuetan gaixoek arnasteko zailtasunak izaten dituzte pneumoniak sortzen direlako, eta hauetako askok arnasmailu baten laguntza behar izaten dute euren kabuz arnasteko gai ez direlako.

Sintomak agertzen dituzten gaixoen gehiengoak (%80)

"Espero baino handiagoa izan da COVID-19aren hedapena"

AMALUR GURIDI MUJIKAK DONOSTIAKO OSPITALEKO ZIU-KO MEDIKUA

COVID-19aren pandemia hasi zenetik, osasun langileak horren aurka gogor ari dira lanean. Lasarteoriatar ugari dago zeregin horretan, Amalur Guridi da horien adibide bat



Amalur Guridi Mujika Donostiako Ospitaleko ZIU dago lanean. A. GURIDI

gaixotasun arina izaten duen arren, kasuen %15ak gaixotasun larria eta %5ak gaixotasun kritikoa jasaten du, hauen hilkortasuna handiagoa izanik. **Zer egin behar du pertsona batek COVID-19 duela uste badu?**

Edozein pertsonak arnas gaixotasunaren sintomak baditu bere familia medikuarekin jarri beharko luke harremanetan ohiko Osasun Zentrora telefonoz deituta,

horrela egoera aztertu eta behar diren neurriak hartzeko, frogara, tratamendu, isolamendu neurriak eta ospitaleratzeko beharrari dagokienez.

Osakidetzak programa eta zirkuitu ezberdinak prestatu ditu gaixo hauek modu egokian artatzeko eta kutsatzeko arriskua murrizteko. Edozein kasutan, pertsonaren egoera larria bada (arnasestua, konorte mailaren

galera...) Osakidetzako larrialdi zerbitzuetara (943 461 111) deitu behar da berehalako arreta jasotzeko.

Kasu arinak badira etxean bertan pasa daiteke gripe arrunt baten moduan, eta kasu larriak edo beste gaixotasunak dituzten pertsonak dira normalean ospitaleratzen direnak.

Zein da protokoloa ustez COVID-19 duen pertsona bat ospitalera iristen denean?

Aipatu ditugun arnas sintomak dituen gaixo bat ospitalera iristen denean kasu susmagarritzat hartzen da eta babes neurri guztiak hartzen dira gaixoa artatzerako garaian.

Ospitaleetan gune bereziak prestatu dira horretarako, guk gune 'zikin' eta 'garbi' moduan izendatu ditugunak, beste gaixotasun batzuk dituzten pertsonak kutsatzeko arriskua murrizteko.

Gaixoei beharrezko frogak egin eta tratamenduak jarri ostean, erabaki egiten da etxera bidaltzeko egoeran dauden edo ospitalean geratu behar duten. Ospitalean geratzen diren horiek toki batean edo bestean ingresatuta geratuko dira, testaren emaitzaren arabera.

Proban negatibo ematen duten pertsonak planta arrunt batera eramaten dira, eta, positibo edo zalantzarri diren kasuak berriz, babes neurriak mantenduko diren beste gune batean ingresatzen dira.

Ospitelea bitan berrantolatu dela aipatu duzu. Horrek ere lagundu du egoeraren kudeaketan?

Horrela da, larrialdietako guneaz gain, ospitalizazioko plantak ere sailkatu egin dira aipatutako gune 'garbi' eta 'zikinak' bereizteko.

Gure kasuan, ZIUko unitatean dauzkagun 48 oheak erabili ditugu COVID-19 gaixoak jasotzeko eta gainerako gaixo larriak ospitaleko beste gune batzuetara eraman dira elkarren artean kutsatzeko arriskua murrizteko.

Sailkapen honek asko lagundu du egoera kudeatzen. Kutsakortasuna murrizteaz gain, oso lagungarri izan da gaixoak hobeto artatzeko.

Zein neurri jarraitu behar izan dituzue Ospitalean langileek?

Gure ohiko egunerokoa nabarmen aldatu da pandemia honetan. Betidanik erabiltzen dugun laneko arropa horren gainean babes ekipoak jantzi beharra izan dugu gaixo hauekin kontaktua izaterako orduan, eta gero modu egokian kendu, gu geu kutsatzeko arriskua gutxitzeko.

Horretaz gain, asko izan dira lantokitik atera aurretik dutsatzeko ohitura hartu duten lankideak, eta denok areagotu ditugu esku-garbiketara eta oinarrizko higiegi arauak.

Zuen jarduna nabarmen aldatu dela aipatu duzu, nolako izan da aldaketa?

Hilabete zailak izan dira, lan karga asko handitu delako eta ondorioz lan txanda gehiago egin behar izan ditugulako pandemiako aste okerrenetan. 24 orduko lanaldi gehiago egin ditugu, asteburuetan errefortzuak eta Aste Santuko jaiegunetan ere lanera joan gara egoerak hala eskatzen zuelako.

Babes neurriekin lan egiteak fisikoki neke handia sortzen du, eta, gainera, ez da eroso; lanerako modua moldatu egin behar izan dugu zenbaitetan.

Etxean ere zorrotz behar zenituzten neurriak? Gehiengoari ezarritako neurriez aparte, neurri gehiagorik hartu al duzu?

Gaixoei lanean aritzeak gure kutsatzeko arriskua areagotu egin du, eta ondorioz birusa etxera eramatekoa ere bai. Horregatik, oso arduratsuak izan gara babes neurrien erabilera egokia egiten eta higiegi neurriak egoki mantentzen.

Zentzu honetan, Osakidetzak aukera eman digu osasun langileei etxean arrisku taldekoa den norbait izanez gero eta pertsona hau kutsatzeko arriskua murrizteko

"LAN GOGORRA EGITEA EGOKITU DA ETA EGOERA PERTSONAL GOGOR ASKO BIZI DITUGU"

helburuarekin, pandemiak irauten zuen bitartean horretarako prestatutako ostatu batera joateko eta horrela norberaren etxera itzultzea saihesteko.

Nire kasuan ez dut ohiko neurriez gain ezer gehiago egin, baina aukera hor egon da behar izan duenarentzat.

Epidemiaren gorenean, zuen unitatean zortzi ospitateratu izan dituzuela aipatu duzu. Kopuru hori ez da ohikoa?

Ez, zifra horiek altuak dira. Kontuan izan behar da gugana iritsi diren gaixoak larrien zeudenak izan direla, arnasteko zailtasun handiekin, eta ingesatuta bezain pronto lokartu eta arnagailu batera konektatu behar izan ditugula euren kabuz arnasteko gai ez zirelako.

Gehiengoa pertsona adinduak izan dira?

Kasu gehienetan 55-75 urte arteko pertsonak izan dira, baina denetik izan dugu ingesatuta: gazteenak, 35 urte ingurukoak.

Nekeza izan da zuentzat bai fisikoki, baita psikologikoki ere, ezta?

Dagoeneko buelta eman diogu egoerari baina hilabete zailak izan dira, bai fisikoki zein psikologikoki. Ezezaguna zen zerbaiten aurkako borroka izan da. Ordu asko eta lan gogorra egitea egokitu da eta egoera pertsonal gogor asko bizi ditugu.

Gaixo hauek ez zuten familiaren bisita jasotzeko aukerarik eta zaila izan da hori kudeatzea. Beldurra, bakardakia, gertatutako zenaren aurrean ezjakintasuna, informazio falta... Egoera latza izan da gaixoentzat, hauen familientzat eta baita han lanean egon garen guztientzat ere.

Egun nolakoa da egoera ZIUn?

COVID-19a daukan paziente bakarra daukagu. Bi hilabete pasatxo daramatza gurekin eta hau da lehen olatu honetako gure azken gaixoa.

Beraz, egoera lasaitu da. Gobernuak hartutako neurriek balio izan dute?

Garbi dago egoera hobetu egin dela, kasu positibo eta hildakoen kopurua jaisten ari da eta prozesu honetan zerikusitua handia izan dute gobernuak hartutako konfinamendu neurriek.

Nabarmen ikusi genuen ospitalean nola, etxeratze agindua jaso eta hurrengo hamabost egunetan, kasuak jaisten hasi ziren pixkanaka. Horrek erakutsi zuen isolamendu neurriak eraginkorrak zirela eta gaixotasunaren hedapena jaitsi egin zela.

Konfinamendu arintzeak kutsatuen kopuruan gorabeherak sor ditzake? Egia esan inork ez daki zein izango den birusaren bilakaera datozen hilabeteetan.

Kutsatuta dauden baina sintomarik ez duten pertsona horiek gaixotasuna hedatzen jarraitu dezakete, eta hori errazagoa izango da jende pilaketak dauden egoera zein guneetan.

Konfinamendua arintzen ari garen azken aste hauetan ez da kasu positiboan igoera izugarri bat egon baina toki jakinetan egon dira agerraldiak.

Azken astean, ospitaleetan eman direnak kasu...

Bai, kasu berriak agertu dira Basurto eta Txagorritxuko ospitaleetan eta horrek kezka berragertzea ekarri du.

Agerraldi txikiak dira momentuz, eta badirudi kasu positibo guztiak eta hauekin kontaktua izan dutenak identifikatuta daudela, eta beharrezko isolamendu neurriak jarri direla, baina oraindik goiz da kasu berri horien hedapena zenbaterainokoa izango den esateko.

Kasu positiboak berriz ere ospitaleetan agertu direnez prebentzio neurriak areagotzeko asmoa duela aipatu du Osasun Sailak egun hauetan.

Esan beharra dago jada ospitateratzen diren gaixo guztiei egiten zaiela PCR testa lehen orduetan, eta horren helburua kasu positibo asintomatikoak identifikatzea da, ahalik eta azkarren babes neurriak hartu eta birusa ez zabaltzeko.

Hasierako test horrez gain, beste aukerak aztertzen ari dira: ospitateratuta egon bitartean testak errepikatzea denbora tarte jakin batean, bisitan etortzen diren pertsonen ere testak egitea, tenperatura neurketak egitea... Baina oraindik ez digute ezer gehiago zehaztu.

Udazkenean ere berragertzea egon daitekeela diote...

Aukeren artean dago udazkenean gaixotasuna berragertzea ohiko gripearekin batera, baina dena ikusteko dago, birus berri honi buruz galdera asko geratzen zaizkigu oraindik erantzun gabe.

"Funtsezkoa da esku garbiketa egokia eta distantzia soziala mantentzea"

Pandemiaren eraginez, hainbat hitz ikasi eta osasun neurri oinarriko batzuk jarraitu behar ditugu. Horiei buruz ere hitz egin dugu herritarrekin.

Zer da PCR bat, zer da test azkarra eta zer da proba serologikoa? Eta zer datu eskaintzen dituzte?

Gaixotasunaren diagnostikoa egiteko bi test mota daude.

Alde batetik birusa gorputzean dagoen ala ez aztertzen duten teknikak daude, eta multzo honen barruan sailkatuko genuke PCR testa.

Test honetan birusaren material genetikoa detektatzea da helburua, gene horiek arnas bideetako lagin batean aurkitzen baditugu birusa bertan dagoela esan nahi duelako.

Horrez gain, badaude teknikak birusaren beste egitura batzuk (proteinak) aztertzeko, antigeno test azkarrak dira hauek.

Bestalde, bigarren taldean badaude birusaren aurka gorputzak sortutako erantzun immunea neurtzen duten testak, proba serologikoak deitzen direnak.

Kasu honetan, gaixotasunaren aurka sortzen ditugun antigorputzak dira neurtzen direnak, baina hauek garatzeko normalean astebete inguru behar izaten da gutxienez.

Herritarrei ezarritako neurri dagokionez, zeintzuk dira nahitaez bete beharrekoak?

Birusa hedatzeko arriskua murrizteko dauden funtsezko bi neurriak esku garbiketa egokia eta bi metroko distantzia soziala mantentzea dira, eta hau ez dugu ahaztu behar.

Maskararen erabilera bere funtzioa dauka baina inola ere ez ditu aurreko neurriak ordezkatzeko. Izan ere, distantzia sozial hori bermatu ezin den egoeretan (toki itxietan edo jende asko pilatzen den guneetan) aire bidezko tantaxoen bidez birusa hedatu daitekeenez, maskarak erabilteko gomendioa egiten da.

Maskara eraginkorra izateko garrantzitsua da ondo jartzea (sudurra, ahoa eta kokotsa ondo estali behar ditu), behin jarrita



Amalur Guridi, eskuinean, eta bere lankide bat, babesak jantzita. A. GURIDI

dugula ez dugu ukitzen ibili behar eta kentzerakoan alboetan dituen sokatxoetatik egin behar da, aurreko aldearekin kontaktua izatea saihestuz.

Maskara motaren arabera (higienikoak, kirurgikoak, FFP2, FFP3, telazkoak...) erabilera denbora jakin bat izango dute eta berrerrabilgarri diren horietan ikusi egin beharko dugu zenbat garbaldia diren gomendatutakoak eta nola egin behar diren. Maskara gorde behar badugu poltsa transpiragarri batean egitea gomendatzen da.

Eskuak garbitzerako garaian nahikoa da ura eta xaboiarekin egitea, eta hau da modurik onena eskuak benetan zikinak baditugu.

Gel hidro-alkoholikoa ere erabilgarria da eskuak desinfektatzeko eta eroso da aldi berean, bai edozein gune publikoren sarrera edo irteeran erabiltzeko edo baita gainean eramateko ere momentu jakin batean eskuak garbitu nahi baditugu.

Hala ere, ura eta xaboiarekin garbituta esku garbiketa egokia gingo dugu.

Maskararen erabilera izan da buruhauste gehien eman duena...

Maskararen erabilera kontraesan handia sortu du gizartearen. Osasun

zentroetan edo gaixoeekin kontaktua zuten pertsonen soilik erabiltzetik gure egunerokoan beharrezko izatera igaro dira.

Lehenengo egunetan ezjakintasuna nabari zen, zein mota erabili, nola, zein egoeretan... Gainera maskarak ez zeuden guztientzat eskuragarri, eta guzti honek nolabaiteko kaosa sortu zuen.

Dagoeneko ezarrita daude maskaren erabilera arauak, maskara motak zein diren ulertu eta nola erabili behar diren ikasi dugu, eta ohitzen ari gara egunerokoan maskara eramatera. **Herritarrei zein aholku eskainiko zenieke?**

Orain arteko neurriak gogorak izan diren arren emaitza onak eman dituztela esan behar dut eta horrek egin duela gaixotasunaren hedapena murriztea.

Dena dela, ezin dugu guztiz lasaitu eta oso garrantzitsua da distantzia soziala mantentzea eta eskuen garbiketa zorrozt bat egiten jarraitzea, eta beharrezko kasuetan maskara erabiltzea modu egokian.

Edozein sintoma susmagarriren aurrean ohiko medikuarekin harremanetan jartzeko gomendioa emango nuke, eta batez ere arrisku taldeetako pertsonekin arreta berezia izatea.

Egoera berriari egokitze prest

Ostadar Inklusioa taldea eta bere kirolariak egoera guztietara moldatzen dira. Itxialdian eta egoera arintzean ere lanean izan dira. Krisiak eragingo duen babes ekonomikoen galerak kezkatzen ditu ordea, taldearen jarduna egokitzea behartuko ditu

Nerea Eizagirre

Itxialdi egoeran kirola egitea zailtasun handia izan da guztientzat. Ostadar Inklusio taldeko kideak ez dira salbuespen izan. Denboraldiko gailurraren bidean geratu ziren larrialdi egoera ezarri zenean eta ezin izan diote ikasturteri esperotako amaiera eman. Etorkizuna ziurgabetasunez bete badago ere, urritasuna duten gazteei zuzendutako kirol jarduerak sustatzen jarraitu nahi du taldeak. Jurgi Olasagasti Ostadar Inklusioa taldeko prestatzailearekin hitz egin dugu itxialdia eta horren ondorioak nola bizi dituzten jakiteko.

Ostadar Inklusioa taldeko kirolari eta prestatzaileak "pena" dute kirol jarduna eten izanagatik. Lehiaketetan parte hartzen duten kirolariak Espainiako Txapelketak prestatzen ari ziren itxialdia ezarri zenean. Kirolariak ederki ari ziren entrenatzen eta prestatzaile taldeak aurreko denboraldiko emaitzak errepikatzea zuen buruan, baina usteak erdia ustel. Larrialdi egoerak guztia hankaz gora jarri baitzion kirol taldeari.

"Guretzat oso txarra izan zen itxialdia ezartzea. Denboraldi amaieran geneuzkan Espainiako atletismoko, Bocciako eta Slalomeko txapelketak. Txapelketa hauetan ezin parte hartzea golpe handia izan zen guretzat, baina batez ere kirolarientzat. Denboraldi guztia entrenatzen pasa dute txapelketak prestatzen eta ezin lehiatzea oso gogorra da", azaldu du Jurgi Olasagasti taldeko arduradunak.

Saskibaloitopaketak, Gorpildun Aulkiko Saskibaloiko Gasteizko Txapelketa, bela jardunaldia, atletismoko lasterketa herrikoietako parte-hartzeak,



Oncek Urrezko Krisitina eman zien egindako lanarengatik. ONCE EUSKADI



Ander Goenaga Munduko txapelketan lehiatu da aurten. OSTADAR INKLUSIOA



Lehiaketa ugarritan parte hartu dute eta Slalom txapelketa antolatu zuten. TXINTXARRI

pala topaketak... Gainerako kirolariek ere ezin izan dituzte denboraldi amaieran antolatzen diren jarduerak ezberdinak gozatu, eta esperientzia hauek ezin aurrera eramatea "pena handia" dela nabarmendu du prestatzaileak.

Egoera ekonomikoa

Gainera, etorkizuna ere ez da argia. Zalantza ugari daude airean eta arlo ekonomikoa da taldeari gehien kezkatzen diona.

Ostadar Inklusio taldeak bere jarduna aurrera eraman ahal izateko hainbat enpresa pribaturen babesa jasotzen du eta gaur egun bizi dugun egoerak enpresengan izan duen kalteak taldeari eragingo dionaren susmoa dute.

Materialak, zein lehiaketetarako joan-etorriak -Kirol egokituko lehiaketak Euskadi eta estatu mailan antolatzen dira... "Kirol egokitua kirol 'normalak' baino garestiagoa da eta babesle pribatuen laguntza behar izaten dugu".

Diru iturriak galtzeak kirolariaren garapenean eta taldearen jardunean eragin zuzena izango duela argi dute. "Kirolari oso onak ditugu taldean. Aurreko denboraldian Espainiako errekorra egin zituzten, infantilak izanik Espainiako selekzio absolutuarekin ibili direnak ditugu... eta lehiaketetan parte ezin hartzeak beraieki kirol ibilbidean harri handia suposatuko du".

Hala ere, txapelketetan "ahalik eta egoera onenean" parte hartzen saiatuko direla jakitera eman dute, baita urritasuna duten gazteentzat jarduerak fisikoa egiteko aukerak lantzen jarraituko dutela ere. "Denboraldian zein jarduerak burutu ahal izango dugun lehenetsi beharko dugu", onartu du Olasagasti.

Hurrengo denboraldira begira, argi duten gauza bakarra da neurrien arabera moldatu beharko direla. "Ikusi beharko da zer den araudiak uzten duena. Ez dakigu lehiak noiz izango diren, jarduerak nola planteatu daitezkeen, entrenamenduak nola izango diren... Egokitzen joan beharko dugu".

Entrenamenduak itxialdian

Egokitzearen harira, Ostadar Inklusioa taldeko kideak itxialdian nola moldatu diren

ere azaldu digu Jurgi Olasagasti prestatzaileak.

Kirol disziplina ugari osatutako taldea da Ostadar Inklusioa, eta, kirolari bakoitzak, gainera, bere ezaugarriak ditu. Beraz, plangintza pertsonalizatua egin diete entrenatzaileek kirolari bakoitzari, eta, helburuaren arabera, itxialdian zehar, moldatzen joan dira. "Entrenatzaileek kirolari ezberdinen 'etxeko lanak' planteatzen zituzten bakoitzak bere etxean egiteko. Helburua harremana lantzen jarraitzea zen eta ahal den neurrian jarduerak fisikoa egitea gaitasunak lantzen jarraitzeko ahal den moduan", azaldu du Olasagasti.

Izan ere, kirolari eta entrenatzaileen arteko distantzia zailtasun handia baita. "Distantzia batean kirolariak etxean jarduerak fisikoa egitea zaila da. Pertsonen gainean egon behar izaten da eta etxean bakoitza bakarrik lan egitea ez da oso motibagarria".

Hori dela eta, kirolariaren arteko harremanak mantendu eta taldea sendotzeko astean behin, entrenamendu egunekin bat eginez, taldeko bideodeia ere egiten dute. Bertan kirolariak eta entrenatzaileak biltzen direla zehaztu du Ostadar Inklusioa taldeko arduradunak. "Oso garrantzitsua da talde izatera mantentzea eta horregatik helburu hori mantentzeko astean entrenamendu egunarekin bat eginez, taldeko bideodeia egin dugu".

Zalantza betetako etorkizunari aurre egin eta urritasuna gazte jarduerak fisikoa egin ahal izateko aukerak lantzen jarraituko du Ostadar SKTk eta gizarteak ere bere harrizkoa jartzea espero du taldeak. "Herriko kaleak jende askoz bete ziren kirola egiteko aukera izan genuenean. Jarrai dezagun pertsona guztientzat jarduerak fisikoa egin ahal izateko aukerak lantzen," adierazi dute.

Horregatik, Lasarte-Oriako herritarrek kirol egokitan parte hartu nahi badute, Ostadar Inklusioarekin harremanetan jarri daitezkeela gogoratu dute.

DIRU BABESAK GALDUKO DITUELA USTE DU TALDEAK; JARDUNA EGOKITU BEHARKO DUTE

Arintze egoeran, kirolaz gozatzeko

Trinko Lasarte-Oriako triatloi taldeko kideek ere egoeraren arabera moldatu dute euren kirol jarduna. Etxean, kalean edo itsasoan gogotsu aritu dira lanean. Lehiaketak bertan behera geratu edo dataz aldatu ostean, egutegi berriaren zain daude

Iñigo Gonzalez Sarobe

Konpetizio denboraldian bete-betean murgildu behar zutenean eten du koronabirusak Trinko Lasarte-Oriako triatloi taldearen jarduna. Konfinamendua arintzen hastearrekin batera, etxetik kanpo kirolaz gozatzeko ari dira berriro, errepide zein itsasoan. Ez dakite oraindik sasoi honetan probak jokatu ahalko dituzten edo ez: Iruñeko triatloia antolatzaileek, esate baterako, irailera atzeratu dute proba hori.

Egutegiko hainbat data gorritz markatuta zeuzkatenean, errotulagailu edo boligrafo hori bera erabili dute hainbat aste tatxatzeko, beste kirolariak bezala, maiatz hasierara arte etxean konfinatuta egon behar izan baitute Trinkoko triatletek ere. Lau hormen artean egin dute kirola arintzearen 0 fasea iritsi arte, eta arrabola aspertu arte erabili. Itxialdia aritzen joan ahala, hasi dira pixkanaka-pixkanaka entrenamendu errutina berreskuratzen, talde horretako kide Asier Gorostegik zehaztu duenez: "Bizikletan, adibidez, bakarkako saioak egiten ari gara asteotan, ez baitago zehaztuta zein baldintzarekin entrena dezaketen taldeek; ez gara gehiegi konplikatu". Itsasora joaten hasiak dira igerian egitera, eta korrika saioak kaleko errepideetan egiten dituzte, kiroldegiak ateak ireki dituen arte behintzat.

Igeriketa, txirrindularitza eta martxa lasterketa edo korrika egitea. Hiru diziplina horietan aritzen dira Trinkoko kideak -duatloia egiten dutenean, azken bietan-, jo eta su. Otsail-martxorako, hasiak ziren lan saioen intentsitatea eta bolumena igotzen, irekitzeaz zegoen konpetizio denboraldiari begira. COVID-19ak, hala ere, errotik

aldatu zuen euren errutina ere: proben antolatzaileak datak aldatzen edo bertan behera uzten hasi ziren, ezin zen etxetik atera... "Krisia lehertu zenean, ez genuen uste horren luze joango zenik; hasieran motibatuta ekin genion itxialdiari, ariketak egiten, baina nazka-nazka amaitu genuen arinaldia hasi aurretik".

'Normaltasunera' buelta

Gizarte osoa bezala, Trinkoko kideak ere fasez fase ari dira krisiaren aurreko errutinara bueltatzen. 0 edo hastapen fasean, ezin zuten herritik atera, eta "hamsterren pare" ematen zituzten itzuliak Lasarte-Oriaren barrera, bizikletan batez ere, Oriatik Zabaletara eta Zabaletatik Oriara. Korrika egitera ere irteten hasi ziren, errepidetik. "Pixka bat arriskutsua zen, baina espaloietatik ezin zen ibili ere egin!", dio Gorostegik. Gure herria Gipuzkoako dentsoenetakoa izateak ere ez zien lagundu -18.825 pertsona bizi gara sei kilometro karratutan; kilometro bakoitzeko 3.000 baino gehiago-.

Hona hemen anekdota eder bat: konfinamenduaren faserik gogorrenean, etxetik kirola egitera ateratzea posible ez zenean, Trinkoko taldekide Peio Fadriquek maratoni bat egin zuen bere etxean, sei ordu pasatxo arituz. Argi dago ez direla geldirik egon hilabete hauetan.

Gipuzkoa faseak gaintzen joan ahala, itsasora joaten hasi dira

**ERRENDIMENDUARI
BEGIRATU GABE
LANEAN EGON DIRA
TRINKO TRIATLOI
TALDEKO KIDEAK**

herriko talde horretako triatletek berriro, igerian egitera. Triatloi gehienak itsaso edo lakuetan jokatzeko direnez, urari berriro neurria hartzeko saioak egiten ari dira. Hasiberrientzat, ordea, desabantaila bat da hori: "Itsasoan igeri egitea zailagoa da piszina batean baino; kirola aurreneko probatu nahi dutenentzat gogorragoa izango da".

"Errendimenduari gehiegi begiratu gabe" ari dira lanean Trinkoko kideak. "Kirolzaleak gara, eta, momentuz, gozatzeko ari gara entrenatzen, ez horrenbeste konpetiziora zuzenduta". Dena den, adi daude, ikusteko ea uda ostean lehiaketetan parte hartu ahalko duten ala ez. "Iruñeko Triatloia antolatzen dutenek, esate baterako, iragarri dute irailean egingo dutela proba". Oraindik ziurra ez den arren, beraz, baliteke beraien kirol-jantzi berdeak -ekipazio berria estreinatu dute aurtun, gainera- Nafarroan eta beste zenbait lurraldetan ikustea.

Koronabirusaren eragina

"Trinko talde amateurra da; ez dauka langilerik, herriko beste zenbait kirol elkarte bezala. Beraz, alor horretan, apenas eragin digu COVID-19ak", aipatu du Gorostegik. "Trinko hurrengo denboraldian ere egongo da".

Alor horretan ez, baina beste zenbaitetan bai: entrenamendu-errutinan eta konpetizio sasoi antolatzerakoan, esate baterako. "Abuztu aldean beste probaren batean konpetitu genezake agian, baina zaila da dena uzartzea: oporrak, kontziliazioa...".

Normaltasun berria iritsi bitartean eta triatloia egutegia zehaztu arte, gogotsu jarraitzen dute lanean Trinkoko kideek, kirolaz gozatzeko, sortu zirenetik egin izan duten bezala.



Trinko taldeko kideetako batzuk Lasarte-Oria Bai! krosa hasi baino lehen. TXINTXARRI



Txirringan taldean entrenatzeko saioak egin ohi dituen taldeak. TXINTXARRI



Trinko triatloi taldeko zenbait kide, proba batean parte hartu aurretik, 2019ko urrian. TRINKO



Gironako Ipar Martxa taldea izan zen iaz Lasarte-Oria Bai! krosean parte hartzen. Aurten ere bertan izatea espero dute. TXINTXARRI



Ostadar Ipar Martxa taldeko kideak, Donostian. OSTADAR IPAR MARTXA

Elkarrekin bidea egiteko zain

Irteerak, bidaiak, ikastaroak... martxotik denboraldi amaiera arte prestatua zuten guztia bertan behera utzi dute Ostadar Ipar Martxako kideak. Egoera 'normaltasunera' iristeko bidean, kale eta mendietara bueltatu dira pausoz pauso kirolaz gozatzeraz

Nerea Eizagirre

Makilak eskuan, erritmo lasaian, batetik bestera ibili ohi dira Ostadar SKTko Ipar Martxako kideak. Otsagabia, Sarlat edo Bordele bisitatu behar zituzten hilabete hauetan, baina itxialdi egoerak, etxean egotera behartu ditu. Konfinamendua arintzearekin batera, banaka edo bikoteka atera ahal dira paseotxoak ematera, baina irailera arte, behintzat, ez da taldeko ekintzarik egingo.

Martxoaren 13 eta 15a artean, Otsagabiarako bidaiak antolatua zuten Ipar Martxa taldeak. Ibilbideak, bazkaria... Guztia prest zuten COVID-19ri aurre egiteko neurriak ezarri baino lehen. Egoerak, ordea, Otsagabiako lagunekin zuten plana atzeratzea eraman zuen. "Aste horretan justu neurriak hartzen hasiko zirela iragarri zuten. Otsagabiako taldearekin harremanetan jarri ginen eta irteera atzeratzea erabaki zen.

Hango eta hemengo kirolarientzat arriskurik ez izatea zen buruan genuena".

Irteera horren antzera, beste ekimen ugari ere bertan behera edo datuz aldatu dituzte Ostadar Ipar Martxako kideak. Rosa Ormazabalek azaldu moduan, "gure kirolarien artean arriskutaldekoko jende ugari dago eta hoberena momentu honetan guztia etetea da".

Esate baterako, apirilean Sarlat eta Bordele ezagutzeko bidaiak ere prest zuten taldeak eta bertan behera utzi dute. "Aurten ez bada ere, hurrengo urtean joateko lana aurreratua dugu", aipatu du. Arazoak izan dituzte ordea, diruaren itzulera dela eta. "Sarlat eta autobuseko dirua itzultzea lortu dugu, baina Bordeleko hotela itxita dagoenez, oraindik ezin izan dugu hori konpondu. Ekainean edo auskalo, ea posible den itzultzea".

Baina Ipar martxako kideak ez dira itxialdian geldirik egon.

Etxean makilekin lan egin ahal izan dute Donostiako Marijo Villalbak eta Gironako Cristina Borrás irakasleek bidalitako ariketa taulei esker. "Ni baino eskarmentu gehiagoko irakasleak dira eta eurek bidalitako entrenamenduak, bastoekin ariketak... etxean egiteko aukera izan dugu", azaldu du Rosa Ormazabal Ostadar Ipar Martxako arduradunak.

Banakako lanaz gain, harremana mantendu eta taldea animatzeko asteazkeneko bideo edo argazkiak bidaltzeko deia egin zuten Ostadar Ipar Martxako arduradunek. Itxialdian zehar egin dute eta arintze egoeran ere mantendu dute. "Duela aste

IPAR MARTXAKO TALDEAK IRAILERA ARTE BEHINTZAT EZ DU EKIMENIK ANTOLATUKO

batzuk, kalera atera ahal izan ginen eta argazkiak bidaltzeko eskatu nien. Gutxi batzuk animatu dira, baina ez dago gaizki".

Konfinamenduaren arintzea dela eta, banaka edo bikoteka ateratzen dira eta gomendio batzuk eman dizkie ipar martxalariei. "Kirola egitea gomendatzen diet. Amaitzean luzaketak edo 'chikun' egiteaz gogoratu daitezela ere garrantzitsua da".

Lanean hasteko gogoz

Gogoz dago berriro taldearekin biltzeko, "ea laster elkar ikusten dugun eta berriro ere, elkarrekin kirolak gozatzen dugun".

Ekainean zerbait egiteko asmoa agertu zuen taldeak, baina irailera arte, behintzat, saiorik ez dela egongo aurreratatu du Ormazabalek. "Ez dira neurriak betetzen oraingoz segurtasun guztiarekin biltzeko. Eta aurten uztail eta abuztuan etena egiteko

asmoa dut. Beraz, irailean ikusiko da. Momentu bakoitzaren arabera joango da dena. Irailean, ahal badugu, elkartuko gara".

Ez da besoak gurutzatuta geratuko, ordea: irailerako ibilbideak prestatzen egongo da Ormazabal. "Asmoa ahal dugunean martxan jarraitzea da. Guztia prestatu, 'normaltasunera' bueltatzean lehenbailehen martxan jartzeko. Dagoeneko sei ibilbide dauzkagu prest".

Lasarte-Oria Bai! krosean parte hartzeko asmoa ere agertu du. Gainera, Gironako taldeko kideak ere etortzekoak direla nabarmendu du. "Hitz egin dut haiekin eta urrian etortzekoak dira krosera, baina guztia egoeraren arabera izango da".

Izan ere, ipar martxako arduradunak zehaztu bezala, "guztia dago airean eta egunean egunean-egunean ikusiko dugu zein egoera dagoen".



'Pilatawalk' saioa egin zuten taldeak itxialdia baino lehen. TXINTXARRI



Ariketa kardiobaskular guneko makinak banatu egin dituzte: gela honetan bizikleta eliptiko bat eta hiru zinta jarri dituzte. TXINTXARRI

Kiroldegiko zenbait gune ireki dituzte, aldaketekin

Ariketa kardiobaskular zein muskulazioko guneak eta padel pista erabil ditzakete herritarrek. Aurrez hitzordua hartu behar dute, eta, gehienez, bi saio egin astero. Itxita daude dutxak eta aldagelak eta erabiltzaileek nahitaez eraman behar dute maskara

Itziar Gonzalez Sarobe

Ia hiru hilabete eta gero, herritarrek ariketa fisikoa egitera itzul daitezke Maialen Chourraut kiroldegiko zenbait gunetara: muskulazio eta ariketa kardiobaskular gela eta padel pista, hain justu. Igerilekua datorren astean zabaldu asmo dute. Erabiltzaileen segurtasuna bermatzeko, aldaketak egin dituzte instalazioetan, eta edukiera maximoa murriztu: erabilgarri dauden guneen aforoak batuta, 30 pertsona gehienez. Hitzordua aurrez hartu behar dituzte erabiltzaileek, 943 37 61 82 telefonora deituta. Astean bi egin ahalko dituzte, asko jota. Abonamendua aktibatuta eduki behar da.

Kiroldegira sartzeko eskailerak edo malda igo, eta aurreneko aldaketa: eskuineko atletik sartu behar da instalazioetara, beltz koloreko geziak jarraituta eta bi metroko segurtasun distantzia mantenduta. Behin barrura sartuta, beste ezer egin aurretik,

eskuak garbitu behar dira gel hidroalkoholikoarekin, eskuak iturriaren azpian jarri eta hankarekin pedal bat sakatuta. Harrera-lekuaren alboan gaude, muskulazio zein ariketa kardiobaskular geletara joateko sarbidean. Kirol zerbitzuko langile Anai Salsamendik erakutsi die kiroldegiaren itxura berria kazetariei.

Pista, areto bihurtuta

Metro batzuk aurrera egin eta, eskuinetara, squashean jokatzeko gela dago. Muskulazio aretoko zenbait tresna jarri dituzte bertan, gunea bitan banatuz: edukiera maximoa, bietako bakoitzean, bost pertsona. Makina bakoitza garbitu egin behar da erabili eta

943 37 61 82
TELEFONO ZENBAKIRA
DEITU BEHAR DUTE
HERRITARREK
HITZORDUA HARTZEKO

gero, papera eta desinfektantea erabilita. Zertxobait aurrerago, bizikleta eliptikoak eta korri egiteko zintak daude. Gela horietan ere moldaketak egin dituzte segurtasun neurriak mantentzeko.

Aldaketa horietako bat izan da kardioa lantzeko zenbait makina eta tresna goiko solairuko kantxara eramatea: bizikleta estatiko eta eliptikoak eta arraunean aritzeko ergometroak. Bost ilara jarri dituzte, eta tresnen artean beharrezko distantzia mantendu. Beheko makinak bezala, erabili eta gero garbitu egin behar dira, papera eta desinfektantea erabilita.

COVID-19ak eragindako osasun krisiagatik, bazkideek ezin izan dituzte instalazioak erabili bi hilabete pasatxo. Martxan zeuden ikastaroekin ere gauza bera gertatu da: bertan behera geratu ziren martxo erdialdean. Zerbitzu horiengatik lasarteoriarrek ordaindu dituzten tarifen zati proportzionalak bueltatuko ditu Lasarte-Oriako Udalak.

Datorren urteko izen-ematea ireki dute hainbat kirol taldek

2020-2021 sasoirako kirolari bila hasi dira Eguzki, Texas, Ostadar SKT eta Buruntzaldea IKT

Txintxarri

Oraindik ez da ziurra 2020-2021 denboraldia noiz hasiko den, eta nolakoa izango den ere ez, baina herriko hainbat kirol talde eta elkarte jo eta ke ari dira lanean hurrengo urteko sasoi antolatuzko. Besteak beste, izen-emate epeak irekitzen ari dira, herritarrei eurekin kirola egiteko aukera emanez.

Buruntzaldea IKT igeriketa taldea Internet bidez ari da izen-emateak jasotzen, bere web orrialdean eskegi duen formulario baten bitartez. 696 506 632 telefono zenbakia eta info@buruntzaldeaikt.eus helbide elektronikoa jarri ditu herritarren eskura, zalantza eta bestelakoak izanez gero, arduradunekin kontsultatzeko. Adierazi dute webgunean eta sare sozialen bitartez informatzen jarraituko dutela datorren denboraldiari buruz. Aurreratu dute zerbait honezkero: taldeko gaztetxoek entrenamendu ordu eta egunak. 2013 urtean jaiotako haurrek astearte eta ostegunetan, 17:30etik 18:15era bitarte entrenatuko dute; 2012 urtean jaiotakoek, berriz, astelehen eta ostiraletan, 17:30etik 18:30era bitarte eta azkenik, 2011 urtekoek

astelehen, asteazken eta ostiraletan, 17:30etik 18:30era bitarte.

Eguzki Areto Futbolak ere ireki du inskripzio epea: 2012an edo lehenago jaiotako herritarrek gonbidatzen ditu euren taldeko kide izatera. Kirol eskolatik hasi eta seniorretaraino, kategoria guztietan taldeak izan nahi ditu Eguzkik. Beraiekin harremanetan jartzeko bi bide dituzte interesa dutenek: 699 420 239 telefonora deitu edo eguzkiaretofutbola@outlook.com helbidera idatzi.

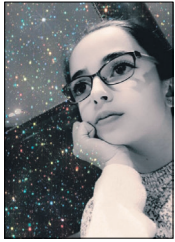
Ostadar SKT eta Texas Lasartearra 2020-2021 sasoirako taldeak osatzen ari dira. Urdin-beltzek formulario bat prestatu dute, eta euren web orrialdean jarri, futboleko edo klubaren beste kirol lorretan aritu nahi dutenei aukera emanez. Geltoki kaleko bulegoa irekita dute, astegunetan, 17:00etatik 19:00etara. Texasek aste honetan iragarri du ireki duela izen-emate epea, 2005. eta 2012. urte bitartean jaiotakoentzat. Proiektu berri bat martxan jarri nahi du taldeak: nesken infantil taldea. Inskripzioa egin edo informazio gehiagorako, 699 420 239 telefonora deitu daiteke edo info@texaslasartearra.com helbide elektronikora idatzi.



TXINTXARRI

Hirugarrena ere, atek itxita

Asteazkenean jokatu dute Hipodromoan denboraldiko hirugarren jardunaldia, atek itxita, COVID-19a saihesteko neurri gisa. Azken egunetako euriteak tarteko, pista biguna zegoen, eta horrek baldintzatu egin ditu lasterketak. Vaclav Janacek jockeyak gidatutako *Billycock Hill* zaldiak irabazi du sari nagusia, bosgarrena, 1.300 metrokoa.



Urte askotarako!

Zorion itzazu lagunak eta senitartekoak; bi bide dituzu Txintxarren bidez zoriontzeko:

Posta elektronikoa

Naiara
Zorionak Naiara!!! Zure lagun LAS LOKAS, aitabxo eta amatxoren partetik. Muxu asko eta oso ondo pasa guapa.

Mezua bidali
txintxarri@txintxarri.eus helbidera, eta idatzi: izen-abizenak, urtebetetze-eguna eta nahi duzun testua. Ez ahaztu irudia atxikitzeaz.

Osteguneko 16:00ak arte jasotako zorion agurrak bakarrik iragarriko ditugu. Hortik aurrera jasotakoak hurrengo astearen argitaratuko ditugu.

ESKELA

ESKELAK JARTZEKO: 646 82 44 66
edo PUBLIZITATEA@TTAKUN.EUS

- Hileta egunean eskela Txintxarri.eus-en + Oroigarria edo Esker ona Txintxarri paperean: 90€
- Eskela mota guztiak Txintxarri paperean + Txintxarri.eus-en: 90€
- Eskela mota guztiak Txintxarri paperean: 80€

EGURALDIA LASARTE-ORIAN

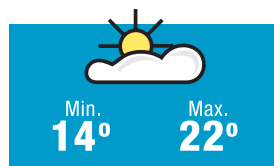
Ostirala, 12



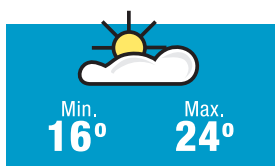
Larunbata, 13



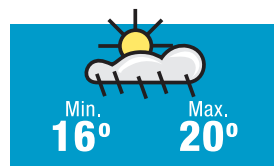
Igandea, 14



Astelehena, 15



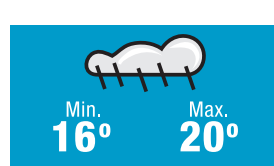
Asteartea, 16



Asteazkena, 17



Osteguna, 18



JAIOTZAK

Ekain Sanchez Cuesta. Ekainaren 6an.
Amaiur Plazaola Elguezabal. Ekainaren 4an.
Lier Iturrioz Gonzalez. Ekainaren 2an

HILDAKOAK

Francisco Agote Armendariz. Ekainaren 6an.
Ignacio Gonzalez Vazquez. Ekainaren 4an.
Vicente Dominguez Dominguez. Ekainaren 4an.
Esperanza Garcia Martin. Apirilaren 24an.

GUARDIAKO FARMAZIAK

OSTIRALA, 12 GANDARIAS-URIBE
LARUNBATA, 13 URBISTONDO
IGANDEA, 14 URBISTONDO
ASTELEHENA, 15 GANDARIAS-URIBE
ASTEARTEA, 16 DE ORUE
AZTEAZKENA, 17 DE MIGUEL
OSTEGUNA, 18 LASA

EGUNEKO FARMAZIAK: 9:00-12:00
DE ORUE: Jaizkibel plaza 2/ 943 36 26 52
ACHA-ORBEA: Hipodromo et. 6/ 943 36 35 49
DE MIGUEL: Kale Nagusia 32/ 943 37 11 51
LASA: Kale Nagusia 42 atzea/ 943 36 17 74
GIL: Kale Nagusia 24/ 943 36 15 29
URBISTONDO: San Frantzisko 1/ 943 36 65 67
GANDARIAS-URIBE: I. de Loyola 9/ 943 01 95 21

GAUEKO FARMAZIA: 22:00-9:00
Urrutia-Martin: Etxeberri auzoa 1 (Florida auzoa), Hernani/ 943 55 77 38

Gipuzkoako farmazien eskuko telefonorako 2017ko egutegia eskuratzeko, bidali FARMA 215800 zenbakira.
Gehienezko kostua 1,7 euro + WAP deskarga, operadorearen arabera (www.cofgipuzkoa.com).

TELEFONOAK

UDALAREN TELEFONOAK:
ERREGISTROA: 943 371 629
EUSKARAKO ZERBITZUA: 943 376 184
KIROLEDGIA: 943 376 182
MANUEL LEKUONA KULTUR ETXEA: 9 43 376 181
GIZARTE ZERBITZUAK: 943 376 179
KIUB: 943 361 605
UDAL EUSKALTEGIA: 943 361 621
MUNTTERI AEK: 607 625 233

LARRIALDIKO TELEFONOAK:
OSASUN ZENTROA: 943 007 960
DYA: 943 464 622
GURUTZE GORRIA: 943 363 953
UDALTZAINAK: 943 362 442
ERTZAINZA: 943 538 840
SOS DEIAK: 112

SUDOKUA

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

OHARRAK

Posta bidezko bozka

Uztailaren 12an, Eusko Legebiltzarrerako Hauteskundeak ospatuko direla eta, Lasarte-Oriako hainbat alderdi politikoek posta bidezko botoa tramitatzeko laguntza eskaini diete egun horretan bozka ematera joan ezin diren herritarrei. Uztailaren 2ra arte egin daitezke.

EAJk bi bide jarri ditu herritarren eskura: 943 363 409 telefonoa eta 652 706 820 WhatsApp zenbakia. Posta bidezko bozka erabiltzeko asmoa duten herritarrek izen-abizenak, NAN zenbakia, jaiotze-data eta botoa emateko dokumentazioa jaso nahi duen posta-helbidea adierazi beharko dute.

PSE-EEK bere egoitzan, Gambo 1 behean, astelehenetik ostiralera, 17:00etatik 20:00etara eskainiko du laguntza zerbitzua. Beste ordutegi batean egin ahal izateko hitzordua eskatu beharko da. Gaixo edo etxetik mugitu ezin diren herritarrek, notarioak ziurtatuta etxetik egin ahal dute bozka. Tramitazio hori egiten ere lagunduko dute alderdi sozialistako kideek. Argibide gehiago eskuratzeko edo zalantzak argitzeko 943 372 869 telefonoa jarri dute herritarren eskura.

EHBildu Udaleko Bilgunean egongo dira (astelehenak: 16:00-19:00, asteazkenak 10:00-12:00, ostiralak 10:00-12:00). Argibide gehiago eskuratzeko edo zalantzak argitzeko deitu 683 31 98 21 telefonora edo idatzi lasarte-oria@ehbildu.eus. Informazio gehiago www.egitekoprest.eus webgunean.

Liburuen bigarren eskuko azoka

Oriarte Institutuko Oriarte kide guraso elkarteak familiek 2020-2021 ikasturteko liburuak erosi ahal izateko DBH3 mailatik 2. Batxilergo mailarako liburuen bigarren eskuko azoka antolatuko du.

Bi hitzordu ezberdin izango dira aurten Oriarte institutoko Larrekoetxe eraikinean. DBH3, DBH4 eta 1. Batxilergo mailatako liburuak uztailaren 1an, 16:30etik 19:00etara egongo dira eskuragarri; 2. Batxilergoko liburuak, berriz, uztailaren 17an, 16:00etatik 17:30era.

DBH3, DBH4 edo 1. Batxilergo mailako liburuak saldu nahi dituzten familiek ekainaren 26an, 16:30etik 19:00etara utziko dituzte Larrekoetxe eraikinean eta uztailaren 15ean, 16:30etik 18:00etara jasoko ditu guraso elkarteak 2. Batxilergokoak.

Liburuek egoera onean egon beharko dute, "puskatu gabe, eta erabilgarri." Guraso Elkarteak egiaztatuko du liburuen egoera.

Guraso elkarteak jakitera eman duenez, liburuak gaur egun duten prezioaren erdian baloratuko dira.

Dirua edota saldu ez diren liburuak jasotzeko egunak uztailaren 15a, 16:30etik 18:00etara eta uztailaren 17a, 18:00etatik 19:00etara dira. Jasoko ez balira, eta aurrez kontrakoa esaten ez bada, Guraso elkartearen ondare bihurtuko dira.

Bestalde, Oriartekide guraso elkarteak aurten ez du liburu berririk salduko. Horregatik, Lasarte-Oriako Maite eta Carretero liburu-dendekin liburu horietan deskontuak eskaintzea adostu dute.

AZOKA TXIKIA

LANA
ESKARIA
Lasarte-Oriako bi neska gazte gara; udaran haurrak zaintzeko prest gaude. Haurrek udaran eskolako errefortzu lanak egin nahi balituzkete ere prest egongo ginateke laguntzeko. Deitu edo bidali whatsapp bat zenbaki hauetara: 688 777 280 edo 610 325 280.

Lan bila ari naiz Lan bila nabil geriatría arloan, dokumentazio guztia eguneratuta daukat eta 15 urteko esperientzia. 690 146 067

Lan bila asteburuetarako Lan bila ari naiz, asteburuetan jarduteko, orduka. 639 740 900

ETXEBIZITZAK
ERRENTAN
Udarako hilabeteetarako etxea alokatzen da. Punta Umbrian, Huelvan. Bi igerileku eta padel pista ditu. Garajea barne. 943 376 115/615 645 126

SALEROSKETAK
SALDU
Bigarren eskuko Silver Cross Surf kapazu + paseo aukia + Maxicosia. Arina, erosoa eta erraz erabiltzekoa. Oso konpaktua. Paseo poltsa opari. Dena 300 euro. 646 824 466.



EROSI
Bigarren eskuko ondo dagoen bizikleta hartuko nuke 3-4 urteko ume batentzat. 687 35 50 95.

NABARMENDU ZURE EDUKIA
Iragarki nabarmenduak soilik kobratuko dira soilik

TAMAINA BERRIA
Modulo txikia. 12 € (BEZ barne) publikizitatea@ttakun.eus

TAMAINA BERRIA
Modulo handia. 20 € (BEZ barne) publikizitatea@ttakun.eus 646.824466



Etxe ondoan, kalean, auzoan... gertutasunez eta euskaraz

Hurrengo Txintxarri paperean, ekainaren 26an argitaratuko dugu.

SAN PEDRO JALETAKO BEREZIA

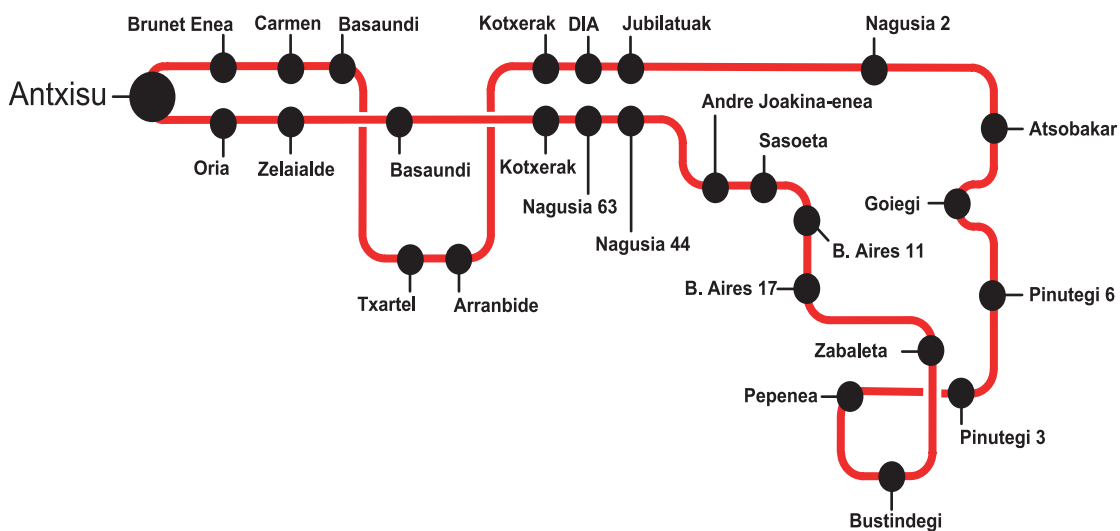
Bitartean, jarraitu herriko albisteak sarean!!





www.txintxarri.eus

MANTTANGORRI HIRIBUSA



Lanegunak

Antxisu	Zabaleta	Atsobakar	Kotxerak
08:00	08:10	08:15	08:20
08:40	08:50	08:55	09:00
10:30	10:40	10:45	10:50
11:00	11:10	11:15	11:20
11:30	11:40	11:45	11:50
12:05	12:15	12:20	12:25
12:30	12:40	12:45	12:50
13:00	13:10	13:15	13:20
13:30	13:40	13:45	13:50
16:30	16:40	16:45	16:50
17:00	17:10	17:15	17:20
19:30	19:40	19:45	19:50
20:00	20:10	20:15	20:20

txintxarri

www.txintxarri.eus

Argitaratzailea
Ttakun Kultur Elkarte
Geltoki kalea 4 (behea)
20160 LASARTE-ORIA
G-20407557

Administraria
Nerea Garziarena.

Erredakzioa
Nerea Eizaguirre, Iñigo Gonzalez,
Maddi Zaldúa eta
Maitane Aldanondo.

Publizitatea
Irati Zatarain.

Laguntzaileak
Gorka Lasa, Asier Odriozola,
Gorka Alvarez, Jexux Artetxe,
Maider Galardi, Mikel Yarza,
Nerea Segura, Lierni Rekondo eta
Aizpea Amas.

Banatzaileak
Ioar Gainza, Egoitz Epelde,
Erlantz Ezeiza, Iñigo Garcia eta
Jose Lanchas.

Informatika zerbitzuak
IZT Informatika.

PUBLIZITATEA
Geltoki kalea 4 (behea)
Tel.: 943 37 14 48 (106)
WhatsApp: 646 82 44 66
publizitatea@ttakun.eus

EGOITZA NAGUSIA
Ttakun Kultur Elkarte
Geltoki kalea 4
Tel.: 943 37 14 48 (104)
WhatsApp: 688 68 35 10
txintxarri@txintxarri.eus

Inprimategia
Zeroa Multimedia, S.A.

Lege Gordailua: SS-513/94
ISSN: 1134-0053
Tirada: 8.000 ale

BABESLEA



LASARTE-ORIA
UDALA

DIRUZ LAGUNDUTAKO ARGITALPENEA:



Gipuzkoako Foru Aldundia



txintxarri

Deskontu bereziak herrikoentzat!

San Pedrotako zenbaki berezia ekainaren 26an

Zure komertzioa bertan iragarri nahi duzu?
Jar zaitez gurekin harremanetan!

Eskatu tarifak: publizitatea@ttakun.eus | 646 82 44 66

EPA LASARTE HHI 2020-2021 ikasturtea

Deitu informazioa jasotzeko!
ekainaren 17tik aurrera

INTERESATUAK DEITU EKAINAREN 17TIK AURRERA

- **Lehen Hezkuntza** (Kultura orokorra. Ingelera, Gaztelania, Idazmena eta Irakurmena. Oinarrizko informatika. Memoria lantzeko joko linguistikoak eta joko matematikoak. Natur Zientziak. Geografia. Historia eta historiarekin erlazionatutako mugimendu artistikoak...).
- **Bigarren Hezkuntza (DBHko titulua lortzeko moduluak).**
- **Gaztelania atzeritarrentzat.**
- **EUSKARA (0-1-2 mailak).**



Tel. 943 37 64 43 / 943 36 66 08 • Beko kalea bidea 1, 3 • Lasarte-Oria • www.epalasarate.eus



ANIZTASUNA MUGARIK GABE

2 betaurreko mó graduatu

99€

Baliogaria 2020/08/31 arte. Kontsultatu optikan kanpainaren ezaugarriak.




EZ EGIN UKO EZERI. AUKERATU MÓ

Kale Nagusia, 15
Tel.: 943 37 74 55
LASARTE-ORIA

MULTIÓPTICAS

www.multiopticas.com   



Eskuratu gure dendan zozketarako kupoiak

PARTE HARTU INOIZ EGIN DEN ZOZKETARIK HANDIENEAN

#YoSoydePequeñoComercio

Erosi ekainaren 1etik urtarrilaren 31era

600 857 586 | www.electricidadarregui.com | Kale Nagusia 39 LASARTE-ORIA - Tel. 943 36 10 80 - Tel: 943 37 25 21