

BERRIKETAN

Debako herri aldizkaria - 226. alea - 2018ko otsaila

Ane Iriondo:

**“Alzheimerrari aurre egitea
guztion lana da”**



**URDAITEGIA
AITTOLA
HARATEGIA**

Astillero, 3
Tlfnoa.: 943 191 776
20820 DEBA

LENTZERIA



Azoka


MERTZERIA

Itur kalea, 9 • Tlfnoa.: 943 192 722 • DEBA



MAXI BAR

Lersundi, 28
Tel.: 943 191 206
Deba (Gipuzkoa)



ZALBURDI

Plaza Arakistain - DEBA Tel.: 943 19 20 03



GENOVEVA
Arraindegia

Ostolaza Kalea 25.
20820 DEBA (Gipuzkoa)
Telf.: 943 191 818



Bar LOREA

“Orotariko tartak etxean eginak”

Angulero kalea • 20820 DEBA • Tlfnoa.: 943 191 095



urlo

SERVICIOS INMOBILIARIOS
HIGIEZINEN ZERBITZUAK

Sokagin, 2 bajo
Apartado 3
20820 DEBA

API
Nº 379

Higiezin Zerbitzuak
Aholkularitza
Higiezin Agentzia
Komunitateen administrazioa
Tasazioak/ Balioztaketak

Tel.: 943 192 471
Tel./Fax: 943 192 303
urlo@urlosi.net



ASKETA, S.L.

ERAIKUNTZAKO ZERBITZU INTEGRALA

OFICINAS Y EXPOSICION:
Maxpe, 3-5 - 20820 DEBA (Gipuzkoa)
Tel.: 943 191 952 - Faxa: 943 192 460
E-mail: asketa@telefonica.net
www.asketa.net

ALMACÉN:
Parque Empresarial Esser - Pabellón NN 8-9
20850 MENDARO (Gipuzkoa)



K21
KALITATEA
Enpresa Registrada Nº 21/05/049
NIVEL 2



ITXAS GAIN
Taberna
ITXAS GAIN

Hondartza ondoan
Urte guztian zabalik

Natarroa Plaza • Tlfnoa.: 943 192 576
20820 DEBA



ARKATZA
Liburudenda

Tel.: Ostolaza, 3
943 192 057
20820 DEBA



SUKIA

Fruitu eta Barazkiak

Lersundi, 13
Tel.: 943 192 386
Deba (Gipuzkoa)



Seven Clovers
Irish pub

943 191 295



AUKERA
INMOBILIARIA

www.aukera-inmobiliaria.com
Aukerarik onena!

943 12 13 95



API 447

AURKIBIDEA

04

GUTUNAK

“Eskerrik asko”,
“Heriotzaren ataria
dugu bizitza, eta bizi-
tzaren atea heriotza”...

06

MARTXOAK 8

Debako Talde
Feminista:
“Deban ere,
emakumeok planto”

10

ELKARRIZKETA

“STOP Alzheimer 2020
Deba” proiektuaren
harira elkarrizketatu
dugu Ane Iriondo

12

INAUTERIAK

Herritarrok bidalitako
irudiekin osatu dugu
aurtengo inauterien
argazki bilduma

14

B. GAZTEA

Sexu-heziketari
buruzko ikastaroa,
elkarrizketa, maitasuna
hizpide inkestan...

Zuhatza elkarteko bazkideon datu basea eguneratzen

Urte berriarekin batera, Zuhatza Euskara Elkartean datu basea berritzen hasi gara. Urteen poderioz gure datu basea zaharkitua gelditu da, eta gaur egun ezinbestekoa zaigu datuak eguneratzea, teknologia berriek eskaintzen dizkiguten aukerak aprobe txatu nahi ditugu garai berrietara egokituz.

Epe motzean *Zuhatzakide*ekin harremanetan jarriko gara, gutun bitartez, datu basea eguneratzeko helburuarekin, elkarteak bazkideekiko komunikazio truke zuzen eta hurbila lortzeko.

Aurreikusitako egitasmo eta ekimenak aurrera atera nahi ditugu, baina horretarako ezinbestekoa zaigu bazkide-

on inplikazioa etorkizunean ere. Aurten bazkideok abantailak izatea nahiko genuke eta horretan ari gara lanean, bazkideok baitzarete elkartearen zutabe garrantzitsuena. Lerro hauen bitartez eskerrak eman nahi dizkizuegu alde z aurretik orain arteko babesarengatik.

Zuhatza Euskara Elkarte

BERRIKETAN

Ifar kalea, 12 behea
20820 Deba

Telefonoa: 943 19 13 83

Aldizkariaren e-maila:

berriketan@zuhatza.com

Elkartearen e-maila:

koordinatzailea@zuhatza.com

ARGITARATZAILEA

Zuhatza
euskarako elkarteak
deba

LAGUNTZAILEAK



Debako Udala

Hezkuntza, Hizkuntza Politika eta Kultura Sailak
(Hezkuntza Politikarako Sailburuordetza) gure lagundua

Gipuzkoako Foru Aldundia

Argitaratzailea:

Zuhatza Euskara Elkarte. Deba.

Kolaboratzaile berezia:

Mendata BHIko prentsa tailerra.

Koordinatzailea: Izaro Aulestiarte

Hizkuntza ardura: Lukax Dorronsoro eta Izaro Aulestiarte

Azaleko irudia: Erredakzio taldea

Publizitatea: Joseba Escudero eta Koldo Aperribai

Logotipoaren diseinua: Iñaki Elosua

Maketazioa: Leire Rubio

Tirada: 1.400 ale

Maiztasuna: Hilabetekaria

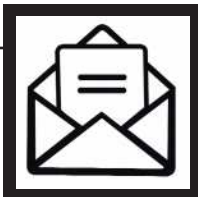
Inprimategia: Euskalinpri

Lege gordailua: SS-246-2009

ISSN 2171-7656

OHARRA:

Berriketan-ek ez du bere gain hartzen IRITZIA eta GUTUNAK ataletan adierazitakoen erantzukizunik. Eskutitz guztiek ondo identifikatuta egon beharko dute argitaratu ahal izateko. Ez ahaztu datu hauek jartzea: izen-abizenak, NAN eta telefono zenbakia, nahiz eta gero izen-abizenak soilik argitaratu. Idatziak gehienez 1.500 karaktere izan beharko ditu eta berriketan@zuhatza.com helbidera bidali beharko dira, hilabeteko lehenengo astelehena baino lehen.



Berriketan-ek ez du bere gain hartzen GUTUNAK atalean adierazitakoen erantzukizunik. Eskutitzak ondo identifikatuta egon behar dira argitaratu ahal izateko. Ez ahaztu datu hauek jartzea: izen-abizenak, NAN eta telefono zenbakia. Bidali helbide hauetara: berriketan@zuhatza.com edo koordinatzailea@zuhatza.com.

Eskerrik asko

Behar dudan guztia daukat. Oroitzapenak dira faltan botatzen dudan pittina eta hori ez dago inongo katalogotan salgai. Dutxa presioduna daukat, toalla leunak eta izara zuriak. Ur gardena, aire garbia, isil-giroa. Maitasuna, familia eta, badauzkat lagunak haiekin nire proiektuak elkarbanatzeko ere. Astin aldietan lasaitasun moduko bat nabaritzen dut, edo tinkotasun bat bederen bai. Eskura dauzkat garagardo hotza, osasuna eta jatekogogo ederra. Teilatupe erosoan bizi naiz pozik asko, jantokiko mahaia, oinetakak, berogailua eta kontaezin ahala tresna entzufagarri lagun ditudala.

Ez da egia denborak bakoitza bere tokian ipintzen duela. Patuak erabakitzen du dena, eta ni toki jakin batean kokatu nau, garai pribilegiatu batean. Ni bizi naizen hirian egun batzuk pasatu ahal izatea egiten du jendeak amets.

Kaleak eta hondartzak garbiak daude. Farolak, autobusak, anbulantziak eta beste zenbait zerbitzu dauzkagu erabilgarri. Badauzkat ur-korrontea, kontu korrontea, korronte elektrikoa eta beste gauza korriente batzuk, munduko toki gehienetan ezohikoak direnak.

Amets gaizto bat darabilkit joan-etorrian: goizean esnatu eta nire zorioneko bizitza hau ametsa besterik ez dela konturatzea. Egunsentiak Sirian edo Sudanen harrapatzea. Nire alabak hazten ikusi ezina. Etxea kenduko didatela. Nire buruz baliatu ezina. Eskera joan beharrean gertatzea. Maite dudan jendearengandik urruti bizitzea. Neure familia errefuxiatuz gainezka doan txalupa batean itsasontziratzea. Bizirik irautearekin konformatzea.

Egun hauetan ez dut gehiegi gozitzen opariak egin eta hartzeko ohiturekin. Dirudienez, niretzako opari

onena daukadanaz gozatzea dela ohartu nintzen halako batean.

Eskerrak, zorionez, hori guztia ulertzera heldu naizen.

Guille Viglione



Heriotzaren ataria dugu bizitza, eta bizitzaren atea heriotza

Ortzian lore bat sortu da, lurrera izar bat erori den une honetan.

Laino guzien azpitik eta sasi guztien gainetik, gizon handia joateak bihotz-zimiko bat eragin dit, eta mundua desagertu zait ene baitan. Ene baitaratu naiz, eta emakumezko mundu txiki honetatik idazten hasi naiz haren hatsa behin hartu nuelako Senpereko Oxtikenian 2001ean, hatsa botatzen dizuet goxo eta maitasunez, neure izate osoz, nahiz eta oraindik neure burua ez asko ezagutu. Ez dakit mundua gizon-emakumearentzat egina den edo gizon-emakumea munduarentzat.

Bide bazterreko olerkari xume garenontzat, behinik behin, gure helburua ez da poesia saltzea, baina oroitzen naiz 2001eko apiril hartan Senpereko Hatsa Elkartearen ezagutu berri nuen Joxanton Artzek umil nola erran zidan olerkigintza

ogibide zuela, bere zentzu zabalenean edota metaforikoan. Olerkiaren funtsa norbere izaitea ematea zela erran nahi ote zidan horrekin?

Bide bazterrean hi eta ni kantari. Hemezortzi urteotan maisu isil izan dut HATSAREN POESIAren bitartez bere hitzekin *Hartzabal* handia, eta geroztik, urtez urte neure izaitea eta onena ematen saiatu naiz poetikoki, zentzu zabalean eta metaforikoan ama izaten saiatu naiz, funtsezkoa naizen hau ezagutzen joan naizen neurrian. Artzek bere iluntasun-unea izan zuen 39 urterekin, eta nik ere adin bertsu horretan hasi nuen neure bizitzako une kritikoa, hil ala bizitza, eta orain 41 urterekin eta jakin dudalarik Artze olerkari hats-emailea hil zaigula, neure izaitea zuei guztiei emateko gogo bizia izan dut. Barka, beharbada, handinahikeriaz jokatzeko

badut, eta politikoki zuzena ez banaiz.

Ama hil zaigu. Non dira goxotasuna eta samurtasuna mundu ero honetan? Maite zaitut publikoki erratea bekatu den garaiotan, non da gure izaitearen funtsa, bihotza eta maitasuna?

Bihotz-berritzen naizelarik, argitaratu eta saldu gabe geratzen zaizkidan liburu guztiak ez dakit erreko ditudan, Artzek bezala, patxadaz eta soseguz ekin nahi baitut, bihotzari eta buruari kasu eginez. Ez zait gaur-gaurkoz zintzoa iruditzen orain arte idatzitako guztia ezkutatzea edota erretzea, soilik ados ez egoteagatik orain arte idatzi dudana-rekin. Jendartearen zer zabaldu beharko litzateke?

Zalantzez beteta nago, baina seguru dakidan bakarra da ene izaite osoz maite dudala...

Ainara Maya Urroz

Santa Ageda bezpera

Santa Agata jaia edo Dona Agata jaia, euskalkietan Santa Ageda bezpera, Agate Deuna jaia, Santa Ageda eskea eta Santa Ageda batzea izenez ere ezaguna, Euskal Herrian ospatzen den jai herrikoi tradizionala da. Otsailaren 5ean eta bezperan ospatzen dena.

Euskal Herriko herri askotan, ohitura da egun horretan edo bezperan herrietan koplak zaharrak kantatzea, makilekin lurra joaz erritmoa markatzeko, diru edo janari eskean, jantzi tradizionalekin eta kriseiluarekin.

Koplako bertsoak koplari bakar batek abesten ditu eta taldeak leloa. Antzina, mutil gazteak soilik ibil zitezkeen Santa-eskean, baina XX. mendeko azken hamarkadetatik emakumeengana eta adin talde guztietara zabaldu zen ospakizuna.

Badirudi ospakizunak bere sustraiak kristautasuna zabaldu aurreko garaietan dauzkala. Aditu batzuen iritziz, Agataren inguruko festek zerikusi handia dute inauteriekin, inauste edo kimatze garaiko erritoekin. Neguko solstizioaren ondoren, eguna luzatzen hasten denean, zuhaitz adarrak kimu berritzen hasten dira eta orduantxe izaten da



zuhaitz adarrak kimatu edo inausteko garaia.

Hemen goian azaltzen den argazkia 1990 urtekoa da. Santa Ageda bezperan eta eguraldi ona baina hotza egiten zuen. Garai hartan Ikastolan geunden. Autobusa hartu eta baserri baserri joan ginen koplak kantatzera.

Egun hau beti izan da berezia niretzat. Bai Ikastolan eta bai Luzaro Eskolan egon nintzenean, koplak kantatzen erakusten nien umeei. Batzuei aspergarria egiten zitzaizen koplak behin

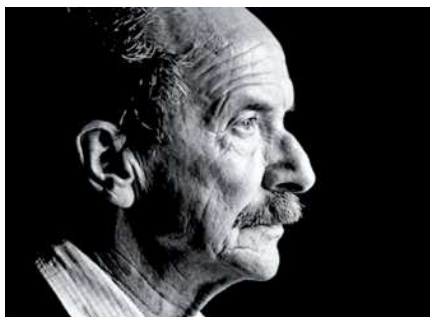
eta berriro errepikatzea. Nik Euskal Herriko ohiturak, ahoz aho, zabaldu egin behar genituela esaten nien. Eta beraiek egunen batean guraso izango zirenez, ohitura hauek beraien haurrei transmititu behar zizkietela.

Gaur egun, argazkian azaltzen diren artean badaude guraso direnak. Eta hemendik, gure kultura beraien haurrei maitatzen eta zabaltzen irakats diezaizuten animatzen ditut.

Besarkada bat.

Marian Larrañaga

Esker... esker... esker... eskerrik asko, Joxean Artze



Iturri... zaharretik... beti berri den ura

Maite geure bazterra lanbroak... nere barruan bizten diren bazter miresgarriak ikusten.

Ama hil zaigu lanak ithota... hil zaigu zertarako den bizitza jakitera iritsi gabe zahartzaroaren beldurrez gaztaroa ezagutu gabe

Ttakun-ttakun... ttakun-ttakun... ttakun-ttakun... txalaparta

Txoriak... txoriak... txoriak... eta nik txoria nuen maite.

Jose Luis Albizu

DEBAN ERE

Emakumeok* planto



Aurten, Martxoaren 8a beste urteetan baino bereziagoa izango da Euskal Herrian, nazioarteko deialdiari eutsi eta Greba Feminista egingo dugulako. Deban ere, deialdiari jarraituz, otsailaren 3an emakumei zuzenduriko asanblada egin genuen, M8an egingo dugun plantoaz hitz egiteko. Aurtengoan Greba ez da enpleguen esparrura mugatuko, merkatuak lantzat hartzen duen horretara: gure kontsumoa, etxeko eta zaintza-lanak, soldatapeko lanak eta ikasketak geraraziko ditugu; erakutsiko

dugu gu gabe ez dela produzitzen, eta gu gabe ez dela erreproduzitzen.

Hori dela eta, emakumeok eta genero sistema bitarraz gaindi kokatzen garen guztiok gaude deituta greba egitera. Gure aurrekoek egin zuten moduan, gizarte honi planto egiteko. Bizitza, ekonomia eta harremanak uler-tu eta antolatzeko beste modu batek batzen gaitu; hori dela eta, aurtengo M8rako greba lau esparrutan egingo dugu:

1.- Kontsumoa

Publizitateak eta komunikabideek gure gorputzak erabili eta kontsumorako objektu bilakatzen dituzte. Modu basatian kontsumitzera eramaten gaituen sistema hau beste herrialde batzuetan esplotatutako emakumeen gainean eraikia dago.

2.- Lana

Ez gara soldatapeko lanez eta soldaten arteko tarteari bakarrik ari. Horrek agerikoa badirudi ere, ez dugu merkaturako lana soilik hartuko erreferentziaztat lanaz eztabaidatzen dugunean. Langileak ezegonkortzen eta zapaltzen dituen sistema honek are gehiago zapaltzen ditu emakumeak*.

Sexuaren araberako lanaren banaketa, lanaldi bikoitzak eta hirukoitzak, soldata baxuagoak, nagusi eta lankide

gizonezkoen jazarpena, Gizarte Erregimen Orokorrak kanpo lagatzen dituen emakumeak*...

3.- Zaintza

Zaintza-lanak oraindik ere ia osotasunean emakumeon bizkar erortzen dira, ezkutuan utzi eta baliogabetu egiten dira, nahiz eta sistema hau emakumeok* egiten ditugun zaintza-lanek eusten duten. Zaintza-lanak soilik geure bizkar eror ez daitezen, greba egingo dugu.

4.- Hezkuntza

Gaur egungo hezkuntza ereduak genero estereotipo eta rolen gainean hezten gaitu eta hizkera sexistak erreproduzitu. Honetaz gain, emakumeak* testu liburuetatik ezabatu ditu, eta munduaren ikuspegi maskulinoa soilik erakutsi du. Sistema honi planto egiten diogu bestelako sistema eta gizarte batean sinesten dugulako, bizitza erdigunean jarriko duen eredu bat eraikiko dugulako.

Arrazoi hauengatik guztiengatik egingo dugu planto. Zuek ere, gazte, heldu, nagusi... gurekin bat egitea gus-tatuko litzaiguke. Horretarako, herrian jakinaraziko dugu M8ko egitasmo zehatza. Zaudete adi!!!

Debako Talde Feminista

Norentzat da greba feminista deialdia?
Emakumeak, lesbarrak, erotikak, transek gure antzetasun osan PLANTO EGINGO DUGU!

Greba feminista deialdi zabalaren dugu **DIAGRAMA HONEN EZETZ** esaniko. Nahikoa da hitz-jario utzitekin eta ohizkoen ekintzenekin nahikoa gaudu.

M8 GREBA FEMINISTA
Emakumeok* planto

1) Amantala (edota beste edozein tresna) bakoitik edozein zaintza lanak azalazteko.

2) Herri eta hiritalde mobilizazioetan joanez. Hitzburuetan bi hitzordu nagusi: 12.00etan eta 20.00etan

3) Zaintzari utzi, lan hori beste emakume* esku utzi gabe, besteak egin dezatela!

4) Edonon zaudela besoko moñe jantzi. Zuk zeuk egin ezazu!

5) Merkaturako kontsumitzaari utzi, beste ere langileen esplotazioaren aur dien enpresa hartzetan, objektuak hartzen gaituztenak

M8 GREBA FEMINISTA
Emakumeok* planto
Nosotras paramos
Nous on sarrete

Ekimen ezberdinak antolatuko dira herrian Emakumeen Nazioarteko Egunaren bueltan

Urtero legez, aurten ere Emakumeen Nazioarteko Egunaren bueltan ekimen ezberdinak antolatuko dira Udaleko Berdintasun Sailerik. Aldizkari hau inprentara bidean zela, oraindik ere guztiz zehaztu gabe zegoen egitarau osoa, baina behin-behineko egitarauaren baitan hiru bat hitzordu aurre-kosten dira martxorako.

Helduentzako antzerki emanaldia izango da ikusgai hila-ren 2an (ostirala), 20:00etan, Agirre jauregiko ispiluen gelan:

“Frida Kahlo, viva la vida” (Rosa Alcocer. Iris Teatroa).

Martxoaren 8ari (osteguna) begira, **elkarretaratzea** egingo da Foruen plazan, 19:00etan. Eta, besteak beste, martxoaren 11n (igandea), **haurrei zuzendutako ipuin kontaketa** izango dira Agirre jauregian, berdintasunaren gaia oinarri hartuta. 17:00etan izango da 3-7 urte bitarteko haurrei zuzendutako saioa, eta ordubete beranduago abiatuko da 7-12 urte bitarteko zuzendutakoa.

Kattalin Minerrek irabazi du Tene Mujika Beka

Transexualitateari buruzko lan batekin lortu du saria



Kattalin Miner kazetari hernaniarrak irabazi du XII. Tene Mujika Beka, duela hamar urte bere burua hil zuen gazte transexual baten historia eta kasu hark izandako ondorioak aztertzeko egitasmo batekin.

Euskal Herriko historia hurbilaz idazteko ez fikziozko proiektuak sartzien ditu Debako Udalak eta Elkar argitaletxeak elkarlanean antolatu ohi duten beka honek.

Aurten aurkeztutako proiektuen artean, Kattalin Minerrena eman du irabazletzat Idurre Eskisabelek,

Imanol Muruak eta Aitor Zuberogoitiak osatutako epaimahaia, eta orain urtebeteko epea izango du kazetari hernaniarrak lana osatzeko, gero liburu gisa argitara dadin.

2007an, bere buruaz beste egin zuen Amaia-Aimar Elozegi hernaniar transexualak eta, hamar urteren buruan, haren lagun Minerrek zenbait galdera egin nahi ditu: nor zen Amaia-Aimar? Zer utzi nahi izan zuen ondorengoen-tzat? Nola oroitzen da, oroitzen bada, gertakari hura? Nola aldatu da, aldatu bada, transexualekiko ikuspegia hamar urte hauetan? Zein leku eman diogu gure memoria intimo eta kolektiboan gertakari hari? Memoriaz, suizidioaz eta transexualitateaz gogoeta egin nahi du kazetari hernaniarrak, besteak beste, bere oroitzapenez eta hainbat jenderen lekukotasunaz baliatuz.

Kattalin Miner Hernanin sortu zen, 1988an. Kazetaritzan lizentziatua da, eta masterrak ditu literatura konparatuan eta berdintasun alorrean. Mugimendu feministako militantea da, eta eleberri bat kaleratu zuen iaz: "Nola heldu naiz ni honaino" (Igartzia Saria irabazitakoa).

"Deba 100 hitzetan" lehiaketak baditu irabazleak

Otsailaren 16an banatu zituzten Debako Udalak eta Cardenas Fundazioak antolatutako "Deba 100 hitzetan" literatur lehiaketari dagozkion sariak. Guztira 58 lan aurkeztu dira lehiaketara, 19 euskaraz eta beste 39 gaztelaniaz.

Euskarazko lanen artean, Amaia Zinkunegi Zipitriak lortu du lehen saria -500 euro-, "Zubi zaharreko pirata" izenburuko lanarekin, eta Ainara Elizondo Lizarragarentzat (Hondarribia) izan da bigarren saria, 200 eurokoa, "Amonak eskutik heldu eta..." lanarengatik. Jokin Lasak, Estibaliz Beltran de Herediak eta Eider Zulaikak

osatu dute epaimahaia.

Gaztelaniazko lanen sailean ere idazle debar bat nagusitu da. Rafa Bravo Arrizabalagak lortu ditu lehen eta bigarren sariak lehiaketan, "Duelo en el puente" eta "Crónica del puente" lanekin, hurrenez hurren -500 eta 200 euroko sariak lortu ditu-. Jesus Mari Etxezarreta, Patxi Aizpitarte eta Alex Turrillas aritu dira epaile lanetan.

"Deba 100 hitzetan" lehiaketaren laugarren edizioa izan da hau. Deba eta Mutriku arteko zubiarekin zerikusia duten idazlanak aurkeztu behar izan dituzte parte-hartzaileek, betiere 100 hitz baino gehiago ezin erabilia.



IBON URKIA

Klima kilimaka

Gero eta maizago entzuten dira, aspalditxo, eguraldiari buruzko iritzi agor samarrak. Biharko zer giro ba? Euritsua badator txarra. Aldiz, eguzkia gailenduko bada ona. Zorionez, hori baino aberatsagoak dira klima kontuak gurean. Esango nuke euskaldunon bizilagunen artean ez direla asko halako klima aniztasuna dutenak.

Adituen esanetan, gutxienez lau klima ezberdin dauzkagu Euskal Herrian. Baina gatozen gertukoenera. Kantauri isurialdean bizi garenok, egia esan, nahikoa orekatua dugu egoera. Zerapeko egun banaka batzuk hilik hotzenetan. Udara betean, berriz, itsasotiko haize leunak arintzen dizkigu beroaldiak.

Ez dakit behar beste jabetzen garen zer izango litzatekeen Kantauriko amak, ia musutruk, ematen digun babesagatik eta hezetasunagatik ez balitz. Ederki asko igarria zuten hori Prailehaitzeko xamanak eta enparauek eguraldi iragarle profesionalik gabe, gero!

Kaletarrok, ostera, euria datorrela iragartzen diguten aldiro marmarrean. Gizagaixoak. Hartuko lukete urte osoan zehar bisitan datozkigun makina bat europarrek beraientzat halakorik. Gustura galdetuko nieke Belfasten, Edinburgon, Hannoverren ala Albaceten bizi den hiritar askori. Ikusi besterik ez dago Torremolinosa iristen turista ingelesek daramaten azaleko irin kolorea.

Dena nahi dugu hemen, Fuengirolako eguzki etenik gabea, baina, aldi berean, paisaia berde-berde ikustea. Hori bai, ez daitezela Gernikako piperrak, Tolosako babarrunak ala Getariako txakolina falta. Zail samarra. Bietarik dugu beharrezko, freskotik bezala epeletik.

Hezeguneen Munduko Eguna Deba ibaiko itsasadarraren paduretan

Otsailaren 2an Hezeguneen Nazioarteko Eguna ospatzen da eta, 10. urtez, Debanatura elkarteak bat egin zuen, Euskadiko Seo/Birdlife erakundearekin batera, ospakizun berezi horrekin, Debako paduretan ekimen bat antolatuz.

Aurten hiriguneetako hezeguneei eskaini zaie arreta; hau da, gure herri eta hiri inguruetan daudenei; izan ere, behar-beharrezkoak ditugu eta hauei esker gure ingurua bizitzeko kalitatea hobea da.

Zoritarrez, azken hamarkadetan herri eta hiri inguruetako hezeguneeak suntsitu baino ez ditugu egin eta, horrez gain, kutsadura arazoak, zaborra nonahi edo uraren kudeaketa desegokia izan dugu.

Honetaz gain, orain dela 10 urte Debako padurak berreskuratu zirenetik, tamalez, kudeaketa planik gabe jarraitzen dute oraindik. Alabaina, Deba ibaia-aren itsasadarrak kontserbatzen dituen balio naturalengatik Natura 2000 Sarearen barruan Garrantzi Komunitarioko Leku izendatzeko lehenengo pausoak ematen hasi omen dira eta, prozesu luze baten ondoren, etorkizun batean, litekeena da Debako padurek eta itsasadar osoak ere geroago ZBE (Zainketa



Bereziko Eremu) izendapena lortzea.

Casacampon eta Gela Berdean

Pasa den otsailaren 3an, eguraldi eskasari aurre eginez, hotza, euria, deserosotasuna, 17 bat herritar Casacampon elkartu ginen. Aipatutako eguraldiaren baldintza desegokiak zirela eta, aurreikusita zeuden zabor plastikoen garbiketa eta zuhaitzen landaketa bertan behera lagatzeko erabakia hartu genuen. Debako paduretatik paseo bat eman genuen hezegune txiki hauen garrantziaz eta balioaz jabetzeko, baita bertan aurkitzen diren landare halofito bereziak bertatik bertara ezagutzeko ere. Modu horretan, besteak beste, *Frankenia laevis*

izen zientifikoa duen landarea ezagutu genuen, Debako paduretan soilik aurki daitekeen landare endemiko bat. Horren ostean, Debako Gela Berdera itzuli ginen hotzetik ihes eginik babes bila eta bertan ikusgai zegoen Debako paduretako eta itsasadarrari buruzko erakusketa ikustera, infusio bero bat hartu eta San Blas opila jaten genuen bitartean.

Datorren urtean Debako paduretan elkar ikusiko dugulakoan, zaindu maite duzuen hori, guk, Debanaturan, gure hezeguneei maite ditugun bezala, ezinbestekoak baitira.

Diego Mendoza
(Debanaturako arduraduna)

Urtero legez, santa eskean



Eguraldi txarrak ez zituen etxean geldiarazi koplariak eta, urtero bezala, Santa Ageda bezperan -otsailaren 4an- santa eskean irten ziren hainbat eta hainbat herritar. Aspaldiko usadioan, auzoz auzo, etxez etxe, kalez kale... ibili ziren kantuan Itziarren eta Deban, hotzari eta euri zaparradei aurre eginez. Eguerdie partean euriak atsedean pixka bat hartu zuen behintzat. Makilak eskuetan, baserritar jantziak soinean... kopla zaharrek eta ohiko doinuek gogorarazi ziguten otsailean ere badela zer ospatu.

Martxoaren 18an egingo da III. Lasturko Mendi Martxa

Lasturko Mendi Martxaren hirugarren edizioa datorren martxoaren 18an (igandea) izango da. Geoparkeko karst mendiguneari bira egiteko aukera eskainiko du Izarraitz Bizirik elkarteak antolatutako hitzorduak, eta bi ibilbide izango dituzte aukeran parte-hartzaileek: 28 kilometrokoa bata (+1730 metroko desnibelarekin), eta 20 kilometrokoa bestea (desnibela: +1200 m.).

Mendi martxan izena eman nahi dutenek www.kirolprobak.com atarira jo beharko dute. Izen-ematea martxoaren 1a baino lehen eginez gero, 10 euro ordaindu beharko dira. Martxoaren 2tik 15era bitartean eginez gero, ordea, hamabi euro. Parte-hartzaile kopurua mugatua izango da



(500 lagun) eta, inskripzio kopuruaren arabera, egunean bertan ere egingo da izena emateko aukera.

Lasturko plazatik abiatuko da mendi martxa, goizeko 7:30ean.

Kadete mailako lehiarekin abiatuko dira aurtengo txirrindularitza probak

Martxoaren 24an (larunbata) jokatuko da Amaiak Bat Txirrindularitza Taldeak datozen hilabetei begira antolatutako lehenbiziko proba. Kadete mailako lehia izango da martxoaren 24koa: lehen eta bigarren mailako txirrindulariek parte hartuko dute, eta 52 kilometroko ibilbidea osatu beharko dute. Goizeko 10:45ean emango zaio hasiera lasterketari.

Apirilaren 14an (larunbata) junior mailakoak lehiatuko dira (86 kilometroko ibilbidea eginez). Maiatzaren 13an, berriz, Debako bira-zikloturista jokatuko da eta 128 kilometro egin beharko dituzte txirrindulariek. Egitarauan aurreikusitako azken hitzordua ekainaren 2an (larunbata) izango da. Emakumeak arituko dira lehian egun horretan, hiru kategoriatan: kadeteak, juniorrak eta nagusiak.

Esker oneko omenaldia Maria Jesus Urgelli

Orain artean Debako Gurutze Gorriko lehendakari izandako Maria Jesus Urgellek omenaldia jaso zuen urtarrilaren amaieran, "erakundeari urte hauetan guztietan eskainitako konpromiso eta dedikazioarengatik". Urgellekin batera, Urola Garaiko Gurutze Gorriko lehendakari izandako Jose Antonio Garcia ere omendu zuten.



Debako Kooperazio Taldearen material bilketa

Maliko San Elizbarrutiarekin lankidetzan, Debako Kooperazio Taldeak material bilketa abiatu zuen otsailaren 14an. Oinarritzko botikak, erabilitako bizikletak eta eskolarako materiala (koadernoak, folioak, BIC boligrafo gorri eta urdinak, arkatzak...) bildu nahian dabilta eta bi hilabetez luzatuko da ekimena -apirilaren 14ra artean-. Debako Santa Maria elizan bilduko da materiala.



IOSU AGIRREZABALA

Elur eta Ekhi, adiskidetasunaren eta leialtasunaren ikur

Zutabegile gisa nire debuta den honetan, lagun min baten bizitzan pena eta min sentimenduak eragin dituen gertakari bati eskainiko dizkiot lerrook.

Pasa den urtarrilaren 5ean, Ekhi eta Elur bere bi zakurrak galdu zituen nire lagunak, Deba erriberako baratzen inguruan eguneroko paseoa egiten ari zirenean, heriotza eragin zien substantzia kutsakorren bat irentsi eta gero.

Baliteke irakurleren batek pentsatzea esajeratzen ari naizela bi animalien heriotzak pertsona baten egoera animikoan horrenbestearaino eragin dezakeela esaterakoan. Baina hori hala dela esan dezakegu Harkaitzen konpromiso pertsonal eta afektiboa gertutik ezagutu dugunok. Ahaleginez, pazientziaz eta sormenez, lan bikaina egin zuen, eta hirurak leialtasunaren eta adiskidetasun zintzoaren ikur izatera iritsi ziren.

Horren lekuko izan garenok adierazi dezakegu zakur horiek nortasun berezia zutela, berotasun emozionala igortzen zutela, gutxi egin dezaket bezala, eta hori Harkaitzek emandako hezkuntzari zor zaio, errespetuan, enpatian eta maitasunean oinarritutako hezkuntzari.

Lerrootan jasotako hitzek nire lagunaren bizipenak dituzte sorburu, eta nire egiten ditut partekatutako ditadalako. Elur eta Ekhi etxeko animalien bi erreferentzia bikain dira, eta beren hezitzaile eta laguna harro senti daiteke.

Esperientzia honek indarra hartzeko eta zure proiektuak aurrera ateratzeko balioko dizulakoan, lagun, "etorkizuna zurea da eta irabazten jakingo duzu".

ANE IRIONDO JUARISTI

“Alzheimer gaixotasunari aurre egitea guztion lana dela uste dut, ez soilik ikerlariena edo politikoena”

Cita Alzheimer Fundazioa, Osakidetza, Afagi eta Debako Udalaren ekimenez, 2015ean jarri zen abian “Stop Alzheimer 2020 Deba” proiektua. Harrezkero, Debako herritarren laguntzarekin, ikerketa epidemiologiko bat egin da 60 urtetik gorako arteen demenzia eta narriadura kognitibo arinaren prebalentzia ezagutzeko. Ikerketaren muina, lortutako emaitzak eta ondorioak ezagutze aldera, Cita Alzheimer Fundazioko Ane Iriondo elkarrizketatu du *Berriketan*-ek.



Urte eta erdiko proiektua burutu da Deban. Zein izan da helburu nagusia?

Helburu nagusia narriadura kognitiboaren eta demenziaren inguruko ikerketa epidemiologiko bat egitea izan da, baita sindrome hauek pairatzeko arriskua zein den ezagutzea eta detektatzeko memoria testen ikerketa bat egitea ere.

Ikerketan lortutako datu edo emaitza nagusiak zeintzuk dira?

Hiru aipatuko nituzke:

-60 urtetik gorako populazioaren %9ak demenzia dauka eta %17ak narriadura kognitibo arina.

-Ikerketa honetan sindrome hauek detektatzeko erabili izan diren testak eraginkorragoak dira unibertsalki erabiltzen den testa baino.

-Populazioaren %21,4k hurrengo hogeitau urteetan demenzia izateko arrisku altua du.

Aurreikusten zenuten ondorio horietara iristea?

Ikerketa epidemiologiko asko daude demenziaren inguruan eta gutxi gorabehera prebalentzia berdina aurkitzen da guztietan, gure kasuan bezala %7-9, baina orain arte ez zen narriadura kognitibo arinaren inguruko prebalentziarik ezagutzen eta ez genekien zer topatuko genuen.

Narriadura kognitibo arina eta demenzia aipatzen dituzue. Zer da zer? Azalduko diguzu, labur-labur, ezberdintasuna?

Biak sindromeak dira, hau da, gaixotasun bat atzean duten sintomen multzoa. Narriadura kognitibo arinaren kasuan, pertsonak memoria kexak azaltzen ditu eta errendimendu baxua izaten du proba kognitiboetan, baina gai da eguneroko bizitzako ekintzak burutzeko, ez du inoren laguntzarik behar, autonomia da. Demenziaren kasuan, aldiz, menpekotasun bat agertzen da, laguntza behar du ekintza hauek burutzeko. Narriadura kognitiboan duten pertsonen gehiengoak demenzia bat izaten bukatuko du.

“Hurrengo hogeitau urteetan demenzia izateko arrisku altua du populazioaren %21,4k”

Hiru fase nagusi izan ditu proiektuak. Zer nolako probak egin dituzue herritarrekin?

Lehenengo fasea aukeraketa fasea izan zen eta bertan bi sindrome hauek detektatzeko testak egin zituzten. Ondoren,

Debako Osasun Zentrotik pasa ziren odol analitika bat egitera eta, azkenik, CITA-Alzheimer Fundaziora etorri ziren. Hemen erizain, neurologo eta neuropsikologoekin egon ziren proba ezberdinak egiten eta erresonantzia magnetiko eta puntzio lunbarra ere egin zuten.

700 bat herritarrek eman zuten izena ikerketan parte hartzeko. Kopuru altua da, ezta?

Bai, oso pozik gaude izandako harrerarekin. Ikerketa epidemiologiko bat egiterakoan oso garrantzitsua da ahalik eta pertsona gehienek parte hartzea, lortutako emaitzak esanguratsuak izan daitezen eta Debako herritarren laguntzaz lortu dugu.

Proiektu edo ikerketa berritzailea dela entzun dugu. Zer zentzutun?

Demenziaren inguruko ikerketa epidemiologiko asko burutu dira, baina orain arte ez zen ezagutzen biomarkatzaileak (puntzio lunbarra) erabiltzen dituen ikerketa epidemiologikorik Europa mailan.

Deban lortutako emaitzak baliagarriak dira?

Bai, oso. Alde batetik, demenzia eta narriadura kognitiboak detektatzeko unibertsalki erabiltzen den testaren erabilera birplanteatzea eragin du. Bestetik,



BOLONDRES BILA

Cita Alzheimer Fundazioa ikerketa proiektu ezberdinetan parte hartzeko bolondres bila dabil.

Informazio gehiagorako:

943 02 17 92

Dohaintzak egiteko:

EAS87 2095 5206 0110 1063860109

Debako emaitzek detekzio goiztiarrerako eta prebentziorako bidea ireki dute.

Zer garrantzia du diagnosi goiztiarrak?

Gaur egun, gaixoak jada demenzia egoeran daudenean diagnostikatzen dira gehienetan, baina ikusi dugu populazioaren %17a demenziaren aurreko faseetan aurkitzen dela. Narriadura kognitibo arina detektatzeko gai izan behar gara. Fase honetan gaixoa oraindik gai da familiartekoekin hitz egin eta gaixotasunak ekarriko dizkion arazoei buruz erabakiak hartzeko. Hau oso garrantzitsua da, izan ere alzheimerre bezalako gaixotasun batek familia osoaren inplikazioa eskatzen baitu.

Bestalde, gaur egun alzheimerrentzat dauden farmakoak fase goiztiar honetan eraginkorragoak direla ikusi da eta demenzia fasearen agerpena pare bat urte atzera lezakete.

Eta prebentzioak?

Demenzia eta alzheimer gaixotasuna bereziki jatorri edo faktore anitzekoak dira. Faktore batzuk aldaezinak dira,

adina edota genetika adibidez, baina demenzian eragiten duten beste hainbat faktore (kolesterola, jarduera fisikoa, entrenamendu kognitiboa, elikadura...) aldakorak dira. Arrisku faktore hauek murriztean, demenziaren agerpeneko adina atzeratuko litzateke eta honek demenziaren prebalentziaren jaitziera ekar lezakeela uste da.

Stop Alzheimer proiektua bukatutaz eman duzue ala jarraipena izango du honek guztiak?

Honek guztiak prebentzio eran izango du jarraipena. Debako emaitzak aztertutik, alzheimerren prebentzio lanetan hasi gara eta hainbat proiektu jarri ditugu martxan. Debako biztanleak proiektu hauetan parte hartzera animatzen ditut. Gaixotasun honen ikerketan laguntzeaz gain, onura pertsonalak ere izan ditzakete.

Gaixotasun arrunta da alzheimerre, baina ezjakintasun handia dago gai honen inguruan. Zergatik?

Alzheimer gaixotasunak garunean du eragina eta hau, bere konplexutasunaga-

tik, gorputzeko organorik ezezagunena da. Bere menpe dago gorputz guztia, baita gure pentsamendu, emozio, oroi-men eta lengoaia ere. Oraindik asko falta da garunaren funtzionamendu eta konexio guztiak ezagutzeko, baita alzheimer gaixotasuna ongi ezagutzeko ere, baina poliki-poliki, ikerketen bitartez, gauza asko ari dira argitzen.

Galdetu ez dizugun zerbait nabarmendu nahiko zenuke, Ane? Zurea da hitza...

Alzheimer gaixotasunari aurre egitea guztion lana dela uste dut, ez soilik ikerlariena edo politikoa. Memoria da gure izaeraren funtsa eta hau galtzen dugunengan gudan hain bereizgarria izan den nor-tasuna galtzen dugu. Orduan, familia beharrezkoa da gaixoarentzat eta gizartea ezinbestekoa bilakatzen da familiarentzat. Debako proiektu honen bitartez lortu dugun puntu garrantzitsuena gaixotasunaren ezagutza eta desestigmatizazioa izan direla uste dut eta orain herri bezala gaixotasun honi aurre egin behar diogula uste dut.

"Pertsonalki oso aberasgarria izaten ari da"

Nolatan sartu zinen "Stop Alzheimer 2020 Deba" proiektuan?

Alemanian egonaldi bat egitetik Debara bueltan, herrian alzheimerren inguruko proiektu bat martxan jartzen zebiltzala komentatu zidan izekok. Beraiekin kontaktuan jarri nintzen eta azkenean barruan bukatu nuen.

Zer moduzko esperientzia ari da izaten? Gustura?

Pertsonalki oso esperientzia aberasgarria izaten ari da. Gaitasun ezberdin asko

jorratzeko aukera ematen dit proiektuak.

Osasun Biologian lizentziatua zara eta Neurozientzietako Masterra burutu zenuen. Zertan diharduzu lanean gaur egun?

Debako proiektuaren antolakuntza lanean nabil, baita ikerlari lanetan ere CITA-Alzheimer Fundazioan. Lipidoek eta bereziki garuneko kolesterolak alzheimerren fase goiztiarrean garuneko estrukturan duen garrantziaren inguruko ikerketa proiektuaz arduratzen naiz.



Ane Iriondo Juaristi

Adina: 29 urte
Bizitokia: Deba





Debako Gazte Asanblada



Berriketan Gartea

2018ko otsaila
Mendata BHIko Prentsa Tailerlean Sortua

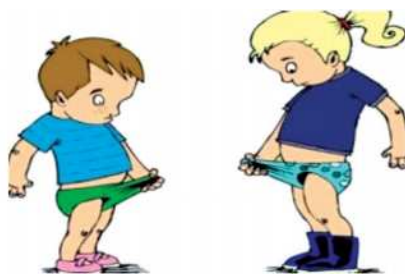
Sexu-heziketari buruzko ikastaroa BHIko 3. mailan

Aurten ere, urtarrilaren 15etik 19ra bitartean, sexu-heziketari buruzko ikastaro bat izan genuen 3. mailako ikasleok. Saioak Hirusta kolektiboko bi sexologok eman zituzten. Asteazken zehar, bi orduko bost saio izan genituen –hamar ordu guztira–.

Saio bakoitzean gai desberdinak landu genituen:

Lehenengo saioan, sexualitateari buruz geneukan ikuspuntuaz hitz egin genuen eta azkenengo egunean emango ziren erantzunen galderak idatzi genituen hiruko taldeetan. Saioari amaiera emateko, "Maite Zaitut" izeneko jokoa egin genuen.

Bigarren saioan, sexualitatea zer zen argitu ziguten. Bi ikuspuntu desberdinetatik azaldu ziguten, ugalaketaren ikuspuntutik eta plazeraren ikuspuntutik. Oraingo honetan ere, jolas bat egin genuen saioari bukaera emateko.



Hirugarrenean, sexualitatearen gupila erakutsi ziguten eta sexua praktikatzeko ekar ditzakeen gaixotasun eta ondorioak ezagutarazi zizkiguten, bai eta hauek saihesteko hainbat metodo aurkeztu ere.

Laugarren saioan, joko bat egin genuen gure ikaskideen arteko harremanak eta konfiantza hobetzeko. Jarraian, tratu txarrei buruzko bideo bat ikusi genuen. Honez gain, masturbazioari buruz ere hitz egin genuen.

Azkenengo saioan, lehenengoan prestatutako galderak erantzun geni-

tuen talde handian eta, horrela, gure zalantzak ere argitu genituen. Jarraian preserbatiboaren erabilera egokia azaldu ziguten. Sexu-heziketaren saioei amaiera emateko, "Botilaren jokoa" egin genuen.

Urtarrilaren 18an, ikastetxeko liburutegian, gurasoei ikastaroari buruzko informazioa emateko bilera bat antolatu zuten Hirusta Kolektiboko sexologoek. Bilera horretan gure gurasoei saioetan egindako jolasak eta landutako gaiak azaldu zizkieten bi sexologoek.

Ba al zenekien?

Gernikako Arbolaren perfumea sortu dute



L a u d i o k o (Araba) enpresaburu batek Gernikako Arbolaren usaina duen perfume bat sortu du, Euskal Herriatik urrun daudenei eta etxea oroitze nahi dutenei zuzenduta.

Alfredo Pereiro Rekakoetxea sortzaileak azaldu duenez, Gernikako Arbolaren urtadarren hostoak beratzuz egin dute perfumea.

Pereirok Gernikako Arbolaren historia ezagutarazteko webgune bat

eratu zuen eta, horren bidez, urtadarrrak saltzen ditu. Harrezkero, ehunka lagunek erosi dute baten bat, baina herrialde askotan oso zaila izaten da salmenta egitea, loreak esportatzeko araudi zorrotzak baitituzte. Besteak beste, Argentinaren, Mexikoren, Filipinen eta Kolonbiaren kasua da hori. Horregatik, Gernikako Arbolarekin lotutako beste produktu bat sortzea bururatu zitzaion: perfume bat.

Kolonia horrek "Haziak" du izena, eta JimmyBoyd perfume-sortzailearekin batera eginda dago, mendi eta

ingurumen usainak sortuta.

Oraingoz Internet bidez baino ez dute saltzen produktua, baina aurki Gernikako, Gasteizko, Iruñeko, Laudioako eta Donostiako dendetan ere izango da salgai.



Maren Beristain eta Jon Gonzalez



“Errepikatzeke moduko esperientzia izan da Realarekin jokatzea”

Oraingo honetan, Mendata BHiko bigarren mailako Maren Beristain eta Jon Gonzalez ikasleak elkarrizketatu ditugu, Realarekin zenbait partida jokatu dituztelako. Hona hemen gure galderak eta haien erantzunak:

Nola jaso zenuten berria?

Jon Gonzalez: Amaiak Batetik nire aitari deitu zioten eta hark niri kontatu zidanean oso pozik sentitu nintzen, ez nuen espero egia esan.

Maren Beristain: Jonen kasuan bezala, Amaiak Batetik nire aitari deitu zioten eta hark eman zidan gero niri berria. Gogotsu jaso nuen.

Bertan egon zareten lehenengo aldia da?

J.G.: Ez, nire kasuan, bertara noan hirugarren aldia da.

M.B.: Bai, lehenengo aldia da niretzat.

Zer moduz ikusi duzue zuen burua?

J.G.: Ondo ikusi dut.

M.B.: Beno, ondo esango nuke.

Noiz eta non jokatu dituzue partidak?

J.G.: Zestoan eta Frantzian jokatu genituen partidak.

M.B.: Abenduaren 23an izan ziren partidak, baina ez dut gogoratzen non.

Zeintzuk izan ziren partiden emaitzak?

J.G.: Zestoan 5-2 irabazi genuen, eta Frantzian 3-3 gelditu ginen.

M.B.: Partida bat irabazi egin genuen, beste bi berdindu eta bat galdu.

Esperientzia errepikatuko zenukete?

J.G.: Noski, esperientzia bikaina da niretzat.

M.B.: Nik ere errepikatuko nuke, zalantzarik gabe.

Lagun asko egin zenituzten?

J.G.: Bai, baina asko lehendik ezagutzen nituen.

M.B.: Bai, nahiko.

Maren, sartu al zenuen golik?

Eta zuri, Jon, sartu al zizuten golik?

M.B.: Ez.

J.G.: Bai, bi partidatan gol bana.

Realekoekin jokatzeko jarraituko duzue?

J.G.: Ez, momentuz ez.

M.B.: Ezta ere.

Inkesta

Hitz egingo al dugu maitasunaz?

San Balentin eguna gertu izanik, hilabete honetako inkestan maitasuna izan dugu hizpide. Hona hemen 3. mailako ikasleei egin dizkiegun galderak eta haiek eman dizkiguten erantzunak:

- 1.- Maiteminduta zaude? Maiteminduta egon zarenean, zer sentitu duzu?
- 2.- Nolako neska/mutilak gustatzen zaizkizu?
- 3.- Zerri errepertzen diozu lehenbizi?
- 4.- Asko ligatzen duten horietakoa zara?
- 5.- Noiz maitemindu zinen lehenbizikoz?
- 6.- Udan "rollo"ren bat izan al duzu? Kontatuko al zeniguke?
- 7.- San Balentin eguna ospatzeko ohiturarik baduzu?
- 8.- Opariren bat egingo al zenioke?

Jone Aranceta



- 1.- Ez. Ez dakit.
- 2.- Ilhoriak eta begi urdindunak. Bihotz onekoak.
- 3.- Begiei eta irribarreari.
- 4.- Ez.
- 5.- Maitemindu maitemindu... inoiz ez.
- 6.- Bai. Ez.
- 7.- Ez.
- 8.- Bai.

Xavier Garcia



- 1.- Ez. Ez naiz maitemindu.
- 2.- Beltzarak eta jatorrak.
- 3.- Hankei.
- 4.- Ez.
- 5.- Inoiz ez.
- 6.- Ez.
- 7.- Ez.
- 8.- Bai, oinetakoak.

Ganiz Ostolaza



- 1.- Ez. Ez naiz egon maiteminduta.
- 2.- Ilhoriak eta naturalak izatea gustatzen zait.
- 3.- Bihotzari.
- 4.- Ez.
- 5.- Inoiz ez.
- 6.- Ez.
- 7.- Ez.
- 8.- Bai, kondoi batzuk biontzat.

Denbora-Pasak

Sudokuak

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

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

Asmakizunak

1.- Zer zerikusi daukate galtzontzilloek eta trenek?

2.- Bi hanka izan arren ezin dugu biderik burutu, baina gizona gu gabe ezin da inon aurkeztu

laguntzaileak:



babesleak:



Debako Udala

Jon Ramirez



- 1.- Ez. Ez dakit.
- 2.- Illehorriak, gorputz onekoak. Jatorra eta alai izatea gustatzen zait.
- 3.- Aurpegiari eta gorputzari.
- 4.- Ez asko.
- 5.- Orain dela bi urte.
- 6.- Ez.
- 7.- Ez.
- 8.- Bai.

Kimetz Etxabe



- 1.- Bai, tximeletak sabelean.
- 2.- Normalak.
- 3.- Bihotzari.
- 4.- Gehiegi.
- 5.- Ez dakit.
- 6.- Bat baino gehiago. Ez.
- 7.- Bai.
- 8.- Bai, maitasuna.

Paula del Olmo



- 1.- Bai, tximeletak sabelean.
- 2.- Altuak, morenoak, dibertigarriak eta zentzudunak.
- 3.- Irribarreari.
- 4.- Nahikoa daukat daukadanarekin.
- 5.- Aurten.
- 6.- Bai, baina pribatua da.
- 7.- Ez, maitatzeko ez dago egun bat bakarrik.
- 8.- Bai, nire maitasuna.

Aner Asensio



- 1.- Ez. Ez dakit.
- 2.- Gorputz onekoak, begi politak dituztenak, jatorrak eta alaiak.
- 3.- Begiei eta gorputzari.
- 4.- Ez.
- 5.- Ez dut gogoratzen.
- 6.- Ez.
- 7.- Ez.
- 8.- Bai.

Hieroglifikoa

2003. urtean jaiotako mutil baten abizena hau da:



ANDIA



Txistea

*"Gizon bat medikuarengana joan eta zera esan zion:
-Mediku jauna, arazo bat daukat! Nire puzkarrek ez dute usainik!
-Hori ez da posible! Bota ezazu bat oraintxe bertan.
-PPPPPPRRRRRRR!!!!!!
-Hori oso larria da. Ebakuntza bat behar duzu.
-Ipurdian?
-Ez, gizona, ez, sudurrean!"*

2.- Pratak
1.- Biek pitoa jotzen dutela
Asmakuneren erantzunak:



Prentsa taldea 2017-2018

Goretti Unanue, Lorena Ladera, Elene Molina, Paula Del Olmo, Kimetz Etxabe, Enaitz Goikoetxea, Unax Arrizabalaga, Itziar Egaña, Maria Mendoza, Naroa Etxeberria, Alaitz Albizu eta Unax Urteaga.

Koordinatzailea: Tomas Ramos

AGENDA

OTSAILAK 23, OSTIRALA

-19:30. **Azken ostirala.** Euskal preso eta iheslari politikoaren eskubideen aldeko elkarretaratzea, plazan.

OTSAILAK 24, LARUNBATA

-10:30. **Geoparkeko bisita gidatua Lasturko plazan.** Errota, taloak eta herri-jolasak familia osoarentzat. Ezinbestekoa da aurrez erreserba egitea. Informazio gehiagorako: www.geoparkea.eus.

OTSAILAK 25, IGANDEA

-12:00. **"Euskaraldia. 11 egun euskaraz"** egitasmoaren inguruko bilera irekia burutuko da Agirre jauregian.

-**Ipuin kontaketak.** Agirre jauregiko ispiluen gelan. 17:00etan: 3-7 urteko haurrentzat/18:00etan: 7-12 urtekoentzat.

OTSAILAK 27, ASTEARTEA

-16:30. **Hitzaldia:** "1080 euro gutxieneko pentsioa", Burugorri (Itziarren). Hizlariak: Marian Esnaola eta Mikel Olabarria. Antolatzaileak: Duintasuna Elkarte eta Itziariko Auzo Udala.

OTSAILAK 28, ASTEAZKENA

-19:00. **Irakurketa Kluba,** Ostolaza Udal Liburutegian. Yolanda Arrieta idazleak gidatuko du saioa eta "Jenisjoplin" (Uxue Alberdi) eleberria izango dute hizpide.

ria izango dute hizpide.

MARTXOAK 2, OSTIRALA

-20:00. **Helduentzako antzerki emanaldia:** "Frida Kahlo, viva la vida". Agirre jauregiko ispiluen gelan. Martxoaren 8ko egitarauaren baitan antolatutako hitzordua.

MARTXOAK 8, OSTEGUNA

-**Emakumeen Nazioarteko Eguna**
19:00. Elkarretaratzea, Foruen plazan.

MARTXOAK 11, IGANDEA

-8:30. **Mendi irteera,** Burdin Kurutz M.T. eta Luzaro ikastetxeak antolatuta. Ibilaldi neurtua.

-**Ipuin kontaketak.** Agirre jauregiko ispiluen gelan. 17:00etan: 3-7 urteko haurrentzat/18:00etan: 7-12 urtekoentzat. Martxoaren 8ko egitarauaren baitan antolatutako hitzordua.

MARTXOAK 18, IGANDEA

-**III. Lasturko Mendi Martxa.** Irteera: Goizeko 7:30ean, Lasturko plazatik.

MARTXOAK 21, ASTEAZKENA

-19:00. **Irakurketa Kluba,** Ostolaza Udal Liburutegian. Yolanda Arrieta idazleak gidatuko du saioa eta "Un hijo" (Alejandro Palomas) eleberria izango dute hizpide.

Ilustrazio eta ipuin lehiaketa

-X. **Elkar Ilustrazio eta Ipuin Lehiaketa** abian dago, haurren eta gazteen artean irakurzaletasuna eta sormena bultzatzeko helburuarekin. Horretarako hiru modalitate antolatu dira, haur eta gazteen adinaren arabera. Ipuin bat ilustratu beharko dute batzuek, ilustrazioak ipuin bilakatu bestek eta hirugarren modalitatean komikia edo bineta sortu beharko dute lehiakideek. Lan guztiak apirilaren 9a baino lehen aurkeztu beharko dira. Informazioa eta oinarriak: www.elkar.eus atarian.



Mintzalagunen saioak

Zuhatza Euskara Elkartearen ekimenez, Mintzalaguna egitasmoaren baitan hirugarren taldea sortu berri da. Orain artean arratsaldean egiten ziren saioak eta talde berria goizez arituko da. Beraz, asteartean goizez (10:30ean) eta arratsaldean (17:30ean) bilduko dira mintzalagunak, eta asteazketan 16:15ean egiten dute hitzordua. Martxan dauden taldeetan parte hartzeko aukera dago. Harremanetarako: 943 19 13 83.

Ikastaroak KZgunean

KZgunea goizez arituko da otsailean, eta arratsaldean martxoan. Hainbat ikastaro eskainiko dira: Google Drive, smartphoneak eta tabletak, Instagram, sare sozialak...

Informazio gehiagorako: 943 02 36 29 telefono zenbakia edo www.kzgunea.eus ataria.

ZAINTZAKO BOTIKA

Egunez, 09:00etatik 22:00etara

Zalduegi: **martxoak 2, 3, 4, 12, 13, 14, 15.**

Burgoa Zuazo: **otsailak 26, 27, 28.**

martxoak 1, 16, 17, 18.

22:00etatik 09:00etara, Eibarren Azkue botika zabalik. Toribio Etxebarria, 4 (943 20 23 44)

DEBAKO BOTIKAK

ZALDUEGI: 669 262 201

BURGEOA ZUAZO: 667 338 890

Larunbat goizetan beti bat irekita:

ZALDUEGI: martxoak 3 eta 10

BURGEOA ZUAZO: otsailak 24 eta martxoak 17

9:30 - 13:00



ZURE ENTZUMENA ZAINTZEN



Ostolaza, 7
20820 DEBA
Tel: 943192192

RPS: 183/12



Uzuri
optika audio

www.uzurioptika.com



Argazkilaria
Ander Salegi

(argazki erreportaiak, photoshop-eko erretokeak...)

Email: andersalegi@gmail.com

Tlf: 685 703 843

IZENBE

- Gosariak
- Txikiteoa
- Pintxoak



Itur kalea • Tlfnoa.: 943 192 473 • 20820 DEBA

Mikel

- Iturgintza
- Berogintza
- Gasak
- Altzariak
- Osagarriak



Mobila: 699 975 206
Tel-faxa: 943 191 774
Hondartza, 10 - behea
20820 DEBA (Gipuzkoa)
mikeliturgintza@euskalnet.net
www.mikeliturgintza.com

RAIKETAK S.L.
SAGARMIÑA

Hondartza kalea, 3-4 behea - 31 P.K.
20820 DEBA (Gipuzkoa)

Tel.: 943 192 249
Mug.: 618 214 282

sagarmina@sagarmina.com
www.sagarmina.com

atari

etxebizitza zerbitzu integrala

SALMENTA, ALOKAIURUAK, ABOKATUA
Lersundi 1, behea 20820 - DEBA
Tel.: 943192263
www.atarideba.com

Lizaso
Autozerbitzua

Lersundi kalea, 21
Tlfnoa: 943 19 27 29



Jari zure publizitatea
Berriketan aldizkarian!

Zuhatz

943 191 383
berriketan@zuhatza.com



ALBIZU

HARATEGIA

Lersundi kalea, 27 - 943 19 14 47 - 20820 DEBA (Gipuzkoa)

IGARZA
TABERNA

Ostolaza, 5
DEBA
Tel.: 943 191 197

sasoiko

ekodenda,
dietetika,
belardenda

ZERBITZUAK:

- * Fisioterapia: tekarterapia (INDIVA)-drenaje linfatikoa -lesioak -...
- * Gimnasia hipopresiboak
- * Dietista
- * Podologia

Lersundi, 14 943 19 24 42 sasoi@hotmail.com

G

JOXEAN GALDONA AIZPURUA

HORTZ-SENDAGILEA
Odontologia orokorra,
kirurgiak eta implanteak

Hondartza Kalea, 20 - behea
Tel.: 943 192 819
20820 Deba



ES
50 URTE

BURU - ZURI
Taberna

- Ofartekoak
- Plater konbinatuak
- Gosariak
- Razioak
- Pintxo bereziak
- Luntxak
- Gauetan fragoak

Lersundi Kalea, 23
Tel.: 943 191 034
20820 DEBA



k

kutxabank

Hazirik

ZURE EKODENDA

San Roke Kalea 6, DEBA
tel.: 943 02 99 63
e-mail: hazirik@gmail.com



Calbeton

JATETXEA

Agustín
Larrañaga Elorza

Denboraldiko platera
arrain eta barazkitan

Hondartza kalea
Tlfnoa.: 943 191 970
20820 DEBA (Gipuzkoa)

A
D

ASESORIA DEBA C.B.

JURIDIKOA - LABORALA - FISKALA - ASEGURU KONTABLEA - HIGIEZINAK

Miren Lore: 669 895 617
Eduarne: 669 895 619

asesoriadeba@asesoriadeba.com
www.asesoriadeba.com

HONDARTZA, 2 - BEHEA Tel.: 943 192 127
20820 DEBA (GIPUZKOA) Fax: 943 192 482

EUSKARALDIA

11 EGUN EUSKARAZ

ANTOLAKETA PROPOSAMENA

EGUNA
2018-02-25

LEKUA · ORDUA
ISPILUEN GELA, 12:00

ZER DA:

- Euskaltzaleak aktibatzeko egitasmoa
- Herritar eta eragileak elkarlanean aritzeko lekua
- Garaia/Unea/Momentua

