



25
urte
elkarrekin

mailope



Mailope oporretan

Udaren amaiera aldera jaso dugu Mailope Oporretan atalerako argazki eder hau. Unai, Maria, Ekiñe, Izei, Ibai, Jon eta Oierrek Balerdiren magalean gaua pasa ondoren ateratako argazkia duzue! Eskerrik asko koadrila.



-2- Mailoperen 25. urteurrena

25 urte bete berri ditu gure aldizkariak eta ale berezi honetarako azal ezberdina prestatu dugu. Ziur gaude zuen artean ere artista mordoa badirela eta urrian eta azaroan zehar zuen marrazkiak jasotzea gustatuko litzaiguke.

* Animatu eta bidali iezaguzu zure marrazkia abenduaren 20a baino lehen mailope@labrit.net e-postara.

25 urte



- 04>** Iritzia
- 08>** Luze: Leire Aranburu
- 09>** Zabal: Oskar Estanga
- 10>** Erreportajea: Mailoperen 25. urteurrena
- 14>** Batzarre



16 > “Me reto 100 días”

100 eguneko erronka proposatu digute Txitxi Orbegozo eta Nere Sotilek, elikadura zainduz, kirola eginez eta batez ere hausnartuz egoera fisikoa hobetzeko.



20 > Festaz festa

Amaitu da uda eta amaitu dira eskualdeko herri gehienetako festak. Herriz herri ibili gara aurtengo irudiak bilduz.



24 > Sorabile

Urrian hasiko dira ikasturte berriko ikastaroak eskaintzen, dantza libre, Chi-Kung, Tai-Chi... Heldu nahiz haurrentzako ikastaroei buruz aritu gara Patricia Laclaustrarekin.

- 27>** Kirola: Plazaolako IX. Maratoi Erdia
- 28>** Ekinaren ekinez: Alfredo Dufur
- 30>** 20 urte bidean
- 31>** Kontu txikiak

Mailope doan banatzen da honako herrietan:

Albiasu, Aldatz, Alli, Arribe, Arruitz, Astitz, Atallu, Azkarate, Azpirotz, Baraibar, Betelu, Errazkin, Etxarri, Gaintza, Gorriti, Intza, Iribas, Lekunberri, Lezaeta, Madotz, Mugiro, Oderitz, Uitz eta Uztegi.

Argitaratzen du: Mailope Kultur Elkartea.

L.G.: NA 719/93

Mailopek ez du bere gain hartzen bertan adierazitako iritzi eta esanen erantzukizunik.

issuu.com/mailopealdizkaria

ERREDAKZIOA: Agurtzane Altuna, Urko Aristi, Mikel Hernandorena, Ainhoa Iriarte, Itziar Luri, Arantxa Mikeo, Alfredo Dufur, Nerea Urbizu eta Andoni Tolosa.

ARGAZKIAK: Labrit, Nerea Urbizu, Plazaola Par-tzuergo Turistikoa, Patricia Laclaustra, Euskara Zerbitzua, Oihana Goikoetxea, Mikel Huarte, Nere Sotil, Joxe Mari Zabaleta eta Juan Antonio Garaikoetxea.

PUBLIZITATEA: Labrit Multimedia - 948 210 103 - mailope@labrit.net.

MAKETAZIOA: Araitz Amatria.

TIRADA: 1.600 ale.

Etxarriko Azpikoetxea

Gaur egun, Interneten bilatzen badugu Azpikoetxea (herritarrentzat, lehen, Azpikoetxea), ikusiko dugu landetxe moderno eta dotorea dela. Webgune horrek azaltzen du etxea 1700. urtean eraiki zela eta 2007an izan dela zaharberriua, etxearen jatorrizko egitura eta ezaugarriak zorrozki gordeta. Elbarrientzat gela bat eta beste zenbait elementu egokituta omen ditu eta halaber, Interneteko dohaineko konexioa eta multimedia ekipamendua. Era berean, adierazten du Etxarri Larraunen dagoela kokatua, munduko paradisu-leku batean, Donostiatik 30 minutura eta Iruñetik 20ra. Eta webgune horretan bertan, goialdeko toki jakin batzuetan saktuta, ikusi ahalko ditugu Ongi Etorria, Etxea, Ekitaldiak, Argazki galeria, Tarifak eta Erreserbak, Kokapen geografikoa, Estekak, Iritziak eta Harremanak, horiek guztiak gaztelaniaz, ingelesez eta frantsesez. Kultura alorrean, Aralar aipatzen duenean, alegia, orduan Euskal Herrian kokatzen du Etxarri Larraun, baina esteken sailean, ordea, Nafarroa eta Euskal Herria bereizten ditu.

Hauxe da oraingo Azpikoetxea landetxeari buruz Interneten ikusi ahal dena, oso modu laburrean esanda. Bestalde, gogoratu beharra dago Etxarri, lekuren batean, kalean, letrero bat dagoela gutxienez, Casa Rural jartzen duena. Nik neronek behintzat ezin dut ezkutatu, horrek guztiak sentipen oso kontraesankorrak sorrazten dizkidala. Zergatik? Ba, nik uste dut, alde batetik oso pozgarria izan daitekeela etxarriarentzat, honelako landetxe moderno, eder eta funtzionala ikustea herrian bertan, baina, beste alde batetik, niri neroni behinik behin oso gogor, latz eta tamalgarria gertatzen zait ikustea Azpikoetxean, euskarari, bertako hizkuntza zaharrenari, egin zaizkion bazterketa eta ezkutaketa.

Ezin dugu ahaztu, Azpikoetxean jaiok direla Eugenia, hau da, Cristina, oraingo jabearen ama, eta haren anai-arreba guztiak: Martin, Paulina, Juanito, Anjel, Manuela (txikitan hil zena), Bautista (Argentinan bizi izandakoa) eta Alfontso. Azkeneko hauek guztiak Cristinaren osaba-izebak, abizenaz Alduntzin Lasarte. Nik neronek Paulina, Juanito, Anjel eta Bautista behintzat ezagutzeko parada izan nuen, eta ziurtatu ahal dut benetan euskaldun peto-peto, garbi-garbi eta bete-beteak zirela, inolako zalantzarik gabe. Baina aurreko belaunaldian, besteak beste, Maria, Pakita, Juan Migel Lasarte eta beste anai-arreba batzuk ere jaiok ziren etxe horretan berean. Horien artean egon zen Cristinaren aitona edo amonaren bat, amaren -Eugenia- aldetik. Eta urrutirago joan gabe, esan beharra dut, Pakita Lasarte gure izeba izan zela, aitaren anaia batekin Erreteriarra ezkondu zelako.

Hortaz, eta gehiegi ez luzatzearren, konturatu behar dugu Cristinarekin -ez dakit euskaraz dakien ala ez- Azpikoetxean eten

egin dela euskararen aspaldiko katea, webgunean eta kartelean gutxienez, eta gainera, paradoxikoki eten hori iritsi da Donostia aldetik, alegia, Euskal Herriko hiribururik euskaldunenetik, edo beste modu batez esanda, Euskal Herri ofizialetik.

Beraz, hemen esandako guztiarekin, nik uste dut argi eta garbi gelditzen dela, Etxarriko eta mundu osoko euskaltzaleok gogotik esker-tuko geniokeela Cristinari, Azpikoetxean euskarari emanen balizkio, gutxienez gaztelaniari emandako tratamendu eta begirune berberak. Ea berandu baino lehen ematen digun pozaldi hori. Besarkada bero bat hemendik Cristinari.

Bukatzeke, eskerrak eman nahi dizkiet informazioa biltzen lagundu didaten guztiak: Jose Mari Begiristain, Luis Alberto Caballero, Juan Jose Lasarte eta Joxe Joakin Lasarte.

Xanti Begiristain Madotz, Auritz

Larraungo lau arbola zahar

Arbola zahar bakan dago bazterretan (arbola esanen diet, nire auzoko uitziarrek bezala). Izan ere, ZAHAR = TXAR dioen mundu batean, ez da erraza zahartzea. Agian horregatik -gutxi direlako alegia-, arbola zahar bat dagoen lekua berezia dela ikusiko duzu, baduela halako sorgin-aire bat; eta arbola eroritakoan ere lekuak ez dio berehala utziko berezi izateari. Jakina, arbola zaharrek oso aberasten dituzte gure bazterrak. Batetik, sekulako ondasuna dira lurrarentzat eta animalientzat, eta bestetik, ipuin harrigarriak sortzen eta amoranteak ezkututzen laguntzen dute... Hori dela eta, uste dut arbola zahar guztiak zaindu beharko genituzkeela, eta zahartzen hasitako arbolak ere beren aje guztiakin babestu eta begiratu beharko genituzkeela. Nafarroan, konparaziora, badago bertako arbola zaharrak aintzat hartzen dituen elkarte bat (Ik. www.arbolesviejos.org).

Hemen aurkeztuko ditudan lauetatik hiru (haritz biak eta pagoa) arbola motzak dira, hau da, garai batean adarrak mozten zizkietenak. Denbora hartan -gutxi gorabehera, joan den mendeko Espainiako gerrara arte- horrelakoak izaten ziren herritik gertuko arbola gehienak: hostoa, egurra edo ikatza egiteko moztutakoak alegia. Kontrakoa badirudi ere, mozketa horiek luzatu egiten zuten arbolaren bizialdia, enberrak lodiera eta sendotasun handiak ematen zizkiotelako. Etxarriko

Hostal Betelu
<http://www.hostalbetelu.com>
Eguneko menua,
karta, plater
konbinatuak eta pizza
goxoak
Etorri eta
on egin!
Erreserbak:
948513026
676145637

BETELU
PNEUMATIKOAK
TAILER MUGIKORRA
NEUMATIKO ALDAKETA
ZUZLATZEEN KONPONKETA
Vicente Iriarte
T. 646 474 166
www.neumaticosbetelu.es

LARRAUN GARABI ZERBITZUA 24 ORDUZ
MEKANIKA ETA ELEKTRIZITATE TAILERRA

Gruas y Talleres LARRAUN s.l.

Lekunberriko industriagunea,
21. nabea
31870 Lekunberri
Nafarroa

Mugikorra: 626 494 356
Telefona: 948 507 229
Faxa: 948 507 281
gtlarraun@gmail.com

Jai Zoriontsuak!

arbolaren kasua, azkenik, berezi samarra da, ezkiaren adarrak, aldian-aldian -elurraren, haizearen edo urteen ondorioz-, naturalki mozten baitira, eta hartara deigarria gertatzen da enbor zahararren eta adar gazteen arteko aldea.

Hona hemen lau arbola zaharren datu batzuk (behean).

Bukatzeko: gustura ikasiko nuke Basaburuko, Leitzarango,

Araizko, Larraungo edo beste nonahiko arbola zaharren (edo zahartzen hasitakoen) kontu gehiago. Inork beste argibideren bat eskatu edo eman nahi izanez gero, idatz dezala, mesedez, honako helbide honara: zigerane@gmail.com. Aldez aurretik, mila esker.

Mikel Irurtia

Ostioko Haritza (Lekunberri)

ESPEZIEA	<i>Quercus robur</i>
ADINA	400 urte, gutxi gorabehera
ENBORRAREN PERIMETROA	6'75 m
KONTSERBAZIO EGOERA	Ona
EZAUGARRI BEREZIAK	Gorosti bat sustraitu zaio adar zabalaren artean. Bizpa hiru azkonar-zulo ageri zaizkio enborraren hegoaldeko zolan.



Bidakorretako Haritza (Arruitz)

ESPEZIEA	<i>Quercus robur</i>
ADINA	300 urte, gutxi gorabehera
ENBORRAREN PERIMETROA	5'45m
KONTSERBAZIO EGOERA	Oso ona
EZAUGARRI BEREZIAK	Aspaldi galdutako adar baten zulo handia dauka mendebalean.



Etzilleko Pagoa (Uitzi)

ESPEZIEA	<i>Fagus sylvatica</i>
ADINA	200 urte gutxienez
ENBORRAREN PERIMETROA	5'00m
KONTSERBAZIO EGOERA	Ona
EZAUGARRI BEREZIAK	Adar handienetako bat erori zaio berriki, eta bertan dago oraindik.



Abarotxikiko Ezkia (Etxarri)

ESPEZIEA	<i>Tilia cordata</i>
ADINA	200 urte gutxienez
ENBORRAREN PERIMETROA	8m, gutxi gorabehera
KONTSERBAZIO EGOERA	Ez hain ona
EZAUGARRI BEREZIAK	Zoragarria da.



Bar Ainhoa

- Razioak
- Pintxoak
- Ogitartekoak
- Plater konbinatuak
- Gosariak Tostadak mermeladarekin eta bertan eskuz egindako madalenak, errokilak, croisant-ak eta napolitanak.



Astelehenetik ostiralera goizeko 7:00etatik aurrera

Aralar 15, 31870 Lekunberri (Nafarroa)

948 504 077 • 639 778 851 • aitziberalf@hotmail.com

ETXEZ ETXEKO EGUR SALMENTA

URTE OSOAN ZEHAR

EGURRA
EXPRES

☎ 635 90 91 95

✉ promanburillo@gmail.com

Erbiti, Basaburua

Gure egurraren kalitatea eta prezioak ikusten dituzunean kea aterako diezu

Bertso berriak

Mailoperi jarriak

Luis Mari Larreta (Aldatz)



*Festa giroan gaude
handik ta hemendik
gari laguna eztuk
arrazoi faltarik
ni udara osoan
enauk egon geldik
festarako gogoa
badiat oraidik. (Bis)*

*Diana jotzen dabiltz
hainbat txistulari
bapaten emateiou
guziok dantzari
eskuetan ditteula
kruasan edari
batzutan sentitzen ga
nahiko bekatari. (Bis)*

Igor Mitxausentzat puntua: _____

larraun berpiztea ere
gure esku dago

Oinak: _____

ahalegina, -ezina, -grina, mina



Doinua: Durangotik gorako

- 6 -



GURUTZEKIN SAN MIGELERA

30 gurutze eta eskualdetik nahiz Leitzaldea, Ultzama, Basaburua, Imotz eta inguruko beste hainbat txokotatik etortako jendea bildu zen joan den irailaren 6an Aralarko Santutegian. Guardetxetik hasita prozesioan igo ziren San Migelera eta atarian meza ospatu zuten.



JAKOBA ERREKONDO

Jakoba Errekondok "Bizi Baratzea. Garaian garaikoa garaiz" izeneko liburua aurkeztuko du urriaren 23an, 19,00etan, Aldazko ostatuan Amaralar elkartearen eskutik. Hitzaldiarekin batera, Jakobak landareen inguruko herritarren kezka eta zalantzak argituko dizkigu. Bukatzeko, gure eskualdeko eta garaiko produktuekin, sorpresaz beteriko pintxo merienda egingen da ostatuan bertan.



ARAXES IKASTETXEKO BERRIKUNTZAK

Joan den urteko neguko euriteekin izandako arazoak direla eta leihoak eta teilatu-hegala aldatu dituzte Araxes ikastetxean. 7.500 euro inguruko inbertsioa egin du Beteluko udalak leihoentzako eta 36.000 euro teilatu-hegalarentzako, nahiz eta azken hori egiteko Nafarroako Hezkuntza Departamentuaren diru-laguntza jaso duen.

Zahartzaro itxaropentsuaren alde

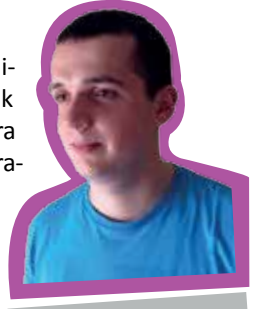


Andrea Etxarri

Dagoeneko udazkenean sartzen hasiak gara eta honekin batera gure ingurua ere itxura berri bat hartzen hasi da. Hostoak haien gaztetasuna alde batera utzi eta bakoitza bere kolore bereizgarriak hartzen hasiko da, azkenik lurrean pausatu arte. Oraingoan zahartzaroaz hitz egitea bururatu zait, hostoek bezalaxe guk ere denboraren poderioz al-

daketak pairatzen baititugu.

Denboran zehar zibilizazio ezberdinek adinduei emaniko garrantzi soziala ez da berdina izan. Kasu batzuetan esperientzia eta jakinduria gailenduz taldeko nagusi edo



Mikel Hernandorena

lepa Andrea! Hala da bai, uda joan zaigu eta udazkenean sartu gara, horrek dakartzan gauza guztiekin: ikasketetara buelta, hotza egiten hastea nahiz eta orain eguraldi ona dagoen, eta zuk esaten duzun bezala, hostoak erortzea eta paisaiaren aldaketa. Honi lotuta, zahartzaroa, hostoak bezala, bizitzaren etengabeko aldaketa eta gorabeheren jomuga dela esango nuke.

Zuk aipatzen duzun bezala, zaharrei ez zaie garrantzi berbera eman historian zehar. Esaterako, duela 50 urte, landan bizi ziren egungo adinduek ikusi izango dute orduan pertsona hauei ematen zitzairen garrantzia eta egun

“Ze zentzu dauka bizi itxaropena luzatzeak itxaropentsu bizitzeko ez bada?”

erreferentziako pertsona izan diren arren, beste batzuetan haien gainbehera eta ahultasunean arreta jarriz baztertuak zein mespretxatuak egotera ere iritsi izan dira.

Bai, ezin dugu ukatu, aspektu fisikoei dagokionean, gaztetasunak dituen indarra zein arintasuna bezalako zenbait ezaugarri galtzen direla; hala ere, garrantzitsua iruditzen zait (eta oraindik gehiago bizi itxaropen maila altua duen gizarte batean bizi garela kontuan hartuz) pertsona oro kontuan hartu eta gizarte bezala adin bakoitzak bere galera eta irabaziak dituela ez ahaztea, guztiak premiazoak baitira gizarte osotasunean ulertzeko.

Nire ustetan, nekazal gizarte tradizionaletik egungo gizarte hiritar “azeleratuago” batera igarotzeak adinduen egoera okertu du. Lehenagoko kultura zein bizimoduak belaunaldien arteko kontaktu zein elkartrukea handiagoa izatea errazten zuen, orain aldiz, gizarte banatua gara, honek dakarren galera intergenerazionalarekin. Mundu mailan dauden ekimenen artean, Estatu Batuetan aurrera eramaten ari den “Belaunaldi arteko Ikasketa Zentroa” haur-eskola dugu, non zahar etxean haur-eskola bat ireki den. Haurrek lor ditzaketen balio eta jarrerez gain adinduek trukean jasotzen duten bizitasun eta autoestima lortzeko zoragarria iruditen zait.

Zein zentzu dauka bizi itxaropena luza dezakeen gizarte batean bizitzeak itxaropentsu bizitzeko ez bada? Agur bero bat!



“Adinduek duten jakituria probesten jakin beharko genuke”

beraiek duten garrantzia ez dela berdina, ezta gutxiago ere. Izan ere, nire ustez, orduan askoz ere gehiago entzuten zitzairen adinduei gaur egun baino, eta aipatu duzun bezala, orduko familiako belaunaldien arteko elkartruke hori askoz ere aberatsagoa zen. Hala da, nire iritziz, landako gizarte hartan familia harremanei garrantzi handiagoa ematen zitzaiolako, eta familia hauetako seme-alabek erreferente gisa zituztelako beraien izeba-osabak edota aiton-amonak.

Gaur egungo egoera hartzen badugu, ordea, adinduen egoerak okerrera egin du, dudarik gabe. Landa mundua ahaztuta, hiriko bizimoduan murgildu gara argi eta garbi, eta gure familien sustraia aiton-amonak edota adindutako senitartekoek osatzen dutela ahaztu zaigu. Niri dagokidanez, asko gozatzen dut nire aiton-amonak bere garaietako kontuak kontatzen diz-

kidatenean: eguneroko bizitza, Guda Zibila nola bizi izan zuten, beraien aisia nolakoa zen... Azken finean, beraiei ilusio handia egiten die duten jakituria hori gazteagoa den jendearekin partekatzeak, baina dudarik gabe beraien esperientzia adieraztea eta beraien hitzak entzunak izatea dira haientzat bizipoza.

Ezin dugu ahaztu adinduek duten jakituria dugun altxorretako bat dela, eta hura probesten jakin beharko genuke, transmititzen duten umiltasunak asko lagun gaitzakeelako gure eguneroko bizitzan.



Leire Aranburu

Dalton anaiak

Kaixo irakurleok, sasi idazlea nauzue.

Azken aldian gai bat dut buruan bueltaka, beno buruan, telebistan, aldizkarietan, irratian... Ez da gauza berria, aspaldian hasi zen arazo baten ondorio zuzena da. Orain arte gurekin zerikusirik izan ez duen arazo ez oso garrantzitsua, baina jakina arazo baten kokaleku bilakatzen denean Europa dar-dar egiten du munduak (ahaztu gabe Europako herrialde guztiek ez dutela inpaktu berbera, esan genezake nolabaiteko "desoreka txikia" dagoela Europako herrialdeen artean). Eta hain zuzen ere Europa aipatu denean jarri da martxan karrusel moduko hau.

Nahiz eta askok kontrakoa esan, Europa eta mundua klase sozialetan bananduak daude, Dalton anaia ospetsuak bezala "altua" "ertaina" eta "baxua" dauzkagu. Badakit bai, askok esango duzue lau direla Dalton anaiak eta bai hala dira, kasu honetan ere lau klase dauzkagu, azken klasekoak, dene-tan txikiak, azken aldian bueltaka han eta hemen dabiltzanak, errefuxiatuak.

Errefuxiatuen bat-bateko agerpen hau ordea ez da egun batetik bestera eman den fenomeno, Siriako guda zibilaren ondorio zuzena da. Arazoa modu azkar batean azaltzen saiatuko naiz. Gatazkak 2011an hasi ziren, korrupzioa, sistema politiko eskasa, po-

"Akaso ez genuke guk gauza berbera egingo"



brezia etab. tarteko zirela, zenbait mugimendu sozial jarri ziren abian berdintasuna aldarrikatzeko, baina hauek isilarazi egin zituen modu bortitzean Siriako Gobernuak. Orduetik gatazkak eta armek gora egin dute, hildakoen kopuruarekin batera (Alde batera utzi ditut gatazka honetan baten edo bestearen alde jarri zuzeneko eragile izan

diren herrialdeak, bestela ez dut bukatuko, interesen jokua, joku amaigabea da-eta). Historian zehar eman diren gatazka guztiek erakutsi diguten bezala, gatazka honetan ere zibilak dira miseria gorriena pairatzen dutenak, berriak dira biktimak, asko dira egunero bonbardaketen ondorioz hiltzen direnak, gehiago hotzez, gosez, nahiz gaixo hiltzen direnak.

Arazo honen aurrean, konponbide bakarra bertatik alde egitea da, batzuek diotenaren aurka, ez dute ihes egiten beste herrialde bat bereganatzeko, edo beste herrialdeetan gatazkak sortzeko, ihes egiten dute bizitzeko, eta ezin diegu hori aurpegiatu. Ezin diegu hona etortzearen errurik inondik ere bota. Akaso guk ez genuke gauza berbera egingo? Ez dugu dagoeneko egin?

Bueno ni Europak guzti honetan duen paperaz ari nintzen... Arazo honetan Europak duen paperaz galde-tzen badidate, esango nuke Europako agintariak antzezle bikainak direla, dirudienez kaltetua Europa da, gaixoa ez da gai errefuxiatu guztiei aurre egiteko eta bere ahalegin guztia jartzen ari da hau aldatzeko. Dirudienez mesede bat egiten die errefuxiatuei bertan gertatzen utziz. Jakina den bezala "paper zati batean idatziriko hitz solteak" besterik ez direlako Giza Eskubide Unibertsalak.

SAStraka
auto 4x4

Ibilgailuen Mekanika Orokorra
[azterketak, gurpilak, olio aldaketak,...]

Baita Todoterrenoetan Espezializatua ere
[prestakuntzak, homologazioak, erreformak,...]

Industrialdea, 9 **948.60.48.06 Iñigo**
31870 Lekunberri www.sastraka4x4.com

M. Angeles Urrizalki

iragarkiak, berriak, eskelak...

Diario Vasco eta Diario de Navarra Korrespontsala

948513056
699179437

aitz berri

edertasun zentroa

Lako beikoa
Betelu 31890

948 513 083
696 732 290

aitzberri@hotmail.com



Akelarrea

Banator udatik bueltan berriro idaztera! Udako gau epelek gai askotarako babesa ematen dute eta gaur aurkeztu nahi dizuedan hau ere horrelako batean atera zen Lekunberriko kantinako terrazan. Larraun aldeko koadrillatxo bat ginen eta Akelarreen gaia atera zen. Sekulako interesa sortu zen gaiaren inguruan eta sokari tiraka galdera interesgarri asko atera ziren. Aurrekaria zera izan zen, azken aldian Akelarre bat proposatzen denean, antzerkitxo bat egiten dela, mozorro batzuk, dantza pixka bat eta askoz gehiago ez. Jolasa eman zuen galdera hau izan zen. Egingo al dugu benetako Akelarre bat? Bai, baina horretarako gauza asko hausnartu behar dira, ezta?

Hasteko: Nolakoak ziren garai bateko akelarreak? Elizaren bertsioak jadanik inork ez ditugu sinesten, deabrua adoratzeko eta umeei odola edaten... Dugun informazioarekin zera iruditzen zitzaigun, herritarren festak izango zirela, leku berezietan (kobazuloak, erreka ondoak...) eta suaren inguruan izango zirela, ilargiaren argia ere kontutan hartuta eta ziur aski kantuan eta dantzan ariko ziren elkarrekin. Pentsatzen genuen agian sustantziaren bat ere hartuko zutela festarako... Hortik aurrera ere badute fama sexu-festa ere izaten zirela... Ez dugu jakingo zer ziren, aspaldiko kontua baita, isilarazia eta anikilatua izan zena eta egiaz nolakoa zen askoz gehiago jakingo ez duguna.

Zera ere ikusten genuen, egitekotan, guri balioko ligukeen zer edo zer egin beharko genukeela, ez antzerki hutsa, eta gure izaera ez dagoela orain urte batzuk moduan. Adibidez, kanturako, dantzarako, sexurako, ospakizunetarako beste ideia eta balio batzuk ditugu, eta argi ikusi genuen deusetik askora ezin ginela kolpetik pasa, alegia, ez zitzaigula aterako zer edo zer non gure muga guztiak puskatuko genituen kolpetik...

Hemendik aurrera nigatik hizketan

hasiko naiz, besteen iritzia eman beharrean nirea ematearekin nahikoa dudalako. Niretzako oso garrantzitsua da inguruko naturarekin berradiskidetzea eta bere magia ikustea, bere txokoak

“Egingo al dugu benetako akelarre bat?”



eta momentu bereziak, horregatik zer edo zer egingo nuke inguruko leku magiko batean, kobazulo batean edo... Ilargi betea dagoenean, ingurua magiko bihurtzen da, eta noski, sua eginda, lekua oraindik magikoagoa.

Suaren ondoan gauza ezberdinak egingo nituzke, hiru nagusi: Aurrena hitz egin, gure inguruan nola bizi garen, zer botatzen dugun faltan, zer sobran, nolako gizakiak izan nahi genukeen... Gero noski, kantatu egingo genuke, gustuko ditugun kantak izan daitezke edo asmatuak, edo hotsak bakarrik edo... Eta gero noski dantzatu ere egingo nuke, mugitu, gorputza askatu... Mu-

sikari dagokionez, akustikoa eramango nuke, gitarra kantatzeko, txalaparta edo danborrak jotzeko eta dantzatzeko... hori bai, zer edo zer landu xamarra izan beharko zen, bestela gozatu beharrean kezkatu egingo ginateteke eta...

Galdera klabe bat sortu zen sustantzien inguruan... Argi daukat ezagutzen direnak (alkohola, maria...) ez direla egokiak, horiekin betiko tokietara joango ginatetekeelako. Ezagutzen ez ditugunak auskalo berriz... Arriskatzea komeni ez denez, agian sustantzia gabe da egokiena. Argi dagoena da doan jende guztia parte hartzera joan beharko li-



25 urte kontu kontari

25 urte bete berri ditu Maillope Aldizkariak. Orain bost urte 20. urteurrenaren harira egon ginen Placido Erdozain agoiztarrekin. Bere etorrerak ordurako indarra hartzen hasia zen Euskara Batzordeari falta zitaion bultzada eman zion aldizkaria sortzeko.

Plazidok berak kontatu bezala, 1990. urtean Ameriketatik Araitzera etorri berria zen, hemen egokitu zitaion apaiz aritzea. Euskalduntzeko gogoia erakutsi zuen hasieratik eta horretarako lanean hasi zen etorri eta berehala. Tolosako euskaltegian eman zuen izena eta mezak euskaraz ospatzen hasi zen.

Nahiz eta ia herri guztietan euskaren eta euskaltzaletasunaren aurkakoak egon baziren, ordurako euskararen aldeko mugimendua sumatzen zen balaran. Testuinguru horretan sortu zen gure aldizkaria, euskara bultzatzeko helburuarekin. Euskara batzordea sortua zen eta Pello Argiñarena euskara teknikariarekin batera biltzen ziren, bilera haietan hasi zen mamitzen Maillope.

Pello kanpotarra zen, "kalekumea" herritar askok zioten bezala, eta gogoan du herritar batek erabat gogorazten ziola hori: "Ale bateko azalean errepi-

dean ateratako lore baten argazkia jarri genuen eta titularrean: *Asfaltoko lorea*. Azal hura herritar hari eskaini genion (kar-kar-kar...)"

Erreportaje hau prestatzeko Onofre Iriarterekin izan gara Arriben. Lehenengo alea kaleratuz geroztik, berak txukun-txukun gordetzen ditu hilero bere etxera iristen diren aleak. Zerogarren aletik hasi eta 228. alera arte, hurrenez hurren ordenaturik dauzka.

Lehenengo alea 1990eko irailaren 1ean kaleratu zen eta bilera mordoa egin omen zituzten dena prestatzeko. Lau orrialdez osatuta zegoen lehen alea, zuri-beltzean. Zerogarren alea esku artean hartu eta Onofrek: -"Begira! Hau Joxe Martin Herreroko atten atte, hau medikua Jose Ramon Ramos..."-. Eta hitz egiten hasi orduko Plazidoren izena atera da, Placido Erdozain. Onofre: "Arriben bizi zen. Berak garrantzia han-



dia ematen zion kulturari eta hori transmititu zidan niri ere. Pasatzen diren gauzak nolabait gordetzearen aldekoa zen, momentuko kultur gertakizunak edo elkarrizketak etorkizunean historia bihurtzen direlako". Gogoan du herritar talde batek dantza talde bat sortu zue-nean ere atzetik ibiltzen zela, "non kultura, hor zegoen Plazido".

Eta bat-batean beste oroitzapen bat, Onofre: "Ni beteluarra naiz eta gogoan dut askotan esaten zidala Betelukoak jauntxo batzuk ginela. Hasieran ez nekien zergatik esaten zidan hori eta egia esan galdetu ere ez nion egiten. Baina bazuen bere zergatia eta zerogarren ale hartako kontrazalean azaldu zuen. Betelu Araitzi lotua zegoen 1694. urtean 410 dukaten truke banatu zen arte. Diru hori Beteluko Udalak hartu beharrean errege-gorteari eman omen zizkion, hori dela eta erregeak Ilustre y noble villa de Betelu titulua aitortu zion. Horregatik esaten zuen jauntxoak ginela". Placidok berak oso aktiboki parte hartu zuen aldizkariaren jaiotzan.

Sortzaileek lehenengo azalean azaldu zuten aldizkaria sortzearen beharra.

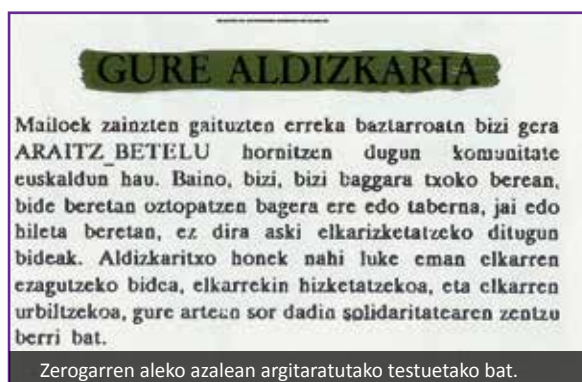
Eta hasieratik argi izan zuten euskara hutsean behar zuela izan.

Bigarren alea, (nahiz eta lehenengo izan, aurrekoa zerogarrena izan baitzen) urte bereko abenduaren 25ean kaleratu zuten. Hasieran ez zen hiruhilabetekoa, pixkanaka joan ziren erritmoa hartzen. 1990ean bi ale, 1991an lau ale, 1992an bost ale... Orrialdeak ere gehitzen joan ziren, lau orrialde izatetik hamaseira... Gainera, Araitz eta Betelun baino ez zen

banatzen, 1994ko uztailen, 24. alean, Larraun batu zen arte. Mikel Rekalde komertzial lanetan ibili zen Mailopen,

tik bestera hartu, luze joan zen".

Ekonomikoki aleak ateratzen jarraitzeko dirua ere pixkanaka hasi zen iristen, laugarren alean jada Nafarroako Gobernuaren eta Araitz-Beteluko Udalaren laguntza jaso zuen aldizkariak. Eta 1991. urtean hasi ziren ere bailarako enpresa eta merkatari txikiak euren publizitatea jartzen. Beteluko Jatetxea, Lasa Pentsuak eta Iruñeko San Fermin Autoeskola izan ziren lehenak.



EUSKERA

"Amankomunean dugun gauza garrantzitsuenetako bat eta maite duguna Euskera da. Horregatik deitzen gera euskaldunak. "Ez al dakizu Euskera dela euskaldun egiten gaituena". Euskalerraren atala egiten gaituena. Euskera izan bada ere, gure gurutzeta, "irakasle" erdaldunek gutxietsi eta zigortzen gaituztenean euskera erabiltzeagatik edo Espafiara soldaduzkara joan behar izan dugunean, ez dira izan gure gurasoak erakutsi gabe utzi digutenak. Esan behar da ere batzuk iritxi izan direla etsipenaren etsipenez hau pentsatzera: "Ez du merezi haurrei Euskera erakustea, ez dezaten sufri guk sufritu genuen bezala", baino gure haurtxoa urbiltzen zaigunean, ikusiak ahazten zaizkigu eta dakigun euskerarik hoberenean laztantzen dugu. Ez dezazuela pentsa, horregatixe aldizkaritxo hau euskeraz urbiltzen zaizuela batzuei, gure erruz ez bada ere, irakurtzen zaila egiten bazaigu ere".

Mailope Aldizkaria, 1990eko irailaren 1a

publizitateaz arduratzen zen: "Larraun sartu edo ez sartu... Eztabaida sakona izan genuen. Batzuk erabat kontra zeuden eta erabaki hori ez zen egun bate-

Eta bat-batean Onofre urduritu egin da! -Non dago 25. alea?-. Errepasoa egiten aleak kutxatik atera eta atera ibili gara. -Hemen da, hemen da!-



ATAL BERRIAK

25 urte bete ditugun honetan lanean jarraitzeko gogoz gaude eta atal berriak martxan jartzeko zuen parte-hartzea eskatuko dizuegu.

Koadrilen atala: Zuen koadrila onena, xelebreena, parranderoena edo akaso motelena, itsusia eta okerrena da? Zuen koadrila ezagutu nahi dugu!

Maskoten atala: Ohikoa ez den maskota bat duzu?

Galderen katea: Eta zuk zer galdetuko zenioke nori?

Jarri harremanetan: 638 652 339 edo mailope@labrit.net

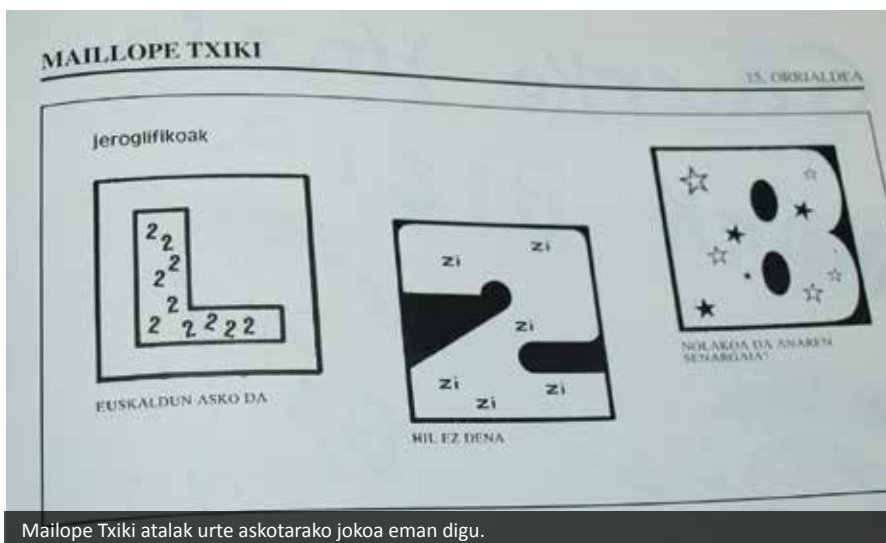
Mailo-

pe: -Lasai... Eta zuk zergatik izan zenuen hasieratik Mailopeko aleak gordetzen joateko borondate hori?

Onofre: -Mailope kultura delako, historia delako. Nik nire bailarako eta orain Larraungo historia gorde nahi dut. Hemendik 50 urtera, ni ez naiz hemen egongo eta atzetik datozenek bilduma honi esker, gure eskualdean nola bizi ziren eta zer egiten zuten ezagutzeko aukera izango dute. Festak nola bizi genituen, ze pasa zen han eta zer pasa zen hemen... Nik gaur egun adineko herritarren elkarrizketa gehiago botatzen ditut faltan, halako elkarrizketek balio ikaragarria dutelako, orain bai, baina batez ere denborarekin.

Mailope: -Adineko herritarrak konturaterako joaten zaizkigu...

Onofre: -Bai. Kuriositate bezala, hasiera hartan adineko jendearen ho-



Mailope Txiki atalake urte askotarako joko eman digu.

rrenbeste elkarrizketa egiten zirenean Mailopen, xelebrea izaten zen. Askotan pasa izan zen, Mailopen elkarrizketa egin eta handik gutxira hiltzea... Noizbait herritarren artean esan izan genuen brometan ikara ere ematen zuela! Kar, kar, kar...

Mailope: -Eta hilero gogoratzen al zara aldizkaria txukun gordetzeaz?

Onofre: -Bai. Irakurri ahala gordetzen saiatzen naiz, bestela sukaldeko mahaian utziz gero... Konstantea behar duzu izan, bat faltaz gero zaila izaten da aurkitzen. Behin ale bat gordetzea ahaztu egin zitzaidan eta han eta hemen ibili nintzen galdetzen ale hura lortu nahian. Azkenean kasualitatez Notarioko itxaron-gelan nengoela ikusi nuen eta hari eskatu eta a ze poza!

NEKAZARITZA, INDUSTRIA ETA ERAIKUNTZA
ARLOETAKO HORNIGAIK
BURDINDEGI ETA BRIKOLAJEKO TAILERRA

URZUBI S.A.

Tel. 948 50 42 41
Fax 948 60 45 20

Lekunberri
urzubi@hotmail.com

Jai zoriontsuak!

NEKAZARI, S.L.

Kubota
STIHL

Antonio Carraro

Olagain. Mugiro. Nafarroa
Tel.: 948504128
Fax: 948504377
nekazarisl@hotmail.com

AMARU BAR

ETXKO PIZZAK,
KOPA BERGZIAK

948504352

Kantina Rock

948
60
48
21

KANTINA
bokatak, platerak eta...musika.....

TAXILON

661 202 249
(9 plaza)

E-posta: lotamendi5@gmail.com

Atallu - Araitz

Lontxo Otamendi Artola

Mailope: -Orain ale zaharrak eskura izanda azken 25 urte hauetan gertatutakoa ongi jakingo duzu.

Onofre: -Ba gezurra dirudi baina historia guzti hau gordetzeari esker dakit esaterako, aurten Arribeko Elkarateak bere 25. urteurrena ospatu duen arren, berez hurrengo urteko ekainean beteko direla 25 urte elkarateak bere atea ireki zituenetik. Urtebete lehenago elkaratearen estatutuak sortu eta akta Nafarroako Gobernura eraman zen, baina Elkarateak urtebete beranduago ireki zituen bere atea!

Mailope: -Beraz, hurrengo urtean berri ere urteurrena ospatu beharko!

Bejondeizula Onofre eta jarraitu dezazula horren langile!



Bizi itzazu Eneko eta Nereren abenturak!

Eta urteurrena dela eta espero ez genuen opari bat iritsi zaigu. Ene Kantak taldeak ikuskizun berri bat eskainiko du, grabatua izango dena gero DVDan kaleratzeko. Proiektu berri honekin lortutakoekin Mailope diruz lagunduko dute. Hiru disko dituzte dagoeneko kalean, lehenengo lana Sortzeni eskaini zioten, bigarrena Nafarroako Bertsozaleen Elkarteari eta hirugarrena Euskalerrri Irratiari. Haurrentzako kalitatezko abestiak eginez euskararen alde lan egiten duten tal-

deak diruz laguntzea izan da sortuz geroztik Ene Kantak egitasmoaren helburua.

Oraingoan DVD batekin ausartu dira. Eneko eta Nereren abenturak bilduko ditu lan honek. Ikuskizuna urriaren 3an eskainiko dute arratsaldeko 18:30ean Barañaingo Auditorioan eta bertan grabatuko den ikuskizuna DVD batean kaleratuko da abenduaren 9an. Ikuskizunerako sarrierak dagoeneko agortu dira.

Hala ere, urriaren 3an, Barañaingo

Auditorioan bertan erreserbatzeko aukera egongo da eta azaroaren azken asterako etxera bidaliko dizute. Beraz, Gabonetarako opari ezin hobea.

Prezio berezia erreserbatzeko Barañainen: 10€ (bidaltze gastuak barne) Abenduaren 1a arte webgunezko prezioa 12 eurokoa izango da (+ bidaltze gastuak). Abenduaren 9tik aurrera ohiko tokietan salgai egongo da.



SINOPSISIA

Lur planeta sufritzen ari da, euririk ez du egiten azkenaldian, ur eskasia dago, auto kopurua ikaragarria da... Eneko eta Nere kezkatuta daude, ezin baitute gehien gustatzen zaien jolasean aritu: putzuetan saltatzea. Liburu magikoa hartuta uraren bila joango dira: baina... lortuko al dute? Oneka marrazoak lagunduko al die? Etxera bueltatu ahal izango dira? Izan ere... "marrazo handi honek sortarazten du beldurra"... Etor zaitez, eta bizi itzazu Eneko eta Nereren istorioak!

Eleaniztasunari buruzko solasaldia Iñaki Eizmendiren eskutik

Iñaki Eizmendik "Eleaniztasuna aztertzen. Nola lagundu seme-alabei eleanitzak izan daitezen?" azterlanari buruzko solasaldia eskainiko du urriaren 29an, arratsaldeko 15:15ean, Beteluko eskolan. Bertan landuko dituen gaiak izanen dira besteak beste, hizkuntzak nola ikasten diren, Euskararekiko harremana, hizkuntza eta identitatea nahiz sozializazioa.

31 urteren ondoren Mikel Mikeok hartuko du Jose Mari Aierdiren alkate kargua

31 urtez izan da Lekunberriko alkate Jose Mari Aierdi. Nasuvinsa enpresa publikoko kudeatzaile izendatu berri dute eta udaletako legegintzaldia hasi besterik egin ez den honetan Mikel Mikeok hartuko du bere lekua Lekunberriko Udalean. Nasuvinsak Nafarroako hirigintza eta lurralde garapen sostengarriaren baitan lan egitea du helburu, baina lur eta eraikuntzen kudeaketa eta sustapenez ere arduratzen da.

- 14 -

Maite Iturre izendatu dute Cederna Garalurreko lehendakari

Batzango EHBilduko zinegotzia den Maite Iturre izendatu zuten Cederna Garalur Elkarteko lehendakari berria, joan den hilaren 17an Lekunberriin egin zen batzarrean.

Maite Iturreren hautagaitza izan zen aurkeztu zen bakarra, eta saioan bildutakoen 32 kideetatik 26k eman zioten aldeko boza. Lizoain-Arriasoitiko alkate den Amaia Ekisoain izanen da lehendakari orde berria. Azpimarratzekoa da gainera lehengo emakumezko lehendakaria dela.



GRUPO TANATORIO
IRACHE
 TANATORIO TALDEA

948 19 70 70
www.tanatoriosirache.es

TANATORIOAK: ALTSASU-IRURTZUN-
 LEKUNBERRI-BETELU-LEITZA


urrutia
enea

etxeko hestekiak
LEKUNBERRI

OTXOTORENA
 okindegia

ARRIBE 

ADIII TLF BERRIA:
 948 51 30 32

GALBURU
 panaderia okindegia

RIOJA

Tel: 948 50 40 42 - 609 720 313
 Alde Zaharra, 50 - 21070 LEKUNBERRI (Nafarroa)

Irurtzongo Oinarrizko Gizarte Zerbitzuetako lehendakaritza berria izendatu dute



Joan den irailaren 16an osatu zen Irurtzongo Oinarrizko Gizarte Zerbitzuetako Mankomunitatea. Uharte Arakilgo alkate den Ainara Aiestaran izendatu zuten lehendakari eta Maialen Ruiz, Lekunberriko Udaleko Zinegotzia, lehendakariorde.

Larraun, Lekunberri, Betelu, Araitz, Imotz, Irurtzun, Arakil, Uharte Arakil, Irañeta, Arruazu eta Izak (Gulina, Aginaga, Cia, Atondok) osatzen dute mankomunitatea.

Datozen urteetako helburu nagusia biztanleen bizi-kalitatea hobetzea izango dute, berdintasunean eta justizia sozialean oinarritua.

Aukeratu .EUS domeinua

Euskal komunitate linguistikoa interneten ordezkatzen duen .EUS domeinua zabaltzeko kanpaina abiatu berri du PuntuEUS Fundazioak. Helburua gizartearen erroztzea da sarean geroz eta gehiago ikus dadin. Dagoeneko 4.000 domeinutik gora daude erregistratuta.

PuntuEUS Fundazioak oraindik domeinua eskuratu ez duten enpresak, establezimenduak, erakundeak edota kultur taldeak .EUSen aldeko apustua egitera animatzen ditu.

Erregistratzeko baldintza bakarra webguneko edukien zati bat euskaraz izatea da edota euskaraz izan ez arren, euskarari edo euskal kulturari buruzko edukiak izatea.

Urriaren 15era arteko kanpaina horretan lehiaketa batean parte hartzeko proposamena luzatu dute:

1- Aukeratu .eus izatea nahi duzun inguruko enpresa, denda, erakunde, elkarte edo talde bat eta atera argazkia bere izena edo marka azaltzen den edozein euskarriri.

2-Etiketatu #MarkatuPuntuEus

3-Igo Facebook, Twitter edo Instagramera.

4-Anima itzazu zure lagunak zure argazkia www.markatu.eus webgunean bozkatzera!

Animatu eta parte hartu! Samsung galaxy Tab4 bat edo as-teburu bat nekazal etxe batean irabazteko aukera izango duzu.



Euskaraz hobeki!

Euskaraz hobeki! Izena du Mendialdeko Euskara Zerbitzuak helduen euskalduntzea eta trebatzea bultzatzeko martxan jarri duen kanpainak. Topagunearekin batera grabatutako spot-eko protagonista bihurtu da Vega Botello lekunberriarra. Kamera ezutuaren bitartez erdaldun batek euskara erabiltzeko ahalegina egiterakoan inguruko euskaldun nahiz erdaldunak nola sentitzen diren ezagutu eta ezagutzera eman dute.

Spot-a sarean ikusgai: <https://youtu.be/1AdZIZp2aM>

ALIPROX
Lekunberri
janaridenda
hamabostaldi
eskaintza bereziak

Inigo Garaioa
MARGOLARIA

696 658 288
LEKUNBERRI

AURRERA
TABERNA
ARALAR, 15
948 60 47 24

TAXI
SOROA
609 168 217
Bederatzi plaza

SK
SUAKONTROL
LEKUNBERRI
Suaren kontrako plakak

Jai Zoriontsuak
opa dizkizuegu,
bibotz-bibotzez

Oztegin kalea 25,
Lekunberri
948 60 48 96 (Tel.)
948 60 45 16 (Faxa)
suakontrol@grena.es
www.grena.es

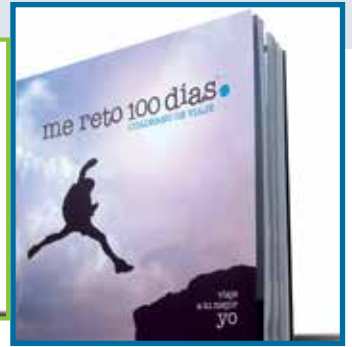
CARPINTERIA HNOS. AZPIROZ, S.L.
ZURGINTZA OROKORRA
INDUSTRIALDEA 15- LEKUNBERRI
Telefonoa eta Faxa: 948507343
carpinteria@carpinteriaazpiroz.com

OGI-BERRI ALTZA
Aralar kalea, 41
Lekunberri

OGI BERRI
OKIN ARTISAUAK 948604884

elkARRIZketa: Egoera fisikoa hobetuz

>> Txitxi Orbegozo eta Nere Sotil



“Helburuak argi baldin badauzkazu errazagoa da”

- 16 -



Txitxi Orbegozo eta Nere Sotil daude besteak beste, “Me reto 100 días” proiektuaren atzean lanean. 100 egunez, elikadura zainduz, kirola eginez eta batez ere hausnartuz egoera fisikoa hobetzea da egiten duten proposamena.

Zer erronka mota da proposatzen duzuen?

Txitxi: Erronka pertsonal bat da ehun egunetan norberak bere buruari egiten diona bizitzako hiru arlo garrantzitsu hauetan: nutrizioa, ariketa fisikoa eta gogoeta edo hausnarketa. Atal bakoitza lantzeko hiru liburuxka sortu ditugu. Elikadurari dagokionean, Nere arduratu da gida moduko bat egiteaz. Ez da dieta bat, ongi elikatzen ikasteko jarraibideak dira, janariarekin erlazio osasuntsu bat izaten ikasteko. Era berean, ariketa fisikoak lantzen dira, egunero 30-40 minutuko saio bat proposatzen dugu.

Eta gogoetarako atalean zer lantzen duzue?

Txitxi: Hausnarketarako liburuxkari "Cuaderno de viaje" deitzen dioguk. Barne hausnarketa bat egiteko da, nor naizen, bizitzan zer nahi dudan edo zein lehentasun dauzkadan galdetzen diogu, besteak beste, geure buruari. Gero ditugun ametsak zerrendatuz horietatik betetzea gustatuko litzaizkigukeen erronkak proposatzen dizkiogu. Eta horiek lortzeko eguneroan egin beharrekoen antolaketa egiten da. Agenda bihurtzen da. Azkenean egunero zerbait egiten zoazenez, gauza asko egitera iritsi zaitezke. Horrez gain, pertsona hobeak izateko norberak eman ditzakeen pauso txikiak proposatzen dizkio bere buruari. Adibidez, jatorragoa edo pertsona hobe izateko nik zer egin dezaket gaur? Agian egun batean norbaiti deitu eta zeinen jatorra den esatea da. Edo beste egun batean beldur bat gainetik kentzea eta behin ere egitera ausartzen ez zaren gauza bat egitea.

Egunaren amaieran egin behar horien balorazioa egiten da...

Nere: Hori da! Gero egunero norberak bere burua baloratu behar du eta gezurra badirudi ere, baloratu behar horrek gehiago inplikatzeko laguntzen du.

Eta erronka honen ideia nondik sortu duzue?

Txitxi: Behar pertsonal batengatik. Nire bizitzan kirol asko egindakoa naiz ni, niretzat kirola afizioa, ofizioa, lagun artea... dena izan da. Hogei urte eman nituen kirol mota askotako monitore bezala. Gero seme-alabak izan eta margotzen hasi nintzenez,



Egunero 30-40 minutuko ariketa fisikoen saioa biltzen du besteak beste 100 eguneko erronka honek.

“Emaitzak ikusi egiten dira ia pertsonen %100ean”

gorputzak jada ez zidan kirola egitea eskatzen. Hamabost urte eman ditut horrela eta garai batean egindakoei esker nahiko ongi mantendu naiz. Baina azkeneko bost urteotan jada okerrera nindoala nabaritzen hasia nintzen, joan den udan neure buruari erronka bat jarri nion arte. 100 egunetan izugarritzko aldaketa egin nuen eta konturatu nintzen niretzat ez ezik beste askorentzat ere baliagarria izan zitekeela. Lehenengo talde bat osatu eta kristoren arrakasta izan zuela ikusita Nere Sotili (Nutrizionista), Eider Epelde (diseinu grafikoa) eta Maider Mendizabali (pilotaria) proiektuan parte hartzeko proposamena egin nien eta hiru liburu hauek kaleratu genituen udaberrian. Pixkanaka lantaldea handitzen goaz eta dagoeneko hirugarren erronka egiten ari gara.

Eta nola hasi zinen proiektua ezagutzera ematen Txitxi?

Txitxi: Lagunak eta ezagunak gonbidatuz. Baina ez zitzaidan zaila egin, nigan ikusi baitzuten adibiderik argiena, aldaketa handia eman bainuen denbora gutxian. Nerek berak ere izugarritzko aldaketa egin du. Bera oso

argal zegoen, ongi jan arren ariketa fisikoa behar bezala ez egiteagatik kontsumituta zegoen eta bere kasuan hori zuzenduz kilo batzuk hartu ditu. Bada jendea erronkarekin 20 kilo galdu dituen eta beste batzuk lau kilo hartu dituztenak, behar zituztelako.

Erronka zertan datza zehazki?

Nere: 100 egun horietan hiru liburuxkak lantzen dira egunero. Norberak bere kabuz egin dezake edo aurrez aurre. Hau da, egunero monitore batek gimnasiako klaseak ematen dizkizu eta asteburuetan zure kabuz etxean ariketak egiten saiatu behar duzu. Gure helburua, 101. egunean jendeak ongi jatea eta kirola egitea da. Norberak bere kabuz egiteko hiru liburuak erosi eta horiek jarraituz etxean egiten duzu. Egia da ahalegin bat eskatzen duela, baina emaitzak ikusi egiten dira.

Non zabiltzate lanean momentu honetan?

Nere: Orain arte gehien bat Gipuzkoa aldean ibili gara. Oraingoan, Donostian, Zumaiian, Idiazabalena, Alegin eta Iruñian ditugu taldeak. Eta orain Nafarroan gehiago zabiltzate gustatuko litzaizkiguke. Momentu honetan bedertzitzi pertsona gabiltza proiektu honen atzean lanean.

Eta ariketa fisiko horiek edonork egin ditzazke?

Nere: Bai, norberak bere ahalmenen neurrian.

elkARRIZketa:

“Hausnarketan koadernoan ongi egiten duenak jarraitu egiten du”

Txitxi: Ariketa fisiko mota hori hiru ezaugarritan oinarritzen da: intentsitate handikoa, muskuluen konfusioa eta luzaketa dinamikoak. Muskuluei egunero modu ezberdin batean edo ariketa ezberdin bat eginarazten zaie, edo ariketa berdina eginez gero errutinari erori gabe, bestela azkenean gorputza ohitu egiten da. Eta bestalde, ez ditugu ohiko luzaketak egiten, alderantziz, gorputza tentsioan eta ariketa egiten ari den bitartean egiten ditugu luzaketak.

Aurrez aurreko erronka horietan ariketa fisikoak taldean egiten dira ?

Nere: Bai. Guztira hiru hilabete eta hamar egun dira. Lehenengo hilabetean 30 minutuko saioak egiten dira. Bigarrenetan 35 minutukoak eta hirugarrenean 40 minutu. Dena den atalik garrantzitsuena “El cuaderno de viaje” deitzen diogun hori da. Zure helburuak zeintzuk diren argi baldin badauzkazu gainontzekoa errazagoa delako.



Txitxi: Ez da taldeko terapia bat guk hausnarketa pertsonal horiei buruz ez diegu ezer galdetzen inoiz. Hori pertsonala da, baina azken batean denok sinkronia berean gaude murgilduta eta horregatik taldean sortzen den giroa oso polita da. Magikoa ematen du. 100 egunetan bakarrik jendea



aldatu egiten da. Argaltzeaz gainera, forman jartzearekin tentetu egiten dira, aktibatu eta beste energia bat izaten dute.

Baina bestelako aldaketak ere sumatu dituzue...

Txitxi: Bai, bada jendea ikasten hasi

“Ez da dieta bat, ongi jaten ikasteko jarraibideak dira”

dena, lau pertsona hasi dira unibertsitatean. Gogoetak egin ondoren, badira urte luzez pausua ematera ausartu ez eta orain banandu egin direnak, bikotea aurkitu dutenak, lanbidez aldatu dutenak, langabezia egon eta euren enpresa sortu dutenak...

Nere: Jende gaztearentzako ere lagungarria da, ikasketak bukatu ondoren bizitza norantz gidatu argitzeko. Baita 40-50 urte bitarteko emakumeentzat ere, orain arte etxeaz, lanaz eta seme-alabetaz arduratu direnak eta behin seme-alabak handitu direnean, zer egingo dut orain? Zeintzuk dira nire zaletasunak?...

Erronka horretan erabat sinesten duzue orduan...

Nere: Bai. Emaitzak ikusi egiten direlako ia %100an.

Txitxi: Horrenbeste sinesten dugu programa honetan, erronka presentziala egiten duenari, 25. egunean

gustatzen ez bazaio dirua bueltatu egiten diogula, eta ikasitakoa ikasita. Ez dugu gustora ez dabilen inor nahi. Eta orain arte behintzat jendeak ez dio utzi. Magikoa ematen du baina, magia buruan dago. Auto-laguntzako bestelako liburuekin alderatuz gero, konturatzen dira hau ez dela liburu hutsa, gurea koaderno bat da, non galderei erantzun egin behar zaien idatziz, eta erantzun behar horrek hausnarketa sakonagoa eginarazten dizu. Ez baldin badakizu zergatik eta zertarako egiten ari zaren halako esfortzua, azkenean aspertu eta egiteari utzi egingo diozu.

Nere: Eta hasieran gogorra da e! Norberak bere gauzak idaztea gogorra da, baina zuretzako denez eta inori erakutsi beharrik ez diozunez...

Nere zure egitekoa zein da erronka honen barruan?

Nere: Nik lehenengo egunean, 30.enean, 60.enean eta 100.enean kontsulta pasatzen diet, neurtu, pisatu, argazkiak atera, jarraipena egin eta dituzten zalantza eta zailtasunekin laguntzeko. Gainera, tarteka elikadurari buruzko artikulua ere bidaltzen dizkiet, adibidez gosaria zergatik den horren garrantzitsua edo otorduak nola egin, errezetak etab.

Elikadurari dagokionez zer eredu jarraitzen duzu?

Nere: Hain justu dietarik ez jartzea, baizik eta jaten erakusteko jarraibide batzuk ematea. Gomendioak ematen ditut, elikagai ezberdinen inguruan. Nik kantitateak ez ditut zehazten, ni-

retzat garrantzitsuena noiz, nola eta zer jan jakitea da. Kopurua norberari gorputzak eskatzen dionaren arabera izaten da eta elikagaiak pisatzen ibiltzea erokeria da.

Txitxi: Jaten argaldu beharra dago, ez jan gabe!

Eta erronka bukatu ondoren jendeak jarraitzen al du?

Txitxi: Gehienek bai. Batez ere hausnarketen koaderno ongi egin duenak eta asteburuetan etxean bere kabuz kirola egin duenak jarraitu egiten du. Gure ustez forman egoteko ez da gimnasio bateko bazkide izan beharrik edo dirutza ordaindu beharrik. Etxean ditugun lau metro karratuak eta adibidez garbigailurako xaboi botila batzuk aski dira. Kontua da beste gauza bat saldu digutela. Erronka hau azken finean, "terapia de choque" moduko bat da, baina horrek jarraitpen bat izan dezala nahi dugu.

Prezio aldetik ze suposatzen du erronka hau egiteak?

Nere: Hiru liburuak bere aldetik erosten dituenarentzat 80 euro eta aurrez aurreko erronka egiten duenarentzat 50, gehi bost euro egun bakoitzeko. Guztira 500 euro dira, normalean hiru zatitan ordaintzen direnak. Garestia dela dirudi baina egunero ia ordubete saioa, gehi lau saio nutrizionistarekin, gehi liburuak...

Txitxi: Bada bost txandatan ordaindu duenik ere. Ez duguna nahi da inor erronka egin gabe gelditzea diruagatik. Adibidez pertsona batek beste bost lagun erronka egitera ekartzen baditu erdia baino ez zaio kobratzen eta hamar lagun ekartzen dituenarentzako doan. Dagoeneko bi pertsonak egin dute dohainik eta hiruk erdia ordainduz. Liburuxkekin ere antzeko

Etkez etxeko kontsultak



Nere Sotil Giza Nutrizioan eta Dietetikan graduatua da eta "Me reto 100 días" proiektuan buru belarri lanean dabilen arren bestelako kontsultak ere eskaintzen ditu. Nere: "Dieta zehatzak jartzea baino interesgarriagoa eta eraginkorragoa iruditzen zait kasuan kasu gertutik lan egitea. Argaldu, loditu edo besterik gabe ongi elikatu nahi duen horrekin eroksetak egitera joan eta erakutsi, etxean nola moldatu, sukaldean irakatsi, planifikatzen..."

Kontsultarako: neresotil@gmail.com edo 608 321 905.

zerbait egiten dugu. Webgunean, liburuak erosterako momentuan noren gomendioz erosi dituzun zehazteko aukera dago eta bost pertsonak lagun beraren gomendioz erosiz gero beste pack bat oparitzen diogu.

Zuen asmoa eskualdean talderen bat sortzea da...

Nere: Bai. Orain egiten gabiltzan erronka abenduaren 23an amaituko da eta hurrengo otsailaren 15ean hasiko da. Ordurako Lekunberrin bil-

tzeko talde bat sortu nahi genuke eskualdeko jendearekin eta Leitzaldeko nahiz Irurtzun aldekoekin. Talde bat sortzeko puntu interesgarria dela iruditzen zaigu. —

Liburuxkak webgunean eskuragarri!!

Informazio gehiago:

www.mereto100dias.com

info@mereto100dias.com

696 395 211 Maider.

669 69 43 21 Arantxa.



Lagunasesoria S.L.

**Fiskala
Laborala
Kontabilitatea
Seguruak...**

k/ Artzanegi, 2 Behea 31870 Lekunberri (Nafarroa) tel/fax 948 504 232
lagunasesoria@terra.es

SAN MIGUEL
gasolindegia



Xabier Garmendia 629 350 099
Arribe-Atallu

German Lasarte



ARBEONDO
HARATEGIA

Aralar kalea 9
Lekunberri
948504157

OKM

ABOKATUAK

Eukeni Celaya Zubieta · Mikel Iraola Sarasua

Arretxea, 1º, Alii. Tfnoa: 609 130 555



Plaza bakoitzak bere festa

Bospasei urteren ondoren herriko festak berreskuratu dituzte aurten alliarrek. Lekunberriko Pila-rearen Jaiak eta Gaintza eta Aldazko Sanmartinak baino ez dira gelditzen aurtengo jaien denboraldia agurtzeko. Irailean Alli, Etxarri, Intza, Arruitz, Uitzi eta Baraibarren ospatu zituzten. Horra hor bildutako zenbait irudi.



Alliko festak berriz bueltan izateak haur zein heldu poztu zituen.



Primerako arratsaldea pasa zuten txikienek zirkuko ariketak egiten Arruitzen.



Intzan dantza, musika eta jokuak izan ziren nagusi festetan.
ARG: Oihana Goikoetxea.



Uitziarrak araitarren kontra aritu ziren Uitzin.



Baraibarren herritarren arteko herri-kirolak izan ziren. ARG: Patxi Galarza.

Nafar sagardoa dastatzen

Hamaikagarren urtez Lekunberriko Udalak eta Nafarroako Sagardo Ekoizleen Elkarteak Plazaola Partzuergo Turistikoaren laguntzarekin Nafarroako Sagardo Eguna antolatu zuen joan den hilean Lekunberrin. Sagar mota ezberdinen erakusketaz gain Elkarteko kide diren zenbait sagardogilek uzta berriarekin egindako sagardoa dastatzeko eskaini zuten. Bertan izan ziren: Larraldea (Lekaroz), Toki Alai (Lekunberri), Martitxonea (Aldatz) eta Behetxeneko borda (Beruete). Ohiturari jarraituz Baztango kirikoketalariek sagarretik zukua ateratzeko "Kirikoketa" saioa eskaini zuten.



Euskara ardatz

Euskararen sustapenarekin lotutako ekitaldiz beteta dator urria. Irailaren 28tik urriaren 8ra bitarte Arnasguneen erakusketa izanen da Lekunberriko kiroldegian. Erakusketa honekin UEMAREN helburua bere mezua herritarrengan zabaltzea da. EAEko Udalerri euskaldunen bilakaera soziolinguistikoa eta ezaugarri sozioekonomikoak aztertzen dituen bi ikerketetan oinarritzen da batez ere. Baina tartea egiten dio ere euskararen arnasmuneei, kultur ereduaren bilakaerari ere.

Bestalde, aurtan, Arnasguneen bi tailer ere izanen dira Lekunberriko Plazaolan, urriaren 2an eta urriaren 16an arratsaldeko bostetan. Hilaren 23an berriz, Ibarberri eskolaren ondoan Euskaraz Bizi Nahi dut lasterketak eta zumba saioa izanen da arratsaldeko 17:00etan.





Zoriondu itzazu zure lagunak edo senitartekoak
Mailope aldikariaren bitartez!

KuxKuxean

ZORIONAK JONE!!!

Urriak 23

*Atalluko familiaren partetik
muxu haundi bat!*



Zorionak Joxerra!!!

Irailak 15

*Egun ona pasa, cava freskoa euki
edatea joango gaituk eta!
Segi beti bezela jendea alaitzen.*



Zorionak Amparo!

Urriak 22, 100 urte!!!!!!!

*Oso ondo pasa zure urtebetetze
eguna.*

Zorionak zure familiaren partez.



Aiara Arraztio Estanga

Zorionak Aiara!!

*Urriaren 27an 2 urte beteko dituzu.
Muxu haundi bat etxekoan partez.*

Mailope aldikaria zorion agurrak jasotzeko irrikan dago!
Idatziezaguzu mailope@labrit.net e-postara hilaren 20a baino lehen.

asegurogintza



aseguru
aholkulariak

**Zure ondarea
eta segurtasuna
babesteko modu
bakarra behar bezela
aseguratua egotea da**

Telefona: 943652220. asegurogintza@aseguroak.net
Lizardi Olerkaria 1, 20400 Tolosa

**CONSTRUCCIONES
GAÑARBE ERAIKUNTZAK S.L.**



**Etxebizitzan eraikuntza
eta erreabilitazioa**

948 504 351 - 616 457 540
construccionesganarbe@gmail.com

Oztegin kalea 2, Lekunberri

Sorabile, mugimenduz eta energiaz betetako baserria

Patricia Laclaustra



Urtebete darama Patricia Laclaustrak Intzako Sorabile baserrian bizitzen. Dantzarekin loturiko ikastaroak emateaz arduratzen da bertan eta dagoeneko ikasturte berrirako eskaintza zabaldu dute.

Juanjo Elola tolosarrak 2005ean erosi eta eraberritu zuen Sorabile. 2000. urtean alde egin zuten handik aurreko bizilagunek, baina ur-lastera ere jartzekoa omen zegoen oraindik. Juanjo *“Bartzelonan bost urtez bizi izan nintzen eta geroztik argi nuen naturaz inguraturiko herri txiki batean bizi nahi nuela. Nire bi eremu gustokoenak Baztan eta Araitz ziren eta azkenean hemen aurkitu nuen baserria”*.

Hasieratik nahiko argi izan zuen etxea konpartitzeko izango zela. Ordurako Tai Chi irakasle lanetan zebilen Gipuzkoa aldean. Horregatik Sorabile baserria bertitu zuenean bertan Tai Chi klaseak emateko ideiarekin egin zuen. Eta hala hasi zen hasieran Juanjok bere ikastaroak baino ez zituen eskaintzen baserrian, baina pixkanaka jendea berria ezagutzen joan zen eta bestelako disziplinatako irakasle eta ikasleak etortzen hasi ziren Intzara: Clown ikastarora, dantza ikastarora... Geroztik ikastaro mota hauen eskaintza izugarri zabaldu da eta hasieran baino ikasle talde txikiagoak biltzen dira orain. Juanjo: *“Hasieran ikastaro batean 30 ikasle baino gehiago biltzen ziren eta hori gaur egun zaila da eskaintza izugarri handitu delako. Dena den ni izugarri asebate nau bestelako ikastaroak ematen dituzten irakasleei Sorabileko ateak ireki izanak, batez ere eurekin konektatu dudalako. Eta proiektu hau pixkanaka handitzen joan da, baina izan dira onartu ez ditudan proposamenak ere”*.

Juanjok bost urte daramatza bere ikastaroen truke borondatea kobratzen edo eskatzen. Duela urte batzuk Alacanten Tai Chi ikastaroak ematen zebilela apez bat ezagutu zuen lagun batzuekin herri bat okupatu eta ikastaroak eta tailerrak emateko espazioak eskaintzen zituztenak borondatearen truke. Jaten ematen zuten eta lo egiteko tokia ere eskaintzen zuten. 40 urte zeramatza horrela lan eginez. Juanjori oso interesgarria irudi-

tu zitzaion ordura arte ezezaguna zuen eredu ekonomiko hura. Juanjo: *“Ikastaroekin lortu dut borondatearen truke lan egitea, baina ikasleak hemen lotan eta jaten gelditzen direnean ezinezkoa egin zait gastuei modu horretan aurre egitea. Taldeak handiak direnean bideragarria izan daiteke, baina txikiak direnean, beti dago taldean gabeziak dituen jendea eta behintzat egonaldi hori kobratu egiten du gastua izan ez dadin niretzat, batez ere janariarena. Gainera, hori horrela egitea bideragarria da niretzat astez kanpoan lan egiten dudalako, bestela ezinezkoa litzateke, ez dagoelako horrenbesteko eskaririk”*.

Patricia Laclaustra Juanjoren bikotea da eta berak ere Sorabilerean azken urteotako ibilbidea ongi ezagutzen du.

Urtebete daramazu Sorabilen bizitzen Patricia...

Bai, ni Zaragozako naiz. Miren Saralegik emandako ikastaro baten bitartez ezagutu nuen leku hau, dantza integrala eta Chikun ikastaro bat zen. Ni berarekin formakuntza egiten nengibilen Zaragozan eta urtero formakuntzako ikasleekin hemen egonaldi berezia antolatu ohi dute. Horrela izan zen nire lehenengo kontaktua bailararekin. Gero Mendukilon antolatutako bisita antzeztu batzuetan ere parte hartu nuen. Hemen Juanjo ezagutu eta orain hemen bizi naiz. Urtebete daramat hemen.

Eta Mirenekin ikastaroa egin aurretik halako beste ikastarorik egin al zenuen?

Bai. Ni kontserbatorioko irakaslea naiz, pianoko goi mailako irakaslea. Kontua hamazazpi urte nituenetik neramala klaseak ematen eta duela hamar urte nire bizitzari buruz hausnartzen hasi nintzen, zerbait gehiago egiteko gogoia nuen. Urte askoan yoga egiten ibilia nintzen eta musika eta gorputzarekin erlazionatutako

zerbait egitea interesgarria iruditzen zitzaidan. Lehendabizi Dantza antzerkia ikastaro bat egin nuen ea horrela dantzarekin kontaktua izaten hasi nintzen, baina ez ohiko dantzarekin, baizik eta inprobisazioan eta gorputzarekiko errespetuan oinarritutako dantzan. Gero Miren eta Belenekin hasi nintzen dantza integralaren ikastaroa egiten, contact ikastaroa ere egin nuen etab. Niri horrek guztiak ordura arte ezagutzen ez nuen mudu zabal bat ireki zidan eta ikasitakoa nire eguneroko lanean aplikatzen hasi nintzen pixkanaka.

Noiz hasi zinen zure kabuz ikastaroak eskaintzen?

Duela hiru urte hasi nintzen gorputza eta musikaren arteko loturatik sortzen diren efektu terapeutikoak ezagutzen eta aplikatzen. Ia bitzta osoa daramat haurrekin lan egiten, baina helduekin lan egiteko aukera ere sortu zen. Jakan eman nuen helduei zuzendutako lehen ikastaroa.

Eta ze alde dago haurrekin lan egitekin helduekin lan egitera?

Helduekin gorputzaren kontzientzia lantzen dut batez ere, dantza sortzailearekin zerikusia duena. Baina guztiz ezberdina da, haurrekin lan egiteak energia handia eskatzen du eta era berean helduekin lan egiteak ere izugarri asebetetzen nau.

Baina helduei gehiago kostako zaie animatzea ezta?

Bai, baina hor dago gakoa hain zuzen ere. Guk zuzendu egin behar dugu parte hartzen ari den hori ongi sentitu dadin eta ariketak garatzen dituzun bitartean eroso senti dadin. Askotan badira lehenengo egunean oso gutxi mugitzen direnak, baina berdin dio,

“Haurrekin helburu nagusia musika, ahotsa eta dantzaren bidez gozatzea da”

garrantzitsuena aske sentitzea da, nahi duenean parte hartzeko eta nahi duenean gelditzeko. Baina azaltzen zaie ere garrantzitsua dela erosotasun egoera horretatik ateratzea. Horregatik saioak prestatzeak ere lan handia eskatzen du.

Hemen, Sorabilen, noiz eman zenuen zure lehen ikastaroa?

Hemen joan den otsailean hasi nintzen haurrei zuzendutako ikastaroarekin, dantza, musika eta kreatibitatea. Iaz astean behineko ikastaroa egin genuen otsailetik ekainera bitarte, eskualdeko hamar neska-mutikok parte hartu zuten eta oso gustora. Baina aurrean hila-beteen behin egingo dugu.

Eta ikastaro horretan zer lantzen du-

zue?

Jolasen bidez gorputz egitura, kreatibitatea, sentsibiltatea, afektibitatea etab. lantzen ditugu. Baina batez ere helburua musikarekin eta ahotsarekin dantzatzuz gozatzea da. Musika komunikatzeko tresna bat dela ulertarazten saiatzen naiz eta ahotsaren bidez emozio ezberdinak transmititu daitezkeela.

Eta zein adin tartekoak dira ikasleak?

Iaz lehenengo urtea izan zenez bost eta hamar urte bitarteko taldea osatu genuen, baina aurrean bi taldetan zatituko ditut. Larunbatetan bilduko gara, bost eta zazpi urte bitartekoekin 11:30etik 13:00etara. Eta zazpi urtetik gorakoekin 10:00etatik 11:30era.

Urrian ere beste zenbait ikastaroekin hasiko duzue ikasturtea...

Bai, urriaren 9, 10 eta 11an Meditazioa eta idazketa sortzailearen ikastaroa eskainiko dugu. Hori Juanjok zuzenduko du, ametsen bitartez meditazioa eta



Egun Patriciaik dituen ezagutza terapeutikoak bere pianoko ikasleekin erabiltzen ditu.



Salmenta publiko zuzena prezio ezin hobean
Ordutegia, 9:00etatik 13:00etara eta
14:30etatik 17:00etara



BACALAO ELKANO S.L.

Industrialdea, 11
31870 Lekunberri - Nafarroa
Tel.- 948507319 Fax.- 948604792
bacalaoselkano@jet.es
www.bacalaoselkano.com



Ze perfileko pertsonak parte hartzen dute?

Batzuk lasaitasunaren eta atsedenaren bila etortzen dira. Azken batean espazio terapeutiko bat sortzen da non ongizatea eta errespetua lantzen ditugun. Badira inguruaz gozatzerako eta bide batez dantza edo dena delakoa egitera etortzen direnak. Tai Chi eta Chi Kung ikastaroetan 30-35 urtetik gorakoak izaten dira gehienak, clown eta dantza ikastaroetan gazteagoak ere. Gehiago izaten dira emakumezkoak gizonezkoak baino eta izugarri nabaritzen da gizonezkoak etortzen direnean, taldea orekatuta dagoenean zoragarria izaten da.

Lanbide guztietako jendea etortzen den arren, normalean denbora libre dute izaten dira, euren eguneroko lanean gorputza lantzen ez dutenak. Zaila izaten da igeltsero bat etortzea adibidez, nahiz eta noizean behin izaten den baten bat.

Bestalde, askotan nolabaiteko krisia izan duten pertsonak dira, osasun arazoaren bat izan dutenak edo krisi emozional bat jasan dutenak.

Eta leku honek zer eskaintzen dizue ikastaroak emateko?

Dena, niretzat oso aberasgarria da. Jende asko eraberriturik joaten da hermetikoki. Lekuak berak ikaragarri asetzen ditu. Zenbait jarduerak kanpoan egiten ditugu eta naturarekin lan egiteko aukera izaten dugu. —

“Espazio terapeutiko bat sortzen da, non ongizatea eta errespetua lantzen dugun”

petatuz, eta gorputza osotasunean landuz, emozioak eta adimena lantzeko bide ezberdinak daude, dantza integrala, dantza terapia, Río Abierto... Eredu ezberdinak dira, baina nire ustez esentzia berdina da. Dantza libre izena duen disziplina bat dago dantza librearekin zerikusirik ez duena, ez delako askea, gorputzaren askatasunetik datozen mugimendu mota batzuk landu arren, ez dutelako modu askean dantzatzen.



idazketa landuko dira. Eta hilaren 24tik 25erako asteburuan hila-beteroko Tai Chi – Chi Kung ikastaroa eskainiko du. Horrez gain, ikasturte honetan Jam Session ikastaroren bat ere eskaintzea gustatuko litzaidake. Hilduen ikastaro bat da, non proposamenak egin eta horietan oinarrituz eta inprobisatuz dantzatu, musika tresnak jo edo besterik gabe behatu egiten duten. Bestalde “Danza, Camina, Medita” ikastaroan Juanjok Chi Kung-a lantzen du eta nik aldiz mugimendu kontzientea. Eta programazio neuloringuistikoaren ikastaroa ere eskaintzea aurreikusten dugu Aste Santuetan.

Haurren ikastaroko amekin ere antzezlan bat prestatu zenuten orain gutxi...

Bai, Intzako Antzerki Festibalirako performance bat prestatu genuen. Animatuz gero baliteke emakumezkoen talde bat osatzea.

Eta eskualdeko jendea animazen al da helduen ikastaroetan parte hartzerako?

Batzuk bai, baina gutxi, gehienak kanpotik etortzen dira, Gipuzkoatik, Iruñetik, Zaragozatik... Azkeneko ikastaroan Suitzako pertsona bat eta Mallorkako beste bat etorri ziren.

Zein ezberdintasun dago dantza integralaren eta dantza librearen artean?

Antzekoa da nire ustez. Gorputza erres-

BIDEGOXO JATETXEA

Jaunartzeak
Ezkontzak
Ospakizunak
Enpresa ekitaldiak

Usabal Kiroldegia
20400-TOLOSA 943 577 576
info@bidegoxo.com

Industrialgunea
Lekunberri 9 - 31870
LEKUNBERRI

Cyclos IREBER

BIZIKLETA DENDA ETA TAILERRA

Iñigo - 637 781 789
cyclosireber@yahoo.es - www.facebook.com/cyclosireber

Xabier Satrustegi garaile Plazaolako IX. Maratoi Erdian

San Migeltxotik goizeko hamarretan irten ziren joan den hila-
ren 20an Plazaolako Maratoi Erdian parte hartu zuten korrika-
lariak. Guztira 139 parte hartzaile sailkatu ziren. Aurtengoan
antolatzaileek ibilbide berria prestatu zuten, egun horretan
bertan Leitzan Talo Eguna ospatzen zela aprobetxatuz proba
San Migeltxon hasi eta Leitzako plazan jarri zuten helmuga.

Xabier Satrustegi beteluarrak ordubete, hamabost minutu
eta sei segundoko denborarekin irabazi zuen lasterketa, atzetik
helmugaratu ziren Jon Iturralde andoaindarra 53 segunduko
aldearekin eta Iban Bengoetxea leitzarra minutu bat eta hiru
segundu beranduago.

Emakumezkoetan berriz, Iruñeko Miriam Malón izan zen
azkarrena (1:33:25) eta alde txikiarekin iritsi ziren Amaia Iza
(1:34:20) eta Arantxa Pérez (1:35:28). Bestalde, nabarmen-
tzekoa da Maddi Sotil beteluarrak bosgarren sailkatzea lortu
zuela (1:36:58).

Horra hor eskualdeko lasterkarien sailkapena.

Denbora	Izena	Abizenak	Herria
01:15:06	Xabier	Satrustegi Garzia	Betelu
01:23:25	Isaac	Alvarez Carpintero	Lekunberri
01:24:00	Juan Mari	Irastorza Garaño	Lekunberri
01:34:14	Angel	Soroa Onsalo	Lekunberri
01:36:58	Maddi	Sotil Buldain	Betelu
01:41:18	Kiko	Eskamendi Iriarte	Betelu
01:41:56	Unai	Ijurko Saralegi	Larraun
01:56:51	Xabier	Zamargilea Okiñena	Lekunberri



Beti Kozkorreko taldeen aurkezpena

Joan den hilean Beti Kozkor Kirol Elkarteak 2015-2016 den-
boraldiko taldeen aurkezpena egin zuen Lekunberriko futbol
zelaian. Talde bakoitzeko jokalarien zerrendak aurkeztu eta
taldeko argazkiak atera zituzten. ARG.: J. A. Garaikoetxea.

Lagundu
Mailope!

Mailopeko bazkidea
izan nahi duzu?
mailope@labrit.net



GARAIZ Zure behar eta ordutegira moldatuko gara

Mate erdi eta goi zikloetarako prestaketa

Fisika inglesa
lengua kimika

948 504 450
648253522

maiztasunak marrazketa teknikoak
euskerara historia
unibertsitate mailako ikasgaiak

ETORRI ETA
INFORMAZI-
ONERAKO

“Lau lantoki izatea lagungarria egiten ari zait bertakotzeko”

Irailaz geroztik euskara teknikari berria dugu eskualdean, Alfredo Dufur. Otsailetik abuztura bitarte Ione Gorostazu aritu zen eta orain Lizarrako teknikari honek hartu dio erreleboa.

Beti euskara teknikari lanetan ibili izan zara Alfredo?

Ez, ez, denetarik egin dut. Hemezortzi urte bete nituen arte Lizarran ikasi nuen, dena euskaraz. Gero Donostian ingeniari informatikoa ikasi nuen eta ikasketak amaitutakoan lagun batek euskaltegian irakasle hastera animatu ninduen. Betidanik izan naiz euskaltzalea, hala transmititu zidatelako etxean. Hiru urte eman nituen euskaltegian irakasle eta oso gustora ibili nintzen. Ondoren, Hizkuntza Plangintza gradu-ondokoa ikasi nuen eta euskara teknikari lan poltsan sartu nintzen. Azken urte hauetan Mintzakide egitasmoa dinamizatzen ibili naiz Lizarraldean eta Izarbeibarren. Baina euskara teknikari bezala nire lehen esperientzia Sakanan izan zen.

Ze itxura hartu diozu gure eskualdeari?

Egia esan, ezberdintasuna sumatu dut Sakanarekin alderatuta. Hura mankomunitate zabalagoa da baina Lakuntzan dago kokatua eta ni kanpokoa izanik batzuetan urrun sentitzen nintzen nire lan eremukoak ziren zenbait herrietatik. Hemen aldiz kontrakoa gertatzen ari zait. Lau udalentzako egiten dut lan eta lau udaletxeetan egon beharra daukat, hau da, astean zehar lau bulego ezberdin daukat. Niri hemen egokitzea errazagoa egin zait. Bestalde, egia da horretarako neuk ere baldintzak jarri ditudala. Sakanan nengoenan joan etorrian ibiltzen nintzen eta bien bitartean Lizarran mintzakideren lanarekin ere jarraitzen nuen. Orain aldiz, ez



dut horrekin jarraitzen eta Lekunberri-
ra etorri naiz bizitzera eta hori dela eta
hemen txertatzea ere errazagoa egiten
ari zait.

Zertan da Araitz eta Beteluko euskara batzordea?

Bertako euskara batzordea desegin zen arren, nolabaiteko kontsulta-gune bat mantentzeko nahia adierazi zuten ki-deek eta behintzat Betelu eta Araizko euskara zinegotziak eta euskara teknikaria baliatzea kontsulta horietarako. Ea jende berria animatu eta batzordea berrabiaraztea lortzen dugun.

Mintzakide ere urrian jarriko du martxan euskaltegiak. Zer moduzko harrera du egitasmo horrek gainontzeko eremuetan?

5.000 lagunetik gora dabilta Mintzakiden parte hartzen Euskal Herrian, baina batez ere hegoaldean. Eta hori jende asko da. Adibidez Iruñean indar handia du, han 600-700 lagun inguru ibiltzen dira. Lizarraldearen kasua da batez ere nik ezagutzen dudana eta han euskara ikasleak izaten ziren motibaturik agertzen zirenak parte hartzeko, baina nik uste gazte asko daudela ikastolatik atera ondoren, nahiz eta euskaraz komunikatzeko gai izan, euskara erdoilduta dutenak eta horiek botatzen nituen batez ere faltan.



Iaz Araitzen egin zen Arnasguneen tailerra eta aurten berriz Larraunen eginen da.

Beraz, euskaraz orain gutxi ikasten hasi den jendearentzat ez ezik, beste askorentzat ere baliagarria da...

Noski! Batez ere elkargune bat da. Eskualde honetan, jende gehiena euskaldun osoa da, euskaraz ongi komunikatzen dena. Baina euskaldun oso horientzat ere nik uste dut oso aberagarria dela. Euskara ikasten ari diren horiek jasoko dute hizkuntza eredu bat eta baliteke euskaldun osoa den horrek pentsatzea trukean ez duela deus jasoko, baina hori ez da horrela. Azken batean zure hizkuntza jartzen duzu balorean eta besteak ahalegin hori egiten duela ikusteak asebate egiten dizu, laguntzen ari zarela ikusten duzulako.

Agian irakatsi behar horrek ikara ematen digu?

Baina horretarako euskaltegia dago, irakasteko. Euskaldun osoaren papelean dagoen horrek ez du gramatika aditua izan beharrik, ez dio azalpenik eman beharrik. Besterik gabe, kafea nola eskatzen duen, azkeneko pelikulari buruzko iritzia nola ematen duzun edo eguneroko aisialdian gauza bat nola esango lukeen erakutsi behar dio. Hain zuzen ere Mintzakide asmo horrekin sortu zen, eremu akademikotik ateratzeko eta euskararekin jariotasuna eta erosotasuna lortzeko.

Astean zehar lau bulego ezberdinetan ibili behar izaten duzu bueltaka. Kosta egiten da?

Ez. Niri gustatzen zait. Horrek nolabait hasieratik behartu nau langile gehienak ezagutzera edo behintzat agurtzera eta integartzeko errazagoa da. Gero agian denborarekin dena ongi kontrolaturik eta harreman guztiak eginak ditudanean, gerta liteke oso eraginkorra ez iruditzea, bueltaka denbora galdu egiten delako baina hasieran behintzat oso eraginkorra da.

Ikasturte berri honetarako ze egitasmo aurreikusten dituzue?

Aurreko ikasturteko proiektuekin jarraitzea da asmoa: Larunblai, Mintzakide... Bestetik, aurtan Mailoperen 25.



urteurrena dela eta hainbat jarduera antolatzen ere bagabiltza. Horrez gain jarduera zehatz batzuk ere martxan jarri ditugu, adibidez, Arnasguneen tailerra eginen da Larraunen, bi saio izanen dira eta lekunberriarrak ere gonbidatuta daude bertan parte hartzera. Eta bestetik, Euskaraz bizi nahi dut lasterketa eta zumba saio bat ere antolatu ditugu.

Proiektu horiek aurrera eramateaz gain zein izaten da euskara teknikarien lana? Itzulpen lanak ere egiten dituzue...

Bai itzulpen lanek ere badute bere bidea, eta dagoeneko jaso ditut hainbat itzulpen eta momentuz egunean nago. Administrazio partehartzaileek eskatatako dokumentuen itzulpenak berehalakoan erantzun behar izaten ditut, eta horien atzetik jendaurrera begirako dokumentuak daude lehenetsita, eta hortik aurrera nik ahal dudanean neurrian erantzuten ditut. Bestetik, normalizazio plangintza ere hor daude eta jarraipen bat egin behar da udaletan eta eragin, adibidez dokumentuak euskaraz ere egon daitezela ziurtatzeko edo herritarrek aukera izan dezaten euskarazko zerbitzua jasotzeko administrazioaren aldetik.

Horrez gain, euskara batzordeetan ere parte hartu behar dut eta euskararen alde lan egiten duen jendearen

artean nolabaiteko koordinazio lan bat eta baliabide eskaintza bat egiten dut. Azken finean ni neu administrazioaren eta herritarren arteko zubia naiz euskarari dagokionean.

Zein izaten da euskara batzordeen lana?

Euskara batzordeen lana nahi dena izan liteke. Ni teknikaria naiz eta aholkuak eman eta lan egiten dut, baina erabakiak udalek hartzen dituzte. Horregatik nik erabakigune bat behar dut eta batzordeak erabakitzeke guneak dira. Batzuetan batzordeko kideek proposamenak ekartzen dituzte eta beste batzuetan nik neuk eramaten ditut. Baina niri errazagoa zait batzorde batera joan eta udaleko kideekin batera herritarrek bertan egotea, erabaki bat hartzeko udal bakoitzaren atzetik ibili baino.

Beraz, alde batetik erabakigunea da eta bestetik, nire kasuan, ni kanpoko naiz eta herritarrekin dudanean lotura momentuz mugatua da. Horregatik edozein kanpaina martxan jartzeko batzordeak ere betetzen du sustatzailearen lan hori, jendea egitasmo horietan parte hartzera animatuz.

Hortik aurrera batzordean hamaika proiektu ezberdin eraman litezke aurrera: gazteen artean euskara sustatzeko kanpaina propio bat, edo helduen artean idazteko ohiturak aldatzeko, udalen egoera aztertu etab.

AUTOZERBITZUA · ARRAINDEGIA · HARATEGIA ·
PATXI GALARZA
Astelehenetik larunbatera
8:00 - 14:00, 17:00 - 20:00
Igande eta jaiegunetan
8:00 - 14:00
Irurtzun

SAN MIGUEL
Taberna-Jatetxea
Arribe
948 51 31 34

INFORMATIKA BETELU
▶ ordenagailuen salmenta eta konpontzea
▶ sareen instalazioa eta konfigurazioa
634 551 743
informatika.betelu@gmail.com

CONSULTORIO VETERINARIO, S.L.
HIRUROK S. VETERINARIOS
Telefono zenbakia eta faxa:
948 50 43 31
Lekunberri



> Plazaola Partzuergoa



20 URTE BIDEAN



ITURRAS-KARRI

Iturraskarri izaera soziala duen egitasmoa da eta bere helburua honakoa da: Gizarte Zerbitzuetako Babes Sozialeko Lana egitasmoan parte hartzen dutenentzako formakuntza lanak eskaintzea, urte batzuetan. Izaera sozialeko programa honetan natura, kultura eta ondare zaintza, helburu turistikorekin bat egiten da.

Honen bidez, garbilerak konpondu dira eta Larraungo herriak lotzen zituen bidexkak berreskuratu, bertakoek eta kanpotik etorritakoek gozatzeko aukera izan dezaten.

Gure haranean, betidanik jendeak erabili ohi dituen mendi bideak lehen erabiltzeko moduan jartzen saiatzen ari gara, horietan izan baitziren eta izan dira orain dela gutxi arte azizenda salerosketetarako, senideei bisitak egiteko, herrietako jaietara joateko... erabilitako gure ohiko bideak. Zoritxarrez, utzikeriaren ondorioz, edo agian okerragoa dena, ahaztuak izan direlako, zenbait tarte, partikularrek, errepideek, lur biltzek, sasiak... hartuak dituzte. Hori dela eta, bide hauek berriz ere merezi duten estima geure egitea nahi genuke, bide hauen ondare balioa, balio historikoa, oroitarazlea eta funtzionala handia izan baita. Horretarako Larraungo herriak lotzen dituen oinarritzko bide-sarea ireki dugu. Zenbait tarte motzetan bide zaharrak eta errepideak ba egiten dute, beste zenbaitetan, hartuak daudelako, itzulinguru txiki bat egin beharra izanen da. Baina zati gehienetan bide zaharrak jarraituko dituzte bide-sare honek eta zenbaitetan laborantza bideak gurdibideak.



LEKUNBERRIKO JAIAK 2015

URRIAK 8, Osteguna

12:30 Meza
 14:00 Jubilatuta bazkaria, ondoren musika
 17:00 Larraungo pilota goxua txapelketako finala
 18:00 2015 Kartel lehiaketako sari banaketa batzar aretoan
 20:00 Txupinazoa eta "iraunkorrek" txaranga
 20:05 Zezen suzkoa
 22:30 Gazte afaria
 24:00 Dantzaldia Laiotz plaza taldearekin

URRIAK 9, Ostirala (Umeen Eguna)

09:00 Dianak
 11:00 Haurren krossa udaletxean
 12:00 Suziri txiki
 12:00 Zapi banaketa 2014 urtean jaiotako umeei
 12:30 Puzgarriak
 13:00 Patata tortila lehiaketa.
 14:00 Herri bazkaria eta bingoa
 16:00 Gazteen arteko probak
 16:30 Puzgarriak
 17:00 Pilota -Share eta trinkete
 19:00 Pintxo eguna herriko tabernen eskutik
 24:00 Dantzaldia Laiotz plaza taldearekin

URRIAK 10, Larunbata

09:00 Dianak
 11:00 Kalderete lehiaketa. Saria: urdaiazpiko bat
 11:00 Plater tiroketa
 12:30 Zezen gurgildunak herriko plazan
 15:00 Lekunberriko rallya erakustaldia industriagunean
 17:00 Pilota larraun-lekunberriko pilota eskolaren eskutik
 17:30 Sokamuturra eta potokak
 20:00 Poker lehiaketa jubilatuetan
 20:00 Kale antzerkia. "Exodo" malabareak eta su artifizialak Ainhoa parean
 24:00 Oihan Vega eta Xabi Dantzaleku

URRIAK 11, Igandea

09:00 Dianak
 11:00 Meza
 11:30 Nafar ardoaren eguna
 13:00 Herri kirolak. Motozerraz eginiko eskulturak
 14:00 Mailoperen aldeko kaka plasta udaletxe parean
 17:00 Pilota partidu profesionalak
 17:30 Sokamuturra eta pottokak
 19:30 Bertsolariak. A. Egaña, M. Lujanbio eta N. Elustondo
 20:00 Mus txapelketa jubilatuetan
 24:00 Kontzertuak: katez, zartako k eta dj jotatxo

URRIAK 12, Astelehena

09:00 Dianak
 11:00 Meza
 11:30 Puzgarriak eta txu-txu trenak
 12:00 Ortzadar Dantza Taldea karpan
 13:30 Aizkolariak karpan.
 14:00 Ajoarriero lehiaketa
 16:30 Puzgarriak eta txutxu trenak
 17:00 Pilota partidak zaleak
 19:00 Chuchin Ibañez

urria

8a arte

Lekunberri: Arnasguneen erakusketa kiroldegian.

12

Mintzakiden izena emateko epea zabalik.

2 eta 16

Lekunberri: 17:00etan, Plazaolan, Arnasguneen tailerra.

23

Ibarberri eskola ondoan: Euskaraz Bizi Nahi dut lasterketak eta zunba, 17:00etan.

23

Aldazko ostatuan: Jakoba Errekondok liburua aurkeztuko du 19:00etan.

29

Beteluko eskolan: Iñaki Eizmendiren azterlanari buruzko solasaldia 15:15ean.

agenda

IORTIA

CLINICA DENTAL - HORTZ KLINIKA



Jai zoriontsuak opa dizkizuegu!

Juanjo Gait García · Odontologoa Kol. Zbkia. 317
 Estitxu Telleria Elorza · Odontologoa Kol. Zbkia. 591

Lekunberri: 948 604 804

Altsatsu: 948 467 603

ODONTOLOGIA OROKORRA

INPLANTEAK

ORTODONTZIA

HORTZ-ESTETIKA

PADI

25 urte

URRIAK 11

14:00etan KAKA PLASTA Lekunberrin. Kaka non, saria han!
Erosi zure txartela bi euroren truke ohiko lekuetan.
Asteburu pasa bat saridunarentzat!

AZAROA

MAILOPEREN ALDEKO MUS TXAPELKETA

Bi kanporaketa: Gaintzan azaroaren 7an eta Aldatzen azaroaren 14an. Izen ematea momentuan bertan, 20 euro bikotea.

Herri bakoitzetik bi bikote sailkatuko dira eta finala azaroaren 28an, larunbata, jokatuko dute Lekunberriko Kantinan. Bikote irabazlearentzat arkumea opari eta finala jokatu duten bi bikoteentzat "errebantxfaria" Kantinan.

ABENDUAK 20

MAILOPE LASTERKA

Baraibartik Atallura kilometroz kilometro korrika Mailoperen alde. Ondoren festa!

Erosi zure kilometro erdia 50 eurotan.

*Eskerririk asko urte guzti hauetan
Mailoperen alde egin duzuen eta
egiten jarraitzen duzuen guztioi!*