

danbolin

2023 martxoa

247 zk.

**Orain naizena naiz ni.
Bi gazte sortzaile,
bi neska trans**

Irao berri
pottokak

675 965 116 iraopottoka@gmail.com

MGS
Mutua General de Seguros

JAVIER ALBERDI
Aseguru agente eskusiboa
Gesalaga, 18 behea · 20740 Zestoa
T/ 943 89 71 01 · jalberdi@mgs.es

k
Portale Kalea 7, 20740 Zestoa
tel. 943 147 088
kutxabank

txoko
taberna

erdikalea 3
tel. 943 147 196



tel. 943 536 314

Ordutegia:
Astelehenetik ostiralera
07:30-13:30, 16:30-21:00
Larunbat eta igandetan
07:30-14:30, 17:00-21:00



MB merenbero BEGOETKE

943 147 344 Iraeta-Zestoa

UZTAILA		ABUZTUA		IRAILA	
1	2	1	2	1	2
3	4	3	4	3	4
5	6	5	6	5	6
7	8	7	8	7	8
9	10	9	10	9	10
11	12	11	12	11	12
13	14	13	14	13	14
15	16	15	16	15	16
17	18	17	18	17	18
19	20	19	20	19	20
21	22	21	22	21	22
23	24	23	24	23	24
25	26	25	26	25	26
27	28	27	28	27	28
29	30	29	30	29	30
31					

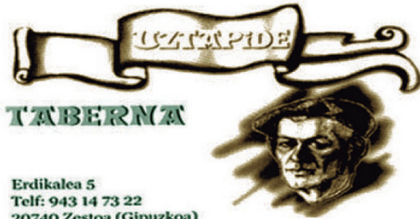
URRIA		AZAROA		ABENDUA	
1	2	1	2	1	2
3	4	3	4	3	4
5	6	5	6	5	6
7	8	7	8	7	8
9	10	9	10	9	10
11	12	11	12	11	12
13	14	13	14	13	14
15	16	15	16	15	16
17	18	17	18	17	18
19	20	19	20	19	20
21	22	21	22	21	22
23	24	23	24	23	24
25	26	25	26	25	26
27	28	27	28	27	28
29	30	29	30	29	30
31					



Zestoa
AUTOESKOLA

Gesalaga 1 Tel. 943 148 524
20740 Zestoa Gipuzkoa zestoa_autoeskola@hotmail.com

AGUSTIN taberna-jatetxea
bar-restaurante
943 897 331



Erdikalea 5
Telf: 943 14 73 22
20740 Zestoa (Gipuzkoa)

AVA ASESORIA ARIN
ABOKATUA GESTORIA
KONTABILITATEAK ZERGAK
INMOBILIARIA GESTIOA LABORALA
KOMUNITATE ADMINISTRAZIOA ASEGURUAK

Gesalaga kalea, 22 behea 20740 ZESTOA
Tel./Fax.: 943 897 099 asesonarin@asesonarin.com

IRAETA JATETXEA
Olaizola eta Uria kalea - Iraeta
943 147 067

CARAVAN PARK
GARRAIO SISTEMAK
ERREMOLKEEN SALMENTA
ERREMOLKEETARAKO OSAGARRIAK
KARABANA, AUTOKARABANA eta FURGONETETARAKO OSAGARRIAK
KONPONKETA eta MANTENTZE LANAK
telf. 943 147 679
www.caravan-park.net
info@caravan-park.net

Gestoria Zubia
M^a Jesus Zubia Olaizola
Portale kalea 7, behea - 20740 ZESTOA
Tel./FAX: 943 897 070



Diranzub
taberna

lariak
Lurraren onena
Zestoaren bihotzean.

lariak
ZESTOA
www.lariakdenda.com
tfnua: 943148134

Aranburu
Landetxea eta jatetxea
943 148 005



TXOKO TXIKI
Okindegia eta taberna
943 052 761

Fati taberna
ZESTOA
Kale Okerra 3
Tel. 943 14 72 69

Itzulpen eta argitalpen zerbitzuak, s.l. Itzulpenak baino askoz gehiago!
Bakun
Narkis Balentziaga, 2 T+34 943 148 306 bakun@bakun.eus
20749 Arroa (Gipuzkoa) F+34 943 897 380 www.bakun.eus

UROLA
ITURGINTZA
665 49 07 73

KOIOTE
foru plaza, 4
tel. 943 147 095

Araneta
ERRETEGIA
626 869 231 / 943 148 092
erreserbak@aranetaerretegia.com

martxoak dakarrena

Asteak eta hilabeteak hegan doaz 2023an ere, dagoeneko esku artean duzuna martxoko zenbakia da. Oraintxe ginen Gabonetan, eta konturatzerako berriro hondartzan etzanda egongo gara (uzten badigute behintzat!). Eta urteak ere horrela pasatzen zaizkigu. Gogoan dut, atzo bertan izan balitz bezala, 30 urte betetzeak eman zidan *bajoia*, eta konturatzerako 40 bete ditut, batere *bajoirik* gabe! Hala ere, 30 nituenean bezain gazte, edo gazteago, sentitzen naiz egunerokoan. Baina parrandan ateratzen naizen gutxi horietan, konturatzen naiz dagoeneko ez naizela hain gaztea. Eta onartu behar dut hori ez zaidala batere gustatzen. Aldi berean, ordea, jakin badakit seinale bikaina dela urteak betetzea eta osasuna izatea. Ai ene! Bai, osasuna, azken urteotan osasuna izateak zer nola-ko balioa duen ere jakin dut, bai! *Zaharrek* bezala hitz egiten hasia naizela ere konturatua nago! Eta zaintzaren inguruan ere asko pentsatu dut azkenaldian, duela zortzi urtetik hona gure haurren zaintzaz bakarrik arduratu izan naiz, baina egia da azkenaldian adinekoen zaintzak ere zer pentsatua ematen didala. Gertutik bizi dut gure amonaren zaintza, eta zorteko gu eta zorteko bera, horretarako aukera dugulako, baina, aldi berean, zer pentsatua ematen dit. Bizitzaren bi aldeak ditut gertu: gure haurrena eta amonarena. Alde batetik, alaitasuna, hasierak, gauza berriak ikastea... eta, bestetik, justu kontrakoa, bizitzako azken txanpa, nolabait esateko, bizitzaren dekadentzia modukoa... Polita eta gogorra!

Zaintzaz hausnartzeko proiektu interesgarria dago martxan herrian, eta horren inguruko zehaztasunak ezagutzeko aukera izango duzue datozen orrialdeetan.

Bestalde, gaur egun gero eta guraso gehiagok erabakitzen dute euren haurrak jaio orduko genero batekin ez identifikatzea. Haien nahia da umeak hazten doazen heinean, neska, mutila edo sentitzen diren genero identitatea adierazi dezatela. Gure inguruan hori berria dela esan daiteke, eta horrela haziko bagenitu gure haurrak asko eskertuko ligukete.

Izan ere, benetan latza izan behar du jaio zarenetik gizarteak mutila zarela adieraztea eta zu hala ez sentitzea, edo alderantziz. Hori horrela dela onartu eta zure inguruari nola sentitzen duzun adierazteko gaitasuna izan arte, makina bat kontu bizitakoak dira Arriet eta Arima herritarrak. Nagore Telleriak izan du trans gaiaz eurekin luze eta zabal aritzeko plazera, eta berea da datozen orrialdeetan euren bizipenak kontatzeko ohorea.

Zorionez, gaur egun, gizartean gai hori mahai gainean dago, eta garai batean *tabu* izan bazen ere, gauzak asko hobetu direla dirudi. Bai guraso bezala egoera bideratzen laguntzeko, baita lehenengo pertsonan bizitzeko ere.

naiara exposito alberdi



DANBOLINEK EZ DU BERE GAIN HARTZEN ALDIZKARIAN ADIERAZITAKO ESANEN ETA IRITZIEN ERANTZUKIZUNA

Argitarabazilea: DANBOLIN ZULO ELKARTEA. KULTUR EKEA. AXUN ARRAZOLA PLAZA 1, 20740 ZESTOIA (GIPUZKOA)

722 609 265 INFO@DANBOLIN.EUS

Danbolin: NAIARA EXPOSITO, AMAIUR ARISTI, URKO CANSECO, SARA MATSUCANI, NAIARA OLAIZOLA, ITSASO ZUBIRIA, JONE BERGARA ETA ICASO WALIÑO

Kolaborabazile/auzenbazile taldea: NAGORE TELLERIA, JON ARCANO, FERNANDO ARZALLUS, ONINZA IRURETA, MIREIA ORBEGOZO, NEREA ODRIOZOLA, JANIRE DIAZ, ETA MAIALEN KORCADEI

Disainua eta maketazioa:

ENEKO ARISTI

Inprimabegia: GERTU (OÑATI).

Lege gordailua: SS-1108/2000

ISSN: 1576-9429



ZESTOA GURE ETORKIZUNA

Gure erizaina den Ione Miren Gartziarenak enbidoa bidali ondoren, nik, Jexux Marik lerro hauen bidez hemen Gisasolan bizi garen, Roberto, Jexux, Gorka eta ni neu, elkarrizketan izan ondoren bertan bizi garen gai-nontzeko lagunen ordezkari gisa zure galderari erantzuten saiatuko naiz.

Hemen bizi garen ia gehienak ez genuen uste etorkizunak Gisasolan bizitzeko aukera aurkeztuko zigunik, baina unea iristean eta bertara etortzera eskaini zitzaigunean baiezkoa azaldu genuen, gure eguneroko errealitatea une haietan oso gogorra baitzen, bakoitza bere egoera pertsonalean geundelarik, eta nolabait erabaki honek gure egunerokotasuneko sufrimendu maila arintzen lagunduko zigun itxaropenarekin.

Lehen asteak gogorrak egin zitzaizkigun, batzuei gehiago besteei baino. Jexux eta Roberto berehala etxekotu zinen, lehen egunetik baitzekiten beraientzat etxe ona izan zitekeela, eta ez dute pentsatu ere egin nahi

beste leku batera joaterik, hemen oso pozik bizi direla diote. Gorkak ere oso gustura dagoela dio, bere lan txikiekin, maitasunez eta batez ere lagunez inguraturua. Nire kasuan, etxea faltan botatzen dudala ezin ukatu, baina Gisasolan dudan laguntasuna eta babesak etxean bezala sentiarazten nau.

Elkarrizketan denok aipatzen dugu jasotzen dugun tratua oso ona dela, lan taldetik batez ere. Oso goxoak dira denak, eta pazientzi asko dute hemen bizi diren pertsona guztien beharren aurrean profesionaltasun maila handia azalduz egunero.

Zestoa herri ederra da bizitzeko, jende jatorrez inguratuak gaude, laguntasun handikoa, mendi inguru ederra, animaliak edonon, hegaztiak bereziki... askata-

suna arnasten da eta bakea inguru honetan. Arratsaldeak pasatzen ditugu ehizari buruz hitz eginez, laurok gustuko dugun afizioa

baita, eta gai honi esker lagun bikaina ere egin dugu, Aranetako gure Joseba Odriozola oraindik eta famatua go egingo dena bere jatetxera munduko sukaldari onena jaten izan ondoren... zer diozu Joseba? Nola izan zen Cristina Pedroche eta David Muñoz zure jatetxean izan zireneko eguna?

jexux mari bereziartua beristain

pintada.

INPOSATUTAKO HITZAK. Ezer baino lehen, nire gaitzespena gure lurraldean dugun erronka energetikoari benetan helduko dion plan integral bat garatu gabe, auskalo zein interes enpresarialen mesedetan, bazter denak txikitu nahi dituen Sañuko proiektu erraldoien inguruan.

Ezinbestekoa da, ordea, kontrako jarrera ondo azaltzea, gure arrazoiak ondo komunikatzea herrian, jendearekin konektatzea. Zentzu horretan, gauza batek amorrazioa eragin dit: herritar bat, bere etxea zuri-zuri pintatu berria zuen herritar bat, paretak berriro pintatzen ikustea, gaztetxoek egindako zikinkeriak eta Sañuren aldekoek egindako pintadak estaltzeko.

Badugu eskubiderik etxe partikular batean gure hitzak (pintadak) inposatzeko? Erraztu egiten dute herritarren konplizitatea sortzea pintada horiek edo amorrazioa eta mespretxua eragiten dute bakarrik? Zein da helburua, komunikatzea edo inposatzea?

Uste dut, jendea erakarri nahi badugu, sormen gehiagoko ideiak landu behar ditugula eta ez pintadak. Zenbat lanordu eta diru publiko beharko ote da pintada horiek denak kentzeko... Eta zer kanpaina zoragarria egin ote liteke pintadak kentzen gastatuko den diru hori ideia berritzaileago eta komunikatiboagoetan inbertituz gero.

fernando argalluz iturri

GALTZEN, GALTZEN.

Aitaren eguna deiturikoan nire aita txandala soinean ikusi dut bizitza osoan, San Josetako krosaren aitzakian. Zestoan Antxelmoren lehen seme izateak bere pisua du, noski. Jaio orduko oparitu zizkidaten baloi, erraketa eta beste kirol-tramankulu guztiei muzin egin nien. Zorionez, aitag jakin zuen interes falta hura ikusten, eta ez dut uste inoiz penaz bizi izan duenik.

Etxean beti animatu naute kirola egitera, baita herri-krosean parte hartzera ere. 1989an (bi urte eta erdi eskasekin) irten ginen Adrian Larrañaga eta biok lehen aldiz korrika, gu baino zaharragoak ziren askoren atzetik. Kasualitatea da gerora biok ere musikarako bidea egin izana.

Ordutik, urtero, buruan izerdia biltzeko zinta jarri eta ilusioz nahiz urduritasunez ekiten nion "Gexala" zaharretik plazarako ibilbideari (inoiz Potxolo parean patata eske gelditu banaiz ere). Egindako lorpenaren oroigarri: bildumarako domina berria.

Garai hartan sailkapena argitaratu ohi zen arkupetan, eta urtez urte nire izena zerrendaren azpialdean ikustera ohi-tu nintzen. Askok eskertzen dut hori, baita etxekoek zerrenda horietako batzuk gorde izana ere. Azkena edo azkenaurreko izanagatik ere, beti irakatsi didate, parte hartu dutenen artean azkena izateak ez nauela "azken-putz" bihurtzen, parte hartu ez izanak bai, aldiz.

Aita izan berri naizen honetan, iruditzen zait gaur egun haurrei ukatu egiten diegula galtzeko aukera. "Inor ez da galtzaile, denok irabazten dugu" edo antzeko leloekin parte hartzearen garrantziaz jabetzen ditugu, baina porrotik gabe hezi nahi ditugu. Etorkizunean izan ditzaketan erorketei ihes egiteak ez ditu, ordea, haurrak babesten. Ikasi behar dute zertan duten erraztasuna eta zertan saiatu behar duten gehiago; porrotez jositako bizitzak gehiago balio duela, saiatu ez denarenak baino; eta galtzen dakienak irabazteko aukera gehiago dituela.

Erretiroa hartu berri duen honetan, asko eskertu behar diot aitari, ez kirola egitera "bultzatu" ninduelako, zerrendan azkena izaten irakatsi zidalako baizik.



POSTARIAK EZ DIE INOIZ EXIRRIK JOTZEN

Elkarrekin lehiatzen
Ikusi nahi gaituzte baina
Aurkari izateko
Hezi gintuzten baina
Ez alda hobe batzea beti
Elkarren aurka joatea baino."

Neomak taldearen kantu baten hasiera

da, XXI. Mendekua

izena du. Letraren za-

ti horrekin hasi dut

nire zutabea oraingo-

an. Zer pentsatu han-

dia eman zidan en-

tzun nuen lehenengo aldian. Emakumeen inguruan

hitz egiten du, baita gizartean daukagun paperaren in-

guruan ere. Ahizpatasunari ere egiten dio keinu bat.

Elkarrengan sinestea eta elkarri lekua ematearen ideia ere aipatzen dira. Feminismoan oinarrizko kontzeptuak, gure egunerokotasunean askorentzat ezinbestekoak direnak. Kontzeptu horiek indarkeria matxista eta patriarkatuari aurre egiteko ezinbesteko tresnatzat har ditzakegu.

Bada azken aldian daukadan irudipen bat. Batzuetan daukadan sentsazioa da denok txalupa berdinean egon arren, norantza desberdinetan ari garela arraunean: batzuk alde batera eta besteak beste batera. Horrek gure txalupa desegonkortu egiten du, ura sartu eta dena nahasten hasten da; indarrak sakabanatuz, ahulduz.

Denborarekin batzuk geroz eta indar gutxiago daukagu eta beste batzuk txaluparen alde batera inklinatu eta aurreraka doaz, beren bidea egiten, atzera edo albora begirada konplize askorik bota gabe. Ez dira konturatzten mugimendu horiek sortzen duten talkaz, egonkortasun ezaz. Txalupa ez dago orekatuta eta urez betetzen ari da, ondoratzen hasteko arriskua ere nabari da.

Txaluparen metafora egokia iruditu zait gurean gertatzen ari diren egoerei erreferentzia egiteko. 2023ko martxoaren 8ak 2022koaren antza handia izan zuen. Txalupa berean goaz edo hori uste dut nik, behintzat. Eta herrian bi deialdi antolatuta ziren. Biak, finean, helburu berarekin: emakumeon eskubideak aldarrikatzea, bakoitzak bere ikuspuntutik, baina bide berean. Gure indarrak sakabanatuta ez dugu inoiz lortuko munstro handia akabatzea. Berriz ere, ordea, tantoa patriarkatuari eman behar diogu, lortu du kantuak dioen bezala:

"Elkarrekin lehiatzen
Ikusi nahi gaituzte baina
Aurkari izateko
Hezi gintuzten baina
Ez alda hobe batzea beti
Elkarren aurka joatea baino."



jone exposito

ZESTOAN

uste baino gehiago

Janaridendak

 **ELORZA**
janaridenda
943 147 660

ARRAINDEGI
KONTXI
ZESTOA 943 148 247
AZPEITIA 943 811 946

miantxa
943 147 015



unide
egunero janariak
943 558 005

UZKUDUN
harategia
Erdikalea, 5
Tel. 943 147 023
ZESTOA

Teknologia, liburu, paper denda

943 147 110

mairi
LOTERIA
ESTANKOA


LOTXOLO
Tel. 943 147 133

Zbitt
Tlf. 943 148 010

Etixerako osagarriak

ONK
943 147 081-647 683 643

UGARTE
burdindegia s.l.
943 147 154

Arropa eta oinetakoak

IRAOLA
ZAPATEGIA
617 269 408


lili 943 148 061

Edertasuna eta ongizatea

beatriz izeta
943 148 322

karmele
943 147 832

KERALA
ongizate txokoa
679 885 173


S
ESTILISTAK
680 802 777

 **ZESTOA**
ZURETZAT

HOGETA BAT URTE DITUZTE BIEK. ZESTOAKO ERDIKALEKOA DA ARIMA. ARRIET BERRIZ, LASAOKO MALLUBI BASERRIKOA. BIEK TOPATU DUTE BIDEA BILBON, ETA HAN BIDEA EGINDA BUELTATU DIRA HERRIRA. GABONETATIK ETORRI GABE ZEGOEN ARIMA. ARRIET BERRIZ, BATZUETAN HAN, BESTEETAN HEMEN, JOAN-ETORRIAN IBILTZEN DA.



2
arima bueno arriet aldatur



EZ GARA BECI
USTE DUGUNA

Aspaldiko lagunak dira, hamar bat urte zituztenetik edo. Ez dute oso ondo oroitzen, baina Arrieti ez zaio zaila egin hasiera imajinatzea: “Eskolako patioan egongo ginen, bakarrik egongo ginen, eta hizketan hasiko ginen”. DBH arte, lagunartean gustura ibiltzen zirela du akorduan. Gero, Arima eta biak bakarrik ibiltzen zirela, eta etxean ordu asko ematen zituztela. Batxiler garaian bai, egin zituzten beste lagun batzuk. Biei gustatzen zaizkie ordenagailuak eta Arrietek zaletu zuen Arima bideojokoetara. “Frikiak” zirela dio Arimak. “Nana” izeneko anime estiloko telesail bat ari da ikusten, izen bera duten bi neskari buruzko istorioa. Arriet “League of legends” bideojokoan ibiltzen da, lagunek online jokatzeko dutelako. Arriet



▶ lehengusuak sartu omen zuen mundu horretan eta bere kasa ikasi du programatzen, diseinatzen, marrazten... Batxiler zientifikoa egin zuen, pentsatuz matematika ikasiko zuela. Pintatzen hasi zen gero, eta Arte Ederren gradua aukeratu zuen lanbide izan zitekeela pentsatuta. Oso abstraktua irudituz zitzaien ordea eta utzi egin zuen bigarren urtean. Pixels zentroan pintura ikasten hasi zen gero, zine eta bideojokoetarako diseinuak egiten, armak, jantziak, etab. Bitartean bideojokoak sortzen ikasi zuen, bere kabuz. Bigarren urtean, egiten ari zenaren eta nahiko lukeenaren arteko disonantzia sentitu zuen eta ez zuen segi. Neurri-neurriko lana atera zitzaion bideojokoak egiten: programatu, marraztu, 3d, diseinu grafikoa, dena. Urte hasieran hasi zen, baina sei hilabeterako zen proiektuak finantziazio arazoa izan du eta etenda geratu da, zintzilik. Bere web orria ere badi Arrietek.

Arimak oraintxe bukatu du 3d animazioko goimailako zikloa. Aurrez, bideo dj eta ekitaldi prestateten erdi mailako zikloa egin zuen animazioa ikasi ahal izateko. Astebete da praktiketan hasi dela. Bilboko Mediatak enpresan enkargu batzuk eman dizkiote eta 3 dimentsiotako mapa bat sortzen ari da errealitate birtualez ikusteko. Poz-pozik etorri da hitzordura.

Larunbat arratsalde zitatatu ditugu biak herriko plazan. Arrietek hasieran ez zuen Danbolin-en azaltzeko gogo handirik, baina akaso kontatzeak mesede egin dezakeela dio, "halako herri batean, non ez diren pertsona transgeneroak ikusten". Arimak garbi du interesantea izan daitekeela bere historia kontatzea, prozesua esplicitatzea, norbaiti lagundu diezaiokelako. Txokoneko sukaldean hizketan hasi, eta joan zaigu ordu eta erdi. Azkenean berandu, Arimak autobusa galdu eta aitak eraman behar izan du Donostiara, han Bilborako autobusa hartzeko.

Nolako izan zen konturatzea, ni neska naiz esatea?

ARIMA- Nik uste 17 edo 18 urte nituenetik, akaso pixka bat lehenago ere bai, banekiela zerbait desberdina zegoela nigan, baina ez nekien izena ematen, eta justu trans nintzela nahiko seguru nuen momentuan Arriet etorri zitzaidan eta esan zidan bera transgeneroa zela, eta orduan nik esan nion ni ere hala nintzela. Txinatar batera joan ginenez biok afaltzera eta etxeratu nintzenean, Lady Garen "Born this way" kanta entzunez neure buruari esan nion: ezin naiz atzera joan, ezin naiz

arima: "JAIO
nintzenez jarri
zidaten izena, eta
nire urtebetetzean
aukeratu nuen
nirea
"



bueltatu, hemendik aurrera segi behar da eta nik izan nahi dudak bezalakoa izatea lortu nahi dut. Pentsa, ezagutzen nuen jendea twitterren, banekien jende transa zegoela, babesa ematen nien, baina ez nuen pentsatzen ni izango nintzenik, eta konturatu nintzanean ni nintzela ez nengoen triste, pozik baizik. Oraindik bide luzea geratzen zait, nire ustez, baina uste dut ondo noala eta gustura nago. ARRIET-. Niri ez zitzaidan burutik pasa ere egiten. Transexualitatea bazenik ere ez nekien. Neuzkan erreferenteak Drag Queenak ziren, baina ez zetozen bat nirekin. Konturatzeari gehiago kosta zitzaidan, baina oso katramilatuta, *raiatuta* nengoen, ez nekien zer gertatzen zitzaidan eta lagun batek esan zidan 18 urterekin, akaso, transgeneroa izango nintzela. Lagun hori orain nire bikotekidea da.

Liberazio bat izan al zen?

ARIMA-. Bai, nik ez nuen uste nire bizitzan ezer gaizki zegoenik, baina banekien zerbait ez zegoela ondo. Orduan, gauza hortaz konturatu nintzanean esan nuen: hau da falta zitzaidana nire bizitzan ni izateko, naizen bezalakoa izateko. Nik uste askoz haurtzaro hobea izango nukeela umetan jakin izan banu, baina txikitik ez nekien zer zen trans izatea, ez nekien ni nintzenik.

Zein izan zen gero ordena, etxean esan, psikologoarengana joan?

ARRIET-. Unibertsitatera hasi nintzanean erabaki nuen gehiago atera behar nuela kalera, gehiago sozializatu behar nuela eta erabaki hori hartu nuela hasi nintzen gehiago ulertzen nire identitatea. Orduan hasi nintzen arropak-eta aldatzen, eta ezkutuan ibiltzen nintzen, eta hiri batera joateak lagundu egin zidan, jende desberdinarekin harremanak izateak, Bilbon lagunak babesa ematen zidaten. Gurasoei asko kosta zitzaie onartzea. Psikologoarengana joaten hasi nintzen depresioa nuelako, parte handi batean etxean bizi nuen egoeratik. Beraiek hasi ziren nirekin etortzen eta orduan hasi ziren ulertzen. Orain, oso ondo moldatzen gara.

ARIMA-. Nik transa nintzela jakin nuenean esan nuen: psikologoarengana joango naiz, hormonak hartzen hasiko naiz, badakit zer egin behar dudak. Ez nintzen gurasoekin bizi, Bilbon errazagoa zitzaidan hori, pisukideek ere lagundu zidaten. Lau neskekin bizi naiz eta haiek gustura sentitzen lagundu zidaten. Egun batean, batek esan zidan makillatu egingo ninduela eta oso polita sentitu nintzen. Orain ikusten dut orduko irudia eta oso zatarra ikusten dut nire burua. Iritsi nintzen medikuarekin puntu batera, eta esan zidan hormonak hartzen hasi nintekeela, baina egokia litzatekeela familiari esatea. Banekien onartuko ninduteela, baina beldurra ematen du. Amari esan nion, negar egin nuen, eta berak ulertu egin zuen. Egia

esan, berak galdetu zidan: akaso ez al zara mutila sentitzen? Neska sentitzen al zara? Eta hortik aurrera kontatu nion dena. Berak aitari esan zion. Batzuetan, nahi gabe, mutil izena ateratzen zaio aitari, baina segituan zuzendu eta alaba bezala tratatzen nau. Gure familian gay eta lesbiana asko daude. 13-14 urte nituela, nire osabaren ezkontzara joan nintzen, bi gizon ziren, eta Drag Queen ekitaldi bat egin zuten, eta ni pozik, familiarekin.

Zuek jabetu zinetenerako gorputza garatuta zeneukaten. Pubertaroa pasa aurretik hormonak blokeatzen dituzte garatzeari, baina zuek prozesua hasi zenutenerako nagusi zineten, 18 urte baino gehiago. Zein hormona tratamendu jaso duzue?

ARIMA-. Hormonak, androgenoak eta antiandrogenoak. Bat, testosterona jaisteko, eta bestea, estrogenoak igotzeko. 13 urteko ume baten kasuan adibidez, pubertaroan blokeatzaileak emanda, egiten duena da pubertaroa ez gertatzea. Blokeatzaile horiek ona dutena da, ez dutela efekturik. Hartzeari lagatzen badiozu, berriz hasten da pubertaroa. 13 urterekin, adibidez, zuk badakizu neska zarela, baina ezin duzu tratamendu osoa hasi, garapena geratzen da, eta aurrerago hasi. Nire kasuan adibidez, ahotsa maskulinoa daukat, pubertaroa pasa dut, bizarra ere atera zitzaidan, eta hori ez zait ondo etortzen. 13 urterekin hasiz gero blokeatzaileekin, arazo horiek ez lituzke edukiko, errazago izango zen.

Beti segi behar al duzue hormonatzen?

ARIMA-. Hasiera batean bai. Gauza batzuk laga daitezke, baina beste batzuk ez. Testosterona, adibidez, maila baxuan badago, ez da normalean errekuiperatzen. Nik progesterona hartzen dut eta horrek ez du uzten testosterona igotzen, baina nahi badut aldaketekin segitzea, hartzen jarraituko dut. Ez da komeni kolpetik uztea, baina bada uzten duen jendea, batzuk iristen dira trantsizio puntu batera eta ez dute gehiago nahi.

Ahotsa lantzeko foniatrarengana joaten al zarete?

ARIMA-. Egin ditzakezu ahots entrenamenduak, edo logopeda batengana joan, baina ez daude hemen espezialista asko eta ohikoena da tutorialak begiratzea interneten eta zuk entrenatzea pixkana hilabete batzuetan. Ni ez naiz hasi, lan asko da, ez da zerbait azkarra, denbora asko behar da. Ahots kordak ere operatu daitezke sokak motzago edukitzeko, baina lio handi bat da.

ARRIET-. Nire ahotsak ez dit axola, baina ez dut atentzioa eman nahi, oharkabean pasa nahi dut. Beldurra ematen dit entzun eta erreazio txar bat izateak. Horregatik da gehiago. ARIMA-. Niri behin gertatu zitzaidan; katuekin joateko kafe batean nintzen eta nire bikotekidearen amak (orduan ez ginen bikote) esan zuen niri buruz: neska horrek ze ahots arra-

► roa daukan. Aurrena, jendeak itxurari begiratzen dio, nahiz eta ahotsa arraro antzeman, itxuragatik neska laukitxoan jarri bazaituzte, listo, horrela tratatzen zaituzte.

Ahotsa lantzeaz gain, ebakuntzarik egin nahiko al zenukete?

ARIMA-. Nahiko nuke bular handiagoak izatea, baina ez daukat hainbesteko beharrik. Informatu egin behar dut. Normalean ni bezalakoak pribatura joaten dira, publikoan itxaron zerrenda handia dagoelako. Urtebete igual. Baina ez dakit testura gustatuko litzaidakeen. Oraindik urte eta erdi daramat prozesuarekin eta itxaron egin nahi dut. Hormonazioarekin gorputz aldaketak konstanteak dira. Besteak ez dit arazorik sortzen, eta ez zait burutik pasa ere egiten ebakuntzarik egitea. Kezka bakarra da, jendeak antzematea.

ARRIET-. Lehenengo gauza, aurpegian laserra egin nuen. Hasieran duda neukan hormonatu ala ez. Ez nuen hainbesteko beharrik ikusten, baina pentsatzen nuen urteak aurrera joanda askoz ere maskulinoago ikusten hasiko nintzela nire burua eta horrek ematen zidan kezka, eta erabaki nuen hormonak hartzea. Operazioarena ez dut planteatu ere egin. Operazio prozesuak atzerakoa ematen dit.

Sexiliatuak sentitzen al zarete, zuen sexu identitateagatik Bilbora joan zaretela herrian onartuko ez zaituzteten beldurrez?

ARIMA-. Berdin dit jendeak zer pentsatzen duen. Nire lagunekin gustura nago, nahi dudana arropa janitzen dut eta gustura nago. Zestoan hasi izan balitz, desberdina izango zen. Eskertzen dut prozesua Bilbon hasi izana, baina oraintxe bertan Zestoan igual-igual.

ARRIET-. Ni ere bai. Nahiz eta batzuetan *raiatu* egiten naizen, erabaki dut kalera ateratzea.

Euskadiko trans legea 2012koa da. Naizen elkartea, haur transexualen eta familien elkartea 2015ean sortu zuten. Aldi berean, gorroto delituak gero eta gehiago dira. 2021ean, Euskadin, % 15 egin zuten gora talde jakinen kontrako gorrotoarekin lotutako erasoek. Oro har, 279 izan ziren eta sexu orientazio edo genero identitatearekin lotutakoak 73. LGT-BIQ+ Fobiaren Ikusgune Behatokiak gorroto delituen kontrako legea behar dela azpimarratu du. Transfobia ere gora egiten ari al da?

ARIMA-. Estatu Batuetan adibidez, orain 20 urte ez zegoen arazorik, eta orain gehiago ikusten dira transak, eta horri erantzuten diote. Azken finean, ez dira hainbeste, baina zarama handia ateratzen dute, eta nabarmendu egiten dira. Esango nuke bi pertsona mota daudela. Batetik, gaiak ez daki jendea, eta beste batzuk, ez dutenak ikasi nahi. Gorrotoa adierazi nahi dute eta ez dute ikasi nahi. Beste pertsona batzuek ez dakite, eta erakusten badiezu, ikasi egiten dute eta aldatu daitezke. Espainian onartu duten genero identita-

tearen legean edo trans legean, 16 urtetik gorakoen autodeterminazioa onartu da, baina azkenean immigranteak ez dira sartu, ez bitarrak edo ez binarioak ere ez, kanpoan utzi dituzte. Gauza gehiago lortu zitezkeen, baina aurrerapausoa da.

2016tik Euskadin ematen dute NAN alternatibo bat, trantsizioan zaudela esaten duena. Orain trans pertsonen berdintasun legeak genero autodeterminazioa aitortzen du, eta ez da mediku txosten eta bi urteko hormonaziorik behar. Norberak bere nahia hiru hilabeteko epean bi aldiz adierazi eta lau hilabetean egingo da erregistroan aldaketa. Zuen kasuan nola izan da?

ARIMA-. Nik oraindik paper zaharrak dauzkat. Gabonetan egin nuen eskaera izena aldatzeko, baina oraindik ez didate erantzun. Edozein egunetan jasoiko dut. Kontua da eskatu nuela erregistroan aldaketa egiteko zita eta 6 hilabetera eman zidaten txanda. Joan nintzenean esan zidaten ezin nuela Bilbon egin, hemen erroldatuta nagoenez Gipuzkoan egin behar nuela eta Azpeitian egin nuen erregistroan eskaera. Banekien bazela aukera transitoko identitatearekin neska gisa tratatzea eskatzeko, baina eskolan ez zekiten, egin nien eskaera eta Nortasun Agiria eskatu zidaten. Azkenean, irakasleengana joan nintzen, esplikatu nien eta Arima bezala tratatzen naute.

ARRIET-. Nik NANean generoa aldatu nuela bada urtebete. Izenik ez dut aldatu. Nire izena beti izan da arraroa, baina neutroa. Ni gustura nago. Nire izena gustatzen zait. Generoa aldatzeko tramite guztia amak egin zidan.

ARIMA-. Nire kasua poetikoa izan zen. Izena auke-ratzeko pentsatzen jardun nuen hilabete batzuetan. Garbi neukan euskarazko izena nahi nuela eta izen ezohikoa nahi nuela, eta Arima ikusi nuenean politta iruditu zitzaidan. Aukeratu nuen eguna nire urtebetetze eguna izan zen. Poetikoa izan zen. Jaio nintzen egunean jarri zidaten izena eta urtebetzean erabaki nuen nirea.

Zuen gorputzak aldatzen ari zirela ikusteak zoriontasuna ekarri al zizuen?

ARIMA-. Bai, egia esanda. Nik nire burua ispiluan ikusten dudanean iruditzen zait ez naizela hainbeste aldatu, baina argazki zaharrak ikusita konturatzen naiz zenbat aldatu naizen, aurpegia behintzat. Orain aldakak ere badauzkat, bularrak ez zaizkit asko hazi, baina antzematen da.

Argazki zaharrak ikusita, sufrimenduarekin lotzen al dituzue?

ARIMA-. Zaharrak ikusita pentsatzen dut orain zeinen gustura nagoen. Pribatuan erakutsi ere egingo nituzke, baina ez nuke nahi jendaurrean erakusterik. ARRIET-. Argazkiaren arabera, baina ez zaizkit gustatzen, panikoa ematen didate argazkiek.

Zer esango zeniokete zuek nerabezaro aurreratuan sentitu zenuten hori askoz lehenago sentitu dutenei?

ARIMA-. Batzuk pentsa dezakete transak izan daitezkeela, baina igual ez dira. Emakume arropa gustatzeak ez du hori esan nahi. Nahiko baltute andre bezala tratatzea, beste izen bat izatea, pixka bat esperimintatzen hasi daitezke. Ez dago ezer drastikorik egin beharrik. Esan lagunei neska bezala tratatzeko eta probatu. Azken finean, adin txikikoa bazara, gurasoek onartu behar dute.

Datuetan trantsizioa egiten hasi eta % 1 edo % 2 dira atzera egitea erabakitzen dutenak edo damutuak. Kapritxo bat edo moda dela esateko argudio hori erabiltzen dutenei zer esango zeniekete?

ARIMA-. Askotan, damutzea ingurukoen presioagatik izaten da. Beldurra operazioek, adibidez, % 20ko damutze tasa daukate eta egiten dira ebakuntzak. Inork ez du hainbeste sufritzen moda batengatik. Gaur egungo gizartean ez da ondo ateratzen transa izatea, benefiziorik ez dago, pozik bizitzeko egin behar duzun sakrifizioa da.

Bazterkeriarik ez duzue jasan, baina baztertuak izatearen beldurra bai?

ARRIET-. Niri beldurra ematen dit gauez kalera irteteak. Egunez berdín zait. Lagunekin ibiltzen naiz eta ez zait inoiz ezer gertatu.

ARIMA-. Nire lagun taldean erdiak transak gara eta gustura nago.

Martxoaren 31n izaten da trans ikusgarritasun eguna. Militatzen al duzue LGTBIQ + talderen batean?

ARIMA-. Ez, baina gustatuko litzaidake. Egun horretan bai, hartuko dut parte Bilbon manifestazioan.

ARRIET-. Azkenean, gizarteak sortzen du arazoa, baina benetan ez dago arazorik. Ez dakit zer gertatzen den.

“20.000 especies de abejas” filma ikusteko gogoz al zaudete? Esti Urresolak egin du filma, haur baten trantsizioa eta bere familiaren bilakara kontatzen ditu eta naturan aniztasuna zein gauza arrunta den erakusten du.

ARIMA-. Ikusiko dut. Azkenean denok gara pertsonak. Ez badiozu inori minik egiten zure bizitzarekin, inork ez luke kexatu beharko.

nagore telleria

arriet: “EZ ZITZaidan
BURUTIK PASA TRANS IZANGO
NINTZETIK.
TRANSEXUALitateA BAZENIK
ERE EZ NEKIEN”



Arrietek sortzen dituen irudiak ikusteko



HERRITAR UGARI MARTXOAREN 8ko MOBILIZAZIOETAN

Hamarnaka herritar bildu ziren Martxoaren 8ko mobilizazioetan. Bi elkarretaratze izan ziren herrian. Arratsaldeko 18:30ean, *Kantatu, maitatu eta dantza ezin bada, ez da gure iraultza!* eta *Langile publikoak gara, pribatizazioa, zaintzako langileen miseria!* lemapean mobilizazioa izan zen. 19:30ean, berriz, Itaiak deituta, egin zen elkarretaratzea, *Emakume langileok askatzeko, sozialismoa eraiki* leloa oinarri hartuta.



RAKUGO IKASTAROA, AEKREN ESKUTIK

Euskarazko rakugoez gozatzeko aukera izan zen martxoaren 2an Kultur Etxean. Zestoako AEKk antolatu zuen saioa. Hiromi Yoshidak, Arantzazu Maizek, Axen Escaladak eta Maider Iburguren eskaini zuten ikuskizuna.



FORU PLAZAREN BERRIKUNTZA LANEN FASE BERRIA HASI DU UDALAK

B2023. urtean Elizkale pareraino dagoen zatia berritzeko asmoa du Udalak. 44.295,29 eurotako aurrekontua dute lanek eta bi hilabetetan amaitzea espero da. Horrekin, plazaren bi heren berrituta geldituko dira, eta berritu gabe geratuko den beste herena 2024. urtean zehar egitea aurreikusten da.



UDAL GOBERNUAK AURKEZTUTAKO PIASPERI BURUZKO MOZIOA ONARTU DU UDALBATZARRAK

ZSañu Bizirik taldeak zentral eolikoaren proiektuen aurka posizionatzeko eskatzen dien mozioa sartu du Zestoa, Azpeiti eta Errezilgo udaletan. Hilaren 2an ezohiko udalbatzarra egin zuten Zestoa, eta bertan Sañu Bizirikek aurkeztutako mozioaren inguruan eztabaidatu zuten. EH Bildu abstenitu egin zen eta EAJK, berriz, aurka bozkatu zuen. Udal Gobernuak gaiaren inguruko mozio propioa aurkeztu zuen, eta udalbatzarrak mozio hori onartu zuen, EH Bilduren aldeko sei boto eta EAJren aurkako hiru botorekin.





ZESTOAKO 43. HERRI KROSA, IÑAKI IRURETA MEMORIALA JOKATU DA

Adin guztietako korrikalariak bildu ditu aurten ere herri krosak. Zestoako Atletismo Taldeak eta Zestoako Udalak elkarlanean antolatzen dute lasterketa, eta aurten, Iñaki Irureta Zestoako Atletismo Taldeko kidea omendu nahi izan dute, lasterketari Zestoako Herri Krosa, Iñaki Irureta memoria izena jarrita.



GAZTETXEA ZENTRORA LEMAPEAN EGUN OSOKO EGITARUAU ANTOLATU ZUEN GAZTE ASANBLADAK

Gaztetearen lekualdatzea aldarrikatzeko egun osoko egitaraua antolatu zuen gazte asanbladak martxoaren 4an. Goizean eraikineko txukunketa lanak egin zituzten, eta eguerdian bazkaria izan zen. Bazkalostean solasaldirako uea izan zen, eta manifestazio jendetsu batekin eman zioten amaiera egunari.



ARROAGOIAN ARI DA PRESTATZEN EUSKAL SELEKZIOA MUNDUKO PILOTA TXAPELKETA

Pilotako Euskal Selekzioak X. Munduko Pilota Txapelketa jokatu du datorren martxoaren 27tik apirilaren 1era bitartean, Alziran (Valentzia). Txapelketarako prestaketa lanak Arroagoiko frontoian ari dira egiten. Asteazkenetan eta ostegunetan entrenatzen dute bertan, asteazkenetan eta ostegunetan. Naroa Agirre pilotari arroarra ere txapelketan izango da.

Zestoako zaintza ekosistema proiektua aurkeztu dute

ZESTOAKO ZAINZTA EKOSISTEMA
PROIEKTUA AURKEZTU ZUTEN
MARTXOAREN 10EAN KULTUR
ETXEAN. HERRIAN EGITEN ARI
DIREN ZAINTZAREN INGURUKO
LANKETAREN BERRI EMAN ZUTEN
MIKEL ARREGI ALKATEAK, SAN
JUAN FUNDAZIOKO SAIOA LASA
PSIKOLOGOAK ETA JOSEBA
ILLARRAMENDI ZUZENDARIAK,
XANTI UGARTE 3Z ELKARTEKO
KIDEAK, ZESTOAKO JUBILATUEN
ELKARTEKO JESUS ODRIOZOLAK
ETA EHUKO ANTROPOLOGIA
FEMINISTA IKERKETA TALDEKO
MATXALEN LEGARRETA, MAIDER
BARAÑANOK ETA ALAITZ
URIAITEK.

2019an abiarazi zuten Zestoako zaintza ekosistema proiektua, eta gaur gaurkoz, 3Z elkarteak, Zestoako Jubilatuen Elkartea, San Juan eta Gisasola egoitzak eta Osakidetza ari dira eskutik lanean, Udalaren laguntzarekin. Proiektuaren helburua, etorkizunean eraiki nahi den zaintza eredu zehaztea da: zaintza eredu komunitarioa eta behetik gora, herritik sortutakoa.

Mikel Arregi alkateak “tokiko estrategiaren” garrantzia azpimarratu zuen aurkezpenean. “Adinaren zaugarritasunak eragindako enpresa asko ari dira sortzen eta zerbitzu asko pribatizatu dira. Gure ustez, egokiena erabakiguneak herrian izatea da, gure ongizaterako erabaki onenak bertan hartuko ditugulako. Zestoan hori egiteko gai gara, bertako erakundeen profesionaltasunari eta herrigintzan dabil-tzan eragileei esker”. Proiektu “oso aberasgarria eta ilusionantea” dela azaldu zuen, eta “herritarren ongizaterako ezinbestekoa” izango dela azpimarratu.

PROIEKTUAREN IBILBIDEA

2019. urtean hasi ziren proiektua lantzen. Urte hartan, San Juan egoitzan barne ariketa bat egin zuten, Saioa Lasa egoitzako psikologoaren arabera, “zahartzarora iritsitakoan zer motatako zaintza zerbitzua izatea nahiko genukeen” oinarri hartuta. Ariketa hartatik San Juan etxea izeneko dokumentua sortu zuten. Garai



hartan sortu zen 3Z elkartearen ere, eta San Juan Fundazioarekin harremana izaten hasi ziren, lanak, kezkak eta ezinegonak elkarbanatzeko asmoz. Bi eragileek lanari ekin zioten, eta Udalak interesa erakutsi zuen. Hori horrela, 2020. urtean, zaintzaren inguruan hausnartzeko helburuarekin Adinekoen Mahaia sortu zuten Udalak, San Juan eta Gisasola egoitzek, Zestoako Jubilatuen Elkarteak, 3Z elkarteak eta Osakidetzak.

Urte hartan bertan, eta Adinekoen Mahaiak hala erabakita, Zestoak adinean zer bilakaera izango duen ikusteko azterketa demografiko bat egin zen. Azterketa horretan jasotako datuak oinarri hartuta, Izarraitz izeneko proiektua lantzen hasi ziren. Proiektu horri esker, zaurgarritasun eta bakardade egoera arriskuan dauden pertsonen detektazioa egiteko sistema informatiko bat garatu dute. Sistema horrekin, herrian arrisku egoeran zentratuta dauden eta non bizi diren jakiteko aukera dute. Mikel Arregi alkatearen arabera, helburua “sistema komunitario orokor bat” sortzea da “zaintza beharrean dauden pertsonak zaintzeko”.

PROIEKTUAREN KOORDINAZIOA

San Juan Fundazioak hartuko du azken lau urtetan eragile guztien artean lantzen ari diren proiektua lurreratzeko ardura. Hala jaso dute Udalak eta Fundazioak sinatu berri duten lankidetzaren hitzarmenean. Datozen hilabeteetarako lanak azaldu zituen Illarramendik: proiektuaren pilotajea egingo dute, Foru Aldundiaren Liburu Berdearen barruan; proiektuaren bideragarritasuna ahalbidetuko dute; zaintza eredua definituko dute; zaurgarritasun goiztiarra detektatzeko sistema martxan jarriko dute, herriaren eta auzoetako azpiegituren beharra aztertuko dute; eta, zaintza komunitarioa eta zaintza profesionala uztartuko dituzte. San Juan Fundazioko zuzendariak “zaintzaren negozioari” aurre egiteko “beste zaintza eredu bat” sortzea ezinbestekoa dela esan zuen, “herrian sortutakoa”.



3Z ELKARTEA BIDEAN

3Zko Xanti Ugartek elkartearen ibilbidea izan zuen hizpide. 2018 inguruan bildu ziren aurrenekoz, eta zaintzaren inguruan hausnartzeko hasi ziren. “Gure egoitza herria da kontzeptu hori oinarri hartuta baliabideak sortu eta lanean hasi ginen” azaldu zuen Ugartek. Berehala izan zuten San Juan Fundazioarekin harreman eta ordutik elkarlanean jarraitu dute. Hainbat gai landu dituzte taldean: zaintza eredua, zaintza arloko legedia, finantziario iturriak, pentsioak... Bide horretan, Zestoak, Azpeiti eta Zumaiako herritarrek osatutako Irauli Zaintza plataforma ere sortu dute, eta horrez gain, Malen Etxea eta Gipuzkoako Senideak elkarteekin harreman zuzena ere badute. “Zaintza denon arazoa da, eta denon artean heldu behar diogu” azpimarratu zuen 3Zko kideak.

EHUREN IKERKETA

EHUko Antropologia Feminista Ikerketa Taldeko Matxalen Legarreta irakasleak eta Alaitz Uriak eta Maider Barañano ikerlariak Zestoako zaintza ekosistema ikeritu dute. Herrian zaintzaren antolaketarako dauden baliabideak aztertu eta erronkak zehaztu dituzte. Horretarako, sei elkarrizketa eta bi talde eztabaida egin dituzte. Legarretaren arabera, ikerketaren helburu nagusia, egitasmoan “aurrerapausoren bat ematen laguntzea” izan da. “Kanpotik etorri gara, eta hemen gertatzen dena ezagutu nahi genuen. Oso proiektu interesgarria eta potentia iruditu zaigu, eta aurrerapauso bat ematen laguntzen saiatu gara”.

ibetsaso waliño

AZTERKETA DEMOGRAFIKOKO DATUAK

Biztanleriaren prospektibaren datuak 2020-2035

	2020	2025	2030	2035
65 +	743	802	912	999
80+	258	251	279	307
GUZTIRA	1.001	1.053	1.191	1.306

Iturria: GISLAN



Zestoako Udala



*Ditudan eskubideak beste guztienak ere ez badira,
orduan ez dira eskubideak, pribilegioak dira.
(Zaska Zurrumurruen aurkako Nafarroako sarea)*

usteak erdia ustel

'Etxeko eta zaintzako langile diren emakume migratzaileek «prezioak jaitsiarazten» dituzte, sektoreko lana bertakoei lapurtzera etortzen baitira'



Zenbait lan-nitxotan, emakumezko langileen eskariak gora egin du. Etxeko lanetan eta zaintza lanetan, hain zuzen.

Emakume migratzaileen presentzia erabat lotuta dago European lan-merkatuak izan dituen aldaketekin. Sektore honetako lan-baldintzak prekarioak badira, sektore honetan lan egiten duten emakume migratuena are prekarioagoak.

Sentitu, pentsatu,
hausnartu eta,
ondoren, ekin



Zer da Errigora?

Euskal Herria oinarri eta auzolana lanabes dituen ekimen herritarra da. Nafarroa hegoalde eta erdialdea du ardatz eta euskara ofiziala ez den zonaldean eragin nahi du, eremu horretakoak propio diren elikagaiei Euskal Herrian bidea emanaz, euskaratik, euskararako eta euskaraz.



errigora.eus

(+33) 532 09 35 45

(+34) 848 87 12 23

🕒 9:00 - 13:30 📅 5/7

martxoak 9 - 29

Nafar hegoaldeko uzta eskutik eskura

Bat egin Errigora Balioekin

adinekoen txokoa

Eguzki
Iraolagoitia
mediku
zestoarrak
bi hitzaldi
eman ditu
herrian

Aurretiazko Borondateen Dokumentua izan duzu gaia.

Bai, hala da. Heriotza, bizitzaren azken etapa da. Zenbait gauza ezin dira aurrez erabaki eta beste zenbaitek hausnarketa eskatzen dute.

Norbanakoaren desio eta balioak kontuan hartzea oso garrantzitsua da. Hitzaldiaren helburua ez zen dokumentua egitera bultzaraztea, heriotzaz modu askeagoan hitz egitea baizik, eta gure bizitzaren bukaera ahalik eta modu duinenean gauzatzea. Zaintza Aringarrietan (Paliatiboak) lana egiten dugunok pertsona artatuentzat gertutasuna zein garrantzitsua den egunero frogatzeko aukera izaten dugu.

Hitzaldi hauek kanpaina baten parte dira?

Ez. Gu ari gara gai hau lantzen. Nik neuk herrikideak ezagutzen ditut eta hitzaldia haiei eskaini nahi nien. Lagungarria izango zela espero dut.

Bejon dizula! Eta noiz erabaki zenuen departamentu horretan sartzea?



Kasualitatea izan zen. Nik espezialitate moduan Onkologia egin nuen. Zaintza Aringarrietan mediku faltan zebiltzan egun batean, laguntzera joan behar izan nuen. Benetan gogorra izan zen. Ikasketetan komunikazioa ez da lantzen eta albiste txarrak ematea kudeatu behar duzu derrigorrez. Gai horri sakon heldu behar niola orduan konturatu nintzen.

Gaiz aldatuta. Medikuntza aukeratu beharrean, beste ikasketa bat aukeratu beharko bazenu, zein aukeratuko zenuke?

Enpresaritza.

Irabazten atera gara!

Pentsionistak Martxan taldea

VIII. ARDO DASTAKETA

ZESTOAN APIRILAK 1 Polikiroldegiko
aterpean

12:30ETATIK 14:30ETARA

UPATEGIAK: Aimarez -G. Aldazabal -Monteabellón -Rioja Bordon -G. de Olano
Aitaren -Caecus -Ondalan -Zudugaray -Ramon Bilbao -B. Mazuela

PINTXOAK: Maisor - Basatxerri -Lopene harategia

Musika

USTE
KAB
FANFARREA
-ERAZ-

LAIK
ZESTOA
Antolatzailea

Bazkideen artean zozketa eginda, ondorengo lau hauei tokatu zaizkie bina lagunentzat ardo dastaketarako txartelak: Aitor Ossa Rissanen, Odei Unanue Irastorza, Ibon Aldalur Unsain eta Alaitz Unanue Zabala (Laiak dendan jaso beharko dira txartelak)



Bai saiatzen naiz, baina ez da erraza. Orain marrubi garaia da, ba marrubiak...

leire uranga
20 urte



Normalean bai, baina garaian garaikoa zer da? Urte guztian egoten diren gauza batzuk ez dira garaikoak, baina beti jaten dugu. Hala ere saiatzen gara.

aitor gonzalez
51 urte



Saiatzen naiz garaian garaikoa jaten. Orain garai guztietan dago dena, eta batzuetan nahastu egiten gara. Tarteka tranpa egiten dugu.

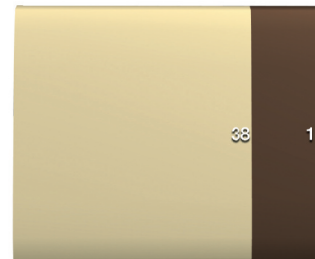
nora lasa
39 urte



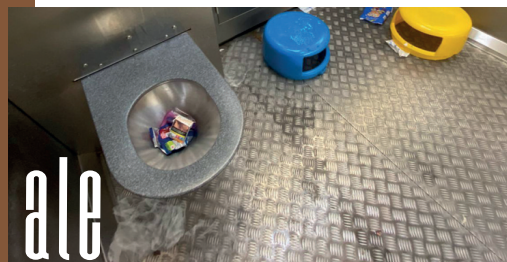
Bai saiatzen gara. Baratza daukagu eta horrek eragina dauka...

juantxo zabala
40 urte

Garaian garaikoa jaten saiatzen al zara?



■ Bai
■ Ez



ale

Gurutzeko komun publikoa ez da txukun zaintzen



ate

Zubimusu kalean asfaltatu egin dute

ARRAUN

Martxoa

24 OSTIRALA
Odol ateraldia
16:30etatik aurrera.

25 -26 ASTEBURUA
Pirinioetara irteera.

Agiro Mendi Kluba.
26IGANDEA
Erniarraitzek antolatuta,
Bertso Trama, Alaia Martin

eta Aitor Bizkarrarekin. Gai jartzaile: Jon Gurrutxaga. Sarrera 10 euro.

28 ASTEGARTEA
17:30ean "Kontaidazu ipuin bat".

30 -01 ASTEBURUA
Oinarrizko elikagaien bilketa.

APIRILA

01 LARUNBATA
VIII. Laiak ardo dastaketa.

02 IGANDEA
Haurrentzako mendi irteera.

04 ASTEGARTEA
"Tortura Euskal Herrian" jardunaldien baitan, "Karpeta urdina" dokumental emanaldia eta egileekin solasaldia, Portale Kultur Elkartek eta Zestoako Sarek antolatuta.

13 OSTEGUNA
Argiola Energia Komunitateko bilera.

14 OSTIRALA
Kafe tertulia
Arrobean.

16 IGANDEA
Santa Engraziara
irteera.

*0 PORRAK BAKEAN
PROGRAMA HARRERA

FAMILIA BILA. Wadna taldeak beste urte batez Oporrak Bakean ekimena jarri du martxan. Programari esker, errefuxiatu sahararrek uda Euskal Herrian igarotzeko aukera izaten dute. Ekimenaren helburuak, besteak beste, haurrak udako baldintza gogorretatik aldentzea, haien osasun egoera hobetzea, oinarrizko osasun azterketak egitea eta hurrei beste kultura, hizkuntza edo errealitate bat ezagutzeko aukera eskaintzea dira. Interesatuak jarri harremanetan 650 966 698 telefonora deituta.

Ga ZELEKUKO APIRILEKO ESKAINTZA

1-28 Udaleku irekietako, kirol udalekuetako eta uda gazteko izen-emateak. Informazioa: www.zestoagazte.zestoa.eus

1 Aste Santuko ekintzetako izen-emateak, gaztelekuan. DBH eta 3. zikloa.

13 Sukaldaritza-tailerra: patata-tortila, gaztelekuan (DBH eta 3. zikloa). Izena emateko azken eguna: apirilak 1.

14 Salting-Iruña-ra irteera, gaztelekutik (DBH eta 3. zikloa). Irteera: 12:00etan, gurutzetik. Itzulera: 18:00, gurutzean, (10€). Izena emateko azken eguna: apirilak 1.

18 Zestoako udalekuetarako aurrez aurreko izen-emateak gaztelekuan. 17:00etatik 19:00etara.

20 ETA 27 Sukaldaritza-tailerra: brownie-ak, gaztelekuan (3. zikloa). Izena eman behar da.

22 Sukaldaritza-tailerra: brownie-ak, gaztelekuan (DBH). Izena eman behar da.

28 Zestoako udalekuetarako aurrez aurreko izen-emateak gaztelekuan. 17:00etatik 19:00etara.

BARBANTXO Aisialdi Taldea:

Apirilak 21: Aizarnan eta Zestoako herrigunean.
Apirilak 28: Arrobean.



Ekain haurreskola
zubimusu 18, behea
943 897 150

irailean haurreskolan hasteko
matrikulazio epea
apirilean zabalduko da
izen ematea
apirilak 11-maiatzak 9



ZERO URTEREKIN HASTEN DA BIDEA
LEHEN URRATSA



**Fisioterapia
Osteopatia**

943 29 08 99

Torbio Altzaga 20 - 22 20740 Zestoa

Surya Paz Marticorena



Osteopatia - Kirol masajea

605 765 140 Portale kalea 1, Behea B - 20740 ZESTOA (Gipuzkoa)

Gesalaga kalea 20
Zestoa 20740



MIZU
Hertz Klinika

mizuclinicadental@gmail.com
ZURINE ECHEBERRIA RENOBLES COLEG. 797
IDOCIA ECHEBERRIA RENOBLES COLEG. 868

Telf.: 943 14 78 28



ZESTOAKO SAN JUAN FUNDAZIOA
1919-2019

Bidezarra, 5 20740 Zestoa 943 147 006
e-posta: zestoakosanjuan@gmail.com
www.zestoakosanjuan.blogspot.com

Taxi Zestoa



9 Eserleku
Eneko 603 394 729 Joseba 670 431 906



GISASOLA
EGOITZA - RESIDENCIA
Torbio Altzaga 6 - Zestoa
943 897 077 / 688 842 848 residenciagisasola.com



Botika - Laborategia
ZURUTUZA

Gesalaga kalea 8, Zestoa tel./fax 943 147 006
WhatsApp: 661590009 farmazu@farmanorte.org



Gestoria Zubia

M^a Jesus Zubia Olaizola
Portale kalea 7, behea - 20740 ZESTOA
Tel./FAX: 943 897 070



LINTERNERIA
SANTA CLARA

Tel. 943 851 868
e-posta: lintsantaclara@hotmail.com



KIMUBAT

— PAISAIA

Edozein lorategira egokitzen den
atsedenleku freskagarria!

EREMU ZAIENETAN
ERE ERAIKI DAITEZKE!

EZ DA OBRARIK
EGIN BEHAR

PISCINE
LAGHETTO®

Zure ametsetakoa gunea!

- ✓ Eraikitze eta kentzeko erraza
- ✓ Garraio eta muntaketa erraza
- ✓ Erdi lurperatuta jartzeko aukera
- ✓ Aldapadun eremuetarako proposak
- ✓ Ez dute obra baimenik behar
- ✓ Lorategirako altzariak ere izan daitezke
- ✓ 5 urteko garantia materialetan
- ✓ Espazio bakoitzera egokituta