

KORONABIRUSA ATZOKO DATUAK

GIPUZKOAN

503 positibo berri
15.278 positibo guztira* UCln EAEn

2.098 hildako EAEn

NAFARROAN

586 positibo berri
26.934 positibo guztira

666 hildako
44 UCln Nafarroan

*HERNANIN 494 (+9), ASTIGARRAGAN 136 (+8)

"Historikoki errepresio garai bat bizi dugu, eta hori ez da amaitu oraindik"

Jaiotzez valentziarra da Sangines, baina Bilbon bizi da orain eta katalana eta euskera ikasi ditu. Hizkuntza-asetibitatea lantzeko tailerra eskainiko du gaur Biterin, 17:30etatik 20:00etara bitartean. Izena eman daiteke, alde aurretik.

HERNANI GEMMA SANGINES

Zer dira TELP ikastaroak?

Izenak katalanez *Taller D'espai Lingüístic Personal* esan nahi du. Bakoitzaren espazio linguistikoa lantzeko tresna bat da. Sortzailak psikologoak gara eta psikologiaren ikuspegitik pentsatzen genuen hizkuntza gutxituek zer bait egin behar genuela egoera aldatzeko. Tailer hori herrialde katalanetan sortu zen, baina 2006garren urtetik Euskal Herrian konferentziak egiten eta ikastaro hau ematen hasi ginen.

Tailer hau hizkuntza-asetibitatea lantzeko tresna bat da. Nahi dugun moduan jokatzeko gizarte gaitasun bat erakusten ahaleginduko gara. Hori da, hain zuzen ere, modu orokorrean, asertibitatea. Mehatxurik gabe eta modu erosoan jokatzeko datza. Adibidez, norbaitek azterketa baino egun bat lehenago apunteak eskatu eta zuk ezetz esaten jakitea da asertibitatea. Are gehiago, aitzakiarik gabe eta modu zuzenean eta errespetuz, ezetz esaten jakitea da. Arazo hori askotan izaten dugu eta garrantzitsua da hori lantzea. Ez du zerikusirik jatorra izatearekin; alderantziz, besteak zer pentsatuko duen beldurrik izan gabe, norberaren pentsamenduaren eta nahiaren arabera modu ireki batean jokatzeko datza.

Zergatik dago horrelako tailerrak sortzeko beharra?

Ez garela herrialde «normal» batean bizi. Euskaldunon eskubide linguistikoa murriztuta daude eta ez dugu bidea hain argi ikusten. Ikastaro honen sor-

tzaileek detektatu genuen betiko hiztunetan eroso sentitzen ez diren egoera asko sortzen direla egunerokotasunean, hizkuntzaren erabilerarekin zerikusia zutenak. Alegia, hizkuntza gutxitua dutenen pentsamenduan aurreiritzi asko daude eta horrek eragiten du egunerokotasuneko edozein egoeratan deseroso sentitzea. Horren harira, esan beharra dut administrazioan lan haundia dagoela egiteko hizkuntzaren normalizazioaren alde, baina hiztunok ere badugu zeregina horretan.

Adibide moduan jarriko dugu, esaterako, herrian bertan azal-kolore beltza duen pertsona batekin topatu eta zer galdera egin pentsatu beharrean, lehenengo gauza izatea gure buruari galdezea ea euskeraz jakingo duen ala ez. Hori oso neketsua da.

Zehazki zer landuko duzue?

Azalpen psikologikoa ikusiko dugu lehenik. Hau da, ikasiko dugu ea euskal hiztunei zergatik gertatzen zaizkigun aurretik aipatutako egoera horiek. Gero, kasu horiei aurre egiteko zer baliabide ditugun landuko dugu, bakoitzaren behararen arabera. Eta azkenik, hizkuntza-asetibitatea zer den ere ikasiko dugu. Horretaz gain, ariketa praktikoa bat ere egingo dugu ostiraleko saioan.

Nola antolatuko duzue ikastaroa?

Lehenengo zatian, presentziala izango den horretan, aurrez aipatutako alde teoriko hori landuko dugu. Eta bigarren zatian, berriz, 7 orduko jarraipena izango da. *Webinar* (web eta semi-



Gemma Sangines, TELP ikastaroetako sortzailleetako bat.

narioa) baten bidez egitea espero dugu. Horrek lau atal izango ditu: eredu estrategikoa zer den; arrakastaren egunerokoa zer den eta nola landu ikasiko dugu. Hone tan errefortzu positiboa oinarri duten aldaketak identifikatzen ikasiko dugu; alderdi kognitiboa martxan jarriko dugu, argudioak eta aurreiritziak lantzeko eta, azkenik, hausnarketa atala izango dugu. Esperientziak mahaigainean jartzea eta elkarbanatzea izango da bigarren atal honetako azken helburua.

Nori dago zuzendua?

Ez dago adin zehatzik ikastaroan parte-hartzeko. Baldintza bakarra da kontzientzia linguistikoa izatea: euskeraz bizi nahi izatea.

Zergatik da ezagutzaren eta erabileraren arteko aldea hain haundia?

Historikoki errepresioa bizi izan genuen garai batean, eta hori ez da amaitu gaur egun. Gainera, eredu asertibo gutxi ditugu, aurrez esan dudana moduan. Eta horretaz gain, aurreiritzi asko ditugu. Askotan pentsatzen dugu,

adibidez, polizia bati euskeraz hitz egiteagatik zer gertatuko den. Edo medikuarengana joan eta itxura latinoamerikarra duelako, euskeraz jakingo ote duen edo ez galdetzen diogu gure buruari. Eta guztien artean penagarriena da kasu batzuetan pentsatzen dugula euskeraz egitea edukazio txarrekoa dela...

Zer da 'estres linguistikoa'?

Oso kontzeptu simplea da. Adibide batekin azalduko dugu: frantsesa baldin bazara eta Frantzia bizi bazara, frantsesez hitz egingo duzu eta listo. Baina hizkuntza gutxitua dugunoi gertatzen zaiguna da, aurrez-aurre norbaitekin bagaude, burutik pasatzen zaigun lehenengo gauza izatea aurrean dugun horrek euskeraz ulertuko didan ala ez. *Ulertuko al nau? Zer hizkuntzatan?* Erabaki permanente horrek nekea sortzen du, eta egoera bakoitzean sistematikoa da. Zigor moduko bat da, oso neketsua... Eta guk, gizakiok, zigorrak saihestera ohitura gaude eta, beraz, errazena egiten dugu askotan: zuzenean erderaz hasi.

Postua paratzeko izenematea gaur arte zabalik

GOIZUETA AZOKA

Azaroaren 8an eskualdeko azoka egingen da, bertako nekazari eta artisauek parte hartuko dute. Herriko nekazari eta artisauek beraien ekoizpen eta produktuak saltzeko aukera izanen dute eta horretarako udaletxean apuntatu beharko dira. Gaur da horretarako azken eguna. Azoka honetan salmenta postuak soilik izanen dira eta ez da azotarik izanen.

Azkenaurreko saioa, gaur

ASTIGARRAGA UDALA

Guztira 8 saio antolatu ditu Udalak, aurrekontu partehartzailen prozesurako. Gaur azken-aurreko izango da Udaletxeko plazan, arratsaldeko 16:00etatik 17:30etara bitartean.

Kontzentrazioa gaur, Zinkoenean

HERNANI PRESOKA

Asteroko dinamika berreskuratu nahian, gaur arratsaldeko 20:00etan kontzentrazioa egingo dute Zinkoenean, presoen senitarteko eta lagunek.

Gripearen aurkako txertoa, martxan

EREÑOTZU GRIPEA

Atzo goizean gripearen aurkako txertoa 35 pertsonen jarri zuten Ereñotzun.

Haur eskoletako erabiltzaileentzat, dirulaguntzak

ASTIGARRAGA DIRULAGUNTZAK

Haur eskoletako erabiltzaileen-tzako dirulaguntzak emateko deialdi publikoa abian da, eta datorren ostirala da eskaera aurkezteko azken eguna.

· Zure konfiantzazko fisioterapia zentroa ·

KIMERA
Fisioterapia - Osteopatia

www.kimerafisioterapia.com

Hernani - Astigarraga - Donostia

· 638 421 060 ·



Orain whatsapp zerbitzua ere eskuragarri zure hitzordua hartzeko

EGURALDIA
GAUR Temperatura jaitsi egingo da eta iparraldean euria egingo du. Goizaldean zaparrada batzuk botako ditu, baina goizak aurrera egin ahala, hego-mendebaldeko haizearekin, ostarte batzuk ikusiko ditugu. **Min.13° / Max.19°**

BIHAR Barnealdeko zenbait bailara lainoan esnatuko dira, baina desegin ostean eguzkia nagusituko da edonon eta zerua nahikoa oskarbi egingo da. Gauean hego-mendebaldeko haizea zakartu egingo da eta bolada gogorrekin joko du. **Min.11° / Max.21°** (euskaletan)



TAXIAK: 943 550093 (Hernani) 622 222 343 (Astigarraga) 948 514037-948 514019 (Goizueta) **UDALTAINGOIA:** 943 248900 (Hernani) 943 335230-699 487 587 (Astigarraga) **DYA:** 943 464622
AUTOBUSAK: **Garayar:** 943 556658 **Areizaga:** 943 452708 **Korroa Goizueta-Hernani:** 948 514037 **ANBULATORIOA:** 943 006666 - 900 203050 (Hernani) 943 335644 (Astigarraga) 948 510800 (Goizueta) **Egunez:** **A. Etxebarria** Andre kalea, 48 (Hernani) **943 551793** **Gauz:** **Urrutia** Etxeberri, 1 (Hernani) **943 557738** **Goizueta:** Nagusia 64 **948 514353**



Zaintza lanak demokratizatzeke, lehenengo jardunaldia gaur Hernanin

Bi saio antolatu dituzte Beterri-Buruntzako Udalek eta Emaginek. Gaurkoa Milagrosan izango da eta biharkoa Biterin. Izena eman behar da, aurretik.

HERNANI BERDINTASUNA

Beterri-Buruntzako Udalek eta Emaginek bi jardunaldi antolatu dituzte Hernanin, zaintza lanak demokratizatzeari begira. Sortu den ikerlan hau, Beterri-Buruntzaldeko zaintzaileen egoeraren eta dauden baliabideen gaineko diagnostikoa da. Hori horrela, ikerketari buruzko azalpenak emateko eta zaintzaren egoerari buruz hitz egiteko jardunaldiak antolatu dira Hernanin, eta gaur izango da lehen. Milagrosan egingo da jardun-

naldia, arratsaldeko 17:00etatik 20:00etara bitartean. Bigarrena, aldiz, bihar izango da Biterin, 10:00etatik 14:00etara. Itzulpen zerbitzua egongo da eta, hortaz, euskeraz eta gaztelaniaz izango dira saioak.

Zaintza erregimenaren diagnostikoa eta ekintzarako proposamena lau helburu nagusirekin sortu du Emaginek: zaintzari buruzko iruditeria eta bere balioa ezagutzea; zaintzaileen egoera eta beharrak ezagutzea; zaintza lanak sozializatzeke eta kolektibizatzeke bide berriak sortzea;

zaintza lanetan daudenen aitor-tza, auto-afirmazioa eta ahal-duntze prozesuak laguntzea.

Gaurko eta biharko jardunaldiek, hiru helburu

Diagnostikoa egin eta eraldaketarako proposamen batzuk bildu ondoren, jardunaldiak antolatu dira gaur eta bihar Hernanin. Hiru helburu dituzte saio hauek: diagnostikoa ezagutaraztea eta gaiarekiko interesa piztea; eskualdean eraldaketa prozesua abiarazteko interesa eta pres-tutasuna dutenak saretzea eta antolatzeke mugari izatea; eraldaketarako proposamenak herri-arrarekin kontrastatzea. Jardunaldietara joateko izena eman behar da aurrez, emagin.eus-en edo 943 590 902 telefonoan. **K**

EAEko Auzitegi Nagusiak ez ditu bilerak 6 pertsonara mugatuko

Neurri horrek «oinarrizko eskubideak urratzen» dituela eta «lege babesik» ez duela ebatzi du. Eusko Jaurilaritzak, atzotik hasita, 5 eguneko epea du helegitea aurkezteko.

URUMEA COVID-19

Eusko Jaurilaritzak talde bilerak mugatzeko hartutako erabakia atzera bota du EAEko Auzitegi Nagusiak, eta ez du baimendu bilerak 6 pertsonara mugatzea. Horren aurrean, Gotzone Sagar-duk Eusko Jaurilaritzako Osasun sailburuak adierazi du Euskadin azken 24 orduetan izan diren mila koronabirus kutsatu-

berrien ondorioz, «are beharrezkoagoa» dela 6 pertsona baino gehiagoko elkarte sozialak debekatzea. Horregatik, EAEko Auzitegi Nagusiak neurri hori ez aplikatzea «ulertzen zaila» dela uste du. Bere aldetik, Urkulluk bat egin du Sagarduiren argudiaketarekin eta helarazi du EAEko Justizia Auzitegi Nagusiak hartutako erabakia onartzen duela, baina ez dau-

delo ados. Izan ere, bere ustez, ebazpen judizialak «ateak itxi nahi dizkio Alarmaren Estatu deklaratzeko ez duen edozein neurri».

Nafarroa itxita, atzo gauerditik
Atzo gauerdian sartu ziren indarrean Nafarroako gobernuak ezarritako neurri murriztaileak, eta lanagatik, ikasketengatik edo senide baten zaintza arazoengatik izan ezik, ezingo da lurraldetik atera. Urumea bailarako Arano eta Goizuetako herri-arrarekin ere hamabost egunez bete beharko dute foru arauak ezarritakoa, azaroaren 4ra arte. **K**



Txirrita eskolako komunitateko kideak, gurasoak, ikasleak eta irakasleak.

Jangelen grebari, atxikimendua

EREÑOTZU GREBA

«Enplegu eta segurtasun eske» jo zuten grebara atzo Arabako, Bizkaiko eta Gipuzkoako eskoletako jangeletako langileek. Segurtasuna, lan baldintzak eta enplegua bermatzeko eskaera egin zuten. Ereñotzuko Txirrita eskolako komunitateak grebari atxikimendua adierazi zion, eta frontoian bildu eta argazki bat atera zuten pankarta batekin «Jangeletako zerbitzua bermatu! Murrizketarik ez» leloarekin. Argazkian, Txirritako komunitateak hartu zuen parte, eta baita guraso, ikasle eta irakasleek ere.

Zipotza mendi taldeak lehen irteera, igandean

Goizeko 09:30etan abiatuko dira Zipotzatik, eta lau ordu inguruko 12 kilometroko ibilaldia egingo dute.

ASTIGARRAGA MENDIA

Astigarragako Zipotza mendi taldea sortu berri da, eta etzi dute taldearen aurkezpena eta antolatutako lehen irteera. Egoera konplikatua den arren, ibilaldiarekin «aurrera egitea» erabaki dute. Herriko ibilbide bat egingo dute, PR-Gi 209 izenekoa: 12 kilometro eta lau ordu inguruko

iraupena izango du.

Segurtasun neurri guztiak bermatuko dituzte txangoan eta horregatik, beharrezkoa izango da maskarilla jantzita eramatea. Horretaz gain, aldaketa txiki bat egon da plangintzan. Izan ere, ibilaldiaren amaieran hamaiketako egin ordez, pintxoak banatuko dira eskatutako edariarekin. «Bakoitzari berea banatuko zaio, segurtasun neurriak kontuan izanda. Horrela, bakoitzak bere edariarekin bere pintxo izango du».

Zipotza mendi taldeak herri-tarrak animatu ditu, igandeko ibilaldian parte hartu dezaten. «Coronavirusak ez gaitzala gelditu, jarrai dezagun bizitzen elkar zainduz». **K**

Bertan behera, biharko mendi ibilaldia

GOIZUETA MENDIA

Biharko antolatutako mendi irteera bertan behera uztea erabaki du Arainburu mendi taldeak. Nafarroako Gobernuak indarrean jarritako neurri murriztaileak kontutan hartuta, segurtasun neurriak betetzeko «zailtasun handiak» ikusten dituztela adierazi dute.

Saskibaloia partidua gaur, kiroldegian

ASTIGARRAGA SASKIBALOA

Partiduz josita dator asteburua, baina gaur ere norgehiagoka izango da kiroldegian. Arratsaldeko 19:40etan emakumezkoen Mundarrok Az Casa de la Riojaren aurka lehiatuko da.

AEKn lekua dago talde batzuetan

HERNANI AEK

Hernaniko AEKn talde hauetan lekua dago oraindik. Hasiera-maila: astelehen eta asteazkenak 09:30-12:30 edo astelehen, astearte eta asteazkenak 18:00-20:00. Erdi-mailako mintza taldea: astelehen, astearte eta asteazkenak 09:30-11:30. Goi-mailako taldea (azterketarik ez): astearte eta ostegunak 17:00-19:00. Udalak diruz lagundu du, %70 arte langilea bazara eta %90 arte ikasle, langabetu edo jubilatua bazara. Izenemateak: Larramendi 11, helbidean.

Zirt edo zarteko norgehiagokak, gaur

ASTIGARRAGA ESKU PELOTA

Eskuz binakako 3 partidu erabakigarri jokatu dira gaur Astigarragako frontoian, 19:00etatik aurrera. Kadeteen bigarren mailak Ilunpe 1 izandu du aurkari; jubenilen lehenengo mailak Lapke 2; eta nagusien lehenengo maila Epleren aurka arituko da. Jubenilen eta seniorren partiduak oso garrantzitsuak dira, kategoriko lehenengo postua irabazteko aukerak dituztelako eta horrekin, Gipuzkoako Txapelketako azken fasea ia ziurtatuta izango dute.

IRAGARKI MERKEAK

Hernaniko okindegi batean euskaraz dakien saltzaile bat behar dugu dendarako, jardunaldi osoan. **Deitu goizez 609543900ra 10tatik 14tara.**
Erioguardan eramateko menua. GAUR: Barazki menestra - Oilar xerrak frijitua limoi saltsarekin - Sagar tarta. BIHAR: Arroza zopa barazki, langostino eta mejilloiekin - Mingaina saltsan patata frijituekin - Natillak. **10,5 €.**
Iñigo Royo Masajista. Masajea, naturopatia, osteopatia, kinesologia, reiki, homeopatia, akupuntura,... **Deitu: 943 33 28 94 - 626 80 76 33 (Agustindarren plaza, 4)**