

Pandemiak herritarren egunerokoa bete-betean gelditu zuela urtebete igarota, Kronikak urte honetan guztian gertatu denaren errepasoa egin du.



Martxoa, 2020



Martxoa, 2021



**ZURE
PINTURA
DENDA**

Akarregi poligonoa
3.pabilioia 3-A Hernani
943 52 16 50
basmodec.com

Elkarrekin aterako gara egoera zailenetatik ere

PINTURAK



Etxe barrurako
Kanporako
Egurra babesteko
Nahi duzun kolorea

**PAPER
PINTATUAK**



FATXADAK



LAMINATUAK



Martxoak 6

Euskal Autonomia Erkidegoan eta Nafarroan aurreneko kasu positibo berri eman ondoren, koronabirusa ez kutsatzeko neurriak hartu zituen Hernaniko Udalak, adinekoen egoitzan.

Martxoak 13

Osasun larrialdia ezarri zuen Eusko Jaurlaritzak, eta eskolak eta tabernak itxi zituzten bailara osoan. Txotx denboraldia bertan behera geratu zen.

Martxoak 14

Alarma egoera eta konfinamendua ezarri zituen Espainiako Gobernuak. Ezinbesteko joan-etorriak egiteko bakarrik atera zitezkeen etxetik: behar-beharrezko erosketak egitera, lanera, adinekoak, adin txikikoak edo menpekotasuna zutenak zaintzera, edo osasun zentroetara. Berehala sortu ziren bolondres sareak eta zaintza taldeak bailarako herrietan, haurrak zaindu eta adinekoei erosketak egiteko. Eta etxeko bakoietatik, makina bat ekimen jarri ziren martxan, entretenitzeko. Bertan behera geratu ziren Eusko Legebiltzarrerako hauteskundeak, apirilaren 5ean egitekoak zirenak.

Martxoak 19

Aurreneko positibo berri eman zuten bailarako herrietan: Hernanin 3 kasu eta Astigarragan 2.

Martxoak 26

Desinfekzio lanak egiten hasi ziren Hernanin, Astigarragan eta Goizuetan, eraikin publikoetan zein kaleetan.

Apirila

Behar gehien zutenentzako, elikagai banaketak egin zituzten. Hernanin, aurreratu egin zuten Elikagai Bankuaren banaketa, apirilaren aurreneko astera. Astigarragan apirilaren 21ean egin zuten, eta Goizuetan hurrengo egunean.

Apirilak 5

Aste Santuko mezak, YouTube bidez ematen hasi zen Urumea Harana Pastoral Barrutia, Hernani, Ereñotzu eta Astigarragako elizkizunen ordez.

Apirilak 26

0-13 urteko haurrak kalera ateratzea baimendu zuen Espainiako Gobernuak, heldu baten laguntzaz, egunean behin bakarrik eta 09:00etatik 21:00etara. Ezin zuten beste haur batzuekin elkartu.

Maiatzak 2

Deseskalatzearen 0 fasea. Paseatzera eta kirola egitera ateratzea baimendu zieten herritarrei: paseatu etxetik kilometro bat urrunduta gehienez, eta kirola egin herriko mugen barruan. Ordu tarte jakinetan egin behar zen, gainera: 70 urtetik gorakoak, 10:00-12:00 eta 19:00-20:00 orduetartean; 0-13 urtekoak, 12:00etatik 19:00etara; eta 14-69 urtekoak, 06:00-10:00 eta 20:00-23:00 ordu tarteetan. Aranon eta Goizuetan, 5.000 biztanle baino gutxiago izanda, ez zuten ordutegi mugarik.

Maiatzak 11

Deseskalatzearen lehenengo fasea aktibatuta: denda eta tabernak zabalik, eta kalean 10 laguneko taldeetan elkartzeko aukera. Gipuzkoan herriko mugen barruan ibili zitezkeen, eta Nafarroan herri-ateratzea ere baimendu zuten.

Maiatzak 17

Igandeko mezak eskaintzen hasi ziren berriro, bailarako elizetan: Astigarragan, Ereñotzun, Goizuetan eta Hernanin. Aranon, oraindik ez.

Maiatzak 21

Maskarillen erabilera derrigortu zuen Espainiako Gobernuak, segurtasun distantzia mantendu ezin zen kasuetan.

Maiatzak 18-ekainak 9

Pandemia osoko bolada onena izan zen Gipuzkoan: 23 eguneko epean, bi kasu positibo besterik ez ziren izan.



Martxoak 9 (2021)

Euskal Autonomia Erkidego osoan zehar mugitzeko aukera eman zuen Jaurlaritzak.

Urtarrilak 25 (2021)

Herrietako mugak itxi zituzten EAEn, eta eremu gorrian zeuden herrietan, ostalaritzak ere itxi behar izan zituen ateak. Une horretan, eremu gorrian zegoen Hernani (urtarrilaren 22tik), eta astebete beranduago sartu zen Astigarraga, otsailaren 2an. Otsailaren 10ean atera zen eremu gorritik Hernani, eta 18an Astigarraga.

Otsailak 15 (2021)

Ondoz ondoko herrietara mugitzea baimendu zuen Eusko Jaurlaritzak. Nafarroan ez zegoen horrelako mugarik, lehenago ere.

Abenduak 29

Aurreneko txertoak iritsi ziren Hernaniko Bexen Medicalen egoitzara, eta hurrengo egunean hasi ziren jartzen, EAEko adinekoen egoitzetan.

Urtarrilak 13 (2021)

Egun horretan egitekoa zen txotx irekiera ekitaldia, otsailaren 5era atzeratu zuten Astigarragan. Gero, bertan behera geratu zen hori ere, sagardotegiek zabalitzeko aukerarik ez zutelako. Hernanin ere, bertan behera geratu zen txotx irekiera.

Abenduak 12

EAE osoan barrena mugitzea baimendu zuen Eusko Jaurlaritzak. Autonomia erkidegotik kanpora joateko, berriz, justifikantea beharrezkoa zen.

Abenduak 24

Gabon arraroari eman zitzaion hasiera. Olentzerok eta Mari Domingik, leku finko batean eta distantziak mantenduz egin zieten bisita herritarrei. Afari eta bazkarietan, berriz, mugatua zen etxe bakoitzean elkartu zitezkeen lagun kopurua: EAEn, 24an eta 27an 10 lagun, eta 31n eta 1ean 6; Nafarroan, berriz, lau kasuetan 10 lagun gehienez ere. Tabernek eta komertzioek, berriz, arratsaldeko 18:00etan itxi behar zituzten ateak. Urtarrilaren 5ean, Goizuetara bakarrik egin zuten bisita Errege Magoek.

Ekainak 8

Mugikortasuna EAE osora zabaldu zuen Eusko Jaurlaritzak, desekalatzearen hirugarren fasea hastearekin batera.

Ekainak 13

San Antonio egun berezia izan zuten Ereñotzun: festa faltan, bertsolariak eta txistulariak ibili ziren etxez etxe, giroa alaitzeko.

Ekainak 14

Auzoz auzo egin zuten San Joan jaietako preludea, herriko musikari eta abeslariak. Antzerakoak izan ziren festak ere: auzoz auzoko musika saioak, eta emanaldi bat edo beste kiroldegian eta Atsegindegin, aforoa kontrolatuta.

Uztailak 12

Apirilean atzeratutako hauteskundeak egin ziren, Eusko Legebiltzarrerako. Bozkatzera joan ziren herritarrak, maskarilla jantzita, txandaren zain metro eta erdiko tartea utzita, eta sarrera-irteeretan eskuak garbituta.

Uztailak 16-17

Maskarillaren erabilera derrigortu zuten kalean eta espazio itxietan, distantzia tartea edozein izanda ere, Gipuzkoan uztailaren 16an, eta Nafarroan hurrengo egunean.

Uztailak 23

Aurreneko kasu positiboa detektatu zuten Goizuetan. Pandemiaren hasieratik, 6 izan dira guztira.

Uztailak 25

Ezohiko Santioak izan ziren Astigarragan eta Aranon. Astigarrarek, eserita ikusteko emanaldi batzuk izan zituzten, herriko hainbat txokotan. Aranon, berriz, ez zen ospakizunik izan.

Uztailak 28

Oarso kaleko etxebizitza bloke bat konfinatu zuten Hernanin, zenbat kasu positibo eman ondoren. Bertako bizilagun guztiei PCR probak egin, eta denek negatibo emanda, hurrengo egunean kendu zieten konfinamendu agindua.

Abuztuak 15

Amabirjin jairik gabeko egunak izan ziren Goizuetan, eta aurreko urteetan bizitakoak ekarri zituzten gogora.

Abuztuak 17

Kasu positiboaren gorakadagatik, osasun larrialdia ezarri zuen Eusko Jaurlaritzak, eta neurri berriak hartu zituen Nafarroako Gobernuak ere. Horrela, 10 pertsonara mugatu zuten taldean elkartzeko aukera, berriro ere; eta 1,5 metroko distantziak errespetatu behar ziren taberna eta jatetxeetan.

Abuztuak 31

Aurreneko kasu positiboa detektatu zuten Hernaniko adinekoen egoitzan. PCR probak egin zizkieten egoiliarrei eta langileei, eta 38 positibo izan ziren guztira: 26 egoiliar eta 12 langile.

EKAINA UZTAILA ABUZTUA

AZAROA URRIA IRAILA

Azaroak 2

13-40 urteko herritarrak deituta, baheketa masiboa egin zuten Hernanin, kiroldegian, hiru egunez. Guztira, 2.981 PCR proba egin zituzten, eta 51 positibo detektatu ziren.

Azaroak 27

Taberna eta jatetxeak zabaltzea baimendu zuen Nafarroako Gobernuak, baina soilik terrazak erabili.

Azaroak 30

Eremu gorritik atera ziren Astigarraga eta Hernani.

Urriak 22

Nafarroako sarrera eta irteerak debekatu zituzten, arazoitutako kasuetan izan ezik. Tabernak eta jatetxeak ere, itxia agindu zuen Nafarroako Gobernuak.

Urriak 23

Neurri gogorragoak ezarri zituen Eusko Jaurlaritzak, eremu gorrian zeuden herrietan: dende eta tabernek itxita behar zuten 21:00ak eta 08:00ak bitartean, eta herritik ez ateratzea aholkatu zien biztanleei. Une horretan, eremu gorrian zeuden Astigarraga eta Hernani.

Urriak 25

Alarma egoera ezarri zuen Espainiako Gobernuak, berriro ere. Etxeratze agindua eman zuen, gaueko 23:00etatik goizeko 06:00etara; eta 6 pertsonara mugatu zituen bilera sozialak. Gainera, neurri berriak hartzea baimendu zien autonomia erkidegoei. Horrela, eremu partikularretan biltzea debekatu zuen Nafarroako Gobernuak; eta soilik norberaren herrian edo ondokoetara mugitzea baimendu zuen Eusko Jaurlaritzak.

Irailak 8

Ikasturteari hasiera emanez, eskolara bueltatu ziren ikasleak, modu presentzialean, baina neurri berezietan: maskarilla, distantzia tartea, tenperatura hartzea...

Irailak 12

Erribera kulturgune berria inauguratu zuten Astigarragan, ekitaldi berezi batekin, baina aforoa mugatuta. Maskarillarekin aritu ziren kantuan, abesbatzetako kideak.

Urriak 16

Aurreneko kasu positiboa izan zen Aranon. Guztira, 5 kasu bakarrik izan dira ordutik.

Urriak 18

Gaztelekua zen lokala utzi zion Astigarragako Udalak Osakidetza, Joseba Barandiaran plazan, gripearen aurkako txertoa jarri eta PCR probak egiteko bertan.

Urtebeteko pandemiaren kronologia



KAYLEE VASQUEZ
15 URTE

«Ez dugu normalitatea berreskuratu»

«Institutuan harrapatu zigun itxialdiak, etxera bidali ziguten eta dena bertan behera geratu zen. Klaseak online hasi ziren eta horretara ohitzea zaila egin zitzaidan, baina azkenean, hartu nion erritmoa. Hasierako hilabeteak gogorak egin zitzaizkidan, erosketak egiteko ama eta biok gaizki ibili ginelako. Bakarra atera zitekeen erosketak egitera eta ezin genuen elkar lagundu. Zaila zen egoera eta beti kexatzen nintzen, normalean egiten nituen ekintzak ezin nituelako egin. Ordenagailuz geratzen nintzen lagunekin. Itxialdia pasa eta gero hasi gara geratzen, baina ez dugu normalitatea berreskuratu».



ARANTXA KORTABERRIA
82 URTE

«Ongi eraman dut urtea, niretzat ez da asko aldatu»

«Hasieran, etxean mugitu gabe, adin honekin ez zen xamurra izan, baina gero ongi eraman dut urtea. Jendearen, adinaren eta bakoitzaren egoeraren arabera desberdin eramaten da. Hurrekin egon ala ez, etxeetan zailagoa da, baina adin batetik aurrera eramangarriagoa da. Ni bakarrik nago, baina beti daukazu jendea inguruan, bizilagunen bat erosketak egiten dizkizuna... Eta alde horretatik ongi eraman dut. Egia da psikologikoki eta buruari eragin diola egoera honek. Hori bai, nora joan eta jendearekin nola egon neurtzen duzu. Gimnasia egitera joaten naiz berriz ere, horretarako aukera dagoenez».



MARI LOURDES URIALDE
66 URTE

«Kontuz ibiltzen gara»

«Ebakuntza baten ondoren harrapatu zidan konfinamenduak. Ezin nuen etxetik mugitu derrigor-tuta sei hilabetez; beraz, alde horretatik, ez zen asko aldatu. Itxialdia eta gero, egunerokotasuna askorik aldatu ez den arren, ez dugu bidaiatu, Suediara joan behar genuen eta ez da posible izan. Bestela, kafea hartzen dugu goizean goiz, jende gutxiago dagoenean. Eguerdian jende asko ibiltzen da eta gu etxera goaz. Kontuz ibiltzen gara. Bestetik, nire alaba Azpeitian bizi da eta konfinamendu perimetralean ezin izaten dut bisitatzea joan. Orain, zorionez bai, eta bilobak ikusteko gogoia dut».



LIHER ISASA
20 URTE

«Bizitza ahal dugun guztia probestu behar dugula ikasi dut»

«Klaseak bukatu eta edozein plan egiteko libre nengoenean konfinatu gintuzten. Nire etxeak ez du balkoirik eta airea hartzeko nuen une bakarra, zakarra jaitsi edo erosketak egitera joateko unean zen. Larritasun haundia nuen, kartzela batean sartuta banengo bezala sentitzen nintzelako. Faltan bota dudun gehiena, lagunekin eta familiakoekin egotea izan da. Oso gogorra egin zait konfinamendua. Funtsean, bizitza ahal dugun guztia probestu behar dugula ikasi dut, ez baitakigu noiz kendu ahal diguten askatasuna, berriro ere».



LEANDRO MINER
70 URTE

«Faltan bota dugu anaiari bisita gehiago egitea»

«Ereñotzun, auzotik aparte geratzen den etxe batean bizi garenez, konfinamendu zorrotzik ez dugu bizitu guk. Eta tabernarako afiziorik ere ez dugunez... Baina anaia bat daukagu erresidentzian, eta bisitak egiteko mugak izan ditugu. Bi egunetik behin joan gintezkeen anai-arrebak, txandaka, eta faltan bota dugu berarekin gehiago egotea. Ondo zegoela esaten ziguten, eta tira, sinetsi behar. Horrez gain, bolan eta tokan ere aritzen naiz, eta askok ezagutzen dugu elkar hortik. Haiekin harremanik ez izatea ere botatzen dugu faltan. Ea laster hasi gaitezkeen tiraldiak egiten berriro».



JEXUX MARI MUJIKA
73 URTE

«Orain jende gutxi dagoen tokietan ibiltzen naiz»

Jexux Mari Mujikak ez du askorik nabaritu pandemia bere eguneroko bizitzan. «Nik primeran eraman dut. Jubilatua nago eta bizitza ez zait asko aldatu. Musika eta baratza dira nire aisialdiko guneak eta horrekin jarraitu dut. Gero, itxialdia amaيتutakoan, paseoak egiten ditut eta ahal dela distantziak eta babes neurriak hartzen ditut. Jende gutxi dagoen tokietan mugitzen naiz, adibidez, atletismoko pistaren inguruan. Ariketak eta ikastaroak egitera ere joaten naiz astean zehar, ostiraletan izan ezik. Hiru-lau ordu egiten ditut. Ez dut arazorik eta aktibitatea mantendu behar da».

Pandemia

Nola bizitu duzu Zer aldatu da

Dagoeneko urtebete igaro da, 2020ko martxoaren 14an derrigortuak beteak gelditu zuen herritarren noranzkoa eta, halaber, aurrera egin ahala, neurriak malgutzen joan ziren, oso pixkanaka baimena eman zuen Gobernuak. Deseskaladako zero fasea izan zuten hurrek, helduek, adinekoek eta mendekotasuna zutenen honetan, oraindik ere etxeratze agindua dago eta beste herrietara eskatzen duelako. Kronikak Urumea bailarako hainbat herritarrekin ondorio ateratzen dituzten galdetzeko. Batzuen testigantza positiboak, koronabirusak ona den zerbait utzi duelakoan,



NEREA OLLOKIEGI
52 URTE

«Beste Nerea bat ezagutu dut urte honetan»

«Asko ikasteko aukera eman dit egoera honek. Beste Nerea bat ezagutu dut, izan ere, gaztetatik oso soziala izan naiz, kalean asko ibiltzen nintzen, jende askorekin egotea eta momentuak partekatzea asko gustatzen zaidalako. Kontu honek egoera hori gutzit mugatu zuen, baina, nire harri durarako, oso gustura egon naiz. Ordu asko eman behar izan ditut etxean, bakarrik, eta honek martxa bat jaisteko aukera eman dit. Nire buruari buruz hausnartu dut eta beste Nerea batekin egin dut topo. Etxetik lana eginez ere oso gustura sentitu naiz, eta inoiz ez nuen halakorik pentsatuko, taldean lan egitera ohituta nagoelako».



AGUSTÍ SERRES
40 URTE

«Eta, bat-batean, ezer gabe geratzen gara»

Agustí Serresek negozioa itxi behar izan du aurtengo urtean. «Lanaren aldetik oso urte txarra izan da, baina, beste aldetik, gauza asko ikasi ditut. Urte aberatsa izan da ikuspuntu horretatik. Batzuetan pentsatzen dugu dena daukagula, eta bat-batean, ezer gabe geratzen gara. Gogorra izan da». Hala ere, Agustí Serresek itxialdia ongi eraman zuen eta ondorengo egin zaio gogorrago. «Gero eta okerrago eraman dut. Hasieran ez nuen sinistu ere egiten, baina gero ikusi dut jendea nola gaixotu den, beste batzuk hil ere bai, eta gogorra da. Espero dut pandemia amaitzea eta horretarako txertoak egotea».



JOSE MANUEL MUÑOZ
51 URTE

«Lanean, erosotasun aldetik, hobera egin dugu»

«Jende gehienarentzako garai txarra izan den arren, lan arloan nire kasuan erosotasun aldetik hobera egin dut telelana egiten baitut Aranon. Lehen, lanera Donostiara joaten nintzen eta orain, horren beharrik ez daukat. Bestetik, gurasoak Donostian bizi dira eta arrisku egoeran daude, adinekoak dira, gaixo daude eta zaintza behar dute. Kezka hori areagotu egin da. Kutsatuz gero, arriskua haundia litzateke. Bikoteak ere Aranon egiten du lan eta egoera antzekoan gaude. Gure bizitza herrikoa da eta horrek asko lagundu du. Hala ere, badakit jende asko gaizki ari dela pasatzen. Kontaktu fisikoaren falta nabaritzen da».



ISA LOPEZ
56 URTE

«Nire egunerokoa eta bizitza gutxi aldatu da»

Pandemia aldaketa askorik eragin dion jendea ere badago. Hori da Isa López astigartarraren kasua. «Nire bizitza oso gutxi aldatu da. Nahiz eta konfinamenduan egon, nire egunerokotasuna enkar-guak egitea da, txakurrarekin buelta ematea eta gauza gutxi gehiago. Hori ere egin nezakeen konfinamendua eta beraz berdin jarraitu dut. Gainera, ez naiz tabernetan ibiltzen eta horrek ere ez dit eragin. Jende askori eragin dio egoera honek, baina azken urtea niretzako aurrekoi ia berdina izan da». Hala ere, egoera bere onera itzultzea nahi du, «horrek gizartearen eragin zuzena izango baitu».



MARTINA ALKAIN
83 URTE

«Ea gazteentzako egoera hobetzen den»

Martina Alkainentzat urte benetan zaila izan da, baina kemena eta bihotz ona soberan ditu. «Urtea gaizki joan zait, orain bi hilabete senarra ohean hilik aurkitu nuen. Ez zen koronabirusaren ondorioz izan. Urte oso gogorra eta zaila izan da, ahazteko modukoa. Gauzak asko aldatu dira nire bizitzan. Semea ere etxean dago langabezian eta egoera honek ez du laguntzen lana bilatzerako orduan. Hori dena bizkar gainean eraman egin behar da. Adin bat badaukatu eta urteak badoaz aurrera. Gero eta zaharragoa naiz eta gero eta gutxiago naiz. Hala ere, ea gazteentzako egoera hobetzen den eta buelta ematen diogun egoera honi».



LUIS GOÑI
47 URTE

«Lanean eta aisialdian gauza asko aldatu dira»

«Urte zaila izan da benetan. Araban egon naiz lanean eta bertara joateko ziurtagiria behar izan dut ia urte osoan. Lanean bertan kasu positiboak izan ziren eta udaran konfinatuta egon behar izan genuen. Hala ere, lanik ez da falta izan, zorionez, eta lan karga berdinarekin jarraitu dugu. Nik ustean dut aisialdian oraindik ere eragin haundiago izan duela. Hasteko lagunartean ezin izan dugu elkartu, kirola ere ezin izan zen egin hilabete askotan etxetik kanpo, gero ere egoeraren arabera herritik ezi zen irten. Gabonetan familiarekin ezin elkartu, seme alabekin mugitzeko baimenak... Dena izan da aldrebesa».

Testigantzak

azkeneko urtea? zure bizitzan?

gorrezko konfinamendu totala ezarri zenetik. Pandemiak bete-
a hiru hilabetez etxean gelditzeko agindua egon zen. Hilabeteek
ta bazen ere; eta, azkenean, maiatzaren 2an, etxetik ateratzeko
zan zen hori, eta kirola egiteko aukera eta paseatzeko aukera
enek. Egun, larrialdi egoera dekretatu zenetik urtebete pasa
nainbat neurri betetzea ere derrigorrezkoa da, pandemiak hori
rekin hitz egin du, atzera begiratu eta urtebete honetatik zein
k latzak izan dira, min egiten dutenak. Beste batzuenak, aldiz,
azken 12 hilabetei alde ona ateratzen ahalegindu direlako.

«Aztarnari lanetan hasi nintzenean nire ikuspegia aldatu zen, uste nuena baino larriagoa da»

Berbizne Narbarte goizuetarra aztarnari lanean hasi zen azaroaren 4an. «Positibo gehienek ez dakite non kutsatu diren. Garrantzi handia du jakiteak azken bost egunetan non ibili den».

GOIZUETA BERBIZNE NARBARTE

Urtebete pasa da konfinamendua hasi zenetik. Nola bizi izan duzu urtebete hau osasun langile zaren aldetik?

Egia esan konfinamendua bi modu ezberdinetara bizitu dut. Hasieran, lagunekin afariren bat izaten nuen, tabernara kafe bat hartzera ateratzen nintzenez, Donostira erosketak egitera joaten nintzenez, lasaitasunez hartzen nuen. Uste dut, gehiengoak bezala, nire inguruko pertsonak kutsatzeko arriskua ez nuela ikusten.

Aztarnari bezala lanean hasi nintzenez, berriz, nire ikuspegia zeharo aldatu zen. Gogoan dut, lan honetan hasi nintzen lehen astean, nire lankideekin egon nintzela lana egiteko modua ikasten, eta egin ikusten genituen kasuetan positibo eman zuten gehiengoak ez zekitela non kutsatu ziren. Gutxi gorabehera, hor hasi nintzen ikusten birus hau nik uste nuena baino larriagoa zela.

«Hamar eguneko isolamendua egin behar da eta zazpigarren egunean isolamendua ongi betetzen ari den galdetzen dugu»

Noiz hasi zinen aztarnari lanetan eta nolako da zuen lana?

Azaroaren 4an hasi nintzen. Kasu positibo bat agertzen denean, berarekin kontaktuan jartzen gara. Hasteko, isolamenduko neurriak azaltzen ditugu eta, ondoren, berarekin kontaktuan egon diren pertsonak nortzuk diren galdetzen diogu.

Positibo eman duen pertsonak sintomak izan baditu, sintoma horiek hasi baino bi egun lehenago haiekin egon diren kontaktua hartzen ditugu. Bete ere, musikorik gabe, bi metroko distantzia baino gehiago eta 15 minutu baino gehiago egon baldin bada. Sintomarik izan ez duen pertsona bada positibo eman duena, adibidez, beste norbaiten kontaktu estua, PCR

proba egin baino bi egun lehenago egon den pertsonen kontaktua hartzen ditugu, aurreko irizpidea erabiliz.

Nahiz eta kontaktu estu bezala azken bi egunak hartu kontuan, guretzat berebiziko garrantzia du pertsona hori azken bost egunetan non ibili den jakiteak. Izan ere, garrantzitsua da kutsatze eremua jakitea; eta, horretan, galderak egiteak pista asko ematen ditu.

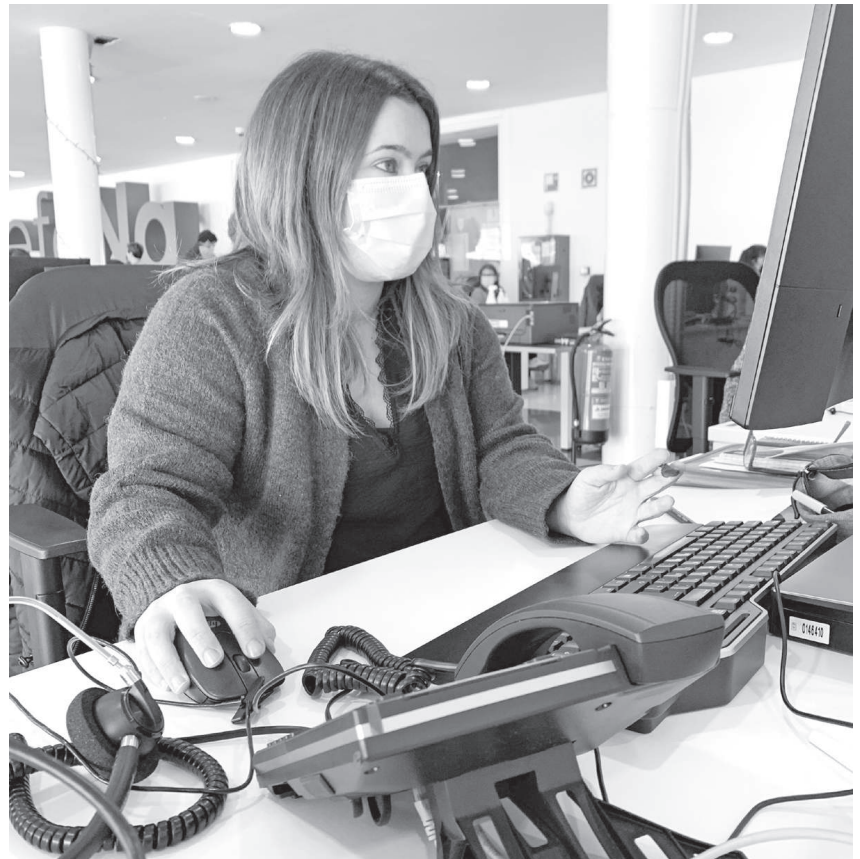
Ondoren, kontaktu guztiekin harremanetan jartzen gara, isolamenduko neurriak azaltzen dizkiegu, sintomarik izan duten edo ez galdetzen diegu, lehenengo PCR proba eskatzen diegu eta laneko baja behar duten edo ez galdetzen diegu. Sistemak berak, positiboaren eta kontaktu estuaren zazpigarren egunean hitzordu moduko bat sortzen du. Horrela, zazpigarren egunean, bigarren PCR probaren hitzordua emateko deitzen diegu. Zazpigarren eguneko dei horrekin, isolamendua ongi betetzen den galdetzen dugu, famili batean kontaktu asko daudenean zaila izaten baita isolamendua behar bezala egitea. Kontaktua horrek hamar egunetara beste PCR bat egingo luke.

Beste alde batetik, esan beharra dut, ni nagoen taldean beste betebeharrak ere badugula. Ni, orain, *rastreo especial* izeneko taldean nabil. Beste erdikidego bateko positiboaren edo positibo horrek kontaktu estua Nafarroan dituen, guri pasa ohi digute abisua eta gu jartzen gara kontaktuan Nafarroako kontaktu estuekin, jarraipena egiteko.

Protokoloak aldatu dira. Orain zer egin behar da positiboren edo negatiboren bat badago etxe batean? Zenbat denbora egon behar da konfinatuta?

Hasiera batean, 14 eguneko isolamendua zegoen zehaztuta. Gaur egun, Nafarroan 10 egun dira.

Etxe batean norbait positibo ematen badu norbait, positiboaren pertsona hori gela batean bakarrik isolatzea da lehen egin beharra. Gure aholkua, positiboak otordu guztiak bere



Berbizne Narbarte goizuetarra, aztarnari lanetan.

«Egoera hobetu da eta begi bistakoa da. Hala ere, oraindik ezin gara erlaxatu, izan ere, oraindik zer gertatuko den datozen asteetan»

gelan egitea izan ohi da, bere komun propioa erabiltzea ahal bada eta ezinezkoa bada, berriz, erabiltzen den bakoitzean ura eta libxibaren nahasketarekin garbitzea; eta, noski, musukoa erabiltzea. Beste aldetik, arropa hainbat txandetan garbitzea gomendatzen dugu eta positiboaren dagoen gelaren aireztapena eta etxe osoko aireztapena ere garrantzitsua dela uste dugu.

Zure etxeko norbait positibo ematen duenean, bere kontaktu estua zara eta ezin zara etxetik 10 egunetz irten. Nafarroan, kontaktu estuei bi PCR proba egin ohi zaizkie. Lehenengoa, positiboaren berri jakin eta berehala izan ohi da normalean; eta, bigarrena, berriz, positiboaren egon zaren azken egunetik kontaktuan hasi

eta 10 egunetara. Hau da, positibo bere gelan isolatu den egunetik 10 egunetara. Etxe berean, kontaktu estu bat baino gehiago baldin badaude, beraien artean neurriak hartzeko gomendioa ere egin ohi dugu. Izan ere, litekeena da denak oraindik kutsatuta ez egotea.

Kasu bitxirik aurkitu al duzue? Jendeak betetzen al dituzte neurriak?

Ez dut kasu bitxirik aurkitu, ez. Isolamenduari dagokionez, nire ustez jendea ahal den egokien egiten saiatzen da. Hau da, emandako gomendioak betetzen. Egia da, oso egoera ezberdinak aurkitzen ditugula eta hainbat eta hainbat familiek ez dutela isolamendua zuzen egiteko aukerarik. Kasu horietan, egoera zehaztasunez aztertzen saiatzen gara eta irtenbide egoki bat bilatzen, denen artean.

Nola dago egoera urtebete eta gero?

Egoera hobetu da eta begi bistakoa da hori. Hala ere, oraindik ezin gara erlaxatu, izan ere, oraindik ez dakigu zer gertatuko

den hurrengo asteetan.

Neurriak murriztaileak edo oraindik eta murriztailegoak izan behar al dira?

Neurriak egokiak direla uste dut. Egia da kutsaketak egunero ematen direla, baina ez dut uste neurriak gaizki daudelako direnik, baizik eta jendeak ez dituelako betetzen.

Gogorra izan al da urtea?

Eta zer une edo garai izan da bereziki gogorra?

Hasiera, batez ere, gogorra egin zitzaidan. Lan honetan hasi nintzenez ez nuen uste, telefonoaren beste aldean zegoen pertsonarekin horrela konektatuko nuenik. Ez dut bizitu egunero 700 kasu zeuden garaia, baina, izan ditut kasu gogorrak.

Nola ikusten dituzte datozten hilabeteak?

Oraindik egin behar asko dagoela uste dut. Egia da txertaketa izango dela klabea, baina uste dut jendea lasaitzeko arriskua ere ekar dezakeela. Dena amaitzeko, beharrezkoa da denok neurriak betetzea eta arduraz jokatzeko. **K**

«Borrokatu egin behar dugu, adinekoek haien familia ikus dezaten»

Laia Mazon hernaniarra, Tolosako lurramendi egoitzan egon zen lanean eta bizitako momentu «gogor» haiek azaldu dizkio Kronikari.



Laia Mazon, erizain laguntzailea, lehen lerroan aritu zen birusaren aurka.

HERNANI LAIA MAZON

Nolatan hasi zinen erizaintzako laguntzaile moduan lanean?

Nik erizaintzako laguntzaile izateko ikasketak burutu nituen, Tolosan eta gero, Begitek klinika oftamologikoko ebakuntza-gelan egin nuen lan. Sei hilabetez lan egin ostean, lana utzi eta ikasketetan buru-belarri jarraitzeko erabakia hartu nuen.

Baina, ez zen denbora askorako izan, pandemia iritsi baitzen. Ikusita pandemiaren ondorioak zeintzuk izaten ari ziren osasungintzan, laguntzeko beharra izan nuen. Horretarako, nik ikasketan egin nituen zentroa curriculum bidali eta lana bilatu zidaten. Segituan, Tolosako lurramendi egoitzatik deitu zidaten eta hortik bi egunetara, lanean hasi nintzen.

Nolako izan da zure esperientzia, pandemian zehar lanean?

Esperientzia gogorra izan da. Hara iritsi nintzanean egin genuen lehen gauza, bi EPI jartzea izan zen. Kapa asko eramaten genituen soinean. Lehenengo, zabor poltsa bat jartzen genuen eta gero, buzo osoa. Horren ostean, eskularru batzuk jartzen genituen eta zabor poltsa bat, mahai-zapi moduan. Esku bakoitzean bi eskularru jartzen

genituen. Pazientez aldatzen genuen bakoitzean aldatu egin behar izaten genuen ia dena. Behin hori guztia jarrita genuela, txanoa, maskara, maskara kirurgikoa eta FFP2 maskara bat janzen genuen, pantaila moduko maskarekin batera.

Ni iritsi nintzen momentuan, niri egokitu zitzaidan pisuan kutsatu bat zegoen. Baina, egunak aurrera zihoazen heinean, gero eta kutsatu gehiago zeuden. Une bat iritsi zen, non paziente bakoitzak bere gelan egon behar zuen itxita.

Hasieran batek eman zuen positibo. Orduan, adineko hori bere gela utzi genuen, kontrolatzeko. Baina, pixkanaka adineko gehiago kutsatzen joan ziren eta orduan, positibo ziren guztiak hirugarren solairura eramaten genituen, negatibo ematen zuten arte. Zoritxarrez, hainbeste ziren hirugarren pisuan, bigarren solairura pasa zela birusa.

Zer sentitzen da, birusa hain gertutik bizitzean?

Nik niregatik ez nuen beldurrik, gehien kezkatzen zidatenak, nire etxekoak ziren. Azkenean, lanetik jarraian etxera joaten nintzen eta ni, nire gurasoekin bizi nintzen. Zorionez, ez da nire kasua izan, ez nintzen kutsatu. Etxera iritsi eta segidan, ahal

nuen hoberen desinfektatzen saiatzen nintzen.

Egia esan, beldur pixka bat sentitu nuen gehien bat, etxekoenegatik eta beste aldetik, nekea. Normalean, hiru egun jarraian egiten genuen lan eta bat edo bi eguneko atsedena izaten genuen. Baina, batzuetan hainbestearinok lana zegoen, lau egun jarraian lan egiten genituela.

Gogoan dut, lau egun horiek jarraian lan egitea, oso nekagarria zela. Azkenean, lan fisiko eta mentala da. Alde batetik bestera korrika genbiltzan eta gero, jendea oso gaizki pasatzen ikusteak ere, eragin handia zuen sikologikoki.

Zerbait erakutsi dizu pandemiak?

Bai, ikasi gauza asko. Bai, lanaren aldetik eta baita, pertsonalki. Ikasi dut, pertsona batentzat zein garrantzitsua den, familia eta sozializatzea. Nire bizitzan ez dut ikusi, lau hilabete bere gelan itxita egon den inor.

Kosta ahala kosta, borrokatu egin behar dugu, egoitzetan dauden adinekoek haien familiak eta maite duten jendea ikusi dezaten.

Lanari dagokionez, gehien ikasi dudana higieena zaintzea, oso garrantzitsua dela da eta gero ere, lan egiteko modu desberdinak daudela. **K**



Robero Dos Santos fisioterapeuta, Kimera zentroan.

Kimera beti zure zerbitzura

URUMEA PUBLIERREPORTAJEA

Kimera Fisioterapiak martxoaren 13an itxi zituen ateak eta 2020ko maiatzaren 6ra arte ez zituen berriro ireki.

Berriz irekitzearen lehen fase hartan, gogoan dugu oso estresatuta geundela Kimera Fisioterapiako langile guztiok desinfektatzeko eta garbitzeko neurri zorrotz horiek mantentzen eta gauzatzen, pazienteei ahalik eta segurtasun eta konfiantza haundiena eskaintzeko. Gainera, eskuratu genituen NBEak (EPIak) mugatuak ziren eta gutxinaka iristen ziren.

Gaur egun, ia urtebeteren ondoren, erne ibiltzen gara, eta protokoloa betetzen jarraitzen dugu, baina modu azkaragoan, zoritxarrez denbora izan baitugu ondo ikasteko.

Zentroetara (Hernani, As-tigarraga eta Donostia) joaten den pazienteari alde aurretik temperatura hartzen zaio eta gel hidroalkoholikoa eskaintzen zaio, desinfektatutako itxarongelara igaro aurretik. Ondoren, tratamendu-gelara igaro aurretik, oinetakoak zolaz desinfektatu eta aurretik egon den pazientearen eta ondoren sartuko den pazientearen artean, alde aurretik desinfektatutako gelara pasatzen da. Era berean, zentroan pazienteak gurutzatzea saihesten dugu, eta ez dira bi paziente bako gehiago egoten itxarongelan.

Bestalde, fisioterapeutek eta administrazioko langileek NBE egokiak ditugu; hala nola, txabusina eta txano higienikoak, eta FFP2 maskarak eta eskularruak, behar izanez gero.

Horrez gain, esan behar

dugu irekiera-datat geroztik, pazienteak Kimera Fisioterapiaren lehen bezala sartu direla, pazienteek hartutako neurriak onartu dituztela eta behin baino gehiagotan eskertu dizkigutela. Seguru sentitzen dira eta protokoloarekin «erlaxatu» ez garela ikusten dute.

Atentzioa eman digun eta normaltasunera itzultzea espero dugun zerbait aipatzearen, zera esan behar dugu: kirolariak diren pazienteen beharakada izan dugula, lehia-probak murriztu edo bertan behera geratu direlako; eta, bestalde, osasuna gehiago zaintzen duen pazientearen perfila handitu dela.

Halaber, etxean kudeatzeko zaila den «teletelana» duten pazienteak zentroan sartu izana nabarmendu nahi dugu; izan ere, batzuetan, ez ditugu behar diren baliabideak eta neurriak etxean lana egiteko. Ondorioz, bizkarreko min biomekanikoak eta zerbi-kalgia izaten dira.

Horrekin batera, Covid-19aren ondorioak dituzten pazienteen beste fluxu bat dago, giharretako min lausoak, beheko gorputz-adarretako paresiak, muskuluetako atrofiak, eta abar dituztenak.

Amaitzeko, esan beharra dago Kimera Fisioterapiako fisioterapia-talde osoak AstraZeneca txertoaren lehenengo dosia hartu dugula, eta ondoren, data heltzen denean, bigarren dosia jarriko dugu. Horrekin, are gehiago lagundu nahi dugu, eta gure hondar-nola, txabusina eta txano, pandemia kontrolatzeko eta, behingoz, gure pazienteekin normaltasunez egon ahal izateko.

ARTOLA
HARATEGIA

Denok batera lortuko dugu honi aurre egitea

Andre Kale 20
· Hernani ·
Tlf.: 943 05 54 89

PINEDA
HARATEGIA

Elkarrekin egingo dugu aurrera

Andre kalea, 32, Hernani
943 55 16 43

KIMERA
Fisioterapia · Osteopatia

HERNANI
ASTIGARRAGA
DONOSTIA

Zentralita - Whatsapp
943 321 586 / 638 421 060
7:00 - 20:00

www.kimerafisioterapia.com

«Zerbitzua ez genuen eskaini guretzat betegarria zelako; esparru horretan hutsunea zegoelako baizik»

Konfinamendua ezarri zenean sortu zen Hernaniko Zaintza Taldea, herritarrei laguntza emateko asmoz. Leire Moreno boluntario lanetan egon zen, eta esperientziaren berri eman dio Kronikari.

HERNANI ZAINZTA TALDEA

Pasa den urteko itxialdia ezarri eta berehala sortu zen Hernaniko Zaintza Taldea. Ehunka herritarrek bakarrik eta isolatuta eman beharko zituzten zetozen asteak eta, ondorioz, laguntza emate aldera, hainbat boluntario talde hori osatu zuten. Hasieran, lau lagun elkartu eta deialdia luzatu zuten. Hurrengo bilerarako, 15 bat lagun bildu ziren Tilosetan, zer egingo zuten eta nola egingo zuten adosteko. Gerora, 70 pertsonako sarea osatu zuten, boluntario lanak egiteko. Jomuga zen behar zuten hernaniarrei enkarguak etxera eramatea, haurrak zaintzea, txakurra paseatzea eta hitz egiteko beharra zuten horiei deitu, entzun, hitz egin eta babesa ematea. Denera, 70 boluntariotik gora izan ziren talde horretan, eta Leire Moreno izan zen horietako bat.

Alor horretan «hutsunea» sumatu zutelako batu ziren herritar horiek guztiak, eta horrexegatik sortu zuten, hain justu, Hernaniko Zaintza Taldea. «Difusio kartelak egin genituen eta zer gertatuko zen eta nola egingo genuen ondo ez bagenekien ere, guztiok elkartu ginen eta, esku-hartzea beharrezkoa zenez, antolatuta eta eskariak egiten hasi ginen», azaldu du Morenok. Ekaina bukaerara arte egon ziren enkarguak egiten eta zerbitzua eskaintzen, eta esperientzia «polita eta beharrezkoa» izan zela kontatu du hernaniarrek.

Egiteko horretarako, Udalean baimen bereziak eskatu zituzten. Horrekin, aseguru zibila izan zuten bolondres aritu ziren guztiak eta, beraz, alde horretatik ez zuten arazorik izan, egingadako akreditatua zegoelako. «Txarteltxo batzuk eman zizkiguten, udalaxearen zigorilarekin, eta ez genuen inolako ez-beharrik izan».

«Taldea anitza sortu genuen»

Itxialdia luzea izango zela ikusita eta egoerari erantzuna eman behar zitziola jakinda, herritarrek segituan jarri zuten beraien hondar-alea. «Hasieran,

Urumea Herrigunean ibiltzen garen 4 kideri bururatu zitzaigun taldea sortzea. Berehalakoa izan zen eta nahiko naturalki, gainera», kontatu du hernaniarrek. Egunak pasa ahala, taldea haundituz joan zen, adin guztietako eta hainbat kulturatako herritarrekin. «Oso talde anitza sortu genuen. Gaztea, helduak eta kultura guztietako jendea zegoen», azpimarratu du.

Aukera zabalda eskaini zieten hernaniarrei. «Kronikan eman genuen horren berri, kalean kartelak jarri genituen eta WhatsApp bidez ere zabaldu genuen mezua», helarazi du. «Batez ere etxerako enkarguak egiteko deitzen ziguten eta kasuren batean ere, klase partikularrak emateko». Azken esperientzia hori «oso ona» izan zela adierazi du Morenok; «atzeritar askok ez dakite euskera eta itxialdia iragarri zutenean, beraien seme-alabei etxeko-lanekin nola lagundu ez zekitela gelditu ziren». Hori ikustean, Amher harremantetan jarri zen Zaintza Taldeko kideekin, arazoari konponbidea ematen saiatzeko. «Gurekin jarri ziren kontaktuan eta beraien bitartez lortu genuen laguntza hori behar zutenengana iristea. Gainera, jendeak errepikatu egin zuten eta harremanak ere sortu ziren, bolondresen eta familia horien artean».

Antolatzeko tresna gisa WhatsApp eta Telegrama erabili zituzten. «Taldea motorea Telegraman genuen eta bi mugikor genituen: batetik, niri helitzen zitzaizkidan bolondresak izan nahi zutenen mezuak; eta, bestetik, beste taldekide batek herritarren eskariak jasotzen zituzten. Orduan, guztia antolatzeko genuen eta WhatsAppean bolondresekin genuen taldean idazten genuen, ea nor zegoen prest enkargua egiteko. Hurrengo pausoa izaten zen zerbitzua egingo zuenari idaztea edo deitzea, eta esatea nora joan behar zuten eta zer egin behar zuten», zehaztu du. «Taldea horretan jartzen genuen enkargua egitea behar zuen herritarren helbidea, eta horrekin, bolondresak aukera zuten jakiteko ea beraien etxetik urrun ala gertu zeuden».



Leire Moreno Hernaniko Zaintza Taldean aritu zen boluntario lanetan, joan den urteko konfinamenduan.

«Espero genuena baino eskari gutxiago izan genituen»

Laguntza emateko prest zeuden boluntariotik ez zen falta izan, baina eskariak, ordea, gutxi izan ziren. «Gure esku zegoena egin bagenuen ere, ez genuen baliabiderik herritar guztiengana heltzeko. Esan bezala, Kronikan eman genuen gure berri, eta kartelak ere jarri genituen herrian barrena. Hala ere, agian hernaniar guztiak ez dute egunkaria irakurtzen edo ez dituzte kartelak ikusten». Dena den, Morenok argi utzi du, eskaera gutxi jaso arren, jendea «oso eskertuta» azaldu zela eta jarrera «oso ona» izan zutela enkarguak eraman zizkieten bakoitzean.

Horrekin batera, Morenoren esanetan, jasotako erantzuna «asko» eskertu bazuten ere, ez zuten bolondres lan hori egin beraienez gogobetekoa zelako. «Hori guztia ez genuen egin guretzako betegarria zelako, esparru horretan hutsunea zegoela ikusi genuelako baizik». Era berean, helarazi du horrelako taldeen eta eragileen presentzia «beharrezkoa» dela, baina instituzioen esku utzi beharko litzatekeela pisu haundiena, ardura guztia herritarrei uztea «oso potentzia» dela iruditzen zaiolako. «Ardura haundiko lana da eta ez dute uste herritarrek hartu behar dugunik».

«Uste dut sistema errotik aldatu behar dela, eta interesgarria iruditzen zait gure artean saretzea eta elkartasuna egotea; hau da, bizilagunak zaintzea eta gure lagunak zaintzea, esaterako. Baina, hortik aurrera, gure esku ez dauden pandemia beza-



Leire Moreno hernaniarra, 2020ko apirillean, herritar bati enkargua egiten.

lako egoera potoloetan, esku hartu behar dutenak instituzioak direlakoan nago».

Kontatu duenez, Hernanin Zerbitzu Sozialek eskaini dezakete zaintza eta arreta zerbitzua, «baina lanez gainezka daude eta ez dira iristen». Edonola ere, horri konponbidea emateko, «horrelako kasuetan ondo legoke langile gehiago kontratatzea edo beste baliabideren bat izatea».

Taldea ez da desegin

Itxialdia ezarri zenetik hilabete batzuetara, Hernaniko Zaintza Taldera telefono dei gutxiago heldu ziren eta egun, ez dute ez me-

zurik, ez deirik jasotzen. «Dagoneko irten daiteke kalera eta egin daitezke erosketak eta bestelako enkarguak». Hala eta guztiz ere, WhatsAppen bolondresen taldea desegin ez dutela aipatu du Morenok. «Badaezpada ere utzi genuen hor, noizbait horrelako zerbait berriz ere gertatuko babiliz, laguntzeko prest egongo ginatekeelako». Horrekin batera, aipatu du herritarren batek orain laguntza eskatzen badu edo eskariren bat egiten badu, zaintza taldekoez boluntarioen taldera idatziko luketela, «egoera puntual horretan ea mesedea nor egin dezakeen jakiteko». K