

Irunero

471.
2026ko martxoa



**Isa Muguruza,
Ilustratzailea:**

“Instagramengatik
izan ez balitz,
ziurrenik ez
nintzateke
ilustratzailea izango”

Nutrizioa eta Entrenamendu Osasungarria

- ~ Naturopatia
- ~ Fitoterapia
- ~ Emozioen kudeaketa

Zaindu gorputza barrutik



IRUNEN ZENTRO BERRIA

Nineulife · The Wellness Corner

Eskatu doako balorazioa gaur

Eguzkitzaldea kalea 29, behea IRUN

nineulife.com · 📞 667 014 743

aurkibidea

- Bertatik Bertara** - Mintzapraktika **4**
- Kalean Bai** - V. Ricardo Gómez Txapelketa **6**
- Oiassotik Irunera** - Emakumeen identitatea Erromatar munduan **7**
- Inauteriak **8**
- Naan Home **10**
- 24. Korrika badator **12**
- Isa Muguruza **14**
- Mondragon Unibertsitatea **20**
- Argoiak **21**
- Caser Residencial **22**
- Bertso jarriak** **23**
- Denbora pasak** **23**
- Kirola** - Olatz Elizasu **24**
- Kirola** - Julen Mujika **26**
- Beti Gazte** - A&B Shows **28**
- iGazte** **30**
- Kultura** **31**



ELKARRIZKETA: **24. KORRIKA BADATOR** 12



KIROLA: **OLATZ ELIZASU** 24

irunero

Erredakzioa:
Ainara Berges
erredakzioa@irunero.eus

Administrazioa:
Joseba Arozena

Zuzenketa:
Aitor Lete

Publizitatea:
Amaia Terrazas
Ion Otxoa
Joseba Arozena
(jarozena@irunero.eus)

Diseinua eraberritzea eta maketazioa:
Maialen Sayans

Inprenta:
Antza

Argitaratzailea:
837 comunicaci3n y publicidad S.L.
www.837comunicacion.com

ISSN: 1134-0606

Lege gordailua: SS-230-94

Tel: 943042052

Webgunea: irunero.eus

Erakunde honek Irunero diruz laguntzen du:

Hezkuntza, Hizkuntza Politika eta Kultura Sailak (Hizkuntza Politikarako Sailburuordetzak) diruz lagundua:

Erakunde honek Irunero diruz laguntzen du:



BEGI-BISTAN



81 ESKU-HARTZE

2025ean zehar Babes Zibilak 81 esku-hartze egin zituen; aurreko urtean baino 10 gehiago.

Iazko urtean Babes Zibilak 1.909 orduz egin zuen zerbitzu, 650 ordu gehiagoz aurreko urtean baino; alegia, % 51 gehiago.



45.000 URTE

Oiasso Museoak "Neandertalen gainbehera duela 45.000 urte: krisi klimatikoa eta Homo sapiens espeziearen etorrera" erakusketa inauguratu du.

Neandertalen gainbeherari buruzko aldi baterako erakusketa maiatzaren 31ra arte egongo da ikusgai.



100 SAIO

100 saio bete ditu aire librean margotzea sustatzea bilatzen duen USK-Garabateando Bidasoa egitasmoak.

Junkal Alfonsok gidatutako taldea hilabeteko hirugarren igandean eskualdeko txokoren batean elkartu ohi da goizeko 11:00etatik 13:00eta margotzeko.



15.000 PERTSONA

Avenida zubia Memoria Demokratikoaren Leku izendatzen duen plaka jarri dute Irunen.

1936ko gerraren ondorioz, kalkuluen arabera, 15.000 lagun inguruk zeharkatu zuten muga puntu horretan, Hendaiarako bidean; gehienak emakumeak eta haurrak.



50 BAT PALMONDO

Irungo Udalak laguntza eskatu die herritarrei palmondoei eragiten dien mokodun gorriari aurre egiteko.

Udalaren titulartasuneko 19 aletan ez da izurriaren zantzurik aurkitu, baina hirian badira titulartasun pribatuko 50 bat palmondo.



500 EURO

June Martin Sanchezek irabazi du "Ibaia izena duen herrialde bat" Mugaz Gaindiko Arte Digitaleko Lehiaketa.

"Ardea, maxima regina aquarium" izenburua duen lana saritu du 500 euroko sariarekin.



SALMENTA-ALOKAIRUAK - PROMOZIO BERRIAK - AHOLKULARITZA

Beraketa kalea, 17 | (+34) 943 64 64 12 | info@inmobiliariaolaizola.com
20302, Irun | www.inmobiliariaolaizola.com





BERTATIK BERTARA

“ETA EUSKARAZ EGITEN BADUGU?” LELOPEAN MINTZAPRAKTIKAK EUSKARA MINTZAKIDEAK BATU NAHI DITU

Irungo Udaleko Euskara zerbitzuak, Taupa euskaltzaleen mugimendurekin elkarlanean, Mintzapraktika egitasmoaren edizio berria jarri du martxan. Aurten, “Eta euskaraz egiten badugu?” lelopean, irundarrak euskara praktikatzera eta hizkuntza eguneroko zaletasunekin uztartzera gonbidatu nahi dituzte, erabilera erosotasunetik eta lagunarteko giroan sustatzeko. Izen-emateak berriro aktibatu ostean, Mintzapraktikak bidelagun izango direnen behar berezia du orain, talde berriak sortu ahal izateko.

Maritxu Arakistain, Mariam Muguruza, Aurora Holgueras, Joseba Arza eta Pakita Etxegoien Esnaola mintzalagunak dira. Zehazki, bi talde ezberdinetan elkartu ohi dira Irungo mintzalagun hauek, baina, helburu berarekin: euskara praktikatzera. Bakoitzak ibilbide ezberdina egin du euskara ikasteko prozesuan eta taldera batzeko arrazoiak ere askotarikoak izan dira. Miriam, adibidez, haurrak ikastolara apuntatzerakoan hasi zen euskara ikasten; Maritxuk baserrian ikasi zuen euskaraz, baina hobetzeko beharra ikusten zuen; Aurorak haurdun geratu zenean ekin zion euskara ikasteari; Josebak euskara praktikatzeko beste lekurik aurkitzen ez zuelako erabaki zuen Mintzalagunak egitasmoa batzea. Izan ere, bide ezberdinetatik izan zuten euskara praktikatzera helburu duen egitasmo honen berri: udaleko informazio kanalen, euskaltegiaren, irratiazen edo lagunaren baten gomendioarengatik, besteak beste.

Egitasmoaren funtzionamendua oso erraza da: euskara praktikatu nahi duten pertsonak astean behin elkartzen dira euskaraz aritzeko prest dauden euskaldunekin, bidelagun papera

hartuko dutenekin, hain zuzen ere; horixe da Pakita Etxegoien Esnaolaren kasua. Talde hauen helburua ez da klase akademikoak ematea, baizik eta hizkuntza modu naturalean eta beldurrik gabe erabiltzeko konfiantzazko guneak sortzea. Maritxu Arakistainek adierazi duenez, “talde ezagun batean aritzeak euskaraz hitz egiteko eta praktikatzeko konfiantza handiagoa ematen dizu”. Bide beretik, Aurora Holguerasek aipatu du Mintzapraktika taldeak praktikarako espazio seguruak direla, parte-hartzaile guztiak euskara ulertzeko gai direla ziurtatua baita. Saiok edonon eta edonola egin daitezke, kideen gogoaren arabera: kafe bat hartzen, paseatzen, bizikletan ibiltzen edo mendi irteera batean. Gakoa da euskara eremurik formalenetatik atera eta eguneroko bizitzako ekintzaren parte bihurtzea.

Taupa Euskaltzaleen mugimenduko lantaldea arduratuko da egitasmoaren behar guztiez eta Mertxe Gerriko da programaren arduraduna. Josu Iguñiz Irungo Udaleko Euskara ordezkariak aipatu du “euskaltzaleen mugimenduaren baitan Euskal Herri osoan martxan dauden gainerako mintzapraktika egitasmoetan pilatutako eskarmentua eta esperientzia gehituko dizkio Taupak Irunen orain arte eginiko lanari. Irun euskaltzalea dela argi dugu eta hau da hori erakusteko garaia”.

Taldeak adinaren eta zaletasunen arabera antolatzen dira, kideen arteko konfiantza eta harremana errazteko. Normalean, astean ordubeteko hitzordua izaten dute, baina badaude hamabostean behin edo hilean behin elkartzen diren taldeak ere. Hala ere, Joseba Arzak adierazi du beren taldean gustura aritzen direnez, askotan, ordubate labor

“Nire ikuspuntutik euskara ikasteko modua ez da gramatika ikastea: hitz egitea eta praktikatzera baizik”

Joseba Arza,
Mintzalaguna



geratzen zaiela eta denbora gehiagoz ere luzatu izan dutela topaketa behin baino gehiagotan. Orain, gainera, Euskara zerbitzutik aurreratu dutenez, programak ekintza osagarriak eskainiko ditu urtean zehar, hala nola tailerrak, txangoak eta topaketa bereziak. Beraz, parte hartzeko baldintza bakarrak adin nagusikoa izatea eta euskaraz aritzeko gogoia izatea dira.

Izen-emate etengabea

Urtarrilaren amaieran Mintzapraktika egitasmoarako izen-emate kanpaina iragartzeko prentsaurrekoa antolatu zuen Irungo Udaleko Euskara Zerbitzuak. Horren ostean, 45 lagunek egitasmoa batzeko interesa azaldu dute. Parte hartu nahi duen orok honako bideetatik eman dezake izena: Taupa mugimenduaren webgunean, 688 86 53 98 telefonora deituz edo mpirun@taupamugimendua.eus helbidera idatziz. Izena emateko epeari dagokionez, Udaletxean egindako prentsaurrekoan Mertxe Gerriko azpimarratu zuen, berez, epea ez dela inoiz ixten, eta beraz, uneoro izango da Mintzapraktikara batzeko aukera.

Bidelagun berrien bila

Mintzapraktika egitasmoaren bihotza bidelagunak dira. Euskaraz konfiantzaz hitz egiten duten pertsonak dira bidelagunak, euskara ikasten edo praktikatzeko ari direnei beren denboraren ordutxo bat eskaintzen dietenak. Joseba Arzak aipatu duenez, “Nire ikuspuntutik euskara ikasteko modua ez da gramatika ikastea: hitz egitea eta praktikatzera baizik”. Gaur egun, bidelagunen behar handia du Irunek; izan ere, zenbat eta euskaldun gehiagok eman izena boluntario gisa, orduan eta talde gehiago osatu ahal izango dira.

Orain dela gutxira arte, German Eizaguirre astelehenetako bidelaguna zen, zendu arte. Pakita Etxegoien Esnaola berriz ostegun arratsaldeetan 17:30ean elkartzen den taldean bidelaguna da. “Jubilatu egin nintzen eta, hizkuntzari bultzada eman nahian, nire burua laguntzeko eskaini nuen” adierazi du Pakitak. Irunen jende askok euskara praktikatzeko zailtasunak dituela kontuan izanda erabaki zuen berak

pausua ematea. Osteguneko taldeko bidelagunak azaldu duenez, orain Irungo Udalak Mintzapraktika egin ahal izateko lokala utzi die Palmera

Montero gunean. Dena den, osteguneko taldeko bidelagunak azaldu duenez, “interesgarriago litzateke hiriko erdialdean legokeen lekuren bat lortzea”, izan ere, partaide guztiek topalekura iristeko erraztasun handiagoa izan dezaten.

Mintzapraktikan parte hartuz taldekideek hizkuntzaren erabilera bilakaerarik ote duten galdetuta, Pakita Etxegoienek baietz erantzun du, batez ere, euskara ikasten hasiberriak diren horien nabariagoa baita aldea. Ondorioz, arrazoi batengatik edo bestearengatik norbaitek taldea uzten duenean, lortutako hitz-jarioa modu nabarmenean murrizten da praktika ezaren ondorioz. Hain zuzen ere Aurora Holguerasek gogoratu du hitz egiteko gidoi edo ariketa zehatzik gabe elkartzen direla, eta gehienetan “entzundako gertakariak edo albisteak izaten direla hizketan hasteko abiapuntuak”.

Bidelaguna izatea ez da “irakasle” izatea. Nahikoa da euskaraz naturaltasunez komunikatzea eta bidelariekin hitz egiteko prestutasuna izatea. Bidelagun bezala, mintzakideak laguntzeaz gain, egitasmoak asko ikasteko aukera ematen duela nabarmendu du Pakitak: “gu ez gara irakasleak, moderatzaileak baizik eta txandak banatzeaz edo gaiak proposatzeaz arduratzen gara soilik”. Horien egitekoa sinplea baina eraldatzailea da: euskaraz hitz egiteko beldurra duten horiei segurtasuna ematea eta herrian euskarazko harreman sareak zabaltzea. Hain zuzen ere, bidelagunen egiteko nagusia elkarrizketa sustatzea da, partaiderik lotsatienak ere hitz egiteko txanda aurkitu dezan. Asteko ordubate soil batekin ere eragin handia izan dezake Irungo kaleetan euskara gehiago entzun dadin. Izan ere, Pakita Etxegoien Esnaolak azpimarratu duenez, “Irun euskaldun bat egin behar dugu”.

“Irun euskaldun bat egin behar dugu”

Pakita Etxegoien Esnaola,
Bidelaguna

all4móvil
Asesoría en telefonía y comunicación

LORTU TARIFARIK ONENA TELEFONIA MUGIKORREAN, FINKOAN, INTERNETEN ETA TELEBISTAN

Puiana kalea 30 behea | 652 11 85 97 / 843 63 08 80 | all4movil@all4movil.com | www.all4movil.com



ZURE BIZITZA GUREKIN MARKOZTU NAHI DUZU?

MARKOGINTZA - AHOLKULARITZA - OBRA GRAFIKOA - GURE TAILERRA

KONTSERBAZIO-MATERIALAK - ZAHARBERRITZEA

Geltoki kalea, 13 | info@atrezzo.eus | 943 61 72 98 | www.atrezzo.eus

V. RICARDO GÓMEZ TXAPELKETAK NESKA FUTBOLARIANTZAKO ATALA IZANGO DU LEHEN ALDIZ

San Marcial klubak, Kalean Bai programara atxikita dagoen kirol elkarteetako batek, V. Ricardo Gómez Txapelketa antolatu du. Apirilaren 8tik 11ra bitartean jokatu da. San José Langilea futbol zelaia bilakatuko da kirol ekitaldi honen epizentroa, non benjamin eta kimu kategorietako jokalariek lau eguneko jardunaldian parte hartuko duten.

Aurtengo edizioa historikoa izango da klubarentzat, lehen aldiz antolatuko baita Emakumezkoen Txapelketa bat. David Ruiz San Marcial klubeko koordinatzaileak adierazi duenez, klubarentzako lorpen garrantzitsua da hau, 8 urte behar izan baitituzte klubean nesken taldea sortu ahal izateko: “mutilek eta neskek, denek, futbolaz gozatu ahal izateko aukera izan behar dute”. Izan ere, gaur egun klubak 17 neskato benjaminek osatutako taldea du, emakumeen futbola sustatzeko apustua egin ostean. Emakumeak klubak antolatutako txapelketara batuz, kirol erakundeak berdintasunaren, hazkundearen eta emakumezkoen futbolaren aldeko apustu irmoa berretsi nahi du, kiroltasuna eta laguntasuna oinarri hartuta.

5 edizioen ostean, Aste Santuaren bueltan hirian errotutako hitzordu bihurtu da. Izan ere, Txapelketak klubeko jokalariei zein oinarritzko futboleko kirolariei izen handiko klubetako jokalariekin batera Irunen jokatzeko aukera ematen baitie. Esaterako, Real edo Osasunaz gain, Andorra, Huesca, Santanderreko Racing-a, Eibar, Zaragoza edo Barakaldoko klubetako jokalariekin lehiatzeko aukera aparta da. Egitaraua apirilaren 8an, asteazkena, hasiko da benjamin mailako hiru lehiaketarekin: Benjamin Nesken Txapelketa, 2017ko benjaminak eta 2016ko benjaminak. Hurrengo egunean, apirilaren 9an, 2015ko kimuen taldeen txanda izango da.

Azken txanpari begira, apirilaren 10ean 2014ko kimuen aurrekanporaketa faseka jokatu da. Txapelketaren hitzordu handia apirilaren 11n, larunbatean, jokatu da kategoria bereko azken fasearekin, non irabazlea nor den erabakiko den.

Kirol hutsa baino gehiago

V. Ricardo Gómez Txapelketa futboletik haratago doan egitasmoa da. David Ruizek adierazi duenez, egitasmoaren helburua txapelketan parte hartuko duten gazteek futbolaz kiroltasunez gozatzeko da. Horretarako, kluba Realak sustatutako Joko OK eta Futbol 00 egitasmoen parte da, jokoan errespetua galdu ez dadin, baita harmailetatik ere. Azken batean, David Ruizek gogoratu du 8 eta 12 urte bitarteko 300 edo 400 haur

“Mutilek eta neskek, denek, futbolaz gozatu ahal izateko aukera izan behar dute”

David Ruiz, San Marcial kirol klubeko koordinatzailea

inguruk parte hartuko dutela bertan, emaitza alde batera utzita, futbolaz gozatzeko nahiarekin.

Kirolaz gain, festa giroa ere nagusi da txapelketaren egunetan zehar San

Jose Langilea zelaian. Azpimarratzekoa da, txapelketak izaera solidarioa duela. Beraz, futbola aitzakia da klubeko senideren batekin lotura duen erakunderen bat diruz laguntzeko. Horrela, txapelketan zehar jendea zelaira erakartzeko jardura osagarriak antolatzen dira, hala nola, txosna edo zozketak. “Egunero ia 1.000 pertsona igozten dira zelaitik txapelketa dela eta”. Ondorioz, urte urte txapelketa antolatzeko laguntza lortzea ezinbestekoa zaio klubari. David Ruizek azaldu du babesle izateko asmoz ekitaldiari laguntzeko prest dauden enpresa edo proiektuak ongietorriak direla beti. Era berean, gurasoen, entrenatzaileen eta bestelako laguntzaileen eskua ezinbestekoa da, lan boluntarioaren indarrak batuz, proiektua urtero aurrera eramateko.

Beraz, aurtengo edizioa aurrekoak bezain ondo ateratzearekin konformatzen dira. Horretaz gain, eguraldiak ere bere aldetik zerbait jarri badezake antolatzaileak oso eskertuak egongo dira, azken edizioak euri zaparraden artean igaro dituzte eta.

↓ Argazkia: Añes Goikoetxea



“Egunero ia 1.000 pertsona igozten dira zelaitik txapelketa dela eta”

David Ruiz, San Marcial kirol klubeko koordinatzailea

EMAKUMEEN IDENTITATEA ERROMATAR MUNDUAN

Greziar garaiko gizarte klasikoan emakumeak erabat desagertuta egon baziren ere, esan ohi da erromatar garaian emakumeek leku, indar eta botere gehiago izan zutela. Bai? Egia da, erromatar garaian dibortzioa lorpen handia izan zela -bai, erromatar garaian emakumeak dibortziatu zitezkeen!- baina garai hartako emakumei buruz dakiguna, gehienetan, emakume aberats eta goi-mailakoei buruzko informazioa da. Botere handia edota diru asko zuten familietan jaiotako emakumeen bizitzak eta posizioak ez zuten zerikusirik izango garai bereko eta maila sozial baxuagoko emakumeen egoerarekin, eta zer esanik ez esklabotzapean jaiotakoekin. Eta inperioan barrena, Erromatik urruti, Oiaso bezalako hiri garrantzitsu batean emakumeek zein egoera bizi ote zuten ere, ez dakigu, bereziki jatorriz bertakoak zirenek; pentsa dezakegu, uste hutsa da baina, goi maila lortzen zuten familietako emakumeak ere, erromatar kulturara egokituko zirela. Horrek esan nahi du, erromatarrek egiten zuten modura hartuko zutela emakume horiek izena. Izan ere, Oiasoko garai haietan izenak identitatea ez ezik, jatorria, estatus soziala eta familiaren historia ere adierazten zituzten. Emakumeek ordea, aitaren izena jasotzen zuten. Horrek erakusten digu, gizarte patriarkal horrek, oinarritzkoena zen identitatea ere ukatzen zela emakumei. Livia Druisila. Marcus Livius Drususen alaba zen, eta aitaren Drusus feminizatuta hartu zuen cognomen gisa.

Berez, Oiasoko garaian hiru izen erabiltzen ziren edo tria nomina: praenomen, nomen eta cognomen.

Praenomena familiako izena izaten zen, eta azken garaietan, 20ren bat izen ziren gehien erabiltzen zirenak, esate baterako: Lucio, Cayo, Marco... baina emakumeek ez zuten izen hori jasotzen, eta horrek garbi erakusten du, emakumeek gizartearekiko zuten identitatea mugatua zela.

Nomena, aitaren izenetik hartzen zen, alegia familia-izenaren femenino forma hartzen zuten. Adibidez, aitak Julio izena bazuen, alaba Julia izango zen. Horregatik, inperio osoan oso arruntak ziren Julia, Cornelia, Flavia, Valeria... eta horrelako izenak.

Eta azkenik, cognomena familia berean aitarengandik jasotako izena zuten emakumeak elkarren artean bereizteko, askotan gehigarriak erabiltzen ziren: Maior- nagusia, Minor- gaztea, edo famillian zenbatgarrena jaio izanak ere ematen zion izena, alegia, Prima- lehena, Secunda- bigarrena, Tertia- hirugarrena... Izan hori zein hilabetetan jaio zenagatik ere jaso zezaketen, esate baterako otsailean jaiotzeagatik Secunda izenez ezagutu zitezkeen, bigarren hilabetean jaio zelako. Bestelako ezaugarri asko ere erabiltzen ziren emakume horiek izendatzeko, esate baterako ezaugarri xelebreak, errena izatea, ile gorria edukitzea...

Ezkontzen zirenean, emakume erromatarrek senarraren familiaren zerbizura jartzen ziren, hau da, domus etxearen antolakuntzaz arduratzea eta senarraren familia eta jaioko ziren

seme-alabak zaintzea zen beren eginbeharra, eta horregatik senarraren familiaren izena bereganatzen zuten. Hala ere, aitaren familia senarrarena baino garrantzitsuagoa bazen, emakumeak aitaren izena gordetzen zuten, prestigio handiagoari eutsiz. Gainera, bikotea banatzen bazen, emakumeak bere dote oparora berreskuratzea zezaketen eta berriz ere aitaren etxera itzuli zitezkeen inolako eskubiderik galdu gabe. Hori goi mailako familietan gertatuko zen, baina seguruena, gehiengoaren errealitatea oso bestelakoa izango zen.

Oiason, lehenago aipatu bezala, tokiko jatorri indigena zuten familien kasuan, seguruena ohikoa izango zen izenak latinizatzea edo izen bikoitzak erabiltzea. Adibidez, jatorritzko izen baskoi edo akitaniarrari forma erromatarra ematea, gizartean hobeto integrazteko. Hori da, esate baterako, Andrearriaga estelan ikus daitekeena: Valerius Beltesonis, izen lokala erromanizatua dago, bi munduren arteko zubiak eraikiz: bertako tradizioa eta Erromaren boterea. Baina hemen ere bada bitxikeria bat, izan ere, Javier Velaza adituaren ustez, VALERIA omen da agertzen den izena. Emakume izena.

Gaur egun, hainbat kulturatan, oraindik ere, emakumeak, ezkontzerakoan senarraren abizena hartzen du. Guretzat oso arrotza den ohitura da, baina seguruena erromatar garaitik datorren usadioa izango da. Ala, batek daki, agian Oiasoko emakumeek euren familiaren izenari eusten zioten...



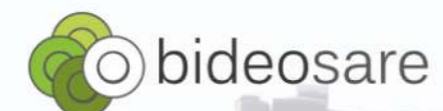
IRUNGO INAUTERIETAKO ASKOTARIKO MASKARAK



ZURE OSASUNA, GURE LEHENTASUNA

FISIOTERAPIA - ERREADAPTATIOA - NUTRIZIOA - PSIKOLOGIA

Hondarribia kalea, 34W | (+34) 623 00 73 21 | info@aurreraklinika.com | www.aurreraklinika.com



IKUS-ENTZUNEZKO PROIEKTUAK - BIDEO GRABAKETA ETA EDIZIOA - MULTIMEDIA

info@bideosare.com | (+34) 680 37 15 66 | www.bideosare.com

NAAN HOME-K ESPAZIO BERRI BAT DU MODAZ PASATZEN EZ DIREN INTERIORISMO-PROIEKTUAK ESKAINTZEKO

Naan Home barne diseinuko estudioa eta altzari showrooma da. Espazioak eraldatzeko behar diren zerbitzuak eskaintzen dituzte, diseinua eta erosotasuna uztartuz. Dica Muebles markaren banatzaile ofizial gisa, sukaldarako eta etxerako irtenbide integralak eskaintzen dituzte, kalitatea eta funtzionaltasuna ardatz hartuta. Andrea Valoriak Lavanderas 8 kaleko espazio berritik eskaintzen dituzten zerbitzuak zerrendatu ditu.

Kontaiguzu pixka bat, nola sortu da zuen proiektua?

Tira, gu arkitektoak gara eta ia 20 urte daramatzagu erreformak egiten, beraz, Naan Home ez da berria, baina egia da beste pauso bat eman dugula showrooma irekiz.

Zer esanahi ezkututzen du zuen izenak, zer da Naan Home?

Beno, ez da dirudiena bezain originala. NAAN hitza nire bazkidearen, Ignacioren, eta nire izenaren baturatik dator, nire bazkidearen izena Ignacio da baina koadrilak Nato deitzen dio eta ni neu Andrea naiz, beraz, Naan hitza Natoren eta Andrearen batura da.

Barne diseinuko estudio gisa, zuen zeregin nagusia bezeroei beren proiektuak garatzen laguntzea da, ezta?

Hori da, aholkularitza profesionala ematen dugu. Nire ustez, funtsezkoa da sektore guztietan, azkenean asko laguntzen baitu ideiak argitzen. Egia da bezeroak ideiak zenbat eta argiago izan, orduan eta errazagoa dela, baina beti eskertzen dute laguntza eta aholkularitza profesionala.

Nola definituko zenuke zuen estiloa?

Gu % 100ean bezeroari egokitzen gatzazkio, azkenean bere etxebizitza delako, bere espazioa eta, beraz, berak nahi duena eskaintzen diogu. Baina egia da ere guk, arkitekto gisa, geure estiloa daukagula eta showroom honetan islatu nahi izan dugula pixka bat. Showroom hau oso arkitektonikoa da, oso denboragabea, eta, aldi berean, beroa, argiztapenarekin asko jolastuz, zurez, harriz eta hormigoiz egindako material nobleekin, arkitektook oro har oso gustuko duguna.

Beraz, zerbitzu guztiz pertsonalizatua eskaintzen duzue, altzariak erosteaz eta muntatzeaz haratago doana.

Hori da, zuk diozun bezala, gaur egun edozeinek eros ditzake altzariak Internet bidez, baina azkenean guk neurritan egindako proiektuak eta neurritan egindako altzariak egiten ditugu. Orduan, hor bereizten gara, altzari horiek bezeroarentzako eskaera baten pean fabrikatzen direlako, ordura arte ez baitira existitzen. Beraz, azkenean, pertsonalizazioa eta bezeroaren beharrek bat datorren diseinu orokorrera egokitzea da egiten duguna, eta horrek markatzen du aldea.

Orain espazio propioa duzue Irungo Lavanderas kaleko 8. zenbakian, eskualdeko bezeroengandik gertuago egoteko.

Bai, garrantzitsua da argitzea kale honek 3 izen dituela: Lavanderas kalea, Gobaraginen kalea eta Gobaragin kalea.

“Gu % 100ean bezeroari egokitzen gatzazkio, azkenean bere etxebizitza delako, bere espazioa eta, beraz, berak nahi duena eskaintzen diogu”

Andrea Valoria, Naan Home

Denda ireki genuenean konturatu ginen izendapen hirukoitzaz, baina azpimarratu beharra dago Google Mapsek aurkitzen duen helbide bakarra Lavanderas izenarekin dela eta gu 8. zenbakian gaude. Gu, hau da, bi bazkideak eta Cristina



barne-diseinatzailea, Irunen bizi gara eta Irunen negozio bat ireki nahi genuen. Kokapen hau asko gustatu zitzaigun espazioaren zabaltasunagatik. Arkitektook eraikin industrialak oso gustuko ditugu, eta, gure ustez, espazio honek eskualde osora iristeko aukera emango digu. Bidasoa eskualdean irekitzen den Dica markako lehen showrooma da. Bezeroei dagokienez, profesionali asko gustatzen zaien marka bat da Dica; orduan, lankide arkitekto eta barne-diseinatzaile asko ditugu markarekin lan egiten dutenak. Eta gero diseinu mota horren bila doan bezeroa ere hor dago noski.

Nolakoa da zuekin lan egiteko prozesua?

Guk proiektu oso ezberdinak egin ditzakegu. Proiektu txiki bat egin dezakegu: egongelarako altzari bat, bainugela bat, armairu bat, etab. Edo eraberritze integral bat, udaletxean obrak egiteko lizentziak eskatzea eta bestelako gauzak suposatzen dituena. Beraz, prozesua proiektuaren tamainaren arabera da pixka bat, txikixegoa edo eskala handiagokoa, nahiz eta egin beharreko urratsak beti berdinak izan. Zalantzarik gabe, garrantzitsua bezeroa ondo ezagutzea da, hori funtsezkoa baita. Horretarako, bezeroarekin ia elkarrizketa moduko bat egiten dugula esan genezake, zer nahi duen, zer bilatzen duen, zer bizimodu duen eta zer behar dituen jakiteko. Hortik aurrera, biltzen dugun informazioarekin, diseinu bat egiten dugu eta 3D bistak sortzen ditugu, planoak ondo irakurtzeko moldatzen ez diren bezeroentzat oso bisualak direnak. Horrela, irudi batean ondo islatuta ikusten dute ideia eta horrekin batera aurrekontua ematen zaie. Horrela, diseinu horri buelta ematen diogu eta bezeroak bilatzen duenera egokitzen dugu.

Proiektuak erakusterakoan, asko laguntzen al du showroomak?

Azkenean, planoen bidez erakutsitako zuzenean bistaratzeko aukera da espazio hau; horregatik, funtsezkoa iruditzen zitzaigun, eta hau sortzeko urratsa egin genuen. Guk urte asko daramatzagu etxebizitzak diseinatzen, eta azkenean materialak eta laginak erakutsi arren, ez da gauza bera altzaria fisikoki muntatuta ikustea, ireki ahal izatea eta itxiturak ikustea; horrek guztiak esperientzia hobetzen du, aldea markatuz. Urteak

generamatzen hori egin nahian, eta, azkenean, pausoa eman dugu, jakin baitakigu funtsezkoa dela bezeroak altzariak eta egiturak fisikoki ikustea.

Dica Muebles markaren banatzaile ofizialak zarete. Zer gustatzen zaizue gehien marka horretatik?

Ba, azkenean gure estiloarekin oso lerrotatuta dagoen marka da. Estilo garaikidea du, baina oso denboragabea da. Tonuak oso beroak dira, eta oso garrantzitsua iruditzen zaigu etxebizitza osorako diseinu integrala izatea; horri esker, etxebizitza osoa altzarien irakurketa berarekin eta estilo berarekin egin daiteke, eta horrek izaera eta nortasun propioa ematen die desberdintasuna markatzen duten proiektuei.

20 urte inguru lanean eraman arren, etengabe eguneratuta zaudete joera berriekin.

Hori bai, jakina, azkenean, gauza guztietan bezala, modan edo sektore guztietan bezala, azkenekoan egon behar dugu, eta berritasun eta joera guztien berri izan behar dugu. Egia da asko gustatzen zaigula joera berriekin egunean egotea, baina behin-behinekotasunean galdu gabe. Hau da, gure lanak modatik inoiz pasatzen ez diren diseinuak dira. Duela 20 urteko edo 10 urteko sukaldeak dituzten bezeroak etorri zaizkigu. Altzarietara atek aldatu nahian edo beren etxeei ukitu berri bat eman nahian datoz, baina sukaldeak bikain daude oraindik. Orduan, jendea pozik dago urte askoren ondoren.

Zein dira etorkizunerako dituzuen hurrengo erronkak?

Beno, irekiera hau erronka handia izan da. Beraz, oraingoz, Naan Homek eskualdean aurrera egin dezan nahi dugu, irundarrentzat edo Hondarribiko jendearentzat eta inguruetatik hurbildu nahi duen edonorentzat erreferentzia-puntua izan dadin. Guretzat aldaketa handia izan da, eta ikusten badugu gauzak ondo doazela, familia gisa hazi nahiko genuke, proiektu gehiago hartu ahal izateko.

“Egia da asko gustatzen zaigula joera berriekin egunean egotea, baina behin-behinekotasunean galdu gabe”

Andrea Valoria, Naan Home



24. KORRIKAN IRUN EUSKARAREN PARTE ERE BADELA ERAKUSTEKO PRESTATZEN ARI DA

24. Korrikak 2026ko martxoaren 19tik 29ra Atharratsetik Bilborako ibilbidea egingo du.

Bidean, "Euskara Gara" lelopean, Euskal Herri osoa zeharkatuko du eta martxoaren 24an eta 25ean igaroko da goizaldean Iruunik. Iazkoan Irun Korrikaren abiapuntu izan ostean, Bidasoaldeko AEKn hasiak dira jada lanean aurtengo edizioa atontzeko. Maddi Sanz Korrikaren arduraduna da bertan eta, euskararen aldeko jarduera masiboa dela eta, esku artean dituzten egitasmoak aurreratu ditu.

23. Korrikan Irun ibilbidearen abiapuntu izan ostean, nola ekin diezue aurtengo edizioaren prestatetei?

Egia esan, duela bi urtekoa zoragarria izan zen. Herria modurik politenean hankaz gora jartzea lortu genuen. Gainera, jende askok parte hartzea lortu genuen, Korrika sare zoragarri bat bihurtzea, alegia. Hortik abiatu nahi izan dugu aurten ere jarraitzeko, dudarik gabe. Prestaketen aldetik, kontuan edukitzeko da, lehenengo eguna denean, eskualdeko Korrika arduraduna izateaz gainera, lehenengo egun horren arduraduna ere bazarela. Hau da, lana handiago da, beraz, langile eta lanordu gehiago ere baditugu. Lehenengo egunean gauza asko antolatu behar dira jende asko aurreikusten duzulako eta aurtengo edizioa aldiz, beste gauza bat izango da. Beste erronka batzuk daude, jendea eguneko ordu txikitari kalera ateratzea ez baita erraza, baina askoz ere lasaiagoa izango da.

Orokorrean, noiz eta nola hasten dira Korrika baten prestatetak?

Korrikaren antolaketa ez da gelditzen; Korrika bat bukatu eta jada hurrengoarekin hasten gara. Korrika apirila edo martxo inguruan bukatu eta ikasturte horretako ekainerako jada hainbat gauza erabakita daude. Horrela, hurrengo ikasturtean, Korrikarik gabekoan, jada ibilbideak prestatzen hasten gara. Beraz, batez ere prestateta orokorrekin loturiko gauzak, ez dira gelditzen eta beste lan batzuk ordea, Korrikaren aurreko hilabeteetan egiten dira.

Zein da tokiko euskalgeien lana antolaketa horren barnean?

"Korrikaren antolaketa ez da gelditzen; Korrika bat bukatu eta jada hurrengoarekin hasten gara"

Hor eskualdeko antolatzen gara. Guk hemen Bidasoa daukagu eta, gure kasuan, Irun eta Hondarribia hartzen ditugu. Gure lana da Korrikak

bertan egingo duen ibilbidea osatzea, antolatzea eta zazitzea. Bestetik, eragileekin harremanetan egotea lekuko-hartzeak antolatzeko. Era berean, eskualdea martxan jartzea: Korrika Batzordeak antolatzea, baita Korrika Txikia eta Gaztea, jendea Korrikarekin lotzeko.



Korrika Irunera iristeko hilabete bat falta denean, zeintzuk dira oraindik aurretik dituzten egitekoak?

Ibilbidea itxita daukagu eta urtarrilean lekuko hartzeak banatzen hasi ginen eta, beraz, martxa onean doa, baina oraindik batzuk libre dauzkagu. Bestalde, Korrika Eguna, Korrika Txikia eta Korrika Gaztea antolatzea falta zaigu, udaletxean baimenak eskatuz, ordutegiak zehaztu eta dena lotzeko. Beraz, zirriborroa eta bizkarrezurra egina dagoela esan dezakegu, baina oraindik zehaztapen guztiak falta zaizkigu.

Korrika Batzordearen laguntza baliagarria zaizue antolaketan?

Korrika Batzordeak ezinbestekoak dira. Irunen eta Hondarribian, bakoitzean taldetxo bat daukagu eta talde horren egitekoa da Korrika bera egitea. Alde batetik, Korrika Laguntzaile kanpaina eta Korrika Lagun kanpaina antolatzen, kartelak jartzen laguntzen, informazioa zabaltzen eta, noski, erabakiak hartzen laguntzen digute. Zer egingo dugun eta herrian zer gogo edo temperatura dagoen hartzen laguntzen digute. Horretarako behar-beharrezkoak dira beraiek.

Aurtengo ediziorako prestatzeko asmoz, beroketa ariketarik antolatuko duzue Korrikaren aurretik?

Asmo hori dago. Korrika Txikia eta Gaztea egingo dira, 24. Korrika Iruunik igarotzen den egunen bueltan. Hori baino lehen, Korrika egun bat antolatzen ari gara Korrika Batzordearekin batera. Asmoa da martxoaren 21a, larunbata, horretarako aprobeztatzea, nahiz eta aurretik esan bezala, zehaztapen guztiak egiteko dauzkagun. Ideiak zirriborratzen ari gara. Aurten bereziki Auzo Elkarteekin ari gara lanean, lehengo urtean dena oso zentriko geratu baitzen, oso erdigunean, eta aurten Korrika auzoetara eraman nahi dugu. Lan polita egiten ari gara.

Zehazki, aurten noiz eta nondik igaroko da Korrika Iruunik?

Aurten desberdin tokatuko zaigu. Martxoaren 24an, asteartean, goizeko 3:45ean Korrika Gurutzetik sartuko da, Landetxa, Oinaurre, Larreaundi, Mosku, Arbes eta Palmera Montero zeharkatu ostean, Behobiako bidea hartuko du, Bidasoko bide zaharretik joanda lekukoa Berakoei emango diegu. Lanera joan aurretik indarrak hartzeko modu aproposa izango da. Hurrengo egunean, 24 ordu pasa

"Atzetik duen guztiaren ispilu izatea ere nahiko genuke, hau da, lanaren eta euskararen aldeko ekintza dela erakustea"

berritan, martxoaren 25ean Hendaiakoei hartuko diegu lekukoa Santiago zubian. Iparralde hiribidetik igo, Colón pasealekua eta San Migueletik Hondarribira eramango dugu. Hondarribian bueltatzea eman ostean, Letxunborrotik berriro Irunen sartuko da eta Gaintzurizketako gaineraino eramango dugu lekukoa Lezoren eskuetan uzteko.

Hiriko gazte eta txikiak ere aktibatuko dituzue.

Dudarik gabe. Ikastetxeak oso garrantzitsuak dira Korrikaren ekosisteman. Korrikak gaia ikastetxeetan lantzeko unitate didaktikoak eskaintzen ditu, baina haiek ere pilo bat ematen digute guri. Lekuko-hartzeak eskuratzen dituzte Korrikako. LHko ikastetxe guztiak Korrika Txikia antolatzen ari gara eta hilaren 24an, goizean izango da. Aurten Korrika Gaztea martxoaren 25ean ospatuko dugu eta, orain arte Eusliden bidez antolatu izan dugun arren, aurten zuzenean ikastetxeekin harremanetan jarri gara eta Irungo DBHko 7 ikastetxeekin batera antolatzea lortu dugu.

Aurten Korrika goizeko ordu txikitari pasako denez, aurretik parte-hartzea sustatzea bereziki garrantzitsua izango da noski, ezta?

Bai, guk jendea animatzen saiatu nahi dugu, baina nik uste jendea bere kabuz ere animatzen eta ateratzen dela. Korrika bada oso erraietakoa den zerbait eta euskararen aldeko lasterketa bat izan arren, ertz asko ukitzen dituen gauza bat dela uste dut. Gure aldetik ahal ditugun erraztasun guztiak jarri nahi ditugu. Alde horretatik, gure asmoa da Korrika bi egunetan oso urruti uzten dugunez, bueltatzeko garraioa jarri ahal izatea, emozionatu eta ia Berara edo Gaintzurizketaraino doana bueltan ekartzeko. Gosari puntuak ere jarri nahi ditugu, jendearentzat ahalik eta goxoena izan dadin goizaldeko ordu horietan jaikitzea.

Esandako guztiarekin, zeintzuk dira zuen aurreikuspenak 24. Korrikaren atarian?

Alde batetik, lekuko-hartze guztiak goxoak izan daitezela, jende asko hunkitzen den momentua izan ohi delako eta halaxe izatea nahiko genuke guk ere. Horrez gain, atzetik duen guztiaren ispilu izatea ere nahiko genuke, hau da, lanaren eta euskararen aldeko ekintza dela erakustea. Herriko mila eragile batzen dituen gauza bat izatea nahiko genuke eta, noski, denontzat gozagarri suertatuko den ospakizuna izatea.

Descansalia

ZURE ATSEDENA, GURE LEHENTASUNA

KONPROMISORIK GABEKO EROSOTASUNA - KONFIANTZAZKO MATERIALAK - ARRETA PERTSONALIZATUA

Luis Mariano kalea 2 | (+34) 666 35 97 08 | info@descansalia.com

ISA MUGURUZA

Isa Muguruza, ilustratzailea:

“USTE DUT EMAKUME GUZTIOI EMAKUME IZATEAK ETA SENTITZEAK ASKO DEFINITZEN GAITUELA ARTISTA GISA”

Irunera itzultzea sustraietara bueltatzea da Isabel Muguruza Fernández de Valderrama ilustratzailearentzat. Nazioarteko marka handiak konkistatu dituen Isa Muguruza gurasoen jatetxean hasi zen bere lehen trazuak marrazten, eguneko menuen atzealde zurietan. Gaur egun, bere estilo azido eta feministaren emaitza Netflix, Vogue, Glamour Magazine, Miu Miu, Correos, Tinder, Adobe edo New Era markekin batera ikusi daiteke. Atalaia jatetxean, bere jatorrietara itzuliz, artistak bere alderdirik zintzoena erakutsi du urdin argi koloreko bakegune honetan.



ISABEL MUGURUZA FERNÁNDEZ DE VALDERRAMA

Isa Muguruza ilustratzaile irundarra da, eta bere ibilbidean hainbat sormen arlo jorratu ditu: ilustrazio digitala, pintura, ehun estanzazioa, diseinu grafikoa eta arte zuzendaritza, besteak beste. Bere unibertso koloretsu eta berritzaileari esker, lankidetzak garrantzitsuak lortu ditu nazioarteko markekin, hala nola Netflix, Vogue, Glamour Magazine, Miu Miu, Correos, Tinder, Adobe edo New Erarekin. Horrez gain, bere lanak hainbat hiritako erakusketetan ikusi ahal izan dira, adibidez, Madrilan, Bartzelonan, Milanen eta Sevillan. Instagram eta Tik Token Isa Muguruza sinadura eta dituen profilak bere sormenaren, irudimenaren eta talentuaren erakusleho bihurtu dira.

“Asko gustatzen zait koloreekin jolastea”

Zein da burura etortzen zaizun lehen oroitzapena marrazkien inguruan?

Marrazketarekin loturiko lehenak hemen dira, gurasoen jatatxean, eguneko menuen atzealdeak marrazten. Beti igotzen zizkidaten eguneko menu guztiak, eta nik margotu egiten nituen. Hori da nire lehen oroitzapena. Eta ilustrazio gisa edo gauza profesionalago gisa, egia da txikitatik asko gustatu zaidala. Nik Jordi Labandaren koadernotxoak bereziki gogoko nituen, nahiz eta hor oraindik ez nekien zer zen ilustrazio lana, baina banekien hori asko gustatzen zitzaidala. Hori egitera iristearrekin amesten nuen pixka bat. Beraz, hori izango litzateke nire lehen oroitzapena, nik uste.

Noiz pasa zen zaletasun hutsa izatek zure lanbide izatera?

Bada, oso naturala izan zen, nik diseinua eta publizitatea ikasi nituenean. Ilustratzailea izatea gustuko nuen, baina nahiko eskurazina edo utopiko samarra ikusten nuen. Orduan ni diseinatzaile grafiko lanetan aritu nintzen, harik eta Tantanfan argitaletxean lanean hasi nintzen arte. Han zegoen “Moderna de Pueblo” eta berak esaten zidan “zuk marraztu egin behar duzu eta Instagramera irudi bat igo egunero”. Eta horretan tematu nintzen, baina ez lana lortzeko helburuarekin, baizik eta ilustratzaileek, estatu mailako onenek, nola lan egiten zuten erreparatzen hasi nintzen. Justu haiekin agendak eta kutxatilik editatzen nituelako, eskolako materiala, alegia, eta lanari ekin nion. Haiengandik ikasi nuen, eta pixkanaka marka desberdinekin modu naturalean lan egiteko aukerak sortu zitzaizkidan, diseinatzaile izateari utzi nion arte.

Bilakaera horrek kolore paleta pertsonalizatua sortzera eramane zaitu. Nola definitu duzu?

Bada, gauza bera egiten duen hainbeste jende dagoenez, besteengandik ezberdindu nahian. Gure belaunaldia sare sozialen inguruan hazi da eta beste askori bezala, niri ere lana lortzen lagundu didate. Unibertsitatean ilustrazioak igotzen hasi nintzenean eta tonu pastelak, arrosak, horiak, gurin kolorea, orain oso modan dagoena, erabiltzen nituenean asko gustatzen zitzaidan, estetika oso gozoa zelako. Baina konturatu nintzen Instagramen arreta erakartzeko koloreen azidotasuna igo eta deigarriagoak egin behar nituela; izan ere, zu “scroll” egiten ari zarenean, zenbat eta kolore deigarriagoak izan, orduan eta arreta handiagoa jartzen diozu ikusten ari zarenari, berdin du publizitatea, ilustrazioa edo dena delakoa den. Orduan, asko gustatzen zait koloreekin jolastea; izan ere, nik marrazten dudana proportzio naturalekoa da, baina koloreak mundu errealek bereizten laguntzen dit eta ikusleak kolore horiekin geratzen

“Hau irudimenezko mundu bat da koloreak erabat desberdinak eta oso azidoak direlako”



↑ Argazkia: Isa Muguruzaren lana Miu Miurentzat

“Baina, era berean, uste dut gure belaunaldia liken presioak, lortutako partekatzeak eta sareetako ikusgarritasunak guztiz markatuta dagoela”

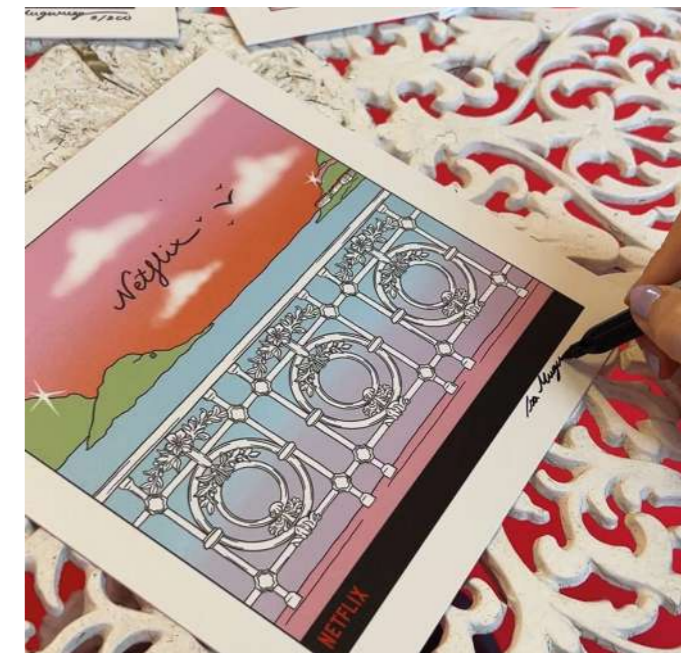
dira. Hau irudimenezko mundu bat da koloreak erabat desberdinak eta oso azidoak direlako. Orduan bai, kolorearen gaia ere naturala izan zen, baina baita atentzioa emateko asmoz ere.

Zure lanetan beste protagonista nagusietako bat emakumeen gorputza da. Zergatik erabaki zenuen gai horretan arreta jartzea?

Bai, egia esan, uste dut emakume guztioi emakume izateak eta sentitzeak asko definitzen gaituela artista gisa. Ni askotan ilustratzaile feminista gisa definitzen naute, eta, jakina, feminista naiz, eta feminista gisa definitzen dut neure burua; azkenean, nire kezka eta obra guztiak markatzen dituen zerbait da. Eta gero konturatu nintzen, halaber, emakume batengan nik nituen edo nik marrazten nituen pentsamendu horiek islatuz, neska askok idazten zidatela. Hau da, nik neuk azalean orin asko ditut eta emakumeak horrela margotzen hasi nintzen eta emakume askok idatzi zidaten esateko xehetasun horri esker nire sorkuntzekin identifikatuago sentitzen zirela. Horrela, konturatu nintzen horrelako gauzak eginez sor nezakeela lotura bat nire jarraitzaileekin, nire lanari esker jarraitzen nauten eta laguntzen nauten neskekin.

Gaur egun, zu bezalako ilustratzaile batentzat, funtsezkoa izango da sare sozialetan egotea.

Begira, nik beti esaten dudana gauza bat esango dizut: Instagramengatik izan ez balitz, ziurrenik ez nintzateke ilustratzailea izango. Hortik kolaborazioak iristen hasi zitzaizkidalako eta une honetan niretzat TikTok edo Instagram beste lan bat bezalakoak diren puntu batean nago. Badakit astean X aldiz argitaratu behar dudala horietan. Gustatzen zait eta oso leku ona iruditzen zait gure lana erakusteko, industria apur bat demokratizatu delako; izan ere, lehen ordezkari bat eduki behar zenuen zure lana nonbaitera eramane ahal izateko, eta orain edonork igotzen du bere etxetik nahi duena, eta hori oso ondo dago. Baina, era berean, uste dut gure belaunaldia liken presioak, lortutako partekatzeak eta sareetako ikusgarritasunak guztiz markatuta dagoela. Konturatu naiz duela urte batzuk,



↑ Argazkia: Isa Muguruzaren lana Netflixentzat

benetan, nahi nuena marrazten eta igotzen nuela, eta orain askoz gehiago pentsatzen dudala sareetan egin beharrekoa. Horregatik, pena handia ematen dit, neurri batean, sareek sorkuntza prozesuetan eragin handia dutela sentitzen dudalako. Orduan, neurri batean, oso eskertuta nago sare sozialekin, haiei esker ari baina lanean, baina, era berean, gure sorkuntza ueña, egia esan, apur bat mugatzen dutela sentitzen dut.

Nola lortzen duzu marken eskariak zure estilora egokitzea?

Egia da ilustratzaile batzuk gehiago egokitzen direla, eta ni ere saiatzen naiz hori egiten, baina egia da oso estilo bereizgarria dudala, eta marka batek idazten didanean badaki gutxi gorabehera nik zer ilustrazio mota egiten dudana. Jakina, nik Movistar markarekin lan egin dut, eta nik nahi nuena egiteko askatasuna eman didate, baina Correoserako kanpainan berriz, gaia oso argi zuten. Oro har, egia da kontratatzen nautenean, gehienetan gaiak emakumearekin zerikusia duela eta baita nire lanak orokorrean ere, baina egokitzen saiatzen naiz. Beti dago lana markara egokitzeko aukeraren bat. Ilustratzaileak eta artistak bereizten gaituen zerbait da ilustratzaile batek marka batentzat lan egiten duela eta enkargu bat duela atzetik. Nik oso ondo bereizten dakit ilustrazioak niretzat direnean eta marka batentzat direnean eta, beraz, markak aurrez definitutako patroik batzuk errespetatu behar direnean. Beti hor geratzen da nire zigilua, oso ezaguna delako, baina egokitzen saiatzen naiz.

Nola iritsi zara Movistar, Netflix, Correos, Miu Miu, Tinder eta halako marka ospetsuekin lan egitera?

Lehenengo egunean pentsatzen aritu nintzen, eta egia da ilusio handia egiten didala. Eta niri duela hamar urte esan izan balidate marka horiekin lan egingo nuela, ez nuke sinetsiko. Eta egia da normalizatzen duzunean ez dela hainbesteko, baina benetan bada; horrela da eta oso harro nago. Niri ilusio gehien egiten didana da marka batek nirekin errepikatzen duenean eta bigarren gauza bat eskatzen didanean, nire lanarekin pozik geratu direlako.

Behin maila horretan lanean hasten zarenean, etxean bizitakoak eta ikasitakoak urrutit geratzen direla esango zenuke?

“Eta niri duela hamar urte esan izan balidate marka horiekin lan egingo nuela, ez nuke sinetsiko”

Aral Quiromasaje
MASAJE ON BAT MEREZI DUZU
www.aralquiromasaje.com
Larretxipi Kalea 17 | (+34) 643 26 92 76

BADOA
BIZIKLETA BIZITZA DA
BIZIKLETA BIDEZKO BANAKETA · ALOKAIURUA · DENDA
REPARTO EN BICI · ALQUILER · TIENDA
+34 943 099 647 | +34 722 653 643 | Santiago, 49, Irun
badoa@badoa.eus | badoa.eus | @badoa_bb

lassai
Psikologa
ZERK KEZKATZEN ZAITU?
www.lassaipsiologia.com
San Francisco Kalea 46 (10. lok.) | 632 40 21 88

“Tattoo ikastaro bat egin nuen eta berrogeialdian makina bat erosi ondoren, nire pasioa dela jakin dut”

Ea, ni ez naiz hain urrun sentitzen, marka garrantzitsuekin egiten dut lan, baina influencerren munduan ere ez nago. Baina bai, jakina, nire gurasoek

erakutsi didaten guztia nire lanean aplikatzen dut eta etxera, Irunera, ahal dudán guztietan itzultzen naiz. Izan ere, orain nire urtebetetzea delako etorri naiz, eta hemen ospatu nahi nuen, familiarekin.

Zein da orain arte egin duzun lanik garrantzitsuen?

Niretzat oso lan berezia izan zen Miu Miurekin lan egitea; izan ere, niri Prada izugarri gustatzen zait, eta haiekin aritu nintzen lanean Lisboako eta Madrilgo dendetan, denboraldiko bezeroek eramaten zituzten osagarriak zuzenean marrazten. Bezero bakoitzak ilustrazio pertsonalizatua eraman zuen eta jende interesgarria ezagutzeko aukera eman zidan. Gainera, ni Madrilen dendatik oso gertu bizi nintzen, eta beti pentsatu dut marka oso gogoko nuela; beraz, oso oroitzapen berezia da. Eta gero beste bat Correosentzat egin nuen Espainiako historia feministako emakumeen zigiluen bilduma izango litzateke. Oso emakume interesgarriak ezagutzeko aukera eman zidana. Esateralp Maruja Mallo, nor zen ere ez nekien artista. Uste dut oso emankorra izan zela bientzat, bai Correosentzat, bai niretzat.

↓ Argazkia: Isa Muguruzaren lana Correosentzat



Zure sortze prozesuari dagokionez, errutina oso markatua duzu?

Nik bai, oso errutina markatua dut. Badira inspirazioagatik gehiago mugitzen diren artistak; nik ordea uste dut denok garela sortzaileak benetan, eta uste dut niri oso ondo datorkidala lanerako errutina bat izatea. Egia da goizetan gehiago kostatzen zaidala sormenezko gauzak egitea, beraz, lan batzuk eramaten dizkidan Cayetanarekin koordinatzen naiz eta gauza garrantzitsuak egiten ditut, mailing-a edo bilerak. Arratsaldeak lasaiago hartzen ditut, marrazteko. Jakina, proiektu batzuek asteburuetan ere lan egitera behartzen naute, eta nire proiektu pertsonalak ere hor daude, aparte. Orain tatuatzen hasi naizenez, hori arratsaldeko 18:00etatik aurrera jartzen dut gutxi gorabehera, baina nahiko zorrotza naiz errutinarekin.

Tatuatzaile gisa, presio handiagoa sentitzen duzu ezabaezina den zerbaitetan ari zarela jakinda?

Bai, erabat. 32 urte ditut eta nire lana asko gustatzen bazait ere, zerbait berria ikasi nahi nuen. Tattoo ikastaro bat egin nuen eta berrogeialdian makina bat erosi ondoren, nire pasioa dela jakin dut. Hau da, nahiago nuke duela hamar urte tatuatzen hasi izan banintz. Egia da oso zaila dela, zeren eta, noski, oso kontzentratuta egon behar duzu, ez Photoshopekin bezala, beti egin duzuna desegin dezakezula baitakizu. Era berean, oso berezia da norbait bere azalean zure marrazki batekin betiko geratzea. Gainera, jendea ezagutzeko modua da, nik bestela bakarrik lan egiten baitut egun osoan. Orduan nire lanerako oreka ona iruditzen zait.

Etorkizunean, beste zerbaitetan aritu beharko bazenu, zer aukeratu zenuke?

Ba asko gustatuko litzaidake modako estanpatuetan lan egitea. Uste dut etorkizunean ilustrazioan gaizki badoakit edo beste zerbait bilatu beharko banu, horren inguruan lan egin nahiko nukeela marka garrantzitsuren batean. Jakina, publizitate agentzian lanean aritu naiz, eta horretan ere ikusten dut neure burua, lan oso sortzailea iruditzen baitzait. Dena den, gehiago ikusten dut neure burua produktuaren diseinuarekin zerikusia duen zerbaitetan edo, bide beretik, ilustrazioarekin zerikusia duen zerbaitetan.

Zure sorkuntzen ondarea nolako izatea gustatuko litzazuke?

Ba egia esan, ez dakit. Ez nuen inoiz pentsatu. Benetan gustatuko litzaidake emakumeen aldeko eta emakumeentzako ilustratzaile gisa gogoratzea. Bai, nire publikoa % 90 emakumeak direlako. Beraz, baraiantzat da, guretzat.

Zer kolore erabiliko zenuke zure egungo biziunea deskribatzeko?

Urdin argia. Bakea, lasaitasuna eta ongi, pozik egotea. Beraz, bai, urdin argia.

“Ba asko gustatuko litzaidake modako estanpatuetan lan egitea”



LAVANDERIA
Garbi goxo
VENDING - LAVANDERIAS

ZURE KONPONBIDE INTEGRALA

GARBI GOXON, ZURE BIZITZA ERRAZAGO EGITEN DUGU
GARBITEGIA - MASKOTA GARBITEGIA - VENDING 24H
EGUNERO IREKITA 8:00ETATIK 22:00ETARA

Puiana Kalea 18 | 621 15 09 79 | www.garbigoxo.com | info@garbigoxo.com

Entzuteko gune bat.

LASSAI PSIKOLOGIA

ARRETA PSIKOLOGIKOA
HAUR, NERABE ETA HELDUENTZAT

Laguntza eta bidelagun izateko gune bat.



Bera de Bidasoa kalea 14, Behea
632 402 188
lassaipsicologia.com

lassai
Psikologia

ARGOIAK KULTUR ELKARTEA: EMAKUMEEN EKIMENETIK SORTUTAKO ESKAINTZA KULTURAL ZABALA ADIN GUZTIENTZAT

Argoiak kultur elkarte 1982. urtean sortu zen. Etxekoandreen elkarte gisa sortu zen, emakumeen ekimenez, baina gaur egun kultur elkarte bihurtu da. Ikastaro eskaintza zabalarengatik eta astero asteazken kulturalak antolatzeagatik nabarmentzen dira. Elkarteko batzordeko kideek, martxoaren 8aren bueltan, Emakumeen Nazioarteko Egunaren harira, antolatutako ekintzak aurreratu dituzte.

Begoña García, Lourdes Montes, Juani Santos, Gloria Arocena, Charo Lacalle, Txefa San Juan, Carmen Gil eta Asun Calleja elkarteko batzordeko kideak dira. Begoña García azaldu digunez, “gaur egun askok emakume elkarte bezala identifikatzen gaituzte oraindik, nahiz eta izatez elkarte kulturala izan”. Hain zuzen ere, gaur egun emakumeak zein gizonak onartzen dituzte elkarteko kide gisa, nahiz eta oraindik emakumeak gehiengoa izan. Gizonak gutxiengo bat dira oraindik, nahiz eta elkarteko jardueretako monitoreak eta bazkideak ere badiren. Gauzak horrela, Argoiak elkartetik gizonak ere elkartera batzera animatu nahi dituzte.

Argoiak elkarte kulturala aski ezaguna da bere ikastaro eskaintza zabalarengatik. Elkartearen eskaintzaren artean, jarduera fisikoarekin zerikusia duten ikastaroak dira ugariak, izan ere, horiek dira eskatuena. Esaterako, pilates, luzaketa edo mantentze gimnasia. Kirolaz gain, bestelako jarduerak ere eskaintzen dituzte. Adibidez, ukelele taldea dute, elkartearen parte dena eta egun 29 kide dira bertan. Bestetik, marrazketa eta pintura, ebaketa eta jantzigintza tailerra, irakurketa feministen tailerra edo eskulan tailerrak ere badituzte. Argoiak hizkuntzetan ere trebatzen dira, adibidez, orain gutxi ingelesa ikasteko ikastaroa hasi dute.

Elkarteko batzordeko kideek azaldu dutenez, ikastaroak hiruhilekoak dira, beraz, horietan izena emateko epea etengabe dago irekita, matrikulazio epe zehatzik gabe. Dena den, Lourdes Montesez azpimarratu du, jendea ikastaroetan izena emateko asmoz gerturatzen denean, hiruhilekoa amaitzear badago, itxaroteko aholkua ematen diotela, “ikastaroa ahalik eta gehien aprobetxa dezaten”. Eskariari dagokionez, ikastaro arrakastatsuenak ekintza fisikoak dira. Era berean, ukelele taldeak gorakada handia izan du azken urteetan. Ikastaroetan izena emateko elkarteko kide izatea ezinbestekoa da, nahiz eta bazkide kuota sinbolikoa izan. Behin hori eginda, bazkideak nahi beste ikastarotan izena eman ahalko du, ikastaro bakoitzak prezio bereizi bat duelarik.

Ikastaroen egutegi zabalaz gain, asteazkenak egun berezia dira Argoiak elkartearen. Asteazken kulturalak antolatzen dituzte astero eta jarduera honetan 40 pertsona inguru elkartu ohi dira. Dena den, azken urteetan nabaritu dute adinekoen zentroetan eta elkarte kulturaletan jardueren eskaintza handitu egin dela

eta, ondorioz, jendea sakabanatu egiten dela. Begoña García azpimarratu duenez “adineko kide askok urteak daramatzate ekintza hauetan astero parte hartzen”. Asteroko hitzordu horretan askotariko ekintzak tartekatzen dira, bai eta hitzaldiak edo emanaldiak ere. Hilabeteko azken asteazkenean beti sukaldaritza tailerra egiten dute, amaieran kozinatutakoaren zatitxo bat dastatuz eta gainontzekoa zozkatuz.

Martxoaren 8aren atarian

Martxoko egitarau kulturala antolatzerakoan, Emakumeen Eguna ospatzeko ekintzak prestatu dituzte. Martxoaren 4an, emakume biolinista baten entzunaldia izango dute. Martxoaren 8an, Emakumeen Egunean bertan, urtero antolatzen duten bazkari irekia izango dute, nahiz eta izena ematen duten gehienak elkarteko bazkideak izan ohi diren. Martxoaren 11n, Susana Rodriguezen hitzaldia dute izenburu honekin: “Volver a mí. Niña interior y patronas inconscientes.” Azkenik, martxoaren 18an, “Las buenas compañías” pelikula ikusiko dute. Etorkizunaz galdetuta, elkartearen jarduera bere horretan mantendu ahal izatea eskatzen dute soilik, orain egiten dituzten gauzak aurrerantzean ere egiten jarraitzeko.



INAUTERIEK MUSIKA ETA KOLOREZ BETE DITUZTE CASER RESIDENCIAL ANAKA ETA BETHARRAM ZENTROAK

Inauteriak Irundik igaro dira poz arrastoa utziz, eta Caser Residencial Anaka eta Betharram zentroetan ospakizuna ez da salbuespena izan. Beste urte batez, erabiltzaileek eta langileek erakutsi dute gozatzeko gogoak eta sormenak ez dutela adinik, bi egoitzak originaltasunez beteriko proposamen tematikoen agertoki bihurtuz.

Bakea, maitasuna eta Parisen xarma

Anaka zentroan, aurten aukeratutako leloa "Bakea eta Maitasuna" izan da. Pasa den otsailaren 13an, "mugimendu hippiearen" izpiritua bazter guztiez jabetu zen. Egoiliarrek zein zentroko lantaldeak 60ko hamarkadako jantzirik onenak jantzi zituzten, bertaratu ziren guztiak kutsatu zituen askatasuna eta kolore giroa birsortuz.

Bestalde, Betharramen nazioarteko bidaia baten aldeko apustua egin zuten "Paris, Maitasunaren Hiria" izenburupean. Egoitza guztiz eraldatu zen Frantziako hiriburua gogorarazteko: beheko solairua "Eguneko Paris" gisa apaindu zen bitartean, lehenengo solairuak "Gaueko Parisen" ikuspegia eskaini zuen. Frantziako doinuaren hotsen artean eta koloretako txapel ikonikoak jantzita, erabiltzaileek bereizgarritasuna eta erromantizismoa nagusi izan zituen jardunaldiaz gozatu zuten.



Prestaketaren balioa

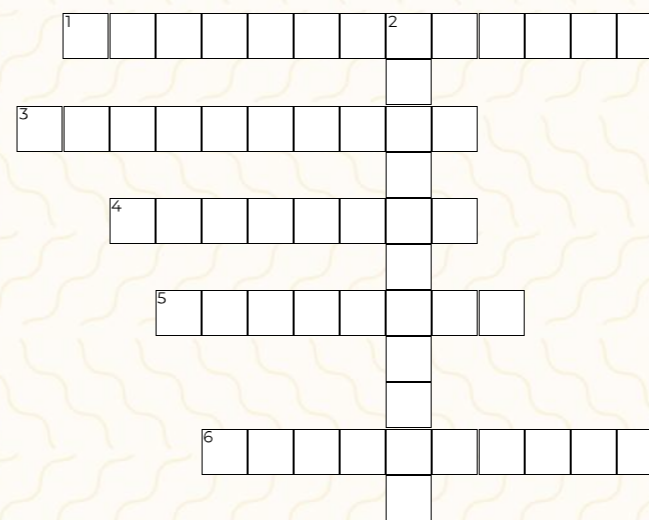
Jaiaren egun nagusitik haratago, inauteri hauen arrakasta aldeaz aurreko lanean datza. Aurreko asteetan, animazio taldeek, erabiltzaileekin batera, apaindurak eta mozorroak egiteko saioak burutu zituzten.

Prestaketa prozesu hau, egoiliar askorentzat, momenturik aberasgarriena da, psikomotrizitatea eta sormena lantzea ahalbidetzen baitu, elkarbizitza eta ilusio konpartitua sustatzearekin batera. Beste urte batez, Caser Residencialekin lortu du inauteriak egutegiko jai huts bat ez izatea, zentroen egunerokoa bizitzaz eta kolorez betetzen duen proiektu komun bat baizik.



DENBORA-PASAK

Gurutzegrama: Gizateriaren Aroak



Horizontal

- 1- Idazketa asmatu aurreko garaia.
- 3- Idazketaren sorreratik Erromatar Inperioaren amaierara arteko garaia.
- 4- Nekazaritza eta abeltzaintza hasi ziren garaia.
- 5- Gazteluak, jaun feudalak eta zaldunak nagusi izan ziren garaia.
- 6- Historiaurreko lehen garaia; gizakiak ehiztari eta biltzaile ziren.

Bertikal

- 2- Ameriaka aurkitu zen garaia eta Errenazimentua garatu zen garaia.

6 Hitz: Antzinaroko zibilizazioak

P	Y	V	W	M	B	B	P	G	X	F	K	L	H
W	E	G	I	A	H	Z	Z	P	L	R	O	P	N
M	M	R	M	H	O	A	Q	P	T	Z	H	G	R
E	G	B	T	G	C	C	O	E	U	W	S	O	L
S	P	J	W	S	K	Q	B	R	A	K	G	C	S
O	G	R	E	Z	I	A	E	R	J	F	I	A	U
P	C	H	G	F	F	A	G	O	G	M	B	O	M
O	T	N	K	T	S	W	N	M	S	C	B	C	E
T	V	M	P	J	Z	A	A	A	L	W	L	J	R
A	E	Z	C	G	C	X	U	L	H	V	K	V	S
M	Y	V	E	B	Y	D	X	M	R	Q	V	K	U
I	K	F	W	L	P	H	Y	J	T	K	I	B	M
A	F	O	K	B	E	X	N	Y	P	V	D	H	K
Q	D	E	G	I	P	T	O	I	G	Y	D	I	V

- Erroma
- Grezia
- Egipto
- Mesopotamia
- Pertsia
- Sumer



(BER)PIZKUNDE

Doinua: Sentimendua sartu zitzaidan
Egilea: Xabier Isasi Balantzategi

1
Zer gertatzen da? Nola dagoen abertzaleen baratza? abertzaleek badaukate, bai, independentisten antza baina berdinak baldin badira, zergatik izenen dantza? abertzaleak aberria du izatearen ardatza aberri gabe ezin daiteke independentzia altza

2
Aupa emazte jaiki andrea eutsi mutil aktibista! Borrokarako deitu baitute piz dezagun berriz txispal nekazari zein langile edo arrantzale zein artista askabidetik galbideraino ez dezan inor irrista Euskal Herria behar bait gaitu euskal independentista

3
Bildu gaitezen, izan gaitezen berriro antolakunde hitzun elkarte bihur dezagun gure herri-erakunde hizkuntza zaharrak berriz behar du lortu lehengo hazkunde biziraupena izan dadila hizkuntzaren zabalkunde beste bidetik ez da lortuko euskararen berpizkunde

4
Epaile eta agintariak gure hizkuntzaren etsai nola piztiak usnatzen duten herio beltzaren usai hola dabilta gure gainean hamaika putre eta sai artega gaude ezin bizirik zoriontsu eta lasai haiek baitaude gu euskaldunak amore emateko zai

5
Hizkuntzak badu bere bizitza hitzunaren aho-mihitan herria eta hizkuntza berez ezin da bereiz bitan gure hizkuntzak bizirik dirau amaigabeko auzitan mintzo gaitezen beldurrik gabe pizkundearen argitan gu bizi arte euskara ere bizi baita gure baitan

6
Euskaldun batzuk etorri zaigu gure burua nahastera esanez bihar izan leikela garaipenaren bezpera baina hizkuntza estualdia oraindino albiste da aspaldidanik notizia da gaurkoz berria osteratu gu euskaldunok ez bara nork salba lezake euskera?



Erantzunak webgunean:
www.irunero.eus/denborapasak/



KIROLAK

Olatz Elizasu, BATeko pisu eta disko jaurtiketako atleta:

“TEKNIKA ETA INDARRA LORTZEA OSO GARRANTZITSUAK IZAN DIRA NIRETZAT”

Olatz Elizasu Super Amara Bidasoa Atletiko Taldeko pisu jaurtiketako atleta da. Berriki Euskadiko Txapelketa izan da pisu jaurtiketan 18 urtez azpiko kategorian. Gainera, 16 urtez azpiko kategorian Euskadiko errekorra du disko jaurtiketan. Elkarrizketan azaldu digu nolatan iritsi den hain ezagunak ez diren kirol modalitate hauetan lehiatzera.

Nola hartu duzu zure azken garaipena, hau da, 18 urtez azpiko kategorian pisu jaurtiketan Euskadiko txapelketa izatea?

Egia esan, ez zen niretzako oso txapelketa ona izan, puntu gehiago egitera iritsi nahi bainuen. Dena den, pozik nago eta taldearekin gustura ibili nintzen, jaurtiketa taldeak oso lagunkoak baikara. Beraz, gerora oso ondo pasatu nuen, txapelketen aurretik oso urduri jartzen bainaiz.

Aurretik, martxan den ikasturtearen barnean, zein beste gauza egin dituzu?

Pista estaliko denboraldi garaian diskoan aritzea ezinezkoa denez, bakarrik pisu jaurtiketa egiten da. Aurten nire marka pertsonala lortu dut, 10,55 metro eta ez nuen halakorik espero; oso pozik nago. Orain, diskoarekin, kategoriaz igo naiz eta diskoa ere handitu denez, zailtasunak izaten ari naiz.

Alde handia dago pisu jaurtiketa eta disko jaurtiketan lehiatzerakoan?

Nik hasieratik pisu jaurtiketa egin dut, baina diskoa ezagutu nuenean askoz gehiago gustatu zitzaidan. Pisu oso ondo egiten duzu edo oso gaizki, ez dago tartekorik, beraz, maitatu edo gorrotatu egiten duzu; horregatik ni diskoazaleagoa naiz.

Nola aukeratu zenituen atletismoaren modalitate ezezagunago hauek?

Txikitan denetatik egiten nuen, pisu jaurtiketa barne eta nire entrenatzaile batek pisua jaurtitzen ondo moldatzen nintzenez,

“Pisu oso ondo egiten duzu edo oso gaizki, ez dago tartekorik, beraz, maitatu edo gorrotatu egiten duzu; horregatik ni diskoazaleagoa naiz”

jaurtiketak egiten hasiera animatu ninduen. Egia da, talde txikia garenez, hasieran ez zitzaidala gehiegi gustatzen, baztertua sentitzen nintzelako. Ahaleginaren bidez gehiago gozatzea lortu dut eta, orijinalagoa iruditzen

zaidanez, bertan geratu naiz. Jaurtiketan aritzen garenak ondo ezagutzen gara, gutxi garelako, eta oso harreman ona dugu gure artean, nahiz eta adin tarte ezberdinetakoak izan.

Pisu hasi aurretik, bazenuen modalitate berean aritzen zen klubeko erreferenterik?

Niretzat hasieran atletismoa zaletasun huts bat baino ez zen, beraz, ez nituen erreferenteak bilatzen. Baina, kirolean gehiago murgiltzen zaren heinean, aurkitzen dituzu. Nire taldean Espainiako Txapelketetan parte hartu duen gizon bat dago eta bera bezalakoa izateko gogoia sartzen zaizu. Hortik aurrera, Olinpiar Jokoetan lehiatzen diren emakumeak eta gizonak bezalakoa izan nahi duzu.

Beraz, Olinpiar Jokoetan lehiatzera iritsi nahiko zenuke?

Egia esan, ez dut gauza horietan gehiegi pentsatzen eta nahiago dut nire garapen pertsonalean zentratu. Txikitan zure ametsa izan daitezke, baina gero pixkanaka zure garapen pertsonala ikusteak duen xarma aurkitzen duzu.

↓ Argazkia: Estudio Gover



Horretarako, zertan bereizten dira zuen entrenamenduak beste atleten entrenamenduetatik?

Kirola ezagutzen ez dutenek uste dute entrenamenduetan soilik jaurtiketak egiten ditugula etengabe, baina ez da inondik inora ere horrela. Pisuak eta kargak altxatzen denbora asko pasatzen dugu, niri gehiegi gustatu ez arren, baina beharrezkoa da eta korrika asko ere egiten dugu. Horrela, jaurtiketak egiterakoan emaitzak ikusten dira. Indarraz gain, teknika ere behar delako. Ni nahiko txikia naiz eta modalitate honetan orokorrean jendea nahiko handia izaten da, beso luzeekin. Horregatik, teknika eta indarra lortzea oso garrantzitsuak izan dira niretzat. Entrenatzen dugun lau egunetatik, bakarra erabiltzen dugu jaurtiketak egiteko.

Zenbat urte daramatzazu honetan?

Ba normalean haurren bigarren mailako kategoriaren amaieran hasten zara, baina ni haurren lehenengo mailaren amaieran hasi nintzen; nahiko goiz. Hau da, duela 3 urte gutxi gorabehera.

Emaitza onak lortzeko, burua ere ondo izatea garrantzitsua izango da.

Nire buruarekin oso zorrotza naiz eta lortzen ditudan marken benetako esanahia barneratzea kostatzen zait. Horrek, txapelketei eta emaitzei eragiten die noski. Fisikoki dena izan arren, buruak erabat aldatzen du guztia.

Zeintzuk izango dira zure hurrengo txapelketak hemendik aurrera?

Espainiako Neguko Jaurtiketen Txapelketaren bila ari ginen, baina kanpoan geratu naiz. Orduan, udako txapelketetara begira jarri gara jada, Espainia mailakoa gogoan. Iaz joan nintzen eta marka nahiko ona egin arren, urduritasunaren ondorioz ez nuen gehiegi gozatu. Asko entrenatu behar da horretarako, izan ere, kirolak asko ematen dizun arren, denbora asko kentzen dizu eta,

ondorioz, bidean gauza batzuk sakrifikatu behar dira.

Asko dira pisu jaurtiketan dabilzan emakumeak?

Aurreko urteekin alderatuta, aurten emakumeak apur

bat gehiago garelako esango nuke. Modalitatea berez ezezaguna bada, emakumeen parte hartzea are exkaxagoa da. Gainera, gorputzaren aldetik oso esijentea da eta badirudi kirol honetan hastearrekin bakarrik gorputza handituko zaizula eta askok ez dute hori nahi, baina ez du zertan horrela izan behar. Ondorioz, gutxi dira kirol honetan hasi nahi duten neskatu txikiak. Telebistan ikusten direnak emakume handiak direnez, jendearentzat ez da erakargarria, nahiz eta berez emakume horiek indartsu eta osasuntsu dauden.

Zu zeu klubean beste neskentzako erreferente bat izan zaitezkeela uste duzu?

Bai egia da pista entrenatzen dugunean oso deigarriak garelako, talde txikia izan arren, gauza ezberdinak egiten ditugulako. Esaterako, nire taldekide batek mailu jaurtiketa egiten duenean, oso deigarria denez, mundu guztia begira geratzen da, txundituta. Agian badira ezertarako gaitasun berezirik ez dutela uste duten neska eta agian hau probatzerakoan beren lekua aurkitzen dute.

Zein helburu dituzu epe ertain eta luzera?

Orain ez dut inolaz ere kirol hau utzi nahi. Bai egia da agian ikasketengatik sakrifizioen bat egin beharko dudala. Nire helburu gorena nire markak hobetzea da edo Espainiako Txapelketa askotan parte hartzea. Berezi taldekako txapelketetara joateko gogoia daukat, klubaren parte izan eta klubeko emakumeekin bertan lehiatzeko.

“Bereziki taldekako txapelketetara joateko gogoia daukat, klubaren parte izan eta klubeko emakumeekin bertan lehiatzeko”

kiroletik

BIDASOA ESKUALDEKO KIROLAREN TXOKOA

info@kiroletik.eus | (+34) 943 04 20 52 | www.kiroletik.eus



mr
electric systems

ZERBITZU ELEKTRIKO GUZTIAK ESKURA IZANGO DITUZU

INSTALAZIO ELEKTRIKOAK - NEURRIRA EGINDAKO ARGIEI AZTERKETA - DOMOTIKA ETA AUTOMATISMOAK
BIDEO ZAINTZAK ETA ALARMAK - AHOTSA ETA DATUAK - PROIEKTUAK ETA LEGEZTATZEA - MANTENTZE LANAK

info@mr-electricsystems.com | (+34) 669 30 23 12



KIROLAK

Julen Mujika, Irudek Bidasoa Irungo jokalaria:

“NIRE AMETSA BETI TXAPELDUNEN LIGA JOKATZEA IZAN DA”

Irudek Bidasoa Irun denboraldiko bigarren itzuliari aurre egiteko prestatzen ari da. Julen Mujika lehen taldeko eskuin alboko jokalaria denboraldiko bigarren zatirako taldeak finkatu dituen helburuez hitz egin du. Asobal Ligan zein Europako Txapelketan arituko da taldea datozen hilabeteetan zehar.

Nola joan da denboraldiaren bigarren zatia prestatzeko urtarrean zehar egin duzuen aurrendenboraldi txikia?

Esango nuke gogorra izan dela. Baja asko eduki ez arren, Matheusek eskubaloia uztea erabaki zuen belaun arazoengatik. Bestalde, Iñaki Pecina ere lesionatu egin zen. Azkenean, normalean baino entrenamendu karga handiagoa edukitzen dugu eta horrek lesio gehiago egotea dakar. Dena den, prestaketa ona egin dugu, batez ere, hobetu beharreko puntuak landuz. Hala ere, denboraldiaren bigarren zatiko lehen bi partiduak nahiko kaxkarrak izan direnez, denboraldiko helburuak argi eduki eta zertan hobetu behar dugun ikusteko balio izatea espero dut. Taldearen aldetik, alderdi horietan hobetzea izango da gure helburua.

Urtarrila prestaketetan sakondu eta, aldi berean, deskonektatzeko baliagarria suertatu zaizue?

Bai, nire kasuan adibidez, deskonektatzeko modua da, gero unibertsitateko ikasketekin konektatzeko aukera ematen didana. Gainera, urtarrean azterketak ditut, beraz, entrenatzea gehiago kostatzen zait, azterketekin atzera eta aurrera ibiltzen naizelako. Hor pare bat aste lasai izan genituen eta horiek eskubaloiaz deskantsatzeko baliagarriak izan ziren. Maila honetako denboraldi batek karga fisiko eta mental handia du, Europan ere lehiazterakoan bidaia dezente dituzulako.

Bateragarria al da goi mailako kirolaria izatea eta unibertsitateko ikasketak egitea?

Kudeaketa ez da erraza. Egia da ikasketetako lehen urteetan zailagoa izan zitzaidala, nire klasekideak ikusita, dena iristen saiatzen nintzelako: klase guztietara joaten eta dena lehenengoan gainditzen; baina ezinezkoa zen. Bigarren mailan txipa aldatu nuen, ikasgai gutxiago hartu nituen, patxadaz, eta nire kabuz arratsaldeetan ikasten hasi

“Egia da oraindik ez dugula gure maila onena atera, baina egunero ari gara lanean hori lortzeko”

nintzen galdutakoa berreskuratzeko. Azken urteetan hobeto eraman dut. Orain azken urtean nago jada, praktikak eta gradu amaierako lana falta zaizkit soilik.

Nola ibili zarete urtarreko lagunartekoetan?

Oso baliagarriak izan dira, nahiz eta pare bat Euskal Kopakoak izan. Maila baxuagoko aurkarien aurka aritu arren, partidu guztietan gure % 100 eman behar dugula ulertzeko balio izan zigun, bestela edozeinek irabazi ahalko gaitu. Adibidez, Zarautzen auka ozta-ozta ibili ginen. Bestetik, Asobal Ligako taldeen aurkako partiduak lagungarriak izan dira, esaterako, Valladoliden aurkakoa edo Arandaren aurkako bigarren zatia.



↑ Argazkiaren egilea: Haimar Marcos

Bitarte horretan nazioarteko jokalaria harrobikoekin ordezkatzean ondo moldatu zarete?

Bai. Gurekin ahal duten guztietan entrenatzen dute eta asko laguntzen digute.

Alex hemen egoten da egunero eta orain lehen taldearekin jokatzeke saria jaso du, maila baduelako. Orain etorri diren jubenilak, Oihanek, Aimarrek, Eñautek edo Unaik lan ona egin dute. Niri gustatzen zait horrelako jendearekin jokatzea, bertako jendearekin eta euskaraz aritzeak erosotasun puntu bat ematen baitit. Pozgarria da egiten duten lanak saria duela ikustea. Betidanik polita iruditu zait ikustea herrikoa edo ingurukoa den batek golerako pasea ematea. Realzalea naiz eta harrobiko jokalariekin hori bera gertatzen zait eta, beraz, Irungo zalegoari antzeko zerbait gertatuko zaiola uste dut.

Espainiako Kopan Barçaren aurka galdu arren, nola aritu zinetela uste duzu?

Pena eman zigun gure partidurik onena ez egiteak; Barçaren aurka irabazteko partidu bikaina egin behar duzu eta, gainera, haiek egun txarra izatea. Denak internazionalak direnez eta urtarrean kanpoan ibilita, ez nuen espero hain fin ibiliko zirenik. Behintzat guk hobetu beharreko konturatu ginen. Egia da oraindik ez dugula gure maila onena atera, baina egunero ari gara lanean hori lortzeko.

Asobal Liga ere beste modu batean hastea espero zenuten?

Denboraldiko gure partidu okerrera izan zen eta, intentsitate aldetik, gainera pasa ziren. Hori da orain gure akats nagusietako bat, intentsitatea. Partidu hori atentzio dei bat

“Europako gauek disfrutatzeke aukera ematen digute, baina horretarako Asobal ligan neurria eman behar dugu”

izan daiteke, arreta eskaera gisako bat, etxetik kanpo horrelako partidu gehiago izan ditzakegulako. Partiduz partidu nekea metatzen zaigunean, hasieratik partidu serioa egiten ahalegindu behar gara, arreta galdu gabe. Lehen itzulian zehar gure arerio zuzenen aurkako partiduak irabaztea falta izan zaigu. Gozoak ez diren partiduak oso baliagarriak dira ikasteko. Europako gauek disfrutatzeke aukera ematen digute, baina horretarako Asobal ligan neurria eman behar dugu. Denboraldiko lehen zatian beherago dauden taldeen aurkako partidurik ez genuen galdu eta horretara itzuli behar gara, jakina, arerio zuzenen aurka ere irabaziz.

Eta Europako txapelketako bigarren itzulia berriz, nola espero duzue?

Aurrekontu, plantilla, jokalaria eta azpiegitura aldetik gainontzekoak 3, 4 edo 5 maila gorago daude. Talde horien aurka partidurik onenak egiten saiatzen gara, haiek ez baitira guztiz garaiezina. Gure helburua horietakoren bat irabazten saiatzea da, aukera gutxi izan arren, dauzkagunak baliatu behar ditugu. Aste horietan Artalekun gai politikak bizitzea espero dut eta garaipenarekin bada, hobe.

Pertsonalki, zeintzuk dira zure erronkak denboraldiko bigarren itzulirako?

Nire ametsa beti Txapelaldun Liga jokatzea izan da eta, aurten formatu aldaketaren ostean, oraindik ez dakigu baina agian bigarren postua lortzeko horretarako aukera ematen digu. Niretzat izugarria litzateke eta uste dut baita taldearentzat orokorrean ere, beraz, hori izango dugu helburua. Asobal ligan lehen urratsa oso ona izan ez bada ere, hurrengoak ahalik eta onenak izaten saiatuko gara. Hain urruti iritsi izanak eta nire ametsa iristeko aukerak ditugula ikusteak ilusioa egiten dit.



ETORRI ETA GOZATU ZURE LAGUN ETA SENIDEENTZAKO GIRO ATSEGINAZ

KARTA • EGUNEKO MENUA • PLATER BEREZIAK • PAELLAK • PINTXOAK
ERRAZIOAK • OGITARTEKOAK • HANBURGESAK • HAURREN MENUA

Anzaran plaza, 14, Irun, Gipuzkoa | 943 664 897 / 684 802 482 | www.pikarorestobar.com



C.D. SAN MARCIAL - 2023 - 2026 BABESLETZA

TALDEAREN FUTBOL EGOKITUAREN ETA OINARRIZKO FUTBOLAREN PROIEKUAN KOLABORATU
ENPRESA BAT BADUZU ETA KLUBAREN FAMILIAKO KIDE IZAN NAHI BADUZU, ZURE ZAIN GAUDE!

#GOAZENSANMARCIAL

Ama Birjina Mirarietako Kalea 7, Irún | 943 96 99 12 | patrocinios@cdsanmarcialirun.com



BETI GAZTE

A&B SHOWSEK IDEIA EROENAK PUBLIKO MOTA GUZTIENTZAKO IKUSKIZUN BIHURTZEN DITU

A&B Shows proiektua sormenari bide eman eta eskualdeko kultur eskaintzan zegoen hutsune bat betetzeko asmoz sortu zen. Horrela, Asier Burguetek eta Alex de las Herasek euren pasioa profesionalizatzea erabaki zuten. Irunen sustraituta egon arren, Estatuko zein Frantziako hainbat txokotara iritsi dira jada, antzerkia eta zirkua uztartzen dituzten ikuskizun harrigarrekin.

Asier Burguetek azaldu duenez, biak ala biak “oso saltseroak” izateak eta herriko kultur elkarteetan aritzeak bultzatu zituen pausoa ematera, Santiagoko Deabruak elkartearen elkar ezagutu ostean; horrela, “ordura arte amateurra izan zen zerbait profesionalizatzea” erabaki zuten. Alex de las Heras, bere aldetik, Frantziako animazio-buru gisa 11 urteko esperientzia zuen arren, proiektu berri honen alde apustu egiteko prest agertu zen, betiere helburu argi batekin: “gauza polit bat sortzera joateko bazen utzi behar nuen soilik nire lana, merkatuan bere pisua izango zuen gauza bat egiteko bakarrik”.

Gazteak izanik proiektuari heltzeak zirrara eragiten zien, batez ere “ia enpresa ezagutzarik izan gabe” animatzaile eta aktore hutsak zirelako hasieran. Gai administratibo eta ezegagunek nolabaiteko beldurra ematen bazieten ere, gaur egun bikain moldatzen dira.

A&B Shows-en argi utzi dute ez dutela mugarik. Berriki, Castellóko zein Vigoko ekitaldietan aritu dira, baita Frantziako Hossegorreraino iritsi ere; izan ere, Asierrek dioen bezala, “deitzen diguten edozein lekura” mugitzeko prest daude. Hala ere, euren bihotza Irunen dagoela azpimarratu dute, eta ideia berri bat duten bakoitzean “interesatzen zaion lehena Irun izan dadin” saiatzen dira. Etxean lan egitea erosoagoa izateaz gain, hiriko kultura babestu eta bultzatzeko konpromiso sendoa dutela adierazi dute.

Ikusgarritasunetik gertutasunera

Orain arteko erronkarik garrantzitsuena Irungo Gabonetako argiak pizteko ekitaldia antolatzea izan dela aitortu dute, hilabete askotako lana eta urduritasun handia eragin zien proiektua. Asier Burgueteren ustez, aukera hau “aurrerapauso bat emateko modua” izan zen, baita aldarrikapen bat ere: argi utzi nahi izan zuten ez dela kanpoko konpainia handirik ekarri behar gauza ikusgarriak egiteko, “Irundarrok ere gauza handiak

egin ditzakegulako”. Biak gainera oso zorrotzak direnez, dena perfektu ateratzea zen euren helburu nagusia, konfiantza horri erantzuteko.

A&B Shows konpainiak ez du mugarik tamainari dagokionez, eta erronka handiei beldurrik ez dieten arren, formatu txikiagoak ere aldarrikatzen dituzte “kultura behar gaituzten lekuetan sustatzeko”. Horren adibide garbia da Petit Circus proiektua; Alexek azaldu duenez, formatu hau auzo edo herri txikiagoetara iristeko sortu dute, leku guztiak ez direlako 60.000 biztanleko hiriak eta aurrekontuak egokitu behar direlako.

“Antzerki intimoa eta txiki bat sortu dugu, eta gainera erraz mugi daitekeena”, azaldu du. Emanaldi bakoitzean 20 pertsona inguru hartzen dituen karpa mugikorraren bidez antzezlan handiak iritsi ezin diren txokotara iristeko asmoz egin dute.

“Irundarrok ere gauza handiak egin ditzakegulako”

Asier Burguete, A&B Showseko kidea



Pasioz egindako lana

Bakoitzaren sentimenduez galdetuta, Alex de las Herasentzat, aurten Irungo argien piztea eta ondorengo kalejira kudeatzea izan da proiekturik bereziena, herrian bertan “zer egiteko gai garen erakusteko modu bat” izan delako. Konpainia handien mailan egon daitezkeela frogatzeaz gain, herritarren eta Udalaren harrera onak asko markatu du: “Gabonetako argiak pizteko ekitaldian jendea txunditza lortu genuen eta Udala ere oso pozik dago”, gaineratu du Alexek, Argiren emanaldiak lortutako oihartzunarekin pozik.

Asierrek, aldiz, bi kutsu ezberdineko proiektuak nabarmendu ditu. Alde batetik, Petit Circus, hutsetik sortutako formatu txiki eta intimoa delako: “jendeari hori ere gustatzen zaiola ikusteak ez du preziorik”, dio, ikusleen aurpegiak eta espresioak gertutik sentitzea balioetsiz. Bestetik, emozioz gogoratzen du Irungo Errege Kabalgata lehen aldiz ireki zuteneko, txikitari hainbat elkarterekin parte hartu ostean, bere konpainia propioarekin amets hori betetzea “ikaragarria” izan baita berarentzat.

Eszenatokitik kanpoko lana

Ikuskizun bakoitza aurrera ateratzeko, baliabide pertsonal zein materialen kudeaketa zehatza egiten dute A&B Shows-en, antzerkiaren eta zirkuaren arteko oreka bilatuz. Burguetek azaldu duenez, kontaktuen zerrenda zabal bati esker, ekitaldi bakoitzera egokitzen diren profilak aukeratzen dituzte: “denetarik pixka bat dugu: zangaluzeak, sua botatzen dutenak, malabaristak edo aireko artistak”. Materialari dagokionez ere, ez dira erosotasunean gelditzen eta sektoreko berrikuntzen bila aritzen dira etengabe. Alex de las Herasen hitzetan, helburu nagusia ikuslea beti

“Gabonetako argiak pizteko ekitaldian jendea txunditza lortu genuen eta Udala ere oso pozik dago”

Alex de las Heras, A&B Showseko kidea

harritzea da, batez ere etxean: “Irunen lan asko egiten dugu eta ez dugu nahi jendeak senti dezan beti gauza bera egiten dugula”. Horregatik, etengabeko berrikuntza da euren arrakastaren gakoa, proiektu bakoitzari ukitu berezi eta ezberdin bat emateko asmoz.

Eszenatokiaren atzean ikusten ez den lan asko dagoela azpimarratu dute A&B Shows proiektuko bi kideek, sormen prozesuak “lanordu asko eta asko” eskatzen dituelako. Asier Burguetek azaldu duenez, inspirazio bila kanpora begiratzen dute maiz, Kataluniara adibidez, arte eszenikoetan erreferenteak baitira; baina betiere euren estilo propioa mantenduz: “Bakoitzak bere estiloa du eta beti ematen diogu gure ukitua, nahiz eta dagoeneko dena asmatuta egon”. Sormen hori guztia, ordea, errealitero ekarri behar da, eta horixe da Alexen lana. Bien arteko oreka horrela definitzen dute: Asierrek, zuzendari artistiko gisa, ideia oso erokatu dituenen, Alexek, alderdi ekonomikoaz arduratzen denak, ideiak aurrekontura egokitzeke “oinak lurtean” jartzen dizkio.

Etorkizuneko ilusioak

Elkarrizketari amaiera emateko, A&B Shows-eko kideek etorkizuneko argitara aterako dituzten proiektuen pistak eman dizkigute. Gutxi gorabehera urtebete barru bingoa eta musika uztartzen dituen formatu apurtzailea ekarriko dutela aurreratu dute. Asierren esanetan, ikuskizun honek “agertokian sortzen den hesi hori haustea” du helburu, ikusleen elkarreragina bilatuz eta abesti bakoitzean saioa gonbidatu zein emanaldi ezberdinekin osatuz. Publiko mota guztientzako pentsatutako proiektua izango da, eta nahiz eta Alexek oraindik beste ideia batzuk “erabat itxi gabe” dituztela aitortu, argi dago konpainiaren sormenak ez duela etenik. Irundik mundura, ilusioz eta lan handiarekin, publiko harrizten jarraitzeko prest daude Asier Burguete eta Alex de las Heras.

ARAMBURU

ZURE LEIHO-FABRIKATZAILEA IRUNEN - 30 URTE BAINO GEHIAGOKO ESPERIENTZIA DUGU SEKTOREAN.

LEIHO, ATE, BARANDA, PERTSIANA ETA TOLDOAK INSTALATZAILE ONENEN BERMEAREKIN

Gabiria Kalea 42, Irun | (+34) 943 62 22 57 | info@ventanasaramburu.com | www.ventanasaramburu.com

Fernando Vergara
Fotógrafo
www.fotogover.com
www.fotogoverbodas.com
info@fotogover.com
Avda. LETXUMBORRO 100, 2º
IRUN 20305 GIPIUZKOA
943 840 113 - 647 930 484

BODAS 2026-2027

ESTUDIO
GO
VER



CBA Kultur Gunea
 943 50 54 44
 igazte@irun.org
 607 77 11 73
 www.irun.org/igazte

JAPAN WEEKEND



Martxoaren 21ean Japan Weekend-era joango gara! Gurekin etorri nahi?

Izena emateko bidali mezu bat 656794372 whatsappera edo zatoz Gaztelekura zuzenean izen-emate orria eskatzera!

KONEKTA SESSIONS



Martxoaren 13an, Konekta Sessions proiektuari hasiera emango diogu, Irungo eta Bidasoaldeko DJentzat sortutako espazioari, alegia. 3h-ko saioa prestatu dugu, Irungo DJ gazteekin. 18:00tik 21:00era izango da, Ospitale zaharrean. Hurrengo saioan parte hartu nahi duzu? Bidali mezu bat 656794372 whatsappera edo bete formularioa irun.org/gazteartean webgunean.

M8 ILUSTRAZIO LEHIAKETA



Martxoaren 8a dela eta, ilustrazio lehiaketa antolatuta du Martindozenea Gaztelekuak martxoaren 7an. Lehiaketaren bidez, parte-hartzaileek berdintasunaren, ahalduntzearen eta aniztasunaren inguruko mezua adierazi ahal izango dute sormenaren bidez. Lanek emakumeen indarra, borroka eta lorpenak islatu beharko dituzte, modu original eta sortzailean. Animatu parte hartzera, sariak izango dira!

Izen-emateak Gaztelekuan bertan, whatsappera (690706471/656794372), Instagramera (@gazteleku_martindozenea edo @gazteartean_irun) edo korreora (gazteleku@irun.org edo konekta@irun.org) mezu bat bidaliz.

PLASTIKO MAGIKOA



Martxoaren 7an, ARTIA Gaztelekuan Martxoaren 8a, Emakumeen Nazioarteko Eguna, lantzeko tailer sortzailea egingo da.

18:00etatik 20:00etara zure ideiak diseinatuko dituzu: giltzatak, txapak, zintzilarioak edo berdintasuna, indarra eta errespetua irudikatzen dituzten sinbolo txikiak. Ez da aurretiko esperientziarik behar; parte hartzeko gogoia eta irudimena besterik ez.

Izen-emateak eta INFO+: Gaztelekuan bertan, whatsappera (681 946 798) edo korreora (gazteleku_artia@irun.org) mezu bat bidaliz.



ZURE TABERNA IRUNGO ERDIGUNEAN
GOSARIAK - BAZKARIAK - AFARIAK

Zabaltza plaza 8 | (+34) 943 02 06 24



KULTURA

ANTZERKIA



Zirkun Zirkoren "Loratzen" antzezlanak loreak hazten diren bezala, gure bizitzako bidaia ere loratzen doala erakutsiko du.

Noiz: Martxoaren 1ean, igandean.
Non: Amaia Kultur Zentroan.
Ordua: 18:00etan.
Prezioa: 5,65 €
Hizkuntza: Euskaraz.

DOKUIRUN



Inge Mendioroz Ibáñez zuzendariaren "Lurdes Iriondo, ez gera alferrik pasako" pelikularen emanaldia.

Noiz: Martxoaren 13an, ostiralean.
Non: CBA - Kultura eta Sorkuntza Zentroa.
Ordua: 19:00etan.
Sarrera: 5,65€

KONTZERTUA



Unai Madariagak (ahotsa, gitarra), Mikel Irigoyenek (baxua), Eneko Ajangizek (gitarra) eta Alvaro Olaetxek (bateria) osatzen duten Bilboko Ezezez taldearen kontzertua.

Noiz: Martxoaren 21ean, larunbatean.
Non: CBA - Kultura eta Sorkuntza Zentroan.
Ordua: 21:00etan.
Sarrera: Orokorra 10,25 € eta 7,20 € hobaridunentzat.

DANTZA



Irungo Kemen Dantza Taldeko dantzariak eta musikariak Euskal Herriko hainbat txokotako dantzak taularatuko dituzte.

Noiz: Martxoaren 28an, larunbatean.
Non: Amaia Kultur Zentroan.
Ordua: 18:00etan.
Sarrera: 5,65 €.



PAPERDENDA - KOPIADENDA - ESKULAN TAILERRA

Luis Mariano kalea 12 | (+34) 943 63 93 01 | irun@folder.es | www.folder.es

Prezioak konparatuko ditugu zure ordez

Lortu tarifarik onena
telefonía mugikorrean,
finkoan, interneten eta
telebistan



www.all4movil.com

Puiana kalea 30 Behea

652 11 85 90 / 843 63 08 80

all4movil@all4movil.com

all4móvil