2016.eko MEMORIAren AURKIBIDEA

1. SARRERA

1.1. Zer da Helduen Hitza? 3

1.2. Zein da gure oinarria eta zer helburu ditugu? 4

1.3. Zer antolamendu dugu eta nola funzionatzen dugu guztia lortzeko?.5

1.3.1. Bazkideen Batzarra 5

1.3.2. Zuzendaritza Batzordea 6

1.3.3. Lan Batzordeak 7

2. 2016.ean EGINDAKO JARDUERAK .....

2.1. Euskara ikastea 10

2.2. Hitzaldiak - Tertuliak euskaraz 12

2.3. Bidezidor Kirola 23

2.4. Ibilaldi Osasungarriak 41

2.5. Bizitzan Osoan zeharreko Ikaskuntza: Hitzaldiak 46

2.6. Literatura Tertuliak 51

2.7. Ostegunetako Foroa 53

2.8. Kultura Irteerak 56

2.9. Musika eta Kantu Tailerra 64

2.10. Antzerki Tailerra 66

2.11. "Helduen Hitza Berriak" Aldizkaria..... 67

2.12. Kontakizun Laburren Literatura Lehiaketa 2016 68

3. BESTE JARDUERA BATZUK .....

3.1. Bisitak Albaola Itsas Kultur Faktoriara 69

3.2. Tfno. Mugikorrak erabiltzeko Oinarrizko Ikastaroak 70

3.3. Aiete K.E: Bisita gidatua "Bakea Josiz" 71

3.4.*"Nahi dudan bezala bizi izatea"* Prestakuntza Modulua 73

3.5. 2015-16 Ikasturtearen amaiera 74
3.6. 2016-17 Ikasturtearen Hasiera Ekitaldia 76
3.7. "Emakumeak Afganistán" bisita gidatua: Aieteko K. E. 78

4. UDALETXEarekin LANKIDETZA .....

4.1. Lan Proiektua 79
4.2. "Lagunkoia" Europar Programa 80
4.2.1. Donostia (Helduen Hitza) Lagunkoia 82
4.2.2. Farmazia Lagunkoiak 85
4.2.3. Gobernantza +65 87
4.3. +55 Programa 89
4.4. Kontseilu Sektorialak: Gizarte Ekintza eta Mugikortasuna 90
4.5. DonostiaSS2016 91

5. BESTE ERAKUNDEkin LANKIDETZA

5.1. San Telmo Museoko gure gidak 92
5.2. EHUko Uda Ikastaroak 95
5.3. Ateak Zabalduz. Errenderiako Udaleko Gizarte Zerbitzuak 96
5.4. Elikagaien Bankua 98

6. "HELDUEN HITZA" WEBGUNEA 100

7. ONDORIOAK 103

8. ETORKIZUNEKO ERRONKAK 104

9. ESKERTZAK 105

1. SARRERA

Irudipena dut atzo bertan ari ginela 2015. urteari zegokion Memoria idazten, baina, konturatu ere egin gabe, iritsi zaigu 2016. urte amaitu berriari begiratu kritikoa egiteko garaia, estreinatu baitugu dagoeneko 2017. urtea. Gogoeta eta azterketa egiteko tartea hartuz ekingo diogu atzera begirako horri, eta galdera hauei erantzuten ahaleginduko gara horretarako: *zer egin dugu?, zergatik egin dugu?, nola egin dugu?* Edonola ere, ez dugu ahaztu nahi egindako horrek guztiak zer ekarpen egin digun Helduen Hitzako adineko bazkideoi.

Bestalde, iaz esaten genuen bezala: *"Memoria bat egitea lan astuna izan ohi da. Batez ere iraganari begiratu behar izaten zaiolako –eta hori ez dugu oso gustukoa izaten– eta egiten ditugun jarduera ugariak laburtu behar direlako. Baina urteko memoria baten erabilgarritasunari begiratzen badiogu –kasu honetan gureari, Helduen Hitza elkartearenari–, konturatzen gara balio handiko tresna dela memoria, izan ere, etorkizunerako tresna bat baita iraganari egiten zaion begiratua: a) gogoeta egiteko eta hobetzeko, hau da: gure jarduna* ***ebaluatzeko****; b) etorkizuneko bazkideek Helduen Hitza zer den jakin dezaten, hau da: elkarteari buruzko* ***informazioa*** *emateko; c) erakundeen laguntza jasotzeko (diru laguntzak, lokalen erabilera...), gure jardunaren erabilera egiazta dezaten, hau da: laguntza hori zein egokia den* ***justifikatzeko****...*

Beraz... "atzo esaten genuen bezala" edo hobe esanda, "iaz" esaten genuen bezala, has gaitezen gogoetarekin eta urteko ebaluazioarekin... Has gaitezen, halaber, gugana hurbiltzen direnei informazioa ematen. Hasteko, Helduen Hitza zer den adieraziko dugu, labur-labur, zertan oinarritzen garen gure jardunean eta nola antolatzen garen eta funtzionatzen dugun.

1.1. Zer da Helduen Hitza?

Helduen Hitza irabazi asmorik gabeko elkarte bat da, 2003. urtean sortu zena 55 urtetik gorako pertsonentzat. Ibilbide profesionala amaitu ondoren, Matia Fundazioaren Esperientziaren Eskolan ikastaro bat egin eta gero, 38 lagunek elkartea sortzea erabaki zuten, eta horrela hasi ziren lehenengo kudeaketa lanak, estatutuak, kontabilitateak... eta horrek guztiak ekarri zuen gaur egungo Helduen Hitza: 225 bazkide, 2016ko abenduaren 31n. Gaur egungo bazkide horiek sortzaile haien ilusio berarekin jarraitzen dute aurrera. Eskerrak eman nahi dizkiegu gure artean jarraitzen dutenei, baina baita jarraitzen ez dutenei ere.

2010. urteko Memorian agertzen zenaren arabera: *"Elkartearen helburuak, bertako Estatutuetan adierazten den bezala, honako hauek dira: Adineko pertsonen banakako gaitasunak zein taldekoak ahal beste garatzea helburu duten ekimen guztiei ekitea eta horiek gauzatzea; horien bazterketa saihestea eta gizartean parte har dezaten laguntzea, eta, ondorioz, adinekoek gizartean betetzen duten zereginari balio handiagoa ematea".*

Orduko hartan dagoeneko jarduera hauen aldeko apustua egin zen helburu horietara iristeko: *Adinekoen Prestakuntza eta Etengabeko Ikaskuntza, Euskararen ikaskuntza, Ostegunetako Foroa, Gizarte Alorra, Boluntariotza, Mendi-ibiliak, Irteerak, Irteera Kulturalak, Buletin-Aldizkaria eta Literatura tertuliak.* Horiez gainera, gaur egun beste jarduera hauek egiteko aukera dago: *Hitzaldiak-Tertulia Euskaraz, Ibilaldi osasungarriak, Musika eta Kantu Tailerra, Antzerki Tailerra eta Literatura Lehiaketa.* Modu sistematikoan eta egituratuan egiten diren jarduera horiez gainera, beste hainbat jarduera daude, unean unean egiten direnak; Urteko Memoria honetan ere emango dugu horien berri.

Esperientziaren Eskola dagoeneko itxi da; beraz, ez dugu bertako ikaslerik jasotzen. Hala ere, elkartea handitzen eta handitzen ari da, ilusio berarekin... Gainera, onartu beharra daukagu bertara iristen direnak inolako arazorik gabe egokitzen direla eta berehala sentitzen dutela Elkartea berena balitz bezala, haren sorreran parte hartu izan balute bezala. Adineko pertsonak gara, baina mundu hobe bat lortzeko ilusioa dugu, eta baita horretarako lanean jarraitzeko gogoa ere.

1.2. Zein da gure oinarria eta zer helburu ditugu?

Galdera horien erantzunaren bila, urtez urte esaten ari garen moduan, ***"Zahartze Aktiboaren Liburu Zurira"*** jo behar dugu. Aipatutako Liburu hori Munduko Osasun Erakundeak osatu eta argitaratu zuen 2012an, eta horretatik abiatuta osatu eta argitaratu zuen Eusko Jaurlaritzak ***"2015-2020 Zahartze Aktiboaren Euskal Estrategia"*** (Enplegu eta Gizarte Politika Saila, 2015). Bi erreferentzia horiek adierazten digute garrantzizkoa dela arestiko Prestakuntza Etengabea, gaur egun *Ikaskuntza Bizitzan zehar*, baina are garrantzitsuagoak direla *Funtzionamendu Fisiko eta Mental osasungarriak* eta horiei lotutako *Balioak*: *Duintasuna, Autonomia, Parte-hartzea* eta *Solidaritatea.*

Zahartze Aktiboaren Euskal Estrategian, hiru gai arlo zehazten dira:

a) *Gizartea zahartzarora egokitzea*. *GOBERNANTZA eredu berri bat.*

b) *AURRE HARTZEA eta PREBENTZIOA, hobeto zahartzeko.*

c) *ADISKIDETASUNA eta PARTE-HARTZEA, ongizatearen gizartearen eraikuntzan.*

Helduen Hitzari dagokionez, gure esperientzia pertsonalean eta Elkarte gisa dugun esperientzian oinarrituta, gaur egungo teoriaren bidean jarri ditugu gure jarduerak, modu intuitiboan. Izan ere, *Zahartze Aktiboa* bultzatzen eta gauzatzen dugu, eta Elkartearen balioen alde lan egin dugu orain arte eta horretan jarraitu nahi dugu, bat baitatoz Zahartze Aktiboaren balioekin. Era horretara, Helduen Hitza LAGUNKOIA - AMIGABLE bat nahi dugu, eta horren alde egiten dugu, zahartze AKTIBOA, DUINA, AUTONOMOA, PARTE HARTZAILEA eta SOLIDARIOA lortu nahi baitugu, gai horretan erantzukizuna duten erakundeen laguntzarekin, noski.

Hori lortzeko, aipatutako balioak indartzen dituzten jarduerak diseinatzen, antolatzen, proposatzen eta gauzatzen ditugu, hiru ardatz hauen inguruan:

- Garapen **EMOZIONAL** OSASUNGARRIA
- Garapen **MENTAL** OSASUNGARRIA
- Garapen **FISIKO** OSASUNGARRIA

1.3. Zer antolamendu dugu eta nola funtzionatzen dugu hori guztia lortzeko?

Honako hauek dira elkarte gisa ditugun helburuak lortzeko Funtzionamendu Organoak:

- Bazkideen Batzarra.
- Zuzendaritza Batzordea.
- Lan Batzordeak.

1.3.1. Bazkideen Batzarra da, Estatutuen arabera, *Elkartearen Organo Gorena, eta bazkide guztiek osatzen dute, haiek beren nahia adierazteko organoa izanik.* Esan bezala, agiri hau idazteko unean, **425** bazkide gaude guztira Elkartean izena emanda. Baina kopuru hori egunetik egunera aldatu ohi da. Eta jardueretan parte hartzen duten bazkideen kopurua ere aldatu egiten da, modu berean.

1.3.2. Zuzendaritza Batzordea, Estatutuen arabera, *ordezkaritza organo bat da, eta Elkartearen interesak kudeatzen eta ordezkatzen ditu, Batzar Nagusiaren xedapenen eta zuzentarauen arabera.*

Zuzendaritza Batzordea hamar lagunek osatzen dute gaur egun, Estatutuetan adierazten denari jarraituz: Lehendakaria, Lehendakariordea, Idazkaria, Diruzaina eta sei batzordekide edo bokal. Azken horiek dira Elkartearen jarduerak prestatu, aurrera eraman eta ebaluatzen dituzten Lan Batzordeetako arduradunak. Lan Batzordeetako arduraduna Zuzendaritza Batzordeko kide denez, lana hobeto koordinatzea eta ebaluatzea lortzen da. Idazkaritza lan gehienak Mertxe Berasain Helduen Hitzako bazkideak egiten ditu, baina, berak hala erabakita, ez da Zuzendaritza Batzarreko kide. Gure eskerrik beroena bere lanagatik eta adeitasunagatik.

Ikasturte hasieran egindako Ohiz Kanpoko Batzarrean (urriaren 5) honako kide hauek utzi zuten, beren borondatez, Zuzendaritza, agintaldia bukatu eta gero:

- Diruzaina: *Antxon Irizar Peña*
- Idazkaria: *Juan Mari Pérez Cañizal*
- Bokala: *Tomás Errasti Goenaga*
- Bokala: *Mentxu Cortés Fernández*

Horien ordez, bazkide hauek etorri ziren:

- Diruzaina: *Juan Blas de Yrazusta Claret*
- Idazkaria: *María Baldomera Sánchez Sánchez*
- Bokala: *Juan Ignacio Aizpurua Arrizabalaga*
- Bokala: *María Victoria Osoro León*

Beraz, honako hauek osatzen dute gaur egungo Zuzendaritza Batzordea:

- LEHENDAKARIA: *María Pilar Perea Elías*
- LEHENDAKARIORDEA: *Julia Arrieta Larrañaga*
- DIRUZAINA: *Juan Blas de Yrazusta Claret*
- IDAZKARIA: *Maria Baldomera Sánchez Sánchez*
- HH Aldizkariaren BOKAL Arduraduna: *Juan Ignacio Aizpurua Arrizabalaga*
- Hainbat Batzorderen BOKAL Arduraduna: *Jose Manuel Susperregi Martin*
- Irteera Kulturalen BOKAL Arduraduna: *María Victoria Osoro León*
- Euskararen BOKAL Arduraduna: *Izaskun Mendikute Imaz*
- Mendi-ibilien BOKAL Arduraduna: *Jon Puy Mariezkurrena*

- Ikaskuntza bizitza osoan zehar atalaren BOKAL Arduraduna: *M. Carmen Zarate Barrero*

Zuzendaritza hilero elkartzen da, hilaren lehenengo astelehenetan. Jai izanez gero edo opor egunak izanez gero, bigarren astelehenetan izan ohi da bilera.

1.3.3. Lan Batzordeak gehienera ere 10 lagunek osatu ohi dituzte, premien arabera, eta hilean behin elkartzen dira. Bazkide gehien eta/edo aurrekontu handiagoa duten jarduerak kudeatzen dituzten Arduradunak Zuzendaritza Batzordeko bokal izaten dira. Era askotako lanak egiten badituzte ere, oro har, honako hauek dira bete behar dituzten zereginak: egitarauak prestatzea, gauzatzea, ebaluatzea, kanpoko hizlariak kontratatzea, diruzainarekin koordinatzea ordainketak egiteko, halakorik balego... eta, batez ere, Jardueraren edo Jardueran Bokal Arduradunen bitartez, zubi lana egitea Zuzendaritza Batzordearekin, koordinatzeko eta informazio trukea egiteko.

Askotariko Batzordeak edo *Batzorde Txiki* deiturikoetako Bokal Arduradunak ordezten ditu Zuzendaritza Batzordearen barruan batzorde txikienak. Batzorde hori hainbat batzorde txikik osatzen dute, eta Batzordeko arduradunarekin elkartzen dira denak, harekin koordinatzeko helburuarekin.

Batzorde hauek dute gaur egun Arduraduna Zuzendaritza Batzordean: Euskara, Mendi-ibiliak, Bizitzan zeharreko ikaskuntza (lehen Etengabeko Ikaskuntza), Irteera Kulturalak, HH Aldizkaria eta Askotariko Batzordeak edo Batzorde Txikiak: Ostegunetako Forua, Literatura Tertulia, Musika eta Kantu Eskola, Antzerki Tailerra eta Irteera Osasungarriak.

Bazkide bakoitzak hautatzen du, ikasturte hasieran, zer jardueratan parte hartu nahi duen. Memoria honetan sakontasunez aztertzen dira jarduera horiek. Horien ezaugarri orokorrak azalduko ditugu orain, bazkide izateko asmoa duten edo bazkide egin berri direnei hautaketa egokia egiten laguntzeko:

- **Euskararen ikaskuntza:** astearte eta ostegunero izaten da, eguerdiko 12.00etatik 13.00etara, hitzaldiak amaitu eta berehala, eta areto beretan (Kultura Aretoak eta Topalekua). Elkarteko kideek ematen dizkiete eskolak beste kide batzuei, eta taldeak txikiak dira, mailaren arabera sailkatuak. Doako jarduera. Bazkideentzat. Arduraduna: Izaskun Mendikute.
- **Hitzaldiak-Tertuliak Euskaraz:** hilean hitzaldi bat egiten da euskaraz, eta horren ondoren, eztabaida bat izaten da, hilaren 2. ostegunean, 10etatik 12etara. Kanpoko hainbat hizlarik ematen dute, Lugaritzeko Kulturetxean (Antiguo). Doako jarduera. Bazkideentzat. Arduraduna: Izaskun Mendikute.

- **Mendi-ibiliak:** astean behin izaten dira, ostiral goizetan, urte osoan zehar. Ordutegiak eta herrialde barneko ibilbideak eta zailtasun mailak aurretik jakinarazten zaizkie ibiltariei, astero. Ibilbide horietako hiru egun osokoak izaten dira; bazkaria jatetxe batean egiten da, eta ibiltari bakoitzaren kargura izango da bazkaria. Parte-hartzaileek bazkide izan behar dute, eta federatuta egon behar dute (aseguratuta). Bazkideentzat. Doako jarduera, joan-etorriak izan ezik. Arduraduna: Jon Puy.
- **Ibilaldi osasungarriak:** asteroko jarduera, astelehen edo ostiraletan. Aldatu egiten dira parte hartzaileak. Goizeko ibilbideak, zailtasunik gabeak, Donostian eta inguruan izaten dira (Astigarraga, Hernani, Lasarte, Errenteria, Irun, Hondarribia, Hendaia...). Hiru ibilbide daude ikastaro bakaitzeko bazkariarekin amaitzen direnak. Ibilbideen eta ordutegien berri posta elektronikoz edo telefono bidez ematen da. Bazkideentzat. Doako jarduera, joan-etorriak izan ezik. Arduraduna: Luis Barinagarrementeria.
- **Etengabeko Ikaskuntza – Prestakuntza – Hitzaldiak:** hitzaldiak astearte eta asteazkenetan, 10etatik 12etara, ikasturtean zehar, Topalekun eta Ernest Lluch (Anoeta) eta Okendo (Gros) Kulturetxeetan. Batzuetan beste leku batzuetan. Bazkideentzat zein bazkide ez direnentzat. Jarduera honek ez du prezio bera bazkideentzat eta bazkide ez direnentzat (Bazkideak: 90€; Ez bazkideak: 130€ ikastaroko hitzaldi guztiak). Askotariko programak dira, eta hiru hilabetez behin ematen dira ezagutzera. Askotariko hizlariak. Arduraduna: M. Karmen Zarate.
- **Literatura Tertuliak:** hileroko jarduera Topalekun, kanpoko dinamizatzaile baten ardurapean. Hileko azken bi astelehenak, arratsaldeko 4.30etik 6.00etara, bi talderentzat. Irakurri beharreko eleberrien programazioa dinamizatzailearen kargura izango da. Bazkideentzat da jarduera hau. Ia-ia doakoa da (10 € ikasturte osorako). Arduraduna: Carmen García Viscarret.
- **Ostegunetako Forua:** Asteko jarduera, Topalekun, Elkartearen dinamizatzaile baten kargura. Ostegunetan 10.30etik 12.00etara. Gaurkotasuna duten gaiak eta/edo parte-hartzaileen interesekoak. Topalekun egiten da, bazkideentzat. Doako jarduera. Arduraduna: Jose Manuel Susperregi.
- **Aisia-Kultura Irteerak:** egun bateko bi edo hiru irteera hiruhileko. Erkidegoko probintzietara edo mugako probintzietara egiten dira. Autobusez. Bazkideentzat edo bazkide ez direnentzat (prezioak irteeraren araberakoak dira). 5 edo 6 eguneko bat antolatzen da ikasturte amaieran, ekainaren hasieran. Penintsulan barrena edo mugako herrialdeetan. Lehentasuna dute bazkideek. Arduraduna: Marivi Osoro.

- **Musika eta kantu tailerra**: astean behin egiten den jarduera, astelehen goizetan, Egiako Musika Eskolan, Sara Varasen kargura. Jarduera hau bazkideentzat da. Musikaz gainera Kantua egiten dute, eta hainbat emanaldi eskaintzen dituzte, hiruhilekoari amaiera emateko. Doako jarduera ia (10 € ikasturte osorako). Arduraduna: Itziar Olaizola.
- **Antzerki Tailerra:** asteko jarduera. Topalekun egiten da ostegun arratsaldetan, 5etatik 7etara. Hilaria kanpokoa izaten da. Antzerki lanen egokitzapenak prestatzen dituzte, eta gero, bazkideei eskaintzen dizkiete emanaldiak, ikasturte edo hiruhilekoaren amaieran, eta baita Kulturetxeren batean ere, ikusle ororentzat. Bazkideek egindako jarduera. Jarduera ia doakoa (10 € ikasturte osoa). Arduraduna: Lola Otero.
- **Helduen Hitza Berriak Aldizkari-Buletina**: hiru ale argitaratzen dira urtean, hiru hilabetez behin. Elkartearen bizitza eta jarduerak jendeari jakinarazteko modu bat da. Bazkideek egiten dute. Doan bidaltzen zaizkie bazkide eta erakunde guztiei. Arduraduna: Juan Ignacio Aizpurua.
- **Kontakizun Laburren Helduen Hitza Literatura Lehiaketa:** urtero egiten zaie parte hartzeko deia bazkideei. Euskaraz eta gaztelaniaz izaten da. Bazkideen sorkuntza jendartera ateratzeko aukera ematea izan zen lehen helburua. Lehiaketaren oinarriak urte hasieran bidaltzen dira. Maiatza hasieran ematen da epaia. Arduraduna: Virginia Vera.



2. 2016an EGINDAKO JARDUERAK

2.1. EUSKARA IKASTEA

Euskara Batzordea honako hauek osatzen dute:

- Arduraduna: Izaskun Mendikute
- Jose Ma. Uranga
- Elkarteko kide diren irakasleak.

Euskara ikastea

2016an nahi izan duten bazkideek euskara ikasten jarraitzeko aukera izan dute, urtero egiten den bezala. Beti bezala, hitzaldiak bukatutakoan eskolak, astearte eta asteazkenetan, 12:00etatik a 13:00etara, ematen dira taldeka mailaren arabera. Toki hauetan burutzen dira: Okendo Kultur etxean 1. eta 2. hiruhilabeteetan, Ernest Lluch Kultur etxean 4. hiruhilabetean, eta Topalekuan ikasturtean zehar.

Azken bi hiruhilabeteetan taldeak honako hauek izan dira:

KULTUR ETXEAK		
Mintzapraktika	Karmele Otegi Pilar Perea	6 ikasle
3. Maila	Ramón Leturiondo	6 ikasle
2. Maila	Iñaki Lasa	6 ikasle
1. Maila	Koldo Iglesias	2 ikasle
0. Maila	Elena Arrieta	2 ikasle
TOPALEKUA		
Mintzapraktika	Ma. Karmen Zuaznabar Ma. Karmen Zubiaurre	4 ikasle
1. Maila	Juan Ma.Perez	8 ikasle
2. eta 3. mailetan ordezkapenak: Izaskun Mendikute		

Ikasturtearen 2016-17 ikasturteko 1. hiruhilabetean zehar honako hauek izan dira:

KULTUR ETXEAK		
3. Maila	Ramón Leturiondo	10 ikasle
2. Maila	Iñaki Lasa	8 ikasle
1. Maila	Elena Arrieta	4 ikasle
TOPALEKUA		
Mintzapraktika	Ma. Karmen Zuaznabar Ma. Karmen Zubiaurre	8 ikasle
1. Maila	Juan Ma.Perez	8 ikasle

1. 2. eta 3. mailetan, beti bezala, “Bakarka 1” eta “Bakarka 2” liburuak erabili dira. Mintzapraktika taldean, aldizkari eta testu ezberdinak erabili dira. Horretaz gain, lehenengo bi hilabeteetan Arantxa Urretabizkaiaren “Zuri-beltzeko argazkiak” liburua ere erabili da eta 2016.eko azken hiruhilabetean Karmele Jaioren "Ez naiz ni" liburua".

Aurreko ikasturteetan egiten zen bezala, 2016/17 kurtsoan Kultur Exeetan ikasturtean zehar, Joxean Jauregiren ardurapean, kantu-egunari berriro ekin zaio.

Irakasleek duten interes altruista baloratzekoa da. Baita ere ikasleek euskara ikasteko duten gogoa. Bi horien adierazlea: ikasle batzuk udan zehar ere, Ramón Leturiondo, Elena Arrieta e Iñaki Lasarekin, euskara aprendizaia prozesuarekin jarraitu dutela.



2.2. Hitzaldiak - Tertuliak Euskaraz

Jardueraren arduraduna: Izaskun Mendikute, Jose Mari Urangaren laguntzarekin.

Hilero egiten dira hitzaldiak euskaraz. Euskarazko ezagutzak helarazteko-jasotzeko modu horretan jardun nahi duten bazkideek parte hartzen dute horietan. Neketsua bada ere, oso positiboa da guretzat, adineko pertsonentzat, horrelako ahalegina egitea. Eta benetan merezi duela esan behar dugu.

Jarduera honen bitartez, Helduen Hitza elkarteko helburuak lortzeko zereginean laguntzen dugu: "*gaitasun mentalari eta bizitza osoan zehar ikasteko gaitasunari, etengabeko prestakuntzari alegia, eustea, eta taldeko jarduerak egitea, aisiaren kudeaketa eta garapen emozional osasungarria".*

Lugaritz Kultura Zentroan, Antigua auzoan, egiten dira; gutxi gorabehera 30 lagunentzako lekua duen areto batean antolatzen dira. Areto handiago bat edukitzea gustatuko litzaiguke, baina, egia esan, orain arte ez gara inoiz gehieneko kopuru horretara iritsi. Nahiz eta hortxe hortxe ibili izan garen. Helduen Hitzak edo hizlariak eraman behar du ordenagailua hitzaldiak emateko.



Jarduerak bi helburu nagusi ditu: alde batetik, parte hartzaileak euskal kulturaren alorreko gaietan prestatzea, eta, beste aldetik, euskara erabiltzea guk geuk hautatutako gaiei buruz jarduteko.

Aurretik aipatu bezala, Helduen Hitzaren barruan Batzorde bat dago hitzaldiak antolatzeaz arduratzen dena. Hitzaldiak antolatzeko, parte hartzaileei eskatzen zaie landu nahi dituzten gaiei buruzko proposamenak egiteko. Ondoren, gai horiek lantzeko hizlari egokienak bilatzen dira, kontuan hartuta gaiaren edukia bera, batetik, eta euskaren erabilera zuzena, bestetik.

Gaiak lantzeko, metodologia erraza eta, aldi berean, interesgarria erabiltzen da: hizlariak gaia aurkezten du, eta, erakusketan zehar edo amaieran, hitzaldian egon direnek eztabaida baten bitartez parte hartzen dute, zeinek bere iritzia aurkeztuz. Hizlariek Power Pointak prestatu ohi dituzte, gaia hobeto azaltzeko eta parte hartzea bultzatzeko helburuarekin.

Goiza ondo bukatzeko, pintxo-potea egin ohi dugu inguruan, eta euskaraz hizketan jarraitzen dugu horrela, bai hitzaldiari buruzko iritzia emanez bai beste edozein gairi buruz jardunez.

Honako hau izan da 2016. urteko programa:

Urtarrilak 15: ”Mikel Laboa Katedra”

- Hizlaria: Juan Kruz Igerabide
- Parte hartzaileak: 18
- Parte hartzailearen balorazioa: 8’40 gaiari eta 8’25 hizlariari.

Mikel Laboa Katedra Euskal Herriko Unibertsitatearen eta Gipuzkoako Foru Aldundiaren arteko lankidetza hitzarmen baten ondorioz sortu zen, euskal arteari eta folkloreari buruzko ikerketa eta, orobat, sorkuntza artistikoa sustatu eta zabaltzeko helburuarekin, Mikel Laboaren lanaren alde ugariak abiaburutzat harturik. Katedraren jarduera programak arreta berezia eskainiko dio musikari, dantzari eta bertsolaritzari.

Mikel Laboa Katedrak modu aktiboan lagundu nahi die arteen ikerketan diharduten erakundeei eta pertsonei, euskal artearen inguruko ikerlari eta azterlariek nazioarteko komunitate bat egituratzeko helburuarekin eta haien adierazpenak hobeto ezagutzeko helburu aitortuarekin, horiek munduan barrena zabaldu eta proiektatu ahal izateko.

Mikel Laboaren eta haren lanaren azterketa izango da katedrak sustatuko duen ikerketa eta azterketa ildo nagusietako bat.

Helburu nagusiak:

- Oro har euskal arteari buruzko ikerketa zientifikoa sustatzea.
- Arte adierazpen horiei eta horiek Euskal Herriko nortasun kulturalean duten eraginari buruzko ikerketa, gogoeta eta kritika bultzatzea, parametro akademikoetatik abiatuta.
- Artearen eta euskal folklorearen nazioarteko zabalkundea proiektatzea.

Ikerketa jarduerak:

- Euskal arteak eta folkloreak izan dituzten agerraldien azterketa, ikerketa eta gizarte hedakuntzarekin loturiko jarduera mota oro sustatzea, bultzatzea eta zabaltzea ikuspegi berritzaile batetik, honako hiru jarduera esparru hauek kontuan harturik bereziki: musika, dantza eta bertsolaritza.
- Artearen eta folklorearen adierazpenei buruzko doktore tesiak sustatzea.
- Euskal artisten obrari buruzko doktore tesiak sustatzea.
- Euskal artea aztertzen duen euskal komunitate zientifikoa gorpuzteko ekintzak sustatzea eta horretarako sare zientifikoak sortzea.
- Euskal artearen eta haren adierazpenen ikerketan diharduten erakundeekin lankidetzan jardutea, adibidez Etniker, Eusko Ikaskuntza, Eresbil, Aranzadi.

Zabalkunde jarduerak:

- Jardunaldiak eta biltzarrak egitea.
- Liburu eta aldizkari zientifikoak argitaratzea.
- Webgune espezifiko bat sortzea.
- Jende guztiarentzako zabalkunde jardunaldiak antolatzea, batez ere unibertsitate mailakoak ez diren hezkuntza zentroei begira.
- Gure gazteen artean sorkuntza artistikoa sustatzea.

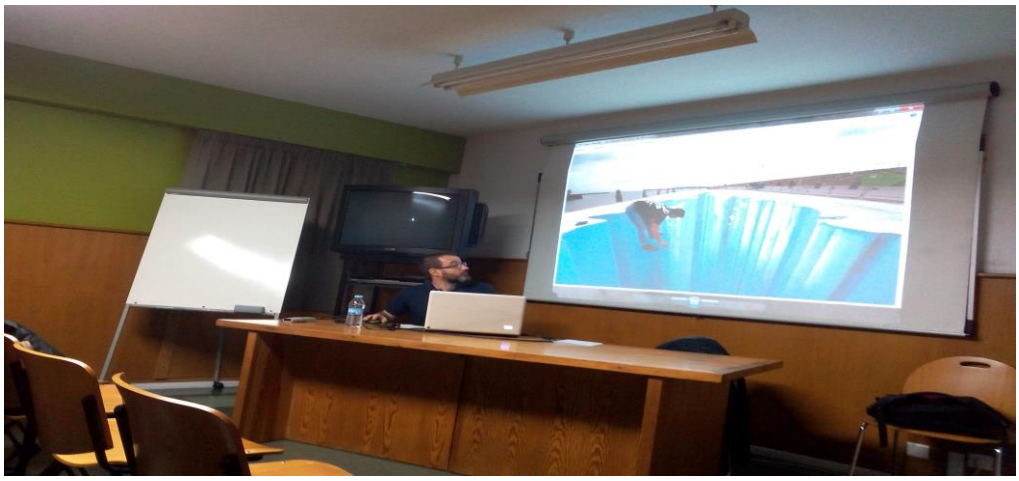
Otsailak 11: “Nikolas Lekuona, Euskal abangoardiaren izar galduak”

- Hizlaria: Txemi Valdecantos
- Parte hartzaileak: 19
- Parte hartzaileen balorazioa: 8’40 gaiari eta 8’90 hizlariari.

Txemi Valdecantosek bi partetan banatu zuen hitzaldia. Lehenengoan Nikolas Lekuonaren garai bereko artistei buruz hitz egin zuen, artistaren ingurunea kokatzeko; bat dator 1936ko gerraren aurreko abangoardiako mugimenduarekin, baina gerra ondoren amaitu zen. Ez du zer ikusirik gerra gerraren amaieran topatu litekeenarekin. Mugimendu horretako artisten artean aipatzekoak dira Zuloaga, Olasagasti, Erauskin, Carabanas, Zumalabe, Valverde, Ascensión Martiarena (irakasle izan zuena), Oteiza (hasieran), horiekin ere izan baitzuen harremana.

Bigarren partean Nikolasi buruz hitz egin zuen. Nikolas Ordizian jaio zen 1913an, eta 1937ko gerran hil zen. Beste batzuek erbesteratzea lortu zuten, baina berak ez.

Garai horretako hainbat mozorro ditugu; horiek egiteaz gainera, argazkiak egiten zizkien, zapatekin, pipekin… batera. Argazkien artean aipatzekoak dira, halaber, argazki paperarik gabe egindakoak, zuzenean paper fotosentiberarekin egiten zituenak. Anaiaren argazkiak, ebakiak eta kontraargian. Garai horietakoa da, halaber, Molina, Eiffel Dorreari beste ikuspegi batetik atera ziona argazkia, goitik behera hain zuzen ere.



Haren margolanen artean aipatzekoak dira “collage” eta fotomuntaia batzuk, San Telmo museoan daudenak erakusgarri, eta kutxa bat Tabakaleran.



Martxoak 17: “Zoriona eta Sufrimendua: bizitza erreala bizitzen ikasi nahian”

"Zoriona eta Sufrimendua”

- Hizlaria: Jexus Ma. Mujika
- Parte hartzaileak: 12
- Parte hartzaileen balorazioa: 8’50 gaiari eta 8’50 hizlariari

Jexus Ma. Mujikak sufrimendua eta zoriona nola lotu litezkeen azaldu zigun, eta aipatu zigun ezin litekeela zoriona hauteman ez badugu sufrimendua ezagutzen. Ez dago zorionaren formularik, sufrimenduaren aringarri gisa bilatzen baitugu.

Sufrimendua: norberaren esperientziak sortua da. Sufrimenduaren erantzunak erlijioan aurkitzen ditugu “Euskal Herrian”. Oinazea saihetsezina da, sufrimendua, berriz, aukerazkoa da.

Animaliek bizitzeko eskubidea dute? Naturan ez dago eskubiderik, gizakiek sortu ditugu. Eskubideak betebeharrei lotuta daude. Sufrimendua gizakien kontua da.

Sufrimenduak pertsona hobeak egiten gaitu?

Zoriona. Posiblea al da mundu honetan? Bizitza nagusiki tristea eta tragikoa da. Batzuek zoriona txapela moduan bilatzen dute, soinean daramagu eta ez gara konturatu ere egiten.

Zoriontsuak izan nahi badugu, zerbait eskaini behar diegu besteei. Nola? Burua galdu gabe. Inor behartu gabe, zoriontasun objektibo bat badela ikasiz.

ZORIONA LANDU EGIN BEHAR DUZU, EZ DIZUTE BESTE BATZUEK EMAN BEHAR. LAGUNDU BAINO EZ.

Apirilak 21: "Bisita gidatua Tabakalerara"

- Gida: Mikel Marquez
- Parte hartzaileak: 19
- Parte hartzaileen balorazioa: 8'50 zentroari eta 7'70 gidari.

Gune enblematiko bat da Tabakalera, 26000 metro koadrokoa. Gaur egun Kultura Garaikidearen Nazioarteko Zentro bihurtu da antzina tabako fabrika izan zena. Donostiko eraikinen estilo erromantikoa du. Sei solairu ditu, eskailera handi baten bitartez lotuak, eta bertara ematen dute solairu bakoitzeko galeriek.

Kultura proiektuarekin batera daude Etxepare Institutua, zinema jaialdia, Euskal Filmategia, Kutxa Fundazioa eta Zineuskadi.

Aipagarria da doakoa dela bertara, liburutegira, erakusketetara, film laburretara sartzea; eremu libreak daude, ekimen pribatuek beren proiektuak gauza ditzaten.

Maiatzak 12: "Euskaldunen noblezia (unibertsala) gaurko ikuspegitik: mitoa edo benetakoa?"

- Hizlaria: Jon Arrieta
- Parte hartzaileak: 17
- Parte hartzaileen balorazioa: 7'90 gaiari eta 7'80 hizlariari

Zer da? Zer eragin izan du? Zertarako balio du? Konparatu gaur egungo gure egoerarekin. XV. mendea arte, borroka asko izan ziren, eta XVI.

mendean (Amerikaren aurkikuntzaren data), boterearen pribilegioak herriarengana igaro ziren, eta arau batzuk sortu ziren, era horretara: foruak. Horrekin batera iritsi zen gizarte mailen arteko berdintasuna.

Pobreak eta dohakabeak. Esklabotza desagertu egin zen Euskal Herrian, nahiz eta morroiak gelditzen ziren (kolonoak). Europa ordu arte arriskuz beterik zegoela ulertzen da, eta basailutza normala zen, defendatzeko modu bat. Boterea jauntxo feudalen esku zegoen. Gizarte maila batean jaiotzen zirenek ezin zuten, oro har, aldatu, herri xumeko pertsona bat ez zen nobleziako kide bihurtzen.

Garai horretakoa da AXULAR. Hark sortu zuen lehenengo euskal gramatika, 1645ean argitaratua. Horri esker elkar ulertzen zuten hainbat herrik (zuberotar bat eta bizkaitar bat). Familian irakurtzeko liburua da. Irakurtzen zekitenek taldean egiten zuten, baserrietako sukaldean. Mankomunitateko apaizek boterearen mesederako hezten dute. Eliza katolikoa zen hizkuntza politika bat zuen bakarra. Latinez erakusten zuten eta euskara zaintzen zuten.

Miguel de Samaniegok euskaldunen pribilegioei buruz hitz egiten du. Gaztelarretatik babesteko kontratatzen da.

Bizimodu bat sortzeko premia. Antolatzeko eta jauntxoak alde batera uzteko, hiriguneak *(villa)* sortzen dira, Alfontso XI.ak bultzatuak. Hiriguneen arauen bitartez bateratzen dira herriak.

XV. mendean Bizkaiko foruak idatzi ziren. Ez da ezagutzen zein diren aitoren semeak. Denak dira aitoren seme, denak bizi baitira Bizkaian. Gipuzkoan ere berdin, errege-erreginek hiriguneak sustatzen dituzte, eta bertan bizi direnak DENAK DIRA BERDINAK. Etxearen eta portuaren jabe dira.

XIV. mendean, Gipuzkoan, herrietan sartuta zeuden eta ondo antolatuta. Pertsona bakoitzak boto bat zuen: demokrazia, Nafarroan ez bezala, han basailutza baitzegoen. Ahaide nagusiak ez ziren desagertu, egokitu baizik. “Burdinolak” sortu ziren, lana egiten da.

DENOK GARA AITOREN SEME

Urriak 20: Bisita gidatua ORONA Fundaziora

- Gida: Iñigo Marquez, Fundazioaren arduraduna
- Parte hartzaileak: 23
- Parte hartzaileen balorazioa: 9’90 gaiari eta 8’00 gidariari.

Orona Fundaziora (Hernani) egindako bisitarekin hasi genuen 2016/2017 ikasturtea. Arduradunak Fundazioa osatzen duten hiru alderdiei buruz hitz egin zigun bi ordu eta erdiz:



1. Enpresa
2. IDEO ikerketa
3. Unibertsitatea (Mondragón Unibertsitatea taldeak osatua)

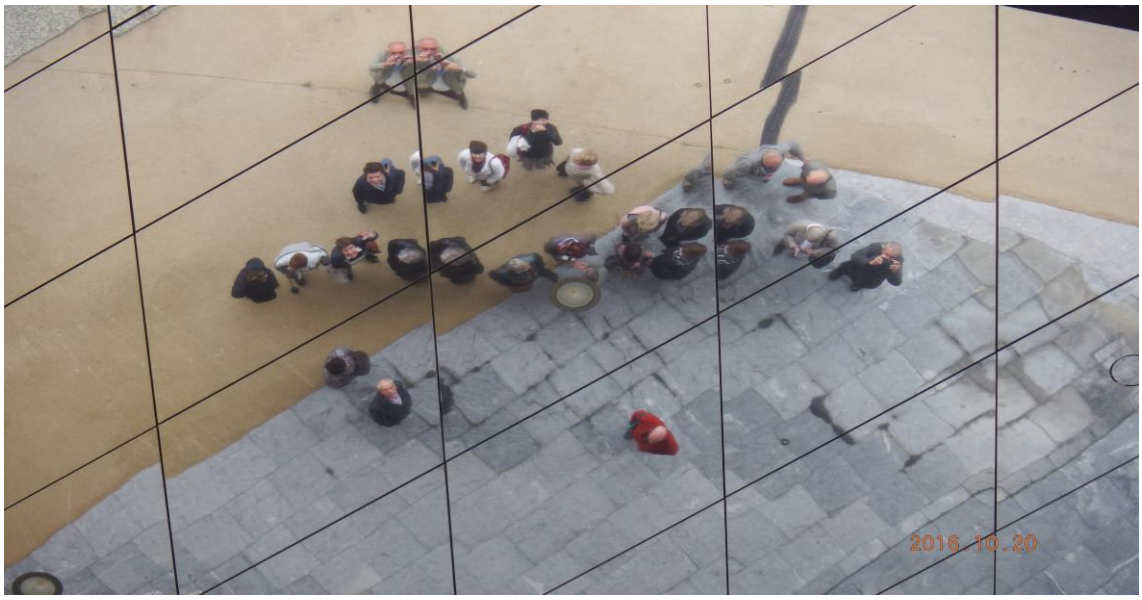
ENPRESA 4.500 langilek osatzen dute, Hernanin eta Gasteizen gehienak. Bost kontinenteetan dituzte instalazioak, 100 herrialdetan, 250.000 igogailu guztira. Mundu mailan 10. lekuan dago; Asia kontuan hartu gabe, bere merkatua baitu, 5. lekuan dago. 5 ardatz estrategiko ditu: Esportazioa, Zerbitzua, Etorkizunerako konpromisoa, Ingurumena, Etorkizuna eta Teknologia, ondo lotuta denak. Independentzia teknologikoa, hau da, beste batzuek ez edukitzea gu erosteko gaitasuna. ORONAk bere lidergoari eusten dio, zerbitzu bera ematen diote mundu osoari. IDEOn (ikerketa) 100 ingeniari daude.



Eraikin guztiz berezian gaude (zirkularra).

UNIBERTSITATEA. Harresiz barruko eta harresiz kanpoko misioa dago. GARAPENek inguruneari laguntzen dio, hezkuntza komunitateari dagokionez, 170 ikasle ditu. Alor hauekin du harremana: Batxilergoa, Lanbidea eta Unibertsitatea.

Kafetegia eta jangela irekiak ditu, edonor sar liteke (horietan Euskadiko lehengaia da nagusi). Bisitari amaiera emateko, pintxo-potea egin dugu bertako instalazioetan.



Azaroak 10: "Gure gizartearen arriskuak eta posibilitateak: Zenbait ikuspegi"

- Hizlaria: Jexus Ma. Mujika
- Parte hartzaileak: 23
- Parte hartzaileen balorazioa: 8'80 gaiari eta 8'80 hizlariari

1970. urtea arte ingurumenak ez du garrantzirik. Ordutik aurrera jabetzen gara haren garrantziaz. Gizakien adimenak topatu du definizio egokia? Arrazoizkoa da gaur egungo garapena? Aldaketa klimatikoaren ondorioz Espainiaren erdia basamortua izango litzateke.

Kornad Lorenz aipatzen da, zeinak idatzi zuen, 1972an, "Gizadi zibilizatuaren zortzi bekatu mortalak" (ez badugu betetzen desagertzeko arriskuan daude). Gainpopulazioa, Bizi espazioaren hondamena, Heriotza sentimenduaren bizitzan, Gainbehera genetikoa, Tradizioa ahultzea, Prestakuntza indoktrinatua, Arma nuklearrak, besteak beste.

Neofilismoa: ez gaituzte prestatzen gustatzen ez zaigunerako, beraz, ez dugu gustatzen ez zaiguna estimatzen. Etsairik gabe gelditzen garenean geure buruaren kontra egiten dugu.

Gaiarekin kezkatuta dauden beste egile batzuei buruz ere jarduten du, besteak beste:

- **Ulrich Beck**, 1985ean "Gizartearen arriskuaren kontzeptua" idatzi zuena.
- **Alvin Toffler,** "Hirugarren olatua", nekazari iraultzari buruz, industria iraultzari buruz eta iraultza teknologikoari buruz hitz egin zuen.
- **Edgar Morin,** "XX. mendetik irteteko".
- **Lutero,** erreformak barrutik egin behar dira.

Aukerak eta baldintzak: itxaropena berreskuratzea, jakintza filosofikoa berreskuratzea, etab.

Abenduak 15: "Kale artea"

- Hizlaria: Txemi Valdecantos
- Parte hartzaileak: 19
- Parte hartzaileen balorazioa: 8'70 gaiari eta 9'00 hizlariari

Kale artea baimenik gabe funtzionatzen duen arte gisa definitzen dugu. Arte horretan, gu ez gara haren bila joaten, hura etortzen da guregana. Beste batzuk: a) Arte publikoa: ez da kale artea. 2) Horma irudi kontratatuak, aginduak.

Kale artea klandestinoa da, eta horren barruan aipagarriak dira grafitiak, pop-art izenekoa eta beste batzuk ezezagunak. Non daude? Auzoetan baino ez? Industrietan horma handiak dituztelako. Trenetan mugimenduan ikusten ditugu; horrela jende gehiagok ikusten ditu. Metroaren hormetan, komunetan.

Historia: 80ko eta 90eko hamarraldietan, eta batez ere gaur egun, urrezko aldia da. Erromatarren garaitik dator izena; grafitoa markatzeko erabiltzen zuten, Iruña-Veleiako erromatar hondakinetan (Gasteiztik hurbil) ikus daitekeen bezala.

Teknika eta tipologia.- Figuratiboak, tipografikoak, komunikatiboak (soilak). Aipagarriak dira: **SOFLES**: bere izena jartzen du, **ODEITZ**: bere izena jartzen du, El niño de las pinturas **(RAUL RUIZ):** hitzak eta marrazkiak. **OBEY.**

Teknikak: espraia, brotxa, berrien artean: plantilak (bat edo gehiago), posterrak.

Mezu bat adieraz dezakete edo edertasuna adierazi, bere horretan. Eskulturak ere izan litezke.

Oso ezagunak dira **KILROY**, **COPE 2** (Fernando Carlo), **David Zinn** (zoruan). **BLUE** (Boloniakoa).

2.3. Bidezidor kirola

Iaz bezalaxe aurten ere ekimenari ondorioak ateratzea egokitu zaigu. Helburu nagusia ibiltari guztiok ahalik eta hoberen igarotzea irtenaldi bakoitzean izaten da, eta inori ezertxo ere gerta ez dakion. Alde honetatik, eskertzekoa da nolako ilusioa jartzen duen ibiltari bakoitzak eta, aldi berean, zelako harreman eta giro ona sortzen den guztion artean. Hau guztia parte-hartzaileei zor diegu, eta Batzorde honen aldetik esker mila guztioi, ezinezkoa izango litzatekeelako aurrera ateratzea ekimena zuen laguntzarik gabe.

Aurten **147** mendigoizale izatera iritsi gara eta honelaxe banatu ditugu koloreen arabera:

KOLOREAK

Ibiltaria	Urdina	Zuria	Gorria	Berdea	Guztira
Emakumea	23	25	23	29	100
Gizona	11	13	13	10	47

Irtenaldiei dagokienez, urtean zehar **50** izan dira honelaxe banaturik:

Lehen hiruhilekoa	Bigarren hiruhilekoa	Hirugarren hiruhilekoa	Laugarren hiruhilekoa
12	12	14	12

Esan behar da aurten ez dugula arazo handirik izan eguraldiarekin eta, horregatik, irtenaldi guztiak aurrera atera direla.

Ibilbideak direla eta, iazko azalpenak ez errepikatzearren, labur-labur ezarriko ditugu hemen. Eskualdeka banaturik daude bere xehetasun eta guzti: Mapa, zailtasuna, profila, luzera, nondik norakoak, eta abar.

Guztira **109** dira eta honelaxe daude banaturik eskualdeka:

Donostialdea: 19 ibilbide
Kostaldea: 19 “
Urolaldea: 09 “
Zenbait: 04 “
Goierri: 11 “
Tolosaldea: 10 “
Debabarrena: 01 “
Bidasoaldea: 12 “
Ibilbide laburrak: 24 “

Hiruhileko egitarauak prestatzeko orduan kontuan izaten dugu nolako eskualdean dagoen kokaturik ibilbide bakoitza eta ahalik eta oreka gehien bilatzen saiatzen gara. Horrez gainera, betiko irizpideak jarraitzen ditugu: Bi ibilbide berri hiruhileko bakoitzeko (aurreko udan batzordekideak egindakoak), autobusaren erabilera (gehienez bi alditan) eta bazkari bat (Tolaren, Iturrin edo beste jatetxe batean).

PARTAIDETZA 2016. URTEAN (Batez bestekoa irtenaldi bakoitzean)

Lehen hiruhilekoa	**Bigarren hiruhilekoa**	**Hirugarren hilekoa**
25 emakume + 16 gizon= 41	**29 emakume + 15 gizon= 44**	**19 emakume + 10 gizon= 29**

Laugarren hiruhilekoan, bigarrenean bezalaxe: 29 emakume+15 gizon= 44

Batzordea dela eta, ondoko kideak ditu une honetan:

Arduraduna: **Jon Puy**

Batzordekideak: Manu Aguirre, Mertxe Argarate, Felix Aristi, Antton Arruti, Santi Briñas, Enrique Cercadillo, Mertxe Fernandez, Mariaje Lizarazu eta Karmen Zubiaurre.

Jose Costak, Kontxi Gonzalezek eta Ramon Iparraguirrek Batzordean denbora luzean aritu ondoren, aurten, arrazoi batengatik edo bestegatik, uztea erabaki dute. Egin duten lana ez da makala izan, eta eskertzekoa da jarri duten ardura, guztiak ondo funtziona dezan. Era berean, Pilartxori eta Lourdesi esker mila eskaini diguten laguntzarengatik.

Batzordearen barruan betebehar guztiak banaturik daude. Talde-lana ezinbestekoa da eta guztionak garrantzi handia du, eta hau ez da azalkeria hutsa, ekimen dezente egin behar baita urtean zehar. Betebehar horien artean ondokoak daude: Aseguru agiriak; Ibiltarioi astearteko jakinarazpena; GPS-aren erabilera ibilaldietan; Jatetxeei gosarien eta bazkarien abisua; autobuseko konpainiari abisua; Topalekuan eta Okendon izenak hartzea; diruzain lana; agiriak euskaratzea; Batzordearen deialdien eta Agirien igorpena; Helduen Hitzako Batzordearekin bilerak; hiruhileko egitarauen prestakuntza zenbait irizpide kontuan harturik, eta abar.

Beraz, talde-lanak ez badu funtzionatzen, bide okerretik joko dugu eta oso argi dugu, berriro diogu, batzordekide guztion lana oso garrantzitsua dela eta baita ibiltari guztien laguntza ere.

Aipatzekoa da urte bukaeran egiten den ibiltarion bilera (ez asanblada) hurrengo urteko aseguruaren eta txartelaren berri emateko. Gustatuko litzaiguke jende gehiago etortzea, lehenbailehen burutzeko lan hau, ordaintzeko orduan arazorik sor ez dadin.

Asegurua izatea, gure ustez, garrantzitsua da. Ibilaldian norbaitek istripua izanez gero, ondoko ospitaletara jo dezake:

Poliklinika: 24 orduak

Quirón ospitalea: Egunez besterik ez

Inori ezer gertatuz gero, larria ez bada, gutako arduradun batek beti eramango du botikina. Larria bada, zauritutakoak beti arduradun baten laguntza izango du, hauetako ospitale batera eramateko.

Ibilbideak berriro aipatuz, esan behar da ondorengo orrialdeetan laburpen bat besterik ez dugula azalduko, baina hiruhileko bakoitzean egitaraua erdaraz eta euskaraz prestatzen dugu, garatua eta garatu gabea. Garatuak xehetasun ahalik eta gehien izango du eta asteartero igortzen denaren antzeko edukia du. Garatu gabeak, berriz, kodea, herriak eta zein koloretakoak joango diren alde batera eta bestera. Batzordearen agurra jasotzen dute mendigoizale berriek eta uzten dutenek.

Bidezidor kiroleko giroaz eta harremanaz hitz egin dugu, baina bada beste atal bat aipagarria dena eta hau **euskararen erabilerarena** da. Dakigunok saiatzen gara gure artean mintzatzen eta ikasten ari direnei laguntzen diegu, neurri batean.

Solasaldietan antzinako eta gaurko gertaeraz hitz egiten denez, bururatu zitzaigun zenbait ibiltariri bertso bat jartzea, kontuan harturik bakoitzaren ezaugarriak. Gero, guztiok abestuz, jendeak asmatu behar zuen **Nor** zen mendigoizale hori. Joko honi **NOR DA NOR?** deitzen diogu. Hona hemen adibide batzuk.

(1) **Bibotedun gizona** **ez zaude makala,** **guztion Jaungoikoak** **bedeinka zaitzala.** **Orain aldapa duzu** **luze eta zitala,** **eskortatik ez irten** **zezenak bezala.**	**(2)** **Euskara ikasteko** **ba omen du grina,** **erdaraz mintzatzen da** **erdaldun bagina.** **Aldapa guztietan** **ezin imajina,** **joaten da andrea** **guztiz desegina.**	**(3)** **Politiko artean** **nahiko komediante,** **laster izango dugu** **Igeldo aparte.** **Hemengo batengandik** **ikasi bezate,** **bihar izango baita** **Altzako alkate.**
(4) **Gizonak izan zuen** **aitona ikurtzat,** **munduan ez zegoen** **hoberik beretzat.** **Bizikletan hor dabil** **erakusten hortzak,** **biboteak baititu** **hartu manilartzat.**	**(5)** **Lanbidez erizaina** **aurpegi zorrotza,** **itxuraren gainetik** **samur du bihotza.** **Maiderri eskaini dio** **gustura laguntza,** **nola zaindu ote du** **Groseko bildotsa?**	**(6)** **Orrazkera bikaina** **dotore arropa,** **sasoian izateko** **egin du borroka.** **Zaragozan jaioa** **dantzatzen du jota,** **euskaraz Harbil dugu** **jakin-minez jota.**
(7) **Andre honek lortzen du** **indar handiz jota,** **hamarrera heltzea** **frontoian pilota.** **Berak konpondu zuen** **anaiaren bota,** **berriz puskatzen bada** **errurik ez bota.**	**(8)** **Emakume honexek** **badu boterea,** **gu saltsetan sartzeko** **abilidadea.** **Jenio handikoa** **beldurrik gabea,** **ez ote da hemengo** **predikadorea?**	**(9)** **Honek ez du egingo** **askotan negarra,** **zorionez ez baitu** **halako beharra.** **Txiki samarra baina** **barruan indarra,** **nola sumatzen zaion** **hizkera nafarra!**
(10) **Betaurrekodun gizon jatorra** **gainera eskuzabala,** **behartsuari emango dio** **mamia eta azala.** **Denda atarian jarriko zaigu** **apaiz bat balitz bezala,** **janari poltsak gainezka egiten** **Jainkoak lagun dezala.**	**(11)** **Emakume hau, karistiarra** **txikitan ongi zaildua,** **lehen laneko eguna ez du** **oroimenean galdua.** **Eskaileretan eserita zen** **etxera ezin heldua,** **gazte batentzat ez al da latza** **halako bizimodua?**	**(12)** **Madril aldera joan behar du** **utzirik Euskal Herria,** **seme-alabak, beti bezala,** **arduraren iturria.** **“Oraintxe bertan jasoko duzu** **maitasunaren berria,** **gure artean izango zara** **beti ongi etorria!”.**

Mendigoizaleak ondorengoak dira: (1) Luís Cívico; (2) Carmen G. Viscarret; (3) Martín Elizasu; (4) Enrique Cercadillo; (5) Maribel Fernandez; (6) Pilar Remirez; (7) Ana Alkorta; (8) Mariaje Lizarazu; (9) Carmen Abarzuza; (10) Tomas Errazti; (11) Marivi Osoro; (12) José Amonarraiz.

2016. urteko lehen HIRUHILEKOA: irteera eta ibilaldiak

1.- (K-15).- IGELDO-TXIMISTARRI-LAPABIDE-ERREGENEA-DONOSTI
Gipuzkoako enparantzan hartuko dugu Igeldorako autobusa. Tximistarriko geltokian jaitsi eta Igeldo inguruko paisaiaz gozatuz ibili ondoren, Nikols hoteletik zehar Toki Ederrera helduko gara. Gero, handik Erregeneara eta Donostian emango diogu bukaera ibilaldiari.
(Ibilbidea aldapa txikiekin) ▲▲

2.- (D-07).- ANOETA-SANTA BARBARA-LASARTE
Anoetako Topoan elkartu eta Zorroagatik barrena, Ospitaletara eta Galarretara jarraituko dugu. Jauregi eta Saretxo jatetxeetatik pasa, eta Sta. Barbarara igoko gara. Bide asfaltatutik bide gurutzera jaitsi eta hilerritik barrena, Lasartera iritsiko gara.
(Bidea aldapa txikiekin) ▲▲

3.- (B-09).-OIARTZUN-LIZTORRETA-SANTIAGOMENDI-ASTIGARRAG
Autobusa hartuko dugu Oiartzuna iristeko. Han, barneko Done Jakue bideko seinaleei jarraituz, egingo dugu aipatu dugun ibilbidea.
(Aldapak dituen bidea) ▲▲

4.- K-07).- ORIO-ITSASPE-ZARAUTZ
Amarako Easo geltokian trena hartu eta Oriora joango gara. Han, San Martin ermitarako bidea egingo dugu eta gero Itsaspera. Behera eginez, berriro Oriora; eta han, Txurruka hondartzatik zehar mahastien ondotik Zarauzko kanpinera helduko gara, gero bertatik San Pelaiora jaisteko. **(Bideak aldapatxoak ditu)** ▲▲

5.- (V-01).- LEITZA-ANDOAIN
Santi jatetxearen aurrean (Anoetan) hartuko dugu Leitzara eramango gaituen autobusa. Han, Plazaola zaharraren bidea hartuko dugu eta horrela Andoainera heldu arte. Nahi duenarentzat bazkaria izango da.
(Bidea laua da baina oso luzea) ▲▲▲

6.- (T-03).- LEGORRETA-IBIUR-BALIARRAIN-IKAZTEGIETA
Norteko geltokian elkartuko gara trenez Legorretara heltzeko. Handik, Ibiurreko urtegirantz egingo dugu eta honi buelta eman ondoren, Baliarrainera igoko gara. Ibilaldiari amaiera Ikaztegietan emango diogu. **(Aldapatxoak dituen iblbidea)** ▲▲

7.- (**K-10).- ZUMAIA-DEBA**

Amarako Easo geltokian Zumaiarako trena hartuko dugu. Arritokietara igo eta Santiago bidea jarraituko dugu Debaraino, aurrez Itziartik pasatuz. Donostiara, Eusko Tren edo eta busez itzuliko gara.

(Bidea gora eta behera askorekin) ▲▲▲

8.- **(T-06).- BILLABONA-AMASA-TXERTOTA(Goiburu)-ANDOAIN**

Norteko geltokian elkartu eta Billabonara. Amasara igoko gara lehenbizi eta jarraian Txertota sagardotegira. Gero beherantz egin eta ibai gaineko zubitik igaro, (Sorginen zubia deitzen denetik) eta Andoainera helduko gara. **(Bideak aldapatxoak ditu) ▲▲**

9.- (**B-02).- GAINTXURIZKETA-HONDARRIBIA**

Amarako Eason hartuko dugu Hendaiako Topoa. Gaintxurizketako geltokian jaitsi eta gero,bide asfaltatutik lehenik eta pista bidetik ondoren, Guadalupera iritsiko gara. Handik, behera eginez, Hondarribira helduko gara. **(Ibilbidea, nahiko erraza) ▲**

10.- **(G-07).- ZUMARRAGA-ANTIGUA-EZKIO-KIZKITZA-MANDUBI**

Trenez joango gara Zumarragara. Herriko parroki ondotik pasa eta ermitten katedrala deitzen den ANTIGUAra iritsiko gara. Markatuta dagoen xendari jarraituz, egingo dugu aurrera Ezkio ingurura iritsi arte. Handik, Kizkitzara heduko gara. Mandubin bukatuko dugu ibilbidea.

(Ibilbide aldapaduna) ▲▲

11a.- (**G-02)(a).- ORDIZIA-LAZKAOMENDI- ATAUN-LAZKAO-BEASAIN**

Norteko geltokian trena hartu eta Ordiziara joango gara. Ondoren, Oiangutik zehar, Lazkaomendi zeharkatu eta Atauna iritsiko gara. Jarraian Lazkaora eta handik Beasainera bidegorritik egingo dugu.

(Aldapa jarraitua du hasieran) ▲▲

11b.- (**K-04)(b).- ZARAUTZ-ASKIZU-SAN MIGEL de ARTADI-ZUMAIA**

Amarako Easo geltokian elkartu eta Zarautza joango gara.Santa Barbaratik zehar Askizura egingo dugu. Handik Artadiko San Migelera eta jarraian goitik beherantz, Zumaiara. Han bukatuko dugu txangoa.

(Ibilbide aldapaduna) ▲▲

O H A R R A K

Egitarau honetako ibilaldiak alda daitezke eguraldi txarraren edo beste arazo batengatik. Aldez aurretik adieraziko zaie"Senderistei". Ibilbide bukaeraren ondoren dauden menditxoak bideen zailtasuna adierazten dute.

▲ - Erraza

▲▲ - Ez hain erraza

▲▲▲ - Nahiko zaila

BIDEZIDOR KIROLA: 2016KO BIGARREN HIRUHILEKOA
TALDE BAKOITZAREN EGUTEGIA

DATA	IBILBIDEAK	TALDEAK KOLOREKA
2016-04-08	(K-04).- Zarautz-Askizu-Artadiko San Migel-Zumaia (G-02).- Ordizia-Lazkaomendi-Ataun-Lazkao-Beasain	GORRI-URDINAK ZURI-BERDEAK
2016-04-15	(D-04).- Donostia-Txoritokieta-Astigarraga (D-11).- Igeldo-Arratzain-Usurbil	BERDE-URDINAK ZURI-GORRIAK
2016-04-22	(D-11).- Igeldo-Arratzain-Usurbil (D-04).- Donostia-Txoritokieta-Astigarraga	BERDE-URDINAK ZURI-GORRIAK
2016-04-29	(B-08).- San Anton urtegia-Irun (Autobusa joateko)	TALDE GUZTIAK BATERA
2016-05-06	(K-06).- Orio-Aia-Orio (K-09).- Itziar-Sakoneta-Elorriaga-Zumaia	ZURI-URDINAK GORRI-BERDEAK
2016-05-13	(k-09).- Itziar-Sakoneta-Elorriaga-Zumaia (K-06).- Orio-Aia-Orio	ZURI-URDINAK GORRI-BERDEAK
2016-05-20	(B-06).- Pasai Donibane-Jaizkibel-Pasai Donibane (T-01).- Billabona-Zizurkil-Abeletxe-Aduna-Andoain	GORRI-URDINAK ZURI-BERDEAK
2016-05-27	(U-07).- Iraeta-Zestoa-Lasao-Azpeitia-Loiola-Azkoitia (Ibilbide berria) (Bazkaria)	TALDE GUZTIAK BATERA
2016-06-03	(T-01).- Billabona-Zizurkil-Abeletxe-Aduna-Andoain (B-06).- Pasai Donibane-Jaizkibel-Pasai Donibane	GORRI-URDINAK ZURI-BERDEAK
2016-06-10	(P-19).- Herrera-Herri Ametsa-Mendiola-Ulia-Donostia (B-03).- Hondarribia-El Molino (Talaia bide)-Hondarribia	BERDE-URDINAK ZURI-GORRIAK
2016-06-17	(B-10).- Eskas-Artikutza-Eskas (Ibilbide berria) (Autobusa: Joan eta itzultzeko)	TALDE GUZTIAK BATERA
2016-06-24	(B-03).- Hondarribia-El Molino (Talaia bide)-Hondarribia (P-19).- Herrera-Herri Ametsa-Mendiola-Ulia-Donostia	BERDE-URDINAK ZURI-GORRIAK

OHARRA

Aldez aurretik, astearteetan, ibiltari guztiei korreo elektronikoz edo telefonoz helaraziko zaie ibilbidearen nondik norakoa, irteeraren ordu eta leku zehatza eta baita janzkeraren gomendioak ere.

BIDEZIDOR KIROLA: 2016KO <u>HIRUGARREN</u> HIRUHILEKOA
TALDE GUZTIAK BATERA
<u>UZTAILA</u>

1.- 2016-07-01 **<u>OKENDO-ULIA-OKENDO</u> (P-01)**
<u>Okendo Kultur Etxean</u> elkartu eta Uliara igotzeko beti erabiltzen dugun bidea hartuko dugu. Bide horretan aurrera egin eta **Kutraia**ko iturria pasa ondoren, gora iristean, eskuinera jo eta Uliako gainera iritsiko gara. Aterpean hamaiketakoa egin eta gero, Okendo aldera jaitsiko gara.

2.- 2016-07-08 **<u>IRUN-AMUTE AUZOA-SANTIAGOTXO-GUADALUPE-HONDARRIBIA (Kaia)</u> (P-17)**
Easo Plazako topoaren geltokia izango da elkargunea. Topoz Iruneraino joan eta hemendik Amute auzorantz abiatuko gara. Amutetik, Santiagotxo baselizara iritsi eta Guadalupera igoko gara. Gero, dena malda behera, Hondarribiko kaira heldu arte.

3.- 2016-07-15 **<u>IGELDO-AGINAGA-USURBIL</u> (Laburtua) (P-04)**
<u>Igeldoko autobusa</u> hartu eta bertako kanpinean jaitsiko gara. Hemen, txakurtegiko bideari jarraituko diogu. Aurrerago, bidea autobidearen azpitik pasatzen da. Bidegurutze batera iristean, erdiko bidea aukeratuko dugu eta honek Aginagaraino eramango gaitu. Oria ibaiko zubia gurutzatu etaUsurbileraino jarraituko dugu.

4.- 2016-07-22 **<u>ONDARRETA-ERREGENEA-NICOLS-OLASAGASTI-KANPINA-</u> <u>IGELDO-IBAETA</u> (Pilotegiko bidea) (P-22)**
<u>Ondarretan, Ezeiza hotelaren parean,</u> elkartuko gara. Erregeneatik igo eta Leku Ederretik Nicols hotelera helduko Igara. Errepidea gurutzatu eta, Olasagasti sagardotegitik barrena, Igeldoko kanpinera iritsiko gara. Errepide arrunta hartu, Igeldora joan eta Pilotegiko malda jaitsiko dugu, Ibaetara heldu arte. Beraz, hasieran igoera eta bukaera jaitsiera, biak ala biak sendo samarrak.

5.- 2016-07-29 **<u>ORIO-TXURRUKA- MOLLARRI-ZARAUTZ</u> (P-03)**
<u>Easo Plazako topoaren geltokia izango da elkartzeko gunea</u>. Orion Jaitsi eta Txurruka hondartzara doan bidea hartuko da. Hemendik, mahastietan zehar, Zarauzko kanpinera igoko gara. Ondoren, Mollarrira jaitsi eta, ingurunea behatu eta gero, Zarauzko hondartza zeharkatuz herrira helduko gara.

ABUZTUA

6.- 2016-08-05 **ANOETA-BASOZABAL-ERGOBIA-ASTIGARRA (D-19)**
Anoetako topoaren geltokia da elkargunea. Zorroagara igo, eta, Ospitaletatik eta Oriamenditik pasa eta gero, Basozabalera helduko gara. Hemendik Ergobiara jaitsiko Igara. Ibaia zeharkatu eta Astigarragaraino jarraituko dugu. (Aldapatxoak dituen ibibidea da).

7.- 2016-08-12 **GAINTXURIZKETA-JAIZKIBEL-PAS DONIBANE (P-18)**
Easo Plazako topoaren geltokia izango da topagunea.
Gaintxurizketako geltokian jaitsi eta Jaizkibeleko pistaraino igoko gara. Hemen, Donibane aldera jo eta bi kilometro eta erdi egin ondoren, bigarren dorreoiraino doan aldapa hartuko da. Gero, lehenengo dorreoitik Londres baserrira eta Mitxintxolara joko dugu. Bukatzeko, Puskazarreta baserritik pasa eta Donibanera helduko gara.

8.- 2016-08-19 **ANOETA-MIRAMON-AÑORGA-IBAETA-BERIYO (P-07)**
Anoetako geltokia izango da topagunea. Illunbetik pasa ondoren, Miramonera iritsi eta, hemendik, Aietera abiatuko gara. Eguraldia lagun, Añorgara jaitsiko gara edo, bestela, Bera Beratik barrena Ibaetara. Gero, Beriyora igo eta Benta Berrira jaitsiko gara ibilaldia amaitzeko.

9.- 2016-08-26 **IGELDO-ORIO (Done Jakue bidea) (P-08)**
Gipuzkoa plazan Igeldora doan autobusa hartuko dugu. Igeldoko kanpinean jaitsi eta, Done Jakue bidetik, Orioraino helduko gara.

IRAILA

10.- 2016-09-02 **ANOETA-LASARTE (Plazaola)-URNIETA (P-11)**

Anoetako topo geltokian bildu eta, Ilunbe eta Zorroagatik pasa eta gero, Ospitaletatik barrena Galarretara helduko gara. Ondoren, Jauregitik zehar zuzen, Lasarte aldera joko dugu. Buenos Aires auzoan zehar Plazaolako bidea hartu eta Urnietara joango gara.

11.- 2016-09-09 **DONOSTIA-DONOSTIA (Bost parkeak) (P-15)**

Okendo Kultur Etxean elkartu eta Kristinaeneatik pasa ondoren, Morlans auzotik. Aieteko parkerantz joko dugu. Jarraian, Puiora igo eta gero, Pagola auzoan zehar, Seminarioko parkera iritsiko gara. Handik, Pio Baroja kalea jaitsi eta Miramarreko parketik Donostiako Erdialdera helduko gara.

12.- 2016-09-16 **DONOSTIA-USURBIL (Aingeru Guarda) (P-10)**

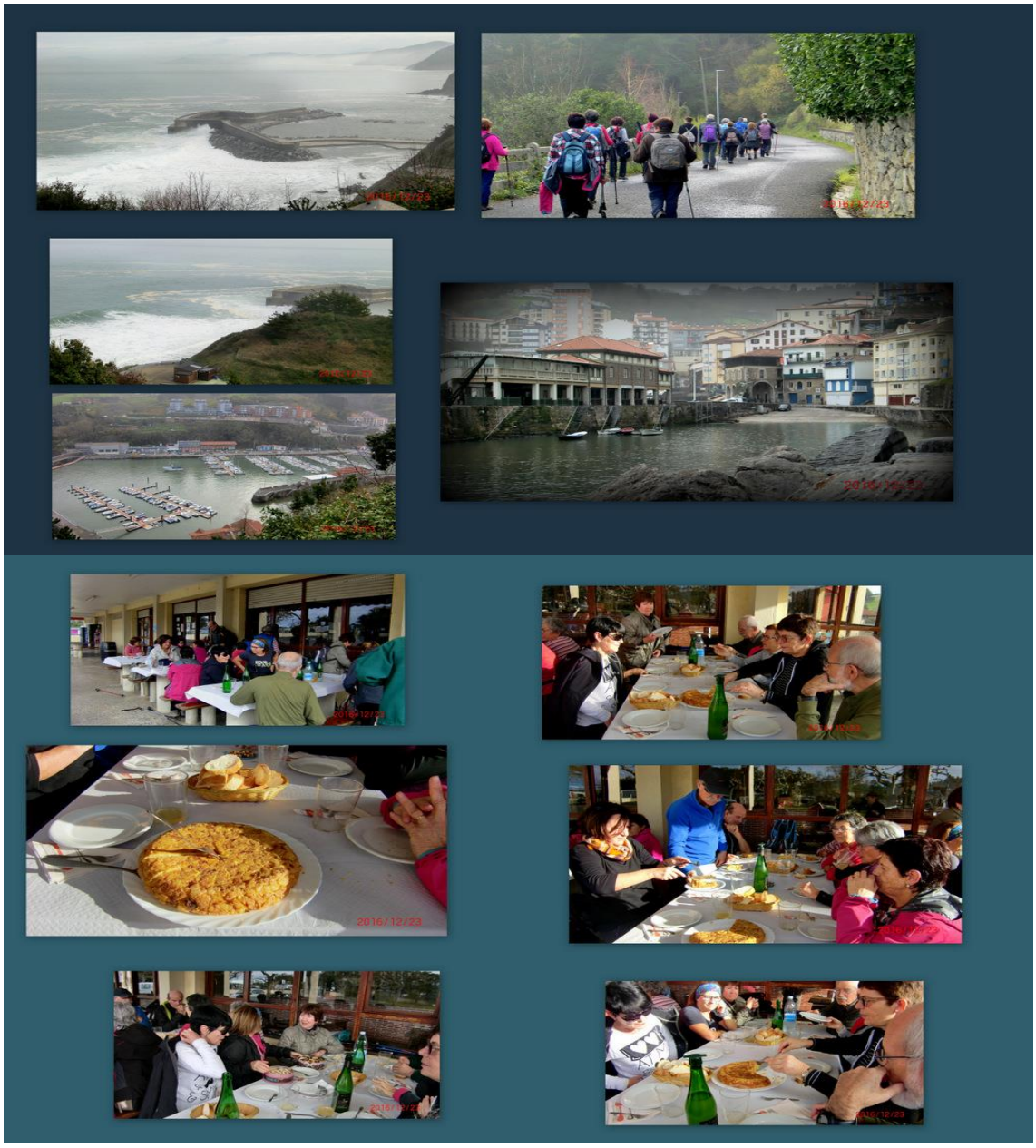
Errotaburun elkartu, Aingeru Guardatik barrena Aritzetara joan eta, handik, autopistaren azpitik igarota, Usurbilerantz joko dugu.

13-2016-09-23 **TRINTXERPE-PLATAKO ITSASARGIA-MENDIOLA-ULIA-DONOSTIA (P-23)**

Okendo kalean, San Pedroraino doan E-9 autobusa hartuko dugu. Azken aurreneko geltokian jaitsi behar da, Itsasoko Etxearen parean, farmazia baten ondoan. Hemen hasten da Platako itsasargira eramango gaituen errepidea. Done Jakue bidea jarraituz, Herri Ametsa ikastolara helduko gara. Hemen, Gotorleku Zaharreko bidea hartu eta hiru kilometroko zirkuitua egingo dugu. Ondoren, Uliako aterpera errepidez iritsiko gara. Bukatzeko, Mariaren Bihotza elizaren parera jaitsiko gara.

14.- 2016-09-30 **ERRENTERIA-ZAMALBIDE-TXORITOKIETA-SAN MARKOS-ALTZA (P-24)**

Easo Plazako topo geltokia izango da elkargunea. Topoa hartu eta Errenteriako geltokian jaitsiko gara. Agustinetan zehar, Zamalbidera helduko gara. Hemendik, Txoritokietara eta San Markora igo ondoren, Lau Haizeta eta Altzarantz joko dugu.



Mutriku-Galdonamendi-Saturraran-Ondarroa-Mutriku

Pasealeku honetan zehar haserre da itsasoa, eskuinaldetik datorkigula Izugarrizko orroa.

Herri-zain batek erabilita bere arrazoi osoa "zoazte gora ekiditeko olatuen erasoa!".



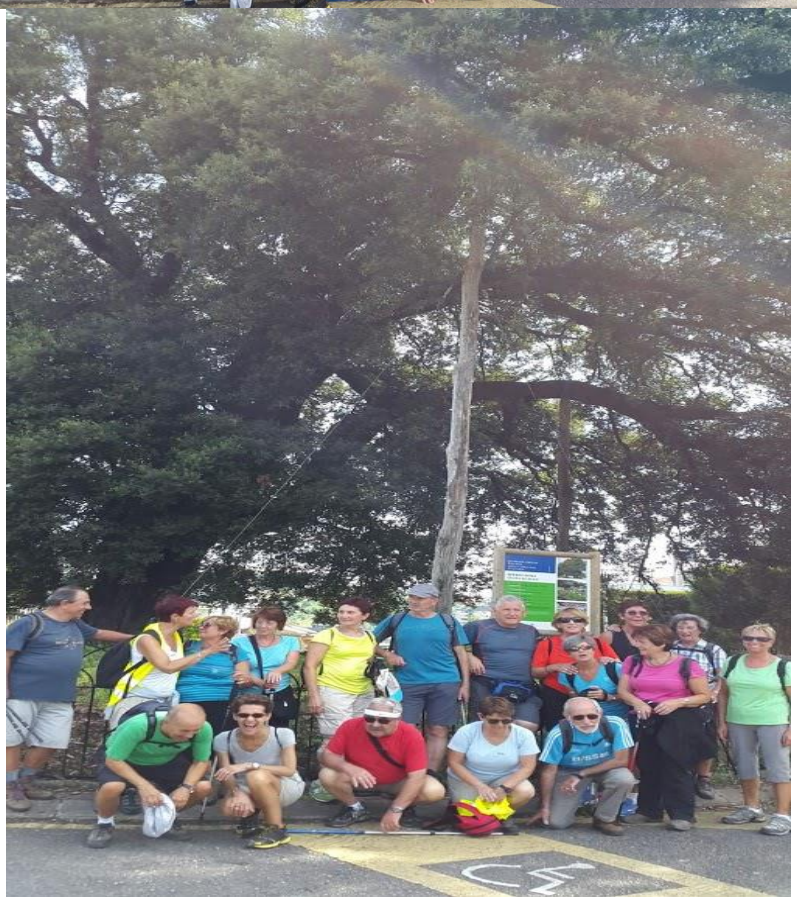


Oiartzun-Arditurri

Aiako Harritik Arditurrira
datorkigu ur garbia,
trebetasuna erakusten da
zeharkaturik ibia.

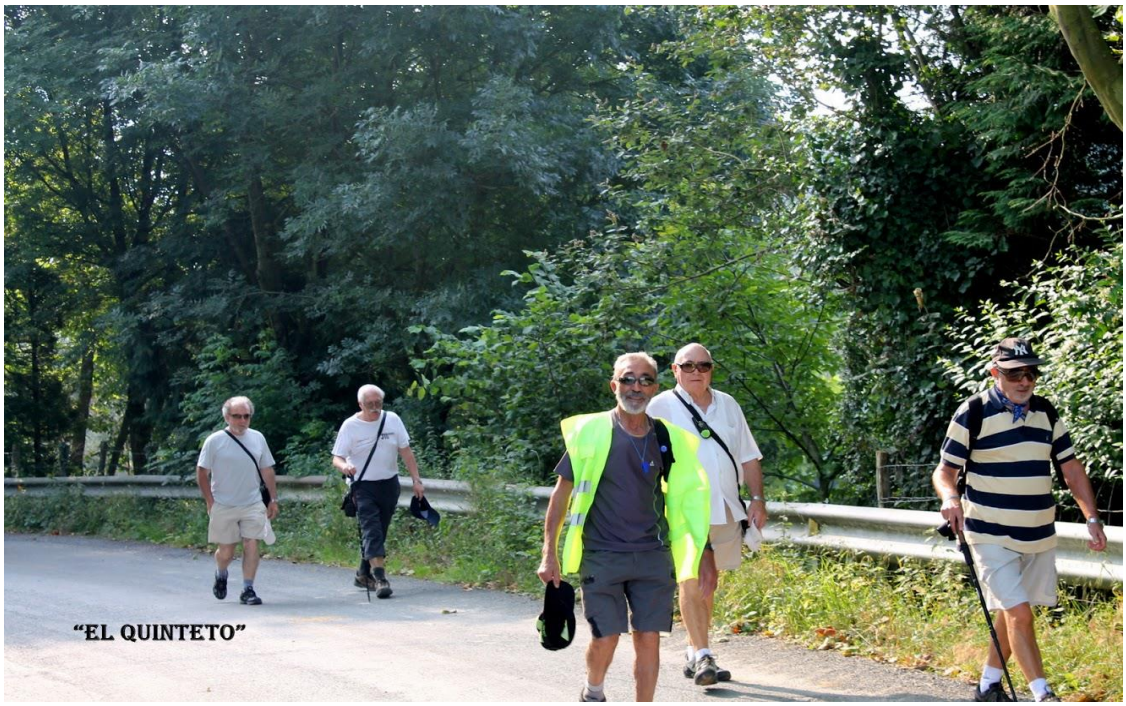
Begi aurrean ikusten dugu
sekulako ur-jauzia,
orain jendeak aukeratu du
horko harrizko zubia.





Anoeta-Miramon-Añorga-Berio-Ibaeta

Ibilbidean ikusten dira
pinu luze dotoreak,
eta liluraz beteko gaitu
Berion dugun arteak.
Berrehun urte pasata ditu
arbola paregabeak,
eta abarrak ez erortzeko
lanak ditu zutabeak.



Bost Rock zale zaharrak



Billabona-Amasa-Txertota-(Goiburu)-Andoain **(Giro onaren isla)**

Heldu gazteok koloredunak
irrikan gara ibiltzeko,
bide honetan ba ote dugu
arriskurik amiltzeko?

Sorginen Zubi ondo-ondoan
agindu edo antzeko,
"jar gaitezen ordenaturik
argazkia ateratzeko!"



Sorginen Zubia bere ur lasterra eta guzti



<u>Irun-Amute-Santiagotxo-Guadalupe-Hondarribia</u>

Noiz izango da gizonezkoa
emakumeen adina?
non ote dauka ezkutaturik
arterako jakin-mina?
Jaizkibeleko magal honetan
andrea dabil arina,
gizona, berriz, tabernetan prest
edateko txakolina.



Irun (Lapitze)-Gurutze-Oiartzun

Ibilbideen kronikatxoak abesten
Bidezidorra gaur egitea
ez zen inolaz jolasa,
zeru bortitzak bota baitigu
sekulako euri-jasa.
Mizpirondoak bete-beteak
probatzeke ezin pasa,
dastatzen hasi gutako zenbait
baina oraindik mikatza!



Arditurriko harri-ibia zeharkatzen



Ormaiztegi-Lierni-Mutiloa-Lierni-Ormaiztegi



Zumaia-Elorriaga-Telmo Deun-Zumaia

Zenbaitetan ibiltari baten urtebetetzea suertatzen da, eta aipamen txikiren bat egiten da honi buruz gure kronikatxoan. Honela gertatu zen ibilbide hauetan:

Ormaiztegi-Lierni-Mutiloa-Lierni-Ormaiztegi

Behe-lainoak esnegain antza
begi aurrean Aizkorri,
berdegunetik ibiltariok
Liernira gara etorri.
Eguraldia fresko samarra
lurra pinu hostoz gorri,
Marivik omen urtebetetze
zorionak andre horri!

Urdaneta-Altzola Urdadaneta-Elkano-Zarautz

Beltzaran honek galtza luzeak
besteak laburrak gonak,
ausart samar janzten baitira
gure aitona-amonak.
Urdaneta bat eta Elkano
handiak ziren gizonak,
baina gaurkoan denon artetik
Pilartxori zorionak.



Donostiako bost parketan zehar

Leku ederraz hitz egitean
Kontxa dugu mingainetan,
gaur ikusi da edertasuna
badela bere parketan.
Zuhaitz horien gorritasuna
sartu da barne-muinetan,
leku hauek izan daitezke
lasaigarri nahigabetan.

Natura eta gure osasuna zaintzea, Gipuzkoako, batez ere, herri gehienak ezagutzea eta harremanak sendotzea dira, besteen artean, gure helburuak. Ea asmo horiekin jarraitzen dugun luzaroan!

2.4. Ibilaldi Osasungarriak

ARDURADUNA: Luis Barinagarrementeria Badiola

BATZORDEA: Ana Aierdi, Rakel Aierdi, Inés Alegría, Antxón Alonso, Jesús Claramunt, Luis Felipe Hernández, Ana de Miguel.

Jarduera hau 2015. urtean sortu zen, asmo argi batekin, hain zuzen ere irteera ematea elkartean sustraitua dagoen zaletasunetako bati, ibiltzearen zaletasunari, eta horren barruan, gure lurraldean barrena ibiltzeko, leku horietatik gure paisaia ederrez gozatzeko eta hamaiketakoak elkarteko beste bazkideekin partekatzeko asmoarekin. Edonola ere, gero eta jende gazte gehiago sartu zenez “Mendi irteerak” jarduerara, ibilbideak gero eta luzeagoak eta batez ere gero eta zailtasun handiagokoak ziren Elkartean denbora gehiago zeramaten zenbait bazkiderentzat, izan ere, “urte gehiago, ile txuri gehiago, osasun arazo gehiago…” zituzten, baina hori guztia ez zen oztopoa aurreko urteetan egin ohi ziren ibilbideak egiten jarraitzeko.



Eta horrela, 2015eko azaroaren 9an sortu zen IBILBIDE OSASUNGARRIAK jarduera. Astelehen batez eman zioten hasiera, 9 bazkiderekin. Goizeko bederatzietan Okendoko Kultur Etxetik atera ziren, beren motxilak bizkarrean zituztela eta ilusio handiarekin. Egun eguzkitsu bat lagun genuela, honako ibilbide hau egin genuen: Okendo, Ategorrietako Galtzada Zaharra, Intxaurrondoko Bidegorria, Trintxerpe eta San Pedroko Puntak. Itzuleran, Trintxerpe eta San Pedro arteko mugan ia, terraza batean eserita, gure ohiko patata tortila pintxoak, txorizoa… jan genituen, eta baten batek fruta aleren bat ere bai. Eta gure herriko sagardoarekin egin genuen topa eta batez

ere Luisen *“badago arrazoirik”* leloarekin, dagoeneko gure “gerra” oihua bihurtu baita. “Badago arrazoirik”, noski bagenuela arrazoirik. Eta gaur egun ere badugu arrazoirik, eta oihu horrekin berarekin egiten dugu topa. ASTELEHENA ezarri zen jarduera honetarako egun ofizialtzat.



2016. urtean ez zen jarduera eten, ezta oporretan ere, baina aldaketa batzuk egin ziren: ibilbide gehiago, aukera gehiago, itsas ertzean edo barrualdean, Donostia inguruan edo urrunago…: Lasarte, Astigarraga, Hernani, Zarautz, Pasaia, Hondarribia, Errenteria... Eta beste aldaketa bat ere izan zen: bi talde hasi ziren ateratzen, eta horietako bat OSTIRALETAN ateratzen hasi zen. Alderdi positibo gehiago ere erantsi zitzaizkion jarduerari: parte hartzaile gehiago, antolatuagoak, ibilbide gehiago, adiskidetasun handiagoa…

2016. urtearen azken hiruhilekoan batzorde bat antolatu zen, jardueraren ondorioz sortzen diren zeregin guztiez arduratzeko: ibilbideak, gidak, oharrak, hamaiketakoa, klimatologia, garraio ordutegiak joateko eta, ia gehienetan, itzultzeko…

Astero ibilbideei buruzko oharrak bidaltzen zaizkie bai astelehenetako taldeari bai ostiraletakoari, posta elektronikoz edo telefono bidez (posta elektronikoa ez dutenei), ibilbideari, ordutegiari, behar diren garraiobideei, klimatologiari, hamaiketakoaren lekuari… buruzko informazioarekin.

Denok hain beharrezkoa dugun taldeen eta parte hartzaileen arteko adiskidetasunaren mesedetan, bazkari bat egiten da, hiru hilez behin; ez da beti leku berean izaten, menuak aberatsak izaten dira eta prezio onean. Era

horretara, egun atsegina igarotzen dugu, eta bi taldeek elkar ezagutzen dugu, elkarrekin joaten baikara denak.

Hiruhileko horretan, 2016-17 ikasturteko lehenengoan alegia, astelehen eta ostiraletako taldeak handitzen joan dira, parte hartzaile kopuruari dagokionez: 45 astelehenetan eta 35 ostiraletan; edonola ere, irteeratan izaten den parte hartzaile kopurua hortik nahiko behera egoten da. Ez dezagun ahaztu “adineko pertsonak” garela eta, gainera, “ilobak ditugula”. Eguraldia gorabehera, astelehenetan batez beste 12-24 lagunek parte hartzen dute, eta ostiraletan, berriz, 6-12, eta handitzen ari da gainera. Eguraldiarekin zorte ona edukitzen dugu, eta baita ausardia handia ere, eguraldia kontra jartzen denean. Oso giro atsegina egoten da, eta ez da erraza izaten joan gabe gelditzea “arrazoi txiki” horien ondorioz.

Jardueraren laburpen gisa esan liteke, beraz, haizea alde duela ari dela jarduera aurrera egiten, jarduera hobetzeko asmo argiarekin (adiskidetzea, ibilbideak, giroa…). Hori guztia, dagoeneko “neska-mutiko” ez diren Helduen Hitzakoek gure zaletasunekin jarraitzeko aukera izan dezagun egunez egun, eta behar duenari laguntza emanez. Azken batean, IBILALDI OSASUNGARRIetan (5 edo 6 km/h abiadan baino ez gara ibiltzen), 10 kilometrotan zehar, naturaz gozatzen dugu, konpainia ezin hobean gainera.

Hamaiketakoan hartu ohi ditugun pintxoei dagokienez, tabernen edo Erretirodunen Etxeen zerrenda bat dugu, horietako telefono zenbakiak eta guzti, joateko asmoa dugula jakinarazteko.



Ondoren, IBILALDI OSASUNGARRIAK jardueran egiten ditugun zenbait ibilbide azaltzen ditugu:

1) OKENDO K.E. - PASAI SAN PEDRO: Okendo K.E., Ategorrietako Galtzada Zaharra, Ategorrieta, Ategorrieta-Herrera Bidegorria, Trintxerpe, Pasai San Pedro, Albaola, San Pedroko Puntak. Itzuleran Botero taberna. Pintxoa. Ibilbidea guztira: 7,500 km.

2) ANOETA, TOPO GELTOKIA - HERNANI: Loiola, Txomin, Kristobaldegi, Martutene eta Okendotegitik Ergobira, eta handik Hernanira. Txatxutegi taberna. Pintxoa. Ibilbidea guztira: 8,500 km.

3) EASO PLAZA - LASARTE: Easo plazako geltokian topoa Lasartera, Zubietatik, Sansustene, hurrengo bidegurutzeraino, itzulera Sansustenetik. Iñaki taberna. Pintxoa. 9,000 km.

4) ZARAUTZ - GETARIA - ZARAUTZ: Easo plazatik topoa Zarautzera, malekoitik Getariara, eta arrapalan, Zarautzera itzulera, malekoitik. Erretirodunen etxea, Pintxoa. 8,100 km.

5) ONKOLOGIKOA - ANTIGUA: Oriamendiko gasolindegitik, J.A. Barriola hiribidea, Oriamendi, Aiete, Herizeko pasealekua, M. V. Montalbánetik Matiara eramaten gaituen bidera, eta handik Igarara eta Correosera. Itzulera Txola tabernaraino. Pintxoa. 9,800 km.

6) OKENDO K.E. - PASAI DONIBANE: Ategorrietako Galtzadatik, bidegorria Herrerara, Pasai Antxora, eta handik Lezora, Pasai Donibane, Donibaneko Puntak, itzuleran txalupa Pasai San Pedrora. Botero taberna. Pintxoa. 10,500 km.

7) SAGASTIEDER PLAZA - AMETZAGAINA - ASTIGARRAGA: Sagastieder-etik Ametzagainaren sarrerara, parkea osorik igaro, eta Astigarragara jaitsi, Ergobia, itzulera Astigarragara, Amets tabernara. Pintxoa. 10,500 km.

8) OKENDO K.E. - MARTUTENE - AMARA ZAHARRA: Mirakruz kaletik Mandasko Dukea kalera, Kristina Enea, Osinaga, Urumeako pasealekua, Txomin, Kristobaldegi, 27. Poligonoko bidegurutzea, eta itzulera Antxietatik, Errondo pasealekura, eta ibai bazterretik Amara Zaharreraino. Erretirodunen Etxea. Pintxoa. 8,800 km.

9) ONKOLOGIKOA - MORLANS: Oriamenditik, Ibermática, Miramon, Arbide Dorreak, bidezidorretik Anfiteatrora, Tatxola, Aieteko pasealekua, Puioko gaina, Borroto, Topaleku, Pintxoa. Morlansera jaitsi. 9,6000 km.

10) GALARRETA - URNIETA: Okendo kalean G1 autobusa Galarretara. Oronatik Jauregiraino. Elutxetatik Urnietara jaitsi, ITVra, Urnietara itzuli, Guria taberna. Pintxoa. Hernanira itzuli. 10,600 km.

11) AMARA - FICOBA - HONDARRIBIA: Topoa Ficobara (Irun). Hendaiara igaro. Itsasertzetik Hendaiako Kirol Kaira. Itsasontzia Hondarribiara. Hondartzara. Erdigunera itzuli. Arma Plazara igo. Paradorea. Batzokira jaitsi. Pintxoa. 9,200 km.

12) BOULEVARD - ASTIGARRAGA: 29 autobusa Sagastiederrera. Garbera, Lauhaizeta, Menditxo, Petritegi, Astigarraga. Amets taberna. Pintxoa. 8,200 km.

13) AIETE PARKEA - LASARTE: Aieteko pasealekutik, Pagola, Lugaritz, Ibaeta. Bidegorritik Añorga Txikira, Errekalde, Lasarte, Hipodromoa. Iñaki taberna. Pintxoa. 8,200 km.

14) DONOSTIA - OIARTZUN: Trena Oiartzunera eta bidegorritik Arditurrira. Bisita museora. Pintxoa (norberak berea). Tolaren hiruhileko bazkaria. 9,800 km.

15) URDANIBIAKO PADURAK ETA PLAIAUNDI: Renfen Irunera, eta lehenbizi Jaizubiako hezeguneetara eta ondoren Txingudira. Danako taberna. Pintxoa. 9,600 km.

16) GIPUZKOA PLAZA - IGARA: Kontxara, Easo, Errondoko pasealekua, Morlans, Aieteko parkea, Topaleku, Bera-Beratik Errotaburura, Igara, itzulera Correostik, Teresatxo taberna. Pintxoa. 7,000 km.

17) OKENDO K.E. - IGARA: Saguesera (burdin hesia), Zurriola, Kursaal zubia, Salamankako pasealekua, Paseo Berria, Kaia, Kontxa, Ondarreta, Unibertsitateak, Igara, Txola taberna. Pintxoa. 8,700 km.

18) AMARA - ORIO - ORIO: Topoa Oriora, Txurrukako Hondartzara jarraitu, Kaiaren amaierara. Bide beretik itzuli Orioko plazara. Erdigunetik Antillako hondartzara eta ibai bazterretik, zubia zeharkatu, eta Babes Leku Erretirodunen Etxera. Pintxoa. 9,400 km.

19) GIPUZKOAKO PLAZA - ANTIGUA – IBAETA CAMPINGA: Kontxatik, Ondarreta, Unibertsitateak, Igara, Ibaeta Campinga, Pokopandegi. Txola taberna. Pintxoa. 8,100 km.

20) LASARTE - LASARTE: Txikierditik, Zubieta, Hipodromoa, Bugati, Oria eta ibai bazterretik Lasartera. Iñaki taberna. Pintxoa. 8,200 km.

Jarduera honen bitartez sustatzen dira solidaritatea, adiskidetasuna eta behar beharrezkoak diren beste balio batzuk. Esan beharra dago oso giro ona dagoela jarduera honetan parte hartzen duten bazkide guztien artean.

2.5. Bizitzan osoan zeharreko ikaskuntza: Hitzaldiak

Arduraduna: *Mari Carmen Zarate*.

Kideak: *Begoña Maneiro, Jose Luis Sansinenea, Juan Mari Pérez, Lurdes Mendieta, Marivi Osoro, Miguel Sagüés, Mikel Arana, Ramón Leturiondo.*

Sarrera

Iaz, 2016. urtean, hainbat hitzaldi antolatu ziren, gure bazkideei askotariko prestakuntza eta prestakuntza atsegina proposatzeko helburuarekin.

Aurten, berriro ere, era askotako gaiak eta hizlariak izan dira hitzaldien ezaugarri nagusia, eta ohiko hizlariez gainera, gure foruetara (Topaleku eta Okendo eta Ernest Lluch kulturetxeak) hizlari berriak erakartzeko asmoa ere izan dugu.

Zenbaitetan zaila izan da antolatu nahi izan dugun hitzaldi egutegi zabal hori betetzeko beharrezkoak diren hizlari guztiak aurkitzea; baina onartu behar dugu, oro har, gonbidatutako hizlari gehienek baiezkoa erantzun diotela gure gonbidapenari. Gure elkartea gero eta handiagoa izateak eta gero eta ospe handiago edukitzeak zerikusi handia izan du gureganako jarrera positibo horretan.

Zenbaitetan, baterako hitzaldiak egitea erabaki dugu, areto desberdinetan hitzaldiak errepikatu beharrean, izan ere, zenbait hizlarik, beren ospeagatik edo beren bizitokia urrun dagoelako, ez dute denbora nahikoa hitzaldi bat baino gehiago eskaintzeko. Etorkizunean joera hori gero eta

ugariagoa izango dela aurreikusten dugu, eta ez dugu baztertzen hitzaldiren bat bideohitzaldien bitartez antolatzea, hizlaria Donostiatik urrun egonda ere Internet bidez hitzaldia emateko aukera izan dezan. Orain arte egindakoa baino konplexuagoa izango da, baina, era berean, guregana ezin ekarriko genituzkeen hizlariak gure artean edukitzeko aukera emango digula uste dugu.

2016ko 3. hiruhilekoari buruzko ebaluazioaren datuak

2016/17 ikasturtean 229 **pertsonek eman dute izena** guztira, hain zuzen ere 142 emakumek eta 77 gizonek.

2016ko 3. hiruhilekoan, guztira, **2.356 lagunek** parte hartu zuten, hau da, batez beste **148 pertsona eguneko**: 96 emakume/eguneko eta 52 gizon/eguneko.

Jasotako balorazio galdetegiak: **84.** 52 Ernest Lluch kulturetxean eta 32 Topalekun.

Hizlariei buruzko batez besteko balorazioa 7,92koa izan da, gehienekoa 10 izanik; balorazio handiena 9,05ekoa izan da, eta txikiena, berriz, 5,28.

Gaiari buruzko batez besteko balorazioa 7,95ekoa izan da, gehienekoa 10 izanik; balorazio handiena 8,85ekoa izan da, eta txikiena, berriz, 6,08.



2016ko 1. HIRUHILEKOKO PROGRAMAZIOA

FECHA DATA	TEMAS/GAIAK	PONENTES/HIZLARIAK	
16-1-12	ITUN EKONOMIKOA: EZAUGARRIAK, FUNTZIONAMENDUAK ETA ONDORIO EKONOMIKOAK.	Ignacio Zubiri	UPV /EHUko Ogasun Publikoko katedraduna
16-1-13	KOMUNIKABIDEAK: BEREN AHALMENA EZAGUTZEA…	Mikel Aramendi	Kazetaria
16-1-19	MEMORIA ETA EGUNEROKO AHAZTEAK	Emma Ocamica	Pedagogoa
16-1-26	ALDAKETAK ONDORENGOTZA ZUZENBIDEAN: "EUSKAL ZUZENBIDE ZIBILA", 5/2015 LEGEA, URTARRILAREN 25ekoa	Lourdes Labaca	UPV/EHUko Zuzenbide Fakultateko Irakaslea
16-1-27	KARLISTALDIAK: FORU SISTEMAREN GAINBEHERA.	Mikel Sorauren	Historiagilea
16-2-2	MERKATU ASKEKO ITUNA EB eta AEB (TTIP)	J. Ramón Mariño	Ekonomialaria
16-2-3	LEIHO BAT KONGO-KINSHASAn	Xabier Zabala S.J.	Jesuita Misiolaria
16-2-9	BEETHOVEN	Sergio Pedrouso	Pedagogia Musikalean lizentziaduna
16-2-10	HAZI eta IKASI ZURE DENBORA HAREN LAGUNTZA DA	María José Landa Enrique García	Laguntza Zentroko Arduraduna - Irakaslea
16-2-16	IMMIGRAZIOA EUSKADIN. ERREALITATEA, IRITZIAK ETA (AURRE)IRITZIAK	Gorka Moreno	Ikuspegiren zuzendaria
16-2-17	MÉDICOS SIN FRONTERAS	Mikel Guridi	Informazio Zientzietan lizentziaduna
16-2-23	HISTORIA (1870-1945)	Lola Valverde	Historiagilea
16-2-24	HISTORIA (1870-1945)	Lola Valverde	Historiagilea
16-3-1	LITERATURA (1870-1945)	Ana Merino	Filologoa
16-3-2	LITERATURA (1870-1945)	Ana Merino	Filologoa
16-3-8	PENTSAMENDUA (1870-1945)	Marisa Iglesias	Filosofoa
16-3-9	ARTE SIGLO (1870-1945)	Txemi Valdecantos	Arte irakaslea
16-3-15	ARTE SIGLO (1870-1945)	Txemi Valdecantos	Arte irakaslea
16-3-16	ZINE FORUMA	Josemi Beltrán	Donostia Kulturako Zine Arduraduna

2016ko 2. HIRUHILEKOKO PROGRAMAZIOA

FECHA DATA	TEMAS/GAIAK	PONENTES/HIZLARIAK	
16-4-5	MUSIKA (1870-1945)	Sergio Pedrouso	Pedagogia Musikalean Lizentziaduna
16-4-6	HAZI EUSKOLABEL	Lurdes Goikoetxea	Albaitaritzan Lizentziaduna
16-4-12	KULTURA DA GILTZARRIA	Juan José Ibarretxe	Agirre Lehendakaria Center-eko zuzendaria
16-4-13	ZER DA DYA	Josepo Artola	EUSKALDYAko lehendakaria
16-4-19	MUSIKA (1870-1945)	Sergio Pedrouso	Pedagogia Musikalean Lizentziaduna
16-4-20	GALINDEZ KASUA	Iñaki Goiogana	Sabino Arana Fundazioko Artxibozaina
16-4-26	MITOLOGIA KLASIKOA ERRENAZIMENTUAN	Mª José Noain	Geografian eta Historian lizentziaduna
16-4-27	MITOLOGIA KLASIKOA BARROKOAN	Mª José Noain	Geografian eta Historian lizentziaduna
16-5-3	BOTIKAK ETA FARMAZIA INDUSTRIAREN ETIKA	Juan Erviti	Farmazian doktorea
16-5-4	GERRA ZIBIL SIRIOA EDO EKIALDE ERTAINEKO GATAZKA OROKORRA?	Mikel Aramendi	Kazetaria
16-5-10	NAPOLEON (I)	Urko Barros	Historian lizentziaduna
16-5-11	NAPOLEON (II)	Urko Barros	Historian lizentziaduna
16-5-17	ERIZAINTZAREN HISTORIA IRUDIETAN	Manuel Solórzano	Erizaina
16-5-18	IGELDOKO BEHATOKIAREN HISTORIA.	Margarita Martín Giménez	Meteorologoa
16-5-24	HIRI IZURRITEEN KONTROLA. ASIAR LIZTORRA	Jose Manuel Etxaniz	Albaitaritzan doktorea
16-5-25	ORGANISMO TRANSGENIKOAK	Unai Ugalde	Biokimikan eta Biologian doktorea
16-5-31	EUSKAL MUSIKA 50, 60 eta 70eko HAMARRALDIETAN	Jose Domingo	Filosofian eta Psikologian lizentziaduna

2016ko 3. HIRUHILEKOKO PROGRAMAZIOA

FECHA DATA	TEMAS/GAIAK	PONENTES/HIZLARIAK	
16-10-11	"BREXIT". ONDORIO POLITIKO ZEIN EKONOMIKOAK EUSKAL HERRIAN	Juanjo Álvarez	Nazioarteko Zuzenbideko katedraduna l
16-10-18	XVII-XVIII. MENDEETAKO MERKATARITZATIK ETA KONTRABANDOTIK CARACASKO GIPUZKOAR ERREGE KONPAINIARA.	Iker Etxeberria	Doktorea Erdi Aroko Historian, Historia Modernoan eta Amerikako Historian
16-10-19	GIZARTE BAZTERKETA GAUR EGUN	Jon Odriozola	Gipuzkoako Cáritaseko Boluntariotzaren Arduraduna
16-10-25	ZERGA PARADISUAK	J. Ramón Mariño	Ekonomialaria
16-10-26	ODOLA EMATEA, ERANTZUKIZUN PARTEKATUA	Sabin Urtzelai	Medikua, Gipuzkoako Odol Emaileen erakundeko lehend.
16-11-2	AURREZ AURRE DITUGUN ERRONKA EKONOMIKOAK, SOZIALAK ETA INGURUMENAREN ALORREKOAK	Mª Carmen Gallastegui	Teoria Ekonomikoan Katedraduna
16-11-8	BAKE PROZESUAK MUNDUAN ETA GIZA ESKUBIDEAK.	Paul Rios	Zuzenbidean Lizentziaduna
16-11-9	MUSIKA ZINEMAN	Marina Lertxundi	Musikan Lizentziaduna
16-11-15	SAHARA, BEHIN BEHINEKOA BETIKOTZEN DENEAN. LANKIDETZAREN ESPERIENTZIA	J.Carlos Izagirre	Familiako medikua
16-11-16	ZERGATIK EUSKADIK EZ DU I+D+IOTA EGIN BEHAR. IKERBASQUETIK BEGIRATUTA	Fernando Cossio	Kimika Organikoan katedraduna
16-11-22	NEGOZIOAREN, ARTEAREN ETA IKUSKIZUNAREN ARTEAN: DONOSTIAKO NAZIOARTEKO ZINEMA JAIALDIA	J. Luis Rebordinos	Donostiako Zinemaldiaren zuzendaria
16-11-23	ZENTZUA ETA ESANAHIA: BIZITZARAKO KONTAKIZUNAK.	Luisa Etxenike	Idazlea
16-11-29	II. ERREPUBLIKA ETA ERREPUBLIKAZALETASUNA	Josu Chueca	UPV-EHUko Esperientzia Gelen zuzendaria
16-11-30	BEGIRADA BAT XVIII. MENDEARI. ALCIBAR-JÁUREGUITARREN EUROPAR 'BIRA'	Borja Aguinagalde	Euskadiko Artxibo Historikoaren zuzendaria
16-12-13	XXI. MENDEKO GARUNA	Gurutz Linazasoro	Mediku neurologoa
16-12-14	ATAPUERCA ETA EUSKAL HERRITARREN DNAren JATORRIA	Eneko Iriarte	Zientzia Geologikoetan dokt

2.6. Literatura Tertuliak

Arduraduna: Carmen García Viscarret

Telebista eta komunikabide digitalak gorenean dauden garai honetan, eta irakurketa ez badago ere boladan, Helduen Hitzak Literatura Tertulien jarduera jarri zuen abian orain dela urte batzuk, irakurketaren ohitura sustatzeko, literaturaren eremuko ezagutzak zabaltzeko eta lan eta egile berriak ezagutzeko. Ekimen horrekin jarraitzeaz gainera, hazten joan da urte horietan guztietan zehar, eta handitu ere egin dira tertuliak; taldea handitzearen ondorioz, bi talde antolatu behar izan dira, hileko azken astelehenetan elkartu ohi dena, arratsaldeko 40,30etik 6etara, Topalekun.

José Domingo da tertulia horien dinamizatzailea azken urteetan, eta ezin hobeto jakin du parte hartzaileen artean giro atsegin eta beroa sortzen. Helburua ez da liburuaren alderdi teknikoei buruzko eskola bat hartzea (hori ere bada, hala ere), baizik eta liburu hori irakurtzean izan dugun sentipenei buruz denon artean eztabaidatzea. Parte hartzaileek inolako erreparorik gabe parte hartzen dute eztabaidan, batzuek etxetik ekartzen dituzte oharrak idatzita, eta horri guztiari esker, tertulia oso aberasgarria izaten da.

Tertuliaren aurretik, dinamizatzaileak lanari eta egileari buruzko sinopsi bat prestatzen du, eta posta elektronikoz bidaltzen die parte hartzaileei. Liburua euskarri digitalean bidaltzen zaie, halaber, ebooka erabiltzen baitute gehienek.



Ikasturte honen programa honako hau izan da:

Data	Izenburua	Idazlea
Urtarrila	**“EL LIBRO DE MI DESTINO”**	Parinoush Saniee
Otsaila	**“NIEVE”**	Maxence Fermine
Martxoa	**“EL ABUELO QUE SALTÓ POR LA VENTANA Y SE LARGÓ”**	Jonas Jonassonj
Apirila	**“QUISIERA QUE ALGUIEN ME ESPERARA EN ALGÚN LUGAR”**	Anna Gavalda
Maiatza	**“EL VIEJO Y EL MAR”**	Ernest Hemingwy
Ekaina	**“MAL DE PIEDRAS”**	Milena Agus
Urria	**“ANATOMIA DE UN INSTANTE”**	Javier Cercas
Azaroa	**"LA EMBRIAGUEZ DE LA METAMORFOSIS”**	Stefan Zweig
Abendua	**“AÑOS LENTOS”**	Fernando Aramburu

Batzuetan zaila da eztabaidatzeko liburua hautatzea, asko gara eta ikuspegi eta iritzi oso desberdinak ditugu; baina, askotan, bestseller ez diren egile ezezagunak ezagutzeak asko aberasten du ezagutza literarioa. Ahaleginak egiten dira urteko programan egile klasikotzat hartzen direnak, hainbat herrialdetako egileak eta era askotako gaiak lantzen dituzten egileak sartzen. Tertulien hasieran balorazio pertsonala eta anonimoa egiten dugu, liburua zer iruditu zaigun azalduz, eta, bukaeran, berriro puntuatzen da; bigarren puntuazio hori lehenengoa baino handiagoa izaten da beti, gure ikuspegia aberastu egin baita parte hartzaileen iritziekin eta egindako eztabaidarekin. Puntuazioak altuak dira, oro har, eta hiru hilero konparatzen eta baloratzen dira.

Laburbilduz, Literatura Tertulien jarduera laguntza handikoa da, poliki-poliki maila literarioa lortzeko, ezagutza gehiago barneratzen ditugu, eta balio handia du parte hartzaileen arteko komunikazioari dagokionez.

2.7. Ostegunetako Foroa

ARDURADUNA: Jose Manuel Susperregi

Dakigunez, Ostegunetako Foroa hainbat gairi buruzko eztabaidarako gune bat da, izenak berak adierazten duen bezala. Gaiak gaurkotasunekoak izaten dira oro har, denoi eta/edo adinekoei kezkatzen gaituztenak. Ostegunetan izaten da, ikasturte osoan zehar.

2015/16 ikasturtean zehar, Ostegunetako Foroak azken urteetako goranzko joerari eutsi dio: 54 lagunek eman zuten izena, eta 2016/17 ikasturterako, berriz, 68 izan dira.

2015/16 ikasturtean 28 saio egin ditugu guztira. Eta, astero, batez beste 27 bazkidek parte hartu dute. Egunez eguneko parte hartzeari erreparatzen badiogu, 50 bazkidek parte hartu dute.

27 pertsonako batez besteko hori hiru bloketan banatu liteke:

a) Sei edo zortzi saiotan parte hartzen dutenak: 25 lagun daude talde horretan (zenbaitek izena ematen dute, baina gero ez dira behin ere joaten).

b) Zazpi eta hamasei saio bitartetan parte hartzen dutenak: 20 lagun.

c) Hamasei eta hogeita zortzi saio bitartetan parte hartzen dutenak: 16 lagun inguru.

Parte hartzeari dagokionez, kontuan hartu behar da hilean bitan, Foroaren egun berean, osteguna, elkartearen beste bi jarduera izaten direla: Irteera Kulturalak eta Hitzaldiak Euskaraz, hilean behin egiten direnak, eta Foroko hainbatek horietan ere parte hartzen dute. Horrez gainera, edonolako gorabehera pertsonalak gertatu ohi dira.

Aipatzekoa da, bestalde, parte hartzaileen kopurua handitzen joan dela, eta horrek ez duela gorabehera nabarmenik ekarri saioen jardunari dagokionez; are gehiago, eztabaidak aberasteko balio izan dute.

Honako gai hauek landu dira saioetan:

- **Donostiako 2016ko Europar Kultura Hiriburutza**, eta lortu nahi ziren helburuak.

- Jordi Evolek **Genero Indarkeria**ri buruz telebistan egindako saio baten ondorioz, gai horri buruz eztabaidatu eta gaian sakondu zen. Bazkide batek poema bat irakurri zuen.

- **Ustelkeria, ondorioak eta konponbideak.** Panamako paperak.

- **Merkataritza eta Inbertsiorako Lankidetza Transatlantikoa, TTIP** izenaz ezaguna. Iñaki Gabilondo eta El gran Wyomingen bi bideo labur proiektatu ziren.

- **Gizarte Segurantzaren pentsioak,** horien balioa handitzea, gutxienekoak eta gehienekoak, etorkizunik baduten. Beste saio batean, Gipuzkoako Elkarteen Plataformak egindako manifestuari buruz eztabaidatu zen, eta haien erreibindikazioei eta atxikimenduei buruz jardun zen.

- **Donostian metroa jartzeari** buruz.

- **Parisko itunak eta klima aldaketa,** eta zer ekarpen egin ditzaketen herritarrek.

- **Erabakitzeko eskubidea**, zer den, zertan datzan.

- **Haurren eta adinekoen kontrako tratu txarrak.**

- Gure **aldizkariaren** ale bati buruz: **Helduen Hitza** Berriak.

- **Gervasio Sánchez**ek Aieteko Kultur Etxean egindako erakusketa bisitatu zen: **"Afganiar emakumeak".** Eta *Botiken* eta *Lagunkoiaren* gaia ere aipatu zen: *Botika Lagunkoiak.*

- Aurten bi hitzaldi egon dira Juanjo Alvarez eta Ignacio Zubiriren eskutik, **Brexit ingelesa eta Ekonomia Ituna**ri buruzkoak, eztabaidarako balio handikoak.

- **Martxoaren 8**ko jaia, *Emakumearen eguna,* desberdintasunak, eskubideak...

- Eusko Jaurlaritzak onartutako **Tabakoari buruzko Legea**.

- **Diru-sarrerak Bermatzeko Errenta** (RGI) eta **Diru-sarrerak Bermatzeko Laguntza** (AGI).

- **Errefuxiatuek** Europan duten egoera.

- Gure seme-alaben eta iloben belaunaldia, gu baino hobeto edo okerrago bizi diren, aukera berdinak dituzten.

- **Herritarren parte hartzea gizartean**, Donostiako Udaleko **kontseilu sektorialak** eta zehazki **Udal Mugikortasun** kontseilua.

Ikasturtearen amaieran jardueraren balorazioa egin zen: alderdi positiboak eta negatiboak, nola funtzionatu duen, Foroaren helburuak betetzen dituen, zer ekarpen egiten dituen eta zer ekarpen egin dizkiogun guk taldeari, zer botatzen dugun faltan, etab.

Lanerako metodo gisa, galdetegi bat erantsi dugu urtean zehar: 1. *parte hartzaileen artean hautatzeko zer gai* landu nahi ditugun, 2. gaien *lehentasunak finkatzeko* eta kalifikatzeko, eta 3. *gai berriak* proposatzeko.

Eta hori guztia saio bakoitzaren bat-batekotasuna eta naturaltasuna galdu gabe.

<u>Zer azpimarratuko genuke aurreko ikasturteko foroari dagokionez?</u>

- Batzordeak talde gisa funtzionatu duela eta hainbat aldiz elkartu dela foroaren funtzionamendua nola hobetu lantzeko. Emakumeen falta nabaritzen dugu.

- Hirugarren urtez, parte hartzaile kopurua finkatzen ari da, eta batez beste 25/30 bazkidek pate hartzen dute saioetan.

- Zenbaitetan, gai jakin batzuetarako, hobekuntzak egin dira ikus-entzunezko baliabideei esker, baina ez da nahikoa. Berehalako etorkizunean, lehentasuneko helburua izan liteke hori.

2.8. Kultura Irteerak

Honako bazkide hauek osatzen dute jarduera hau antolatzen duen batzordea: Ana Ayerdi eta Marivi Osoro (arduraduna), eta Ramón Leturiondok laguntzaile gisa jarduten du historia eta arteari buruzko gaietan.

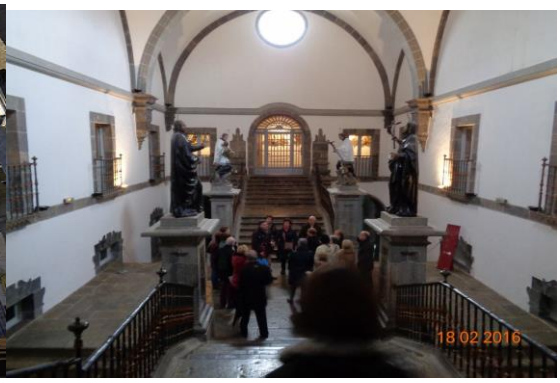
IRTEERAK – 2016

- GIPUZKOA – Otsaila
- BURGOS – Apirila
- NAFARROA – Maiatza
- IKASTURTE AMAIERA – Ekaina (bertan behera, bazkideen interes ezagatik).
- BIZKAIA – Urria
- BIZKAIA – Azaroa

IRTEERA “LOIOLARA” (otsaila)

Hilabete honetako irteera denboran zehar egindako bidaia bat izan da denontzat. Loiola aurretik ezagutzen bagenuen ere, bertara itzultzea eta Iñigo Lopez Loiolakoaren historiaren bitartez egitea, esperientzia zoragarria izan zen. 1491. urtean kokatu ginen (haren jaiotzaren urtea), eta jaio zen etxea bisitatu genuen. Horrez gainera, *churrigueresco* deituriko estiloan eraikitako basilika biribil ederraz gozatu ahal izan genuen. Austriarren etxeak bultzatu bazuen ere haren eraikuntza, Borboien dinastiaren mende eraiki zen, azkenik.





Denboran zehar jauzi eginez, XX. mendearen hasierara bidaiatu, eta lurrunezko tren batean sartu ginen, Azpeitia-Lasao-Azpeitia ibilbidea egiteko. Bidean geldialdi bat egin genuen burdinbidearen museoa ezagutzeko, eta bertan ikusi genituen, besteak beste, uniformeak, erlojuak eta lokomotorrak. Zalantzarik gabe, haurtzaroko oroitzapenak etorri zitzaizkigun gauza haiek guztiak ikusita.



Berriro ere denboraren makina hartara igo, eta Paleolitikora egin genuen bidaia: Ekainberrira sartu ginen. Bertan ezagutu genuen Sastarrain bailarako gizakiek utzitako ondare artistikoa.



Donostiarako itzulera, autobusez, laburra izan zen, izan ere, arratsaldeko 7etarako etxean ginen. Neguko hotza ez zen, inondik ere, oztopoa izan egunaren amaieran gure lurrean eta historian barrena igarotako egun hura zoragarria izan zela sentitzeko.

IRTEERA “BURGOSERA” (apirila)

Apirilaren 14an Atapuercan izan ginen. Lehenik, ustiategietara egin genuen bisita, Trinchera del Ferrocarril deiturikoan barrena. Hainbat sedimentu fosil aurkitu dira bertan, baina Elefantearen Osina eta Dolina Handia baino ezin dira bisitatu. Bost fosil espezie daude, eta, horiei esker, gizakiak Europan izandako bilakaera-sekuentziaren garai luze eta garrantzizkoa dokumentatu ahal izan da.





Parke Arkeologikoan amaitu genuen goizeko bisitaldia, eta bertatik bertara ikusi ahal izan genuen nola egiten zituzten tresnak eta sua, eta baita ehiza nola egiten zuten ere.

Bazkaldu ondoren, indusketa lanetan ikusitakoa zabaltzeko aukera izan genuen Giza Eboluzioaren Museoan, Burgosen alegia. Atapuercan aurkitutako jatorrizko piezak ikusi ahal izan genituen bertan.



IRTEERA “ NAFARROARA” (maiatza)

Maiatzaren 5ean egin genuen ikasturteko azken irteera. Eguraldi onari esker, Errege Bardeetako ibilbidea egiteko aukera izan genuen.

Errege Bardeak Nafarroaren hego-ekialdean daude; hedadura handiko

lurraldea da, erdi basamortua eta mortua. Hiru eremu bereizten dira. Bardea Zuria sakonune zentral bat da; lur zurixka eta biluziak dira nagusi, eta basamortu itxura dute, inondik ere. El Plano izenekoa, terraza alubial bat da; altua eta ia zuria da, Aragoi ibaiaren lurrez osatua. Bardea Beltzean bereizten dira kareharrizko geruza horizontalek osatutako plano handiak, pinuz eta abaritzez estalitako ezpondak eta lur ilunak. Lurralde hori Nafarroako errege-erreginen mende egon bazen ere, IX. mendeaz geroztik hainbat herriri eman zitzaien hura erabiltzeko eskubidea.



Argedasen bazkaldu ondoren, Olivako Monasteriora joan ginen, Zarrakaztelun. Bertako eliza Espainiako zistertar artearen eredu garbia da. Klaustro gotikoak eta kapitulu gelak ezin hobeto adierazten dute zer garrantzi izan zuen XII. eta XIII. mendeen bitartean eraikitako monasterio horrek.

IRTEERA “BIZKAIRA” (urria)

Ikasturte berri bati ekin diogu, ikasteko eta gozatzeko gogoz; helburu horrekin egiten ditugu, hain zuzen ere, irteera kulturalak.



Lehenengoa Lekeitioko herri ederrera izan zen. Erdigune Historikoan zehar ibili ginen, eta bertako etxeak, elizak, dorreak eta komentuak arrantzale eta artisau herriaren lekuko argiak dira, nahiz eta Txatxo portura eramaten duten kale estu eta harriztatuen artean ezkutatuta egon. Portuan arrantzaleak egoten dira, eta gaur egun oraindik ere ikusten zaie egunero legatzontzi txikietatik deskargatzen duten arraina saltzen.



Santa Katalinako Itsasargian itsas bidaia birtual bat egin genuen, nabigazio teknikak ikasi genituen, eta itsas enbata bat ere bizi izan genuen.



Bazkaldu ondoren, Jasokundeko Andre Mariaren Basilikara joan ginen. Estilo gotikokoa da basilika, eta bertako erretaula zoragarria Espainiako hirugarrena da tamainari dagokionez. Ramón Leturiondo gure adiskidearen arteari buruzko azalpenekin arratsalde osoa egon gintezkeen han inguruan, baina zain genuen Ziortzako kolegiata, Euskadiko monumentu nazionaltzat hartua.

Bertan, aipagarriak dira Andre Mariaren eliza –XIV. mendekoa eta estilo gotikokoa–, organoa –Bizkaiko zaharrenetako bat– eta klaustroa, estilo errenazentistakoa.



Ilunabarrean, geldialditxo bat egin genuen Arretxinagako San Migel ermitan (Markina). Kapera moduko bat osatzen duten hiru harkaitz handik egiten dute berezia. Naturaren bitxikeria bat dira aipatutako arrokak, eta horien inguruan gurtzen da San Migel.



Aurreikusi baino beranduxeago itzuli ginen, baina ezagutu, ikasi eta gozatzeko helburuak ondo beteta.

IRTEERA “BIZKAIRA” (azaroa)

Azaroaren 17an Bizkaira itzuli ginen berriro ere. Bidaian zehar, gure adiskide Ramónek, mapen laguntzarekin, Portugaleten kokatu gintuen, eta garbitasun handiz azaldu zigun zer garrantzi izan zuten burdin meategiek itsasotik hain hurbil dagoen herrian, eta orobat azaldu zigun zer eragin izan zuen Bizkaiko ekonomian.

Zubi Esekira joan ginen lehenik, eta eskuineko aldetik (Areetatik) igo ginen pasabidera, 50 m-ko alturera. Goitik ezin hobeto ikusten dira Itsasadarraren bi aldeak, Bilboko portua eta Abraren badia. Proiektua Alberto Palaciorena izan zen, eta 1893an inauguratu zen. Transbordadorea martxan den munduko zaharrena da; bertatik 650 milioi pertsona inguru igaro direla kalkulatzen da. UNESCOk Gizadiaren Ondare izendatu zuen 2006ko uztailean.

Zubiaren bisita osatzeko, Portugaletera igaro ginen, ontzitxoan, eta bertako gida batekin arrantzaleen herrigune zaharrean ibili ginen; edonola ere, bertako portua XIX. mendearen amaieran desagertu zen, burdinbidea eraiki zenean. Eta bertan Bilbao-Portugalete burdinbidearen aitzindari izan zen Victor Chávarriren ohorezko monumentua ikusi genuen. Gune Historikoak ez du galdu Erdi Aroko diseinua, eta bertan dago Andre Mariaren Basilika.



Basilika barruan erretaula nagusia nabarmentzen da, euskal errenazimentuaren eredu aipagarria, eta Andre Mariaren XIV. mendeko irudi gotikoa gailentzen da. Erretaula nagusiaren albo banatara, pintura gotiko-flamenkoko bi eredu interesgarri daude. Flandestik ekarritako bi lan dira, anonimoak.



Salazartarren Dorrean bazkaldu ondoren, 15´ minutuan iritsi ginen Gallartara. Bertan jaio zen Dolores Ibarruri, eta bertako Meatzaritzaren Museoan, haren ohorezko areto bat ikusteaz gainera, gizon, emakume eta haurrek zer lan baldintza gogorretan lan egiten zuten azaldu ziguten; besteak beste jakin genuen haurrek, 9 urte ingururekin, ur upelak garraiatzen zituztela meategian.



Eguraldia ere aldeko izan genuen, egun eguzkitsua izan baikenuen, eta egun atsegina igaro genuen denok, beti bezala.

2.9. Musika eta Kantu tailerra

ARDURADUNA: Itziar Olaizola

2016. ekitaldian aurrera jarraitu dugu Musika Tailerrarekin, gure Elkarteko jardueratako bat baita. Iazko irakasle berak eman ditu eskolak, Sara Varasek hain zuzen ere. Maila handiko irakaslea da, eta ezin hobeto helarazten digu musikari dion maitasuna eta zaletasuna.

Astelehenero ekartzen gara Musika Eskolan, Atotxan. Taldea asko handitu da parte hartzaile kopuruari dagokionez, aurreko urtearekin alderatuz gero. Beti esan ohi den bezala, "ahoz ahokoa da ondoen funtzionatzen duena" eta halaxe gertatu da orain honetan ere.

Arnasketa teknikak ikasten jarraitu dugu, eta, horrekin batera, ahotsa lantzeko ariketak egin ditugu eta hainbat garaitako eta lekutako musikarekin zerikusia duten ezagutza berriak barneratu ditugu. Hainbat hizkuntzatan prestatu ditugu abestiak, eta erronka handia izan da hori parte hartzaile

gehienentzat.



Lan horri buru emateko, Helduen Hitzako Zuzendaritza Batzordeak aukera eman digu gure adiskideen aurrean jarduteko. 2016ko ekainaren 1ean egin genuen 2015-16 ikasturte amaierako jarduera programaren barruan, Okendoko Kulturetxean, honako lan hauekin: *Maitia nun zira (Uruñuela), Coro a bocca chiusa (Madame Buterfly, Puccini)* eta *Alona nem ni olano (afrikar herri abestia);* eta bazkideen txalo beroei ere eman genien zegokien saria. 2016. urtearen amaiera eta 2016-17 ikasturteko lehenengo hiruhilekoaren amaiera ospatzeko, emanaldi bat eskaini genuen Aieten (Gurutziaga parrokiko ekitaldi aretoa), oso errepertorio zabalarekin: *Uso xuria, Edelweiss, Banaha, Can´t help falling in love, Va pensiero* eta, amaitzeko, para *Hator, hator,* gabon kanta, bertan ziren guztiekin batera abestua.

Gure ahaleginek sari atsegina jaso zuten, hain zuzen ere, abesbatzaren kontzertura joandako guztien txaloak. Horiei esker, are ilusio handiagoarekin jarraituko dugu gure astelehenetako entseguetan, eta itxaropena dugu 206-17 ikasturtearen amaieran emanaldi berriak eskaintzeko aukera izango dugula.

Esan beharra daukagu zoratzen gaudela, baina ez bakarrik ikasten ari garelako eta Musika Eskolan ezin hobeto pasatzen dugulako, baizik eta gure elkarte Helduen Hitzari aukera ematen diogulako, besteak beste, ikasturte amaierako eta urte amaierako jai egitarauak egiteko.

2.10. Antzerki Tailerra

Arduraduna: Lola Otero

Dakizuenez, 2015/2016 ikasturtean sortu zen antzerki taldea, gure bazkideetako batzuek diziplina horretan jarduteko zuten interesak bultzatuta.

Marian Losada da zuzendaria; Dramatizazioko Graduondoa du eta baita esperientzia luzea ere, hainbat urtez era askotako antzerki taldeekin jardun baitu, adinekoekin batez ere. Ostegun arratsaldero elkartzen gara Topalekun. Beharrezkoa izanez gero, aparteko entseguren bat ere egiten dugu antzezpenaren data hurbildu ahala.

2016. urtean, *Miguel Miura*ren ***"Ni rico ni pobre, sino todo lo contrario"*** lana antzeztu genuen; komedia absurdu bat da. Eskarmenturik gabeko antzezle talde batek gure bazkideei une atsegin bat pasaraztea eta antzezleek ere ondo pasatzea zen azken helburua.

Okendoko Kultura Aretoan antzeztu genuen lehen aldiz, 2015-16 ikasturtearen amaiera zela eta.



Bazkideentzat ere egin genuen bigarren antzezpen bat, San Ignazio Elizako Ekitaldi Aretoan, 2016ko abenduan, zenbait bazkidek ezin izan baitzuten lehenengo antzezpena ikusi, lekurik ez zegoelako Okendon.

Eta hirugarrenez, Altzako Kulturetxean antzeztu genuen, Plus55 (+55) Programaren arduradunek eskatuta.

Gure irudipena da oso harrera ona izan zuela lanak, bai bazkideen aldetik bai Larratxoko auzoan antzezpena ikustera joan ziren ikusleen aldetik.

Beste komedia zentzugabe bat prestatzen ari gara. “Antzezle” gehiago elkartu dira, eta atsegin hartzeko eta atsegin emateko asmoarekin ekin diogu berriro ere antzezpen lanari.

Komediaren musa Taliak inspiratu gaitzala eta ondo pasa dezagula.

2.11. "HELDUEN HITZA - BERRIAK" Aldizkaria


BERRIAK

IKASKURTE BUKAERA

ACTOS DE FIN DE CURSO

Batzar Orokorrera bitartean, urria bitartean alegia, Batzorde hau arduratu da aldizkaria argitaratzeaz:

- Arduraduna: Tomás Errasti.
- Kideak: Manuela Martínez eta Mª Pilar Remírez de Esparza.

Kargu aldaketak kontuan hartuta, gaur egun, honako hauek osatzen dute Batzordea:

- Arduraduna: *Juan Ignacio Aizpurua*.
- Kiadeak: *José Luis Gonzalez* eta *Koldo Iglesias*

2010. urtean abian jarri zenetik, Helduen Hitza-Berriak Aldizkariaren 19 zenbaki argitaratu dira, eta horrez gainera, zenbaki berezi bat Elkartearen X. urteurrena ospatzeko.

Lan hori guztia hainbaten laguntzari esker egin ahal izan da:

- Bazkideak, beren ekarpenekin: edukiak eta argazkiak
- Hainbat batzorde: informazioa eta argazkiak.
- Helduen Hitzako lehendakaritza, editorialekin eta beste artikulu batzuekin.
- Elkartearen azpiegitura guztia.

Eta, nola ez, aldizkari osatzen duen taldearen lanari esker. Talde hori aldatu egin da urtean zehar, eta aurretik aipatutako hiru pertsonek osatzen dute gaur egun.

Gure eskerrik beroena aldizkaria hiru hilabetez behin kalera atera dadin era batera edo bestera laguntzen duten guztiei.

2016. urtean zehar, hiru zenbaki argitaratu dira, hiruhileko bat, udan izan ezik. Edukia zabaldu egin da, eta 16 orrialdekora izatera iritsi da.

"*Helduen Hitza Berriak*" aldizkaria asmo garbi batekin sortu zen, hain zuzen ere, bazkideen arteko komunikazio eta informaziorako bidea izatea, eta balantzea oso positiboa izaten ari da, egunetik egunera handitzen ari baita eta aldizkariaren interesa ere gero eta handiagoa baita.



Jarduerak eta kezkak partekatzea eta Helduen Hitzaren bizitzaren berri emateko lokarria izatea da helburua, eta, era horretara, adiskidetasun lokarriak, harmonia eta bazkide guztien arteko harremanak estutzen laguntzea.

Aldizkaria postaz bidaltzen zaie bazkide guztiei, eta baita erakunde publikoei eta baita beren zeregina dela-eta Elkartearekin zerikusia duten beste Entitate batzuei ere.

2.12. Kontakizun Laburren Literatura Lehiaketa 2016

"Helduen Hitza Berriak" gure Aldizkariaren 17. zenbakian argitaratu ziren **Helduen Hitza Berriak Kontakizun Laburren V. Lehiaketararako** deialdia eta oinarriak, lehiaketaren bi modalitateetan: euskara eta gaztelania. Liburu elektroniko bat eta akzesit bat izan zen bi modalitateetako lehenengo saria. Jatorrizkoak aurkezteko azken eguna 2016ko apirilak 18 izan zen.

Lehiaketa saririk gabe gelditu zen euskarazko bertsioan, eta gaztelaniazko modalitatean, berriz, honako hauek izan ziren saritutako lanak:

- 1. saria: ***"TIEMPO DE ESPERA",* Javier García Aranda**
- Akzesita: ***"EL SECRETO DE GABRIEL"***, **Tomás Errasti Goenaga.**
  Gure zorionik beroena bi irabazleei!!!

Sariak ikasturte amaierako festan banatu ziren, Okendoko Kulturetxean. Irabazleek beren lanak irakurri zituzten, eta bertan ziren guztien txalo beroak jaso zituzten.

Aldizkariaren hurrengo alean, 20. zenbakian, Lehiaketa berriaren, seigarrenaren, Oinarri berriak argitaratuko dira. Aukera izango dugu bazkideei animatzeko eser daitezen ordenagailuaren aurrean, "burua nekatu" dezaten,

idazten jar daitezen eta aurkeztu ditzaten beren lanak. Badakigu idazle amateur bat bat baino gehiago dagoela, Ekin lanari!!! Lehiaketa hutsik ez uzteko behintzat 10 idatzi behar dira.

Irakurketa eta idazketa errazteko eta bultzatzeko helburuarekin egin zen "*Narrazio Tekniketan Hasteko Tailerra"* antolatu zen 2016-17 ikasturterako: "Ondo idatzi, eta hobeto irakurri". Aldizkariaren ekaineko 18. zenbakian eman zen tailerraren edukiaren berri. Hala ere, bazkideen eskaeren kopurua ez zen nahikoa izan, 10 eskaera iritsi ez zelako. Beraz, bertan behera uztea erabaki zen.

3. BESTE JARDUERA BATZUK

3.1. Bisitak Albaola Itsas Kultur Faktoriara

Urtean zehar, hiru bisita gidatu eskaini zaizkie bazkideei, oro har, Albaolara joateko, eta egutegi honen arabera banatu ziren:

- 2016ko urtarrilak 28an, 22 bazkidek egin zuten bisita.
- 2016ko otsailaren 25ean, 23 bazkidek egin zuten bisita.
- 2016ko martxoaren 17an egin zuten hirugarren bisita, eta 25 bazkideko talde batek parte hartu zuen.



- Horrez gainera, "Hitzaldiak euskaraz" taldea ere izan zen Albaolan, kasu horretan euskaraz (urriak 15). Dagokion atalean egingo da horren deskribapena.

Albaola Faktoria Pasai San Pedron dago, eta ontzi historikoak eraikitzea du helburu nagusia. Oso eremu berezia eta berritzailea da. Itsasontzien erreplikak egiten dituzte, artisauen erara, eta, horretan ari diren bitartean, museoari bisita egiteko aukera dago. Euskal Herriaren itsas iragana ezagutzera ematea da, besteak beste, Albaolaren helburua. Euskal itsas ondarearen parte da.

"*Esperientziaren bidetik jakintzaren bila doazen nabigazio liluragarriak abiatzen dira Faktoriaren kaitik, Itsas Ondarearen parte izanik".* (Albaolaren webgunea).

3.2. Sakelako telefonoa erabiltzeko ikastaroa

Kontuan hartuta zer zailtasun edo beldur sortzen zaizkigun batzuetan adinekoei Teknologia Berrien aurrean, erabaki genuen, bazkideen artean galdetu ondoren, ikastaro arinak antolatzea horien erabilera ikasteko, izan ere, teknologia horiek guretzat abiadura ikaragarrian agertzen ari dira, baina guztiz arruntak dira gure seme-alabentzat eta batez ere gure ilobentzat.

Hori guztia kontuan hartuta, 3 ikastaro praktiko antolatu ziren Topalekun (Ametsa aretoan), 9 ordukoa horietako bakoitza (arratsaldeko 4etatik 7etara). Ikastaro horiek emateko aditu bat edukitzeko aukera izan genuen: *Nora Arrieta Baiges.* Norak, erabilera eskuliburu oinarrizkoa eta praktikoa azaltzeaz gainera, izugarrizko pazientzia duela erakusteko aukera ere izan zuen. Bakoitzak bere telefonoa eskuan zuela eta Noraren orientabide zehatzei jarraituz, telefonoarekin saltsan ibiltzeko aukera izan genuen, eta, era horretara, beldurra galdu ahal izan genion. Honako hauek izan dira 15 laguneko txandak:

- 1. txanda: otsailak 10, 17 eta 24.
- 2. txanda: otsailak 22, 29 eta martxoak 7.
- 3. txanda: martxoak 2, 9 eta 16.

Parte hartzaileek oso modu positiboan parte hartu zuten, eta lan giro oso positiboa lortu zen, ikastaroaren helburuak aise lortzeko: besteak beste "tresna ezagutzea, nolabaiteko trebetasunez erabili ahal izateko eta hari beldurra galtzeko".



Egileak dion bezala: *"Zuk ere ahal duzu! egitasmoa, besteak beste, sakelako telefonoak, tabletak edo ordenagailuak erabiltzeko ikaskuntzan "atzean gelditu" diren adinekoei laguntzeko asmoarekin sortu zen. Gure ikastaroak oinarrizkoak eta oso errazak dira, eta gure helburua ez da adituak heztea, baizik eta ikasleei tresna nahikoak eskaintzea, egunerokoan nolabaiteko trebetasunez jardun dezaten".*

3.3. "Bakea Josiz" bisita gidatua: Aieteko Kultur Etxea

Apirilean, Helduen Hitzak bisita gidatu bat eskatu zion Aieteko Parkeko Kultur Zentroari, Bakearen eta Giza Eskubideen Etxeari, interesgarria iruditzen zitzaigun erakusketa bat ezagutzeko. Erakusketa benetan interesgarria izan zen, uste bezala. "BAKEA JOSIZ: Gatazka, Arpillerak, Memoria" zen aipatutako erakusketaren izenburua. Apirilaren 13an, arratsaldeko 6etan, egin genuen bisita.

Erakusketaren komisario Roberta Bacic izan genuen bisitaren gida. Hurbiletik ezagutzen zituen hainbait testuinguru, eta baita arpillera askoren prozesuak ere. Bisita hunkigarria eta interesgarria izan zen, benetan.

Kolore askotako ehunekin emakumeek egindako arpillerak, eta horietan irudikatzen ziren egoerak, oso adierazpen iturri aberatsa ziren bizipen zail horiek guztiak azaltzeko, nahiz eta horiek ez ziren modu esplizituan irudikatzen. Ipar Irlanda, Ingalaterra, Espainia, Txile, Peru, Argentina, Zimbawe, Alemania

eta Kolonbiakoak ziren, guztira. "*Emakumeek gatazka egoeretan eta giza eskubideen bortxaketak direla eta izandako esperientziak kontatzen dituzte, objektu oso arrunten bitartez, nola diren jostorratzak, hariak eta ehun zatiak*" .



Horietako batzuen aurrean gelditu zen gida, eta azaldu zigun *"desagerpen istorioak, judizioz kanpoko exekuzioak, tortura eta gatazken, erbestearen edo espetxealdi politikoen biktima ugarien esperientziak"* zirela haiek guztiak.

Emakume horien ahotsak, "ahots josiak", emakumeek gizarte baketsuago baten eraikuntzan erakutsitako kemenaren erakusgarri dira. Memoriari eta justiziari egindako ekarpena dira. Lan horien izenburuak oso adierazgarriak dira: *"Bortxatzea krimen bat da", "Bakea-Justizia-Askatasuna", "Absentziak-Presentziak: Maiatzeko Plazako Amonak", "Baraua", "Inpunitaterik ez", "Juan Pablo zure zain gaude", "Kazerolada", "Ez Igoerei/Ez diktadurari / Gose gehiagorik ez"...*

Arpillera horiek munduan zehar ibili dira, museoetan, unibertsitateetan, arte galerietan, enbaxadetan eta eremu komunitarioetan erakusteko.

Erakusketa hau Euskadiko hiru erakundetako lankidetzari esker antolatu da: Gernikako Bakearen Museoa Fundazioa, Balmasedako La Encartada Fabrika-Museoa eta Donostiako Udala, Aieteko Bakearen eta Giza Eskubideen bitartez.

Bisitaren amaieran, "Lotzen duen hariak" eta "Bizitza zatiak" ikus-entzunezko proiekzioak ikus zitezkeen pantailetan. Ez genuen aretotik ateratzeko gogorik. Kanpoan, apirileko eguzki ederra. Eta zaila zen onartzea, bien bitartean, hori guztia gertatzen ari zela...

3.4. *"Nahi dudan bezala bizi izatea"* Prestakuntza Modulua

+55 Programaren eta Udalaren Gizarte Ongizatea sailaren bitartez eta "Fundación Obra Social La Caixa" fundazioaren babesarekin, Adinekoentzako Prestakuntza Ikastaro edo Modulu bat ematea eskaini zitzaion elkarteari. Eskaintza interesgarria iruditu zitzaigun, eta 19,5 orduko Tailer batean gauzatu zen, azkenik, proposamena: "Nik nahi bezala bizi" ikastaroa, "Ondo bizi, hobeto sentitu" programa zabalagoaren barruan kokatzen zen. Psikologo batek emango zuen ikastaroa. 13 saiotan egituratu zen, 1,5 ordukoa bakoitza (16.30-18). Urriaren 19tik otsaila amaiera arteko iraupena izango zuen.

Ikastaroa testuinguru honen barruan kokatu zen: *Zahartzeari aurre egiteko giltzarrietako bat bizitzaren garai berri hori galera garaitzat hartzeari uztea izango litzateke, eta eskain ditzakeen aukeretan eta indarguneetan zentratzea. Landu beharreko gai arloak honako hauek izango lirateke: 1.- Nire motibazioak. 2.- Nire bizitzaren kontrola. 3.- Denboraren plangintza egitea eta kudeatzea. 4.- Erabakiak hartzea. 5.- Positiboan pentsatzea. 6.- Nire harremanak. 7.- Nork bere buruari baimena ematea.*

Bazkideei eskaini zitzaien tailerra, eta 14 bazkidek adierazi zuten parte hartzeko interesa zutela. Astean behingo tailerra iragarritako egunean hasi zen, urriaren 19an hain zuzen ere, asteazkena, arratsaldeko 16.30ean, Topalekun. Dinamizatzaileak ikastaroaren materiala eraman zuen, eta parte hartzaileei ikastaroen aurkezpena egin zien; bertan zirenak, ordea, ez ziren gustura gelditu aurkezpen harekin. Bigarren saioaren bezperan, dinamizatzaileak jakinarazi zuen gaixorik zegoela, eta bertan behera utzi zen saio. Gauza bera gertatu zen hurrengo astean. Eta parte hartzaileek ez jarraitzea erabaki zuten, izan ere, gertatzen ari zenaz gainera, ez ziren gustura gelditu lehenengo saioko azalpenekin. Ikastaroa bertan behera gelditu zen. Erakunde antolatzaileari eman zitzaion erabakiaren berri.

3.5. 2015-16 ikasturtearen amaiera eta 2016aren bukaera

Helduen Hitzaren funtzionamendua eta antolamendua kontuan hartuta, hau da, irailetik hurrengo urteko ekainera bitartekoa, bi amaiera ospatu behar ditugu: *ikasturte amaiera* maiatzaren amaieran eta ekainaren hasieran, eta urte amaiera, abendu amaieran, *itxiera administratiboa* alegia.

2015-16 **ikasturte amaierari** dagokionez, ekimen hauek egin ziren:

- Asteartea, 2016ko maiatzak 31:
  - goizeko 10.00etan, Aieteko Kultur Etxean, hitzaldi irekia, José Domingoren eskutik: *"60ko eta 70eko hamarraldietako euskal musika".* Entzuleek garai hartako abestiak kantatu ahal izan zituzten, ahapetik.

  - 14.00etan: bazkideentzako bazkaria "Ondarretako Tenis Klubeko" Jatetxean. Ondoren, "Amagos" malabarista taldearen emanaldia izan zen. Elkarteak xanpaina hartzeko gonbita egin zuen.



- Asteazkena, 2016ko ekainak 1: 10.15ean, Okendoko Kultur Etxean:
  - *Helduen Hitza Abesbatzaren* emanaldia (Musika Eskola), Sara Varas zuzendariaren eskutik: Uruñuelaren *Maitia nun zira*, Pucciniren Madame Butterflyren *Coro a boca chiusa, Alona nem ni olano* afrikar herri abestia... eta eskupeko bat. Txalo handi bat taldearen zuzendariari.

  - *Helduen Hitza Kontakizun Laburren V. Lehiaketa*ren sari banaketa: 1. saria gaztelaniaz: "*Tiempo de espera"* **Javier García Aranda** bazkidearena, eta akzesit bat gaztelaniaz: *"El secreto de Gabriel"* **Tomás Errasti Goenaga**

bazkidearena**;** euskarazko atala saririk gabe gelditu zen, parte hartzailerik ez zelako aurkeztu.

- Helduen Hitzaren Antzerki Tailerrak *"Ni rico ni pobre sino todo lo contrario"* (Miguel Mihura) antzezlana aurkeztu zuen, Marian Losadaren zuzendaritzapean eta haren egokitzapenaren bitartez; bera da, hain zuzen ere, taldearen zuzendaria. Antzezpenaren aurretik, Ekitaldi Aretoa goraino bete zen, eta zenbait bazkidek irten egin behar izan zuten, ez baitzegoen denentzat lekurik;, hurrengo emanaldi bat izango zela adierazi zitzaien. Txalo bero bat taldearen zuzendariari.



Ikasturtearen amaiera ezin hobea izan zen; asko gozatu genuen eta denbora eduki genuen iritziak trukatzeko eta elkar hobeto ezagutzeko. Oso itxura ona hartu genion eta errepikatzea erabaki dugu.

2016. urtearen amaierari dagokionez, ekimen hauek egin ziren:

- <u>Osteguna, 2016ko abenduak 15:</u>
  - *"Ni rico ni pobre sino todo lo contrario"* antzerki lanaren errepikapena bazkideentzat, Groseko San Ignazio Parrokiko Ekitaldi Aretoan, arratsaldeko 6.30ean. Ikasturte amaieran antzezlana ezin ikusi izan zuten 80 bazkidek parte hartu zuten.

- <u>Asteartea, 2016ko abenduak 20:</u>
  - Elkartearen *Helduen Hitza Abesbatzaren* kontzertua, Sara Varasen zuzendaritzapean, Gurutziagako Parrokiaren Ekitaldi Aretoan (Aiete). Aurreko saioetan gertatu bezala, txalo ugari jaso zituzten.

  - Abesbatzaren emanaldia amaitu eta gero, aurretik ospatu genuen Santo Tomas eguna txistorrarekin, patata tortilarekin, edariekin…

- Osteguna, 2016ko abenduak 22:

  - Larratxoko Kultur Etxean, *Helduen Hitza* Elkartearen Antzerki Taldearen emanaldi berri bat. Emanaldi irekia izan zen auzotar guztientzat eta hurbildu nahi zuen edonorentzat. 80 eta 90 bazkide bitartek parte hartu zuten, baita Helduen Hitzako bazkide batzuk ere. Txalo ugari jaso zituzten antzezleek.

  Laburbilduz, urte aberats eta positiboa izan dela esan dezakegu, jai giroko emanaldiekin eta atsegin hartzeko aukera ugarirekin. 2017an ere bide beretik egitea espero dugu.



3.6. 2016-17 Ikasturtearen Hasiera Ekitaldia

ANTZOKI ZAHARRA - TEATRO PRINCIPAL antzokian, 2016ko urriaren 11n antolatu zen 2016-17 ikasturteari hasiera emateko ekitaldia, eta bazkide ugari hurbildu ziren bertara. Juan Mari Pérezek "*Salamankara"* bertsoa abestu zigun, eta, horrekin batera, sarrera laburra egin zion ekitaldiari.

Sarreratxo horren bitartez, ikasturte berrirako antolatuta zeuden hitzaldietan parte hartzeko gonbita egin zigun.



Ekitaldi hartan bertan parte hartu zuen, halaber, Juanjo Álvarez legelariak, eta BREXITari buruz jardun zuen. Azalpen bikain hartan era guztietako xehetasunak eman zizkigun Europaren eta Erresuma Batuaren artean gertatutakoaren motibazioei, historiei, hitzarmenei, itunei eta bestelako gertaerei buruz.

Legelariak azaldutakoaren artean aipatzekoa da Britainiar Gobernuak, aspalditik, bere interesetan oinarritutako politika bat egin izana, eta beti saiatu izana Europar Batasuneko beste herrialdeekin zituen harremanei ahalik eta etekin gehien ateratzen. Eta jarrera hori oinarri hartuta, ez du solidaritatetik izan gainerako herrialdeekin, eta beti egon da integrazio handiagoaren kontra. Bestalde, Europar Batasuna oso tolerantea izan da Erresuma Batuarekin.

2017ko udaberria arte itxaron beharko da jakiteko Britainiar Gobernuak formalki azaltzen duen Batasunetik ateratzeko erabakia, eta, hala balitz, 2019. urtea bitarteko epea izango du behin betiko ateratzeko.

Bien bitartean, Frantzian eta Alemanian hauteskundeak izango dira, eta bertako emaitzek berebiziko garrantzia izango dute hain beharrezkoa den europar proiektu berria egituratzeko.



Juanjo Alvarez, hainbat bazkiderekin hizketan.

Euskadin izango duen ondorioei dagokienez, unibertsitatearen eremuan aukerak murriztu egingo direla ikusten da, hainbat hitzarmen, prestakuntza programa eta ikasle truke desagertu egingo direla, eta alderdi hori oso aintzat hartzekoa da, izan ere, herrialde horrek izen handia du eremu horretan, ikerketaren arloa barne.

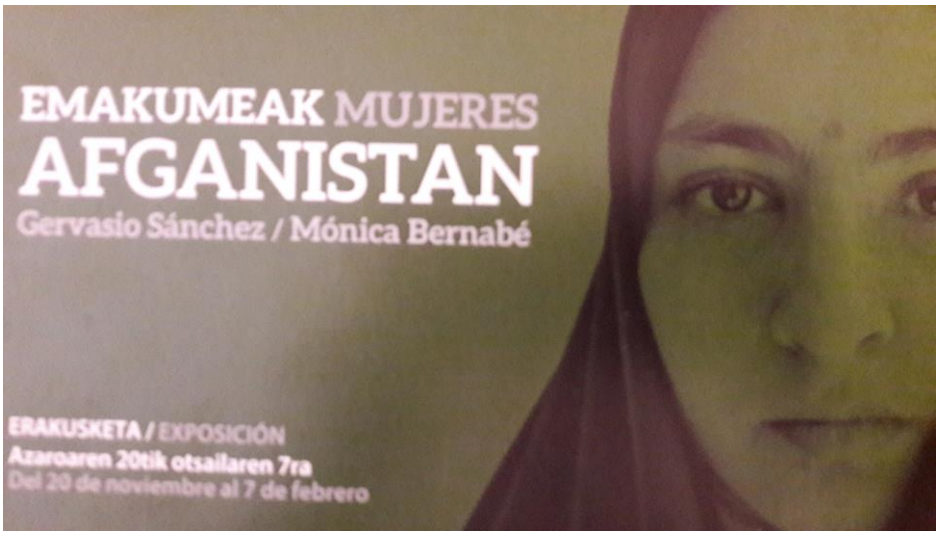
Enpresaren alorrari dagokionez, merkataritza harremanei eutsi egingo zaiela espero da, eta negozioen jarduera erreala eta lehiakorra nagusituko dela.

Hitzaldia amaitu ondoren, bazkideak Donostiako Alderdi Zaharrean sakabanatu ziren, Juanjo Álavarezen hitzaldi bikainaren kalitate maila bereko pintxoez gozatzeko asmoz.

3.7. "EMAKUMEAK AFGANISTAN" bisita gidatua: Aieteko Kultur Etxea

Aieteko Kultur Etxe edo Zentro Kulturalean "Emakumeak Afganistanen" argazki erakusketa ikusi ahal izan zen 2015. urteko azaroaren 20tik 2016. urteko otsailaren 7ra arte. Ostegunetako Foruan, Erakusketaren gaiari eta haren gordintasunari buruz hitz egin zen. Erakusketan bisita gidatua egiteko aukera proposatu zen, eta, azkenik, Mónica Bernabérekin batera erakusketako

argazkien egile den Gervasio Sánchez kazetari eta argazkilariarekin bisita gidatu bat egiteko aukera izan genuen.



Horren ondorioz, urtarrilaren 8an, osteguna, Foruko parte hartzaileak aipatutako Kultur Etxera joan ginen argazkilariak berak egindako bisita egiteko helburuarekin. Hark, bere irudietan oinarri hartuta, azalpen luze eta gordinak, baina bikainak aldi berean, eman zizkigun bi orduz. Hitzaldi haren bitartez errealitate hartara hurbildu ahal izan genuen, eta nahiko hunkituta irten ginen handik.

Ezin hobeto definitzen zen erakusketaren beraren iragarkian: "*Emakumeen kontrako indarkeria indarkeria endemikoa eta egiturazkoa da Afganistanen, gizarte arazo bat, areagotu egin dena gerraren, herrialdean nagusi den inpunitatearen, hezkuntzarik ezaren, erlijioaren instrumentalizazioaren eta lege matxisten ondorioz".*

4. UDALArekin LANKIDETZA

4.1. Lan proiektua

Gure elkarteak lan proiektu bat aurkezten dio, urtero-urtero, Donostiako Udalari. Proiektu horretan zehazten dira egingo diren jarduera guztiak. Udalak diru laguntza txiki bat ematen digu, eta, ondoren, dagokion Memoria aurkezten diogu.

2016. urtean onartu eta landutako proiektua (esku artean duzue dagokion memoria) honako hau izan da: *Plan de Acción para un Envejecimiento Activo Saludable / Zahartze Aktibo Osasungarri baterako Ekintza Plana.*

2016ko Memoria honen aurkibidea arretaz aztertuz gero ikus daiteke 4. atala, dagokion azpiatalekin, aurrera eramaten ditugun jarduerei buruzkoa dela, batez ere *Gizarte Ongizatea, Partaidetza eta Mugikortasun* sailarekin batera egiten direnei buruzkoa. 5. atalean ikusten da, halaber, modu aktiboan jarduten dugula beste erakunde batzuekin lankidetzan.

Parte hartu ohi dugun beste jarduera batzuek zerikusi handia dute, zuzenean edo zeharka, gure Udalarekin. Uste osoa dugu elkarren arteko harremana positiboa izan dela bi alderdientzat, eta aurrerantzean ere horrela jarraitzea espero dugu.







4.2. "LAGUNKOIA" Europar Programa

2015eko Memorian esaten genuen bezala, 2009. urtean hasi zen Donostiako Udala Osasunaren Munduko Erakundeak sustatzen duen Adinekoekin lagunkoiak diren hirien mundu mailako mugimenduan lehen urratsak egiten. Donostia izan da, hain zuzen ere, ***Adinekoekin Lagunkoiak***

diren Hirien Sarean sartu den Espainiako lehen hiria; horren arabera, hiri lagunkoi bat adin guztietarako diseinatutako hiri bat dela, eta ez bakarrik adinakoentzat diseinatua.



"Proiektuak bi joera bateratzen ditu, hain zuzen ere, bi joera oso nabarmen, oparo dokumentatuak eta ezinbestekoak: alde batetik, munduko biztanleriaren zahartzea, eta, beste alde batetik, urbanizazio prozesua. Bi joera horiek izugarrizko eragina izango dute XXI. mendearen erdialdeko Europan.

Dimentsio askotako proiektu bat da, edozein hiriren bizitzari eragiten dioten alderdi ugari bateratzen dituena: alderdi sozialak, osasuna, ekonomia, hirigintza eta espazioa, irisgarritasuna, etxebizitza, garraioa, aire libreko eremuak, segurtasuna, enplegua, komunikazioa, informazioaren eskuragarritasuna, gizarteratzea eta herritarren eskubideen errespetua. Eta horri guztiari heltzeko, modu aktiboan parte hartzen dute adinekoek prozesu osoan zehar, eragiten dioten erabakiak hartzeko; era horretara, ingurunean beharrezkoak diren aldaketetan erabateko protagonismoa hartzen dute".

Proiektuak honako helburuak hauek ditu Euskadin, Matia Fundazioko Maite Sanchoren arabera:

- *Adinekoek, ongizatearen sortzaile diren aldetik, Euskadiko herrietako eta hirietako bizitzan duten ahalmenaz baliatzea.*
- *Partaidetza komunitarioko prozesuak sortzea eta sustatzea.*
- *Ekimen lagunkoien Sare bat sortzea Euskadin.*
- *Inguruneetan herritarren bizi kalitatea hobetzeko helburua duten aldaketak txertatu daitezen erraztea.*

Helduen Hitzak ere Plan horren aldeko apustua egiten du, memoria honetan argi ikusten den bezala.

4.2.1. Donostia (Helduen Hitza) LAGUNKOIA

Adinekoen parte hartzearen gaia behin baino gehiagotan aipatu izan dugu Helduen Hitza sortu zenez geroztik. Aldundiak eta Helduak Adi! elkarteak aurretik egindako lanean parte hartu genuen, *EAEko Adinekoen Parte Hartze Planerako giltzarri sozialak eta kulturalak* argitalpenarekin. Eusko Jaurlaritzak *EAEko Adinekoen Parte Hartze Sozialari buruzko Diagnostikoa* argitaratu zuen 2008. urtean. Elkartearen urtez urteko jardueren programazioetan dagozkion irizpideak agertzen dira, 2010. urteaz geroztik (2009. urteari dagokion memoria) egin diren memorien arabera:

2010eko Memoria: *"Elkartearen bi ordezkarik, Eusko Jaurlaritzaren Etxebizitza eta Gizarte Gaiak sailak deituta, Bilbon Adinekoen Parte Hartze Plan Integralari buruz egindako bileran parte hartu zuten… Plan Integralari buruzko proiektu honekin jarraitzen da, eta hainbat bilera egin dira Gasteizen. Memoria honen itxieran, talde sustatzailea harremanetan da Eusko Jaurlaritzarekin, etapa berrian."*

2011ko Memoria: 2011. urteari dagokion memorian, 2012. urtearen hasieran egina, aipamen hau egiten zaio *ZAHARTZE AKTIBOA* delakoari eta ***Zahartze Aktiboa: esparru politiko bat*** Osasunaren Munduko Erakundearen agiri luzeari, zeinetan era honetara definitzen den Zahartze Aktiboa: "'*osasunaren, **partaidetzaren** eta segurtasunaren alorreko aukerak optimizatzeko prozesua, jendea zahartu ahala bizi kalitatea hobetzeko helburuarekin; jendeari aukera ematen dio ongizate fisiko, sozial eta mentalaren arloan duen gaitasuna bere bizitza ziklo osoan gauzatzeko eta gizartean **parte hartzeko,** bere premien, nahien eta ahalmenen arabera, hark babesa, segurtasuna eta zaintza egokiak ematen dizkien bitartean".* Hori bultzatzeko urratsen artean honako hauek aipatzen ditu: *Lotura eta Parte hartze Soziala: jarduera eta gizarte partaidetza bultzatzea eta horri eustea.* Estatu mailan *Zahartze Aktiboaren Liburu Zuria* aurkezten da. Helduen Hitza, jarrera apur bat murriztailean, Zahartze Aktibotik ondorioztatzen diren hiru ataletan sailkatu zituen bere jarduerak: *a) garapen fisikoa, b) garapen mentala* eta *c) garapen emozional osasungarria,* balio lagunkoien aldeko apustua eginez: *partaidetza* eta *solidaritatea.* Eta bide horretatik jarraitu da orduz geroztik.

2012ko Memoria: urte horretako Memoriak oinarri beraren gainean egiten du bere jardueraren planteamendu teoriko guztia: aipatutako OMEren agiria eta Zahartze Aktiboaren Liburu Zuria. Honela adierazten da: ***gure egiten ditugu proposamen horiek eta… erronka egiten diogu gizarteari eta erakunde***

guztiei: *a) onar dezaten norbanakoaren garapena pertsonen bizitza ziklo osoan zehar luzatzen dela, eta horrek ondorio sozialak dakarzkiela; b) bizitza ziklo osoa kontuan hartzen duten eta pertsonen arteko harremanak bultzatzen dituzten politika ekonomikoak ezar ditzaten…; c) gizartearen parte diren aldetik dagozkien eskubideekin bat datorren kontzeptua garatu, sustatu eta zabal dezaten, bereizkeriarik eta tratu desberdintasunik gabe; d) parte hartze aktiboa bultzatu dezaten, gizartearen eremu eta maila guztietan, eta belaunaldien arteko solidaritatea bultzatu dezaten".*

2013ko Memoria: memoria horren barruan honela adierazten da, **2.1. Helduen Hitzaren planteamendu teorikoa eta helburuak** atalean: "*2011. urtearen azken hiruhilekoan hasi ginen "Zahartze Aktiboaren" gaia. Egiaztatu nahi genuen Helduen Hitza Osasunaren Munduko Erakundearen ildo beretik doazen. OMEren Zahartze Aktiboari buruzko agiriaren eta gai berari buruzko Liburu Zuriaren azaleko azterketa egin ondoren, hala zela konturatu ginen eta horretan sakontzea erabaki genuen 2012 eta 2013 urteetan zehar, Elkartearen jarduera oinarrituko zuen Planteamendu Teoriko bat egiteko*". Hipotesia egiaztatu ondoren, honela baieztatu zen: "*Hau da gure planteamendu teorikoa. Proposatutako helburu horiek lortzera bideratuta daude gure jarduera guztiak. Gure baliabideak jartzen ditugu eta laguntza eskatzen diegu erakundeei".* Horrez gainera, jarduera guztiak aipatutako hiru ardatzen inguruan kokatzen dira.

2014ko Memoria: Sorrera Helburuak atalean honela adierazten da: "*Adinekoen gaitasunak sustatzeko ekimenak garatzea: haien bazterketa saihestuz, gizartean parte hartzea bultzatuz, gizartean betetzen duen paperari balioa emanez, gizarteari jakinaraziz zer irizpide eta mezu dituzten, hondamen eta bidegabekeria sozialeko egoerak salatuz. Laburbilduz eta praktikan, Helduen Hitzak bazkideen garapen pertsonala bilatzen du, eta haiek beren gizartean parte hartzea bultzatzen du".*

2015eko Memoria: 2.7. puntuan, "Ostegunetako Forua", besteak beste honako gai hauek aipatzen dira *"LAGUNKOIA eta hiri lagunkoiak, hala nola Donostia"*. 3.2. atalean, Helduen Hitzak prozesuan izan duen parte hartze osoa deskribatzen da: testua eta argazkiak. Ez dugu berriro hura guztia errepikatuko, baina hara itzultzea proposatzen dizuegu, garrantzi handikoa baita adinekoen elkarteentzat eta, azken batean, adinekoentzat berentzat. Bazkide hauek parte hartu dute prozesuan (norbaitek erreferentziak behar edo nahi baditu aipatzen dira ondoren): *Jose Manuel Susperregi, Carmen Viscarret, Julia Arrieta, Lourdes Badiola, Pili Perea, Pedro Ciganda, Miguel Sagüés* eta *Ricardo Alava*.

Ez badugu ere inor aspertu nahi errepikakorregiak izanik, uste osoa dugu garrantzizkoa dela Donostia Amigable / Donostia Lagunkoia Planaren bi helburu orokorrak aipatzea: a) *Donostiako adinekoen errealitatea ikusaraztea eta nabarmentzea*, eta b) *aukerak sustatzea, hiriaren bizitzan parte har dezaten.*

Aipatutako bi helburu orokor horietatik beste 4 helburu espezifiko hauek ondorioztatzen dira:

1.- Adinekoak eta haien elkarteak ahalduntzea udal politiketan eragin ahal izateko, prozesu parte hartzaileen bitartez.

2.- Taldeen (adinekoak, gazteak…) eta hiriko eragileen arteko lankidetza bultzatzea parte hartze prozesuan, modu berezian bultzatuz belaunaldien arteko harremanetan eta ezagutzaren transmisioan.

3.- Gizartea zahartze aktiboaren garrantziari buruz eta adinekoek komunitatearentzat duten balioari buruz sentsibilizatzea. Zahartzea modu positiboan ikustea.

4.- Sailen arteko lankidetza esperientzia honetaz eta parte hartze prozesuaz baliatzea proiektuen inplementazioa arintzen laguntzen duten metodologien ezarpenean aurrera egiteko.

Laburbilduz, ***Donostia Hiri Lagunkoia Plana*** izenekoa **urrats bat gehiago izango da adinekoek eta haien elkarteek udal ekimenetan duten partaidetza, inplikazioa eta "ahalduntzea" bultzatzeko hiriak duen konpromisoan,** era horretara udal politiketan eragin ahal izango baitute prozesu parte hartzaileen bitartez, eguneroko bizitzan duten ahalmena baliatuz.

Eta horretan ari gara. Horretan jarraitu dugu memoria honen helburu den 2016. urtean zehar, eta horretan jarraitzen dugu, halaber, memoria hori idazten ari garen honetan, 2017ko otsailean hain zuzen ere. Atzo, otsailak 16, Tabakaleran aurkeztu zen gure Udalak 2017. urterako dituen konpromisoen dokumentua. Konpromisoak lau taldetan sailkatu dira:

1.- **Eremu publikoa eta mugikortasuna:** 11 ekimen urte osoan zehar egiteko.

2.- **Etxebizitza bizitza osorako:** 3 ekimen.

3.- **Zaintzen duen komunitate bat**: 16 ekimen.

4.- **Bizitza ziklo berri baterako aldaketa eta adinaren kudeaketa:** 7 ekimen.

Beste batzuk.- 7 ekimen gehiago beste eremu batzuetan.

Uste izatekoa da, aurreko urteetan bezala, 2017. urtean zehar ere ekimen horien jarraipenean parte hartuko dugula.

4.2.2. Farmazia lagunkoiak

Urtarrilaren 13an, Tabakalerako Areto Nagusian, Donostiako eskualdeko Farmazia Lagunkoiak programa aurkeztu zen, *"Donostia Lagunkoia" / "Donostia Amigable"* Ekintza Planaren esparruaren eta Adinekoekin Lagunkoiak diren Hirien Sarearen baitan.

Programarekin bat egin zuten 18 botikak Udalaren Lagunkoia Programaren kideekin eta Adinekoekin (horien artean egon zen Ricardo Alava gure bazkidea) batera lan egin dute, Farmazia Lagunkoi batek nolakoa izan behar duen zehazteko, galdera hauei erantzunez:

- *Nolakoa da joan ohi naizen botika?*
- *Nolakoa da han lan egiten duten profesionalekin dudan harremana?*
- *Zerk bihurtzen du botika bat eremu lagunkoia adinekoentzat?*
- *zer eduki behar du? nolako tratua eman behar du? zer eskaini behar du?*



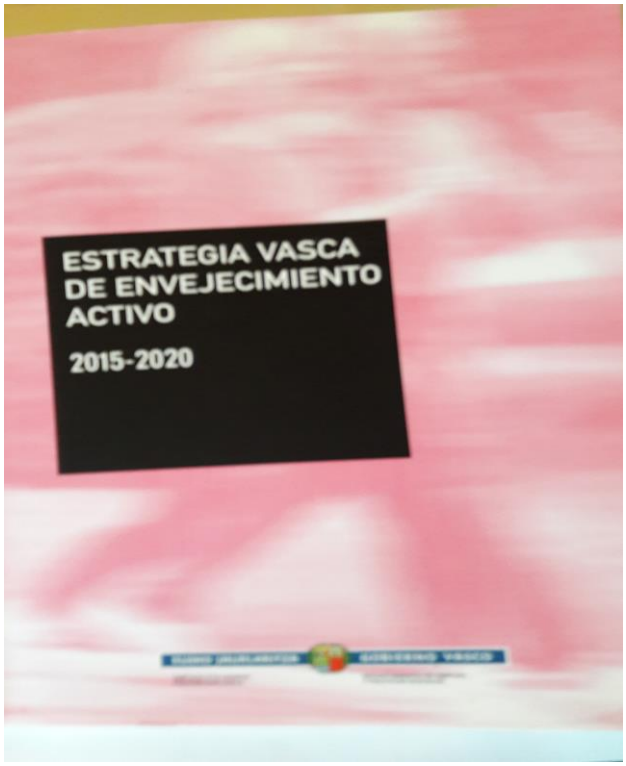
Laburbilduz, aurkezpenean esan bezala: ***"Farmazia Lagunkoia-Farmacia Amigable" programak adierazten du Donostiak badituela farmazia "sozialagoak, komunitarioak eta inplikatuak" donostiarren arretarekin oro har eta adinekoen arretarekin bereziki; horrek, era berean, "botikarien rol aldaketa" eragingo du, "prest" egon behar baitu zahartzeko joera demografikoak dakarren "erronkari aurre egiteko".***



Farmazia Lagunkoiak programaren aurkezpenean Helduen Hitzako lau kidek pate hartu genuen, Alkateak Lagunkoia programaren izenean gonbidatuta. Horrez gainera, Adinekoen ordezkari gisa parte hartu zuen, lehen esan bezala, gure bazkide Ricardo Alabak, "Farmazia Lagunkoia" programa zehazteko lan saioetan parte hartu baitzuen.

4.2.3 Gobernantza +65

2015eko iralean Eusko Jaurlaritzaren Enplegu eta Gizarte Politiketako Sailak ***"ZAHARTZE AKTIBORAKO EUSKAL ESTRATEGIA 2015-2020"*** azaldu eta aurkeztu zuen. Agiri horretan, Zahartze Aktiboen Euskal Estrategian nagusi den kontzeptu esparrua eta printzipioak aztertzen dira, eta baita dagozkion alor tematikoak ere, horiek betetzeko helburu eta ekimenekin.



Eusko Jaurlaritzak GOBERNANTZA+65 proposamena sustatu du. Adinekoen ikuspegia eta esperientzia beraiei eragiten dieten erabaki politiko eta sozialetan kontuan hartzea da, azken batean, oinarria. "Gobernantza eredu berrian, adinekoek ez dute izan behar, besterik gabe, gizarte eta politika arloko erabakien arreta, kudeaketa eta plangintza objektu soila, baizik eta erabakiak hartzeko orduan eskubide osoko subjektuak".

Zahartze Aktiboaren Euskal Estrategiaren eremu tematikoak era honetara zehazten dira:

1. eremua.- *GIZARTEA ZAHARTZERA EGOKITZEA. GOBERNANTZA EREDU BERRI BAT.* Helburu honekin: "*Gizarte eta antolamendu aldaketa bat sustatzea Euskadin, Gobernantza eredu batekin, zeinak bat egingo duen, bai politika*

publikoen eremuan bai pribatutasunaren eremuan". Lau azpihelburu izango ditu, eta horiei dagokien ekintzak.

2. eremua.- *AURRERAPENA ETA PREBENTZIOA HOBETO ZAHARTZEKO.* Honako helburu honekin: *"Zahartzen diren pertsonen autonomia eta independentzia sustatzea, beren bizi proiektuari buruz erabakiak hartzen lagunduko dioten zeharkako prebentzio politiken ezarpenaren bitartez"* eta 5 azpihelburu, eta horiei dagozkien ekintzak.

3.- *LAGUNKOITASUNA ETA PARTE HARTZEA ONGIZATEAREN GIZARTE BATEN ERAIKUNTZAN.* Honako helburu honekin: *"Lagunkoitasun paradigma Euskadin zabaldu dadin sustatzea, zahartzen diren pertsonek prozesu horretan protagonismoa eta parte hartzea edukiko dutela bermatuz"* eta 3 azpihelburu, eta horiei dagozkien ekintzak.

Ondorengo gogoeta batean egiaztatu da adinekoek ez dutela parte hartu helburuak eta ekintzak zehazteko prozesu horretan. Beraz, positiboa iruditzen zaigu prozesu berri batean alderdi hori konpontzeko egin den ahalegina: adinekoen ordezkari diren taldeei deitu zaie, dagokion gogoeta eta azterketa egiteko eta ekarpenak jasotzeko; horrek hobetu egingo du Estrategia hori, inolako zalantzarik gabe. Prozesu horretan Helduen Hitzako Ricardo Álava bazkideak parte hartu. Ekarpen teoriko berri horretatik ateratako paragrafo pare bat erantsi ditugu:

"Prozesu horren ondorioz, *GOBERNANTZA +65 Parte hartze prozesuaren Azken Txostena* osatu eta argitaratu da. Sarreran honako hau irakur liteke: "Zahartzearen Euskal Estrategia honek mahai gainean jartzen du beharrezkoa dela sakontasunez aldatzea euskal gizartearen egitura, diseinua eta politika publikoak, erantzun egokia emateko biztanleriaren errealitate berri horri. Erabateko aldaketa sustatuko duten politikak garatu behar dira, eta zahartzen den biztanleria taldeak dagokion lekua hartu behar du, ez bakarrik kopuru aldetik duen ahalmenagatik, baizik eta euskal gizarte modernoaren, garatuaren, eraikuntzan betetzen ari den zereginagatik, horrek aberastasuna sortzen baitu zahartzetik abiatuta eta ezinbesteko balioak pilatzen baititu".

"Une honetatik aurrera, G +65ak gogoeta prozesu zabal bati ekin nahi dio, oroz gain, administrazio publikoaren eta zahartzen ari den gizartearen arteko lankidetzan oinarrituta lan egiteko modu bat sortzeko oinarriak finkatuko dituena. **Erabakiak hartzeko dinamikan, zahartzen ari diren pertsonen ezagutza, iritzia eta esperientziak kontuan hartuko dituzten proposamen**

zehatzak osatzeko gogoeta eta prestakuntzari begira, gogoetarako eta prestakuntzarako prozesuak sustatuko dituzten topalekuak, eragile parte hartzaileak eta laguntzaileak behar dira".

Orain arte, hainbat "eragilek" parte hartu dute, Lagunkoiarekin eta Gobernantzarekin zerikusia duen guztian: Unibertsitatea, Ikastetxeak eta Prestakuntza Zentroak, Aldundia, Eusko Jaurlaritza, Aholkularitza Kontseiluak, hainbat sailetako Udal Teknikariak, Eusko Ikaskuntza, Adinekoen Elkarteak (Helduen Hitza horien artean), DSS 2016, Zinemaldia, Botikagileen Elkargoa...

Horrekin batera, 2017an egin beharreko proiektuak zehaztu eta antolatu dira, eta horiek egiaztatu eta balioztatu dira (Kontraste Taldea, Motor Taldea, Koordinazioa, Udal Batzorde Teknikoa, Donostia Lagunkoia sarean, Aholkularitza Batzordeak eta lotura duten partaidetza prozesuak), 2017 Lan Plangintza eta Gobernantza eremuen agenda adosteko helburuarekin.

2017-2020 urteetan egin beharreko proiektuak lau eremu edo alorren ingurukoak dira:

1.- *Eremu publikoa eta mugikortasuna.*

2.- *Etxebizitza bizi osorako.*

3.- *Zaintzen duen komunitate bat.*

4.- *Bizi ziklo berria eta adinaren kudeaketa.*

Proiektu horiek emaitza zehatzak eta benetako eragina lortu beharko dute, eta orobat komunitatearen eta belaunaldi arteko parte hartzea, Donostia Lagunkoiaren balioak zaintzea...

4.3. +55 Programa

Helduen Hitzako bulegoa Donostia +55 programaren María Fernández Ezeiza Arduradunaren bulegotik oso gertu egotea, dozena erdi bat urrats baino ez, izugarrizko luxua da guretzat: aholkularitza gai jakinetan, kontsultak, aholkuak, orientazioa, eskaerak... eta denek izaten dute berehalako erantzuna. Era berean, garrantzi handikoa iruditzen zaigu "entzutearen" gaia, nahiz eta arazoak edo gatazkak konponbiderik ez eduki. Eta jarduera jakinetan parte hartzeko deia ere garrantzizkoa iruditzen zaigu, batez ere belaunaldi arteko jardueretarako.

Eskerrik asko María, zure adeitasunagatik eta arretagatik, zure aholkuengatik, erantzunengatik... Hitz gutxitan, "beti hor egoteagatik, irribarretsu". Mila esker, María. Eskerrik asko bide errazak erakusteagatik, baita helburuak zailagoak direnean ere.

Maríaren bitartez eskerrak eman nahi dizkiegu gure hiriko Kultur Etxeei beren laguntzagatik (zuzendaritzak eta langileak), eta gure jarduerak bertan egiten uzteagatik. Eta horien artean, bereziki honako hauei: Okendo KE, Ernest Lluch KE, Lugaritz KE eta Casares KE.

4.4. Kontseilu Sektorialak: Gizarte Ekintza eta Mugikortasuna

*"**Udal Kontseilu Sektorialak** partaidetza organoak dira, ezaugarri, helburu eta funtzio bereziekin". "Beste hainbat neurriren arabera, Kontseiluen barne kudeaketa organoan herritarren erakundeen ordezkariak egongo dira, eta partaidetza hori eragile horiek ahalduntzeko aukeratzat hartuko da". "... udal politikaren eremu zehatz bateko gaiei buruzko aholkularitza, informazioa, eztabaida, azterketa eta proposamenak egiteko eremu gisa osatuta daude".* (2015eko apirilaren 10eko Gipuzkoako Aldizkari Ofiziala).

Esan beharra dago bi Kontseilu Sektorialetako jarduera, Gizarte Ekintza eta Mugikortasuna hain zuzen ere, ez dela oso emankorra izaten ari orain arte. Denbora asko pasa zen guk kontseilu horietan genuen partaidetza onartzeko. Urtebeteren ondoren, Gizarte Ekintzako Kontseiluaren 3 bilera egin dira eta Mugikortasunaren 2. Honako hauek izan dira horietan parte hartu dutenak:

Gizarte Ekintzako Kontseilu Sektoriala: *Julia Arrieta eta Pili Perea*

Adinekoek erakunde publikoetan –gure hiriko Udalean batez ere– duten partaidetzan laguntzeko ahaleginean, HH elkartea Gizarte Ekintzako Kontseilu Sektorialean parte hartzen ari da, beste hainbat jarduerarekin batera.

Kontseilu hori 2001. urtean jarri zen abian, baina 2015eko martxoaren 26an araudi berri bat onartu zen, eta horixe da gaur egun indarrean dagoena.

Hiru hilabetez behin izaten dira bilerak, eta urtean zehar Gizarte Zerbitzuen bitartez egiten diren gastuen txosten bat aurkezten da, eta baita hurrengo urterako osatzen diren aurrekontuak ere.

Pentsatzen dugu gure ekarpena informazioa jasotzeko baino ez dela, eta Zuzendaritza Batzordeak baloratu beharko du Kontseilu horretan dugun parte hartzea, Elkartean sortzen diren lan premien arabera.

Mugikortasunaren Kontseilu Sektoriala: *Izaskun Mendikute eta Jose Manuel Susperregi*

2016ko martxoaren 2an sartu ginen kontseiluan, hura izan baitzen Helduen Hitza elkarte gisa jardun genuen lehenengo bilera: José Manuel Susperregui eta Izaskun Mendikute. Gai hauek aztertu ziren: Batzorde Iraunkor baten osaera, Mugikortasun Kontseilu Sektorialaren araudia aldatzea eta Bidaiarien Zerbitzu Publikoaren araudi berria. Garraio bertikala.

Kontseilu honetan ordezkari politikoak daude, eta mugikortasunaren ordezkariak: autobusak, taxiak, Kalapie, Ezintasunen bat duten pertsonak, Merkataritza Federazioa, Kristina Enea Fundazioa, etab.

Bigarren bilera bat ere izan zen, eta bertan azaldu ziguten Donostiak aldaketa klimatikoaren aurrean zer konpromiso duen, eta baita udalak Donostiako mugikortasunari buruz zer estrategia duen ere; beste hiri batzuekiko konparazioa ere egin zen. Bileran ziren beste ordezkariek ez zuten bertan parte hartzeko astirik izan.

4.5. DonostiaSS2016

Iaz egindako Memorian ere aipatu zen gai hau, eta bertan Partaidetzaren zuzendari den Enara Garcíak emandako hitzaldiaren laburpena azaldu genuen. Orduko hartan optimismoa eta asebetetasuna ziren nagusi. Hainbat programa azaldu zizkigun: *"Energia-olatuak"* programa, herritarren kultura ekimenak sustatzeko programa; *"Bakearen itsasargia"*, bakearen eta errespetuaren balioak zabaltzeko asmoz; *"Bizitzaren Itsasargia"*, *"Ahotsen Itsasargia", "Kaiak"*...



Helduen Hitzak "2016ko bitartekarien" bileretan parte hartu zuen, Gipuzkoako beste hainbat erakunderekin batera. Urtebete baino gehiago pasa da, eta hasierako gogoberotasun hori galtzen joan gara poliki-poliki. Beharbada gai horretan funtsezkoa izan den eta martxan jarri berri den eraikin bati balioa ematen ikasi dugu: Tabakalera. Beharbada hori izan da 2016 Europako Kultura Hiriburutzak utzi digun oparia. Helduen Hitzak egunero egiten du KULTURA, eta ospa dezagun espazio lagunkoietan. Jarrai dezagun KULTURA egiten, edozein lekutan, edozein egunetan eta edozein unetan. Baina, bereziki, egin ditzagun EREMU LAGUNKOIAK edozein lekutan gaudela ere.

5. BESTE ERAKUNDEKIN LANKIDETZA

5.1. SAN TELMO MUSEOKO gure gidak

Elkartearen jardueren barruan, Helduen Hitzako bazkideak borondatezko gidak izan dira, beste urte batez, 55 urtetik gorako pertsonentzat.

Marisol Aristi baja izan da azken hiruhilekoan, 16 urtez funtzio hori egiten jardun ondoren. San Telmo Museoak asko eskertu dio bere lan handia

eta saiatua. **Arrate Pérez, Juan Mari Pérez, Juan Ignacio Aizpurua eta Ramón Leturiondo** ere aritu dira gida lanetan.



Museoak emandako prestakuntzaren ondoren, 38 talderen bisitak gidatu dituzte. Museoaren beraren Memorian adierazten den bezala, 281 lagun izan dira guztira.

Asteartetan sarrera doakoa izanik, 11.00etatik 12.30era Bilduma Iraunkorraren edukiak azaldu zaizkie aurretik hitzartutako taldeei, eta horiekin batera, banakako bisitariak ere sartu ahal izan dira.



Goizetan lehentasuna dute mugikortasun mugatuko taldeek (baina ez dira horiek bakarrik sartzen), Egoitzak, Klubak, Kultura Elkarteak, Irteerak... 204 bisitari izan dira guztira. Arratsaldez, berriz, 77 bisitari izan dira, 18.00etatik 19.30era. Nahi adina asteartez joateko aukera dago, Harrerako doako sarrerarekin, betiere.



2013. urtean zaharberritu zen museoari buruzko iritzia, oro har, hobetu egin da azken urteetan, eta giden azalpenekin bisita asko aberasten dela adierazi dute gehienek. Uztaila, Abuztua eta Irailean ez dago doako bisita gidaturik.

Masifikaziorik egon ez dadin, eta gida prest egoteko helburuarekin, aurretik erreserba egitea gomendatzen du Museoak, 943 48 15 61 telefono zenbakian (asteartetik ostiralera).

Erreserban adierazten da zer partetan egingo den 90 minutuko bisita:

- Beheko solairua: Bertako historia, Sert, Historiaurretik XVIII. mendera Euskal Herrian. Bildumak, Espiritualtasun ikurrak, Arrastoak Memorian. Gida: *Arrate Pérez.*

- Lehenengo solairua: XIX. eta XX. mendeak, modernotasuna, baserri eta landa eremua, Trantsizioa Euskal Herrian. Gida: *Juan Mari Pérez.*



- Industrializazioa Euskal Herrian. Gida: *Juan Ignacio Aizpurua.*

- Lehenengo eta bigarren solairuak: Pintura eta Arte Bilduma, eta Euskal Artearen 100 urte, XIX. eta XX. mendeak. Gida: Ramón Leturiondo.



Nahi duen edonork du bisitari gisa museoa ezagutzeko aukera zein 55 urtetik gorakoentzat San Telmo Museoko Kultura gida izateko aukera.

5.2. EHUko Udako Ikastaroak

Uztailaren 27an, 28an eta 29an, EHUko Udako Ikastaroaren antolamenduaren barruan Adinekoei urtero eskaini ohi zaien ikastaroan parte hartu zuen bazkide talde batek: "*Adinekoen parte hartze plan baten aurrerapenerako estrategiak".* Elkarteak diruz lagundu zuen ikastaro ori.

Antonio Camposek, Helduak Adi elkartearen izenean –elkarte antolatzailea, hain zuzen ere–, ongi etorria eman zien bertara hurbildutakoei, eta ikastaroen zuzendari Carmen Aguadori eman zion hitza. Ikastaroaz gozatzera eta parte hartzera animatu zituen denak, eta hiru egunez entzungo ziren txostenen aurrerapena azaldu zuen.

Hitzaldi asko eta oso interesgarriak izan ziren, eta ona hemen horietako batzuk:

- "*Ongizatearen gizartea Europaren esparruan"*: Jose Ramón Bengoechea
- "*Espainiar sistema, gaur egungo egoera eta alternatibak":* Ignacio Zubiri
- *"Euskadiko Udal Legea"*: Juanjo Alvarez
- "*Zahartze Aktiboaren Azterketa"*: Elena del Barrio (Maite Sanchoren ordez, ezin izan baitzuen joan)
- "*Egoitza Zerbitzuen Kudeaketa"*: Iñaki Roa
- "*Osasunaren prozesua eta EAEko gizarte-osasun eremuaren arreta.*": Felix Zubia

- "*Lagunkoia"*: Eva Salaberria
- "*Parte hartze prozesuaren aurrerapenerako oinarriak"*: Emilio Sola

Gai interesgarri asko landu ziren, eta maila handiko hizlariek jardun zuten; hortaz, aukera zuzena eta interesgarria izan zen, inondik ere, ikastaro horietan parte hartzea.

5.3. Ateak Zabalduz: Errenderiako Udaleko Gizarte Zerbitzuen Saila

Errenteriako Udalak, Gizarte Zerbitzuen sailaren bitartez, 2016ko maiatzaren 17an "Ateak Zabalduz" izeneko programan parte hartzeko gonbita egin zion Helduen Hitza elkarteari. Programa hori urtero antolatzen da, eta maiatzaren 16tik 20ra bitartean izan zen 2016an.



Aipatutako programa Errenteriako Erretirodunen zortzi etxeek antolatu ohi dute. Jarduera ugari prestatu ohi dituzte, eta horien artean mahai inguru bat antolatu zuten; mahai inguru horretan parte hatzeko gonbita egin zioten, hain zuzen ere, Helduen Hitza elkarteri. Izaskun Mendikute Errenterikoa denez, eta ingurua ondo ezagutzen duenez, Mahai Inguruan berak parte hartzea erabaki zen, Errenteriako EPA-HHE, Eibarko Ikasten Elkartea eta Nagusilanekin batera. Izaskunekin batera, Pili Perea lehendakaria izan zen.

Gizarte Gaietarako sailak gonbidatuta Erretirodunen Klubean bazkaldu ondoren, Kolodo Mitxelene Kultura Zentroa bisitatu zuten, eta bertan izan zen Mahai Ingurua. Mahai horretan, Errenteriako adinekoentzako prestatutako jarduera programa azaldu zuten. Hona hemen programa:

"ESPERIENTZIA HAINBAT HISTORIOETAN"

"La experiencia en historias"

Mahai ingurua / Mesa Redonda:

- *Mari Mar Sánchez (moderatzailea)*
- *Juan Carlos Merino (Nagusilan-Errenteria)*
- *Pablo Becerra (Errenteriako EPAko irakasle ohia)*
- *Izaskun Mendikute (Helduen Hitza-Donostia)*
- *Arrate Berasaluce eta Carmen Juez (Ikasten Elkartea- Debabarrena)*

Gure elkarteak programa hau aurkeztu zuen:

- Zer da Helduen Hitza, Sorrera, Kokalekua, Jarduerak eta Helburuak (estatutuak).
- Izaskunen esperientzia pertsonala: Esperientziaren Eskola, hainbat postutan gure elkarteari egindako ekarpena, Helduen Hitza familia osatzearen garrantzia, Errenteriako Xenpelar Arte Plastikoen Tailerretan (Patchwork) izandako esperientzia eta aberastasun pertsonalaren garrantzia eta harremanak Helduen Hitzan.

Merkatuzar Errenteria

ANTOLATZAILEAK **Organizan** Errenteriako
Erretiratuen Udal Elkarteak

Clubes de Jubilados Municipales de Errenteria

IV. ATEAK ZABALDUZ

Maiatzak Mayo
LAGUNKIDE-ACOGE taldeak

Errenteriako Udaleko Gizarte Zerbitzuak azpisaila

Subárea de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Errenteria

5.4. Elikagaien Bankua

Aurreko urteetan bezala, eta Tomás Errasti bazkideak koordinatuta, Gipuzkoako Elikagaien Bankuak Gabonetarako *Elikagaien Bilketa Handian* laguntzeko beren burua eskaini zuten pertsonen borondatezko zerbitzua antolatu zen. Aurten azaroaren 25ean eta 26an izan zen bilketa hori, hau da, ostiral eta larunbatez. 2016. urtean alderdi berritzaile bat izan zen, hain zuen ere, donazioak janari bonoen bitartez egiteko aukera. “Era horretara, ez dugu ehunka kilo elikagai bildu behar eta batetik bestera fisikoki eraman behar” azaldu zuen José Manuel Pineda lehendakariak.

Era horretako kanpainak izan dira elikagai ez galkorren sarrera nagusia **Elikagai Bankuan**. Erosketak egitera doazen bezeroei gure poltsak ematen dizkiegu, eta lagundu nahi dutenek, irteeran itzuli egiten digute poltsa, egoki irizten dioten produktuez beteta.

Zenbait zentrok guk adierazten ditugun produktuen hautaketa bat erakutsi ohi dute, bezeroentzat errazagoa izan dadin, baina, funtsean, produktu ez galkorrak izaten dira: **olioa, azukrea, lekaleak, pasta, arroza, kontserbak, etab.**









Urte garai horretan ohikoa denez, Helduen Hitzako bazkideok baietz erantzun genion jarduera horren arduradun den Tomásen deiari, eta modu ordenatuan banatuta, zegokion lekura joan ginen, elikagaiak bildu eta kutxa handietan behar bezala ordenatzeko. Hunkigarria da, benetan, ikustea bezeroek nola erantzuten dioten gure eskaintzari, eta nola itzultzen zituzten elikagaiez eta maitasunez “beteta” guk “hutsik” emandako poltsak. Argi dago bilketa honetan jasotzen duenak ez ezik ematen duenak ere ateratzen duela onura.

Elikagaien Bankuak adierazten du urtero hausten dituela errekorrak. Seguru gaude 2017. urtean ere Helduen Hitzako bazkideek ilusio berarekin lagunduko diogula Elikagaien Bankuari, aurreko urteetan egin bezala.

2011. urtea	**42.000 kg**
2012. urtea	**104.388 kg**
2013ko Bilketa Handia	**350.000 kg**
2014ko Bilketa Handia	**575.000 kg**
2015eko Bilketa Handia	**638.155 kg**

Eskerrak, Helduen Hitzaren izenean, elkarteari laguntza emateko aukera ematen dion pertsonari, gure denbora kausa zintzo horren alde emateak asko asetzen baitigu.

6.- "HELDUEN HITZA" WEBGUNEA

Gauza jakina da gure elkarteak denbora daramala ezaugarri jakin batzuk bilduko dituen webgune baten atzetik. Hain zuzen ere, *elkartearentzat berarentzat eta webgunearen bitartez guregana hurbiltzen direnentzat funtzionala izango den webgune baten atzetik*. Orain arte egindako ahaleginek ez zuten nahi genuen etekinik eman.

Eta horregatik pentsatu genuen berriro saiatu behar genuela, eta oraingo honetan behin betiko izan behar zuela. 2016. urtearen hasieran egin ziren lehenengo urratsak gai horri erantzuteko prozesuan, baina gauza batengatik edo besteagatik, ezin izan ziren gauzatu. 2016-17 ikasturtearen hasieran, lehendakariak Zuzendaritza Batzordearen mahai gainean jarri zuen gaia, eta aurrerantzean webguneaz Pili Perea lehendakaria eta Meri Sánchez idazkaria arduratzea erabaki zen, aurreko arduradunak ez baitzeuden Batzordean; kasu batean Batzorde horretan baja aurkeztu zuelako eta beste kasuan ebakuntza baten ondorengo baja hartu behar izan zuelako. Lehenengo urrats gisa, webgune batek eduki behar dituen ezaugarriei buruzko "*ideien ekaitza edo ideia jasa"* teknikaren bitarteko erantzuna eskatu zitzaien Batzordeko kideei: "*Zertarako nahi dugu edo behar dugu webgune bat Helduen Hitzan?"* Lortutako ideia ordenatuen bitartez emaitza oso aberatsa lortzen da. Hau izan zen laburpena:

ZERTARAKO NAHI DUGU EDO BEHAR DUGU WEBGUNE BAT HELDUEN HITZAN?

1.- Geure burua ezagutzera emateko Elkartearen barruan zein kanpoan:

- Nor gara,
- Non gaude,
- Zer egiten dugu,
- Zertarako egiten dugu,
- Elkarteari eta bertako jarduerari buruzko ezagutza partekatzeko
- ...

2.- Gure Elkartearen Egitura eta Antolamendua ezagutzera emateko.

- Elkartearen Estatutuak,
- Bazkideen Batzarra, Zuzendaritza Batzordea, Lan Batzordeak...
- Jardueretarako Lan Batzordean oinarritutako funtzionamendua,

- ...

3.- Elkartearen jarduerari buruzko informazioa eman eta jasotzeko:

- Elkartearen egunerokoa: Jardueren egutegia
- Bestelako jarduera batzuen egutegia
- Lan Batzordeei buruzko informazioa
- ...

4.- Komunikazioa eraginkorra eta eguneratua izan dadin:

- Bi noranzkoko komunikazioa: Zuzendaritza ➔ Bazkideak ➔ Batzordea
- Bi noranzkoko komunikazioa: Batzordeak ➔ Bazkideak ➔ Batzordeak
- Bi noranzkoko komunikazioa: Idazkaritza ➔ Bazkideak ➔ Idazkaritza
- ...

5.- Helduen Hitzako Informazio Agiriak eskura jartzeko: *Elkartearen Estatutuak, "Helduen Hitza" Aldizkaria, Urteko Memoria, Irteerak...*

6.- Iradokizunak biltzeko eta aztertzeko, bazkideen hobekuntzarako proposamenak…

7.- Bestelakoak: sarrera orrialdea erakargarria, webgunea eguneratua, liburuen, filmen gomendioekin, kanpoko hitzaldiak…

Agiri hori USB enpresako Lurri bidali zitzaion, enpresa hori baitzen webgunea egin zuena, gai informatikoak lantzen baititu. Enpresara geroago egindako bisitan jakinarazi ziguten, agiri hura ikusita, enpresak argi zuela zer eskatzen genion. Eta horregatik, eta enpresa-elkartea bileren ondoren, hainbat urrats eta hitzarmen lortzen joan dira, webgunea osatzeko. Gaur egun Juan Ignazio Aizpurua sartu da taldean, webgunearen jarraipena egiteko.

Une honetan, Webgunea osatzen ari dira: azala, logoa, ezaugarriak, atalak, koloreak, edukiak-oinarria… Itxaropena dugu 2017. urteko apirilaren hasierarako, ez bada eragozpenik sortzen, gure bazkideek webgune ikusteko aukera izango dutela, eta bertan elkartearen eguneroko jardueren berri, jardueretan, ikastaroetan izena emateko aukera...

Hona hemen gure webgunearen lehenengo zirriborro-planoa...

helduen hitza
la voz de los mayores

Inicio Actividades Noticias Inscripciones Contacto



Presentación



Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

¿Quiénes somos?



Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

Asociate



Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

Próximas Actividades

10 de Enero 2017, 12:30
Titulo de la visita
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

10 de Enero 2017, 12:30
Titulo de la visita
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

10 de Enero 2017, 12:30
Titulo de la visita
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

10 de Enero 2017, 12:30
Titulo de la visita
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

Calendario

Enero 2017

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Inscripciones

Últimas noticias

10 de Enero 2017



Titulo de la visita
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

10 de Enero 2017



Titulo de la visita
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

10 de Enero 2017



Titulo de la visita
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

10 de Enero 2017



Titulo de la visita
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nunc consequat tincidunt turpis, eu ornare lectus vehicula ac. Suspendisse ac feugiat nibh, vitae varius leo.

Helduen Hitza

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nullam tincidunt odio velit, a lobortis felis efficitur eu. In feugiat mollis dolor id tincidunt. Nulla ut commodo diam. Aenean at arcu laoreet nisi tempor iaculis.

Actividades

Título actividad (10 Enero)
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Título actividad (10 Enero)
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Título actividad (10 Enero)
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Título actividad (10 Enero)
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Noticias

Título noticia (10 Enero)
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Título noticia (10 Enero)
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Título noticia (10 Enero)
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Título noticia (10 Enero)
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

7. ONDORIOAK

- Berriro ere esan behar dugu Helduen Hitza hazten ari dela, nahiz eta bazkide kopuruari begiratuta ez duen hala ematen. Horrek, edonola ere, badu azalpena: Datu Basean garbiketa egin da, eta hainbat arrazoirengatik gure jardueratan jadanik parte hartzen ez duten pertsonak kendu dira bertatik.

- Jarduerei dagokionez, aurreko urteko guztiak jarri dira martxan, *ingelesa* jarduera izan ezik, ez baitzituen behar adina parte hartzaile. Lehenengo aldiz eskaini den *Narrazio Tekniken Tailerrak* ere ez du eskaera nahikorik eduki.

- Aitzitik, *Literatura Lehiaketa* egin ahal izan da, nahiz eta gaztelaniazko bertsioan baino ez izan, ez baita euskarazkorik batere aurkeztu.

- *Musika eta Kantu Tailerra* eta *Antzerki Tailerra* sendotzen ari dira, eta garrantzizko eragilea bihurtu dira Elkartearentzat, ikasturte amaierako eta Gabonetako jardueren oinarri nagusia baitira.

- Hain zuzen ere, 2015-16ko ikasturtearen amaieran zein 2016-17ko Gabonetan, hainbat lekutan ikusi ahal izan genituen talde horien emanaldiak (Topaleku, Kultur Etxeak, San Ignazio Elizako aretoa). Zorionak!

- *Euskara eskolak,* elkarteko irakasleak eta ikasleak, zailtasun egoeran daude, arazoak sortu baitira taldeetako batentzat irakaslea aurkitzeko. Espero dugu datorren ikasturterako konpondu egingo dela.

- *"Ibilaldi osasungarriak"* jarduera sendotzen joan da denboraren joanean; nabarmen igo da parte hartzaileen kopurua, eta baita irteeren maiztasuna ere, asteko bi irteera egiten dira (astelehen eta ostiralak), parte hartzaile desberdinekin.

- *Aisia-kultura irteerak* jarduerak krisialdi txiki bat izan du, ezin izan baitzen ikasturte amaierako irteera egin, baina, gerora, ikasturte berriaren hasieran, berreskuratu egin da erritmoa.

- *San Telmo Museoarekin lankidetza* jarduera ere sendotu egin da: lau bazkidek astero, asteartetan, gida lanak egiten dituzte adinekoentzako doako bisitetan.

- Dagoeneko sendotasuna duten gainerako jarduerek ere eutsi egin diote edo parte hartzaile kopurua handitu dute: *Hitzaldiak, Mendi ibiliak, Osteguneta*ko

Forua, "Helduen Hitza Berriak" Aldizkari buletina, Hitzaldiak-Tertulia euskaraz eta *Literatura Tertulia.*

- Jarduerak antolatzeko eta aurrera eramateko Lan Batzordeek oso ondo funtzionatu dute. Emaitzak nabarmenak dira, Memoria honetan ikusten denez.

- Eutsi egin diogu Udalarekin dugun harremanari, dagokion atalean egiaztatu daitekeen bezala: lan proiektua, Lagunkoia europar programa, *Gizarte Ekintza eta Mugikortasuna* Kontseilu Sektorialean parte hartzea, +55 programa… Harreman hori sendotzen ari da, ikus daitekeenez, "aintzakotzat hartzen gaituzte", guk haiek ere bai.

- DonostiaSS2016 Hiriburutzaren gaian izan den lankidetza ezin dugu oso positibotzat hartu. Bazkideek pertsona modura parte hartu badute ere, ez gara Elkarte gisa egon.

- 2016. urtean, Helduen Hitzaren WEBGUNE interaktibo eta funtzionala diseinatu eta prestatu da. Laster izango da martxan webgune berria.

- Ondorio orokor gisa: 2016. urtea urte ona izan da Helduen Hitza elkartearentzat. 2017. urtea are positiboagoa izatea espero dugu.

- Elkartearen mantentze lanetan laguntzeko eta parte hartzeko bazkide guztiek prest agertuko zaretela espero dugu.

8.- ETORKIZUNEKO ERRONKAK

- Uste osoa dugu zuzena dela gaur egungo ildoa, nahiz eta, esan ohi dugun bezala, hainbat alderdi dauden hobetu beharrekoak, memorian zehar adierazten dugun bezala. Ahalegina egingo dugu hori horrela izan dadin.

- Elkarbizitza osasuntsua da, gure ustez, lehenengo erronka. Horretarako, Elkartearen jarduera orok Printzipio eta Balio hauei jarraitu behar die: *Duintasuna-Errespetua, Autonomia, Parte hartzea, Solidaritatea* eta *Erantzukidetasuna*.

- 2016. urtean zehar ahalegina egin genuen kontakizun laburrak idazteko tekniken lanketarako eremu bat sortzen. Hala ere, tailerrak ez du behar adinako onespenik izan, eta horregatik utzi dugu. Betetzat jo dugu gure konpromisoa.

- 2016an Literatura Lehiaketa egin nahi genuen, eta azkenean lortu genuen. 2017. urtean ere ospatu ahal izatea izango da gure erronka.

- Urtero bezala, gure hiriko Udalarekin lankidetzan jarraitu nahi dugu. Lankidetza hori ***Donostia-LAGUNKOIA / Donostia-AMIGABLE*** europar programan oinarritzen da. Lagunkoia adinekoekin eta Lagunkoia herritar guztiekin: denon artean.

- Iaz bezala, ***"Aurrera egitea, astiro baina seguru"*** hori da gure ERRONKA.

9.- ESKERTZAK

- Gure bazkideei gogotsu parte hartzen dutelako Elkarteak antolatzen dituen jardueretan.

- Lan Batzordeetako arduradunei eta kideei, horiei esker antolatzen eta gauzatzen direlako elkartearen jarduerak.

- Zuzendaritza Batzordeko kideei, beren lan isilari esker Helduen Hitzak aurrera jarraitu eta funtzionatzen duelako.

- *Mertxe Berasain* gure "ordezko idazkariari", Topalekuko bulegoan egiten duen lan isil eta ezkutukoagatik, izan ere, lan horri esker Helduen Hitzak aurrera jarraitzen du eta bazkide berriak elkartean integratzen dira.

- Lan txikiak egiten dituztenei, lan handiak bezain beharrezkoak baitira.

- Beren ahalegina, denbora eta ilusioa eskaintzen dutenei, gure hizkuntza, euskara, ikasi nahi dutenek laguntza izan dezaten beren ikaskuntza prozesuan. Eskerrik asko irakasle guztiei.

- Gure hiriko Udal "LAGUNKOIA"ri, lokalak uzten dizkigulako gure Elkartearen kudeaketarako eta gure jardueratako batzuk egiteko.

- Eskerrak, halaber, gure Udalari, laguntza, aholkuak, diru laguntzak... ematen dizkigulako. Eta kontuan hartzen gaituelako eta laguntza eskatzen digulako programa lagunkoietan. Eskerrak, azken batean, gure alde dagoelako.

- *Jose Mari Albisuri,* modu positiboan, isilean eta pazientzia handiarekin konpontzen dituelako gure premiak, beti egin duen bezala. Bere irribarrearekin, gure jarduerek tarte egokiak izan ditzaten lortzen duelako eta behar diren baliabide guztiak bilatzen dituelako. Mila esker, Jose Mari.

- Eskerrak Topalekuko langile guztiei, gurekin duten tratuagatik.
- Eskerrak +55eko Mariari, bere aholkularitza eta laguntzagatik. Baita bere laguntza isil baina aktiboagatik ere.
- Eskerrak gure hiriko Kultur Etxeei (Okendo, Ernest Lluch, Aiete eta Lugaritz) beren lokalak erabiltzen uzten digutelako eta hurbileko arreta eskaintzen digutelako horren beharra dugunean jarduerak aurrera eramateko.
- Eta norbait aipatu gabe gelditu bada, eskerrak denei, Helduen Hitzaren jarduera denon lanari esker baita posible.