INDICE DE LA MEMORIA 2018

1. INTRODUCCIÓN

1.1. ¿Qué es Helduen Hitza?_____ 3

1.2. ¿Cuál es nuestro fundamento y qué objetivos pretendemos? _____ 5

1.3. ¿Cómo nos organizamos y funcionamos para conseguirlo? _____ 5

1.3.1. La Asamblea de Socios y Socias _____ 5

1.3.2. La Junta Directiva_____ 5

1.3.3. Las Comisiones de Trabajo_____ 7

2. ACTIVIDADES REALIZADAS EN 2018

2. 1. Formación permanente:charlas-conferencias _____ 7

2. 2. Conferencias en euskera _____ 13

2. 3. Aprendizaje del euskera_____ 15

2. 4. Senderismo _____ 17

2. 5. Ibilaldiak –Paseos saludables_____ 26

2. 6. Tertulias literarias _____ 27

2. 7. Foro de los jueves_____ 28

2. 8. Salidas culturales_____ 30

2. 9. Taller de Música y Canto_____ 37

2.10. Taller de Teatro _____ 38

2.11. Revista Helduen Hitza – Berriak_____ 39

2.12. La página web _____ 40

2.13. VI Certamen Literario _____ 41

2.14. Taller de fotografía con móvil _____ 43

3. BALANCE ECONÓMICO – INGRESOS Y GASTOS EN 2018

3.1. Estado de cuentas-Ingresos y Gastos_____ 44

3.2. Justificación de partidas _____ 45

4. OTRAS ACTIVIDADES

4.1. Celebración del XV Aniversario _____ 46

4.2. Fin de Curso 2017-18 _____ 47

4.3. Apertura del curso 2018-19_____ 48

5. RELACIÓN CON EL AYUNTAMIENTO

5.1. Consejo sectorial : Acción Social_____ 48

6. RELACIÓN CON LA DIPUTACION

6.1. Estrategia Adinberri-envejecimiento activo y saludable_____ 49

6.2. Consejo de Mayores de Donostialdea_____ 50

7. COLABORACIÓN CON INSTITUCIONES Y ORGANIZACIONES

7.1. Relación con otras asociaciones de mayores de Gipuzkoa ___ 50

7.2. Nuestros guías en el Museo San Telmo _____ 51

7.3. Cursos de Verano de la UPV _____ 52

7.4. Voluntariado _____ 53

8. CONCLUSIONES _____ 54

9. AGRADECIMIENTOS _____ 55

1. INTRODUCCIÓN

Desde el recién estrenado 2019, queremos poner nuestra mirada en lo realizado en 2018 para hacer la memoria anual. Un año especial pues hemos llegado a los primeros 15 años de la asociación. Como sabéis, se fundó un 21 de marzo de 2003. Por un grupo de personas inicialmente 5 y seguidamente hasta 38 que iniciaron esta aventura tan bonita e interesante

Y lo hacemos desde el intento de reflexión y análisis que nos es habitual, preguntándonos: *¿qué hemos hecho?, ¿por qué lo hemos hecho?, ¿cómo lo hemos hecho?,* pero también con la mirada puesta en el valor que nos ha aportado a las personas mayores asociadas en Helduen Hitza.

Así que empecemos nuestra reflexión y evaluación anual. Empecemos también a aportar información para quienes se acercan a nosotros. Y empecemos también por sintetizar qué es Helduen Hitza, en qué nos basamos para nuestra práctica y cómo nos organizamos y funcionamos.

1.1. ¿Qué es, quiénes y cuántos somos Helduen Hitza?

Helduen Hitza es una asociación sin ánimo de lucro para personas mayores de 55 años. Fue creada en el año 2003 por 38 personas procedentes de la Escuela de la Experiencia de la Fundación Matía. Actualmente hemos rebasado las 510 personas.

Estos hombres y mujeres que formaban parte de una nueva generación de personas mayores, a la finalización anual del curso de la escuela de la experiencia, ven y sienten la necesidad de continuar participando y ampliando un proceso de APRENDIZAJE PERMANENTE A LO LARGO DE LA VIDA que nos proporcione un mayor y mejor envejecimiento, activo, saludable, cultural y participativo en nuestra sociedad, con el objetivo de mejorar los conocimientos, las competencias y las actitudes con perspectivas personal, cívica y social.

Queremos trabajar y trabajamos para conseguir que el colectivo de personas mayores tengamos una mayor presencia activa en la sociedad que vivimos, en nuestras propias asociaciones con las que nosotros mismos nos hemos dotado y seamos agentes de colaboración, de fomento y desarrollo de aquellos valores que deben presidir nuestras actuaciones. En definitiva para que podamos contribuir a crear una sociedad más humana, más justa, menos excluyente y más participativa. Vaya nuestro agradecimiento a quienes siguen y también a quienes no siguen entre nosotros.

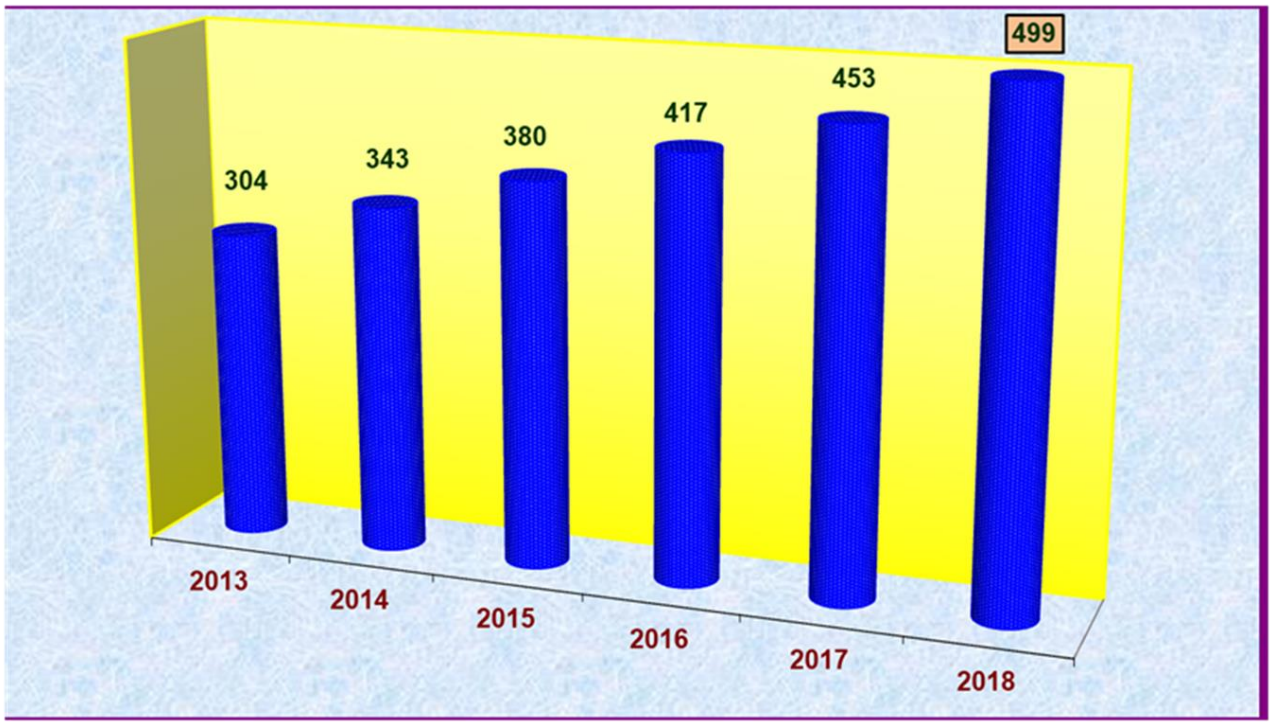
Según consta en los Estatutos: ***"Los fines de la Asociación recogidos en sus propios Estatutos son abordar y llevar a buen fin aquellas iniciativas que tiendan a promover con carácter general, el mejor desarrollo de las capacidades individuales***

y de grupo de las personas mayores, evitando la marginación y propiciando su participación social y, consecuentemente, revalorizando su papel en la sociedad".

Ya entonces se apostó por las siguientes actividades para lograr dichos fines: *Formación Permanente, Aprendizaje del Euskera, Foro de los Jueves, Voluntariado, Senderismo, Salidas Culturales, Revista HH-Berriak y Tertulias Literarias.* En estos momentos existen además las siguientes actividades: *Conferencias en Euskera, Ibilaldiak, Taller de Música y Canto, Taller de Teatro, Certamen Literario y este curso un Taller de fotografía con móvil.* Además de estas actividades que se realizan de una forma programada y sistemática, existen algunas otras que se realizan puntualmente y que se describirán en esta Memoria Anual.

Y cuántos somos .

Mostramos en el gráfico nuestra evolución en cuanto a número de soci@s



Está claro que es un crecimiento continuo y prolongado en los últimos 7 años, fruto del bien-hacer de la asociación, que demuestra su atractivo, por cuanto las diferentes actividades son valoradas positivamente por el colectivo de mayores de 55 años como alternativa válida y saludable para su envejecimiento.

Este crecimiento nos puede traer a corto plazo otros problemas (espacio en locales, complejidad de la gestión), que habrán de ser estudiados para plantear alternativas y soluciones a los problemas que se susciten.

1.2. ¿Cuál es nuestro fundamento y qué objetivos pretendemos?

En lo que a Helduen Hitza compete, potenciamos y practicamos el *Envejecimiento Activo*, hemos trabajado y queremos seguir trabajando en los valores de la Asociación, valores del envejecimiento activo. Queremos y apostamos por una Helduen Hitza que promueve y lleva a la práctica en todo lo posible, junto y con la ayuda de las instituciones responsables, un envejecimiento ACTIVO, DIGNO, AUTÓNOMO, PARTICIPATIVO y SOLIDARIO.

Para conseguirlo diseñamos, organizamos, proponemos y realizamos actividades que potencien los valores enunciados, en torno a estos tres ejes:

- Desarrollo **EMOCIONAL** SALUDABLE
- Desarrollo **MENTAL** SALUDABLE
- Desarrollo **FÍSICO** SALUDABLE

1.3. Cómo nos organizamos y funcionamos para conseguirlo?

Los Órganos de funcionamiento para conseguir nuestros objetivos como Asociación son:

- La Asamblea de Socias y Socios.
- La Junta Directiva.
- Las Comisiones de Trabajo.

1.3.1. La Asamblea de Socios y Socias es, según los Estatutos, *el Órgano Supremo de la Asociación y está formada por la totalidad de socias y socios, siendo el órgano de expresión de la voluntad de las personas asociadas*. Como ya se ha dicho, en el momento en que se redacta este documento, somos 513. Este número varía día a día. De esta forma también varía el número de personas asociadas participantes en las diferentes actividades.

1.3.2. La Junta Directiva es, según los Estatutos, *el órgano de representación que gestiona y representa los intereses de la Asociación, de acuerdo con las disposiciones y directivas de la Asamblea General.*

La Junta Directiva actual está constituida, según los Estatutos, por diez miembros: Presidente, Vicepresidente, Tesorero, Secretaria y seis vocales que son los responsables de las Comisiones de trabajo que programan, llevan a la práctica y evalúan las diferentes actividades de la Asociación. El hecho de que las y los responsables de las Comisiones de trabajo sean los y las vocales de la Junta Directiva nos posibilita una mejor coordinación y evaluación.

En la Asamblea Extraordinaria, celebrada el día 3 del pasado mes de octubre cesaron por razones personales y haber cumplido su mandato, los siguientes miembros:

- Tesorero: *Jesús Mª Goienetxe Bilbao*
- Vocal: *Maria Victoria Osoro León*

  Y fueron sustituidos por los candidatos para:
- Tesorero: *Juan Maria Gonzalez Garmendia*
- Vocal-Salidas culturales: *Maria Jesús Leria Urdanoz*

  Que a su vez vez fueron nombrados por la Asamblea por unanimidad.

Por lo que la Junta Directiva actual quedó constituida por los y las siguientes miembros:

- PRESIDENTE: *Juan Ignacio Aizpurua Arrizabalaga*
- VICEPRESIDENTE: *Luis Felipe Hernandez*
- TESORERO: *Juan Maria Gonzalez Garmendia*
- SECRETARIA: *Palmira Marinas Álvarez*
- VOCAL Respons. de Formación Permanente: *José Luis Sansinenea*
- VOCAL Respons. Comunicación (Revista-Web*): Andrés Acosta*
- VOCAL Respons. de Otras actividades: *Joaquin Mendia Alcain*
- VOCAL Respons. de Salidas Culturales: *Maria Jesús Leria Urdanoz*
- VOCAL Respons. de Euskera: *Eva Esnal Irizar*
- VOCAL Respons. de Senderismo: *Anttón Arruti Iza*



La Junta Directiva se reúne habitualmente una vez al mes.

1.3.3. Las Comisiones de Trabajo están integradas por un número máximo de 10 miembros y se reúnen según sus necesidades. Aquellas cuyos responsables son vocales en la Junta Directiva gestionan actividades que reúnen a más personas asociadas y/o que manejan presupuestos más elevados para su realización. Su trabajo es variado pero, por lo general, consiste en programar, gestionar, evaluar, contratar ponentes externos, coordinarse con el tesorero para los pagos si los hubiera... y, sobre todo, mediante los y las Vocales Responsables de la Actividad o Actividades, servir de puente para la información y la coordinación con la Junta Directiva.

Las Comisiones que actualmente tienen a su responsable en la Junta Directiva son: Euskera, Senderismo, Formación permanente, Salidas Culturales, Revista – Berriak y Web de HH y Otras Actividades: El vocal responsable de las llamadas *Otras Actividades (*Foro de los Jueves, Tertulia Literaria, Taller de Música y Canto, Taller de Teatro e Ibilaldiak-Paseos saludables), representa en la Junta Directiva a las comisiones de estas otras actividades.

2. ACTIVIDADES REALIZADAS EN 2018

2.1. Formación permanente: Charlas-Conferencias

Responsable: Jose Luis Sansinenea

Componentes: Mari Carmen Zarate, Begoña Maneiro, Juan Mari Pérez, Juan Luis Pérez Mateo, Isabel Agirre.

Durante el pasado año 2018 se han desarrollado, como en años anteriores, diversas conferencias dentro del objetivo de intentar proponer formación variada y amena a nuestros socios.

Las charlas se imparten en dos salas: en Topaleku y en la Casa de Cultura de Okendo al igual que el año pasado, excepción hecha de 6 charlas que debieron celebrarse en la iglesia de San Ignacio por un pequeño incendio ocurrido en Okendo

En el último trimestre del año se ha cambiado el sistema de recogida de las encuestas de valoración de los ponentes y de los temas. En vez de recoger al final del trimestre se recogen al final de cada mes y ello ha redundado en una mayor participación de los asistentes en la realización de este trabajo que estimamos francamente necesario.

Una vez más el año se ha caracterizado por la más absoluta variedad de temas y ponentes y por el intento de atraer a nuestros foros a ponentes nuevos además de los habituales. Por citar algunos ponentes nuevos que han intervenido en este año 2018 podríamos señalar a Harkaitz Cano, Juan Antonio Alduncin, Josu Etxezarraga, Hugo García, Isabel Mellen, Mertxe Urteaga, Koldo Aulestia, Ana Sanchez Lassa, Luis Martinez Artola, Ion Arrieta, Alberto Apodaca, Carlos Yuste, Veronica Pazos, Lola Orcajo, Jesús Lizarraga, Adolfo Uriarte, Ramón Prieto, Iñaki Egaña, etc. Pretendemos seguir en la línea de atraer nuevos ponentes.

Datos de evaluación del 4º. Trimestre del año 2018 (1º Trimestre del curso 2018-2019)

Total de inscripciones en el curso 2018/19: 243 Personas

Con una asistencia en el 4º Trimestre 2018 de 2.653 personas, es decir, un promedio de 140 personas/día, lo que supone un 57,46% de los inscrit@s

Encuestas de valoración recogidas: 81. En C.C. Okendo 48 y en Topalekua 33.

La valoración media de los **ponentes** ha sido 7,73 sobre 10 con una puntuación máxima de 9,07 y una mínima de 4,95
La valoración media del **tema** ha sido 7,88 sobre 10 con una puntuación máxima de 8,73 y una mínima de 6,11.

La programación de las conferencias a lo largo del año (calendario de Okendo) ha sido como sigue:

PROGRAMACIÓN 1er. TRIMESTRE 2018

FECHA DATA	**TEMAS/GAIAK**	**PONENTES/HIZLARIAK**	
9-1-18	**CONJUNTA. ESPAÑA: UN ESTADO PLURINACIONAL ?**	**Asier Blas**	**Doctor en ciencias políticas y administrativas**
10-1-18	**CINE Y LITERATURA: ACORDES Y DESACUERDOS**	**Harkaitz Cano**	**Licenciado en Ciencias Políticas**
16-1-18	**IGNACIO DE LOIOLA, RENACENTISTA O MEDIEVAL COMO FUNDADOR DE LA COMPAÑÍA DE JESÚS**	**Jose Luis Orella**	**Catedrático de Historia Medieval**
17-1-18	**IGNACIO DE LOIOLA, HOMBRE DE SU TIEMPO CONTRARREFORMISTA**	**Jose Luis Orella**	**Catedrático de Historia Medieval**
23-1-18	**RETOS DEL ENVEJECIMIENTO**	**Carlos Calderón**	**Doctor en Medicina y Licenciado en Sociología**
24/30-1-18	**EL LIBRE ALBEDRIO**	**Jesús Arizabaleta**	**Profesor de Filosofía**
31-1-18	**EVOLUCIÓN DEL UNIVERSO**	**Juan Antonio Alduncin**	**Miembro de Soc.Aranzadi, depto.Astronomía**

6/7-2-18	**VISIONES FUTURISTAS: PENSAR Y ACTUAR AHORA CON SENTIDO PRÁCTICO PARA UN FUTURO DESEABLE**	**Nicanor Ursua**	**Catedrático de Filosofía**
13/14-2-18	**LA EVOLUCIÓN POLÍTICA DE LAS TIERRAS VASCAS EN LA EDAD MEDIA**	**Josu Etxezarraga Ortuondo**	**Doctor en Historia por la Universidad del País Vasco**
20-2-18	**EL ARTE ROMANICO EN EL PAÍS VASCO**	**Hugo García**	**Licenciado en Historia del Arte**
21-2-18	**EL ARTE GOTICO EN EL PAÍS VASCO**	**Isabel Mellén**	**Licenciada en Filosofía y graduada en Historia del Arte**
27-2-18	**EL NACIMIENTO DE LAS VILLAS VASCAS**	**Mertxe Urteaga**	**Doctora en Arqueología**
28-2-18	**LA GUERRA DE BANDOS EN EL PAIS VASCO DURANTE LA BAJA EDAD MEDIA**	**Josu Etxezarraga Ortuondo**	**Doctor en Historia por la Universidad del País Vasco**
6-3-18	**POTOSÍ**	**Ander Izagirre**	**Periodista y escritor**
7-3-18	**RITOS FUNERARIOS EN EL PAIS VASCO**	**Iñaki Olaizola**	**Dr. en Antropología Social**
13-3-18	**CONVIVIR CON EL ALZHEIMER**	**Koldo Aulestia**	**Presidente de la Asociación de Familiares de Personas con Alzheimer (AFAGI)**
14-3-18	**CONJUNTA. VIENTRES DE ALQUILER, MUJERES PARA DESEOS. ¿Y LOS DERECHOS PARA LAS MUJERES?**	**Garbiñe Biurrun**	**Presidenta de la Sala de lo Social del Tribunal Superior de Justicia del País Vasco**
20-3-18	**LOS MICROBIOS QUE HABITAN ENTRE NOSOTROS**	**Unai Ugalde**	**Dr. en Bioquímica y Biología**



PROGRAMACIÓN 2º TRIMESTRE CURSO 2018

FECHA DATA	TEMAS/GAIAK	PONENTES/HIZLARIAK	
10-4-18	**CONJUNTA. LA RENTA BÁSICA UNIVERSAL**	**José Ramón Mariño**	**Economista**
11-4-18	**EMILIA PARDO BAZAN. UNA MUJER INOPORTUNA EN PLENOS SIGLO XIX**	**Ana Merino**	**Licenciada en Filología Hispánica**
17/18-4-18	**GOYA. PINTOR DE LA MODERNIDAD**	**Ana Sanchez Lassa**	**Historiadora de Arte. Conservadora del Museo de Bellas Artes de Bilbao**
24-4-18	**BUCEO CON ESCAFANDRA**	**Luis Martinez Artola**	**Instructor de buceo**
25-4-18	**EL DOLOR DESDE UNA PERSPECTIVA NEUROBIOLÓGICA**	**Adolfo López de Muniain**	**Médico neurólogo**
2-5-18	**CONTAMINACION ACUSTICA Y DEL AIRE**	**Jose Antonio Meoqui / Carlos Pérez Olózaga**	**Químicos**
8-5-18	**CURIOSIDAD HUMANA Y ALEGRÍA DE VIVIR**	**Jexux Mari Mujika**	**Lcdo. en Filosofía y en Geografía e Historia**

9-5-18	**LA HIDALGUIA UNIVERSAL DE LOS VASCOS**	**Ion Arrieta Alberdi**	**Historiador, jurista y catedrático de la UPV**
15-5-18	**VIVALDI Y SU EPOCA: EL BARROCO MUSICAL EN LA VENECIA DEL SIGLO XVIII**	**Sergio Pedrouso**	**Director musical**
16-5-18	**CONJUNTA. PABLO SOROZABAL, VIDA Y OBRA**	**Carlos Benito**	**Médico**

PROGRAMACIÓN 4º. TRIMESTRE CURSO 2018

FECHA DATA	**TEMAS/GAIAK**	**PONENTES/HIZLARIAK**	
9-10-18	**CONJUNTA. JUSTICIA Y UNIÓN EUROPEA: ENTRE LUXEMBURGO Y ESTRASBURGO**	**Juanjo Alvarez**	**Catedrático Derecho internacional privado**
10-10-18	**VISIONES FUTURISTAS: PENSAR Y ACTUAR AHORA CON SENTIDO PRACTICO PARA UN FUTURO DESEABLE (2ª PARTE)**	**Nicanor Ursúa**	**Catedrático de Filosofía**
16/17-10-18	**PALABRAS CLAVE EN EL ARTE DE NARRAR**	**Luisa Etxenike**	**Escritora**
23/24-10-18	**EL TRIBUNAL DE LA INQUISICION**	**Mikel Aramendi**	**Filólogo y comentarista político**
30-10-18	**EL CAMBIO CLIMATICO EN NUESTRA COSTA: HAY QUE ECHARSE AL MONTE ?**	**Adolfo Uriarte**	**Geólogo y Doctor en Oceanografía**
31-10-18	**100 AÑOS DE LA REVOLUCION RUSA**	**Carlos Yuste**	**Llicenciado en historia**
6-11-18	**AGIFES, UN ACERCAMIENTO A LA SALUD MENTAL**	**Veronica Pazos**	**Trabajadora social y responsable de Agifes**
7-11-18	**COMPONENTE EMOCIONAL DEL CANCER**	**Juan Sanchez Vallejo**	**Médico psiquiatra**

13/14-11-18	**SIGLO XVII: INICIO Y DESARROLLO DE LA OPERA EN EUROPA**	**Marina Lertxundi**	**Licenciada en música y Directora de la Escuela Municipal de Música de Zarautz.**
20-11-18	**LA MUSICA EN EL CEREBRO**	**Jose Felix Martí Massó**	**Médico neurólogo y Catedrático de Neurología de la UPV**
21-11-18	**JUAN SEBASTIAN ELKANO, UN HOMBRE EXTRAORDINARIO**	**Alberto Apodaca**	**Historiador-escritor de ensayo y novela histórica**
27-11-18	**LOS PALACIOS DE MIRAMAR Y AIETE, VALIOSO PATRIMONIO DONOSTIARRA**	**Lola Horcajo**	**Licenciada en Geografía e Historia por la Univ. Deusto**
28-11-18	**MEDICINA TRADICIONAL DE CHINA Y JAPON**	**Susanne Pfeifer**	**Licenciada en medicina convencional y naturista. Acupuntora**
4-12-18	**LA IMPORTANCIA DE LOS COMPLEMENTOS FONETICOS EN LA ESCRITURA JEROGLIFICA EGIPCIA**	**Carlos Almorza**	**Doctor en Historia e investigador de Aranzadi**
5-12-18	**BANDOS Y ROSAS DE SANGRE. EL OTOÑO DE LA EDAD MEDIA VASCA Y SU CONTEXTO INTERNACIONAL (1400-1512)**	**Carlos Rilova**	**Licenciado en Historia Moderna y Contemporánea**
11-12-18	**SISTEMAS DE PENSIONES, PRESENTE Y FUTURO**	**Ramón Prieto**	**Ex-responsable de Mercado de Capitales de KUTXA**
12-12-18	**DONOSTIA 1813**	**Iñaki Egaña**	**Presidente de la Fundación Euskal Memoria**
18-12-18	**CIBERSEGURIDAD, ¿DEBEMOS ESTAR PREOCUPADOS ?**	**Jesús Lizarraga**	**Ingeniero Técnico por la UPV Ingeniero en Informática por Mondragon Unibertsitatea**

19-12-18	**CONJUNTA.** **LA INDEPENDENCIA DEL PODER JUDICIAL**	**Garbiñe Biurrun**	**Presidenta de la Sala de lo Social del Tribunal Superior de Justicia del País Vasco**



2.2.CONFERENCIAS EN EUSKARA

La responsable de esta actividad durante 2018 ha sido Eva Esnal a quien le acompaña Jose María Uranga.

Las conferencias se realizan una vez al mes, los terceros jueves normalmente; este año hemos tenido en cuenta el calendario de Salidas Culturales para que no coincidan las dos actividades. Se realizan en la Casa de Cultura de Lugaritz.

Asisten socios y socias que quieren ampliar sus conocimientos en Euskara. Esta actividad contribuye a lograr uno de los objetivos de nuestra asociación "Mantenimiento de la capacidad mental de aprendizaje a lo largo de la vida, formación permanente, realización de actividades en grupo, gestión de ocio y desarrollo mental saludable".

La elección de los temas y los ponentes la hacemos las dos personas de la comisión. Previamente hablamos con los participantes para tantear qué temas les interesan y ver si es posible conseguir un ponente dispuesto y que hable correctamente en euskara.

El o la ponente desarrollan el tema, casi siempre acompañado de imágenes en el proyector que facilitan y hacen más comprensible la exposición. Luego suele haber debate, preguntas, oponiones....

Terminamos la mañana tomándonos un pincho en una taberna cercana, continuamos charlando y fortaleciendo los vínculos afectivos del grupo.

El PROGRAMA DESARROLLADO:

- **CONOCIENDO GUREAK - Rakel San Sebastiań Begiristain.**
  - Asistentes 21. Mujeres 18 Hombres 3
  - Valoración: Tema 8,5 Ponente 8,6
  - Tiempo: Suficiente 21

- **VISITA GUIADA. SUKALDE GUREA (Hernani) Auxtin y Laura**
  - Asistentes 21. Mujeres 14 hombres 7
  - Valoración: Visita 9,1 Ponente 8,5
  - Tiempo: Poco 5 Nahiko 16

- **La primera Guerra Carlista en Beterri" Jon Unanue Lopez**
  - Asistentes 15. Mujeres 9 hombres 6
  - Valoración: Tema 8,6 Ponente 6,6
  - Tiempo: Poco 3 suficiente 10

- **Forma de vida de las plantas y consultorio. Jakoba Errekondo Saltsamendi.**
  - Asistentes 24. Mujeres 19 hombres 5
  - Valoración: Tema 8,5 Ponente 9,3
  - Tiempo: Muy poco 1. Poco 6. Suficiente 16. Mucho 1

- **VISITA Guiada Al Museo de la Casa de la Manzana-Astigarraga**
  - Asistentes 28. Mujeres 19 Hombres 9
  - Valoración: Tema 9 Ponente 8
  - Tiempo: Suficiente 28

- **Escritura Egipcia. Características principales. Karlos Almorza**
  - Asistentes 18. Mujeres 11 Hombres 7
  - Valoración: Tema 6,7 Ponente 6,4
  - Tiempo: Suficiente 18

- **Amanecer para gandules. Un paseo temprano con el Alhzeimer. Andoni Tolosa Goikoetxea-**
  - Asistentes 18. Mujeres 12 Hombres 6
  - Valoración: Tema 9. Ponente 9,2
  - Tiempo: Suficiente 18
- **Venimos desde Gernika. Algunos apuntes de la Guerra del 36. Memoria Cultural. Alexande Gurrutxaga Muxika.**
  - Asistentes 17. Mujeres 11 Hombres 6
  - Valoración: Tema 9,4 Ponente 9,4
  - Tiempo: Suficiente 16. poco 1.

Quiero destacar la aportación de muchos socios y socias de Helduen Hitza que me han dado ideas y han ofrecido su colaboración. Es la primera vez que hacía este tipo de trabajo y me he sentido muy protegida



2.3. Aprendizaje del euskera

Miembros de la Comisión de Euskara :

Elena Arrieta, Iñaki Lasa, Ramón Leturiondo, Juan Mari Pérez, Mari Carmen Zuaznabar, Mari Carmen Zubiaurre, Jose Mari Uranga y Eva Esnal.

Las clases de Euskara se imparten tanto en Topaleku como en la Casa de Cultura de Okendo cuando terminan las conferencias, es decir, los martes y miércoles de 12 a 13h en el mismo local.En Topaleku utilizan dos salas.



TOPALEKU:

- 1.- Nivel .- Juan Mari Perez
  9 alumn@s
- Mintza Praktica . M. Carmen Zubiaurre y M.Carmen Zuaznabar.
  Llevan el grupo a txandas. 4 alumn@s

Utilizan el método “Bakarka “ y en Mintza-Praktica leen diferentes artículos y novelas en euskara.

CASA DE CULTURA DE OKENDO:

- 1. nivel .- Elena Arrieta 5 alumn@s.
- 2.- nivel.- Iñaki Lasa 8 alumn@s
- 3.- nivel,. Ramón Leturiondo 11alumn@s
- Mintza Praktika.- 5 alumn@s M.Jose Irizar y Dorleta Atorrasagasti.

Al principio de curso en la Asamblea pedimos colaboración para las clases de Euskara y se apuntaron 6 personas que han estado colaborando. Koro Garmendia y Esther Zabaleta en el grupo de Ramón, Miren Zaldúa, Mertxe Larrañaga y Antxon Irizar junto a Dorleta en Mintza.

El método que se utiliza es “Bakarka 1 y 2” aunque suelen complementarlo con artículos de revistas, periódicos, párrafos de libros y novelas, algunas fotocopiadas.

En total han tomado parte 43 alumn@s y están muy satisfechos con sus profesores y profesoras. Continuamente hablamos con ell@s para ver sus necesidades y su grado de satisfacción.

Este año se ha celebrado en toda Euskal Herria EUSKARALDIA , una iniciativa para impulsar el uso del Euskara durante 11 días, del 23 de noviembre al 3 de diciembre. Unos días antes, invitamos a Idoia Trenor de BAGERA para que nos explicase en qué consistía esta iniciativa. Tuvo una buena acogida. Un bonito grupo de alumn@s y profesores tomaron parte con mucha ilusión.



Se ha celebrado también el Kantu Eguna; la víspera se les dio la letra de las canciones en euskara y la traducción en castellano, para que pudieran comprender y poder luego cantar mejor. Está a cargo de Joxean Jauregi. Es una forma de transmitir y conocer nuestra cultura.

Hay que destacar la labor altruista que hacen l@s profesores, la ilusión que ponen, algunos incluso continuan con las clases en verano.

2.4. Senderismo

Ha llegado el momento de que la Comisión de Senderismo reflexione sobre las actividades realizadas. Como en años anteriores, en estas páginas explicaremos las actividades realizadas en este apartado, teniendo en cuenta los programas, la participación, los itinerarios, etc.

En primer lugar, mostraremos la lista de los miembros de la Comisión.

Responsable: ***Antton Arruti***

Miembros de la comisión: ***Manu Agirre, Felix Aristi, Mertxe Argarate, Santi Briñas, Enrique Cercadillo, Mertxe Fernandez, Mariaje Lizarazu, Jon Puy*** **y** ***Karmen Zubiaurre.***

Es decir, no ha habido ningún cambio respecto al año pasado, continuamos las mismas diez personas. En opinión de algunos, resultaría muy beneficioso que los miembros recién incorporados, la mayoría más jóvenes que nosotros, muestren nuevas ideas, muy valiosas. La mayoría de nuestras ideas están ya agotadas, y se percibe la necesidad de cambios. Nosotros estaremos siempre dispuestos a ayudar ante cualquier duda.

PARTICIPACIÓN

Como en años anteriores, los participantes están divididos en cuatro grupos, y las salidas se realizan en dos grupos, de dos grupos cada uno. Siempre ha existido el propósito de estrechar las relaciones entre los miembros; por tanto, los grupos se han estructurado según colores, por turnos.

Durante el año 2016 éramos 147 senderistas, en 2017 llegamos a 162 y este año 196, repartidos de esta manera:

GRUPOS			
AZUL	**BLANCO**	**ROJO**	**VERDE**
16 hombres 33 mujeres	16 hombres 35 mujeres	15 hombres 33 mujeres	13 hombres 35 mujeres
Total: 49	Total: 51	Total: 48	Total: 48

2017		**2018**	
mujeres	hombres	mujeres	hombres
112	50	136	60

Algunos senderistas han dejado el grupo, pero son muchos más los que han empezado. Sabemos cuál es nuestra situación y cómo puede cambian de un día a otro. Nuestros objetivos son, principalmente, llevar una vida saludable y crear un buen ambiente.

En cuanto a la participación en los tres trimestres, lo detallamos en el siguiente cuadro. Los datos son aproximados, pero constituyen un referente para la Comisión a la hora de tomar decisiones.

Media por cada salida:

Primer trimestre	Segundo trimestre	Tercer trimestre	Cuarto trimestre
40 mujeres 19 hombres Total: 59	37 mujeres 16 hombres Total: 53	22 mujeres 11 hombres Total: 33	34 mujeres 22 hombres Total: 56

La participación ha subido ligeramente. Según los datos, se observa claramente que a los senderistas nos cuesta más salir en verano, por numerosas razones: las vacaciones, los nietos, el calor, los itinerarios.

NUEVOS ITINERARIOS

Este verano la Comisión ha realizado o verificado varios itinerarios nuevos para el próximo año. Estos han sido los de este año:

1. (DB-02) Aretxabaleta-Urkulu-Aozaratza-Aretxabaleta Dificultad: ▲(Lo relizamos todos juntos durante el cuarto trimestre)
2. (K-21) Aia-Pagoeta-Laurgain Dificultad: ▲▲▲
3. (T-14) Billabona-Asteasu-Larraul-Asteasu-Billabona Dificultad: ▲▲
4. (B-15) irun-Amute-Jaizubiako padurak-Plaiaundi-Irun Dificultad: ▲
5. (U-10) Urteta auzoa (Zarautz)-Urdaneta-Aizarnazabal Dificultad: ▲▲▲
6. (G-12) Urkillaga (Ataun)-Agauntza tontorra-Urkillaga Dificultad: ▲▲▲+
7. (D-22) Donostia (Easo)-Aiete-Miramon (Erramunene)-Aiete Dificultad: ▲▲
8. (V-06) Guardaetxea-Aralarko goiko zelaiak-Igaratza-Guardaetxea Dificultad: ▲▲

Además de los mencionados, contamos por lo menos con otros dos itinerarios comprobados pero que aún no se han realizado:

1. (T-13) Berastegi-San Lorenzo-Berastegi Dificultad: ▲▲▲
2. (U-06) Aizarna Gaina-Erdoizta-Santa Engrazia-Lorbide-Akua-Zestoa Dificultad: ▲▲

Grupo Azul





Grupo **verde**

En las páginas siguientes detallamos el programa completo.

SENDERISMO: PROGRAMA DEL PRIMER TRIMESTRE DEL 2018

FECHA	ITINERARIOS	GRUPOS
01-12-2018	c) (G-01) Ormaiztegi-Lierni-Mutiloa-Lierni-Ormaiztegi (Pospuesto) d) (T-07) Anoeta-Hernialde-Alkiza-Anoeta (Pospuesto)	BLANCO-AZUL VERDE-ROJO
19-01-2018	a) (D-18) Donostia-Lasarte-Donostia b) (B-14) Pasai Donibane-Jaizkibel-Hondarribia (Itinerario completo)	BLANCO-VERDE ROJO-AZUL
26-01-2018	3.- (B-04) Irun-Bera (Autobús de regreso)	TODOS JUNTOS
02-02-2018	4.- (B-13) Lezo-Gaintxurizketa-Gurutze-Altzibar (Nuevo itinerario) 5.- (K-06) Orio-barrio San Pedro-Aia-Orio	VERDE-AZUL BLANCO-ROJO
09-02-2018	5.- (K-06 Orio-barrio San Pedro-Aia-Orio 4.- (B-13) Lezo-Gaintxurizketa-Gurutze-Altzibar (Nuevo itinerario)	VERDE-AZUL BLANCO-ROJO
16-02-2018	6.- (T-12) Tolosa-Aldaba Txiki-Langaurre-(Aldaba).Alegia (Nuevo itinerario) 7.- (D-12) Igeldo-Aginaga-Txoko Alde-San Esteban-Usurbil	BLANCO-AZUL ROJO- VERDE
23-02-2018	7.- (D-12) Igeldo-Aginaga-Txoko Alde-San Esteban-Usurbil 6.- (T-12) Tolosa-Aldaba Txiki-Langaurre-(Aldaba)-Alegia (Nuevo itinerario)	BLANCO - AZUL ROJO - VERDE
02-03-2018	8.- (U-03) Madarixa (Izarraitz)-Otarre gailurra-Madarixa (Autobús ida y vuelta)	TODOS JUNTOS
09-03-2018	9.- (T-01) Billabona-Zizurkil-Abeletxe-Andoain 10.- (G-02) Ordizia-Lazkaomendi-Ataun-Lazkao-Beasain	ROJO - AZUL BLANCO - VERDE
16-03-2018	10.- (G-02) Ordizia-Lazkaomendi-Ataun-Lazkao-Beasain 9.- (T-01) Billabona-Zizurkil-Abeletxe-Andoain	ROJO - AZUL BLANCO - VERDE
-03-2018	11.- (K-16) Zumaia-Elorriaga-Behatokia-Elorriaga-Zumaia (Comida)	TODOS JUNTOS



Grupo **rojo**

SENDERISMO: PROGRAMA SEGUNDO TRIMESTRE DEL 2018

13-04-2018	a) (B-13) Lezo-Gaintxurizketa-Gurutze-Altzibar (Itinerario nuevo del primer trimestre) b) (K-06) Orio-barrio San Pedro de Aia-Aia-Orio	AZUL-VERDE BLANCO-ROJO
20-04-2018	(D-07) Anoeta-Santa Barbara-Lasarte (D-10) Usurbil-Arratzain-Aingeru Guardakoa-Ibaeta	AZUL - VERDE BLANCO - ROJO
27-04-2018	(V-05) Arantzazu-Urbia-Arantzazu (Itinerario nuevo) (Mañanera larga: de 08:00 a 15:00, y autobús de ida y vuelta)	TODOS JUNTOS
04-05-2018	(D-10) Usurbil-Arratzain-Aingeru Guardakoa-Ibaeta (D-07) Anoeta-Santa Barbara-Lasarte	AZUL - VERDE BLANCO - ROJO
11-05-2018	(T-11) Santutxo-Santa Marina-Santa Ageda-Bidania (Itinerario nuevo) (K-14) Mutriku-Galdonamendi-Saturraran-Ondarroa-Mutriku	BLANCO- AZUL ROJO - VERDE
18-05-2018	(U-07) Iraeta-Zestoa-Lasao-Azpeitia-Loiola-Azkoitia (Comida en el restaurante Iturri)	TODOS JUNTOS
25-05-2018	(K-14) Mutriku-Galdonamendi-Saturraran-Ondarroa-Mutriku (T-11) Santutxo-Santa Marina-Santa Ageda-Bidania (Itinerario nuevo)	BLANCO - AZUL ROJO - VERDE
01-06-2018	(T-10) Tolosa-Izaskun-Ibarra-Belauntza-Leaburu-Tolosa (B-07) Irun- bario Lapitze -Gurutze-Oiartzun	AZUL - ROJO BLANCO - VERDE
08-06-2018	(B-07) Irun-bario Lapitze -Gurutze-Oiartzun (T-10) Tolosa-Izaskun-Ibarra-Belauntza-Leaburu-Tolosa	AZUL - ROJO BLANCO - VERDE
15-06-2018	(B-08) San Anton (Endara)-San Martzial-Irun (Autobús de ida)	TODOS JUNTOS
2018-06-22	(K-07) Orio-Itsaspe-Orio-Zarauzko Kanpina-Zarautz (D-02) Garbera-Santiagomendi-Astigarraga	AZUL - VERDE BLANCO - ROJO
2018-06-29	(D-02) Garbera-Santiagomendi-Astigarraga (K-07) Orio-Itsaspe-Orio-camping de Zarautz -Zarautz	AZUL - VERDE BLANCO - ROJO



Grupo **blanco**

SENDERISMO: PROGRAMA TERCER TRIMESTRE DEL 2018

FECHA	ITINERARIO	GRUPOS
06-07-2018	1.- (D-20) Donostia-Munto-Miramon Parkea-Aiete	TODOS JUNTOS
13-07-2018	2.- (T-06) Billabona-Amasa-Goiburu-Andoain	"
20-07-2018	3.- (B-12) Irun-Xantalen Baseliza-Hirugurutzeta-Sidrería Ola -Fikoba	"
27-07-2018	4.- (P-23) Trintxerpe-Platako Itsasargia-Herri Ametsa-Mendiola-Herri Ametsa-Ulia-Donostia	"
03-08-2018	5.- (K-20) Zarautz-Santa Barbara-Askizu-Zumaia	"
10-08-2018	6.- (P-25) Donostia-Errondo-Añorga-Itsasalde-Añorga-Donostia (Itinerario nuevo)	"
24-08-2018	7.- (G-04) Alegia-Beasain	"
31-08-2018	8.- (P-18) Gaintxurizketa-Jaizkibel-Pasai Donibane	"
07-09-2018	9.- (P-11) Donostia-Lasarte-Urnieta	"
14-09-2018	10.- (P-26) Orio (barrio Ortzaika) - playa Txurruka - puerto de Orio -Club de remo-Orio (Itinerario nuevo)	"
21-09-2018	11.- (P-04) Igeldo (Camping)-Txakurtegia-Aginaga-Usurbil (Itinerario reducido)	"
28-09-2018	12.- (P-24) Errenteria (Agust.)-Zamalbide-Txoritokieta-San Marcos-Lau Haizeta-Altza	"

El viernes de Semana Grande no habrá salida

OBSERVACIÓN

Anteriormente al recorrido, los martes, se informará a los senderistas por correo electrónico o por teléfono sobre los pormenores del recorrido, la hora y el lugar concreto de salida, y recomendaciones sobre la indumentaria.

Por otro lado, como nos encontramos en verano, es recomendable llevar bebida y algo para comer. Para eso realizaremos una pequeña parada, de unos cinco o diez minutos.

SENDERISMO: PROGRAMA CUARTO TRIMESTRE DEL 2018

FECHA	ITINERARIO	GRUPO
05-10-2018	1.- (D-13) Igeldo-Txakurtegia-Arratzain-camping Igara- Ibaeta 2.- (P-15) Itinerario por cinco parques	BLANCO-AZUL ROJO-VERDE
19-10-2018	2.- (P-15) Itinerario por cinco parques 1.- (D-13) Igeldo-Txakurtegia-Arratzain-camping Igara -Ibaeta	BLANCO-AZUL ROJO-VERDE
26-10-2018	3.- (T-11) Santutxo-Santa Marina-Santa Ageda-Bidania (Itinerario nuevo) (Autobús ida y vuelta)	TODOS JUNTOS
02-11-2018	4.- (P-17) Irun-Amute auzoa-Santiagotxo-Guadalupe-Hondarribia 5.- (U-08) Zestoa-Iraeta-Ibañarrieta-ermita de San Lorenzo - Zumaia	AZUL - ROJO BLANCO - VERDE
09-11-2018	5.- (U-o8) Zestoa-Iraeta-Ibañarrieta-San Lorenzo baseliza-Zumaia 4.- (P-17) Irun-barrio Amute -Santiagotxo-Guadalupe-Hondarribia	AZUL - ROJO BLANCO - VERDE
16-11-2018	6.- (B-01) Arditurri (comida en Tolare)	TODOS JUNTOS
23-11-2018	7.- (K-10) Zumaia-Deba 8.- (B-06) Donibane-Jaizkibel-Donibane	AZUL - VERDE BLANCO-ROJO
30-11-2018	8.- (B-06) Donibane-Jaizkibel-Donibane 7.- (K-10) Zumaia-Deba	URDIN-BERDEAK BLANCO-ROJO
07-12-2018	9.- (B-09) Oiartzun-Liztorreta-Santiagomendi-Astigarraga 10.- (G-09) Ataun (San Martin)-San Gregorio-San Martin-Lazkao-Beasain	BLANCO-AZUL ROJO-VERDE
14-12-2018	11.- (DB-02) Aretxabaleta-Urkulu-Aozaratza-Aretxabaleta (Itinerario nuevo) (Autobús ida y vuelta)	TODOS JUNTOS
21-12-2018	10.- (G-09) Ataun (San Martin)-San Gregorio-San Martin-Lazkao-Beasain 9.- (B-09) Oiartzun-Liztorreta-Santiagomendi-Astigarraga	BLANCO-AZUL ROJO-VERDE

SALIDAS

Durante este año hemos realizado 46 salidas, y, teniendo en cuenta esos programas, hemos hecho dos cambios. Por un lado, debido a la persistente huelga de los autobuses de Tolosaldea, tuvimos que cambiar de fecha para la salida *Santutxo-Santa Marina-Santa Ageda-Bidania* y en su lugar fijamos uno alrededor de *Lasarte.* El itinerario de *Santutxo* lo realizamos el cuarto trimestre, para poder realizar la ida y la vuelta en autobús. Por otro lado, respecto al segundo itinerario, el del 21 de diciembre, los responsables no nos dimos cuenta del día que era, el día de Santo Tomas. Por tanto, la salida correspondiente a ese día se suspendió, para realizarla el siguiente trimestre, y realizamos el itinerario *Recorrido por varios barrios de Donostia,* para que los senderistas pudieran quedarse donde quisieran, para comer pan y txistorra.

Primer trimestre	Segundo trimestre	Tercer trimestre	Cuarto trimestre
11 salidas	12 salidas	12 salidas	11 salidas

En el siguiente cuadro mostramos el uso del autobús, los nuevos itinerarios y las comidas realizadas:

Trimestre	Autobús	Itinerario nuevo	Comida
Primero	2 ocasiones	Dos	Be(he)ko Plaza de Zumaia
Segundo	2 ocasiones	Uno	Iturri de Azkoitia
Tercero	No	Dos	No
Cuarto	2 ocasiones	Dos	Tolare de Oiartzun

Tal y como se puede observar, a la hora de preparar los programas, tenemos en cuenta el equilibrio entre las zonas y la utilización del autobús. Por otro lado, cada trimestre añadimos dos itinerarios nuevos y una comida. El trimestre estival suele ser siempre una excepción. En dicho trimestre, insertamos itinerarios más cortos y más próximos, y no organizamos comida, ni utilizamos ningún autobús. En la página anterior hemos presentado la Comisión. Está compuesta por diez personas, y cada una conoce muy bien sus funciones. Las tareas a realizar son numerosas, pero pensamos que las repartimos bastante bien. Estas son algunas de las tareas que se realizan: seguro de montaña, programas trimestrales, aviso sobre la salida correspondiente a cada semana, lista de restaurantes y llamadas semanales, botiquín, conocimiento de los itinerarios, reunión mensual, uso de la página web, encargar el autobús, la comida, verificación de los nuevos itinerarios, etc.

Este año, cuando vimos que los montañeros de Goierri portaban una camiseta verde en el encuentro de Aralar, se nos ocurrió hacerla nuestra, y se encargaron cien camisetas con el anagrama de Helduen Hitza. Al principio, pensamos poner el perfil de un montañero, pero teniendo en cuenta que el 70 % de nuestros senderistas son mujeres, decidimos cambiarlo por el perfil de una montañera.

Año tras año van aumentando el número de itinerarios, puesto que continuamos realizando nuevos itinerarios; este año hemos alcanzado la cifra de 131.

ITINERARIOS, CÓDIGOS Y ZONAS

ZONA	CÓDIGO	NÚMERO	CANTIDAD
DONOSTIALDEA	(D-)	(D-1)...(D-22)	22
KOSTALDEA	(K-)	(K-1)...(K-21)	21
UROLALDEA	(U-)	(U-1)...(U-10)	10
GOIERRIALDEA	(G-)	(G-1)...(G-12)	12
TOLOSALDEA	(T-)	(T-1)...(T-14)	14
DEBABARRENA	(DB-)	(DB-1)...(DB-3)	3
BIDASOALDEA	(B-)	(B-1)...(B-15)	15
VARIOS	(V-)	(V-1)...(V-6)	6
ITINERARIOS CORTOS	(P-)	(P-1)...(P-28)	28

REFLEXIÓN

Observamos que el número de senderistas está aumentando continuamente, y eso no suele ser nunca por casualidad. La razón de dicho éxito se encuentra en la participación de los y las senderistas y en el ambiente que se crea dentro del grupo. Lo cual es sin duda algo bueno, puesto que cada participante da lo mejor de si mismo. Son los senderistas los que deben juzgar el trabajo realizado por la Comisión, pero aunque resulte muy importante, resulta aún más interesante las respuestas de los senderistas, y, hasta el momento, dicha respuesta ha sido inmejorable. Por tanto, muchas gracias de parte de la Comisión de Senderismo, por mostrar una actitud tan amigable, y esperamos mantener ese buen ambiente.

Durante todos estos años hemos aprendido mucho, y nos hemos dado cuenta que el trabajo en equipo resulta fundamental. El protagonismo, sobre todo a nuestra edad, sirve para muy poco, y no acarrea más que perjuicios a los que actúan de esa manera. Si todos ponemos de nuestra parte para que las cosas mejoren, la actividad será un éxito, sin ninguna duda.

Para finalizar, debemos añadir que la mayoría de los viernes enviamos a la página web de Helduen Hitza pequeñas crónicas, en forma de cuaderno. Hasta el momento hemos completado aproximadamente treinta cuadernos.

A continuación, mostraremos unas breves crónicas, a modo de ejemplo.

Donostiako zenbait auzotan zehar

Baserritarrak hirira jaitsi
hala omen historia,
zorrak kitatu nagusi jauna!
bazeukaten memoria.
Jende xumeak beti izan du
ekonomi eroria,
egun honetan jaten baitzuten
txorizo eta ogia.

Beasain-Ordizia-Lazkao-Ataun-(San Martin-San Gregorio-San Martin

Beasainera heldutakoan
autobus txikiegia!
gure tamaina ikusi eta
ez zen sartuko erdia.
Pelotoiaren aurre-aurrean
jarri zitzaigun erbia,
marka guztiak hausteko asmoz
Mariaje gidaria.

Oiartzun-Arditurri-Oiartzun

Ibiltariok egingo gara
bidegorriaren jabe,
txirrindak nola pasako dira
hona inor mindu gabe?
Aiako Harria goiko aldean
Pirineoko zutabe,
sabel barneko orroak dio
hortxe duzue Tolare!

Irun-Santiagotxo-Guadalupe-Hondarribia

Zenbait kasutan leku-izenetan
ikus daiteke *ibia*,
Urdan*ibia*, Hondarr*ibia*
eta Astigarr*ibia.*
Beho*bia* hor, Mandu*bia* han
Zaldi*bia*, Ast*ibia*,
hau desagertu eta ondoren
azalduko da *zubia*.

Aretxabaleta-Urkulu-Aozaratza-Aretxabaleta

Laurogeita hirugarrenean
eraiki zen urtegia,
leku bareak lasaitzen gaitu
horixe bada egia.
Ibiltariak une honetan
erne jarri du begia,
bere aurrean azaldu baita
Otalora jauregia.

Lasarte-Txikierdi-Zubieta-San Esteban-Zubieta-Lasarte

Ibiltariak gure atzetik
lasai doaz berriketan,
batak besteei kontatzen die
zer egin zuen gaztetan.
Hauek, ordea, erantzun gisa
zer egin duzu zaharretan?
berritsuena gehientsuetan
isiltzen da aldapetan.

Zumaia-Deba

Jaiki ondoren sumatu dugu
ari zuela euria,
hau ikusirik ohean sartu
eta itzali argia.
Hau da zenbaitek egin duena
ongi pentsatzen jarria,
hanha sartzea egin baitigu
aparta eguraldia.

Zestoa-Iraeta-Ibañarrieta-Zumaia

Itsas lehoiak lagunak omen
Argentinan ezagutu,
han bortitzenak eme aurrean
estaltzeko nagusitu.
Etengabeko zirimirian
jendea ez da damutu,
Ibañarrietan aldapa gora
aipatua ez da mutu.

2.5. Ibilaldiak- Paseos Saludables

RESPONSABLE: Raquel Aierdi

COMISIÓN: Ana Aierdi, Jesús Claramunt, Luis Felipe Hernández, Ana de Miguel, Daniel Alkorta y Luis Mª Cívico.

Esta actividad surgió en el año 2015 al plantearse la necesidad de satisfacer la afición y actividad deportiva, tan arraigada en la asociación, de andar.

La actividad se ha consolidado con más de 70 inscritos de los cuales habitualmente participan más del 30 por ciento.

Observamos nuestros maravillosos paisajes y compartimos *hamaiketakos* con otras personas de la asociación con parecidos gustos y aficiones en este campo del deporte.

El año 2018 hemos seguido con la actividad, aunque fueran vacaciones, con algunas variantes: más recorridos, más variados, junto al mar o por los alrededores de Donosti o algo más alejados: Lasarte, Astigarraga, Urnieta, Hernani, Zarautz, Pasaia, Hondarribi, Rentería...

Hemos aumentado el número de paseantes, estamos mejor organizados, hay más recorridos, más amistad...

El último trimestre de 2018 se formó una nueva comisión para hacer frente a todas las tareas que se derivan de la actividad: nuevos recorridos, guías, avisos, *hamaiketakos*, climatología, horarios de transportes para algunas idas y casi todas las vueltas...

Todas las semanas, se envían los avisos sobre los recorridos por correo electrónico y la red social WhatApp, dando información sobre el recorrido, horario, medios de transporte si se necesitara, climatología, lugar del *hamaiketako*...

En aras de la confraternización de los participantes, de la que tan necesitados estamos todos, cada trimestre se hace una comida en un lugar diferente, con ricos menús y a buenos precios. Así se pasa un día completo y agradable en el que se aprovecha para conocer mejor a los compañeros del grupo.



Dependiendo mucho de la climatología, en nuestra actividad, que se realiza los lunes, salen entre 12 y 30 caminantes. Suele haber suerte con el tiempo y mucha valentía para salir, cuando el tiempo se pone adverso. El ambiente es muy agradable y cuesta dejar de ir por este tipo de "pequeñas razones".

En fin que, como resumen, se puede decir que la actividad va creciendo cada trimestre y dentro de la comisión queremos y tenemos el deseo de mejorar la actividad (confraternización, recorridos, ambiente...). Todo ello para que los "no tan chavales" de Helduen Hitza podamos seguir disfrutando del día a día con nuestras aficiones. Al fin y al cabo en IBILALDIAK paseamos disfrutando de la madre naturaleza en una agradable compañía.

A continuación mostramos una relación de algunos de los recorridos realizados en la actividad IBILALDIAK:

1. Hemos hecho varias veces el recorrido desde Gros hasta Pasajes de San Pedro y pasar a Pasajes de San Juan y al contrario en Pasaia, con comida incluida.
2. Desde la estación del topo de Amara, hemos ido hasta Hernani, por Loiola y Martutene, haciendo diversos trayectos.
3. PLAZA. EASO - LASARTE: Ir en topo a Lasarte y desde allí, por Zubieta hasta Usurbil y volver. Alguna vez, hemos vuelto andando desde Lasarte.
4. ZARAUTZ - GETARIA - ZARAUTZ: Topo a Pza. Easo a Zarautz, por el malecón a Getaria y en la rampa vuelta a Zarautz, por el malecón.
5. PLZA. SAGASTIEDER - AMETZAGAINA – ASTIGARRAGA
6. OKENDO K.E. - MARTUTENE - AMARA ZAHARRA
7. GALARRETA - URNIETA
8. AMARA - FICOBA - HONDARRIBIA: Topo a Ficoba (Irún). Pasar a Hendaia. Pasarela por la orilla al Puerto deportivo de Hendaia. Barco a Hondarribia)
9. DONOSTI - OIARTZUN: Tren a Oiartzun y por el bidegorri hasta Arditurri. Tolare y comida trimestral.

Esta actividad da lugar al fomento y desarrollo de la solidaridad, el compañerismo y otros valores de los que tan necesitados estamos. Hay que decir que hay un muy buen ambiente entre las personas asociadas que toman parte en la misma.

2.6. Tertulias Literarias

Responsable: Carmen García Viscarret



Esta actividad, que se inició en Helduen Hitza hace ya 10 años, sigue siendo del agrado de los socios. Leer un libro al mes y luego compartir nuestras impresiones con el resto de los tertulianos en un buen ambiente es gratificante y más en estos tiempos

con un ritmo de vida tan acelerado. Nos hemos dividido en dos grupos A y B de 20 asistentes cada uno, reuniéndonos los dos últimos lunes de cada mes de 4,30 a 6 de la tarde en Topaleku.

El dinamizador de las tertulias es José Domingo, quien se encarga de la elección de los libros, ordena el debate, las intervenciones y analiza literariamente la obra y al autor. En la tertulia no solo hablamos de literatura, sino que según sea la temática del libro y su ambientación y época, acabamos debatiendo sobre otros muchos aspectos, con una muy buena participación por parte de los asistentes a la tertulia.

En este curso hemos leído a tres autores vascos muy diferentes entre si, nos hemos acercado a estas creaciones y también hemos descubierto otros autores actuales de diversas nacionalidades. Los temas han sido variados y en general los tertulianos han valorado positivamente la programación que ha sido la siguiente:

Año 2018	**TITULO**	**AUTOR**
Enero	**"LA CENA"**	**Herman Koch**
Febrero	**"EL HIJO DEL ACORDEONISTA"**	**Bernardo Atxaga**
Marzo	**"VESTIDO DE NOVIA"**	**Pierre Lemaitre**
Abril	**"MUSICA EN EL AIRE"**	**Karmele Jaio**
Mayo	**"LAS AVENTURAS DE TOM SAWYER"**	**Mark Twain**
Junio	**"LA DELICADEZA"**	**David Foenkinos**
Octubre	**"CHICAS FELIZMENTE CASADAS"**	**Edna O`Brien**
Noviembre	**"HOMBRES SIN MUJERES"**	**Haruki Murakami**
Diciembre	**"LO QUE MUEVE EL MUNDO"**	**Kirmen Uribe**

2.7. Foro de los Jueves

RESPONSABLE: Jose Manuel Susperregi

Miembros de la comisión: Antxón Mansoa, Ricardo Alava, Mari Carmen Ayastuy, Anttón Alonso y Eduardo Blazquez.

Como es sabido, el Foro que celebramos en las dependencias de Topaleku, sito en el Parque de Aiete, se celebra los jueves entre las horas 10.30 y las 12,00 horas. Siempre dentro de los 1º, 2º y 4º, trimestres del año.

Para una explicación pormenorizada, separamos las dos etapas habidas, es decir, la primera corresponde a los dos primeros trimestres y la segunda al cuarto.

22 han sido las sesiones desarrolladas, 16 en la primera y 6 en la segunda.

La participación, siempre con personas asociadas de Helduen Hitza, se ha conformado con 64 inscripciones en la primera y 44 en la segunda.

La asistencia la vemos en el cuadro adjunto.

Ejercicio 2018			
Días de asistencia		Trimestre Socios 1º y 2º	Trimestre Socios 4º
Ninguna vez		20	13
Entre	1 y 8	26	
Entre	9 y 14	18	
Entre	1 y 3		20
Entre	4 y 6		14

Enumeramos parte de los asuntos tratados.

- ✓ La Felicidad, en que consiste ser feliz y si el ser humano la puede encontrar.
- ✓ La importancia de la jornada del 8 de Marzo de este año y sus principales reivindicaciones. Otro jueves se dedicó a valorar la jornada de dicho día por la repercusión internacional que había tenido.
- ✓ Hubo dos sesiones informativas para dar a conocer qué es Lagunkoia, sus fines y objetivos y los Servicios y prestaciones sociales municipales que se derivan de ellos relacionadas con las personas mayores, con folleto incluido.
- ✓ Se respondió a la carta que remitió la ministra de Trabajo con motivo de la subida de pensiones del 2018, devolviéndosela a la interesada y dentro de esta campaña se informó de las primeras movilizaciones de pensionistas del 2018 y sus reivindicaciones.
- ✓ Se trató sobre la prisión permanente revisable, a través de un escrito de Emilio Calatayud, Titular del Juzgado de menores de Granada.
- ✓ La donación de órganos y su importancia, voluntariedad u obligatoriedad y la existencia o no de tráfico de órganos.
- ✓ Sobre la nueva normativa existente desde 2017 para la concesión del tambor de Oro en Donostia.
- ✓ Las rebajas en los comercios tanto de invierno/verano como política comercial, qué fomentan, quiénes se benefician y si fomentan el consumismo.

- ✓ La Seguridad ciudadana a consecuencia de hechos acaecidos en Bilbao con participación de menores.
- ✓ Sobre la Renta Básica Universal (RAU) a consecuencia de la conferencia que se impartió en Okendo.
- ✓ La educación escolar en Euskadi y sus diferencias con el sistema de Finlandia.
- ✓ El fenómeno de la globalización, ventajas e inconvenientes que ha originado en la sociedad.
- ✓ De la vivienda se comentó la nueva ley de arrendamientos y las posibilidades de poder expropiar los ayuntamientos y si las viviendas deben cumplir una función social o no.
- ✓ La inmigración en Euskadi, su evolución e influencias y sus aspectos positivos y negativos.
- ✓ La sentencia sobre la manada de Pamplona y la carta de las 3 juezas.
- ✓ La evolución del movimiento de pensionistas, resultados obtenidos y las cosas pendientes que quedan.
- ✓ La alimentación ecológica y sus beneficios, partiendo de una entrevista a Dolores Raigón.
- ✓ La soledad y sus posibles consecuencias, cómo poder combatirla dentro del colectivo de personas mayores.
- ✓ La democracia, como sistema político moderno, en su forma de vivir en sociedad, ensalzando valores como la libertad, la igualdad, la tolerancia, el pluralismo y la participación.
- ✓ La igualdad de género con su faceta positiva, hacia la reflexión sobre “el camino andado" y la meta a la que se confía llegar, coincidiendo en sus valores.
- ✓ Se trastó de un tema de humanidades a partir de un texto extraído de un artículo de opinión que decía: “Es bonito tener dinero y cosas que pueden comprarse con él, pero también es bonito tener las cosas que el dinero no puede comprar, como SALUD, FELICIDAD, PAZ INTERIOR, LA VERDADERA AMISTAD....”

2.8. Salidas culturales

La comisión estuvo compuesta de enero a junio por **Marivi Osoro**, como responsable y vocal en la junta directiva y Ana Aierdi como colaboradora y a partir de octubre se realizó la renovación por cumplimiento de mandato, quedando formada la nueva comisión por: **Elena Arruti, Rosa Delgado, Koro Garmendia, Mertxe**

Larrañaga, María Soledad Majuelo, Ramón Leturiondo y María Jesús Lería (responsable)

22 de febrero:Salida cultural a Bergara y Mendaro

Bergara ha sido considerada históricamente como la capital del alto Deba.Su ubicación en el cruce de caminos entre la vía de la costa, la meseta castellana y las rutas que se adentraban en Gipuzkoa y Bizkaia, favoreció su crecimiento y riqueza económica. El comercio fue el principal motor económico de la villa; esta bonanza económica, dio lugar a la construcción de numerosos edificios, tanto civiles como religiosos.

El Real Seminario de Bergara apostó por la educación y la investigación científica. El estudio práctico y las colecciones científicas culminaron con el descubrimiento del *wolframio* por los hermanos Elhuyar.

La iglesia de San Pedro de Ariznoa es monumento nacional y punto de especial interés en nuestra visita a Bergara.

La construcción actual proviene de finales del siglo XVI y comienzos del XVII. El altar Mayor de estilo plateresco, del siglo XVI, destaca por su grandiosidad. Sobresale la magnífica escultura del Cristo de la Agonía, obra realizada por Juan de Mesa.



La iglesia de Santa Marina de Oxirondo también es monumento nacional. Es de planta rectangular, fue construida entre 1542 y 1607 en una primera fase y entre 1648 y 1672 en una segunda. En el interior destaca el altar mayor, barroco, realizado por Miguel de Irazusta y la imaginería es de Salvador Carmona.

Recordamos que el 31 de agosto de 1.839 se firmó en Bergara el tratado de paz, que puso fin a la primera guerra carlista, fue firmado por los generales Rafael Maroto y Baldomero Espartero, los cuales se abrazaron, por lo que este hecho es conocido como el “abrazo de Bergara”.



Concluimos la salida cultural en Mendaro. El origen de la producción de chocolate se remonta a Juan María Saint-Gerons. Tras aprender el oficio de chocolatero en Bilbao, abrió un obrador en esta casa donde hoy se sigue fabricando todo tipo de chocolates y bombones siguiendo un proceso artesanal. Para ello instaló un molino de cacao que giraba por tracción animal y que más tarde fue sustituido por el primer motor eléctrico

que funcionó en Gipuzkoa.

19 de abril y 26 de abril: Bodegas Elciego y Valle Salado de Añana

Dado el interés por esta excursión la hicimos dos veces en dos días distintos. En esta ocasión comenzamos por la bodega Marqués de Riscal, que tiene su origen y sede en Elciego, donde comenzó su actividad en 1885, siendo la bodega más antigua de Álava.



El año 2006 las bodegas de Elciego fueron transformadas en la **Ciudad del Vino**, creando un complejo que incluye las bodegas primarias, las más modernas, los viñedos, pero sin duda lo que destaca es el edificio construido por Frank Gehry, lleno de formas, luz y color, **rosa** como el vino, **oro** como la malla de las botellas de Riscal, y **plata** como la capsula de la botella. Y nada mejor para terminar la visita a una bodega como disfrutar de una cata, y en esta ocasión lo hicimos con un magnífico blanco denominación de Rueda, y un tinto de reserva.

De camino a Añana, hicimos parada en Tuesta, para visitar su iglesia de Nuestra Señora de la Asunción, magnífico templo de la época de transición del arte románico al gótico. Su portada es uno de los más claros exponentes del arte románico de Álava.

En el interior se puede admirar la bóveda de proporciones pequeñas pero admirables, fortificada por aristas que descansan sobre columnas, construyendo cinco lados, en cada uno de los cuales se abren sendos ventanales.



Concluimos el día en Alava con el recorrido por el Valle Salado, reconocido en 2015 con el premio Europeo Nostra a la recuperación patrimonial. Con más de 6500 años de historia, este paraje en proceso de restauración se erige a partir de una espectacular arquitectura de terrazas de evaporación, construidas en piedra, madera y arcilla y canales de madera que conducen el agua con sodio, (240 gramos de sal por litro) por gravedad desde los manantiales a los pozos y almacenes, así como por su rica biodiversidad salina y por la transmisión durante siglos de las técnicas tradicionales de producción.

Viaje de fin de curso a Croacia - 26 de mayo al 2 de junio

Día 1 – **Donostia / Dubrovnik** : El sábado 26 de mayo salimos, a las cinco de la mañana, hacia el aeropuerto de Bilbao, para desde allí vía Múnich llegar a Dubrovnik,con tiempo de hacer el check in, cenar y descansar del largo día de viaje.



Día 2 **– Dubrovnik**: es una ciudad costera de la región de Dalmacia, llamada “La Perla del Adriático”, declarada patrimonio mundial de la Unesco y rodeada por 1940 metros de murallas góticas y renacentistas, desde donde pudimos contemplar toda la cuidad y comprobar todo lo que destruyó la guerra entre los años 1991 y 1995.
Visitamos el Monasterio de los Franciscanos, donde se conserva la farmacia más antigua del mundo.

Día 3 – **Montenegro**: es un pequeño país de fuertes contrastes paisajísticos y culturales. Cruzamos la frontera, vimos la Boca de Kotor con un precioso paisaje de bahías (fiordos) rodeados de montes. Paramos en Njegusi para probar el jamón y queso local y contemplar a 900 metros de altura los impresionantes fiordos.

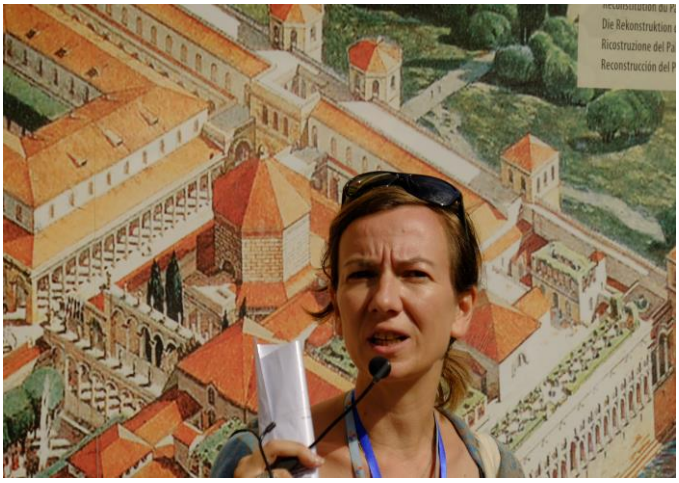


Visitamos el pueblo de Kotor, protegido como patrimonio cultural de la Unesco y desde allí en barco nos llegamos al Santuario de Nuestra Señora de la Roca, localizada en una isla artificial, que según cuenta la leyenda, construyeron los marineros que encontraron la imagen de la Virgen sobre una roca.

Día 4 – **Mostar:** escenario de excepción de la guerra de Bosnia y Herzegovina, recorrimos sus estrechos callejones con edificios y símbolos de diferentes culturas que habitan en la ciudad y, cómo no, el Puente viejo (Stari Most) destruido durante la guerra en 1993 y reconstruido por la Unesco.Tuvimos ocasión de visitar una casa turca y la mezquita.



Día 5 – **Split:** su casco antiguo también es patrimonio universal de la Unesco. Visitamos el Palacio de Diocleciano, fechado en el siglo III y reformado en la Edad Media, y la catedral de San Duje, patrono de la cuidad, y el Templo de Júpiter.
De camino al restaurante para comer, hicimos un bonito recorrido por el rio Nererva y llegamos a un restaurante con encanto, donde nos sirvieron una comida típica, una gran cazuela con distintas carnes y patatas (al parecer hecho sobre las brasas en la misma cazuela).
Adriana fue nuestra guía



Día 6 – **Trogir :** la ciudad está situada sobre una isla apenas separada del continente. De estilo gótico-románico, que remonta sus orígenes a cuando se estableció allí una colonia griega, a través de los siglos la ciudad fue creciendo y modificándose, pero siempre guardando una planta urbana helenística. Por ese motivo, la medieval Trogir fue declarada Patrimonio Mundial de la Humanidad por la Unesco.



Por la tarde nos quedaba por conocer Sibenik, situada en la zona central de Dalmacia. El 16 de septiembre de 1991 fue duramente atacada por las fuerzas del ejercito yugoslavo; el teatro de Sibenik, construido en 1870, uno de los más grandes y bellos del país, fue completamente destruido por el impacto de una granada. Posteriormente restaurado, la reinauguración oficial tuvo lugar en 2001.

Día 7 – Tuvimos toda la mañana libre para disfrutar de Split, recorrer su casco histórico, sus tiendas o disfrutar del sol y bañarnos en el Adriático. Desde aquí nos dirigimos a Cavtat para pasar la última noche en Croacia y así acercarnos al aeropuerto, (no hay autopistas y para hacer pocos kilómetros se tarda mucho).

Día 8 – En **Cavtat** de nuevo la mañana libre, para relajarnos en el Adriático o pasear y conocer el pequeño pueblo. Por la tarde el regreso, haciendo el camino a la inversa, Dubronik, Múnich, Bilbao, Donostia, llegando a la estación de autobuses a las 22:30



1er.Trimestre del curso 2018/19

18 de octubre - **MUSEO OTEIZA Y PAMPLONA**

Empezando a las 10 horas, y en dos grupos, realizamos la visita al Museo de Oteiza (en Alzuza). Con las detalladas explicaciones de la guía, podemos comprender

mejor la obra del artista. Tenemos oportunidad de visitar en el exterior de la cercana iglesia de Alzuza las tumbas de Jorge de Oteiza y su mujer, Itziar Carreño

Nos desplazamos hasta Pamplona, donde,con la ayuda de una guía local, hacemos un recorrido urbano que comienza en la Plaza del Castillo, seguimos por la famosa calle Estafeta hacia la Catedral, delante de la cual nos paramos para ver su fachada y a continuación, pasando por la Plaza de San José llegamos al Baluarte del Redín. Ya en el Portal de Zumalakarregi (también conocido como Portal de Francia) continúa la explicación de la historia de Pamplona. Nos acercamos al Archivo de Navarra, en el interior del cual podemos ver la maqueta que muestra cómo era la estructura urbana de Pamplona en los siglos XIV a XIX. Seguimos hasta el Paseo de Sarasate, donde nos muestran el Palacio de la Diputación y la Estatua de los Fueros.



Comida en el Restaurante Café con Sal.

Posteriormente, ya repuestas las fuerzas después de la larga mañana, nos acercamos a la Catedral, donde con una guía local conocemos su historia y detalles arquitectónicos, que la campana más grande ubicada en la torre norte se puede oir a varios centenares de metros y ya en el interior apreciamos el magnífico estilo gótico, el mausoleo de Carlos III el Noble y Leonor de Trastámara, el claustro y las distintas dependencias.

Finalizada la visita a la Catedral, volvemos hasta el ayuntamiento para una foto de grupo y finalmente, a las 18,30 horas iniciamos el regreso a Donostia.

Fuimos 55 personas. El ambiente muy bueno entre todos los viajeros. El tiempo esplendido, con una temperatura ideal para pasear.

22 de noviembre: BILBAO DE AYER HOY Y SU PROYECCION FUTURA

Salimos de San Sebastián hacia Bilbao y durante el trayecto Ramón Leturiondo nos dio una explicación sobre el programa del día y las distintas cosas que íbamos a visitar.



Llegada al Museo de Bellas Artes, divididos en tres grupos tuvimos oportunidad de visitar, con guía del Museo, la exposición ABC. El alfabeto del Museo de Bilbao.

Cruzamos el puente de Deusto y paseando hasta el funicular de Artxanda, mientras Ramón nos daba una clase sobre los edificios y arquitectura de las zonas que recorríamos.

Subida en funicular hasta Artxanda, desde donde pudimos ver el corredor del Txorierri y Bilbao y continuar escuchando a Ramón.

Comida en el Restaurante Txakoli.

Después de comer nos desplazamos hasta el muelle Uribitarte desde donde, en barco y con audioguías, pudimos observar desde un punto de vista inusual y para muchos desconocido, las márgenes de la ría. Desembarcamos en el marítimo de Las Arenas.

Fuimos 55 personas. El ambiente entre los viajeros agradable. La buena temperatura y el día soleado ayudaron a que la salida resultara muy bien.

2.9. Taller de Música y Canto

RESPONSABLE: Itziar Olaizola

En el transcurso del curso 2017/2018 hemos continuado con gran entusiasmo con el Taller de Música dirigido por la gran profesional Sara Varas.

Seguimos reuniéndonos los lunes en la Escuela de Música (Pza. Atotxa) durante dos horas. En la primera hora hemos reanudado nuestro aprendizaje en la Historia de la Música y en la segunda comenzamos a ensayar las canciones para nuestros conciertos de Navidad y fin de curso que ya se han hecho habituales en nuestra Asociación. Ésto hace que cada año veamos incrementado el número de participantes, enriqueciendo así a nuestro Coro.



En ambos conciertos incluimos canciones de distintos países. En el de Navidad añadimos algún villancico y siempre finalizamos con el *Hator, Hator (Jesús Guridi),* siendo acompañados por todo el público con gran éxito. En este fin de curso hemos continuado cantando distintos estilos de canciones. Incluso nos atrevimos a acompañar algunas de ellas con instrumentos de percusión. El pasado Mayo interpretamos: ***Beltzarana*** (Zortziko anónimo), ***Duerme negrito*** (Atahualpa Yupanqui), ***Hoy comamos y bebamos*** (Juan de la Encina), ***Nere herriko neskatxa maite*** (Benito Lerchundi), ***Cubanita*** (Eva Ugalde).

Agradecemos a la Asociación la oportunidad que nos brinda con el disfrute de esta actividad durante el curso y el poder poner en práctica lo aprendido.

2.10. Taller de Teatro

Responsable: Joaquin Mendia



En el año 2018 el Taller de Teatro se ha compuesto de 10 mujeres y 2 hombres. Una vez más, las mujeres se han mostrado más activas que los hombres. Parece ser que las dotes interpretativas se acomodan más en las féminas que en los caballeros . O más bien en que los hombres son de una timidez plausible. Hay que conseguir aumentar la cuota, animando a los caballeros a participar con más ilusión y ahínco.

La obra que hemos representado este año lleva por titulo “La segunda oportunidad”. Esta obra es una adaptación libre de una comedia que escribió Woody Allen, inspirada en una película de Ingar Bergman titulada “ El Séptimo Sello “e interpretada por ese excelente actor que es, Max Von Sydom. Woody Allen siempre sintió una gran admiración por el cineasta sueco y escribió muchos guiones que recordaban las historias de” conflictos de pareja” que tan acertadamente escribía el director sueco.



La directora y arreglista de nuestra comedia ha sido Marian Losada que lleva años haciendo su labor con entusiasmo, paciencia y gran profesionalidad. Los actores siempre nos hemos sentido arropados y hemos conseguido formar un equipo con gran armonía y compañerismo.

Nuestros ensayos se realizaban todos los miércoles de 5 a 7 de la tarde en Topaleku.

El grupo de Teatro hizo su primera representación en el Centro Cultural de Lugaritz ante los socios de Helduen Hitza con motivo de la celebración de fin de curso 2017-2018.

En noviembre de 2018 se hizo una nueva representación también en Lugaritz. Esta vez, abierta al público en general, cosechando un gran éxito de asistencia.En ambas ocasiones los aplausos fueron la tónica general y los actores se vieron obligados a salir al escenario innumerables veces (unas 3 por lo menos) para agradecer tanto reconocimiento.

Así mismo, añadir que para el año 2019 se va preparar una obra nueva, de género histórico, cuyo titulo será “Juana la Loca”.

Para concluir, volver a resaltar las bondades de pertenecer a un grupo de teatro como el nuestro; a saber; expresión corporal, autoestima, desinhibición, aumento de la creatividad, ejercicio de memoria….

Por todo ello, hay que animarse y apuntarse ya.

¡¡¡¡ Animaos todos !!!!!



Revista “HELDUEN HITZA -BERRIAK”

La Comisión encargada de elaborarla ha estado formada por:

Como responsable: Andrés Acosta y equipo formado por María Sanchez, Juan Ignacio Aizpurua y José Luis Gonzalez

Durante el año 2018 se publicaron tres revistas en los meses de Enero , Junio y Julio, correspondientes a los números 22, 23, y 24 . Haciendo mención especial a la nº 23 cuya portada y contenidos en interiores contaban los eventos realizados por la celebración del XV Aniversario de la Asociación.

El formato se ha mantenido en 16 páginas



Todo esto ha sido posible gracias a la colaboración de los componentes de las diferentes actividades como :

- Los socios con sus aportaciones: contenidos y fotografías .
- Las diversas comisiones con la información y fotos que facilitan.
- La presidencia y junta directiva de Helduen Hitza con los editoriales y otros artículos.
- Toda la infraestructura de la Asociación.

Y desde luego, con el trabajo del equipo que compone la revista.

Nuestro agradecimiento a todos los que de una manera u otra han hecho posible que la revista salga puntualmente .

Nació con la intención de ser un vínculo de comunicación e información entre las personas asociadas, y el balance está siendo altamente positivo, ya que cada día que transcurre se está incrementando el interés por la revista.

Por medio de la revista se da a conocer a todos los asociados las actividades realizadas durante el periodo entre revistas y esto hace que se comparta entre todos el sentir de la Asociación , creando y estrechando lazos de amistad y de armonía entre todos los socios. La revista se envía por correo a todas las personas asociadas, así como a las Instituciones Públicas y otras Entidades que por su cometido tienen relación con nuestra Asociación.



2.12. LA WEB "HELDUEN HITZA"

Este año 2018 , la web ha funcionado con todo su potencial y cubriendo ampliamente las expectativas de quienes fueron l@s que la crearon , tanto en diseño como funcionalidad. Hay que destacar que aproximadamente 2/3 de los asociados utilizaron la web en el inicio del curso, para apuntarse a las diferentes actividades . Esto ha supuesto un gran avance en el tratamiento administrativo de la información generada por las inscripciones.

También ha servido como enlace para el visionado del video que se hizo para celebrar el XV Aniversario de la Asociación . Video que ha supuesto un éxito en cuanto a visitas .

En el mes de noviembre se realizó una encuesta sobre la web, preguntando a todos los asociados sobre el diseño , facilidad de uso y su funcionalidad

La encuesta constaba de 8 preguntas , que fueron cumplimentadas por 167 socios , de la totalidad de socios (510) a esa fecha..

Los resultados han sido óptimos con valoraciones muy altas , destacando la facilidad de uso, la actualización de la información y la funcionalidad que ofrece al asociado, en cuanto a la obtención instantánea de la información referente a todas las actividades que la Asociación promueve.

En la revista nº 25 , publicada en enero de 2019 , se pueden ver gráficamente los buenos resultados obtenidos.

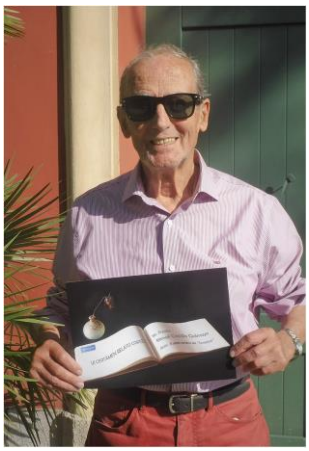
La Comisión encargada de la Web, está compuesta por :
Responsable : Maria Sanchez y colaboradores: Andrés Acosta y Juan Ignacio Aizpurua y asimismo los responsables de las comisiones:
Ramón Leturiondo, Juan Mari Pérez, Eva Esnal, Marivi Osoro, Carmen García Viscarret, Antxon Alonso, Luis Felipe Hernández y Marije Lizarazu, encargados de mantener al día la información en la Web. A todos ell@s, nuestro mayor agradecimiento por hacer posible este canal de comunicación , tan valioso en nuestra Asociación

2.13. CERTAMEN LITERARIO DE RELATOS CORTOS HELDUEN HITZA 2018

Responsable: Virginia Vera

En el número 22 de la Revista de la Asociación "Helduen Hitza Berriak" aparecieron la Convocatoria y las Bases del VI Certamen de Relato Corto Helduen Hitza Berriak en sus dos modalidades euskera y castellano.

En cada modalidad el 1er premio consistía en un diploma , diseñado por Maria Jose Cueli de la SFG (Sociedad Fotográfica de Gipuzkoa), en el cual constaba el nombre del ganador y un premio en metálico de 150 € .



El accésit consistía en el mismo diseño de diploma , conteniendo el nombre de la ganadora del accésit y un premio en metálico de 80 € .

Se presentaron 10 obras , 9 en castellano y 1 en euskera, cumpliendo así las bases del Certamen.

El Certamen quedó desierto en la versión en euskera y los premios concedidos en la versión de castellano fueron para :

1er premio: " **EL RELATO, VERIDICO, DEL CONSPICUO** " de Manuel Castillo

1er.Accésit: "**ELLA**" de María Sanchez.

¡¡¡Nuestra más sincera enhorabuena a los ganador@s!!!

Los premios fueron entregados en la fiesta de Fin de curso en la Casa de Cultura de Lugaritz.

En dicho acto María Sanchez leyó su obra ganadora con el accésit , no pudiendo hacerlo el ganador por estar ausente en dicho acto. Al día siguiente al acto de entrega de los premios las obras ganadoras fueron publicadas en la web , tal como marcan las bases del VI Certamen Literario .

Aprovechamos la ocasión para animar a todas las personas asociadas a que hagan un esfuerzo y hagan posible mantener vivo el Certamen , ya que representa un activo muy importante para la Asociación , siendo muy valorada tanto interna como externamente por el interés mostrado por algún medio de comunicación local .

PRESENTACION DEL LIBRO "ANTOLOGIA DE RELATOS"

El 14 de Marzo se hizo la presentación del libro en la Casa de Cultura Okendo , con gran asistencia de asociad@s , en un acto sencillo y entrañable.



El Presidente de la asociación Juan Ignacio Aizpúrua , hizo una breve introducción del acto , explicando la importancia que para la Asociación Helduen Hitza representaba el presentar dicho libro , que recogía los relatos seleccionados de los cinco últimos certámenes celebrados .

Seguidamente intervino Victoria Vera y una vez finalizada su intervención, se dio paso a la entrega de un ejemplar del libro a l@s ganador@es , cuyas obras estaban incluidas en el libro.

Una vez realizada la entrega , se recogió en una entrañable fotografía a tod@s l@s ganadores con el Presidente y la responsable de la edición .

Destacar la gran dedicación y constancia de Victoria Vera para que dicha publicación haya visto la luz.

La edición del libro ha sido promovida y financiada por la Asociación , contando con la estimable colaboración de Mari Jose Cueli y de María Sanchez , con un diseño muy original tanto en la portada , contraportada e ilustraciones interiores, que tenían relación con el contenido de los relatos .

14. Taller de fotografía con móvil

Responsable: Juan Ignacio Aizpurua



Durante los días 30 de octubre y 6 de noviembre se celebró el 1er Taller , con la participación de 11 aficionados a este arte. El taller duró 4 horas y fue impartido por Mari Jose Cueli de la Sociedad Fotográfica de Gipuzkoa, que en una primera sesión de 2 horas impartió una serie de conocimientos teóricos , en relación a composición, luces, tonos, etc a tener en cuenta antes de realizar las tomas de fotos. En la segunda sesión se realizaron prácticas con el móvil y con la aplicación- ***snapseed*** **-** con la que se pudieron hacer retoques, mejoras y envios. Fue una experiencia muy bonita y la valoración fue muy positiva tanto de la ponente como del contenido del programa. Al haber más interesados en realizar esta actividad se quedó en montar un 2º taller para comienzos del año 2019.





3. SITUACIÓN ECONÓMICA

HELDUEN HITZA ha obtenido el Ejercicio 2.018 un Resultado real de -**3.327,60 €,** frente a un Resultado previsto de - 4.952,00 €, lo que supone un menor déficit de 1.624,40 €.

Este resultado se ha obtenido, por un lado, mejorando los ingresos previstos en 2.607,63 € y, por otro, gastando solo 983,23 € más que lo previsto.

Con respecto a los **INGRESOS**:

En concepto de **CUOTA DE SOCIOS**, se han recaudado 19.660,20 €, lo que supone 1.800,20 € más que los previstos, debido a un aumento de socios más elevado que el previsto, que ya ha superado con creces los 500 socios.

En concepto de **MATRICULAS**, se han obtenido 21.617,43 €, lo que supone 2.002,57 € menos que los previstos, debido a que se ha reducido el coste de las conferencias en 10,00 € por persona. Este cambio es debido a que se han obtenido más subvenciones que las esperadas.

En concepto de **SUBVENCIONES**, se han ingresado 4.810,00 € frente a los 2.000,00 previstos. Corresponden 2.500 € a la DIPUTACION FORAL DE GIPUZCOA y 2.310,00 € al AYUNTAMIENTO DE DONOSTIA-SAN SEBASTIAN.

Todo ello ha supuesto unos ingresos de 46.087,63 euros.

Con respecto a los **GASTOS**:

Los **GASTOS DE ADMINISTRACION** han supuesto 6.885,50 €, frente a los 7.070,00 € previstos, manteniéndose en general todos ellos por debajo del presupuesto.

Hay que mencionar el gasto de Traducciones (castellano-euskera), que frente a los 700,00 € previstos, el gasto real ha ascendido a 1.197,06 €. Esta desviación es debida a que todos los documentos publicados en Helduen Hitza estén en ambas lenguas. En Ejercicios venideros es un conceptp de gasto creciente.

Los **GASTOS BANCARIOS** se mantienen en niveles previstos, incluyendo básicamente los gastos generados por el cobro de remesas bancarias.

Los **GASTOS SOCIALES** han ascendido a 7.221,76 €, frente a 6.525,00 € previstos, con una desviación de 696,76 € como mayor gasto, debido a los actos sociales de final de curso y final de año, donde hemos superado lo previsto.

Los **GASTOS EN PONENTES Y ALQUILERES PARA FORMACION** han supuesto 25.038,58 €, 784,58€ más que lo previsto, incrementando un 3 % el presupuesto.

Los **GASTOS DE COMUNICACIÓN SOCIAL** (revista - Web – certamen literario) han ascendido a 9.915,03 €, con un ahorro sobre presupuesto de 217,97 €, incluido la edición del video XV ANIVERSARIO.

Todo ello ha supuesto unos gastos de 49.413,23 euros.

En resumen, hemos cubierto un Ejercicio 2.018 conforme estaba previsto, donde hemos obtenido unas Subvenciones superiores a las previstas, que nos han permitido reducir á los socios el coste de las matrículas de Conferencias y reducir el déficit previsto para el Ejercicio.

EJERCICIO 2018		PRESUPUESTO	REALIZADO	% s/prto
		IMPORTES		
INGRESOS				
CUOTAS DE SOCIOS		17860	19660	
MATRICULAS		23620	21617	
SUBVENCIONES		2000	4810	
TOTAL INGRESOS		**43480**	**46087**	106%
GASTOS				
GASTOS ADMINISTRACION				
	ASESORIA CONTABLE	850	1090	
	CORREO	1050	712	
	FOTOCOPIAS	1270	888	
	INFORMATICA	650	466	
	MAT.OFICINA	500	744	
	MEMORIA ANUAL	850	756	
	CONSUMOS VARIOS	350	318	
	TELEFONIA	850	714	
	TRADUCCIONES	700	1197	
TOTAL		**7070**	**6885**	97%
GASTOS BANCARIOS		**450**	**654**	79%
GASTOS SOCIALES				
	SALIDAS CULTURALES	2500	2755	
	ALQUILER LOCALES	1050	1050	
	ATENCIONES	120	234	
	FIN DE AÑO	230	443	
	Matriculas Universidad UPV	150	270	
	XV Aniversario-Lunch	1875	2262	
	VARIOS	600	208	
TOTAL		**6525**	**7222**	111%
PONENTES Y ALQUILERES				
	PONENTES Y COLABORADORES	22454	23538	
	ALQUILER LOCALES			
	FORMACION	1800	1500	
TOTAL		**24254**	**25038**	103%
COMUNICACIÓN SOCIAL				
	REVISTA	4056	3899	
	WEB	1852	2616	
	CERTAMEN LITERARIO	835	460	
	VIDEO- XV ANIVERSARIO	3390	2940	
TOTAL		**10133**	**9915**	98%
TOTAL GASTOS		**48432**	**49415**	102%
	RESULTADO	**-4952**	**-3328**	67%

4.OTRAS ACTIVIDADES

4.1. Celebración del XV Aniversario – 21 de marzo

En este ejercicio se cumplían los 15 años de la fundación de la asociación, concretamente el 21 de marzo, fecha en la que se celebró, aprovechando la Asamblea General Ordinaria, con el siguiente programa:

1º- Palabras del Presidente : Agradecimiento a todos los soci@s, fundadores, miembros de comisiones y de juntas directivas, asi como a todos los colaboradores que han aportado sus ideas, trabajos y sobre todo dedicación y entrega



2º- Visionado del diaporama/video donde se recogían diferentes acontecimientos y actividades desarrolladas durante estos primeros quince años –Este video ha sido visionado durante el año mas de 850 veces, todo una ayuda para un mayor conocimiento de nuestra asociación.

3º Palabras de la concejala (Aitziber San Román) de Acción Social del Ayuntamiento de Donostia, Valoración de nuestra actividad y agradecimiento por parte de H.H

4º Actuación del Coro - Taller de Música y Canto- de Helduen Hitza



Fue un acto muy entrañable, en el que, además de rendir un homenaje a l@s soci@s, también se hizo un especial agradecimiento a l@s fundador@s y como colofón tuvimos un lunch en el hall dode departimos nuestras experiencias y vivencias en este periodo. Gracias a tod@s

4.2. Fin de curso 2017-18 y fin de año 2018

El funcionamiento y la organización de Helduen Hitza que se realiza de octubre de un año a mayo del siguiente, hace que tengamos dos finales: *final de curso* a últimos de mayo y final de año a últimos de diciembre, *cierre administrativo*.

En cuanto al **final de curso** 2017-18, los actos que se realizaron fueron los siguientes:

- 25 de mayo de 2018: En la Casa de Cultura de Lugaritz, actuando en este orden:

• El Taller de Teatro Helduen Hitza representó la obra: " **LA SEGUNDA OPORTUNIDAD** ” con la dirección y adaptación de Marian Losada, directora del gupo. Antes de representar la obra la Sala de Actos se llenó. Un gran aplauso a la directora y a l@s componentes del mismo

- Entrega de premios del *VI Certamen de Relato Corto Helduen Hitza*: 1er premio en castellano: " ***EL RELATO, VERIDICO, DEL CONSPICUO*** *"* del socio **Manolo Castillo** y el accésit en castellano: *"* ***ELLA*** *"* de la socia **Maria Sanchez** quedando desierto en euskera.

- Actuación del Coro de Helduen Hitza (Taller de Música y Canto) que bajo la dirección de su directora Sara Varas nos deleitaron con varias canciones Un gran aplauso a la directora e igualmente a los componentes del grupo, se lo han ganado a pulso. Felicitaciones

  Fue un estupendo final de curso en el que disfrutamos y tuvimos tiempo para cambiar impresiones y conocernos mejor. La impresión fue muy buena y la decisión implícita es volver a repetir.

- Para finalizar la jornada, se celebró la tradicional comida de hermandad, para socias y socios en el Restaurante del "Club de Tenis de Ondarreta".

En lo relativo al **final de año 2018**, los actos que se realizaron fueron los que siguen

Enrique Cercadillo nos recitó dos poemas y una obra de propia creación ***AUNQUE ME FALLE LA VOZ***. Consiguió transmitirnos los sentimientos de los poetas y su vivencia personal. ¡¡¡Muy bien, Enrique!!!. Ánimo, querido nuevo poeta

- **Concierto del *Coro Helduen Hitza*,** bajo la dirección de Sara Varas en el Salón de Actos de la Parroquia Gurutzeaga (Aiete). Como las veces anteriores, fueron muy aplaudidos.

Una vez finalizada la actuación del Coro celebramos por adelantado el día de Santo Tomás con txistorra, tortilla de patatas, bebidas... en buen ambiente y deseándonos unas felices fiestas y un feliz año nuevo.

Como resumen, podemos decir que ha sido un año muy positivo en actuaciones festivas y oportunidades para la diversión

4.3. Acto Apertura del Curso 2018-19

En el C.C.LUGARITZ, el día 9 de octubre de 2018, con buena asistencia de los socios, se celebró el acto de apertura del curso 2018-19.

Este curso se inauguró – y ya va siendo un clásico – con la presencia como conferenciante de Juanjo Alvarez. El tema elegido en esta ocasión ha sido **Justicia y Unión Europea: Entre Luxemburgo y Estrasburgo**

5.RELACIONES CON EL AYUNTAMIENTO

5.1. Consejo Sectorial del Ayuntamiento de Donostia: Acción Social

*"Los **Consejos Sectoriales Municipales** son órganos de participación con sus características, objetivos y funciones específicas". "Entre otras medidas, en los órganos internos de gestión de los Consejos habrá representantes de entidades ciudadanas, valorando esta participación como una posibilidad de empoderar a estos agentes". "... se constituyen como espacio para el asesoramiento, la información, el debate, el estudio y la propuesta en relación con asuntos en un área concreta de la política municipal."* (Boletín Oficial de Gipuzkoa del 10 de abril de 2015).

Hay que decir que la participación en el Consejo Sectorial de Acción Social nos está resultando más que fructífera.Transcurridos ya dos años, podemos decir que en ese período se han realizado 4 sesiones del Consejo de Acción Social . Las personas que han participado en ellas son:: *Juan Ignacio Aizpurua y Luis Felipe Hernandez*

Helduen Hitza en su afán de colaborar en la participación de las Personas Mayores a través de los organismos públicos, concretamente en el Ayuntamiento de nuestra ciudad, está asistiendo, entre otras actividades, al Consejo Sectorial de Acción Social.

Las reuniones se realizan cada seis meses y en ellas se presenta el informe de los gastos que durante el año se van realizando a través de los Servicios Sociales, así como los presupuestos que se van confeccionando para el año siguiente.

Consideramos que nuestra aportación es más bien a título informativo, y nuestra asistencia a este Consejo hay que valorarla por la Junta Directiva en función de las necesidades de trabajo que surjan en la Asociación

6.RELACIONES CON LA DIPUTACIÓN

6.1. Estrategia ADINBERRI

CONGRESO
ADINBERRI
RETOS Y OPORTUNIDADES DEL
ENVEJECIMIENTO SALUDABLE EN GIPUZKOA

Durante los días 22 y 23 de noviembre se celebró el congreso Adinberri, promovido por la Diputación, dentro de su programa Etorkizuna Eraikiz.En el mismo se destacó lo siguiente: En 2017 las personas de 55 años y más supusieron el 35% de la población y serán el 48% de la misma en 2031. Para entonces, el 27,1% de esta población habrá superado los 65 años y el 5%, los 85. Aunque se vislumbra que la mayoría vivirán en situación de autonomía, la población dependiente pasará de las 29.000 actuales a los 39.000 personas. Hacer frente a esta realidad, supone “un reto de gran complejidad” al que hay que responder impulsando “nuevos modelos de atención centrada en las personas”, mejorando el sistema asistencial y de salud.

Mediante Adinberri se llevarán a cabo iniciativas que favorezcan el intercambio de conocimientos y experiencias de las personas mayores al resto de la sociedad y se fomentará el voluntariado así como la participación de este colectivo «en áreas de reflexión y tomas de decisión»

Helduen Hitza participó en el citado Congreso y estableció contacto con los responsables del proyecto, para valorar qué nos puede aportar y en qué podemos cooperar, aspectos que se irán estudiando en el próximo ejercicio.

6.2. Consejo de Mayores de Donostialdea

*"Los **Consejos de Mayores** son órganos de carácter consultivo con sus características, objetivos y funciones específicas".*

Las personas que han participado en ellas son: *Juan Ignacio Aizpurua y Luis Felipe Hernandez*

Helduen Hitza en su afán de colaborar en la participación de las Personas Mayores a través de los organismos públicos, concretamente en la Diputación Foral, está asistiendo, entre otras actividades, al Consejo de Mayores de Donostialdea

Dicho consejo ha reinicado su andadura en el año 2018 y una primera acción ha sido la de nombrar al representante de la zona de Donostialdea en el Consejo Permanente de Mayores de Giupuzkoa..

Consideramos que nuestra aportación es más bien a título informativo, y nuestra asistencia a este Consejo hay que valorarla por la Junta Directiva en función de las necesidades de trabajo que surjan en la Asociación

7.COLABORACIÓN CON INSTITUCIONES Y ORGANIZACIONES

7.1. Relación con otras asociaciones de mayores de Gipuzkoa

En el ejercicio 2018 se ha retomado las reuniones entre asociaciones de escuelas de mayores de Gipuzkoa. Hubo una primera reunión en enero en Zarautz donde nos juntamos 6 asociaciones donde intercambiamos información sobre los programas de formación que realizamos y de problemáticas de organización. Se quedó, por invitación de Helduen Hitza y con motivo del XV aniversario, en volver a juntarse en Noviembre en Topaleku. Dicha reunión se celebró el pasado 28 de noviembre, con asistencia de 7 asociaciones que a continuación se nominan:

- De Donostia: HELDUEN HITZA
- De Lasarte: DANOKIDE
- De Arrasate/Bergara: GOIENAGUSI
- De Zarauz: KOSTAN ELKARTEA
- De Irún/Bidasoa: DEL PAIS DEL BIDASOA
- De Tolosa: BETI IKASTEN ELKARTEA
- De Eibar: IKASTEN



con el objetivo de contrastar información. Hay que comentar que entre las siete asociaciones presentes, estamos dando servicio a cerca de 1.400 socios
Se hablaron sobre los siguientes temas:

1-Presentación de cada asociación y personas representadas.
2-Valoracion y perspectivas con vistas al curso 2018-19. Profesorado y temario.
3-Intercambio de información de lo que vamos haciendo entre estas reuniones de asociaciones.
4-Subvenciones o ayudas recibidas de instituciones, como ayuntamientos o Dip. Foral.

7.2. Nuestros Guías en el MUSEO DE SAN TELMO



Dentro de las actividades de la Asociación, también este año socios y socias de Helduen Hitza han sido guías culturales voluntarios para personas de más de 55 años. **Arrate Pérez, Juan Mari Pérez, Juan Ignacio Aizpurua,**

Ramón Leturiondo y Maria Sanchez han sido l@s guías. A final del año se ha incorporado una nueva guía **Ana Otaegui**, también socia de Helduen Hitza , con lo que seríamos 6 personas para el año 2019 .

Durante el año 2018, han guiado visitas de 59 grupos. Como se recoge en la Memoria del propio Museo han sido 657 personas.

Siendo todos los martes día de entrada gratuita, de 11.00 a 12.30 y de 18.00 a 19.30, se ha guiado y explicado los contenidos de la Colección Permanente a grupos previamente concertados
Las visitas se distribuyen de acuerdo a seis temas:

- *Introducción al Museo San Telmo y a las pinturas de J.M. Sert.*
- *Historia del País Vasco desde la prehistoria hasta el siglo XVIII*
- *Siglos XIX y XX en el País Vasco*
- *La industrialización en el País Vasco*
- *Arte vasco en los siglos XIX y XX*
- *Tendencias pictóricas europeas desde el siglo XV al XIX*

Con el fin de evitar masificaciones y para que acudan los guías el Museo recomienda que se haga la reserva en el Tfno. 943 48 15 61 (de martes a viernes). La posibilidad tanto de asistir como visitante como la de convertirse en Guía Cultural del Museo San Telmo para +55 está abierta a quien quiera participar

7.3. Cursos de Verano de la UPV

Los días 18,19 y 20 de Junio se celebraron en el Palacio Miramar , los cursos de verano que imparte la UPV/EUH , siendo el IX encuentro de HELDUAK ADI y la FACULTAD DE EDUCACION , FILOSOFIA Y ANTROPOLOGIA .

La materia de los cursos versaban sobre el EMPODERAMIENTO DEL COLECTIVO DE PERSONAS MAYORES PARA LA PARTICIPACION Y LA TRANSFORMACION SOCIAL EN CAPV.

El primer ponente de la jornada fue D. Pedro Miguel Etxenike , (Universidad del Pais Vasco UOPV/EUH y Presidente del Donostia International Physisc Center) , científico muy conocido y galardonado con diferentes menciones y premios por todo el mundo.

Su intervención versó sobre LA INTERVENCION ENTRE LA CIENCIA Y LA TECNOLOGIA Y LA SOCIEDAD : UN FUTURO DE IGUALDAD NECESITA LA CIENCIA .

La clase fue muy interesante , ampliamente explicada y documentada con diapositivas .

Después de una breve pausa, intervino D. Ramón Zallo , profesor de la UPV/EUH (Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación) y su intervención fue sobre LOS CAMBIOS DE ESTRUCTURA DE LA COMUNICACIÓN Y LA CULTURA . EL FIN DE UNA EPOCA Y LOS RETOS HACIA PILITICAS CULTURALES Y COMUNICATIVAS DE NUEVO TIPO.

Por último intervino D. Eduardo García Elosua, miembro del Consejo Económico y Social de Euskadi, que habló sobre ANALISIS Y PROPUESTAS DE ACTUACION DE CARA A LAS PENSIONES.

La siguiente jornada del día 19 siguió con las intervenciones de :

- D. Pedro Luis Uriarte – Economista, que explicó sobre EL CONCIERTO ECONOMICO VASCO , EN UN MOMENTO COMPLICADO Y TRANSCENDENTAL .
- D. Iñigo Lamarca – Letrado de Juntas Generales , que habló sobre LOS MOVIMEINTOS MIGRATORIOS EN UN CONTEXTO DE CRECIENTE DESIGUALDAD . SU INCIDENCIAS EN EUSKADI.
- D. Aitor Urrutia Serrano – Profesor de Deusto que habló sobre APROXIMACION TEORICA A LA GOBERNANZA DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO .

- Doña Lide Amilibia Bergareche – Gobierno Vasco / Eusko Jaurlaritza – Viceconsejera de Política Sociales; habló sobre el NUEVO MODELO DE GOBERNANZA CON LAS PERSONAS MAYORES .

- D. Juán Manuel Barandiarán Echeverría – Ex Director de la Agencia de desarrollo GOIEKI , con el tema LA POLITICA DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN LAS INSTITUCIONES DE LA CAPV.

- Y D. Félix Arrieta Frutos – Profesor de la Universidad de Deusto , que trató sobre el tema , PROCESO DE EMPODERAMIENTO DE LAS ASOCIACIONES . BUSQUEDA DEL DIAGNOSTICO COMPARTIDO Y PRIORIDADES DE ACCION COMUN .

Todas las ponencias han sido muy provechosas por su contenido y sencillez en su exposición. Por parte de Helduen Hitza asistieron 25 socios. Se recuerda a los asociados que la Asociación bonifica con un 50 % el importe de la matrícula.

7.4. Voluntariado

Queremos destacar la colaboracion de personas socias de Helduen Hitza, desarrollando un voluntariado en diferentes organizaciones de caracter social, como el Banco de Alimentos, Cáritas-Aterpe, Nagusilan, Hazi eta Ikasi –

Educacion, Cruz Roja, Donostia Lagunkoia, Fundacion Matia, Fiare-Banca ética, Chernobil Elkartea, etc.

Estamos hablando de un colectivo del orden de 35 personas, que colaboran en dichas organizaciones.

A todas estas personas, nuestro reconocimiento por esa labor tan solidaria y generosa. Ánimo y !! Muchas gracias !!.

8. CONCLUSIONES

- Tenemos que comunicaros que Helduen Hitza sigue creciendo, es un hecho real en estos últimos años, lo cual habla del interés de las personas mayores de 55 años por esta asociación
- Se realizó el VI *Certamen Literario,* en el que hubo 9 relatos en castellano y uno en euskera.
- El *Taller de Música y Canto y el de Teatro* se van consolidando y han conseguido ser para la Asociación un importante activo, puesto que son la base principal de nuestras actividades de Fin de Curso y Fin de año. Gracias a tod@s
- Las *Clases de euskera*, profesorado y alumnado de la asociación, con mucho esfuerzo y con más voluntarios siguen con su actividad . Igualmente *Eskerrik asko denori*.
- .La actividad *"Ibilaldiak"* se ha ido consolidando, habiendo aumentado significativamente el número de participantes
- Las *Salidas culturales* han seguido a buen ritmo, en total 5 salidas y nuevamente se realizó el viaje de fin de curso, esta vez a Croacia, ya viajamos por Europa. Un buen logro. Aquí también tenemos que agradecer a las personas que lo han hecho posible
- La actividad de *colaboración con el Museo San Telmo* se ha ido consolidando van en aumento las visitas: cinco personas asociadas colaboran semanalmente los martes en las visitas gratuitas de personas mayores al Museo y a partir de enero se cuenta con una persona más, en total 6.
- El resto de actividades ya consolidadas han mantenido o aumentado el número de participantes: *Conferencias, Senderismo, Foro de los Jueves,*

Revista-Boletín "Helduen Hitza Berriak", Conferencias-Charla en euskera y Tertulia Literaria.

- Las Comisiones de Trabajo para la planificación y puesta en marcha de las actividades han funcionado a satisfacción. Los resultados están a la vista en esta Memoria.

- Hemos continuado nuestra relación con el Ayuntamiento, según puede comprobarse en el apartado correspondiente: programa, participación en los Consejos Sectoriales de *Acción Social .* Esta relación se va consolidando según se puede comprobar, "*cuentan con nosotr@s"*, también nosotr@s con ell@s. No obstante entendemos que es una relación que hay que mejorar

- 2018 ha sido el año de la consolidación de la página WEB. Se ha realizado una encuesta entre los socios en el mes de noviembre y los resultados han sido gratificantes, por el uso y la calidad apreciada en la misma así como la funcional. Es un avance importante como medio de comunicación con los socios.

- Como conclusión general: el año 2018 ha sido un buen año para Helduen Hitza.

- Esperamos que todas las socias y socios deis un paso adelante para colaborar y participar en los tareas de funcionamiento y mejora de la asociación.

9.- AGRADECIMIENTOS

- A nuestras socias y socios por su participación en las diferentes actividades de la Asociación.

- A los y las responsables y componentes de las Comisiones de trabajo que posibilitan que las actividades se puedan programar y llevar a la práctica.

- A las y los componentes de la Junta Directiva por su implicación y dedicación que hace posible que Helduen Hitza siga adelante

- A *Mertxe Berasain*, nuestra " colaboradora en funciones de servicio a l@s soci@s", por su trabajo cotidiano en el despacho de Topalekua que hace posible que todo siga su marcha y que nuevas socias y socios se integren en Helduen Hitza y tengan respuesta a sus demandas.

- A quienes en silencio realizan pequeños trabajos tan necesarios como los grandes trabajos.

- A quienes ofrecen su esfuerzo, su tiempo y su ilusión porque quienes lo desean tengan una ayuda en su proceso de aprendizaje del euskera. Muchas gracias a todos y todas las profesoras.

- Al Ayuntamiento de nuestra ciudad, por facilitarnos los locales para la actividad de nuestra Asociación y para la realización de algunas de ellas.

- A *Jose Mari Albisu*, de mantenimiento en Topaleku porque, como siempre ha venido haciendo, resuelve de una forma positiva, silenciosa y paciente nuestras necesidades. Con su sonrisa complaciente hace posible la realización de nuestras actividades buscando los huecos libres y disponiendo los recursos necesarios. Mila esker, Jose Mari.

- Nuestro agradecimiento a todo el personal de Topalekua

- Gracias a María de +55 por su asesoramiento, consejo y ayuda. Gracias también por su ayuda silenciosa pero activa.

- Gracias a las casas de cultura de nuestra ciudad (Okendo, Aiete y Lugaritz) porque nos facilitan los locales para algunas de nuestras actividades

- Y nuestras disculpas si hay alguien a quien hayamos olvidado. La actividad de Helduen Hitza sólo es posible gracias a quienes ahora reciben nuestro agradecimiento.