

BERRIAK

2016
Urte Berri On!

ZUZENDARITZA BAZORDEA - NUEVA JUNTA DIRECTIVA

El pasado 7 de octubre se celebró nuestra Asamblea General Ordinaria con motivo del inicio del nuevo curso 2015-2016. Tras la lectura y aprobación por unanimidad del Acta anterior, el Presidente, Miguel Sagüés, presentó a todas las personas que a partir de ahora van a componer la nueva Junta Directiva.

Finalizada la Asamblea, los asistentes fueron obsequiados en el bar de Topalekua con unos pinchos que sirvieron para fortalecer la amistad y el compañerismo que reina en nuestra Asociación.

En este curso se han incorporado nuevos socios a los que damos nuestra más afectuosa bienvenida.

NUEVA JUNTA DIRECTIVA

Presidenta:

Pili Perea

Vicepresidenta:

Julia Arrieta

Secretario:

Juan Mari Pérez

Tesorero:

Antxon Irizar

VOCALES:

Mentxu Cortés:

Salidas Culturales

Tomás Errasti:

Revista

José Manuel Susperregi:

Varias Comisiones

Jon Puy:

Senderismo

Mari Carmen Zarate:

Comisión de Cursos

Izaskun Mendikute:

Euskera





Pili Perea
LEHENDAKARIA

EDITORIALA

Donostia
2015eko urria

kasturte berri bat, 2015-16, eta Zuzendaritza Batzorde berritua HELDUEN HITZAn. Batzorde horren izenean, haren lehendakari naizen aldetik, ONGI ETORRIA bazkide zareten guztioi, 378 bazkideoi zehazki. "Helduen Hitza" familiak hazten jarraitzen du hortaz. Ateratzekoa den Zuzendaritzari, berriz, gure eskerrik zintzoena.

Urriaren 7an eman genion hasiera ikasturte berriari Aieteko Kultur Etxean. Batzarra egin genuen Zuzendaritza Batzorde berria eratzeko, eta, haren ondoren, mokadutxo bat hartu genuen, Topalekuko tabernan bertan.

Ordu gehien eta parte hartzaile gehien dituen "Etengabeko prestakuntza: Hitzaldiak" jarduerari hasiera emateko, *"Euskal eta Europar Zuzenbide berri baterantz"* inaugurazio hitzaldia izan genuen Antzoki Nagusian lehen aldiz. Nazioarteko Zuzenbidean katedraduna den Juanjo Álvarez en eskutik. Oso gustukoa dugu Juanjo Álvarez, hark esaten diguna eta nola esaten digun interesgarria baita beti. Horregatik, Prestakuntzaren alorreko arduradunak eta nik neuk lehendakari gisa "gutxi, gutxi..." hitz egitea eta "asko, asko..." entzutea erabaki genuen. Horregatik erabaki genuen, halaber, Ongietorria euskaraz egitea eta hizlariaren curriculumaz gaztelaniaz aurkeztea. Baten batek "baztertua" sentitu du bere burua eta barkamena eskatu nahi diogu horregatik, ez baitzen gure asmoa, inondik ere.

Atariko en ondoren, Helduen Hitza, haren jardueran eta jarduera horien zergatian jarri nahiko nuke arreta. Horretarako, nire esperientziaren berri eman nahi dizuet. Zenbaitek dakizunez, Helduen Hitza urtebete neramala, gure Elkartearen Idazkaritzan hasi nintzen lanean, Topalekun. Ordu asko eman nituen bulegoan, lagundu ninduten pertsona asko izan nituen alboan, eta, batez ere, harreman handia izan nuen bazkide izatera zetorren jendearekin. Batzuk erretiratu berriak ziren eta ez zuten egunero hiru hondartzetan hara-hona ibili nahi. Beste batzuk alargun gelditu berriak ziren eta antzeko egoeran zeuden pertsonak ezagutu nahi zituzten. Taldean hainbat jardura egin nahi zituztenak ere bazeuden... Edo hiri inguruan egiten genituen ibileretan eta poliki-poliki lurralde osoko ibilera bihurtu diren parte hartzaile zetoarren ere bazegoen. Gure hitzaldiek jende asko erakartzen zuten, beren burua lantzen jarraitu nahi zuen jendea bereziki... Askok aberastu ninduten pertsonen joan-etorri handia egoten zen, gauza askok lotzen baininduen haiekin. Bazkide berriei izandako lehenengo harreman hori faltan bota dut gerora.

Lerro hauetan deia egin nahi diet bazkideei lagun diezaguten Helduen Hitzaren "hegazkinak" hegari egin dezan, astiro baino seguru beti. Jende askoren lana dago ikasturtearen eta jardueren antolaketaren atzean. Jende bera izaten da gehienetan. Berrikuntza behar dugu, eta baita lan boluntario gehiago ere. Hitz gutxitan, zuen laguntza behar dugu ideia berriak ekartzeko, nekatzen ari garenok ordeztzeko eta jarduerak antolatzeko, abian jartzeko eta ebaluatzeko egiturak berritzen joateko.

"Zahartze Aktiboa" berehala sentitu genuen kontzeptua izan zen, eta berehala hitz egin genuen ari buruz kontzeptu ezagun bati buruz bezala. Urteko Memoria egiten ari nintzela, Interneten bilatu nuen hitza eta begiratu nuen nolatan sortu zen Munduko Osasun Erakundeak argitaratutako Zahartze Aktiboaren Liburu Zuria. Ez nuen irakurri, baina miatu eta aztertu nuen eta denak hartu zuen zentzua. "Peteteren Liburu Handia" nuen aurrez aurre, hark ematen zien oinarri teorikoa gure jarduerari eta hiru ardatz hauen inguruan egituratzen zituen haiek:

- Zahartze fisiko osasungarria
- Zahartze mental osasungarria eta
- Zahartze emozional osasungarria

Gure jarduerak aztertuta, guztiak txerta zitezkeen ardatzetako batean, bitan edo hirutan. Beraz, ***Helduen Hitza Zahartze Aktibo Fisiko, Mental eta Emozional Osasungarriaren benetako "lantegi" bat da.***

Aurreko irailean, Eusko Jaurlaritzak, Enplegu eta Gizarte Politiken sailak, "ZAHARTZE AKTIBORAKO EUSKAL ESTRATEGIA 2015-20" aurkeztu zuen Donostian. Munduko Osasun Erakundearen Esparru Kontzeptual eta Arau-emailearen barruan, Euskadiko, Estatuko eta nazioarteko ekarpenak biltzen ditu eta Estrategia horretan nagusi diren printzipioak gauzatzen ditu. Aldizkari apal honen bitartez, Zuzendaritza Batzordetik eskaera bat egiten diogu Etengabeko Prestakuntzaren edo Bizitza osoko Ikaskuntzaren Batzordeari: hain zuzen ere, diseinatu dezala hitzaldi bat Plan hori aurkezteko.

Amaitzeko, jakin ezazue honako jardura hauetan naukazuela: Hitzaldiak eta Euskara Ernest Lluch eta Okendon, Ostegunetako Foroan eta Literatura Tertulietan Topalekun, herrialdean barrena egiten ditugun txangoetan – nahiz eta hainbatean egiten dudan kale, eta Hitzaldiak Euskaraz ekimenean, Antiguu auzoko Lugaritz Kultur Etxean. Aupa Helduen Hitza familia!

Un nuevo curso, 2015-16, y una renovada Junta Directiva en HELDUEN HITZA. En nombre de ella, y como presidenta, os doy la BIENVENIDA a todas las personas asociadas, 378 concretamente. La familia "Helduen Hitza" sigue creciendo. A la Junta Directiva saliente nuestro más sincero agradecimiento.

El pasado 7 de octubre, en la Casa de Cultura de Aiete, dimos comienzo al nuevo curso con una Asamblea para la constitución de la Nueva Junta Directiva seguida de un pequeño "piscolabis" en el Bar de Topalekua.

Para iniciar una de nuestras actividades, la más numerosa en horas y en asistentes, "Formación continua: Conferencias", tuvimos por primera vez en el marco del Teatro Principal, la Conferencia inaugural *"Hacia un nuevo Derecho Vasco y Europeo"* a cargo de Juanjo Álvarez, Catedrático de Derecho Internacional. Nos gusta Juanjo Álvarez, lo que nos dice y cómo nos lo dice es siempre interesante. Por ello, la Responsable de Formación, y la que escribe, vuestra presidenta, decidimos, hablar "poco, poco..." para escuchar y participar "mucho, mucho...". Esta es la explicación por la que decidimos hacer en euskera la Bienvenida a las personas asistentes y el Curriculum del ponente en castellano. Ha habido alguna persona que se sintió "discriminada" por ello. Si el sentimiento fue ese, lo sentimos de veras, pero nada más lejos de nuestra intención.

Después de los prolegómenos, me gustaría centrarme en Helduen Hitza, su actividad y el porqué de su actividad. Para ello quisiera contaros algo de mi experiencia. Como algunos ya sabéis, sin cumplir mi primer aniversario en Helduen Hitza, comencé mi trabajo en la Secretaría de nuestra Asociación en Topalekua. Pasé muchas horas en el despacho, tuve personas a mi lado que me ayudaron y, sobre todo, mucho contacto con personas que venían a asociarse. Había quién sencillamente se acababa de jubilar y no se resignaba a vagar, día tras otro, por las tres playas. O quien acabada de enviudar y quería relacionarse con otras personas que estaban en situación similar. También quien quería realizar diferentes actividades en compañía... O quien venía para participar en nuestras correrías por los alrededores de la ciudad que se fueron transformando, poco a poco, en correrías por la provincia. Nuestras conferencias atraían a muchas personas que deseaban seguir cultivándose... Era una incesante procesión de personas que me aportaron una gran riqueza al sentir que me unían tantas cosas con ellas. Este primer contacto con nuevas socias y socios fue algo que luego he añorado.

Desde aquí quiero hacer una llamada a socios y socias para que nos ayudéis en el trabajo necesario para que el "avión" de Helduen Hitza pueda volar siempre sin prisas pero sin pausa. La organización del curso y de sus actividades tiene detrás el trabajo de muchas personas. Ocurre que generalmente son siempre las mismas. Necesitamos que haya renovación y más trabajo voluntario. En pocas palabras, os necesitamos para aportar nuevas ideas, sustituir a quienes ya nos vamos cansando e ir renovando las estructuras que hacen posible la planificación, puesta en práctica y evaluación de las diferentes actividades.

"El envejecimiento activo" fue un concepto que enseguida sentimos y empezamos a hablar como algo familiar. En el momento de hacer la Memoria Anual, busqué el término en Internet y mira por dónde apareció el Libro Blanco del Envejecimiento Activo publicado por la OMS, Organización Mundial de la Salud. No puedo decir que lo leí sino que rebusqué y rebusqué, hojeé y ojeé, y todo adquirió un sentido. Tenía ante mí el "Libro Gordo de Petete" que daba base teórica y estructuraba nuestras actividades alrededor de tres ejes:

- Envejecimiento físico saludable
- Envejecimiento mental saludable, y
- Envejecimiento emocional saludable

Examinadas nuestras actividades, todas aparecían como encajables en uno, en dos o hasta en los tres ejes. Así que, ***Helduen Hitza es verdaderamente una "fábrica" de Envejecimiento Activo Físico, Mental y Emocional Saludable.***

El pasado mes de setiembre el Gobierno Vasco, Dpto. de Empleo y Políticas Sociales, publicó y presentó en Donostia la "ESTRATEGIA VASCA DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO 2015-20", que dentro del Marco Conceptual y Normativo de la Organización Mundial de la Salud, recoge las aportaciones desde los ámbitos de Euskadi, Estatal e Internacional y formula los principios que presiden esta Estrategia. Desde nuestra humilde Revista y desde la Junta Directiva solicitamos a la Comisión de Formación Continua o Aprendizaje a lo largo de la vida, que diseñe una conferencia que nos presente este Plan.

Para terminar, sabéis que me tenéis en la Asociación: en las Conferencias y en Euskera en Ernest Lluch y Okendo, en el Foro de los Jueves y en las Tertulias Literarias en Topalekua, en los recorridos de Senderismo por la provincia, con algunos "kales," y en Hitzaldiak Euskaraz en la Casa de Cultura Lugaritz del Antiguo. ¡Aupa la gran familia Helduen Hitza!

XENDAZALETASUNA / SENDERISMO

ARDITURRI



IBILALDI OSASUNGARRIAK PASEOS SALUDABLES

¡HAY MOTIVO!



9-11-2015: Okendo, Calzada Vieja de Ategorrieta, Bidegorri Intxaurrenondo, Herrera, Trintxerpe, San Pedro (Puntas).

Nos acompañó el buen tiempo y no pudimos inaugurar la temporada de los PASEOS SALUDABLES de mejor manera.

Salimos a las 9,45 de la puerta de la Casa de Cultura de Okendo con buen rumbo y mejor marcha hasta llegar a nuestro destino, **Puntas de San Pedro**, sobre las 11,15 aproximadamente, unos 7 kms.

El paseo, además de saludable, nos permitió conocernos a quienes no nos conocíamos y, a todos, convivir amigablemente.

Empezamos un grupo pequeño que estamos seguros aumentará a medida que vayan realizándose los paseos y las ocupaciones de cada cual lo permitan.

Contentos con la puesta en marcha de esta actividad que tanto hemos echado de menos muchos de nosotros, la finalizamos con la clásica tortilla de patatas y brindando con lo que cada cual quiso, incluida el agua, repitiendo un lema conocido para una actividad nueva: ¡Hay motivo y que haya muchos más!

16-11-2015: Anoeta, Loiola, Txomin, Martutene, Ergobia, Astigarraga, Hernani.

Osora 8 km. izan dira gaur. Taldea

gero eta handiagoa egiten ari da. Izan ere, gaur, ilusioz betetako 14 lagun, Anoetako "Topo" geltokiaren ondoan, bildu gara bideari hasiera emateko.

Eguraldia, bide osoan zehar, berriro gurekin ibili da, ibiltari bat gehiago izango balitz bezala.

Betiko abisua: Baten batek, bidean nekatzen bada, bueltatzeko autobusa har dezake, bidean geltokiak badaude eta.

Baina Helduen Hitzaren heldu gazte hauek ez dute autobusa hartzeko beharrik izan. Gaur ere aurrera joan dira, bokata eder bat jan dute eta bueltan autobusa hartzea kostatu zaie. Zergatik? Nekaturik? EZ... oinez etortzea nahiago zutelako.

HACIA LA CONSOLIDACION DE UN MOVIMIENTO SOCIAL DE CAMBIO DE PARADIGMA PERSONAL, SOCIAL Y CULTURAL 15, 16 Y 17 DE JUNIO 2015.

1º.- En Miramar Jaurleguia hemos tenido la ocasión de asistir a este curso organizado por Helduak Adi, con la colaboración de la Diputación de Gipuzkoa y el Gobierno Vasco y bajo la dirección de Elisabet Arrieta y Xabier Aguirre. La edición de éste año, dirigida a los diversos aspectos - personal, social y cultural- de la sociedad de nuestros días, en lo que respecta al papel que tenemos que jugar las personas mayores en la sociedad.

Hemos escuchado con atención a ponentes de alto nivel - F. Goñi, J. Jauregizar, -Santi Eraso, Jesús Mari Mujica, M^a Angeles Durán- plantear interesantes reflexiones, ideas y propuestas, dejando preguntas en el aire continuamente, sobre los nuevos retos que nos plantea la crisis económica actual que, no por ser una más de las que hemos vivido, no es importante. Ponentes implicados en sus propios planteamientos. Se ha dicho que hoy en día se hace todo lo posible para que la gente se entretenga pero que no piense, que nos deben gustar más las preguntas que las respuestas; se ha hablado de individualismo, de convivencia entre ciencia y tecnología, de la diferencia de los conceptos como identidad y pertenencia, sociedad y comunidad, público y masa. Hemos hablado de Medio Ambiente de la mano de José M. Hernández, de la Fundación Cristina Enea con una visión clarificadora y realista.

De la mano de Iñigo Lamarca, hemos sabido de estadísticas oficiales pero también de derechos de la ciudadanía, del derecho a la salud (enfermedades crónicas) y, asociado a éste, el derecho a la calidad de vida a la asistencia.

José Chueca os ha descrito la filosofía y la práctica de las Aulas de la Experiencia y finalmente José Luis Elosúa nos presentó un esquema de la recientemente formada Plataforma que ha nacido con el objetivo de defender los intereses de las personas mayores, pensiones, dependencias, atención personal, formación y colaboración con proyectos como el municipal Lagunkoia.

Para finalizar, lo que suscribimos este breve resumen de lo acontecido en estas jornadas, también queremos manifestar que en las mismas hubo una representación destacada de 13 miembros de nuestra asociación que participamos en las jornadas y reflexiones que allí se vertieron. Sirvan éstas líneas para haceros una invitación a los socios de Helduen Hitza para los años sucesivos si continúan organizándose para reservar una fecha de 3 días entre los meses de junio y setiembre, para participar, convivir y reflexionar con miembros de otras asociaciones de mayores de nuestras localidades también interesados en potenciar y fortalecernos ante los nuevos retos que la sociedad nos está planteando al colectivo de las personas mayores.

CUENTO

Emilio Cuadrado

¡UNA PERDIDA!

Anoche la amona estaba desvelada. De ordinario cae en la cama y duerme plácidamente como un bebé, aunque a veces se despierta de madrugada y pasa las horas en claro recordando a sus muertos, pensando en sus hijos y en sus nietos, y buscando en su frágil memoria los recuerdos del día: *¿qué hemos comido hoy?, ¿cómo se llama la prima de Antonina?, ¿dónde habré puesto la llave del portal? Me estoy haciendo vieja* -piensa- y enseguida se dice resignada: *Ya soy una vieja, una vieja chocha e inútil, pero ¡si Dios me tiene aquí, él sabrá porqué!*.

La amona escuchó las risas de su nieta, que volvía a casa acompañada a las dos de la mañana, y no pudo menos de levantarse a espiar por la ventana. El chico era alto y desgarbado y parecía mayor. Y el morreo que se daban a la puerta de casa, de película. Se apartó roja de vergüenza e indignación, y entonces, la oyó decir cuando se despedía. ¡Hazme una perdida!

La buena mujer no pudo dormir en toda la noche. Ni siquiera el rezo del rosario la llevó a los brazos de Morfeo. Su nieta pequeña, esa mocosa, besándose de esa manera con ese sinvergüenza. ¡Una perdida! La frase no se le iba de la cabeza. ¡Una perdida! ¡Una golfa! ¡Una puta! Tendré que decírselo a Miren. A Patxi, no. Es tan bestia que lo mismo le da una paliza que la mata. Mejor se lo contaré a don Gregorio, el sabrá aconsejarme lo que tengo que hacer. Pensando en esto se tranquilizó y ya amanecía cuando cayó en un duermevela hasta bien entrada la mañana.

Andaba recogiendo el desayuno cuando apareció la niña en la cocina.

—Hola, amoni, —dijo sonriente inclinándose a besarla en la mejilla. La amona permaneció en silencio, distante, hierática, con cara de virgen ofendida, ella que siempre con la niña era como un cascabel.

—¿Que pasa, amoni? ¿Porqué estás tan enfadada? —preguntó la niña intrigada. La amona la miró de arriba abajo, con gesto de disgusto

—Bájate la falda, que la llevas en la línea de la concepción-

La niña, bajó los ojos avergonzada y se desdobló la cintura del uniforme de manera que la falda le cubriera las rodillas y salió de la cocina preocupada, pensando en que le pasaría a la amona. La buena mujer, a solas, miraba pensativa el tazón de leche con curruscos de pan frito, su desayuno de siempre. *Se lo diré a Miren* —pensó. La ocasión no se hizo esperar. Un minuto después, su hija volvió de la compra y entró en la cocina con el móvil pegado a la oreja. Hablaba con Patxi, discutían de algo, de pronto, oyó que le decía:

—Hazme una perdida cuando llegues.

La amona que no sabe una palabra de artilugios tecnológicos, pero que de tonta no tiene un pelo, lo comprendió todo. No preguntó nada, se sonrió y pensó: *Mira que soy tonta, pobre niña...*

VIAJE DE FIN DE CURSO A TOLEDO Y ANDALUCIA



TOLEDO

Salimos temprano (6,30 h) de la Plaza de Guipúzcoa con destino a Toledo.

Llegamos al hotel a la hora de comer y después con la guía que habíamos contratado fuimos a recorrer la ciudad, patrimonio de la Humanidad desde el año 1986.

Visitamos también la Catedral de Santa María de arquitectura gótica.

Coincidimos con la semana del Corpus, con sus calles engalanadas con banderas, estandartes y flores.

Toledo (vuelta). En el viaje de regreso, de nuevo a Toledo donde estuvimos un día, y ya por nuestra cuenta tuvimos ocasión de recorrer y ver la Judería, las Sinagogas, la casa del Greco. El cuadro del entierro del Señor de Orgaz en la iglesia de Santo Tomé y sus puertas de entrada a la ciudad.

GRANADA

El martes llegamos a Granada a la hora de comer y por la tarde tuvimos la visita guiada por la ciudad.

Estuvimos en el mirador de San Cristóbal y pudimos contemplar una magnífica vista. Después recorrimos el barrio del Albayzín con sus estrechas calles y sus casas blancas.

En los días que estuvimos en Granada, pudimos recorrer lugares como: La Alhambra, la Capilla Real, la Catedral, la Cartuja, el paseo de los tristes. También vimos un espectáculo flamenco en la Cueva Los Tarantos en el Sacromonte.

Del 1 al 7 de Junio de 2015



ALPUJARRAS

El miércoles hicimos un recorrido por las Alpujarras, cruzando el valle de Lecrín lleno de árboles frutales y olivos llegamos al puente de Tablate.

Seguimos subiendo y pasamos por Lanjaron, nos paramos a probar el agua de Fuente Agria. Llegamos a Pampaneira un pueblo con unas calles preciosas y con una vista al pico de Mulhacén (3.478 m)

Llegamos a Trevelez el pueblo más alto, donde después de visitar un secadero de jamones donde pudimos degustar un pincho y un vino. Luego fuimos a comer, una comida típica del lugar.

Ya por la tarde regresamos a Granada.

CORDOBA

El jueves fuimos a Córdoba, visitamos la Mezquita-Catedral. Al salir fuimos a la sinagoga, la calle de las flores desde la cual se ve la torre de la mezquita. Después de comer, volvimos a Granada.



Mentxu y Marivi.



BAZKIDEAREN TXOKOA

RINCÓN DE LAS PERSONAS ASOCIADAS

TURISMORAKO ESKUTATURIKO DONOSTIAKO BAZTERRAK

Hiri guztiek bazter sekretuak dituzte. Zeintzuk dira donostiakoak?

Horietako batzuk interneten, "tokitan.tv"-n aurkitu ditzakezu. Geinetan leku lasaiak dira, bere xarma badute...Lehenengoa bisitatzera gobidatzen zaitugu.

AMETZAGAINAKO GOTORLEKUA

Donostian eta bere inguruan Karlistadetan eraikitako zenbait gotorleku daude: Adibidez Oriamendikoa, Santa Barbara(Hernanin), eta guztietatik ezagunena San Marco (Donostia eta Erreterria artean).

Egia, Intxaurrondo eta Loiola hauzoetan (azken honetako izanik), Garbera merkatalgunetik oso hurbil AMETZAGAINAKO GOTORLEKUA dugu, edo izan zenaren hondarrak.

Zutik dirauena lehenagoko oinar-



rien gainean eraiki zuten Hirugarren Karlistadan. Bazter hau izen bereko hegian, gaur egun paseatzeko parke oso atsegin batean.

Ametzagainako gotorlekua leku estrategiko batean kokatuta dagoenez, bere gainetik Donostiako bista ederrak ikusteko aukera ematen du.

Hondarrak kanpotik eta barrutik bisitatu daitezke, baina harrigarrienak

fosora ematen duen harresi batean hazten diren zuhaitzak dira. Sustraiak sortzen eta jeisten dira hormatik gure Camboyako "Ta Prohm" Tenplua balitz bezala, irudimenari askatasuna emanez, noski.

Haritz Rodriguezek idatzia. (Bere baimenaz euskaratua). Hau eta bidai interesgarri batzuk "tokitan.tv" weborrian ikusgai.

EREMUTARRA (ANACORETA) ETA ERREGEA

Bazein bein, urrutiko erresuma batean, errege bat oso emakume eder eta lirain batekin exkondua. Naiz eta emazte erakargarria izan, erregea nahiko gonazalea zen eta beste emakumeekin ibiltzea zuen gustuko.

Emaztea zintzoa zenez, ez zion kalterik egin nahi, baina bere kabuz ezin zuen ohitura txar hori baztertu.

Orduan, laguntza eske, anakoreta edo eremutar gizon zintzo eta zaindu batengana jo zuen honek lagun ziezaión.

Eremutarrak erregearen ohitura

hori baztertzea lortu zuen bere aholkuen bidez eta erregeak, saritu nahian, ea zer izango zuen gustuko galdetu zion.

- Bada, jakingo duzun, nire elikatze era oso xumea da ea izugarri gustatuko litzaidake **eperra** jatea.

Erregeak bere jauregira eraman zuen eremutarra eta eperrik ederrena presta ziezaión agindu zion sukaldariari. Gure gizona bapo geratu zen horrelako jaki gozoa dastatu ondoren.

Baina erregeak garai luze baterako

gonbidatu zuen eremutarra eta egunero eperra jar ziezaióten agindu zion bere zerbitzariari.

Hilabete zeramala egunero eperra jaten eta, noski, nazka-nazka eginda, erregearengana jo zuen eta honakoa azaldu zion:

- Niri eperra biziki gustatzen zait, baina egunero-egunero gauza bera jatea oso aspergarria egiten zait.

Eta erregeak honela erantzun zion:

- **Horixe bera zen niri gertatzen zitzaidana, emazte ederra ondoan eta beti beraz elikatu behar.**

Ipuin labur hau, Nafarroako Erriberako nekazari bati entzundakoa da.



El 29 de mayo de 2015 se realizó una encuesta a los socios de Helduen Hitza, preparada por la Comisión de Cursos con el objeto de conocer sus opiniones sobre lo que somos y lo que queremos ser y hacer en el futuro.

Este es un resumen que recoge los aspectos más relevantes de la encuesta.

1.- CLASES DE EUSKERA.

- ☒ El formato es adecuado pero se deberían ampliar las clases.
- ☒ Se precisa un profesor/a para Topalekua
- ☒ Se ha de cumplir el horario con puntualidad y tener regularidad en la asistencia.
- ☒ Ampliar el nivel de las conferencias en euskera, nuevos temas y conferenciantes.

2.- CURSOS DE FORMACION PERMANENTE. Conferencias.

- ☒ Se considera que los cursos contribuyen muy positivamente a la Formación Permanente y que el formato es adecuado. Algunos pueden aportar ideas para mejorar. La gran mayoría no está dispuesta a formar parte de la Comisión.
- ☒ Se deben respetar horarios, más tiempo para preguntas. Se pueden y deben tratar aunque sin “especial atención” los temas siguientes:
- ☒ Área social, salud, alimentación, familia, herencias... Historia y varias religiones... Económicos, sociales, religiosos, filosóficos... Temas políticos en plan general...
- ☒ Temas médicos, enfermedades degenerativas...

3.- FORO DE LOS JUEVES.

- ☒ Una gran mayoría opina que hay libertad absoluta en la selección de los temas de debate.
- ☒ Todos consideran que hay respeto a todas las opiniones libremente expresadas, que hay independencia de la Junta Directiva en temas de debate y que las opiniones recogidas no representan necesariamente las de la Asociación.
- ☒ Gran parte de los asistentes dice que las opiniones no deben ser publicadas con referencia a Helduen Hitza aunque hay unas pocas opiniones que dicen que “pueden publicarse en cualquier medio con referencia a Helduen Hitza siempre que se respeten los Derechos Humanos.

ENCUESTA

4.- TERTULIA LITERARIA.

- ☒ Dos socias se ofrecen para participar en la selección de los libros.
- ☒ Se propone que debiera haber una fórmula mixta entre el conductor y los tertulianos.
- ☒ La mayoría dice que está satisfecha y que se cobre una “cuota blanda.”

OTRAS ACTIVIDADES MINORITARIAS.

- ☒ Algunos opinan que sería interesante recuperar actividades abandonadas y otros que no es necesario.
- ☒ En general se opina que “Sí, si hay demanda”.
- ☒ Se solicitan Taller de Cine: hacer documentales... Práctica de inglés.

5.- SALIDAS CULTURALES.

- ☒ Hay unanimidad sobre número de plazas, recorridos, calendario y frecuencia.

- Se proponen:

- ☒ Humedales de Salburua (Gasteiz)- Salinas de Añana-Torre de los Varona; Parlamento de Gasteiz; Flisch de Zumaia; Las Bardenas; Señorío de Bertiz; Castillo de Urtubi; San Millán de la Cogolla.
- ☒ En Donostia: San Telmo Museoa; Cisterna de Ulía; Palacio de la Diputación; Artikutza.

6.- SENDERISMO.

- ☒ La mayoría no está dispuesta a organizar un grupo de senderismo más fácil.
- ☒ Comentario: Lo hacen de maravilla.
- ☒ No hay voluntarios dispuestos a colaborar en el diseño de nuevos recorridos.
- ☒ No se deberían financiar autobuses ocasionales. Pero sí en caso de necesidad.
- ☒ Sí abono de gastos a los guías y verificadores y financiar el material de mejora, walkis, GPS...

7.- PASEOS EN BICI.

- ✓ A la mayoría no les gustaría participar. Debiera diferenciarse entre salidas con más nivel y con menos nivel de dominio de la bici.

8.- OTRAS ACTIVIDADES de SALUD FÍSICA o MENTAL

- ✓ Hay algunos socios que proponen que se organicen clases de: Yoga, Tai-Chi, taller de memoria, gimnasia, mus, risoterapia y práctica de inglés.

9.- AREA DE COMUNICACIÓN interna y externa

- ✓ Una mayoría opina que está suficientemente atendida.
- ✓ Hay que mejorar la página web y publicarla en la revista para que nos acostumbremos a mirarla.
- ✓ Implicarse en temas sociales no en temas políticos...
- ✓ Según los Estatutos Helduen Hitza es apolítica.
- ✓ La revista cumple su función en comunicación interna: opina la mayoría pero es mejorable.
- ✓ Debemos tener mayor presencia en los medios de comunicación.
- ✓ La Junta Directiva debe controlar las opiniones que se publiquen en nombre de Helduen Hitza.
- ✓ Los escritos sacados al exterior se deberían enviar a través de la Junta Directiva.

10.- AREA SOCIAL.

- ✓ Los acuerdos con otras instituciones deben ser refrendados en Asamblea.
- ✓ Cualquier compromiso debe contar con el pluralismo de asociados.
- ✓ Las relaciones con otras asociaciones deben canalizarse a través de la Junta Directiva (refrendados por Asamblea)
- ✓ Ningún grupo de miembros de la Asociación debería vincularse a cualquier otra asociación en nombre de Helduen Hitza.

OTRAS OPINIONES Y COMENTARIOS

- ✓ Contratar a una persona para administración, secretaría.
- ✓ Crear una base de datos eficaz mejoraría y facilitaría la gestión.
- ✓ Crear una comisión para tratar temas sociales y participar en mesas y foros con vínculo y en nombre de la Junta Directiva.
- ✓ Comunicar a las distintas comisiones de la Asociación lo dicho sobre su comisión.
- ✓ Comunicar a socios en general de forma asequible en la Revista los resultados de esta encuesta.

VARIOS

CERTAMEN DE RELATO CORTO

Lamentablemente, este año no se ha celebrado el certamen literario de relato corto por el insuficiente número de participantes. Se presentaron solo cinco trabajos, cuando la Junta Directiva había establecido un número de 10 para su viabilidad. Confiamos, no obstante, en que este curso concurren más socios a este certamen cuyas bases serán publicadas en el próximo número de la Revista.

La Junta Directiva decidió publicar en la página Web de la Asociación los relatos de aquellos participantes que lo autorizaran. Hasta la fecha se han publicado dos, que pueden ser leídos por quienes estén interesados.

DEIA - SOLICITUD

Se hace una llamada a todas las personas asociadas para que envíen sus textos con sugerencias, opiniones o lo que deseen comunicar, respecto a la Asociación, para incluirlo en el apartado dedicado para ello en la Revista. Pueden hacerlo por correo o al email: info@helduenhitza.com

TALLER DE TEATRO

En el número 13 de nuestra Revista anunciábamos la suspensión del taller de teatro por la baja participación de socios dispuestos a colaborar en esta actividad. Hoy podemos anunciar, con sumo placer, que este curso 2015-2016 se reanuda este taller al haberse superado el número de "actores" establecido para su viabilidad.

INGLÉS CONVERSACIONAL

Se está en fase de preparación de esta nueva actividad que ha surgido a raíz de la Encuesta que se llevó a cabo el pasado mes de mayo, y cuyos resultados se publican resumidamente en este número.

Se trata de hablar en inglés todo el tiempo que dure la actividad, que estará dirigida por una profesora cuya misión será que los asistentes recuperen su nivel de conversación y lo mejoren. Está, por ello, pensado para aquellas personas que posean un nivel medio/alto del idioma.

Si hay suficientes participantes y todo transcurre como está previsto, en enero de 2016 podremos contar con esta nueva ocupación.



EXCURSION A TORRE LOIZAGA Y BALMASEDA

El jueves 22 de octubre a las 8 de la mañana salimos hacia Las Encartaciones, nuestra primera excursión del curso 2015-2016.



La primera parada fue en Galdames, TORRES LOIZAGA, enclavada en un precioso paisaje y rodeada de olivos, con el deseo de ver el museo de coches antiguos y clásicos. La colección está formada por 75 automóviles de los cuales 45 son Rolls Royce. Están presentes todas las décadas del siglo XX desde un Allen Runabout de 1899 o algún deportivo como el Lamborghini Countach y un Ferrari Testarossa.

Ya en Balmaseda visitamos la fábrica Museo de la Boina La Encartada. La fábrica nació por iniciativa de un indiano de la villa, se fundó en 1892, se cerró en 1992 pasando a ser propiedad de la Diputación de Vizcaya. Nos sorprendió lo que vimos y aprendimos del funcionamiento de la fábrica.

Después de comer, visitamos el museo de la Pasión Viviente, hicimos la visita de la villa para terminar en la iglesia de San Severino, la única que actualmente está dedicada al culto, como característica destacar que no tiene retablo, fue sustituido por vidrieras.

A las 8,20 llegamos a Donosti tras haber pasado un día agradable.

Mentxu y Marivi.





MUSEO DE COCHES DE TORRE LOIZAGA

La colección de coches antiguos y clásicos de Miguel de la Vía, es la única en Europa que alberga todos los modelos de Rolls Royce fabricados entre 1910 a 1998.

Situada en plena naturaleza y a solo 30 kilómetros de Bilbao, la reconstruida torre medieval de Loizaga, contiene además otra selección de coches antiguos, clásicos y deportivos. Todos los coches se encuentran en perfecto estado de conservación y listos para ser puestos en marcha.

Las colecciones están distribuidas en seis pabellones. Podemos recrearnos viendo ejemplares de los primeros años del siglo XX; coches americanos que comparten su presencia con carruajes y carrozas elegantes; deportivos descapotables, y de un insólito camión de bomberos del parque automovilístico inglés; velocísimos deportivos; una exhibición de Rolls-Royce donde se aprecia la evolución estética y mecánica de la firma británica a través de una sucesión de modelos que abarcan varias décadas.

Ha merecido la pena hacer la visita a este museo sin par.



Aldizkariaren ekipoa: Tomás Errasti (Koordinatzaile orokorra), Manoli Martínez eta Pilar Remirez de Esparza.

Argazkien kolaboratzaileak : Mentxu Cortés eta Kontxi González.

Argitaratzen du: Helduen Hitzak

Egoitza: Pº de Aiete, nº 85 - Ed. Topalekua- 20009 - Donostia Tel. 674130270— 943467665 info@helduenhitza.com — www.helduenhitza.com

Helduen Hitzak no se hace responsable de las opiniones vertidas por sus colaboradoras y colaboradores en esta publicación.