

# HH HELDUEN HITZA

BERRIAK

2017

2018

2016

2019

2015

# 12

# Urte

# elkarrekin

2014

2010

2020

2013

2011

2012

12 años  
con la revista





Paseo de Aiete nº85  
Edificio Topaleku  
20009-Donostia  
Tel: 943 46 76 65  
info@helduenhitza.com  
www.helduenhitza.com

## REVISTA HELDUEN HITZA BERRIAK D.L. SS-760-2010

### Aldizkariaren ekipoa:

Juan Ignacio Aizpurua  
(koordinatzailea)  
José María Elberdin  
María José Arcauz  
María Sánchez  
Isabel Mardones  
María Jesús Lería

### Argazkien Kolaboratzaileak :

Juan Ignacio Aizpurua  
Andres Acosta

### Diseinua, inprimaketa eta banaketa:

Gureak Marketing ( Donostia )

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

# AURKIBIDEA ÍNDICE



- 3** EDITORIALA  
EDITORIAL
- 4** BATZAR NAGUSIA  
ASAMBLEA GENERAL
- 5** ZUZENDARITZA BATZORDE BERRIA - GOGOETA ETA PLANAK  
NUEVA JUNTA DIRECTIVA-REFLEXIONES Y PLANES
- 6 - 7** VIII. LEHIAKETA LITERARIOAREN KONTAKETA IRABAZLEAK  
RELATOS GANADORES VIII CERTAMEN LITERARIO
- 8 - 9** ELKARRIZKETA JUAN IGNACIO AIZPURUARI  
ENTREVISTA A JUAN IGNACIO AIZPURUA
- 10 - 11** MARTXAN DAUDEN JARDUERAK  
ACTIVIDADES EN MARCHA
- 12- 13** WEB ORRIA ETA JARDUEREN POSTA HOBETZEA  
MEJORAS EN LA PAGINA WEB Y CORREOS DE LAS ACTIVIDADES
- 14 -15** HARRERA TAILERRA BAZKIDE BERRIENTZAT  
TALLER DE ACOGIDA NUEVOS SOCIOS
- 16** ELKARRIZKETA ANDRES ACOSTARI  
ENTREVISTA A ANDRÉS ACOSTA



**EDITORIALA: Aldizkariaren lehenengo 12 urteak**

Aldizkariaren sorreraren hamabigarren urteurrena ospatuko dugu oraingoan. Ibilbide horretan ezin hobeto jasotzen da Helduen Hitza denaren eta irudikatzen duenaren bilakaera.

Ildo horretatik, gaur egun oraindik ere indarrean dirau prozesu hari hasiera eman zion eta gure ezpiritua azaltzen zuen alean garai hartan lehendakari zen Pedro Mari Cigandak adierazitakoa: “Gu bezain gaztea den elkarte batetik (2003) buletin-aldizkari hau abian jartzeak adierazten du zenbateko indarra eta uste sendoak ditugun adinekook, eta orobat adierazten du ez dugula etsitzen “eskubide osoko” herritar izateko ahaleginean, ez garela txotxongilo hutsak, mamirik gabeko jardueretan baztertuta”. GURE IZPIRITUA “GAZTEA eta ERREBELDEA” DA

Gaur egun, osasun egoera kontuan hartuta, une zailak bizitzen ari gara, mugak baititugu, eremu pertsonalean, gureekin egoteko, elkartzeko, besarkatzeko..., eta baita eremu kolektiboan ere, jarduerak orain arte bezala antolatzen jarraitzeko; “impasse” egoera batean gaude. Luze egiten ari zaigu, eta zenbaitean kikildu egiten gara, nekatuta gaude, aspertuta, adorerik gabe; baina badirudi ikusten dela irteera eta etorkizun hurbilean berreskuratuko dugula gure espazioa Normaltasun Berri horretan.

Poliki-poliki, ezagunak diren segurtasun neurri guztiak aplikatuz, bazkideen artean lehenengo harremana edukitzeko aukera ematen diguten jarduerak egiten ari gara, hala nola Tertuliak, Ostegunetako foroa, Mendi ibiliak... Beste jarduera batzuk, aldiz, esaterako Irteera Kulturalak, Hitzaldiak, Abesbatza edo Antzerkia, konplexuagoak dira, era askotako arrazoiengatik, baina, epe laburrari begira itxaron egin beharko badugu ere, horiek abian nola jarri pentsatzen ari gara.

Eskerrak ematen dizkiogu Julia, Maite eta Raqueli, baliabide gutxiarekin baina ilusio handiz proiektu honen haziak erein zituztelako, eta baita beste hainbati ere, hamabi urte hauetan beren alea jarri dutelako aldizkariaren koordinazioan, diseinuan eta maketazioan, artikulua, argazkiak, etab. ekarriz. Atzoko ideia hura gaur egun guztiz errotuta dago: HELDUEN HITZA Berriak.

Eskerrak asko bazkide guztiei aktibo jarraitzeagatik, zintzo, autonomo, parte hartzaile eta solidario, izpiritu gazte eta errebelde hori sendotzen jarraitzeagatik. Itxaropena dugu laster ikusiko dugula elkar eta gure harreman sozialak estutu ahal izango ditugula, gure oreka emozionala sendotuz.

Aldizkariaren lehenengo hamabi urteak baino ez dira. Askoz ere gehiago ospatuko ditugu elkarrekin aurrerantzean ere.

**ZUZENDARITZA BATZORDEA**

**EDITORIAL: Primeros 12 años de la revista**

Estamos de celebración, pues conmemoramos el duodécimo aniversario de la creación de la revista que recoge fielmente la evolución de lo que es y representa Helduen Hitza.

En este sentido, sigue plenamente vigente aquel editorial que el entonces presidente Pedro Mari Ciganda firmó en la revista que abrió este proceso y que refleja nuestro espíritu: “Que desde una asociación joven como la nuestra (2003) continúen poniéndose en marcha nuevas actividades como ésta del boletín-revista, demuestra nuestra fortaleza y convicción de que las Personas Mayores no cejamos en nuestro empeño en ser “sujetos de derecho” y no meras comparsas, aparcadas por ahí en insulsas actividades”. ES NUESTRO ESPÍRITU “JOVEN y REBELDE”

Hoy, dada la situación sanitaria, nos encontramos en momentos difíciles pues nos limita, a nivel particular, estar con los nuestros, juntarnos, abrazarnos..., y, como colectivo, el organizar las actividades como habitualmente lo hacíamos; estamos en situación de “impasse”. Se nos empieza a hacer largo y en ocasiones flaqueamos, nos invade el cansancio, el hartazgo, nos encontramos bajos de moral, pero parece que empezamos a ver la salida y que en un futuro próximo podremos ir recuperando espacio en esa Nueva Normalidad.

Poco a poco, aplicando todas las medidas de seguridad conocidas, vamos desarrollando las actividades que posibilitan un primer contacto entre los asociados como Tertulias, Foro de los jueves, Senderismo... En otras actividades como Salidas Culturales, Conferencias, Coro o Teatro, resulta más complicado, cada una por motivos diferentes, pero, aunque somos conscientes de que a corto plazo vamos a tener que esperar, estamos trabajando en cómo ir poniéndolas en marcha.

Damos las gracias a Izaskun, Julia, Maite y Raquel porque con pocos medios pero muchísima ilusión sembraron la semilla de este proyecto y gracias a tantos otros que en estos doce años pusieron su granito de arena en la coordinación, diseño y maquetación, aportando artículos, fotografías, etc. Aquella idea de ayer está hoy claramente consolidada en HELDUEN HITZA Berriak.

Gracias a todos los socios por mantenernos activos, íntegros, autónomos, participativos y solidarios, cultivando ese espíritu joven y rebelde, confiando que pronto volveremos a reunirnos y podremos estrechar nuestros contactos sociales, fortaleciendo así nuestro equilibrio emocional.

Sólo son los primeros doce años de la revista. Juntos celebraremos muchos más

**LA JUNTA DIRECTIVA**





# BATZAR NAGUSIA ASAMBLEA GENERAL

El día 15 de diciembre de 2020 se celebró en la Casa de Cultura Lugaritz, la Asamblea General Ordinaria con la asistencia de 75 socios y 26 delegaciones de voto.

En el Orden del Día, se leyó un **resumen acta de la Asamblea anterior**- publicada previamente en la web- y fue aprobada por unanimidad.

Posteriormente se pasó a explicar la **Memoria del 2019**, por cada uno de los responsables de las comisiones. A continuación se destacan los aspectos más reseñables: En **Conferencias**, las inscripciones fueron de 235 personas. **Hitzaldiak euskeraz**: Asistencia media de 28 personas y **Clases de euskera** de 43. **Senderismo**- Personas Federadas: 205. **Ibilaldiak**: 98. **Tertulias literarias**: 34. Foro de los jueves: 22. **Taller de Música y Canto**: 43. **Taller de Teatro**: 10. **El 87% de las inscripciones se han realizado a través de la web-área privada**. En **Salidas Culturales**, se realizaron 5 salidas culturales de un día y el **Viaje de Fin de Curso a Rumanía**. En cada actividad los responsables hicieron un análisis de cómo había evolucionado el ejercicio 2020, en muchos casos con grandes limitaciones derivadas de la pandemia del Covid-19, por las limitaciones que imponían las medidas sanitarias y disposición de locales.

A continuación el presidente informó sobre otras actividades como el **Certamen Literario**, tanto del realizado en 2019 como del 2020, al que se presentaron 11 obras. En un acto previo a la Asamblea, se procedió al reparto de diplomas y premios. Igualmente en el 2019, se realizaron un **Taller de Escritura**, **2 Talleres sobre fotografía con móvil** y un **Taller de Arquitectura**. Destacó el **Proceso de Reflexión** realizado en el primer trimestre, con la participación de 143 personas. **Los temas más destacables son: Definición de la Misión, Visión y Valores de HH, así como una lista de Compromisos para el periodo 2019-23, que servirán de guía de actuación a la próxima Junta**.

Se pasó al **descargo de las cuentas del 2019**, donde el Tesorero, comentó que previamente estaban publicadas en la web. Resaltó que el resultado fue de 1.538 euros negativo, frente a los 3.835 euros del presupuesto, debido a una obtención de subvenciones superior a la prevista. En relación al **presupuesto para el 2020**, se han previsto unos Ingresos de 25.246 Euros y unos Gastos de 26.860 euros, que generan un déficit de 1.613 euros. Estos datos fueron presentados a la Asamblea y aprobados a continuación

**Comunicaciones de la Junta Directiva:** Juan Ignacio explicó los temas que se habían realizado durante la pandemia:

**Manual Corporativo, Plan de Acogida de las nuevas personas socios, Tríptico de Acogida y se ha diseñado un Taller de Acogida.**

**Renovación de la Junta Directiva:** El Presidente informa que 3 personas, Antton Arruti, Luis Felipe Hernández y Juan Ignacio Aizpurua, han agotado su periodo de mandato, incluida la prórroga de 1 año. En este sentido no se presentan como candidatos para continuar en la Junta.



La propuesta de **nueva junta directiva** fue la siguiente: JOSÉ M<sup>a</sup> ELBERDIN, Presidente y responsable de Comunicación Social hasta octubre 2022; M<sup>a</sup> JESÚS LERIA, Vicepresidenta hasta octubre 2021; MARIBEL ARRANZ, Secretaria hasta octubre 2021; JUAN MARI GONZÁLEZ, Tesorero hasta octubre 2021; PATXI MONEO, Vocal de Senderismo e Ibilaldiak hasta octubre 2022; JUAN LUIS PÉREZ MATEO, Vocal de Conferencias hasta octubre 2021; KORO GARMENDIA, Vocal de salidas culturales hasta octubre 2022; TXEMA ORMAZABAL, Vocal de Euskera hasta octubre 2021; M<sup>a</sup> CARMEN MOSQUEIRA, Vocal de Tertulias literarias, Certamen Literario y Taller de escritura hasta octubre 2022; LUIS ROS GALÁN, Vocal de Foro de los jueves, Taller de Música y Canto y Taller de Teatro hasta octubre 2021. Se aprueba el cambio propuesto. El Presidente agradece a los compañeros que cesan y a los que entran su actitud generosa y pide un aplauso para ellos. Queda constituida la nueva Junta compuesta con los miembros de la fotografía.

Posteriormente toma la palabra el **nuevo Presidente**, agradeciendo su labor a la Junta anterior y se fija como primer objetivo, **volver a la normalidad**. Igualmente anuncia los **retos que han de afrontar**:

**Gestión de un colectivo numeroso, somos 551 socios, por las dificultades de gestión que supone. Anuncia que lo importante es la cohesión interna y que se hará un análisis por comisiones y en la propia Junta de las áreas de mejora. Asimismo comenta que habrá una línea continuista tanto por los que siguen en la Junta como por los resultados del Proceso de Reflexión.**



Para finalizar el **Presidente saliente**, lee unas palabras de despedida, en las que **valora el trabajo realizado, en estos 3 últimos años**.

Como muy positivo y a nivel personal, considera que la experiencia le ha resultado muy enriquecedora. Terminó agradeciendo a todas las personas socias su participación, así como a los miembros de las Comisiones, a las Juntas Directivas e hizo extensivo ese agradecimiento a Mertxe Berasain, a María Sanchez (web) y a su mujer, Espe, por su constante apoyo, comprensión y paciencia. Se despide muy emocionado con un **“Besarkada handi bat bihotz bihotzez guztioi”**.



Tal y como reflejamos en nuestra carta de presentación enviada a todos los socios, *“En estos momentos de absoluta anormalidad nos encontramos, por responsabilidad, con la imposibilidad de llevar a cabo buena parte de nuestras actividades aunque mantenemos otras (las que agrupan un número de personas más reducido). Si no podemos funcionar con normalidad, sí debemos utilizar este tiempo para analizar cómo mejorar e innovar nuestra oferta”*

También es cierto que poco a poco nos vamos acercando a esa **Nueva Normalidad** y hemos de ser capaces de estar preparados para responder a las necesidades de nuestros socios.

Cuando llegamos, nos encontramos una organización sólidamente consolidada, quizá por ello hemos sido capaces de sobreponernos a las dificultades derivadas de la pandemia, con un bien estructurado planteamiento de futuro que se consensuó en la Reflexión de 2019 (concretado en 12 compromisos) y un colectivo de socios que aumenta de año en año, 551 en este momento.

Así pues y dado que se nos ha puesto el listón tan alto, la senda de trabajo ha de continuar el rumbo hasta ahora fijado: Plan de Comunicación, Taller de Acogida...

No obstante, sí queremos hacer partícipes al conjunto de socios una serie de aspectos sobre los que hemos de reflexionar tanto en la Junta como en las Comisiones; algunos de estos puntos son:

- **Función y funcionamiento de las comisiones =>** En la organización interna de Helduen Hitza hemos de redireccionar este aspecto de las Comisiones no limitándolas exclusivamente al ámbito específico de su actividad sino abriéndolas al debate de los aspectos generales que afectan al colectivo en su totalidad, aportando así opiniones e ideas que alimenten el debate de la Junta.

- **Cohesión interna =>** El hecho de que en los últimos años hayamos crecido tan significativamente en cuanto al número de socios (cada uno con sus expectativas y motivaciones) además de ser una fortaleza, es también un reto: mantener en Helduen Hitza la coherencia interna y su idiosincrasia fundacional.

- **Normalización del euskara =>** El euskara es una de las señas de identidad de nuestra organización y por ello debemos esforzarnos para que esté cada vez más presente en nuestras relaciones y actividades; la potenciación del *aho bizi, belarri prest* y la figura del *mintzalaguna* nos ayudarán a conseguirlo.

- **Herramientas de Mejora Continua =>** Para ofrecer unos servicios de calidad y conocer la aceptación y satisfacción de los socios, hemos de implantar indicadores que nos posibiliten analizar las distintas actividades e introducir las mejoras necesarias para hacerlas más atractivas.

- **Potenciación de la Web =>** Creada en 2017, es una herramienta muy potente para la comunicación con los socios y para presentar nuestra organización a la sociedad en general; en este momento nos encontramos en fase de Afianzamiento y Consolidación, debiendo introducir las estrategias que nos lleven a una mayor utilización y expansión.

- **Análisis de los socios =>** Un mejor conocimiento de las características de nuestros asociados nos posibilitará ofrecer unos servicios más adaptados a las mismas; en este sentido, conocer la estratificación de edades, el conocimiento del euskara, el perfil profesional... nos reportará información muy valiosa a la hora de plantear nuestra oferta de futuro (por supuesto, manteniendo la absoluta confidencialidad de los datos)

- **Cómo recoger la opinión y sugerencias de los socios =>** Ciertamente es que el contacto directo entre los asociados es la manera más valiosa de conocerlas; pero también hemos de sistematizar otros mecanismos que nos permitan tomar el pulso a la organización.

Y todo esto ¿por qué y para qué? Vivimos momentos de grandes cambios tanto por la velocidad a la que se producen como por el calado que alcanzan, teniendo algunos su origen en el propio seno de Helduen Hitza y otros que nos vienen del exterior. Identifiquemos algunos de ellos:

- Es una obviedad señalar que la situación sanitaria que estamos viviendo desde hace un año está cambiando nuestros hábitos y modos de relación; este aspecto está condicionando sensiblemente, y no precisamente para bien, nuestro desarrollo social y emocional. Estos cambios que hoy son coyunturales ¿han venido para quedarse o pasarán a ser estructurales?

- Hemos crecido sensiblemente, somos muchos y eso es bueno, pero es más difícil de gestionar, o por lo menos hay que hacerlo de otra manera. Debemos esforzarnos para incentivar a las nuevas incorporaciones para que vengan con una mayor actitud de servicio. No somos un club de ocio para jubilados.

- La sociedad de Donostia y su entorno está cambiando en sus costumbres (quizá en sus valores), demandando nuevos servicios.

- El propio desarrollo de las nuevas tecnologías hace que se hayan convertido no sólo en una potente herramienta de comunicación, sino que está afectando a la propia relación entre las personas ¿llegando en ocasiones a sustituirlas?

Así pues, manteniendo nuestros fundamentos, ese **espíritu “juven y rebelde”**, hemos de ser capaces de hacer un análisis correcto de todas estas situaciones y saber **ADAPTARNOS** a los cambios que estamos viviendo; sólo así daremos un mejor servicio a nuestros asociados y a la Sociedad en general.



## VIII. LEHIAKETA LITERARIOAREN KONTAKETA IRABAZLEAK

### Microrrelato en euskera: ISPILU SALATARIA



Goizero bezala, eta erdi lotan, nire aurpegiari begiratzeko diodanean ispiluan...

Nor ikusten dut?

Familiako aita ondradua, ohitura denez, goizeko zazpitan jaikitzen dena lanera joateko?

Edo...ia egunero, gupidarik gabe, lanaldi partzialeko langileak aukeratzeko dituen arduraduna, lanbide baldintza lotsagarriekin: miseriazko soldatak, etenik gabeko lan orduak segurtasun neurririk eza?

Edo...Elizkoi katolikoa, igandero mezatara bere emazte eta seme-alabekin joaten dena eta maiz jaunartzen duena (aldeztatik aitorlekutik

pasa ondoren, noski)?

Edo...Bere emazteari, ahal duenean, engainatzen diona honek ezer jakin gabe?

Edo...Futbolarenganako grina asetzen duena, hala futbol zelaietan nola etxean telebistaren aurrean?

Edo...Zerga-kontseilari on batek aholkatuak, berari dagozkion zergak ekiditen duen zergadun "azkarra"?

Ez jarraitu ispiluari begiratzeko, zeren zeure burua hobeto ezagutzeko, ez duzu SEKULA SANTAN ispiluaren aurrean duzuna agurtuko.

**José Mari Razkin**

### Microrrelato en castellano: SOLO SON PALABRAS

Cuando comencé a acompañar a mi madre, ya anciana, en sus paseos, la naturaleza tomó para mí una nueva dimensión: el color y la forma de las nubes, las hojas nuevas de los árboles o las últimas por caer, la subida y bajada de las mareas en la ría... Todo eso que hasta ahora me había pasado desapercibido se convirtió, de pronto, en fuente de conversación porque los problemas domésticos y las noticias habían escapado de su mundo y así fue como, poco a poco, empecé a disfrutar de esa parte positiva y feliz que las neuronas habían operado en ella. El resto, los otros cambios eran tristes.

Y en una tarde de invierno luminosa como pocas, nos sucedió algo sorprendente, una de esas experiencias que nos reconcilian con la humanidad. Me había costado sacarla de casa, pero una vez fuera, me hizo ver las estelas de los aviones en el azul del cielo, los corcones que en marea baja sacaban sus hocicos para tomar aire y los patos hurgando en las algas del fondo de la ría buscando comida. Charlábamos animadamente cuando comenzó a ralentizar el paso y decidí que era mejor sentarnos un rato antes de proseguir.

Echamos de nuevo a andar, pero ya cerca de casa comenzó a arrugarse como si fuera de plastilina. Me giré buscando ayuda y para mi sorpresa, un joven magrebí, uno de los muchos que habitan en el barrio y que provocan el temor de los vecinos, se acercó:

—Señora, ¿le ayudo? —Cogió en brazos a mi madre y la sentó en un banco cercano, quise hablar con él, pero me contestó:

—Tengo prisa, señora, llego tarde al trabajo ¿Vive lejos?

—Ahí —dije señalando el portal.

—¿Escaleras?

—Seis

La cogió de nuevo, abrí el portal y subí con ella los peldaños, después la deposité junto al ascensor.

—Espera, ¿cómo te llamas?

—Mohamed, soy voluntario en la Residencia de Ancianos y hago prácticas de cocinero en un bar, tengo que irme.

—Me alegro de que seas tan trabajador, no pensaba...

—Tenía 14 años cuando mi amigo murió en el cayuco en el que cruzamos el Estrecho, yo lloraba, en el puerto y un hombre me dijo: "Has cruzado tu país y has cruzado el mar, eres un héroe y los héroes luchan y se comportan siempre con dignidad y hacen el bien". Yo no soy ningún mierda, como nos llaman algunos, no he venido a robar o hacer mal, yo me comporto con dignidad.

Mientras subía en el ascensor, deseé con todas mis fuerzas lo mejor para Mohamed. No sé si el voluntario que le ayudó conocerá en qué fecunda tierra había plantado tan sabias palabras, pero habían germinado. Mi madre ya sentada en su sillón se recuperó.

—¡Que chico tan estupendo! —comenté.

—¿No le habrás subido a casa? —me respondió— No hay que fiarse.

**M<sup>a</sup> Asun Olaskoaga**



#### **Reparto de premios - Ganadores del VIII Certamen Literario:**

- Alberto Lahuerta
- Virginia Vera
- Juan Ignacio Aizpurua
- M<sup>a</sup> Asun Olaskoaga
- Andrés Acosta

**Las bases del IX Certamen Literario-2021, están publicadas en la página web.**



### Relato en castellano: ¡TENÍA MUCHA SUERTE!

Iba caminando por aquella calle, eran las dos de la mañana y una noche más volvía a casa de vacío; había perdido todo el sueldo en un día, otra vez no había tenido suerte. No sabía qué iba a decir en casa, otra vez broncas, lloros y aquel “¡eres un desastre, vete y no vuelvas!”

¡Dónde iba a ir! Allí tenía una cama donde dormir, le daban de comer y le despertaban para ir al trabajo. Su padre era duro, pero su madre era una madre, y esas son incapaces de echar a una hija de casa por muy descarriada que esté.

Cuando llegó a casa y entró, tropezó con algo y cayó al suelo. Se encendió la luz y vio a su padre; estaba de pie enfrente de ella y no la ayudó a levantarse. Cuando lo hizo, vio que había tropezado con una maleta.

—¡Cógela y vete! —La voz de su padre sonó fría.

—¡Mamá, mamá!

—Tu madre está ingresada en la UVI del hospital, te hemos llamado y no contestabas.

—¿Dónde está?

—En tu hospital, donde trabajas.

Se dio media vuelta y fue a salir corriendo, pero su padre se interpuso entre ella y la puerta con la maleta en la mano.

—¡La maleta!

—¡Ahora no, papá!

—¡Ahora sí, vete y no vuelvas más!

Salió de casa con la maleta; cogería un taxi para ir al hospital, a aquella hora no había autobuses. Se dio cuenta de que no llevaba dinero. Se lo había jugado todo, hasta el último euro, y no podía sacar de un cajero pues su cuenta estaba vacía y el banco ya no le daba más crédito por mucho que cobrara una nómina; ese mismo día había sacado todo, hasta el último céntimo, además aparecía en la lista de morosos.

El hospital estaba a media hora andando y siempre iba en el autobús que ponía la empresa, era gratis. Como la situación era desesperada, había que tomar medidas desesperadas, cogió el teléfono móvil, ¡estaba apagado!. Comenzó a manipularlo nerviosamente, ¡puto cacharro!, ¡Nada, que no se encendía!. ¡No era posible, le habrían cortado la línea, sus padres no habrían pagado!

Se sentó en la maleta; empezaron a aparecer imágenes de cuando era niña. Aquellas partidas de parchís en las que ganaba casi siempre, ¡tenía mucha suerte!. Luego con sus amigas a las que siempre ganaba a la brisca, aunque a veces hacía trampas pues se le daba muy bien; luego era muy buena jugando al mus ¡tenía mucha suerte!

Fue con aquel novio, Pascual, aquel jugaba a apostar resultados de los partidos de fútbol ¡Se ganaba una pasta! Apostaba poco, pero conforme fue ganando sus apuestas subieron de importe. Llegó un día en que ella se dio cuenta de que aquello podía darle bastante dinero a ella que ¡tenía mucha suerte!

Sus padres le dejaban el sueldo entero, había conseguido sacar el título de Auxiliar de Enfermería y trabajaba en el hospital. Su madre siempre le decía lo mismo, que ahorrara. El día de mañana se casaría y aunque ellos pudieran ayudarle en algo, ella debería tener sus ahorros.

Un día Pascual no apareció, le llamó y no cogió. Recibió una llamada de su prima Mariasun. Había participado en un robo a un banco y lo habían cogido, parece ser que tenía deudas de juego.

Siempre había pensado que estaba un poco loco y que arriesgaba demasiado, tampoco le importaba tanto, ella estaba ganando pasta.

Ahora, sentada en la maleta, se acordó de aquel nefasto día en el que había perdido mucho dinero, casi todo el que tenía; el Madrid era superfavorito, pero perdió, tenía que recuperarse, como tenía todavía algo de dinero, aquello serviría.

Las lágrimas empezaron a brotar acordándose de la cara de su madre, de aquella tristeza que vio en sus ojos cuando llegó a casa. Aquel hijoputa del banco le había llamado para decirle que cuando cobraba, sacaba toda la pasta y que había ido a solicitar un préstamo, y que cuando le dijo que debían avalar sus padres, se fue. Como los conocía, les había dicho que yo debía tener problemas ¡Un cabronazo!

La cara de su padre fue peor y el interrogatorio de primer grado, si no es por su madre no sabía qué hubiera pasado. Escuchó por primera vez “¡Eres un desastre, vete y no vuelvas!”, y su pobre madre diciendo “¡Si ella se va, me voy yo!”, y después el portazo que dio el viejo cuando se fue de casa, seguro que al

bar con sus amigotes.

¡Qué le pasará a su pobre madre!. En los últimos tiempos hablaba poco con ella, no sabía nada de su vida, sólo pensaba en que aquel día iba a ser su día y recuperaría todo lo que había perdido.

Despertó en una habitación del hospital. Cuando abrió los ojos, vio a Lola, su compañera de turno. La miraba con cara preocupada, era una buena mujer.

—¿Cómo estás, Edurne?

—¿Qué ha pasado?

—Te desmayaste en la calle.

Entonces se acordó de que no había comido más que un bocadillo en todo el día, se lo había dejado un paciente y lo había aprovechado; aquel día, como había cobrado, había ido directamente a la casa de apuestas a recuperarse.

—Lola, por favor, ¿puedes ir a la UVI y preguntar cómo está mi madre? Está allí ingresada, se llama Dolores Martínez.

—¡Claro, no faltaba más!

Lola salió pensando lo buena hija que era su compañera, estando enferma lo que más le preocupaba era su madre.

¡Aquello iba a acabar! Esta vez iría a aquella asociación que tantas veces la había atosigado con su publicidad; siempre había pensado que eran unos petardos, pero iba a ir, de esta vez no pasaba.

Nunca había llorado tanto como cuando vio entrar a su madre. Su padre se quedó en la puerta. Estaba bien, su corazón había resistido aquel envite.

El sol había salido, el día estaba radiante, una mujer caminaba por la calle y se detuvo ante una puerta, cogió aire, respiró profundamente y la empujó. Una mujer con una amplia sonrisa le acompañó a aquella sala donde había varias personas, todas sonrieron al verla. Cuando apareció aquel hombre, todos se sentaron.

De repente se hizo el silencio y una voz vacilante se escuchó:

—Soy Edurne y soy ludópata.

**Alberto Lahuerta**

Nos hemos acercado a Juan Ignacio Aizpurua para que nos cuente sus vivencias durante su larga gestión en la presidencia de nuestra Asociación desde 2017 hasta diciembre de 2020. Y nos ha contado muchas cosas...



Juan Ignazio Aizpuruarengana hurbildu gara, gure elkarteko lehendakaritzan egindako kudeaketa luzean (2017-2020) izandako bizipenak kontatu diezazkigun. Eta gauza asko kontatu dizkigu...

## ¿Cómo empezó tu trayectoria en HH?

En enero de 2016 me di de alta como socio y, en octubre, entré a formar parte de la Junta Directiva como vocal responsable de la Revista. He participado en las actividades de Conferencias, Hitzaldiak Euskaraz y Senderismo. Todo ello buscando un entorno socio-cultural que me permitiera relacionarme con personas de Donostia. Al mismo tiempo sentía el deseo de aportar mis conocimientos y experiencia.

## ¿En qué circunstancias asumiste la presidencia?

En mi primer año en la Junta hubo una incidencia importante, se produjo la dimisión de la presidenta, y me plantearon que me hiciera cargo de la misma. Acepté la candidatura, tras un periodo de muchas gestiones, ya que fue necesario formar un nuevo equipo debido a las bajas que se produjeron de la Junta anterior. Esto ocurrió en la Asamblea de octubre de 2017 y al ser aprobada, asumí la responsabilidad de la presidencia, cargo que he ocupado durante algo más de 3 años.

Fue un inicio muy fuerte, pues había que dar respuesta a muchos temas: hacer equipo, poner en orden la contabilidad, la configuración de algunas comisiones, así como retomar algunas actividades. **Me centré fundamentalmente en la organización interna, aparte de construir relaciones en la búsqueda de un clima más sosegado y crear pautas eficaces que agilizaran la gestión diaria.** Esto fue durante el primer año y la verdad es que formamos un equipo sólido donde sumamos capacidades y ganas de hacer un buen trabajo en favor de la Asociación.

## ¿Cuáles son los hechos trascendentales, logros, dificultades...? ¿Qué destacarías?

Tras esta primera etapa, en el segundo año, nos pusimos a trabajar en nuevos proyectos. Destacaré los siguientes:

**El desarrollo e implantación de la web. Esto supuso una inversión económica y una dedicación importantes, pero estaba claro que en una organización de nuestra dimensión, disponer de un medio de comunicación actualizado que permitiera localizar la información con facilidad, era totalmente necesario. Así hoy podemos decir que está implantada, bien valorada por las personas socias y actualizada periódicamente.**

**Proceso de reflexión-Presente y futuro HH.** En el primer trimestre de 2019, se abordó este proyecto, **yo diría clave en este mandato, de analizar el presente –qué somos- y proyectar, y definir qué pasos queríamos dar en los próximos 4 años.** Así, tras un proceso de encuestas, reuniones (a destacar la sesión de Okendo), en las que participamos 147 personas, se definieron elementos importantes, como la **Misión, la Visión y los Valores de Helduen Hitza.** Como elemento práctico y guía de actuación para la Junta Directiva, se concretaron 12 compromisos a abordar en el periodo 2019-23, que han ocupado este mi último periodo en la Junta.

**Otros proyectos abordados: Plan de Comunicación, Plan de Acogida de los nuevos socios, Modelo de Imagen corporativa, Sistema de gestión en las altas de los nuevos socios.** En otro orden, la coordinación de las diferentes **Comisiones de Trabajo** ha requerido mucho de mi tiempo, siempre procurando apoyar a las que más dificultades presentaban. Un tema a destacar es la colaboración de una **asesoría contable externa**, que nos ha permitido la gestión de subvenciones, además de las habituales.

**La transparencia en la gestión, cuentas, memoria y comunicación con los socios, han sido temas tratados con esmero, en favor de una gestión más eficaz.** Muchos temas están consolidados y funcionando bien.



# ENTREVISTA A JUAN IGNACIO AIZPURUA

En cuanto a **dificultades**, la dimensión de la Asociación hace que la gestión se haga complicada y otra a **destacar el trabajo que requiere los procesos de renovación de una Junta, encontrar personas con disponibilidad es difícil y me ha tocado conformar 3 Juntas**. Aún así tengo que reconocer que hemos formado buenos equipos y quiero aprovechar para dar las gracias a todas/os las/os que me han acompañado en esta responsabilidad durante todo el periodo. Quiero comentar una adversidad, he tenido dos episodios graves en mi salud, en este periodo, que afortunadamente he podido superar. Aquí quiero dar las gracias por los apoyos recibidos.



## ¿Qué te ha aportado esta experiencia y cómo te sientes?

Me ha aportado mucho, **ha sido una experiencia muy enriquecedora**, conocer a muchas personas en el desarrollo de sus tareas, sus valores, su nivel de responsabilidad, así como relacionarme con mucha gente, tanto de dentro como de otras organizaciones. **Todo ello ha sido un proceso de aprendizaje muy valioso**. En este sentido estoy muy contento y aun cuando he dedicado mucho de mi tiempo a la Asociación, **me siento enormemente agradecido por lo conseguido**. Decir que he disfrutado haciéndolo pues tuve claro el por qué y para qué. Ha dado sentido a mi vida. Por último estoy muy agradecido a la Junta entrante que ha permitido realizar un relevo satisfactorio y estoy seguro realizarán una labor positiva.

## ¿Piensas seguir colaborando? ¿De qué manera?

Sí, claramente, soy participativo y de esta manera seguiré colaborando en la coordinación de la Revista, coparticiparé en el desarrollo y mantenimiento de la web, así como ayudar gustosamente a la Junta en aquellas tareas que me sean solicitadas. Lo demás disfrutar de la vida, con la familia, amigos y aficiones: fotografía, música, leer y viajar.

Me despidió con estos deseos desde mi corazón.

**Agur bero bat guztioi eta besarkada handi bat bihotz bihotzez denori - Los muchos abrazos que quiero daros los guardaré para cuando nos reencontremos que espero sea pronto.**

## NIRE ASMOAK, KONPROMESUAK ETA LANAK

PROIEKTUAK

ALDAKETA  
ERRONKAK

Antolamendua, Web orria, Aldizkaria, Gizarte komunikazioa Plana, Helduen Hitza irudi korporatiboa, Bazkide berriaren kudeaketaren sistema, Harrera Plana.



HAUSNARKETA  
PROZESUA



TALDEKIDEAK  
LANKIDETZA

OSO HARRO NAGO LORTUTAKO GAUZEKIN. ESKERRIK ASKO DENOI !!!

## BIZITZA GOZATZEN: FAMILI, LAGUNAK,..



Ahora es nuestro turno de agradecimientos. En nombre de la Asociación queremos darte las gracias por tu excelente trabajo. Igualmente a todos los miembros de la sucesivas Juntas que dieron un paso adelante y asumieron el reto de gobernar esta Asociación.

Orain, eskerrak emateko gure txanda da. Elkartearen izenean, eskerrak eman nahi dizkizugu egin duzun lan bikainagatik. Zuri eta aurrerapausoa eman eta erronka onartu zuten Zuzendari Batzordeko kide guztiei ere bai.

Eskerrik asko, Juan Ignazio!!!

## CONFERENCIAS EN PANDEMIA

El año 2020 estuvo marcado por la crisis sanitaria que nos vació de contenido casi todo el curso. La última conferencia del primer trimestre fue el 11 de marzo. A partir de esta fecha llegó el confinamiento, el país se paralizó y nosotros, también.

Tras la entonces ilusionante mejora de las circunstancias sanitarias que se produjo en verano, comenzamos a preparar con ánimos renovados el calendario de conferencias para el curso 20-21; eso sí, con los nuevos condicionantes que la situación requería: mascarillas, distancia, control nominal de los asistentes, aforos reducidos... Tanto es así que tuvimos que hacer uso de las nuevas tecnologías transmitiendo en "streaming" la conferencia que presencialmente se celebraba en Okendo a los socios asistentes en Topaleku, con los 18 asistentes que imponía el aforo máximo permitido; incluso, aproximadamente una docena de socios la siguió telemáticamente desde su casa.



Todo iba bien, no vamos a decir que "viento en popa". La respuesta de los socios fue muy esperanzadora (se notaban las ganas de normalizar y socializar) Salvamos las dificultades tecnológicas que se nos presentaban, pero el "tsunami" de una nueva ola de la pandemia nos echó por tierra el esfuerzo que tanto socios como organizadores estábamos haciendo; tras seis charlas, de nuevo a casa. El 27 de octubre Marina Lertxundi no nos pudo deleitar con la

segunda parte de su conferencia "La orquesta sinfónica. Grandes batutas", nos quedamos con la miel en los labios.

¿Y ahora qué? Este trimestre lo hemos perdido, pero seguimos ilusionados porque parece que las condiciones sanitarias están mejorando y ello nos induce a intentar reiniciar la actividad con la esperanza de que, en esta ocasión, pueda llegar a feliz término. Nosotros estamos preparados y quizá en abril podamos retomar algunas de las charlas que nos quedaron en el tintero. En ello estamos trabajando.

Ojalá pronto podamos comunicaros la noticia; mientras tanto, **a cuidarse**. Coordinador: Juan Luis Pérez

## FORO DE LOS JUEVES

Merece la pena recordar que hará quince años que se iniciaron unas reuniones de las que hoy llevan el nombre de Foro de los Jueves.

Sus orígenes se remontan al año 2006 eran reuniones que se celebraban los jueves en un local de la plaza Ignacio Mercader en Amara Berri y que fue cedido por una socia de Helduen Hitza, sin coste alguno.

Básicamente el encuentro consistía en charlar sobre como habían transcurrido la clases (así les llamaban a las charlas del martes y miércoles de cada semana). Participaban del orden de 5 ó 6 personas.



En el año 2008 fue cuando Helduen Hitza pactó con el Ayuntamiento la cesión de Topalekua y las nuevas instalaciones dieron un aire de "formalidad" a la actividad.

El crecimiento de participantes ha ido en paralelo al de nuevos asociados.

Existe una comisión que se encarga de que la actividad siga viva e ilusionante. Cada cierto tiempo esta se renueva y quienes participan en el acto muestran su agradecimiento por el servicio que reciben. También cabe señalar que cuando termina el coloquio, los asistentes se toman un pincho y un vino y así concluye agradablemente el acto en el bar de los jubilados.

Hace prácticamente un año, como consecuencia del covid 19, el número de asistentes se redujo drásticamente: pasamos de 43 a 23 y en la actualidad somos 17. Aún con estos datos podemos decir que somos agraciados ya que la mayoría de las actividades de la asociación se encuentran a la espera de tiempos mejores.

Esperamos y deseamos que nos llegue en breve la normalidad y volvamos a reunirnos la totalidad del colectivo. Responsable: Luis Ros

## ASKATASUN EGARRIA

Une honetan eta honelako egoeran, izadiak eskaintzen digun aukera onenatarikoa da, aire garbiaz gozatzeko eta arriskua ekiditeko. Musukoa erabili behar dela eta baita distantzia egokia gorde ere, ez dira oztopo, noizean behin, aurreratuz edo baztertuz, maskara hori jaitsi eta era sakonean aire garbia biriketara eraman dezagun.

Orain arte, beste urtetan behintzat, ostiralero eguraldi aproposa egin digu gure ibilaldietan, azkeneko berezi hauetan ez bezala. Hauetan euri-zaparrada ederrak jasan behar izan ditugu gehienetan. Hala eta guztiz ere, ibiltari dezente ausartu da ibilbide horiek burutzen.

Etenaldi luzearen ondoren, 2020. Urtea amaitzeko hiru irtenaldi egin dira, eta 2021. Urtean, oraingoz behintzat, beste lau.

Partaidetzari dagokionez, 44 ibiltarikoa izan da batez bestekoa, nahiz eta alde handia izan egun batetik bestera. Lehenengo egunean (2020-10-09) 66 izan ziren partaideak. Aurtengo lehenengoan (2021-01-12), aldiz, 26 ibiltari besterik ez dira izan.

Argitu behar da ohikoa egunero bi taldeka irtetea zela baina, egoera dela medio, banaka ateratzea erabaki genuela, eta herri garraioa ekiditen ahalik eta gehien.

Eguraldi txarrak, ezarri dizkiguten mugak eta egoerak sortu duen beldurrak izugarriko eragina dute jendearengan, eta ez da harrizkoa jende askoren asmoa etxean geratzea izatea.

Bidezidor Kiroleko Batzordeak ibilbide berriak egiaztatzea erabaki du etenaldi honetan, eta egindakoak Memorian azalduko dira.

Egia da irtenaldi hauetan ezin izan dugula tabernako giro goxoaz gozatu, ez baikara horietan sartu eta patata tortilla, lukainka eta sagardoa beste garai egokiagorako utzi behar izan ditugu.

Eguraldiak hobera egiten badu, ziur gaude partaidetza handiago izango dela eta, poliki-poliki, ea normaltasunera itzultzen garen eta lehengo giro ederra izaten dugun.

Argazkia ateratzeko ordua, elkartzeko une bakarra ibilaldian zehar - **BIDEZIDOR KIROLEKO BATZORDEA**



## TERTULIAS LITERARIAS

Octubre, por fin, llenos de ilusión, reanudamos las tertulias literarias y digo por fin, porque con esta historia de la Covid-19 desde febrero no habíamos estado juntos en nuestra querida sala Pagoa, aunque eso sí, nos hemos visto un par de veces por Zoom, por cierto ¡qué alegría vernos después de tres meses aunque fuera a través de una pantalla!



Empezamos con “Nosotros en la noche” que la dejamos aparcada en mayo. ¡Qué historia tan tierna! Un canto a la búsqueda de la compañía, la ternura y en la que aparece el amor, ese amor otoñal que se conjuga con la amistad y que mueve el mundo. Y qué juego dio en la tertulia, si es que al final hasta terminamos debatiendo sobre ¿Qué es el amor?

Y en noviembre, pues nos fuimos “A la caza del amor”, y nos sumergimos en esa sociedad burguesa de mediados del siglo XX en Inglaterra, donde las mujeres se dedicaban a leer y a tocar el piano. Eso sí, solo las ricas. Y viajamos a París, la ciudad de la luz y del amor.

En diciembre conocimos a “Sofía o el origen de todas las historias” Aquí también contactamos con el amor, viajamos a Damasco y además, gracias a las dotes literarias de Rafik Schami, descubrimos de una forma muy amena la cultura siria, parte de su historia, el espionaje, las élites corruptas, los olores de Oriente y hasta viajamos a Italia.

En tres meses no hemos parado de viajar, de amar y de descubrir. ¡Y esto en plena pandemia!

Responsable: Maria Carmen Mosqueira

# MEJORAS EN LA PAGINA WEB Y CORREOS DE LAS ACTIVIDADES

Durante esta época de pandemia seguimos trabajando en nuestra página web para lograr que resulte cada vez más útil para las personas socias.

Desde que vivimos en esta situación tan especial, hemos convertido el “slider” (la sucesión de imágenes que aparecen en la parte superior de la portada) en enlaces a contenidos, que creemos interesantes para nuestro colectivo: Agenda Nagusi, conferencias, recetas, libros, juegos, Agenda Cultural de Donostia...

Clicando en cada imagen podréis acceder a esas páginas.

Por otra parte, hemos añadido dos nuevas secciones:

- **Asambleas Generales** para que podáis estar al tanto de las decisiones que marcan el rumbo de nuestra Asociación. (Aquí está alojado el vídeo de la última que se celebró el día 15 diciembre)

- **Celebraciones** donde recopilamos las realizadas en los últimos años (Actos de fin de curso, de fin de año, etc...)

Os recordamos que se accede a través del **ÁREA PRIVADA**.

También encontraréis **en cada actividad un correo electrónico de contacto** directo con el/la responsable correspondiente. Os animamos a utilizarlos para transmitir vuestras dudas, sugerencias, agradecimientos, aportaciones...

Os los dejamos también aquí, en la parte inferior, todos los correos recopilados.

Y ya tenemos “en cartera” una lista de mejoras que iremos introduciendo...

Sabemos que algunos/as estáis haciendo un esfuerzo para entrar en este mundo de “Internet”. Pensamos que merece la pena. ¡Gracias!

Y como siempre, en caso de duda, los miembros de la Comisión estamos a vuestra disposición para ayudar en lo que necesitéis.





# WEB ORRIA ETA JARDUEREN POSTA HOBETZEA

Pandemia garai honetan gure web orrian lanean jarraitzen dugu bazkideentzat gero eta erabilgarriagoa izan dadin.

Egoeraberez honetan bizigarenetik, "Slider"-a (azalaren goiko aldean agertzen diren irudiensegida) edukien esteka bihurtu dugu, gure kolektiboarentzat interesgarriak iruditzen zaizkigunak: agenda Nagusia, hitzaldiak, errezetak, liburuak, jolasak, Donostiako Kultur Agenda... Irudi bakoitzean klik eginez gero, orri horietara sar zaitezke. Bestalde, bi atal berri gehitu ditugu:

- **Batzar Orokorrak**, gure elkartearen norabidea zehazten duten erabakien berri izan dezazuen. (Hemen dago abenduaren 15ean egin zen azkenaren bideoa)

- **Ospakizunak**, non azken urteetan egindakoak biltzen ditugun (ikasturte amaierako ekitaldiak, urte amaierakoak, etab.)

BAZKIDE ARLOTIK sartzen dela gogorarazten dizuegu.

Jarduera bakoitzean posta elektronikoko bat ere aurkituko duzue, dagokion arduradunarekin zuzenean harremanetan jartzeko. Zuen zalantzak, iradokizunak, eskerrak, ekarpenak... helarazteko erabiltzera animatzen zaituztegu.

Hemen ere, orriaren behealdean, guztien zerrenda utzi dizuegu.

Eta badugu "zorroan" hobekuntza-zerrenda bat, pixkanaka sartuko duguna... Badakigu batzuk ahalegina egiten ari zaretela "Internet" mundu honetan sartzeko. Merezi duela uste dugu. Mila esker!

Eta beti bezala, zalantzarik izanez gero, Batzordeko kideok zuen esanetara gaude behar duzuen horretan laguntzeko.

## CORREOS DE CONTACTO

**JUNTA DIRECTIVA / ZUZENDARI BATZORDEA:** [hhjuntadirectiva@gmail.com](mailto:hhjuntadirectiva@gmail.com)

**SENDERISMO / BIDEZIDOR KIROLA:** [hhsenderismo@gmail.com](mailto:hhsenderismo@gmail.com)

**SALIDAS CULTURALES / IRTEERA KULTURALAK:** [hhsalidas culturales@gmail.com](mailto:hhsalidas culturales@gmail.com)

**EUSKARA BATZORDEA:** [hheuskara@gmail.com](mailto:hheuskara@gmail.com)

**CONFERENCIAS / HITZALDIK:** [hhconferencias@gmail.com](mailto:hhconferencias@gmail.com)

**IBILALDIK:** [hhibilaldiak@gmail.com](mailto:hhibilaldiak@gmail.com)

**COMUNICACIÓN SOCIAL (revista, web,..):** [hhcomunicacionsocial@gmail.com](mailto:hhcomunicacionsocial@gmail.com)

**ACTIVIDADES LITERARIAS (Tertulias literarias, Taller de Narrativa):** [hhactividadesliterarias@gmail.com](mailto:hhactividadesliterarias@gmail.com)

**CERTAMEN LITERARIO / LITERATUR LEHIAKETA:** [hhcertamenliterario@gmail.com](mailto:hhcertamenliterario@gmail.com)

**OTRAS ACTIVIDADES (FORO, TALLERES MÚSICA Y TEATRO):** [hhotrasactividades@gmail.com](mailto:hhotrasactividades@gmail.com)

# HARRERA TAILERRA BAZKIDE BERRIENTZAT

Otsailaren 17an egin genuen Topalekun lehenengo Harrera Tailerra Bazkide Berrientzat. Eta horrela bete dugu 2019ko otsailean egindako **Gogoeta Prozesuaren** ondorioz onartutako hamabi konpromisoetako bat.

Horretarako, saio parte hartzaile bat diseinatu genuen, zabaltzeko, azaltzeko, argitzeko... zein diren Helduen Hitzaren kultura, balioak, funtzionamendu organigrama, batzordeak, parte hartzeko moduak eta **ZAHARTZE AKTIBO ETA OSASUNGARRI** hori aurrera eramateko egiten ditugun jarduera guztiak. Horrez gainera, gure bazkideen inplikazio handiagoa bilatzen dugu.

Kontuan hartuta gaur egungo osasun egoera, hamahiru bazkide parte hartzailerera mugatu da edukiera; horietako seik 2021. urtean eman zuten izena Helduen Hitzan. Horrez gainera, Zuzendaritza Batzordeko lau lagunek parte hartu zuten, dinamizatzaile gisa, eta Bat, Bi ta Hiru enpresako kide batek (tailerraren diseinuan lagundu zuen enpresa).



Saioari hasiera emateko, lehendakariak ongi etorria emateko hitz batzuk esan zituen, eta, ondoren, lortu nahi diren helburuak eta ekitaldiaren dinamika zein izango zen azaldu zuen. Bazkide berriak hiru taldetan banatu ziren, eta Elkartean ezarri ditugun hiru ardatzak aurkeztu ziren: **Kognitiboa, Fisikoa eta Emozionala.**

Ardatz horiek dinamizatzaileek azaldu zituzten taldez talde, eta baita horiek aurrera eramateko antolatzen ditugun jarduerak ere (alderdi emozional-soziala zeharkako osagai bat da, gure ekintza guztietan lantzen dena); horri buruz sortutako zalantza eta galdera guztiak argitu ziren: izena emateko moduak, parte hartzea derrigorrezkoa den edo ez, jardueren kuotak, webgunearen eremu pribatua, proposamen berriak proposatzeko aukera... Era horretara, saioaren helburua lortu zen, hain zuzen ere, benetan parte hartzailea izatea. Hori guztia, eta onespren handieneko jarduerak hiru paneletan jaso ziren, Helduen Hitzak Zuzendaritza Batzordean zehatz mehatz aztertzeak aukera egon dadin.

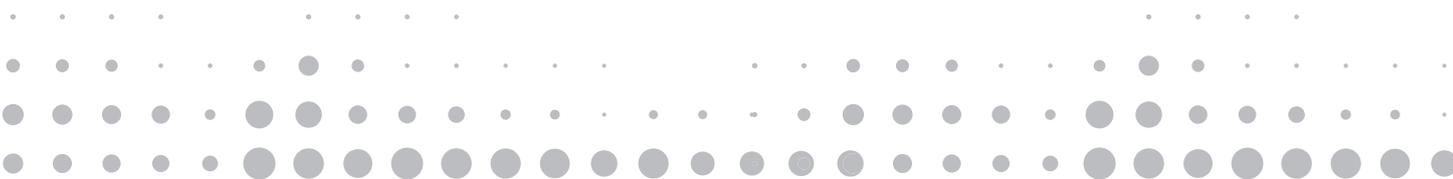
Amaitzeko, parte hartzaileek galdetegi txiki bat bete zuten, asebetetze maila ezagutzeko. Honako hau izan zen galdetegiaren emaitza:

- Adierazi zenbateraino lortu diren tailer honetan hasi aurretik zenituen asmoak • 8,50
- Lagundu al dizu elkarte hobeto ezagutzen? • 8,21
- Nola baloratzen dituzu koordinatzaileen ekarpenak? • 8,86
- Gomendatuko al zenieke beste bazkide batzuei antzeko tailerretan parte har dezaten? • 8,79
- Nola baloratzen duzu oro har esperientzia? • 8,71

Era horretara, ilusioz beterik lehenengo esperientzia honen ondoren, saioan landutako puntuak aztertzeak prozesuan gaude orain, bete-betean, dagozkion ondorioak ateratzeko eta prozesua hobetzeko beharrekoeak diren aldaketak egiteko. Ibilbide luze baten lehenengo urratsa baino ez da izan honako hau.

Gai horri buruz zalantza edo proposamenak eta iradokizunak sortu bazaizkizu eta guri jakinarazi nahi badizkiguzue, jar zaitezte gurekin harremanetan posta elektronikoko honen bitartez: [hhcomunicaciónsocial@gmail.com](mailto:hhcomunicaciónsocial@gmail.com)

• Ekarpen guztiak izango dira ongi etorriak.



# TALLER DE ACOGIDA PARA LOS NUEVOS SOCIOS

El pasado 17 de febrero realizamos en Topalekua el primer Taller de Acogida a los Nuevos Socios, cumplimentando así uno de los doce compromisos que se adoptaron en el **Proceso de Reflexión** que realizamos en febrero 2019.

Para ello diseñamos una sesión participativa con el objetivo de difundir, explicar y aclarar la cultura de Helduen Hitza, sus valores, el organigrama de funcionamiento, las comisiones, formas de participación y cuantas actividades organizamos para desarrollar ese **ENVEJECIMIENTO ACTIVO y SALUDABLE** que nos proponemos. Además, buscamos una mayor implicación de los nuevos asociados.

Dada la situación sanitaria, la limitación de aforo exigida condicionaba a trece el máximo de socios participantes; seis de ellos se habían apuntado este mismo año 2021 en Helduen Hitza. Además, tomaron parte cuatro personas de la Junta en calidad de dinamizadores y un miembro de Bat, Bi ta Hiru (empresa que colaboró en el diseño del taller).



Se inició la sesión con unas palabras de bienvenida por parte de nuestro presidente, estableciendo a continuación cuáles eran los objetivos a conseguir y cuál sería la dinámica del acto. Se dividió a los nuevos socios en tres grupos y se presentaron los tres ejes que hemos establecido en la Asociación: **Cognitivo, Físico y Emocional**.

Estos ejes se explicaron por parte de los dinamizadores en cada uno de los grupos, así como las actividades que organizamos para su desarrollo (el aspecto emocional-social es un elemento transversal que se trabaja en todas nuestras acciones); se aclararon cuantas dudas y preguntas surgieron al respecto: formas de inscripción, obligatoriedad o no de asistencia, cuotas de las actividades, área privada de la página web, posibilidad de plantear nuevas propuestas..., lográndose así el objetivo de que la sesión fuera realmente participativa. Todo ello, así como las actividades que suscitaban más aceptación se recogieron en tres paneles que posteriormente se analizarán en la Junta Directiva de Helduen Hitza.

Para finalizar, los asistentes cumplimentaron una pequeña encuesta de satisfacción con el siguiente resultado:

- Indica en qué nivel ha cubierto el taller las expectativas que tenías inicialmente • **8,50**
- ¿Te ha ayudado a conocer mejor la asociación? • **8,21**
- ¿Cómo valoras las aportaciones de los coordinadores? • **8,86**
- ¿Recomendarías a otros socios que participasen en próximos talleres similares? • **8,79**
- ¿Cómo valoras globalmente la experiencia? • **8,71**

Así pues, muy ilusionados con esta primera experiencia, estamos en un proceso de análisis de los puntos que se trataron en la sesión para sacar las conclusiones pertinentes e introducir las variantes necesarias para mejorar el proceso. Éste ha sido sólo el primer paso de un largo camino que queremos recorrer.

Os animamos a que cuantas dudas os surjan al respecto y sugerencias queráis plantearnos, las consultéis con nosotros a través del siguiente correo: [hhcomunicaciónsocial@gmail.com](mailto:hhcomunicaciónsocial@gmail.com)

Toda aportación será bien recibida.



Coordinador de la revista los últimos tres años

## ¿Qué hitos señalarías como más importantes en esta etapa?

La publicación de la revista nº 22, en la cual me iniciaba como coordinador, para mí resultaba un pequeño desafío en cuanto a volver a realizar una función que había hecho en mi juventud. Afortunadamente contaba con la colaboración de Juan Ignacio. Me puso al corriente de los procesos que había que hacer y siguiendo su orientación todo salió bien. También haré mención a las publicaciones de las revistas que tomaron como referencia el XV aniversario de Helduen Hitza y la que correspondía a la edición del nº 25 desde que se inició la publicación de la revista. Por último cabe mencionar la edición del último número

que nos ha tocado elaborar con todos los inconvenientes de la pandemia.

## ¿Cómo has vivido este periodo y qué sugieres como mejoras en la revista?

Ha sido una etapa en la que la he vivido con mucha entrega e intensidad, intentando aportar lo mejor de mí mismo. Para mí ha sido una experiencia muy enriquecedora ya que me ha permitido trabajar en una comisión en la que la disposición de cada componente ha sido de total entrega y colaboración, en la que los contenidos de cada página eran debatidos y acordados. También haré mención a la total disposición de cada responsable de las diferentes comisiones, los cuales aportaban siempre los contenidos según los plazos establecidos con una puntualidad ejemplar. Creo que la revista en el momento actual es el resultado de la evolución producida desde la publicación del primer número, y representa un fiel reflejo de lo acontecido en el tiempo de vida de la Asociación y a la que a cada

comisión le tocó trasladar a la revista dichas vivencias y actividades.

## ¿Qué te ha aportado esta experiencia y cómo te sientes?

Me ha aportado un conocimiento profundo del funcionamiento de cada una de las comisiones que componen Helduen Hitza y he visto la gran voluntad de colaboración entre los miembros de cada comisión para que la Asociación siga adelante aportando compromiso, convivencia y herramientas para un envejecimiento saludable. Después de esta experiencia me siento mucho más integrado que cuando ingresé. Desde esta oportunidad que se me ofrece quisiera reconocer y dar las gracias a todas las personas que han colaborado y me han acompañado para que mi labor fuera más fácil en especial a María Sánchez, María José Arcauz, M<sup>a</sup> Isabel Mardones, Juan Ignacio Aizpurua y José Luis González.

**Eskerrik asko denoi!!!**

## Os exponemos a continuación la estructura y características de la revista

**Objetivo:** Divulgar los acontecimientos y actividades desarrollados en la propia Asociación, para conocimiento de los asociados.

**Comisión:** Formada por un equipo pluridisciplinar con tareas específicas, pero con visión global de los diferentes ámbitos de actuación de la Asociación.

**Contenidos:** Por una parte, se presentan las actividades que se realizan en la Asociación, por otra se incluyen entrevistas a personas que están integradas en ella y otras que, siendo ajenas a ella, abordan temas de interés para las personas socias.

**Visibilidad:** En formato de 16 páginas a color (anteriormente eran 12) y a doble columna en lo posible, con titulares destacados e incorporando fotos de buena resolución y donde se encuentran las personas participantes en las actividades.

**Colaboración externa:** Contamos con el apoyo en el diseño y maquetación de la empresa Gureak Marketing. La relación es cercana y fluida, utilizando medios telemáticos en su caso.

**Divulgación:** Entrega a domicilio a las personas socias que así lo deseen. Por otra parte, todos los números se encuentran colgados en la página web, en la dirección <http://www.helduenhitza.com/es/revistas>. Asimismo se envía a instituciones y entidades culturales.

**Andrés, en nombre de la Asociación queremos darte las gracias por tu labor. ¡Eskerrik asko eta ondo bizi!**

**Asimismo agradecemos su colaboración a los miembros de la comisión de la revista que han hecho posible su desarrollo en estos años.**

**Finalmente es nuestro deseo agradecer a lectores, articulistas y personas que han proporcionado todo tipo de aportaciones (información, documentos, fotos, etc.) porque entre todos se ha hecho posible la elaboración de los 30 números que se han editado a lo largo de estos 12 años. ¡Un buen logro!**



16. Inbentzioa - 2019ko urtearen BURRIAK



**P**or lo tanto, agradeceremos a todos los socios de la Asociación Hitza, que con su colaboración y participación, han hecho posible la publicación de este número. Queremos dar las gracias por su colaboración y participación en esta revista. Esperamos que esta revista sea de utilidad para todos los socios. Siempre habrá alguien que se encargará de la actualización de la revista.

**Os dejamos nuestro correo de contacto [hcomunicaçõesocial@gmail.com](mailto:hcomunicaçõesocial@gmail.com) donde podéis enviarnos vuestras sugerencias, propuestas, reclamaciones, agradecimientos, respuestas...**