

IRITZIA | 9

Plastikotasun neuronal
fisioterapian:
bobath kontzeptua (III)

GURE ELKARTEAK | 12-13

Etiopia-Utopia Fundazioa

GERTUTIK | 18-19

Alberto Iñurrategi

EUSKARA OSAKIDETZAN | 20-21

Trebakuntza, lanean euskaraz egiten
hasteko laguntza



EUSKARA GAITASUNAREN EGIAZTAPENA BATERATU

Osakidetzan euskararen erabilera normalizatzeko 67/2003 Dekretua argitaratzearekin batera, hizkuntza eskakizunak egiaztatze prozedura abian jarri zen. Orduetik, hizkuntza eskakizunak Osakidetzak helburu horretarako egindako ohi-ko deialdien bidez egiaztatu dira, baita Osakidetzako hautaketa prozesuetan berariaz egin diren proben bidez ere.

Guztira, 2004. urtetik hona, 14 azterketa prozesu burutu dira, eta 50.686 azterketa zuzendu dira. Horietatik %21,1 gai izan dira, eta, ondorioz, 10.677 hizkuntz eskakizun ziurtatu ditu Osakidetzak, gaitasun mailaren arabera honelaxe banatuta: ziurtagiriaren %66 1HEkoak dira; %33, 2HEkoak; eta %1, 3HEkoak. 4. hizkuntz eskakizuneko gaitasun probak IVAPen ohi-ko deialdien bidez egin dira, 2008ko Akordioari jarraiki.

Euskal Autonomia Erkidegoko Administrazioen zerbitzu publi-

koen eraginkortasuna eta efizientzia hobetu nahian, Euskarazko Tituluak Baliokidetzeko Dekretuaren Jarraipen Batzordeak erabaki zuen 2010eko uztailean Osakidetzak eta Ertzaintzak egin ohi ditugun azterketaldiak IVAPen esku uztea. Erabaki horri erantzun egokia eman nahian, Osakidetzako Euskara Zerbitzuak eta IVAPek lan bilerak egin ditugu bateratze prozedura 2012. urtean burutzeko. Ondorioz, Osakidetzak kudeatuko duen azken euskara gaitasuna egiaztatze deialdia 2012ko bigarren prozesua da, alegia, ekain-uztailean zehar egiten ari garen hau.

Euskara gaitasunaren egiaztapena bateratzeak praktikan hauxe dakar: deialdia IVAPek argitaratzea, izena ematea IVAPek zehaztutako prozeduraren bidez egitea eta titulu edo ziurtagiriak ere IVAPek sortzea, alegia, bere osotasunean egiaztatze prozesua haiengan uztea.

Osakidetzako Giza Baliabideetako zuzendaritzaren izenean, eskerrik zintzoenak eman nahi dizkizuegu euskara gaitasunaren egiaztatze prozesuan parte hartu duzuenoi, guztion artean sendotasun eta sinesgarritasun handiko egiaztatze prozesua eraikitzen lagundu duzuelako. Konfiantza osoa dugu bateratze honek 2004an hasitako bide oparoari jarraipena emango diola.

“Euskara gaitasunaren egiaztapena bateratzeak ekarriko du deialdia IVAPek argitaratzea, izena ematea IVAPek zehaztutako prozeduraren bidez egitea eta titulu edo ziurtagiriak ere berak sortzea”.

EKAINA

GORLIZ OSPITALEKO 1. TOPAKETA

2012, ekainak 12
(9:00etatik -14:00etara)
Gorliz Ospitalea: guztiok batera elkarlean.
Helburua: Espazio bat sortzea Ospitaleko zerbitzu eta unitateen esperientziak eta proiektuak ezagutzeko eta trukatzeko.
Sustatzea partaidetza-sentipena eta elkarren arteko lanaren garrantziari buruzko gogoeta.
Izen-emateak: *merche.lecumberriarzarza@osakidetza.net*

EUSKERA IKASTAROAK: BEHIN-BEHINEKO ZERRENDAK

2012ko ekainaren 26an eman da argitara Osakidetzaren euskera web orrian 476/2012 Ebazpena, ekainaren 25ekoa, 2012-2013 ikasturteko lanorduz kanpoko euskalduntzeko eta alfabetatzeko ikastaroetan parte hartzeko onartuen eta baztertuen behin behineko zerrenda onartzen duena.

HIZKUNTZA-ESKAKIZUNAK EGIAZTATZEKO 2012-II

AZTERKETALDIA: AHOZKO PROBAK
2012-II azterketaldiko idatzizko probak ekainaren 9an egin ondoren, ahozko probak uztaileko 3. astean izango dira.
<http://www.osakidetza.net>

UZTAILA

OSASUNA 2.0 EUSKADIN JARDUNALDIAK

2012, uztailek 9 eta 10
Osasuna 2.0 Euskadin izenburupean jardunaldiak egingo dira Deustuko Unibertsitateko Komertzialeko areto nagusian. Ekimena O+Berri, Deustu Business School eta Aditecek antolatuko dute; AstraZeneca, Amgen eta Sanofiren laguntzarekin.

Jardunaldietan Estatuko zein nazioarteko esperientziak ezagutzera emango dira, guztiak web 2.0 arlokoak eta osasunarekin erlazionatutakoak. Online komunitateak, profesionalen hezkuntza, web 2.0 eta etorkizuneko erronkak izango dira landuko diren gaiak.

ABUZTUA

EUSKERA IKASTAROAK: IVAPEK BAZTER UTZITAKO ESKAERAK

Abuztuan emango da argitara Osakidetzaren web orrian ordu-kreditua agortuta izateagatik IVAPEK bazter utzitako eskaeren zerrenda.

IRAILA

EUSKERA IKASTAROAK: BEHIN BETIKO ZERRENDAK

Irailaren bigarren hamabostaldian emango da argitara Osakidetzaren euskera web gunean lanorduz kanpoko ikastaroetarako onartuen eta baztertuen behin-betiko zerrenda onartuko duen ebazpena.

Argitaratzailea:

Osakidetza
Araba kalea 45, 01006
Vitoria-Gasteiz
Tel.: 945 006 406
osatuberrri@osakidetza.net

Erredakzio kontseilua:

Xabier Arauzo
Juan Elorriaga

Euskera zuzentzaileak:

Felix Razquin
EMUN lana euskalduntzeko
kooperatiba.

Koordinatzailea:

Arteman Komunikazioa

Tirada:

7.000 ale

Lege gordailua:

SS 1472/2011

Diseinua eta maketazioa:

Arteman Komunikazioa

Azaleko argazkia:

Josetxo Arantzabal

Argazkiak:

Arteman/Josetxo Arantzabal

Inprimategia:

Gertu (Oñati)

Osatuberrin parte hartu nahi?

Zu ere protagonista izan zaitezke aldizkarian. Atal hauetan parte hartzeko idatzi osatuberrri@osakidetza.net helbidera.

Behin batean: herriko ambulatorioan edo ospitalean gertatutako anekdota bat edo pasarte bat baduzu guri bidaltzea baino ez duzu.

Gure txokoa: lantaldeen ospakizunak eta oroigarriak biltzeko atala.

Bidaia: kontatu bizi izandako abenturak, hala, irudikatzen eta erakusten lagunduko dizugu.

Iradokizunak: ezer komentatu nahi izanez gero horra gure koadernoan.

Ezetz jakin! : zalantzarik baduzu gurera bidali eta erantzun zuzena ematen ahaleginduko gara.



- 2 AGENDA
- 4 JAKINBERRI:
Azken berriak motzean
- 5|8  SAKONEAN
Gaixotasun arraroei aurre eginez
- 9 IRITZIA
Pastikotasun neuronala fisioterapiari: bobath kontzeptua (III)
- 10 |11 OSASUN URRATSAK
OEE-REN XXII. Biltzarra
- 12 |13 GURE ELKARTEAK
Etiopia-Utopia Fundazioa
- 14 |16 PLAZATIK
 Herederos del Marques de Riscal upeltegia
- 17 ZORTZIKO TXIKIAN
Naia Ajuriagojeaskoa
- 18 |19 GERTUTIK
Alberto Iñurrategi
- 20 |21 EUSKARA OSAKIDETZAN
Trebakuntza, lanean euskaraz egiten hasteko laguntza
- 22 ANBULATORIOAN
Azpeitia
- 23 LANBIDEA
Lidergo partekatua helburu
- 24 |25 ATZERA BEGIRA
Argitalpenak gurean
- 26 OSAKIDETZAN BIZITZA
Kirola, taldean gusturago
- 27 TXAPELA BURUAN
Ziortza-Bolibar

AURKIBIDEA

HIESAREN KONTRAKO KANPAINA ABIAN DA

Osasun Publikoko zuzendariak, HIESaren aurkako GKEaren presidentek eta Euskadiko Farmazilarien Batzordearen presidentek gay taldeari zuzendutako "urtean behin IHESaren eta sifilieren probak egin itzazu" lelopeko kanpaina aurkeztu zuten ekainaren 22an. Kanpainaren helburua da, HIESaren kontra lanean tinko jarraitzea.

'EUSKADI TABAKO-KERIK GABE' I. JARDUNALDIA



Ekainaren 1ean *Euskadi tabako-kerik gabe* izeneko lehen jardunaldia egin zuten Gasteizen, Osasun eta Kontsumo Sailak antolatuta. Eusko Jaurlaritzaren

Mendekotasunen VI. Planaren bitartez, hiritarren parte-hartze aktiboa bultzatu nahi da asistentzia erantzuna emanez eta talde ahulei zuzendutako prebentzioa sustatuz. Izan ere, planaren datuen arabera, 19-20 urte inguruan hasten dira EAEko biztanleak drogak kontsumitzen eta tratamendua 30-40 urte bitarteko tartean egiten da.

Jardunaldian hainbat eskualdetako ordezkariak esperientziak partekatutuz: Gipuzkoa Eskualdeko ordezkariak Intraneten sortutako Gipuzkoa Eskualdea tabako-kerik gabe gunea aurkeztu zuten. Bertan argitalpenak, eskuliburuak, protokoloak eta loturak jarri dituzte kontsultatzeko moduan; Ezkerraldea-Enkarterriak da EAEn erretzaile portzentaje altuena duen eskualdea, eta bertako langileek apustua egin dute sareak eta aliantzak sustatu eta lan koordinatua egiteko; Arabako Eskualdean tabakoaren kontsumo indizea txikiagoa da besteekin alderatuta, baina, hala ere, gazteen artean tabako kontsumoa saihesteko eta erretzen hasteko adina atzeratze-ko Kerik Gabeko Ikasgela sortu dute. Bukatzeko, Debabarreneko Eskualdeak ospitaleen eta lehen mailako arretako zentroen arteko koordinazioa eta komunikazioa sustatu nahi du.

DEBAGOIENENKO OSPITALE BERRIA ZABALDU DUTE

Ekainaren 18an zabaldu zuten Debagoieneko Ospitale berria, 63.893 biztanleri zerbitzua emango diena. Ospitale berria lehengoaren ondoan eraiki dute eta fase desberdinetan joango dira irekitzen. Helburua da zerbitzu berriak eta hobeak eskaintzea.

Hiru fasetan egingo dute zerbitzu osoaren irekiera: lehenik eta behin, eraikin berria inauguratu dute. 2014ko uztaierako gaur egungo eraikinaren atzean dagoen eraikina bota eta egungo ospitale eraikina berregituratuko dute. Hirugarren fasean, epea zehaztu gabe, egungo ospitalearen atzean eraikin berri bat egingo da eta lehen faseko ospitale berriari gehituko zaio.

Ospitale berriak 95 ohe izango ditu, oraingoak baino 23 gehiago. Haur-ama unitate berria zabalduko dute, operazio gela gehiago, arnas eta digestio endoskopioen unitate berria eta Kirurgia urologikoaren zerbitzua, besteak beste.

OSAKIDETZAK UDAKO OPORRETAN OSASUN KARPETA EGIAZTATUKO DU

Osakidetzak uda honetan osasun karpeta egiaztatuko du 50.000 pazienterekin. Aukeraturako pazienteei mediku hitzorduak Internet bitartez hartuko dituzte, eta horiei txartel sanitarioa banatuko zaie aurretik osasun karpetan sartu ahal izateko.

Osasun karpeta horretan hitzordu programatuak, medikuen txostenak, txertoen egutegiak eta errezetatutako sendagaiak kontsultatu ahal izango dira. Baina, pazienteari informazioa emateaz gain, osasun karpetak beste abantaila batzuk ere izango ditu. Izan ere, pazienteari eta profesional sanitarioen artean informazio trukatu ahalgo da. Esaterako, urritik aurrera gaixo kronikoek hainbat parametro erregistratu ahal izango dituzte: pisua, arteria presioa, bihotz maiztasuna, odoleko glukosa, tenperatura, oxigeno bolumena eta abar. Profesional sanitarioek pazienteari erregistratutako informazioa aztertu ahalgo dute, eta jarraipena egin.



GURUTZETAKO OSPITALEAN NEUROZIENTZIAREN GUNE KIRURGIKOA INAUGURATU DUTE

Ekainaren 11n, Patxi Lopez lehendakariak, Osasun eta Kontsumoko sailburu Rafael Bengoak eta Gurutzetako Unibertsitate Ospitaleko zuzendari Gregorio Achutegik Gurutzetako Ospitaleko Neurozientzia gunea inauguratu zuten. Gune berri horri esker, konplexutasun handiko baliabide teknologikoak sortuko dira eta langile sanitarioek beste ospitale batzuetan puntako prestakuntza izango dute.

Instalazio berri horretan erresonantzia magnetiko eta nabigazio sistema digitaaliko bi ebakuntza gela jarri dituzte. Hala, Gurutzetako gune kirurgikoa izango da Espainiako Estatuan halako ekipamendua duen bakarra.

Gune osoa digitalki integratuta dago; modu horretan uneoro interbentzioak dokumentatu eta streaming edo bideokonferentzia bidez edozein lekutatik jarraitu ahal izango dira, prestakuntza eta dibulgazioa bermatu ahal izateko.

Teknologia berritzaile hori zerbitzu hauek erabiliko dute: Neurokirurgia, Traumatologia, Neurofisiologia Klinikoa, Neurologia, Otorrinolaringologia, Aurpegi masailletako kirurgia eta kirurgia plastikoa, beste batzuen artean. Eta bertan, patologia hauek artatuko dira: garuneko tumoreak, guruin pituitariokoak, gliomak, biopsiak, epilepsia, parkinsona, hipofisi tumoreak, bizkarrezur eta garezur interbentzioak eta beste batzuk.

Neurozientzia guneak 515 metro koadro ditu eta 3.150.000 euroko inbertsioa izan du.

BERRI LABURRAK



GAIXOTASUN ARRAROEI AURRE EGINEZ

Txagorritxun, Arabako Unibertsitate Ospitalean dago (epi)genetika molekularreko laborategia, eta han dihardute lanean Guiomar Perez de Nanclares, Intza Garin, Elena Beristain eta Arrate Peredak. Laurek osatzen dute ikerketa unitateko lantaldea. Gaixotasun arraroen arlo zabalean oso zehatza da euren egitekoa; “genetika arloa aztertzea”. Guiomar da talde burua, eta berak zuzentzen du zerbitzua.

Industria farmazeutikoaren interes txikiari, diru beharrari eta beste zenbait oztopori aurre eginez, Arabako Unibertsitate Ospitalean kokatuta dagoen (epi)genetika molekularreko laborategian tinko dihardute lanean, gaixotasun arraroak aztertzen eta haiek eragiten dituzten ondorioei aurre hartzen. Zerbitzuan emakumeak dira nagusi; Guiomar, Intza, Elena eta Arrate, eta lauren artean azken urteotan aurrerapauso garrantzitsuak lortu dituzte. “Ez dago dirurik gaixotasun arraroen ikerketan lan egiteko. Izan ere, arraroak direnez, oso jende gutxi

ditu gaixotasun horiek, eta enpresa farmazeutikoei ez zaie interesatzen ezer antolatzea”. Errealitate gordinari aurre egitera ohitu dira ikerketa unitatean, eta azken aldian Europatik diru partidak aragoitu egin dira. “Badirudi European politika aldatu dutela gaixotasun arraroen inguruan, eta orain lehen baino garrantzi gehiago ematen diete”.

“Ez dago dirurik gaixotasun arraroen ikerketan lan egiteko. Izan ere, arraroak direnez, oso jende gutxi dugu gaixotasun horiek, eta enpresa farmazeutikoei ez zaie interesatzen.

Politika aldaketa horri esker, European, Spainian eta Euskal Herrian gaixotasun bitxi edo berezien erregistro bat egiteko ekimena gorpuztu da azken urteotan, eta berme horren itzalean ari dira lanean Gasteizen. “Azken 10 urteotan ikerkuntzak gorantz egin badu ere, oraindik orain asko dago egiteko”, adierazi digute protagonistek. Zorionez edo zoritxarrez, diru-laguntzen doinupean lan egitera ohitu dira Guiomar eta bere taldekideak. Une honetan Gaixotasun Arraroen Espainiako Federazioak (FEDER gaztelaraz) eta Gaixotasun Bitxiaren Klusterrak diru dezentente jarri dute mahai gainean eta, horri esker eta finantzazio propioa aintzat hartuta, Osakidetzan ikerketak bidea egin dezake.

IKERKETA ESPARRU KONKRETUA

(Epi)genetika molekularreko laborategian, Ikerketa unitatean, gaixotasun arraro oso zehatzak aztertzen dituzte. “Gu, laurok, biologoak gara, ez medikuak, eta guk ikertzen duguna genetika da. Herritarrok badakizue gene edo kromosoma bat txarto izatea genetika dela. Baina badaude genetikaren alorrean beste aldaketa batzuk, *epigenetikaren* alorrekoak,



GUIOMAR PEREZ DE NANCLARES talde buruak bere jardunaren %90 ikerkuntzari eskaintzen dio, eta gainerako denbora asistentzian dihardu.

eta arlo horretan egiten dugu ikerketa”. Horrelako gaixotasun bitxi batzuk dituzten pertsonak kalean ikustean inondik inora ez dugu pentsatuko gaixotasun arraroak dituztenik, eta, bestalde, badaude gaixo batzuk fenotipikoki ezagutzen direnak.

Guiomarrek azaldu digu zein den euren egunerokotasunean duten egiteko nagusia. “Bi lan estrategia ditugu. Batetik, guk gure ikerkuntza lerro zehatza daukagu, inprintak sortutako gaixotasunak, batez ere pseudohipoparatioidismoa. Kongresuetan, jarduru-

naldietan eta hitzaldietan halako gaixotasunak edo antzekoak izan ditzaketen gaixoen bila aritzen gara. Antzekoak diot, oso arraroak direlako”. Askotan, ikerkuntza bide horretan, gaizki diagnostikatutako kasu asko atzematzen dituzte eta horiek identifikatzen ere saiatzen da Guiomar. “Batez ere, horiek dira ikerkuntza alorretik gure lan esparruak Pseudohipoparatiroidismoa daukaten pertsonetan aldaketa biokimiko zehatz bat agertzen da”. Euskal Autonomia Erkidegoan bederatzi pertsona bakarrik aurkitu dituzte horrelako aldaketa biokimikoekin, eta “Estatu osoan 120 inguru genetikoki diagnostikatu-ta”. Gaixotasun arraroen artean hau da arraroenetakoa, oso pertsona gutxi garatu baitute.

“Euskal Autonomia Erkidegoan bederatzi pertsona bakarrik aurkitu dituzte horrelako aldaketa biokimikoekin, eta “Estatu osoan 120 inguru genetikoki diagnostikatu-ta”.

Beste alde batetik, gerta liteke kontsultan artatzen dituzten gaixo batzuk ezin izaten dituztela ondo diagnostikatu, eta horrelakoetan protokolo berezia jartzen da abian. “Horrelakoetan medikuek gugana jotzen dute; batez ere beraien diagnostikoan eragile genetiko bat identifikatzen badute jotzen dute gure laborategira. Guk interesgarria dela uste badugu, aurrera jarrai dezakegu ikertzen. Eta, bestela, diagnostiko zuzena bideratzen ahalegintzen gara”.

(Epi)genetika molekularreko laborategiak zerbitzua eskaintzen dio Euskal Autonomia Erkidego osoari, baina oso arlo zehatzetan. “Kardiologiarekin zerikusia duten ikerketak erkidego osoko mediku zerbitzuei eskaintzen dizkiegu. Era berean, Estatuko sarean gau-

de pseudoparatiroidismo kasuen ikerketan”. Askotan gertatzen zaie medikuentzat oso interesgarriak diren kasuak beraietzat ez dutela inongo interesik edo, besterik gabe, ikerketa lerrotik alden du egiten direla. Horrelako kasuetan, “ez dugu ikerketarik abiarazten, izan ere, ezin dugu ezer argitaratu edo proiektu bat bideratu. Kasu horretan ere diruak du giltza, eta, dirurik ez dugunez, ezin dugu ikertu”.

SINTOMAK ZEINTZUK DIRA?

Baina zeintzuk izaten dira horrelako gaixotasun arraroak dituzten pertsonak sentitzen dituzten aurreneko sintomak? Galdera logikoa bada ere, erantzuna ez da hain samurra izaten, gaixotasun arraroak ez direlako erraz eta sintoma argiekin azaleratzen. “Gaixotasun arraro bakoitzak bere berezitasunak ditu. Nik uste dut hain bitxi eta zehatzak direnez ezinezkoa dela denak ezagutzea, baina badaude webguneak halako informazioa ikusteko”.

Pseudohipoparatiroidismoari dagokionez, “bizitzako aurreneko urteetan diagnostikatzen ez badira, heldu bihurtzen direnean bat-bateko karranpak eta dardarak izaten dituzte. Askotan pentsatzen dute epileptikoak direla, baina gaixotasun arraro baten aurreneko sintomak izaten dira, pseudohipoparatiroidismoarenak. Kontua da arazo bat izaten dutela kaltzioaren metabolismoarekin eta, labur esanda, kaltzio kantitatea gaizki dute barruko programa ondo ez dabilelako”.

Umeak direnean, berriz, normalean gaixotasun arraro hau atzematzen zaie beraien fenotipoa edo itxura berezia delako: normalean txikiak izaten dira, nahiz eta gurasoak handiak izan. Era berean, loditxoak izaten dira, eta ezaugarri nagusia da eskua ixten dutenean hatz-koskorrak atzeratuta gelditzen zaizkiela, hezurretako bat txikiagia delako. “Pediatria kontsultara iristen dira normalean euren hazkundean gauza arraroak atzematzen dizkietelako eta hortxe detektatzen ditugu”.

DEKAZIO HANDIA IKERKETARI

Txagorritxuko sotoan dago kokatuta (epi)genetika molekularreko laborategi nagusia. Bertan dituzte bilera gelak, bulegoak eta laborategia. Gaztetasunak kementa ematen omen du, eta lau emakume gazte eta kementsu hauek ikerkuntzari ordu asko eskaintzen dizkiote, “ditugunak baino gehiago gehienetan”. Bere lan jardunetik, Guiomarrek %90 ikerkuntzari eskaintzen dio, eta gainerako denbora asistentzian dihardu. Laborategian dauden gainerako hiru ikerlariak ere egiten dute asistentzia, “nahiz eta bakarrik ikerketa arlori bideratu beharko luketen beraien lana”.

Genetika molekularreko departamentuan euskaraz, gaztelaraz eta ingelesez hitz egiten da, eta artikuluak ere hiru hizkuntza horietan idazten dituzte hedabide ospetsu eta espezializatuetan. “Informazioa trukatzeko modua da”. Nazioarteko estrategian ere ari dira aurrerapausoak ematen, eta, besteak beste, orain dela sei hilabete bost herrialdeetako erakundek kontsorzio bat eratu dute: Espainia, Belgika, Alemania, Italia eta Frantziako ikerkuntza taldeak dira. “Gaixotasun hauetan lan gehiago egiteko sortu dugu kontsorzioa”, adierazi digu Guiomar Perez de Nanclaresek. “Esaterako, entsegu kliniko bat egin nahi izanez gero, hain gaixo gutxi daudenez, oso zaila da bakarka antolatzea. Beste herrialde batzuekin elkartuta, berriz, diru gehiago lortu dezakegu; eta gure artean informazioa trukatzeko bideak ireki ditzakegu”.

Nazioarteko presentzia, ordea, ez da horretara mugatzen. Sarean dokumentazioa arin eta era dinamikoan trukatzeko bidea ere aurkitu dute. “Interneten edozein gaixotasun arraro atzematzen *www.orpha.net* webgunean artxibatzen dugu dokumentua, beste espezialista batzuek eskura izan dezaten”. Atari horretan dokumentu guztiak ingelesez daude, baina badira gaztelarara itzulitako batzuk ere. Euskaraz, berriz, ezer gutxi aurkitu daiteke oraindik.

Informazioaren eta komunikazioaren garaian, egunero pertso-

LAN TALDE KEMENTSUA

Gaztetasunak kementa ematen omen du, eta lau emakume gazte zein kementsu hauek ikerkuntzari ordu asko eskaintzen dizkiote. Taldea Guiomar Perez de Nanclares, Intza Garin, Elena Beristain eta Arrate Peredak osatzen dute.



nak artatzen dituzten medikuei laguntzen ere saiatzen dira. “Aha- legintzen gara medikuari zein arrasto egon daitekeen esaten; horri jokabide egokien gida deritzogu. Gaixotasun batzuetan oso ondo landuta daude gida horiek, eta beste batzuetan orain dela gutxi hasi gara martxan jartzen. Gure espezialitatearen gaineko artikulua publikatu dugu orain dela gutxi; eta saiatu gara galdetegi bat zabaltzen Europa osoan ezaugarri nagusienak zeintzuk diren ezagutzera emateko”, nolabait, arlo horretan aitzindariak dira Guiomar eta bere taldekideak.

“Gaixotasun arraroei aurre hartzea lan zaila bada, ez da errazagoa etorkizunean gertatuko dena aurreikustea. Dirurik ezean, Genetika Molekularreko Departamenduan egokitzapenak egin beharko dituzte.

TALDEAREN PROFILA

Diziplina anitzeko taldea da Gas-teizen lanean diharduena, baina guztiak dira emakumeak eta gazteak. Arrate Pereda, esaterako, ikertzaile izateko ikasten ari da. Hain justu ere, doktoratu aurrekoa da. “Biologia ikasi dut eta tesia hemen egin nahi dut”, adierazi digu. Intza Garinek eta Elena Beristainek, berriz, dagoeneko egin dute

doktore tesia, eta tekniko laguntzaile gisa dihardute. “Ospitalean ikerkuntza genetikoan lan egin nahi dutenei lagundu behar diegu”. Eta ikerketa buru eta taldeko zuzendari lanetan Guiomar Perez de Nanclares ari da. Gaztea bada ere, esperientzia handiko profesionala da eta azken urteotan hainbat artikulua argitaratu ditu hedabide espezializatuetan.

ETORKIZUNEN ERONKAK

Gaixotasun arraroei aurre hartzea lan zaila bada, ez da errazagoa etorkizunean gertatuko dena aurreikustea. Dirurik ezean, Genetika Molekularreko Departamenduan egokitzapenak egin beharko dituzte eta dirua egonez gero, arlo ezberdinak ikertzeko aukera izan dezakete. Guiomarrek ikerkuntza taldearen lan esparrua ireki nahi du, “ikuspuntua irekitzea da nire asmoa. Adibidez, gaixotasun honetan hezurretan aldaketak ematen dira. Hortaz, hezurrei begira hasi naiz finantzazioa lortzeko beste iturri batzuetara jotzen”. Filosofia ez du aldatuko Guiomar Perez de Nanclaresek, “besteei laguntzeko bokazioarekin iritsi nintzen esparru honetara, era solidarioan beste batzuei laguntzeko itxaropenarekin, eta ez dut etsiko. Esparru honi profesional gehienek eta industria handiek ez diote jaramonik egiten eta guztion ahalegina eskatzen du”. Etor-kizunari, beraz, itxaropenaz begiratzen dio Guiomarrek, “nahiz eta taldea mantentzea ez den erraza izango”.



INVESTIGACIÓN EN EL ÁMBITO DE LAS ENFERMEDADES NO COMUNES, UNA LABOR QUE REQUIERE MUCHO SUDOR Y ALGUNA LÁGRIMA

Guiomar Pérez de Nanclares, Arrate Pereda, Intza Marín y Elena Beristain forman el equipo de investigación multidisciplinar de la Unidad de Genética Molecular del Hospital Universitario de Álava, que está ubicada en Txagorritxu. De las más de seis mil enfermedades no comunes existentes en el planeta, el equipo de Osakidetza está inmerso en la investigación de las enfermedades de origen genético.

Ante la falta de recursos materiales, mayor financiación y debido al bajo interés de la industria farmacéutica por la línea de investigación desarrollada por el equipo de Genética Molecular de Osakidetza, las cuatro especialistas que conforman este equipo del laboratorio, hacen frente a las adversidades con grandes dosis de entusiasmo y dedicación. Una dedicación no exenta de “sudor y lágrimas”, según Guiomar Pérez de Nanclares, responsable del laboratorio.

ÁMBITO DE ACTUACIÓN

Las enfermedades no comunes de origen genético son el área de investigación principal del departamento. Asimismo, están dando pasos importantes en una línea concreta; la pseudohipoparatiroidismo. “Somos biólogas y no médicos. Lo que nosotras hacemos se llama genética, y más concretamente, desarrollamos e investigamos temas relacionados con la epigenética”. El departamento, ubicado en el Hospital Universitario de Álava forma parte, desde hace unos años de un consorcio integrado por diferentes países como; Bélgica, Alemania, España, Italia y Francia. “Somos parte interesada en este consorcio, y entre todos colaboramos para poder hacer a entre otras cosas, más y mejores ensayos clínicos”.

De cara al futuro, la financiación marcará el camino, “si contamos con financiación podemos ampliar los ámbitos de actuación, de lo contrario, nuestro departamento lo pasará muy mal”, asegura con rotundidad Guiomar Pérez de Nanclares.



Leire Echeazarra Escudero
Farmazian lizentziatua eta
Neurozientzia arloko ikertzailea

Osatuberrri 1. eta 2. zenbakietan ikerketaren I eta II zatiak argitaratu ziren

Jaio ondoren, garunaren konezioak handituz doaz bizitzan zehar. Esperientziek eta ikaste prozesuak konezio horiek sendotzen eta bideratzen dituzte. Horrek esan nahi du hainbat eta gehiago ikasi, gero eta konezio gehiago sortzen direla garunean. Honako hau Bobath teknikaren gakoa da: pazienteek ahalik eta estimulu gehien jaso behar dituzte garun areen arteko konezio gehiago sortzeko. Lesioren bat pairatu duten pazienteek kaltetutako areak alde batera uzteko joera dute askotan, eta hainbat estrategia eta erantzun garatzen dituzte galera konpentsatzeko. Joera hori saihestu behar da, modu horretan arazoa larriagotzen besterik ez da egiten. Alde batetik, muskuluen tonua desegokia denean, jarrera txarrak hartzen dira, eta horrek mugimendua oztopatzen du. Bestetik, higidura erreflexu anormalak gorputzaren jarrera desorekatzen du. Bobath teknikaren bidez, erreflexu eta mugimendu eredu anormalak saihestea bilatzen da. Terapiaren helburu nagusiak dira pazienteak mugimendu normaleko sentsazioak lortzea eta kaltetutako area erabiltzera bultzatzea, galera konpentsatzeko estrategiak ez garatzeko. Higidura erreflexua normala eta mugimendu egokiak lortzeko, hainbat ariketa proposatzen ditu teknikak. Horretarako, bakoitzaren gaitasunak eta ahultasunak aztertzen dira, baita bakoitzaren diagnostikoa eta ingurunea zein den ere. Bobath teknikaren beste oinarri nagusi bat metodoaren malgutasuna da. Paziente bakoitzari ondoen datozkion ariketak aukeratu behar dira. Bobath senar-emazteek dioten bezala, "Bobath terapia bizi kontzeptu bat da, ez metodo soila". Horre-

PLASTIKOTASUN NEURONALA FISIOTERAPIAN: BOBATH KONTZEPTUA (III)

Terapiaren helburu nagusiak dira pazienteak mugimendu normaleko -sentsazioak lortzea eta kaltetutako area erabiltzera bultzatzea, galera konpentsatzeko estrategiak ez garatzeko.

gatik, teknikak ez du jarraitzeko patroiz zorrotzik eskaintzen; baizik eta ariketa pilo bat norberaren bizitzan integratzeko aukera. Oso garrantzitsua da ariketari zentzua ematea; horretarako, lantzeko objektuak adierazgarriak izan behar dira. Adibidez, Down sindromea duen haur bati laguntzeko (burua altxatzen laguntzeko, esaterako) berari gustatzen zaion jostailu bat erabiliko da.

Esan liteke Bobath teknika gorputzaren funtzionamendua eta higikortasuna orekatzeko terapia pertsonala dela, norberaren beharrik eta erantzunak kontuan hartzen direlako. Gainera, oso metodo aktiboa eta interaktiboa da, pazientearen parte-hartzea oso garrantzitsua baita.

BUKAERA:

Garuna ez da estatikoa, malgua baizik, eta moldatzeko gaitasun horretaz horretaz balia gaitzeko. Plastikotasun neuronalean oinarrituta dauden teknikek lesio zerebrovaskularren bat pairatu duten pazienteei aukera itxaropentsua eskaintzen diete. Bobath teknika erabiltzen duten terapeutasak garunak duen sendatzeko gaitasuna bultzatzen eta bideratzen saiatzen dira, minusbaliotasuna

minimizatzeko itxaropenaz, baina kontuan hartu behar da terapia miresgarririk ez dagoela. Bobath teknikaren helburua funtzionaltasun egokia berreskuratzen laguntzea da. Horregatik, pazientearen parte-hartzea eta proposatutako ariketak eta gorputz jarrerak bakoitzaren bizitzan integratzea nahitaezkoa da.



Bobath senar-emazteak, "Bobath kontzeptua"ren sortzaileak.



Bobath terapia erabiltzen den objektu bat. Paziente bakoitzaren interesak kontuan hartu behar dira, ariketak egiteko erabiltzen diren objektuak adierazgarriak izan behar dira pazienteek parte-hartzea lortzeko asmoz.

Iturria: <http://intercentres.cult.gva.es/cefire/46401751/ee/enlaces/ee/sagunto/index.htm>



Lesio baten ondoren, garunaren plastikotasuna sustatu behar da, berau landuz eta entrenatuz. Zeregin hori sekulako erronka da, bai pazienteentzat, bai terapeutentzat.

Iturria: <http://loqueignoras.com/Forum/index.php?topic=168.0>
http://www.neurorehabilitacion.com/plasticidad_neuronal1.htm

OSASUNGOA EUSKALDUNTZEKO ELKARTEAREN XXII. BILTZARRA

HITZALDI ETA MAHAI-INGURU INTERESGARRIAK BILTZAR ARRAKASTATSUAN

Osasungo Euskalduntzeko Erakundeak, Bizkaiko Sendagileen Elkartearekin batera, XXII. Osasun Biltzarra egin du maiatza erdian. Aurtengo jardunaldiaren leloa *Osasun-langileon erronka berriak* izan da eta maiatzaren 18an eta 19an egin da Bizkaiko Sendagileen Elkartearen. Ekitaldi guztiak euskara hutsean izan dira, jakina.

Ostiral goizean Bizkaiko Medikuen Elkargoan, seigarren solairuan, jende asko zebilen hara eta hona, elkar agurtuz. Horiei guztiei harrera egin eta zailtzak argitzeko, Osasungo Euskalduntzeko Erakundeko **Janire eta Patxi** buru-belarri zebiltzan lanean. Euskal Autonomia Erkidegoko puntu desberdinetatik etorritako mediku, erizain, farmazialari eta osasungintzako beste-lako profesionalak ia berehala bete zuten eraikinean dagoen hitzaldi aretoa. Hogeita bigarren aldia izan da biltzarra antolatu dutela -lehen ekimenak jardunaldi deitura zuen- eta dagoeneko izen handia du osasungintzan aritzen diren euskaldunen artean. Aurten 130 lagunek izena eman dute biltzarrean parte hartzeko, azken urteotan lortutako kopuruaren batez bestekoa.

Hitzaldiak, mahai-inguruak, komunikazioak eta tailerrak ostiralean goizez eta arratsaldean eta larunbatean goizez egitekoak ziren. Profesional bakoitzak erabaki zuen horietako zeinera joan. Horietako batzuek ekitaldi guztietan parte hartu zuten, eta beste batzuek batean edo bestean. Ostiraleko ekintzak lanorduetan izan baziren ere, jende asko batu zen.

Biltzarrari buruzko dokumentazioa banatu ostean, 09:00etan, aurkezpena egin eta ekitaldiari hasiera eman zioten. Bertaratutakoetatik asko emakumezkoak izan ziren eta entzule gehienak 30 eta 45 urteren bultan dauden langileak. Osasungintzako profesional euskaldunen profila ote?



GEHIEGIZKO MEDIKALIZAZIOA

Bizitzaren medikalizazioa gaiarekin lotutako mahai-ingurua iragarrita zegoen, eta lau profesionalak hartu zuten hitza banan-banan, beraien artean eztabaidatu gabe eta bakoitzak bere alorra azalduz. Eulali Mariñelarena izan zen hitza hartzen lehena. Mariñelarena Gipuzkoako Familia eta Komunitateko Medikuntzarako Irakaskuntza Unitateko burua da. Diagnostiko proben gehiegikeriek eta gehiegizko medikalizazioak ekar ditzaketen arriskuak azpimarratu zituen. Horrekin lotuta, bizitzaren gorabeherak sortarazten dituzten gaitzak eta gaindiagnosisen adibideak eman zituen. Medikalizazioa saihestearen aldeko agertu zen eta honako gogoeta hau eman zuen ezagutzera: “Erabaki behar dugu zein mugetatik aurrera hobe den sufrimenduari aurre egitea, ezabatzen ahalegintzea baino”. Mariñelarenak **hizketaldian** ironiaren erabilera adimentsua egin zuen eta txalo zaparradez gain, **barre-algarak** ere piztu zituen.

Arritxu Etxebarria izan zen hurrena. Gipuzkoa Eskualdean Lehen Mailako

Atentzioko farmazialaria da bera. Extremadurako jatorria duen Enrique Gavilan kidearen hainbat lanetan oinarrituko zela jakinarazi zuen, depreskripzioa gai nagusi hartuz. Haren esanetan, hitz horrek hainbat adiera ditu: medikua- ren epe luzerako tratamenduak etetea; elementuak banan-banan desmuntatu eta bakoitza isolatuta aztertu... Etxebarriaren esanetan, polimedikazio eze- gokia osasun arazoa da eta, gaixoaren autonomia mugatzeaz gain, sistema medikoan mesfidantza eragiten du. Horregatik, depreskripzioaren alde egiten du gaixoaren testuinguru osoa aztertuz.

Jose Ramon Bilbaok jarraitu zion Arrixuri. EHuko Genetika, Antropologia Fisikoa eta Animalien Fisiologia Saileko kidea da Bilbao. Genetika molekularra- ren historia laburbiltzeaz gain, horrek ekarri dituen aurrerapenak zehaztu zituen, betiere izan ditzakeen desab- tantailak ere gogora ekarriz. Hitzaldia **mamitsua** izan bazen ere, bukaeran umore dezente gehitu zion berbaldiri merkatuan genetikarekin lotuta aurkitu daitekeen eskaintzaren gainean.

INTERESA

Bi egunetan osasungintza alorreko profesional askok interes handiz jarraitu zituzten hitzaldi, tailer eta mahai-inguruak.

TOPAKETA

Berbagai izan zituzten ponentzien inguruko informazio zabala eskuratzear gain, profesionalen arteko topaketa egiteko baliatu zuten biltzarra.



Hogeita bigarren aldian izan da biltzarra antolatu dutela eta dagoeneko izen handia du osasungintzan aritzen diren euskaldunen artean.



Bertaratutakoetatik asko emakumezkoak izan ziren eta entzule gehienak 30 eta 45 urteren bueltan dauden langileak. Osasungintzako profesional euskaldunaren profila ote?

Ondarroako Osasun Zentroko Lehen mailako arretako unitate buru Lourdes Galarraga izan zen mahai-inguruan parte hartu zuen azken hizlaria. Tripi proiektuaren **nondik-norakoak** azaldu zituen. Hala, Ondarroan nork bere burua zaindu eta gaixoaren medikalizazioa gutxitzeko ahalegina egiten dabilta. Lantalde zehatzak sortuz gaixo bakoitzaren neurria egindako arreta ematen dute.

HIZLARI ONAK ETA GAI INTERESGARRIAK

Horren ostean, atsedendia egin zuten hallean hamaiketako egiteko; eta Osakidetzako profesionalak tertulian izan ziren taldetxotan. Antzinatik jardunaldietara joaten den Itziar medikuak azaldu zigun berarentzat OEEren biltzarra oso hitzordu garrantzitsua dela: "Gaur egun jardunaldietan egiten den euskara maila oso ona da, eta lantzen diren gaiak oso interesgarriak. Txalotzekoa da emaitza". Itziar baino gazteagoa den Leire ginekologoa ere oso gustura joan izan da azken urte-

tako jardunaldietara: "Beste profesional euskaldun batzuekin harremana egiteaz gain, oso hitzaldi interesgarriez gozaten dut". **Biak ala biak** hasieratik bukaera arte egon ziren biltzarrean.

Hallean bertan jarritako panel batzuetan zenbait profesionalak prestatutako gaiak landuta zeuden, edozeinek ikus zitzakeenak. Gai horiek berak izan zituzten hizpide goizeko eta arratsaldeko ahozko komunikazioetan: anestesian eta **bizkortzean** pazienteen segurtasuna hobetzeko Sensor, Arrisku faktoreak gaixoen mobilizazioak langileengan sortutako gaitzetan, Bideolaringoskopia, Bizkaiko Farmazia Bulegoetako Euskararen egoeraren azterketa, Umeen artritis aztertzeke ekografia, Erizainen lan antolaketa zainketa intentsiboetan eta beste asko.

HIZKUNTZ POLITIKAK ETA PLANAK

Bertaratutakoek Kafe Antzokira jo zuten bazkaltzera, eta arratsaldean, ahozko komunikazioen aurretik, Gortziko Ospitaleko euskara teknikari Ro-

EMAKUMEAK

Biltzarrera jo zuten profesional euskaldunetako asko emakumeak ziren, eta gehienak 30 eta 45 urteren bueltan.

berto Manjonek osasungintza publikoaren hizkuntz politikak eta planak azaldu zituen. Horren ostean, osasun langileak gaixotzen direnean gaia hartuta, mahai-ingurua egin zuten Lan Arriskuen Prebentzio Zerbitzuko Mertxe Petralandak, Sendagileen arteko koordinatzaile Angel Alayok eta ambulanzietako teknikari Alberto Ibarzabalek. Lehenak osasun arloan gaixotzea izan zuen hizpide; bigarrenak Euskadiko Sendagileen Kontseiluaren proiektua zer den azaldu zuen; eta, azkenik, Ibarzabalek, osasun langileen aurkako indarkeriaz hitz egin zuen. Egun beteari bukaera emateko, OEEren urteroko bilera egin zuten.

Barre-algarak *Carcajadas.*

Bizkortzea: *Reanimación.*

Hizketaldia: *Charla.*

Mamitsua: *Con mucho contenido, con mucha miga.*

Nondik-norakoak: *Pormenores, detalles, características.*

Biak ala biak: *Estar en boca de alguien.*

ETIOPIA-UTOPIA FUNDAZIOA

ETIOPIAKO HERRITARREN GARAPENEAN LAGUNTZEN

ETIOPIA-UTOPIA FUNDAZIOKO KIDEAK DIRA JOSEAN IRIBARREN, ARKAITZ AZKUNE, IMANOL APALATEGI (PRESIDENTEA) ETA XANTI LARBURU. ANGEL OLARAN AITA ZURIAK ETIOPIAN EGITEN DUEN LANARI JARRAIPENA EMATEKO SORTUTAKO FUNDAZIOA DA. HAN EGITEN DUTEN LANA ETA AURRERA BEGIRA DITUZTEN PROIEKTU NAGUSIAK ZEINTZUK DIREN AZALDU DIGUTE.



Etiopia-Utopia Fundazioa irabazi asmorik gabeko erakundea da, helburua, Wukro eta, hedaduraz, Tigray eskualdean (Etiopia), garapenerako lankidetzan lagundu eta laguntza humanitarioa ematea duena. Horretarako, gizarte sare bat sortu dute; bertan, herritarrek parte har dezakete, bai norbanako moduan bai instituzio publiko edo pribatuen bitartez.

2009ko irailean sortu zuten Fundazioa Angel Olanen hernaniarrek egiten duen lanari jarraipena emateko asmoarekin. Olanen Afrikako Aita Zuri izeneko misiolaria da. 20 urte pasa zituen Tanzanian eta 1992. urteaz geroztik Etiopian bizi da. Bere eginkizun nagusia Saint Mary ikastetxea sortzea izan da. Ikastetxe horretan 400 ikasle nekazaritza, merkataritza, elektrizitatea, soldadura eta mekanika orokorreko lanbide heziketa jasotzen dute. Baina, horrez gain, beste hainbat proiektutan ere buru-belarri sartuta dago.

DENTISTAK HEZTEA HELBURU

Fundazioa *Iribarreak* proiektuarekin hasi zen lanean. Helburua Wukro herrialdean dentistak heztea da: “Han ez dago dentistarik eta gure asmoa erizainak dentistak izateko trebatzea da. Madrilko dentista batzuekin hasi gara lanean. Eraikina eginda dago eta orain kontainer bat bidali behar dugu”, azaldu du Imanol Apalategik, fundazioko presidentek.

Bestalde, Mekeleko (hiriburua) unibertsitate ospitalea eta Donostiako Unibertsitate Ospitalearen arteko harremanak bultzatu nahi dituzte. “500 bat ohe dituen ospitalea da. Arkaitz Azkune eta biok han izan ginen, eta orain Santi Larburu joango da ikusteko nola egiten duten lan eta nola lagundu genezakeen. Asistentzia eman nahi diegu, baina baita trebatu ere”, dio Apalategik. Horren harira, azaldu dute askotan zaila izaten dela hango egoera ezagutu eta ulertzea. “Wukroko ospitaleak

400.000 bat laguni eman behar die zerbitzua. Ospitaleak hiru sendagile baino ez ditu, 90 ohe eta, hala ere, ez dute erdia okupatzen. Hemen ezin dugu hori sinistu”, azaldu du Apalategik. Wukroko ospitalean laguntzen du Angel Olanek, baina Fundazioak, orain, Mekelko unibertsitate ospitalearekin elkarlanean aritzea nahi du.

“Han ez dago dentistarik eta gure asmoa erizainak dentistak izateko trebatzea da.

BEHAR NAGUSIENETARIKOA ELIKADURA

Wukron dagoen behar nagusienerikoa elikadura dela diote. “Euririk egiten ez badu gosea pasatzen dute” diote. Izan ere, urtean bi hilabete dituzte laborantzarako, baina askotan gertatzen da euri asko egin arren egiten duen euria behera joaten dela: “Lortu behar dutena da ura hantxe geratzea”. Olanek horretan ere badihardute lanean. *Kañaberak Etiopiar*a proiektuaren bitartez erreka bat egin nahi dute, 10 kilometrokoa. Horretarako 40.000 euro behar dituzte. Proiektu horretan laguntzeko, adibidez, Tolosako Leidorren bertso jaialdia egin zuten maiatzaren 12an. Proiektu horren bitartez lortu nahi dutena da urtean bi edo hiru bider laborantza egiteko aukera izatea.

Elikaduraz gain, lana, osasun arloko asistentzia eza, analfabetismoa eta emakumeek jasaten duten diskriminazioa dira Wukroko arazo nagusiak. “Gabeziak orokorrak dira eta gabezia guztiak

“Wukroko ospitaleak 400.000 bat laguni eman behar die zerbitzua. Ospitaleak bakarrik hiru sendagile ditu, 90 ohe eta, hala ere, ez dute erdia okupatzen.

konpontzen saiatzen da Angel; horietako bat osasun proiektua izango litzateke. Fundazioa saiatzen da Angelek egiten dituen proiektuak babesten”, dio Azkunek. Fundazioaren lana behar handiena duten jendeari bideratuta dago, baina herri guztiak jasotzen ditu onurak. “Guk eskaini diezaiokegu guk egiten dakiguna: ezagutza. Pentsatzen dugu eurek horri eman ahal diotela errentagarritasuna”, azaldu du Azkunek.

Lan egiterako orduan garrantzitsua da Etiopian nola funtzionatzen duten ezagutzea eta instituzioekin elkarlanean aritzea. “Beharrezkoa da instituzioen arteko akordioak lortzea eta gu akordio horien bitartez joatea hara. Helburua da bideragarritasuna bilatzea”, gaineratu dute.

Guztiak argi dutena da Etiopiara laguntzera joatea aberasgarria dela. “Esker oneko jendea da eta han baliagarri sentitzen zara” diote. Esperientzia horren bitartez zure ikuspegia eta baloreak aldatu egiten direla diote. Denak ados daude proiektuaren oinarria Angel Olanar dela esatean: “Herriak dion estimua ikusten duzunean konturatzeko zara zuk egiten duzunaren edo berak han egiten duenaren garrantziaz. Orduan, zentzua hartzen du berak egiten duen lan horri jarraipena emango dion fundazioa sortzea” diote.

Etiopia-Utopia Fundazioa
Mikeletegi Pasealekua 53 E
2. Solairua, bulegoa 24
20.009-Donostia.

Tlfnoa: 943 00 58 63
info@etiopiautopia.org
www.etiopiautopia.org



Elkartek zer eskaintzen du?

Fundazioak Donostiako Mikeletegi pasealekuan dauka egoitza, eta ateak zabalik ditu lagundu nahi duen edonori. Fundazioak egiten duen lana ezagutzera emateko hainbat ekintza egiten dituzte urtean zehar: bertso jaialdia; pintxo solidarioa; Pirritx, Porrotx eta Marimototsek ere laguntzen diete; harremanak dituzte Reala eta Athletic-arekin... eta hango kiralari onenak ere ekarri izan dituzte hona Behobia Donostia lasterketa egitera. Harremanetarako info@etiopiautopia.org helbide elektronikoa daukate.

¿QUÉ ES?

La Fundación Etiopia-Utopia es una organización no lucrativa que tiene por objetivo prestar ayuda humanitaria y colaborar en la cooperación al desarrollo de Wukro y por extensión de la región del Tigray (Etiopia) mediante la creación de una red social en la que participe la población bien a nivel individual o a través de las instituciones públicas y privadas, y generando, mediante la utilización de la estrategia de sensibilización, una conciencia social que permita lograr un mundo más justo. La organización se fundó en 2009, principalmente para seguir con el trabajo que está realizando el misionero de los Padres Blancos de África Angel Olanar. Hoy en día, la Fundación está trabajando en la cooperación entre el hospital universitario de Donostia y el hospital universitario de Mekele. Además de prestar ayuda, el objetivo es formar a profesionales sanitarios.

HELBURUA.
Angel Olanar Aita Zuriak egiten duen lanari jarraipena ematea da fundazioaren asmoa.



HEREDEROS DEL MARQUES DE RISCAL UPELTEGIA

MAHASTIAK MUNDUKO MAPAN JARRI DITUEN ELTZIEGOKO ARDOAREN HIRIA

HEREDEROS DEL MARQUES DE RISCAL ARABAKO UPELTEGI EZAGUNENETAKOA DA. 1858TIK GAUR EGUNERA ARTE ARDOAK ONTZEN ETA HOBETZEN DIHARDU, ETA IZEN HANDIA LORTU DU BERTAN ZEIN ATZERRIAN; IZAN ERE, EKOIZPENAREN ZATI HANDI BAT ESPORTATU EGITEN DU. HORREZ GAIN, FRANK GEHRYK ERAIKITAKO HOTELAK IZEN HANDIAGOA EMAN DIO, ETA URTERO 70.000 PERTSONAK BISITATZEN DUTE UPELTEGIA.

Mahastiak Arabar Errioxako paisaiaren zati oso garrantzitsua dira, uneoro begi-bistan daudenak, eta horien artean oso deigarriak dira Frank O. Gehryk Eltziegoren Herederos del Marqués de Riscal enpresarentzat egindako hotela, eta horrek upeltegi zahar eta berriarekin batera osatzen duen Ardoaren Hiria.

Bilboko Guggenheim eraikina diseinatzeagatik hain ezaguna den Gehry arkitektoak gogo handiz hartu zuen ardoarekin, mahastiekin eta upeltegiarekin lotutako hotel berezia egiteko ideia. Eta emaitza ikusgarria da. Bilbokoaren antzera, titaniozko egitura kurbo eta bihurtuak ditu, eta ardoaren ingurune naturala eraikinean bertan islatzen da: batetik, eraikinean bertan Erdi Aroko Eltziego herria eta inguruko mahastiak irudikatzen dira; eta, bestetik, bertako koloreak erabili ditu: arrosa kolorea, ardo beltza irudikatzeko; urrea, Marqués de Riscal botilen sare-begiaren itxura lortzeko; eta zilar kolorea, botilaren kapsularen traza hartzeko.

Hotela 2006an eraiki zuten baita horrekin batera upeltegiaren inguru osoa berritu ere. Apustu eta inbertsio itzela izan zen Herederos del Marqués de Riscal enpresarentzat. Nazioartean ardo marka are eta ezagunagoa izatea zen helburua. Eta hala izan da: aurretik ardo munduko 70 herrialdetara esportatzen bazuten ere, gaur egun 98 dira Marqués de Riscal ardoaren erosten duten herrialdeak.

1858TIK LANEAN

Marqués de Riscal upeltegia Arabako zaharrenetakoa da. 1858an,

Guillermo Hurtado de Amezagak jarri zuen martxan. Hasieratik, Hurtado de Amezagak Bordeleko (Frantzia) sistema ezarri nahi izan zuen, eta, kostata izan bazen ere, lortu egin zuen azkenean. Are gehiago, denbora laburrean bertako ardoek atzerriko eta hementiko saririk garrantzitsuenak jaso zituzten; eta, ondorioz, 1883an, upeltegia handitu ahal izan zuten. Ez diote hazteari eta hobetzeari utzi, eta une oro erantzun izan diete erronka berriei, betiere Bordeleko sistemari jarraituta: mahatsa bera txortenetik ondo banatu, biltegi itxietan hartzitu eta upeletan behar beste atsedean hartzen uztea, besteak beste. Mimo handiz zaintzen dituzte ardoak, eta etengabe ikertzen dabilta, hobetu nahian.

Marqués de Riscal enpresak 1.500 hektarea mahasti ditu, eta horietako batzuk antzinakoak dira: 15 eta 20 urte artekoetatik, ardo gorria ateratzen dute; 20 eta 40 urte artekoetatik, ardo ondua; eta, 40 urtetik gorakoetatik, Marqués de Riscal ardoaren gamarik altuenak: Finca Torres, Gran Reserva eta Barón de Chirel, hain zuzen ere.

AITZINDARIAK

Marqués de Riscal aitzindaria izan da alor askotan: Bordeleko sistema erabiltzen, 1980an Rueda jatorrizko deitura bultzatzen, Errioxako ardo berriak sustatzen, eskuz egindako mahatsaren aukeraketa-mahaiak ezartzen, baita botilei sare-begiak jartzen ere, besteak beste.

Salmentei dagokionez ere, upeltegia beti egon da kanpora

NAZIOARTEAN EZAGUNAGOA

Frank O. Gehryk diseinatutako hotela eraiki eta upeltegia berritzearekin batera, Ardoaren Hiria egin izanak nazioartean ezagunagoa egin du Eltziegoko upeltegia.



begira. Ardoa ekoizten hasi eta denbora gutxira, Frantziara esportatzen hasi zen; eta, gaur egun ere, ekoizpenaren %60 atzerrian saltzen du, ia-ia 100 herrialdetan. Urtero esportatzen dituzten bost milioi botiletatik, lau milioitik gora erreserbarenak dira.

70.000 BISITA URTERO

Eltziegoko upeltegi hau izan zen



EKOIZPENAREN %60

atzerrian saltzen du, ia-ia 100 herrialdetan. Urtero esportatzen dituzten bost milioi botiletatik, lau milioitik gora erreserbarenak dira.

lehenetarikoa ardoa nola gorde eta ekoizten zuten erakusteko pausoa ematen eta ateak zabalitzen. 2000. urtean, upeltegi berria eraikitzean, bisitaldi gidatuak egiten hasi ziren. Hala, 2003an, 3.000 bisita izan zituzten; 2004an, 9.000; eta, 2011n, 70.000 pertsona izan ziren upeltegia barrutik ikusten. Egun guztietan dago zabalik, urteko hiru jaiegun handietan izan ezik; eta, 10:00etatik 19:00etara,

TRADIZIOA ETA BERRITASUNA

Marques de Riscalen urte askotako esperientzia dago ardoaren lanketan, tradizio handia baitago. Baina, horrez gain, uneoro ari dira ardoa hobetzeko ikertzen.

EGUN GUZTIETAN DAGO ZABALIK,

urteko hiru jai egun handietan izan ezik; eta, 10:00etatik 19:00etara, ordu erdiro egiten dituzte bisitaldiak. Bisitak ordu eta erdi irauten du, 10 euro ordaindu behar dira eta bukaeran ardo-dastatzea egiten da.

ordu erdiro egiten dituzte bisitaldiak. Bisitak ordu eta erdi irauten du, 10 euro ordaindu behar dira eta bukaeran ardo-dastatzea egiten da. Astegunetan, 100etik gora bisita izan ohi dituzte; eta, larunbat zein igandetan, berriz, 300 bat.

Bertara hurbiltzen direnek upeltegi zaharra eta berria ikusi ahal izango dituzte. Era berean, ardoa nola hartitu eta ontziratzen duten ikasteko eta ardogintzaren prozesu osoko gune guztiak hurbiletik ezagutzeko aukera ere izango dute. Baina bada horien artean ohiko bisitetan erakusten ez den beste txoko bat, *Katedrala*

izenekoa: azken horretan, 1862-tik gaur egunera arte ekoiztutako 130.000 botila ardo daude, eta upeltegiaren bilduma pribatua osatzen dute.

ONDO LANDUTAKO EZAUGARRIAK

Marques de Riscal ardoak Errioxako ardoen jatorrizko deitura dauka, eta, tradizio handiko upeltegia bada ere, ez da klasikoa, etengabe garatzen ari delako. Ekoizpen handiagoa egin beharrean, nahiago du bertako ardoen kalitatea hobetu, zaindu eta garatu. Ardoak kupeletan egindako denborari buruzko ikerketak egiten dituzte, eta fruta gero eta gehiago lehortzen dute, bertiere azidotetasun handiaren eta PH baxuaren arteko oreka perfektua bilatu nahian. Mahatsa eskuz eta bibrazio sistemaz banatzen dute txortenetik, ahalik eta kalte txikiena egiteko asmoz. Gainera, ez dute likidoa ponpatzen, oxidorik hartu ez dezan, eta hartitzeko antzinako sistemak simulatzen dituzte, besteak beste. Horrek guztiak ahalbideratzen du haien ardoa ahosabai askoren gustukoa izatea, eta, aldi berean, zahartze ona duen ardo izatea ere.

Informazio gehiago:
www.marquesderiscal.com

GEHRYREN HOTELA, ERAKUSLEIHO EZIN HOBEA



Frank O. Gehryk orain arte egin duen hotel bakarra Eltziegokoa da, eta, Bilboko Guggenheimen parera, honek ere bisitari eta kanpotar askoren ikusmina pizten du. Formak, koloreak, aukeratu-tako lekua..., guztia da deigarria. Eta askok eta askok ikusi nahi duten arren, ezin da bisitatu; hoteleko bezeroentzat baino ez da. "Hotelak hainbat bereizgarri ditu, luxua eta lasaitasuna tartean, eta, bisitak baimenduko bagenitu, ezingo genuke lasaitasuna bermatu", azaldu digute hoteleko harreman publikoetako arduradunek.

2006an inauguratutako hotela Starbuck hotel-katearena da. 43 logela ditu, horietatik 10 suiteak. Suite batek, eraikinaren erdi-erdian dagoenak, Gehry suite du izena. Eltziegoko tradizioa eta luxua bermatzen ahalegintzen da. Halatan, zerbitzu ugari ditu: mahatsean oinarritutako spa tratamenduak, zazpi terraza, bi jatetxe -bata tradizionala eta bestea berritzaileagoa, Michelin izarra duena-, gimnasioa, liburutegia, bost kontinenteetako arandegia... Aipatu beharra dago jatetxeak eta beste zenbait areto edozeinentzat daudela erabilgarri, aurretik lekua hartuz gero. Eraikina oso ikusgarria da kanpotik, eta barruko apainketa guztia ere Gehryk zuzendutakoa da: lurretik sabaira heltzen diren leiho erraldoiak, kurbadura handiko oheburuak, laino-lanparak, ardo irudikatu nahi duten moketa gorriak... Inguruko paisaia -Erdi Aroko Eltziego herria eta mahastiak osatua- ikusgarria da, eta Kanadako arkitektoak hotela baxuago eraiki zuen, parean duen Eltziegoko eliza ederra altuago egoteko.

R
Resumen



CIUDAD DEL VINO

POSTAL SINGULAR
Y CARÁCTER DE LA UVA

La veterana empresa vinícola Herederos del Marqués de Riscal está situada en El Ciego (Araba), y destaca paisajísticamente por la cantidad de viñedos con los que cuenta y por su exclusivo hotel construido por el arquitecto canadiense Frank O. Gehry, autor del Museo Guggenheim de Bilbao. Este lujoso hotel de 43 habitaciones está situado en un entorno privilegiado y cuenta con numerosos servicios para sus clientes. A pocos metros del mismo se encuentran las bodegas de Marques de Riscal inauguradas en 1858 y que complementan la denominada Ciudad del Vino. Estas bodegas son unas de la más antiguas de Araba y siempre han contado con un carácter innovador con el fin de mejorar el vino y la cultura que lo rodea, aplicando desde su inicio el sistema de producción bordelés, primando la selección de la uva en mesa, abriendo las puertas de las bodegas a visitantes, promoviendo la denominación de origen de Rueda y exportando sus caldos a 98 países del mundo. 70.000 personas visitan las bodegas cada año, indicador objetivo de su calidad y valor añadido.



NAIA AJURIAGOJEASKOA

ZEINU MINTZAIRAKO GIDA-INTERPRETEA
ARABAKO UNIBERTSITATE OSPITALEAN

“GOR ETA GOR-ITSUENTZAKO KOMUNIKAZIO ZUBIA GARA”

NAIA AJURIAGOJEASKOA GERNIKARRAK GORREN **ZEINU MINTZAIRAKO** INTERPRETE ETA GOR-ITSUENTZAKO GIDA-INTERPRETE IZATEKO IKASKETAK EGIN ZITUEN BILBON. HEZIKETA BEREZIKO IKASKETAK ERE BADITU, ETA, OSAKIDETZARA IRITSI BERRI BADA ERE, BETERANO DA BERE EGINKIZUNEAN. HUTS EGITEKO BELDURRIK GABE, GAZTEA ETA ONDO PRESTATUA DELA ESAN GENEZAKE, ETA OSO JATORRA, GAINERA. SANTIAGO OSPITALEKO ATARIAN EGIN DIGU HARRERA, GORRAK ETA **GOR-ITSUAK** AGURTZEN DITUEN TOKI BEREAN.

1 | Estatuan, ez dute beste inon horrelakorik eskaintzen, Osakidetzan aurrea hartu duzuela esan genezake?

Estatuan ez da beste inon eskaintzen, eta, Osakidetzan, urtarrilean hasi ginen. Zerbitzuen atalean eta, batez ere, komunikazio arloan, aurrerapauso handia da. Medikua edo beste edonolako kontsultara datorren gor edo gor-itsuari komunikazio zubia eskaintzen diogu. Oso harro gaude, mediku zerbitzuen eskaintzan berdintasuneranzko urrats handia eman dugulako.

2 | Non eskaintzen duzue zerbitzua?

Euskal Autonomia Erkidegora hedatu dugu eskaintza. Nik, esaterako, Arabako Lurralde Historikoko Osakidetza edozein osasun zentrotan eskaintzen dut zerbitzua. Beste bi lankideak, ordea, Gipuzkoan eta Bizkaian daude.

3 | Zelakoa da zerbitzua?

Zeinu mintzaira 2007an bilakatu zen hizkuntza ofizial, eta legeak dio edonork duela zeinu mintzairan komunikatzeko eskubidea. Arlo horretan, profesional sanitarioaren eta pazientearen arteko komunikazioa zuzena izan behar dela uste dugu, eta ez bitartekari bidezkoa. Komunikazio hori errazten dugu. Aipatu beharra dago profesional sanitarioek ere eskertzen dutela gure zerbitzua. Izan ere, gure bitartez, mezua oso ororik helarazten diete gaixo gor eta gor-itsuei.

4 | Zein da modurik zuzenena gor eta gor-itsuei mintzatzeko?

Hasteko, aipatu beharra dago interprete neutral eta zehatzak garelako. Medikua edo profesional sanitarioa ez zaio interpretari mintzatu behar, gorrari egin behar dio berba; eta guk, interpreteok, lehenengo pertsonan hitz egiten dugu. Bitartekariak gara, esandakoa hizkuntza batetik bestera pasatzen dugun teknikariak, alegia.

5 | Kode etikorik ere baduzu, ezta?

Badugu kode etikorik, eta zehatzak gara medikuak esaten

duenarekin. Arlo horretan, oso garrantzitsua da konfidentzialtasuna, neutraltasuna eta mezuarekiko zehaztasuna izatea.

6 | Nolakoa da eskaera?

Herrialde bakoitzean desberdina da eskaera. Oraingoan, Gipuzkoan eta Bizkaian gehiagotan erabiltzen da zerbitzua, Araban poliki-poliki ari da hedatzen eta ezagutzera eman nahian gabilta.

7 | Nork eta nola eska dezake zerbitzua?

Euskadiko Gor-itsuen Elkartearen (Lanbide) eta Osakidetza arteko elkarlanaren eta akordioaren ondorioz sortu zen zerbitzua. Webgunea ere badugu: *www.sordociegosuskadi.org*. Bertan, eskuineko zutabean, Osakidetza logoa dagoen tokian klikatuz gero, informazioa eskuratu ahal izango dute zerbitzua erabili nahi duten guztiak. Webgunearen bitartez edo 664 781202 telefono zenbakian eska dezakete gure zerbitzua. Era berean, *gilsearaba@sordociegosuskadi.org*, *gilsbizkaia@sordociegos.org* eta *gilsegipuzkoa@sordociegos.org* posta elektronikoen bitartez ere eska daiteke zerbitzua.

8 | Urritasunak dituzten pertsonak asko eskertuko dute zerbitzua, eta medikuek ere oso gustuko dute, ezta?

Oso gustura gaude orain arteko emaitzarekin, baina hobetu egin dezakegu. Arlo horretan, profesional sanitarioentzako prestakuntza antolatu dugu, zeinu mintzairan aritzeko oinarria izan dezaten. Era berean, gorrekin eta itsuekin dugun harremana ere bada estua. Orain arteko esperientzia, behintzat, oso ona izan da. Oraingoan, esperientzia eta balorazioa onak dira, eta, **aurrerantzean** ere, lanean jarraituko dugu.

Aurrea hartu: *Adelantarse, anticiparse.*

Aurrerantzean: *De ahora en adelante.*

Bitartekaria: *Intemediario.*

Gor-itsuak: *Sordos y ciegos.*

Urritasunak: *Deficiencias.*

Zeinu mintzaira: *Lenguaje de signos.*



“GOI-MENDIAN
BALIOAK GALDU EGIN
DIRA ETA LEHIA BIZIA
SORTU DA”

ALBERTO IÑURRATEGI

ALBERTO IÑURRATEGI MENDIGOIZALE ARETXABALETARRA ETXEAN DA AZKENALDIAN. ANTARTIKAKO ZEHARKALDIK ESPERIENTZIA GOGORRAK, BAINA, ERA BEREAN, ABERASGARRIAK IZAN DIRELA AITORTU DIGU. ORAIN MENDIRA BEGIRA JARRITA DAGO BERRIRO ERE; ETA, BIDELAGUN, NOLA EZ, VALLEJO ETA ZABALZA IZANGO DITU AURRERANTZEAN ERE.

Groenlandiako eta Antartikako espedizioen ondoren mendira itzuliko zarete berriro ere?

Bai, zeharkaldi polarretara baino errazago itzuliko gara mendira. Azken batean, 2011n zeharkaldi polarretan izandako esperientzia oso aberasgarria izan da, ikaragarri asebate gaituen esperientzia. Baina ez dira urtez urte errepikatzeko kontuak. Himalaian hori erraz asimilatzen den moduan, zeharkaldi hauetako bizipena gogorra eta monotonoa da. Karga psikologiko handiko espedizioak dira eta nik behintzat urtez urte hor sartzea ez dut erakargarri ikusten. Gurea mendia da eta aurreko urteetako joerara itzuliko gara.

Inoiz esan izan duzu mendia zure “habitat naturala” dela.

Ni gustura hortxe ibiltzen naiz. Egia da mendira ez naizela nahi beste joaten, beste arduratzen ere badauzkat eta. Baina, hemen, etxe inguruan ere oso ondo pasatzen dut eskalatzen eta entrenatzen. Oso gustura sentitzen naiz mendiko edozein aktibitate egiten, izugarri motibatzen nau.

Zer ematen dizu mendiak?

Bete egiten nau. Ilusioz bizitzeko modua da, eta nik uste dut gainera oso oreka polita bilatu dudala: familia, afizioa eta lana. Pribilegiatua sentitzen naiz, lana eta zaletasuna bat egin ditut eta familiarekin ere bateragarri egitea lortu dut. Oreka horretan oso gustura sentitzen naiz.

“Pribilegiatua sentitzen naiz, lana eta zaletasuna bat egin ditut eta familiarekin ere bateragarri egitea lortu dut”.

Antartika alderik alde zeharkatu zenuten urte hasieran. Zer izan zen zailena?

Zailena egunetik egunera pila-tzen ari zen presioari aurre egitea izan zen. Batetik, izozteei beldurra,



MENDIA

Azkeneko espedizioak Antartikara egin dituen arren, berriro ere mendira begira dagoela aitortu du Iñurategik.

eta bestalde, hausturei beldurra edo eski bat apurtzeko beldurra. Horri gehitu behar zaio eguneroko monotonia eta baita elkarbizitza ere. Hiru lagun baldintza horietan, espazio txikian, hotza, egunero gauza bera jan eta edaten... Luze egiten da eta presio hori lera besteko pisutsu bihurtzen da. Benetan, esperientzia gogorrak izan dira baina behin bukatuta konturatzeko zara esperientzia aberasgarriak izan direla.

Zergatik da hain aberasgarria?

Aspektu guztietan muturren eramanen diren esperientziak direlako. Elkarbizitza mailan beti pentsatu izan dugu Himalaiako espedizioetako elkarbizitza gogorra zela, baina hau askoz ere gogorragoa da. Jatorduei dagokionez, dena oso neurtua eraman behar da, bai jakia eta baita erregaia ere. Jarduerari dagokionez kilometro asko dira, eta horrek psikologian asko sakondu eta norbere burua oso egoera limitetara eramatera behartzen du.

Himalaismoak azkenaldian hartu duen bidearekin arduratuta zaudete. Zer gertatzen ari da?

Nik uste dut begi bistakoa dela

gainbeherako prozesu batean sartuta dagoela. Ez dut ikusten epe laburrera aldatzeko itxuririk daukanik. Gainbehera esaten dudanean balioak galdu direla esan gura dut eta lehia bizia sortu dela, besteak beste. Mila adibide daude hori adierazten dutenak. Niretzat larriena da gailurrarekin itsututa gabiltzala eta horrekin batera garai batean soka lagunari, taldekideari edo beste espedizio bateko jendea-ri ematen zitzaion garrantzia galdu egin dela. Orain garrantzitsuagoa da gailurra. Urtero-urtero entzuten ditugu zenbait gertaera larri, kezkarazteko modukoak.

Zuk, adibidez, azkenaldian era alpinoan aukeratu duzu igoerak egiteko.

Nire ibilbidean gehiago dira modu klasikoan egin ditudan igoerak era alpinoan egin ditudanak baino. Azkenaldian era alpinoaren aldeko apustua egin dugu, baina hori eboluzio baten ondorioa da. Espedizio bat era alpinoan planteatzeko komeni da esperientzia izatea. Gure eboluzioa hori izan da, esperientzia pilatu ahala planteamenduak atrebentzia handiagoarekin egitea. Horrek ez du esan gura beste estiloak ez direla

errespetagarriak eta ez dutela baliarik. Niretzat garrantzitsua da norberak Himalaiarako ilusio hori burutu ahal izatea eta ilusioak ez dauka zerikusirik zailtasun teknikoarekin edo elitearekin. Nik uste dut interesgarria dela hara joan eta gozatzea eta bakoitzak ahal duen neurrian ahal duena egitea, gero, gauzak egin diren moduan kontatzen badira. Bekatu izugarri handiak egiten ari dira azkenaldian: gauzak hala moduz egin eta gero komeni den moduan kontatu. Horrek himalaismoaren ospea galtzea dakar.

“Espedizio bat era alpinoan planteatzeko komeni da esperientzia izatea”.

2010eko uztailean, Zabaltza eta Vallejorekin batera, Broad Peaken balentria handia lortu zenuen. Nola baloratzen duzu zuk hori?

Esperientzia ederra izan da. Zortzi milako mendietan askotan ibiliak ginen baina sekula ere ez ginen bide berri batetik zortzi mila metroko mendi baten gailurrera iritsi. Nahiz eta zabaldutako bide berria zailtasun tekniko handikoa ez izan, inor pasatu gabeko leku batetik igotzeak beti ematen du poz berezia. Gainera, esperientzia hori Mikel eta Juan bezalako bi lagunekin konpartitzea nabarmentzeko modukoa da. Oinarritzko printzipio batzuk partekatzen ditugu, tekniko eta fisikoki nahiko egoera berdinean gaude eta mendiaren ikuspegi bera daukagu. Duda barik, elkarrekin lanean jarraituko dugu!

Atrebentzia : *Atravimiento, osadía.*

Aurrerantzean: *En adelante.*

Gainbehera: *Decadencia, cuesta abajo, declive.*

Hala moduz: *De cualquier manera, a la ligera.*

Itxura: *Traza*

Zeharkaldiak: *Travesías*



ZERBITZUA EUSKARAZ EMATEA ASISTENTZIA-LANAREN KALITATEA HOBETZEA DA

Osakidetzan profesional ugariak dute euskaraz, are gehiago, hainbat dira lanpostuaren hizkuntza-eskakizuna egiazatu dutenak. Halere, gizarteko beste zenbait esparrutan bezala, Osakidetzan ere euskararen ezagutza eta erabilera ez datoz bat. Euskaraz egiteko gaitasuna duten langile asko erdaraz zuzentzen zaizkie paziente eta erabiltzaileei, lotsagatik, zuzen ez hitz egiteko beldurragatik, segurtasun faltagatik, lanean ingurune euskalduna ez izateagatik... Lanean inoiz erabili ez den hizkuntza aldatzea oso zaila da, batez ere norberaren ama-hizkuntza ez den beste hizkuntza bat erabili behar bada.

Langileen jardueran hizkuntza-aldaketa eragin eta ondorioz langileak lanean euskara erabiltzen has daitezten lagundu nahian, 2004tik Osakidetzak trebakuntza ikastaroak eskaintzen ditu, bi hizkuntza ofizial dituen administrazio batean beharrezkoa baita lanpostuen eginkizunak hizkuntza horietan naturaltasunez betetzea. Izan ere, euskararen erabilera normalizatuz gero, herritarrei eskaintako zerbitzu sanitarioak hobetzen dira, langileen eta herritarren arteko komunikazioa erraztu egiten delako.

TREBAKUNTZA IKASTAROEN NONDIK-NORAKOAK

Osakidetzak 2004an ekin zion Euskara Zerbitzuaren bitartez trebakuntza ikastaroak antolatzeari, 67/2003 Dekretuak eta Osakidetzaren Euskara Planak langileen prestakuntza linguistikoaz ezarritakoa betetzeko.

2004tik gaur arte hiru ikastaro

mota eskaini dira: Medikuntza Orokorreko eta Pediatriako profesionalentzako e-learning ikastaroak; ahozkotasuna lantzeko ikastaroak, bezeroak artatzeko unitateetako langileentzat; eta idatzizko jarduna lantzeko ikastaroak, unitate administratiboetako profesionali begira.

Hasierako pausuak xumeak izan ziren; halere, urtetik urtera ikastaroen eskaintza gora joan da zortzi urte hauetan (2004-2011) eta antolatutako 80 ikastaroetan 1.246 langilek hartu dute parte. Gainera, inkesten emaitzei erreparatuta, oso garrantzitsua da langile gehienek euren lanaren kalitatea hobetzeko balio dutela sinestea.

ANTOLATUTAKO IKASTAROAK

	Talde kopurua	Parte-hartzaile kopurua
e-learning (mediku/pediatra/erizainak)	16	183
Bezeroak artatzeko unitateak	43	761
Unitate administratiboak	21	302
	80	1.246

Aurten ikastaro bi **abiarazi** dira, bezeroak artatzeko unitateetako langileentzat bata, eta unitate administratiboetako langileentzat bestea. Ikastaro horiek ekainaren erdi aldean bukatu dira eta guztira 86 langilek hartu dute parte.

TREBAKUNTZA IKASTAROEN HELBURUAK

Trebakuntza ikastaroen helburua ez da euskera ikastea, baizik eta ahozko komunikazio egokia, zuzena eta erraza lortzea, euskaraz mintzatzeko oztopoak eta zailtasunak gainditzen laguntzea eta idatzizko produkzio zuzena eta egokia erdiestea. Halaber, erabilera motibatzea, euskaraz lan egiteko ohitura bultzatzea eta finkatzea eta kalitatezko ko-

TALDE-LANA.

Gasteizen maiatzean egindako saioa.

munikazioa sustatzea. Ikastaro hauen bidez, langileei euren lana euskaraz egiten hasteko bide berria zabaldu edo lana euskaraz egiteko trebeagoa izateko baliabideak eskainiko zaizkio.

LAN EGINKIZUNEI LOTUTAKO EDUKIAK

Ikastaroetan lantzen diren edukiak eta lortu nahi diren helburu espezifikoak lanpostuaren eginkizunetan dute oinarria: e-learning ikastaroetan, gaiak eta eginkizunak osasun arloarekin lotuta daude; unitate administratiboetako profesionali zuzendutakoek, berriz, administrazio-lan elebidunerako trebatzea dute helburu, hots, laneko dokumentazioa lantzea eta bezeroak artatzeko unitateetako langileentzako ikastaroen helburua ahozko erabilerrako trebatzea da: arreta-eremuko funtzio komunikatiboetan oinarrituta, laneko ohiko esaldiak, esapideak, hiztegi berezia eta harrera egiteko moduak lantzen dira.

ETORKIZUNEAN

Irailean berriro irekiko da beste deialdi bat, eta udaberrian eskaintako ikastaro eta talde kopuru berak eskainiko dira.

2011tik trebakuntza ikastarook curriculum vitaen erregistraturik geratzen dira. Aurrera begira, trebakuntza beste unitateetako langileen-gana zabalduko da arian-arian.

Argi dago euskaraz trebatzeko saioak **bitarteko** praktikoak izan daitezkeela euskara normalizatzeke, baina, euskararen benetako normalizazioa erabilerak ekarriko duela jakinda, langileon esku dago ikasitakoa eguneroko lanean praktikan jartzea.

Zezilia Urrutxi / Euskara Zerbitzuko prestakuntza arloaren arduraduna



MERTXE SANCHEZ. TELEFONISTA BARAKALDOKO SAN ELOY OSPITALEAN.

MERTXE SANCHEZ BARAKALDARRA BERE HERRIKO SAN ELOY OSPITALEKO TELEFONISTA DA; 19 URTE DARAMATZA LAN HORRETAN. ITSUA DA. URRIAN BEZEROEI ARRETA EGITEKO UNITATEKO LANGILEAK EUSKARAZ TREBATZEKO IKASTAROA EGIN ZUEN.

Euskalduntze prozesuan itsua izatea oztopo izan da?

Gogoia izanez gero, ez dago saihestu ezinezko oztoporik. Nik EGA eskuratu nuen. Eta, orain, trebakuntza ikastaroa egiteko ikasteko material guztia braillera itzuli didate.

Euskara ikastea oso garrantzitsua izan da zuretzat...

Bai. Eta oso esperientzia gozagarria eta aberasgarria izan da. Aldiz, langile asko atsekabetuta ikusten ditut euskara ikasi behar

dutelako. Ni euskara ikasten hasi nintzen bertsoekin gozatu ahal izateko. Eta obligaziorik gabe, gustuagatik ikasten hastea desberdina da. Euskarari esker bertsoekin gozaten dut eta gure kulturako gauza asko uler dezaket. Bestalde, erabiltzaileek eskubide osoa dute arreta bere hizkuntzan jasotzeko, eta ospitale honetan harrera euskaraz egiten duen telefonista bakarra naiz.

Zer ikasi duzu trebakuntza ikastaroan?

ZERBITZUA.

Mertxe Sanchezek euskara eta zerbitzua bera hobetzea du beti helburu.

Eman dit euskaraz hitz egiteko aukera, hemen, ospitalean lankideekin euskaraz hitz egiteko aukera gutxi izaten dudalako. Horrez gain, osasun arloko hiztegi gehiago ikasi eta praktikatzeko aukera izan dut, baita beste lankide batzuekin harremana izateko ere... Azken finean, lehendik nituen ezagutzak eguneratu ditut eta hori oso mesedegarria da. Ikastaroa motzegia egin zait, beti gehiago ikasteko irrikan egoten naizelako.

Zer esango zenieke ikastaroan izena emateko zalantzan daudeinei?

Ikasi nahi badute, izena emateko. Lana egiten da, baina ikastaroa oso dinamikoa da, eta irakaslea ere oso jatorra eta hurbila da. Eta, gainera, ez dago azterketarik (barre).

Nola egin duzue lan?

Lan asko taldeka egin ditugu, jendeak parte hartu du... Ez da inola ere bakoitza bere koadernoarekin buru-belarri egon. Guztion iritzia entzuteko aukera izan dugu, oso giro atsegin eta erlaxatua.

Egunerokoan nabaritu duzu ikasitakoa erabiltzen duzula?

Ikastarora joan baino lehen banuen jarrera zehatz bat eta orain, ikasitakoarekin, segurtasun eta lasaitasun handiagoa daukat hainbat gauza aplikatzeko. Orain zain nago ikastaro aurreratua noiz egin.

Zer behar da bezeroei begira lan egiteko?

Errespetua ezinbestekoa da lanpostu guztietan. Errespetuz, begirunez tratatzen badituzu, agian nahastuko zara, baina jendeak hori aintzat hartuko du.



JUAN LUIS BIDARTE.

Trebakuntza ikastaroetako irakaslea. EMUN enpresako langilea da.

JUAN LUISEK HIRU URTE BETE DITU TREBAKUNTZA IKASTAROAK GIDATZEN,

Nolakoak dira trebakuntza ikastaroak? Zein helburu dituzte?

Osakidetza bi trebakuntza ikastaro mota antolatzen ditu bezeroak artatzeko unitateetako langileentzat, oinarrizkoa eta sakontzekoa. Ikastaroak bi zati dituela esan dezakegu. Oinarrizkoan egunero lanean ahoz zein idatziz erabili beharreko **esapideak** lantzen dira, jardunean erabili beharreko kontzeptuak finkatu, zalantzak argitu eta erabilpen okerrak saihesteko. Sakontze ikastaroan, berriz, aurretiaz finkatutako kontzeptuak berraztertu eta berriak ikasten dira. Tokian tokiko euskararen berezitasunak kontuan hartu eta hurbilagoa den hizkera erabiltzen ikasten dute.

Nola bizi izan duzu taldean ikasleitsu bat egotea?

Jakin nuenean zalantza izan nuen eskolak emateko moduan zer aldatu beharko nukeen, nola jokatu, talde-dinamikan asko eragingo ote zuen... Baina bere **jarrerak** eta izateko moduak ahaztara zi egiten zidan eskolan itsu bat zegoela. Ikasgai guztia braillera itzulita zuen eta ondo jarraitzen zuen. Idatzizko lanak, berriz, bere makinatxoan idatzi eta e-postaz bidaltzen zizkidan.

Atsekabetuta: *Angustiadola*
Abiarazi: *Poner en marcha, iniciar*

Bitarteko: *Medio, recurso.*

Esapidea: *Expresión, locución.*

Irrikan egon: *Estar ansioso, deseoso.*

Jarrera: *Actitud.*



AZPEITIKO OSASUN ZENTROA

“EUSKARAZ EGITEN DUTE IA PAZIENTE GUZTIEK, BAITA LANGILEEK ERE”.

AZPEITIKO ANBULATORIOAK 26 BAT URTE DITU, ETA **URTEEK AUERRERA EGIN AHALA** ZERBITZU GEHIAGO ESKAINI ETA PAZIENTE GEHIAGO ARTATZEN DITU; BAITA ASTEBURUETAN INGURUKO HERRIETAKOEN LARRIALDIAK ERE. ERAIKINEAN HOBEKUNTZAK EGITEKO ZAIN DAUDE.

Azpeitiko anbulatorioa eskualdeko **espetxe** zaharra zegoen lekuan kokatuta dago, baina bakarrik eraikin horren fatxada kontserbatzen du. Orain dela 26 urte zabaldu zuten zerbitzua bertan, eta hiru solairu ditu guztira. Astelehenetik ostiralera, 08:00etatik 20:00etara, zabalik egoten da eta, horrez gain, 17:00etatik goizaldera arte edozein larrialdi **artatzen** dute.

EGUNERO, BATAZ BESTE 800 PAZIENTE

Anbulatorioak Azpeitiko biztanle guztiei, 16.000 pertsonari, ematen die zerbitzua; eta Urrestilla zein Errezilgo kontsultetan ere astelehenetik ostiralera goizero medikua eta erizaina egoten dira jendea artatzeko. Bestalde, astebururo azpeitiarrez gain, Azkoitiko eta Zestoako pazienteak ere joaten dira

larrialdietara. Azpeitian lan egiten duten 42 langileei astean bitan edo hirtan ospitaletik etorritako espezialistak ere gehitzen zaizkie; guztira, 50 langile profesional baino gehiago dira. Pazienteei dagokionez, egunero **batez beste** 800 pertsonak jotzen dute bertara.

Gero eta zerbitzu gehiago eskaintzen dute bertan: medikuntza orokorra, **emagina**, erizaintza, pediatria, osasun mentala, erradiologia, erreumatologia, oftalmologia, dermatologia eta dentista. Errehabilitaziorako gimnasioa ere badute.

ZERBITZUA HOBETZEKO, EGOKITZAPENAK

Azken bi urteotan anbulatorioko buru den Ana Errastik azaldu digu ahalik eta zerbitzu onena ematen saiatzen direla, baina gero eta leku gutxiago

LEHEN MAILAKO ARRETAKO UNITATE BURUA

Eladino Gonzalez Silvares ondarrutarra. Hark esan digunez, Osasun Zentroa 1976an inauguratu zuten eta dagoeneko txiki eta **zaharkituta** geratu da.

duela. Larrialdien azpiegitura hobeto jartzeko eta pediatria zerbitzua lehengo solairuan kokatzeko eskaera egin dute, baina erantzunaren zain daude.

Azpeitia oso herri euskalduna da, baita eskualdea ere; eta **salbuespenak salbuespen** euskaraz egiten dute ia paziente guztiek, baita langileek ere. Horretan ahalegin berezia egiten dute anbulatorioan.

Artatu: *Atender.*
Emagina: *Comadrona.*
Salbuespenak salbuespen: *: Salvo excepciones.*
Urteek aurrera egin ahala: *A medida que avanzan los años.*
Espetxea: *Cárcel*
Batez beste: *Por término medio*



KUDEATZEKO METODOLOGIA BERRITZAILEAK ERABILTZEN

LIDERGO PARTEKATUA HELBURU

BATZARRAK, LUZEAK BEZAIN ALFERRAK? ERABAKIAK ATZERATZEN DITUZTEN ARAZOAK? URTARRILAZ GEROZTIK OSAKIDETZAKO KUDEAKETA, ANTOLAMENDU ETA GARAPEN ZUZENDARIORDEZTA INNOBASQUEREGIN ETA EUSKAL HERRIKO UNIBERTSITATEAREKIN BATERA PARTE HARTZEN ARI DA HONAKO HAU EGIAZTATZEKO PROIEKTUAN: TALDEAK KUDEATZEKO METODOLOGIA BERRITZAILEAK ERABILIZ GERO, TALDEAK ERAGINKORRAGOAK DIRA ETA KIDEEEN ARTEKO HARREMANAK ERE HOBETU EGITEN DIRA.

Unibertsitatearen eta enpresaren arteko **lankidetzari** esker, lau berrikuntza talde sortu dira zuzendariordetzan bertan: Taldebidean, MOPE, Jakinsarea eta O_Prestakuntza. Azken hiruretan, Prestakuntza Zerbitzu Korporatiboko teknikariek parte hartzen dute **bete-bete**an.

LAN TALDEA

Proiektuaren ideia nagusiaren arabera, lan taldeak bost eta zazpi lagun arteko sistema sozio-teknikoak dira, eta arazo larriak konpontzea eta erakundeari emaitzak eskaintzea dute helburu. Beraz, hasi eta amaitu egiten diren taldeak dira.

Berrikuntza taldeok sortzeko orduan, gure eguneroko bizimodu bezala, oso kontuan hartzen da guztiok berdinak ez garela eta nortasun zein gaitasun desberdinak ditugula. Beraz, taldea bera da proiektuaren ardatza, eta bertako kideak diren **gizabanakoek** taldearen zerbitzura jartzen dituzte euren ezaugarri garatuena. Bestela esanda, taldeak berak taldekideen desberdintasunen ondorioz sortutako osagarritasunei eta sinergiegi ateratzen die onura.

Horiek horrela, berrikuntza taldea eratzeko hiru ardatz nagusi daude: konfiantza, lan metodologia eta oroimen transaktiboa.

HELBURUA DA TALDE ERAGINKORRAGOAK LORTZEA

Taldeak kudeatzeko metodologia berritzaileak erabiliz gero, taldeak eraginkorragoak izan daitezke eta kideen arteko harremanak ere hobetu egin daitezke.

KONFIANTZA

Taldearekiko konfiantzari begira, ezinbestekoa izango da taldekideek taldeak berak helburuak lortzeko gaitasuna duela eta taldekideei hazten lagunduko diela sinestea. Segurtasun eta kideetza horien ondorioz, taldearen errendimendua handiagoa izango da, eta taldekideek, erakundeak zein bezeroek, taldeari berari buruzko iritzi hobea izango dute.

LAN METODOLOGIA

Eztabaidak dira **asegabetasun** handiena sortzen duten faktoreetakoa. Taldeen errendimendua areagotzeko metodologiaren arabera, azterketarako eta eztabaidarako tresna informatikoa ezarri beharra dago, iturri **fidagarrien** bidez lortutako informazioan egon behar da oinarrituta eta erabakiak hartzeko batzarretarako deia egin behar da. Eragozpenik izanez gero, bi tresna erabiltzea gomendatzen du metodologiak: ideiak sortu eta sailkatzeko kideetasun diagrama eta erabakiak hartzeko aukeraketa **haztatua**.

OROIMEN TRANSAKTIBOA

Gizabanako bakoitzak daukan jakintzaren eta gizabanako bakoitzak ezagutzen duenaren oroimen kolektiboaren arteko nahasketa da oroimen transaktiboa.

Taldea eratzen denean, konfiantza eta buru eskema berberak ditu. Izan ere, badaki taldekide bakoitzak zer egiten duen ondo, eta oso-oso kontuan hartzen du taldeko eginkizunak eta zereginak banatzeko orduan. Horixe bera da taldea aberastan duten sinergien oinarria, eta funtsezkoa da bere egituraketa kognitiboa finkatzeko. Horretarako, Belbin rolen testa erabiltzen da.

Egilea: **Gloria Gomez Calzado**

Asegabetasuna: *insatisfacción.*

Bete-betea: *de lleno, plenamente.*

Fidagarria: *: fiable, de confianza.*

Gizabanakoa: *individuo*

Haztatua: *ponderadola*

Lankidetzak: *colaboración*

ARGITALPENAK GUREAN

ERAKUNDE ZENTRALETIK 2006AN OSATUZ ALDIZKARIAREN BIDEZ HASITAKO IBILBIDEARI **SEGIDA EMAN** NAHIAN, 2011KO AZAROAN OSATUBERRI BI **HILABETEKARIA** ARGITARATZEA ERABAKI GENUEN. EGUN **LEHENGO LEPOTIK JARRAITU**, ETA HORI NAHIKO EZ BALITZ HARTZAILAEN UNIBERTSOA ERE ZABALDU NAHI IZAN DUGU.



Unibertsoaren irekieraren **lekuko**, Osakidetzako langile euskaldunak edo euskalduntze prozesuan dauden langile aktiboak betetzen duten irakurle multzoa. Era berean, Osakidetzako zentroetako itxarongeletan nahiz aretoetan egon daiteken edozein erabiltzaile edo paziente. Hori guztia horrela izateko, 7000 aleko tirada bakoitzeko zenbakia osasun zentro guztietara nahiz **harpidedunen** helbideetara ahalik eta arinen hurreratzan saiatzen gara hasierako ilusio eta gogo berekin.

Izan ere, Osakidetzako informazio guztia zuenganatzea gure lehentasuna den neurrian, halako informazioa jendeari jakinarazteaz arduratzen diren zenbait argitalpenen berri eman nahi dizuegu datozen lerroetan.

USANSOLO-GALDAKAO ALDIZKARIA
Aldizkaria 1998ko abenduan hasi zen argitara ematen. Izan ere, azken 14 urteotan, 41 zenbaki plaza-ratu dira (1998-2012), eta bi aldiz aldatu da formatua. Bestetik, lanaren antolamenduari dagokionez, erredakzio batzordea dago, eta berak aukeratzen ditu gaiak, ondoko irizpide hauek kontuan hartuta: **egunerokotasuna**, kanpoko zein barruko eraginkortasuna eta irakurlearekiko adierazgarritasuna

nahiz interesa.

Argitalpena hiru hilean behin argitaratzen da, hau da, urtean lau bider. Bere irakurle hartzaileak Galdakao-Usansolo ospitaleko profesionalak, pazienteak eta interes taldeak dira (eskualdeko udalak eta Osakidetzako beste erakunde eta zentro batzuk, esaterako). Horrela, bada, ospitalez kanpoko irakurleek aleak zuzenean jasotzen dituzte udaletan, erakundeetan edo zentroetan; eta ospitaleko langileek, berriz, zerbitzu edo unitate bakoitzeko aleak jasotzen dituzte bertan. Horretarako, unitateko langileen kopurua hartzen da kontuan.

Edonola ere, beste hedabide batzuk ere badaudenez, interneten zein web orrian bertan ere irakurri daiteke argitalpena. Horiek horrela, helburuak betetzeko baliabideak irakurlearen esku jartzen direla esan dezakegu eta alde aurretik zehaztutako xedeak ere **erdietsi** egiten direla. Gainera, honako hauexek dira aldizkariak zabaldu nahi dituen eginkizun behinenak: erakundearen barruko identifikazio jabetza bultzatzea, erakunde bertako pertsonen lana aitortzea, ospitaleko politika zein estrategia zabaltzea eta erakunde emaitzak nahiz lorpenak jakinaraztea.

USANSOLO GALDAKAOKO LANTALDEA

Rebeca Villa Valle, Izaskun Larrea Zarate, Sabino Sarrionandia Azaola, Arantza Antolin Mugarza, Jon Rozadilla, Laura Toro Sanchez Arrate del Arco Ojeda, Carlos Garci-Monco Carra, Rafa Ruiz Lorenzo.



Aldizkariaren azalpen teknikoari dagokionez, koloretako 12 orrialde ditu, bere formatua 34,5 x 24,5koa da eta hiru atal finko ditu. Hasteko, "Kalitatea" atalak ospitaleko kudeaketa eredu eta politika nahiz estrategia ditu hizpide. Bigarrenik, "Barrukoak" atalean, ospitaleko langileei eta arduradunei egindako elkarrizketak azaltzen dira. Azkenik, "Inguruak ezagutzuz" atalean, ibilbideen inguruko datuak eskaintzen dira (zailtasun mailak, nondik norakoak, iraupe-na...).

Betidanik aldizkarian euskararen agerpena %25koa izan bada ere, gaur egun gaztelaniazko artikuluen sarrera guztiak ere badaude euskaraz.



BEGIRADA BATEZ ALDIZKARIKO BULTZATZAILEAK Ibon Etxeberria eta Leire Sagastizabal.

BEGIRADA BATEZ, BILBO ESQUALDEKO ERABILTZAILEENTZAT Begirada Batez aldizkaria Bilbo Eskualdeko (Alonsotegi barne) zerbitzuetako erabiltzaileentzat argitaratzen da, eta lau mila aleko tirada dauka gaur egun. Aleak inprentatik Bilbo Eskualdeko era-kundera heltzen dira, eta, bertatik, osasun zentroetara banatzen dira. Osasun zentro bakoitzeko argitalpen arduradunak itxarongeletatik eta informazio guneetatik banatzen ditu, eta erabiltzaileek bertan irakurri nahiz etxera eramán dezakete. Bestetik, Bilbo Eskualdearen web orriari ere, erraz-erraz aurkitu daiteke Begirada Batez aldizkariaren edozein zenbaki. Begirada Batez aldizkariak 2007an eman zion hasiera bere ibilbideari, eta, harrezkero, urtean lau zenbaki kaleratu ditu inolako etenik gabe (azken hau hamalau-garrena da). Osasun erabiltzaileek eguneroko jarduna ezagutzera eta ulertzea du helburu nagusi, baita

zerbitzua bera hobetzea ere. Horiek horrela, osasun kanpainak eta gaixo elkarteei zein zerbitzuen erabilerari buruzko informazioa dira aldizkariako hizpide nagusiak. Euskarari dagokionez, aldizkaria ele bietan argitaratzen da, eta euskararen agerpena bermatuta dago erabat, Begirada Batez aldizkariaren nahiz Bilbo Eskualdeak kaleratzen dituen gainontzeko argitalpenetan: I-Begirada batez buletin elektronikoa, FarmaBiE buletina eta GarBiEnguru buletina, besteak beste.

Egunerokotasuna: Actualidad.
Erdietsi: Conseguir.
Artatu: Atender, cuidar, asistir.
Harpidedun: Suscriptor, abonado.
Hilabetekaria: Publicación mensual.
Lehenago lepotik jarraitu: Seguir como antes
Lekuko: Testigo.
Segida eman: Dar continuación.

KIROLA, TALDEAN GUSTURAGO

LEHIAKETAK MOTIBATZAILEAK BADIRA ERE, GARRANTZITSUENA KIROLA EGITEA DA

“OSASUNARENTZAT OSO ONA DA KIROLA EGITEA, BAINA, GAINERA, LANEAN KIROLA EGITEA OSO EGOKIA DA GARAPEN PROFESIONALERAKO. HAU DA, LAN ARLORAKO ERAGILE POSITIBOA DA KIROLA ETA LAN TALDEKOEKIN KIROLA EGITEAK PRODUKTIBITATEAN ERAGIN ZUZENA OMEN DU”. INNOBASQUEK MAIATZEAN EGINIKO JARDUNALDI BATZUETAN PARTE HARTU ZUTEN HAINBAT ADITUK EGIN ZITUZTEN ADIERAZPENOK. BESTEAK BESTE, ATHLON KOOPERATIBAKO KEPA LARREAK ETA EUSKADIKO KUTXAKO MEDIKU KEPA ZELAIK.

Lan arlorako izan dezakeen **onuraz** kontziente edo ez, gure lau protagonistek kirola egiten dute beraiantzat plazera delako. Laurak dira Osakidetza langileak, laurak egiten dute lan Erakunde Zentralean, departamentu desberdinetakoak badira ere laurak egiten dute gustuko korrika egitea, eta urritik aurrera afizioa partekatzen dute. Beraiekin batera beste sei bat lagun ere irteten dira, eta astearte zein ostegunero **hamarreko** bikaina osatzen dute. “helburu nagusia ondo pasatzea da eta lankideekin hartu-eman desberdina izatea, laneko kontuak alde batera utzita afizioa partekatuz”.

Zumarragan, Getarian, Gasteizen eta Usansolon jaiotakoak... Agustin Jimeno, Ana Mugerza, Fernando Herrero eta Xabier Arauzo mahaiaren bueltan elkartu ditugu korrika saioez eta erronkez hitz egiteko. “helburu nagusia ondo pasatzea eta kirola praktikatzea da, baina dagoeneko lasterketen eta lehiaketen **harra sartzen** ari zaigu”, adierazi digute. Agustinek, Xabierrek eta Fernandok, esaterako, Gasteizko Martin Fiz maratoi erdia egin dute aurten, helmugan oso denbora ona burutuz. Agustin, aldi berean, aspaldi ari da lasterketak egiten eta maratoietan parte-hartzen du.

ENPRESA LASTERKETA URRIAN

Gainerakoek ere, batzuek besteek baino gehiago, baina beti egin izan dute kirola. “Bakarka egiten dugu baina taldea



antolatzerakoan samurragoa da motibatzea”, dio Ana Mugerzak. Kirol arloari dagokionez, guztien lehenengo kirol helburua enpresa lasterketa izango da. “Urriari jokatu da eta Osakidetza ordezkarik gisa joango gara”, aurrez aurre izango dituzte, besteak beste; Mercedes, Gasteizko suhiltzaileak, Michelin, Gamesa, Toyota, URSSA... eta beste hainbat enpresatako langileak.

Badirudi kirolak gero eta **jarraitzaile** gehiago dituela, eta lanean ari keta fisikoa egiteko taldeak antolatzea modan omen dago. “Footing egitea, korrika egitea... egokia eta merkea da, gainera ordu baten lan saioa egin dezakezu”, adierazi digute laurok aho batez. Astearte eta ostegunetan joaten dira, bazkalorduan, eta 8-9 km egiten dituzte, beti Osakidetzaren Erakunde Zentraletik gertu. “Basoa oso hurbil dago, ingurune zoragarria da eta oso gustura aritzen gara bakoitza bere erritmora”.

Informatika saileko bat, aholkularitza juridikoko beste bat, euskara departamentukoa, giza baliabideetako, barne erregimenekoa... askotariko departamentuetako langileak batzen dira

OSAKIDETZAKO ERAKUNDE ZENTRALAREN ATARIAN

Ana Mugerza, Xabier Arauzo, Agustin Jimeno eta Fernando Herrero.



astero **birritan**. “Eta atek irekita dauten nahi duen ororentzat. Erreportaje txo hau aprobetxatu gura dugu deia luzatzeko korrika egitea gustuko duten gutzietan. Etor daitezela gurekin”.

New York, Amsterdam, London, Rio de Janeiro, Copenhage... badira maratoi erakargarri asko. Horiatar, ordea, ez dira joango oraindik, baina bai gertuago dagoen Santurtzi-Bilbao 17 kilometroko lasterketara. “Gero gerokoak. Momentuz gertuko **lasterketekin** jarraituko dugu, eta etorkizunean nork daki. Maratoi handi bat egitea ez litza-teke gaizki egongo”.

Birritan: *Dos veces*

Hamarreko: *Decena, grupo de diez*

Harra sartu: *Entrar el gusanillo*

Jarraitzaile: *Seguidor*

Lasterketa: *Carrera*

Onura: *Beneficio.*



ZIORTZA-BOLIBAR, HISTORIAREN ONDARE BIZIA

IPARRALDEAN AULESTI, HEGOALDEAN MALLABIA ETA BERRIZ, EKIALDEAN MARKINA-XEMEIN, ETA MENDEBALDEAN MUNITIBAR-GERRIKAITZ **MUGAKIDE** DITUEN BAILARA DA ZIORTZA-BOLIBAR, LEA-ARTIBAI ESKUALDEKO HEGOALDEAN KOKATUA ETA ONDARE ABERATSEKOA. IA MILA URTE ETA 402 BIZTANLE DITUEN UDALERRIA LAU AUZOZ OSATURIK DAGO, BOLIBARKO HERRIGUNEAZ GAIN: ZIORTZA-GOIERRIA, ZEINKA-ZEARREGI, ARTA ETA IRUZUBIETA.

Markola ibaiaren inguruan eta Oiz mendiaren magalean dago kokatuta Ziortza-Bolibar. Kostaldetik doan Done Jakue bidearen baitan, toki historiko garrantzitsuenetakoa da Ziortza. Bizkaiko Erdi Aroko eliz egoitza esanguratsua ere bera izan zen. Bolibar, berriz, Amerikako **Askatzailearen** jatorria. Gaur egun, bizileku lasai eta euskalduna da Ziortza-Bolibar, bisitan datorrenari historia ukitzeko aukera zabala eskaintzen dion herria. 2004ko azaroaren 30ean berriro ere udalerriz izaera berreskuratu zuen, Markina-Xemeinekin izandako 35 urteko anexo derrigortuaren ostean. Baina aspalditik, oso aspalditik datoz Ziortza-Bolibarko historiaren oihartzunak. Bolibarren berri ematen duen lehen dokumentua 1051koa da.

SIMON BOLIVAR ASKATZAILEAREN SUSTRAIAK

Erremitterikua baserria izenez ezagutzen den etxean dago kokatuta Simon Bolivar Museoa, **Askatzailearen** arbasoen

lotuta dagoen etxea. Baserria oso egocera txarrean zegoen bai egitura eta baita estaldura aldetik ere, baina 1983an, berriztatu egin zen Simon Bolivarren jaiotzaren bigarren mendeurrenarekin batera. Baserriko fatxada bat aldameko baserriari lotuta dago, eta beste hiru aurpegiak libre ageri dira. Barruan, Bizkaiko Erdi Aroko bizimodua eta Bolivarren ibilbide pertsonal zein politikoa gordetzen ditu museoak.

Herrian gora, Bolibar herriko **zaindaria**rekin egingo du topo bisitariak, Santo Tomas elizarekin alegia. Nabe bakarrekoa eta erretaula neoklasikoarekin, Erdi Arotik datorren altxorra da, jatorriz X. mendekoa eta XVII-XVIII. mendeetan berreraikitakoa. Ondoan, Simon Bolivar plazan, Venezuelako gobernua 1927an Askatzailearen omenez eraikitako **oroitarr**ia dago.



Mugakide: *Limitrofe.*
Askatzailea: *Libertador.*
Zaindaria: *Patrón.*
Oroitarria: *Monumento conmemorativo.*
Itzaltsua: *Sombrio, lúgubre.*
Estreinako: *Primerola.*



Ziortzako Kolegiata

Oiz mendiaren iparraldea iluna eta **itzaltsua** bada ere, erretirorako leku aproposa aurkitu zuen han fraide elkarre batek duela mila urte: Ziortzako Kolegiata. Fraideek diotenez, arrano misterioitsu bat izan zen bertara eraman zituena eta **estreinako** abadeari Ziortzako Kolegiata non kokatu behar zuen adierazi ziona. Kondairak dio 968ko Jasokunde egunean, bertako fededunak Gerrikako Santa Luzia elizan zeudela, meza entzuten zeudela, arrano batek eliza horretako hilobi batetik garezur bat hartu, hatzparretan eraman eta Ziortzako kokagunearen gainean askatu zuen, sasien gainera jausiz. Hantxe eraikiko zen eliza, Bizkaian inoiz egon den kolegiata bakarra eta gaur egun monasterioa dena. Ahozko tradizioak kontatzen duena harri gainean landuta geratu da betirako: Ziortzaren armarrarian arranoa ageri da eta garezurra bere hatzparretan.

Informazio gehiago:
www.ziortza-bolibar.com

Osakidetzak Posterrik hobereneko saria

irabazi du Coruñan maiatzaren 23, 24 eta 25ean izan den Erizain Gestoreen Jardunaldi Nazionalan.

Egileak:

Cidoncha Moreno, M.A.,
Chueca Ajuria, A.,
Sánchez Martín, I.,
González Llinares, R.M.,
Peña González, M.L.,
Bikandi Irazabal, J.,
eta Abos Mendizábal.



Oporretan ez ahaztu zure erabiltzailea eta pasahitza

Oporraldian pasahitza ahaztu dezakezu eta eguneratzea ere bai.

Zure monitorean mezua jasotzen duzunean, eguneratu, arazorik edo ustekabekorik **EZ IZATEKO**

Zalantzarik edo arazorik baduzu:
CAU Osakidetza
CAU24X7@osakidetza.net
806350 - 945 00 63 50

Ez ahaztu pasahitza eguneratzea!



aldizkaria etxean jaso nahi? Harpidetu zaitetz

Osakidetzako langilea bazara eta aldizkaria etxean jaso nahi baduzu, bidali itzazu zeure datuak (izen-abizenak, lantokia, posta elektronikoa) helbide honetara:
osatuberri@osakidetza.net

Ongi etorri
Osatuberri
mundura

osatuberri@osakidetza.net

945 006 406

Osatuberri

2012 apirila | 4. zk.

EUSKARA OSAKIDETZAN | 20-21
Trebakuntza, lanean euskaraz egiten hasleko laguntza

GURE ELKARTEAK | 12-13
Eliopía-Utoxia Fundazioa

GERTUTIK | 18-19
Alberto Inurategi

IRITZIA | 9
Plazkotasan neuronal fisioterapia: bobath konzeptua (II)