

**Ostirala**  
2019ko irailaren 20a  
X. urtea  
413. zenbakia  
[www.nafarroa.hitza.eus](http://www.nafarroa.hitza.eus)  
[nafarroa@hitza.eus](mailto:nafarroa@hitza.eus)

**4 LGTBI+** Martxan da Ausartu  
Zaitetz proiektua: tailerrak egin  
eta dokumentala grabatuko dute

**5 Gure Zirkua** Elizondon eta  
Leitzan izanen da datozen  
asteotan, bigarren sasoia amaitzeko

# NAFARROAKO HITZA



**Kirola  
baino  
gehiago**

Kirol programa zabala du Sakanako Mankomunitateak • Gorputza lantzeko eta euskaraz aritzeko espazioak eskaintzen dizkie herritarrei • Emakumeentzako atletismo eskola sortu du, boteretzeko • 23

SAKANAKO MANKOMUNITATEA-BERRIA-KOISEINU TALDEA

Nabarmena da, urte oro, Sakanako Mankomunitateak kirol jarduerak sustatzeko egiten duen ahalegina: gorputza lantzeaz harago, bat egiteko, euskaraz aritzeko eta boteretzeko espazioak sortzeko bide bilakatu ditu.

# Herrian eragiteko tresna

Edurne Elizondo Lakuntza

**P**ilota, sokatira, futbola, tenisa, patinajea, mendizale tasuna, gimnastika erritmikoa, arte martzialak, igeriketa; Sakanan dauden kirol taldeek jorratzen dituzten diziplinetako hainbat berterik ez dira horiek guztiak. Berrogeita hamar baino gehiago dira talde horiek, eskualde horretan kirol jarduerak duten arrakastaren adierazgarri. Arrakasta hori azaltzeko, hain zuzen, ezinbertzekoa da Sakanako Mankomunitatek egindako lana eta ahalegina kontuan hartzea. Eskualdeko bertze hamaika erakunderekin eta eragilerekin batera elkarlanean aritzen direla nabarmendu du Amaia Gerrikagoitiak, Sakanako Mankomunitateko kirol teknikariak. Kirolaz harago, erantsi du mankomunitateak helburu duela herrien eta herritarren arteko sarea osatzea, euskara bultzatzea, eta, batez ere, ongizatea sustatzea.

Finean, kirola tresna edo bide bilakatu dute Sakanan. Aitzakia, neurri handi batean: herritarren bizi kalitatean eragiteko, eta egungo gizarteak mahai gainean dituen hamaika auziri eusteko. Sakanako Mankomunitateko kirol zerbitzuko kideak oraintxe jorratzen ari diren proiektua da horren adibide: «Haurrak bezala, helduak ere orain arte jorratu ez dituzten hainbat kirolean has daitezten ikastaroak egin nahi ditugu», azaldu du Amaia Gerrikagoitiak.

Herritarrek egindako proposamena da hori, hain zuzen ere. Mankomunitateak argi du bere zereginetako bat dela garaian garaiako errealiterara eta beharretara egokitzea; behar horien arabera prestatzea bere kirol eskaintza, alegia. Populazioa zahartzen ari dela kontuan hartu du, ondorioz, eta hasi da adin bateko herritarrentzako jarduerak bereziak antolatzen. «Bizi kalitateak hobera egitea da kontua». Osasun zerbitzuekin ere elkarlanean ari dira kirol esparruko arduradunak, asmo hori egia bihurtu ahal izateko: «Mugitzen ez diren zaharrak aktibatu nahi ditugu», erran du Gerrikagoitiak.

2001. urtetik da Amaia Gerrikagoitiak Sakanako Mankomunitateko kirol teknikaria. Erakunde horrek antolatzen dituen jarduerak 3.000 erabiltzaile inguru dituzte. Eta 18.000 biztanle inguru dira Sakana osatzen duten Arakil, Burunda eta Ergoiena haranetan. «Kirol zaletasun handia bada», erran du teknikariak.

Mankomunitateak antolatutako ikastaro anitz orain hasiko dira, ikasturte berriarekin batera. Horietako bat da fibromialgia duten pertsonentzat prestatutakoa. Luisa Larrañaga Altsasun bizi da, eta 2009tik dago gaitz horrek jota. Mankomunitateak eskainitako ikastaroa aprobetxatu du azken urteotan, eta, urrian, berriz ere, ariko da. «Niri on egiten dit. Lutzate ariketak egiten ditugu, batez ere. Fibromialgia izan arren, saiatzen naiz nire egunerokoari eusten. Ez da beti erraza, baina ez dut maite etxean gelditzea. Kirolak aukera ematen dit ateratzeko,



eta besteekin egoteko», azaldu du.

Ikerketek agerian utzi dutenez, fibromialgiak emakumeei eragiten die, batez ere. Mankomunitateak antolatutako ikastaroan ere, gehienak emakumeak izaten dira. Emakumeentzako kirolaren esparruan ere egin ditu urratsak erakunde horrek, hain zuzen ere. Ahalegin hori nabarmendu du Gerrikagoitiak. «Haurren eta helduen artean, bakarrik emakumeentzako diren jarduerak antolatzen ditugu, uste dugulako garrantzitsua dela emakumeok lasaitasunez eta eroso sentituz aritzea», aipatu du.

## Generoa kontuan hartu

Emakumeentzat prestatutako jarduerak horietako bat da Sakanako emakumeen atletismo eskola. «Generoa lantzen duten kirol profesionalak esaten ari dira hobe dela emakume taldeak osatzea; umeen artean, bai eta hel-



**Emakumeentzako jarduerak antolatzen ditugu, garrantzitsua delako emakumeak lasai eta eroso aritzea»**

**Amaia Gerrikagoitiak**  
Sakanako kirol teknikaria

**«Niri kirolak on egiten dit; kirolak, gainera, aukera ematen dit ateratzeko eta besteekin egoteko»**

**Luisa Larrañaga**  
Kirol zerbitzuko erabiltzailea

**«Ezintasuna dutenak mugiaraztea da gakoa: ez dute kirola egiteko ohiturarik, eta egoera hori aldatzea da kontua»**

**Aitor Mozo**  
Kirol Zientzietako graduduna

duen artean ere. Helburua da indartzea eta ahalduntzea, kontuan hartuta egungoa desberdinkeriazko egoera bat dela», azaldu du Amaia Gerrikagoitiak.

Duela zazpi urte inguru jarri zuten martxan Sakanako emakumeentzako atletismo eskola, eta esperientziarekin hagitik kontent dira mankomunitateko kirol zerbitzuko arduradunak. «Egokitzeko arduradunak. «Egokitzeko arduradunak, hasieran, adibidez, talde bakarra zegoen, eta, orain, bi ditugu: bat hasten direnentzat, eta bestea hobetzeko asmoz ari direnentzat. Badira eskola martxan jarri genuenetik taldean diren hainbat emakume», azaldu du teknikariak.

Eskolatik kanpo ere, hasieratik ari diren emakume kirolari horien arteko harremana sendotuz joan da, eta ikastaroko ordutegitik at ere entrenatzen dira elkarrekin, edo joaten dira lasterketan parte hartzera. «Sarea osatu



- ❶ **Igeriketa.** Herritar guztientzako igeriketa ikastaroak egiten dituzte. Ezintasunen bat dutenentzat ere bai.
- ❷ **Atletismoa.** Emakumeentzako eskola sortu zuten duela zazpi urte Sakanan.
- ❸ **Gimnastika.** Fibromialgia dutenentzako saioak egiten dituzte.
- ❹ **Herri kirolak.** Aizkora eskola du, bertzeak bertze, Sakanak.

**ARGAZKIAK: SAKANAKO MANKOMUNITATEKO KIROL ZERBITZUA**

*Kirola euskaraz izenburuko programa du martxan mankomunitateak, hain zuzen ere. Sakanatik kanpo ere, «erreferente» bilakatu dira Sakanako kirol zerbitzuko kideak, hain zuzen ere, hizkuntzaren alde egindako apustuagatik. Herri anitzetan, irakasle euskaldunak aurkitzea izaten da kirol jarduerak antolatzen dituzten arazo nagusietaiko bat. «Formakuntzari garrantzia eman diogu arazo horri aurre egiteko, hain zuzen ere».*

Eguneroko erronkei aurre egiteko, elkarri so egitea ere lagungarria dela argi du Gerrikagoitiak. Sakanako Mankomunitateko kirol zerbitzuaren ardura kirol batzordearen esku dago; hor, eskualdeko udalerrri bakoitzeko zinegotzi bat dago, eta, haiekin batera, Altsasuko, Etxarri Aranzoko eta Arbizuko kirol teknikariak. Hiru herri horiek baino ez dute kirol teknikaria, hain zuzen. «Elkarlanean antolatzen ditugu mankomunitateko kirol jarduerak».

Eskolekin ere harreman estua du mankomunitateak, kirol jarduera horiek egiteko behar dituzten azpiegiturak haien bidez lortzen baitituzte, anitzetan. Finean, herritar guztiekin eta herritar guztientzat aritzen dira: kirola eta kirolari lotutako balioak sustatuz, jarduera horiek euskaraz eginez, eta, betiere, kirol arlotik kanpo ere eragina izateko asmoz.

dute, eta askok kirola baino gehiago estimatzen dute hori. Korrika egitea baino askoz ere gehiago da, beraz», gaineratu du Gerrikagoitiak.

Emakumeentzako atletismo eskola, beraz, pistatik kanpo ere sareak osatzeko bide bilakatu dute Sakanan. Bertze hainbat helburu ere bete ditu mankomunitateak bere kirol programaren bidez: adibidez, esparru horretatik at gelditzen ohi diren herritar anitz kirolera lotzea. Ezintasunen bat duten pertsonen kolektiboarekin lan berezia egin dute mankomunitateko kirol zerbitzutik, bertzeak bertze, igeriketa eta gimnastika egokitua egiteko ikastaroaren bidez.

Azken lau ikasturteotan Aitor Mozo lakuntzarra aritu da Arbizuko igerilekuan jarduera hori zuzentzen; 2015. urtetik, hain zuzen. Kirol Zientzietako gradua du, eta eskertu du mankomunitateko lanak emandako esperientzia.

«Mugiaraztea da gako nagusia. Ez dute kirola egiteko ohiturarik, eta egoera hori aldatzea da kontua». Ikastaroan Lakuntzan Tabubinsan ari diren hainbat langilek parte hartzen dute. Desgaitasun intelektuala duten pertsonak hartzen dituzte lantegian. «Kirola egiteaz gain, aldageletan nola moldatu eta gisako jarduerak ere

lantzen ditugu», azaldu du Mozok. Erantsi du ikastaroan ere elkarren arteko harremana «beste modu batera» garatzeko aukera dutela, lantegitik at.

**Euskaraz**

Kirol zerbitzuetako erabiltzaileen eta ikastaroetako irakasleen arteko harremanari ere so egin dio Sa-

kanako Mankomunitateak, eta eskualdeko testuingurua hartu du kontuan. «Gure jarduera guztiak euskaraz dira; haurren artean, esan dezakegu ia %100 euskaldunak direla; helduen ikastaroetan, norbaitek azalpena behar badu ematen zaio, baina ikastarok euskaraz egiten ditugu», azaldu du Amaia Gerrikagoitiak.

*Euskadi, auzolana*



**EUSKO JAURLARITZA**  
**GOBIERNO VASCO**

**Nafarroako**  
**Gobernua**



**Gobierno**  
**de Navarra**