

aholkua

Lo egiteko zailtasunak dituztenek badaukate konponbide naturalik

Ez dago ondo lo egitea bezalakorik egunari behar bezala eusteko. Askok, ordea, arazoak izaten dituzte horretarako. Ongi eta ordu luze lo egiteko, bi erremedio gomendatzen dizkizuegu gaurkoan: baso bat esne epel ezti pixka batekin hartzea eta erromero infusioa. Bata edo bestea oheratu aurretik hartuz gero, ederki egingo duzue lo.



EGUNKARIA

argitalpena

Danborrada usaina azpeitiarren 'Uztarrria' aldizkariko orrialdeetan

Urtarrilean gaude berriro ere. Gustura daude azpeitiar guztiak, gutxi falta baita sansebastianetarako. Danborrada paratzen da jai horietan. Hori dela eta, *Uztarrria* hilabetekariak leku asko eskaini die ekintza horri eta horren inguruko berrikuntzei. Izan ere, araudia osatu dute aurtengo aldirako, eta helduen danborradak talde bat gehiago izango du.



Argitaratzailea: **Uztarrria Kultur Koordinadora.**

musika

Doctor Deseo. Gaur, Bergarako Jam aretoan (23:30ean).

Diskoa, bira eta atsedena...

ikusizuna eskainiko dute.

LEZO. Takolo, Pirritx eta Porrotx pailazoak. Gaur, eguerdiko 12:00etatik aurrera, kiroldegian. 'Katxiporreta' izeneko lana erakutsiko dute.

ikastaroak

ATARRABIA. Atarrabiako Udalaren ikastaroak. Afrikako dantzak, sabel dantza, masajea eta astrologia. Urtarrilaren 20tik ekainaren erdialdera. Astean behin. Izena Gaztelekuan eman behar da hilaren 12a baino lehen. Informazio gehiago, 948-355987 telefonoan.

AZPEITIA. 'Abentura korporala' ikastaroa. Hamabi saioko ikastaroa, astean behin. Pepa Bojo psikologoak emana. Interesa dutenek 943-157192ra deitu behar dute urtarrilaren 8a baino lehen.

DONOSTIA. 'Nola idatzi telebista gidoi bat' ikastaroa. Urtarrilaren 14tik otsailaren 27ra. Astean hiru orduko bi saio. Irakasleak: Asier Altuna, Ritxi Lizartza eta Joselu Blanco. Informazio gehiago, Pausoka Eskolako 943 297111 telefonoan eta www.pausoka-eskola.com webgunean.

TOLOSA. Autodefentsa ikastaroa. Urtarrilaren 18an eta 25ean, 09:30etik 14:30era, kiroldegian. Izena Gizarte Zerbitzuetan eman, hilaren 10a aitzin.

erakusketak

BEASAIN. XI. Pintura Lehiaketako lan finalisten erakusketa. Urtarrilaren 17a arte, Porteria auzoko Aterpe Tabernan.

BILBO. 'Hire Himalaya'. Zortzi zortzimilako iruditan. Urtarrilaren 18a arte, BBK kultur gelan (Elkano, 20).

'Modular'. Aitor Ortizen lanen erakusketa. Rekalde erakusketa aretoan, otsailaren 2a arte.

'Aloria eta erromatarkuntza Arabako Kantaurialdeko haranetan'. Erakusketa Euskal Museoa izanen da urria bukatu arte.

DONOSTIA. VIII. Gabonetako Merkatua. 50 bat artisten lanak biltzen dituen erakusketa. Arteko galerian, urtarrilaren 20a arte.

Erredakzioa | **DONOSTIA**

Disko bat argitaratu, kontzertu bira luze samarra egin eta atsedena hartu. Doctor Deseo taldeak bere lan egiteko modua berretsiko du gaur berriz; 23:30etik aurrera, denboraldi honetako azken kontzertua emanen baitu Bergarako Jam aretoan.

Musika munduan ia hamabortz urte eman dituen Doctor Deseo taldeak, azkenekoa *Suspira y conspira* zazpigarren diskoa aurkezten. Eta, ohitura dutenez, lan berria prestatzeko urtebeteko atsedendia hartuko dute gaurko kontzertua bukatu eta gero.

Taldeak iragarri duenez, gaurko agur kontzertua 150 minutuko emanaldi luzea izanen da, eta, tartean, opariak nahiz ezustekoak egonen dira. Jaialdian, Doctor Deseorekin batera, Jesus Bartolome kide ohiak, Aitor Agiriano flamenko gitarra jotzaileak, Paola Ruiz biolin jo-



EGUNKARIA

Doctor Deseo musika taldeko kideak.

tzaileak eta Dj Davidek hartuko dute parte.

15 urte eta 7 disko

Moda ororen gainera, Doctor Deseo taldeak itzal handiko ibilbide oparoa egin du 1987an Bilbon sortu zenetik; betiere, rock eta pop musika nahasiz, kalea eta poesia uztartuz.

Doctor Deseo izeneko diskoarekin hasi ziren, 1987an. Ondoren, bertze sei disko karrikatu dituzte: *Tan cerca del cielo* (1989); *Fugitivos de paraiso* (1992); *Gotas de dolor... y charco de olvido* (1995); *Hay cuentos aun por inventar* (1998), *Atrapado en tu silencio... de incertidumbres y caricias* (2000); eta iazkoa.

Francis Diez kantari eta abestien egilea taldeko buru izan da beti, baina bere ondoan hainbat musikari izan dira. Egun, Joxy Jimenez baxu jotzaileak, Raul Lomas teklistak, Kike gitarra jotzaileak eta Txanpi bateria jotzaileak osatzen dute taldea, Diezekin batera.

'Ehiztari handiak dira begiak'.

J. M. Zabalaren argazkien erakusketa otsailaren 1a arte egonen da Koldo Mitxelena kulturunean.

'Bestelako Meninak'.

Martxoaren 2ra bitartean, Kursaalako Kutxaren Kubo Aretoan. Woman Together erakundearen eskutik.

'Nere txalupatik'. Mikel Rikondoren argazkiak Aquariumean izanen dira apirilaren 27a arte.

EIBAR. 'Eibar argipean'. Eibarko azken 100 urteetako argazkien erakusketa Portalea kultur etxean izanen da urtarrilaren 19a arte.

DURANGO. Joxe Amantegiren lan grafikoa. Urtarrilaren 15 arte, Berbaro tabernan.

IRUÑEA. Jokin Manzanosen margolanak. Erakusketa Pintzel

galerian (Abejeras, 6) izanen da urtarrila bukatu arte.

Isabel Sanchez Gilen margolanak. Lacava galerian (Iñigo Arista, 24), urtarrila bukatu arte.

LEGAZPI. 'Legazpiko historia iruditan, 1989-1994'. Josema Azpeitiaren komiki erakusketa Bikuña jauregian egonen da urtarrilaren 26a arte.

PASAI-DONIBANE. '1.000 hitz baino gehiago'. Euskal liburuen azalak. Juantxo Egaña argazkilariaren eta Borja Goitia diseinatzailearen erakusketa Victor Hugo Etxean izanen da urtarrilaren 12a arte.

lehiaketak

ARANTZA. Herriak eta Hizkuntzak literatur lehiaketa.

Lehiaketaren gaia «herriak eta hizkuntzak» da. Genero guztiak onartuko dira: olerkia, bertso-paperak, ipuina eta saiakera. Lanak euskarazkoak, jatorrizkoak eta argitaragabeak izanen dira. Lanak emateko epea 2003ko martxoaren 29an akituko da. Informazio gehiago, 948 634125 telefonoan.

BERGARA. Amodiozko Gutunen XI. Berrigara Lehiaketa. 1988. urtea baino lehen jaiotako edonork har dezake parte. Gutunak euskarazkoak izanen dira, jatorrizkoak eta argitaratu gabek, gehienez ere, bi orrialde izanen dituzte. Lehen saria: 450 euro. Gutunak urtarrilaren 8a baino lehen bidali behar dira Jardun elkartera (Errotalde jauregia, 20570 Bergara); posta elektronikoz ere bidaltzen ahal

dira: jardun@topagunea.com.

Sakeleko telefono bidezko maitasun mezuen lehiaketa.

Mezuak -euskarazkoak eta jatorrizkoak- 652-729435 edo 605-712469 telefonoetara bidali behar dira hilaren 15a baino lehen. Mezuaren ondotik, parte-hartzailearen telefono zenbakia eta adina gaineratu behar dira.

HERNANI. 2003ko inauteriak iragartzeko kartel lehiaketa. Hernaniar guztiak har dezake parte. Jatorrizko lanek 38x44 cm-ko neurria izanen dute. Koloretan izan behar dute. Kartelean ezinbestean agertuko da «Hernaniko Inauteriak 2003» testua. saria: 300 euro. Lanak urtarrilaren 17a baino lehen eman behar dira kultur etxean.

TOLOSA. Antonio Maria

Labaien narrazio lehiaketa.

Euskarazko lanak, originalak eta inon saritu gabek. Gaia librea, baina formaz nahiz edukiz, 14-18 urte bitarteko gazteentzako egokia izan behar du. Gutxienez, 30 orri izan behar dituzte. Lanak Aranburu liburategian eman urtarrilaren 19a baino lehen.

ZARAUTZ. XXI. Xabier Lizardi haur ipuin lehiaketa. Lanak euskarazkoak izanen dira, originalak, argitaragabeak eta beste inon saritu gabek. Gaia librea da. Parte-hartzaileek lan bat baino gehiago aurkezten ahal dute. Saria: 2.400 euro. Lanak urtarrilaren 13a baino lehen eman behar dira Euskara Zerbitzuan (Zigordia, 13, 2. solairua, 20800 Zarautz). Informazio gehiago, 943-130960 telefonoan.