

#ESKUTITZAKNAGUSI #CARTASMAYORES

Konfinamendu egun hauetan, hainbeste denbora dugula pentsatzeko, hainbeste gauza faltan botatzen ditugu... zergatik ez idatzi eskutiz bat gure adinekoei?

Hemen dituzue iristen ari zaizkigunak, GUZTIOK irakurri eta elkarbanatu ahal izateko.

Estos días de confinamiento, con tanto tiempo para pensar, tantas cosas que echamos de menos... ¿por qué no escribir una carta a nuestros mayores?

Aquí tenéis las que nos van llegando, para que TOD@S las podamos leer y compartir.

21 de Marzo de 2020

Egunon, Buenos días:

Hoy me he despertado, para teletrabajar, entro a las 8:00 de la mañana.

El silencio lo inunda todo, es una sensación extraña.

A mi alrededor ronda mi gatito "Tiryon" feliz.

El mira por la ventana esperando que se cuele una mosca y escuchando a los pájaros que revolotean también felices.

Dentro de la sencillez de su vida te dan una gran lección.

No hay que esperar un mañana, hay que ser feliz " AQUÍ Y AHORA" con lo que tenemos, con lo que somos, donde nos encontremos, y con quien estemos....

Olga.

Hendaia, 2020ko Martxoak 21

Gabon,

Matia Fundazioaren mezua entzun dut eta oso ideia ona iruditu zait eskutiz bat idaztearena, gero norbaitek irakurri ahal izateko. Ez gaude oso umoretsu beharbada umorezko kartak idazteko baina saiatuko naiz.

Hendaiatik idazten dut. 4 pertsona bizi gara etxea. Ama, aita, 4 urte t'erdiko neska bat, Nora izenekoa, eta urte t'erdiko mutila, Ibai izenekoa. Etxean daramazkigu 7 egun dagoeneko eta literalki, altueretara igotzen hasi gara. ez denok! Baina Ibaik bai.

Berandu hasi zen ibiltzen. 17 hilerekin erabaki zuen bazela bere garaia ibiltzen hasteko. Eta hilabete bat beranduago etxan geratu behar gara bbirusa dela eta. Ibaik ordun erabaki zuen ibiltzeaz aparte, korrika ere egin nahi zuela, eta korrika egiteaz aparte, ahukietara igo nahi zuela, eta baita mahaietara ere.

Umeak zaintzeaz aparte lan ere egin behar dugu gurasoek etxetik, eta hori bai dela zaila! Ibaixori begi bat kenduz gero, mahaira igotzen da edozer baila. ta galdetuz gero: zer zaude hori egiten! beti esan du: Ura! ☹️ beti dabil ur bila. hori diño. Egia esan ez dakizki hitz asko.

Norak egun hauetan gauza asko ikasi ditu be. Gaur bere buruari koleta egiten ikasi du. Oso ondo egin du! 3 buelta emoten dizkio gomari eta koleta fina ateratze zaio! poz-
pozik zegoen eta orduan amonari deitu diogu kontatzeko. Bideoa jarri dugu eta amonak orduan ikusi ahal izan du koleta nola egiten zuen.

Bestee gauza asko egiten ari gara. adibidez gimnasia. Norak eta biok egiten dugu elkarrekin eta batzutan aitak eta Ibaik ere. Eta Norak beti galdetzen du: ez zara nekatzen ama??? noski!!! esaten diot. ta Nora ere nekatu egiten da baina egia esan nahiko gauza egiten ditu. Nagusientzat ere badaude bideo asko, ariketa errazak egiteko. eskuak gora, beheara egiteko...hankak mugitzeko pixkat, burua aldeetara, etab. gorputza pixka bat mugitu beharra dago, egun guztia eserita egonez gero atrofiatu egingo gara eta!.

Ta gaizki daramaguna hainbestetan jatekoa egitekoa da. Konturatu gara ez gaudela ohituta. Normalean umeek eskolan bazkaltzen dute, ta gu lanean. eta orain egunero bazkaldu eta afaldu behar izatea laurok...arraroa da. janari pila egin beharra dago ☹️ baina bai, egin eta kongelatu egiten dugu ere. saiatzen gara erosketetara gutxi joaten eta etxean despentsan genuena jaten ari gara. hortan ere garbiketa egiten ari gara. Beti dazkazu etxean aspaldiko latak, boteak, etab, hor dazela, balden atzealdean eta inoiz ez direnak jaten. Ta beittu, hortarako momentua ailegatu zaigu be! Garai ona da oin hori guztia jateko.

Ba hauxe nire eskutitza. espero det irakurriz gero, minutu batzuk pasa izana. Beste eskutitzen bat idaztea nahiko bazenute, esan lasai. Ez baduzue esaten ere, bbeste zerbait okurrituz gero idatziko dizuet berriz bai? arraroa da idaztea jakin Gabe nork irakurri duen bbaina tira, Garai arraroa bizitzen ari gara. hori bai dela arraroa! ea laster pasatzen den, eta normaltasunera bueltatzen garen garaiz.

besarkada handi bat eta zaindu asko!

Jone

Armairutan garbiketa egiteko ere bada momentua baina ez dugu asko egin momentuz!

Valladolid, 22 de marzo de 2020

Querida amiga:

Vaya tiempo nos ha tocado vivir!!!

Un país luchando contra algo que no se ve.

Quien nos lo iba a decir...

A ti esto no te pilla de nuevas. Recuerda lo que tu y la gente de tu generación tuvo que vivir en vuestra juventud.

Por eso, se que eres fuerte, y resistiras estos días. Estoy segura que echas mucho de menos a tu gente querida. Pero aunque no puedas estar con ellos has de sentirlos cerca. Ellos te tienen cada día presente.

Y otras muchas personas también. Yo una de ellas, por eso te escribo esta carta para mandarte mi cariño y mucha fuerza.

Te mando un beso grande. Eres una campeona.

Tu amiga

Pura

Hola,

Somos Ana, Edu, Pablo y Jon, una familia de cuatro que vivimos en Bilbao. Bueno, en realidad nuestra familia es bastante más numerosa. Ana y Edu, que somos los padres, tenemos un montón de hermanos y primos con los que mantenemos una relación muy cercana. Esto es mérito de nuestros abuelos, que nos inculcaron esta costumbre para suerte nuestra.

De todos modos, estos días estamos teniendo un contacto más frecuente y cercano que el habitual, a pesar de las restricciones al movimiento de personas que sufrimos como consecuencia de la declaración del estado de emergencia. Hemos tenido que agudizar el ingenio, pero a través de ordenador y teléfonos móviles hemos tenido la oportunidad de hablar y vernos con frecuencia y disfrutar y ser conscientes de lo preciosos que son los momentos con nuestros mayores cuando no podemos disfrutar a nuestro antojo de ellos. Supongo que hasta de las situaciones más graves y dolorosas, hay que tratar de extraer las conclusiones positivas...

En estos días, por esta situación especial, es indudable que hemos pensado más en nuestras familias, pero también en aquellas personas que por circunstancias pueden estar separadas de las suyas. Por ese motivo, hemos querido acercarnos a ellas, a usted en este caso, para mostrarle nuestra cercanía, nuestro cariño aunque no nos conozcamos, y nuestros deseos de que puedan pasar estas fechas tan raras en las mejores condiciones posibles. Para ello, nos han pedido que les contemos algo de nosotros.

Podemos empezar por nosotros, los más mayores. Ana, trabaja en una entidad financiera. Muchas veces, los bancos son vistos como los malos de la película, especialmente en tiempos en los que la gente lo pasa mal como puede ser el escenario actual. Sin embargo, ella tiene la suerte de trabajar en un área muy gratificante, el área

de Acción Social. Trabaja con entidades, llenas de voluntarios que dedican su tiempo a los demás, ayudando a personas mayores, acompañándoles en su tiempo libre, con asociaciones que tratan de facilitar la vida a personas con enfermedades o discapacidades que no se lo ponen del todo fácil en el día a día. Ella gestiona la concesión de ayudas para la financiación de los programas de asistencia a estos colectivos.

Yo, Edu, monté hace unos años una empresa, y con bastante esfuerzo he conseguido sacarla adelante. Nos dedicamos a vender materiales utilizados en la industria, muy especialmente en la energía eólica, ya sabe, molinos de viento que producen electricidad.

Pablo y Jon aún están en el colegio. Pablo va a terminar este año el bachiller, no sabemos cuándo, dada la situación de incertidumbre en la que nos encontramos. Posteriormente, le gustaría estudiar una ingeniería. Es un chaval con buena cabeza para las matemáticas y el dibujo, y bastante cuadrulado, lo cual le hace un candidato perfecto para esta carrera.

Jon, el pequeño, es un terremoto que tiene muchísima vitalidad. Es un chaval muy aplicado y podrá hacer lo que quiera, pero la verdad es que no tiene nada claro cuál puede ser su futuro.

Todos estamos un poco preocupados, asustados por la dimensión de la crisis sanitaria en la que estamos metidos. De todos modos, tenemos la suerte de contar con el ejemplo de nuestros mayores, nuestros padres y abuelos, que como usted, tuvieron una vida con sus propias dificultades, retos que afrontar, y oportunidades. En ese sentido, estamos seguros de que con trabajo, esfuerzo y paciencia todo se solucionará.

Entretanto, tendremos que capear las dificultades. Los que peor lo llevan son Pablo y Jon, que son dos chavales muy deportistas que disfrutaban jugando al fútbol con sus amigos y haciendo deporte. Para ellos, la restricción de salir a la calle es lo más duro, aunque hasta el momento lo han compensado viendo películas y sobre todo jugando a la consola de videojuegos que tanto les gusta.

Supongo que a todos nos está alterando bastante la vida esta epidemia. La parte mala es la gente que está sufriendo, aquellos infectados por la enfermedad y los sanitarios que les atienden, que no dan abasto. La parte buena es que tomar perspectiva, y valorar más aún las cosas que damos por supuestas en el día a día, nos va a permitir ser más conscientes cuando todo esto acabe de lo preciosa que es la vida y la suerte que tenemos al disfrutar de las cosas buenas que nos ofrece.

Este año se nos han fastidiado algunos planes. Pensábamos irnos de vacaciones en Semana Santa al sur, a Málaga, a disfrutar del sol. Confiábamos en poder ganar la copa con el Athletic, y disfrutarlo en Sevilla, pero queremos creer que estas son cosas de las que podremos seguir disfrutando cuando todo esto acabe. Si cabe, tendremos la suerte de valorarlas aún más al ser conscientes de lo preciosas que son...

Bueno, espero que tanto usted como el resto de personas con las que se encuentra estén bien de salud, animados y pensando en disfrutar del tiempo al máximo una vez que la situación se normalice.

Le mandamos cuatro fuertes besos y los mejores deseos de parte de toda nuestra familia.

Firmado:

Ana, Edu, Pablo y Jon

Hola amigos!!!

Hace ya unos días que no podemos salir a la calle.... que vemos los parques desde la ventana.... que no podemos abrazarnos pero sabéis que??? Si no, podemos sonreir!!!!!!!!!!!! Y que hemos hecho en mi familia para sonreír ... un concurso de dibujo!!!

Desde nuestros teléfonos móviles hemos encontrado la ventana a la gente que queremos... y nosotros a los dibujos de nuestra familia.

Participantes:

Mi marido

Mi hijo mayor que tiene 6 añitos Ander

Mi cuñado Miguel

Mi madre y mis padres...a partir de ahora los abuelos.

Mi hermana como es la que mejor dibuja d la familia no le dejamos participar y es la jueza

Luego tenemos otros dos niños Martin y Nico de 13 y 14 meses... mi sobrínico y mi hijo pequeño que no participan

Y yo

Os voy a explicar un poco los dibujos; yo he dibujado a mi familia viendo una puesta de sol en la playa agarrados de la mano...porque cuando podamos salir a la casa...cuando podamos abrir las ventanas pero también las puertas...quiero salir y darles la mano a todo mi familia .

Mi marido ha hecho un cuadro de colores...donde se supone que estamos él y yo en la playa....Él no ha ganado el concurso como os imaginareis...pero debería haberlo ganado porque es quien más nos ha hecho reír. No os parece???????? Qué os imagináis vosotros en ese dibujo??? Yo creo son también nuestros nuevos amigos de Fundación Matia que nos acompañan a la playa...porque aunque no se vea bien...en esos colores podemos imaginar lo que queramos y eso es lo que yo quiero imaginar.

Mi hijo Ander de 6 añitos se ha dibujado jugando al futbol en el parque con la segunda camiseta del Alaves...la verde porque le encanta el color verde y debajo de un arcoíris...porque sabe que todo va a pasar pronto y vamos a estar todos bien.

Mi cuñado es ingeniero de Iberia...se ha dibujado a el mismo al lado de un motor de avión...porque ahora está el cielo solo lleno de pájaros pero breve los aviones volverán a dibujar líneas blancas en el cielo.

Y así llegamos a los dibujos de LOS ABUELOS que tenemos que decir ...nos dejaron alucinados a toda la familia...son geniales.

La abuela se dibujó en la cocina....podemos ver una cocina perfectamente dibujada...que estará cocinando???? Ummm !!!! Una tarta de manzana que tan rica le sale a la abuela ..quizás... o lo que nosotros queremos porque para eso es el dibujo...para que imaginemos lo que no vemos en él.

El abuelo...antes tenemos que contar que el abuelo era de Pangua..de un pequeño pueblecito de Treviño y desde que se ha jubilado lo que más le gusta es ir a una huerta pequeña que tiene...y así lo ha dibujado con su mula y una regadera mágica que ella sola riega las flores....

Los ganadores fueron Ander por el dibujo más bonito y creativo y el abuelo por su fiel reflejo de la realidad y el esfuerzo.

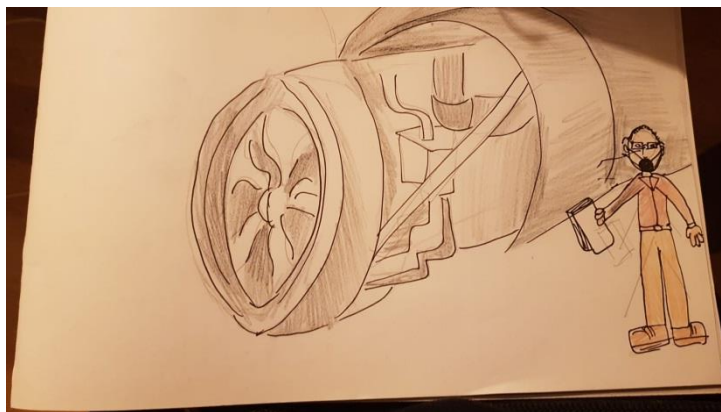
Con todo esto compartimos sonrisas y risas que traspasaron la pantalla del ordenador o del móvil casi hasta llegar a abrazarnos...sonrisas que espero os lleguen con esta carta y si aún no sonreís mucho podéis volver a mirar el dibujo de mi marido porque os hará sonreír porque veréis en él lo que deseáis o porque no veréis nada y os hará gracia.Jajajaja



#eskutit



#cartasmayores





24 de Marzo de 2020

Querido desconocido,

Sé que en estos momentos unas palabras de un familiar, un abrazo o cualquier contacto con un ser querido vale más que cualquier mensaje de cualquiera, pero he aquí mi pequeña aportación.

Esta situación que estamos viviendo es desconocida para todos y por lo tanto, nos da miedo a todos. Todos (en mayor o menor medida) estamos separados de nuestros familiares, pareja, amigos y sufrimos día tras día pensando en la salud de ellos, pensando en cuando les volveremos a ver, en los momentos perdidos. ...

Sin embargo he de decirte que estamos preparados para continuar, hemos librado miles de batallas antes (puede que de enfermedades, puede que laborales o de relaciones personales) y hemos conseguido una victoria. Una victoria porque estamos vivos, porque hemos conseguido recomponernos de lo vivido y hemos vuelto a sonreír.

Y de esto también saldremos, quizá tardamos más o menos pero saldremos.

Volveremos a reencontrarnos con los rayos del sol que nos darán en la cara, con los familiares a los cuales a veces rechazamos por ser pesados, con los besos que antes no valorábamos. Ahora los volveremos a valorar y mientras, agárrate fuerte a los recuerdos vividos, aliméntalos compartiéndolos con los compañeros para así, sentir más cerca a quien está lejos.

No dudes que saldremos, y que aunque estemos lejos, estamos más cerca y unidos que nunca.

Anónimo

¡Holaj

¿Qué tal? Soy una chica de 18 años y estudio bachillerato, ahora mismo estamos en una situación complicada porque tenemos que hacer un examen importante (llamado selectividad) para pasar el año que viene a la universidad. Con este lío no se sabe qué va a pasar, pero siempre hay que llevar todo de manera positiva.

Todos mis amigos y amigas estamos igual de aburridos, todos queremos salir de casa, pero estamos concienciados de que hasta que no pase todo no saldremos.

Me imagino que vosotros también estaréis aburridos, pero tenéis que valorar que estáis todos sanos (sin ser infectados) y sobretodo que tenéis mucha compañía entre vosotros.

Estos días a parte de estudiar me he dedicado a dibujar con acuarelas, os mando algunas fotos. Un saludo,
Sara.





24 de Marzo de 2020

Dentro de un tiempo (espero que no mucho) todo esto solo será un horrible recuerdo. Algunos lo pasaremos reclusos en casa, con el único problema que supone estar encerrados (que no es poco). Pero muchos habrán perdido gente muy importante y querida. Es realmente triste...

Todos, estos días, hemos tenido muchísimo tiempo para pensar. Os aseguro que yo, que vivo solo, he pasado por muchas etapas. Desde querer aprovechar ese tiempo para hacer todo lo que no puedes en estado normal. Hasta una apatía absoluta después de leer las noticias y que el sentimiento de los afectados directos se te contagie con tanta virulencia como el maldito bicho.

Estoy seguro que esto nos cambiará. Y que, por mucho tiempo que pase, no olvidaremos esa época en la que echamos de menos demasiado fuerte.

Tan solo llevamos una semana (más o menos) pero creo que es suficiente para darnos cuenta de muchas cosas:

Los abrazos son necesarios.

Las personas que quieres, aunque creas que están de manera innata, hay que cuidarlas.

La mayoría de nuestros problemas no son tan graves como pensamos (solo se tiene que presentar una situación como la que estamos viviendo para confirmar esa suposición).

La solidaridad sirve para curar casi todo.

Hay muchos superhéroes por ahí sueltos que no llevan disfraz.
Y que con el amor puede con todo. ¡Abrazo fuerte!

24 de Marzo de 2020

Que no se pierda la buena costumbre de sonreír en días malos, de abrazar por detrás cuando no se espera, de mirar a los ojos para decir un te quiero y también un ya no te quiero, eso sólo debería decirse mirando a los ojos. No hay nada de malo en ello. El problema, si lo hay, lo tiene quien lo escucha no quien lo suelta.

Que no se pierda la buena costumbre de mandar un buenos días o un simple cómo estás cuando piensas en alguien, no nos damos cuenta... Pero es un regalazo en un día cualquiera.

Que no se pierda la costumbre de dar las gracias, de pedir perdón y de decir lo siento, pero sólo sintiéndolo, si no, no vale jugar con sentimientos muertos.

Que no se pierda la costumbre de apartar un mechón de pelo, de acariciar una mano, de secar una lágrima cayendo, de besar en la frente... La cantidad de cosas que dicen "aquí estoy"... Sin decir nada, te das cuenta?

Que no se pierda la costumbre de decir no, también de decir porqué no!, de dejarse llevar y también de decir basta.

Que no se pierda la costumbre de valer, de valerse, valorar y valorarse. Por ti, sólo por ti. No tienes que demostrar nada a nadie.

Que no se pierda la costumbre de perder las ganas. Recuerda, esas te las quitan, no se pierden.

Que no se pierda la costumbre de ser tú, esa costumbre... Nunca la pierdas.

25 de Marzo de 2020

Kaixo amigos, y amigas.

¿Cómo estáis?

Mira que estamos pasando unos días algo difíciles, ¿verdad?

Pero, todo pasa y algún día, más pronto que más tarde, esta situación también terminará, y entonces. volveremos a poder estar más cerquita, abrazarnos y darnos besos.

Ahora hay que esperar un poco, mientras tanto, vamos a intentar estar tranquilos y tranquilas, respirar y sonreír todo lo que podamos.

Cuidaros mucho, compartid ratitos de charleta y haceros compañía.

Cada día hay que celebrarlo porque está situación va a pasar.
No estáis solos, nuestro cariño es para todos vosotros y vosotras
Os esperamos pronto.
Un besote y abrazos mil.
Ánimo porque ente todos y todas vamos a superarlo.

MUSEUM.CEMENTO REZOLA



2020ko Martxoak 25

Kaixo lagunok!

Badakit lau pareten artean egotera kondenatuta zaudetela Coronavirus izeneko birus hau dela medio.

Zuek inork baino hobeto dakizue zer den denbora, urteak damatzazue eta bizi honetan eta denetako bizipenak bizitzea tokatu zaizue.

Jakin dezazuen, egunero ateratzen dela eguzkia, egunero iluntzen duela eta birus hau etorri den bezala, zuek txinto betetzen badituzue agindutakoak, joango dela eta berriro ere aterako zaretela kanpoa eguzkia hartzea, kontu kontari egotea familiakin, gertukoekin, kartetan jolastera, gimnasia egitera, etabar luze bat.

Jakin dezazue baita zuek zaretela guk ikasi eta dakigunaren oinarri sendoa. Guk dakiguna, zuek ikusi edo zuek erakutsitakoa da. Zuen garaiko kontuak, zuen bizipenak, guretzat altxor bat dira.

Susmo txiki bat daukat: Birus honek utziko dituen arrastoei aurre egiteko atzera egin beharko dugula, eta zuen bizimoduak ikasgai izango direla. Gutxiagokin bizitzen ikasi beharko dugula. Daukaguna elkarren artean konpartitu beharko dugula, Erritmo lasaiagoan biziko garela. Eta elkarren artean aurrez aurre egoteko eta komunikatzeko aukera berriak sortuko direla. Eta zuek dakizuenetik ikasteko.

Mila mila esker guztiagatik. Esan maite zaituztegu, ez etsitzeko, zuek generazio indartsua izan zaretela eta zaretela. Behar zaituztegu.

Eman ezin den muxu potolo eta goxo bat jaso ezazue denok eta sentitu handiak zaretela.

Lurdes



Carta Real Sociedad Fundazioa a toda la familia de Matia Fundazioa

Kaixo a todos!!

Os escribimos esta carta desde la Real Sociedad. Los trabajadores, futbolistas, entrenadores, dirigentes... Todos queremos dirigirnos a vosotros en esta época tan rara que estamos viviendo.

Nosotros también estamos metidos en casa, ¡sin poder salir ni siquiera a dar un pequeño paseo! A vosotros seguro que también se os está haciendo raro y difícil, pero ya veréis como enseguida estamos todos sonriendo y saliendo a la calle a pasear y hablar con nuestros amigos.

Ahora tenemos que ser obedientes con lo que toca y respetar mucho las normas. Que tenemos que guardar un metro de distancia, que tenemos lavarnos muy bien las manos y, vaya, que tenemos que hacerlo todo muy bien para que esto pase cuanto antes.

Nosotros, como vosotros, estamos deseando que esto acabe ya por muchas razones. Una de ellas es porque queremos volver a la normalidad y, claro, abrazar a nuestra gente, reírnos, bailar, contar chistes, cantar y tantas otras cosas más.

Pero, ¿sabéis qué estamos deseando con todo nuestro corazón? Que nuestros veteranos, Bixio Gorritz y Mitxel Loinaz puedan volver a visitaros cuanto antes para esos bonitos encuentros que tenéis con ellos hablando de la Real. Sabemos que os encantan y que os lo pasáis en grande recordando batallitas de unos y otros sobre la Real. Nos encanta visitaros y que vengaís a Zubieta como soléis venir, de vez en cuando, a ver los entrenamientos del equipo. Nos llenáis de energía e ilusión.

Desde la Real os prometemos que cuando esto pase os iremos a visitar para volver a sonreír junto a vosotros. A daros el mayor abrazo del mundo y a gritar alto entre todos ¡Aupa la Real!

Pero para eso tenemos que cumplir todo lo que nos dicen. Si lo hacemos, seguro que esto acaba muy pronto. Y mientras, todos estos días, queremos que sonriáis muchísimo, porque nos encanta veros felices y con esa sonrisa que nos encanta. ¿De acuerdo?

Nos vemos muy muy pronto. Aupa Matía y aupa Real!





Real Sociedad Fundazioaren gutuna Matia Fundazioko familia osoari

Kaixo guztioi!!

Gutun hau Realetik idatzi dizuegu. Langileok, futbolariak, entrenatzaileak, kontseilariak... zuengana jo nahi dugu bizitzen ari garen garai arraro honetan.

Gu ere etxean sartuta gaude, paseo txiki bat ematera ere atera ezinik! Zuei ere arraroa eta zaila egiten ari zaizue, baina berehala ikusiko duzue nola gauden denok irribarrez eta kalera irteten paseatzera eta lagunekin hitz egitera.

Orain txintxoak izan behar dugu tokatzen denarekin, eta arauak asko errespetatu. Metro bateko tartea gorde behar dugula, eskuak oso ondo garbitu behar ditugula eta, hara, dena oso ondo egin behar dugula, hau lehenbailehen pasa dadin.

Gu, zuek bezala, hau arrazoi askorengatik amaitzea desiratzen gaude. Horietako bat da normaltasunera itzuli nahi dugulako, eta, noski, gure jendea besarkatu, barre egin, dantzatu, txistekak kontatu, abestu eta beste hainbeste gauza gehiago.

Baina, badakizue zer desiratzen ari garen gure bihotz guztiarekin? Bixio Gorriz eta Mitxel Loinaz betearnoek lehenbailehen bisita zaitzate Realari buruz hitz egiten ari zareten bilkura polit horietara. Badakigu asko gustatzen zaizkizuela eta bikain pasatzen duzuela Realari buruz batailatxoak kontatzen. Asko gustatzen zaigu zuek bisitatzea eta Zubietara etortzen zareten bezala etortzea, noizean behin, taldearen entrenamenduak ikustera. Energiaz eta ilusioz betetzen gaituzue.

Zin egiten dizuegu hori gertatzen denean bisitatzea joango garela zuekin batera irribarre egiteko. Munduko besarkadarik handiena ematera eta denon artean ozen oihukatzea "Aupa Real!"

Baina, horretarako, esaten diguten guztia bete behar dugu. Egiten badugu, ziur gaude hau laster bukatuko dela. Eta bitartean, egun hauetan guztietan, asko irribarre egin dezazuen nahi dugu, zoriontsu ikustea asko gustatzen zaigulako, eta maite dugun irribarre horrekin. Ados?

Laster arte. Aupa Matia eta aupa Real!



Buenas tardes

Me llamo Amaia y vivo en Vitoria lugar donde mis padres se conocieron cuando inmigraron buscando trabajo y donde he criado a mis hijos.

A pesar de la distancia física que nos separa, hay dos cosas muy importantes que me unen a vosotros una la posibilidad de contagio de una desconocida enfermedad y otra la libertad de decidir que podemos pensar ante esto.

Desde que hemos nacido ha habido gripes muy graves que nos contaban nuestros abuelos y nuestros padres y ha tenido lugar una larga y dura guerra civil que dejó huella en todas las familias. Ahora tenemos más información por la televisión, la radio, de todas partes del mundo. El problema parece más grande pero siempre corremos riesgo desde que nos levantamos por la mañana ya que en esto consiste el VIVIR. Es natural que nos pasen cosas que tengamos enfermedades somos seres vivos.

Con lo que no pueden las enfermedades es con nuestro deseo de vivir por eso es momento de sacar fuerzas y luchar como siempre lo habéis hecho por el trabajo, por criar a los hijos o cuidar a los padres y habéis salido adelante.

Como dice mi madre a la que le gustan mucho los refranes SOMOS AVES DE PASO.



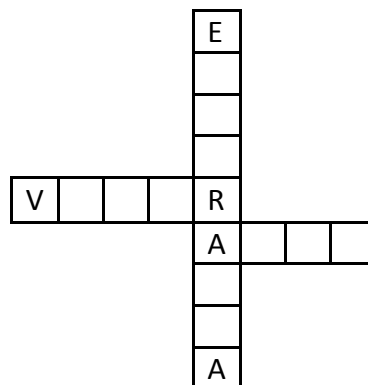
Con el miedo no nace uno lo va cogiendo. Por eso los niños pequeños son tan decididos no tienen miedo hasta que se pegan un buen susto. Es como las arrugas y los kilos los temores los vamos cogiendo con la edad ¿ verdad?. TENEMOS QUE DECIDIR no tener miedo sino ESPERANZA,

Recuerdo cuando mi abuelo me contaba que tuvo que ir a luchar y la abuela se quedó sola con 4 hijos, vivían en el campo y ella iba a arar, a sembrar a cosechar pero siempre le ayudaba algún familiar, alguna vecina y ella hacía lo mismo ya que era comadrona.



¿Que cómo pasamos los días en casa quietecitos? Pues la verdad es que nos cuidamos más y nos ponemos música bonita de esa que te apetece cantar y te alegra el alma. Eso si madrugamos lo justo que el día tiene muchas horas. Claro que echamos de menos a mis padres a los que no puedo ver que tienen 84 años y a mi hijo que vive fuera pero cómo nos pasa a todos pues no le damos vueltas. Hay que ponerse guapos que eso siempre ayuda y salimos a aplaudir a las 8 para ver a lo lejos a otras personas.

Os envío un crucigrama fácil a ver qué tal sale y espero vuestra respuesta.



En vertical : estado del ánimo optimista que surge cuando se presenta como alcanzable lo que se desea.

En horizontal : 1, tener vida, 2. Sentimiento de afecto, inclinación y entrega a alguien o algo

Un abrazo muy grande y sed muy valientes todos conseguiremos parar a este bicho.

👤♀️ Amaia

26 de Marzo de 2020

Buenas tardes, Pedro e Itziar desde hace ya más de una semana, gracias al "coronavirus" encontramos un sin fin de actividades en casa.

Parece que la casa tiene los armarios desordenados, la lavadora tiene que estar trabajando, nos está esperando una plancha hermosa, la aspiradora tiene que trabajar, el frigorífico nos espera para preparar las comidas.....y los balcones están sucios y qué decir de las barandillas.... están supersucias. ¡Ze zikinak!!!!

Y hemos pensado. ¿Qué será?

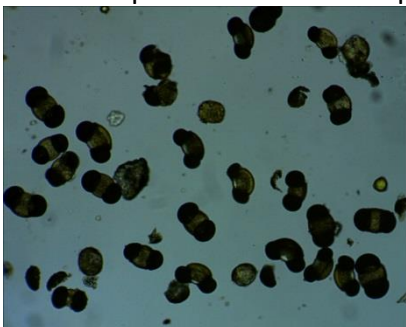
Móvil en mano, Esta es una foto del polvo de la barandilla.....



Gracias a que Pedro sabe mirar en el microscopio, hemos pensado recoger en un porta un poquito del polvillo.....Qué será este polvo amarillo???

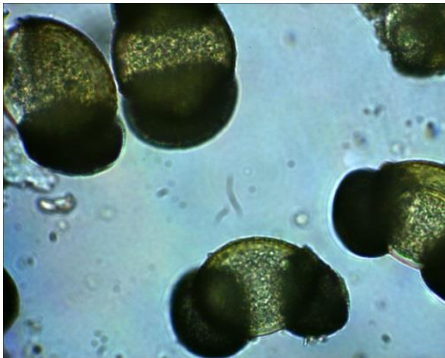


Puesto el porta en el microscopio, se veía de esta manera.....con 100 aumentos...



Y de este modo con 400 aumentos....

Y se trata de polen procedentes de pinos, posiblemente de Las Landas.



Ha resultado divertido y queremos compartir con vosotros esta pequeña experiencia. En primer lugar siempre miramos, pero no siempre vemos lo mismo. En segundo lugar, donde antes podíamos ver suciedad, hoy tenemos entretenimiento. En tercer lugar se nos está ofreciendo la oportunidad de contar nuestra experiencia y compartirla con otras personas.

Y para finalizar esta pequeña carta un fuertísimo abrazo para los mayores de la Fundación Matia y nuestra gratitud y un gran aplauso para todos sus trabajadores.

Por cierto ¿Cómo están sus barandillas? ¿Tienen polen?

27 de Marzo de 2020

Hola a todas y todos,

Me llamo Izaskun, soy vecina de Kabiezes, un barrio de la localidad de Santurtzi. Según dice la gente que me conoce, soy una persona activa, a la que le gusta hacer muchas cosas, sobre todo si son fuera de casa jajaja.

Pero ahora nos toca quedarnos en casa por vosotras/vosotros, y por otra mucha gente que sufre por desgracia otra clase de enfermedades (por ejemplo una gran y buena amiga mía)

Pero esta situación pasará, porque nadie mejor que ustedes sabe que todo acaba pasando, vosotros/as estoy segura que habéis pasado malos tiempos y estáis aquí dándonos ejemplo a nosotras/os, que somos más jóvenes, de que siendo fuertes podemos superar momentos como este y otros que puedan venir en el futuro (aunque ojalá no ocurra!!!)

En estos momentos nos toca entretenernos en casa, así que... ¿cómo pasáis el tiempo allí? Yo en estos días me he entretenido haciendo diferentes cosas:

He organizado armarios, y he aprovechado para tirar esas cosas que se guardan , “por si algún día se vuelven a llevar “ o “ por si quizás me sirvan para algo “ que nunca suele pasar, así que en estos días he hecho hueco en algunos cajones jejeje. No todo va a ser negativo en este confinamiento, no?

También he estado limpiando, ¡¡cómo no!! Ahora hace aún más falta. No sólo es importante **lavarse muy bien las manos**, hay que intentar tener limpio todo lo que se pueda.

He arreglado cosas que tenía pendiente por hacer, incluso he sacado la máquina de coser y arreglado una serie de prendas para las que nunca sacaba tiempo. No soy ninguna prodigio cosiendo pero..... me apaño aunque no me queden de alta costura jajaja.

Pero también me entretengo haciendo cosas más divertidas, como..... **HABLAR CON MIS AMIGOS Y MI FAMILIA!!!!**

Esto es lo que más me gusta, no sólo porque sea un poco parlanchina jjjjj, sino porque veo que se encuentran bien, porque hablamos, reímos, bromeamos... Si bromeamos ¿por qué no? creo que ahora es casi más necesario que nunca. Porque aunque no podamos salir a la calle, hay que **VIVIR**, y **nunca** dejar de reír y **hacer** reír.

Por supuesto hago más cosas pero os las iré contando en los próximos emails. No sé si habré conseguido entreteneros un poquito, o si me he quedado corta escribiendo, pero lo que sí que os cuento es que vosotras/os desde ahí me habéis entretenido a mí, porque con lo que me cuesta escribir no sabéis el tiempo que llevo para escribiros estas pocas palabras. Así que... **GRACIAS** chicas/os por entretenerme!!!

ESKERRIK ASKO!!!

Un beso muy grande desde Kabiezes. Nos vemos en unos días!!!!

Izaskun

27 de Marzo de 2020

Buenos días

Soy Amaia os escribo desde Vitoria. Mi madre es asturiana y mi padre burgalés y se conocieron aquí en esta ciudad bonita y un poco fría en invierno.

Quiero transmitir os toda la fuerza del mundo para entre todos seguir adelante. Siempre amanece después de una noche oscura aunque esta noche se nos está haciendo muy larga ¿verdad? Pero todo llegará..



Los días se nos pasan de puntillas casi sin darnos cuenta ya llega el viernes y lo bueno es que falta un día menos para llegar a la meta que es vencer a este virus que se ha colado en nuestras vidas.

De lo que nos estamos dando cuenta es de que hay mucha gente buena mucha gente solidaria muchos jóvenes que se ofrecen a ayudar a los mayores en sus compras.

No sé cómo vamos a dar las gracias a tantas personas que están dando todo su tiempo y su salud por cuidar a otras personas, médicos, enfermería, cuidadoras, cocineras son impresionantes.

¿ qué nos puede ayudar a todos a estar mejor ante esta situación ? Aquí ponemos música bonita que no de ruido, que alegre nuestras almas. También relaja escribir y recibir mensajes , hablar con las amigas, hablar con la familia, hablar con las personas que tengáis cerca porque de lo que estamos todos seguros es de que NO ESTAMOS SOLOS.

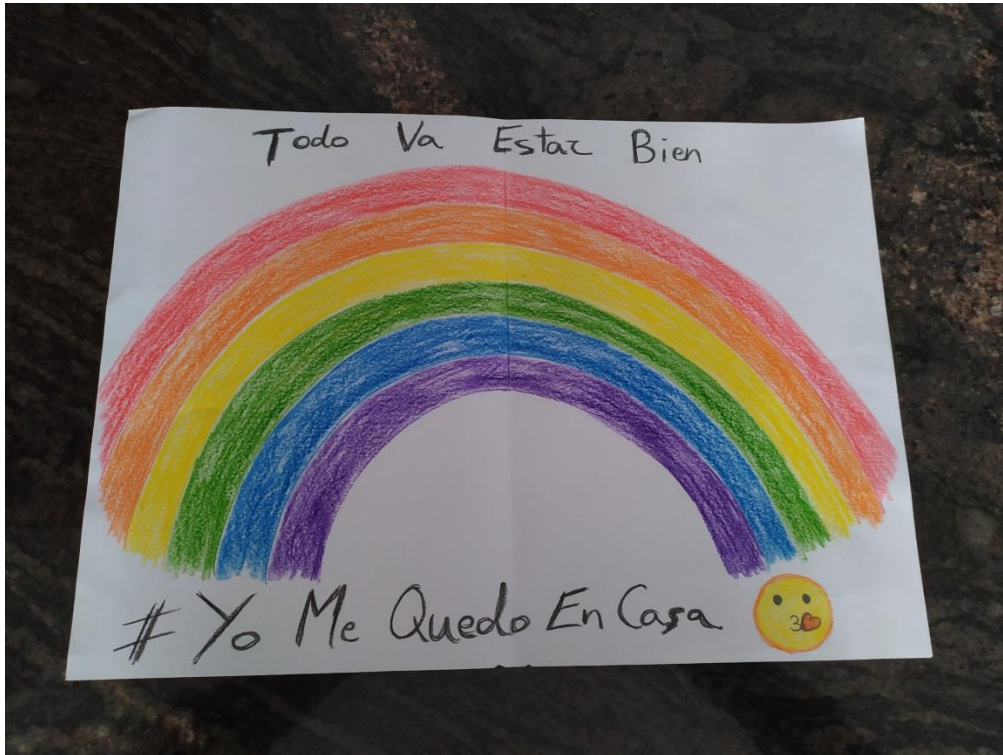
Y vosotras, vosotros ¿cómo os entretenéis para pasar esta cuarentena ? Seguro que tenéis alguna historia curiosa que contar así que animaros a escribirnos y se nos pasará el tiempo de espera más rápido. Como tampoco tengo perro pues no salgo nada de nada así que las amigas nos mandamos fotos nos alegramos

-¿Toby un paseito?
- no puedo estoy
ocupado



Os mandamos un abrazo muy muy grande y muchas ganas para esperar a ese amanecer precioso que está a la vuelta de la esquina.

Amaia



27 de Marzo de 2020

Estimado Señores y Señoras,

Les escribimos esta carta a las personas mayores:

Con motivo de dar ánimos y fuerza en estos momentos delicados.

Lo importante es que tengáis buena salud y muchos ánimos. Os damos ejemplos para pasar tiempo y hacer que esto sea más ameno: juegos de mesa, parchís, leer el periódico, escuchar música, bailar, hacer manualidades etc.

Es lo que nosotros en el centro Elizaran estamos haciendo.

Queremos transmitir, alegría, paciencia y buen humor. QUE ESTO PASARA!

Un cordial saludo y un buen abrazo,
De parte de: Oscar e Ibon de Elizaran

27 de Marzo de 2020

Hola mis queridas amigas todas de la Residencia Petra Lekuona.

Soy Antonio y todos, todos los días me acuerdo de vosotras. Os veo y pienso. Cuando teníais 18, 20 o 25 años, todas erais jóvenes, guapas, llenas de salud, llenas de vida. Algunas os casasteis, tuvisteis hijas, hijos... les disteis vuestra leche materna, les besasteis, con grandes abrazos llenos de amor, de ternura. Les enseñasteis a hablar, a escuchar, a reír, les enseñasteis a andar, hacer preguntas, contestar y les enseñasteis sobre todo la buena educación, a dar las gracias, a ayudar, les acompañasteis a las escuelas, ikastolak...y así les visteis crecer...y de pronto un día....se habían casado, o se habían ido de casa a vivir otra vida. Algunas tuvisteis la suerte de ser amonak abuelas...y visteis crecer esa nueva generación de nietos, nietas, bilobak...y mientras tanto vuestros cuerpos, cansados de tanto dar, de tanto trabajar, de tanto ayudar, fueron cediendo y empezaron los achaques...dolor de rodilla, piernas cansadas, brazos, vista mermada.... y poco a poco os fuisteis acomodando a esa silla de ruedas, vuestra compañera de fatigas. Yo os admiro por todo el trabajo que habéis hecho durante tantos años y os felicito por vuestro talento, vuestra resistencia, por eso, pobre de mi, intento sacaros una sonrisa con esos "pases de modelo" "instrucción" y veo que os emocionáis, cuando hago esas 50 o 60 flexiones que contáis y aplaudís y esos aplausos me emocionan. Si tenéis pocas visitas, no importa, sed felices sabiendo el mucho bien que habéis hecho y que sin vosotras ahora nada existiría. Más pronto o más tarde todas os iréis y dejaréis este mundo y todo se quedará aquí ...y os voy a dar una buena noticia.....Os vais a llevar algo grande, algo precioso.....os llevaréis todas las obras buenas, todo lo bueno que hayáis hecho y como son tantas....vais a tener que pagar por exceso de equipaje , pero no tenéis dinero. Entonces ¿Con que tarjeta vais a pagar?. Con una tarjeta que todas tenéis y que se llama "Tarjeta Oro Y Billantes de Amor Total " Con esa tarjeta entrareis en un lugar elegido para personas como vosotras que habéis dado todo sin pedir nada a cambio. Empezareis una nueva vida, sin preocupaciones, sin dolores, porque las penas, los achaques, etc...y todas las enfermedades y sufrimientos que teníais están acabados y vosotras libres, libres, libres y.. podréis correr y hasta volar.

Y a ti, mi querida hermana Conchita, que me distes siempre todo lo que te pedía, si....tu también irás al Cielo, porque ¿sabes una cosa? Eres muy buena... irás derecha al Cielo donde te esperan nuestros padres.....nuestro querido papá, que nos enseñó a ser honrados y trabajadores, nuestra querida mamá que tanto nos dió.....Así que alegría para todas, porque sabéis una cosa? Creo que anda por ahí un bicho que se llama coronavirus....je, je, jea mi con bichitos !!! He puesto su nombre en el saco de boxeo CORONAVIRUS me `pongo los guantes de boxeo y le golpeo sin piedad hasta que besa la lona y le oigo decir "Antonio, para por favor, te prometo que a todas tus chicas de Petra Lekuona incluyendo enfermeras, cuidadoras, telefonistas, mujeres de limpieza, contables, directoras y sobre todo las y los pacientes NO LAS TOCARÉ" y le digo "Ni siquiera en pensamiento. Y te lo recordaré todos los días" HASTA PRONTO AMIGAS HASTA PRONTO HERMANA CONCHITA,

Tu hermano el pequeño Antonio amigo de todas. Os quiero.

27 de Marzo de 2020

Hola, no nos conocemos pero quiero hacerte saber que nos acordamos de los que estáis necesariamente aislados, y que esa sensación de soledad tiene que ser muy dura de llevar, por tanto te mando un abrazo muy muy fuerte con la esperanza de que pronto puedas estar con los tuyos y respirar el aire puro de la calle.

Mucho ánimo y fuerza que entre todos lo conseguiremos.

Estimado paciente

Me llamo Isabel y vivo en Gran Canaria.

Hasta hace poco limpiaba en un gimnasio, ahora estoy en paro.

Te escribo para darte ánimo y consuelo y compartir contigo lo que me ha ayudado a estar tranquila y en paz. Yo creo en Dios y me ha dado mucha esperanza saber que pronto hará que desaparezcan las enfermedades.

En la biblia en Isaias 33:24 dice "Ningún residente dirá estoy enfermo" jeso será maravilloso".

Mientras tanto nos promete lo que dice en Isaias 41:10 "No tengas miedo, porque estoy contigo. No te angusties porque soy tu Dios. Yo te daré fuerzas, si yo te ayudaré. Con mi mano de justicia te sostendré"

Así que animo el Soberano y Todopoderoso está contigo para darte fuerzas.

Que te sigas mejorando.

Yo seguiré orando por ti

Un abrazo.

Saludos Isabel

Donostia-San Sebastian 27 de Marzo 2020

Hola, mis queridos residentes de Matia Fundazioa; me llamo Isabel, tengo 72 años y vivo en San Sebastian, soy parte y así me siento, de la gran familia que somos todos los que nos sentimos MatiaZales.

En estos momentos tan especiales que estamos viviendo quiero decirte que te siento muy, pero que muy, conectad@ a mi corazón.

Hace dos años me acerqué a Matia para expresar mi deseo de acompañaros desde mi acción como Voluntaria y, así tuve el regalo de conocer a Karmentxu, como yo le llamaba con tanto cariño, en Matía Rezola.

Karmentxu nos dejó, porque llegó su momento, su día, su hora, muy acompañada por esa familia que sois y que con tanta atención y cuidado hacen y ofrecen lo que pueden y saben hacer en cada momento.

Con Karmentxu aprendí el valor tan extraordinario del silencio, de las palabras limitadas, del gesto expresivo y comunicador cuando me recibía y me despedía, de lo

grande que era sentir juntas los rayos del sol en nuestros paseos; de ver con sorpresa nueva cada día cómo florecían o se marchitaban las hortensias de la entrada a la Residencia...

Y..., cuando llegaba el momento de despedirnos y caminaba sola hacia mi casa..., en mi corazón sentía una emoción intensa, a veces me fluían muchas emociones...

¿sabéis lo que hacía? Cogía mi móvil y hablaba y grababa..., necesitaba sentirnos unidas y..., así de esa manera, en el tiempo que la vida me regaló compartir con Karmentxu..., me iba preguntando: **Isabel ¿quién crees que realmente está acompañando a quién?...**

Esa pregunta me ronda cada momento que entro y salgo de vuestra casa, Matia, y dejo que me siga resonando ahí dentro.

En Karmentxu, no existía solo su persona..., estabais tod@s aquéllos residentes que compartíais su planta, su sala de estar, su habitación, las personas que nos cruzábamos en el ascensor, en los paseos... y todas aquéllas, que más allá habitaban y habitáis en esa gran familia que formáis.

Hoy, permanezco unida a otros corazones con nombre y apellido tanto en la Residencia IZA, como en Lamourous... y con el mismo sentir que os acabo de compartir.

Pero hoy, me siento también mucho más cerca de vuestro sentir desde esta reclusión en nuestras casas obligadas por el COVID19; ahora sé eso que sentís a veces, de estar obligados por vuestra situación personal de dependencia y máxima vulnerabilidad, esa falta de libertad de entrar y salir, cuándo y cómo uno lo desearía...

Ahora, os pienso de forma mucho más real y conectada a vuestra situación personal; ahora sé, un poco más, qué es eso que sentís; ahora os siento y me siento tan vulnerable y necesitada de vosotros.

Ahora sé que, cuando la vida nos permita vernos, sentirnos, cruzarnos por esos pasillos, terrazas y jardines, os veré con una nueva mirada amorosa y acogedora, os sentiré desde un corazón más abierto y compasivo, y mis pasos y mis manos se acercaran en una Presencia silenciosa, como quien, sorpresivamente vuelve a vivir la maravilla de vuestro encuentro, de nuestro encuentro

Os quiero y transmito mi sentir.

Gracias a ti, residente de Fundación Matia, aunque no te conozca, ni me conozcas y a través de ti, gracias a todas las personas mayores que conformáis nuestra sociedad y **que sois el gran valor, la enseñanza, y la sabiduría de nuestra sociedad.**

Gracias a esas manos, a esos corazones que cada día abren la ventana de vuestra habitación al amanecer y la cierran recostándoos con la esperanza de hacerlo cada nuevo amanecer.

Os quiero, un fuerte abrazo

Isabel

Hola, buenos día.

Quería saludaros a todos y mandaros un mensaje de apoyo y superación. Fuisteis, sois y seréis los grandes luchadores. Con ello sólo quiero haceros llegar tres palabras fundamentales en nuestras vidas: responsabilidad, constancia y esperanza. Muchos besos a todos, a cada persona que os acompaña en estos momentos que aunque no sean familia directa es como si lo fueran porque realmente sois una gran familia, pero el más especial para mí abuela, o como decís allí: amama Carmen, te queremos abuela, tu nieta Gema y tus bisnietos Leo y Carla. Para que veáis que si vosotros podéis nosotros también os mando una foto adjunta. Besos desde una terraza de Zaragoza.



PD: Gracias por la labor que hacéis es importante para ellos, para muchos seréis toda la familia que tienen

Ena : 8

2020ko martxoaren 30an, Astelehena

Kaixo: amona nola zande ni oso ondo nago.

Eta biaz edo gaur gaitak egingo dugu. Baina Katixa
nire aipa piskat gaitatik dago eta orregatik

gaitak gaur edo biaz egingo dugu. Aurrer!!



Hola,

Buenas noches simplemente me gustaría daros fuerza y ánimos para que podamos combatir este dichoso virus. Que con amor y fuerza de voluntad, podemos con todo. Yo tengo dos niños pequeños un niño de 4 años y una nena de 13 meses. Llevamos en casa 13 días, a mis niños les mantengo ocupados todo el rato para que no noten la falta de calle...ellos tienen fuerza al igual que ustedes. Veremos un mañana nuevo dentro de un tiempo. Un abrazo muy grande.

2020ko Martxoak 27

Besarkada haundi bat, nere ekutitz hau irakurtzen duzuen guztiori!!!!
Matiak egin duen ekintza honek atenzioa eman zidan eta esan nion neure buruari "zergaitik ez" .Nik ere bi hitzetan bidaliko dituk neure sentipenak azalduz, gaurko egunez bizitzen hari garen situazio berri eta kezkarritz.

Neure 67 urte hauetan, sekula bizi gabeko situazio berri bat degu.Beste era bateko kezka asko izan ditugu, bizitzak ekartzen dituenan, Lana, Osasuna, familiko goraberak bainan sekula horrelakorik ez!!!
Gure aurzaroa ez zen erreza, gauza gutxikin oso pozik bizi izan ginen.
Gure ikastaroa dena monjekin eta apaizekin lotuta izan zen.Bai ikastolan bai kanpoko ekintzetan.

Gogoan dut eskola joan aurretik derriorrezko zela egunero mezatara joatea. Eskolatik ateratakoan baita berriro koru bat genuen parrokian eta entsaioak izaten genituen, motzak izaten ziren bainan gustokoak.

Gaztaroan ikasketak herriz kanpokoak ere monjarekin izan nituen.Gogoan ditut, neguan ze nolako hotza pasetzen genuen garai haietan ziren autobusetan.

Ikasketak bukatu ondoren, lanean hasi eta bertan 30 urte egin nituen lanean,aurreneko emakumeak izan ginen ezkondu ondoren segitu genuenak lanean, aurretik debekatuta zegoan.Ezkondu eta lana utzi beharra zegoen derrigorrez.

Urte onak izan genituen lan aldetik, lana asko zegoen igandea bakarrik genuen festa.Oporrak berriz 15 egunekoak.

Herritar batekin ezkondu eta bi seme alaba izan genitun. Beraiek lau biloba . Gure bizi pozak gaur egunekoa, seme alabakin eta bilobekin dugun hartu emana.

Neure bizitza betea izan da.Gurasoak zaindu azken urtetan eta momentu honeta berriz, jubilatuen elkarteko idazkari ordea naiz,bertan ekintza asko izaten ditugu, ibilaldiak,bingoak, txokolatadak, ekurtzioak.....

Astero berriz elkartzen gea ttipi-ttapa eginez Eguneko Zentrokoekin baita herritar batzuekin.

Karitasen ere partaide naiz, hilero elikadura banatzen dugu behar duenari. .

Bainan momentu honetan etxean gaude senarra de biok ekintza denak utzita.Egie esan oso ondo gaude, seme alabak ekartzen digute behar dugun guztia.Baita bideoz ikusten ditugu bilobak, bainan falta haundie somatzen degu beraien presentzia eta besarkadak.Egia da pertonek beharrezko ditula bai ekintzak eta nola ez gendearekin ARREMANAK.

Ea ba etorri zaigun CORONAVIRUS hau eta dena HANKAZ GORA jarri diguna juten den betirako eta sekula ahaztuko ez deguna.

Hasi eta bukatu ere egin beharko nuke. Nere sentipenak azaldu dizuet neure etxekoei bezela. ONDO EGON ETA EUTSI GOIARI ;!!!!!!!

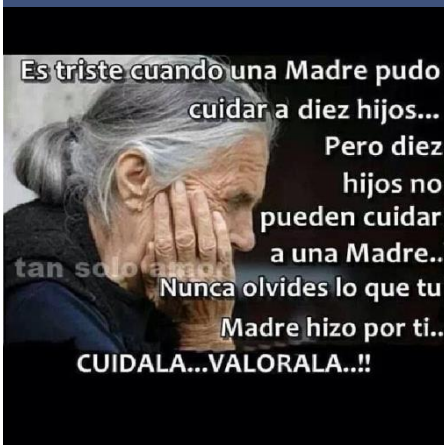
BESARKADA HAUNDI BAT DENONTZAT



ELLOS Y ELLAS HAN PASADO POR 2 GUERRAS



ESTAS MANOS HAN TRABAJO MUCHO PARA DEJARNOS UN MUNDO MEJOR



NO LES DEJEN SOLOS Y SOLAS, CUANDO HEMOS NACIDO ELLOS Y ELLAS NOS HAN

ANDREA

DESDE MI VENTANA

Desde mi ventana veo aplaudir a las religiosas mayores de la residencia de enfrente. Se asoman tímidamente pero aplauden las primeras. Este mundo es un pañuelo. Una de ellas, Vicenta, hace 50 años fue quién me enseñó a leer y a escribir.



Cuando era pequeña tuve sarampión, varicela todo seguido, no sé en que orden, pero estuve bastante tiempo en la cama sin ir a clase bastante malita y quieta en casa temiendo mis padres por mí. Cuando me incorporé al colegio el resto de la clase me adelantaba en todo, yo no sabía hacer la b ni el 2 ni el 3 y el 8 me parecía misión imposible y quería que me tragara la tierra.



Vicenta me cogió de los hombros me miro con una pequeña sonrisa y me tranquilizó. Me enseñó a escribir despacito sin correr, poco a poco, dándome tiempo suficiente a confiar en mi misma. Yo seguí adelante, estudiando y haciendo deporte, saliendo al monte a respirar aire puro para ganar salud. Fui al instituto y estudié con ganas y mis padres trabajaron duro para que pudiera ir a la Universidad y encontrar un buen trabajo.

Hace unos meses por la calle la volví a ver. Era Vicenta, pero como si el tiempo no hubiera pasado por ella con esa forma de hablar serena me saludó y yo la invite a un café.

Hoy como todos los días desde mi ventana la veo aplaudir y me acuerdo de que gracias a ella a personas que confían en nosotras, que nos animan que nos hacen creer que de todo se sale, gracias a esta fuerza que nos transmiten hoy creo firmemente que a este virus lo vamos a vencer.



Animo mucho ánimo y mucha fuerza que de esto salimos. Todos a una hacia adelante y agradeciendo muchísimo a todas las personas que poniendo el riesgo su vida siguen cuidándonos y trabajando para que esta situación acabe lo antes posible.



Seguro que tenéis historias muy bonitas que contarme así que os agradezco si me contáis alguna seguro que se nos pasa este tiempo más rápido.

Un abrazo muy grande

Amaia

FAMILIA DE JOSEBA

¡Hola!. Esperamos que cuando recibas este mensaje te encuentres bien y con ánimo.

Mi nombre es Josu, tengo veinte años y te escribo en nombre de toda mi familia. En casa somos mi hermano Xabier, de dieciocho años, mi madre Garbiñe y mi padre Joseba.

Llevamos ya dos semanas sin salir de casa. Mis padres trabajan desde casa y mi hermano y yo estudiamos. Mi abuela M^a Pilar esta sola en casa, y nos entristece mucho no poder visitarla; para ella también es duro. Mis otros abuelos, Garbiñe y Jesús están en la misma situación, y nos preocupan mucho porque no están muy bien de salud.

Estar todo el día encerrados juntos hace saltar chispas entre mi hermano y yo. Solemos hacer cosas juntos pero normalmente estamos cada uno a lo suyo. A mí me gusta leer, dibujar y también estoy aprovechando este tiempo para aprender a cocinar. Y a Xabier le gusta hacer deporte y está intentando comer mejor. Sin embargo mi padre siempre dice que quiere ponerse en forma pero luego le da pereza.

Estos días nos estamos dando cuenta de que mi hermano y yo tenemos que ayudar mucho más en casa, porque mis padres tienen mucho trabajo.

Seguro que a ti también se te está haciendo duro todo esto, y que estás deseando volver a la normalidad para disfrutar del aire libre y la compañía de los tuyos.

Nosotros también tenemos muchas ganas.

Cuando todo esto pase, que será pronto, hará buen tiempo y los días serán largos. Y todo volverá a su sitio, y podremos volver a abrazar a la gente que queremos.

Te mandamos mucho ánimo y un fuerte abrazo, ¡Cuidate mucho!

También te mandamos uno de los dibujos que he hecho ahora que tengo más tiempo
Josu, Xabier, Garbiñe y Joseba



Egun on Matiazaleak,

Me llamo Ainara Diez, y junto a Eli acudía hasta hace bien poco a Matia cada jueves a las 17:00 para llevar a cabo el taller de pintura y escritura.

Debido a cuestiones laborales, tengo nuevo horario y desde hace unos meses no puedo ir 😊. mi compañera Eli me pone al día cada semana de las novedades del grupo de alumnos, pero dada la situación en la que nos encontramos, me gustaría dedicarles unas líneas con todo el cariño del mundo para que (a poder ser) de las transmitáis.

Queridos Angelita, Pepa, Juanillo, Manoli, Jose Mari, Izaskun, Carlos, Mirentxu, Pilar, Lourditas... como estáis? a través de estas líneas quería haceros llegar de alguna manera mi cariño hacia todo el grupo. Son ya muchos meses en los que no he podido acompañar a Eli en el taller de cada jueves (como ya sabéis por motivos laborales) pero no por ello he dejado de acordarme de vosotros; semanalmente Eli me pone al día de vuestras novedades y me hace muy muy feliz saber que todos seguís estupendamente al pie del cañón, asistiendo al taller y haciendo las tareas que Eli con cariño os encarga.

Mirentxu como vas las cuentas? que no me entere yo que te escaqueas eh!

Pilartxo, zemuz alabak? los nietos? el australiano? los pelos ahora que no hay pelu 😊? dales muchos recuerdos a tus hijas de mi parte eta beste muxu berezia zuretzako.

Juanillo, como va el nuevo super jardin? seguro que fenomenal con lo que tu te preocupas...

Angelita, que tal estas? que tal con las compañeras? espero que como siempre estupendamente.

Jose Mari, nola dabiltzate zure emaztea eta semeak? aupa Igueldo!

Manoli, arriba ese animo eh! que no me entere yo...

Izas, ya le haces caso a Eli y pintas? que te vigilo eh!

Lourditas tu madre que tal? recuerda hacer la escritura mas despacio para que a Eli le de tiempo a comprar cuadernos...

Carlos...aupa antiguotarrak!!!

como lleváis la situación? están siendo semanas difíciles para todos, y en especial supongo para todos los que no podéis recibir esas visitas semanales o asistir a talleres, pero pensar que esto pasará y es por vuestro bien...que no quiero ver a ninguno tosiendo o con gripe eh!

seguro que todo el personal de Matia está volcado en vosotros, en haceros estos días mas a menos con su cariño y atención así que recordarlo y darles las gracias y demostrarles todo el cariño a ellos también que la labor que realizan en esta etapa esta siendo de quitarse el sombrero.

Por mi parte sigo igual que siempre, confinada en mi pisito en el Antiguo, sigo con Joserra (aquel chico taaaan guapo que os presente 😊☐) y desde hace dos semanas trabajando ambos desde casa para no contribuir a la propagación de este virus que nos ha declarado la guerra.

Y no me enrolló más, os mando un beso y abrazo muy muy especiales a todos, con todo el cariño que sabéis que os tengo.

Cuando pase todo esto, prometo visitaros.

Muxu handi handi taldea!

Y a todo el personal de Matia, de igual manera, mandaros mucho ánimo por el esfuerzo que realizáis estando al pie del cañón cada día, enfrentándoos a esto.

Ainara

“

*Un sabio dijo: “Primero duele,
después te da rabia y termina
dándote risa, así se cierran las
etapas”.*

POEMA DE ALZHEIMER

No me pidas que me recuerde
No trates de hacerme comprender
Déjame descansar
Hazme saber que estás conmigo
Abraza mi cuello y toma mi mano
Estoy triste, enfermo y perdido
 Todo lo que se,
 Es que te necesito
No pierdas paciencia conmigo
No jures, no grites, no llores
No puedo hacer nada con lo que me ocurre
 Aun si trato de ser diferente,
 No lo logro
 Recuerda que te necesito
 Que lo mejor de mí ya partió
No me abandones, quédate a mi lado
 Ámame, hasta el fin de mi vida



COMO AMAR A LOS ADULTOS MAYORES

DÉJALO HABLAR... porque hay en su pasado un tesoro lleno de verdad, de belleza y de bien.

DÉJALO VENCER... en las discusiones, porque tiene necesidad de sentirse seguro de sí mismo.

DÉJALO IR A VISITAR... a sus viejos amigos, porque entre ellos se siente revivir.

DÉJALO CONTAR... sus historias repetidas, porque se siente feliz cuando lo escuchamos.

DÉJALO VIVIR... entre las cosas que ha amado, pues sufre sintiendo que le arrancamos pedazos de su vida.

DÉJALO GRITAR... cuando se ha equivocado, porque los ancianos como los niños tienen derecho a la comprensión.

DÉJALO VIAJAR... en el automóvil de la familia cuando van de vacaciones, porque el año próximo tendrás remordimientos de conciencia si "TU VIEJO" ya no existe más.

DÉJALO ENVEJECER... con el mismo paciente amor con que dejas crecer a tus hijos, porque todo es parte de la naturaleza.

DÉJALO REZAR... como él sabe, como él quiere, porque el adulto mayor descubre la presencia de DIOS en el camino que le falta recorrer.

Por favor... ¡déjalo ser!

Kaixo laguna,

Egia esanda ez dakit gutun hau nola hasi. Zu ni baino askoz gehiago bizi zara eta ziur nago aholku asko eman ahal dizkidazula kuarentena honetan. Baina niri ere zerbait esatea gustatuko litzaidake.

Hasteko, hau irakutzen ari bazara seinale ona da. Honek osasuntsu zaudela eta egunen batean, zorte apur batekin aste pare batzuetan, hainbeste maite dituzun horiek berriro ikusteko aukera izango duzula esan nahi du. Bitartean, lau pareren artean egotera behartuta zaude. Jakina, egoera hau ez da batere erraza, baina positibitateari eusten badiozu ikusiko duzu ze azkar amaituko den.

Normalean ez dut denborarik gauzak sakon pentsako. Orain, berriz, buruari bueltak emateko orduak soberan ditud eta pertsona nagusiak batzuetan behar bezala estimatzen ez genituela konturatu naiz. Aiton-amonak beti egon zarete hor bestek zaintzeko prest eta orain gure txanda heldu da. Bakarrik sentitzen zaren bakoitzean gogora ezazu hau zuen onurarako dela. Eskerrik asko egin duzuen guztiagatik!

Patri

Donostia, 2020ko apirilaren 1a

Kaixo, lagunok:

Azken egunotan bizi dugun egoera oso zaila da denontzat, baina ohitu behar dugu inguruabar berri honetara. Egunero kalera ateratzen ginenentzat, nahiko gogorra da egun osoa etxean geratzea. Hala ere, konturatu gara gauza anitz egin daitezkeela etxean ez aspertzeko.

Ama eta biok elkarrekin bizi gara, eta egun hauetan iloba gazteena etorri zaigu, gurasoak ospitalean gaixoak zaintzen ari direlako. Badakizuenez, osasun-langileak lan aparta eta arriskutsua egiten ari dira koronabirusa dela eta.

Ilobak zortzi urte ditu eta Paul izena du, oso azkarra eta alaia da. Goizero, berak eskolako lanak egiten ditu eta nik euskaltegiko lanak. Bazkaldu eta gero, mahai jokoetan aritzen gara amarekin batera. Gehien gustatzen zaigun jokoa “Donostia jokoa” da. Familia-joko dibertigarria da, Donostiako eguneroko jarduera islatzen duena, etxean helduekin eta hurrekin aritzeko. Jokalariak elkar eragiten dute, negozio eta saltoki historikoak eskuratzen saiatuz. Guztiz dibertigarria da, eta gaitasun espaziala eta orientazioaren zentzumena bultzatzen laguntzen du.

Amak, jokatu ondoren, (Paulek beti irabazten du, pixka bat tranpati da eta) telebista ikusten du. Sukaldaritzazalea denez, sukaldaritzarekin zerikusia duten saioak atsegin ditu, batez ere, La 2en ematen duten programa, “Les carnets de Julie” izenekoa.

Amak telebista ikusten duen bitartean, ilobak eta biok ariketa fisiko pixka bat egiten dugu giharrak sasoian mantentzeko. Horretaz gain, “bideokonferentzia” bidez egunero hitz egiten dugu Paulen gurasoekin harremanetan egoteko eta gorabeherak kontatzeko. Era berean, bizkotxoak eta pastak egin ditugu labean; oso gustora ibili da Paul eskuak orean sartuta.

Ikusten duzuenez, egiteko gauza asko daude etxetik atera gabe egun hauek ondo pasatzeko. Jakin ezazue birus hori joango dela, eta etxean geratzen bazarete, eta zintzoki agindutakoak betetzen badituzue, laster ibiliko zarete familiaz eta eguzkiaz gozatzen.

Animo eta eutsi goiari!
Besarkada handi bat,

Loreto.

Guraso maiteak:

Nola zaudete? Nahiz eta egunero telefonoz deitzen dizuedan, faltan botatzen dut aitaren musua edo amaren besarkada.

Nork esango zuen, orain bideokonferentzia zer den jakingo duzuela?

Polita da zuen aurpegiak ilusioz beteta ikustea, berriro haurrak bazinate bezala. Espero dut egoera hau laster bukatzea, berriro entzuteko Sara eta Telmaren barreak, jolasak eta txantxak. Aita berriro kalera irtetea, egunkariaren bila edo txakolina hartzera. Amak berriro ileapaindegira joatea, polit-polita egoteko. Eta denok elkar ikustea, hau amets arraroa izango balitz bezala. Hau da nire nahia.

Egunon, Arratsaldeon edo Gabon,

Ez dakit noiz irakurriko duzun hau, baina edozein momentua ona izango da. Badakit egoera ez dela alai egoteko, baina irribarreak behar ditugu.

Askotan, galdetzen dut neure buruari zer nagoen egiten lau pareren artean giltzapetuta. Baina egia da beharrezkoa dela, ezin gara kalera atera, arraroa ezta? Hau eskatu digute, batez ere geure medikuei eta ospitalean egunero lan egiten daudenei gauzak errezagotzeko.

Beno ez naiz gehiago enroiatzen, hona ez nator egoerari buruz hitz egitera, baizik eta zu animatzera. Animoak gora, honetatik aterako gara eta harro sentituko gara.

Beraz, espero dut zuri irribarre bat atera izana. Besterik gabe, mila muxu bidaltzen dizkizut eta besarkada handi bat.

Asperdura igarotzeko, nirekin hitz egitea behar baduzu, hau da nire email-a. Adi egongo naiz.

Animo txapelduna!

Eider

Santurtzin, 2020ko apirilaren 1ean

Kaixo!

Hasteko, gustatuko litzaidake neure burua aurkeztea. Baina, mesedez, ez irakurri 19:50ak arte. Pako, zuk bai. Pako euskaltegiko irakaslea da, eta zuri bidali baino lehen, bidali diot gutuna ea akatsik ez ote dudan.... Benga, Gork, harira! Gorka Martín naiz. Santurziarra. Aktorea. Arte dramatiko eta Dantza Goi Mailako Eskolan egiten dut lan, teknologia eta espazio eszeniko irakaslea naiz. Eta goizero, goizero HABEn bezero, Oskorriren kantak dionez, ea aurten atera daiteken C1eko tituloa. Gaur, korreoz jaso dugu euskaltegiko etxerako lanak, eta ariketa horietan bertan, gaur, gure eguneko tarte bat zuekin partekatzen animatzen gintuzten gutun baten bidez. Beraz, asteazkenero egiten dugun klaustroa bukatu eta gero, bideokonferentziaz noski, lerro batzuk idatziko dizkizut.

Hamar urtez biran ibili nintzen lanean, eta banekien negua elurrarekin batera iristen zenean, denbora eta planak klimatologiaren menpe egongo zirela. Gogora etortzen zait emanaldi bat egitera joan ginela Jakara. Eta bai, iritsi ginen eta egin genuen, baina beste hiru egun behar izan genituen itzultzeko. Hura bai elurtea! Gainera, Santurtzin elurrik apenas egiten duenez, leihotik begiratzu egun osoan.

Nire amamak beti esaten du dagoeneko ez duela lehen egiten zuen bezala elurra botatzen. Esaten du bere herrixkan elurra egiten zuenean elurrarekin bat zetorrela isiltasuna ere, ondorioz, beti lotzen dugula zuria eta isiltasuna. Ez musikagatik, baizik eta elurragatik. Ematen du elurra egiten duenean egun batzuk pasatu zituztela etxetik irten barik. Eta horrela igaro ziren asteak, etxean eta supermerkatuak gabe. Baina beti, egunen batetik aurrera, udaberria esnatzen zen eta eguzkia berotzen hasten zen. Orduan, ikusten ziren zuhaitz-begiak irteten. Hori da meteorologiaren alde ona, beti iristen den udaberria.

Laburbilduz, konfinamendu egun hauek eta zuen haurtzaro elurte egunak, antza handia daukate. Izan ere, isiltasunaren garaia eta leihotik begiratzeko denbora pasatzen denean, zuhaitzek hosto berriak izan arren, kalean gauzak egongo dira egiteko. Entzuten dituzu txalo horiek? Leihotik, bai! Leihotik guztiak ireki daitezela isiltasuna hautsi berri delako. Txalo horiek eta zuhaitzen hosto berriak esaten dute gutxiago geratzen dela lagunekin txantxetan ibiltzeko. Benetan. Zin dagizut!

Gorka Martín

Kaixo, maitia:

Zer moldatzen zara berrogeialdiatik etxean geratzearekin?

Ni egunero lanera joaten naizen arren, aspertzen hasia naiz, egun asko baitira.

Nik kontatuko dizut berrogeialdian egiten dudana.

Ni Pediatra naiz eta osasun zentroan lan egiten dut. Gero, etxean euskaltegiako etxerako lanak egiten ditut. Normalean, euskaltegiara astelehenetik ostegunera bi ordu eta erdi egunero joaten naiz. Pizka bat gogorra da, hala ere, ikaskideak eta irakaslea oso jatorrak dira eta klaseak oso dibertigarriak dira. Horrez gain, hizkuntzak asko gustatzen zaizkit eta euskara hizkuntza zaila bada ere, polita iruditzen zait. Orain, online klaseak aspergarriagoak dira, baina, batzuetan, ariketak bideo-deien bidez egiten ditugu, eta eramangarriagoa da.

Ondoren, ariketak amaitu ditudanean, kirola egiten dut nire bikotearekin. Gimnasio txiki bat muntatu dugu etxean, eta youtubeko bideoekin ariketak egiten ditugu. Gainera, niri dantzatzea izugarri gustatzen zait eta astean bi aldiz zumba egiten dut. Asteburuetan, gauza desberdinak egiten saiatzen gara. Eguraldi ona egiten badu, denbora asko emango dugu terrazan: afaldu, bazkaldu, mahai-jokoetan jolastu...

Etixerako lanak egiten, adibidez garbitzen eta antolatzen, ere aprobetxatzen dugu. Musikaren erritmoan egiten baduzu, dibertigarria izan daiteke!

Otordu landuagoak ere prestatzen ditugu: patatak errioxa erara, babarrunak, olagarroa patatekin, otarrainxkak, barazki-paella, arraina labean, janari mexikarra, pastelak... beti errioxako ardo on batekin (Errioxakoa bainaiz!).

Filmak eta serieak ikusten denbora pasatzen dugu ere bai, niri thrillerra gehiagu gustatzen zaizkit baina nire mutilari akziozkoak.

Horrez gain, urrundu bizi diren gure lagunekin behin edo bi aldiz astean bideo deia antolatzen dugu eta hitz egin garagardo bat hartu bitartean. Eta, jakina, egunero harremana familiarekin mantentzen dut, batzuetan amarekin egon naiteke telefonoan ordubete baino gehiagoz!

Bestetik, datorren ekainean ezkonduko naiz eta eztei dantza prestatzen ari gara. Barre asko egiten dut nire mutil-laguna deskoordinatua baita!

Beno, espero dut denbora-pasa egin izana.

Besarkada handi bat,

Tamara

Kaixo!

Nik argi daukat, etxean geratuko naiz! Eta zuengatik, are gehiago!
Ene etxeko pareten artean familiarekin pasako ditut pasa beharreko adina ordu, egun eta aste. Zuengatik. Denongatik.

Nire ustetan, zuek izan zarete gaur egun dauzkagun abantaila, aurrerapen eta aberastasun guztien bultzatzaile eta ekoizleak. Bizitza osoan erakutsi duzuen indarra eta ekimenagatik, egiten ari garen ahalegin honek pena merezi izango du, ziur nago.

Oraingo momentu hau historikoa da. Zuen garaietan sufritu izan dituzuen bizipen gogorak eta miseriak nolabait antzemateko, gazteontzako une aproposa da. Konturatu behar gara gaur egun gauza gehiegirekin bizi garela. Eta beharrezkoak suertatzen ez direnak, alegia. Modu sinpleagoan bizi daitekeela ohartarazteko momentu egokia da hau. Zuek egin zenuten moduan. Zuen ereduari jarraituz.

Horregatik hain da garrantzitsua zuek zaintzea une larri hauetan, behar zaituztegunako, eta maite zaituztegunako. Zuek gabe, ezer gutxi gara eta. Zuek gabe, gure iraganaren zati handia desagertzen da eta.

Bai, orain teknologiak ditugu, modu batean edo bestean gauzak errazten dizkigutenak, edota gure entretenimendurako balio dutenak, baina horrek ezer gutxirako balio du. Ezustean, denon egunerokotasuna erradikalki aldatu egin da, eta hausnarketa sakonetan murgiltzen gara.

Bat-batean gure askatasunaren zati handi bat kendu digute. Bat-batean bakardadearekin dantzan egitea tokatzen zaigu nohizean behin. Bat-batean hain hurbil eta hain urrun ditugun senide eta adiskideak inoiz baino gehiago botatzen ditugu faltan.

Bat-batean, benetan gauza baliotsuenak, betidanik hurbilean izan ditugunak dira; elkarrizketak, besarkadak, ferekak, begiradak... MAITASUNA!

Hori berreskuratzeko, denon artean borrokatuko dugu, zin dagizuet!
Gora bihotzak eta eutsi goiari!

Iker

Kaixo gazteok!

Ez dizuet galdetuko zelan daramazuen isolamendua erantzuna imajinatu dezakedalako, nik kokoteraino nago Coronavirus deitu duten birus honen erruagatik etxetik irten gabe egoteaz ere. Dena den, denboraldi hau ziur nago, neuk bezala, denbora izan duzuela zuen gauzetan pentsatzeko eta gogoratzen ez zenituzten oroimen asko izateko. Hori oso polita da, gainera, zuek denbora asko daramazue mundu honetan, eta nik 23 urte izanda milaka pasadizo dibertigarri baditut buruan, zuek askoz gehiago izango dituzue. Orduak eta orduak emango dituzue bata besteari kontatzen... zelako inbidia!

Dena den, laster hiru aste izango daramatzagu isolaturik eta badakit luzea egiten dela baina gauza asko egin ditzakezue entretenitzeko. Kokoteraino egongo zarete mahaiko jokoetara jolasteaz, baina egia esan nik kartetan edo partxisean oso ondo pasatzen dut eta denbora oso azkar pasatzen zait. Beraz nire eguneroko plana kontatuko dizuet ideia batzuk jaso ditzazuen isolamenduan zehar denbora basatzeko.

Hasteko, goizeko 9:00etan ohetik jaikitzen naiz. Nik bi txakur ditut eta jaiki bezain laster haiekin paseo bat ematen dut. Paseotik etxera bueltatzen naizenean, gosari goxo-goxoa prestatzen dut eta 10:00ak arte nago gosaltzen. Gosaltzen bukatzen dudanean euskaltegiko klaseekin hasten naiz (etxetik noski), normalean ariketa batzuk egiten ditugu, idazlan bi astero eta zenbait albiste irakurri edo entzuten dugu bideodeien bidez ikasleon artean elkarri kontatzeko. Euskaltegiko klaseekin bukatzean, bazkaria prestatu eta txakurrei beste paseo bat ematen diet eta paseotik etxera heltzean bazkaltzen dut. Ikusi dezakezuen ez goiz osoa gauzak egiten ematen ditut, beraz, nahiko motxak egiten zait.

Jarraitzeko, bazkaldu ostean siesta botatzen saiatzen naiz baina normalean ez dut lortzen. Hori bai, sofan etzanda digestioa egiten pare bat ordu ematen ditut teleaioren bat ikusten. Gaur egun, oso entretenigarriak diren teleaio ugari daude telebistan orduro. Gero, erosketarik egin behar badut supermerkatua noa, baina arratsaldeko 18:30tan kirola egiten dut. Kirola isolamenduan zehar egitea oso ondo datorkigu, alde batetik denbora azkar pasatzen zaigulako, eta beste aldetik asko nekutzen garelako eta lo egitea errazten gaituelako. Egia esan, arratsaldea luzeagoak egiten zait, baina gauzak egiten ematen dut

Amaitzeko, txakurrei eguneko hirugarren, eta azken, paseoa ematen diet, afaria prestatu eta afaltzen dut. Ostean telebista ikusten dut logura izan arte, eta lotara joaten naiz.

Ikusi dezakezuenetz gauza ugari egin ditzakegu denboraldi hau eramangarriagoa egiteko. Gero eta denbora gutxiago geratzen zaigu etxean, anima gaitezen laster guztiok kalera aterako gara Coronavirusari guda irabazi diogula ospatzera!

Besarkada handi bat guztioi eta zaindu zaitetzte!

Adrian

Kaixo guztioi,

Nire izena Olaia da eta Matia Fundazioaren mezua jasoz gero, oso ideia polita dela pentsatu dut. Ni Algortan bizi naiz, eta berrogeialdia pasatzen ari naiz nire bikotekidearekin. Nahiz eta denetarik eduki, batzuetan asko aspertzen gara, etxean egoten ez baikara ohituta. Imajina dezaket zuek ere nolabait aspertuta egongo zaretela eta horregatik idazten dizuet eskutitz hau, minutu batzuk pasa ditzazuen.

Egun osoan zehar nire katua Ulma leku batetik bestera doa korrika, guk egun osoa etxean egoteagatik oso positiboki dabilako. Bera da egoera hau gehien gozatzen ari dena. Ni momentuz langabezian nago eta egunak ematen ditut erlaxatzen, irakurtzen eta margotzen. Ikasle baten bezalako oporrak edukitzen ari naiz eta ondo datozkit erritmoa lasaitzeko.

Uste dut gure gizarteak jada ez dakiela nola erlaxatu. Agian birus honek bitzitza lasaiago bat edukitzen erakutsiko digu eta zerbait positiboa aterako dugula esperientziatik. Pazientzia eduki behar dugu.

Espero dut zuek ondo egotea. Gaur egungo egoera adinakoentzat oso larria eta zaila da eta imajinatzen dut oso egun konplikatua edukitzen ari zaretela. Zuek bai zarete txapeldunak! Animo asko eta besarkada bat bidali nahi dizuet gutun honen bidez.

Zaindu asko.

Olaia.

Kaixo lagunok,

Badakit lau pareten artean egotea ia 2 hilabete ez dela gustoko gauza bat inorentzat, naguisientzat ere ez. Nire amona, adibidez, koarentenan ez geundenean beti ateratzen zen kaleara, ibiltzeara edo bere lagunekin eserita egotera. Kanean egotea maite du. Eta orain etxean giltzapean, beitu zer egoera txarra!

Horregatik pentsatzen zure egoeraz, bururatu zaizkit egin ditzakezuen gauza batzuk, ez aspertzeko gauzak.

- Ariketa fisikoa (hau oso garrantzitsua da!!): Egin ahal ditzakezue besoetako estiramenduak, yoga postura batzuk, edo bakarrik etxetik ibili irratiarekin. Nik beti egiten dudana gauza bat da nire logelan musika oso altua ipini eta dantza egin nekatu arte. Beraz, ya badakizue! Mucedades ipini eta eman daukazuen osoa dantza pistan!! Hala ere, hemen uzten dizuet link bat egin ditzakezuen ariketa fisiko batzeuekin: <https://youtu.be/gotg1hcqB9I>

-Sukaldatu: Badakit amonek oso ondo egiten duzuela (niri oso txarto ateratzen zaizkit platerrak), baina hau momentua da aitona ere ikasteko! Eta badakizuenok, erresidentzian zeudetenok egin dezakezue bizkotxo bat guztion artean edo edozein errezeta bakarrik barrengatik. Berriz, bakarrik bizi zaudetenok, saia dezakezue gauza berri batzuekin, hala nola cupcake; hemen utziko dizuet linka: <https://youtu.be/dRo4hz4VdUw>

Espero dut ideia hauek zuentzat erabilgarriak izatea kuarentena hau hobeto pasatzeko eta ez aspertzeko egun batzuk geratzen baitzaizkigu gure etxeetan.

Besarkada handi bat eta zaindu asko!

Sheila.

Donostian, martxoaren 31n

Kaixo, jaun / andre hori:

Nire izena Adriana da, eta euskaltegian zuei gutun bat idaztea proposatu digute. Oso ideia ona dela uste dut, eta gainera oso berezia da niretzat, hauxe izango baita nire lehenengo benetako gutuna euskaraz. Gustatuko zaizuela espero dut!

Ni donostiarra naiz, eta Aieten bizi naiz. Orain, denak bezala, etxean geratu behar dut, koronabirusarengatik. Lanik gabe nago, beraz, egun osoa nago etxean. Lehenengo egunetan zaila izan zen egoera berria onartzea eta etxean geratzea, baina orain ohituta nago. Egunero egiten dut kirola goizetan, Interneten edo telebistaren bidez, eta besoak eta hankak mugitzen ditut. Bazkaria ere egunero prestatzen dut; nahiz eta oso sukaldari ona ez izan. Ordenagailuaren aurrean pasatzen ditut arratsaldeak, euskara ikasten, argazkiak edo Facebook-en begiratzen, lagunekin hitz egiten, eta horrela

afaltzeko ordua iritsi arte. Gauean telebista ikusten dut, edozein saio edo film bat. Adibidez, "Zazpi bikainak" eta "Zazpi samuraiak" filmak ikusi ditut.

Eta jakina, nire familiarekin eta lagunekin hitz egiten dut egunero telefonoz eta Interneten bidez. Hori da eguneko gauzarik onena.

Eta zuk, nola egiten dituzu egunak arinago? Espero dut ez zarela gehiegi aspertuko, eta ondo egongo zarela.

Agur bero bat,
Adriana

Hola, buenos días, buenas tardes, buenas noches!

Imagino que se te hará larga la estancia, pero ánimo, ya te queda un poco menos que ayer...

Me llamo Josefina, quería decirte que no estás sólo o sola, hay mucha gente pensando en ti, dedicándote su cariño en la lejanía, incluso sus oraciones...

Qué suerte poder acompañarte un rato ahora. Se me dan mal los chistes, pero para que empieces con una sonrisa, te cuento éste de médicos: "Doctor, estoy fatal, veo elefantes azules por todos los rincones". .-"¿Ya ha visto usted a algún psiquiatra?" .-"No, de momento sólo elefantes..."

Es que... ¿sabes? Tengo alguna amiga enfermera y, como sólo les podéis ver los ojos con tanto artilugio, le decía: cuando cuides a éste, a ésta, tienes que decirle que, debajo de esa mascarilla, tienes una sonrisa de oreja a oreja. Que ofreces todo tu cansancio, toda tu ilusión para poder verle pronto en pie, saliendo de regreso a su casa y a su familia contento. Bueno, tú pone el "o" ó el "a" como convenga.

Cada día puedes dejar volar tu imaginación y trasladarte a lugares lejanos, donde tal vez no hayas estado más que... delante del televisor. Con la mente puedes acercarte a tu familia, llenarles de abrazos, de ánimo, decirles que cuenten que tú vas a darlo todo y que tienes ya ganas de verlos, de darles un abrazo fuerte.

Fortaleza, eso vas a ganar con estos días de prueba, ¡campeón!, no estás sólo. Toda la afición contigo. No imaginas cómo se está espabilando todo el mundo para colaborar del modo que pueda, haciendo de todo. Y digo que vas a ganar, porque te estás haciendo fuerte. Cada vez que respiras es un paso menos hacia la curación. No sufras por quienes te quieren. Al contrario, apóyate en su fortaleza, como la fortaleza de los naipes: cada uno es una carta de papel, pero apoyada en otra –igual de débil que la anterior- se van formando esos castillos de naipes que se hacen grandes por la ayuda de todos.

No quiero cansarte, hoy está bien para empezar. Te recomiendo que, si no has visto la película de James Stewart “¡Qué bello es vivir!”, la veas en tu casa a la vuelta. Un buen hombre que está a punto de arrojar la toalla cuando se ve en la quiebra total y, cuando está a punto de rendirse aparece un personaje –no te digo quién para que te apetezca más verla- que le hace ver cómo hubiera sido el mundo si él no hubiera existido... Todos somos imprescindibles en esta gran familia, te echamos de menos, queremos que te recuperes y nos des la alegría de poder saberte pronto en casa. Tu casa. La de todos, porque en estos momentos somos una gran familia unida.

Un abrazo cariñoso y lleno de esperanza,

Josefina

Espinosa de los Monteros, 2020ko apirilaren 2an

Kaixo, lagunok!

Zelan zaudete? Oso ondo espero dut. Ni Pilar naiz eta 26 urte ditut. Bilbon bizi naiz nire guraso, neba-arreba txikiak eta txakurrekin. Gu 5 neba-arreba gara, mutil bat eta lau neskek. Nire ahizpa nagusiak ez dira etxean bizi.

Kazetaritza ikasi dut eta Onda Cero Euskadi irratian praktikak egin nituen. Amaitu nuenean, oso triste geratu nintzen, oso pozik bainengoen eta nire lankideak oso jatorrak zirenlako. Orain, lana bilatzen ari naiz eta, bitartean, astelehenatik ostegunetara euskara ikasten dut Ulibarri euskaltegian. Baina, oraintxe bertan, ezin dut euskaltegira joan berrogeialdian baikaude.

Gaur egun, ni ez nago Bilbon. Ni, nire guraso, neba-arreba txikiak eta txakurrak herrian gaude. Espinosa de los Monteros da eta Burgos Iparraldean dago. Hemen nire gurasoak hotel-jatetxe bat duaka eta hemen lo egiten ari gara. Hementxe, onfinamendu pasatzea erraza da, espazio asko baitauekagu: lorategia, 3 pisu eta bakoitzak bere espazioa du.

Egunero, bederatzietan jaikitzen naiz eta nire familiari gosaria prestatzen diot nire aitarekin. Gero, etxekolanak egiten dugu nire amarekin jartzen du. Bazkaria ondoren, elkarrekin siesta bat hartzen dugu eta geroago, nire gurasoak txakurra ateratzen dituzte. Halaber, arratsaldero, monopoly eta Wii jolasten gara. Monopoly mahai-jokoa da eta oso interesagarria da. Wii gehiago jolastea gustatzen zait dibertigarriagoa delako. Hau bideokonsola da eta tenis, saskibaloia, pin-pon eta just dance gehien jolasten ditugun jolasak dira.

Espinosan oso ondo nago, baina nire euskaltegiko lagunak faltan botatzen ditut. Hau askar amaitzea espero dut.

Musu asko eta ondo ibili

Pilar

Santurtzin, 2020ko apirilean 1ean

Koronabirusak gure bizitza astintzeaz batera, dena hankaz gora utzi du. Nola sentitzen naizen adierazteko hitz bat bilatu beharko nuke, zaila egingo litzaidake bat besterik ez aukeratzea. Batzuetan, triste; beste batzuetan, hunkituta; eta, oro har, arraro. Ez da harritzekoa! Orain dela hiru astera arte unibertsoari denbora eskatzen nion: astia gelditzeko eta aire pixka bat hartzeko. Eta, zorionez, batzuetan unibertsoari eskatzen diozuna ematen dizunez, denboraldi hau oparitu dit berrogeialdi batean bilduta egoteko familiarekin.

Berrogeialdi honetan buruak azkar-azkar funtzionatzen du: oroipen, hausnarketa eta galdera makina bat etortzen zaizkit burura. Eta buruan, etengabe, iragana eta etorkizuna joan eta etortzen dira euren kabuz. Momentu batean aurreko hilabetean zer egiten ari nintzen gogoratzen dut; eta hurrengoan konfinamendua amaitu ondoren, zer gertatuko denari buruz hipotesi ugari bururatzen zaizkit. Arraroa da oso.

Saski-naski horren erdian, gaur goizean janaria prestatzen nengoen bitartean, irratan ahots ezta entzun dut. Amama Felisaren ahotsa. Matiko egoitza hitz egin du. Gaur bere urtebetetzea izan da, eta alabak deitu dio zoriontzeko asmoz. Ehun urte bete ditu! Kontatu du koronabirusa dela eta ezin dutela kartetan jokatu. Beraz, bazkaldu eta gero, lo-kuluxka egingo duela. Nahiz eta alaba ezin ikusi, poz-pez zegoen urtebetetzea ospatuko baitzuten tarta janez. Izan ere, gerra, gerraoste, bizitza osoa, eta orain pandemia bizitzen ari da. Hala eta guztiz ere, ez zuen inolako zalantzarik borrokatzen jarraituko duela.

Hamaika Felisa daude Euskal Herriko egoitzetan barreiatuak. Eta garai zail honetan gure aitona-amonak zaurgarrienak diren arren, bizitzeko gogo eta aldarte ona ez dituzte galtzen. Hori dela eta, gure erreferentia izateagatik, eta beste hamaika gauza batengatik zeuk ere errekonozimendua merezi duzue. Nire gaurko txaloak zuentzat dira!

Besarkada birtual handi bat,

Izaskun

Zarauz, 2020ko martxoaren 27an

Kaixo !!

Zer moduz zaudete? Bizitzen ari garen egoera kontuan izanik, ondo egongo zaretela espero dut eta halaxe jarraitzeko indarra bidali nahi dizuet, umorearekin egunari aurre egiten!

Zuetariko askok ezagutuko duzuen herri batetik idazten dizuet: Zarautz. Noiz edo noiz

bertan pasian ibilitakoak izango zarete, bazkari goxo bat jaten, erosketak egiten, hondartzan eguzkia hartzen edota itsasoan freskatzen. Berriz ere egingo ditugu halakoak eta orain arte sekula egin ez ditugunak ere. Zergatik ez!

Duela egun batzuk, auzoan akats elektriko bat izan zen eta argindarrik gabe gelditu ginen goizetik iluntzera. Zorionez konpondu zuten eta susto txiki batean gelditu zen dena baina zer pentsatu eman zidan egoera hark. Nola sukaldatu behar genuen? Linternarik ba al dugu? Bateriak kargatuta al ditugu? Prestatuta al gaude egoera hau argindarrik gabe pasatzeko? Ez. Ordu batzuk izan ziren eta moldatu ginen baina ziur nago zuetariko askori barregura sortaraziko dizuela kontaturikoak egoera gogorragoetan hazitakoak izango baitzarete!

Guztiok ikasiko dugu zerbait bizitzen ari garen egoera honetatik eta guztiok izango dugu nori eskertu egoera hau samurrago pasatzeko egiten duten ahaleginatik. Familia eta lagunak laister besarkatu eta musukatuko ditugu eta egun horretarako egun bat gutxiago falta dela pentsatzen, jaso ezazue besarkada handi bat.

Leire

Querido amigo,
¿Cómo estás?

Antes de empezar, quería darte las gracias por tomar tiempo de tu vida para leerme. Te escribo esta carta para decirte que, aunque no nos conocemos, pienso en ti.

Espero que te encuentres bien en estos momentos tan diferentes. Digo diferentes porque las vivencias de cada persona varían tanto... Hay personas que en esta situación en la que nos encontramos se sienten tristes, otras personas se sienten perdidas, otras disfrutando del momento, otras enfadadas, otras se sienten solas... Incluso el mismo día podemos experimentar todo tipo de emociones... ¿Cómo te sientes tu? ¿Cómo se encuentra tu interior?

Cada emoción que surge en nuestro cuerpo, aunque a veces sea incómodo o no nos guste, nos quiere decir algo, nos está dando una información sobre nosotros mismos. Muchas veces nos cuesta verlo, pero las emociones son un regalo de aprendizaje, un regalo de que seguimos vivos. Podemos aprovechar estos momentos para mirar hacia dentro, y para reencontrarnos con nosotros mismos un poquito más, poco a poco. Al terminar el día me gusta pensar, ¿qué he aprendido hoy?

Te quiero decir que sean cuales sean las emociones que sientas en este día a día, estoy aquí, a tu lado, para acompañarte y apoyarte en lo que necesites. No podemos vernos pero podemos sentirnos, pensarnos y acompañarnos. La historia vital de cada persona es única, y por ser única, es valiosa. Tu historia, tu vida, es única y es valiosa.

Me despido con este poema de Mario Benedetti:

“Cada existencia tiene sus vaivenes, que es como decir sus pormenores.
El tiempo es como el viento, empuja y genera cambios.
De pronto nos sentimos prisioneros de una circunstancia que no buscamos sino que nos buscó.
Y para liberarnos de esa gayola es imprescindible pensar y sentir hacia adentro,
Con una suerte de taladro llamado meditación.
De pormenor en pormenor vamos descubriendo el exterior y la intimidad,
Digamos el milímetro de universo que nos tocó en suerte.
Y sólo entonces, cuando encontramos al muchacho o al vejestorio que lleva nuestro nombre,
Solo entonces los pormenores suelen convertirse en pormayores.”

Hasta pronto.

Bilbon, 2020ko apirilaren 5ean

Kaixo, lagunok!

Euskaltegiko irakasle batek Matia Fundazioaren mezua bidali digu eta oso ideia ona iruditu zait egitea gauden konfinamendua ahalik eta hoberen pasatzeko. Gainera, zuek inork baino hobeto dakizue nolako den egoera hau pasatzea zuen bizipenak denetarikoak izan direlako. Nik Coronavirus-a heldu denetik nire aitona - amonak ikusi ezinean nago eta lehenengo momentu batean triste nengoen. Baina, badakizue zer animatzen nauen? Haiek, zuek bezala, txikitatik daukaten guztia lortzeko borrokatu dutela denetako bizipenak izan arren. Gainera, egunero telefonoz deitzen didate eta kontatzen didate nola eramaten duten etxean egotea eta zer egiten duten denbora ahalik eta hobeto pasatzeko.

Dena den, nik ere kontatzen diet egiten dudana guztia. Haiek horrela entretenitzen dira eta pozik geratzen dira nire ahotsa entzunda. Horregatik zuei ere kontatuko dizuet egiten dudana, zuek ere entretenitzeko. Lehenik eta behin, goiz - goiz altxatzen naiz untxitxo bat daukadalako eta bere lekua garbitu eta zaindu behar dudalako. Ez dakizue zein bihurri den nire untxia! Baina oso pozik jartzen da nik ikustean eta niri hori poza sortzen dit. Poku du izena, eta nire neba etortzen zait burura askotan bera ikustean, berak untxia oparitu zidalako eta izen hori jartzen lagundu zidalako.

Ondoren, lan telematikoa egin behar dut. Nik eskoletan eskolaz kanpoko ekintzak ematen ditut eta orain interneten bidez emateko beharra daukat. Pozaren pozaz egiten dut baina gustatuko litzaidake eskolan haiekin egotea oso ondo pasatzen dudalako haiekin eta pila bat maite ditudalako. Horregatik, egiten dudana lana maite dut eta ez zait batere kostatzen egitea. Horrez gain, arratsaldeetan praktikak egiten nago aterpetxe sozial batean. Hori bai lan gogorra! Gustatzen zait lan hori, bestela ez nuke ikasiko. Baina, ez dut ulertzen nola gazteenak ez duten errespetatzen gauden egoera eta ihes egiten dute.

Nolanahi ere, euskaltegiko lana egiten dut interneten bidez. Asteburuetan

aprobetxatu behar dut bidalitako lana egiteko. Honekin nahiko atzetzen naiz mundutik eta gainera behar dudan titulua lortzen laguntzen dit. Gutun hau idaztea etxerako lan bat bezala proposatu zidatenean asko poztu zitzaidan niri asko gustatzen zaidalako adineko pertsonekin egotea eta nire gauzez hitz egitea.

Musu eta besarkada handi bat bidaltzen dizuet bihotz bihotzez!

Mari

2020ko apirilak 3

Kaixo, lagunok!

Denok dakigunez, tamalez, oraintxe bizi behar dugun egoera, bizi baldintza berriak aurkeztu dizkigu. Izan ere, asko gara egun osoa etxean igaro behar izaten dugunok, batzuk kalera irteteko aukera daukaten arren, lan egin behar dutelako.

Horregatik, geure denbora libreareagotu da eta, hortaz, normalean egiten ez ditugun ekintzak egiteko abagunea daukagu egun hauetan. Pertsona ugari beste pertsona batzuekin pasatzen ari gara egun hauek, bai gurasoekin, bai bikotearekin. Alabaina, zoritxarrez, badaude beste pertsona batzuk bakarrik daudenak. Oro har, pertsona horiek zahartzaroan dauden pertsonak dira.

Hori dela eta, Matia fundazioak sortutako ekimenaz ohartu nintzenean, berehala pentsatu nuen aukera ezin hobea zela adineko pertsonak animatzeko edo entretenitzeko, besteak beste.

Alex nauzue, 23 urteko mutila. Bilbon bizi naiz, eta hortik idazten egon beharko nintzateke, haatik, baldintza ezberdin batzuk direla bide, Kanariar Uharteetan nago berrogeialdia pasatzen. Zehatzago esanda, El Hierron. Hots, Euskal Herritik hurrunen dagoen uhartean. Hamar mila biztanleko uharte batean, pixka bat mundutik isolatuta.

Hori guztia aintzat hartuta, eman dezake gogoz kontra nagoela hemen, baina guztiz kontrakoa. Izan ere, arestian esan dudan bezala, isolatuta nagoen aldetik, uste dut ez naizela erabat kontziente bizi dugun egoeraz, eta, horren ondorioz, horrela hobeto bizi naizelakoan nago. Gainera, hemen oso Koronabirus kasu gutxi daude, nonbait. Beraz, lasaiago gabilta.

Dakizueenez, egunak luzeak egiten dira, eta badirudi egun guztiak berdinak direla.

Hala eta guztiz ere, egunak egoera hobe batean igarotzeko konponbideak bilatu behar ditugu. Esate baterako, nire ustez, aukera oso baliotsua da gutxiago hitz egin ohi genuen pertsonekin harremanak berriro sendotze aldera. Baina, esan gabe doa hori teknologia berrien bidez egin beharko dugula. Badakit, zuen belaunaldikoentzat, hori ez dela batere erraza egiten, baina ziur nago, saiatzekotan, ez duzuela arazorik izango. Izan ere, ematen duen baino askoz errazagoa da tresna horien erabilera. Ildo beretik, betidanik ikasi nahi izan dugun hizkuntza ikasteko aukera ere badugu. Horren hariari jarraituz, errezeta berriak {kozinatzeko} eta plater berriak dastatzeko ere erabil ditzakegu egun hauek.

Amaitzeko, adore ematea gustatuko litzaidake bakarrik zaudeten pertsona guztiei. Ziur

nago, historikoki bizi behar izan dituzuen egoeren erruz edo, hobeto esanda, egoerei esker, jakingo duzuela egun hauek nola igaro. Zalantzarik gabe, egoera latz hau guztion artean gaituzko dugu eta sendoago aterako gara egoera honetatik.

Besarkada handi bat,

Alex

Gasteiz, 2020ko apirilaren 6a

Kaixo, lagunok!

Idazle ez garenontzat normalean jesarri eta eskutitz bat idazteak nagia ematen digu, baina gutun hau bestelakoa da, gutun hau omenaldi bat da: niretzat, behinik behin, zuek guztiak heroi anonimoak zarete, ez bai izpirik gabe.

Bizitza osoa gogor lan egin zenuten: etxean, baserrian, lantegian, itsasoan, negozioan, erietxean, eskoletan... Lanak izan zenituzten familia aurrera ateratzeko.

Etxeko andreak, zer meritu handia daukazuen, umeak hazten, etxeko eginkizun guztiak egiten eta beti lehen lerroan familia osoa zaintzen. Borrokalari hutsak zarete.

Baserritarrak, goizean goizetik gauera lursailak lantzen eta etxabereak zaintzen zenituzten. 365 eguneko ogibide gogorra izan da beti.

Lantegi edo tailer batean lan egiten zenutenak beti lehen lerroan egon zineten dena emanek. Txandaka askotan, baina beti jo eta su aritu zineten lanean.

Autonomoek eta enpresaburuek kasu batzuetan hutsetik enpresak sortu zenituzten, besteetan familiaren negozioa jarraitu zenuten. Gure lurralderako lanpostuak eta ondasuna sortzen zenituzten kosta ahala kosta, eta krisiak gorabehera beti aurrera begira.

Arrantzaleak denbora luze egoten zineten herritik urruti, etxetik urruti, familiarengandik urruti, baina beti lana ganoraz egiten.

Osasun- langileek beti eriak irribarre zabal batekin artatzen eta zaintzen zenituzten.

Maisuek eta irakasleek hurrengo belaunaldiei ardura handiz irakasten zenieten

Zuetako batzuek atzerrira joan behar izan zenuten lan bila: Frantziara, Alemaniara, Suitzara, Estatu Batuetara, Hego Amerikara... Arrotzak zineten beste herrialde batean, eta ohitura eta hezkuntza berriak ikasi behar izan zenituzten. Asko kanpoan apaltasunez bizi zineten dirua etxera bidaltzeko.

Esan gabe doa gainerako langile guztiak ere funtsekoak zinetela eta zaretela gure gizartean.

Une latzenetan bizi gara koronabirusagatik, baina gauza bat etengabe pentsatu behar dugu: beti legez, lortuko dugu, eta denon artean birusa irabaziko dugu. Itxialdia deserosoa eta gogaikarria da guztiontzat, argi dago, baina denbora aprobeztatu ahal dugu gauza askotarako. Esate baterako, denok daukagu liburu berezi bat sekula irakurri ez duguna, eta beti irakurri nahi izan duguna. Ze une hoberik hori egiteko! Filmekin gauza bera jazotzen da. Adibidez, ni beti "Casablanca" pelikula ikusi nahi izan dut, eta pasa den astean telebista piztu, plataforma batean bilatu eta ikusi nuen. Zein film galanta! Sasoiaren egon nahi badugu, mugikorra hartu dezakegu, eta sarean makina bat bideo ikus ditzakegu ariketa desberdinak egiteko. Burua okupatuta izan behar dugu, eta denetarik egin behar dugu. Hain zuzen ere, hortxe dago koska, lagunok.

Zuek denok heroi hutsak zarete, benetako borrokalariak, inori eta ezeri beldurrik eduki gabe.

Eutsi goiari eta besarkada erraldoi bat Gasteiztik!

Roberto

Hola .¿como estas?.Supongo que deseando poder ver y abrazar a tus seres queridos, como todos nosotros.

Aunque no nos conocemos, queria decirte que comprendo tu situación y la de tantas personas que en estos momentos estamos en nuestras casas.Y las que somos madres y amamas, preocupandonos mas de nuestros hijos y nietos que de nosotras mismas, como hacemos siempre.

Yo estoy sola tambien en estos momentos, un poco sorprendida por esta situación tan inesperada, y también preocupada por mi familia, por mis hijos, por mis nietos... Todos los dias lo primero que hago al despertarme es hablar con ellos para saber si están bien.

Por mi trabajo este verano he podido conocer a muchas personas mayores que me contaban sus experiencias en tiempos de guerra,y yo pensaba lo fuertes que habian sido esas personas,y pensaba también que teníamos mucha suerte por la forma en que vivimos ahora.

Aprendí muchas cosas, y supongo que tu tendrás tambien muchas cosas que contar., y mucho que enseñar.

Esta situación también pasará, y algún día les contaremos a nuestros nietos todo esto, que un virus que ni siquiera se puede ver hizo enfermar a tanta gente,y que tuvimos que quedarnos tantos dias en casa esperando que todo pasara para poder salir a dar un paseo,a tomar el sol, a visitar a nuestra familia y amigos.....

Esto pasará, como pasa todo en la vida, y muy pronto podremos estar otra vez con las personas que queremos.

Te envio mucho ánimo y también un abrazo.

2020ko, apirilaren 2an

Kaixo, konfinamenduko laguna:

Nahiz eta ez dakit nor zaren, egun hauetan guztiok antzeko gauzak sentitzen ditugula uste dut eta horrek gerturatzen gaitu.

Patri naiz, 28 urte ditut. Madrilekoa naizenez, Bilboko euskaltegi batean euskara ikasten ari naiz. Orain, etxetik ordenagailuarekin ikasten dut. Urrian, euskara ikasteko eta jende berria ezagutzeko, euskaltegian izena ematea erabaki nuen, eta erabaki ona izan zela uste dut.

Gainera, emagina naiz eta ospital batean lan egiten dut. Egun hauetan, lan egitea zaila da guztiontzat, familiek, jaioberriei hartzeko, lasaitasuna eta segurtasuna behar dutelako. Zorionekoa sentitzen naiz, ume bat jaiotzen denean, aurrera jarraitzeko indarra ematen digulako.

Norbaitek behin esan zuen, hizkuntzak, kulturak eta historiak jendea markatzen duela, horregatik euskarak laguntzen dit hemengoengana hurbiltzen eta, beraz, hitz hauekin entretenitzen laguntzen dizut.

Besarkada handi bat, zaindu eta dena laster amaituko dela espero dut.

Patri

Portugaleten, 2020ko apirilaren 2an

Kaixo, lagunok!

Badakit bizitzen ari garen egoera ez dela erabat eroso, lau paraten artean egotera behartuta gaude eta ni behintzat, zoraturik nago! Egia esan, eguna bukatzera motibatzen nauen gauza bakarra etorkizunean pentsatzea da; kalera ateratzeko momentu izugarria, lagunekin topatzeko momentua...

Jakin badakigu Coronavirusak eragindako egoera hau ez dela inorentzat batere erraza; baina, jakin ezazue osasun aldetik espezialisten ardurapean eta eskuetan gaudela, guztia izugarri ondo gaudituko dugula. Gainera, izan ohi zen bezala, eguzkia atara eta irteten da, usoak kalean daude... Behintzat hori pentsatzen dut; ateratzeko aukerarik ez dugunez, ezin izan dut aipatutako azken hori ziurtatu kar, kar, kar!

Gainera, aipatzea ahaztu dut, dakizue zer uste dudan? Birus honek utziko duen arrastoa denbora igarota hobekuntzak baino ez dituela ekarriko. Uste dut Coronavirus madarikatua behin gaudituta, ez dela gaudituta ahal gaituen ezer egongo! 2020. urtetik aurrera hobekuntza ugari egongo dira osasun arloan eta gizartean. Birusa gaudituta, edozein birus gaudituzeko gauza gara eta!

Esandakoa kontuan hartuta, lasai egoteko eskatu nahiko nizueke, hemendik gutxira barreka egongo garelako guztiok familiarekin eta lagunekin. Hauxe da nire eskutitza, espero dut irakurriz gero, minutu atsegin batzuk pasa izana. Bizitzen ari garen egoera etenalditxo baina ez da, urte honetatik aurrera edozein larrialdi gaudituzeko gai izango gara. Eta garrantzitsuena: Espainiako historiaren eta munduko historiaren parte izango gara! Ez ahaztu komunikatzeko aukera berriak sortu direla; behar zaituztegu. Ez tristetu, eta sentitu oso handiak zaretela; maite zaituztegu.

Besarkada handi bat eta laster arte!

Maialen

Portugaleta, 2020ko apirilaren 2a

Kaixo, lagunok!

Azkenaldian, txakurra izatea pribilegio bihurtu denetik eta zaborra ateratzea atsedenaldira, jende asko egoera erromantizatzen saiatzen ari da, hau da, konfinamendu hau begi onez ikusten eta abantaila ateratzen. Askok, etxekeekin erlazioa estutzeko balio duela diote, baina dagoeneko ni erabat nekatuta nago eguneroko matrakaz. Beste hainbatek sukaldatu, kirola, edo eskulanak baino ez dituzte egiten, eta hori gutxi balitz, sare-sozialetan haien eguneroko xarmagarria muturraren aurretik pasatzen digute. Horrez gain, jendeak inoiz baino gehiago hitz egiteko gogo kontrolaezina aurkitu du! Orduak eta orduan pasa izan ditut telefonoz hitz egiten, sare-sozialetan mezuak erantzuten... Gainera, koronabirusa monotema bihurtu da arlo guzti horietan, ezin ihes egin diezaiokegun monotema.

Ez ezazu pentsa ni etxean lur jota nagoela, hala ere. Berrogeialdiak nire bizitzan eragin handia izan badu ere, nire egunerokoarekin jarraitzeko ahalegina egiten ari naiz: ordenagailuaren bidez klaseak ematen ditut, ingelesa akademiara joaten naiz eta baita musika eskolara ere! Izugarri miresten ditut berrogeialdia begi onez ikusten duten pertsonak, baina egoera erromantizatzeke momentua pasa dela uste dut. Hiru aste daramatzagu jada horrela, eta ahal duguna egiten jarraitu behar badugu ere, ezin dugu hau aukera ona iruditzen zaigun planta egiten jarraitu.

Sentitzen dut, gutuna apur bat mingotsa atera baitzait. Espero dut zu eta baita zure ingurukoak ere osasun egotea, edo behintzak laster hobetzea, eta zientzia-fikziozko filme hau ahalik eta lasterren amaitzea.

Besarkada handi bat!

Izaro

Nuria naiz eta Santurtzin bizi naiz gurasoekin. Dagoeneko 20 egun daramatzagu etxean birus madarikatuak, Koronabirusak, mundan zehar dabilelako. Hasieran, ez nintzen kezkatzen, uste bainuen ez nuela zuela asko iraungo, eta pentsatu nuen egun batzuk izango genituela erlaxatzeko eta pixka bat ahazteko gure eguneroko lanaz eta errutina estresagarriaz... baina erabat oker nenbilen. Gaur, 20. konfinamendu-eguna da, eta erotu egiten naiz. Airea hartzera atera nahi dut, nire errutinara itzuli, lo-ordutegi normala izan... Begira, lanera joan nahi dudala, esango nuke!

Nire familian, ahalik eta gutxien ateratzen saiatzen gara, hori guztia azkar amaitzeko. Adibidez, astean behin erosketak egitera ateratzea, benetan behar dena erosten saiatzea, eta ez alferrikako gauzak erosten erotu zen jende asko bezala. Daukagun beldurrik handienetako bat da nire aitona-amonek arrisku-taldekoak direnez, hartu ahal izatea guk erosketak eramaten dizkiegunean. Horregatik, ahalik eta gutxien joaten saiatzen gara, eta joaten garenean beti eskularruak eta maskara daramatzagu, eta,

mesedez, gugana ez hurbiltzeko eta daramagun guztia ondo garbitzeko eskatzen diegu, birusa izan badezake ere. Nire aitona-amonen etxera joatean gogorren egiten zaidana da, ezin diedala musu eta besarkada bat eman, etxera joan haiekin hitz egitera, orain telefonoz egin behar baitut. Nik badakit nire aitona-amonek egoera ulertzen dutela, baina nekez ikusiko gaituzte nahi duten guztia goazenean, eta oso triste jartzen naiz.

Buruan bueltak ematea besterik ez den egun hauetan, lagunez gogoratzen naiz. Zuen falta ikaragarri sumatzen dut! Gure betiko tabernan garagardo batzuk hartu eta gure gauzez hitz egin, asteburuetan joan edo, besterik gabe, lanera norbaiten bila joatea falta zait.. Egun hauetan, nire ondoan dudan jendeaz jabetzen naiz, eta ez dut behar adina baloratzen, ez diet nahi dudan guztia esaten, zenbat maitatzen ditudan... ez naiz horrelako pertsona baina hobe da inoiz ez baino eta hori aldatuko da! birus madarikatu honek kalera irteten uzten digunean, lehenik eta behin, nire familia besarkatzera joan eta zenbat maitatzen dudan esatera joango naiz, eta, bigarrenik, nire lagunak lan egiten dudan tabernara etortzeko esango diet eta erronda batera gonbidatzera, musuak ematen dizkiet bitartean. Hau amaitzeko gogoia daukat...

Konfinamendu honetan, aitona-amonek kontatu dizkidaten istorioez gogoratu naiz, bizi behar izan dituzten inguruabar guztiez. Kontatzen zizkidatenean, pentsatzen nuen ez zela hainbesterako izango, aitona-amona guztiak puztu egiten direla beren bizipenak kontatzeko orduan, baina orain inoiz baino gehiago atzera begiratzen dut, hori guztia gogoan izanda, eta gaur egun bizi dugun egoera aztertzen dut, eta... ze arrazoi daukaten, hau ez da ezer! etxean sartuta egon besterik ez dugu, era guztietako erosotasunak baititugu. Gogorra da etxetik irteterik ez izatea, baina, behintzat, gure familiari dei diezaiokegun telefono bat daukagu, gerra edo estatu-kolpeak izan zituztenean familiak bezala ez dagoela ikusteko, ez baitzekiten nola zeuden senitartekoak...

Horregatik uste dut une zail hauetan elkar zaindu behar dugula, irribarrez, txantxaz, deiez, dantzaz, kantuz..., hori guztia azkarrago pasa dadin eta gureak besarkatzera joan gaitezen. Ahaztu gabe lanean ari diren pertsona guztiak, guri ezer falta ez dakigun: sanitarioak, supermerkatuetan lan egiten duten pertsonak, garbitzaileak, garraiolariak...

Nik ez zaitut ezagutzen, ez dakit nor zaren, baina berdin zait. Espero dut gutun hau irakurtzen eman duzun denbora atseginagoa eta dibertigarriagoa izatea, eta zu ezagutu gabe beste norbaitek maite zaituela jakitea. Ea azkar pasatzen zaigun... Animo, gutxi geratzen da eta!

Musu asko eta laster arte! Zure gutunaren zain, agur.

Nuria.

Lezo, apirilak 2

Kaixo.

Gu Lezoko neska talde bat gara, Maddi, Malen, Ihintza, Amaiur eta Nahia. Pasaia-Lezo Lizeoan gabilitza, DBH1 egiten. Euskarako irakasleak kontatu digu Matia fundazioak proposamen bat egin digula, adineko pertsoneri, egoera zail honetan laguntzeko, konpainia egiteko, gutuntxo batzuk idaztea.

A ze abentura! Guretzako ere egoera oso zaila da. Gure egunerokoan egiten genituen gauza guztiak, edo ia guztiak, alde batera utzi behar izan ditugu osasun egoera larri honi erantzuteko. Baina denak merezi du. Ez genuen inoiz pentsatu, birus batek gure bizimodua hankaz gora jar zezakeela: klaseak etxean jaso, lagunak eta familiak ezin ikusi, kirola, musika, dantza ... dena gelditu da. Baina pixkanaka-pixkanaka, birusari aurre egingo diogu!

Nahiz eta egoera hau aspergarria edo neketsua izan, guk ere badauzkagu proposamen batzuk denoi azkarrago pasatzeko. Ordutegi bat egin, agian ez duzu beteko baina, zer eginez dakizunean, edo teknologiarekin denbora gehegi pasa duzula ikusten baduzu, begiratu ordutegiari. Ordutegian gauza asko idatzi ditzakezu: irakurketa, eskulanak, kirola, musika, txukunketa, sukaldaritza, mahai jolasak, garai bateko argazkiak begiratu eta pasatako momentuetaz gogoratu... Denbora azkarrago eta dibertigarriago pasatzeko modu ezberdin asko dagoela konturatuko zara.

Hala ere, ez ahaztu krisi honekin amaitu nahi badugu, neurri zorrotzak hartu eta bete egin behar direla, eskuak ondo eta askotan garbitu, distantziak gorde, etxetik ez atera... Neurri horiek hartuz gero, dena ondo aterako da!!

Zuei eguna alaitzea edo itxialdia motzagoa egiten laguntzea lortu ez badugu, pentsatu zer gauza egingo dituzuen, hau guztia pasa ondoren: senideak ikusi, lagunak ikusi, berriketan aritu, jolastu, eguzkia hartu, paseatu... Disfrutatu, bitartean, momentu txikiekin: elkarriketa motzekin, deiekin, argazkiekin, irakurtzen, idazten, pentsatzen, gogoratzen. Jakin ezazue, ez zaudetela bakarrik! Ezta gauez argiak itzaltzen direnean ere.

Muxu handi-handi bat.

Eta zaindu.

DEN-DENA ONDO ATERAKO DA!

Maddi, Malen, Ihintza, Amaiur eta Nahia
Pasaia-Lezo Lizeoa, DBH1

Pasaia, apirilak 2

Kaixo!

Maiatzaren 13tik ezin atera gabilitza, geldik gaude eta ateratzeko modu bakarra balkoian egota, edo lehioak irekitzea da. Ez da kalean egotea bezala baina, gutxienez, konturatu gara kalera ateratzerako orduan hobeto sentitzen garela, hemen barruan baino. Ikusi dugu, balkoira ateratzean, lehiotik begiratzean, eup! kalera salto egiteko gogo sartzan zaigula; gutxienez, bai. Etxean egon baher hau aspergarria da, bai; eta tentazio handia da kalera begira egotea, orain inoiz baino hobeto ulertu dut.

Bestalde, orain denbora dugu lehen egin ezin genuena egiteko: lo, garbiketa, ordenatzea... Teknologia berriek ere aukera eman digute harremanak ez galtzeko.

Bideodeietan ikus gaitezke, zer hori baino hobeto? Ez da gutxi. Hori ere ikasten ari gara dugu, daukagunari begiratzan, aukerei begiratzan.

Dena hasi zen bezala bukatuko da noizbait, laster, ziur! Bitartean, lasai-lasai, etxean gelditu, babestuak. Orain laguntza-garaia da.

Laguntza behar dugu, eta laguntza eman behar dugu. Ez gaitezen arriskuan jarri. Eta ez dezagun inor arriskuan jarri.

Lucia

Pasaia, apirilak 3

Zer moduz?

Adur naiz. Ez da erraza etxetik atera gabe bizi zena.

Nik gauza batzuk egiten ditut denbora pasatzeko. Adibidez, bideo-tutorialak ikusi, gauza asko nola egin behar den ikasten da.

Askotan, sukaldatu egiten dut. Egiten ez dakidana esperimentatzen dut, horrek asko laguntzen dit. Eta hurrengoan, berriz errepikatzen dut eta goxoagoa ateratzen zait, normalean.

Amarekin txateatzen dut berarekin ez nagoenean. Eguna zer moduz joan zaion kontatzen dit, nik ikastolako lanak egin ditudala... Eta teknologiarekin laguntzen diot.

Direktoetan ere sartzen naiz, far batzuk botatzen ditut, eta nere eguna hobetzen dute.

Eta bestela, jolasten hasten naiz, tiroak botatzen saski baloian.

ESPERO DUT NERE GOMENDIOAK LAGUNGARRIAK IZATEA ZUENTZAT

Muxu handi bat,

Adur

Pasaia, apirilak 2

Kaixo,

Xabier eta Ibai gara, Pasaia-Lezo Lizeoko DBH1eko ikasleak.

Zer modu zaudete egoera arraro honen aurrean? Gu nahiko ondo. Esan beharko. Baina hainbeste denboran kalera ez ateratzea oso arraroa da. Batzuetan ez gara oso ondo sentitzen etxean itxita, baina norbaitekin film bat ikustea ere ondo dago. Eta mahai jokoetan aritzea ere ideia ona da, telebistako pantailatik pixka bat urruntzeko.

Nire aitak lanean jarraitzen du lekuak desinfektatzen eta etxera beti etortzen da maskarila batekin. Nire izebari traje espazial moduko bat eman diote, baina ez du beti erabili behar.

Etxean ez ginela oso ondo sentitzen, eta kortinak kentzea bururatu zitzaigun. Eta funtzionatu du! Hobetu sentitu ginen, nahigabe kalea ikusten delako. Eta horrek askatasun pixka bat handiagoa sentiarazten digu. Probatu zuek ere, gutxienez, kaleak eta bistak ikusteko. Batez ere, leiho handiak badituzue. Ia-ia kalean bezala sentituko zarete.

Muxu handi bat denei. Zaindu eta ANIMO!!!!

Xabier eta Ibai

Pasaia, apirilak 6

Kaixo!

Eneritz eta Uxuri gara, Eneritz, Pasai Antxokoa eta Uxuri Altzakoa. Gaur 19 egun bete dutugu hemen, etxean itxita. Hasieran pozik ginen, uste genuelako oso pozik egongo ginela ikastola gabe eta kalean jolasten.

Baina berehala enteratu ginen klaseak egongo zirela ordenagailu bidez, eta ezin izango genuela kalera jaitsi. Orduan, momentu hartan lur jota geratu ginen. Hasieratik oso aspertuta gaude. Bueno gu behintzat, bai.

Uste dugu koarentena bukatu ondoren, azkar batean guztiak etxetikan aterako garela eta, poz-pozik, beti bezala jarraituko dugula. Eta ez momentu hauetan bezala.

Eneritz eta Uxuri

Pasaia, apirilak 6

Egun on!!!

Gu Nora eta Iraia gara, Pasaia Lezo Lizeoko ikasleak, DBH1ekoak. Konfinamendua zaila egiten zaigu guri ere. Baina, hau guztia bukatzen denean, denen artean festa bat egiteko asmoa dugu. Horretan pentsatzen dugu, gehiago ezin dugunean.

Eta badugu denbora pasatzeko modu goxo-goxo bat ere: TORTITAK EGITEA. Hemen duzue errezeta, zuek egiteko. Edo beste norbaitek zuentzat egiteko.

Eta muxu handi-handi bat.

Nora&Iraia

TORTITAK

OSAGAIK:

- 140g irin
- Goilarakada bat azukre
- 8g legamia
- Gatz pixka bat
- 200ml esne (edalontzi bat)
- Arrautza bat
- Goilarakada bat gurin

NOLA EGIN:

1. Ontzi batean irina, azukrea, legamia eta gatza sartu.
2. Ondo nahastu.
3. Gurina urtu, mikroondas labean, 5-10 segundoz.
4. Beste ontzi batean, arrautza, esnea eta gurina elkartu, eta dena nahastu.
5. Hasierako nahasketa azkeneko nahasketarekin elkartu, eta irabiatu. Masa egina dago!!
6. Masa pitxar batean sartu. Errazago manejatuko duzu.
7. Zartagin txiki bat hartu, antiadherentea izan dadila janaria ez itsasteko. Tenperatura erdian jarri.
8. Kontuz!!! Zartaginean ez duzu gurina edo olio a bota behar.

9. Pitxarra hartu eta masa pixkatxo bat zartaginera bota.
 10. Masa irakiten hasten denean, tortitari buelta eman. 5-10 segundu itxaron eta atera.
 11. Plater batean, bata bestearen gainean jarri. Jateko prest daude.
 12. Hutsik jan daitezke, edo lagunduta: frutarekin, mermeladarekin, txokolatearekin... Eta bakarrik, edo konpainiarekin.
 13. ON EGIN!!!
-

Lezo, apirilak 6

Kaixo,

Gu Pasaia-Lezo Lizeoko DBH-ko bi ikasle gara, Izaro eta Amaiur. Euskarako irakasleak animatu gaitu hau idaztera, itxialdi honetako gure esperientziaren inguruan. Gutun hau eguna azkarrago pasatzeko izan daiteke, irakurtzen ari zaren bitartean, aurrerantz egiteko.

Hasieran koronabirusa gaixotasun normal bat zela uste genuen, baina denbora aurrera joan ahala konturatzen ari gara larria dela. Batez ere, pertsona helduentzat edota beste gaixotasun batengatik, osasuna ahulduta zeukatenentzat. Baina horrek ez du esan nahi gu ezin garenik gaixotu, ezagutu ditugu kasuren batzuk. Horregatik, neurriak bete behar ditugu, eta zaindu. Zuek bezalaxe. Hori ikasi dugu.

Badakigu egoera hau denentzat aspergarria eta neketsua ere izatera iristen dela. Ez du inporta, denok gure partetik jartzen ari gara, eta dena ondo aterako da.

Animo asko denei. Ea guretzat garrantzitsua den gutun hau irakurtzen disfrutatzen duzuen.

Muxu handi bat!

Zaindu, eta...

ANIMO!!!

Amaiur& Izaro

Kaixo, lagunok!

Goiz eder honetan, leihotik begira nagoelarik, eskutitz hau idaztea otu zait zeuen aurpegian irribarre goxo bat ateratzeko. Ea lortzeko gai izango naizen!

Atzo, lerro hauetan zeri buruz idatziko nizuen pentsatzen nuela, burura etorri zitzaidan koronabirusa dela eta, egoera antzekoa pairatzen ari garela, etxetik atera gabe, bisitak jaso gabe eta eguzkitan egon gabe. Hala ere, uste dut hobeto etorriko litzaigukeela une atsegina igarotzea, betiko gaiari bueltak ematea baino.

Gaur ere, gaua pasa eta eguzkia atera da. Egun berria da eta egunari onena atera behar zaio. Bakoitzaren burua ondo apaindu, gustuko arropa jantzi, gosari goxo bat gozatu eta alboan dauden bizikideekin ahalik eta egun alaiena igaro daiteke.

Neronek gauza bera egiten dut, etxekoekin egotera behartuta. Goizean zehar gauza asko egiten saiatzen naiz, gosari goxo bat prestatu, neure burua ondo apaindu, baita etxea ondo txukundu, eta hau dena bukatu eta gero, ariketa fisiko pixka bat egiten dut. Itxialdi honen hasieran, etxe barrutik ibiltzea bururatu zitzaidan. Egian esan, 100 metro karratuko etxe batean bizi naizenez, pentsatu nuen atsegina izango litzaidakeela ibiltzea, beste jarduera fisiko bat baino. Bai zera! 100 metro karratu horiek bihurtu

ziren 40 urrats, oztopo barik dauden lekuetatik bakarrik ibil nintekeelako. Ondorioa, hogei buelta eman ondoren, zorabiatuta, aulki batean eseri behar izan nuen. Han bukatu zen nire ibilaldia eta egun hartako ariketa fisikoa.

Handik aurrera (onartu behar dut ondo etorri zitzaizkidala lagunen aholkuak) sasoi onean mantentzeko ariketei ekin nien, badakizue, pilates, yoga, gimnasia eta antzeko jarduerak. Hau eginez gero, behintzat, zorabiorik ez.

Gaur, hilabeteren buruan, gauza bera egiten jarraitzen dut eta burura datorkit betidanik ikusitako nagusien etxeetan egiten den ariketa fisikoa.

Zaharrek ideia onak bide dituzte. Aintzat hartu eta ikastekoak ote dira?

Joxerra

Egunon, lagunok!

Gaur udaberriko egun zoragarri bat atera da.

Balkoietatik zarata entzuten.

Bizilagunek bere terrazetan kirola egiten, korrika egiten, garbitzen egiten dute.

Niri balkoitik ikusten dudanak poza ematen dit.

Noiz behinka pertsona batzuk erosketekin igarotzen dira.

Auzoko txakur guztiak haren jabeekin datoz gure enparantzara.

Niri ez didate inbidia ematen; haiek ikustez pozten naiz, bizitza aurrera jarratzen duela sentiarazten nau.

Eszena hau "sustoa" baino lehenengoa bezelakoa da.

Heroi txikiak, umeak, balkoietan. Ez da negarrik entzuten ezta kazketarik ere.

Umek jolasten, barre egiten eta txaloen orduan txalotu egiten dute.

Haiek jasaten badute, guk ere bai.

Nik soilik egun honen zatitxo bat kontatu nahi nizuen, honek animatuko zaituztelakoan.

Zuek mila bataila baino gehiagotan parte hartu dizutela pazientzia eduki behar dugula eta bizitza arrisku bat eta plazer bat egunero erakutsi diguzue.

Gaur daturik gabe, zifrarik gabe.

Gu ere ikusleetan bihurtu gara, lehiotik begiratzen dugu, kaleko airea harnasten dugu, erlaxatu egiten gara..... orain gure betebeharra hori da.

Musu potolo bat eta zaindu, zaindu asko.

Puri Donostiatik.

¡Hola amigo/a!

Soy una estudiante de técnico de laboratorio, a la que el coronavirus le suspendió las prácticas que tenía que realizar tras haber terminado los estudios, y no pudo continuar haciéndolas. Sin embargo, no me rindo, y de mientras aprovecho para dedicarme a estudiar y pasar más tiempo disfrutando de algunos de mis entretenimientos favoritos como son: leer, ver películas o series que me animen y me entretengan... etc.

Además, aprovecho para hacer ejercicio en casa y estar más tiempo con mis seres queridos y seguir comunicándome con mis amigos. Este confinamiento es necesario

para prevenir el coronavirus. Dicen que nosotros somos nuestra mejor vacuna quedándonos en casa. Más vale prevenir que curar.

Que sepas que eres mucho más fuerte de lo que piensas, de verdad. Puedes con esto, y en nada te veré de nuevo, sin importar la distancia que mantengamos entre nosotros. Y eso sucederá en muy poco tiempo. Y tú. Sí tú. Debes estar muy orgulloso por lo que estás luchando. No valemos todo el mundo. Que lo sepas. Y en especial a las personas mayores. Vosotros que pudisteis con la guerra, que pudisteis con la escasez y la miseria de la posguerra, que habéis ayudado a vuestros hijos y a vuestro nietos... Tenéis que seguir haciéndolo. Os necesitamos. ¿¡No vais a poder con este virus!?

Como decía Marie Curie: "nada en la vida debe ser temido. Solamente debe ser comprendido. Ahora es el momento de comprender más para temer menos".

Un abrazo enorme♥♥♥♥♥♥♥♥

Coronacura (porque pronto habrá una)

Kaixo guztioi,

Ulibarri Euskaltegiaren bitartez ezagutu dut Matia Fundazioaren ekimena eta izugarritzko idea iruditu zait eskutitz bat idaztea irakurtzen duenari entretenitzeko. Egoera larria izan arren, ikuspuntu positibo batetik begiratu beharra daukagu, horregatik, nire eskarmentu pertsonala kontatuko dizuet.

Leioan bizi naiz, beraz, Leioan konfinatuta nagoela esan daiteke. Bi pertsona eta katu bat bizi gara etxean, hau da, nire mutil-laguna Ibai, nire katua Anita eta ni. Agian txakurra izango zen aproposena egun hauetan, kalera irten ahal izateko, baina gure eguneroko bizimoduarekin bateraezina da txakur bat izatea, denborarik ez daukagulako paseora eramateko.

Ibairen bizimodua ez da asko aldatu, berak nahitaez lanera joan behar duelako egunero. Nire errutina, ordea, asko aldatu da, ezin dudalako lantokira joan eta gainera, epaitegiak itxita daudenez eta epaiak bertan behera gelditu direnez, abokatua izanda, ezin dut gauza handirik egin extean egonda. Baina lehen azpimarratu dudanez, ondorio positiboak ikusten dizkiot etxean egoteari. Alde batetik, Ibai eta Anitarekin denbora gehiago egoteko aukera daukat, normalean, lanean nago ia egun osoa (goizeko zortziretatik gaueko bederatzietara, lantokian bazkaltzen dut eta) eta etxera heltzen naizenean nahiko nekatuta nagoenez, pentsatzen dudan bakarria lotan joatera da. Beste alde batetik, normalean egin ezin ditudan gauzak egiteko denbora daukat orain, gustuko dudan liburua irakurtzea, telebistako saioa ikustea, kirola egitea edo etxeko garbiketa egitea, besteak beste. Gainera, sulkaldatzeko denbora daukat, inoiz ez pentsatutako zaletasuna barneratu dut eta benetan nahiko ona naizela sukaldean. Egun hauetan jaki desberdinak egiten ikasi dut, indabak, limoiezko tarta, azalozeko pizza eta dilistak, adibidez.

Egia da normaltasuna nahiago dudala, hau da, lanera joatea eta lagunekin kalera edo tabernetara beldurrik gabe joan ahal izatea, baina esan nahi dudana da, etxean egonbeharreko denbora honetan baliagarria izan daitekeela normalean egin ezin

ditugun gauzak egiteko aprobetzatzea, horrela denbora azkarrago pasatzen delako eta garai arraro hau zerbait ikasteko balio ahal duelako.

Besterik gabe, besarkada handiak eta zaindu zaitetze mesedez!

OIHANE

Aitona-amonak maitagarriak :

Zer moduz zaudete? Hala edo nola, hain bestean... bai erantzun horiek ezagunak dira. Baina egun hauetan beste bat gehitu behar izan dugu: beste bizi modu batez bizitzen ikasten. Eta tira, moldatzen ari gara eta ez dago gaizki.

Gure egunerakoa zeharo aldatu da. Bai, eta ikaste ari gara moldatzen. Nik horrela ikusten dut. Ezin dugu lehen egiten genuena egin, baina errutina bat jarri behar dugu.

Dakizuenez ezin gara etxeetatik ateratzen. Ni lanean ari naiz etxean, ordenagailua eta sakelakoa erabiliz. Ez zait bat ere gustatzen, baina zer erremedio! Orduak eta orduak eserita. Honen ondorioz, soinketa edo ariketa fisikoak egin behar ditut etxearen barruan. Derrigorrez, bestela hankak eta batez ere oinak gero eta puztuagoak daukat. Bideo batzuk ikusi ditut eta nire ariketa fisikoak egiten ditut. Nire eran, baina, tira, mugimendua da . Nire gorputzak behar du eta eskertzen du. Nire osasunerako delako Dakidanez, zuek ere halako zerbait daukazue. Ez dakit egun hauetan monitore batekin edo egongela handi batean, elkarrekin egiten duzuen. Behar, beharrezkoa da.

Otorduak berdin jarraitzen dut, hori bai, janaria prestatzeko denbora gutxi. Normalean arratsaldean prestatzen dut hurrengo egunerako janaria. Dastatzen dut poliki, poliki, bai, erritmoa zeharo moteldu da. Gustora egiten dut.

Janaria prestatu ondoren, telefonoa hartzen dut eta amari deitzen diot. Gero beste senideentzat whatsapp edo mezu bat bidaltzen dut. Niri bidalitakoak irakurtzen ditut. Egun hauetan idatzi eta irakurri, hori da gure komunikazio modua. Motela, baina egiten dugu.

Zuek ere zuen erritmoa jarraitu behar duzue. Zuen errutina edo egunerokoa aldatu da, baina beharrezko gauzak egin behar dira. Nahi-nahiez. Etorkizunari begiratu behar diogu esanez: "egun bat gutxiago aurreko egunerokotasuna iristeko". Bidea egiten ari gara, eta pixkanaka pixkanaka, helmugara iristen ari gara.

Ondo zaudetela espero dut. Gora animoa!!!

Bihotz bihotzez besarkada handi bat.

Queridos seniors:

Sí, seniors por categoría, no solo de edad, también de nobleza y por ser SEÑORES con mayúsculas.

En estos días de confinamiento, obligados a estar en casa, la vida ha cambiado de ritmo. Primero ha sido un golpe para ordenar nuestro día a día. Las horas no se marcan por el horario del tren o del trabajo, o del descanso en el trabajo o de vuelta a casa.

El segundo golpe ha sido nuestras relaciones con las personas, no vemos las mismas caras de todos los días, no saludamos cara acara a los de siempre , ni quedamos a tomar un café.

No, todo eso ha cambiado. Y ahora estamos aprendiendo a vivir de otra manera. Porque no queda otra. Ahora no vale quejarse por lo que no tenemos, NO; ahora tenemos que aprender a vivir con lo que tenemos.

Os quiero contar mi día a día, no sé si es aburrido o no; ni me lo planteo. Es mi ritmo actual con el que tengo que convivir.

Me levanto como si fuera a trabajar, pero no salgo de casa. Estoy haciendo eso que se llama teletrabajo. Trabajo a distancia, dicen. Ya, pues lo que tengo cerca y tan cerca que no me despegó de él, es el ordenador. Gracias a él puedo comunicar con mis compañeros, realizar la tarea de antes pero casi sin parar de escribir, de pensar cómo puedo hacerlo más rápido, cómo puedo llegar a todo lo que tengo que hacer. Hay momentos de agobio, pero tengo que darle a la imaginación para poder hacer lo que tengo que hacer.

Como sigo el horario de antes, la comida la he preparado el día anterior. Eso no ha cambiado, pero sí el hecho de que no puedo ir a la compra como hacía habitualmente. Así que tengo una lista, que supone hacer la compra una vez a la semana. Ahora hay que hacer cola a la entrada del supermercado, no puede haber más que un determinado número de personas dentro. En la cola, estamos separados por lo que dicen distancia de seguridad. Extended los brazos y esa es la distancia. En el super no siempre está lo que quiero, así que compro lo que hay. Ni tan mal.

Tampoco puedo salir a pasear o hacer deporte, así que esto lo hago en casa. Para pasear, tengo algún cuadro colgado por la casa, así que me acerco, lo miro con detalle y me imagino en ese lugar. Tengo un cuadro con un bosque y un camino. Hago ese recorrido mentalmente. Respiro hondo. Me imagino el ruido de las hojas movidas por el viento. Otras veces, miro fotos de viajes. Para hacer deporte, tengo un pequeño choco en una habitación. He tenido que cambiar algunos muebles de sitio. Bueno, es un pequeño gimnasio. Mi cuerpo necesita este ejercicio, si no, mis pies van a estallar. Para vosotros también ha cambiado el día a día. Seguro que el personal del centro sigue tan animoso como siempre, os traen con mimo las bandejas con desayuno, comida, merienda y cena. Ya sé que no hay visitas, pero seguro que hay llamadas de teléfono o videollamadas.

Todo esto es nuevo, y dentro de unas semanas será agua pasada. Yo voy contando un día menos de confinamiento. Así, sé que nuestro día a día de antes está cada vez más cerca.

Me voy a despedir con un hasta pronto. Por favor, no olvidéis hacer algo de ejercicio y beber agua. Esto seguro que no ha cambiado. Hoy más que nunca es necesario. Yo lo hago, no creáis que por gusto; no, es que es necesario.

Queridos mayores, queridos seniors, cuidaos mucho. Un abrazo muy muy cariñoso

Kaixo, lagunok!

Idea hona iruditu zitzaidan gutun bat idaztea gure nagusiei. Haiek konfinatuta daude guztiok bezala, baina nagusi batzuk, beraien etxean bakarrik daude eta seguru aspertuta daudela. Gaur arte 20 egun etxean giltzapean daramatzagu, hala ere, hobe da egunen batean amaituko dela pentsatzea eta berriz elkar ikus dezakegula, hau da, etxean geratzen bagara konfinamendua irauten duen arte.

Zuek, nagusiak, guk baino hobeto dakizue zer den etxean konfinatuta egotea gerra garaia eta gerraostean bizi izan zenutelako. Garai hauek oso zailak dira guztientzat, batez ere, osasun arloan lan egiten dutenentzat, baina zuek, nagusiek ere arrisku handia daukazue. Izan ere, modu bakarra guk zuek zaintzeko etxean geratzea da.

Hau ikusita, aholku batzuk emango dizkizuet, berrogeialdi azkarrago pasatzeko. Lehenengoa, errutina bat egitea astehelaketik ostiralera arte, hala nola, goizean liburu bat irakurtzea gero janaria prestatzea eta arratsaldean filme bat ikusitea. Bigarren aholkua izan daiteke, teknologiarekin ondo moldatzen bazarete edo zeozer badakizue horri buruz, familiarekin edo lagunekin bideo deiak egitea, adibidez.

Espero dut gutun hau zerbaitetarako erabilgarria izatea. Nik uste dut egingo dudan lehenengo gauza etxetik kanpo egon ahal garen momentuan, nire amamaren etxera joatea eta berarekin egotea izango dela. Zuek, zer pentsatu duzue egitea hau guztia amitzen denean?

Besarkada bat!

Laida.

Aupa, ekipo!

Eguerdion, matia fundazioaren proposamenda irakurrita oso ideia ona iruditu zait eta parte hartzeko asmoarekin idazten dizuet. Gu 5 pertsona bizi gara etxean Aita, Ama eta hiru seme-alabak. Konfinamendu honek frogan jartzen gaitu eta gure gaitasunak limitera eramaten gaituzte, talde bat bezala jokatu behar dugula pentsatzen dut. Gure egunerokoa ez da izaten hari oso liluragarria baina konfinamendu honek lagundu egin gaitu, gezurra badirudi ere.

Gurasoak egunero goizean goiz joaten dira lanera eta gauen zortziak aldera iristen dira egunero, eta gure artean ez dugu denbora asko pasatzen. Orain gure artean denbora asko igarotzen hari gara eta horrek asko laguntzen gaitu, gure erlazioa askoz hobetoago da orain eta gure arazoetaz hitzegiten hurbilago sentitzen gara. Nire gurasoekin irekitzea eta nire arazoak kontatzea ekarri du birus honek, horregatik pentsatzen dut konfinamendu honek alde ona ere edukiko dituela. Gainera, konfinamendu honek momentu txar batean hartu nau, nire bikotekideak bere bidea egite erabaki eta utzi egin ninduen konfidamendua hasi baino 3 aste lehenenago. Ni kirolaria naiz eta kirola egiteak eta futboleak jokatzean asko laguntzen ninduen, horrek nire arazoak burutik kentzeko eta kirolaz disfrutatzeke aukera ematen zidan. Birus honek denok jarriko gaitu frogan baina denen artean ere gaingidituko dugu, eta lasai egon indartsuago ere aterako garela.

Talde bat bezala jokatu behar dugu eta pertsonen alde eskuzabaltasunena atera, jende asko dago lanean birus honen aurka eta pixkanaka-pixkanaka aurrera goaz. Gauza

garrantzitsuak ez ditugu ahaztu behar, mugitzea, ondo jan eta deskantsatzea, eta gauzak egiten egotea. Gure gorputza ahalik eta aktiboen edukitzeko etxean zehar ibiltzea onuragarria izango da gure gorputzarentzat, irakurtzea edo gustatzen zaizkigun gauzetan pentsatzea. Ilusioak egitea, amestea ez da txarra gure barnean helburuak jartzea eta helburu horiek lortzea oso ona da guretzat.

Besarkada handi bat !!

Ander

Egun on, ekipo!!

Matia fundaziotik jasotako ekimena zoragarria iruditu zait eta hemen nauzue garai arraro honetan eskutitz bat idazten. Nire izena Ignacio da eta nahiz eta Hondarribikoa izan, Bilbon bizi naiz. Egun, Madriletik gertu nago nire familia politikoarekin, aitagarreba gaixotu baitzen. Baina ez kezkatu etxean bueltan dago eta.

Hemen nahiko ondo gaude egoera ikusiz gero. Nire koñata, konatua, neska laguna eta laurok elkarbanatzen dugu etxea bai Bilbon bai hemen. Etxe honetara ailegatu ginenean, obrak orain dela oso gutxi bukatu zituzten eta gela guztiak hankaz gora zeuden. Hori dela eta, lehenengo gaua egongelan pasatu genuen. Altzari ugari eta desordenatuak betetzen zuten etxe osoa eta oheak ezin ziren aurkitu. Berogailua ez zebilen, baina tximinia geneukan. Kea pixka bat barrura sartzen zen, baina behintzat berotasun pittin bat sentitu genuen pizterakoan. Hotzak eta bereziki berotasunak elkartu gintuen.

Badirudi obrak egiten ari zirela ur-horiketa. Eskerrak, ondoan, belardi bat geneukala gure beharrak egiteko. Txorizo pare bat, gazta apur bat eta ogia jateko geneuzkan eta hor sutondoan berotu genuen dena. Ardo botil bat ireki genuen. Edalontziak ez. Etxeko bazter ezkutu batean egongo ziren. Gurekin ez behintzat. Kanpoan euria ari zuen baita hotza eta koronabirusa ere. Baina guk suaren txinpartak entzuten genituen bakarrik. Egongela ez-egon gela bat zirudien hainbeste kaosarekin. Baina koltxoi bi aurkitu genituen eta gelaren erdian, sutondoan, paradisu txiki bat sortu genuen. Bat-batean, hor erdian, denok estutzen ari ginen bitartean, ilunpetan, manta zikin pare batekin eta berotasun ahula ailegatzen zitzaigun suaren bidez zuetaz akordatu nintzen.

Hain gertu sentitu nintzen zuengandik. Beste garai batez oroitu nintzen. Garai gogorrak gosez jorratuak, baina maitasunez eta elkartasunez ere. Eta hor kanpoan, mundua zatitzen ari zen bitartean, nire barruko mundua hasten ari zen nire bihotzeko suaren bidez zuen oroitzapenekin elikatuta. Zuei esker konturatu naiz zein erraz eta zein ustekabeko egoeran sor daitekeen zorientasuna. Nola garatu dugun mundu hain konplexua, hainbeste teknologiak, beti etorkizunaren menpe eta nola horrek ez gaituen zorientsuago bihurtu. Zuen bizitzak imaginatu ditut gauzak ximpleagoak zirenean. Ez errezoak, ximpleagoak. Eta inbidia eman didazue. Bat-batean, zuetako batekin hitz egiteko gogo handi piztu zait. Beste mundu ezezagun batera bidaiatzeko zuen istorioen bidez. Orain ni naiz zuen laguntzaren

eske dabilena.

Lagundu iezaguzue mundu jasangarri bat eraikitzen. Zuen istorioak ahazten baditugu, ezagutzen dugun mundua, akabo!

Muxu handi bat

Ignacio

Portugaleten, 2020ko apirilaren 2an

Kaixo, laguna!

Bizi ari naizelako badakit zein gogorra den egoitza batean berrogeialdi hau bizi behar izatea, izan ere, nire amama daukat batean. Maite dituzun senide horiek urrun izateak min egiten digu, ezin baitugu haiekiko dugun maitasuna azaleratu. Aitizitik, gaur egungo teknologiak direla eta, arazoak konpontzeko edo behintzat min handi hori hain handia ez sentitzeko erabiltzen ditugu, zorionez.

Badakit egoitzetan dagoen jendea lan izugarria egiten ari dela zuekin berrogeialdi hau hain neketsua ez izateko; benetan, lan eta lan egiten duten langile hauek gure benetako heroiak dira. Gainera, haien laguntzari esker, badakit aurrera aterako garela eta hau bukatu bezain pronto, bisita egitera joango gatzazue gure barruan azaleratu gabe izan dugun zuekiko maitasun hori emateko, faltan botatzen zaituztegu eta.

Esan beharra dago, guztion laguntza duzuela hor barruan egon bazaude ere. Laguntza fisikoa ezin dugu eman, baina momentu zail hauetan, laguntza emozionala eta batez ere, hor gaudela demostratzea, beste edozein laguntza baino garrantzitsuagoa da. Bideodeiak egiteko hor egongo gara, deiak egiteko hor egongo gara, eskutitz bat idazteko hor egongo gara eta jakin ezazu, edozertarako laguntzeko prest egongo garela eta ni neu lehenengoa.

Besterik gabe, jakin ezazu irrikitan gaudela besarkadak emateko eta orain, besarkada birtuala den arren, nire bihotz-bihotzetik bidaltzen dizut; badakit, honetatik aterako garela eta inoiz baino indar gehiagorekin, hain zuzen ere.

Gutun hau lagungarria izango delakoan eta hemen edozertarako gaudela esanez, musu handi bat eta zaindu asko!

Aingeru

Kaixo, Matia fundazioko lagunok!

Nire izena Pablo Ochoa da eta Legazpi 7 euskaltegitik zuei bizi ari garen gure egunerokotik kanpo dagoen egoera hau nola jasaten ari garen kontatzea proposatu digute. Horretarako nire egunerokoan ez aspertzeko egiten ditudan ekintzak eta COVID-19-k sortutako situazioa kanpotik nola bizitzen ari den azalduko dizuet.

Lehenik, eskolekin, euskaltegiekin, futbol partiduekin eta beste milaka jardurekin zer gertatu denari buruz hitz egingo dugu. Badakizuen ez gu, gazteok, birus honen eramaile nagusia gara eta horren ondorioz eskolak eta kirol ekintza guztiak bertan behera utzi behar izan dira. Hari honetatik jarraituta, klaseak bideokonferentzien bidez eman behar izan ditugu non irakasleak bere ordenagailuko pantaila partekatzen zuen eta modu honetan ikasle guztiok klase normalak jarraitzeko gai izan gara. Hala ere, badaude beste irakasleek soilik klasero eginbeharrak plataforman zintzilikatzen dituztenak eta klase bukaeran egindako atazak bidali behar zaizkienei. Bi metodo hauek izan dira nire ikastolan behintzat erabili izan diren nagusiak. Honelako egoera duela hogeita hamar urte gertatu izan balitz, klaseak etxetik jarraitzea ezinezkoa izango litzateke garai hartan gaur egun ditugun apartu teknologiko aurreratuak ez zirelako existitzen.

Bigarrenik, nire egunerokoa nolakoa den azalduko dizuet. Gutun hau idazten ari naizen momentuan aste santua dela medio, klaserik gabe gaude beraz gutxi gorabehera goizeko hamaiketan esnatzen naiz. Koarentenan egiten ditudan jardura nagusiak eguzkitan egotea, Play Stationera jolastea eta kirola egitea dira. Hala ere, noizean behin etxekolan batzuk egiten ditut edo nire gurasoekin batera sukaldatzen dut. Arraroa iruditu daitekeen bezala etxetik atera ezin gaudelako, eguraldiak nire eguneroko ekintzen antolakuntzan garrantzia du. Esate baterako, eguraldi eguzkitsua badago, bazkalordua arte nire terrazan eguzkitan musika entzuten egoten naiz eta kirola egitearena arratsalderako uzten dut. Bestalde, lainotuta badago, kirola goizetan egiten dut jada gainera kentzeko eta arratsaldean beste ekintza batzuk egiteko, hala nola, familiarekin mahai jokoetara jolasteko.

Laburbilduz, koarentenan egon beharko ginela agindu zuenean presidenteak hainbeste denbora etxean aspertu gabe egotea ezinezkoa zela uste nuen baino eskerrak gaizki uste nuela. Oraindik ez dut izan unerik non zer egin ez jakitea, baina, noski, kalera ateratzeko izugarritzko gogoak bai izan ditudala. Gainera, oraintxe bertan New Yorken egon beharko nintzateke Coronavirusik egongo ez balitz eta udaran hilabete oso bat Californiara joango nintzateke. Txinatar birus honek bidai eta esperientzia kopuru handi bat bertan behera uztera behartu gaitu; hala ere, horretan pentsatzea ez da nagusia memento honetan baizik eta gure osasunean. Horregatik denok egoeraz kontziente egon behar dugu eta arduraz gure etxeetan edo, zuen kasuan bezala, egoitzan gelditu behar dugu ahal den azkarren kaleetatik pozik eta seguru ibiltzen jarraitzeko.

Musu handi bat,
Pablo

Amona edo aitona agurgarria:

Pozten naiz, ni Joana naiz, gure euskaltegiko irakasleak, Ainhoak, klaseko ariketa bezala gutun bat idaztea eskatu digu. Idazten ez naiz inoiz oso ona izan, baina beti gustatu zait.

Txikitan, Cordobako lagun batekin elkarri gutunak idatzi genizkion. Aurten ezkonduko da, baina ez daki ezkondu ahalko den. Gutun hau ez da harentzat, baina ilusio bera edo

gehiago sortzen zait. Nahiz eta zailtasun maila bat gehiago duen, gutuna euskaraz idazten ari naizelako.

Pixka bat niri buruz hitz egingo dizut. Bilbon jaio nintzen, baina bi urtetik hogeita bost urtera arte Malagan bizi izan naiz. Orain dela bost urte Bilbora etorri nintzen lan egitera, oraintxe bertan lotzen didana, "chicarrón del nortea" eta txakurtxo dira, azken honek zoratuta nauka. Egunero hiru aldiz ateratzen dugu hogei minutuz, udaltzaina badator...

Ez dakit egoera berdina pasatzen ari zaren, denbora gutxiago daukadala uste dut. Goiz jaikitzen segitzen dut, nahiz eta pixka bat guxiago. Bulegoa txikiagoa eta ezerosoagoa da, konfinamenduaren ondoren fisiora joan beharko naizela iruditzen zait.

Lan egin eta gero, euskarako klasea daukat, eta ez zaitez falta! Ainhoa adi dago.

Klasea amaitzen dudanean, batzuetan kirola egiten, liburua irakurtzen, pelikula edo serie ikusten dut...eta gutxienez astero bi aldiz familiarekin edo lagunekin geratzen naiz. Egun bat hamaiketakoan, beste bat pintxo potea ostiralean...

Baita janaria prestatzen ikasten ari naiz ere, nire amamak ikusten banau, ez du sinetsiko, azkenean bere ilobak janaria prestatzen daki, edo zerbait behintzat. Batzuetan deitzen diot galdetzeko: zenbat gatz? zenbat denbora irakin behar da? edo zenbat gramo irin?...batez ere kantitateak, gosez geratzen naiz edo auzokide guztiak elikatu ahal ditut. Nire sukaldaritzari buruzko zalantzez gain zelan dagoen, zer egin duen... galdetzen diot.

Amonari esaten dizkiodan gauza batzuk esango dizkizut, eta zuk ere lagunduko zaituela espero dut.

Ez zaude bakarrik, asko gara zure atearen beste aldean behar duzunerako gaudenak, erosketak egin, medikuntzak, zaborra bota...edo besterik gabe, norbaitekin hitz egiteko.

Familiarekin bideo-deiak egitea oso dibertigarria da astean behin. Egunero, auzokidekin data bat zortzietan daukazu txalotzeko, bakoitza bere leihoan. Adi nago eh!

Bizilagun berria ezagutuko duzula uste dut.

Animo eta dena ondo aterako zaizu!

Laster arte.

Kaixo:

Ez dakit nor zaren, baina, seguraski zuk nik bezala, konfinatuta; momentu honetan etxean egotea birusaren kontrako arma onena da. Ez da erraza, baina ikusiko duzu laster normaltasunera bueltatuko garela. Ikusi nuen Matia Fundazioan idea oso ona egon zela, eta hemen dago nire gutuna.

Lasartetik idazten dizut, eta nire kasuan, aprobeatzen ari naiz kofinamendua ikasteko, ingelesa eta euskara batez ere, eta saiatzen naiz nire familiarekin ez galtzen kontakturik, hau da, haiek guk bezala, konfinatutak daude eta ezin naiz bisitan joan, baina momentuz, ondo daude; orduan, espero dut horrela jarraitzea! Ez dut seme-alaberik, eta nire emazteak segitzen du lan egiten: medikua da, eta han dago, lehenengo lerroan! Baina ez kezkatu: oso ona da bere lanean eta arretaz ibiltzen ari da.

Badakit ez dela erraza horrela egotea, baina badago jende pila bat lan egiten ari den krisi honekin bukatzeko: zientzialariak ikertzen, erizainak eta medikuak sendatzen ospitaletan... Laster ikusiko ditugu emaitza onak!

Bitartean, aprobetxa ditzakegu beste pertsoneri idazteko eta ezagutzeko, eta esaten diegu ez daudela bakarrik eta dena normaltasunez itzuliko dela laster. Seguraski datorren hilabetean konfinamendua kenduko dute, pentsa batez ere, aurrera segitzea eta ez gelditu!

Zaindu asko eta besarkada handi bat!

Gorka

Hola, mi nombre es Mari Carmen y aunque no te conozco, se que en estos momentos estarás un poco triste por no poder estar con tu familia y amigos. Quiero decirte que a mi me pasa lo mismo.

Parece mentira que un virus nos tenga en esta situación ¿verdad?..Seguramente que no recuerdas haber tenido que estar en casa tantos días nunca, pero los medicos y sanitarios nos dicen que lo tenemos que hacer, sobre todo para proteger a las personas mayores o mas delicadas de salud.

Esto se hace largo para todos, pero pasará, como todas las cosas de la vida y despues de que volvamos a poder estar con nuestra familia y amigos, esto lo guardaremos como un recuerdo, algo para contarles a nuestros nietos y bisnietos.

Ahora lo más importante es cuidarnos para que cuando todo esto pase , podamos reunirnos con todas las personas que queremos y estemos todos bien.

te deseo de todo corazón que esto no se te haga demasiado largo, y que te cuides mucho.

Mucho ánimo.Ya nos queda menos.

Te envio un fuerte abrazo.

Hola, ¿Que tal te encuentras? Me imagino que algo sorprendida por esta situación tan especial que estamos viviendo todos, en la que se nos ha dicho que no podemos hacer lo que mas necesitamos en nuestro día a día, como es estar con nuestros hijos, con nuestros nietos, con toda la gente que queremos...El contacto de una mano amiga, de un abrazo, de un beso.....Si te digo la verdad a mi me cuesta mucho creerlo y aceptarlo también. No podemos entender que un virus haya podido cambiar de esta forma nuestra vida,y privarnos de las cosas que tanto necesitamos.Creo que ahora somos afortunados los que en nuestra casa podemos tomar un ratito el sol en la ventana o en la terraza.

Son muchos días los que llevamos ya sin poder salir de nuestras casas, sobre todo las personas mayores que sois las que mas tenemos que proteger de este virus.

Pero poco a poco va quedando menos para que esto termine, porque sabemos que en la vida todo pasa, y esto también pasará..

Quiero transmitirte mi cariño y mucho ánimo, cuidate mucho para que cuando todo esto pase todos nos volvamos a ver y que volvamos a disfrutar todos de nuestra familia y amigos.

Un abrazo.

Barakaldon, 2020ko apirilaren 8an

Kaixo!

Mireia dut izena, 17 urte ditut eta Barakaldon bizi naiz. Batxilergoko bigarren mailako ikaslea naiz eta ikasketak etxean jarraitzea tokatu zait. Nire etxean aita, ama, neba eta laurok gara.

Nahiz eta ia hilabete daramadan etxetik atera gabe, ez daukat denborarik aspertzeko. Denbora gehiena klaserako gauzak egiten pasatzen dut, baina nire aisialdian play-arekin jokatzeko, lagunekin hitz egin eta berrogeialdi honen berritasuna: sukaldatu. Hainbeste postre egin ditut, jada ez daramat kontua! Faltan gehien botatzen dudana, kalera irteteaz gain, nire lagunak eta aitona-amonak dira. Egoera hau amaitzen denean, egingo dudana lehena haiek ikustea eta besarkada asko ematea izango da.

Momentu hauek errazak ez diren arren, pozik nago nire ingurutik denok ondo gaudelako. Espero dut zu eta zure familia ere ondo egotea. Oso garrantzitsua da une honetan osasun agintarien argibideak jarraitzea eta etxean geratzea, batez ere, zu bezalako pertsonak, birusarekiko zaurgarriagoak zaretelako.

Beno, gustatuko litzaidake isolamendua zuri oso gogorra ez egitea, eta pentsatzea dena normaltasunera itzuliko dela eta elkar gozatu ahal izango dugula.

Besarkada handi bat,

Mireia

Portugalete, 2020ko apirilaren 9an

Arrasti on!!, C1ko maila ikasten dut euskaltegian eta pasa den astean irakasleak Matia Fundazioari buruzko informazioa bidali digu. Ekimenak zertan datzan jakin ondoren oso ideia ona iruditu zait eskutitz bat idaztea.

Normalean ez dut idazten gutunik, ez euskara ezta gaztelania ere. Beraz, ezer baino lehen, barkamena eskatu nahi dizut akats asko egingo dudalako. Baina egoera berezi honetan nire lotsa alde batera utziko dut eta salbuespen bat egingo dut.

Portugalete pisu txiki batean bizi gara. Lau gara: aita, ama eta bi seme. 6 urtekoak dira, bikiak. Hilabete bat daramagu etxean, atxilotuta. Momentu batzuk oso gogorak dira baina aitortu behar dut egunak pasatzen direla ia konturatu gabe. Egunero, gosalduta eta gero, sememekin klaseak prestatzen ditut. Ordu bietan jaten dugu eta etxekolanak egiten ditut: harrikoa, arropa garbitu, askaria, afaria...eta abar. Arratsaldero semeekin jolasten dut apur bat. Ez zaie batere gustatzen galtzea. Irabazten badut haserretzen dira nirekin, zorionez, gutxitan gertatzen da. Bat batean, eguzkia desagertzen da ilargiari lekua uzten.

Egun guztiak antzekoak dira. Aktiba egoten saiatzen naiz eta ordena mantentzea modu onena iruditzen zait gauzei buelta asko ez emateko. Hasieran umeek ondo hartu zuten egoera baina egunak pasa ahala lagunak eta familiaren falta sentitzen dute. Aitonarena batez ere. Ezin dute haien bizitza imajinatu aitona gabe. Egunero bideo-deiaren bidez berarekin kontaktu egiten dugu. Hau gertatu baino lehen Aitonak ez zekion ondo nola erabili segapotoa, orain, berriz, primeran moldatu egin du. Pena handia ematen die berarekin ez egoteak baina ulertzen dute ez dagoela beste erremediorik eta etxean geratu behar dugula birusa dela eta.

Ama ere bakarrik dago etxean. Alarguna da eta oso txarto eramaten du bakardadea. Coronavirus agertu baino lehen arratsaldero elkarrekin pasatzen ditugu baina orain telefonoz hitz egitearekin konformatu behar dugu. Goizez ez dago hain txarto baina arratsaldez beherakada ematen dio. Egunak oso luzeak egiten zaizkio. Normaltasunera bueltatzeaz gogo handiak ditu. Baikorra izaten saiatu arren oso urrun ikusten du amaiera. Seme-alabak beti esaten diogu gauza bera: egon lasai , garrantzitsuena osasun izatea da. Garai arraro hau egun batean bukatuko da eta berriro elkarrekin egongo gara dudarik gabe!.

Gauza bera esaten dizut , animatu!! Badakit egoera honetan beldurra sentitzen dugula eta oso erreza dela itxaropena galtzea, baina denok lasai egon behar dugu eta dena laster bukatuko da . Besarkada handi bat eta zaindu asko!

Portugaleten, 2020ko Apirilaren 25ean

Kaixo , familia :

Gutun honen bidez, zuengana hurbildu nahi dut, distantzia murrizteko modurik onena iruditu zaidalako, presentziaren ordez.

Zuek izan zarete gure aurretik bizitza honen ibilbide xumea zeharkatu duzuenak, gure gidari eta mezulari. Gure lana orain, zuek egindako bideak gozatuz eta aztertuz, zuen aurrekoengandik eskuratu zenuten heredentzia aberastua eman diguzuen bezala, ondokoentzat uztea da.

Izan ere, kate baten mailatxo batzuk baino ez gara , eta kate hura egoki mantentzeko, bere maila higatuak zaharraren zaharez desegin arte, berriekin lotuta joan behar dute, denok garelako kate beraren kide.

Ezusteko egoera krudel honen biktimarik gogokoenak zaretenez, orain dugu garaia, bai haur, gazte eta helduok, gure hurbiltasuna helarazteko. Gerraren ondorioak sufritu zenutenak zarete eta orain ere beste era bateko gerra bati lehenengo lerrotik aurre egin behar.

Beno, ba nik etxean gelditze hau nola daramadan egun batetik bestera kontatuko dizuet : goizean 8etan altxatzen naiz, dutxatu, txukundu, gosaldtu, familia eta lagunekin elkarriketatu . Ondoren, ariketa fisiko moderatu batzuk, eta jarraian euskarazko ikastaroaren telelanak prestatu .

Hamaikak bueltan, erosketatxo batzuk egin, notiziak entzun eta bazkaria prestatu. Bazkaldu ostean, loaldi labur bat sofan . Arratsaldeak lasaiagoak; telebista ikusi, familia eta lagunekin hitz egin. Zortziretan balkoira irten erizaintzako langileei txaloak eskaintzera, geroxeago afaldu, pelikularen bat ikusi eta lotara.

Besterik gabe, egoera hau laister amaituko delakoan, har ezazue nire besarkadarik zintzoena. Agur.

Jose M°

Hola ¿como te encuentras? .Espero que estés llevando esto de estar en casa lo mejor posible.

Quien nos lo iba a decir ¿verdad?.Que un virus que ni siquiera vemos nos obligara a estar en casa tantos dias, privándonos de poder ver a nuestra familia , nuestros amigos y a la gente que queremos.Espero que al menos tu salud sea buena.

Sabes, yo tambien tengo tres hijos y dos nietos, a los cuales no veo desde hace ya mas de un mes..Todos los dias en cuanto me despierto les escribo o les llamo para asegurarme de que ellos están bien. Y cuando me dicen que si ya me quedo mas tranquila.Siempre les digo, sobre todo a mis nietos, que les encanta hablar conmigo, que cuando las personas que queremos las llevamos en el corazon, las sentimos cerca aunque estén lejos. Y así es.Aunque no nos podamos ver ni tocar, nuestro pensamiento y nuestro corazón siempre está con las personas que queremos.

Espero que tu también te sientas asi,cerca de todas las personas que quieres. Y espero también que esto pase cuanto antes, y todos podamos volver poco a poco a nuestra vida habitual.

Te envio un abrazo .Cuidate mucho.

Egun on guztioi:

#ESKUTITZAKNAGUSI ekimenean parte hartu nahiko nuke. Batxilergoko bigarren mailan nago eta 18 urte ditut.

Denboraldi honetan, dakizuenez, isolatutak gaude Koronabirusa dela eta. Egoera nahiko latza den arren, etxetik gauza pila egin ditzakegulakoan nago.

Hasteko, nire familian animatzeko egiten duguna kontatu nahiko nizueke.

Nire arrebak Leire eta Paula jadanik bitan ilea moztu didate. Horrez gain, izugarri gustuko dugu sukaldatzea, eta orduak ematen ditugu bizkotxoak eta crepak egiten. Gainera, interneten fimal eta serieak bilatzen ditugu, eta jadanik 3 serie ikusi ditugu, horrela dute izena: "La Casa de Papel","Elite" "Toy Boy", eta ziur naiz zuei ere gustatuko litzaizkizuela.

Nire aldetik ere selektibitatea ondo egiteko, egunero pixka bat ikasten dut, nota ona behar dudalako karrera aukeratu ahal izateko. Batez ere, matematika, fisika eta euskara ikasi behar ditut, nota horiek besteak baino puntuazio handiagoa emango dizkidatelako Bilboko EHU Nautika eta itsas-garraioa ikasteko.

Bigarrenik, triste eta bakarrik dauden jendeei besarkada handia bidali nahiko nieke. Izan ere, badakit nola den maite dituzun pertsonak zurekin ez daudenean. Espero dut haiekin egunero telefonoz hitz egiten duzuela.

Bukatu baino lehen, nire familia guztiak zuei osasuna opa dizuegu.

Besarkada handia!

Xabier

Kaixo lagunok:

Azkenaldian, gutun bat adinekoei idazteko ekimenari buruz entzun dut eta oso ideia ona iruditzen zait. Horregatik, nahiz eta ez dakidan nire eskutitza nork irakurriko duen, parte hartzea gustatuko litzaidake. Badakit egoera hau arraroa eta gogorra dela, egun bakoitzean, aldaketa berriei aurre egin behar diegu birusa dela eta, eta maiz, ez da erraza, baina indartsuak izan behar dugu eta abestiak esan bezala: "resistiré".

Nire kasuan indar handia behar dut. Zergatik? Egunero erronka berri bat delako. Mirandatik idazten dut eta etxean lau gara, ama, aita eta bi umeak, lau urte eta erdiko mutil bat, Eric izenekoa, eta bi hilabeteko neska bat, Elsa izenekoa. Eric, haur nahiko ona den arren, esnatzen denetik oheratzen den arte, ez da gelditzen. Goizean, gosalduta ondoren, bere aita eta biok, hari etxerako lanak eginarazten dizkiogu baina, gehienetan ezinezkoa da. Gu konturatu gabe, alde egiten digu. Arratsaldean, berriz, jarduera dibertigarri batzuk egiten ditugu: puzzleak, kirolak, erronkak eta, batez ere, eskulanak. Guk, zorionez, lorategi handi bat daukagu eta denbora asko han ematen dugu. Elsa, aldiz, oso lasaia da eta lo egitea asko gustatzen zaio, egunez behintzat; gauetz, beste kontu bat da.

Bestela, euskara ikasten ari naiz, eta denbora aurkitzea ikasteko, zaila iruditzen zait. Ahal izanez gero, goiz jaikitzen naiz, etxerako lanak egiteko, baina askotan, ez naiz gauza. Haurren, etxeko lanen, otorduen eta kirolaren artean oso nekatuta amaitzen dut. Hala eta guztiz ere, oso pozik nago denok osasuntsu eta elkarrekin gaudelako eta egunetik egunera, hurbilago gaude normaltasunera bueltatzeko. Alde ona ikusi behar da.

Gutun honekin norbait animatzea nahiko nuke. Nire gomendioa da egunero jarduera asko egitea, familiarekin harremanetan egotea, eta, gainera, pazientzia izatea; egoera hau laster pasatuko da eta denok bizitza normalera itzuliko gara.

Besarkada handi bat eta zaindu!

Maria

Egunon, Matia fundazioaren mezua entzun dut eta oso proposamena ona iruditzen zait eskutitz bat idaztearena. Geroago, norbaitek gutuna hartzea eta irakurtzea.

Ez gaude oso pozik konfinamenduetatik, baina ekimena entzutean idaztera animatu naiz. Izan ere, une honetan umore da sabaltzen gaituena.

Donostiatik idazten dizut. Bost pertsonako senide gara. Amona, ama aita eta bost urteko neska bat.

Bere izena Enara da ,eta, gainera bederatzirteko mutil autista bat . Bere izena Igor da.

Igor ez da gelditzen eta oso barregarria da.

Lehenengo egun batean irakasleak mezu bat bidali zion sukaldeko errezeta bat idazteko eskatu zion eta hau da idatzi zuena. Nocillaren ogitartekoa : hartu ogi zati bat eta ipini nocilla ogian eta hartu beste ogi zati bat eta ipini gainean.

Hala ere, Enara lasaiagoa da, nahiz eta bihurria ere izan.

Beste egun batean aurpegia margotu zuen eta amonari galdetu zion ea polita zegoen Horretaz gain, txakur bat daukagu. Bere izena koko da.

Egun batean Enarak txakurrari buztanetik hartu zuen .Eta Txakurra ohe azpian sartu zen.

Bestalde , arratsaldero zumba egiten dugu. Eta geroago, amonarekin helduentzako gimnasia egiten dugu , hark astrosia duelako.

Beranduago, gozogintza egiten dugu .Adibidez, txokolatzeko bizkotxo bat.

Besterik gabe, nik gutuna gustatzea espero dut. Beste egun batean astia dudanean beste bat idatziko dizut.

Besarkada bat Ana.

Portugalete, 2020ko Apirilaren 13an.

Egun on,

Badakit egun gogorak direla, eta oraindik geratzen dira ere, baina gero eta gertuago gaude berriz kalera joateko, lagun eta senideak berriz ikusteko eta eguzkiaz gozatzeko. Mirestekoak zarete, hainbeste bizipenak bizitzea tokatu zaizue eta orain birus honen aurkako borroka, baina guztiok elkarrekin horrela jarraituz gero irabaziko diogu!

Matia Fundazioaren ideia primerakoa iruditu zait eta hemen nago ia lortzen dudan zuen eguna pixka bat entretenigarria egiten.

Portugaletetik idazten dut eta etxean 3 pertsona gaude konfinamendua betetzen, ama aita eta nik. Aita lanera joaten da eta ondorioz egun erdia etxean dago eta bestea lantokian. Ama eta ni elkarrekin entretenitzen gara baina ere badaukagu bakoitza gure gauzetarako denbora bakarra. Nire kasuan eguneroko ekintzak antzekoak dira, euskaltegiko lanak badaude egiten ditut, zintzilik nituen liburuak irakurtzeko aukera aprobetatzeko dut eta eguneroko kirol denbora ere ateratzen dut gorputza mugitzeko. Amarekin denbora igarotzen dudanean, azkarrago pasatzen da elkarrekiko jarduera dibertigarriak egiten ditugulako, adibidez sukaldean rosakilak, tarta, gailetak, edo antzeko postreak egin, mahai-jokoetan aritzen gara, filmak ikusten ditugu, marrazketak... Berarekin denbora pasatzea konfinamendu honetako gustokoena da niretzat.

la egunero egiten dugun beste gauza bideo deiak dira, senide eta lagunekin ikusteko oso ondo dator baita ere kontaktua ez galtzeko. Agian bideo deiak egiteko traba gehiago dituzue teknologia berriagoko telefonoak beharrezkoak direla, baina betiko dei normalak egiten dezazuen animatzen zaituztet.

Espero dut irakurriz gero, minutu batzuk pasa izana eta gustoko izan baduzue berriz idazteko prest nago.

Gogoratu gero eta gertuago gaudela, ez etsi!
Eskerrik asko etxean geratzeagatik eta gure jarraitu beharreko adibidea izateagatik.
Besarkada handi bat!

Maitane.

Queridos mayores

Creo q en estos momentos tan difíciles lo último q tenemos q hacer es ponernos trágicos. No sirve de nada. Vosotros lo sabéis bien.

Habiendo dado a luz a 6 hijos, Lorenza, mi abuela, tuvo q despedir a mi abuelo porque le llamaron para ir a la guerra. Os acordáis? Todo lo q sufrísteis!!

Ahora os toca otra vez. Estado de alarma. Q será eso? Os pilla más mayores pero tenéis q intentar conservar vuestra alegría, q yo sé q la tenéis. No penséis muxo en las noticias, los hospitales...a mi no me ayuda nada. Ya sabemos lo q hay q hacer hasta q nos venga la vacuna, ESTAR EN CASA!! QUIET@S!!

Yo cuando me viene un momento de bajoncillo, me siento en una silla, cierro los ojos, respiro hondo e hincho la tripa y centro toda mi atención ahí. Es un ejercicio muy sencillo pero después de hacerlo te sientes mucho mejor. Probadlo! Cuanto más tiempo paséis mejor os sentiréis. Yo sé a ciencia cierta que a través de la respiración podemos controlar los pensamientos (sobre todo esos negativos que a veces nos vienen todos juntos!).

Vivo con mi gatita Deba. Ahora estoy en casa todo el día con ella y se está poniendo muy mimosa. Antes era muxo más arisca pero he notado que el amor que nos estamos dando mutuamente nos está sentando muy bien a las dos.

Conclusión: el amor es el motor. Estamos aprendiendo mucho con todo esto! Es lo bueno! Yo con eso me quedo. Y con todo lo que estoy llorando! Igual me hacía falta!

Cada vez que llegan las 20.00 todos al balcón a aplaudir. Hoy han pasado los municipales, bomberos, ambulancias... Todos pitando y dándonos las gracias por quedarnos en casa.

Me estoy quedando sequita!

Much@s de vosotr@s estaréis hablando con la familia a través del móvil. Quién os iba a decir? Yo nunca había hecho antes una videollamada tampoco y ahora hablo con mi hermano, cuñada, sobrinas y mis padres y es como una película. Todos allí, cada uno con su teléfono. Un poco ridículo, pero está muy bien porque, estando lejos, los siento muy cerca. Nunca les había dicho a mis padres lo que les quiero. Ha tenido que llegar una pandemia para que salga de mi boca!!

Siento que nos tenemos q quedar con lo bueno de esto. Y hay mucho!

En un mes volveremos a salir. Pero esto que está pasando ahora es el presente, y también hay que vivirlo. Por eso, os deseo que lo llevéis lo mejor posible. No penséis en lo que no podéis hacer sino en todas las cosas hermosas que podéis hacer estos días.

Seguro q sois un@s artistas. Podéis pintar, escribir, leer, bailar, cantar, gimnasia suavecita, hablar con amig@s, hacer labores (punto, ganchillo...) y a veces simplemente, no hacer nada. Sentaditos con la espalda recta... a contar respiraciones.

En fin, muchísimas cosas. Lo bueno es REINVENTARSE. Y si alguien nos ha obligado a pararnos pues ...vamos a aprovechar que esto es por algo! Yo lo tengo claro!

A mí lo que menos me gustaría sería volver al estrés de antes. Algo tenemos que cambiar. Nuestro interior, me parece a mí.

Esto lo pasamos enseguidita. Ya no nos queda nada!

Ahora, lo que hay que hacer es QUEDARSE EN CASITA. solit@, acompañad@, a cada uno como nos haya tocado....Hasta que nos digan.

Que sale el sol? Pues a dar las gracias porque ha salido el sol.

Que llueve? Pues a dar las gracias porque se está limpiando el ambiente.

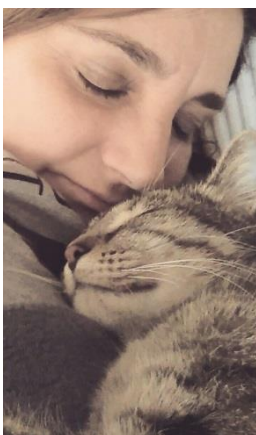
Además, otra cosa os voy a decir, la naturaleza necesita un reajuste de vez en cuando y estos momentos le están viniendo muy bien para respirar. Otra cosa positiva por lo que tenemos que estar agradecidos!

Bueno, me despido ya, compañer@s, no sin antes mandaros todo mi cariño.

Os mando también una foto de uno de nuestros momentos en casa.

Un beso a tod@s

Deba



Eibarren, 2020ko apirilaren 11n

Kaixo,

Olga naiz eta Eibartik idazten dizuet. Ni ere euskaltegiko ikaslea naiz eta aurten C1eko azterketa prestatzen ari naiz; beraz, astero idazlan bat, gutxienez, egin behar izaten dut eta, egia esan, batzuetan kostatzen zait, badakizue...gaiaren, inspirazioaren edo gogoaren arabera...

Oraingoan, ordea, zeharo desberdina izan da. Irakasleak proposatu zigunean, email bitartez, ekimen honetan parte hartzea, ideia bikaina iruditu zitzaidan eta, batez ere, eragingarria. Izan ere, gure "lanek" helburu polit bat edukiko dute: Matiaren egoiliarrei, zuoi, garai zail hauetan, momentu atsegin bat eskaintzea eta, agian, irribarretxo bat margotzea zuen aurpegietan.

Nire errutina ez da gainontzekoenaren oso desberdina: goizak azkar pasatzen dira euskara ikasten, kirola egiten, sukaldatzen. Arratsaldeak, berriz, pixka bat luzeagoak egiten zaizkit, baina ez dugu lagatzen nagia edo asperdura gure errutinan sartzen; beraz, atsedeen bat egin ondoren, nire 10 urteko semearekin irakurtzen dut, jolasten dut... zortzirak heldu arte. Hori bai momentu magikoa, non ia balkoi guztiak jendez betetzen diren osasun langileak txalotzeko. Nik, egia esan, itxialdiaren 27 egun eta gero, aspalditik jada, umeak eta pertsona nagusiak ere txalotzen ditut. Izan ere, umeak ezin dira ateratzen kalera erosketak egitera, ezin dute zakarra jaisten, ezin dituzte maskotak paseatzera ateratzen... eta lau pareten artean egoerari aurre egiten ari dira benetakako txapeldunak bezala.

Eta zuek ere, arrisku – taldea izateagatik, lau pareten artean pasatu behar duzue krisi hau, eta gainera, familiakoen bisitarik gabe...Horregatik, eskutitz honekin zuei indarra eta maitasun handia bidali nahiko nizueke. Ez dut inolako zalantzarik, beste guda batzuk irabazi zenituzten bezala, koronabirusa ere laster menderatuko duzue. Ahal den neurrian, mantendu ezazue burua eta gorputza aktibo eta erabili itzazue teknologia berriak senideekin harremanetan jartzeko. Badakit ez dela berdina, baina gauzak ondo egiten baditugu, bolada hau azkarrago pasatuko da, eta orduan bai, besarkaden, muxuen eta ospakizunen momentua helduko da, eta, beharbada, inoiz baino gehiago baloratuko dugu.

Ez zaituztegu ahaztu. Eutsi goiari! Besarkada handi bat.

Olga

Portugalete, 2020ko apirilaren 2a

Kaixo, lagun:

COVID-19a gure bizitzetara ailegatu denetik, sozializatzeko aukerak murriztu egin dira eta nori idazten diodan ez jakin arren, gutun hau idaztera animatu naiz atzetik dagoen mezua oso polita iruditu zaidalako. Izan ere, guztion artean laguntzea eta elkarlanean aritzea da une honetan egin behar duguna eta garai aproposa da bakoitzak bere alderik ulerberenena eta solidarioena erakusteko. Jakin badakit nire bizitza oraintxe bertan ez dela oso interegarria, baina nola bizi izaten ari naizen berrogeialdia kontatuko dizut eta saiatuko naiz minutu atsegin batzuk izan ditzazun.

Hasteko, esan beharra daukat bakarrik egotearen partaide nagusia naizela eta nire espazio pertsonala behar dudala askotan, jendearengandik deskonektatzeko. Horregatik, egun hauetako egoera gogorra dela-eta, isolatuta egoteko momentuak akabatu dira. Egunerokotasunean, nire gurasoek etxetik kanpo egiten dute lan, baina konfinamenduarekin guztiok pilatuta gaude etxean, baita nire neba ere eta isiltasuna bukatu egin da. Pazientzia gutxiko pertsona naizenez gero, liskarrak hasi dira; beno, egia esan duela bi aste eta erdi hasi ziren.

Hala ere, pentsatzen hasi naiz besteen egoeretan eta ohartu naiz pertsona asko beraien etxeetan bakarrik eta asperturik egongo direla. Horren ondorioz, guztiok egoera zailtan gaudenez, ahaleginak egin behar izango ditugu ahalik eta lasterren normaltasunera itzultzeko baita geure ingurukoei egunak atseginagoak egin. Beraz, txapa hau bota eta gero esperantza ez galtzea eskatzen dizut ziur bainago guztion artean lortuko dugula.

Besarkada handi bat eta zaindu asko!

Ainhoa

Kaixo!

Gutunen ideia entzun nuenean, oso ideia ona iruditu zitzaidan. Hortaz, hona hemen nire gutuna:

Pablo dut izena, Gasteizen bizi naiz eta etxean 4 gara: gurasoak, 20 urteko arreba eta laurok. 18 urte ditut eta aurren Selektibitatea egin behar dut unibertsitate sartzeko; ondorioz, asko kezkatzen nau eskolara ez joateak. Nire arreba Irenek Zuzenbidea ikasten du unibertsitatean eta hura ere dago kezkatuta, ez dakielako zer gertatuko den. Amak etxetik lan egiten du, baina aitak bere bitxi-denda itxi behar izan du. Aiton-amonak pixkat beldurtuta daude Koronabirusa dela eta.

Hasieran, erabat triste nengoen, ezin nituelako ez lagunak ez familia ikusi. Hala ere, geroago konturatu nintzen triste egoteak ez zuela birusa hilko eta, orduan, positibo mantentzeko gauzak egiten hasi nintzen: jadanik bi liburu irakurri ditut eta arrebak eta biok sarritan egiten ditugu galletak eta pastelak, eta bestelako txorrakeriak ere egiten ditugu. Pozten nau, hori dela medio nire arrebarekin gero eta erlazio hobea dut eta. Gainera, egunero hitz egiten dut familiarekin bideo-deien bitartez. Nire aiton-amonak ikusteak erabat pozten nau.

Oso ondo amoldatu naiz egoera berri honetara, egunen batean berriz kalera aterako garela dakit eta. Eta hori da garrantzitsuena. Egun hauetan beldurtuta eta tristea normala izan arren, ezin gara ezkorrak izan, indartsuak baizik! Gure medikuek eta erizainek birusari bataila hau irabaziko diote. Kurba igo zuen bezain azkar jaitsiko da eta egunen batean edo bestean kalera aterako gara. Baina, noiz etorriko da egun hori? Laster? Berandu? Ez du inporta. Etorriko da etorri behar duenean, eta hori da garrantzitsuena. Gure lagunak berriz ikusiko ditugu. Gure aiton-amonei eta gure ilobei berriz makina bat musu emango diegu. Berriz paseatuko gara gure parke berdeetatik eta berriz joango gara lagunekin poteatzera. Eta, garrantzitsuena: bizitza lehen baino askoz gehiago baloratuko dugu, dudarik gabe. Baina oraindik etxean geratu behar gara, autoritateek ematen diguten arauak bete behar ditugu eta pazientzia handia izan behar dugu, hori ziur aski.

Benetan espero dut zuek eta zuen familiak ondo egotea. Oso indartsuak zarete eta oso irakaspen garrantzitsua irakasten ari zatzazkigute nire adineko gazteei.

Ondo izan!
Pablo

Buenos días. Espero que te encuentres bien, al menos de salud, pues ya se que estos días sin poder tener contacto personal con nuestra familia están siendo un poco duros para todos. Estamos contando los días para que la cuarentena se pase, y cuando creemos que ya llega a su final, nos dicen que otros quince días más. Pero bueno todo sea porque no enfermemos, nosotros y sobre todo las personas que tienen la salud más delicada y corren mas riesgo de contraer esta enfermedad.

Me imagino que tendrás hijos y nietos que estaran deseando tambien estar contigo y poderte dar un abrazo, ese contacto que es tan necesario y del que este dichoso virus nos está privando también estos días

Sabes yo también estoy sola estos días, tengo tres hijos y dos nietos que hace ya más de un mes que no los puedo ver. Pero hay una frase que está siempre en mi cabeza, y que les digo a ellos también. y es que lo más importante no es lo que nos pasa, sino qué podemos contruir con ello. Y por duro que nos parezca esto, seguro que aprenderemos algo bueno de ello

Estoy segura de que esto pasará en unos días, aunque todos tendremos que seguir cuidandonos por un tiempo más.

Por lo que se oye en las noticias las cosas ya están mejorando y ya nos queda menos de este aislamiento que nos ha pillado a todos por sorpresa.

Te envío un abrazo con mucho cariño y mucho ánimo.

Kaixo, lagunak!

Hasteko, zuenganako mirespen osoa bidali nahi dizuet. Belaunaldi gogorra, indartsua eta bizirik iraun duena izan zarete. Zuek oso garai gogorrak bizi izan dituzue, diru nahikorik gabe, zuen familietatik urrun eta zuen gurasoak eta seme-alabak aldi berean zaintzen. Langile handien belaunaldia izan zarete eta honekin guztiarekin, maitasunez eta araez inguratuta hazteko aukera eman diguzue (askotan hain beharrezkoak direnak). Honengatik guztiatik, eskerrik asko.

Eskerrik asko zuen bilobekin laguntzeatik, entzuteatik, beti presaka ibiltzea barkatzeatik eta askotan telefono-dei baterako astirik ez egoteatik. Mila esker hain aberatsak diren eta hainbeste estutasunetatik ateratzen gaituzten "tuppers" horiengatik. Eskerrik asko gurekin ilusioa izateatik eta behar dugunean jarraitzera bultzatzeatik.

Oso gauza arraroa eta bitxia egokitu zaigu. Fisikoki elkarrengandik urrun egotera garamatzen birus batek, baina baita beti falta zaigun denbora izateko aukera aukera eman ere ematen digu. Benetan garrantzitsua dena baloratzeko eta faltan sobera botatzeko. Bukatzeko eskatu nahi dizuet zaindu zaitzela, etxetik gutxi atera zaitzela, osasun hobea izateko ariketa pixka bat egin dezazuela, irakur dezazuela, eskulanak egin ditzazuela, baina, batez ere, ez dezazuela animorik galdu, hau guztia amaitu arte zain gaudelako, gure bularretik atera dezakegun besarkada handiagoa emateko.

Muxu handi bat

Bilbo, 2020ko apirilaren 13an

Kaixo, lagunok!

Zelan doakizue bizitza? Guztiok jakina da nahiko egoera berezia jasaten ari garela, eta horregatik, zuei lasaitasuna transmititzea gustatuko litzaidake. Momentu hauetan, pertsona ororen osasuna ezinbestekoa da. Honen ondorioz, etxean egotea har dezakegun erabakirik egokiena dela aipatzekoa izango litzateke. Hala bada ere, estresatzea edo urduritasunaren menpe egotea oso kontu ohikoak dira. Hortaz, ez zaitzete larritu, mesedez! Primeran ulertzen zaituztet, hori edonori gerta baitakioke.

Egun guztiak berdinak diruditen arren, uste dut denborarekin zerbait egin beharra dagoela.

Ziur nago, beti jarduera bereziren bat egiteko gogoia izan duzuela; baina denbora ezagatik ezin izan duzuela zuen helburua bete. Dirudienez, orain ekintza berriak egiteko aukerarik onena aurkeztu egin zaizue. Ez ahaztu nahi duzuen egin dezakezuela; oso kapazak baitzarate. Ni, adibidez, amonarekin sukaldatzen ikasten hasi naiz. Zoritzarrez, nire trebetasun kulinarioa ez da nik uste bezain ona. Izan ere, behin baino gehiagotan; erre egin zaizkit prestatu egin ditudan pastelak. Ze trakesta naizen!

Era berean, zer deritzozue yogan aritzeari? Nik egunero yoga praktikatzen dut; eta zin egiten dizuet, atsedean hartzen laguntzen nauela. Beraz, badakizue! Gogoia pizten bazaizue, youtuben eta Interneten mila ariketa aurkituko dituzue; zuen gorputzarekin konektatzeko asmoz.

Bukatzeke, zuei eskerrak ematea gustatuko litzaidake, zuen eskutik balore asko jaso baititugu. Oso indartsuak zarete; eta zuen kemena zein esfortsuan inspiratuz, ziur nago guztion artean birusa garaituko dugula.

Besarkada handi bat!

Iñigo

Ortuellan, 2020ko apirilaren 1ean

Kaixo, laguna!

Badakit irten gabe zaudela eta agian aspertuta egongo zarela. Minutu batzuk kentzea nahiko nizkizuke, zure aurpegian irribarre bat ikusteko. Egun hauek oso arraroak dira guztiontzat, baina zure lekuan jartzen banaiz, zailagoa ikusten dut.

Hasteko, pertsonekin kontaktua ez izatea asko kostatzen zaigu oso besarkada zaleak garelako. Gainera, zure kasuan adina dela eta, arrisku faktore bat zara eta prebentzio neurri gehiago izan behar dituzu. Nire bizitzaren zati bat kontatu nahiko nizuke ikusteko arriskua ez dela beldurra izateko argudioa. Nire izena Esther da eta nahiz eta gaztea izan, arrisku faktorea naiz. Nire 17 urterekin gaixotasun autoinmune bat daukat, nire defentsen parte bat blokeatzen didana. Baina egunero leihoan nago sanitarioei eskertzeko eta zure lekuan dauden pertsonen animoak emateko.

Arira bueltatzen, gomendio bat daukat zuretzat. Nahiko nuke egun hauetan telefonoa baduzu, familiarekin eta lagunekin hitz egitea. Izan ere, haiek izango dira indar handiena emango dizutenak. Hala ere, familia oso kezkatuta egongo da zure egoera jakinda; beraz, lasaitasunezko eta esperantzazko hitzaz esateko beharra duzu.

Bestalde, ariketa fisikoren bat egitea ondo datorkizu, bestela atrofiatuta geratuko zara eta ez dugu hori nahi, ezta? Ez egin ni bezala, egun guztia ordenagailuaren aurrean nagoela. Esan beharra daukat ez dela nahi dudalako, baizik eta klaseak mantentzen ditudalako eta lana egin behar dudalako.

Amaitzeko, nahiko nuke irribarre handia edukitzea ahoan. Eskerrak eman behar dizkizut indartsu mantentzen zarelako eta, kasu eginda hartutako neurriei, aurrera aterako zarelako. Guztiok batera aterako gara, gutxienez, hurrengo negurarte. Gogor eutsi eta espero dut gutxi barru familiaz eta lagunenez gozatzea behar den modua.

Besterik gabe, animo!

Esther Vaca Pérez

2020ko apirilaren 2a

Kaixo, laguna!

Zelan? Badakit egun eta gau lau pareten artean egotea ez zela duela hiru bat aste espero zenuena, guztioi ustekabeen harrapatu gaituen kontua izan da. Hala eta guztiz ere, ezin dugu inola ere itxaropena galdu. Adituek diotenez, pare bat hilabeteko konfinamendua izango da, beraz, laster ikusiko dugu elkar, eta ohiko bizitzara bueltatzeko aukera izango dugu.

Dena den, egoera hau bukatutakoan, zure bizitza luzeari buruzko pasadizo berri bat gehitu ahal izango duzu. Seguruenik, bai seme-alabak bai bilobak eta urte batzuen buruan birbilobak zuk bizi izandakoaz harro-harro sentituko dira. Beraz, beti bezala gogotsu eta irribarretsu jarraitzea espero dut.

Azken horren ildotik, egiten al duzue jolasik edo bertan? Hemen, etxean, arratsalderoko ohitura bihurtu da kartetan eta partxisean aritzea. Egia esanda, denbora pasatzeko bide ona dela deritzot. Horretaz aparte, burua antolatzeke eta norbere pentsamenduetan murgiltzeke aukera ezinobea eskaintzen digu lasaitasun egoera honek.

Aprobetxa dezagun guzti hori bizitzaren eguneroko xehetasunen eta garrantzia gutxikoak omen ziren gauzen balioa azpimarratzeko; esaterako, eguzkia ikustea, jendearekin harremanatzea edota paseotxo bat ematea. Esan bezala, gogotsu jarraitzea espero dut. Badakizu elkarrekin oztopo handi honi aurre egingo diogula.

Eman ezin dizudan musu handia bidaltzen dizut.

Haizea

Arratsalde on!

Oso inizatiba polita dirudit ekimen hau naugisiei zer edo zer kontatzeko eta denbora pasatzera laguntzeko.

Nik urte honetan euskaltegian nabil B2 maila prestatzen. Irakasleak proposatu zigun ekitaldi hau egitea eta erabiki dut e-mail bat bidaltzea.

Etxean hiru pertsona gara; bikotekide, alaba (Lía izenekoa eta urte eta erdikoa), ni eta katutxoa, Cleo izenekoa. Nire ustez txarrago eramaten duena katutxaa da alabak denbora guztia dagoelako etxean zehar jarraitzen. Egia esan, alabarekin ezinezkoa da aspertzea, kemen handia dauka berak. Oraindik txika den arren asko ikasten ari da egun honetan, harrituta nago berarekin. Pasaden astean jolastu dugun bitartean bokalak ikasi zituen, gainera gero eta hitz gehiago erabiltzen ditu eta esaldi laburrak eta errazak eraikitzen ditu.

Egoera hau, niretzat erronka bat da. Bera entretenitzeko txitean-pitean joku berriak asmatu behar izaten ditut, baina nire sormenak ezin du gehiago asmatu. Eskerrak ematen diet egunero sare sozialei jokuz eta ideaz beteta egoteagatik.

Jadanik etxean daramagu hilabete bat, eta egoera neketsua egiten da, ez etxean egoteagatik baizik eta gurasoak eta lagunak ez ikusteagatik. Baina, uste dut berriro elkar ikusiko dugula laster, nahiz eta ezin izango ditugun besarkadak eman, aurpegiak elkar ikusiko ditugu behizat.

Espero dut joso zaitzazuela gutunak lagunduko zizueketen gatibunaldi hau erresagoa egitea.

Besarkada handi bat eta ondo izan!

-

Itsaso

Portugalete, 2020ko apirilaren 4a

Kaixo, laguna!

Oraindik koronabirusaren menpean gaude, gogor borrokatzen birus madarikatu hau botatzeko. Esfortzu ikagarriak egiten ari gara. Badakit zu ni bezala kokoteraino egongo zarela koronabirusarekin, eta, horrez gain ez dut ezer interesgarria egiten. Ez naiz adineko pertsona bat, bakarrik ikasle bat. Hori dela eta zure bizitzako istorioak askoz interesgarriagoak izango dira, nire bizitza baino.

Hala ere, nire anekdota txiki bat kontatuko dizut, gehiegi ez aspertzeko. Hemen doa: nik gutxi gorabera hamabost urte nituenean, pertsona edadetua izan nahi nuen, beti esaten nion nire amonari bera bezala izan nahi nuela. Ez bakarrik bere jakinduria eta esperientzia dibertigarriagatik, nire desioa Inersora jotea zen, baina oraindik ez dut lortu.

Orain ez daude Inersio bidaiak baina gutxienez, pantaila batez bitartez bidaiatu ahal dugu argazkiekin. Beste gaian sartuta gustatuko litzaidake zure istorioak entzutea eta pertsonalki ezagutzea. Oso interesgarria izango da pertsona ezezagunengandik mezuak jasotzea.

Musu handi bat eta asko zaindu.

Oharra: Teknologia ikasteko momentu bikaina da.

Paula

Bilbo, 2020ko apirilaren 12a

Kaixo lagunak!

Zer moduz zaudete egoera honetan? Badakit ondo zainduta zaudetela erizain eta zaintzaileekin, baina faltan botatzen dituzue zuen familiakoak. Jakin ezazue guk ere faltan botatzen ditugula, zuen kontuak, istorioak, abenturak,... Orain bakarrik telefonoz hitz egin dezakegu eta hori ez da nahikoa ezta!

Gu etxean bost bizi gara, nire gurasoak, ahizpa, ni eta nire arraina. Egoera berezia da, hasieran epe laburrerako izango zelakoan geunden, baina hau luzatzen doa. Hasieratik etxean, eguneroko bizimoduan ordutegi bat jarraitzen dugu, etxerako lanak egiteko, ariketa fisikoa egiteko, pelikulak ikusteko, leihora irten eta zortzietan txaloak emateko, janaria prestatzeko,... Klaseak online jasotzea gauza berri bat izan da niretzat.

Etxean ondo gaude nire amak leihoak beti ditu zabalik edozein ordutan, berak esaten du haize berriarekin hobeto gaudela. Deskubrimendu bat izan da gure ama gurekin aerobic egitea. Etxean ariketa fisikoa egin arren kirola egitea faltan botatzen dut, igeriketa eta eskalada oso gustuko ditudalako. Denbora gehiago dudanez, berriro hasi naiz margozten eta oso pozik nago, utzi behar izan nuelako denborarik ez nuelako eta orain berreskuratu egin dut. Bere alde onak ditu etxean egoteak.

Espero dut egoera hau asko ez luzatzea, niretzat ikasturte hau oso garrantzitsua baita. Uste dut gure agintariak eta guk gertatutakoarekin ikasi behar dugula. Egutero abestiak entzuten ditut eta gustatzen zaidan bat " ez gaitu inork geldituko" da. Argi daukat lortuko dugula.

Zuek belaunaldi oso gogorra izan zarete eta guretzat eredu bat. Eutsi goiari! Hemen gaude zuekin batera.

Indarrez betetako besarkada handi bat!

Ane

Querido amigo o amiga, ¿qué tal estas? ¿Como llevas este confinamiento?

Me llamo Magui y me considero una afortunada, mi entorno familiar y mis amigos se encuentran bien y aquellos amigos que les ha atrapado este virus, van mejorando poco a poco, y van superando esta terrible enfermedad.

Me parece raro escribir esta carta sin saber a quien va a llegar, a quien va dirigida, con lo que he decidido preguntar poco porque la verdad no me apetece meter la pata con preguntas concretas.

Aquí estoy, ya comienza la cuarta semana de confinamiento, en casa, trabajando, teletrabajo. Me he puesto a trabajar en una mesa que da para la calle, y por lo menos creo que después de casi 30 años trabajando es de las primeras veces que veo el tiempo, si llueve o hace calor, observo a los pocos vecinos, sus plantas, sus terrazas, sus ventanas...

Procuro salir poco de casa, dos veces a la semana y cuando voy por la calle voy toda tapada y con guantes para no tocar nada con las manos. A veces me encuentro que casi no respiro, con la boca bien cerrada y con pocas palabras para que no entre nada en mi organismo. Dicen que la transmisión va por boca, ojos y nariz, así que yo discretita.

Es una sensación nueva la que tengo, atrapada en mi casa, sin libertad, con normas que, por supuesto hay que cumplir, pero, ¿cómo hemos llegado a esta situación?

Hace poco llego a mis manos un video de Bill Gates un persona muy inteligente de este mundo que es el fundador en la empresa Microsoft, y en el año 2015 ya vaticinaba esta situación comentando que estamos preparados para seguir creciendo en todas las empresas en el mundo pero para lo que no estamos preparados es para luchar contra una pandemia, contra un virus ya que hemos dejado de invertir en investigación y enfermedades porque no reportan beneficios inmediatos!!!!!!

Y es verdad, es así y seguimos con el motor en marcha incapaces de bajarnos.

Ja,ja,ja, ¡cómo somos los humanos! , vivimos como si no hubiera un mañana . Y esa frase tan típica de este momento en nuestras vidas de NO TENGO TIEMPO PARA.... De repente se vuelve rara, vacía, porque ahora tenemos tiempo para muchas cosassss.

Espero poder aprender de este momento en mi vida, valorar lo que tenemos en presente, no esperar a mañana, relajarnos que todo se puede hacer y dar una oportunidad a esta vida tan fantástica que tenemos.

Un abrazo amigo y amiga,
Magui 6 de abril de 2020.

Queridos amigos:

Me llamo Maria y os escribo desde Italia porque es aquí donde vivo desde hace bastante tiempo, en la Lombardia,[donde llegó el contagio del virus antes de que llegara a España], en una pequeña ciudad llamada Magenta, no sé si la conocéis, está cerca de Milán. Tengo dos hijas, Cristina de 16 años y Carla de 12, que normalmente son buenas....tienen momentos que se las traen! pero no me puedo quejar.

A mediados de febrero estuve en España para ver a mi familia, y pocos días después, en Italia, sin saber muy bien que es lo que pasaba, y si era importante o no, empezaron a cerrarnos los colegios....Se me cayó el mundo encima! pensé en lo pesado que sería estar todo el día sustituyendo a los profesores [sobre todo con la más pequeña] y aguantando los momentos de peleas que tienen entre ellas, y con los días grises que caracterizan a esta zona, sin poder salir ni ver a mis amigos... Aquí empezamos así el 23 de febrero. Las noticias eran un poco contrastantes, empezaron a limitar el horario de apertura de bares, restaurantes, anularon las actividades deportivas, hasta que nos dimos cuenta de que la cosa era seria y desde entonces seguimos en casa intentando seguir los consejos y llevarlo lo mejor posible.

Cristina empezó a recibir sus clases por internet, lo que es muy positivo porque es una forma de mantener el contacto con sus profesores y compañeros. Carla tiene menos suerte y solo recibe deberes y correcciones de los deberes que hace. Nos

hemos dado cuenta de lo importante que es intentar seguir una rutina lo màs parecida posible a la que llevàbamos antes. Hemos pasado de estar todo el dìa en pijama, a levantarnos, vestirnos, seguir las clases/deberes y dedicar una parte del dìa a hacer un poco de ejercicio. Hemos pensado en poner unos videos en la tele con unos bailes que tenemos que seguir y asì ademàs nos divertimos, yo acabo muerta! ellas tienen muchìsima energìa!

Como muchas otras personas, nos dedicamos bastante a la cocina....pero sobre todo, a la que hace engordar y ya lo voy notando...pan, galletas de coco, galletas de chocolate, galletas normales, tarta de manzana, tarta de zanahoria....de todo! [si teneis alguna receta resultona, espero que me la envieis, con el secreto, por supuesto]

Hoy es un dia con sol y 20 grados, asì que hemos pasado bastante tiempo en la terraza, donde he puesto un pòster de Ibiza para alegrarnos la vista, hemos hecho deberes y hasta hemos cortado el pelo a Carla siguiendo un video de internet, y no ha quedado mal.

En días màs grises me habìa propuesto, poner un poco de orden en la casa. Habìa pensado incluso en hacer un concurso para emparejar calcetines, pero mis hijas encuentran siempre excusas para no hacerlo.

Una cosa buena....he retomado el contacto con amigos y familia con los que hace tiempo que no hablaba, gente con la que no me llevaba bien, ha demostrado comportamientos que me han sorprendido positivamente, mis hijas se pelean con mucha menos frecuencia, creo que estàn madurando, y espero hacer nuevos amigos.

....Empiezan a llegar noticias por aquì de que la situaciòn està mejorando, ya queda menos

Espero que me escribais y me conteis o me deis algùn consejito.

Un abrazo a todos.



Kaixo lagunak!

Susana naiz eta euskaltegian ikasten ari naiz. Atzo ikasbil webgunean sartu nintzen eta zuei gutun bat bidaltzeko ideia ikusi bezain pronto, idaztea erabaki nuen, ideia oso ona iruditzen zaidalako. Baina, ordenagailuarekin borroka personal bat dudanez, gutuna idatzi eta gero, ez dakit zer demotre egin nuen eta nahi gabe borratu egin nuen. Horregatik, gaur beste bat idaztea erabaki dut. Alde batetik zuek entretenitua egotea ondo datorkizue eta bestetik nik euskera praktika dezakedalako.

Nahiz eta hilabete hau oso gogorra eta luzea izan konfinamentuagatik, bere alde onak ikusten ditut. Hau da, jendea elkartuago eta sentsibilitatua dago, eta bere alde ona ateratzen du besteei laguntzeko. Hori oso positiboa da. Esate baterako, nere atarian adineko jendea bizi da eta gazteenok zaborra botatzeko edo erosketak egiteko prest gaude. Hala eta guztiz ere, ez dut uste gurean bakarria denik, baizik eta gero eta gehiagotan gertatzen da.

Besarkadak eta muxuak falta izan arren, ziur nago zuek ere berotasun hori nabaritzen duzuela, zuen inguruan dagoen jendea zoragarria delako zalantzarik gabe eta egoera errazteko prest daude, profesionalak direlako.

Horrez gain, nire bizitza nola den momentu zail hauetan kontatu nahiko nizueke.

Etxean lau bizi gara, senarra, bi seme eta ni, baina momento honetan hiru gaude, nire seme gazteena, koronabirusaren asuntua hasi baino lehen, egun batzuk kanpoan pasatzera joan zen eta ezin izan zen itzuli. Hasieran oso gaizki pasa nuen baina ondo dagoena jakinda, lasaiago nago eta ia egunero berarekin hitz egiten dut.

Bestalde, nire senarra pensionista denez, etxean dago eta beste semea ere gurekin dago. Ba, benetan esaten dizuet, eskerrak egunero lanera joan behar dudana, bestela ez dakit nola aguantatuko nukeen. Eroskiko supermerkatu batean egiten dut lan eta oso ondo datorkit egunero etxetik ateratzea. Dendako giroa aldatu egin da, benetan, egoera honek lagundu digu hori aldatzera, elkartuago gaude eta elkar laguntzen dugu, horregatik pozten naiz, hau beste alde ona da eta.

Hala ere, etxera itzultzen naizenean ez dut denbora asko izaten aspertzeko, euskera ikasi, etxeko lanak egin, kirol pixkat egin eta gehiagorik ez. Baina igandeetan edo Aste Santuko egunetan egun osoa etxean... desberdina izan da. Ez dakizue zer den senarra eta semea aspertuta ondoan izatea...jajajja gainera, eskerrak bestea kanpoan dagoen bestela etxe zoro bat izango litzateke. Benetan lanera buletatzeko gogoarekin nago. Eskerrak gaur berriro hasiko naizen jajajaj.

Beno, bukatzeko, ondo joango dela esan behar dizuet, beraz, eutsi gogor!

Kaixo, lagunok:

Xabier naiz, 65 urte ditut eta Getxoko Udal Euskaltegian euskara ikasten ari naiz. Gure ama egoitza batean dagoenez, badakit nolakoa den zuen gaur egungo egoera lau pareten artean.

Koronabirusa dela eta, badago denbora gehiegi elkar ikusi gabe. Zuen senideok zain gaude zuekin berriro elkartzeko, solas egiteko eta, batez ere, musu handi bat emateko. Hala ere, hori egitea ezinezkoa denez, pazientzia apur bat eduki behar dugu, beste aukerarik ez baitugu. Arduradunek adierazten digute ondo zaudetela, baina neurri ugari hartu behar dituztela birusen aurka zuek babesteko. Nola edo hala, asko eskertu behar diegu maitasunez eta laztanez zaintzen zaituztetenei.

Kontuan hartu behar da mundu guztia egoera berean dagoela. Harrigarria da pentsatzea nola oraintxe bertan mila miloi pertsona batera gauden etxean konfinatuta pandemia dela eta. Oraintxe Aste Santuan gaudela, baina inon ez dagoprozesiorik, Vatikanon ez dago inor, ezta Jerusalem ere, leku guztiak hutsik daude, jendearen arrastorik ez. Aurtengo Aste Santua antzinakoa bezalakoa da, ez dago tabernarik, ez dago zinerik; ezin da gauza apartekorik egin.

Ospakizun honetan gure aitak aprobetxatzen zuen etxean lantxo bat edo beste egiteko. Gogoratzen dut aita eta biok gelak eta sukaldea pintatu genituela soberan hitz eginez. Asko ikasi nuen aste horietan, margotzen ez ezik, hainbeste gauza ere aitagandik ikasi nituen. Aurten, emaztea, alaba eta hirurok, etxean lantxo batzuk egiten ari gara, eta uste dut, nolabait, historia bera errepikatzen ari garela. Badakizue Mikel Laboaren abestia " Gu sortu ginen enbor beretik sortuko dira besteak..."

Beraz, paretak margotzen eta euskara ikasten ari naiz arratsaldeko zortziak arte. Orduan, auzokide bat, ingelesa, bere tronpetaz ateratzen da balkoira eta jotzen hasten da, pasodobleak edo beste abesti alai bat. Bien bitartean auzokide guztiok, leihoetatik eta balkoietatik, osasun lankideei txalo egiten diegu beren zaintza eskertzeko; batez ere, egoitzetan zaintzen zaituztetenei.

Nahiz eta, bereziki zuentzat, gaur egungo egoera hain gogorra izan, agintariak adierazten dute koronabirusa geldiarazten hasi garela. Gure ahalegin guztiari esker kutsatuen kopurua murrizten hasi da. Beraz, gaurtik gutxira gure betiko bizimodua poliki-poliki errekuperatuko dugu. Egia esan, espero dut beste bizimodu berri bat sortuko dela gripea menperatu eta gero. Espero dut lehen baino solidaritate handiagoarekin eta erritmo lasaigoarekin biziko garela, eta askoz denbora gehiago emango diogula gauza garrantzitsuenari, alegia, familiari eta zuei.

Sinesten dut laster elkartuko garela berriz, eta egoitzako gela nagusian elkarrekin egongo garela kontu kontari, eta baldin bada, kantu bat edo bi egingo ditugula. Eta eguraldi ona izanez gero, lagunduko dizuegu bastoiarekin edo gurrpil-aulkiarekin eta balkoi luzera joango gara paseotxo bat ematera, eguzkia eta itsasoko brisa gure aurpegian sentituz. Eta, noizean behin, kanpora ere aterako gara kaleak, jendea, usoak, haurrak eta loreak ikustera.

Bien bitartean, pazientzia gutziz (jo eta ke koronabirusa gainditu arte)

Beraz,

Animo!

Eutsi goiari!

Muxu pila bat

Xabier

Hola

Egunon ¿que tal te encuentras? Supongo que un poco cansado de estar sin poder salir, y sobre todo sin poder ver a tus familiares.

Hoy hace un día buenísimo, de los que es agradable salir a tomar el sol, pero nada solo lo podemos tomar en la ventana, o si tenemos suerte en la terracita de nuestra casa.

Así estamos todos, yo igual, deseando poder ver a mis hijos, a mis nietos...

sabemos que todo esto es para proteger nuestra salud, pero de todas formas se nos está haciendo muy largo ¿verdad?

Pero bueno, estos días ya están diciendo en las noticias y en los medios de comunicación que todo va mejorando ya, y si todo sigue bien, el día 25 de Abril ya podremos empezar poco a poco a hacer una vida más normal.

Por mi trabajo este verano estuve acompañando a gente mayor, y me hablaban de la guerra, de la gripe que hubo en 1918, de tantas dificultades y de tanto que tuvieron que trabajar en su juventud para poder salir adelante. Supongo que en tu caso también habrá sido así.

Estos días todos nos hemos tenido que quedar en casa, pero yo pensaba que somos afortunados por tener una casa donde poder estar, con calefacción con medios para comunicarnos con nuestra familia, con alimentos suficientes...yo pensaba en la gente que vive en las calles, y que ni siquiera disponen de una casa donde estar.

Así que pensé que teníamos que ver lo bueno que tenemos, y que lo más importante es nuestra salud.

Yo espero y deseo que te encuentres muy bien, y que te animes porque esta cuarentena ya pronto va a terminar, y podremos ver a las personas que más queremos.

Te envío un abrazo. Cuidate mucho.

Portugaleten, 2020ko apirilaren 2an

Kaixo, laguna!

Portugaletetik idazten dut, bigarren batxilergoko ikaslea naiz eta euskara ikasgaitik proposatu digute koronabirusaren aurkako ekimen hau.

Alaba bakarra naiz, gurasoekin bizi naiz etxe txiki batean eta hiru asteko konfinamendu madarikatu honen ondoren, agian ez dira gauza asko geratzen distraitzeko. Horregatik hemen nauzu nire esperientzia pixka bat kontatzeko, egunak pixka bat atseginagoak izan daitezten.

Askori gertatu zaigun bezala, lehen egunetan ez nuen zer egiteko ideiarik. Zorionez, egun batzuk geroago, kontu berriak agertzen hasi ziren sare sozialetan, egiteko hainbat ekintzak proposatzen (adib: @yoencasita). Beraz, nik egin nahiko nituzkeen gauza dibertigarrien zerrenda zorrotza egiten hasi nintzen; bideojokoetan jolastea, gela garbitzea, armairua ordenatzea eta horrelakoak... Azkenean, apuntatzen nituen jarduera askotatik zerrenda ezberdinak egin behar izan nituen gauza bakoitzarentzat: filmak eta telesailak, liburuak, eskulanak... eta ondoan laukitxo bat jartzen nuen, lana osatzerakoan ezabatzen nuena. Antsietatea sufritzen dudanez, ekintza horiek primeran

etorri zaizkit egoera hobeto eramateko eta egin ahal izan dudan gauzarik onena lorategi zen txiki bat eraikitzea izan da. Ez dakizu zein ondo pasatu dudan harearekin, harritxoekin eta arrasteluarekin jolasten!

Asko laguntzen duen beste zerbait, gehien maite dugun eta egoera hau dela-eta, bisitatu ezin dugun jendearekin hitz egitea da. Esate baterako, gure adinekoen kasuan bezala, arrisku handiena dutenak birus honen aurrean. Nire kasuan, lehengo egunean erakutsi nion amonari nola egin bideo-deiak, eta orain egunero deitzen dit bere katuak nola dauden erakusteko.

Egoera honek balio izango digu konturatzeko zer gutxi baloratzen dugun daukaguna; egun batean besarkatu ezin dugun arte. Horregatik gehien maite duzun pertsonari deitzera eta zenbat maite duzun jakinaraztera animatzen zaitut. Elkarrekin atera gaitzke hemendik !

Besarkada handi bat !

Eta egun batean Lurra gelditu zen!

Zer demontre gertatzen ari da? Zergatik ezin gara joan kanpora gure eguneroko bizitza jarraitzeko? Eguzkia hartzeko, gure seme-alabekin eta ilobekin egoteko? Eta hori gutxi balitz bezala, gehienok hil gaitzke zaharrak garelako. Eta pentsatu genuen gerra zibila txarrena zela! Garai hartan, behintzat, elkar izan genuen.

Zer demontre gertatzen ari da? Nire auzokidea ezin da irten nagusien etxeko logelatik. Alarguna geratu zen senidea ezin izan zen joan ospitalera senarrari agur esateko! Eta ezin izan ginen hiletara joan; eta hori ez ezik, besarkada bat ere ezin izan genion elkarri eman!

Zer demontre gertatzen ari da? Itxita dago anbulatorioa; desagertu da gure medikua, eta beste sendagile ezezagun batzuekin telefonoz hitz egin behar dugu gure minak kontatzeko. Inork ez digu kasurik egiten.

Bakarrik gaude gure bakardadearekin, bai, hau egia da; **baina ez ahaztu zaharrak garela eta horrezkero jakintsuagoak**. Denbora luzez bizi izan gara, zertan datzan bizitza jakiteko. Gure historia, historiaz beteta dago oztopoak gainditzeko.

Badakizue kontua? Behin batez, errege batek adituei aholkua eskatu zien: bizitzeko bizpahiru edo hiruzpalau hitz garrantzitsuenak aurkitzeko. Bere helburua zen hitz horiek eraztun batean grabatzea eta behar zituenean mezua erabiltzeko, zehatz mehatz, krisiei aurre egiteko. Erregearen hitz horiek zeintzuk ziren jakiteko, jende guztia zoratu zen. Liburutegietan zein kondairetan, zein beste herri batzuetan...denbora igaro zen emaitzarik gabe.

Beti gertatzen den bezala, pertsona apal batek zeukan konponbidea. Morroia zen eta erregeari paper tolestua txiki bat eman zion eta momentuz ez irakurtzeko aholkatu zion, hau da, bakarrik beste aukera bat izango ez balu ireki zezakeela. Egoera laster agertu zen, etsaiek herria inbaditu zuten eta gerra hasi zen. Mandatariek erabaki zuten hobe izango litzatekeela erregea beste leku batera bidaltzea, baina etsaiek bazekiten eta bere atzetik joan ziren. Erregeak zaldiz ihes egin zuenean amildegi baten aurrean aurkitu zen eta ezin zuen atzera egin! Orduan, ireki zuen papera eta mezua irakurri zuen: "HAU ERE PASATUKO DA".

Momentu hartan, erregeak nabaritu zuen dena isildu zela, etsaiak bere bistatik desagertu ziren. Azkenean erregeak gerra irabazi zuen eta ospatzeko jaialdiak egitea agindu zuen, baina momentu hartan morroia hurbildu zen eta esan zion mezua berriro irakurtzea komenigarria zela, orduan erregeak ozenki esan zien herritarrei: "HAU ERE PASATUKO DA".

Onartu behar dugu bizitzan ezer ez dela sekulako. Naturaren bizkoiztasuna da: eguna eta gaua, momentu alaiak eta tristeak, DENA DA BIZITZA.

Eta beste egun batean Lurra berriro mugituko da!

Esther

Portugalete, 2020ko apirilaren 2an

Kaixo, laguna:

Egoera latz hau dela eta gure etxeetan geratzera behartuta ikusi dugu geure burua. Kalera ateratzea beldur ikaragarria sortzen digu eta baita tristura ere. Kalera ateratzea ogiaren bila eta inorrek ez aurkitzea, hori bai dela irudi goibela. Ez dakigu zenbat iraungo duen egoera hau, baina gauza bat ziurra da, ezin dugu amore eman .

Badaramatzagu ia hiru aste oso etxean sartuta eta bi aukera daude konfinamendu honetan: zoratzea edo gure ondoan dauden pertsonak hobeto ezagutzea. Etxean ama, aita, neba eta laurok gara, gure etxea ez da oso handia. Izan ere, eskertzekoa da bakoitzak gure leku propioa dugula. Bestela, behar-bada, etxean hiru izango ginatke eta ez lau. Denbora gehiena ikasketetan sartu dut, klase presentzialak ez eduki arren, ordenagailuen bidez jarraitzen ditugu. Batez ere aurten urte garrantzitsua delako eta ezin dugulako galdu.

Dena den, denbora librean dudanean musika entzuten, filmeak, eta telebista ikusten pasatzen dut. Ama eta biok telebista turkiarrek harrapatu gaituzte eta berrogeialdi hasieratik hitzordu bat daukagu arratsaldeetan. Nahiz eta egoera honetan aproposa den hobby bat sukaldaritza izan, ni ez naiz oso sukaldezaletan. Esateko da jakinmina bai piztu zaidala, baina oraindik gogoia ez da ageri, beraz, aparkatuta utzi dut.

Ezinezkoa da egoera honetan burua hotza mantentzea, beti izango ditugu beherakadak, garrantzitsuena haietatik ateratzen jakitea da. Pentsatu behar duguna da

egoera hau bukatzean maite ditugun pertsonak berriz ikusiko ditugula eta asko besarkatuko garela. Jendeak kontzientzia gehiago izango duela. Aipatzekoa da mundu global honek egoera txarragoetatik atera dela, beharbada zuk nik baino hobeto jakingo duzu. Aterako gara berriz kalera eta nahiz eta egoera azkar ez egonkortu gure bizitza izan zena izatera bueltatuko da.

Besterik gabe, animo!

Ane

Kaixo guztioi!

Gutun honen bitartez espero dut bizi ari garen egoeraz zertxobait ahaztea eta entretenitzea!

17 urteko neska bat naiz eta Bilbon bizi naiz nire familiarekin. Etxean 5 gara, gurasoak eta seme-alabak; 19 urteko ahizpa bat dut eta 16 urteko neba. Asko maite dugu elkar baina egia esan konfinamendua dela eta gero eta umore txarragoarekin gabiltza. Kalera ateratzeko irrikas gaude eta lagunak ikusteko beharra sentitzen dugu (nahiz eta interneten bidez zenbait plataformarekin bideodehiak egiten ari garen) azkenean, hainbeste aste Etxean egoteak ondorioak ditu. Hala ere, alde onak ere baditu kuarentenak. Esate baterako, lehen institutoarekin eta eskolaz kanpoko ekintzekin denbora gutxi nuen erlaxatzeko eta orain soberan daukat. Asko gustatzen zait irakurtzea baina kurtsoan zehar ez dut aukera handirik izaten, beno ba orain, etxean nagoenetik hiru liburu irakurri ditut jada! Gainera, kirol asko egiten ari naiz, ea horrela udarako "operación bikini" lortzen dudana! Familiarekin pelikula ugari ikusi ditut egun hauetan eta hau guztia gutxi balitz bezala, sukaldari bikaina bilakatu naiz! Aste hauetan zehar, etxeko pizzak, galletak, txokolatzeko pastela, azenariozko madalenak eta tortitak prestatu ditut.

Ikusten duzuen bezala, denbora aprobetxatzen nabil... Jakina, askotan beheraldiak izaten ditut eta egoera honetan ezin dezakedala jarraitu sentitzen dut baina momentu horietan pentsatzen dut etxetik atera bezain later egingo ditudan gauza guztietan eta animatu egiten naiz: lagunekin elkartu, festetara joan, taberna batera joan, paseatzea... Laburbilduz, bizitzaz ahalik eta gehien gozatzea. Aste hauetan konturatu naiz gure bizitza segundo bakar batean guztiz aldatu daitekela eta ikasi behar dugula gauza txikiak baloratzen.

Espero dut konfinamendua ahalik eta hobeto eramatea eta asko zaintzea! Besarkada handi bat!

Marta

Gabon, ¿que tal estás? Espero que al menos te encuentres bien de salud, aunque seguramente deseando salir a pasear un rato, ¿verdad?. Es una situación un poco rara la que estamos viviendo, todos en casa y además ahora que tenemos mejor tiempo.

Pero bueno, lo hacemos por nuestra salud y por la de todos.. Esperemos que ya nos quede poco.

Sabes yo estoy sola también, y estoy deseando poder ver a mis hijos y a mis dos nietos, seguramente igual que tu.

Me distraigo leyendo, escribiendo, tocando la guitarra y también tejiendo ropita para otro nieto que voy a tener. Hay cosas que no había hecho nunca, como zapatitos y gorros, y me siento contenta cuando veo que me salen bien. Les digo a mis hijos que esto será un recuerdo de la cuarentena. Nunca habíamos hecho cuarentena ¿verdad?. Yo al menos no, pero me imagino que la gente que nació en tiempo de guerra también lo habrán pasado muy mal, mi madre lo contaba a veces, y otras personas mayores que he conocido.

Al menos hoy en día tenemos una casa donde estar, y medios para comunicarnos con nuestra familia. Teléfonos, ordenadores.... bueno espero que tu puedas comunicarte también con tu familia. y que tengas confianza de que esto pasará y pronto. Te envío todo mi cariño y un abrazo muy grande

Kaixo, lagunok:

Guztiok dakigunez, zuen bizitzan zehar garrantzi handiko gertakizunak bizi izan dituzue, hala nola, Gerra Zibila eta beste hainbat. Gaur egun berriro tokatu zaigu horrelako egoera bat bizitzea koronabirusa dela eta. Gainera, esaten dutenez, zuek arrisku gehiago duzue birus honi aurre egiteko, baina Gobernuak emandako arauak betetzen baditugu dena ondo atera daitekeela esan diezazueket.

Egia da ez direla bonbak entzuten kaleetatik, edo tiroketak, agian zuen beste bizipenetan bezala, baina, orain, hildakoak ere badaude, beraz, ez horregatik garrantzi gutxikoa izan behar du. Hau da, ematen du bagaudela gure etxeetako lau hormen artean isolatuta ezer egin gabe, baina, egia esanda, hori egiten guztion bizitza babesten dugu. Beraz, etxean geratu, eta besteengatik eta zuengatik, noski, heroiak izango zarete.

Egoera hau luzea da, baina badakit egunak falta direla zuen bizitza normalera bueltatzeko, paseoak goizez, arratsaldez, zein gaez emateko, edo, garrantzitsuena, zuen familiak ikusteko. Bitartean, azaldu nahi dizuet bizitzen ari garena bakarria dela, ez da ez urtero ez bi urtetan behin gertatzen, hau ez da inoiz gertatu; horrekin esan nahi dudana da etxean egon behar duzuen denbora hau aprobetxatzeko zuek ahal duzuen egiteko, eta lehengo eguneroko rutinan denbora faltagatik gure buruari ematen ez genion denbora eskaintzeko, orain, aldiz, sobera dugu egun batzuetan zehar.

Beraz, inoiz egin ez duzuen egin hau amaitzean ez damutzeko zer egin ahal izan zenuten, baina ez zenuten egin pentsatzerakoan. Zaila dirudien arren, hau ere esperientzia ikaragarria da, aprobetxa ezazue!

Irati

Egun on lagun maiteok!

Nola daramazue konfinamendua? Espero dut ahal duzuen guztia egiten ari zaretela aurrera atera zaitezten. Badakit egoera hau oso zaila dela guztiontzat, lagunak eta senideak ikusi barik. Hala eta guztiz ere, koarentena hau ahalik eta onenen igarotzeko uste dut burua eta adimena okupaturik mantendu behar dugula, gehien gustatzen zaizkigun gauzak eginez.

Niri dagokionez, saiatzen ari naiz denbora osoan zerbait egiten. Adibidez, egunero kirola praktikatzen dut, itxura zaintzeko eta estresari aurre egiteko. Gainera, askotan marrazten edo irakurtzen dut, nire burua egoera honetatik ihes egiteko asmoz. Bestalde, nire familiarentzat sukaldatzen hasi naiz: postreak egiten ditut batez ere, baina batzuetan plater nagusiak egiten saiatzen naiz ere. Ahaztu zait esaten nire familiarekin bizi naizela: nire gurasoak eta nire arreba. Egia esanda, askotan oso zaila da giltzapeturik egotea jende berdinarekin, baina azkenean dena konpontzen da. Nire lagunekin bideojokoetan sarritan aritzen naiz, haiekin harremana mantenduz, eta hori da, dudarik gabe, konfinamendu honen alderik onena.

Dakizuenez, hau idazten dizuet denboraldi hau pixka bat animatzeko, eta zuek jakin dezazuen ez zaudetela bakarrik. Gizarte osoa elkarturik dago birus honen aurka, eta arratsaldeko zortzietan hori erakusten dugu txalo eginez. Medikuek esaten diguten gauza guztiak bete behar ditugu, hau lehenbailehen buka dadin. Hau amaitzen denean, oso harro egongo gara lortu dugun guztia ikusita.

Besarkada bero bat eta eutsi goiari!

Unai

Más allá del dolor

Galdakao, 18 de abril de 2020

Hola queridos niños, mayores y todo aquel que esté leyendo mi carta,

Antes de contaros nada, deciros que soy una chica de 25 años. Ingeniera de telecomunicaciones y amante del arte al mismo tiempo. Dadme una necesidad e intentaré inventar algo que resuelva el problema. Dadme un pincel y dibujaré un bonito paisaje. Dadme un piano y tocaré una dulce melodía. Dadme un lápiz y escribiré un breve relato.

Quienes me conocen dicen que no paro de sonreír. Que tengo esa capacidad de transmitir tranquilidad por medio de mi buen humor y naturalidad.

Si bien es cierto que durante esta época de confinamiento es más complicado mantener el optimismo, he reflexionado más profundamente acerca de lo que voy sintiendo a medida que pasan los días. Miento. He tenido tiempo de poner por escrito los pensamientos que pasean por mi mente y me he dicho, ¿por qué no compartirlos con más personas?

Por lo tanto, espero que disfrutéis leyendo mi reflexión sobre cómo combatir el dolor. Y que por supuesto, saquéis vuestras propias conclusiones al respecto. Os animo a que

las compartáis con los que tienen la suerte de estar junto a vosotros en estos momentos, o a que cojáis un bolígrafo y un papel como he hecho yo.

Os mando un beso que estoy segura de que recibiréis a pesar de la distancia.

“Lo sentimos enseguida. Aparece como una fugaz punzada en el dedo al clavarnos una simple astilla. Nos ataca por la espalda al agacharnos para levantar un objeto pesado. Nos hace estremecer cuando perdemos a un ser querido. Nos atormenta cuando no podemos ver a nuestras familias y amigos. Se apodera aún más de nosotros cuando no podemos despedirnos.

El dolor.

Es bien sabido que, durante estos días entre cuatro paredes, más monótonos de lo habitual, se está convirtiendo más y más común adoptar un punto de vista pesimista. No es de extrañar que nos vengan a la mente pensamientos como “qué desdichado soy”, “cuánto dolor habré tenido que soportar a lo largo de mi vida”, “vaya suerte la mía”. No obstante, a menudo se nos olvida que no somos los únicos que sufrimos.

Cada vez que enciendo la televisión, una presentadora arreglada narra, impasible, innumerables tragedias que ocurren en distintos lugares del mundo. La voz neutral recita cifras que desafortunadamente no son simples números. Tras ellos se esconden miles de historias, millones de personas. Cada uno con su propio dolor. Y es que esta sensación, este sentimiento, es universal. El dolor entra sin llamar: en cada casa, de cada pueblo, de cada país, de este planeta que compartimos. No lo detienen ni las fronteras, ni las ideologías, ni siquiera el dinero que parece hoy en día todo lo compra.

*Es posible explicar científicamente el origen del dolor mediante complejas reacciones químicas que tienen lugar en el cerebro humano; y a su vez podemos llegar a controlarlo con medicamentos. Sin embargo, solamente existe una forma de vencerlo: **teniendo esperanza.***

La esperanza es la luz que se cuela entre las rendijas, recovecos y grietas de las personas cuando solo parece haber oscuridad. La esperanza es el brillo en la mirada de una madre ante su hijo herido. La esperanza es la confianza de un enfermo ante el cirujano que le va a operar. La esperanza es el gesto humilde de unas manos pidiendo limosna. La esperanza es recibir una carta repleta de imaginación y de sueños de colores.

*Al igual que el dolor, la esperanza no repara en edades, razas o sexos. Es tan inmensa como uno quiera que sea. De hecho, es tan universal como el sufrimiento; e incluso **llega más allá del dolor.**”*

Fátima



Kaixo, adiskideak:

Zer moduz zaude? Nire izena Leticia da. 29 urte dauzkat. Bidaltzen dizuet gutun hau, Matia Fundazioaren ekimena oso interesgarria iruditzen zait eta.

Ni nire mutilagunarekin bizi naiz Santurtzin. Hilabete baino gehiago daramatzagu han coronavirus dela eta. Ulertzen dut konfinamentua egotea ez dela erraza. Nik esaterako, gausa asko egiten ditut egunean zehar.

Lehenik, 4 ikastaroak egiten ari naiz, azkean batean, burua ondo mantentzeko. Oso interesgarriak dira, ez bada ere erraza egunean darama. Baita ere, egunero pizkatxo bat lan egiten dut. Baina ez asko, ez baitaukat lan askorik.

Bigarrenik, kirola egiten dut. Oso arduraduna izan ez arren, astean hirutan kirola egiten dut. Bizikleta daukagun etxean, ordea, ez dut asko erabiltzen, nire mutilagunak esan dit nik apurtu egingo dudalako. Gogaikarria da halakoa! Bizikletaz denbora dezente erabiltzen dudanean, zarata arraroa entzuten da. Berak esan dit, bizikleta estutu handia egiten dudalako eta horrexegatik kexaren bidez adierazten dizkit. Orduan, hasi nintzen ariketak fisikoak internetez bidez. Ez nuen sinetsi konturatu ginenez gero, berari gauza bera gertatzen zaiola, zarata berbera. Jakinarazten dugu, bizikletak denbora luzea daramala, zarata hori egiten du. Eskerrak, jarraitu dut bizikletaz erabiltzen!

Hirugarrenik, euskaraz egiten dut internetez. Hori dela eta, Matia Fundazioaren ekimena aurkitu dut. Nik ez dakit euskaraz asko, orduan, nahi baduzue, animatu zaituztet gutun hau zuzentzeko eta zuzenketak bidaltzeko. Ideia ona izango litzateke, konfinamentua iraganatzeko.

Laugarrenik, harremanetan mantentzen ditut. Egunero, nire sendiarekin eta lagunekin hitz egiten ditut, telefonoz edo bideo-deiaz. Batez ere, ilusio handia ematen dit nire ilobarekin hitz egitea. Oso bihurrikeria da eta asko kostatzen zaio konfinamentua. Zuek ere harremanetan mantentzen duzue, distantzian behintzat? Normala da, familia falta eduki duguela. Handitu egin behar dugu!

Amaitzeko, hemen, Santurtzin auzokoekin giro ona dago. Badaude 2 neskak abeslariak dira eta egunero zuzenez abesten zuten. A zer-nolako jaia geneukan! Pena handia daukat ez dira jarraitzen eta. Ez dakit, isuna jartzen die ala zer. Ezetz espero dut, oso jatorra baitira. Link bat jarri dut gutunean, nahi baduzue bideoak eta abestiak entzun. Espero dut, gutuna entretenitu zaizuela eta ondo zaudela. Animatu zaitetze! Elkarrekin birusa pasatuko dugu.

Besarkada handi bat,
Leticia

Duodejavu: <https://es-es.facebook.com/duodejavu2/>

Kaixo lagunak!

Zer moduz zaudete egoera honetan? Badakit ondo zainduta zaudetela erizain eta zaintzaileekin, baina faltan botatzen dituzue zuen familiakoak. Jakin ezazue guk ere

faltan botatzen ditugula, zuen kontuak, istorioak, abenturak,... Orain bakarrik telefonoz hitz egin dezakegu eta hori ez da nahikoa ezta!

Gu etxean bost bizi gara, nire gurasoak, ahizpa, ni eta nire arraina. Egoera berezia da, hasieran epe laburrerako izango zelakoan geunden, baina hau luzatzen doa. Hasieratik etxean, eguneroko bizimoduan ordutegi bat jarraitzen dugu, etxerako lanak egiteko, ariketa fisikoa egiteko, pelikulak ikusteko, leihora irten eta zortzietan txaloak emateko, janaria prestatzeko,... Klaseak online jasotzea gauza berri bat izan da niretzat.

Etxean ondo gaude nire amak leihoak beti ditu zabalik edozein ordutan, berak esaten du haize berriarekin hobeto gaudela. Deskubrimendu bat izan da gure ama gurekin aerobic egitea. Etxean ariketa fisikoa egin arren kirola egitea faltan botatzen dut, igeriketa eta eskalada oso gustuko ditudalako. Denbora gehiago dudanez, berriro hasi naiz margozten eta oso pozik nago, utzi behar izan nuelako denborarik ez nuelako eta orain berreskuratu egin dut. Bere alde onak ditu etxean egoteak.

Espero dut egoera hau asko ez luzatzea, niretzat ikasturte hau oso garrantzitsua baita. Uste dut gure agintariak eta guk gertatutakoarekin ikasi behar dugula. Egunero abestiak entzuten ditut eta gustatzen zaidan bat “ ez gaitu inork geldituko” da. Argi daukat lortuko dugula.

Zuek belaunaldi oso gogorra izan zarete eta guretzat eredu bat. Eutsi goiari! Hemen gaude zuekin batera.

Indarrez betetako besarkada handi bat!
Ane

Portugalete, 2020ko apirilaren 7a,

Kaixo, laguna:

Zelan zaude etxean? Aspertzen al zara? Gu etxean asko, etxean egoteaz zoratzen ari garela dirudit eta ez dut imajinatu nahi zu bezala etxean bakarrik egotean, beraz, bururatu zait eskutitz hau idaztea zu entretenitzeko eta animatzeko!

Lehenik eta behin, esan nahi dizut ez kezkatzeko, egoera hau guztiontzat berria da, lasai egon behar dugu, dena konponduko delako. Badakit kostatuko zaigula denori egoera honi moldatzea, zaila delako ulertzea egun batetik bestera birus bat dagoela, pertsona zaharrak direnak, eta ez direnak hain zaharrak hiltzen ari direla. Dena den, orain dagoen segurtasunarekin hobeto goaz. Bestealde ospitaleko jendeak lan ikargarria egiten du ere.

Egia da ere, jende zaharra, asko aspertzen zaretela etxean, asko bakarrik bizi zaretelako, eta telebistako iragarkiek kezka baino ez dizuetela sortzen. Ulertu behar duzue egoera, hau da, kontuz ibili behar duzue birusa ez hartzeko, eskuak ondo garbitu behar dituzue, oso garrantzitsua da eta. Gobernuak esan duen eran, etxetik ezin

gara atera, eta horrexegatik ezin dugu elkar ikusi. Hala ere, gutxien espero dugunean, dena konponduko da eta elkar ikusiko dugu, benetan diotsut, ez zaitetz desanimatu, egunero zerbait desberdina egin, zeure burua entretenitua izateko.

Horrenbestez, zenbait ondorio atera daitezke: lehengo anima zaitetz, ez galdu itxaropena, bigarrenez, oso garrantzitsua dela eskuak ondo garbitzea eta etxetik ez ateratzea, eta azkenik dena konponduko delako.

Agur bero bat,

Haizea

Portugaletre, 2020ko apirilaren 2a

Lagun hori:

Badakit garai txar askoren hautsa azalean duzula oraindik gudak, goseak eta heriotzak utzi dizkizun arrastoak denborarekin joango zirelako ametsa zenuela. Pentsa genezake zahartzaroa hainbat lan urteren oparia dela, lasaitasuna eta bakea datozela, baina okertu egin gara. Zoritxarrez, koronabirusak oraindik ordaitzen zabilzan etxean harrapatu zaitu sukaldatzen eta bertan geratu beharko gara guztiok.

Ziur eguneko 24 orduak telediariora ikusten eta entzuten igarotzen dituzula eta orduan eta hitz gehiago entzun, gero eta beldur gehiago sartzen zaizu gorputzean. Behar bada, semea eta alaba deitzen dituzu ea bazkaltzera etorri ahal diren itxaropenaz; nahiz eta betiko diskurtsoa entzun beti galdetzen duzu “ Ez ama ezin dut, ez duzu ulertzen ezin zarela kalera atera?”. Momentu horretan beldurra sentitzen duzu, zure etxean bakardadearen korrante hotz hori sentitu baituzu.

Adi lagun! momentu hauetan txikitatik barruan gorde duzun indarra atera behar duzu. Ez zara zaharregia nahiz eta ispiluaren isladak hori adierazi edo nahiz eta familiako bazkarietan suertzatzen diren elkarrizketetan galtzaile atera. Ausarta izan zaitetz, ez kalera irteten baizik eta etxean gelditzen. Urteen pisuak zu makurtu arren berriz ere zuzen jarri, datorrenari begietara begiratu zure bidea jarraituz .

Edozer gauza gerta daiteke eta hau konpontzea gure ahalmenetik kanpo dagoela onartu behar dugu. Ez dauzkagun arnasmailuak, EPI jantziak eta lekua ezinbestekoak izan arren, zure eta gure partehartzea beharrezkoa da. Hautsa astindu eta zure bidea jarraitu indarrez eta harrotasunez, zure burua eta gorputza maite eta bizitzan ikasitakoa eta ikasteko geratzen zaizuna gozatu eta aintzat hartu.

Kaleko eguzkiaren bezalako agur bero bat eta eskerrik asko

Maddi

Kaixo, edonor!

Badakit egoera latz batean gaudela, eta zure kasuan beldurgarria izan daitekeela. Horretaz gain, etxetik ezin ateratzeak, sentimendu horiek oker ditzake eta bakardadea areagotu daiteke. Gutun honen bidez, espero dut halako sentimentu gaiztoetatik liberatu ahal izango zaitudala, baina lehenago pixka bat aurkeztu nahi nuke neure burua, nork hitz egiten zaituen jakin ahal izateko.

Nire izena Iratxe da eta 17 urte ditut. Berrogeialdia, Kabiezesen gurasoekin eta ahizpa nagusiarekin igarotzen ari naiz. Eguin hauetan, etxeko jarduera nagusia zaborra ateratzea da. Irrikitan espero dugu ateratzeko momentua haize freskoa izateko, ez baitugu balkoirik. Hamabost egun baino gehiago daramagu giltzapetuta, eta jadanik ikusi ditudan serieen kontua galdu dut.

Gaiaz aldatzen, ez dakit oso ondo zer esan. Espero dut zure familiarekin, seme-alabekin, bilobekin hitz egiten egotea, baldin badituzu, edo lagunekin konfinamenduan egiten ari zaretenari buruz hitz egitea. Uste dut, aspertuta egongo zarela, eta horregatik proposatu nahi nizkizun hainbat ekintza, hau guztia amaitu aurretik egiteko. Lehenengo gauza, etxea berrapaintzea edo berrordenatzea da. Denok daukagu beti jarri edo kendu nahi izan dugun zerbait, eta inoiz ez dugu egiten denborarik ez dugulako. Nik neuk nire gelan gordeta neuzkan poster batzuk jarri ditut. Puntua egitea aukera ona iruditzen zait ere. Agian ez dakizu egiten, baina nire amonari asko gustatzen zaio eta gainera asko erlaxatzen du, oso aktibitate polita iruditzen zait denbora hau pasatzeko.

Bueno ba honekin amaitutzak ematen dut gutuna. Espero dut hau pixkatxo bat laguntzea eta osasuntsu mantentzea zu eta zure ezagun guztiak. Egoera txarra da, baina guztiok bat eginda gaude.

Agur bero bat,
Iratxe

Vitoria-Gasteiz, 2020ko apirilaren 19ean

Kaixo,

Oskar da nire izena, Udaberria euskaltegian euskara ikasten ari naiz.

Haiei esker ezagutu dut Matia Fundazioaren eskutitzen ekimena eta oso polita iruditu zait. Horregatik, animatu naiz zerbait idaztera. Hemendik irribarre bat ateratzea merezi du.

Beno, egia esateko nire etxean dago orain euskaltegia, koronabirus madarikatu honekin etxean egiten dut bizitza, edo pareko zerbait.

Bulegoa egongelan daukat eta Internet bitartez ordenagailuan egiten dut lan egunero zortzi ordu.

Telebista ere konektatuta dago Internetera, horren bidez gimnasioko klase batzuk jar ditzaket.

Nire mugikor berriaren bitartez lagun taldearekin edaten ditut pote batzuk. Horrela, asteburuetan elkar ikusi dezakegu, jakina, Interneten bidez bakarrik.

Horrez gain, musika pizteko bozgorailu bat daukat Internetera konektatuta. Ordenagailuren parekoa da, baina teklaturik gabe, gure ahotzaren soinuari erantzuten saiatzen da. Orduan, nik esan behar dut musika pizteko, adibidez, "Alexa, mesedez jar

ezazu euskadi irratia" eta bere erantzuna da "Ez dut Maria Dolores Praderaren abestirik topatzen". Ez du oso ondo entzuten eta horren txarto entzuteko oso teknologi berria eta modernoa dela iruditzen zait. Baina okerrena da normalean nahi duena jartzen du.

Mukigokorrekin, eta berriro inteneten bidez, euskaltegikoek astero elkarrekin egiten dugu bilera bat, behintzat apur bat euskaraz hitz egiteko.

Beno, esan nahi dudana da, egun hauetan Internetik gabe geratzen bagara, (ez gara ezer egiteko gai izango. Eta gure adinekoei galdetu beharko diegu nola egiten zuten bere garaian.

Besarkada handi bat eta zaindu asko!

Oskar

Arrasate/Mondragon, 2020ko apirilaren 19ean

Egun on, nire izena Erik da eta Guipuzkoako herri batean bizi naiz, Arrasate izeneko herrian. konfinamendu honen gaitik, zure bizilekuan itxitan zaude, ezta? Ni ere bai nago etxean itxita. Egun hauetan inoiz baino batuago egon behar dugu, inkomunikazioa lehenbailehen pasatzeko. Hori guztia gertatzen denean kanpora joan gaitzke, lagunekin elkartu eta eguneroko errutinekin jarraitu. Baina hori ahalik eta lasterren gertatu dadin zure egoitzan egon behar duzu amaitu arte, irten gauza garrantzitsuenetara, esate baterako, janaria erostea, txakurra ibiltzea (bat baduzu).

Baina ez aspertzeko ekintza desberdinak egiten dut egunean zehar.

Adibidez, gure irakasleak lan desberdinak bidaltzen dute gu egiteko, nire lagunekin eta irakaslearekin bideo-konferentziak egiten dugu hitz egiteko eta lanak bidaltzeko.

Nire familiarekin ere bai ekintza desberdinak egiten dut. Pelikulak ikusi, mahai jolasak jolastu, mahaia jartzen janariarako eta abar...

Nire lagunekin PlayStation 4 era jolasten dut eta oso ondo pasatzen dugu artean, nire lagunekin deiak edukitzen dut eta abar...

Eta zuk zer egiten duzu egun hauetan, zure bizilekuan beste pertsonekin egoten zara? Hala bada, haiekin gauza desberdinak jolastu ditzakezu, hala nola, kartak, dominoak, mahai jokoak, inkomunikazioan, gimnasia egin zure lagunekin eta denbora on bat eduki, eta abar denean, zer egin dezakezun irakurri edo pentsatu dezakezunean ere.

Besarkada bat eta ondo zaindu!

Erik

Bilbao, 2020ko apirilaren 19a

Kaixo, lagunok!

Matia fundazioaren ideia irakurri ondoren, gertatzen ari zaigunari buruzko gogoeta egiteko garaia dela pentsatu dut. Oso ideia ona izan ez ezik, aspertuta dauden aitite eta amamak lagundu ere egin ditzake. Espero dut gutun honek norbait laguntzea, edo, behintzat, (pertsonek) baten baten bakardadea gutuna irakurriz arintzea.

Bilbotik idazten ari naiz, Deustu ondoko auzo batetik. Etxean 4 pertsona gara: hogei urteko ahizpa, konfinamendu honetan nire lagun mina bihurtu dena, aita, ama, gure aita-amak eta, noski, ni neu. Lau pareten artean egoteak giro deprimagarri bat sortu du gure etxean, baina ahal den heinean positiboak izaten saiatzen gara.

Baina... zertan ematen dut nik eguna? Nahiko berandu altxatzen ari naiz, hamabi t'erdia inguruan. Ondoren, kafea eta ogia marmeladarekin hartzen dut, egun osoan zehar energia izateko. Etxerako lanak egiten ditut eta ordu bietan aitak bazkaltzera deitzen gaitu. Onartu behar diogu sukaldari bikaina bihurtzen ari dela! Horren ostean, Netflix-en telesail bat ikusten dut - oraintxe bertan banpiroei buruzko drama baten mendera erori naiz. Sarritan kirola ere egiten dut, Coronavirusa etorri baino lehen egiten ez nuen zerbait. Beraz, esan dezaket virus honek fit mantentzeko sustapena izan dela. Gauean, afaldu ostean, beste telesail bat ipintzen dut edo nire lagunekin bideo-deiak egiten ditut. Lagunak gogoratzen ditudanean, pixka bat triste eta betilun jartzen naiz, haien falta sentitzen dudalako. Hala ere, badakit berriz elkar aurkitzean inoiz baino hobeto egongo garela, eta besarkada historiko bat emango diedala.

Susmo txiki bat daukat: amesgaizto hau amaitzen denean, ez gara gure bizimodura bueltatuko, ((baizik eta)) zuena zuenera baino. Hau da, gazteok egiten genituen gauza asko ezin izango dira urte honetan aurten berriro egin; hala nola, festetara joan edo lagun-talde handietan batu. Beste bizimodu bat moldatu behar izango dugu, baina orain horrek ez nau kezkatzen. Nahi dudan gauza bakarra nire lagunak ikustea eta jende guztia osasuntsu egotea da.

Besarkada handi bat eta eutsi honi!

Amaia.

Arratsaldeon aittitxe eta amuma,

Nire izena Josu da, 19 urte ditut eta bilboko errekalde auzoan bizi naiz. Urdaneta ikastetxean ikasi dut eta ointxe bertan hesiketa fisikoko gradu bat ikasten ari naiz unibertsitatean.

Eskerrak niretzat ez dela hain gogorregi izaten koarentaldi hau; kirola egiten dut, lagunekin hitz egiten dut, musika entzuten dut eta dantzatzen dut...hainbat gauza egiten ditut egoera honi aurre egiteko.

Hemendik nire gogortasun eta maitasun haundiena bidaltzen dizuet, hau baino egoera txarragoak pasa dituzue eta guk baino gogorregiak zarete. Ez dugu ahazten guretzako eredu bat izan zaretela beti eta azken egunera arte gure maitasun osoa izango duzuela.

Eskerrik asko hor egoteagatik, eta borrokalari eredu izateagatik.

Gora zuek, besarkada haundi bat!!!

Hola ¿como estás? Deseando salir a dar un paseo ¿verdad?.Yo también, la verdad.

Ayer me alegré un poco al oír en las noticias que al menos los niños van a poder salir un ratito con sus padres, un rato cada día.

Yo quisiera que eso se pudiera permitir también a las personas mayores, que estoy segura que lo necesitáis también.

Este verano , por mi trabajo conocí a muchas personas mayores, aprendí muchísimas cosas de ellas.Pero ninguna me contó haber estado en una situación como la que vivimos, y es muy duro para todos.

Pero bueno, espero que ya el nueve de mayo se empiecen a normalizar las cosas poco a poco, así lo han dicho ayer.

¿sabes lo que estoy haciendo yo estos días? Pues como voy a tener mi tercer nieto para el mes de Junio, me he animado a tejer gorritos, patucos y jerseys de lana. No es que sea muy experta en eso, pero con ayuda de internet, que ya sabes que hoy en día viene de todo, va saliendo poco a poco. Es importante que nos distraigamos haciendo algo.

Yo espero que esto se pase cuanto antes y muy pronto puedas abrazar a tus hijos, a tus nietos y a toda la gente que quieres.

y de verdad te digo que yo también estoy deseando abrazar a mis hijos y a mis nietos, que tengo ya dos.

Te mando un abrazo muy grande. Cuidate mucho

Kaixo guztioi,

Matia Fundazioaren mezua entzun dut eta eskutitz bat idaztearena oso ideia ona iruditu zait. Jakinda, orain dagoen krisiarengatik lehen baino bakartiago zaudetela argi dago eta gehienek ez dakizue zer egin ahal duzuen animatzeko.

Nire etxean, bost pertsona bizi gara, nire gurasoak,nire bi anaiak eta bostok. Gauza desberdinak egiten ditugu ez aspertzeko baina, nire aldetik, gomendatzen dizuedan aktibitatearik hoberena marraztea da. Nire ustez , denbora arin pasatzeko forma on bat da eta ez da beharrezkoa ona izatea marrazteko unean, poliki-poliki zure gaitasuna hobetuko delako. Horren ordeaz, kirola egin zenezakete, baina ez da beharrezkoa egitea ezin badazue. Horri gehitu ahal zaio agian ez duzuela espazio handirik gela baten barruan, beraz ahal duzuen neurrian egoitzeko espazio komunetan beharrezkoa den distantzia mantenduz mugitu ahal zarete. Nire anaiek, berriz, jokoetara jolastea gomendatzen dizute, horiek osatzen denbora luze entreteniturik egongo zaretelako

eta gaur egungo teknologiari esker, zuen garaiko nahi duzuen jokoetara jolas dezakezuelako.

Azkenik, esan beharko dut, orain gutxi gorabehera ulertzen dut nola sentitu ahal diren gaixotasun larriko umeak edota zuek bezalako adineko pertsonak, bakarrik zaudetela. Batzuetan zuen familia kideengandik urrun eta ezin zaretela kalera bakarrik atera. Horrexegatik espero dut gogo handiz eta guztion artean pandemia hau gainditzea eta bukatu bezain laster gure familia kideekin eta lagunekin berriro elkartzeko.

Besarkada handi bat eta zaindu asko!

Ballonti bhiko Mikel

Arratsalde on, Maider naiz eta 19 urte ditut. Garai zailean gaude, baina positiboa dena atera behar dugu. Koarentaldi honetan lehen egiten ez nituen gauzak egiten ari naiz, adibidez, partxisean jolastea, etxean kirola egitea, nire aititekin bideo-deiak egitea, haiekin bingoan jolastea... Guztion artean positiboa dena atera behar dugu, eta batez ere guztion artean bermatu, indar handia 😊.

Hola,

Se que estais viviendo una situacion muy dura, pero animo, que vosotros podeis campeones!!!

Un beso y un abrazo

Kaixo guztioi,

Zer moduz zaudete? Seguru primeran zaudetela. Gu ere ondo gaude, zuek ikusteko eta besarkatzeko gogo handiarekin. Etxean egon arren, zuek zaintzen jarraitzen dugu eta asko maite zaituztegu. Egunetik egunera, zuek ikusteko eta zuekin egoteko gogo handiagoa dugu.

Beraz, egun txarrak egon arren, ez da itxaropena galdu behar, eta ezin gara behera etorri. Inoiz baino gehiago egon behar dugu elkarrekin. Inoiz baino indartsuagoak zarete, beraz, borrokan jarraituko dugu, elkarrekin bazkaldu, besarkatu eta ospatu ahal izateko. Oso gutxi geratzen zaigu elkarrekin egoteko.

Besarkada eta musu asko. Asko maite zaituztegu eta denbora guztian pentsatzen dugu zuengan! Laster berriz elkarrekin!

Kaixo! ¡Hola!

Me presento, soy Yanire, una adolescente de 14 años de edad. Soy estudiante del colegio Egiluze ikastetxea, de Rentería. Mi profesora de religión nos ha propuesto enviar unas cartas a esta dirección para daros fuerzas a vosotros, los leyentes, ya que sabemos que vosotros y mucha gente que esta en vuestra situación, lo estáis pasando bastante mal. Y os preguntareis...¿Que hago aquí?¿Por que he decidido enviaros esta carta? Pues porque pienso y afirmo que es el momento en demostrar las buenas personas que hay en este país y como en estos días de confinamiento hay tanto tiempo para pensar y recapacitar creo que es una magnífica idea. Me imagino que aunque te haya respondido a esta pregunta, os seguiréis preguntando más preguntas, como por ejemplo...¿Y que va aportar Yanire en esto? Pues la verdad, no lo sé ni yo, al igual que no se que va a pasar con este virus, pero lo que sí sé, es que esto se va a solucionar y que vosotros tarde o temprano, que ojalá sea temprano, vais a poder abrazar, besar a vuestros hij@s, niet@s, etc. Mi propósito en enviaros esta carta es sacaros una sonrisa, una carcajada... La verdad, es que no os puedo contar nada nuevo, ya que vosotros sois algo más mayores y habéis vivido muchas más experiencias, lecciones de vida que yo, una simple adolescente de 14 años, porque como dice esta frase, "un abuel@ es mayor por fuera, pero joven por dentro" Aunque sea una "chiquilla" como decís muchos de vosotros, puedo demostraros que esto no es tan malo. Aunque escucho y requetescucho en los medios de comunicación las continuas cifras de fallecidos y de contagiados, sigo pensando que esto se va a solucionar y que poquito a poco todo irá a mejor. Si os dais cuenta, ahora es el momento de reflexionar y de valorar lo que tenemos: Por ejemplo, que tenemos un techo donde vivir, que tenemos comida... Por eso tenemos que ser positivos y ver lo agradecidos que tenemos que estar con la vida. Si lo pensáis bien, al quedarnos en nuestras casas, en nuestras residencias... hacemos que el medio ambiente mejore, queráis o no, la contaminación ha bajado y por lo tanto, el aire por el que respiramos es mejor. Hoy, he tenido una clase online, ya que es Lunes, y como todos sabemos... El Lunes es el peor día de la semana. Señores y señoras, hoy me he tenido que levantar a las siete de la mañana. Y no...no habéis escuchado mal. ¡A las siete! Menuda pereza que me ha dado... Así que, no seáis como yo y quedaros agustito en vuestras camas, pero... ¡Sin ronquidos eh! Después de mis clases online era hora de...Llenar mi tripa o como dice mi padre, ¡hora de zampar! Y si, ¿Que ha tocado? Unas buenas y riquísimas vainas. ¡Que saludables que son! Espero que comáis muchas verduras y frutas cada día. ¿Os gustan? Hace unos días, empecé a ver una serie, La Casa de Papel. Y me diréis, ¿Y qué tiene que ver con la situación en la que estáis y estamos viviendo? Pues la verdad, es que no mucho. Que no... ¡Que es broma! Cuando me estaba viendo una capítulo, escuche una frase, una frase que me a marcado de por vida y que os quiero compartir. Esta frase decía lo siguiente:

¿Defectos? Muchos. ¿Miedos? Algunos. ¿Problemas? Varios. ¿Rendirse? Nunca. Esta frase, os describe, me describe. Todos tenemos defectos, todos tenemos miedos, todos tenemos problemas y todos nos hemos querido rendir en muchas ocasiones. Nadie tiene una vida perfecta, nadie. Por lo tanto, no quiero que nadie, absolutamente nadie que este escuchando esta carta, que seguro que alguien se a dormido por hay... se rinda.

Desde esta carta, yo, Yanire, quiero daros muchísima fuerza y mucho animo, que seguro que de esta salimos. 🤞 A continuación, para animar el ambiente y llevar este virus al mundo humorístico, unos chistes:

- Vecina, ¿Me dejas dos rollos de papel higiénico? Que ando bastante justa...
- Paqui (la otra vecina): ¿Tu que te crees? ¿Que soy cofidis? 😏

Otros chistes:



Ahora, si me permitís, ¡me voy de crucero! Cruzo para la cocina, cruzo para el salón, ahora para el baño...

¡Mucho animo!
Yanire

Hola,

Me llamo Lara y tengo 14 años. Os voy a contar un poco como es mi día a día durante esta cuarentena. No he hecho nada del otro mundo, porque tampoco hay mucho que hacer en casa. Sobre todo, lo que más he hecho ha sido aburrirme.

A parte de eso, también hemos hecho clases online por videollamada que son bastante entretenidas. Aún y eso, prefiero ir al cole que estar haciendo las clases así, porque al fin y al cabo es muy complicado llevar la materia.

Cuando no estoy haciendo cosas escolares, es decir, los fines de semana o en vacaciones; he hecho cosas diferentes pero no que estén fuera de lo normal. Cuando empezó la cuarentena, mi hermana que tiene 12 años y yo estábamos viendo la serie Friends que tiene diez temporadas. Íbamos por la segunda, pero ya en estas vacaciones nos hemos acabado la serie. Aparte de ver Friends, también cociné un día e hice espaguetis a la carbonara que la verdad me salieron bastante bien. También, lo que más he hecho durante la cuarentena, ha sido hacer videollamadas con mis amigos, es muy entretenido porque es como quedar con ellos solo que virtualmente, porque es una llamada en la que se les puede ver también. Por último, a mí me gusta cantar y por eso, un día de estos decidí hacerme una cuenta de Instagram (que es una red social) en la que subiré covers de canciones.

Espero, haberos entretenido un rato contandoos mi día a día y así hacer que esta cuarentena sea más amena. ¡Qué paséis un buen día!

Lara

Queridos amigos;

Como estáis? Por lo que veo en España el tiempo está un poco feo. Aquí estamos acostumbrados al mal tiempo y nos está pasando lo contrario, hasta me he comido una pizza con mi hija mayor en la terraza a mediodía...

Dentro de una semana cumpliremos dos meses de confinamiento, y aquí estamos con muchísimas ganas de salir y esperando a que se organicen de la mejor manera posible para ir saliendo con precaución.

Aquí los que más han aguantado los adolescentes sin perro, porque no tenían ninguna excusa o posibilidad de salir de casa. Yo tengo dos, una de 12 años y otra de 16, y sorprendentemente, ahora casi se pelean por bajar la basura, cuando antes ninguna quería.

Seguimos a tope con deberes y clases por internet, y por la noche tenemos dos citas para hablar con videollamada con unos primos de Murcia. Es un poco de follón porque todos quieren hablar a la vez, pero por lo menos nos saludamos. Antes que lo teníamos más fácil casi no hablábamos, que curioso! Teníamos planeado un viaje para ir a verles en el mes de marzo y no ha podido ser....lo siento por ellos y porque se me ha acabado el jamón, el chorizo y los huesos que me traigo siempre de España para cocinar. Que aquí se creen que tienen la mejor cocina y yo estoy harta de la pasta.

Voy a intentar enviaros una canción conocida, cantada por unos niños italianos, que me ha gustado mucho. A ver qué os parece

Espero que me escribáis pronto. Un abrazo muy fuerte;
María

Hola!!!

Soy Amaia, y os escribo desde Donosti. El día está bastante nublado, así que además de el aire de la calle nos falta la luz del sol, que siempre anima.

En casa somos 4: Irati que tiene 11 años, Xabier tiene 9, mi marido Pello y yo. A la amatxi, el aitona y el osaba que viven en Pamplona hace mucho tiempo que no les damos un abrazo, y a la amama y el aitata de Donosti un poco menos, pero ya hace también muchos días que no les vemos. Todos estamos bien, y eso es lo que importa. Así que en días nublados como el de hoy, sacamos nuestra mejor sonrisa e intentamos pasar el día lo mejor posible. Nuestro plan para esta mañana va a ser escribiros esta carta, e intentar mandaros un poco de cariño en forma de palabras. Los besos y los abrazos están prohibidos estos días, pero nos gustaría haceros llegar todo nuestro cariño contándoos un poco de nuestras vidas.

Aquí estamos los 4, para que nos pongáis cara:



Ya llevamos más de un mes en casa, y casi todos los días son iguales, así que lo que pensamos hacer hoy, es un poco más o menos lo mismo que los días anteriores. Irati ha tenido una idea fantástica y ha hecho una tabla para repartir las tareas de casa. Hoy a mi me toca pasar la aspiradora y poner la mesa. Lo de hacer la comida no está apuntado en la tabla, así que me suele tocar a mí todos los días (suelo tener ayuda porque para arrimarse a los pucheros siempre hay voluntarios). A las mañanas toca limpiezas y trabajo, los peques etxekolanas. Comida y siesta con serie en la tele (nos las estamos viendo todas). A la tarde un poco de ejercicio: ¡Ay el tema del ejercicio! Eso suele ser problema de debate en casa. ¡Y debate grande! Los mayores queremos mucho movimiento, los pequeños quieren baile...o directamente no quieren hacer nada...un pequeño caos. Así que entre que nos ponemos de acuerdo y hacemos algo ya se nos ha pasado la tarde. Cena, un poco de televisión y a la cama. Ya ha pasado otro día, y así vamos ya un mes. Y en menos de que nos demos cuenta estos días raros habrán pasado y todos podremos abrazar a nuestros familiares y amigos. Estas líneas no cuentan ninguna historia especial, pero espero que con ellas os hayamos hecho pasar un rato un poco más ameno.

Os paso ahora con Irati y Xabier, que os van a contar algo. ¡Un abrazo y miles de besos para todos vosotros!

Kaixo ni Xabier naiz eta 9 urte ditut. Egun hauetan Italian egon beharko nuen nire familiarekin baina lio honekin ez naiz joan. Horregatik ordenagailuan irudi batzu ikusten ari naiz: Romeo eta julieta...



Nik ikastolara joan nahi dut aspertuta nagoelako baina gustatzen zait ere hemen egotea nire aitak mobila uzten didalako. Espero dut lio hau azkar pasatzea eta zuek guztiak ondo egon eta ez gaixotzea.

Hola me llamo Irati y tengo 11 años,

Estos días se me están haciendo bastante largos ya que no puedo ver a mis familiares y amigos.

Nosotros solemos tener la costumbre de comer mediodía el aperitivo y por eso ahora todos los sábados y festivos (que ya van unos cuantos) solemos comer el aperitivo cada uno por su casa y nos vemos todos a través del móvil. Solemos pasar bastante rato hablando todos juntos (la que más mi madre)

Con mis amigos suelo hablar bastante por google meet, pero como ahora es Semana Santa pues no hablamos nada. Al final de este curso nos cambian de clase. Ya llevamos todos juntos más de 5 años y me da bastante pena que nos separen, por eso quiero volver a clase cuanto antes. Todas mis amigas estamos igual

Todos los mediodías solemos ver las noticias y la verdad es que esta situación es bastante triste.

En mi tiempo libre suelo leer por el ordenador (que no me gusta mucho), ya que se me han acabado todos los libros que tenía para leer. Hemos pedido uno por amazon pero no llega hasta el domingo. También suelo hacer bizcochos que nos los acabamos en 2 días como mucho. También pinto un poco (aunque no se me da bien, pero bueno)

No he salido de casa desde el día que dijeron que no se podía salir así que he estado 32 días sin salir de casa ni para hacer la compra ni para echar la basura. (soy un achica que cumple la ley)

Espero que esto todo se pase rápido y estemos todos sanos y bien.

Un abrazo enorme,

Irati

Hola soy Oscar, un alumno de Egiluze Errenteria. Mi profesora me ha propuesto escribiros una carta y yo os la quiero escribir.

Pues el otro día me di cuenta que a veces no valoramos a nuestros mayores como los deberíamos de valorar.

Yo creo que vosotros cualquier cosa que nos hacéis es para bien.

Si todos ponemos nuestro granito de arena todo saldrá bien.

Espero que esto te haya animado un poco

Hola, me llamo Naroa hoy mi profesora me a dicho que os podemos enviarcartas por eso estoy escribiendo esto.

bueno hoy os voy a contar lo que hago estos dias primero me levanto luego miro el correo porsí me allegado algo luego si tengo clases entro y si tengo deberes los hago despues como, despues miro otravez el correo ysi no tengo nadaveo la tele luego bailo un poco y despues salgo a la ventana a aplaudir, paraterminar ceno y me duermo.

Espero que termine pronto y podamos salir muchos besos os quiero😊😊😊😊😊😊😊😊

Hola, me llamo Adriana

Soy del cole Egiluze de Rentería y nuestra profe de reli nos ha presentado este proyecto de escribiros una carta y la verdad es que me ha hecho mucha ilusión. yo os voy a contar que suelo hacer estos días de confinamiento. Me suelo levantar a las ocho de la mañana porque a y media tenemos clases virtuales. Después a las nueve nos empiezan a llegar un montón de correos donde nos mandan los deberes que tenemos que hacer, suelo estar toda la mañana haciendo deberes. Mas tarde, despues de comer, estoy un rato tranquila viendo la tele o el móvil. Pero claro no voy a estar toda la tarde viendo la tele, uff que aburrimiento, entonces todos los días a las seis de la tarde hago zumba con mi madre y después juego un rato con mi hermano, nos lo pasamos genial. Y ya después de todo eso llega mi momento favorito del día, llamo a mi familia por videollamada, me encanta, les cuento todo lo que he hecho, hablo con mis primas, ellos me cuenta a mi lo que han hecho...Todos los días a la ocho salimos a aplaudir, más tarde cenados vemos la tele un rato y nos vamos a la cama. Bueno y eso es lo que hago en todo el día. Espero que todos vosotros estéis bien, y que esto ya va a pasar y todos volveremos a la vida normal que llevábamos antes. Gracias!!

Un beso!!!

#Un dia mas es un dia menos

Buenas noches/ tardes/ días,

Yo, soy de la escuela Egiluze, la que tiene nombre de sidreria, la de monjas que antes se llamaba San José, pues esa. Mi profe de religión me propuso mandaros un correo y por eso os lo estoy mandando. Vosotros despues de estas semanas, ya sabreis el dia a dia de todos vosotros, pero hoy os contaré el mío.

Yo me levanto a las 7:30 de la mañana, desayuno, hago mi cama y miro mis correos. Doy la primera clase que me mandaron el dia anterior. Al terminar miro los correos de ese dia, y como no es de extrañar, de la cantidad de correos que tengo parece que me voy a morir. Al terminar mis deberes veo la televisión. Yo, soy un niño, y como a todo niño, me gustan los videojuegos, entonces me gusta jugar en el ordenador, pero mi padre tambien lo usa, entonces, tengo que esperar. Varias veces, no da tiempo a que yo juegue porque tengo que cenar y eso me da rabia. Lo bueno que tiene jugar es que puedo jugar con mis amigos, y es el único momento del dia en el que puedo hablar con ellos.

Que tengan un buen dia, y sobre todo, no salgan a la calle!!,

Adiós,

Julen

Hola soy Enara del colegio Egiluze y solo queria mandar un mensaje para esas personas que todos apreciamos y tanto echamos de menos.

En estos momentos estamos viviendo una situación un poco difícil para todo el mundo, pero sobre todo para vosotros esas personas que están ahí en todo momento para sus hijos, nietos, hermanos..., esas personas que han vivido millones de experiencias a lo largo de su vida, los que más cosas han aprendido y los más sabios.

Solo quería daros muchos ánimos porque soy consciente de lo que estáis viviendo, sois los superhéroes que salvan el mundo, los que pueden con absolutamente todo y os animo a seguir así de luchadores.

No os imagináis lo que todos vuestros conocidos, amigos, familiares... os echan de menos, se que es difícil superar esto durante tanto tiempo encerrado en cuatro paredes, pero yo se que todos y cada uno de vosotros lo va a conseguir.

Y recordar que el mundo sin vosotros no es lo mismo.

Hola,

me llamo Alaia y esta carta la estoy escribiendo para a ver si en este ratito que la estás leyendo te alegra el dia.

En esta carta te voy a contar un para de chistes, a ver si te gustan!!

+ Dime tu apellido

- Aquino.

+ Bueno vamos allá y me lo dices

- AQUINO

+ Bueno entonces allá

- ¡¡¡AQUINO!!!

+ Entonces dónde???

te ha gustado? Bueno pues entonces te cuento otro!!

- Mama, puedo ir con mis amigos hoy?

+ No, "ojos que no ven, Corazón que no siente"

- Mamá ese refrán no va!!

+ Y tú tampoco

espero que te hayan gustado y te hayan hecho reir

Hola soy una alumna de DBH 1 y nuestra profesora nos ha propuesto que os escribamos a si que os voy a contar lo que hago estos días.

Lo primero de todo a las 8:00 de la mañana me despierto y me voy a desayunar, después suelo tener videollamadas online con mis profes asi que me conecto y después de dar todas las clases de ese dia me pongo a hacer deberes hasta la hora de

comer. Después de comer estoy viendo la tele hasta las seis que tengo clases de zumba y suelo hacer un poco de ejercicio porque nunca viene mal

☑ a si que cuando acabo me voy a duchar y después a cenar. Cuando acabó de cenar suelo recoger mi habitación e irme a la cama.

Y vosotros qué tal? Espero que muy bien!

Besos

Karla

Kaixo, lagunok:

Zer moduz daramazue konfinamendua? Ondo egotea espero dut. Badakit bizi dugun egoera hau oso arraroa egiten zaigula. Leihotik begiraten dugu eta dena hutsik ikusten dugu. Begi-bistan ikusten ez den birus baten aurka egiten dugu borroka oraingoan. Birusari irabazteko, agintzen eta gomendatzen digutenari kasu egin behar diogu, hori da gure betebeharra.

Denok gaude irrikitan maitatzen ditugun pertsonak ikusteko, baina momentuz telefonoz edo bideo deiez komunikatu behar dugu beraiekin, baina hori abantaila handia da! Imaginatu birus hau duela 30 urte agertu izan balitz, zer egingo genukeen... la ez genuen telebista katerik, internet ez zegoen inon ere, mugikorrik ez genuen... Eskerrak gaur egun asmakizun hauek ditugula eta etxe barruan gauza asko egin ahal ditugula.

Gu etxean 4 pertsona bizi gara. Helduak gara guztiok, gazteena nire anaia da, 28 urtekoa. Bere urtebetetzea konfinamenduan ospatu dugu, aurreko astean izan zelako. Ospakizuna pixka bat arraroa izan zen, baina oso ondo pasatu genuen. Bere oparia duela hilabete bat erosi nuen eta etxean gordeta neukan, Sevillan ospatu behar genuelako bere urtebetetzea hau gertatu baino lehenago. Beraz, ez zen oparirik gabe geratu behintzat.

Ni egun hauetan lanean nabil teknikari informatikoa naizelako eta gure lana oinarritzak dela esan digutelako. Beraz, lanera joaten naiz babes-neurriak erabiliz eta erosketak egiteko ere aprobeztatzen dut bidaia. Etxean, gezurra dirudien arren, ia ez dut ezertarako denborarik. Laneko gauzak prestatzen ditut; horrez gain, aurten euskaltegia izena eman dut, eta euskaraz egiteko, irakasleak bidaltzen dizkigun lanak ere egiten ditut, ahal dudanean. Gainera, lagunekin eta neskalagunarekin bideo deiak ere egiten ditut, beraien berri izateko. Hori gutxi ez eta, etxeke garbiketa ere egiten hasi gara, armairu eta kaxoietan dauzkagun, eta erabiltzen ez ditugun, gauza asko bota egin ditugu, adibidez arropa zaharrak. Aurkitu ditugun beste gauza batzuekin, ordea, jolasten hasi gara, batez ere partxisa eta monopoly bezalako mahai-joku askorekin.

Egunero, arratsaldeko zortzietan, balkoietara ateratzen gara laguntzen ari zaizkigun langileei bere lana eskertzeko, eta horrela auzokideak ere ikusten ditugu, eta hitz egiten dugu bolkoitik balkoira. Orain dela bi hilabete kontatu baligute honelako istorioa, seguraski ez genukeen sinetsiko...

Entzuten den bezala, esango dut nik ere: Egun bat gehiago, baina baita egun bat gutxiago ere hau bukatzeko. Hau pasatzen denean, urte batzuk barru, beste era batean ikusiko dugu dena eta oso harro izango gara nola pasatu genuen krisi hau oroitzuz.

Zaindu denok, eta guzti hau bukatzean, guztion artean ospatuko dugu garaipena.

Eutsi goiari!

Dani.

Hola soy Asier, un alumno del colegio Egiluze y te escribo unas palabras para darte ánimos.

El señor mismo marchará al frente de ti y estará contigo.

Nunca te dejará ni te abandonara.

No temas ni te desanimes.

Deuteronomio (31,8)

Eres muy valiente sigue así un fuerte abrazo, Asier.

Hola!!

Me llamo Aimar y soy estudiante del colegio Egiluze de primero de la ESO. Mi profesora me ha propuesto un trabajo para que esta cuarentena se te haga más llevadera. Por eso, te voy a contar un poco lo que hago.

Las clases las damos desde casa. Es bastante lío, porque tenemos muchas cosas que hacer. Como no podemos salir de casa, tenemos que hacer uso de la imaginación. Ahora te voy a contar un chiste para que te animes:

La profesora le dice a Pepito:

- A ver Pepito, si yo digo: "fui rica", es pasado, pero si yo digo: "soy hermosa", ¿qué es?

- ¡Demasiada imaginación profesora!

Espero que te haya gustado el chiste tanto como a mí y que te haya alegrado un poquito el día. Esa era mi intención.

Un fuerte abrazo y ánimo que un día más es un día menos

Aimar 🇪🇺🇬🇧

Kaixo lagunak.

A zer garaia hau! Eta dena Txinatik mundu guztira hedatu den birus batengatik.

Bai arraroa dela egun osoa etxean geratzea. Orain arte, zenbat egun lau pareren artean konfinaturik pasatu ditugu? Benetan, ez dut gogoratzen, kontua ahaztu dut. Agian apropos egin dut, hobe delako itxaropena ez galtzeko eta gogoia indartsuago mantentzeko ere bai.

Gaur gure etxeak inoiz baino garbaiago eta txukunago daude. Gurasoek eta seme-alabek inoiz ez dute elkarrekin jolasten hainbeste denbora pasatu. Telebistako saioetan jendeak zer egiten duen ez aspertzeko eta eguna ondo pasatzeko ikus ditzakegu, gehienbat etxeko balkoietan. Batzuek musika-tresnak jotzen dituzte. Beste

batzuek, kantatzen dakitenez, kantarik ezagunenekin herriko isiltasuna betetzen dute. Ausartenak, abesten jakin ez arren, arretaz kantatzen saiatzen dira. Auzokide batzuk leihoetatik bingoa jokatzen dute denbora ondo pasatzeko. Hori da saririk handiena. Eta, Aste Santuan gaudenez, fededun batzuk beraien balkoietan prozesioak antolatzen dituzte eta egunari berea emanda, egoki jantzita agertzen dira.

Hirietan, herrietan, auzo guztietan bakardadea arnastu ahal da. Zoritxarrez, jende askoren bizitza ere bakardadez eta isiltasunez beteta dago, gaur inoiz baino gehiago. Gehienak nagusiak dira. Jende horri aurpegia ipiniko ahalko bagenio, edo beraien telefono zenbakiak jakingo bagenitu, dudarik gabe deituko genieke animoak emateko, gure laguntza eskaintzeko, presarik gabe beraiekin hitz egiteko, besarkadak eta muxu pila bidaltzeko. Beste pertsonekin hitz egiteak, ezezagunak badira ere, ongi egiten digu denoi.

Zuek nagusiok guk baino hobeto dakizue garai hauek izugarri txarrak eta korapilatsuak direla. Urteetan zehar oztopoak oztopo borrokatu zineten, zuen familiak aurrera ateratzeko, gizarte eta lan baldintzak hobetzeko, desberdintasunak murrizteko, askatasunean bizitzeko. Eta gaur egun ere borrokan jarraitzen duzue oraindik, denontzako pentsio duinak lortzeko. Horregatik, egoera honetatik denok batera, (zuek ere), irtengo gara. Eta apalagoak, gogorragoak, solidarioagoak, humanoagoak izango gara.

Badakit itxialdia zein gogorra izaten ari den guztiontzat. Zuentzat, zalantzarik gabe, gogorragoa izango bada ere. Agintariak etxe barruan geratzeko eskatu digute, eta hori egin behar dugu egoera hobetu arte. Etxetik ateratzea saihestu behar dugu. Badakit ez dela erraza, baina beharrezkoa da besteei kalte ez egiteko eta gu ez kutsatzeko. Bitartean, uneoro zaindu; goizero, apain zaitetzte; une bakoitza disfrutatu, adibidez, bazkaria prestatzean eta bazkaltzean, eta bukatutakoan, siesta goxo bat botu; gehien gustatzen zaizkizuen telebistako saioak ikusi; irratia entzuteak lagun egingo dizue, eta musika-irratsaioek gogoia indartzen lagundu diezazuekete.

Egoera hau gero eta azkarrago hobetzen ari da. Laster senitartekoekin, lagunekin, auzokideekin berriro elkartuko zarete. Lehen izaten zenituzten errutinak berreskuratuko dituzue. Bitartean, zaindu zaitetzte!

Besarkada bat bihotz-bihotzetik.

Txerra- Durangoko Udal Euskaltegitik

Gasteizen, 2020ko apirilaren 22an

Kaixo guztiei!

Nire izena Irene Aspe da eta ailegatu zait gutun hau egiteko proposamena, zuei, nagusiei koarentena hau pixka bat atseginagoa bihurtzeko. Badakit orain 4 pareten artean hilabete guzti batean egotea ez da bat ere eroso, baina sakrifizio hau egin behar da virus honekin bukatzeko, edo bestela, kontrolatzeko.

Zuek urte asko bizi dituzue, eta ziur nago inoiz ez zenuten pandemia bat bizi, gauza hau oso arraroa da bizitzea, eta azkenean hilabete batzuk pasa eta gero anekdota bat bezala ikusiko dugu. Ulertzen zaituztet, orain zuen bizitzaren azken urteetan zaudetelako, eta kalera atera nahi duzue, bidaiatu nahi duzue.. zuek pasaden urteetan esfortzu handi bat egin duzuelako lan egiten.

Beste aldetik, ikusi alde ona, familia eta lagunak gehiago baloratuko dituzue, eta hau pasa eta gero egingo duzuen guztia askoz gehiago disfrutatuko duzue. Edonork animaliak duena badakizue, abisatu eta galdetu ea egun batean animalia uzten badizue, animalia bat asko laguntzen duelako, eta konpainia asko egiten dute. Nik txakur bat Lira izenekoa, katu bat Worka izenekoa eta dortoka bat Tortu izenekoa daukat, baina egia esanez katua eta txakurra dira konpainia ematen dutenak.

Espero dut gutun honekin pixkatxo bat entretenitzea, eta irribarre bat ere atera dizuedan.

Besarkada handi bat eta asko zaindu,
Irene Aspe

Kaixo,

Raquel naiz, eta irakasleak ideia hau kontatu didanean oso ondo iruditu zait. Garai honetan asko zarete bakarrak egin behar duzuenak eta ziur nago eskutiz bat irakurri ahal izateak portuko zaituztela nahit eta ez eragutu.

Lehenengoan aurkentu nahi dut nire burua. Raquel daukat izena eta Barakaldon bizi naiz senanarekin eta seme-alabekin, eta luogaitabost urte pasa ondoren, lanik gabe geratzean, euskera ikastea erabaki nuen. Betidanik gustatzen zait baina ez dut inoiz behar, ez lan egiteko, ez herrian bizitzeko. Zorte handia izan dut tokatu zaidan taldearekin, oso jende jatorra da eta, bai irakaslea, bai ikaskideak. Egunero euskaltegia joateak asko postu nau nahit eta lasieran lotsa handia izaten nuen euskera gutxien nekiena mintzelaki. Baina poliki, poliki ausartzen ikasi nuen. Ikaskideak oso lagun onak izan dira eta adin desberdinaokak

izanagatik batzuk oso lafunak gara. Eguneo barre asko egiten ditugu eta honi dela eta, oso justina ikasten dugu. Niretzat, euskaltzera joateak unibertsitateko joaten mintzen ^{er}berala sentiarazi dit (etxean lanekin, ikaskideekin, barrekin...)

Orain, birusagatik denok etxean geratu behar dugu, baina bezarkada bat eman ahal et izanagatik, teknologiatu esker elkar ikusten dugu ea eguneo.

Coronavirus izeneko birus hau etoni da gure bizitzaraino bapatean, eta ohitua asko aldarazi dizkigu, baina badinudi batzuentzat oso zaila dela ohitua aldatzea. Zivir nago zuek, hau baina bizipen gojorrafok pasatu ditzuela (postguda, gosea, lan gojorrafok...) eta orain lasaitasun gandi bat tokatu behar ^{beharko balitzazuenen} ditzuenean, pandemia dator! Eta okimena da senideen hutsa sentitzea, bat ere irlobaren bezarkadak, pena guttiak kentzen dituztelako.

Baina gero eta denbora gutxiago geratzen da ^{birusarekin} bukatzeko. Momentu batzuetan tustua sentitzen dugun arren telebistan ikusten dugu zein ona den jendea! Galduak zeuden baloreak itzultzen dira eta behar dugula uste dut. (Elkartasuna, zintotasuna, eskuzabaltasuna, maitasuna, adorea ematea... sentitu behar izaten genituen)

Hori dela eta, peutsatzen dut birus pasa eta gero peitsonak hobeak izango gara, zuek, nik baino hobeto jakingo duzue, hainbeste bizipen pasatu behar izan baituzu jakingo duzue, nainbeste ^{zuzen}... bat pasa izana, Espero dut irakuriz gero tarte atsegin bat pasa izana, eta argi eta garbi daukat laster normaltasunera itzuliko gara. Bezarkada haundi bat!

Raquel

Hola a todos y a todas, me llamo Victoria y soy alumna del colegio Egiluze ikastetxea (San José hijas de la Cruz de Rentería). Tengo 15 años y voy a tercero de la eso. Os escribo este email para que paséis un rato diferente y agradable. Os voy a contar una serie de cosas: como es mi día en la cuarentena, descubrimientos y chistes

La cuarentena que yo estoy viviendo actualmente no es muy dura ya que me he acostumbrado a vivir con ello. Mi día en la cuarentena suele empezar alrededor de las 8:15 y 9:30 estas horas suelen variar según el trabajo que hallan enviado los profesores. Una vez despierta me dirijo a desayunar, normalmente suelo desayunar tostadas con aceite, y estas van acompañadas de un café. ¿Y vosotros que soléis desayunar?

Mientras desayuno reviso los correos y trabajos que envían los profesores para hacerme la idea de cómo organizarme el día y la semana. Antes de ponerme hacer los deberes, hago los deberes que tengo que hacer en casa (hacer mi habitación, recoger los cacharros, tender y ordenar las cosas de casa). Una vez acabado las cosas de casa me dirijo hacer los deberes de el cole asta la hora de comer.

Cuando es hora de comer, suelo ayudar a poner la mesa etc. Una vez acabado, suelo descansar viendo películas o series hasta las cuatro. Cuando ya son las cuatro me pongo la ropa de deporte y entreno una hora diaria haciendo diferentes ejercicios. Una vez acabado mi entrenamiento llega la hora de pensar, este tema me ocurre o me sucede sin yo haberlo planeado, es decir lo hago sin darme cuenta. ¿Os pensareis y en qué piensas?

Pues pienso en todo lo que está pasando con el mundo, con la persona que están y no están. Pienso que en poco tiempo como hemos podido llegar a esto y como hemos podido perder tantas cosas. Pienso en esas personas que no tienen recursos como van a afrontar todo este tema. Pienso en esas personas que no tienen hogar y me pregunto como van a pasar todo este suceso. Pienso y me imagino como estarán viviendo este tema las personas mayores. Pienso muchas cosas a lo largo del día. Esta situación que estamos viviendo tiene su lado positivo y negativo. Lo positivo me esta enseñando a valorar cosas que antes por desgracia no las valoraba. Me esta enseñando a ser mejor persona y a crecer como tal. También pienso que de todo se sale y saldremos de esta alegres y siendo mejores personas.

Después de estar pensando mucho tiempo cambio el chip. ¿A que no sabéis lo que toca ahora?

Lo que toca ahora es la repostería, nunca me llamado la repostería ya que soy nefasta para la cocina. ¿Sera la cuarentena que me está es cambiando? ¿y haciendo que ahora me llame la repostería? Hasta ahora he hecho dos recetas Brownie de chocolate y un bizcocho de chocolate que salió mal y casi incendio la casa ahaja.

Llega las ocho y como casi todas personas yo salgo a la ventana ha aplaudir a todas esas personas que hacen que esta situación mejore y se ha mas fácil. Aplaudo por los enfermeros y sanitarios que os están ayudando y cuidando. Aplaudo por toda la gente que se está quedando en casa, para que los sanitarios y hospitales puedan trabajar mejor. Aplaudo por todos, porque todos estamos aportando nuestro granito de arena y todos vamos hacer que esta situación acabe lo antes posible.

Mi día acaba alado de mi familia viendo la tele y compartiendo momentos únicos. Gracias por como sois porque no perdéis la sonrisa y gracias por leer este email que mas bien es una carta ahaja. Gracias por dedicarle tiempo y sobre todo gracias a

vosotros. Espero que mínimo os halla echo sonreír y que halláis pasado un momento diferente.

Voy acabar este email con un chiste:

Escribí un libro.

¿Y porque dibujaste el dedo en la primera hoja?

Porque es el índice

Ahaja



Basaurin, 2020ko apirilaren 13an.

Kaixo lagunok!

Ezer baino lehen gustatuko litzaidake esatea adineko pertsonak garrantzitsuak zaretela gure bizitzan. Zuenagatik hemen gaude. Gasteak zinetenean asko pasatu zenuten. Bizitza tokatu zitzaizkizuen momentuak zailak izan ziren, baliabide gutxi zenuelako. Hala eta guztiz ere, aurrea jarraitu zenuten. Orain zuek maitasuna behar duzue, bafzuk bakarrik zaudete etxean eta beste batzuk egoitzetan.

Zuri esan nahi dizut ez zaudela bakarrik borroka hartan eta elkarrekin lotuko dugula. Badakit zuek aspaldi ez ditzaula bilobak ikusten. Guinera, ezin zara kalera atera paseo bat ematera baina gauzak egitera animatu nahi zaituztet asperdurari irabazteko.

Konfirmendua eramangarriagoa egiteko plana: egunero arratsaldeko 8etan txalo zaparrada eta auzokideekin hitz egingo duzu, osasuntsu jan eta ariketa egin (barkoitzak ahal duena). Familiak deitzen ez badizu ere, egunero maite zaitu; seme-alabekin egoten baitira egun osoan eta denbora gutxi izaten dute-eta.

Nire kasuan, amaginarreba etxean dago eta egunero deitzen diogu. Batzuetan bideo-konferentzia bat egiten dugu, horrela, elkar ikusten dugu. Arrisku talde baten barruan dagoenez, ezor gutxi ateratzen da Kalera.

Beno, ezin dut gutun hau amaitu esan gabe zomorroa garaituko dugula eta nite batzuk berr historia liburuetan aterako gara.

Animo eta aurrera!



Paula Martínez

Muskizen, 2020ko martxoaren 30ean.

Kaixo adiskideok:

Nagore dut izena eta gutun hau idazten dut ekimen polita iruditu zaidalako ezezagun batzue idaztea.

Gaztea nintzenean eskolan egin nuen eta oroimen onak ekartzen dizkit berriro egiteak. Ni Muskizen bizi naiz betidanik, oraindik nire gurasoen etxean bizi egiten dut haien etxean, joatea nahi dut baina oso zaila da gaur egun etxetik joatea. Baina orain egoera honekin pozten naiz haiekin egoteagatik, bestela oso kezkatuta egongo nintzateke, nahiz eta gaur egun mugikorekin bideoa-deiak egin ditzakegun, eskerrak ematen dut teknologia egoteagatik bizitza errazten digulako.

Nik kontatuko dizuet zer egiten dudan egunean zehar konfinamendua hasi zenetik. Lehenengo egunak gogorak iruditu zitzaizkidan ni kalezalea naizelako eta ez nuen ulertzen 24 ordu egon behar nintzela 4 hormen artean, hori niretzat ezinezkoa delako. Nik egunean zehar gauza ugari egiten ditut eta ohitura batzuk hartu ditut eguna azkarrago pasatzeko. Goizean janaria zein etxeko garbiketak egiten ditut, beti musika pixka batekin bizitza alaitzeko, niretzat beharrezkoa da eta. Arratsaldean, euskerako ariketak egiten ditut, hau gertatu baino lehen euskaltegia egunero joaten nintzen, gaur egun oposizio bat egiteko euskera edukitzea beharrezkoa delako. Haur- hezkuntza ikasketak ditut eta C1 perfila behar dut, orduan, hor nabil egunero lanean. Euskera bukatu ostean, amak eta biok zumba egiten dugu gorputza mugitzeko eta gero yoga piska bat gorputza erlajatzeko, heziketa fisikoa beharrezkoa delako gorputzeko minik ez edukitzeko. Ondo pasatzen dugu bion artean eta aita gutaz barre egiten du baina ez zaigu inporta. Gimnasia egin ondoren, bidio-deien bidez familiarekin edo lagunekin hitz egiten dut, gure eguneroko gauzak kontatzeko edo barregarri den zerbait esateko.

Bi txakur dauzkat, baina etxean ez dauzkadenez, kalera atera behar dut haiei janaria eta kalera pixka bat ateratzeko. Txandak egiten ditugu nire neba nagusiak eta biok, egunero kalera ez ateratzeko, egun batean bera eta bestean ni neu. Kontatuko dizuet zer motatako txakurrak diren eta nolakoak. Bata, Noa deitzen da eta Ratonera Mayorkin bat da, bere tamaina txikia da eta marroi kolorekoa, oso maitakorra da jendearekin baina txakur handiekin berdurti hutsa da. Bestea, Rumba izenekoa eta Pitbull bat da, bere tamaina ertaina da eta gris kolorekoa, badakit Pitbull irakurri duzuenean gaiztoa dela pentsatu duzuela, baina ez da horrela, oso maitakorra eta lagunkoa da txakur zein jendearekin.

Espero dut nire gutuna zuen gustukoa izatea eta Koronabirusa laster pasatzea, amets gaizto bat bezala. Orduan, berriro guztiok kalera aterako gara gure bizitza egiteko eta musu zein besarkada eman ahalko diogu gure bihotzeko jendeari.

Norbaitek ezagutu nahi banau, hau dena bukatu ondoren ni prest nagoela.

Besarkada handi bat,

Nagore.



Kaixo lagunok!

Bizi ari garen egoera honek ezustean hartu gaitu guztiok, horrelako birus gehiago egon dira munduan zehar baina ez Coronavirus bezain kutsakorra, eta ez gaude prest horrelako egoera bati aurre egiteko. Badakit oso gogorra dela etxean egotea eta kalera atera ezin egotea, baina zorte ona dugu etxean geratu ahal garenok. Munduan zehar badira Etxean geratu ezin direnak edo haien herrian kuarentenarik egiten ez dutenak. Gainera, pentastu behar dugu ospitaleetan dagoen jende guztiaz, zeinek ia ia ez dute inolako harrremanik eta haien familiak ikusi gabe egon behar direnak.

Baikorra izan nahi dut eta esan egoera honetatik gauza onak aterako ditugula, dagoeneko egunero ikusten ari gara jendearen kooperazioa, denok batera birus honen kontra borrokatzen eta bata bestea laguntzen. Gero eta jende gehiago maskara eta EPI gehiago eginten ari da ospitaleetara eramateko, herrietan boluntario asko eman dute izena gure agureak erosketekin laguntzeko, eta egunero arratsaldeko zortzietan, leku guztietako jendea bere balkoietara eta lehioetara ateratzen da mediku, erizaintza, biomediku, kutzazain, banatzaile, kamioilari eta garbitzaile guztiei eskerrak emateko egiten ari diren esfortzuagatik.

Baina espero dut, hau pasa eta gero, herritarrok lotura hau ez apurtzea, bata bestea laguntzea, krisialdi bat egoten ez bada ere, espero dut egoera honetatik ikastea, eta arrazismoa eta klasismoa alde batera uztea. Eta dakigun bezala, birus honek ez du ulertzen arrazismoz edo klasismoz, edonork harrapa dezake, berdin da nongoa den eta ekonomikoki nolako egoeran dagoen. Askok izan dira arrazismo erasoak pairatu dituztenak birusa dela eta, baina jendea ez du ikusi nahi zelako laguntza ematen ari diren, eta espero dut bere ikuspuntua aldatzea.

Ez dakit ni hemen idatzitakoa alaituko duen ala ez, baina erreflexio txiki bat egin nahi nuen egoera honi buruz. Egia da alde txar asko dituela, baina horrelako momentuetan alde onei bakarrik begiratu behar diegu, jendeak haren diferentziak alde batera utziz, daukatenaekin besteak laguntzen ari da. Orain inoiz baino gehiago denok bateratu behar gara aurrera joateko eta ahal dugun neurrian besteei lagundu.

Hola me llamo Daniela tengo 13 años pero en noviembre hago 14 soy la 2 chica mas pequeña de mi clase y solamente me llevo con mi mejor amiga 10 días, vamos que yo cumpla y ella después de diez días .

Estudio en el colegio Egiluze de Erenteria, estoy en 2 de la eso y ahora mismo nos están mandando muchísimos trabajos y deberes, y de verdad no entiendo por que nos mandan tanto que hemos hecho nosotros para merecernos esto , en el colegio nos han propuesto haceros una carta y aunque era opcional yo decidí hacerla por que me parece una muy buena idea.

Te voy a hablar un poco de mi día a día.

Por la mañana me levanto pronto sobre las 7:30 o 8:00 me visto y cuando abro el ordenador ya hay ochenta mil correos, y me pongo a mirarlos y a organizarme por que aunque nos manden miles de deberes y trabajos también para rematar tenemos clases online, y algunas son divertidas por que los profes son muy majos pero hay otras que es todo chapa y aburridas.

Las clases que a mi me parecen mas divertidas son religión, gizarte , ingles y música .

Y una de las más aburridas sin duda es matemáticas ya que es mucha chapa y aparte de eso ya son difíciles cuando estamos en el colegio pues imagínate cuando estamos en casa.

Cuando acabo de hacer los deberes y las vidiollamas ya es por la tarde y cojo el móvil y me pongo a hacerle videollamada a mis mejores amigas y amigos y nos lo pasamos genial ya que son super graciosos, estamos un poco locos pero es que nos alegramos las tardes en un plis plas ya que hacemos el tonto, contamos que tal el día, escuchamos música y sobre todo nos reímos.

Hay veces que cuando hace sol mis amigos y yo salimos al balcón y cotilleamos un poco que hacen los vecinos y ya de paso nos solemos quedar en el balcón ya que hace sol

Luego suelo jugar con mis dos hermanas pequeñas y luego me voy a la ducha ceno y me pongo a ver la tele un rato, bueno un rato son como dos horas pero es que me entretengo mucho y si no me pongo a ver la tele me voy a la cama a verme una serie ahora mismo me estoy viendo Riverdale esta super guay , e único problema es que yo las series me las acabo rapidísimo .

Pero esto no lo hago todos los días sorprendentemente el otro día me dio algo así de limpiar mi cuarto y recoger mi armario cosa impresionante, claro como no mi madre me pregunto haber si tenia fiebre o algo pero no, no tenia.

Bueno y el otro día le una me puse a hacer un bizcocho yo sola y madre mía puse la cocina patas arriba y aparte de eso estaba llena de harina y de cosa, eso si el bizcocho me salió buenísimo, pero luego la bronca de mi ama se escucho en china.

Esta cuarentena también aparte de bizcochos y desastres en la cocina mi padre me esta enseñando un poco a dibujar ya que el trabaja tatuando y hace unos dibujos impresionantes, y pues me esta enseñando por que a mi me encanta dibujar y por que de mayor quiero ser diseñadora de moda, y me encanta coser.

Por otro lado están mis hermanas que hacen de modelos con las cosas que coso, también e echo mascarillas para mi familia para que podamos salir a la calle protegidos.

Y esto es un poco mi día a día muy loco y divertido espero que te allá echo reír y te allá echo el día un poco mas feliz

Agur.

Hola mi nombre es Valeria,

Estos días de cuarenta los estoy pasando bien, ya que a mi me gusta estar mucho en mi casa. La mayor parte del dia paso haciendo deberes, en los tiempos que tengo libres, convivio con mi mamá, hermana y sobrino, pinto con el, miro videos en mi móvil, y por la noche miro una serie que me gusta mucho. Espero que todos ustedes estén bien y con confianza porque Dios está en control de todo y él cuida de todos ustedes y de sus familias, así como a cuidado de mi y de mi familia todo este tiempo, y que pronto podrán ver a sus familias y salir a la calle, les mando un abrazo y que Dios los bendiga, siempre.

Les comparto un poco de esta canción que se llama Lo harás otra vez.

La espera terminará
Sé que has vencido ya
Nunca me has fallado, Dios

En ti confiaré
Tu promesa sigue en pie
Tú eres fiel

Confiado andaré
En tus manos estaré
Siempre has sido fiel

La noche acabará
Tu palabra se cumplirá
Mi corazón te alabará.

Basaurin, 2020ko apirilaren 15 ean

Egun on irakurleok!

Itxialdi honetan, besteak beste, haurtzarako oroitzapenak buruan pilatu egiten zaizkit. Umetako lehenengo oroipenak aitonarekiko ibilbideak dira. Bere eskutik hartuta zoriontsua nintzen. Nire amaren aitari kilometroak egitea izugarri gustatzen zitzaion. Beti esan ohi zuen etxean ezin zela gelditu, preso bezala sentitzen baitzen. Bere azken urteetan, oso gaixo zegoenean, ezin zen mendira Joan; hala ere, ia- ia azkenera arte, parkera joaten zen, zuhaitzak ikustera, belarra zapaltzera. Gainera, pertsona guztiakin oihuka hitz egitera ohituta zegoen. Oso ospetsua zen nire aitona maitia parkean. Baina amona haserretzen zen gisa horiek dotoreak ez ziren eta. Bost axola zitzaizkion aitonari bere emaztearen kezka. Niri grazia ematen zidan. Garrantzitsuena zen aitona gizon aske sentitzen zela. Amaieran, gerra baten ostean, diktadura bukatuta, argi eta altu hitz-egiten zuen, apaina ez izan arren.

Badakit aitonarentzat bezala, urteak daukazuenontzat, oso inportantea dela eguneroko paseatxo hori parketik. Osasuntsu ez ezik, libre ere sentitu nahi baituzue. Gazteenak normalean oso kezkatuta gabilta gaurko arazoekin; hots, umeekin, lanarekin, Infernuko egutegiekin... Horren ondorioz, batzuetan ahazten zaigu zuen abiadura ez dela gurea. Tamalez, ez dugu ikusten zure aisaldia ez dagoela gure zerbitzura egoten.

Agian, egoera izugarri honetatik ez legoke txarto emaitza batzuk ateratzea. Esate baterako, normalitatea heltzen denean, gure nagusien erritmoa errespetatzea, minutu bakoitza altxor bat da eta.

Amaitzeko, mila esker mila aldiz zuoi, gure aitona-amon maitatuoi! Gora bihotzak!

Queridos abuelos y abuelas,

Esta carta va dirigida a vosotros con todo el amor del mundo.

Me llamo Haizea, tengo 14 años y estudio en el colegio Egiluze Hijas de la Cruz y os escribo desde lo más profundo de mi corazón. Nos lo ha propuesto mi profesora, y a mí me parecía una buena idea dedicaros unas palabras en estos momentos tan duros que estamos viviendo debido a la situación del coronavirus, a vosotros, que aunque creáis que estáis olvidados porque no podéis ver a vuestros seres queridos, eso no es así.

La situación de hoy en día es un poco agobiante para todos porque el virus que hay en nuestro mundo nos obliga a quedarnos en casa por seguridad, porque es contagioso y

además mortal y si es agobiante para nosotros, imagino que para vosotros el no poder recibir visitas de los que más quereis se debe hacer duro, pero juntos tenemos que estar unidos para superar estos difíciles momentos...

Este virus nos ha hecho cambiar nuestras vidas, nosotros ahora desde nuestras casas tenemos que hacer videoconferencias con profesores y teletrabajar online porque los de Educación dicen que cada centro escolar tiene que hacer sus clases obligatoriamente. La verdad es que todo esto se nos esta haciendo raro.

Aunque sea duro injerir esto, siempre hay que pensar en positivo. Yo veo que hemos necesitado pasar esta pandemia para darnos cuenta de lo unidos que estamos todos, de lo maravillosa que es la gente y de que cuando dan las 20:00 nos animamos todos a aplaudir juntos por todos los médicos que os cuidan. El amor es lo más bonito que hay en el mundo y nada nos puede quitar la ilusión.

Quiero agradecerlos a todos, por haber sido, con vuestras virtudes y vuestros defectos, nuestros mejores padres, madres, abuelos, abuelas, etc. Por habernos enseñado durante toda vuestra vida y habernos transmitido vuestra sabiduría, en definitiva, por habernos enseñado a caminar por la vida.

Mucho ánimo a todos y un fuerte abrazo,

Haizea

¡Todos juntos venceremos el coronavirus

Queridos abuelo@s:

Mi nombre es Nahia, tengo 16 años y soy alumna del Colegio Egiluze (Hijas de la Cruz). Estamos atravesando momentos difíciles, viviendo una situación complicada, una situación dura que yo se que puede parecer que el mundo se pone en tu contra o se desmorona.

Tratando de ponerme en vuestra situación, además de la cuarentena el no poder recibir visitas de vuestros seres queridos se debe hacer duro en ciertos momentos y es un gesto de todos el unirnos para sobrepasar esta difícil etapa.

Todos los días a las 20:00 salgo a aplaudir al balcón con mi familia por los médicos que estan haciendo tan buen trabajo cuando os cuidan. A mi, se me ponen los pelos de punta, un momento de unión de toda la gente, con el amor como motor del mundo.

Hemos necesitado esta pandemia para darnos cuenta de lo unido que esta el mundo, de la solidaridad que tenemos las personas y de que juntos llegaremos muy lejos. El amor es lo más maravilloso que tenemos, no entiende de enfermedades, es más poderoso que cualquier cosa y no nos abandona a ninguno.

Este tiempo de aislamiento nos ha ayudado a reflexionar, conociendonos a nosotros mismos y aprendiendo a sonreir a la vida aun pareciendo que esta destrozada. Estamos todos unidos y que nada nos quite la ilusión.

Desde estas humildes palabras quiero animaros a que sigais con esa vitalidad tan grande que nos habéis demostrado siempre, porque soy de las que cree que aún teneis muchas cosas que mostrarnos.

Un abrazo y muchísimo ánimo 😊❤️

NAHIA

Hola,

Me llamo Leire y soy una estudiante de tercero de la ESO que escribe esta carta para que os animéis durante este confinamiento, ya que no podemos salir de nuestras casas. Bueno, en esta carta os voy a contar un poco como es mi rutina día a día y lo que hago para entretenerme.

Me suelo levantar hacia las siete y media, ya que las clases empiezan a las ocho. Doy las materias que tendría en una jornada normal, es decir como si fuera al colegio de verdad, pero por el ordenador. Los profesores se están dando cuenta de lo duro que es para nosotros también esta situación, y por eso nos lo hacen todo más fácil. Una vez he terminado las clases, como con mi hermana y mi padre, y mientras tanto hablamos de lo que hemos hecho a la mañana, ya que mi hermana también es estudiante y mi padre trabaja en un supermercado, y siempre hay algo interesante que contar. Cuando terminamos de comer, mi padre suele echar una siesta, mientras mi hermana y yo estamos con el móvil o viendo la televisión. Hacia las tres de la tarde nos ponemos hacer deberes del colegio o de la academia de inglés. Cuando mi madre viene de trabajar, normalmente vemos una serie en una plataforma que hay en la televisión, en la que puedes encontrar cualquier tipo de serie o película. Una hora antes de los aplausos, nos solemos poner a bailar con la música que nos gusta en la habitación, y una vez sean las ocho aplaudimos para agradecer a las personas que están haciendo un esfuerzo para que esta pandemia no llegue a más, y sobre todo para dar las gracias a todas esas personas que estamos luchando día a día para hacer que esto se acabe de una vez por todas.

Leire

Eibar, 2020ko Apirilaren 20a

Kaixo lagunok:

Matia Fundazioaren mezua bidali didate eta ideia ona iruditu zait eskutitza idaztearena, batez ere, gero norbaitek irakurriko duelako. Ni Eibarko Aek-ko ikaslea naiz eta euskarako C1 titulua ateratzeko ahaleginetan nabil. Azterketaren eguna apirilaren 25ean geneukan, baina alarma egoera gaudenez eta guztia gelditu denez, oraindik ez daukagu azterketaren data berririk.

Pertsonalki, konfinamendura nahiko ondo moldatu naiz. Alde batetik, kirolaria naizenez eta gorputzak izerdia botatzea eskatzen didanez, ia egunero egiten dut kirola. Adibidez, bizikleta estatikoan edota sare sozialeko bideoak baliatzen ditut gorputza mugitzeko. Bestetik, nahiz eta urtean zehar oso gutxitan joan astean behin nire aitaren baserrira joaten naiz baratzeko lanak egitera. Azkenik, hilak 6az geroztik lanean dihardut eta hein batean gorputza okupatuak egoteak psikologikoki laguntzen dit.

Badakit lau paretan artean egotera kondenatuta zaudetela ditxozosko coronavirus birusaren erruz. Zuek inork baino gehiago dakizue denborak zenbat balio duen, urteak daramatzazue eta bizi honetan. Zuetako asko makina gerrate eta krisi pasatakoak izango zarete, beraz, agindutakoa tinko betetzen baduzue laister kalera

ateratzeko moduan izango zarete, hala nola, eguzkia hartzera, kartetan jolastera, gimnasia egitera eta abar.

Badirudi, birus honek utziko dituen arrastoei aurre egiteko, zuen garaietara atzera egin beharko dugula, beraz, gutxiagorekin bizitzen ikasi beharko dugu. Argi gelditu da, mugarik gabeko munduan bizi garela eta diruak ez dituela biziak salbatzen. Hemendik aurrera gizarte harremanak nabarmen aldauko dira. Batetik, beldurra barreneraino sartuta daukagunez, elkar agurtzerakoan tentu handiagoz ibiliko gara, hau da, muxu eta bostekoak ematea ez da erraza izango. Gainera, kalera irteten garenean beti saituko gara jende gutxien dabilen eremutan ibiltzen.

Jakin ezazue, zuek bizi osoan egin duzuen lan, eta irakatsi diguzuen guztiagatik garela garen bezalakoak. Horregatik, gure ondoan behar zaituztegu inoiz baino gehiago. Gogoan izan, asko maite zaituztegu eta gure gizartearen zati garrantzitsua zaretela. Bitartean, ondo segi eta eutsi goiari. Muxu eta besarkada handi bat.

Hola , buenas noches ¿ como estas? Yo aqui en casa sola, pero como tengo dos nietos, contenta porque vayan a poder salir el domingo, aunque sea a dar un paseo. Hace ya mas de dos meses que no puedo verles, pero al menos que puedan salir.

Espero que muy pronto podamos salir un rato todos, porque pienso que hay muchas personas que lo necesitan de verdad.

¿Quien nos lo iba a decir,¿verdad? que a estas alturas,con los adelantos , los medicamentos y toda la tecnologia que tenemos, nos tendríamos que quedar tantos dias todos en casa por culpa de un virus.Todos estamos muy sorprendidos.

Pero bueno, esto pronto pasará. Pronto podremos volver a ver a nuestros hijos, nuestros nietos y todas las personas que son importantes y nos quieren tanto.

Aprovecharemos a tomar unos rayos de sol, aunque sea a través de nuestras terrazas o ventanas, esperando con impaciencia que todo esto pase, y que este dichoso virus no afecte a nuestra salud.

Yo ahora por la noche voy a acompañar a su casa a una señora que tiene 97 años, pero esta muy bien, lo que pasa es que su familia vive fuera, y no le gusta pasar las noches sola. Mañana por la mañana ya vuelvo a mi casa yo me distraigo mucho haciendo punto, leyendo y tocando la guitarra, porque me gusta mucho la musica.

Espero que muy pronto nos dejen a todos salir, aunque sea a dar un pequeño paseo en la naturaleza.No perdamos los ánimos.Esto pasará ya muy pronto, y todos habremos aprendido algo de ello.

Te envío un abrazo muy grande, y te deseo que pases una buena noche

Hola! Mi nombre es Candela Abdala, tengo 25 años y soy estudiante avanzada de Terapia Ocupacional, de Paraná Entre Ríos Argentina. Me encantó la propuesta que vi en la página de Reab.es y quiero sumarme! Les dejo mis cartitas. Espero ayuden mucho.

Felicitaciones por la iniciativa!

Cariños

"Ser feliz es reconocer
que vale la pena haber vivido
la vida, a pesar de todos
los desafíos, incomprensiones
y periodos de crisis.
Ser feliz no es una fatalidad
del destino, sino una
conquista para quien sabe
viajar adentro de su
propio ser"
<Todo esto pronto
pasará.>
Caríños,
Candela.

"Deseo que el pincel de la
vida dibuje hoy en tu
rostro la más linda sonrisa,
y salpique tus días de muchas
bendiciones. Que Dios
siempre cuide de ti, y que
no se te olvide que tú
eres el sol que ilumina
y que ha iluminado la
vida de muchas personas.
Por eso, no dejes de
sonreír"
Caríños, Candela.

"Que cada día pueda
ser más bello que el
anterior a pesar de las
circunstancias. Que
siempre tengas un
motivo de sonreír, y
que nunca te falte la
ilusión y esperanza
de un nuevo amanecer"
<Pronto todo pasará>
Caríños. Candela

Te mando fuerzas, para
levantar el día. Para darle
la vuelta, para salir de esta
ombra. Que la suerte
aparezca, recargando tu
energía. Pinta aún la
noche, pero llegará el alba
y con él un nuevo día,
un nuevo camino espera,
allá en la tejana...
Alegrías nuevas

Trasarán barreras,
recargarán tu alma,
tu luz, y tu vida...
Te mando fuerzas
en este nuevo día.
<Pronto todo pasará>
Caríños
Candela

#eskutitzaknagusi

MATIA
Zaleak

#cartasmayores
