

Sabela

Obesitateari buruzko iragarki baten haritik, elikadura-aholkuen inguruko hausnarketa egiten du Andoni Egañak Berriako Hitz Etzanak zutabearen. Sekuentzia honetan, artikuluan plazaratutako iritzia eta erabilitako baliabideak aztertu ahal izango dituzu, ariketa hauen bidez:



- Testua irakurri eta, Egañak bertan dioena aintzat hartuz, jarraipen egokia eman esaldi bakoitzari.
- "Belarrira arrotz egin" esalmodeari erreparatu.
- Esalmodiak lantzeko loturak egin.
- Sinonimoak bilatu.
- Galderei erantzunez, artikulua tesia zein den adierazi.

1. Obesitatearen arazoa

Irakurri Andoni Egañak *Berria* egunkarian idatzitako artikulua, eta bertan dioena aintzat hartuz, jarraipen egokia eman esaldi bakoitzari:

berria

Sabela



Badakizu zein den, hemen, mendebaldean, obesitate-tasarik handiena duen gizarte zatia?», galdera eginez gero, bi erantzun klase nagusituko dira. «Haurrak» erantzungo dute batzuek. Beste batzuek «pobreenak» erantzungo dute. Arazoari nondik begiratzen dion, handixe erantzungo du bakoitzak, eta ez du arrazoiaren faltarik izango talaia bat ala bestea izan.

Eusko Jaurlaritzaren iragarki bat entzun berri dut irratiz. Herritarroi gure elikadurak nolakoa behar lukeen gogorarazten digu. Osasuntsu elikatu nahi badugu, gehienbat barazki eta frutak jan behar ditugula, zekaleak astean hainbeste, proteinak beste hainbeste, pasta eta arroza zein neurritan eta abar. Ongi. Premiazkoa da segur aski oraindik ere horiek gogora ekartzea.

Baina osasuna nagusiki osotasuna dela ez genuke ahaztu behar. Eta lanik gabe dagoenari, behin-behineko lan-kontratu laburrak baino lortzen ez dituenari, soldata mixerablea baino eskuratzen ez duenari... belarrira arrotz egingo zaizkio borondate oneneko elikadura aholkuak ere. «Niri sakelak agintzen dit zer jan, ez Jaurlaritzak. Nahiago nuke jaramon egiteko moduan banengo!», entzun diot adiskide pipertu bati. Sabeletan eragiteko modurik zuzenena sakeletan eragitea dela erabaki du orduan bertsolariak...

2020ko otsailak 5



1. Obesitatea zein gizarte–zatik pairatzen duen galdetzean, hainbat eratara erantzun daiteke...

- a) adibidez, haurren eta pobreen gizataldeak aintzat hartu eta talaia batetik begiratzuz.
- b) bereiziki haurrena eta pobreena dela arazoa erantzungo dute gehienek, baina ez dute arrazoirik.
- c) baina bi erantzun–mota gailenduko dira: arazoa haurrena da, edota pobreena da. Eta guztiek dute arrazoi.

2. Eusko Jaurlaritzak elikadurak nolakoa izan beharko lukeen esaten digu...

- a) ongi jaten dugunez, ez da beharrezkoa hori gogoraraztea.
- b) Izan ere, osasuntsu elikatu beharrean, zekale eta proteina gehiegi jaten dugu.
- c) eta zein elikagai eta zein neurritan hartu behar ditugun zehatz gogorarazten digu.

3. Osasuna ezin da ulertu osotasuna kontuan hartu gabe...

- a) Izan ere, osasuna bizitzaren oinarritzko alor guztiak asebeteta izatearekin lotua dago.
- b) Izan ere, ongi bizi denari soilik ematen zaizkio elikadura–aholkuak, eta ez da gizartea osotasunean kontuan hartzen (langabeak eta abar).
- c) horregatik ematen zaizkio elikadura–aholkuak egoera txarrean dagoen jendeari, baina hauek entzungor egiten dute.

2. Esamoldeari erreparatu

Erreparatu ondoko esamoldeari: "(arazoak dituenari) belarrira arrotz egingo zaizkio borondate oneko elikadura–aholkuak". Erantzun galderari, aukera egokia eginez:



Zer esan nahi du zehazki testuinguru honetan?

- a) Belarriak irekita ere, borondate oneko elikadura–aholkuak ezin dituela entzun.
- b) Arazoak dituen arrotza izan ohi denez, ez dituela ulertzen borondate oneko elikadura–aholkuak.
- c) Borondate oneko elikadura–aholkuak ez zaizkiola belarrietara heltzen arazoak dituenari, oinarritzko premiek baldintzatzen dituztelako lehentasunak.



3. Esamoldeak lantzen



"Belarri" hitza erabiliz, hemen dituzu hainbat esapide. Lotu ezazu bakoitza bere esanahiarekin.

Esamoldeak	Esanahia
Belarriak ireki, zorroztu	Errieta egin
Belarrira esan, aritu	Adi egon
Belarria jan	Entzungor egin
Belarrietara arrotz egin	Ahopeka ibili, xuxurlatu
Belarriak gortu	Astuna izan, lata eman
Belarri ona izan	Zerbait ez ulertu, belarrietara ez iritsi
Belarria berotu	Musikarako dohaina izan



4. Sinonimoak proposatu

Andoni Egañak pasarte honetan erabili duen lexikoan jarri arreta orain. Aurkitu testuan nabarmendutako hitzen sinonimoak. Saiatu bat baino gehiago proposatzen:

Baina osasuna nagusiki osotasuna dela ez genuke ahaztu behar. Eta lanik gabe dagoenari, behin-behineko lan-kontratu laburrak baino lortzen ez dituenari, soldata mixerablea baino **eskuratzen** ez duenari... belarrira arrotz egingo zaizkio borondate oneneko elikadura aholkuak ere. «Niri **sakelak** agintzen dit zer jan, ez Jaurlaritzak. Nahiago nuke **jaramon egiteko** moduan banengo!», entzun diot adiskide **pipertu** bati. **Sabeletan** eragiteko modurik zuzenena sakeletan eragitea dela erabaki du orduan bertsolariak...

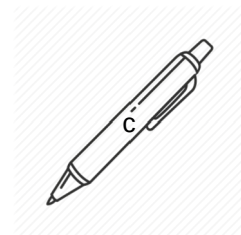
Eskuratu: _____

Sakela: _____

Jaramon egin: _____

Pipertu: _____

Sabela: _____



5. Tesia

Erantzun galderei:

Zein da Andonik baliatzen duen hitz-jokoa bere tesia emateko?

Zein da zehazki bere tesia?



ERANTZUNAK

1. Obesitatearen arazoa

c) baina bi erantzun-mota gailenduko dira: arazoa haurrena da, edota pobreena da. Eta guztiek dute arrazoi.

c) eta zein elikagai eta zein neurritan hartu behar ditugun zehatz gogorarazten digu.

a) Izan ere, osasuna bizitzaren oinarritzko alor guztiak asebeteta izatearekin lotua dago.

2. Esamoldeari erreparatu

c) Borondate oneko elikadura-aholkuak ez zaizkiola belarrietara heltzen arazoak dituenari, oinarritzko premiek baldintzatzen dituztelako lehentasunak.

3. Esamoldeak lantzen

Esamoldeak	Esanahia
Belarriak ireki, zorroztu →	Adi egon
Belarrira esan, aritu →	Ahopeka ibili, xuxurlatu
Belarria jan →	Astuna izan, lata eman
Belarrietara arrotz egin →	Zerbait ez ulertu, belarrietara ez iritsi
Belarriak gortu →	Entzungor egin
Belarri ona izan →	Musikarako dohaina izan
Belarria berotu →	Errieta egin

4. Sinonimoak proposatu

Eskuratu: lortu, jaso

Sakela: poltsikoa, patrika

Jaramon egin: kasu egin, arreta eman

Pipertu: haserretu, mikaztu

Sabela: tripa

5. Tesia

a) Sabeletan eragiteko modurik zuzenena sakeletan eragitea da.

b) Ondo dagoela Eusko Jaurlaritzak elikadura-aholkuak ematea herritarrei, baina nola hala bizi denak ez duela modurik aholku horiei jaramonik egiteko, oinarritzko premiak asetzen nahikoa lan baitu. Horregatik dio, elikadura-ohituretan eragiteko beharrezkoa dela gutxieneko diru-sarrera izatea.