

Solariuma. Joan al zara inoiz?



Aurkezpena.

Solariumei buruz ariketa hauek egin ditzakezu:

- Bideo bat ikusi eta galderei erantzun.
- Testua irakurri eta agertu diren esaldiak lotu.
- Hiru elkarrizketa entzun eta nork zer esan duen asmatu.
- Taldean jarri eta gaiari buruz hitz egin.



Ikusi bideoa

Ikusi bideoa eta esan beheko esaldiak egia ala gezurra diren.

Saio bakoitzaren ondoren fitxa bat egiten dute, tratamendua nola doan ikusteko.

☐ Egia ☐ Gezurra

Saioak ordu-erditik gorakoak izaten dira.

☐ Egia ☐ Gezurra

Sartu aurretik neurri berezi batzuk hartu behar dira.

☐ Egia ☐ Gezurra

Bukatu ondoren, krema ematea beharrezkoa da.

☐ Egia ☐ Gezurra

Adin txikikoek gurasoen baimena behar dute.

☐ Egia ☐ Gezurra

Batez ere, jende gaztea etortzen da.

☐ Egia ☐ Gezurra

Urte osoan ibiltzen da jendea, baina Aste Santua pasatuta gehiago.

☐ Egia ☐ Gezurra

Ez da txarra, baina buruarekin egin behar da.

☐ Egia ☐ Gezurra

Irakurri testua

Irakurri testua eta erantzun galderei.

Urte osoan beltzaran egotea gustatzen zaio jende askori. Batzuei arrazoi estetikoengatik; besteei, arrazoi profesionalengatik; edo ezkontza, jaunartzea, bataioa... bezalako ekitaldi bat daukatelako. Horretarako, bi aukera daude: ahal den bakoitzean eguzki-izpiak aprobetxatzea, edo solariumera joatea. Zuk zer nahiago duzu?

Izpi ultramoreak igortzen ditu solariumak, eta, kopuru txikia jasotzen badugu, gure osasunarentzat ona da. Izpi horiei esker, gorputzean D bitamina sortuko dugu; baina, guztiarekin bezala, honekin ere kontuz ibili beharko dugu, gehiegikeriarik egin gabe. Orduan, zergatik esaten da kaltegarria dela? Askoren ustez, azaleko minbizia sortzen du solariuma erabiltzeak. Beste batzuek, neurrian erabiliz gero, inolako arriskurik ez dagoela esaten dute.

Arrasateko Amagara Estetika Zentroak aurren 25 urte beteko ditu, eta ireki zutenetik solariumera joateko aukera eskaini dute. Bertako jabea Maite Agirre da, arrasatearra bera ere, eta solariumaren inguruan hitz egin dugu berarekin.



FUNTZIONAMENDUA

Gaur egun, solariumera joatea oso normala da. Lehenengo aldiz joaten garenean, fitxa bat beteko dute gure datuekin, eta funtzionamendua azalduko digute. “Azal-mota begiratzan dugu, eta, orbanen bat edo zerbait arraroa ikusten badiogu, medikuarengana joateko esango diogu”, azaldu digu Maitek. Pertsona bakoitzaren arabera antolatuko dituzte saioak: astean behin, astean bitan, zenbat saio egingo diren...

Zer egin behar dugun ere azaldu digute: “Ezin da makillatuta etorri; betaurrekoak jantzi behar dira; haurdun bagaude, operatu berri edo 18 urte baino gutxiago baditugu, debekatuta dago solariumera joatea; hasi aurretik, krema ematea gomendatzen da...” Estetika Zentro honetan, Aste Santuaren ostean jartzen dute abian solariuma, urriaren amaierara arte. “Gainerako hilabeteetan ez dugu erabilera bultzatzen, azalak ere atseden hartu behar duelako”.

ERABILTZAILEEN PROFILA

Jende gaztea joaten da gehienbat solariumera, baina helduagoak ere joaten dira, baita gero eta gizon gehiago ere. “Hondartzara joan aurretik, kolore pixka bat hartzeko, ekitaldiren bat daukatelako, edo, besterik gabe, euren burua ederrago ikusteko etortzen dira”.

Amagara Estetika Zentroko jabeak esan digunez, duela 25 urte, ireki zutenean, jende asko joaten zen. Gero, lege bat atera zuten: “Urtero Madrilgo ikuskari bat etortzen hasi zen makina kontrolatzera, eta etiketa bat jartzen hasi zen”. Etiketa horrek urtebeterako balioa du, eta Solariumaren IAT (Ibilgailuen Azterketa Teknikoa) bezalakoa da. Enpresa horrek Eusko Jaurlaritzari bidaltzen dio dokumentazioa.

Hainbat lekutan ez zituzten eskatutako baldintzak betetzen, eta, beraz, itxi egin behar izan zuten. “Fitxarekin ere gauza bera gertatu zen. Guk hasieratik egiten genuen, baina beste leku askotan ez”. Momentu batean, beherakada bat egon zen, bezeroak ez ziren fidatzen eta jendearen artean zurrumurrua zabaltzen: “Kaltegarria dela esaten dute...”. “Hala ere, gaur egun, bezero asko ditugu, guk ez dugu inoiz arazorik izan”, aitortu digu.

SOLARIUMA KALTEGARRIA DA?

Maitek erantzuna oso argi du: “Eguzkia larregi hartzen badugu, txarra izango da. Beste gauza guztiekin ere horixe gertatzen da. Dena ona da, baina bere neurrian”. Pauso guztiak ondo jarraituz gero, ez dago arriskurik. “Fitxa betetzerakoan esandakoa bete behar du bezeroak, guk esandako saio eta denbora-kopurua errespetatu... Kontrola eta zentzua izatea da gakoa”. Jendeak esandakoa egiten ez duelako eztabaida sortzen da: “Onena urtean 10 edo 12 saio egitea da, poliki-poliki, maiatzean hasi eta uztailean amaitu arte”. Berak gomendatu egiten du: “Kolore pixka batekin ederrago ikusten dugu geure burua, zergatik ez? Nik solariuma urtero erabiltzen dut”.

Eta zu, noizbait joan zara solariumera? Zure ustez, kaltegarria da? Garrantzia ematen diozu beltzaran egoteari?

Urte osoan beltzaran egotea

Lehenengo aldiz joaten garenean, fitxa bat beteko dute gure datuekin,

Aste Santuaren ostean jartzen dute abian solariuma,

Urtero Madrilgo ikuskari bat etortzen hasi zen makina kontrolatzera,

Hainbat lekutan ez zituzten eskatutako baldintzak betetzen,

Eguzkia larregi hartzen badugu,

Dena ona da,

baina bere neurrian.

eta, beraz, itxi egin behar izan zuten.

txarra izango da.

eta etiketa bat jartzen hasi zen.

urriaren amaierara arte.

eta funtzionamendua azalduko digute.

Izpi hauei esker,

Nork esan du?

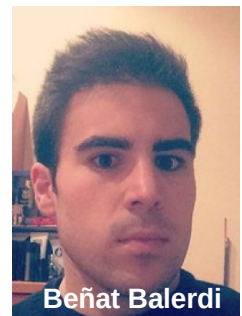
Entzun hiru elkarrizketa labur hauek eta esan norena den esaldi bakoitza.



Irene Herrandonea



Igone Arregi



Beñat Balerdi



Joan izan da solariumera

Nahiz eta eguzkia hartzea gustatu, nahiago du modu naturalean hartu.

Ez da inoiz joan.

Eta zuk?

Orain jarri taldean eta komentatu puntu hauek:



- Joan al zarete inoiz solarium batera? Zergatik?
- Kaltegarria iruditzen zaizue?
- Eguzkia hartzea gustatzen zaizue? Eta beltzarana egotea?
- Gure pentsakera aldatu da azken urte hauetan?

Zuzenketa-orria

Ikusi bideoa

Saio bakoitzaren ondoren fitxa bat egiten dute, tratamendua nola doan ikusteko.

✓ Gezurra

Saioak ordu-erditik gorakoak izaten dira.

✓ Gezurra

Sartu aurretik neurri berezi batzuk hartu behar dira.

✓ Egia

Bukatu ondoren, krema ematea beharrezkoa da.

✓ Gezurra

Adin txikikoek gurasoen baimena behar dute.

✓ Gezurra

Batez ere, jende gaztea etortzen da.

✓ Egia

Urte osoan ibiltzen da jendea, baina Aste Santua pasatuta gehiago.

✓ Gezurra

Ez da txarra, baina buruarekin egin behar da.

✓ Egia

Irakurri testua

Urte osoan beltzaran egotea

Lehenengo aldiz joaten garenean, fitxa bat beteko dute gure datuekin,

Aste Santuaren ostean jartzen dute abian solariuma,

Urtero Madrilgo ikuskari bat etortzen hasi zen makina kontrolatzera,

Hainbat lekutan ez zituzten eskatutako baldintzak betetzen,

Eguzkia larregi hartzen badugu,

Dena ona da,

baina bere neurrian.

eta, beraz, itxi egin behar izan zuten.

txarra izango da.

eta etiketa bat jartzen hasi zen.

urriaren amaierara arte.

eta funtzionamendua azalduko digute.

Izpi hauei esker,

Nork esan du?

Nahiz eta eguzkia hartzea gustatu, nahiago du modu naturalean hartu.

► **Igone**

Joan izan da solariumera.

► **Beñat**

Ez da inoiz joan.

► **Irene**

Transkripzioa

Ikusi bideoa

Nola funtzionatzen du solariumak?

MAITE AGIRRE: Guk behintzat gure etxean, funtzionamendua izaten da, bezeroa etortzen denean egiten dugun lehenengo... Derrigorrezkoa da gainera, egitea fitxa bat, eta orduan, fitxa horretan egiten dira galdera batzuk: a ver (ea) zer azal mota daukan, zer ardura edo zer ilusio daukan bera morena jartzeko... Hortik aurrera, egiten dugu planteamendua, bueno, etortzeko astean behin, edo astean birritan, eta horrela. Esplikatzen (azaltzen) dugu bezeroari nola funtzionatzen den (duen) solariuma (solariumak), izaten dira sesioak (saioak) hogei minutu, hogei minutukoak, eta bueno, esplikatzen dugu derrigorrezkoa dela, ezin dela makillatu, makillajearekin sartu solariumean; betaurrekoak jartzea be (ere) inportantea da, eta derrigorrezkoa ere bai; eta gero, hortik aurrera, esaten dugu bueno ba bukatzen denean, solarium-sesioa nahi badaurie (badute) dutxa bat hartu eta gero, krema pixka bat emateko, zergatik azala beti sekau (lehortu) egiten da pixka bat.

Zein da erabiltzaileen profila?

MAITE AGIRRE: Normalean jendea gaztea, gaztea izaten da. Baina, hombre bai, gaztea bai, baina 18 urtetik gora, e? Bestela ezin da; debekatuta dago, eta normalean, jende gaztea izaten da. Bueno ba, prestatzeko bodarako, jaunartzerako, bueno ba playara (hondartzara) joan behar bazara, pixka bat arreglatuta (apainduta) egoteko... Prestatzen da jendea, normalean gazteak. Nagusiak ere etortzen dira, hori bai, guk normalean solariuma egiten dugu, lan egiten dugu solariumarekin, Aste Santu inguruan jendea hasten da, eta gero, oporrak pasatu eta gero, igual urriaren hasieran edo baina ia, hortik aurrera ez dugu egiten.

Solariuma kaltegarria da?

MAITE AGIRRE: Bueno, nik uste dut gauza guztiak bezalaxe, abuso egiten baduzu, edo gehiegi hartzen baduzu gauzak, edo gaizki egiten baduzu gauzak, kaltegarria izan leike. Gauzak behar den moduan egiten baduzu, eta zentzunarekin (zentzuarekin) egiten baduzu, nik uste dut ondo dagoela. Badakigu, adibidez, jende guztiak asoziazioa (lotura) egiten duela solariuma, eguzkia, kantzerra (minbizia) ez? Cancer de piel (azaleko minbizia). Ba bai, ba bai, hori hor dau (dago), ezta? Baina bueno, beste gauza batzuk ere badaudela, eta bueno, egiten baduzu ganorarekin, eta kontuan hartu gauza bereziak edukitzen baduzu, nik uste dut ez dela kaltegarria.

Solariuma gomendatuko zenuke?

MAITE AGIRRE: Ba bai, bai, behar den moduan egiten baduzu gauzak, zergatik ez? Nik pentsatzen dudana da a ver (ea) horretarako dago fitxa bat, egiteko, galdera batzuk egiten dira jendiari gauzak argi eta garbi edukitzeko, solariuma bai, baina bueno ba sesio batzuk, kontrolarekin, eta hortik aurrera zergatik ez? Nik ere hartzen dut eta oso gustura egoten naiz...

Nork esan du?

1. IRITZIA: IRENE HERNANDORENA

ESATARIA: Noizbait joan zara solariumera?

IRENE HERNANDORENA: Ez, ez naiz inoiz izan.

ESATARIA: Kaltegarria dela uste duzu edo zergatik esaten da hori?

IRENE HERNANDORENA: Pasatzen bazara dena bezala, ba azkenean, kaltegarria izan daiteke. Kasu asko ateratzen dira azaleko kantzerra (minbizia), edo bestela ere lehenago zahartzen zaizu azala eta ximur-ximur eginda geratzen zara.

ESATARIA: Nori gomendatuko zenioke joatea?

IRENE HERNANDORENA: Inori ez, niri ez zait gustatzen ba besteontzat ere ez.

2. IRITZIA: IGONE ARREGI

ESATARIA: Noizbait joan zara solariumera?

IGONE ARREGI: Ez, ez daukat ohitura solariumera joateko. Gustatzen zait eguzkia hartzea, baino nahiago dut naturala izatea, eta orduan ba udaran joaten naiz.

ESATARIA: Kaltegarria dela uste duzu edo zergatik esaten da hori?

IGONE ARREGI: Ba bai, nire ustez kaltegarria da. Entzunda daukat behintzat zimurrak ateratzen direla askotan joaten bazara eta gero ere bai azalarentzat ez dela oso ona; kantzerrigenoa dela eta entzunda daukat. Ba bai, uste dut kaltegarria dela.

ESATARIA: Nori gomendatuko zenioke joatea?

IGONE ARREGI: Esan dudana bezala nire ustez kaltegarria da eta ordun berez-berez ez nioke inori gomendatuko.

3. IRITZIA: BEÑAT BALERDI

ESATARIA: Noizbait joan zara solariumera?

BEÑAT BALERDI: Bai, eguzkia hartzea gustuko dudalako eta era berean Moreno (beltzaran) jartzen ez naizelako.

ESATARIA: Kaltegarria dela uste duzu edo zergatik esaten da hori?

BEÑAT BALERDI: Denbora asko egoten bazara, azala mindu dezake, baina bere neurrian eguzkia hartuz gero, ez dago batere arazorik.

ESATARIA: Nori gomendatuko zenioke joatea?

BEÑAT BALERDI: Gomendatuko nieke eguzkia gustuko dutenei eta moreno jarri nahi dutenei.

Nahiz eta eguzkia hartzea gustatu, nahiago du modu naturalean hartu. Igone

Joan izan da solariumera. Beñat

Ez da inoiz joan. Irene