ITEM LIBERATUAK

IRAKURKETARAKO KONPETENTZIA

Proba Pilotua

PISA 2018

Ikasleentzako materiala

Produced by ETS (Core A)

OECD
BETTER POLICIES FOR BETTER LIVES

ISEI·IVEI
IRAKAS-SISTEMA EBALUATU
ETA IKERTZEKO ERAKUNDEA
INSTITUTO VASCO DE EVALUACIÓN
E INVESTIGACIÓN EDUCATIVA

PISA 2018

Oiloei buruzko foroa

Sarrera

Irakurri sarrera. Ondoren, egin klik HURRENGOA gezian.

Familia bisitatzera joan zara. Duela gutxi baserri batera bizitzera joan dira, eta oiloak hazten dituzte han. Izebari galdetu diozu: “Nola ikasi duzu oiloak hazten?”

Eta erantzun dizu: “Oiloak hazten dituen jende askorekin hitz egin dugu. Interneten ere baliabide asko daude erabilgarri. Adibidez, bada Oiloen Osasuna izeneko foro bat, gustuko dudana. Oso lagungarri izan nuen duela gutxi, oilo batek hankan min hartu zuenean. Izan nuen elkarrizketa erakutsiko dizut.”

Egin klik HURRENGOA gezian, foroa irakurtzeko.

PISA 2018

Oiloei buruzko foroa
Galdera 1 / 7

Begiratu Oiloen Osasuna foroari eskuinean. Egin klik aukera batean, galderari erantzuteko.

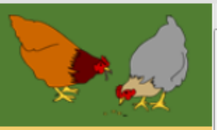
Zer jakin nahi du Iraia_88-k?

- Ea aspirina eman diezaiokeen mina duen oilo bati.
- Ea aspirina zenbatean behin eman diezaiokeen mina duen oilo bati.
- Ea nola jarri harremanetan albaitariarekin, mina duen oilo bati buruz hitz egiteko .
- Ea zehaztu dezakeen oilo zauritu batek duen mina.

www.oiloenosasuna.com/foroa/aspirina-oiloak

Oiloen Osasuna

Oilo osasuntsuak izateko sareko baliabidea



Honi buruz | Foroa | Argazkiak

Aspirina oiloentzat

Iraia_88 HIZKETAREN HASIERA — Bidalketa: urriak 28, 18:12

Kaixo denei!
Eman al diezaioket aspirina oiloari? 2 urte ditu eta uste dut mina duela hankan. Ezin naiz astelehenera arte albaitariarengana joan, eta ez dit telefonorik hartzen. Oiloak min handia duela dirudi. Zerbait eman nahi nioke, albaitariarengana joan arte hobeto senti dadin.
Eskerrik asko laguntzeagatik.

NereaB79 — Bidalketa: urriak 28, 18:36

Ez dakit aspirina oiloentzat egokia den edo ez. Nik beti albaitariari galdetzen diot hegaztiei botikak eman aurretik. Badakit gizakiontzat seguruak diren botikak oso arriskutsuak izan daitezkeela hegaztientzat.

Maite — Bidalketa: urriak 28, 18:52

Nik aspirina eman nion gure oiloetako bati mina zuenean. Ez zuen arazorik izan. Hurrengo egunean albaitariarengana joan nintzen, baina orduko hobeto zegoen. Uste dut arriskutsua izan litekeela gehiegi ematea; beraz, ez gainditu dosiaren mugak! Ea hobeto jartzen den!

Hegaztietan_Eskaintzak — Bidalketa: urriak 28, 19:07

Kaixo! Ez ahaztu hegaztientzako hornigaietan ditudan eskaintza merke-merkeak begiratzea. Sekulako beherapena dut oraintxe!

Bittor — Bidalketa: urriak 28, 19:15

Norbaitek esango al dit nola jakin oilo bat gaixo ote dagoen? Mila esker.

Felix — Bidalketa: urriak 28, 19:21

Kaixo, Iraia:
Albaitaria naiz, eta hegaztietan espezializatuta. Ondo dago mina duten oiloei aspirina ematea, baldin eta minez daudela ikusten bazaie. Hegaztiei aspirina emateko agintzean, Hegaztiei buruzko Medikuntza Klinikoa liburuko gidalerroei jarraitzen diet. Oiloei 5 mg aspirina eman behar zaie gorputzeko pisuaren kilo bakoitzeko. Egunean 3-4 aldiz eman dakieke albaitariarengana joan arte. Oso garrantzitsua da albaitariarekin segimendua egitea. Zorte on!

PISA 2018

Oiloei buruzko foroa
Galdera 2 / 7

Begiratu Oiloen Osasuna foroari eskuinean. Egin klik aukera batean, galderari erantzuteko.

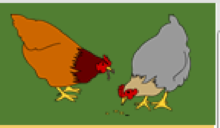
Zergatik erabaki du Iraia_88-k galdera Interneteko foro batera bidaltzea?

- Albaitari bat nola aurkitu ez dakielako.
- Oiloaren arazoa ez dela larria uste duelako.
- Oiloari, ahal bezain laster, lagundu egin nahi diolako.
- Albaitariaren kontsulta baterako dirurik ez duelako.

www.oiloenosasuna.com/foroa/aspirina-oiloak

Oiloen Osasuna

Oilo osasuntsuak izateko sareko baliabidea



Honi buruz | Foroa | Argazkiak

Aspirina oiloentzat

Iraia_88 HIZKETAREN HASIERA — Bidalketa: urriak 28, 18:12

Kaixo denei!
Eman al diezaioket aspirina oiloari? 2 urte ditu eta uste dut mina duela hankan. Ezin naiz astelehenera arte albaitariarengana joan, eta ez dit telefonorik hartzen. Oiloak min handia duela dirudi. Zerbait eman nahi nioke, albaitariarengana joan arte hobeto senti dadin. Eskerrik asko laguntzeagatik.

NereaB79 — Bidalketa: urriak 28, 18:36

Ez dakit aspirina oiloentzat egokia den edo ez. Nik beti albaitariari galdetzen diot hegaztiei botikak eman aurretik. Badakit gizakiontzat seguruak diren botikak oso arriskutsuak izan daitezkeela hegaztientzat.

Maite — Bidalketa: urriak 28, 18:52

Nik aspirina eman nion gure oiloetako bati mina zuenean. Ez zuen arazorik izan. Hurrengo egunean albaitariarengana joan nintzen, baina orduko hobeto zegoen. Uste dut arriskutsua izan litekeela gehiegi ematea; beraz, ez gainditu dosiaren mugak! Ea hobeto jartzen den!

Hegaztietan_Eskaintzak — Bidalketa: urriak 28, 19:07

Kaixo! Ez ahaztu hegaztientzako hornigaietan ditudan eskaintza merke-merkeak begiratzea. Sekulako beherapena dut oraintxe!

Bittor — Bidalketa: urriak 28, 19:15

Norbaitek esango al dit nola jakin oilo bat gaixo ote dagoen? Mila esker.

Felix — Bidalketa: urriak 28, 19:21

Kaixo, Iraia:
Albaitaria naiz, eta hegaztietan espezializatuta. Ondo dago mina duten oiloei aspirina ematea, baldin eta minez daudela ikusten bazaie. Hegaztiei aspirina emateko agintzean, Hegaztiei buruzko Medikuntza Klinikoa liburuko gidalerroei jarraitzen diet. Oiloei 5 mg aspirina eman behar zaie gorputzeko pisuaren kilo bakoitzeko. Egunean 3-4 aldiz eman dakieke albaitariarengana joan arte. Oso garrantzitsua da albaitariarekin segimendua egitea. Zorte on!

PISA 2018

Oiloei buruzko foroa
Galdera 3 / 7

Begiratu Oiloen Osasuna foroari eskuinean. Egin klik taulako aukeretan, galderari erantzuteko.

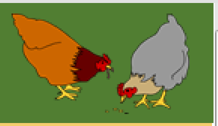
Foroetarako mezu batzuk gaiari lotuta daude, eta beste batzuk, aldiz, ez. Egin klik **Bai** edo **Ez** aukeretan, beheko taulako mezuak Iraia_88-ren arazoarekin lotuta dauden edo ez adierazteko.

Mezua lotuta al dago Iraia_88-ren arazoarekin?	Bai	Ez
NereaB79-ren mezua	○	○
Maiteren mezua	○	○
Hegaztietan_Eskaintzak-en mezua	○	○
Bittorren mezua	○	○
Felixen mezua	○	○

www.oiloenosasuna.com/foroa/aspirina-oiloak

Oiloen Osasuna

Oilo osasuntsuak izateko sareko baliabidea



Honi buruz | Foroa | Argazkiak

Aspirina oiloentzat

Iraia_88 HIZKETAREN HASIERA — Bidalketa: urriak 28, 18:12

Kaixo denei!
Eman al diezaioket aspirina oiloari? 2 urte ditu eta uste dut mina duela hankan. Ezin naiz astelehenera arte albaitariarengana joan, eta ez dit telefonorik hartzen. Oiloak min handia duela dirudi. Zerbait eman nahi nioke, albaitariarengana joan arte hobeto senti dadin. Eskerrik asko laguntzeagatik.

NereaB79 — Bidalketa: urriak 28, 18:36

Ez dakit aspirina oiloentzat egokia den edo ez. Nik beti albaitariari galdetzen diot hegaztiei botikak eman aurretik. Badakit gizakiontzat seguruak diren botikak oso arriskutsuak izan daitezkeela hegaztientzat.

Maite — Bidalketa: urriak 28, 18:52

Nik aspirina eman nion gure oiloetako bati mina zuenean. Ez zuen arazorik izan. Hurrengo egunean albaitariarengana joan nintzen, baina orduko hobeto zegoen. Uste dut arriskutsua izan litekeela gehiegi ematea; beraz, ez gainditu dosiaren mugak! Ea hobeto jartzen den!

Hegaztietan_Eskaintzak — Bidalketa: urriak 28, 19:07

Kaixo! Ez ahaztu hegaztientzako hornigaietan ditudan eskaintza merke-merkeak begiratzea. Sekulako beherapena dut oraintxe!

Bittor — Bidalketa: urriak 28, 19:15

Norbaitek esango al dit nola jakin oilo bat gaixo ote dagoen? Mila esker.

Felix — Bidalketa: urriak 28, 19:21

Kaixo, Iraia:
Albaitaria naiz, eta hegaztietan espezializatuta. Ondo dago mina duten oiloei aspirina ematea, baldin eta minez daudela ikusten bazaie. Hegaztiei aspirina emateko agintzean, Hegaztiei buruzko Medikuntza Klinikoa liburuko gidalerroei jarraitzen diet. Oiloei 5 mg aspirina eman behar zaie gorputzeko pisuaren kilo bakoitzeko. Egunean 3-4 aldiz eman dakieke albaitariarengana joan arte. Oso garrantzitsua da albaitariarekin segimendua egitea. Zorte on!

PISA 2018

Oiloei buruzko foroa
Galdera 4 / 7

Begiratu Oiloen Osasuna foroari eskuinean. Egin klik aukera batean, galderari erantzuteko.

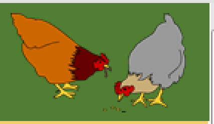
Nork izan du esperientzia positiboa mina zuen oilo bati aspirina emanda?

- Iraia_88-k
- NereaB79-k
- Maitek
- Bittorrek

www.oiloenosasuna.com/foroa/aspirina-oiloak

Oiloen Osasuna

Oilo osasuntsuak izateko sareko baliabidea



Honi buruz | Foroa | Argazkiak

Aspirina oiloentzat

Iraia_88 HIZKETAREN HASIERA — Bidalketa: urriak 28, 18:12

Kaixo denei!
Eman al diezaioket aspirina oiloari? 2 urte ditu eta uste dut mina duela hankan. Ezin naiz astelehenera arte albaitariarengana joan, eta ez dit telefonorik hartzen. Oiloak min handia duela dirudi. Zerbait eman nahi nioke, albaitariarengana joan arte hobeto senti dadin. Eskerrik asko laguntzeagatik.

NereaB79 — Bidalketa: urriak 28, 18:36

Ez dakit aspirina oiloentzat egokia den edo ez. Nik beti albaitariari galdetzen diot hegaztiei botikak eman aurretik. Badakit gizakiontzat seguruak diren botikak oso arriskutsuak izan daitezkeela hegaztientzat.

Maite — Bidalketa: urriak 28, 18:52

Nik aspirina eman nion gure oiloetako bati mina zuenean. Ez zuen arazorik izan. Hurrengo egunean albaitariarengana joan nintzen, baina orduráko hobeto zegoen. Uste dut arriskutsua izan litekeela gehiegi ematea; beraz, ez gainditu dosiaren mugak! Ea hobeto jartzen den!

Hegaztietan_Eskaintzak — Bidalketa: urriak 28, 19:07

Kaixo! Ez ahaztu hegaztientzako hornigaietan ditudan eskaintza merke-merkeak begiratzea. Sekulako beherapena dut oraintxe!

Bittor — Bidalketa: urriak 28, 19:15

Norbaitek esango al dit nola jakin oilo bat gaixo ote dagoen? Mila esker.

Felix — Bidalketa: urriak 28, 19:21

Kaixo, Iraia:
Albaitaria naiz, eta hegaztietan espezializatuta. Ondo dago mina duten oiloei aspirina ematea, baldin eta minez daudela ikusten bazaie. Hegaztiei aspirina emateko agintzean, Hegaztiei buruzko Medikuntza Klinikoa liburuko gidalerroei jarraitzen diet. Oiloei 5 mg aspirina eman behar zaie gorputzeko pisuaren kilo bakoitzeko. Egunean 3-4 aldiz eman dakieke albaitariarengana joan arte. Oso garrantzitsua da albaitariarekin segimendua egitea. Zorte on!

PISA 2018

Oiloei buruzko foroa
Galdera 5 / 7

Begiratu Oiloen Osasuna foroari eskuinean. Egin klik aukera batean, galderari erantzuteko.

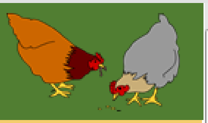
Zergatik erantzun dio Hegaztietan_Eskaintzak-ek Iraia_88-ren mezuari?

- Negozio bat sustatzeko.
- Iraia_88-ren galderari erantzuteko.
- Maiteren aholkua osatzeko.
- Hegazti-kontuetan esperientzia duela erakusteko.

www.oiloenosasuna.com/foroa/aspirina-oiloak

Oiloen Osasuna

Oilo osasuntsuak izateko sareko baliabidea



Honi buruz | Foroa | Argazkiak

Aspirina oiloentzat

Iraia_88 HIZKETAREN HASIERA — Bidalketa: urriak 28, 18:12

Kaixo denei!
Eman al diezaioket aspirina oiloari? 2 urte ditu eta uste dut mina duela hankan. Ezin naiz astelehenera arte albaitariarengana joan, eta ez dit telefonorik hartzen. Oiloak min handia duela dirudi. Zerbait eman nahi nioke, albaitariarengana joan arte hobeto senti dadin. Eskerrik asko laguntzeagatik.

NereaB79 — Bidalketa: urriak 28, 18:36

Ez dakit aspirina oiloentzat egokia den edo ez. Nik beti albaitariari galdetzen diot hegaztiei botikak eman aurretik. Badakit gizakiontzat seguruak diren botikak oso arriskutsuak izan daitezkeela hegaztientzat.

Maite — Bidalketa: urriak 28, 18:52

Nik aspirina eman nion gure oiloetako bati mina zuenean. Ez zuen arazorik izan. Hurrengo egunean albaitariarengana joan nintzen, baina orduko hobeto zegoen. Uste dut arriskutsua izan litekeela gehiegi ematea; beraz, ez gainditu dosiaren mugak! Ea hobeto jartzen den!

Hegaztietan_Eskaintzak — Bidalketa: urriak 28, 19:07

Kaixo! Ez ahaztu hegaztientzako hornigaietan ditudan eskaintza merke-merkeak begiratzea. Sekulako beherapena dut oraintxe!

Bittor — Bidalketa: urriak 28, 19:15

Norbaitek esango al dit nola jakin oilo bat gaixo ote dagoen? Mila esker.

Felix — Bidalketa: urriak 28, 19:21

Kaixo, Iraia:
Albaitaria naiz, eta hegaztietan espezializatuta. Ondo dago mina duten oiloei aspirina ematea, baldin eta minez daudela ikusten bazaie. Hegaztiei aspirina emateko agintzean, Hegaztiei buruzko Medikuntza Klinikoa liburuko gidalerroei jarraitzen diet. Oiloei 5 mg aspirina eman behar zaie gorputzeko pisuaren kilo bakoitzeko. Egunean 3-4 aldiz eman dakieke albaitariarengana joan arte. Oso garrantzitsua da albaitariarekin segimendua egitea. Zorte on!

Oiloei buruzko foroa

Galdera 6 / 7

Begiratu Oiloen Osasuna foroari eskuinean. Egin klik aukera batean eta, ondoren, idatzi azalpen bat, galderari erantzuteko.

Nork bidali du Iraia_88-ren galderarentzako erantzun fidagarriena?

- NereaB79-k
- Maitek
- Hegaztietan_Eskaintzak-ek
- Felixek

Arrazoitu erantzuna.

www.oiloenosasuna.com/foroa/aspirina-oiloak

Oiloen Osasuna

Oilo osasuntsuak izateko sareko baliabidea

Honi buruz | Foroa | Argazkiak

Aspirina oiloentzat

Iraia_88 HIZKETAREN HASIERA — Bidalketa: urriak 28, 18:12

Kaixo denei!
Eman al diezaioket aspirina oiloari? 2 urte ditu eta uste dut mina duela hankan. Ezin naiz astelehenera arte albaitariarengana joan, eta ez dit telefonorik hartzen. Oiloak min handia duela dirudi. Zerbait eman nahi nioke, albaitariarengana joan arte hobeto senti dadin. Eskerrik asko laguntzeagatik.

NereaB79 — Bidalketa: urriak 28, 18:36

Ez dakit aspirina oiloentzat egokia den edo ez. Nik beti albaitariari galdetzen diot hegaztiei botikak eman aurretik. Badakit gizakiontzat seguruak diren botikak oso arriskutsuak izan daitezkeela hegaztientzat.

Maite — Bidalketa: urriak 28, 18:52

Nik aspirina eman nion gure oiloetako bati mina zuenean. Ez zuen arazorik izan. Hurrengo egunean albaitariarengana joan nintzen, baina orduko hobeto zegoen. Uste dut arriskutsua izan litekeela gehiegi ematea; beraz, ez gainditu dosiaren mugak! Ea hobeto jartzen den!

Hegaztietan_Eskaintzak — Bidalketa: urriak 28, 19:07

Kaixo! Ez ahaztu hegaztientzako hornigaietan ditudan eskaintza merke-merkeak begiratzea. Sekulako beherapena dut oraintxe!

Bittor — Bidalketa: urriak 28, 19:15

Norbaitek esango al dit nola jakin oilo bat gaixo ote dagoen? Mila esker.

Felix — Bidalketa: urriak 28, 19:21

Kaixo, Iraia:
Albaitaria naiz, eta hegaztietan espezializatuta. Ondo dago mina duten oiloei aspirina ematea, baldin eta minez daudela ikusten bazaie. Hegaztiei aspirina emateko agintzean, Hegaztiei buruzko Medikuntza Klinikoa liburuko gidalerroei jarraitzen diet. Oiloei 5 mg aspirina eman behar zaie gorputzeko pisuaren kilo bakoitzeko. Egunean 3-4 aldiz eman dakieke albaitariarengana joan arte. Oso garrantzitsua da albaitariarekin segimendua egitea. Zorte on!

PISA 2018

Oiloei buruzko foroa

Galdera 7 / 7

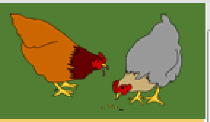
Begiratu Oiloen Osasuna foroari eskuinean. Idatzi galderaren erantzuna.

Zergatik ezin dio Felixek Iraia_88-ri zenbat aspirina eman behar dion zehatz esan?

www.oiloenosasuna.com/foroa/aspirina-oiloak

Oiloen Osasuna

Oilo osasuntsuak izateko sareko baliabidea



Honi buruz | Foroa | Argazkiak

Aspirina oiloentzat

Iraia_88 HIZKETAREN HASIERA — Bidalketa: urriak 28, 18:12

Kaixo denei!
Eman al diezaioket aspirina oiloari? 2 urte ditu eta uste dut mina duela hankan. Ezin naiz astelehenera arte albaitariarengana joan, eta ez dit telefonorik hartzen. Oiloak min handia duela dirudi. Zerbait eman nahi nioke, albaitariarengana joan arte hobeto senti dadin. Eskerrik asko laguntzeagatik.

NereaB79 — Bidalketa: urriak 28, 18:36

Ez dakit aspirina oiloentzat egokia den edo ez. Nik beti albaitariari galdetzen diot hegaztiei botikak eman aurretik. Badakit gizakiontzat seguruak diren botikak oso arriskutsuak izan daitezkeela hegaztientzat.

Maite — Bidalketa: urriak 28, 18:52

Nik aspirina eman nion gure oiloetako bati mina zuenean. Ez zuen arazorik izan. Hurrengo egunean albaitariarengana joan nintzen, baina orduko hobeto zegoen. Uste dut arriskutsua izan litekeela gehiegi ematea; beraz, ez gainditu dosiaren mugak! Ea hobeto jartzen den!

Hegaztietan_Eskaintzak — Bidalketa: urriak 28, 19:07

Kaixo! Ez ahaztu hegaztientzako hornigaietan ditudan eskaintza merke-merkeak begiratzea. Sekulako beherapena dut oraintxe!

Bittor — Bidalketa: urriak 28, 19:15

Norbaitek esango al dit nola jakin oilo bat gaixo ote dagoen? Mila esker.

Felix — Bidalketa: urriak 28, 19:21

Kaixo, Iraia:
Albaitaria naiz, eta hegaztietan espezializatuta. Ondo dago mina duten oiloei aspirina ematea, baldin eta minez daudela ikusten bazaie. Hegaztiei aspirina emateko agintzean, Hegaztiei buruzko Medikuntza Klinikoa liburuko gidalerroei jarraitzen diet. Oiloei 5 mg aspirina eman behar zaie gorputzeko pisuaren kilo bakoitzeko. Egunean 3-4 aldiz eman dakieke albaitariarengana joan arte. Oso garrantzitsua da albaitariarekin segimendua egitea. Zorte on!

Behi esnea

Sarrera

Irakurri sarrera. Ondoren, egin klik HURRENGOA gezian.

Zenbait lekutan, Ameriketako Estatu Batuetan bezala, arrunta da behi esnea edatea.

Imajinatu, hiru ikasle, Anna, Christopher eta Sam, kafetegi batean daudela Ameriketako Estatu Batuetan. Nagusiak kartel bat jarri berri du sarreran: “Apirilaren 5etik aurrera ez dugu gehiago behi esnerik zerbitzatuko kafetegian. Trukean, esnearen ordezko bat eskainiko dugu, sojaz egina.”

Anna, Christopher eta Sami jakin-mina sortu zaie zergatik utzi behar ote dion kafetegiak behi esnea zerbitzatzeari, eta Annak Internet bilaketa hau egin du bere smartphonean: “behi esnea”.   Lehen emaitzari begiratu eta hizketari ekin diote.

Egin klik HURRENGOA gezian, lehen informazio iturria irakurtzeko.

PISA 2018

Behi esnea

Galdera 1 / 9

Begiratu “Baserritik Azokara Esnekiak” web-orriari, eskuinean. Egin klik aukera batean, galderari erantzuteko.

EENEren arabera, zein adierazpenekin daude ados puntako osasun profesional eta erakundeak?

- Esnea eta esnekiak kontsumitzeak obesitatera darama.
- Esnea oinarrizko bitamina eta mineralen iturri ona da.
- Esneak bitamina gehiago ditu mineralak baino.
- Esnea edatea da osteoporosiaren arrazoi nagusietakoa.

Baserritik azokara

www.baserritikazokaraesnekiak.eus

BASERRITIK AZOKARA ESNEKIAK

Guri buruz | Produktuak | **Elikadura**

Esnearen balio nutrizionala: *Onura kontaezinak!*

Baserritik Azokara Esnekiak konpainiaren esnekiek funtsezko zenbait elikagai dauzkate: kaltzioa, proteina, D bitamina, B12 bitaminak, erriboflabina eta potasioa. Bitamina eta mineral hauek bihurtzen dituzte *Baserritik Azokara Esnekiak* konpainiaren esnekiak dieta osasungarri baten parte garrantzitsu. *Baserritik Azokara Esnekiak* konpainiaren esnekiak egunero kontsumitzea ezin modu hobea da zure gorputzak behar dituen bitamina eta mineralak zeureganatzen dituzula ziurtatzeko.

Baserritik Azokara Esnekiak konpainiaren esnekiak kontsumitzeak pisu galera handitzen du, eta laguntzen dizu pisu osasuntsua mantentzen. Esneak hezurren indarra eta dentsitatea handitzen du. Are gehiago: osasun kardiobaskularra hobetzen du, eta minbizia galarazten laguntzen. Edalontzi bat esne, beteta dago bitamina, mineral eta osasun onura ugariz.

Bill Sears medikua da, eta Kaliforniako Unibertsitateko Pediatriako irakaslea Irvine hirian. Haren arabera, esneak elikagai garrantzitsu asko biltzen ditu edukiontzi egoki batean. Ideia hau babesten du EENE, Esneki Elikagaien Nazioarteko Elkarteak. Izan ere, EENEk iradoki du osasun profesional eta talde asko egon zitekeela ados honetan.

> *Esneak oinarrizko bederatzi elikagairen sorta osoa eskaintzen du. Kaltzio eta D bitaminaren ezin iturri hobea izateaz gain, iturri ona da ere A bitaminarena, proteinarena eta potasioarena. Esnekiak gomendatzen dituzte medikuek. Nutrizio eta zientzia komunitateak aspaldi finkatua du esnekien eginkizuna dieta osasungarri batean. Horixe diotenen artean daude AEBetako Osteoporosiaren Fundazioa, Osasungintza Zuzendaritza Nagusia, AEBetako Osasun Institutua, Amerikako Elkarte Medikuaren Zientzia Gaietako Kontseilua eta puntako beste osasun erakunde ugari.*

Esneki Elikagaien Nazioarteko Elkartea, 2007ko irailaren 27a

PISA 2018

Behi esnea

Galdera 2 / 9

Begiratu "Baserritik Azokara Esnekiak" web-orriari, eskuinean. Egin klik aukera batean, galderari erantzuteko.

Zein da testu honen helburu nagusia?

- Argudiatzea esnekiek pisu galera handitzen dutela.
- Konparatzea *Baserritik Azokara Esnekiak* konpainiaren esnekiak beste batzuekin.
- Jendea informatzea bihotzeko gaixotasunekin lotutako arriskuen gainean.
- Bultzatzea *Baserritik Azokara Esnekiak* konpainiaren produktuen erabilera.

Baserritik azokara

www.baserritikazokaraesnekiak.eus

BASERRITIK AZOKARA ESNEKIAK

Guri buruz   Produktuak   **Elikadura**

Esnearen balio nutrizionala: *Onura kontaezinak!*

Baserritik Azokara Esnekiak konpainiaren esnekiek funtsezko zenbait elikagai dauzkate: kaltzioa, proteina, D bitamina, B12 bitaminak, erriboflabina eta potasioa. Bitamina eta mineral hauek bihurtzen dituzte *Baserritik Azokara Esnekiak* konpainiaren esnekiak dieta osasungarri baten parte garrantzitsu. *Baserritik Azokara Esnekiak* konpainiaren esnekiak egunero kontsumitzea ezin modu hobea da zure gorputzak behar dituen bitamina eta mineralak zeureganatzen dituzula ziurtatzeko.

Baserritik Azokara Esnekiak konpainiaren esnekiak kontsumitzeak pisu galera handitzen du, eta laguntzen dizu pisu osasuntsua mantentzen. Esneak hezurren indarra eta dentsitatea handitzen du. Are gehiago: osasun kardiobaskularra hobetzen du, eta minbizia galarazten laguntzen. Edalontzi bat esne, beteta dago bitamina, mineral eta osasun onura ugariz.

Bill Sears medikua da, eta Kaliforniako Unibertsitateko Pediatriako irakaslea Irvine hirian. Haren arabera, esneak elikagai garrantzitsu asko biltzen ditu edukiontzi egoki batean. Ideia hau babesten du EENE, Esneki Elikagaien Nazioarteko Elkarteak. Izan ere, EENEk iradoki du osasun profesional eta talde asko egon zitekeela ados honetan.

> *Esneak oinarrizko bederatzi elikagairen sorta osoa eskaintzen du. Kaltzio eta D bitaminaren ezin iturri hobea izateaz gain, iturri ona da ere A bitaminarena, proteinarena eta potasioarena. Esnekiak gomendatzen dituzte medikuek. Nutrizio eta zientzia komunitateak aspaldi finkatua du esnekien eginkizuna dieta osasungarri batean. Horixe diotenen artean daude AEBetako Osteoporosiaren Fundazioa, Osasungintza Zuzendaritza Nagusia, AEBetako Osasun Institutua, Amerikako Elkarte Medikuaren Zientzia Gaietako Kontseilua eta puntako beste osasun erakunde ugari.*

Esneki Elikagaien Nazioarteko Elkartea, 2007ko irailaren 27a

Behi esnea

Irakurri beheko informazioa. Ondoren, egin klik HURRENGOA gezian.

Anna, Christopher eta Sam hizketan ari dira, kafetegiko nagusiak behi esnea saltzeari uzteko hartu duen erabakiaz. Samek dio: “Beharbada behi esnea garestiegi ariko da bihurtzen.” Christopher bere smartphonean ari da begira. “Beharbada, baina nik ere egin dut Interneteko bilaketa behi esneaz. Artikulu berriago batera bidaliko dizuet lotura, agian kontua argituko diguna.”

Annak eta Samek Christopherrek bidalitako esteka ireki eta artikulua irakurtzen dute: “Esan 'ez' jada behi esneari!”.

Egin klik HURRENGOA gezian, bigarren informazio iturria irakurtzeko.

PISA 2018

Behi esnea
Galdera 4 / 9

Begiratu "Esan 'ez' jada behi esneari!" web-orriari eskuinean. Egin klik taulako aukeretan, galderari erantzuteko.

Ondoko adierazpenek adierazi al lezakete Gardoki doktorearen asmoa artikulua idaztean? Egin klik **Bai** edo **Ez** aukeretan, adierazpen bakoitzaren ondoan.

Adierazpen honek adierazi al lezake artikuluaren asmoa?	Bai	Ez
Zalantzan jarri nahi du esnekien osasun onura.	○	○
Zenbait ikerketa aurkikuntza aipatu nahi ditu behi esnearen inguruan.	○	○
Azaldu nahi du esnea eta beste esneki produktuak ez direla ikertu.	○	○

Baserritik azokara | Esan 'ez' jada!

www.osasunartikuluakgaur.eus/esnea

OSASUN ARTIKULUAK GAUR

ESAN 'EZ' JADA BEHI ESNEARI!

Egilea: R. Gardoki doktorea, osasun berriemaile

Behi esnea jende askoren bizitzaren zati **handi** bat da AEB, Ameriketako Estatu Batuetan. Haur txikiek biberoietan edaten dute behi esnea. Umeek zerealak jaten dituzte behi esnetan blai. Are helduek ere tarteka gustura hartzen dute edalontzi bete esne hotz. Bai, behi esnea giza dietaren parte handi bat da munduko toki askotan. Nolanahi, gero eta ikerketa gehiagok aipatzen dute esneak beharbada ez duela "gorputza on egiten", iragarki lema estatubatuar ezagunak dioen moduan.

AEBetako Nekazaritza Sailak, AEBetako Esneki Kontseiluak, Esneki Kudeaketak eta beste hainbat erakundek lan handia egin dute esnearen alde urte askoan. Helduak egunean gutxienez hiru edalontzi esne edatera bultzatzen dituzte. Hala ere, azken hamarkadako zenbait ikerketek zalantzan jarri dute esnearen ahala hezurrak indartzeko edota esnearen balizko beste hainbat osasun onura ere. Emaitzek harritu zaitzakete.

Esnea edatearen ondorioen inguruko ikerketa berri eta garrantzitsuenetako bat argitaratu zen *British Medical Journal* aldizkariaren 2014ko urriko alean. Ikerketa horretako aurkikuntzek indar handiko zenbait baieztapenetara garamatzate esne kontsumoaren gainean. Ikerketan 100.000 pertsonari baino gehiagori egin zitzaion jarraipena Suedian,20-30 urteko adin tarteetan. Ikertzaileek aurkitu zuten hezur haustura gehiago eduki zituztela emakumezko esne edaleek. Gainera, bihotzekoak eta minbizia ere errazago izan zitzaketen gizon zein emakume esne edaleek, biek. Emaitza bitxiok, beste ikerketa batzuetakoen antzekoak dira.

MAMB, Medikuntza Arduratsuko Mediku Batzordeak aipatu ohi ditu esne kontsumoari lotutako zenbait osasun arazo. Diotenez, esneak eta esnekiek "ez dakarkiete hezurrei batere edo ia batere onurarik". Are urrunago doa MAMB batzordea, eta esneari lotutako berezko arazo batzuk aipatzen ditu:

"Esnekietako esne proteina, esne azukre, gantzek eta gantz aseek osasun arriskuak dakarzkiete umeei, eta obesitatearen, diabetesaren eta bihotzeko gaitzen garapena bultzatzen dute."

Halakoak adierazpen serioak dira, eta ikerketa gehiago behar dira aurkikuntzak baieztatzeko. Nolanahi, gero eta froga gehiago dago behi esnea edatea ez dela hasieran uste zen bezain mesedegarri gure osasunerako. Adierazpen hauek egia ukaezin bihurtzen badira, agian jada izan liteke garaia behi esneari 'ez' esateko.

PISA 2018

Behi esnea
Galdera 6 / 9

Begiratu "Esan 'ez' jada behi esneari!" web-orriari eskuinean. Idatzi galderaren erantzuna.

Gardoki doktoreak ikerketa emaitza batzuk aurkezten ditu, irakurleak 'harritu' litzaketenak.

Idatzi horietako bat.

Baserritik azokara | Esan 'ez' jada!

www.osasunartikuluakgaur.eus/esnea

OSASUN ARTIKULUAK GAUR

ESAN 'EZ' JADA BEHI ESNEARI!

Egilea: R. Gardoki doktorea, osasun berriemaile

Behi esnea jende askoren bizitzaren zati **handi** bat da AEB, Ameriketako Estatu Batuetan. Haur txikiek biberoietan edaten dute behi esnea. Umeek zerealak jaten dituzte behi esnetan blai. Are helduek ere tarteka gustura hartzen dute edalontzi bete esne hotz. Bai, behi esnea giza dietaren parte handi bat da munduko toki askotan. Nolanahi, gero eta ikerketa gehiagok aipatzen dute esneak beharbada ez duela "gorputza on egiten", iragarki lema estatubatuar ezagunak dioen moduan.

AEBetako Nekazaritza Sailak, AEBetako Esneki Kontseiluak, Esneki Kudeaketak eta beste hainbat erakundek lan handia egin dute esnearen alde urte askoan. Helduak egunean gutxienez hiru edalontzi esne edatera bultzatzen dituzte. Hala ere, azken hamarkadako zenbait ikerketek zalantzan jarri dute esnearen ahala hezurrak indartzeko edota esnearen balizko beste hainbat osasun onura ere. Emaitzek harritu zaitzakete.

Esnea edatearen ondorioen inguruko ikerketa berri eta garrantzitsuenetako bat argitaratu zen *British Medical Journal* aldizkariaren 2014ko urriko alean. Ikerketa horretako aurkikuntzek indar handiko zenbait baieztapenetara garamatzate esne kontsumoaren gainean. Ikerketan 100.000 pertsonari baino gehiagori egin zitzaion jarraipena Suedian,20-30 urteko adin tarteetan. Ikertzaileek aurkitu zuten hezur haustura gehiago eduki zituztela emakumezko esne edaleek. Gainera, bihotzekoak eta minbizia ere errazago izan zitzaketen gizon zein emakume esne edaleek, biek. Emaitza bitxiok, beste ikerketa batzuetakoen antzekoak dira.

MAMB, Medikuntza Arduratsuko Mediku Batzordeak aipatu ohi ditu esne kontsumoari lotutako zenbait osasun arazo. Diotenez, esneak eta esnekiek "ez dakarkiete hezurrei batere edo ia batere onurarik". Are urrunago doa MAMB batzordea, eta esneari lotutako berezko arazo batzuk aipatzen ditu:

"Esnekietako esne proteina, esne azukre, gantzek eta gantz aseek osasun arriskuak dakarzkiete umeei, eta obesitatearen, diabetesaren eta bihotzeko gaitzen garapena bultzatzen dute."

Halakoak adierazpen serioak dira, eta ikerketa gehiago behar dira aurkikuntzak baieztatzeko. Nolanahi, gero eta froga gehiago dago behi esnea edatea ez dela hasieran uste zen bezain mesedegarri gure osasunerako. Adierazpen hauek egia ukaezin bihurtzen badira, agian jada izan liteke garaia behi esneari 'ez' esateko.

PISA 2018

Behi esnea
Galdera 7 / 9

Begiratu bi informazio iturriei eskuinean, fitxetako bakoitzean klik eginda. Egin klik taulako aukeretan, galderari erantzuteko.

Esneari buruzko bi testuetan oinarrituta, azpiko taulako adierazpenak datuak dira ala iritziak? Egin klik **Datua** edo **Iritzia** aukeretan adierazpen bakoitzaren ondoan.

Adierazpena datua da edo iritzia?	Datua	Iritzia
Esnearen osasun onuren gaineko ikerketa berriak harrigarriak dira.	○	○
Ikerketek erakutsi dute esnea edateak osasun ondorio kaltegarriak dituela.	○	○
Hainbat ikerketak zalantzan jarri dute esnearen ahala hezurrak indartzeko.	○	○
Esnea eta beste esnekiak hartzea da pisua galtzeko modurik hoberena.	○	○

Baserritik azokara | Esan 'ez' jada!

www.osasunartikuluakgaur.eus/esnea

OSASUN ARTIKULUAK GAUR

ESAN 'EZ' JADA BEHI ESNEARI!

Egilea: R. Gardoki doktorea, osasun berriemaile

Behi esnea jende askoren bizitzaren zati **handi** bat da AEB, Ameriketako Estatu Batuetan. Haur txikiek biberoietan edaten dute behi esnea. Umeek zerealak jaten dituzte behi esnetan blai. Are helduek ere tarteka gustura hartzen dute edalontzi bete esne hotz. Bai, behi esnea giza dietaren parte handi bat da munduko toki askotan. Nolanahi, gero eta ikerketa gehiagok aipatzen dute esneak beharbada ez duela "gorputza on egiten", iragarki lema estatubatuar ezagunak dioen moduan.

AEBetako Nekazaritza Sailak, AEBetako Esneki Kontseiluak, Esneki Kudeaketak eta beste hainbat erakundek lan handia egin dute esnearen alde urte askoan. Helduak egunean gutxienez hiru edalontzi esne edatera bultzatzen dituzte. Hala ere, azken hamarkadako zenbait ikerketek zalantzan jarri dute esnearen ahala hezurrak indartzeko edota esnearen balizko beste hainbat osasun onura ere. Emaitzek harritu zaitzakete.

Esnea edatearen ondorioen inguruko ikerketa berri eta garrantzitsuenetako bat argitaratu zen *British Medical Journal* aldizkariaren 2014ko urriko alean. Ikerketa horretako aurkikuntzek indar handiko zenbait baieztapenetara garamatzate esne kontsumoaren gainean. Ikerketan 100.000 pertsonari baino gehiagori egin zitzaion jarraipena Suedian,20-30 urteko adin tarteetan. Ikertzaileek aurkitu zuten hezur haustura gehiago eduki zituztela emakumezko esne edaleek. Gainera, bihotzekoak eta minbizia ere errazago izan zitzaketen gizon zein emakume esne edaleek, biek. Emaitza bitxiok, beste ikerketa batzuetakoen antzekoak dira.

MAMB, Medikuntza Arduratsuko Mediku Batzordeak aipatu ohi ditu esne kontsumoari lotutako zenbait osasun arazo. Diotenez, esneak eta esnekiek “ez dakarkiete hezurrei batere edo ia batere onurarik". Are urrunago doa MAMB batzordea, eta esneari lotutako berezko arazo batzuk aipatzen ditu:

“Esnekietako esne proteina, esne azukre, gantzek eta gantz aseek osasun arriskuak dakarzkiete umeei, eta obesitatearen, diabetesaren eta bihotzeko gaitzen garapena bultzatzen dute.”

Halakoak adierazpen serioak dira, eta ikerketa gehiago behar dira aurkikuntzak baieztatzeko. Nolanahi, gero eta froga gehiago dago behi esnea edatea ez dela hasieran uste zen bezain mesedegarri gure osasunerako. Adierazpen hauek egia ukaezin bihurtzen badira, agian jada izan liteke garaia behi esneari ‘ez’ esateko.

PISA 2018

Behi esnea
Galdera 8 / 9

Begiratu bi informazio iturriei eskuinean, fitxetako bakoitzean klik eginda. Egin klik aukera batean, galderari erantzuteko.

Bi testuen egileak ez daude ados esnearen eraginaz ohiko dieta batean.

Zein da bi egileak ados ez dauden puntu garrantzitsuena?

- Esnearen osasun ondorioak eta eragina giza dietan.
- Esnetan aurkitzen den bitamina eta mineral kopurua.
- Esnekiak maiz kontsumitzeko modurik hoberena.
- Zein erakunde den autoritate nagusi esne kontuetan.

Baserritik azokara | Esan 'ez' jada!

www.osasunartikuluakgaur.eus/esnea

OSASUN ARTIKULUAK GAUR

ESAN 'EZ' JADA BEHI ESNEARI!

Egilea: R. Gardoki doktorea, osasun berriemaile

Behi esnea jende askoren bizitzaren zati **handi** bat da AEB, Ameriketako Estatu Batuetan. Haur txikiek biberoietan edaten dute behi esnea. Umeek zerealak jaten dituzte behi esnetan blai. Are helduek ere tarteka gustura hartzen dute edalontzi bete esne hotz. Bai, behi esnea giza dietaren parte handi bat da munduko toki askotan. Nolanahi, gero eta ikerketa gehiagok aipatzen dute esneak beharbada ez duela "gorputza on egiten", iragarki lema estatubatuar ezagunak dioen moduan.

AEBetako Nekazaritza Sailak, AEBetako Esneki Kontseiluak, Esneki Kudeaketak eta beste hainbat erakundek lan handia egin dute esnearen alde urte askoan. Helduak egunean gutxienez hiru edalontzi esne edatera bultzatzen dituzte. Hala ere, azken hamarkadako zenbait ikerketek zalantzan jarri dute esnearen ahala hezurrak indartzeko edota esnearen balizko beste hainbat osasun onura ere. Emaitzek harritu zaitzakete.

Esnea edatearen ondorioen inguruko ikerketa berri eta garrantzitsuenetako bat argitaratu zen *British Medical Journal* aldizkariaren 2014ko urriko alean. Ikerketa horretako aurkikuntzek indar handiko zenbait baieztapenetara garamatzate esne kontsumoaren gainean. Ikerketan 100.000 pertsonari baino gehiagori egin zitzaion jarraipena Suedian,20-30 urteko adin tarteetan. Ikertzaileek aurkitu zuten hezur haustura gehiago eduki zituztela emakumezko esne edaleek. Gainera, bihotzekoak eta minbizia ere errazago izan zitzaketen gizon zein emakume esne edaleek, biek. Emaitza bitxiok, beste ikerketa batzuetakoen antzekoak dira.

MAMB, Medikuntza Arduratsuko Mediku Batzordeak aipatu ohi ditu esne kontsumoari lotutako zenbait osasun arazo. Diotenez, esneak eta esnekiek “ez dakarkiete hezurrei batere edo ia batere onurarik”. Are urrunago doa MAMB batzordea, eta esneari lotutako berezko arazo batzuk aipatzen ditu:

“Esnekietako esne proteina, esne azukre, gantzek eta gantz aseek osasun arriskuak dakarzkiete umeei, eta obesitatearen, diabetesaren eta bihotzeko gaitzen garapena bultzatzen dute.”

Halakoak adierazpen serioak dira, eta ikerketa gehiago behar dira aurkikuntzak baieztatzeko. Nolanahi, gero eta froga gehiago dago behi esnea edatea ez dela hasieran uste zen bezain mesedegarri gure osasunerako. Adierazpen hauek egia ukaezin bihurtzen badira, agian jada izan liteke garaia behi esneari ‘ez’ esateko.

PISA 2018

Behi esnea
Galdera 9 / 9

Begiratu bi informazio iturriei eskuinean, fitxetako bakoitzean klik eginda. Egin klik aukera batean eta, ondoren, idatzi azalpen bat, galderari erantzuteko.

Anna, Christopher eta Sam bi testuen gainean ari dira hizketan.

Christopher: Berdin zait kafetegiko nagusiak zer egiten duen, nik esnea edaten jarraituko dut egunero. Oso ona da guretzat.

Anna: Ba, nik ez! Hemendik aurrera askoz esne gutxiago edango dut guretzat ona ez bada.

Sam: Ez dakit. Uste dut gehiago jakin behar dugula erabaki bat hartzeko.

Zu, norekin zaude ados?

- Christopherrekin
- Annarekin
- Samekin

Azaldu zure erantzuna. Aipatu ezazu gutxienez testuetako bateko informazioa.

Baserritik azokara | Esan 'ez' jada!

www.osasunartikuluakgaur.eus/esnea

OSASUN ARTIKULUAK GAUR

ESAN 'EZ' JADA BEHI ESNEARI!

Egilea: R. Gardoki doktorea, osasun berriemaile

Behi esnea jende askoren bizitzaren zati **handi** bat da AEB, Ameriketako Estatu Batuetan. Haur txikiek biberoietan edaten dute behi esnea. Umeek zerealak jaten dituzte behi esnetan blai. Are helduek ere tarteka gustura hartzen dute edalontzi bete esne hotz. Bai, behi esnea giza dietaren parte handi bat da munduko toki askotan. Nolanahi, gero eta ikerketa gehiagok aipatzen dute esneak beharbada ez duela "gorputza on egiten", iragarki lema estatubatuar ezagunak dioen moduan.

AEBetako Nekazaritza Sailak, AEBetako Esneki Kontseiluak, Esneki Kudeaketak eta beste hainbat erakundek lan handia egin dute esnearen alde urte askoan. Helduak egunean gutxienez hiru edalontzi esne edatera bultzatzen dituzte. Hala ere, azken hamarkadako zenbait ikerketek zalantzan jarri dute esnearen ahala hezurrak indartzeko edota esnearen balizko beste hainbat osasun onura ere. Emaitzek harritu zaitzakete.

Esnea edatearen ondorioen inguruko ikerketa berri eta garrantzitsuenetako bat argitaratu zen *British Medical Journal* aldizkariaren 2014ko urriko alean. Ikerketa horretako aurkikuntzek indar handiko zenbait baieztapenetara garamatzate esne kontsumoaren gainean. Ikerketan 100.000 pertsonari baino gehiagori egin zitzaion jarraipena Suedian,20-30 urteko adin tarteetan. Ikertzaileek aurkitu zuten hezur haustura gehiago eduki zituztela emakumezko esne edaleek. Gainera, bihotzekoak eta minbizia ere errazago izan zitzaketen gizon zein emakume esne edaleek, biek. Emaitza bitxiok, beste ikerketa batzuetakoen antzekoak dira.

MAMB, Medikuntza Arduratsuko Mediku Batzordeak aipatu ohi ditu esne kontsumoari lotutako zenbait osasun arazo. Diotenez, esneak eta esnekiek “ez dakarkiete hezurrei batere edo ia batere onurarik". Are urrunago doa MAMB batzordea, eta esneari lotutako berezko arazo batzuk aipatzen ditu:

“Esnekietako esne proteina, esne azukre, gantzek eta gantz aseek osasun arriskuak dakarzkiete umeei, eta obesitatearen, diabetesaren eta bihotzeko gaitzen garapena bultzatzen dute.”

Halakoak adierazpen serioak dira, eta ikerketa gehiago behar dira aurkikuntzak baieztatzeko. Nolanahi, gero eta froga gehiago dago behi esnea edatea ez dela hasieran uste zen bezain mesedegarri gure osasunerako. Adierazpen hauek egia ukaezin bihurtzen badira, agian jada izan liteke garaia behi esneari ‘ez’ esateko.

Galapago uharteak

Sarrera

Irakurri sarrera. Ondoren, egin klik HURRENGOA gezian.

Informazio webguneetan oinarritutako webguneak diseinatzeko online ikastaroa burutzen ari zara. Ikastaroan egin beharreko lanetako bat da beste ikasle batzuen webguneak berrikustea eta, orrialdeetako edukian eta egituran oinarrituta, iruzkinak egitea. Oraingo zure lana ikaskide batzuek, Alejandrok eta Cristinak, sortutako webgunea berrikustea da. Ekuadorrekoak dira eta Galapago uharteei buruzko webgunea sortu dute. Webguneari buruzko mezu hau idatzi dizute:

Berrikusleei:

Gure proiekturako, erakunde berri baterako webgunea diseinatzea erabaki genuen: Galapago Kontserbazio Elkartea. Elkartearen kideak Galapagoetako ekosistemaren etorkizunarekin kezkatuta dauden Ekuadorreko herritarrak eta zientzialariak dira. Ez ditugu oraindik orrialde guztiak amaitu, baina orain arte egin ditugunak berrikustea eta iruzkinak egitea eskertuko genizkizuke. Orrialdeek behar adina eduki dutela ziurtatzeko, galdera batzuei erantzuteko eskatu nahiko genizuke.

Orrialde guztiak berrikustea erabaki duzu.

Egin klik HURRENGOA gezian lehenengo informazio iturria irakurtzeko.

Galapago uharteak

Alejandrok eta Cristinak galdera batzuk bidali zizkizuten. Edozein orrialdetako fitxan klik egin dezakezu galderei erantzuteko.

Egin klik HURRENGOA gezian lehenengo galdera ikusteko.

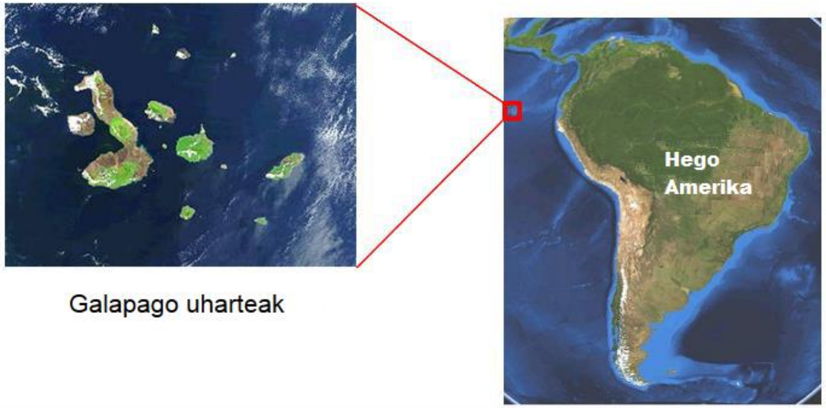
GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra | Animaliak | Kontserbazioa | Boluntarioak

Hego Ameriketako kostaldetik 1.000 kilometro mendebaldera daude Galapago uharteak, mundu osoko toki liluragarrienetako bat.

Gaur egun, soilik artxipelagoko uharte desberdinetan bizi diren 95 animalia-espezie daude. Jende askok bidaiatzen du Galapago uharteetara animalia berezi horiek beren habitat naturalean ikusteko asmoz. Uharteei, askotan, "laborategi biziduna" deitzen zaie ikerketarako potentzial handia eskaintzen dielako zientzialariei. Ekuatoretik gertu daudenez, uharteek eguzki-argitasun handia jasotzen dute eta, aldi berean, ozeanoko korronte indartsuek haize freskoz hornitzen dituzte. Landare eta animalia ugari hazten dira ingurune honetan.Turista eta zientzialariak txundituta geratzen dira animaliekin; izan ere, badirudi animaliek gizakiek haiekiko duten jakin-min antzekoa dutela. Galapago uharteetako animaliek mendeetan zehar gizakiaren interferentziarik eta ehizarik gabe garatu dira eta, ondorioz, gizakiak hurbiltzen direnean, munduko animalia gehienak ez bezala, ez dira beldurtzen. Gainera, askotan, bisitariengana gerturatzen dira! Jokabide horrek argazki bikainak ateratzeko aukera sortzen du, baina horrek animaliak kalteberatasun handiko egoeran uzten ditu.

Urteetan zehar, gizakiak uharteetan egindako jarduerak Galapago uharteen inguruko ekositema mehatxatu izan du. Ekosisteman eragindako kalteak ondorio txarrak izan ditu Galapago uharteetako animalia askoren populazioarengan. Zorionez, ekosistema pixkanaka bere onera etortzen ari da ikerlari konprometitu batzuen lanari esker.



Galapago uharteak

Galapago uharteak

Alejandrok eta Cristinak galdera batzuk bidali zizkizuten. Edozein orrialdetako fitxan klik egin dezakezu galderei erantzuteko.

Egin klik HURRENGOA gezian lehenengo galdera ikusteko.

GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra | **Animaliak** | Kontserbazioa | Boluntarioak

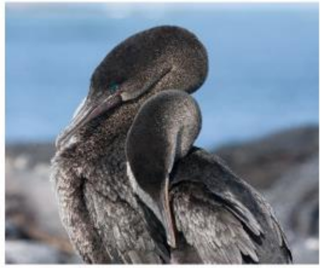
Ezagutu Galapago uharteetako espezie endemikoei buruzko datu interesgarri batzuk! Laster, animalia gehiago!

Izena: Galapagoetako dortoka
Egoera: kaltebera

Dortoka erraldoiek 100 urte baino gehiago bete eta 230 kilo baino gehiagoko pisua izan dezakete. Askotariko landareak jaten dituzte eta urtebete bizirik iraun dezakete janaririk eta urik gabe.

Izena: Itsas iguana
Egoera: kaltebera

Itsas iguana baten dietaren oinarria, batez ere, itsasoan aurkitutako algak dira. Itsasoan horrenbeste denbora ematen dutenez, haien gorputzean ur gazia sortzen da. Itsas iguanek ur hori dministikuka eta sudur-zuloetatik botata kanporatzen dute.



Izena: Galapagoetako ubarroia
Egoera: kaltebera

Galapagoetako ubarroiak ezin du hegan egin, baina igerilari bikainak dira. Ur azpian 3 minutu baino gehiago eman ditzakete eta kostaldetik 100 metrora baino gehiagora joan daitezke janari bila. 2.000 ale baino gutxiago geratzen dira Galapago uharteetan, haien bizileku bakarra.

Galapago uharteak

Alejandrok eta Cristinak galdera batzuk bidali zizkizuten. Edozein orrialdetako fitxan klik egin dezakezu galderei erantzuteko.

Egin klik HURRENGOA gezian lehenengo galdera ikusteko.

GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra | Animaliak | Kontserbazioa | Boluntarioak

Galapago uharteetan kontserbazio-programa interesgarri asko daude abian. Kontsultatu maiz gure webgunea, eguneratzen dugun heinean istorio arrakastatsu berri horiei buruzko informazioa izateko!

Dortokentzako kontserbazio programa

1965. urte inguruan, dortoka erraldoien populazioa modu larrian jaitsi zen eta dortoka-espezie batzuk desagertu egin ziren. Uharteak bisitatu eta bertan bizitzera geratu ziren gizakiek espezie inbaditzaileak sartu zituzten; haietako batzuk arratoiak ziren eta dortoken arrautzak eta kumeak jaten zituzten. Hori zela eta, dortokentzat ezinezko bihurtu zen egoera basatian heldutasunera iristea. Horri aurre egiteko, kontserbazionistek gainerako dortokak desagertze egoeratik salbatzeko hazkuntza-programa jarri zuten abian. Hala, dortoka helduak harrapatzen eta beren arrautzak arratoi eta beste harrapari batzuengandik salbu erruteko instalazio batera eramaten hasi ziren. Dortokak beren buruak defendatzeko behar adina handitzen zirenean, berriro beren uharteetan askatzen zituzten. Oskolean zenbakia jartzen zieten beren ingurune naturalean hazten ziren heinean jarraipena egin ahal izateko. Kontserbazio mota hori kritikoa izan da gaur egungo dortoken populazioak mantentzeko eta hobetzeko, baina dortoka erraldoiak gizakiaren laguntzarik gabe ugaltzeko gai izan arte, egoera basatian desagertutzat jotzen dira.

Pinzon uhartea. Istorio arrakastatsua.

Kontserbazionistak jabetu ziren Pinzon uhartean dortoka erraldoien ugalketarako populazioa erabat berrezartzeko bigarren ikuspuntu bat behar zela. Arratoi beltz inbaditzaileen populazio handia zela eta, ezinezkoa zen dortokentzat uhartean heldutasunera iristea. Hori zela eta, aurrera egiteko modu bakarra arratoiak desagerraraztea zen. Bestela, dortokak ez zitezkeen gai izango modu seguruan arrautzatik atera eta beren jaiolekuan urte ahulenetan bizirik ateratzeko.

Hala, 2012an, uhartean arratoiak desagerrarazteko eskala handiko programa bat jarri zuten abian. Helikopteroek 20.000 kilogramo pozoi baino gehiago jaurti zuten. Pozoi hura diseinatuta zegoen arratoiak baina ez uhartean bizi ziren beste espezie autoktonoak erakartzeko. Handik gutxira, Pinzon uhartean arratoirik ez zela adierazi zuten. Programa haren arrakasta agerian utzi zuen beste froga bat topatu zuten 2014ko abenduan. Izan ere, zientzialari-talde batek uhartean kume batzuk arrautzatik ateratzen ikusi zituen eta naturan jaioak ziren! Aurkikuntza itxaropentsu honek iradokitzen du Pinzon uharteko dortoka autoktonoen populazioa, urte askoren ostean, gai izango dela bere kabuz eta modu naturalean mantentzeko.

PISA 2018

Galapago uharteak

Alejandrok eta Cristinak galdera batzuk bidali zizkizuten. Edozein orrialdetako fitxan klik egin dezakezu galderei erantzuteko.

Egin klik HURRENGOA gezian lehenengo galdera ikusteko.

GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra	Animaliak	Kontserbazioa	Boluntarioak

Orrialde hau eraikitzen ari gara.

Boluntarioentzako aukeren inguruko deskribapenak eta elkarteari dirua emateko modu segurua izatea espero dugu.

Galapago uharteak
Galdera 1 / 7

Begiratu webguneko web-orriei eskuinean.
Egin klik aukera batean, galderari erantzuteko.

Zer jaten dute Itsas iguanek?

- Askotariko landareak.
- Dortoken arrautzak.
- Algak.
- Arrain txikiak.

GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra | **Animaliak** | **Kontserbazioa** | **Boluntarioak**

Hego Ameriketako kostaldetik 1.000 kilometro mendebaldera daude Galapago uharteak, mundu osoko toki liluragarrienetako bat.

Gaur egun, soilik artxipelagoko uharte desberdinetan bizi diren 95 animalia-espezie daude. Jende askok bidaiatzen du Galapago uharteetara animalia berezi horiek beren habitat naturalean ikusteko asmoz. Uharteei, askotan, "laborategi biziduna" deitzen zaie ikerketarako potentzial handia eskaintzen dielako zientzialariei. Ekuatoretik gertu daudenez, uharteek eguzki-argitasun handia jasotzen dute eta, aldi berean, ozeanoko korronte indartsuek haize freskoz hornitzen dituzte. Landare eta animalia ugari hazten dira ingurune honetan.Turista eta zientzialariak txundituta geratzen dira animaliekin; izan ere, badirudi animaliek gizakiek haiekiko duten jakin-min antzekoa dutela. Galapago uharteetako animaliek mendeetan zehar gizakiaren interferentziarik eta ehizarik gabe garatu dira eta, ondorioz, gizakiak hurbiltzen direnean, munduko animalia gehienak ez bezala, ez dira beldurtzen. Gainera, askotan, bisitariengana gerturatzen dira! Jokabide horrek argazki bikainak ateratzeko aukera sortzen du, baina horrek animaliak kalteberatasun handiko egoeran uzten ditu.

Urteetan zehar, gizakiak uharteetan egindako jarduerak Galapago uharteen inguruko ekositema mehatxatu izan du. Ekosisteman eragindako kalteak ondorio txarrak izan ditu Galapago uharteetako animalia askoren populazioarengan. Zorionez, ekosistema pixkanaka bere onera etortzen ari da ikerlari konprometitu batzuen lanari esker.

Galapago uharteak

Galapago uharteak

Galdera 2 / 7

Begiratu webguneko web-orriei eskuinean.
Idatzi galderaren erantzuna.

Zein uhartetan lortu dute zientzialariek dortoka erraldoien ugalketa-populazioa berrezartzea?

GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra | **Animaliak** | **Kontserbazioa** | **Boluntarioak**

Hego Ameriketako kostaldetik 1.000 kilometro mendebaldera daude Galapago uharteak, mundu osoko toki liluragarrienetako bat.

Gaur egun, soilik artxipelagoko uharte desberdinetan bizi diren 95 animalia-espezie daude. Jende askok bidaiatzen du Galapago uharteetara animalia berezi horiek beren habitat naturalean ikusteko asmoz. Uharteei, askotan, “laborategi biziduna” deitzen zaie ikerketarako potentzial handia eskaintzen dielako zientzialariei. Ekuatoretik gertu daudenez, uharteek eguzki-argitasun handia jasotzen dute eta, aldi berean, ozeanoko korronte indartsuek haize freskoz hornitzen dituzte. Landare eta animalia ugari hazten dira ingurune honetan.Turista eta zientzialariak txundituta geratzen dira animaliekin; izan ere, badirudi animaliek gizakiek haiekiko duten jakin-min antzekoa dutela. Galapago uharteetako animaliek mendeetan zehar gizakiaren interferentziarik eta ehizarik gabe garatu dira eta, ondorioz, gizakiak hurbiltzen direnean, munduko animalia gehienak ez bezala, ez dira beldurtzen. Gainera, askotan, bisitariengana gerturatzen dira! Jokabide horrek argazki bikainak ateratzeko aukera sortzen du, baina horrek animaliak kalteberatasun handiko egoeran uzten ditu.

Urteetan zehar, gizakiak uharteetan egindako jarduerak Galapago uharteen inguruko ekositema mehatxatu izan du. Ekosisteman eragindako kalteak ondorio txarrak izan ditu Galapago uharteetako animalia askoren populazioarengan. Zorionez, ekosistema pixkanaka bere onera etortzen ari da ikerlari konprometitu batzuen lanari esker.

Galapago uharteak

Galapago uharteak
Galdera 3 / 7

Begiratu webguneko web-orriei eskuinean.
Egin klik aukera batean, galderari erantzuteko.

Kontserbazioa webgunearen arabera, zein izan zen helburu nagusia kontserbazionistek dortokentzako ugalketa-programa abiarazteko?

- Dortokak desagertzetik salbatzea.
- Dortoken garapena monitorizatzea.
- Dortoken arrautzak harrapakariengandik babestea.
- Denbora-tarte luzez dortoken jarraipena egitea.

GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra	Animaliak	Kontserbazioa	Boluntarioak

Hego Ameriketako kostaldetik 1.000 kilometro mendebaldera daude Galapago uharteak, mundu osoko toki liluragarrienetako bat.

Gaur egun, soilik artxipelagoko uharte desberdinetan bizi diren 95 animalia-espezie daude. Jende askok bidaiatzen du Galapago uharteetara animalia berezi horiek beren habitat naturalean ikusteko asmoz. Uharteei, askotan, "laborategi biziduna" deitzen zaie ikerketarako potentzial handia eskaintzen dielako zientzialariei. Ekuatoretik gertu daudenez, uharteek eguzki-argitasun handia jasotzen dute eta, aldi berean, ozeanoko korronte indartsuek haize freskoz hornitzen dituzte. Landare eta animalia ugari hazten dira ingurune honetan.Turista eta zientzialariak txundituta geratzen dira animaliekin; izan ere, badirudi animaliek gizakiek haiekiko duten jakin-min antzekoa dutela. Galapago uharteetako animaliek mendeetan zehar gizakiaren interferentziarik eta ehizarik gabe garatu dira eta, ondorioz, gizakiak hurbiltzen direnean, munduko animalia gehienak ez bezala, ez dira beldurtzen. Gainera, askotan, bisitariengana gerturatzen dira! Jokabide horrek argazki bikainak ateratzeko aukera sortzen du, baina horrek animaliak kalteberatasun handiko egoeran uzten ditu.

Urteetan zehar, gizakiak uharteetan egindako jarduerak Galapago uharteen inguruko ekositema mehatxatu izan du. Ekosisteman eragindako kalteak ondorio txarrak izan ditu Galapago uharteetako animalia askoren populazioarengan. Zorionez, ekosistema pixkanaka bere onera etortzen ari da ikerlari konprometitu batzuen lanari esker.

Galapago uharteak

PISA 2018

Galapago uharteak
Galdera 4 / 7

Begiratu webguneko web-orriei eskuinean.
Egin klik aukera batean, galderari erantzuteko.

Zer dute komunean Galapagoetako dortokek, Itsas iguanek eta Galapagoetako urbarroiek?

- Haien janaria itsasotik dator.
- Elikagai berberak jaten dituzte.
- Denbora luzez bizi dira.
- Haien populazioa arriskuan dago.

GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra	Animaliak	Kontserbazioa	Boluntarioak

Hego Ameriketako kostaldetik 1.000 kilometro mendebaldera daude Galapago uharteak, mundu osoko toki liluragarrienetako bat.

Gaur egun, soilik artxipelagoko uharte desberdinetan bizi diren 95 animalia-espezie daude. Jende askok bidaiatzen du Galapago uharteetara animalia berezi horiek beren habitat naturalean ikusteko asmoz. Uharteei, askotan, "laborategi biziduna" deitzen zaie ikerketarako potentzial handia eskaintzen dielako zientzialariei. Ekuatoretik gertu daudenez, uharteek eguzki-argitasun handia jasotzen dute eta, aldi berean, ozeanoko korronte indartsuek haize freskoz hornitzen dituzte. Landare eta animalia ugari hazten dira ingurune honetan.Turista eta zientzialariak txundituta geratzen dira animaliekin; izan ere, badirudi animaliek gizakiek haiekiko duten jakin-min antzekoa dutela. Galapago uharteetako animaliek mendeetan zehar gizakiaren interferentziarik eta ehizarik gabe garatu dira eta, ondorioz, gizakiak hurbiltzen direnean, munduko animalia gehienak ez bezala, ez dira beldurtzen. Gainera, askotan, bisitariengana gerturatzen dira! Jokabide horrek argazki bikainak ateratzeko aukera sortzen du, baina horrek animaliak kalteberatasun handiko egoeran uzten ditu.

Urteetan zehar, gizakiak uharteetan egindako jarduerak Galapago uharteen inguruko ekositema mehatxatu izan du. Ekosisteman eragindako kalteak ondorio txarrak izan ditu Galapago uharteetako animalia askoren populazioarengan. Zorionez, ekosistema pixkanaka bere onera etortzen ari da ikerlari konprometitu batzuen lanari esker.

Galapago uharteak

PISA 2018

Galapago uharteak
Galdera 5 / 7

Begiratu webguneko web-orriei eskuinean.
Idatzi galderaren erantzuna.

Kontserbazio web-orriak dortoka erraldoiak babesteko burutako programen bi adibide aipatzen ditu.

Zein da desberditasun nagusia ikuspegiari dagokionez bi kontserbazio programa horien artean?

GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra | **Animaliak** | **Kontserbazioa** | **Boluntarioak**

Hego Ameriketako kostaldetik 1.000 kilometro mendebaldera daude Galapago uharteak, mundu osoko toki liluragarrienetako bat.

Gaur egun, soilik artxipelagoko uharte desberdinetan bizi diren 95 animalia-espezie daude. Jende askok bidaiatzen du Galapago uharteetara animalia berezi horiek beren habitat naturalean ikusteko asmoz. Uharteei, askotan, “laborategi biziduna” deitzen zaie ikerketarako potentzial handia eskaintzen dielako zientzialariei. Ekuatoretik gertu daudenez, uharteek eguzki-argitasun handia jasotzen dute eta, aldi berean, ozeanoko korronte indartsuek haize freskoz hornitzen dituzte. Landare eta animalia ugari hazten dira ingurune honetan.Turista eta zientzialariak txundituta geratzen dira animaliekin; izan ere, badirudi animaliek gizakiek haiekiko duten jakin-min antzekoa dutela. Galapago uharteetako animaliek mendeetan zehar gizakiaren interferentziarik eta ehizarik gabe garatu dira eta, ondorioz, gizakiak hurbiltzen direnean, munduko animalia gehienak ez bezala, ez dira beldurtzen. Gainera, askotan, bisitariengana gerturatzen dira! Jokabide horrek argazki bikainak ateratzeko aukera sortzen du, baina horrek animaliak kalteberatasun handiko egoeran uzten ditu.

Urteetan zehar, gizakiak uharteetan egindako jarduerak Galapago uharteen inguruko ekositema mehatxatu izan du. Ekosisteman eragindako kalteak ondorio txarrak izan ditu Galapago uharteetako animalia askoren populazioarengan. Zorionez, ekosistema pixkanaka bere onera etortzen ari da ikerlari konprometitu batzuen lanari esker.

Galapago uharteak

PISA 2018

Galapago uharteak
Galdera 6 / 7

Begiratu webguneko web-orriei eskuinean.
Idatzi galderaren erantzuna.

"Animaliak" eta "Kontserbazioa" orrialdeak Galapago uharteetan egindako animaliei eta kontserbazio-ahaleginei buruzko datu eta xehetasunak jasotzen dituzte. Nola laguntzen dio horrek Galapagoetako Kontserbazio Elkateari uhartetako ekosisteman inguruko kezka adierazten?

GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra | **Animaliak** | **Kontserbazioa** | **Boluntarioak**

Hego Ameriketako kostaldetik 1.000 kilometro mendebaldera daude Galapago uharteak, mundu osoko toki liluragarrienetako bat.

Gaur egun, soilik artxipelagoko uharte desberdinetan bizi diren 95 animalia-espezie daude. Jende askok bidaiatzen du Galapago uharteetara animalia berezi horiek beren habitat naturalean ikusteko asmoz. Uharteei, askotan, “laborategi biziduna” deitzen zaie ikerketarako potentzial handia eskaintzen dielako zientzialariei. Ekuatoretik gertu daudenez, uharteek eguzki-argitasun handia jasotzen dute eta, aldi berean, ozeanoko korronte indartsuek haize freskoz hornitzen dituzte. Landare eta animalia ugari hazten dira ingurune honetan.Turista eta zientzialariak txundituta geratzen dira animaliekin; izan ere, badirudi animaliek gizakiek haiekiko duten jakin-min antzekoa dutela. Galapago uharteetako animaliek mendeetan zehar gizakiaren interferentziarik eta ehizarik gabe garatu dira eta, ondorioz, gizakiak hurbiltzen direnean, munduko animalia gehienak ez bezala, ez dira beldurtzen. Gainera, askotan, bisitariengana gerturatzen dira! Jokabide horrek argazki bikainak ateratzeko aukera sortzen du, baina horrek animaliak kalteberatasun handiko egoeran uzten ditu.

Urteetan zehar, gizakiak uharteetan egindako jarduerak Galapago uharteen inguruko ekositema mehatxatu izan du. Ekosisteman eragindako kalteak ondorio txarrak izan ditu Galapago uharteetako animalia askoren populazioarengan. Zorionez, ekosistema pixkanaka bere onera etortzen ari da ikerlari konprometitu batzuen lanari esker.

Galapago uharteak

PISA 2018

Galapago uharteak
Galdera 7 / 7

Begiratu webguneko web-orriei eskuinean.
Egin klik taulako aukeretan, galderari erantzuteko.

Orrialdeak berrikusi ondoren, webgunearen sinesgarritasuna hobetze aldera, Alejandro eta Cristinari iradokizunen zerrenda bidaltzea erabaki duzu. Beheko taulako aldaketetako zeinek egingo luke webgunea sinesgarriago uharteei eta Galapagoetako Kontserbazio Elkarteari buruzko informazio gehiago izan nahi duten pertsonentzat? Egin klik **Bai** ala **Ez** aukeretan, baieztapen bakoitzaren ondoan.

Aldaketa honek web-orriaren sinesgarritasuna hobetuko du?	Bai	Ez
Galapago uharteak bisitatu diituzten turisten testigantzak gehitzea.	○	○
Azpi-atal gehiago sartzea.	○	○
Informazio iturri fidagarriak aipatzea.	○	○
Galapagoetako Kontserbazio Elkartearen deskripzioa eta bere zeregina gehitzea.	○	○

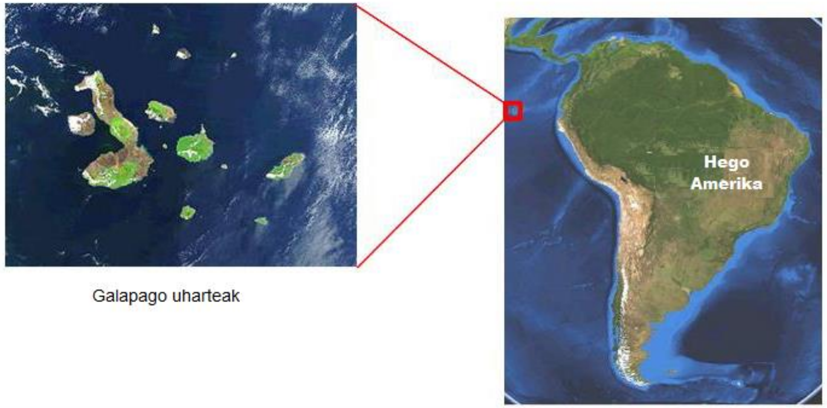
GALAPAGO UHARTEAK - ALTXOR NATURALA

Orokorra | **Animaliak** | **Kontserbazioa** | **Boluntarioak**

Hego Ameriketako kostaldetik 1.000 kilometro mendebaldera daude Galapago uharteak, mundu osoko toki liluragarrienetako bat.

Gaur egun, soilik artxipelagoko uharte desberdinetan bizi diren 95 animalia-espezie daude. Jende askok bidaiatzen du Galapago uharteetara animalia berezi horiek beren habitat naturalean ikusteko asmoz. Uharteei, askotan, “laborategi biziduna” deitzen zaie ikerketarako potentzial handia eskaintzen dielako zientzialariei. Ekuatoretik gertu daudenez, uharteek eguzki-argitasun handia jasotzen dute eta, aldi berean, ozeanoko korronte indartsuek haize freskoz hornitzen dituzte. Landare eta animalia ugari hazten dira ingurune honetan.Turista eta zientzialariak txundituta geratzen dira animaliekin; izan ere, badirudi animaliek gizakiek haiekiko duten jakin-min antzekoa dutela. Galapago uharteetako animaliek mendeetan zehar gizakiaren interferentziarik eta ehizarik gabe garatu dira eta, ondorioz, gizakiak hurbiltzen direnean, munduko animalia gehienak ez bezala, ez dira beldurtzen. Gainera, askotan, bisitariengana gerturatzen dira! Jokabide horrek argazki bikainak ateratzeko aukera sortzen du, baina horrek animaliak kalteberatasun handiko egoeran uzten ditu.

Urteetan zehar, gizakiak uharteetan egindako jarduerak Galapago uharteen inguruko ekosistema mehatxatu izan du. Ekosisteman eragindako kalteak ondorio txarrak izan ditu Galapago uharteetako animalia askoren populazioarengan. Zorionez, ekosistema pixkanaka bere onera etortzen ari da ikerlari konprometitu batzuen lanari esker.



Galapago uharteak