

Egitaraua Programa

Urria - Abendua
Octubre - Diciembre



Egitaraua

URRIA

Eguena 1 / 19:00
Hiruhileko egitarau berria aurkeztea:

- Ikastaroak eta ekimenak aurkeztea
- "Ijito dantzak" ikuskizuna (Jaione Albeniz)
- Klown emanaldia (Beatriz Egizabal)
- Lekua: Emakume Txokoa
- Euskaraz eta gaztelaniaz

AZAROA

Eguena 5 / 19:00
"AMAZONAS, mujeres indomables"
Dokumentalaren aurkezpena

- Maria Galindo ("Mujeres creando" – Bolivia) zuzendaria izango dugu gurekin.
- Gaztelaniaz
- Lekua: Kulturaten

Eguena 19 / 19:00
Antzerki emanaldia "La mujer sola"

- Antzezlea: Asun Abad
- Gaztelaniaz
- Lekua: Kulturate

Eguaztena 25
Emakumeenganako indarkeriaren aurkako nazioarteko eguna

- ADI! Egun honen inguruan antolatuko ditugun ekimenak eta deialdiak direla eta.

ABENDUA

3tik 15era bitartean
ERAKUSKETA: "Emakume kubatarrak: Iraultza bat iraultzaren barruan"

- Euskadi - Cuba, taldearen eskutik
- Lekua: Emakume Txokoan
- Ordutegia: 16:00-20:00 (asteleheneretik eguenera)
10:00-14:00 (egubakoitzetan)

Programa

OCTUBRE

Jueves 1 / 19:00
Presentación de la nueva programación trimestral:

- Presentación de los cursos y actividades
- "Danzas zíngaras" (Jaione Albeniz)
- Espectáculo de Clown (Beatriz Egizabal)
- En euskera y castellano
- Lugar: Emakume Txokoa

NOVIEMBRE

Jueves 5 / 19:00
Presentación del documental "AMAZONAS, mujeres indomables"

- Presenta el documental su directora Maria Galindo ("Mujeres Creando"- Bolivia)
- En castellano
- Lugar: Kulturate

Jueves 19 / 19:00
Obra de teatro: "La mujer sola"

- Intérprete: Asun Abad
- En castellano
- Lugar: Kulturate

Miércoles 25
Día internacional contra la violencia hacia las mujeres

- Atención a las convocatorias y actividades que se organizarán en denuncia de la violencia contra las mujeres.

DICIEMBRE

Del 3-15
EXPOSICIÓN: "Mujeres cubanas, una revolución dentro de la revolución"

- Asociación Euskadi-Cuba
- Lugar: Emakume Txokoa
- Horario: 16:00-20:00 (lunes-jueves)
10:00-14:00 (los viernes)

Ikastaroak Cursos



Laguntzailea / Colabora:



kutxa

ARTE DEKORATIBOAK ARTES DECORATIVAS

Astelehenetan/Lunes

Orduetgia: 10:00-12:00

Irakaslea/formadora: Edurne Uribesalgo
Euskaraz eta gaztelaniaz

EUSKAL DANTZAK

Astelehenetan/Lunes

Orduetgia: 17:00-18:30

Irakaslea/formadora: Eider Zuazubizkar
Euskaraz/en euskera

EMAKUMEAK ETA OSASUNA: MENOPAUSIA MUJERES Y SALUD: LA MENOPAUSIA

Martitzenetan/Martes

Orduetgia: 15:30 - 17:30

Irakaslea/formadora: Pepa Bojó
Gaztelaniaz/en castellano

EUSKARA (HASTAPENA / INICIACIÓN)

Astelehenetan/Lunes

Eguaztenetan /Miércoles

Orduetgia: 14:45-16:15

Irakaslea/Formadora: Udal Euskaltegia

Bi saio astean/2 sesiones semanales

Prezioa: 34 €/17 € langabeek/Paradas 40 € Arrasaten erroldaturik ez daudenek /No empadronadas en Arrasate

YOGA (HASTAPENA/INICIACIÓN)

Astelehenetan/Lunes

Orduetgia: 19:00-20:30

Irakaslea/formadora: Encarna Mendez

Euskaraz/en euskera

PILATES (HASTAPENA / INICIACIÓN)

Asteazkenetan/Miércoles 9:30 - 11:00

Eguenetan/Jueves 16:30-18:00

Irakaslea/formadora: Antonia Nogueiras

Gaztelaniaz/en castellano

SENDABELARREN IKASTAROA CURSO DE HIERBAS MEDICINALES

Eguaztenetan/Miércoles

Orduetgia: 18:00-20:00

Irakaslea/formadora: Itziar Egidazu

Euskaraz/en euskera

ZORU PELBIKOA INDARTZEKO IKASTAROA CURSO DE REFORZAMIENTO DEL SUELO PÉLVICO

Eguaztenetan /Miércoles

Urriaren 7tik azaroaren 25era bitartean
Del 7 de octubre al 25 de noviembre

Irakaslea/formadora: Idurre Zabala

Hastapena/Iniciación

Orduetgia: 17:30-19:00

Prezioa: 20€ /10€ /25€

Gaztelaniaz/en castellano

Sakontze ikastaroa/ Profundización

Orduetgia: 19:00-20:00

Prezioa: 15€ /8€ /20€

Euskaraz/en euskera

GORPUTZAREN MUGIMENDU KONTZIENTEA LANTZEKO IKASTAROA CURSO DE MOVIMIENTO CORPORAL CONSCIENTE

Egubakoitzetan/Viernes

Orduetgia: 9:30-11:00

Irakaslea/formadora: Antonia Nogueiras

Gaztelaniaz/en castellano



ARGIBIDEAK INFORMACIÓN

IRAUPENA:

Ikastaroak orokorrean urriaren 5eko astean hasi eta abenduaren 18rarte luzatuko dira.

IZENAK EMATEKO EPEA:

Emakume Txokoa, irailaren 21etik 30era bitartean.

ORDUTEGIA:

Astelehenetik eguenera arte
Arratsaldean: 15:30- 19:30
Egubakoitzean: 10:00-14:00

PREZIOA:

28€ /14€ (langabeek)/
34€ (Arrasaten erroldaturik ez daudenek)

TELEFONOA:

943 79 41 39

DURACIÓN:

Los cursos en general comienzan la semana del 5 de octubre y se desarrollarán hasta el 18 de diciembre.

PLAZO DE INSCRIPCIÓN:

En Emakume Txokoa del 21 al 30 de septiembre

HORARIO:

De lunes a jueves
Por las tardes de 15:30-19:30
Viernes: de 10:00-14:00

PRECIO:

28€/14€ (personas en paro)/
34€ (No empadronadas en Arrasate)

TELÉFONO:

943 79 41 39

NON GAUDE? ¿DONDE ESTAMOS?

Uarkape pilotalekuaren atzeko aldean. Sarrera du Altamirarako bidetik

E-posta: emakumetxokoa@arrasate-mondragon.net

ARGIBIDEAK / IZENAK EMATEA:

Etorri gurera edo deitu 943794139 zenbakira
Astelehenetik eguenera arte: Arratsaldean 15:00 - 20:00
Egubakoitzean: Goizean 10:00 - 14:00

Detrás del frontón Uarkape. Entrada por la cuesta que sube a Altamira

E-Mail: emakumetxokoa@mondragon-arrasate.net

INFORMACIÓN, INSCRIPCIONES:

Puedes venir a vernos o llamar al teléfono 943794139
De lunes a jueves: Tardes de 15:00 a 20:00
Los viernes: Mañanas de 10:00 a 14:00

OHARRAK AVISOS

- Ikastaroak eta Tailerrak oro har emakumeentzat dira (besterik adierazi ezean)
- Gainontzeko ekimenak gizon eta emakumeentzat dira
- Eguaztenetan, 10:00-12:00ak arte, Kabxalinek (Bularreko eta Ginekologiako Minbiziak Eragindako Emakumeen Elkarteak) Arreta Zerbitzua eskaintzen du Emakume Txokoa.
- **Haurtzaindegia zerbitzua:** ekintzetan parte hartzeko, haurtzaindegia jarriko dugu, aldeaz aurretik abisatuz gero.
- Emakumeentzako doako Aholkularitza Juridikoko Zerbitzua dago
- Argibide gehiago jasotzeko, jo Emakume Txokora

- Los cursos y talleres están dirigidos, en general, a mujeres, si no se especifica de otro modo en alguno de ellos.
- El resto de actividades están abiertas tanto a mujeres como a hombres.
- Todos los miércoles de 10:00 a 12:00, Kabxalin (Asociación de Mujeres afectadas de cáncer de mama o ginecológico) ofrece un servicio de atención para mujeres afectadas o personas interesadas.
- **Servicio de guardería:** las actividades contarán con un servicio gratuito de cuidado de niñas y niños, avisando con antelación
- Existe un servicio de Orientación Jurídica gratuita dirigido a mujeres
- Para más información dirigirse a Emakume Txokoa