

Argibideak/ Información

Ikastaroak / Cursos

IRAUPENA:

Ikastaroak, oro har, urriaren 4ko astean hasi eta abenduaren 17ra arte luzatuko dira.

IZENA EMATEKO EPEA:

Emakume Txokoan, irailaren 27tik urriaren 1era bitartean.

ORDUTEGIA:

Astelehenetik eguenera:

Goizetan: 12:00 -14:00.

Arratsaldetan: 15:00 - 19:00.

Egubakoitzetan:

Goizetan: 10:00 -14:00.

PREZIOA:

32€ (Arrasaten erroldatutakoek)

20€ (langabeek)

38€ (Arrasaten erroldaturik ez daudenek)

• ikastaro bakoitzean besterik adierazi ezean.

TELEFONOA:

943 79 41 39

DURACIÓN:

Los cursos, en general, comenzarán la semana del 4 de octubre y se desarrollarán hasta el 17 de diciembre.

PLAZO DE INSCRIPCIÓN:

En Emakume Txokoa del 27 de septiembre al 1 de octubre.

HORARIO:

De lunes a jueves:

Mañanas: 12:00 -14:00.

Tardes: 15:00 - 19:00.

Los viernes:

Mañanas: 10:00 - 14:00.

PRECIO:

32€ (empadronadas en Arrasate)

20€ (personas en paro)

38€ (no empadronadas en Arrasate)

• si no se ha especificado otro precio en cada curso.

TELÉFONO:

943 79 41 39

NON GAUDE? ¿DÓNDE ESTAMOS?

Uarkape pilotalekuaren atzeko aldean. Sarrera du Altamirarako bidetik.

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

E-posta: emakumetxokoa@arrasate-mondragon.net



Laguntzailea / Colabora:



kutxa



di-ka

ARTE DEKORATIBOAK

ARTES DECORATIVAS

Astelehenetan/Lunes

Ordutegia/Horario: 10:30 - 12:00.

Euskaraz eta gaztelaniaz

Irakaslea/Formadora: Edurne Uribesalgo

YOGA (HASTAPENA)

YOGA (INICIACIÓN)

Astelehenetan/Lunes

Ordutegia/Horario: 19:30 - 21:00.

Euskaraz/ En euskera

Irakaslea/Formadora: Encarna Mendez

ARTE TERAPIAKO HASTAPENEN IKASTAROA

“PERDERTE EN EL ARTE PARA ENCONTRARTE A TÍ” TALLER DE EXPRESIÓN ARTÍSTICA

Astelehenetan/Lunes

Ordutegia/Horario: 16:30 - 19:00.

Gaztelaniaz/En castellano

Irakaslea/Formadora: Ciel Brooijmans

LOTURA AFEKTIBOAK

VÍNCULOS AFECTIVOS

Martitzenetan/Martes

Ordutegia/Horario: 15:30 - 17:30.

Gaztelaniaz/En castellano

Irakaslea/Formadora: Pepa Bojó

EMAKUMEAK ETA OSASUNA: GURE EMOZIOAK

MUJERES Y SALUD: NUESTRAS EMOCIONES

Martitzenetan/Martes

Ordutegia/Horario: 18:00 - 20:00.

Gaztelaniaz/En castellano

Irakaslea/Formadora: Pepa Bojó

PILATES (HASTAPENA/INICIACIÓN)

Eguaztenetan/Miércoles

Ordutegia/Horario: 9:30 - 11:00.

Gaztelaniaz/En castellano

Irakaslea/Formadora: Antonia Nogueiras

ZORU PELBIKOA

INDARTZEKO IKASTAROA

CURSO DE REFORZAMIENTO

DEL SUELO PÉLVICO

Eguenetan/Jueves

Ordutegia/Horario: 20:00 - 21:30.

Hastapena/Iniciación

Euskaraz/En euskera

Irakaslea/Formadora: Saioa Baena

Prezioa: 24€ / 15€ / 28€

Iraupena/Duración: urriaren 14tik abenduaren 2ra arte

GORPUTZAREN MUGIMENDU KONTZIENTEA

LANTZEKO IKASTAROA

CURSO DE MOVIMIENTO CORPORAL CONSCIENTE

Egubakoitzetan/Viernes

Ordutegia/Horario: 9:30 - 11:00.

Gaztelaniaz/En castellano

Irakaslea/Formadora: Antonia Nogueiras

BOLLYWOODEKO ETA INDIAKO DANTZAK

DANZAS DE LA INDIA Y BOLLYWOOD

Egubakoitzetan/Viernes

Ordutegia/Horario: 18:00 - 20:00.

Euskaraz/En euskera

Irakaslea/Formadora: Jaione Albeniz

EUSKARA IKASTAROA

(HASTAPENA/INICIACIÓN)

3 saio astean/ 3 clases semanales

Ordutegia/Horario: 14:45 - 16:15.

Udal euskaltegiaren eskutik

Izena ematea/Inscripción: Udal Euskaltegian

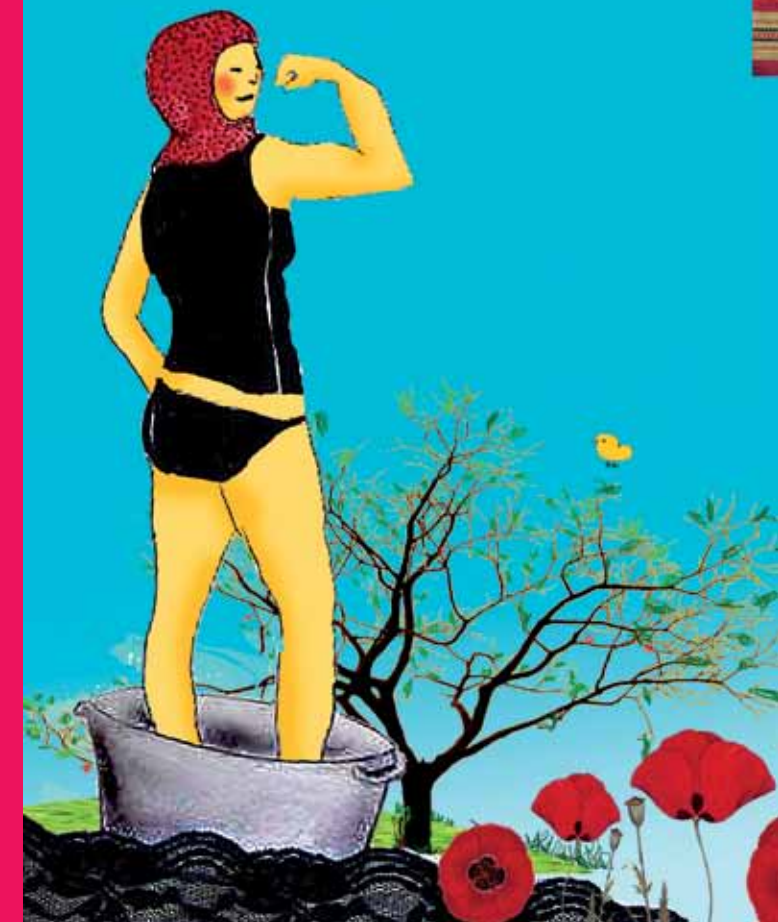
Ikastaroa Emakume Txokoan egingo da.



2010

Egitaraua Programa

Urria - Abendua
Octubre - Diciembre



Egitaraua

Programa

Tailerra

Oharrak / Información

URRIA

Urriaren 25etik azaroaren 5era bitartean

“7 emakume en movimiento”elkarteko bi kideren erakusketa

- **Josune Lakaren** hormirudia: “7 emakume en movimiento”
- **Gotzone Eluren** argazkiak: “Kresala eta garoa”
- **Lekua:** Emakume Txokoa
- **Ordutegia:** astelehenetik eguenera: 15:00 - 19:00 egubakoitzetan: 10:00 - 14:00

27an, eguaztena

Antzerki-emanaldia: “Espazio Hutsak”

- Higa Antzerkia
- Euskaraz
- **Lekua:** Kulturateko Areto Nagusia
- **Ordua:** 19:00etan

AZAROA

17an, eguaztena

Emakumeenganako indarkeriaren aurkako film laburren emanaldia eta foruma

- **Dinamizatzailea:** Norma Vazquez (psikologoa eta emakumeenganako indarkerian aditua)
- **Lekua:** Kulturateko Areto Nagusia
- **Ordua:** 19:00etan

25ean, eguena

Emakumeen aurkako indarkeriaren kontrako nazioarteko eguna

- **ADI!** Egun honen inguruan hainbat ekimen eta deialdi antolatuko ditugu.

OCTUBRE

Del 25 de octubre al 5 de noviembre

Exposición de mujeres del colectivo “7 emakume en movimiento”

- “7 emakume en movimiento”, mural de **Josune Laka**
- “Kresala eta garoa”, fotografías de **Gotzone Elu**
- **Lugar:** Emakume Txokoa
- **Horario:** De lunes a jueves: 15:00 - 19 :00 / Viernes: 10:00 - 14:00

Miércoles, 27

Obra de teatro: “Espazio hutsak”

- Higa Antzerkia
- En euskera
- **Lugar:** Kulturate (Areto Nagusia)
- **Hora:** 19:00

NOVIEMBRE

Miercoles, 17

Proyección de cortos contra la violencia hacia las mujeres y posterior forum

- **Dinamiza:** Norma Vazquez (psicóloga y experta en violencia contra las mujeres)
- **Lugar:** Kulturate (Areto Nagusia)
- **Hora:** 19:00

Jueves, 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.

Tratu onen plazerra

Sexismoak, amodio erromantikoak eta jendarte indarkeriazaleak guztioi eragiten digute, horien ondorio den emakumeenganako indarkeriak eragiten digun moduan. “Tratu Onen plazerra” tailerlean, gai horien inguruko irizpide kritikoa landu eta Tratu Onen bizipenez gozatuko dugu. Primeran pasatuko dugu. Animatu!!!

Irakaslea/Formadora:

Edurne Mendizabal

Noiz/Fecha:

azaroaren 12an eta 13an
12 y 13 de noviembre

Ordutegia/Horario:

egubakoitzean 16:00 - 20:00
zapatuan 10:00 - 14:00

Hizkuntza/Idioma:

Euskaraz

Tailerra neska-mutil gazteentzat da.

Prezioa:

6€ / 10€

Izena ematea/Inscripción:

Emakume Txokoan eta Gazte Bulegoan

Lekua/Lugar:

Kulturate

- Ikastaroak eta Tailerrak oro har emakumeentzat dira (besterik adierazi ezean).
- Gainontzeko ekimenak gizon eta emakumeentzat dira.
- **Haurtzaindegi zerbitzua:** ekintzetan parte hartzeko, haurtzaindegia jarriko dugu, alde zurreratik abisatuz gero.
- **Doako Aholkularitza Juridikoko Zerbitzua dago emakumeentzat.**
- 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.
- **Servicio de guardería:** las actividades contarán con un servicio gratuito de cuidado de niñas y niños, avisando con antelación.
- **Existe un servicio gratuito de Orientación Jurídica dirigido a mujeres.**
- Para más información dirigirse a Emakume Txokoa.

ARGIBIDEAK / IZENA EMATEA: INFORMACIÓN / INSCRIPCIONES:

- Etorri gurera edo deitu **943 79 41 39** zenbakira.
- Astelehenetik eguenera: Goizetan: 12:00 -14:00. Arratsaldeetan: 15:00 - 19:00. Egubakoitzetan: Goizetan: 10:00 - 14:00.
- Puedes venir a vernos o llamar al teléfono **943 79 41 39**. De lunes a jueves: Mañanas: 12:00 -14:00. Tardes: 15:00 - 20:00. Los viernes: mañanas: 10:00 -14:00.

