

2023

Iraila-Abendua Plangintza
Programación **Septiembre-Diciembre**



Jabetze Eskola

Arrasateko Jabetze eskola da Emakume Txokoan dugun formazio eta topaketa gunea. Helburua du emakumeok geure eskubideen jabe egitea eta sareak sortzea.

Jabetze eskolan prestakuntza da ardatz nagusietakoa. Bertan topatuko duzue eskaintza bat lanketa pertsonala eta kolektiboa uztartzen duena, elkarrekin lan egingo baitugu eta protagonistak geu izango baikara.

Jabetze eskolan errealitateari ikuspegi feminista batetik erreparatzen diogu eta emakumeon parte hartze sozial eta politikoa sustatuko duten tresnak eskaintzen ditugu. Horretarako, formatu ezberdinetako ikastaro, tailer eta guneak topatuko dituzu hemen, konfiantzazko giroan elkarrekin ikasteko, gozatzeko eta elkar zaintzeko.

Zure zain gaude!!

La escuela de empoderamiento de Arrasate es un espacio de formación, encuentro y reflexión situado en Emakume Txokoa. A través de la escuela buscamos promover la toma de conciencia de las mujeres de nuestros derechos y la creación de redes entre nosotras.

La formación es uno de los ejes de la escuela y ofrece la posibilidad de realizar un trabajo personal y colectivo en el que las mujeres seamos las protagonistas.

En la escuela de empoderamiento abordamos nuestra realidad desde una perspectiva feminista y ofrecemos herramientas para promover la participación social y política de las mujeres. Para ello, te ofrecemos a través de distintos espacios, cursos y talleres, un espacio de aprendizaje, complicidad, disfrute y cuidado mutuo.

Te esperamos!

1. Mindfulness

Irakaslea/Formadora: Clara Wolfram Perez

Hasiera/Inicio: urriak 2 de octubre

Noiz/Día: astelehena/lunes (9 saio/sesiones)

Ordutegia/Horario: 10:00-12:00

Matrikula: 27€/15€/32€

Gaztelaniaz/En castellano

Tailer honetan, meditazioen, luzaketen eta talde dinamikien bitartez, arituko gara barnean daramaguna arnasten, askatzen eta, aldi berean, baretzen. Mindfulness da meditazio praktika bat, baina praktika bat ere gorputzarekin, emozioekin, geure buruarekin eta inguruarekin kontaktuan egoteko. Praktika horren bitartez, aukera batzuk landuko ditugu orainaldia emakume gisa ahalik eta askeen eta ongien bizitzeko.

En este taller, a través de meditaciones, estiramientos y dinámicas de grupo, nos centraremos en respirar, liberar y, al mismo tiempo, tranquilizar lo que llevamos dentro. Mindfulness es una práctica de meditación, pero también de contacto con el cuerpo, con las emociones, con nosotras mismas y con nuestro entorno. A través de esta práctica trabajaremos algunas posibilidades para vivir el presente, como mujeres, mejor y de la forma más libre posible.

2. Sormen tailerra: Gure emozioak lantzen

Taller de creatividad: Trabajando nuestras emociones

Irakaslea/Formadora: Maddi Uranga Aizpurua

Hasiera/Inicio: urriak 2 de octubre

Noiz/Día: astelehena/lunes (8 saio/sesiones)

Ordutegia/Horario: 18:00-20:00

Matrikula: 27€/15€/32€

Euskaraz/En euskera

Tailer honetan baliatuko gara arte plastikoak ematen dizkigun metafozez, gure gorputzak eta buruak esaten diguten hori aditzen hasteko. Horretarako dauden material eta teknika batzuk ikusiko ditugu, eta horiekin jolastuz ahaleginduko gara artelan askeak sortzen, betiere garrantzia emanaz prozesuari eta ez emaitza estetikoari.

En este taller utilizaremos las artes plásticas, para escuchar lo que nos dice nuestro cuerpo y nuestra mente. Utilizaremos para ello, técnicas y materiales con los que jugaremos para crear obras de arte libres, dando importancia al proceso y no al resultado estético.

3. Zoru pelbikoa indartzeko ikastaroa

Curso de fortalecimiento del suelo pélvico

Irakaslea/Formadora: Saioa Baena Gorosabel

Hasiera/Inicio: urriak 3 de octubre

Noiz/Día: martizena/martes (12 saio/sesiones)

Ordutegia/Horario: 09:30-11:00

Matrikula: 27€/15€/32€

Euskaraz/En euskera

Ikastaroaren helburua da zoru pelbikoaren muskulazio guztia indartzea. Ikastaroa edozein emakumerentzat da, bereziki menopausia hasi edo igarotzen ari direnentzat, edo umetokia edo puxika prolapsuak sufritzen dituztenentzat, pixa galerak dituztenentzat eta erditu berri duten emakume gazteentzat.

El objeto del curso es el fortalecimiento de la musculación del suelo pélvico. El curso está dirigido a cualquier mujer, especialmente a aquellas que han iniciado o están pasando el periodo de la menopausia, o bien a aquellas que sufren prolapsos uterinos o de vejiga, pérdidas de orina y a mujeres jóvenes que han parido recientemente como tratamiento postparto.

4. Hitzen bitartez ahalduntzea

Empoderamiento a través de la palabra

Irakaslea/Formadora: Libe Solozabal Askasibar

Hasiera/Inicio: urriak 3 de octubre

Noiz/Día: asteartea/martes (5 saio/sesiones)

Ordutegia/Horario: 18:00-20:00

Matrikula: 15€/19€/20€

Euskaraz/En euskera

Idatzitako hitzek ahalmen berezia dute. Idazmenak gelditzera garamatza eta lagungarria zaigu gure ideiak zein emozioak kudeatzeko. Tailer honetan teknika narratiboak erabiliko ditugu ahalduntze eta autoezagutza prozesuetarako bitarteko gisa, edertasuna eta zentzu literarioa alde batera utzita. Garrantzitsua da gure historiaz jabetzea. Tailerrean, bide emango diogu emakumeon isilarazitako historiari.

Las palabras escritas tienen un poder especial. La escritura nos lleva a detenernos y nos ayuda a gestionar nuestras ideas y emociones. Utilizaremos técnicas narrativas como herramienta para favorecer procesos de empoderamiento y autoconocimiento, dejando de lado el sentido literario. En el taller daremos paso a la historia silenciada de las mujeres.

5. Inpro feminista

Improvisación feminista

Irakaslea/Formadora: Belen Nevado Mendez

Noiz/Día: eguaztena/miércoles (10 saio/sesiones)

Hasiera/Inicio: urriak 4 de octubre

Ordutegia/Horario: 18:00-20:00

Matrikula: 30€/17€/35€

Gaztelaniaz/En castellano

Inprobisazioa edo bat-batekotasuna da tresna zoragarri bat, egoera feminista bat ikasi eta esperimintatzeko. Tailer honetan hurbilduko gara feminismoen ekarpenetara, antzerki inprobisazioaren jokoaren bidez.

Antzerki jokotik abiatuta eta umore feministaren ikuspegitik talde bateko kide izatea esperimintatu gura duen emakumea bazara, zatoz tailer honetara.

La improvisación es una herramienta apasionante para aprender y experimentar un estar feminista. En este taller nos acercaremos a las aportaciones de los feminismos, a través del juego de la Improvisación Teatral.

El taller está dirigido a mujeres que deseen experimentar la pertenencia a grupo a partir del juego teatral y desde una perspectiva de humor feminista.

6. Boterea eta pribilegioak birpentsatzen Revisando el poder y los privilegios

Irakaslea/Formadora: Leticia Urretabizkaia Gil

Hasiera/Inicio: urriak 3 de octubre

Noiz/Día: asteartea/martes (8 saio/sesiones)

Ordutegia/Horario: 18:30-20:30

Matrikula: 24€/13€/29€

Gaztelaniaz/En castellano



Hausnartzen al dugu zer botere daukagun eta hori zelan erabiltzen dugun? Badakigu zer den interseksionalitatea eta zelan zeharkatzen gaituen? Zer pribilegio, tarte eta zapalkuntzaz gozaten dugu eta zeri aurre egiten diogu? Zelan erabili dezakegu gure boterea, modu koherentean eta kontzientean, eraiki gura ditugun lankidetzeta eta ekitate harremanekin?

¿Nos planteamos qué poder tenemos y cómo lo utilizamos? ¿Sabemos qué es eso de la interseccionalidad y cómo nos atraviesa? ¿Qué privilegios, rangos y opresiones disfrutamos y enfrentamos? ¿Cómo podemos usar nuestro poder de manera coherente y consciente con las relaciones colaborativas y equitativas que queremos construir?

7. Xaboi komunitarioa

Jabon komunitario

Irakaslea/Formadora: Aiora Urbietta Eizagirre
Hasiera/Inicio: urriak 4 de octubre
Noiz/Día: eguaztena/miércoles (4 saio/sesiones)
Ordutegia/Horario: 18:00-20:00

Matrikula: 12€/7€/17€
Euskaraz eta gaztelaniaz/En euskera y castellano
Materiala: 10€

Ikastaro honetan ikasiko dugu xaboi solidoa eta likidoa egiten modu ekonomiko eta ekologikoan. Eta hori egingo dugu taldean, aurrera begira ere elkarrekin prozesu honetan jarraitzeko, geure burua eta ingurua zainduz.

Xaboi ekologikoak egin, talde eder baten parte izan eta xaboi komertziala erosteari utzi nahi badiozu, aukera paregabea duzu hau; animatu zaitetz!

En este curso aprenderemos a elaborar jabon sólido y líquido, de forma económica y ecológica y pondremos las bases para crear una red en la que seguir trabajando en este proceso de cuidado de nuestras casas y de nuestro entorno. Si quieres hacer jabones ecológicos de forma comunitaria y dejar de comprar jabon comercial, te esperamos!

8. Diafreo tailerra: Tentsioak askatzen

Taller de diafreo: Liberando tensiones

Irakasleak/Formadoras:
 Idoia Eizmendi Aldasoro/Márgaret Rodríguez Alonso
Hasiera/Inicio: urriak 5 de octubre
Noiz/Día: eguena/jueves (4 saio)

Ordutegia/Horario: 10:00-12:00
Matrikula: 17€/10€/22€
Euskaraz eta gaztelaniaz/En euskera y castellano

Gorputz bakoitzak bere historia du, bere forma, bere tentsio kronikoak bere gozamenak. Emakume gisa izan ditugun bizipenak gure gorputzetan iskribatuta geratu dira, gorputzaren egituraren, eremu batzuen blokeoan eta mugimenduan eraginez.

Diafreoaren metodoa doa tentsioen iturburura, tentsio kroniko horiek askatzen joateko, luzapenen eta arnasketaren bitartez. Gure bizitzan norberaren boterea bereganatzeko eta gauzatzeko, lehen urratsa da gorputzaz jabetzea.

Cada cuerpo tiene su historia, su forma, sus tensiones crónicas, su placer. Las vivencias que hemos tenido como mujeres han quedado inscritas en nuestros cuerpos, en su estructura, influyendo en el movimiento y en bloqueos en algunas zonas. El método de Diafreo va al origen de las tensiones para ir liberandolas a través de estiramientos y de la respiración. Para recuperar el poder sobre nuestra vida, es importante tomar conciencia de nuestro cuerpo.

9. Geure burua zaintzen eta maitatzen Aprendiendo a cuidarnos y a querernos

Irakaslea/Formadora: Kontxi Lopez Soria
Hasiera/Inicio: urriak 5 de octubre
Noiz/Día: eguena /jueves (9 saio/sesiones)

Ordutegia/Horario: 18:00-20:00
Matrikula: 27€/15€/32€
Gaztelaniaz /En castellano



Ikastaro hau da topaleku eta hausnarketa espazio bat, emakumeen artekoa; lan bat nork bere burua aurkitzeko, zaintzeko eta elkar babesteko, non ikasiko baitugu gu geu zaintzen eta hobeto sentitzen, eta gure burua maitatzen kontzientzia handiago batez.

Tresnak eta dinamikak landuko ditugu, gure buruarekin, gure harremanetan eta inguruarekin tratu oneko praktika errazak sortzeko. Gorputzaren kontzientziatik, emozioetatik, bakoitzaren desioetatik abiatu eta estresa kentzeko teknikak praktikatuko ditugu, ongizatea bultzatzeko eta sufrimendu emozionala gutxitzeko.

Este curso es un espacio de encuentro y reflexión entre mujeres; un trabajo de autodescubrimiento, de autocuidado y de apoyo mutuo donde podamos aprender a cuidarnos y sentirnos mejor y aprender a querernos con mayor consciencia.

Para ello, ofrece herramientas y dinámicas para generar prácticas sencillas de buen trato con una misma, con nuestras relaciones y con el mundo en el que vivimos. Partiendo de la conciencia del cuerpo, de las emociones, de los deseos de cada una y practicaremos distintas técnicas de "desestres" para potenciar el bienestar y reducir el sufrimiento emocional.

10. Sabel dantza

Danza del vientre

Irakaslea/Formadora: Jaione Albeniz Pagola

Hasiera/Inicio: urriak 20

Noiz/Día: egubakoitza/viernes (8 saio)

Ordutegia/Horario: 18:00-20:00

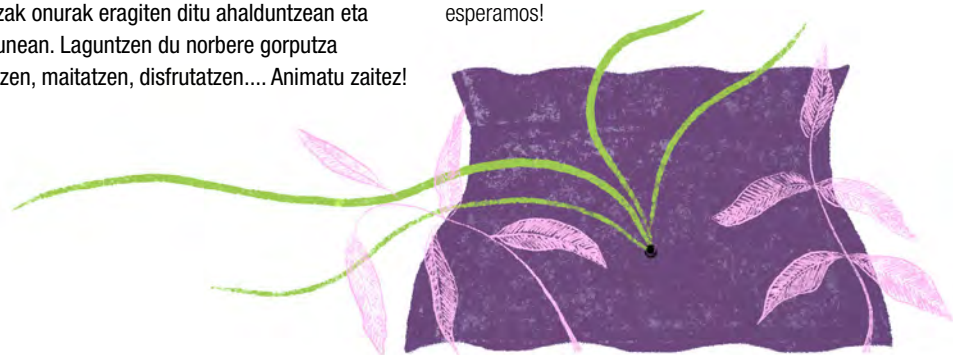
Matrikula: 24€/13€/29€

Euskaraz /En euskera

Dantza hau praktikatzerakoan, tarte bat izango dugu gure gorputzak dituen mugimendu aukerak ezagutu eta disfrutatzeko. Ikasiko dugu erritmoa jarraitzen, lotsak alde batera uzten eta taldean lan egiten, gure gorputzak onartzen eta espazioaren jabe egiten.

Dantzak onurak eragiten ditu ahalduz eta osasunean. Laguntzen du norbere gorputza onartzen, maitatzen, disfrutatzen.... Animatu zaitetz!

En este curso te ofrecemos , a través de la práctica de la danza del vientre, un espacio para conocer y disfrutar de las posibilidades de movimiento de nuestro cuerpo. Aprenderemos a seguir el ritmo, a dejar de lado la vergüenza y a trabajar en equipo, adueñándonos del espacio. La danza del vientre ayuda a aceptar el propio cuerpo, y a disfrutar. Te esperamos!



11. Txalaparta ikastaroa

Irakaslea/Formadora: Igone Kazalis Eiguren

Hasiera/Inicio: urriak 20 de octubre

Noiz/Día: egubakoitza/viernes (6 saio)

Ordutegia/Horario: 18:00-20:00

Matrikula: 18€/10€/23€

Euskaraz/En euskera

Tailer honen helburua da txalaparta, ezagutzea eta jotzen ikastea. Txalapartaren erritmoa praktikatu dugu, eta haren elementuak eta egitura aztertu. Ikastaroan parte hartu dezakete euskal instrumentu hau ezagutu gura duten adin guztietako emakumeek. Elkarrekin ikasteko, hausnartzeko eta disfrutatzeko tarteak izango dugu!

El objetivo de este taller es conocer y aprender a tocar la txalaparta . Practicaremos el ritmo de la txalaparta y conoceremos sus elementos y estructura. El curso está dirigido a mujeres de cualquier edad que quieran conocer este instrumento vasco, compartiendo un espacio de encuentro, reflexión y disfrute.

1. Fazilitazio grafikoaren hastapen tailerra

Taller intensivo de iniciación a la facilitación gráfica

Irakaslea/Formadora: Amaia Oreja Ostiz
Eguna/Día: azaroak 10 eta 11 de noviembre
Ordutegia: ostirala/ viernes (16:30-20:30);
 zapatua /sábado (10:00-14:00/15:30-19:30)

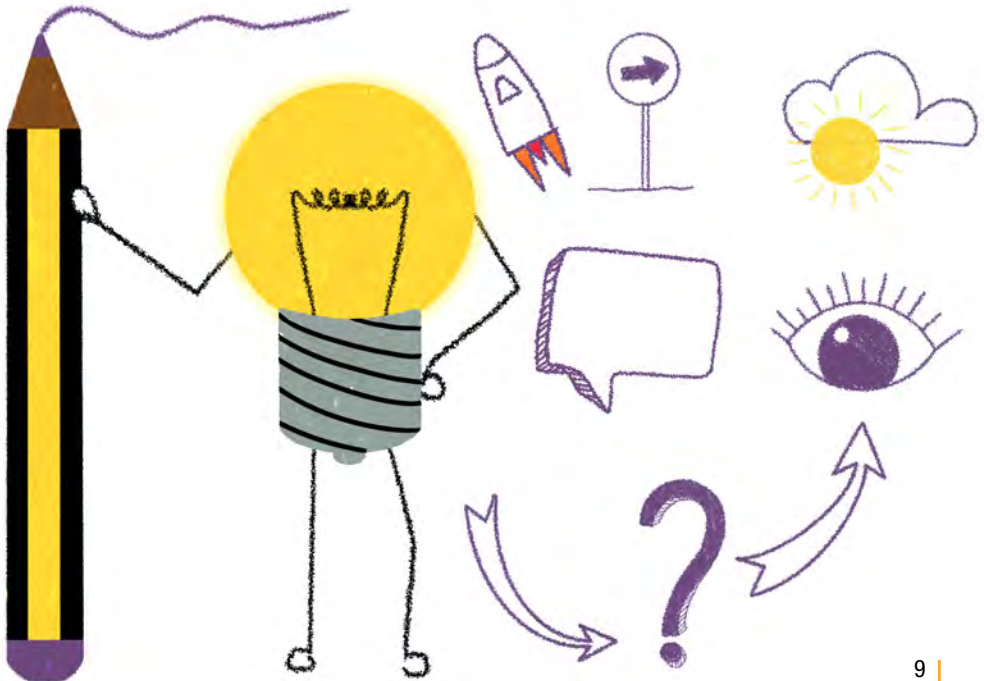
Matrikula: 18€/10€/23€
Gaztelaniaz /En castellano

Hastapen tailer honen helburua da fazilitazio grafikoan murgiltzea; teknika horren bidez informazioa helaraziko dugu modu grafiko batez, eta gauzak errazago ulertuko ditugu.

Komunikazio trebetasunak aberastu gura badituzu, tailer hau zuretzat da. Emakume hezitzailea bazara, fazilitatzailea, gizarte eragilea, edo interes pertsonala baduzu eta komunikatu gura baduzu modu argiagoan eta dinamikoagoan zatoz gure tailerrera. Ez da beharrezkoa trebea izatea marrazten edo zerbait jakitea marrazketari buruz.

Este taller de iniciación tiene como objetivo introducirnos en la facilitación gráfica, una técnica que permite transmitir información de una manera gráfica favoreciendo su comprensión

Está dirigido a mujeres que quieran enriquecer sus habilidades comunicativas. Educadoras, facilitadoras, trabajadoras sociales, agentes de transformación social y cualquier persona que quiera comunicar de una manera más clara, dinámica y memorable. No es necesario ninguna habilidad o conocimiento de dibujo.



1. Topalekua emakume migratuentzako

Espacio de encuentro para mujeres migradas

Irakaslea/Formadora: Marisol Abreu Fariñas

Noiz/Día: azaroak 4 eta 11, larunbatak

Ordutegia/Horario: 16:00-18:00

Gaztelaniaz/En castellano

Doan/Gratis

Migrazio dolua lantzeko tailerra / Taller sobre el duelo migratorio

Migrazio prozesu bat bizi izan duzu? Tailer hau zuretzat da.

¿Has vivido un proceso migratorio? Este taller es para ti.

Migrazio dolua da egokitze prozesu bat errealitate berri batean, eta eragiten du galera mota bat baino gehiago eta, horregatik, mugimendu emozional handia.

El duelo migratorio es un proceso de adaptación a una nueva realidad, que involucra distintos tipos de pérdidas y por ello mucho movimiento a nivel emocional.

Tailer honen bidez errealitate horretara hurbilduko gara, elkar ezagutuko dugu, gure prozesua hobetu ulertuko dugu, jakingo dugu zer goeratan gauden eta zer behar dugun gure ongizatea hobetzeko. Horrela, harremanean jarriko gara gure ahalmen pertsonal eta kolektiboarekin.

Este taller será un espacio para acercarnos a esta realidad, conocernos entre nosotras, comprender mejor nuestro proceso, identificar en qué punto estamos y qué necesitamos para mejorar nuestro bienestar. Contactando así con nuestro poder personal y colectivo.

2. Irakurketa feministen gunea

Espacio de lecturas feministas

Dinamizatzailea/Dinamizadora: Luciana Alfaro Lavado

Noiz/Día: eguena/jueves

Iraupena/Duración: 4 saio/sesiones

Ordutegia/Horario: 18:30-20:30

Doan/Gratis

Euskaraz eta Gaztelaniaz /En euskera y castellano

Irakurketak eta datak

Lecturas y fechas

Irailak 21 de septiembre

Mujer al borde del tiempo. **Piercy Marge.**

Urriak 19 de octubre

POSOLOGÍA. Microdosis transfeministas para la salud.

Caro Novella Centellas, **Maria Zapata Hidalgo.**

Azaroak 9 de noviembre

Hanna Arendt (filma eta irakurketa/
película y artículo)

Abenduak 14 de diciembre

Circe o el placer del azul. **Begoña Caamaño**

Ez hitzik, ez hitz erdirik, ez hitz ikusezirik, galarazten badigu agerian jartzea emakume jakintsuek, emakume filosofoek, emakume ikertzaileek eta kontakizun egileek zer idatzi duten, irakurketa feministen gune honetan hausnartu dezagun.

Eta etengabeko elkarrizketa honek erakutsiko digu nor garen eta noraino iristen den errealitate sozialarekin dugun konpromisoa, individuala eta kolektiboa.

Ni tintas ni medias tintas, ni tintas invisibles que impidan desvelar lo que mujeres sabias, filósofas, investigadoras y autoras de relatos han escrito para que reflexionemos en este espacio de lecturas feministas. Un diálogo continuo que nos descubrirá quiénes somos y hasta dónde llega nuestro compromiso individual y colectivo con la realidad social.

Izena emateko orria

Izen-abizenak		
Jaiotze data		
Herria (erroldatuta zaudenekoa)		
E-Posta		
Telefonoa(k)	1.	2.
Aurretik ikastaro eta tailerrik egin duzu Jabetze Eskolan edo Emakume Txokoan?	Bai <input type="checkbox"/>	Ez <input type="checkbox"/>
Nola nahi duzu abisuak jasotzea? (Bakarra markatu)	E-postaz <input type="checkbox"/>	Whatsapp-ez <input type="checkbox"/> Telefonoz <input type="checkbox"/>
Ikastaro bat baino gehiago interesatuz gero, markatu lehentasunen arabera (1 interes gehien duzuna.) Ikastaro edota tailer bat baino gehiagotan izena emanez gero, saiakera egingo da, gutxienez ikastaro zein tailer baten parte hartu dezazun.		

<p>IKASTAROK</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Mindfulness</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Sormen tailerra: Gure emozioak lantzen</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Zoru pelbikoa indartzeko ikastaroa</p> <p><input type="checkbox"/> 4. Hitzten bitartez ahalduntzea</p> <p><input type="checkbox"/> 5. Inpro feminista</p> <p><input type="checkbox"/> 6. Boterea eta pribilegioak birpentsatzen</p> <p><input type="checkbox"/> 7. Xaboi komunitarioa</p> <p><input type="checkbox"/> 8. Diafreo tailerra: Tentsioak askatzen</p> <p><input type="checkbox"/> 9. Geure burua zaintzen eta maitatzen</p> <p><input type="checkbox"/> 10. Sabel dantza</p> <p><input type="checkbox"/> 11. Txalaparta ikastaroa</p>	<p>TAILERRAK</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Fasilitazio grafikoaren hastapen tailerra</p> <p>GUNE IRAUNKORRAK</p> <p><input type="checkbox"/> Irakurketa Feministen txokoa</p> <p><input type="checkbox"/> Topalekua emakume migratuentzako Migrazio dolua lantzeko tailerra</p>
---	--

Argibideak:

Izena emateko epea: **Irailaren 18tik 22ra bitartean**. Ikastaroetan parte hartuko den jakinarazteko epea: **Irailaren 25etik 29ra bitartean**. Ikastaro zein tailerren inguruko informazio gehiago edota aholkularitza jaso nahi baduzu, etorri edo deitu Emakume Txokora (943 79 41 39 / 618 206 233 📞). Ordutegia. Astelehenetik ostegunera, 10:30-14:00 eta 15:00-18:00 eta ostiraletan 10:00-14:00.

Lege oharra: Hemen jasotzen diren datuak Berdintasun Saileko fitxategi batean sartuko dira. Arrasateko Udalak bermatzen du datuak ez zaizkiola Berdintasun Saila ez den inori emango. Datuak zuzentzeko, ezabatzeko eta partekatzeko eskubideak erabil ditzake haien titularrak, datuak babesteko legerian ezarritako terminoetan. Era berean, erabiltzaileak bere datu pertsonalak tratatzeko eta lagatzeko eskubidea atzera bota dezake edozein unetan, atzerako eraginik gabe, Datu Pertsonalen Babeserako eta Eskubide Digitalen Bermerako, Abenduaren 5eko 3/2018 Lege Organikoaren 8.1 eta 8.2 artikuluetan ezarritakoa dela bide. Harremanetarako: emakumebokoa@arrasate.eus; Emakume Txokoa, Altamirako igoera Uarkape frontoiaren atzealdean. P.K. 20.500, Arrasate (Gipuzkoa). Tlf. 943 79 41 39



Hoja de inscripción

Nombre y apellidos		
Fecha de nacimiento		
Localidad (donde está empadronada)		
E-mail		
Teléfono(s)	1.	2.
¿Anteriormente ha realizado algún curso o taller en la Escuela de Empoderamiento o en Emakume Txokoa?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
¿Cómo desea recibir los avisos? (Marque solamente una)	E-mail <input type="checkbox"/>	Whatsapp <input type="checkbox"/> Teléfono <input type="checkbox"/>
En caso de interesarse por más de un curso, marque por preferencia (1 el que más le interese) En caso de inscribirse en más de un curso o taller, se procurará al menos la participación en un curso o taller.		

CURSOS <input type="checkbox"/> 1. Mindfulness <input type="checkbox"/> 2. Taller de creatividad: Trabajando nuestras emociones <input type="checkbox"/> 3. Curso de fortalecimiento del suelo pélvico <input type="checkbox"/> 4. Empoderamiento a través de la palabra <input type="checkbox"/> 5. Improvisación feminista <input type="checkbox"/> 6. Revisando el poder y los privilegios <input type="checkbox"/> 7. Jabon comunitario <input type="checkbox"/> 8. Taller de diafreo: Liberando tensiones <input type="checkbox"/> 9. Aprendiendo a cuidarnos y a querernos <input type="checkbox"/> 10. Danza del vientre <input type="checkbox"/> 11. Curso de Txalaparta	TALLERES <input type="checkbox"/> 1. Taller intensivo de iniciación a la facilitación gráfica ESPACIOS PERMANENTES <input type="checkbox"/> Espacio de lecturas feministas <input type="checkbox"/> Espacio de encuentro para mujeres migradas Taller sobre el duelo migratorio
--	--

Información:

Plazo de inscripción del **18 al 22 de septiembre**. Plazo de notificación de participación en los cursos: del **25 al 29 de septiembre**. En caso de desear recibir más información o asesoramiento sobre los cursos o talleres, acuda o llame a Emakume Txokoa (943 79 41 39 / 618 206 233 📞). Horario. De lunes a jueves, 10:30-14:00 y 15:00-18:00, y los viernes de 10:00 a 14:00.

Aviso legal: Los datos recogidos aquí serán entrados en un fichero del departamento de Igualdad. El Ayuntamiento de Arrasate garantiza que en ningún momento vayan a producirse cesiones o comunicaciones de datos a terceros ajenos al departamento de Igualdad. Las personas titulares de los datos tienen en todo momento el derecho de acceder al fichero, pudiendo ejercitar los derechos de rectificación, cancelación y oposición en los términos recogidos en la legislación de protección de datos. Del mismo modo, el consentimiento de la persona usuaria para el tratamiento y cesión de sus datos personales será revocable en todo momento sin efectos retroactivos, conforme a lo que disponen los artículos 8.1 y 8.2 de la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre de Protección de Datos Personales y Garantía de los Derechos Digitales Contacto: emakumetxokoa@arrasate.eus; Emakume Txokoa, Subida Altamira, detrás del frontón Urkape. P.K. 20500, Arrasate (Gipuzkoa) Tlf. 943 79 41 39



Egitaraua

IRAILA

IKASTURTE HASIERAKO EKITALDIA:

NIK SINISTEN DIZUT IRAKURRALDIKO BIDEO EMANALDIA ETA KONTZERTUA

YAIMA OROZKO KANTAUTORE KUBATARRAREKIN

Irailaren 28an, eguena
18:30ean, Emakume Txokoan

URRIA

EMAKUME TXOKOARAN 20. URTEURRENEKO JARDUNALDI FEMINISTA

Urriaren 27an eta 28an
ADI EGITARAUARI!

AZAROA

“ANGELES DE LA GUARDA”

Argazki erakusketa, Bidez Bide elkartearen eskutik
Azaroaren 9tik 24ra bitartean
Aurkezpen solasaldia: azaroaren 9an, eguena
Gaztelaniaz
Emakume Txokoan

“UMOREA ZURE KONTSUMORAKO” MONOLOGO FEMINISTEN EMANALDIA

SETEM elkartearen eskutik
Belen Nevado Mendez (“Pinturas de guerra”)
Silvia Albert Sopale (“Hablemos en serie”. ¿O es “en serio”?)
Elsa Ruiz Díaz (“Machismo a tope de cobertura”)
Azaroaren 16an
19:00etan, Kulturatan, Areto Nagusian
Gaztelaniaz

“TABUEN KUTXATIK OHOLTZARA”

BERTSO SAIO MUSIKATUA
Iñurri minbiziaren aurkako taldea
Azaroaren 24an, egubakoitza
Amaia antzokian
19:00etan
Euskaraz

Programa de actividades

SEPTIEMBRE

APERTURA DE PROGRAMA:

**PROYECCIÓN DEL VIDEO DE LA II EDICIÓN
DE LA LECTURA COLECTIVA FEMINISTA
“NIK SINISTEN DIZUT”**

CONCIERTO CON LA CANTAUTORA CUBANA YAIMA OROZCO

28 de septiembre, jueves
18:30, en Emakume Txokoa

OCTUBRE

JORNADAS FEMINISTAS POR EL XX ANIVERSARIO DE EMAKUME TXOKOA

27 y 28 de octubre
ATENCIÓN AL PROGRAMA!

NOVIEMBRE

“ANGELES DE LA GUARDA”

Exposición fotográfica, Asociación Bidez Bide

Del 9 al 24 de noviembre
Charla-presentación: 9 de noviembre, jueves
En castellano
En Emakume Txokoa

“HUMOR PARA TU CONSUMO”

MONOLOGOS FEMINISTAS

Organiza SETEM

Belen Nevado Mendez (“Pinturas de guerra”)

Silvia Albert Sopale (“Hablemos en serie”. ¿O es “en serio”?)

Elsa Ruiz Díaz (“Machismo a tope de cobertura”)

16 de noviembre

19:00, en Kulturate (Areto Nagusia)

En castellano

“TABUEN KUTXATIK OHOLTZARA”

BERTSO SAIO MUSIKATUA

Iñurri minbiziaren aurkako taldea

24 de noviembre, viernes

Amaia Antzokia

19:00. En euskera



Argibideak ikastaroei buruz • Información sobre los cursos

Izena emateko epea: Irailaren 18tik 22ra bitartean

Izena emateko: Emakume Txokoan, zuzeneko harrera bidez, e-mailez edo telefonoz.

Bete beharko da **izena emateko orria**. Orria eskuratu daiteke arrasate.eus atarian, liburuxkan edo Emakume Txokoan.

Interesdunek adierazi beharko dute ikastaroen lehentasun ordena, izena ematen dutenean. Izan ere, behar beste plaza ez badago, bakarria egin ahal izango dute.

Plazak dira **mugatuak**, eta ikastaroetan zein tailerretan lehentasuna izango dute:

1. Arrasaten erroldatutakoek
2. Arrasaten erroldatuta egon eta ikastaro bera alde z aurretik egin ez dutenek (ikastaroaren jarraipena den kasuan izan ezik)
3. Arrasaten erroldatuta daudenek eta Jabetze Eskolako eta Emakume Txokoko ikastaroetan aurretik parte hartu ez dutenek.

Taldeak antolatzeko, behar izanez gero, zozketa egingo da izena eman duten emakume guztien artean. Gutxienez zortzi lagun beharko dira taldea osatzeko.

Epea ikastaroetan parte hartuko duten jakinarazteko: Irailaren 25etik 29ra bitartean

Ordutegia: Astelehenetik eguenera arte: 10:30-14:00 | 15:00-18:00 | **Egubakoitzean:** Goizean 10:00-14:00.

Matrikula: Matrikula ikastaroa hasterakoan formalizatuko da. Ikastaro bakoitzean adierazten den matrikulak hiru prezio adierazten ditu, honako irizpideen arabera: Arrasaten erroldatutakoentzat/langabeentzat/Arrasatetik kanpo erroldatutakoentzat.

Umezaintza zerbitzua: Ekintzetan parte hartzeko, ume zaintza zerbitzua jarriko dugu, alde z aurretik abisatuz gero.

Plazo de inscripción: Del 18 al 22 de septiembre

Inscripción: En Emakume Txokoa, atención directa, por e-mail o teléfono. Deberá cumplimentarse la hoja de inscripción. La hoja se puede obtener en el portal de arrasate.eus, en el folleto o bien en Emakume Txokoa.

Las personas interesadas deberán de indicar el orden de preferencia de los cursos al inscribirse. Puesto que en caso de no haber suficientes plazas, solamente podrán realizar un único curso.

Las **plazas** son **limitadas** y tendrán prioridad tanto en los cursos como en los talleres:

1. Aquellas que estén empadronadas en el municipio de Arrasate
2. Aquellas que estando empadronadas en Arrasate no hayan realizado previamente el mismo curso (excepto en los casos en que sea una continuación del curso)
3. Aquellas que estén empadronadas en Arrasate y aquellas que no han participado previamente en los cursos de la Escuela de Empoderamiento y Emakume Txokoa.

De ser necesario, para organizar los grupos, se realizará un sorteo entre todas las mujeres inscritas. Se requiere un mínimo de ocho personas para completar el grupo.

Plazo de notificación de participación en los cursos: Del 25-29 de septiembre.

Horario: De lunes a jueves: 10:30-14:00 | 15:00-18:00 | **Viernes:** 10:00-14:00.

Matricula de los cursos: La matrícula se formalizará al comienzo de los cursos. El precio de la matrícula será el marcado en base a las distintas tarifas para: empadronadas en Arrasate/desempleadas/no empadronadas en Arrasate.

Servicio de guardería: Las actividades contarán con un servicio gratuito de cuidado de niñas y niños, avisando con antelación.

HARREMANETARAKO • CONTACTO:

943 79 41 39 | 618 206 233  | **E-posta:** emakumetxokoa@arrasate.eus | emakumetxokoa.arrasate.eus

Jarraiguzu Facebook-en eta Twitter-en:  Arrasateko Emakume Txokoa  @emakumetxokoa

