

2020

Iraila-Abendua Plangintza

Programación Septiembre-Diciembre



 emakume
txokoa

 arrasateko
jabetze
eskola

Jabetze Eskola

Arrasateko Jabetze eskola da formazio eta topaketa gune bat, Emakume Txokoa duguna. 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.

Jabetze eskolan erreparatzen diogu errealitateari ikuspegi feminista batetik, eta ikuspegi horretatik aztertu eta landuko ditugu, hainbat ikastaro eta gunetan, egungo krisiak gudan eragindako ondorezak eta, aldi berean, zabaltzen zaizkigun aukerak.

Pandemia egoerak sortutako eta areagotutako krisien inguruan emakumeon bizipenak eta hausnarketak jasoko dituen kontakizuna landuko dugu, hainbat arlo eta formatutan.

Zure zain gaude! Elkarrekin ikasteko, gozatzeko eta elkar zaintzeko gune bat eskaintzen dizugu.

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 es desde esa perspectiva que trabajaremos los malestares generados por la situación de crisis e incertidumbre que vivimos, pero también las oportunidades de cambio que se nos abren. Todo ello incorporando las experiencias y vivencias de las mujeres al relato que se está construyendo.

Te esperamos! Te ofrecemos un espacio de aprendizaje, disfrute y cuidado mutuo.



1. Boxeo

Boxeo

Irakaslea/Formadora: Ixa Rodriguez Saez
Noiz/Día: astelehena/lunes (8 saio/sesiones)
Hasiera/Inicio: urriak 5 de octubre

Ordutegia/Horario: 18:30-19:30
Euskaraz/En euskera
Matrikula: 12€/7€/17€

Ikastaro honetan sentituko dugu emakumeok indartsuak garela, eta aurre egingo diegu gure buruari jarritako erronkei. Indarra, abiadura, koordinazioa landuko ditugu hainbat ariketaren bitartez.

Aukera izango dugu azkenaldi honetako krisi markoan bizi izan ditugun ondorezak askatzeko eta ondo pasatzeko taldean eta giro onean.

En este curso sentiremos que las mujeres somos fuertes, y nos enfrentaremos a los retos que nos propongamos. A través de diversos ejercicios trabajaremos la fuerza, la velocidad y la coordinación.

Tendremos también la oportunidad de descargar y trabajar malestares generados en el marco de crisis e incertidumbre que estamos viviendo y de pasarlo bien juntas.



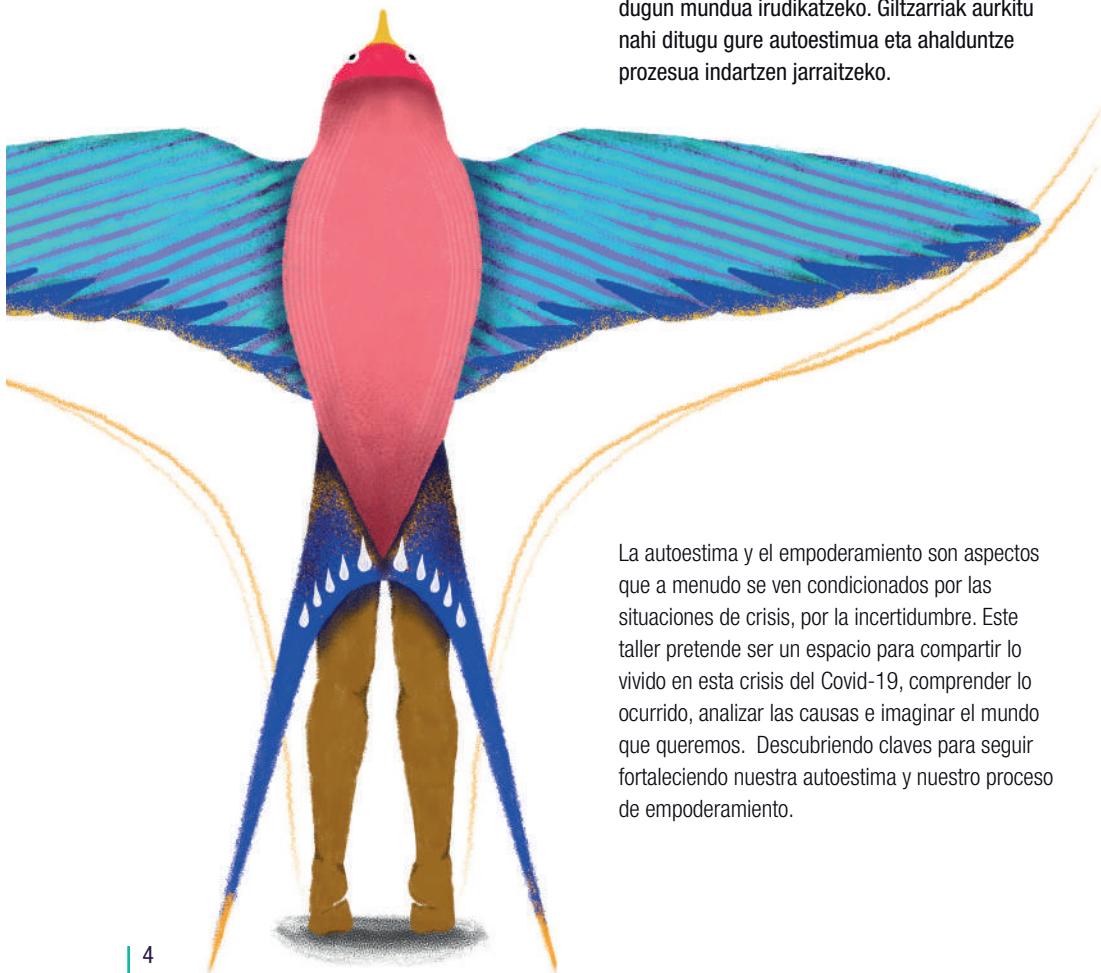
2. Autoestimua eta ahalduntzea

Autoestima y empoderamiento

Irakaslea/Formadora: Pepa Bojó Ballester
Noiz/Día: martitzena/martes (10 saio/sesiones)
Hasiera/Inicio: urriak 6 de octubre

Orduetgia/Horario: 18:00-20:00
Gaztelaniaz/En castellano
Matrikula: 30€/17€/35€

Krisi egoerek eta ziurgabetasunak sarritan baldintzatzen dituzte autoestimua eta ahalduntzea. Tailer honek gune bat izan nahi du Covid-19aren krisi honetan bizi izan duguna partekatzeko, gertatutakoa ulertzeko, kausak aztertzeko eta nahi dugun mundua irudikatzeko. Giltzarriak aurkitu nahi ditugu gure autoestimua eta ahalduntze prozesua indartzen jarraitzeko.



La autoestima y el empoderamiento son aspectos que a menudo se ven condicionados por las situaciones de crisis, por la incertidumbre. Este taller pretende ser un espacio para compartir lo vivido en esta crisis del Covid-19, comprender lo ocurrido, analizar las causas e imaginar el mundo que queremos. Descubriendo claves para seguir fortaleciendo nuestra autoestima y nuestro proceso de empoderamiento.

3. Sormen tailerra

Curso para trabajar la creatividad

Irakaslea/Formadora: June Baonza Pagaldai
Noiz/Día: martitzena/martes (10 saio/sesiones)
Hasiera/Inicio: urriak 6 de octubre

Ordutegia/Horario: 18:15-20:15
Euskaraz/En euskara
Matrikula: 30€/17€/35€

Konfinamendu egoerak digitalizazioan murgildu bagaitu ere, eskuz egindako gauzetara ere ekarri gaitu bueltan. Tailer honetan kanpora aterako dugu barruan darabilguna edo ibili duguna, eta horiei forma emango diegu espresio teknika analogikoen bidez. Idazmena, marrazketa, collagea.... erabiliz parte hartzaile guztien adierazpenak batu eta emozio bilduma bat sortuko dugu, eta liburuxka-fanzine bat egin, balio izango duena gure memoria pertsonala zein kolektiboa agertzeko.

Si bien el confinamiento nos ha llevado a adentrarnos en el mundo digital, también nos ha llevado de nuevo a trabajar la creatividad con nuestras manos. En este taller sacaremos lo que llevamos dentro o hemos llevado dentro, y le daremos forma a través de diferentes técnicas analógicas de expresión. Mediante la escritura, el dibujo, el collage... crearemos una colección de emociones, elaborando un librito-fanzine que nos servirá para mostrar tanto nuestra memoria personal como colectiva.

4. Gure bizi energia hobetzen: Chi Kung

Mejorando nuestra energía vital: Chi Kung

Irakaslea/Formadora: Idoia Eizmendi Aldasoro
Noiz/Día: eguena/jueves. (10 saio /sesiones)
Hasiera/Inicio: urriak 8 de octubre

Ordutegia/Horario: 10:00-11:30
Euskaraz eta gaztelaniaz/En euskera y castellano
Matrikula: 23€/13€/28€

Hona hemen Chi Kung praktikaren onuretako batzuk: gure gorputzarekin berriro konektatzea, bizi energia areagotzea, estresa gutxitzea, gorputz egitura hobetzea eta emozioak orekatzeko laguntzea. Horrela, osasuna era integroan hobetuko dugu arnasketa eta arreta osoko ariketa lasaien bidez.

Volver a reconectar con nuestro cuerpo, aumentar la energía vital, disminuir el estrés, mejorar la estructura corporal y equilibrar las emociones son algunas de las mejoras que traen consigo la práctica de Chi Kung. De esta manera, mejoraremos nuestra salud de manera integral, mediante ejercicios suaves de respiración y atención plena.



5. Zaindu eta maitatu zeure gorputza

Cuida y ama tu cuerpo

Irakaslea/Formadora: Jaione Albeniz Pagola

Noiz/Día: egubakoitza /viernes (10 saio/sesiones)

Hasiera/Inicio: urriak 9 de octubre

Orduetgia/Horario: 10:00-11:30

Gaztelaniaz/En castellano

Matrikula: 23€/13€/28€

Ikastaro honen bidez gune bat eskaintzen dizugu geure burua zaintzeko eta goxatzeko. Horretarako, arnasari erreparatuko diogu, arnasa ondo nola hartu, arnasketa ariketez, meditazioaren bitartez... Bestelako ariketa fisikoak ere egingo ditugu, luzaketak landu, malgutasuna... Horretarako, Yoga edo Feldenkrais moduko teknikak erabiliiko ditugu, besteak beste.

Con este curso te ofrecemos un espacio para el cuidado de una misma, para cuidar y mimar nuestros cuerpos. Para ello, nos centraremos en la respiración, a través de ejercicios respiratorios, a través de la meditación... También trabajaremos otros ejercicios físicos, los estiramientos, la flexibilidad... Para ello, utilizaremos técnicas de distintas disciplinas como Yoga o Feldenkrais, entre otras.

6. Sare eta teknologia berrietan trebatzeko ikastaroa

Taller de aprendizaje de comunicación digital

Irakaslea/Formadora: Jaione Martínez Saez de

Maturana (TEKS elkarteak)

Noiz/Día: Urriak 17 zapatua/sábado

Orduetgia/Horario: 10:00-13:00

Gaztelaniaz/En castellano

Matrikula: 5€/3€/8€

Genero arrakala digitalari aurre egiteko, komunikazio digitalean trebatzeko taller honetan ikasiko dugu eskura dauzkagun baliabide digitalak ahalik eta egokien erabiltzen.

Ikastaro hau duzu sare, plataforma eta gailuen erabileran trebatzeko. Zelan egin, antolatatu, parte hartu bideokonferentzia batean? Zer tresna dira egokienak? Zelan topatu informazioa modu eraginkorrean? Zelan bermatu pribatutasuna eta segurtasuna? Zelan atera etekina gure gailu elektronikoei?

Con objeto de hacer frente a la brecha digital de género, en este taller aprenderemos a utilizar los recursos digitales de que disponemos de la forma más eficiente en el uso de redes y plataformas virtuales.

Este curso te servirá para familiarizarte en el uso de plataformas. ¿Cómo llevar a cabo, organizar, participar en una videoconferencia? ¿Cómo encontrar información de una manera eficaz? ¿Cómo garantizar la privacidad y la seguridad? ¿Cómo sacar provecho a nuestros dispositivos electrónicos?

1. Hausnarketa feministen gunea: AMATASUN BIZIGARRIA

Espacio de reflexión feminista: MATERNIDAD SANA Y GRATIFICANTE

Irakaslea/Formadora: Ainara Gorostizu Muxika

Noiz/Día: zapatua/sábado (3 saio/sesiones)

Hasiera/Inicio: urriak 31 de octubre; azaroak 28 de noviembre eta abenduak 12 de diciembre

Ordutegia/Horario: 10:00-13:00

Euskaraz/En euskara

Matrikula: Doan /gratis



Saio hauetan hausnartuko dugu amatasunaren inguruan, aurreko hiru hilabeteetan hasitakoari jarraitzeko. Amatasuna politizatzen dugun bitartean, sakonduko dugu estrategia feministak eraikitzeko lanean, amatasuna modu osasuntsuagoan eta bizigarriagoan bizitzeko. Horretarako, ezagutzaren transmisioa oso garrantzitsua da: Zer esan dute autore feministek amatasunaz? Zein da amatasunaren historia? Horrekin batera arituko gara autozaintzaz, tabuek edo zaintza egituraz, eta saiaturiko gara sororitatea bultzatzen eta praktikatzen, ama gisa ahalduntzen eta interpelazio politikoa bilatzen.

En estas sesiones profundizaremos en el trabajo de construcción de estrategias feministas, para vivir la maternidad de una manera más saludable y estimulante, dando continuidad a la reflexión iniciada el trimestre anterior. Conoceremos la historia de la maternidad y nos acercaremos a lo que dicen las autoras feministas sobre la maternidad. Además, hablaremos sobre el autocuidado, los tabúes o las estructuras que sostienen el cuidado, e intentaremos impulsar y practicar la sororidad, empoderándonos como madres y buscando la interpelación política.

2. Topalekua emakume migratuentzat Espacio de encuentro para mujeres migradas

Dinamizatzailea/Dinamizadora: Luciana Alfaro Lavado

Ordutegia/Horario: 10:00-13:00

Noiz/Día: igandea/domingo

Gaztelaniaz/en castellano

Emakume Txokoak Arrasaten bizi diren emakume migratuak elkartzeko gunea eskaintzen du, kezkatzen gaituzten gaiak lantzeko, bizipenak konpartitzeko eta sareak sortzeko.

Gune honetan elkartzeko aukera eta tailer bi eskainiko ditugu hiruhileko honetan:

Es una iniciativa dentro de Emakume Txokoa abierta a todas las mujeres migradas que viven en Arrasate. Es un espacio de encuentro para conectarnos entre mujeres extranjeras para adquirir herramientas, para compartir experiencias previas y actuales que contribuyan a nuestro crecimiento personal y colectivo. En este espacio, hablaremos de temas que nos preocupan y también que nos animan. Este trimestre ofrecemos dos actividades:

2.1 Ekintzailetasuna eta zaintza lanak Emprendiendo desde los cuidados

Irakaslea/Formadora: María Teodocia Juncay

Data/Fecha: urriak 25 de octubre

Matrikula: Doan /gratis

María da emakume ekuatoriar bat, bizi dena Bilbon 1999az geroztik; lan egin zuen urte askoan laguntza behar zuten pertsonak zaintzen. 2018an abian jarri zuen zerbitzu soziosanitarioetako koperatiba bat. Ezagutu ezazu haren esperientzia.

María, es una mujer ecuatoriana que vive desde 1999 en Bilbao, trabajó durante muchos años en el cuidado a personas en situación de dependencia. En 2018 puso en marcha una cooperativa de servicios sociosanitarios. Anímate a conocer su experiencia.

2.2 Nire baitan Dentro de mi

Irakaslea/Formadora: Argenis Mesa

Data/Fecha: azaroak 8 eta 22 de noviembre

Matrikula: Doan /gratis

Argenis da lankide artista koloniar bat, bizi dena Bilbon, Butoh dantzan aditua. Tailer honetan, gorputzeko ariketa artistiko batzuen bidez, landuko ditugu gure beldurrak, entzutea eta konfiantza, gure asmoak eta ametsak eraikitzen samurtze aldera, hemen, gauden lekuan.

Argenis, es una compañera artista colombiana, afincada en Bilbao, especialista en danza Butoh. En este taller, a través de ejercicios artísticos corporales trabajaremos nuestros miedos, la escucha y la confianza que hagan más fáciles la construcción de nuestras aspiraciones y sueños aquí, en el lugar en el que estamos.

Egitaraua

URRIA

“MALEN ETXEA. ZAINZAREN ESKLABO” Dokumentalaren emanaldia eta solasaldia

Jessica Guzmán Correa eta Silvia Carrizo Fernández (Malen Etxea elkarteak) Urriaren 15ean, eguenean 18:30ean, Kulturateko Areto Nagusian. Gaztelaniaz.

ZINEGOAK HEDAPENA Film laburren emanaldia

Urriaren 29an, eguenean 19:00etan, Kulturateko Areto Nagusian Euskaraz eta gaztelaniaz.

AZAROA

Adi egon azaroaren 25ean antolatuko diren ekimenei Indarkeria Matxistaren aurkako Nazioarteko Egunaren inguruan.

ABENDUA

“COMPLICIDADES”

Argazki erakusketa

Egilea: Mabel Medina Valenzuela

Abenduaren 2tik 18ra arte

Irekiera eta solasaldia: abenduaren 2an, 18:00etan. Gaztelaniaz

*Izena eman behar da Emakume Txokoan.



Programa de actividades

OCTUBRE

Presentación del documental y posterior coloquio: "MALEN ETXEA. TRABAJO ESCLAVO"

Jessica Guzmán Correa y Silvia Carrizo Fernández
(Asociación Malen Etxea)
15 de octubre, jueves.
18:30, en Kulturate (Areto Nagusia)
En castellano.

ZINEGOAK HEDAPENA 2020:

Proyección de cortos

29 de octubre, jueves,
19:00, Kulturate (Areto Nagusia)
En euskera y castellano.

NOVIEMBRE

Atención a la programación de actividades que se organizará en torno al 25 de noviembre, Día Internacional contra la violencia machista.

DICIEMBRE

"COMPLICIDADES"

Exposición fotográfica

Autora: Mabel Medina Valenzuela
2-18 de diciembre

Presentación y coloquio: 2 de diciembre, 18:00
En castellano

*Hay que inscribirse en Emakume Txokoa.



Izena emateko orria

Izen-abizenak		
Jaiotze data		
Heria (erroldatuta zaudeneko)		
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-posta <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.		

IKASTAROAK/GUNE IRAUNKORRAK

IKASTAROAK	GUNE IRAUNKORRAK
<input type="checkbox"/> Boxeoa	<input type="checkbox"/> 1.Hausnarketa feministen gunea: Amatasun bizigarria
<input type="checkbox"/> Autoestimua eta ahalduntzea	2.Topalekua emakume migratuentzat
<input type="checkbox"/> Sormen tailerra	<input type="checkbox"/> 2.1 Ekintzailetasuna eta zaintza lanak
<input type="checkbox"/> Gure bizi energia hobetzen: Chi Kung	<input type="checkbox"/> 2.2 Nire baitan
<input type="checkbox"/> Zaindu eta maitatu zeure gorputza	
<input type="checkbox"/> Sare eta teknologia berrietan trebatzeko ikastaroa	

Argibideak:

Izena emateko epea: **irailaren 21etik 25era**. Ikastaroetan parte hartuko den jakinarazteko epea: **irailaren 28tik urriaren 2ra bitartean**. Ikastaro zein tailerren inguruko informazio gehiago edota aholkularitza jaso nahi baduzu, etorri edo deitu Emakume Txokora (943 79 41 39 / 618 206 233 📞). Orduategia. Astelehenetik ostegunera, 10:30-13:30 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: emakumetxokoa@arrasate.eus; Emakume Txokoa, Altamirako igoera Uarkape frontoiaaren 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 / ESPACIOS PERMANENTES

CURSOS	ESPACIOS PERMANENTES
<input type="checkbox"/> Boxeo	<input type="checkbox"/> 1. Espacio de reflexión feminista: Maternidad sana y gratificante
<input type="checkbox"/> Autoestima y empoderamiento	<input type="checkbox"/> 2. Espacio de encuentro para mujeres migradas
<input type="checkbox"/> Curso para trabajar la creatividad	<input type="checkbox"/> 2.1 Emprendiendo desde los cuidados
<input type="checkbox"/> Mejorando nuestra energía vital: Chi Kung	<input type="checkbox"/> 2.2 Dentro de mi
<input type="checkbox"/> Cuida y ama tu cuerpo	
<input type="checkbox"/> Taller de aprendizaje de comunicación digital	

Información:

Plazo de inscripción del **21 al 25 de septiembre**. Plazo de notificación de participación en los cursos: **del 28 de septiembre al 2 de octubre**. 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, 10:30-13:30 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



Argibideak ikastaroei buruz

Emakume Txokoak emakumeentzat espazio segurua eta konfiantzazkoa izaten jarraitu nahi du. Horregatik, COVID-19ak sortutako egoeraren baitan ere, neurriak hartuko ditugu elkar zaintza eta segurtasuna bermatzeko, denok gustura sentitu gaitezen.

Ikastaroak eta tailerrak, oro har, emakumeentzat dira, gainontzeko ekimenak gizonetzkoentzat eta emakumeentzat.

Izena emateko epea:

Irailaren 21etik 25era bitartean.

Izena emateko:

Emakume Txokoa, zuzeneko harrera bidez, e-mailez edo telefonoz.

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

Interesdunek adierazi beharko dute aurrez ikastaroen lehentasun ordena, izena ematen dutenean. Izan ere, behar beste plaza egon ezean, bakarra egin ahal izango dute.

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

- Arrasaten errolatutakoek
- Arrasaten errolatuta egon eta ikastaro bera aldeztu aurretik egin ez dutenek (ikastaroaren jarraipena den kasuan izan ezik)
- Arrasaten errolatuta daudenean eta Jabetze Eskolako eta Emakume Txokoko ikastaroetan aurretik parte hartu ez dutenek.

Zozketa egingo da aurretik, izena eman duten emakume guztien artean. Gutxienez zortzi lagun beharko dira taldea osatzeko.

Epea ikastaroetan parte hartuko duten jakinarazteko:

Irailaren 28tik urriaren 2ra bitartean

Oharra:

Urriaren jarriko dira berriro martxan aurreko hiruhilekoan bertan behera gelditu ziren ikastaro eta tailerrak. Informazioa Emakume Txokoa.

Ordutegia:

Astehenetik eguenera arte:

- Goizean 10:30-13:30
- Arratsaldean 15:00-18:00

Egubakoitzean:

- Goizean 10:00-14:00.

Harremanetarako:

Telefonoa:


943 79 41 39


618 206 233 

E-posta: emakumetxokoa@arrasate.eus

Webgunea: emakumetxokoa.arrasate.eus

Jarraiguazu Facebook-en eta Twitter-en:

 Arrasateko Emakume Txokoa

 @emakumetxokoa



Información sobre los cursos

Emakume Txokoa seguirá ofreciendo, también en el marco de la pandemia del COVID 19, un espacio seguro y de confianza, desde el cuidado mutuo. Para ello organizaremos el espacio para sentirnos a gusto y disfrutar de los cursos.

Los cursos y talleres están dirigidos, en general, a mujeres, el resto de las actividades están abiertas tanto a mujeres como a hombres.

Plazo de inscripción:

Del 21-25 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 previamente 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:

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

El sorteo se llevará a cabo previamente 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 28 de septiembre al 2 de octubre

Aviso:

Junto a los nuevos cursos se reprogramarán, a partir de octubre, los cursos y talleres suspendidos el trimestre anterior. Información en Emakume Txokoa.

Horario:

De lunes a jueves:

- Mañanas 10:30-13:30
- Tardes 15:00-18:00

Viernes

- 10:00-14:00

Contacto:

Teléfono:

943 79 41 39

618 206 233 

E-mail: emakumetxokoa@arrasate.eus

Web: emakumetxokoa.arrasate.eus

Jarraiguzu Facebook-en eta Twitter-en:

 Arrasateko Emakume Txokoa

 @emakumetxokoa

Herri parekideago eta libreago baten alde dihardutenak:



Ekin Emakumeak Elkarte

Ekin Emakumeak elkarte sortu zen emakumeon ahaldunderako gune euskaldunen sorrera ahalbidetzeko. Gaur egun, lan egiten du gizarte parekideago baten alde, kultura aniztasuna aitortzeko eta euskara, kohesiorako tresna gisa, erdigunean jartzeko, lortu nahi den elkarbizitza horretan
EUSKARATIK, ANIZTASUNEAN, GIZARTE PAREKIDE BAT ERAIKITZEN
Kontakturako aukera: emakumeak@ekinemakumeak.eus eta 943 79 83 70 / 651 70 79 36



Kitzikan Debagoiena

Taldearen helburua: lanean ari da Debagoiengan sexualitateak modu askean bizi izateko. Antolatua dago borrokatzeko "sexilioaren" aurka, homofobia, lesbofobia eta transfobiak eragiten baitu. Nahi du Arrasate eta Debagoiena aske bat, sexu orientazio eta identitate guztiak onartuko dituena.
Kontakturako aukera: debagoieneko.sexuaskapena@gmail.com eta Facebook: Kitzikan Debagoiena

GIF. Gune Iraunkor Feminista

Gune honetan parte hartuko dutenek planteatuko dituzte intereseko gaiak, eta denon artean gai horiek feminismitik hausnartu, eztabaidatu eta elkarbanatu. Elkartruke horietan pilatutako jakintza eta ekarpen guztiak sormena landu eta garatuz, helburua izango da ekintzaren bat burutzea ikasturtearen amaieran. Ekintza horren formatua eztabaidatu eta hausnartuko da ikasturtean. Ideia sortuko da parte hartzaileengandik, eta hortik tiratuz sortuko dugu produktua.
Kontakturako aukera: Emakume Txokoan eguaztenean, hamabostean behin, 18:00-20:00



Arrasateko Emakumeen Mundu Martxako Plataforma

Bizi nahi dugulako gorputzetan eta lurraldeetan indarkeriarik gabe, sistema bat eraikitzen dihardugu, erdian jartzen duena bizitzaren iraunkortasuna. Bide horretan, aldarrikatzen ditugu gorputz eta sexualitate anitz eta askeak, eta horrela, gure taldeak eraiten ditu Emakumeon Mundu Martxako haziak herrian eta bailaran.
Kontakturako aukera: arrasate.martxan@gmail.com

Pottogorriak (Gorputz Askeen Asanblada)

Kontakturako aukera: arrasatekojuanak@gmail.com
 Arrasateko emakume gazte asanblada
 Arrasateko juanak



Arrasateko Udaleko Sexologia Zerbitzua

Doako zerbitzua da, sexualitatearen inguruan arreta, heziketa eta sentsibilizazioa jorratzen dituena. Aholkularitza eta informazio gune intimo eta konfidentziala da, sexualitatearen inguruan 0-100 urte bitarteko edozein pertsonaren kezka, zailtasun edota kuriositatea asetzeko. Zuzeneko arreta pertsonala emateaz gain, elkarlana sustatzen du herriko eragile eta elkarrekin, eta ekintzak eskaintzen ditu herri osoari zuzenduak.
Kontakturako aukera: 943 25 20 66 edo sexologiazerbitzua@arrasate.eus
Non gauden: Biteri kalea, 3 goia
Ordutegia: astelehenean 10:00-13:00 Martitzenean eta eguenean 16:00-19:00



ARRASATEKO UDALA
AYUNTAMIENTO DE MONDRAGÓN

Gipuzkoako
Foru Aldundia
Deputatu Nagusien Arloa
Emakumeen eta Gurasen
Bereiztasuneko Arloa

