

IRUNGO EMAKUMEEN ETXEA

CASA DE LAS MUJERES DE IRUN



2025eko UDAZKENEKO
PROGRAMAZIOA
(iraila-abendua)



AURKEZPENA

Emakumeen ahalduntze indibiduala eta kolektiboa sustatzen duen gunea da **Emakumeen Etxea**. Gune honek indartu egiten ditu berdintasunaren aldeko emakumeen asoziazionismoa eta hiriko mugimendu feminista. Proiektu irekia da, dinamikoa, parte-hartzailea, eboluzionatzen duena eta emakumeen beharretara egokitzen dena. Azken finean, Irun hiri berdinzaleago bihurtzeko eta matxismoari eta emakumeen aurkako edozein indarkeria motari aurre egiteko sortu dute Etxea.



Istillaga Plaza, 8. 20304 Irun (Gipuzkoa)

T. 943 50 55 05

Astelehenetik ostiralera: 10:00-13:30 / 16:00-20:30

emakumeenetxea@irun.org

<https://www.irun.org/es/igualdad-y-lgtbiq>

ZER AURKI DEZAKEZU EMAKUMEEN ETXEAN?

Ahalduntze Eskola

- **Udazkeneko ikastaroak**
Iraupen ertain edo luzeko prestakuntzak, irailetik abendura.
- **Tailer trinkoak**
Iraupen laburreko tailerrak, gai espezifikokoak lantzeko.

Topaguneak

Ikasturte osoan biltzen diren tailerrak (iraila-ekaina). Izen-ematea zabalik egongo da urte osoan, betiere tokia bete arte.

Julia Iruretagoyena beka

Ikerketa feministarako beka, bi urtez behin antolatzen dena, Irungo emakumeen ekarpen historikoa aztertzen duten proiektuak bultzatzeko.

Eskola Feminista

Irungo Emakumeen Etxea Elkartearekin sinatutako hitzarmenaren esparruko tailerrak.

Aholkularitza zerbitzuak

Emakume profesional adituek aholkularitza eskaintzen dute doan. Beti aurretik ordua hartuta. Hitzordua eskatzeko, deitu edo joan Etxera.

Hitzaldiak eta erakusketak

Hainbat elkarterekin batera programatutako proposamenak, jendearentzat irekiak. Aldizka antolatzen dira, urte osoan.

Instalazioak

Etxeko espazio batzuk libreki eta dohainik erabil daitezke, irekita dauden orduetan:

- Liburutegi Feminista
- WiFi konexioa duten ordenagailuak.

NOLA PARTE HAR DEZAKEZU EMAKUMEEN ETXEAN?

- Etxeko ikastaro eta tailerretara izena emanda.
- Topaketa-espazioetan parte hartuz.
- Hitzaldietara joanez eta erakusketak bisitatuz.
- Irungo Emakumeen Etxeko Elkarteko bazkide eginda –galdetu Etxean bertan edo idatzi irungoemakumeenetxea@gmail.com helbidera–.

AHALDUNTZE ESKOLARI ETA ESKOLA FEMINISTARI BURUZKO INFORMAZIO ERABILGARRIA

Izena emateko epea: irailaren 3tik 16ra.

OHARRA: Gutxieneko izen-emateak biltzen ez dituzten ikastaro eta tailerretan izena emateko epea tokiak bete arte edo ikastaroa hasi eta astebete lehenagora arte luzatuko da. Ikastaroa edo tailerra hasi ondoren, ezingo da izenik eman, Berdintasun Zerbitzuak banaka baloratutako salbuespenak izan ezik.

Izena emateko modua

- Izen-ematea Irungo Udalaren web orrian egin behar da, lotura honen bidez: <https://www.irun.org/eu/berdintasuna-eta-igbtiq/emakumeen-etxea/etxea>
- Emakumeen Etxera ere joan zaitezke, eta han bertan izena eman.

Baldintzak

- Emakume bakoitzak gehienez ere Eskola bakoitzeko hiru ikastaro/tailerretan izena eman dezake.
- Lehenatasuna dute Irunen errolatutako emakumeek.
- Kupo bat gordeko da Udaleko Gizarte Ongizate eta Berdintasun Arloari lotutako zerbitzuetatik datozen emakumeentzako.
- Ikastaro eta tailer guztiak dohainik dira.
- Kontziliazioa errazteko neurri gisa eta aldez aurretik eskatuta, haurtzaindegi zerbitzua eskainiko da 4 eta 12 urte bitarteko adingabeentzat.

Tokien esleipena

Eskainitako plaza-kopurua baino eskaera gehiago baldin badago, zozketa egingo da jarduera bakoitzean dauden plazak esleitzeko. Horretan, ez dira sartuko Irunen errolatuta ez dauden pertsonak. Zozketa publikoa izango da, eta izen-ematea itxi eta hurrengo egunean egingo da Emakumeen Etxean bertan: irailaren 17an, 10:00etan.

Izen-ematea itxi eta zozketa egin ondoren, izena eman duten emakume guztiei jakinaraziko zaie plaza duten edo ez, posta elektronikoki bidez.

Plazari uko egiten bazaio, borondatezko baja hartzen bada edo Emakumeen Etxeak plaza utzarazten badu, ikastaro/tailerraren erdia gainditu ez bada betiere, itxarote-zerrendan geratu diren emakumeei jakinaraziko zaie, zozketaren ondoriozko hurrenkeraren arabera, Irunen errolatu gabeko emakumeak barne.

Jarduera hasi baino astebete lehenago eskaerak ez badira iristen eskainitako plazen gutxieneko kopurura, ikastaroa/tailerra bertan behera geratuko da, eta izena emandako emakumeei horren berri emango zaie.

Gorabeheretarako prozedura

- Norbaitek erabakitzen badu ikastaro/tailer bat hasi ondoren uztea, Etxeko dinamizatzailerei jakinarazi behar dio.
- Ikastaro edo tailer batean % 25 huts eginenez gero justifikatu gabe, emakumeak ikastaro/tailer berrietan parte hartzeko eskubidea galduko du urtebetez, ofizialki jakinarazten zaionetik kontatzen hasita.
- Justifikatutako absentsia behin eta berriz errepikatuz gero, Etxeko dinamizatzailerek kasua baloratu eta erabaki bat hartuko dute Udaleko Berdintasun Zerbitzuarekin batera.

Oharrak

Izena emateko prozesua egiten denean, datuak Emakumeen Etxeko Datu Basean sartuko dira, helburu komunikatibo eta estatistikoetarako soilik.

Emakumeen Etxean egindako jardueretan ateratzen diren material edo irudiak informazio- eta dibulgazio-izaerako edukiak egiteko erabili ahal izango dira, eta beraz, Udalaren edozein hedabidetan publikatu ahal izango dira (web orria, sare sozialak...).

OHARRA: Edozeinek adieraz dezake espresuki bi prozedura horien aurka dagoela. Horretarako, Etxeko dinamizatzailerei jakinarazi behar die edozein unetan, ohiko edozein bidetatik.



AHALDUNTZE ESKOLA

UDAZKENEKO IKASTAROAK

Bidea eraikitzen: Enplegua bilatzeko gakoak

Ikastaro hau ikasteko eta norbera indartzeko espazio bat da, aktiboki lan bila dabiltzan emakumeei zuzendua. Saiok prozesu horietan laguntzeko diseinatuta daude, ikuspegi ahalduztaile eta praktikoko batekin eta genero-ikuspegiarekin, emakumeen lan-ibilbideei eragiten dieten egiturazko oztopoak aitortuta, eta beren gaitasunak sustatzen dituzte, segurtasun, autonomia eta baliabide gehiagorekin egin diezaizaien aurre oztopo horiei.

12 saio

Irakaslea: Erroak Sartu

Eguna: ostiraletan

Ordua: 10:00-12:00

Hasiera: irailak 26.

Amaiera: abenduak 19

Hizkuntza: gaztelaniaz

Familiak feminismotik

Amei zuzendutako «Amatasunak feminismotik» eta aitei zuzendutako «Aitatasunak feminismotik» tailer espezifikoaren ondoren, familientzat pentsatutako ikastaro bat da hau. Ikastaro honetan, aitek eta amek elkartuta gertuko espazio bat aurkituko dute elkar ezagutzeko, ulertzeko eta familiako dinamikekin lotutako sentipenak eta bizipenak partekatzeko. Gainera, familietako askotariko errealitateei ikuspegi feminista batetik heltzeko teknikak ere ikasiko dituzte.

6 saio

Irakaslea: Parean

Eguna: astearteetan (hamabostean behin)

Ordua:

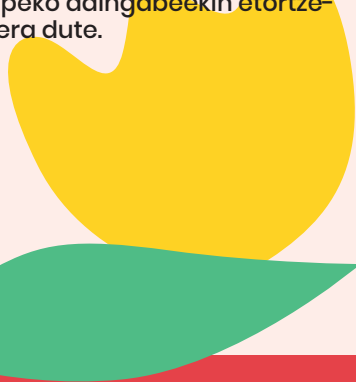
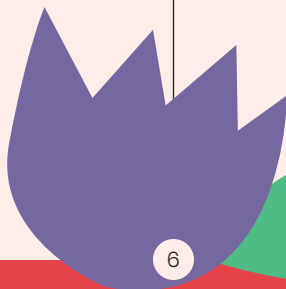
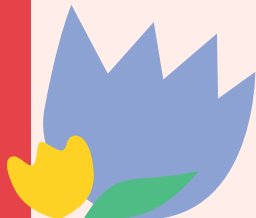
- Euskarazko talde mistoa:
10:00-12:00

- Gaztelaniazko talde mistoa:
17:00-19:00

Hasiera: urriak 7

Amaiera: abenduak 16

OHARRA: Jarduera honetan emakumeek, gizonek eta pertsona ez-bitarrek har dezakete parte, eta ardurapeko adingabeekin etortzeko aukera dute.



UDAZKENEKO IKASTAROAK

Gorputzetik haratago

Talde txiki bati zuzendutako ikastaro honen xedea da emakumeek hobeto ulertzea elikadura-jokabidearen nahasmenduak, ikuspegi prebentibo eta psikoedukatibo baten bidez. Helburua da gertatzen zaina hobeto ulertzea, bai eta beren gorputzarekin eta janariarekin duten harremanaren inguruan hausnartzea ere, nork bere burua zaintzeko eta autoestimua indartzeko tresna praktikoak eskuratu ditzaten.

5 saio

Irakaslea: Sandra Piñeiro

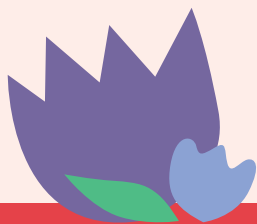
Eguna: asteazkenetan

Ordua: 18:30–20:00

Hasiera: abenduak 3

Amaiera: urtarrilak 14

Hizkuntza: gaztelaniaz



Fanzine Feminista

Ikastaro honetan, ez da marrazten jakin beharrik fanzine feministaren kulturen murgiltzeko. Emakume parte-hartzaileek beren esperientzia propioen inguruan hausnartuko dute, baita generodesberdintasunak nola eragiten dien ere, eta horrela bizipen horiek adierazi ahalko dituzte kontakizun grafiko baten bidez. Helburua? Ahaldunduzten duten istorioz betetako fanzine bat eraikitzea elkarrekin.

4 saio

Irakaslea: Teresa Castro

Eguna: astearteetan

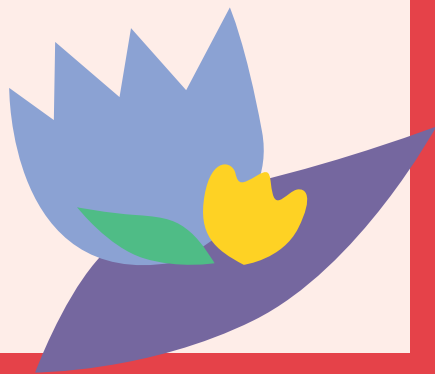
Ordua: 18:00–20:00

Hasiera: urriak 14

Amaiera: azaroak 4

Hizkuntza: gaztelaniaz

OHARRA: Emakumeek eta pertsona ez-bitarrek har dezakete parte jarduera honetan.



UDAZKENEKO IKASTAROAK

Eskatzen eta negoziatzen ikasiz

Emakumeek, oro har, bizitza pertsonalean zein lanean, gizonek eskatzen dutena baino gutxiago eskatzen dugu. Horri aurre egiteko, ikastaro honen helburua da eskatzen ikatea, emakumeak dauzkagun oztopoak uler ditzagun, sarritan nahi eta merezi duguna eskuratzea eragozten digute eta. Eta, gainera, negoziatzeko eta gatazkak konpontzeko gaitasunak garatu ditzagun, eskatzea nahikoa ez denerako.

4 saio

Irakaslea: Isabel Allende

Eguna: astelehenetan

Ordua: 10:00-12:00

Hasiera: urriak 13

Amaiera: azaroak 3

Hizkuntza: gaztelaniaz

TAILER TRINKOAK

Nola ekoiztu sorgin bat

Tailer trinko honek bi zati dauzka. Sarrera teoriko batean euskal mitologian emakumezko figurak nola aurkeztu diren azalduko da, arreta berezia jarrita sorginei eta horien bilakaera historikoari. Bigarren zatia jardun artistikora bideratuko da, eta irudiak sortuko dira gouache pinturarekin landutako eduki teorikoetan oinarrituta.

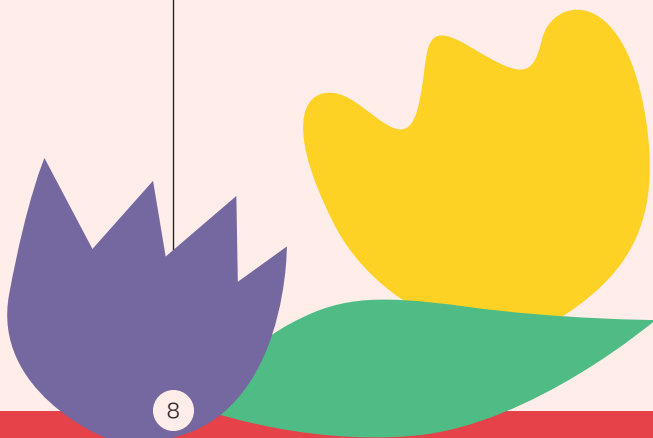
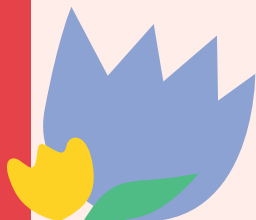
3 saio

Irakaslea: Carmen Barrueco

Data: Urriak 15, 16 eta 17

Ordua: 10:00-13:00

Hizkuntza: gaztelaniaz



TAILER TRINKOAK

Egunerokoan aplikatzeko jardun jasangarriak

Tailer honek hausnarketa kolektiboa, esperientzia praktikoa eta autoezagutza uztartzen ditu, MATERek garatutako jardunbide egokien eskuliburuan oinarrituta. Aipua dioen bezala, «jende txiki askok, leku txikietan, gauza txikiak eginez, mundua alda dezake» eta, hori sinetsita, parte-hartzaileek beren eguneroko jardunak ezagutu eta indartzea da helburua, norberaren ongizateari eta planetaren osasunari lotuta.

3 saio

Irakaslea: Izaskun Suberbiola

Eguna: astelehenetan

Hasiera: azaroak 3

Amaiera: azaroak 17

Ordua:

- **Gaztelaniazko taldea:**
11:30-13:30
- **Euskarazko taldea:**
18:00-20:00

Iruzurtiaren sindromea

«Ez dut lortuko», «ez naiz nahikoa ona», «iruzur hutsa naizela ikusiko dute denek»... emakume ugariri behin baino gehiagotan errepikatzen dizkigu mezu hauek gure barne ahotsak, eta horrek geure helburuak lortzea zailtzen du eta gure autokontzeptua eta autoestimua gutxitzen ditu. Fenomeno horri iruzurtiaren sindrome esaten zaio. Oinarri soziokulturala du sindrome horrek... eta aurre egiteko tresnak eskuratu ditzakegu.

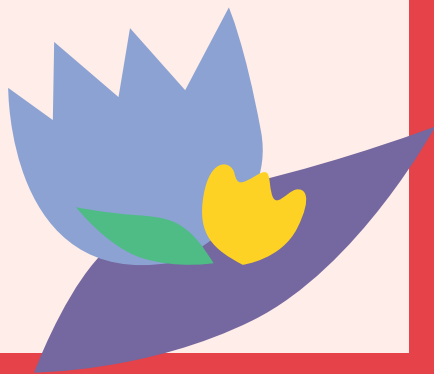
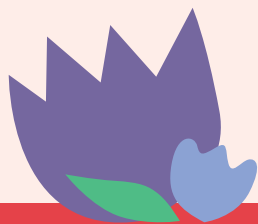
Saio bat

Irakaslea: Isabel Allende

Data: azaroak 13 (osteguna)

Ordua: 17:00-20:00

Hizkuntza: gaztelaniaz







ESKOLA FEMINISTA



**Irungo
Emakumeen
Etxea Elkartea**

UDAZKENEKO TAILERRAK

Ahotsak Askatzen

Emakumeak sistematikoki isilarazi gaituzte, eta geure adierazteko gaitasuna mugatu dute. Ondorioz, askori kosta egiten zaigu ozen hitz egitea, hala askatasunez komunikatzeko nola kantatzeko. Tailer honek aukera ematen die emakumeei beren ahotsa indartzeko, biziberritzeko eta askatzeko, kantuaren bidez, nagusiki.

12 saio

Irakaslea: Ana San José

Eguna: ostiraletan

Ordua: 18:00-20:00

Hasiera: irailak 26

Amaiera: abenduak 19

Hizkuntza: gaztelaniaz

Joskintza jasangarria

Joskintza tailer honek, etxean oinarritzko konponketak egiteko ezagutzak emateaz gain, oihalak berrerabiltzen eta osagarriak modu jasangarriak sortzen irakasteko asmoa dauka. Hori guztia, hondakin gutxiago sortzeko eta geure karbono-aztarna murrizteko.

5 saio

Irakaslea: Sonia Ruipérez

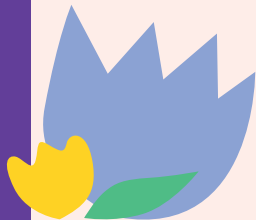
**Eguna: astearteetan (hamabos-
tean behin)**

Ordua: 10:30-12:30

Hasiera: irailak 30

Amaiera: azaroak 25

Hizkuntza: ele bietan



UDAZKENEKO TAILERRAK

Queer topaketak

Tailer honetan tokia eman nahi zaie LGTBIAQ+ kolektiboaren barruan eta kanpoan ikusgarritasun gutxiago izan duten bizipen eta nortasunei, elkar ezagut daitezen, esperientziak parteka ditzaten, beren kideekin elkartu daitezen eta beren beharrak eta eskubideak aldarrika ditzaten. Aldi berean, gizarte osoari aukera ematen dio gutxi ezagutzen edo aitortzen diren istorioak, errealitateak eta bizipenak ezagutzeko, zuzenean horiek entzunda eta, horrela, sexu-dibertsitatearen ulermena handituta.

4 saio

Irakaslea: Nerea Almazán

Eguna: Ostegunetan

Ordua: 18:00–20:00

Hasiera: azaroak 27

Amaiera: abenduak 18

Hizkuntza: gaztelaniaz

OHARRA: Emakumeek, gizonek eta pertsona ez-bitarrek eman dezakete izena.

Eguneko menua

Umore eta konfiantzazko giroan ekarpen oro da ongi etorria, eta mahai inguruko literatura-tailer honetan espazioa eskaini nahi zaio emakumeen literatura delakoari. Baina, gainera, generoaren begirada zorroztu nahi dugu, parte-hartzaileek ezagutza eta abilezia batzuk eskuratu ditzaten, gero beste edozein liburu irakurtzerakoan aplikatzeko.

4 saio

Irakaslea: Mertxe Tranche

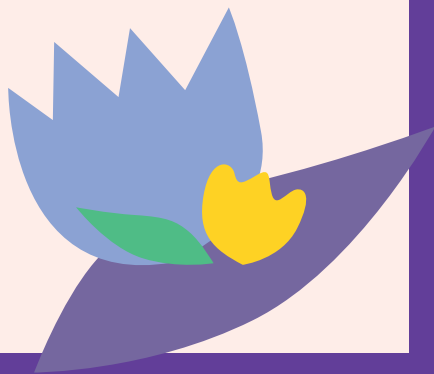
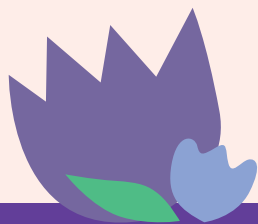
Eguna: astelehenetan (hilabetearen behin)

Ordua: 14:30–16:30

Datak:

- Irailak 29
- Urriak 28
- Azaroak 17
- Abenduak 15

Hizkuntza: gaztelaniaz



UDAZKENEKO TAILERRAK

Barre-terapia bizitzeko barre egin

Barreak ez ditu gaixotasunak sendatzen, baina aldaketa fisiologikoak ekar ditzake, eta egoera emozional positiboagoak sortu, eta horrela osasunean eragin onuragarria dauka. Gainera, barreak estresari eta antsietateari aurre egiteko estrategiak optimizatzeko balio du, eta gure gaitasun sozialak handitzen ditu. Tailer hau parte hartzeko espazio bat izango da, adierazpidea, ikaskuntza eta dibertitzeko gaitasuna esploratzeko.

Saio bat

Irakaslea: Ana Eguiazabal

Eguna: azaroak 6 (osteguna)

• Goizeko taldea: 10:30-13:00

• Arratsaldeko taldea: 18:00-20:30

Hizkuntza: ele bietan





BESTE JARDUERA BATZUK

BESTE JARDUERA BATZUK

Fanzinea aldarrikapenerako arma gisa

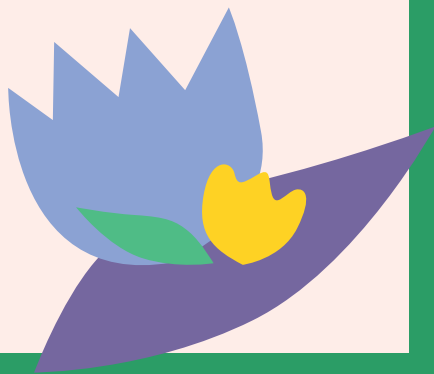
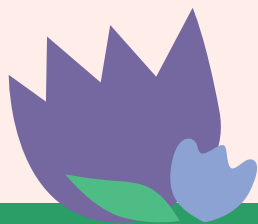
Fanzinea, *underground*aren edo kultura alternatiboaren berezko argitalpena, askotariko aldarrikapenekin lotutako edukiak gizarteratzeko tresna izan da lehen aldiz agertu zenetik. Hitzaldi honetan lehen fanzineak ezagutuko ditugu, izan dituzten formatuak eta editatzeko moduak ikasiko ditugu, bai eta landu dituzten askotariko gaiak eta tonua, adibide ugarirekin. Gainera, Ane Arzelusek berak editatutako eta 2023ko APIM sarietan irabazle geratutako fanzinea aurkeztuko eta aztertuko du: *Gure Begietatik: mitoak eta desmitifikazioak*.

Data: urriak 9
Ordutegia: 18:30–20:00
Irakaslea: Ane Arzelus
Hizkuntza: ele bietan
Sarrera libreza izango da, toki guztiak bete arte.

Pentsamendu magikoaren basoa, izena duenak izana badu

Bitamineraren #BAR 12 egonaldian egindako ikerketa-prozesuaren barruan, Carmen Barruecok *El bosque del pensamiento mágico, si todo lo que tiene nombre existe* liburua aurkeztuko du. Ikerlan horretan zalantzan jartzen dira gorputz femeninoen eta horien maila sinbolikoaren inguruko kontakizun bisual eta kontzeptualak, euskal mitologiaren iruditeria, eta, batik bat, tradizionalki baztertu edo deabrututako figuretan sakontzen du, hala nola lamiak edo sorginak.

Data: urriak 13
Ordutegia: 18:30–20:00
Irakaslea: Carmen Barrueco eta Helga Massetani (Bitamine)
Hizkuntza: gaztelaniaz
Sarrera libreza izango da, toki guztiak bete arte.



BESTE JARDUERA BATZUK

Emakume artistak: irudikatu, sortu eta ospatu

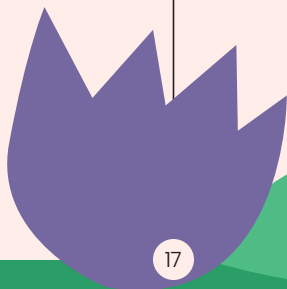
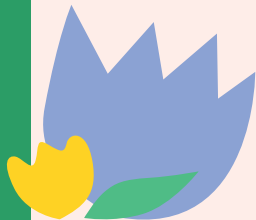
Emakumeok mundua eraldatzen dugu gure sorkuntza artistikoekin. Gertakari ukaezin horrek aitortzea eta elkarrekin ospatzea merezi du. Horregatik, Artistaren Nazioarteko Egunaren kariatara, urriaren 23an distira berezia emango diogu Emakumearen Etxeari eta emakume artistek egindako jardueri eskainiko diegu egun guztia, emakumeen talentua ikusarazteko eta adierazpide eta errealitate berriak inspiratuko dituen topagune berri bat ahalbidetzeko.

Data: urriak 23
Ordutegia: egun osoa
Antolatzailea: Kultur Femme
Hizkuntza: ele bietan
Sarrera libre izango da, toki guztiak bete arte.

Elikadura jokabidearen nahasmenduak

Elikadura jokabidearen nahasmenduen kontra egiteko nazioarteko egunaren kariatara, hitzaldi honek bereziki emakumeei eragiten dien arazo hau ezagutaraztea du helburu. Anorexia, bulimia edo ortorexiaren inguruko sentsibilizazioa eta informazioa emateko eta mitoak eraisteko hitzaldi bat, non oinarritzko jarraibide batzuk emango diren, emakume askok bizi duten errealitate honi aurre egiten laguntzeko.

Data: azaroak 26
Ordua: 18:30-20:00
Irakaslea: Sandra Piñeiro
Hizkuntza: gaztelaniaz
Sarrera libre izango da, toki guztiak bete arte.



Elkarrizketa feministak



Bingo Feminista

Garazi La Fantasy drag artistak eta Tele Donostiko aurkezlearen eskutik, jarduera tradizional bat, hau da, bingoa, sentsibilizazio tresna bihurtuko da, normalizatuta dauzkagun genero-desberdintasunei izena jartzeko eta feminismoaren garrantzian hezteko. Espazio ludiko eta parte-hartzailea, eguneroko matxismoarekin lotutako kontzeptuak, adierazpenak eta egoerak ikusarazteko.

Data: irailak 12

Ordutegia: 18:30-20:00

Dinamizatzailea:

Garazi La Fantasy

Hizkuntza: ele bietan

Sarrera librea izango da, toki guztiak bete arte.

Lola, Lolita, Lolaza

Bularreko minbiziaren Munduko Eguna dela eta, Mabel Lozanoren *Lola, Lolita, Lolaza* film laburra proiektatuko da Amaia KZko auditoriumean. Oso lan pertsonala da, gaixotasun harekin bizi izan zuen esperientzia kontatzen baitu. Proiektzioaren ondoren, zuzendaria publikoarekin hitz egiten geratuko da.

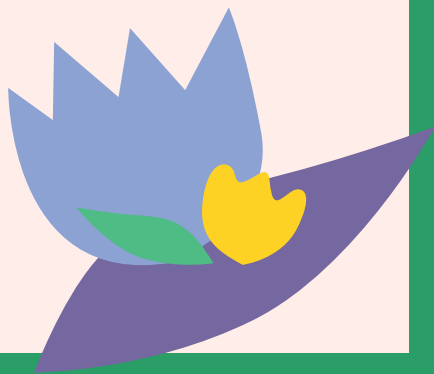
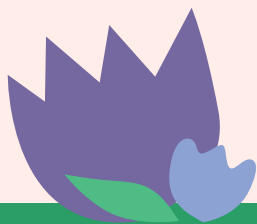
Data: urriak 17

Ordutegia: 18:30-20:00

Lekua: AMAIA KZ

Hizkuntza: gaztelaniaz

Sarrera librea izango da, toki guztiak bete arte.





TOPAGUNEAK

TOPAGUNEAK

Ikasturte osoan biltzen diren taldeak (iraila-ekaina).

Urte osoan eman daiteke izena, betiere tokirik baldin badago.

Izena emateko edo informazioa eskatzeko, idatzi, deitu edo etorri Emakumeen Etxera.

Komunikazio positiboa eta autoestimua

Lana, bikotea, seme-alabak, aitag, amak... ETA NI? Noiz?

Topagune honetan, astero elkartzen gara, gure autoestimua hobetzen duten gaiak jorratzeko, errudun sentitu gabe 'ez' esaten, haserreak eta desadostasunak maneiatzen, edo emozio ezberdinak eta estresa kudeatzen ikasteko.

Datak: 2025eko urritik 2026ko ekainera

- **Goizeko taldea: Asteazkenetan, 10:00-12:00**
- **Arratsaldeko taldea: Asteazkenetan, 16:00-18:00**

Hizkuntza: gaztelaniaz

Gure artean

Edozein emakume egon daiteke talde honetan, eta bertan, emakumeen arteko laguntza- eta elkartasun-sare bat sortzen dugu, guztiak hiriko dinamiketan integratzen laguntzeko. Horretarako, gure kulturak, ohiturak, esperientziak, interesak-eta partekatzen ditugu. Horrez gain, dauden udal-zerbitzu eta -baliabideei buruzko informazio-gune gisa ere balio du, baita prestakuntza- eta enplegu-aukerak aztertzeko eta espainiera praktikatzeko ere.

Datak: 2025eko irailetik 2026ko ekainera

- **Ostegunetako taldea: 17:00-18:30**
- **Ostiraletako taldea: 10:00-11:30**

Hizkuntza: gaztelaniaz



Partekatu, eraldatu, jarraitu...

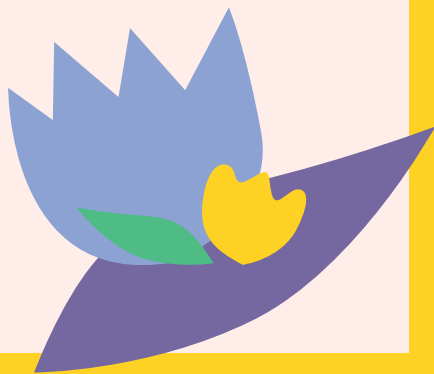
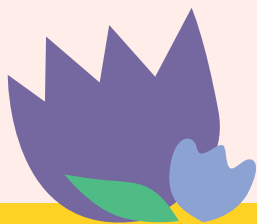


Hausnarketarako gune segurua eta diskretua da, epairik gabekoa, eta bertan, emakumeei laguntza eskaintzen diegu, euren ongizate integrala berreskura dezaten. Talde honetan, genero-indarkeriaren ondorioek emakumeei nola eragin diezaiekeen aztertzen dugu. Indarkeria horren atzean dauden zergatiak ulertzeko baliabideak ematen ditugu, emakumeen identitatea indartzen saiatzen gara eta gizartean duten ahotsa eta lekua berreskuratzen laguntzen diegu.

Egunak: 2025eko urritik 2026ko maiatzera

- **Goizeko taldea: Asteazkenetan, 10:00–11:00**
- **Arratsaldeko taldea: Asteazkenetan, 18:30–19:30**

Hizkuntza: Gaztelania



AHOLKULARITZA ZERBITZUAK

Doako aholkularitzak, Irunen erroldatutako emakumeentzat, profesional adi-tuek eskainita. Euskaraz nahiz gaztelaniaz ematen da arreta. Beti aurretik ordua hartuta.

Hitzordua eskatzeko, idatzi, deitu edo joan Etxera.

OHARRA: Aldez aurretik jakinarazi gabe aholkularitza-zerbitzuen hitzorduetara joaten ez diren emakumeek ezin izango dute beste hitzordurik eskatu urtebetea, ofizialki jakinarazten zaion unetik kontatzen hasita.

Aholkularitza juridikoa

Zerbitzu honek informazioa eman eta aholkularitza eskaintzen du familia-zuzenbidearen, lan-zuzenbidearen, zigor-zuzenbidearen, atzerriartasunaren, genero-indarkeriaren eta genero-arrazoiengatik egokitutako jotzen den beste edozein lege-gairen inguruan. Ez da egiten ez izapidetik ez jarraipenik.

Eguna: Astelehenero, 16:00etatik 19:00etara

Berdindu: Tituluak homologatzeko aholkularitza

Zerbitzu honek atzerrian ikasketak egin dituzten emakumeei aholkularitza eskaintzen die, tituluak baliozkotzeko, baliozketarako eta homologatzeko. Prestakuntza-ibilbideetan ere laguntza eskaintzen du, emakumeak lan-eta lanbide-arloan ahalduentzeko helburuarekin, pertsonalki autonomoagoak izan daitezen.

Hileko bigarren eta azken asteartean, 16:00-19:00

Aholkularitza afektibo-sexuala

Zerbitzu honek aholkularitza eskaintzen du, bakarka, bikoteka edo talde txikitan, afektu eta sexualitatearen inguruan sor daitezkeen interes, kezka, zalantza eta arazoei erantzuna emateko.

Eguna: bi astelehenetik behin, 17:00-19:00

Bizitza aktiborako eta jarduera fisikorako orientazioa

Zerbitzu honek aholkularitza eskaintzen die emakumeei, jarduera fisikoa egiten laguntzeko, bizitza-ohitura osasungarri bartzuen baitan. Udalerrian dagoen jarduera fisikoen eskaintza ere azaltzen da, eta jarraibiderik egokienak identifikatzen dira, emakume bakoitzaren osasuna eta bizi-ohiturak kontuan hartuta.

Eguna: Hileko bigarren eta laugarren ostegunetan, 17:00-19:00
Profesionala: Irungo Kirol Orientaziorako Zerbitzua

Emakumeen Etxea Irungo auzoetan

Zatoz gozatzeraz Irungo auzoetan barrena ibiliko den bakarriketa ibiltari honetaz. Atsegina eta dibertigarria da, Clown ikuspegitik pentsatua. Hurbilagotik ezagutuko duzu zer den Emakumeen Etxea, nola funtzionatzen duen, bertan zer aurki dezakezun... Zure kezka eta proposamenak ere partekatu ahal izango dituzu gurekin.



Dinamizatzailea: Ana Eguiazabal

Eguna: ostiraletan

Ordua: 18:30

Datak eta lekuak:

- Irailak 19, Erdialdeko auzo-elkartean (Zabaltza)
- Data zehazteke, Larreaundi-Olaberriko auzo-elkartean

Hizkuntza: ele bietan

Sarrera librea izango da, toki guztiak bete arte.

