



EMAKUMEEN JABEKUNTZARAKO IKASTAROAK  
cursos para el empoderamiento de las mujeres

2011-2012



# emakumeen nortasuna eta subjektibotasuna identidad y subjetividad femenina

## Gustura zahartzea. 1go maila

Eguna: asteartea, 9:00 - 11:00  
Egutegia: azaroaren 8tik maiatzaren 22ra  
Irakaslea: Inma Merino (Sortzen)  
Hizkuntza: gaztelaniaz  
Elkar-antolaketa: Gizarte Ekintza Saila  
Nagusien Arloa

## Envejecer Bonito. Nivel 1

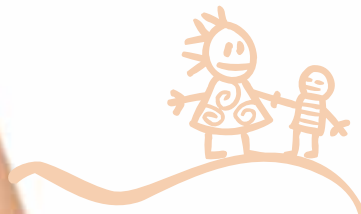
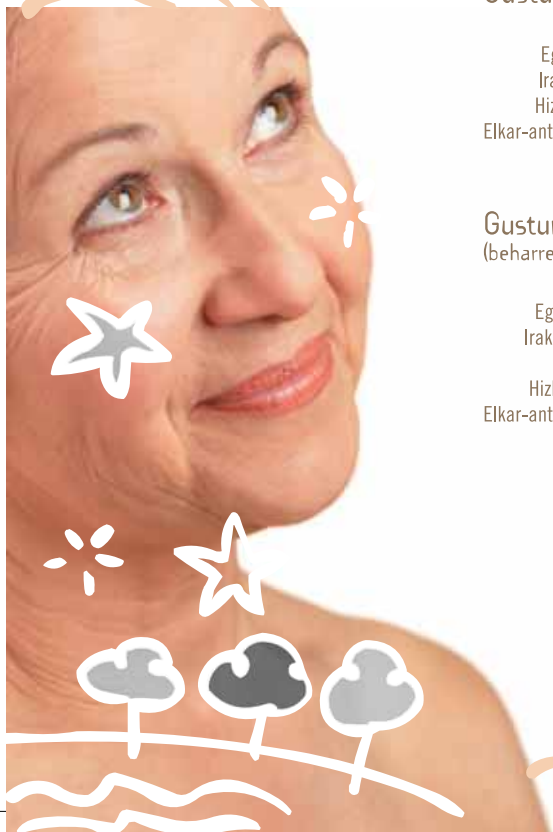
Día: martes, 9:00 - 11:00  
Calendario: 8 noviembre a 22 mayo  
Profesora: Inma Merino (Sortzen)  
Idioma: castellano  
Coorganiza: Departamento de Acción Social  
Área de Personas Mayores

## Gustura zahartzea. 3. maila (beharrezkoa da 2. maila eginda izatea)

Eguna: asteartea, 11:30 - 13:30.  
Egutegia: azaroaren 8tik maiatzaren 22ra  
Irakasleak: Itziar Gandía eta Inma Merino  
(Sortzen)  
Hizkuntza: gaztelaniaz  
Elkar-antolaketa: Gizarte Ekintza Saila  
Nagusien Arloa

## Envejecer bonito. Nivel 3 (necesario haber realizado el nivel 2)

Día: martes, 11:30 - 13:30  
Calendario: 8 de noviembre al 22 de mayo  
Profesoras: Itziar Gandía e Inma Merino  
(Sortzen)  
Idioma: castellano  
Coorganiza: Departamento de Acción Social  
Área de Personas Mayores



# gizartean eta politikan parte-hartzea participación social y política

## Jendaurrean hitz egiteko teknikak

Eguna: astearte, 18:00 - 20:00  
Egutegia: azaroaren 8tik otsailaren 14ra  
Irakaslea: Miriam Ocio  
Hizkuntza: gaztelaniaz

## Técnicas para hablar en público

Día: martes, 18:00 - 20:00  
Calendario: 8 noviembre al 14 febrero  
Profesora: Miriam Ocio  
Idioma: castellano

## Lidergoa, adimen emozionala eta coaching

Eguna: astearte, 18:00 - 20:00  
Egutegia: otsailaren 28tik maiatzaren 15era  
Irakaslea: Miriam Ocio  
Hizkuntza: gaztelaniaz

## Liderazgo, inteligencia emocional y coaching

Día: martes, 18:00 - 20:00  
Calendario: 28 febrero al 15 mayo  
Profesora: Miriam Ocio  
Idioma: castellano





# elkartasuna eta munduko emakumeekin elkartrukea solidaridad e intercambio con mujeres del mundo

## Topaketa kontatzen. 1go maila

Eguna: osteguna, 17:00 - 19:00  
Egutegia: urriaren 20tik ekainaren 14ra  
Irakaslea: Josune Muñoz (Skolastika)  
Hizkuntza: gaztelaniaz  
Elkar-antolaketa: Gizarte Ekintza Saila  
Immigrazio Arloa

## Contando el encuentro. Nivel 1

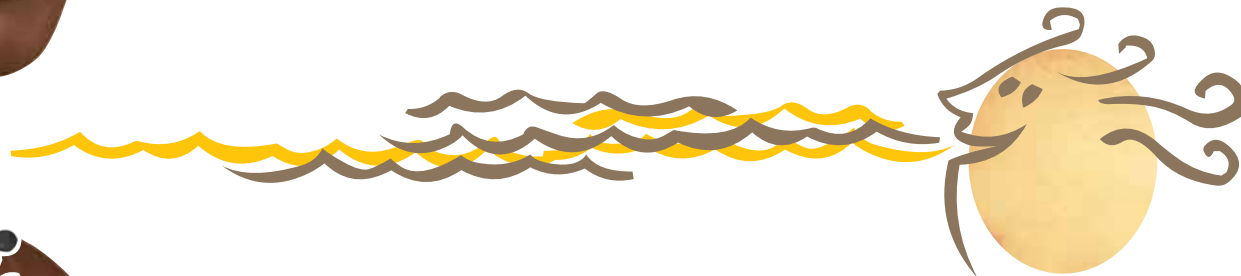
Día: jueves, 17:00 - 19:00  
Calendario: 20 octubre a 14 junio  
Profesora: Josune Muñoz (Skolastika)  
Idioma: castellano  
Coorganiza: Departamento de Acción Social  
Área Inmigración

## Topaketa kontatzen. 2. Maila (beharrezkoa da 1go maila eginda izatea)

Eguna: asteartea, 17:00 - 19:00  
Egutegia: urtarilaren 10etik ekainaren 12ra  
Irakaslea: Josune Muñoz (Skolastika)  
Hizkuntza: gaztelaniaz  
Elkar-antolaketa: Gizarte Ekintza Saila  
Immigrazio Arloa

## Contando el encuentro. Nivel 2 (necesario haber realizado el nivel 1)

Día: martes, 17:00 - 19:00  
Calendario: 10 enero a 12 junio  
Profesora: Josune Muñoz (Skolastika)  
Idioma: castellano  
Coorganiza: Departamento de Acción Social  
Área Inmigración



# kultura berri bat sortzea crear una nueva cultura

## Txalaparta

Eguna: ostirala, 18:00 - 20:00  
Egutegia: urriaren 21etik otsailaren 10etara  
Irakaslea: Olatz Garcia  
Hizkuntza: euskaraz

Lehentasuna emango diegu Txalapartarekin esperientzia dutenei

## Txalaparta

Día: viernes, 18:00 - 20:00  
Calendario: 21 octubre a 10 febrero  
Profesora: Olatz Garcia  
Idioma: euskera

Se dará prioridad a quienes tengan experiencia en Txalaparta

## Perkusioa

Eguna: ostirala, 18:00 - 20:00  
Egutegia: otsailaren 17tik maiatzaren 18etara  
Irakaslea: Francy Fonseca  
Hizkuntza: gaztelaniaz

## Percusión

Día: viernes, 18:00 - 20:00  
Calendario: 17 febrero a 18 mayo  
Profesora: Francy Fonseca  
Idioma: castellano

## Feminismo 2.0 (facebook, twitter, blogak, etabar)

Eguna: astelehena, 19:00 - 21:00  
Egutegia: azaroak 14, 21, 28  
eta abenduak 12, 19  
Irakaslea: June Fernández  
Hizkuntza: euskaraz

## Feminismo 2.0 (facebook, twitter, blogs, etc)

Día: lunes, 19:00 - 21:00  
Calendario: 14, 21, 28 de noviembre  
y 12, 19 de diciembre  
Profesora: June Fernández  
Idioma: euskera





### Artisau-koadernaketa tailerra (Liber, libro, libre)

Eguna: asteazkena, 18:00 - 20:00  
Egutegia: otsailaren 1etik martxoaren 7ra  
Irakaslea: Puri Sarrionandia (Liber)  
Hizkuntza: gaztelaniaz

### Taller de Encuadernación artesanal (Liber, libro, libre)

Día: miércoles, 18:00 - 20:00  
Calendario: 1 febrero a 7 marzo  
Profesora: Puri Sarrionandia (Liber)  
Idioma: castellano

### Orientazioa mendian. 1go Maila

Egutegia: azaroak 12 eta 13  
Orduetgia: 9:00 - 17:30  
Lekua: Urkiolan  
Irakaslea: Goi Mendi Eskolako begirale bat  
Hizkuntza: euskaraz

### Orientación en la montaña. Nivel 1

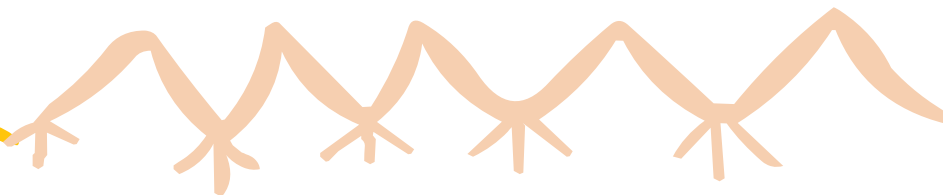
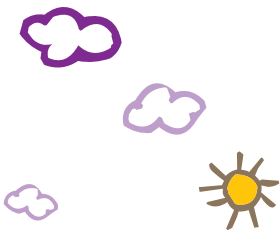
Calendario: 12 y 13 de noviembre  
Horario: 9:00 - 17:30  
Lugar: Urkiola  
Profesora: monitora de la Goi Mendi Eskola  
Idioma: euskera

### Orientazioa mendian. 2. Maila (beharrezkoa da 1go maila eginda izatea)

Egutegia: azaroak 26  
Orduetgia: 9:00 - 15:00  
Lekua: Urkiolan  
Irakaslea: Goi Mendi Eskolako begirale bat  
Hizkuntza: euskaraz

### Orientación en la montaña. Nivel 2 (necesario haber realizado el nivel 1)

Calendario: 26 de noviembre  
Horario: 9:00 - 15:00  
Lugar: Urkiola  
Profesora: monitora de la Goi Mendi Eskola  
Idioma: euskera





### Emakumeak eta Euskal Literatura

Eguna: asteartea, 19:00 - 21:00  
Egutegia: urtarrilaren 10etik ekainaren 12ra  
Irakaslea: Josune Muñoz (Skolastika)  
Hizkuntza: euskaraz

### Emakumezkoen abanguardia: Londres 1900-1940

Eguna: osteguna, 19:00 - 21:00  
Egutegia: urriaren 20tik ekainaren 14ra  
Irakaslea: Josune Muñoz (Skolastika)  
Hizkuntza: gaztelaniaz

### Emakumeon historia: kontatu ez digutena

Eguna: asteazkena, 18:00 - 20:00  
Egutegia: urriaren 19tik otsailaren 22ra  
Irakaslea: Piedad Dorado  
Hizkuntza: euskaraz

### Mujeres y literatura vasca

Día: martes, 19:00 - 21:00  
Calendario: 10 enero a 12 junio  
Profesora: Josune Muñoz (Skolastika)  
Idioma: euskera

### La vanguardia femenina: Londres 1900-1940

Día: jueves, 19:00 - 21:00  
Calendario: 20 octubre a 14 junio  
Profesora: Josune Muñoz (Skolastika)  
Idioma: castellano

### Historia de las mujeres: lo que no nos han contado

Día: miércoles, 18:00 - 20:00  
Calendario: 19 octubre a 22 febrero  
Profesora: Piedad Dorado  
Idioma: euskera





# osasuna eta generoa salud y género

## Bio-dantza

Eguna: astelehena, 18:15 - 20:15  
Egutegia: urriaren 17tik maiatzaren 21era  
Irakaslea: Nerea Miranda  
Hizkuntza: gaztelaniaz

## Barreterapia

Eguna: asteartea, 18:30 - 20:30  
Egutegia: azaroaren 8tik abenduaren 20ra  
Irakaslea: Ana Brea San Nicolás  
Hizkuntza: gaztelaniaz

## Emakume nagusientzat zoru pelbikoa indartzea

Eguna: astelehena, 11:30 - 12:30  
Egutegia: urtarrilaren 9tik otsailaren 27ra  
Irakaslea: Amazulo  
Hizkuntza: euskaraz  
Elkar-antolaketa: Gizarte Ekintza Saila  
Nagusien Arloa

## Zoru Pelbikoa Indartzea

Eguna: asteartea, 18:30 - 20:00  
Egutegia: urtarrilaren 10etik otsailaren 28ra  
Irakaslea: Amazulo  
Hizkuntza: euskaraz

## Biodanza

Día: Lunes, 18:15 - 20:15  
Calendario: 17 octubre a 21 mayo  
Profesora: Nerea Miranda  
Idioma: castellano

## Risoterapia

Día: martes, 18:30 - 20:30  
Calendario: 8 noviembre a 20 diciembre  
Profesora: Ana Brea San Nicolás  
Idioma: castellano

## Refuerzo del suelo pélvico para mujeres mayores

Día: Lunes, 11:30 a 12:30  
Calendario: 9 enero a 27 febrero  
Profesora: Amazulo  
Idioma: euskera  
Coorganiza: Departamento de Acción Social  
Área de Personas Mayores

## Refuerzo del suelo pélvico

Día: martes, 18:30 a 20:00  
Calendario: 10 enero a 28 febrero  
Profesora: Amazulo  
Idioma: euskera



# asteburuetan egiteko ikastaroak

## cursos de fin de semana



### Sexualitatea, erotismoa, eta tratu oneko harremanak

**Egutegia:** Urriak 22, Azaroak 19, Abenduak 17, Urtarrilak 21, Otsailak 18, Martxoak 17, Apirilak 14, Maiatzak 5 eta 18, Ekainak 9

**Orduetgia:** 10:30 - 14:00 / 16:00 - 19:30

**Irakaslea:** Clara Perez Wolfram

Tailerrean erabiliko den hizkuntza:

Parte-hartzaile bakoitzak nahi duen hizkuntzan (euskaraz / gazteleraz) aritzeko aukera izango du (irakasleak hizkuntza biak ondo menperatzen ditu). Irakaslearen azalpenak taldeak erabakitzen duen hizkuntzan izango dira.

### Autodefentsa ikastaroa

**Egutegia:** azaroak 4 - 5

**Eguna:** ostirala 17:00 - 21:00  
larunbata 10:30 - 14:30 / 16:00 - 20:00

**Irakaslea:** Maitena Monroy

**Hizkuntza:** gaztelaniaz

### Nomantxakolorea, hilekoa birpentsatzen tailerra

**Irakaslea:** Nomantxakolorea ekoizpenak

**Hizkuntza:** euskaraz

### Sexualidad, erotismo y relaciones de buen trato

**Calendario:** Octubre 22, Noviembre 19, Diciembre 17, Enero 21, Febrero 18, Marzo 17, Abril 14, Mayo 5 y 18, Junio 9

**Horario:** 10:30 - 14:00 / 16:00 - 19:30

**Profesora:** Clara Perez Wolfram

**Idioma del taller:**

Cada participante tendrá la posibilidad de expresarse en el idioma que desea (castellano / euskera), ya que la profesora tiene buen dominio de ambos. Las explicaciones de la profesora serán en el idioma que establezca el grupo.

### Curso de autodefensa

**Calendario:** 4 - 5 noviembre

**Día:** viernes 17:00 - 21:00  
sábado 10:30 - 14:30 / 16:00 - 20:00

**Profesora:** Maitena Monroy

**Idioma:** castellano

### Nomantxakolorea, repensando la menstruación

**Profesora:** Nomantxakolorea ekoizpenak

**Idioma:** euskera





## Informazioa:

94 465 70 92 telefonoan  
andragunea@durango-udala.net  
Pinondo plaza, 1

Plazak mugatuak dira. Zozketa egingo da, aurretik izena eman duten emakume guztien artean. Durangarrek izango dute lehentasuna.

Gutxienez zortzi lagun beharko dira taldea osatzeko.

Ikastaro batzuetan EHUK aukera libreko kredituak emango dizkie ikastaroan ganoraz parte hartzen duten unibertsitateko ikasleei.

Hautzaindegi-zerbitzua egongo da, aldeaz aurretik eskatuz gero

## Aurrez izena emateko:

Galdetegi bat bete beharko da.

Interesatuak ikastaroen lehentasun-ordena adierazi beharko dute aurrez izena ematen dutenean. Izan ere, behar beste plaza ez badago, bakar bat egin ahal izango dute.

**Aurrez izena emateko epea eta ordutegia: irailaren 7tik 21era**

11:00 - 13:00 / 18:00 - 20:00 ordutegian

Onartutakoan zerrendak Andragunean ipiniko dira **irailaren 26tik 27ra**, eta Internet bidez ere begiratu ahal izango da udaleko web orrian ([www.durango-udala.net](http://www.durango-udala.net))

## Información:

En el teléfono **94 465 70 92**  
[andragunea@durango-udala.net](mailto:andragunea@durango-udala.net)  
Pinondo plaza, 1

Las plazas son limitadas. Se realizará un sorteo entre todas las mujeres preinscritas en cada curso. Se dará prioridad a las empadronadas en Durango.

El mínimo de personas para formar grupo es de ocho.

En algunos cursos, la UPV concederá créditos de libre elección, a aquellas universitarias que asistan con aprovechamiento a los cursos.

Habrará servicio de guardería, previa solicitud

## Preinscripción:

Para realizar la preinscripción será necesario rellenar un formulario de preinscripción.

Cada interesada deberá indicar el orden de preferencia de cursos, a la hora de realizar la preinscripción. Ya que en caso de no haber suficientes plazas, sólo podrá realizar uno.

**Periodo y horario de preinscripción: del 7 al 21 de septiembre**

11:00 - 13:00 / 18:00 - 20:00

Las **listas de admitidas** se publicarán los días **26 y 27 de septiembre**, en Andragunea, y en la página web del Ayuntamiento ([www.durango-udala.net](http://www.durango-udala.net))

### Matrikula (doan):

Matrikula gauzatzeko, beharrezkoa izango da aldez aurretik izena emateko galdetegia betetzea. Ezinbestekoa ikastaroetan parte hartzeko.

**Matrikula egiteko epea: irailaren 28tik  
urriaren 7ra**

### Aurreinskripzioa eta matrikula egiteko tokia eta ordutegia:

#### Andragunea

Pinondo Plaza, 1

Ordutegia: 11:00 - 13:00 / 18:00 - 20:00

Dokumentuak, udaleko web orritik ere,  
([www.durango-udala.net](http://www.durango-udala.net)) lor ditzakete

### Matricula (gratuita):

Para formalizar la matrícula es necesario rellenar un formulario de inscripción. Imprescindible para participar en los cursos.

**Periodo de matrícula: del 28 de septiembre  
al 7 de octubre**

### Lugar y horario de preinscripción y matricula:

#### Andragunea

Pinondo Plaza, 1

Horario: 11:00 - 13:00 / 18:00 - 20:00

Los documentos, también se podrán obtener en  
la página web del Ayuntamiento  
([www.durango-udala.net](http://www.durango-udala.net))





AUKERA  
BERDINTASUNA  
IGUALDAD DE  
OPORTUNIDADES  
DURANGO  
Udala • Ayuntamiento

