

# BERDINTASUNERAKO ESKOLA: 2019ko LEHEN LAUHILEKO EKINTZAK

**IZENA EMATEKO:** [www.valledegues.com](http://www.valledegues.com) otsailaren 4tik 11ra (biak barne) **PREZIDA:** MUSU-TRUK

Zozketaz esleituko dira lekuak. Eguesibarrean erroldatuak eta aurreko ikastaroa egin zutenek lehentasuna izanen dute.

## **1. IKASTARDA: ZAINZEN: GEURE BURUA EZAGUTZEKO ETA SORMENERAKO GUNEA**

Emakumeen topagunea da, nork bere burua ezagutzeko eta emakume izateko aukera berriak lantzeko asmoa dutenei zuzendua.

18 urtetik gorako emakumeentzat.

**Formatzailea:** Renata del Coso Limousin.

**Egunak:** ASTELEHENAK

Otsaila: 18,25

Martxo: 4, 11, 18, 25.

Apirila: 1, 8, 15.

**Ordua:** 17:00etatik 19:00etara.

**Tokia:** Uriz Pi Ahizpak I.P. (psikomotrizitate gela)

**Plaza kopurua:** 8 gutxienez eta 16 gehienez.

**Hurtzaindegi zerbitzua:** izena ematean eskatu.

**ARGIBIDEAK** edo informazio gehiago:  
[igualdadberdintasuna@egues.es](mailto:igualdadberdintasuna@egues.es)

Tel: 948 33 16 11

**KONTUTAN IZAN:** ikastaroetan egin beharrekoa nolakoa den kontuan harturik, parte-hartzailea ikastaroan agertu beharko du nahitaz

## **2. IKASTARDA: DANTZAN: DANTZA INTEGRALA ETA AHALDUNTZEA**

Helburua ahalduntzea da, gorputzaren eta bere mugimenduaren bitartez. Geure barne izakiarekin bat egiteko gunea sortzea, gorputzaren eta mugimenduaren bitartez, geure burua entzuten ikasiz eta geure denborak eta erritmoak errespetatuz: "nire gorputza, nire espazioa, nire mundua munduan".

18 urtetik gorako emakumeentzat.

**Formatzailea:** Nora Otsoa de Olza Garatea.

**Egunak:** ASTEAZKENAK

Otsaila: 20, 27.

Martxo: 6, 13, 20, 27.

Apirila: 3, 10, 17.

**Ordua:** 10:30etatik 12:30etara.

**Tokia:** Olazko Kiroldegia.

**Plaza kopurua:** 10 gutxienez eta 20 gehienez.

**HAURTZAINDEGIA:** 1 eta 10 urte bitarteko haur ibiltarientzako.

**Plaza kopurua:** gutxienez 4, gehienez 15.

**Hurtzaindegi ordutegia:** 17:15etatik 19:45 etara

## **3. IKASTARDA: GOZATZEN: EMAKUMEEN SEXUALITATEA**

Gure sexualitatea ezagutzeak, bere bizipena hobetzen, handitzen, ulertzen eta osatzen lagundu gaitzake. Ondorioz, geure buruarekiko eta besteekiko harremanak hobetuz.

18 urtetik gorako emakumeentzat.

**Formatzailea:** Eva Rosino Cortés.

**Egunak:** ASTEAZKENAK

Otsaila: 20, 27.

Martxo: 6, 13, 20, 27.

Apirila: 3, 10, 17.

**Ordua:** 17:30etatik 19:30etara.

**Tokia:** Sarrigurengo Kirol Hiria (musika gela)

**Plaza kopurua:** 6 gutxienez eta 10 gehienez.

**Hurtzaindegi zerbitzua:** izena ematean eskatu.

**Antolatzailea:**



AYUNTAMIENTO  
del VALLE de EGÜES  
EGUESIBARKO  
UDALA



Laguntzailea: Nafarroako Berdintasunerako Institutua

Nafarroako  
Gobernua  Gobierno  
de Navarra