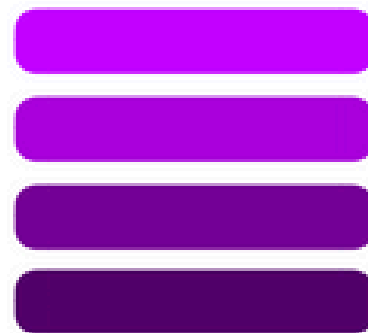


**EMAKUMEOK
MARTXAN**
MUJERES EN MARCHA



AUZOETAKO EMAKUME ELKARTEEN PROGRAMAZIOA

2024-2025

PROGRAMACIÓN DE LAS ASOCIACIONES DE MUJERES DE LOS BARRIOS



AUZOETAKO EMAKUME ELKARTEEN PROGRAMA

PROGRAMA DE LAS ASOCIACIONES DE MUJERES DE LOS BARRIOS

Emakumeak: topaketak eta gizartean parte- hartzea helburu izenarekin hasi zen programa 1983-84 ikasturtean sortu zen. Denbora libre izan eta ekintzak egiteko aukera askorik ez zuten emakumeen beharrei erantzuna ematea zuen helburu.

El programa, que comenzó con el nombre de *Mujeres: encuentros y participación social*, se creó en el curso 1983-84. Su objetivo era dar respuesta a las necesidades de las mujeres que disponían de tiempo libre y no tenían muchas posibilidades de realizar actividades.

Agustinak eta Kaputxinos auzoetako emakumeekin hasi zen: guztira, 76 bat emakume. Oso harrera ona izan zuen, eta hurrengo ikasturteetan beste auzoetan ere emakume taldeak sortu eta parte hartzen hasi ziren: Beraun, Olibet, Gabierrota, Alaberga, Iztieta, Erdialdea, Ondartxo, Galtzaraborda, eta programan sartzen azkenekoa Pontika izan zen, 1996-97 ikasturtean. Orduan, jada, 11 talde eta 700 emakume ziren.

Comenzó con las mujeres de los barrios de Agustinas y Capuchinos: en total, unas 76 mujeres. Tuvo muy buena acogida, y en los siguientes cursos también se crearon y comenzaron a participar grupos de mujeres en otros barrios: Beraun, Olibet, Gabierrota, Alaberga, Iztieta, Centro, Ondartxo, Galtzaraborda, y la última en incorporarse al programa fue Pontika, en el curso 1996-97. Entonces ya eran 11 grupos y 700 mujeres.

Aurreko ikasturtean 40 urte bete zituen programak, garaietara egokitzeko gaitasuna erakutsi du: belaunaldi berriak erakartzeko ekintzak txertatu dituzte eta saretze lana sustatu dute.

El programa, que el curso pasado cumplió 40 años, ha demostrado su capacidad de adaptación a los tiempos: han incorporado al calendario acciones para atraer a las nuevas generaciones y han fomentado el trabajo en red.

**BIDEOA
IKUSI
VER EL
VIDEO**





AUZOETAKO EMAKUME ELKARTEEN PROGRAMA

PROGRAMA DE LAS ASOCIACIONES DE MUJERES DE LOS BARRIOS



**BIDEOA
IKUSI**

**VER EL
VIDEO**

Programan finkatu ziren 11 elkarteetatik, azken urteetan eta arrazoi ezberdinengatik, Alabergako Ekinez Egin, Kaputxinoen Gure Goizalde, Iztietako Gurekin eta Ondartxoko Bidexka elkarteek euren jarduera eten dute. 2021az geroztik, beraz, zazpi taldek jarraitzen dute programan. Gaur egun elkarte gutxiago izan arren, programak arrakastatsua izaten jarraitzen du.

De las 11 asociaciones que se consolidaron en el programa, en los últimos años y por distintos motivos, las asociaciones Ekinez Egin de Alaberga, Gure Goizalde de Capuchinos, Gurekin de Iztietta y Bidexka de Ondartxo han cesado su actividad. Desde 2021, por tanto, siete grupos siguen en el programa. Aunque hoy en día haya menos asociaciones, el programa sigue siendo un éxito.

Taldeko zuzendaritza batzordeetan dauden emakumeek, ordea, gazteek erreleboa hartzea nahiko lukete.

Las mujeres que están en las juntas directivas del grupo, sin embargo, desearían que los jóvenes tomaran el relevo.

Auzoetako emakume elkarteek komunitatea sortu dute, eta komunitate horri eusteko arrazoiak badaude; topaguneak dira, seguruak eta konfiantzazkoak.

Las asociaciones de mujeres de los barrios han creado comunidad y hay motivos para mantenerla; son puntos de encuentro, seguros y de confianza.

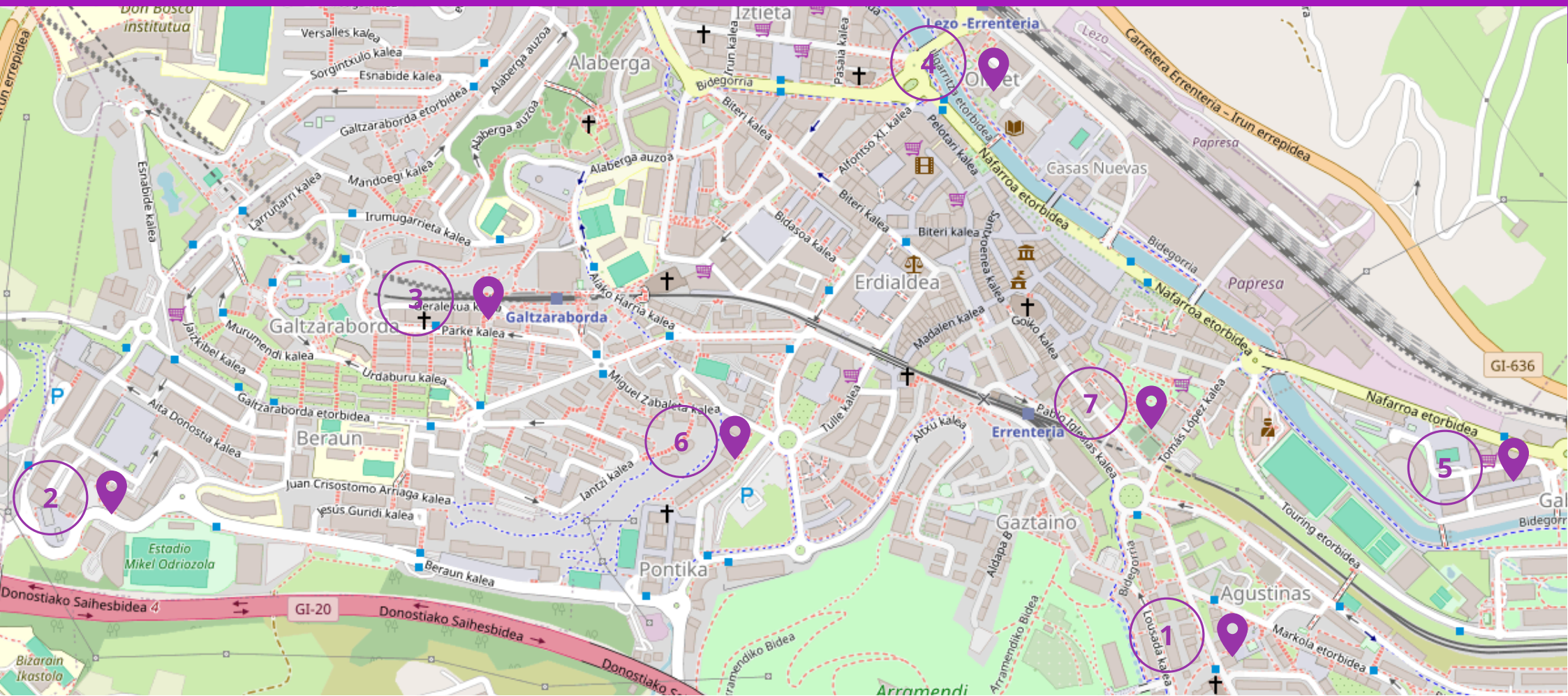
Anima zaitetz eta parte hartu modu aktiboan zure auzoko emakume elkartean.

Anímate y forma parte de manera activa la asociación de mujeres de tu barrio.



EMAKUME ELKARTEEN KOKAPENA

UBICACIÓN DE LAS ASOCIACIONES DE MUJERES



1

ALAI EMAKUME TALDEA
Hombrados Oñatibia atzea

2

ERLONTZI EMAKUME TALDEA
Jose Mari Usandizaga 2-4 atzea,
1º solairua ezk.

3

GURE-LEKU EMAKUME TALDEA
Parke 26

4

ITZATU EMAKUME TALDEA
Olibet 2

5

LAGUNTASUNA EMAKUME TALDEA
Salk eta Sabin 1

6

LORE-TOKI EMAKUME TALDEA
Miguel Zabaleta 13

7

PATXIKU ZELAI EMAKUME TALDEA
Tomas Lopez 6



INFORMAZIOA ETA IZEN-EMATEA: **INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:**

- **Inskripzioa dagokion elkartean egingo da.**
 - **Ikastaroetan parte hartzeko, matrikula ordaindu beharko da.**
 - **Elkarte bakoitzak bere ikastaroen prezioa ezartzen du; elkarte bakoitzean kontsultatu.**
 - **Taldeak zozketa bidez osatuko dira, ez izen-ematearen hurrenkeraren arabera.**
 - **Izena emateko datak: irailaren 17an, 18an eta 19an.**
 - **Ordutegia: 17:00-19:00.**
-
- La inscripción se realizará en la asociación correspondiente.
 - Para tomar parte en los cursos deberá abonarse la matrícula correspondiente.
 - Cada asociación establece el precio de sus cursos; consultar en cada asociación.
 - Los grupos se formarán mediante sorteo, no por orden de inscripción.
 - Fechas de inscripción: 17, 18 y 19 de septiembre.
 - Horario: 17:00-19:00.



Ikur hau duten jarduerak euskaraz izango dira.

Las actividades que tienen este símbolo serán en euskara.

ASTELEHENA LUNES	ASTEARTEA MARTES	ASTEAZKENA MIÉRCOLES	OSTEGUNA JUEVES	OSTIRALA VIERNES
	Arnasketa 9:15-10:45	Zumba 9:15-10:15	Zumba 9:15-10:15	Zumba 9:15-10:15
Patchwork 10:00-12:00			Trikotar 10:15-12:00	
	Midfulness 11:00-12:30		Yoga 10:30-12:00	
	Trikotar 16:00-18:00	Yoga 15:15-16:45		
	Tonifikazioa 17:30-18:30		GAP 17:30-18:30	
Zumba 19:00-20:00	Pilates 18:30-19:30	Zumba 19:00-20:00	Pilates hipopresiboak 18:30-19:30	

BERAUNEN

ERLONTZI EMAKUME TALDEA

Jose Mari Usandizaga 2-4 atzea, 1º solairua ezk.

ASTELEHENA LUNES	ASTEARTEA MARTES	ASTEAZKENA MIÉRCOLES	OSTEGUNA JUEVES	OSTIRALA VIERNES
Hipopresiboak 18:00-19:00		Euskal dantza 17:00-18:00	Zumba 16:45-17:45	Yoga 18:00-19:00

GALTZARABORDAN

GURE-LEKU EMAKUME TALDEA

Parke 26

ASTELEHENA LUNES	ASTEARTEA MARTES	ASTEAZKENA MIÉRCOLES	OSTEGUNA JUEVES	OSTIRALA VIERNES
		Ukenduak Ungentos 17:00etatik aurrera (hamabostean behin) 17:00 (quincenal)	Eskulanak Manualidades 16:00-18:00	Ehoziri lanak Bolillos 18:00-20:00

ASTELEHENA LUNES	ASTEARTEA MARTES	ASTEAZKENA MIÉRCOLES	OSTEGUNA JUEVES	OSTIRALA VIERNES
Pilates 11:20-12:20		Pilates 11:20-12:20		
		Memoria 16:30-18:00		
Yoga 17:15-18:15	Artearen historia Historia del arte 17:15-18:45	Yoga 17:15-18:15	Emakumeen osasun integralerako nutrizioa (urria-abendua) Nutrición para la salud integral de las mujeres (octubre-diciembre) 18:00 – 19:30	

ASTELEHENA LUNES	ASTEARTEA MARTES	ASTEAZKENA MIÉRCOLES	OSTEGUNA JUEVES	OSTIRALA VIERNES
	Pilates 9:00 – 10:00		Pilates 9:00 – 10:00	
Yoga 10:30-12:00		Martxa nordikoa Marcha nórdica 10:30 – 12:00	Euskal dantza eta areto dantzak Euskal dantza y bailes de salón 10:10-11:40 	
Pilates 16:00-17:00	Yoga 16:15-17:45		Pilates Hipopresiboak 16:00 – 17:00	Pilates Hipopresiboak 16:00 – 17:00
Laboreak eta mahai-jokoak · Labores y juegos de mesa 17:00– 19:00		Yoga 17:30 – 19:00	Zumba 17:15 – 18:15	Zumba 17:15 – 18:15
Zumba 19:00-20:00	Pintura Oleo 18:00 – 20:00	Zumba 19:00-20:00		

ASTELEHENA LUNES	ASTEARTEA MARTES	ASTEAZKENA MIÉRCOLES	OSTEGUNA JUEVES	OSTIRALA VIERNES
Gimnasia 9:15-10:15	Zumba 9:15-10:15	Gimnasia 9:15-10:15	Zumba 9:15-10:15	Gimnasia 9:30-10:30
	Yoga 10:30-12:00		Pilates 10:30-11:30	Pilates 10:30-11:30
	Yoga 16:30-18:00	Laboreak 16:15-18:30		
Pilates 17:15-18:15 18:30-19:30		Eukal dantzak 18:45-20:15		Mahai-jokoak • Juegos de mesa 17:30-21:30
Zumba 20:30-21:30	Zumba 20:30-21:30	Zumba 20:30-21:30		

ASTELEHENA LUNES	ASTEARTEA MARTES	ASTEAZKENA MIÉRCOLES	OSTEGUNA JUEVES	OSTIRALA VIERNES
Pilates 09:15-10:15 	Hipopresiboak Hipopresivos 09:30-10:30 10:30-11:30 	Pilates 09:15-10:15 	Yoga 09:00-10:30 10:30-12:00 	
Gimnasia 10:15-11:15 		Gimnasia 10:15-11:15 		
		Memoria 16:00-17:30 	Eskulanak · Manualidades 16:00-18:00	
	 Pilates 17:15-18:15 18:15-19:15 19:15-20:15		 Pilates 17:15-18:15 18:15-19:15 19:15-20:15	
Euskal dantzak 18:30-19:30 19:30-20:30 	Les Underklowns 18:30-20:30	Hipopresiboak Hipopresivos 18:00-19:00 19:00-20:00 		

ANTOLATZEN DUTE • ORGANIZAN



Auzoetako emakumeen elkarteak • Asociaciones de mujeres de los barrios

LAGUNTZEN DU • COLABORA

