

Lilagune

Uribe Kostako Zerbitzu Mankomunitateko
Emakumeak ahalduzko eskola
Urria 2023-maiatza 2024

Escuela para el empoderamiento de las
mujeres de la Mancomunidad de Servicios
Uribe Kosta

Octubre 2023-mayo 2024

**BERGAIN
TASUNA**



MANCOMUNIDAD
**URIBE
KOSTA**
MANKOMUNITATEA
BARRIKA · BERANGO · GORLIZ · LEMOIZ
PLENTZIA · SOPELA · URDULIZ

Jarraibide orokorrak



Eskaintzen diren tailer guztiak **doakoak dira**, aldeztu aurretik izena emanda.



Plaza kopurua mugatua da. Gaindituz gero, zozketa egingo da ikastaroan izena eman duten emakume guztien artean.
Uribe Kostako Zerbitzu Mankomunitateko udalerrietan errolatutako emakumeek izango dute lehentasuna.



Tailer edo ikastaro bakoitzean ahalik eta emakume gehienek parte har dezaten, izena eman ondoren tailerrera joaterik ez badago, abisatzeko eskatzen dizuegu.



Ikastaroa hasi ondoren utzi nahi duten pertsonak berdintasun-zerbitzuari jakinarazi beharko diote. Justifikatu gabeko 3 absentzia izanez gero, urtebetez galduko da ikastaro berrietan parte hartzeko eskubidea.

Izen-emate

Adi egun hauetan!

Izena emateko epea: irailaren 19tik 28ra.

Aurrez izena emateko formulario bat bete beharko da.

Izen-ematea eta informazioa:



lilagune@uribekosta.eus



616 470 653  **Whatsappa besterik ez!**
946 76 26 74



Uribe Kosta Zerbitzuen Mankomunitatea.
Berdintasun arloa. www.uribekosta.eus



Hartzaindegi zerbitzua



Zure alaba edo semea zaintzen duen inor ez baduzu eta Lilaguneko tailerren batera joan nahi baduzu, hartzaindegi zerbitzu bat eskaintzen da tailerretako saioekin batera.



Zerbitzua tailerra egiten den lekutik gertu egongo da.

Horretarako langile espezializatuak kontratatuko dira.

Adi egon!



Eskatu zerbitzua izena emateko unean.

Izena emateko epean eskaerarik badago bakarrik gaituko da.

2023-
2024

Ezagutu zeure burua zeure burua zaintzeko

Ikastaroaren deskribapena

Eguneroko bizkortasunarekin eta estresarekin bizi gara. Horrek gutaz deskonektatzen gaitu. Lantegi hau guretzako denbora eta espazio bat da, gu ikusteko eta elkartzeko, kanpoko zaratarik gabe. Zer behar duzu? Zer nahi duzu? Zer egin dezakezu? Hemen eta orain. Gorputzeko espazio bat egongo da (gorputzari entzuteko) eta egunero erabiltzen diren tresna batzuk partekatuko ditugu, biziagoak eta positiboagoak sentitzen lagunduko digutenak.

Ordu kop. 30	Plaza kop. 15	Datak 2023ko urriaren 19tik 2024ko maiatzaren 23ra, osteguna.	Ordutegia 18:00 – 20:00
Trebatzaileak	Elda Uribelarrea. Pedagogian lizentziatua, Coach eta Terapeuta Gestalt. Ana Burrezo. Naturopata. Kinesiologoa eta terapeuta Gestalt		
Lekua	Urduliz. Inola, Emakumeen Etxea		

Egutegi

URRIA 2023 OCTUBRE						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

AZAROA 2023 NOVIEMBRE						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ABENDUA 2023 DICIEMBRE						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

URTARRILA 2024 ENERO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

OTSAILA 2024 FEBRERO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

MARTXOA 2024 MARZO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

APIRILA 2024 ABRIL						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

MAIATZA 2024 MAYO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2023

Zoru pelbikoa indartzea

Ikastaroaren deskribapena

Tailer honek kontzientzia hartzen eta zoru pelbikoa indartzen laguntzen digu, gorputzetik ahalduntzeko eta, horrela, gehiegikeriei, beldurrei eta aurreiritziei aurre egiteko. Gu geu eta gure gorputza ezagutzea, haien zaintza, gozamina eta adierazpenak funtsezkoa da emakumeen autonomia- eta askatasun-prozesurako

Ordu kop. 8	Plaza kop. 15	Datak Asteazkena, urriaren 4tik 25era	Ordutegia 18:00 - 20:00
Trebatzaileak	Aida García. Musikoterapeuta eta fisioterapeuta espezialista zoru pelbikoan. Nathalie Bejarano. Osasun psikologoa, sexologian eta Gestalt terapian prestakuntza duena		
Lekua	Gorliz. Sertutxena		

Egutegi

URRIA 2023 OCTUBRE						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



2023

Biodantza

Ikastaroaren deskribapena

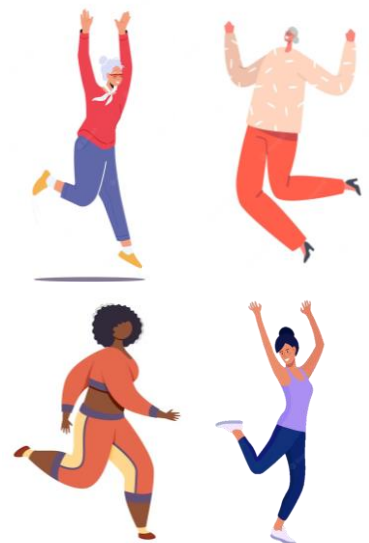
Biodantza bizitzaren dantza bat da. Ez da beharrezkoa dantzan aditua izatea, egiten dugun edozein mugimendu nahikoa izango da gurekin konektatzeko! Saioak egokituko ditugu, guztiok esperientzia hau ahalik eta gehien aprobetxa dezagun. Bide eraldatzailea da, taldean elkarrekin lan eginez hobeto ezagutzera gonbidatzen gaituena. Batzuetan ahazten ditugun gure ezaugarri positiboak esnatzen eta indartzen laguntzen digu.

Ordu kop. 10	Plaza kop. 12	Datak: Urriaren 16tik, astelehena, azaroaren 13ra	Ordutegia 18:00 a 20:00
Trebatzailea	Eider Mamolar. Biodantzaren bideratzaile ziurtatua. Esperientzia emakumeekin lan egiten eta lankidetzan.		
Lekua	Plentzia. Goñi Portal		

Egutegi

URRIA 2023 OCTUBRE							
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D	
							1
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31						

AZAROA 2023 NOVIEMBRE							
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D	
		1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30				



2023

Ipuin-aldaketak

Ikastaroaren deskribapena

Zer dago kontatzen zizkiguten ipuinen atzean? Nola konta ditzakegu guk orain? Modu lasai eta ludikoan, herri-ipuinak beste ikuspegi batetik aztertuko ditugu. Betiko istorioak begirada bidezkoago eta berdinzaleago batekin. Ipuin klasikoetatik abiatuta, bukaera irudimentsuak dituzten berdintasunezko ipuinak sortuko ditugu. Zure seme-alabei, bilobei, zure inguruko edozein haurri kontatzeko.

Ordu kop. 4	Plaza kop. 15	Datak azaroak 22 eta 29, asteazkena	Orutegia 18:00 - 20:00
Trebatzailea	Estibaliz Etxebarria. Berdintasun-teknikaria. Neurozientzietako doktorea.		
Lekua	Armintza. Kultur Etxea		

Egutegi

AZAROA 2023 NOVIEMBRE						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



2024

Eskuak argitan.

Elektrizitate-tailerra autosufizientziaren alde

Ikastaroaren deskribapena

Tailer honen bidez, tresnak manipulatzekoan emakumeen ustezko baldarkeriaren edo ezintasunaren mitoa desegin nahi da. Erabiltzera, beldurra galtzera, gozatzera animatzea. Aukera bat da ohartzeko horiek erabiltzeak autonomia, gogobetetze eta autoestimu handiagoa ematen digula, guk geuk egiten ditugun gauzek gainerakoek ez bezalako balioa hartzen baitute.

Ordu kop. 25	Plaza kop. 12	Datak Urtarrilak 10, asteazkena, martxoak 13	Ordutegia 18:30 - 21:00
Trebatzaile	Paz Carbajosa Dalmau. Soinuko eta argiztapeneko teknika, ibilgailuen elektromekanikako teknika eta aktibista feminista eta esku-hartze sozialean aditua emakumeak ahalduntzeko.		
Lekua	Berangoko Emakumeen Elkartean		

Egutegi

URTARRILA 2024 ENERO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	I/S	I/D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

OTSAILA 2024 FEBRERO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	I/S	I/D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

MARTXOA 2024 MARZO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	I/S	I/D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



2024

Elikadura kontzientea, gorputzetan indarkeria prebenitzeko

Ikastaroaren deskribapena

Inoiz galdetu al diozu zeure buruari nolakoa den zure harremana janariarekin? Nola lor dezakezu zure gorputza onartzea eta maitatzea? Atseginez jan nahi duzu, eta ez torturaz edo betebeharrengatik? Tailer hau janaria eta gorputzarekin duten harremana hobetu nahi dutenentzako da.

Ordu kop. 7,5	Plaza kop. 15	Datak Martxoaren 7tik 21era, osteguna	Ordutegia 17:30 – 20:00
Trebatzailea	Miriam Herbón. Soziologoa eta ahalduntze-prozesuetan eta emakumeen aurkako indarkerian aditua. Coach elikaduran.		
Lekua	Barrika. Udaletxe.		

Egutegi

MARTXOA 2024 MARZO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	I/S	I/D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



2024

Autodefentsa feminista

Ikastaroaren deskribapena

Indarkeria matxistak eta horiei aurre egiteko baliabideak identifikatuko ditugu. Parte-hartzaileek autoestimua eta segurtasuna sustatzen dute, talde-lana eta laguntza-sareak sortuz. Tailer honek elkarri lotuta dauden bi bloke izango ditu. Alde batetik, gure indargarriak, mugak eta indarra aurkitzea helburu duen bloke psikologikoa. Eta, bestetik, gorputza lantzen eta erasoei teknika fisikoekin erantzuten irakatsiko digun bloke fisikoa.

Ordu kop. 6	Plaza kop. 15	Datak Martxoak 1, ostirala eta 2, larunbata	Ordutegia Ostirala 17:00 - 20:00 Larunbata 11:00 - 14:00
Trebatzailea	Esther López Monge. WEN-DO metodoaren irakaslea eta Safo Eskolaren sortzaile eta sustatzailea		
Lekua	Sopela. Kurtzio Kultur Etxea		

Egutegi

MARTXOA 2024 MARZO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



Pautas generales



Todos los talleres que se ofrecen son **gratuitos**, previa inscripción.



El número de plazas es limitado. En caso de superarlo, se realizará un sorteo entre todas las mujeres inscritas en cada curso.

Tendrán preferencia las mujeres empadronadas en municipios de la Mancomunidad de Servicios Uribe Kosta.



Con el fin de facilitar la participación del máximo número de mujeres posibles en cada taller o curso, se solicita avisar en caso de no poder acudir al taller una vez inscrita.



Las personas que deseen abandonar un curso una vez iniciado, deberán avisar al servicio de igualdad. En caso de 3 ausencias sin justificar, se perderá el derecho a participar en nuevos cursos durante un año.

Inscripción

¡Atenta a estas fechas!

Plazo de inscripción, del 19 al 28 de septiembre.

Para realizar la preinscripción será necesario rellenar un formulario.

Información e inscripciones en:



lilagune@uribekosta.eus



616 470 653  ¡solo whatsapp!
946 76 26 74



Mancomunidad de Servicios Uribe Kosta.
Área de Igualdad. www.uribekosta.eus



Servicio de guardería



Si no tienes a alguien que cuide de tu hija o hijo y quieres acudir a algún taller de Lilagune, se ofrece un servicio de guardería simultáneo a las sesiones de los talleres.



El servicio se prestará en un espacio cercano al lugar donde se desarrolla el taller.

Se contratará a personal especializado para realizarlo.

¡Importante!



Solicita el servicio en el momento de inscribirte.

Se habilitará sólo en caso de que haya solicitudes en el plazo de inscripción.

2023-
2024

Conócete para cuidarte

Descripción del curso

Vivimos con la rapidez y el estrés del día a día. Eso nos desconecta de nosotras mismas. Este taller es un tiempo y un espacio para nosotras, donde vernos y encontrarnos, sin el ruido exterior. Pensar en ¿Qué necesitas? ¿Qué quieres? ¿Qué puedes? Aquí y ahora. Habrá un espacio corporal (de escucha al cuerpo) y compartiremos algunas herramientas de uso diario, que nos ayudarán a sentirnos mas vitales y positivas.

Nº horas 30	Nº Plazas 15	Fechas Jueves, 19 de octubre 2023 al 23 de mayo 2024.	Horario 18:00 – 20:00
Formadoras	Elda Uribelarrea. Pedagoga, Coach y Terapeuta Gestalt. Ana Burrezo. Naturópata. Kinesióloga y terapeuta Gestalt		
Lugar	Urduliz. Inola, Casa de las Mujeres		

Calendario

URRIA 2023 OCTUBRE						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

AZAROA 2023 NOVIEMBRE						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ABENDUA 2023 DICIEMBRE						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

URTARRILA 2024 ENERO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

OTSAILA 2024 FEBRERO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

MARTXOA 2024 MARZO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

APIRILA 2024 ABRIL						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

MAIATZA 2024 MAYO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	U/S	I/D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2023

Fortalecimiento de suelo pélvico

Descripción del curso

Este taller nos ayuda a tomar conciencia y fortalecer el suelo pélvico para empoderarnos desde el cuerpo y así enfrentarnos a los abusos, miedos y prejuicios. Es fundamental para el proceso de autonomía y libertad de las mujeres conocernos, conocer nuestro cuerpo, sus cuidados, gozos y expresiones.

Nº horas 8	Nº Plazas 15	Fechas Miércoles del 4 al 25 de octubre	Horario 18:00 - 20:00
Formadora	Aida García. Musicoterapeuta y fisioterapeuta especialista en suelo pélvico. Nathalie Bejarano. Psicóloga sanitaria con formación en sexología y terapia Gestalt		
Lugar	Gorliz. Sertutxena		

Calendario

URRIA 2023 OCTUBRE						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



2023

Biodanza

Descripción del curso

La Biodanza es una danza de la vida. No es necesario ser experta en baile, ¡cualquier movimiento que hagamos será suficiente para conectar con nosotras mismas! Adaptaremos las sesiones para que todas podamos aprovechar al máximo esta experiencia. Es un camino transformador que nos invita a conocernos mejor trabajando juntas en grupo. Nos ayuda a despertar y potenciar nuestras cualidades positivas que a veces olvidamos.

Nº horas 10	Nº Plazas 12	Fechas: Lunes 16 de octubre al 13 noviembre	Horario 18:00 a 20:00
Formadora	Eider Mamolar. Facilitadora certificada de Biodanza. Experiencia en trabajo con mujeres y en cooperación.		
Lugar	Plentzia. Goñi Portal		

Calendario

URRIA 2023 OCTUBRE							
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D	
2	3	4	5	6	7	8	1
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31						

AZAROA 2023 NOVIEMBRE							
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D	
		1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30				



2023

Cambiacuentos

Descripción del curso

¿Qué hay detrás de los cuentos que nos contaban? ¿Cómo podemos contarlos nosotras ahora? De forma distendida y lúdica, analizaremos los cuentos populares desde una perspectiva diferente. Las historias de siempre con una mirada más justa e igualitaria. Partiendo de cuentos clásicos crearemos cuentos igualitarios con finales muy imaginativos. Para que se los cuentes a tus hijas e hijos, a tus nietas y nietos, a cualquier criatura de tu entorno.

Nº horas 4	Nº Plazas 15	Fechas miércoles, 22 y 29 de noviembre	Horario 18:00 - 20:00
Formadora	Estibaliz Etxebarria. Técnica de igualdad. Doctora en neurociencias.		
Lugar	Armintza. Kultur Etxea		

Calendario

AZAROA 2023 NOVIEMBRE						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



2024

Manos a la luz. Taller de electricidad por la autosuficiencia

Descripción del curso

Este taller pretende desmontar el mito de la supuesta torpeza o incapacidad de las mujeres a la hora de manipular herramientas. Animarlas a utilizarlas, a perder el miedo, a disfrutar haciéndolo. Es una oportunidad para tomar conciencia de que su manejo nos da más autonomía, satisfacción y autoestima, ya que las cosas que hacemos nosotras mismas adquieren un valor diferente al resto.

Nº horas 25	Nº Plazas 12	Fechas Miércoles 10 enero a 13 marzo	Horario 18:30 - 21:00
Formadora	Paz Carbajosa Dalmau. Técnica de sonido e iluminación, técnica en electromecánica de vehículos y activista feminista y experta en intervención social para el empoderamiento de Mujeres.		
Lugar	Asociación de mujeres de Berango		

Calendario

URTARRILA 2024 ENERO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	I/S	I/D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

OTSAILA 2024 FEBRERO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	I/S	I/D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

MARTXOA 2024 MARZO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	I/S	I/D
					1	2
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



2024

Alimentación consciente, para prevenir la violencia en los cuerpos

Descripción del curso

¿Alguna vez te has preguntado cómo es tu relación con la comida? ¿Cómo puedes conseguir aceptar tu cuerpo y quererlo? ¿Quieres comer desde el placer y no desde la tortura o la obligación? Este taller está dirigido a quienes quieran mejorar su relación con la comida y con su cuerpo.

Nº horas 7,5	Nº Plazas 15	Fechas Jueves 7 al 21 marzo	Horario 17:30 – 20:00
Formadora	Miriam Herbón. Socióloga y experta en procesos de empoderamiento y en violencia contra las mujeres. Coach en alimentación.		
Lugar	Barrika. Ayuntamiento.		

Calendario

MARTXOA 2024 MARZO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



2024

Autodefensa feminista

Descripción del curso

Identificaremos violencias machistas y recursos para enfrentarlas mientras las participantes potencian su autoestima y seguridad mediante el trabajo en grupo y la generación de redes de apoyo. Este taller tendrá dos bloques que están interrelacionados. Por un lado, el bloque psicológico que consiste en lograr descubrir nuestros propios refuerzos, limitaciones y fuerza. Y por otro, el bloque físico en donde aprenderemos a trabajar el cuerpo y responder a las agresiones con técnicas físicas.

Nº horas 6	Nº Plazas 15	Fechas Viernes 1 y sábado 2 de marzo	Horario Viernes 17:00 - 20:00 Sábado 11:00 - 14:00
Formadora	Esther López Monge. profesora del metodo WEN-DO y creadora y promotora de Safo Eskola		
Lugar	Sopela. Kurtzio Kultur Etxea		

Calendario

MARTXOA 2024 MARZO						
A/L	A/M	A/MX	O/J	O/V	L/S	I/D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

