

La Escuela de Empoderamiento de Ermua ofrecerá 13 actividades hasta diciembre

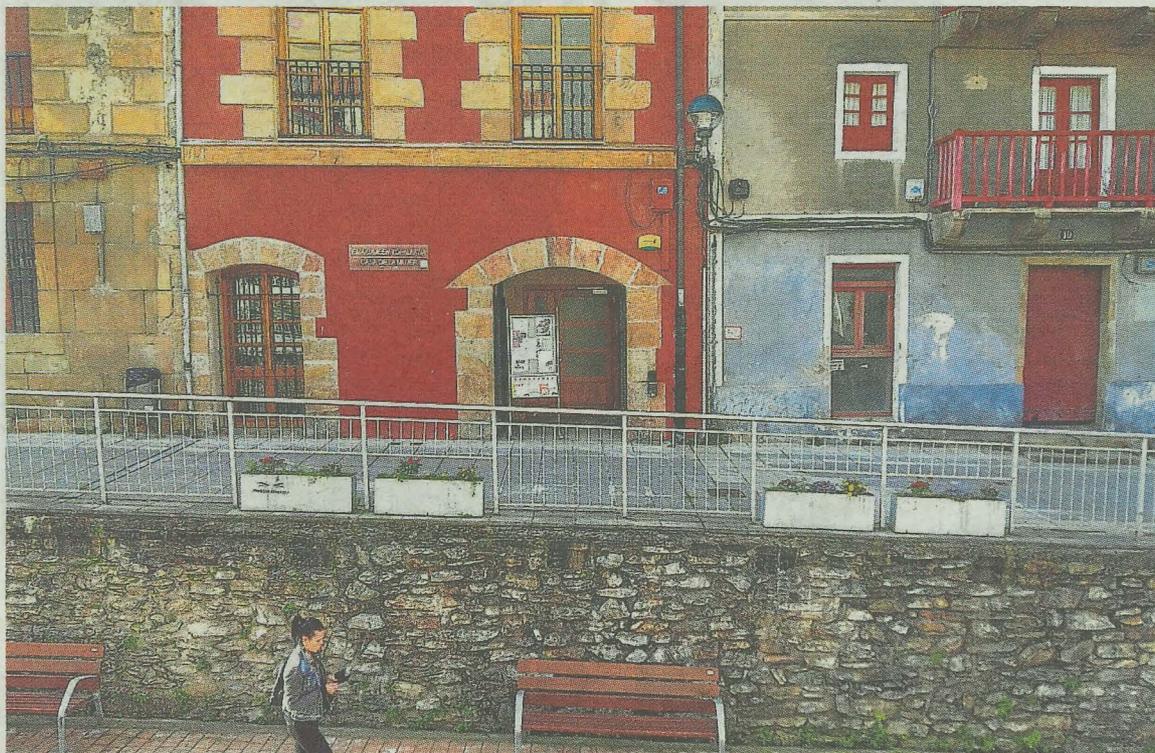
Se impartirán nueve cursos de conocimientos que colaboren en el empoderamiento de sus participantes, tres charlas y una excursión

AINHOA LASUEN

ERMUA. La Casa de la Mujer de Ermua ha presentado la nueva programación de cursos que se ofertarán en la Escuela de Empoderamiento local hasta finales de año. Se trata de 13 nuevas iniciativas entre las que se incluyen nueve talleres, tres charlas y una excursión. La participación en los talleres y la excursión requerirá inscripción previa de 5 euros. El resto de las actividades serán gratuitas.

Los primeros cursos comenzarán a principios del mes de octubre. El primero versará sobre 'El río de la erótica, deseo y sexualidad en nuestra historia de vida'. Este curso de 8 horas, que se desarrollará todos los lunes del 3 al 24 de octubre, de 17.30 a 19.30 horas, permitirá hablar con mujeres maduras, con motivo del Día Internacional de las Personas de Edad, el 1 de octubre. A través de las fotografías personales y otros recursos se verá cómo ha ido cambiando el deseo y la sexualidad a lo largo de la vida.

Todos los martes, del 4 al 25 de octubre, de 17.30 a 19.30 horas, se impartirá un curso sobre el 'Acompañamiento para una educación sexual integral en casa'. Se centrará en obtener herramientas educativas para familias y profesionales de la educación sobre sexualidad y salud integral, con contenidos como el desarrollo sexual, el ciclo menstrual y



Las inscripciones pueden realizarse en la Casa de la Mujer de Ermua, ubicada en la calle Izelaieta. A. L.

cómo establecer una comunicación fluida y de confianza con la juventud, entre otros.

Otro de los talleres persigue ofrecer una experiencia de contacto progresivo con las sensaciones físicas y con la conexión entre cuerpo, mente y emoción. Se trata de una actividad en movimiento que se impartirá en el polideportivo, todos los jueves de octubre, de 18.30 a 20.30 horas. El objetivo es iniciar un empoderamiento individual a través del movimiento.

El programa ofrecerá también un 'taller de teatro para el empoderamiento ante las violencias machistas'. Esta actividad, que se impartirá los días 2, 3 y 4 de noviembre, de 17.00 a 19.00 horas, utilizará las artes escénicas

como herramienta empoderadora. Las mujeres descubrirán como observadoras y creadoras el valor de sus propias historias, promoviendo los autocuidados, la confianza y conciencia colectiva.

Reparaciones domésticas

Se ofrecerá además un taller de pequeñas reparaciones domésticas para aprender a ahorrar y ser autosuficientes, de 12 horas de duración. Serán los lunes y jueves, del 7 al 24 de noviembre, de 18.00 a 20.00 horas, y se podrá aprender a reparar algunas de las cosas que se rompen o desgastan con más frecuencia en casa.

También se organizará un curso de clown titulado 'La revolución de la risa femenina', de 8 ho-

ras de duración. Se impartirá los martes del 8 al 29 de noviembre, de 17.30 a 19.30 horas.

La oferta también incluye un curso denominado 'Mi vida, mi tiempo, mis condiciones', donde se pretende contribuir en el empoderamiento de las mujeres a través de un espacio grupal que permita un apoyo y crecimiento emocional. Se impartirá los viernes del 11 de noviembre al 2 de diciembre, de 10.00 a 12.00 h.

La figura del personaje histórico de Leonor de Aquitania se podrá conocer a través de un curso y una excursión

Además, se contará con una oportunidad para introducirse en el arte con 'gafas moradas' y poder tener una perspectiva feminista de la teoría del arte y la producción artística. Del 16 de noviembre al 1 de diciembre, de 17.30 a 19.30 horas, habrá desde sesiones teórico-prácticas, hasta visitas a museos y exposiciones.

Los lunes, del 5 al 19 de diciembre, de 17.00 a 19.40 horas, se ofertará otro de los cursos, que persigue mejorar la relación personal con la comida y nociones sobre la alimentación consciente, que es una buena alternativa a las dietas.

Tres charlas

Por otra parte, durante el último trimestre del año se impartirán tres charlas sobre diversas temáticas. La primera de ellas será el 19 de octubre, sobre la figura de Leonor de Aquitania. Se hablará sobre su papel como mujer en el poder y sobre el tema del legado en el medioevo.

El 28 de noviembre se tratará la prevención de violencias machistas en las redes y el 15 de diciembre se hablará sobre la menopausia como oportunidad, en la charla titulada 'De crisálida a mariposa'.

Para completar la programación se ha previsto una excursión cultural a Baiona y La Bastide-Clairence para el sábado 22 de octubre. En esta salida, nombrada como 'Recorrido por el legado de una reina', se pondrá en valor el comportamiento de Leonor de Aquitania, la primera mujer convertida en personaje histórico en plena Edad Media, en los ámbitos de la cultura, la economía y la historia, así como su visión moderna de la sociedad y su fortaleza en la defensa de sus derechos como mujer.

La inscripción para estas actividades se podrá realizar en la Casa de la Mujer de Ermua y en caso de requerir más información se podrá llamar al teléfono 943 171 030.

TELÉFONOS DE INTERÉS

URGENCIAS	
SOS DEIAK	112
DYA	943 464 622
HOSPITALES	
Hospital Mendaro	943 032 800
Ambulatorio de Eibar	943 032 500
Ambulatorio de Eibar (Torrekua)	943 032 650
Ambulatorio de Ermua	943 032 630
POLICÍA MUNICIPAL	
Eibar	943 708 424
Ermua	943 176 300
ERTZAINTZA	
Eibar	943 531 700
BOMBEROS Toda la provincia	112
TRANSPORTES	
Euskotren	902 543 210
Pesa Eibar	902 101 210
Bizkaibus	902 222 265
TAXIS	
Eibar	943 203 071 y 943 201 325
Ermua	943 170 396
AYUNTAMIENTOS	
Eibar (Centralita)	943 708 400
Eibar (Oficina de información a la Ciudadanía. Pegora)	010
Ermua	943 176 322

* EL CORREO no se hace responsable de cambios de última hora

CARTELERA DE CINE

EIBAR

COLISEO Merkatu Kalea, 2

No hay función

ERMUA

ERMUA ANTZOKIA Iparragirre, s/n

No hay función

COMUNICACIONES

AUTOBUSES

EIBAR-SAN SEBASTIÁN

Laborables: 6.10*, 6.40*, 7.10*, 7.40, 8.10, 8.45*, 9.15*, de 10.10 a 21.10 cada hora, 13.05*, 18.10*, 19.10*
Sábados: 6.40*, 7.10*, 8.10, 8.45*, 9.15*, de 10.10 a 17.10 cada hora, 13.15*, 15.10*, 16.10*, 18.10*, 19.10*, 20.10*, 21.30, 23.10.
Festivos: 8.10, 10.10*, 12.10, 13.10, 15.10*, 17.10, 18.10, 19.10* y 21.45*
*Salida desde Ermua diez minutos antes

SAN SEBASTIÁN-EIBAR

Laborables: 6.50, 7.20*, 7.50*, de 8.20 a 14.20 cada hora, 11.20*, 14.30*, 14.50*, 15.20*, 16.20*, 17.20, de 18.20* a 22.20* cada hora.
Sábados: 6.50, 7.20*, 7.50*, de 8.20 a 21.20* cada hora, 11.20*, 14.20*, 16.20*, 17.20*, 18.20*, 19.20*, 22.35* y 00.20.

Domingos y festivos: de 9.20*, 11.20*, 13.20, 14.20*, 16.20*, de 18.20* a 20.20* cada hora, y 22.20*
*Llegada a Ermua

EIBAR-BILBAO (Autopista)

De lunes a sábado: Desde las 6.40 hasta las 20.40 cada hora. Domingos y festivos: Desde las 7.40 hasta las 21.40 cada hora.

BILBAO-EIBAR (Autopista)

Laborables: De 6.40 a 21.40 cada media hora. Sábados-festivos: 7.40 a 21.40 cada media hora.

EIBAR-VITORIA

Laborables: 6.25, 6.40, 6.55 y de 7.30 a 21.30 cada hora.
Festivos: De 6.30 a 23.30 cada hora.

VITORIA-EIBAR

Laborables: 6.15, 7.00, 7.15, 7.45 y de 8.15 22.15 cada hora.
Festivos: De 6.15 a 22.15 cada hora

EIBAR-PAMPLONA

Laborables y festivos: 8.30

PAMPLONA-EIBAR

Laborables y festivos: 11.00.

EIBAR-ARRATE

Laborables: 15.00.
Sábados: 14.00
Festivos: 9.00, 10.00, 11.00, 12.00 y 13.00.

ARRATE-EIBAR

Laborables: 15.30.
Sábados: 14.30
Festivos: 9.30, 10.30, 11.30, 12.30 y 13.30.

EIBAR-ELGETA

Laborables: 6.30, 8.30, 11.00, 13.30, 15.30, 16.30, 18.30 y 20.30
Festivos: 8.30, 11.30, 13.30, 15.30 y 20.30.

ELGETA-EIBAR

Laborables: 6.50, 8.50, 11.20, 13.50, 15.50, 16.50, 18.50 y 20.50
Festivos: 8.50, 11.50, 13.50, 15.50 y 20.50.

EIBAR-HOSPITAL MENDARO

Lunes a viernes: 6.20, 7.05 (de 7.05 a 22.35 cada media hora).
Sábados: De 7.00 a 21.00 cada hora.
Domingos: de 8.00 a 21.00 cada hora.

HOSPITAL MENDARO-EIBAR

Laborables: De 6.45 a 21.15 cada media hora. Sábados y festivos: De 7.45 a 20.45 cada hora.

TRENES

BILBAO-EIBAR

Laborables: 5.57. Diario: (De 6.57 a 20.57 cada hora), 9.34 y 20.34.
Sábado noche: 23.50, 1.50, 3.50 y 5.50.

EIBAR-BILBAO

Laborables: 6.13, 7.13. Diario: (De 8.13 a 22.13 cada hora), 10.36 y 21.36. Noches: 2.05, 4.05, 6.05 y 7.29.

ERMUA-BILBAO

Laborables: 6.19 y 7.19. Diario: De 8.19 a 21.19 cada hora.

SAN SEBASTIÁN-EIBAR

Laborables: 5.47, 6.47. Diario: De 7.47 a 20.47, cada hora, 9.20 y 20.20.

EIBAR-SAN SEBASTIÁN

Laborables: 6.13 y 7.13. Diario: De 8.13 a 22.13 cada hora, 10.35 y 21.35.

FARMACIAS

EIBAR

De 9.00 a 22.00: Azkue (toribio Etxebarria, 4).

ERMUA

De 9.00 a 22.00: Alves (Av. Gipuzkoa, 46).

EIBAR-ERMUA

Noche. De 22.00 a 9.00: Mendinueta (Urkiu pasealekua, 6. Eibar).