

## Decora tu tabla de skate

Trae tu tabla de skate y ámate a darle una nueva vida y un diseño personalizado.

- » Fechas: 12 y 13 de noviembre.
- » Inscripciones: Del 25 de octubre al 12 de noviembre

## Ampliación y siembra del huerto ecológico de invierno

Preparación de bancales reciclados y siembra directa de semillas. Hablaremos de la rotación de los cultivos y de todo lo necesario para terminar de preparar un huerto de invierno. Sábado 6 de noviembre, de 11.00 a 12.30 horas. Matrícula gratuita, previa inscripción hasta el 4 de noviembre.

» Imparte: Aitor y Ander, de la Mutilhuerta.



@lamutilhuerta

## Charla de educación digital

Charla para conocer pautas educativas, controles parentales, algunos riesgos en redes sociales y juegos online, su prevención...

- » Dirigida a madres, padres y tutores/as.
- » Horario: miércoles de 17:30 a 19:00
- » Fecha: 15 diciembre.
- » Inscripciones: 22 noviembre al 10 de diciembre

## Taller para utilizar TIK-TOK de manera segura y privada

- » Horario: viernes de 18:00 a 19:00
- » Fecha: 17 diciembre.
- » Inscripciones: 22 noviembre al 10 de diciembre

## // TEATRO

### Teatro juvenil:

Horario: miércoles 17:00h a 18:30h.  
Fechas: Octubre (6, 13, 20, 27), noviembre (3, 10, 17, 24), diciembre (1, 15).  
Edades: Jóvenes nacidos/as en 2009, 2008 y 2007.

Castellano y euskera

## Torneo fútbolín

- » Horario: 17:00 a 18:30 horas.
- » Fecha: 6 de noviembre.
- » Plazas: 5 grupos de 2 personas.
- » Inscripciones: Hasta el 3 de noviembre en Aranetxea

## Excursión a las termas de yesa

- » Horario: 16:30 a 21:00 horas.
- » Fechas: 20 de noviembre.
- » Salida y llegada: C.P. San Pedro, Mutilva
- » Inscripciones: Del 2 hasta el 12 de noviembre.

## Animaranetxea Navidad

Grupo de ocio con actividades serán nuestras primeras aliadas, escape room, gymkhanas, rocódromo, patinaje, excursiones, cine, maquillaje, educación digital, tye die, cine iY mucho más!

- » Fechas: del 27 al 31 de diciembre. Y 3, 4, 5 y 7 de enero.
- » Inscripciones: Del 29 de noviembre al 18 de diciembre

## Torneo Futsal

Fechas: 2 de enero de 9:00 a 20:00.  
Inscripciones: Hasta el 11 de diciembre en Aranetxea  
SE REPARTIRÁN DIFERENTES PREMIOS  
» Inscripciones: Hasta el 11 de diciembre en Aranetxea

## Torneos de Navidad

- » Inscripciones: Hasta el 23 de diciembre
- Torneo de Ping-Pong**  
» Fechas: 27 de diciembre.
- Torneo de Dardos**  
» Fechas: 28 de diciembre.

## Teatro joven +:

Horario: miércoles 18:45h a 20:15h.  
Fechas: Octubre (6, 13, 20, 27), noviembre (3, 10, 17, 24), diciembre (1, 15).  
Edades: Jóvenes nacidos/as en 2003, 2004, 2005 y 2006.



## PROGRAMA DE APOYO ESCOLAR: Castellano y Euskera

LUNES, MARTES Y JUEVES

Es un programa de refuerzo para la realización de las tareas escolares y donde se realizan también actividades lúdicas, como juegos o talleres.

- » Cursos: 4º, 5º y 6º de primaria, 1º y 2º de secundaria.
- » Horario: 17:00h a 19:00h.
- » Duración: octubre 2021 - mayo 2022.
- » Comienzo: 4 de octubre.

Actividad gratuita, en colaboración con Servicios Sociales, Colegio Público San Pedro, Colegio Irulegi, Colegio Luis Amigó, IES Plaza de la Cruz e IES Mendillorri BHI. En coordinación con tutores y tutoras de los diferentes centros.

## SERVICIO DE ASESORÍA PSICOLÓGICA

Aranetxea, en coordinación con Servicio Sociales, ofrece un servicio totalmente gratuito para las personas jóvenes empadronadas de 14 a 35 años.

Es un servicio de ayuda, sobre cuestiones relacionadas con la psicología, en el cual se ofrecerá una atención personalizada y directa. Atenderemos preguntas, dudas o problemas relacionados con la psicología individual.

Pretendemos ayudarte a manejar mejor tus relaciones familiares, sociales y asesorarte sobre autoestima, habilidades sociales, estrés y ansiedad, miedos, estados depresivos, adaptación al cambio, trastornos de alimentación, adicciones...

En esta asesoría puedes contar con un profesional licenciado en psicología, que tratará de ayudarte sea cual sea el motivo.

- » Acércate los viernes a Aranetxea en horario de 17:00h a 19:00h.
- » Fechas: Noviembre (5, 12, 19, 26), diciembre (10, 17).
- » Horarios: Viernes de 17:00h a 19:00h.
- » Lugar: Aranetxea.

Si quieres pedir cita o + info: [aranetxea@aranguren.es](mailto:aranetxea@aranguren.es) / 948 23 75 58 / [www.aranetxea.org](http://www.aranetxea.org) / o presencialmente en Aranetxea

PROGRAMAS



Area de Juventud del Valle de Aranguren / Aranguren Ibarreko Gazteri arloa

2019  
2020  
2021  
2022  
2023



### Antolatzaileak / Organizan:

- Aranetxea
- Aranguren Ibarreko Udala / Ayuntamiento del Valle de Aranguren

### Diru-laguntza / Subvenciona:

- Nafarroako Gobernua / Gobierno de Navarra
- Aranetxea - Aranguren Ibarreko Gaztediaren Etxea / Casa de la Juventud del Valle de Aranguren

### Dirección / Elbidea:

- K/ Nagusia, 2 Bis (Mutiloa)
- C/ Mayor nº 2 Bis (Mutilva)

Teléfono / Zembakia: 948237558 / 689808732

- ✉ [aranetxea@aranguren.es](mailto:aranetxea@aranguren.es)
- 🌐 [www.aranguren.es/eu/gazteria](http://www.aranguren.es/eu/gazteria)  
[www.aranetxea.es/juventud](http://www.aranetxea.es/juventud)  
[www.aranetxea.org](http://www.aranetxea.org)
- 📘 [aranetxea.casadejuventud](https://www.facebook.com/aranetxea.casadejuventud)
- 🐦 @aranetxea
- 📍 @aranetxeamutilva



## ESKOLARI LAGUNTZEKO PROGRAMA: Gaztelania eta Euskera

ASTELEHENA, ASTEARTEA ETA OSTEGUNA

Eskolako lanak egiteko errefortzu-programa bat da, eta jolas-jarduerak ere egiten dira, hala nola jolasak edo tailerrak.

Kurtsoak: Lehen Hezkuntzako 4., 5. eta 6. maila, Bigarren Hezkuntzako 1. eta 2. mailak.

- » Iraupena: 2021eko urria-2022eko maiatza.
- » Tokia: Aranetxean.
- » Hasiera: urriaren 4an.

Doako jarduera, Gizarte Zerbitzuekin, San Pedro ikastetxe publikoarekin eta Irulegi ikastetxearekin elkarlanean. Ikastetxeetako tutoreekin koordinatuta.



## AHOLKULARITZA PSIKOLOGIKOKO ZERBITZUA

Aranetxeak, Gizarte Zerbitzuekin koordinatuta, 14 eta 35 urte bitarteko gazte errolatuentzako doako zerbitzua eskaintzen du.

Psikologiarekin zerikusia duten gaiei buruzko laguntza zerbitzua da, arreta pertsonalizatua eta zuzena eskainiko duena. Banakako psikologiarekin zerikusia duten galdera, zalantza edo arazoei erantzungo diegu.

Zure familia- eta gizarte-harremanak hobeto kudeatzen lagundu nahi dizugu, eta aholkuak eman autoestimuari, gizarte-gaitasunei, estresari eta antsietateari, beldurrei, depresio-egoerei, aldaketara egokitzeari, elikadura-nahasteei, mendekotasunei eta abarri buruz.

Aholkularitza honetan psikologian lizentziatutako profesional bat izan dezakezu, edozein arrazoi dela ere zuri laguntzen saiatuko dena.

- » Hurbildu ostiraletan Aranetxera 17:00etatik 19:00etara.
- » Datak: azaroa (5, 12, 19, 26), abendua (10, 17).
- » Orduetegiak: ostiraletan 17:00etatik 19:00etara.
- » Tokia: Aranetxean.

**Hitzordua edo informazio gehiago nahi baduzu: [aranetxea@aranguren.es](mailto:aranetxea@aranguren.es) / 948 23 75 58 / [www.aranetxea.org](http://www.aranetxea.org) / [www.aranguren.es/juventud](http://www.aranguren.es/juventud) edo Aranetxean bertan.**

PROGRAMAK

PROGRAMAK

## Apaindu zure skate taula

Ekarri zure skate-taula, eta animatu bizitza eta diseinu pertsonalizatua ematera.

- » Egunak: azaroaren 12a eta 13a.
- » Izen emateak: urriaren 25etik azaroaren 12ra

## Neguko baratze ekologikoa handitzea eta ereitea

Baratze-maila birziklatuak prestatzea eta haziak zuzenean ereitea. Laboreen errotazioari buruz hitz egingo dugu, baita neguko baratze bat prestatzeko behar den guztiari buruz ere..

Doako matrikula, azaroaren 2ra arte aurretik izena emanda.

- » Emaileak: Aitor eta Ander; Mutilhuertakoak.

## Txangoa: Esako Termak

- » Orduetgia: 16:30tik a 21:00ra
- » Data: azaroak 20.
- » Izen emateak: Azaroaren 2tik 12ra bitarte

## Gabonetako Animaranetxea

Aisialdiko talde honetan, jarduerak gure lehen aliatuak izango dira, escape room, gymkhanak, eskalada, patinajea, txangoak, zinema, makillajea, hezkuntza digitala, tye die, zinema. Eta askoz gehiago!

## Futbolin Txapelketa

- » Orduetgia: 17:00etik 18:30ra
- » Data: azaroak 6
- » Plazak: 2 pertsonako 5 talde
- » Izen emate epea: azaroak 3a arte

## Futsal Txapelketa

Egunak: urtarrilak 2. 9:00etatik 20:00etara.  
Taldeak: Mistoak, gutxienez 7 lagun eta gehienez 12 lagun.  
HAINBAT SARI BANATUKO DIRA

- » Izen emateak: abenduaren 10era arte

## Gabonetako Txapelketa

### Ping-Pong Txapelketa

- » Egunak: abenduaren 27a.
- » Izen emateak: abenduaren 23ra arte

### Dardoak Txapelketa

- » Egunak: abenduaren 28a.
- » Izen emateak: abenduaren 23ra arte

» Egunak: abenduaren 27, 28, 29, 30 eta 31.  
Urtarrilaren 3, 4, 5, 7.

- » Izen emateak: azaroaren 29tik abenduaren 18ra
- » Adina: 2007-2008-2009.

- » Plazak: 25.

JARDUERAK

## NOVIEMBRE / AZAROA

Teatro juvenil  
Gazteen antzerkia

- 6/11 Ampliación y siembra del huerto ecológico  
Baratze ekologikoa handitzea eta ereitea
- 6/11 Torneo de fútbolin  
Futbolin txapelketa

- 12/11 Decora tu tabla de skate  
Apaindu zure skate-taula

- 20/11 Excursión a las termas de Yesa  
Txangoa: Yesako Termak

## DICIEMBRE / ABENDUA

- 15/12 Educación digital  
Hezkuntza digitala
- 17/12 Cómo usar Tik-tok de manera segura  
Tik-tok erabiltzeko tailerra
- 28/12 Torneos de Navidad  
Gabonetako txapelketak  
27/12 -Ping-Pong / Ping-Pong  
28/12 -Dardos / Dardoak

- 27/12 Aimiranetxea Navidad  
Gabonetako Animaranetxea

- 2/01 Torneo Futsal  
Futsal Txapelketa



Para ver reportajes y videos de las actividades realizadas entrar en la tele del Valle de Aranguren: [www.aranguren.tv](http://www.aranguren.tv)  
Aranguren Ibarreko telebistan sartu, egindako jardueren erreportajeak eta bideoak ikusteko:

**ARAR** Para ver trabajos de "Artistas de Aranguren": [www.aranguren.es/Arar](http://www.aranguren.es/Arar)  
"Arangurengo Artisten" lanak ikusteko:  
\* Este folleto lo ha diseñado @\_sagu folleto hau diseñatu du.

Para más info: **QR** para ir directamente a la web de juventud.  
Informazio gehiagorako: **QR**ak gazteen webgunera zuzenean joateko.  
[www.aranguren.es/juventud](http://www.aranguren.es/juventud) - [www.aranguren.es/gazteria](http://www.aranguren.es/gazteria)



PROGRAMACIÓN  
EN CASTELLANO



PROGRAMAZIOA  
EUSKARAZ

IKASTAROAK



## Hezkuntza digitala hitzaldia

Hezkuntza-jarraibideak, gurasoen kontrolak, sare sozialetako eta online jokoetako zenbait arrisku, horien prebentzioa eta abar ezagutzeko hitzaldia

Guraso eta tutoreei zuzenduta

- » Orduetgia: 17:30etatik 19:00ra.
- » Datak: abenduak 15, asteazkena.
- » Izen-emateak: azaroak 22tik abenduaren 10a arte

## TIK-TOK modu seguru eta pribatuan erabiltzeko tailerra

- » Orduetgia: 18:00tik 19:00ra
- » Datak: Abenduak 17, ostirala
- » Izen-emateak: azaroak 22tik abenduaren 10a arte

## // ANTZERKIAK

### Gazteen antzerkia

Euskara eta gaztelania

Orduetgia: Asteazkenak 17:00etatik 18:30era.

Datak: Urria (6, 13, 20, 27), azaroa (3, 10, 17, 24) eta abendua (1, 15).

Adinak: 2009, 2008 eta 2007an jaiotako gazteak.

### Gazteen antzerkia +

Euskara eta gaztelania

Orduetgia: Asteazkena 18:45etik 20:15era.

Datak: Urria (6, 13, 20, 27), azaroa (3, 10, 17, 24) eta abendua (1, 15).

Adinak: 2003, 2004, 2005 eta 2006an jaiotako gazteak.