OINARRIZKO GIZARTE ZERBITZUA

ARANGUREN IBARREKO UDALAREN INFORMAZIO BULETINA

AZAROAK 2019 / 49. ZK.

Azaroak 25

Emakumeenganako indarkeriaren desagerpenerako Nazioarteko Eguna

Aranguren Ibarreko Udala, lehenengo aldiz da "UDALAK, EMAKUMEENGANAKO INDARKERIAREN AURKAKO" kanpainaren sustatzaile.

Aurten hautatutako leloa ondorengoa da: **"¡Muévete! Mugitu" eta gizonei deia luzatu nahi izan die.**

Bidai honetan zehar gizon asko izan dira berdintasunaren aldeko aldarrikapenekin bat egin dutenak. Horregatik Azaroaren 25 honetan, gizonezkoei dei berezia luzatu nahi diegu, ez bakarrik mobilizatzen jarraitzeko, baizik eta batez ere emakumearen aurkako indarkeria desberdinen aurrean konplizitate-posizioetatik MUGITU eta oinordetzan jasotako pribilegioei uko egiteko.

JARDUEREN EGITARAUA

Azaroak 25, astelehena
Emakumeenganako indarkeriaren desagerpenerako Nazioarteko Eguna.
Kontzentrazioa eta adierazpen instituzionalaren irakurketa.

12:30 Mutiloa Plazan
ELKARRATARATZEA EMAKUMEENGANAKO INDARKERIA GAITZESTEKO.

13:00 Aranguren Ibarreko erabilera anitzeko gela
Azaroak 25 Emakumeenganako indarkeriaren desagerpenerako III. kontakizun laburren lehiaketa
LEHIAKETAKO KONTAKIZUN LABUR IRABAZLEAREN IRAKURKETA ETA SARIEN BANAKETA.

20:00 Manifestazioa Iruñeko Gaztelu plazan
Deialdia: EMAKUMEENGANAKO INDARKERIA SEXISTAREN AURKAKO PLATAFORMA.

Azaroak 29 ostirala, 20:00etan:
ZINEFORUMA: "TRES ANUNCIOS EN LAS AFUERAS".
Moderatzailea: María Castejón.
Arangurengo Kultur Etxean.
Hizkuntza: Gaztelera.
Prezioa: 2,5 euro.

Abenduak 13 ostirala 20:00etan
LIBRE ZU, LIBRE NI.
JAZARPEN SEXISTARI BURUZKO MIKROMUSIKALA.
Aranguren Ibarreko Kultur Etxean.
Hizkuntza: Gaztelera.
zu eta zure koadrilarentzako opari zozketa, sarrerarekin (30 urte baino gutxiagoko gazteentzat): salting, rokodromo, zinema...
Publikoa: 14 urtetik gorako pertsonentzat.

❦ KONTAKIZUN IRABAZLEA ❦

Azaroak 25, emakumeenganako indarkeriaren aurkako KONTAKIZUN LABURREN III. LEHIAKETA

Guiomar Santamaria Solanak idatzia

Querida hija:

A veces es más fácil escribir las cosas que decirlas en alto, quizá porque ya hemos perdido la costumbre de conversar, de transmitirnos los saberes hablando y utilizamos más los mensajes, el whatsapp, los mails...

Soy consciente y asumo que me queda poco tiempo. A veces me da la sensación de que sabía lo prematuro de este adiós y que por eso a veces fui tan rápido, y que quizá por ser tan niña en ocasiones no entendieras ciertas cosas...Y no quiero dejarme nada en el tintero.

Quise enseñarte a quererte. Desde el momento en el que entraste en mi vida prometí hacer lo posible para que fueras feliz. Y sabía que la clave era esa: que te quisieras. Porque sólo queriéndose a una misma somos capaces de querer a los demás, de aceptarles como son, y sobre todo de No ver las diferencias. Quise enseñarte a no juzgar, ni por la apariencia ni por las opiniones ni creencias. Quise que conocieras lo injusto de las guerras, los errores del pasado, para que pudieras aprender de ellos y formaras parte del cambio para que nunca se repitieran. Quise que tuvieras presentes a mis mayores, tus mayores, para que gracias a su memoria nunca olvides lo que fuimos para entender a los que llegan.

Pero sobre todo me esforcé en darte ejemplo, en que vieras de lo que somos capaces, en que comprendieras mis anhelos como persona y no vieras en mi "solo" a una madre, sino a una mujer por encima de todo.

Quería que siempre tuvieras presente, que quedará en ti grabado, que no existen barreras, tan sólo las que una se dibuja. Que no es, no puedo, es yo quiero; que puedes volar tan alto como quieras y que quien te ponga lastre no merece acompañarte en el viaje. Que el amor es sumar y nunca restar y que si no es así no merece la pena, porque lejos de ser amor, puede ser una condena. Enamórate del aire, de los árboles, de la vida, sé tribu, pero nunca te enamores de quien te aparte de lo que te hace feliz, de quien intente coartar tu libertad, de quien te recorte las alas, de quien te dibuje barreras, de quien no te trate como a una igual...

Querida hija, vuela alto y siempre estaré contigo.

Mamá.

Berdintasun arlotik antolatutako oinarrizko formakuntza

Rolak, generoa, sexua.... bezalako oinarrizko kontzeptuak argituko ditugu. Publizitate kanpainei buruzko eztabaida eta hausnarketarako tarteak irekiko ditugu. Guztia modu dinamiko eta dibertigarrian.

EGUBERRITAKO TAILERRA

2008-2016 urteen artean jaiotako erroldatutako haurrentzako (biak barne)

"Talentu Eskola" Edo gaitasun artistiko eskola

Gabonetako oporretan barruan duzun artista atera ezazu! Magia egin, dantzatu, abestu, antzeztu ... Zure gaitasun artistiko guztietaz jabetu!! Jolas, gynkana, eskulan ezberdinez disfrutatu ahal izango duzu

Parte hartzera animatzen zara?

Datak:
Abendua 2019: astelehena 23, asteartea 24, osteguna 26, ostirala 27, asteleheena 30 eta asteartea 31.
Urtarrila 2020: Osteguna 2 eta ostirala 3.

Ordutegia: 9:00etatik 14:00etara.
Lekua: San Pedro Ikastetxe Publikoan (Mutiloa).

Talde ezberdinak eta aukeran dauden hizkuntzak:

- 4 eta 7 urte bitarteko adin taldea: gehienez 50 pertsona. Aukeran dauden hizkuntzak.
  - Gaztelania edo euskara.
- 8 eta 12 urte bitarteko adin taldea: gehienez 50 pertsona.
  - Gaztelania edo euskara.

IZEN-EMATEAK:
Azaroak 25 astelehena, eta 26 asteartea, 012aren bidez (deiaren kostea 0,34 €) edo 948012012 telefonora deituaz (doakoa tarifa finkoa duten telefonoetatik). Deitzeko ordutegia 8:00etatik 19:00etara.

Prezioa: 40 €/haurra

- 36 €/haurra, bi anai-arrebek izena ematen badute.
- 32 €/haurra, hiru anai-arrebek izena ematen badute.
- 28 €/haurra, lau anai-arrebek edo gehiagok izena ematen badute.

Oharra: Deia egiten duenak familia unitate bereko kideen izenak soilik eman ahalko ditu.

ZOZKETA (plaza kopurua gainditzen baldin bada) ETA ONARTUEN ZERRENDA:

- **Asteazkena, azaroak 27, 12:00etan:** adin talde bakoitzerako plazen zozketa eginen da (eskaera eskaintzen diren plazen kopurua baino handiagoa bada). Zozketak Aranguren Ibarreko Udaletxeko Osoko Bilkuren aretoan egingo dira.
- **Ostirala, azaroak 29:** mezua bidaliko zaio 012aren bidez familiari adin txikikoa Eguberritako tailerrean onartuta dagoen ala ez jakinarazteko. Telefono mugikorrik ez dutenek Oinarrizko Zerbitzura joan ala deitu beharko dute data horretatik aurrera, onartuta dauden edo ez jakiteko.

ONARTUTAKOEN ORDAINKETAK (izen-ematearen gauzatzea):

Abenduak 9 eta 10.
Deitu **012ra 08:00etatik 19:00etara** (Visarekin ordaintzeko) edo Oinarrizko Gizarte Zerbitzuen kontuan dirua sartuaz: RURAL KUTXA: ES 34 3008 0208 05 2702637428 (Haurraren abizenak kontzeptu gisa jarriz)

TAILERRETAN BAJA IZATEKO ARRAZOIAK:

Dagokion epean matrikula ez gauzatzea (tailerra ordaintzea).
Behin Eguberritako Tailerra hasita, Oinarrizko Gizarte Zerbitzuari garaiz ez jakinarazitako faltak **(948 151382 telefonoan, 9:00etatik 14:00etara)** tailerretan baja izango dira eta ez da ordaindutako dirua itzuliko.
Familiaren bat matrikula ordaindu ondoren baja baldin bada edo Udalarena ez den arrazoiren baten batengatik tailerrera joaten ez bada, ez zaio ordaindutako kopurua itzuliko (ezinbesteak bultzatutako arrazoiak izan ezik, adibidez, adin txikikoaren edo gurasoen ospitaleratze arrazoiengatik).

IKASLEENTZAKO LAGUNTZA-DEIALDIAK

2019-2020 IKASTURTEAN ZEHAR HAUR ETA LEHEN HEZKUNTZAKO IKASTETXEETAN INGLESA IKASTEKO PROGRAMETAN PARTE HARTU DUTENENTZAT

2019-2020 ikasturtean Haur eta Lehen Hezkuntzako ikastetxe batean inglesa ikasteko programa batean parte hartzen ari diren guztiek *diru laguntzak eska dezakete. Horretarako, Aranguren Ibarreko Udal erregistro orokorrean eskaera aurkeztu behar dute (deialdiaren oinarriak udalaren web-orritik jaitsi daitezke edo udaletxean bertan jaso).*

LAGUNTZA HAU ESKATZEN DUTENEK ARANGUREN IBARREAN ERROLDATUTA EGON BEHARKO DUTE

2019-2020 IKASTURTEAN ELKARTRUKE PROGRAMA BATEAN EDOTA HIZKUNTZEKIN LOTURIKO ESKOLA ESPERIENTZIETAN PARTE HARTUKO DUTEN ARANGUREN IBARREKO IKASLEENTZAKO DIRU-LAGUNTZA DEIALDIA

Nafarroako ikastetxeetan DBH 1etik eta erdi mailako ikasketak bitartean egiten ari diren ikasleentzat (Batxilergoa edo Lanbide Heziketa).

Deialdi honen helburua ikasle horiei 2019-2020 ikasturtean elkartrukeak egin badituzte, garraio eta jarduera laguntzak ematea da.

FAMILIA IKASKETARAKO TAILERRA

SHARREMAN OSASUNTSUAK

1. “TEKNOLOGIA BERRIEN ERABILERA EGOKIA SUSTATZEN”

Eguberriak hurbil ditugu. Beharbada zure seme-alabak mugikor edo Tablet bat izanen du opari... Ze mundu teknologikoa izanen du eskura opari honekin? Zer eduki izanen ditu eskura nire seme-alabak interneten bidez?
Haur eta gazteek gehien erabiltzen dituzten sare sozialei buruz hitz egingo dugu: Instagram, YouTube, Snapchat Zer nolako sareak dira? Zertarako erabiltzen dira? Zer arrisku eta abantaila ditu sare horietako bakoitzak?

Datak: Azaroak 26 eta Abenduak 10 eta 17, astearteak.
Ordutegia: 17:00etatik 19:00etara.

Lekua: San Pedro Ikastetxe Publikoa.
Emaleak: Ilundain Fundazioko hezitzaile espezializatuak.
Tailerraren prezioa: 5 € /pertsonako. Doakoa GURASO ELKARTEko bazkideentzat.

2. “FAMILIEN ESTRES KUDEAKETA: NOLA KUDEATU NIRE ESTRESA, ETA NIRE SEME-ALABEN ESTRESAREN KUDEAKETAN NOLA LAGUNDU”

Gurasoen topagunea sortzea da helburua. Bertan, pertsona helduak estresera eramaten gaituzten emozio eta faktoreak landuko dira.
Modu berean, gure seme-alabentzako Hezkuntza Emozionala sustatuko da, hau da, beren sentimenduei errefortzu positiboa eta auto-estimaren bidez aurre egiten laguntzea. **5 € /pertsonako. Doakoa GURASO ELKARTEko bazkideentzat.**

Datak: Urtarrilak 15, 22, 29 eta Otsailak 5, asteazkenak.
Ordutegia: 17:00etatik 19:00etara.

Lekua: San Pedro Ikastetxe Publikoa.
Emalea: Lourdes Díez Hernández, familia terapeuta.

DOAKO HAURTZAINDEGI ZERBITZUA EGONGO DA
IZEN-EMATEAK LEHENENGO ETA BIGARREN TAILERRERAKO: Azaroak 20 asteazkena eta azaroak 21 osteguna.
012aren bidez (deiaren kostea 0,34 €) edo 948 012 012 telefonora deituaz (doakoa tarifa finkoa duten telefonoetatik), 8:00etatik 19:00etara.
KUOTA ORDAINKETA: SMS bidez tailerrean onartuta zauden edo ez konfirmatuko zaizu eta baita ordainketa nola egin ere.

3. “GAUR EGUN, AMA ETA AITA NOLA IZAN: HEZKUNTZA BAIKORRA ETA ERRESPETUAN OINARRITUTAKOA”

Denon artean konfiantza gunea sortuko eta gure seme-alabak nola hezi hausnartuko dugu. Gure seme-alabei arauak eta mugak ezartzeko erronkei buruz arituko gara, egunerokotasuneko zailtasun eta gatazkei buruz. Ondoren, positibo eta errespetuzkoagoak diren tresnak erabiltzen ahaleginduko gara.

ARANGUREN IBARREKO PODOLOGIA ZERBITZUA

Podologia Zerbitzuak oinen zaintza du helburu, beti ere sendaketa ez kirurgikoen bidez eta oinarrizko podologiako ebaketa eta zaintzak erabiliz. Zerbitzua martxan dago dagoeneko eta Aranguren Ibarrean erroldaturik dauden 60 urtetik gorako pertsonentzako da.

Etxez etxeko zerbitzua ere eskatu daiteke, beti ere interesa duen pertsonak mendekotasun gogorra, handia edota podologia zerbitzua dagoen gelara mugitzea eragozten dion ezgaitasuna aitortua duela egiaztatzen baldin badu.

Podologiako kontsultategia Erretiratuen San Pedro Elkarteko lehenengo solairuan dago (Mutiloa plaza, 5, Mutiloa). Zerbitzua, ostiral arratsaldetan izanen da, 17:00etatik 20:00etara.

Zerbitzuaren prezioa 12 eurokoa da kontsultategian bertan eta 18 eurokoa etxean.

SE ATIENDE MEDIANTE CITA PREVIA A TRAVÉS DEL SERVICIO SOCIAL DE BASE DEL VALLE DE ARANGUREN, DE MANERA PRESENCIAL EN PLAZA MUTILOA, S/N, 1ª PLANTA, O LLAMANDO AL TELÉFONO 948 151 382

JANTOKI OSASUNGARRIA ARANGUREN IBARREAN

Jantoki Osasuntsua Zerbitzuak, Aranguren Ibarreko Jubilotekarekin batera, adineko pertsonei arreta integrala eskaintzea helburu du.

Helburu nagusitzat du Aranguren Ibarreko adineko pertsonek modu orekatu eta osasuntsuan jan ahal izateko gunea sortzea, eta bide batez lagunartean egin ahal izatea.

NOLA FUNTZIONATZEN DU?

Zerbitzua 60 urtetik gorako adineko pertsonentzako da, beti ere mendekotasunik ez badute edo duten mendekotasuna neurrikoa bada.

Ordutegia: Astelehenetik ostiralera 13:30etik 15:00etara.
Garaia: Urte osoan zehar.

Parte-hartzaileak: gehienez 20 pertsona.
Non: Mutiloako Osasun Etxearen azpialdeko aretoan.

INFORMAZIO GEHIAGORAKO: ARANGUREN IBARREKO OINARRIZKO GIZARTE ZERBITZUA. MUTILOA PLAZA Z/G. TELEFONOA: 948 151 382

MATERIAL ORTOPROTESIKOAREN MAILEGU ZERBITZUA

Oinarrizko Gizarte Zerbitzuak Aranguren Ibarrean erroldaturik dauden pertsonen eskura jartzen du material ortoprotesikoa aldi baterako maileguan hartzeko zerbitzua.

Material ezberdinak daude: gurpildun aulkiak, dutxarako aulkia, bainuontzirako eserlekuak, eskorgak, makuluak eta bastoiak.

INFORMAZIO GEHIAGORAKO OINARRIZKO GIZARTE ZERBITZURA ETORRI EDO TELEFONOZ DEITU DEZAKEZU: 948 151 382

DOAKO AHOLKULARITZA PSIKOLOGIKO ZERBITZUA

Aranguren Ibarrean erroldatuta dauden 14 eta 35 urte bitarteko gazteei zuzendutako aholkularitza psikologiko zerbitzua.

Zerbitzu honek familiako eta jendarteko harremanak hobetzen laguntzen du eta honako alderdi hauek jorratzeko aholkularitza ematen du: auto-estimua, gaitasun sozialak, estresa eta antsietatea, beldurrak, egoera depresiboak, aldaketei egokitzea, elikadurarekin lotutako nahasdurak, menpekotasunak...

ZERBITZUA OSTIRAL ARRATSALDETAN IZANGO DA, 17:30ETIK 19:30ERA ETA ALDEZ AURRETIK HITZORDUA ESKATU BEHAR DA ARANETXEAN (ARANGUREN IBARREKO GAZTEDIAREN ETXEAN), KALE NAGUSIA 2, BIS. TELEFONOA: 948 237 558

KONTSUAMOARI BURUZKO AHOLKULARITZA ZERBITZUA

Zerbitzu hau Aranguren Ibarreko bizilagunei zuzendua dago baldin eta ondorengo gaietan laguntza eta aholkua behar badute: kontsumoa, telekomunikazioak,hornidurak, erosketa bermeak, zerbitzu eta ondasun salerosketak, ibilgailu, konponketak, turismoa, alokairuak,...

Aholkularitza hau Kultur Etxean eskainiko da (Eguzki plazan), hileroko lehenengoa astearteetan,17:30etik 18:30era bitartean.

INFORMAZIO GEHIAGO EDO/ETA HITZORDUA ESKATZEKO: OINARRIZKO GIZARTE ZERBITZUAN. TEL.: 948 15 13 82

EMAKUME ETA FAMILIENTZAKO LAGUNTZA JURIDIKORAKO ZERBITZUA

Emakume eta familientzako laguntza juridikorako zerbitzuak musu-truk ematen du familiarekin zer ikusia duten gaien inguruko informazioa (banantzeak, dibortzioak, izatezko bikoteak, ezkontzaren ondasuneraentzea...), laneko gaiak (amatasun eta aitatasun baimenak, edoskitzekoak, eszedentziak eta zaintzarako baimenak, kaleratzeak...), gizarte zerbitzuaren prestazioak (alarguntza-pentsioa, zurztasunekoa...), testamentuaren antolaketak, emakumeenganako indarkeriari buruzko gaiak (denuntziak, urruntze aginduak...). Doako justizia eskatzeko laguntza ere ematen da.

ARRETA ORDUTEGIA:
Ostegunero eskainiko da, 10:00etatik 13:00etara, Aranguren Ibarreko Udaleko bigarren solairuan (Mutiloa plaza z/g).

INFORMAZIO GEHIAGORAKO EDO HITZ ORDUA HARTZEKO, OINARRIZKO GIZARTE ZERBITZURA DEITU: 948 151 382

ARANGUREN IBARREKO OINARRIZKO GIZARTE ZERBITZUA
Mutiloa plaza z/g, Mutiloa (Aranguren Ibarra)
ORDUTEGIA: astelehenetik ostiralera, 9:00etatik 14:00etara
Tel. 948 15 13 82 eta www.aranguren.es

Aranguren Ibarreko Oinarrizko Gizarte Zerbitzuaren INFORMAZIO BULETINA posta elektronikoz JASO NAHI BADUZU, eskatu ezazu hurrengo postan: msanpedro@aranguren.es

Jarrai gaitzazu: Aranguren Ssb

ArangurenTelebista ArangurenTelevisión
Aranguren Telebistan