

AGENDA 2019

UZTAILA-ABUZTUA / JULIO-AGOSTO

55 urtetik gorakoentzat / Para mayores de 55 años



+55

PARTE-HARTZE AKTIBO eta DENBORA LIBREKO programa

Programa de PARTICIPACIÓN ACTIVA y TIEMPO LIBRE

Anima zaitez

paseatzera, dantzara, ezagutzera,
irakurtzera, ikastera, aurkitzera...

Anímate

a pasear, bailar, conocer,
leer, aprender, descubrir...



**DONOSTIA
SAN SEBASTIÁN**

➤ **Gizarte Ekintza**
Acción Social

➤ **Musika eta Danza Eskola**



**donostia
kultura**

IBILALDIAK DONOSTIAN / PASEOS POR DONOSTIA

UZTAILA / JULIO

ASTELEHENA / LUNES 11:00 h		
Eguna / Día	Topagunea / Encuentro	Ibilbidea / Recorrido
1	Aieteko Eliza / Iglesia de Aiete	Kutxaespacio
8	Astoria Hotela / Hotel Astoria	Miramar Jauregia / Palacio Miramar
15	Okendo KE	Haizearen Orrazia (hiru hondartzak) / Peine del Viento (tres playas)
22	UPV Ikasgelategi / Aulario UPV	Lourdes Txiki
29	Lau Haizeta Eliza / Iglesia Lau Haizeta	Lau Haizeta parkea / Parque de Lau Haizeta

ABUZTUA / AGOSTO

ASTELEHENA / LUNES 11:00 h		
Eguna / Día	Topagunea / Encuentro	Ibilbidea / Recorrido
5	Anoeta tren geltokia / Estación Topo Anoeta	Puio parkea / Parque de Puio
12	Okendo KE	Ulia
19	Lugaritz KE	Ernest Lluch KE



ALTZATIK ABIATUTAKO IBILBIDEAK /

CAMINOS DESDE ALTZA

Denboraldi honetan, gure probintziako hainbat txoko ezagutuko ditugu eta gure inguruneke bazter naturaletara bisitak egingo ditugu.

Esta temporada conoceremos algunos rincones de nuestra provincia y ampliaremos nuestras visitas a parajes naturales de poblaciones de nuestro entorno.

4

GAINTXURIZKETA - URKABE - ERRETERIA

8:45 HERRERA autobus geltokian / en la parada del autobús (E-20 Donostia-Hondarribia)



11

ULIAKO MINTEGIETAKO UR-BILTEGIAK /

DEPÓSITOS DE AGUA DE ULIA

Izena emateko Inscripciones

Ekainak 24tik aurrera A partir del 24 de junio

Bisita gidatua ur-biltegiak eta inguruak ezagutzeko

Visita guiada a los depósitos y entorno natural

10:00 Euskara

12:00 Castellano

Elkartzeko tokia / Lugar de encuentro:

ULIAKO AUZO ELKARTEA / ASOCIACIÓN DE VECINOS DE ULIA.

Avenida Alkalde José Elozegi, 81.

MUGIKOR IKASTAROAK / CURSOS DE MÓVIL

Epeak eta matrikula baldintzak hilabete bakoitzeko agendetan

Plazos y condiciones de matrícula en las agendas de los meses correspondientes

Oinarrizko, erdi eta goi mailako ikastaroak: telefonoaren egitura, botoiak, erabilera, deiak, kontaktuak, WI-FI konexioa, kamera (argazkiak atera, bideoak, oinarrizko funtzioak) eta galeria/ argazkiak (argazkiak eta bideoak ikusi eta ezabatu), Internetetik nola nabigatu, Google, nabigatzaileak. Halaber, Play Store/ App Storea, (aplikazioak, jokoak, deskargak,erosketak...), kamara, whatsapp...

Cursos básicos, intermedios y avanzados de manejo del móvil en los que veremos la estructura del teléfono, botones, manejo, llamadas, contactos, conexión a WI-FI, la cámara (sacar fotos, vídeos, funciones básicas) y la galería/fotos (visualizar fotos y vídeos y borrarlos), navegar por internet en el teléfono: Google, navegadores. También aprenderemos a manejar el Play Store / App Store (aplicaciones, juegos, descargas, compras...) cámara, whatsapp...



Mugikorra Móvil	IRAILA SEPTIEMBRE	URRIA OCTUBRE	AZAROA NOVIEMBRE	ABENDUA DICIEMBRE
Oinarrizkoa Básico	23-24 Intxaurren			
Erdi mailakoa Intermedio		16-17 Okendo 22-23 Ernest Lluch	18-19 Intxaurren	
Goi mailakoa Avanzado				17-18 Lugaritz

Pertsona bakoitza Liburu bat da

Cada Persona es un Libro



Giza liburutegia, pertsonetan oinarritzen den proiektu bat da, non elkarrizketen bitartez eta talde txikietan, bizipenak eta jakiteak trukatzeko diren.

Parte hartzeko bi modu daude:

1. LIBURUA: hizlari gisa; gogoetak, bizipenak, ezaguerak edota zaletasunak partekatzea gustatzen bazaizu.

2. IRAKURLEA: entzule gisa; entzutea, galdetzea, iritzi ematea edota gauza berriak ikastea gustatzen bazaizu.

La biblioteca humana, es un proyecto donde las personas intercambian, en pequeños grupos, conocimientos y vivencias a través del diálogo.

Hay dos formas de participar:

1. LIBRO: puedes participar exponiendo si te gusta compartir reflexiones, vivencias, conocimientos y/o aficiones.

2. LECTOR: puedes participar como oyente, si te gusta escuchar, preguntar, opinar, aprender cosas nuevas y/ conocer otras opiniones.

BELAUNALDIEN ARTEKO JOKO KOOPERATIBOAK / Juegos Cooperativos Intergeneracionales

Plus 55ek beste belaunaldietako pertsonekin partekatzeko guneak eta uneak eskaintzen ditu. Belaunaldien arteko proiektu berri batean parte hartzeko pertsona bila gabiltza, zeinetan nagusiek joko kooperatiboei buruzko formakuntza jasoko duten, gero haurrekin partekatzeko.



Plus 55 ofrece espacios y momentos para compartir con otras generaciones. Estamos buscando personas para un nuevo proyecto intergeneracional, en el que personas

mayores recibirán una formación sobre juegos cooperativos que después compartirán con niñas y niños.

MAPATZE EMOZIONALA / MAPEOS EMOCIONALES

Zergatik da hain berezia zure auzoa? Zer falta zaio hobetzeko? Zer duzu gustuko eta zer aldatuko zenuke? Zure auzoa, bertako txoko ezberdinek eragiten diguten emozioen bidez aztertzeraz gonbidatzen zaitugu. Animatzen bazara, jar zaitetz gurekin harremanetan kontrazaleko telefonoetan.

¿Qué es eso que hace tan especial a tu barrio? ¿Qué le falta para ser mejor? ¿Qué te gusta y qué cambiarías?

Te invitamos a recorrer tu barrio a través de las emociones que nos provoca cada rincón. Si te animas, contacta con Plus 55 en los teléfonos de la contraportada.



IRAILETIK AURRERA IKASTAROAK / CURSOS A PARTIR DE SEPTIEMBRE

IRAILETIK AURRERA IKASTAROAK CURSOS A PARTIR DE SEPTIEMBRE

PLUS 55 + DK + Udalaren Musika eta Dantza Eskola / Escuela Municipal de Música y Danza

IKASTAROA / CURSO	LEKUA / LUGAR	EGUNA ETA ORDUA / DÍA Y HORA	IRAUPENA / DURACIÓN
CLOWN	Intxaurreondo KE	Asteartea / Martes 17:30-19:00	Urrutik-maiatzera De octubre a mayo
MUSIKALA MUSICAL	Udalaren Musika eta Dantza Eskola Escuela Municipal de Música y Danza	Astelehena eta Asteazkena / Lunes y Miércoles 10:00-11:00	Urrutik-maiatzera De octubre a mayo
ERRITMOA NAIZ SOY RITMO	Udalaren Musika eta Dantza Eskola Escuela Municipal de Música y Danza	Asteazkena / Miércoles 11:30-13:00	Urrutik-martxora De octubre a marzo
DANTZA GARAIKIDEA DANZA CONTEMPORÁNEA	Egia KE	Asteartea eta Ostegun/ Martes y Jueves 10:00-11:00	Urrutik-maiatzera De octubre a mayo
INGURUMENA MEDIO AMBIENTE	Ernest Lluch KE	Asteazkena / Miércoles	Urritik maiatzera De octubre a mayo
ANTZERKI INPROBISAZIOA (Hastapena) IMPROVISACIÓN TEATRAL (Iniciación)	Lugaritz KE (Merkatu zaharra / Mercado antiguo)	Asteazkena / Miércoles 12:00-13:30	Urritik maiatzera De octubre a mayo
ANTZERKI INPROBISAZIOA (Aurreratua) IMPROVISACIÓN TEATRAL (Avanzado)	Lugaritz KE (Merkatu zaharra / Mercado antiguo)	Astelehena / Lunes 11:30-13:00	Urritik maiatzera De octubre a mayo
MINDFULNESS	Lugaritz KE	Astelehena / Lunes 10:00-12:00/(Castellano) Asteazkena / Miércoles 10:00-12:00/(Euskara)	Urritik abendura De octubre a diciembre
ILARAN DANTZA BAILE EN LÍNEA	Lugaritz KE	Asteartea / Martes 16:00-18:00/(Castellano) Asteartea / Martes 20:00-22:00/(Euskara)	Urritik maiatzera De octubre a mayo
BURUA TREBATU HITZ- JOKOEN BITARTEZ EJERCITA LA MENTE CON JUEGOS DE PALABRAS	Lugaritz KE	Ostirala / Viernes 17:30-19:00	Azarotik otsailera De noviembre a febrero
ILARAN DANTZA BAILE EN LÍNEA	Larratxo KE	Ostirala / Viernes 9:30-11:00 Ostirala / Viernes 11:15-12:45	Urritik ekainera De octubre a junio

NORA JO / DÓNDE DIRIGIRSE

Amara Plaza de Leire, 7	Lugaritz K.E.	Intxaurrondo K.E.	Topalekua
943 48 19 15	943310780	943 27 93 43	943 22 54 31
Astelehenetik ostiralera / De lunes a viernes			
10:00 - 14:00			

Casares Tomasane K.E.	Egia K.E.	Udalaren Musika eta Dantza Eskola Escuela Municipal de Música y Danza	Okendo K.E.
943 35 11 49	943 29 15 14	943 29 78 30 (Ext. 9662)	943 29 06 72
Astearteak eta ostegunak Martes y jueves	Astearteak Martes	Astelehena, asteazkena eta ostirala Lunes, miércoles y viernes	
10:00 - 14:00	10:00 - 13:00	10:00 - 14:00	

UDAKO ORDUTEGIA / HORARIO de VERANO

10:00-14:00

Astelehenetik ostiralera / De lunes a viernes

ABUZTUA/AGOSTO:

Udalaren Musika eta Dantza Eskola/Escuela Municipal de Música y Danza

Intxaurondo KE

Okendo KE