

# GETXOAKTIBATU!

IKASI, IRAKATSI, ZAINDU, GOZATU  
**PARTE HARTU**

APRENDE, ENSEÑA, CÚIDATE, DIVIÉRTETE  
**PARTICIPA**



www.getxoaktibatu.com  
info@getxoaktibatu.com

OCTUBRE

2017

“He participado en varios talleres de GETXOAKTIBATU! y todos me parecen estupendos”

Mary Tena  
Participante del taller de Flores Arantza



“Conocimos el tai chi gracias a GETXOAKTIBATU!”

Javi, Idoia, Andrea, Jesús y Raquel  
Alumnos/as de Espacio Zen Contemporáneo











“Con esta actividad nuestros niños y niñas se han divertido de una manera diferente, creativa y saludable”

Lili Ohial  
Artista del taller de circo callejero






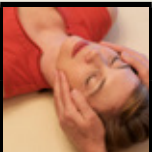

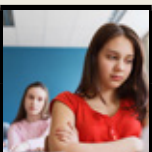

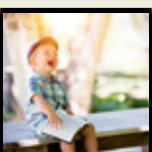

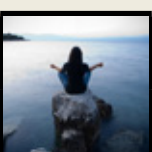
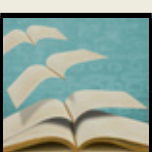



## AGENDA DE ACTIVIDADES. Ver online en [www.getxoaktibatu.com](http://www.getxoaktibatu.com)

<b>OCTUBRE 1</b>		<b>Torneo infantil de ajedrez en Oku Lounge, La Kazuela y Pianamul</b> Organiza: Pianamul, Oku Lounge y La Kazuela, en colaboración con el Club de Ajedrez de Getxo	<b>LUGAR:</b> Pianamul, Oku Lounge y La Kazuela	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 16:00	<b>INFO:</b> 688 677 874
<b>OCTUBRE 4</b>		<b>Taller: “Vínculo y masaje”</b> Organiza: IAIM/AEMI y Espacio Zen Contemporáneo	<b>LUGAR:</b> Tamarindo, 4 (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa (plazas limitadas)
			<b>HORA:</b> 11:30	<b>INFO:</b> 629 732 500
<b>OCTUBRE 4</b>		<b>Yoga infantil</b> Organiza: Asociación Cultural Anahata	<b>LUGAR:</b> Iturgitxi, 8 (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 17:30	<b>INFO:</b> 650 015 667 liguenpaz@hotmail.com
<b>OCTUBRE 5</b>		<b>Taller de automaquillaje con productos naturales</b> Organiza: Estetic Derma	<b>LUGAR:</b> Euskal Herria, 22 (Algorta). Policlínica Euskal Herria	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 17:00	<b>INFO:</b> 678 692 092 (inscripción por WhatsApp)
<b>OCTUBRE 5</b>		<b>Charla: “Cómo educar sin castigos con disciplina positiva”</b> Organiza: Aldatuz Psicología	<b>LUGAR:</b> Las Mercedes, 8 (Las Arenas)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 17:30	<b>INFO:</b> 946 034 454 aranefisioterapia@gmail.com
<b>OCTUBRE 5</b>		<b>Conversación en francés</b> Organiza: BonjourGetxo! Centro de Francés y Baster Taberna	<b>LUGAR:</b> Baster Taberna. Plaza Sastegi (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 19:30	<b>INFO:</b> 946 039 371 info@bonjourgetxo.com
<b>OCTUBRE 6</b>		<b>Taller de gestión del estrés: “Mindfulness. Vivir en el presente”</b> Organiza: Psicología y Salud Inckorpora	<b>LUGAR:</b> Illeta, 8 (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 19:30	<b>INFO:</b> 627 443 232 (inscripción por WhatsApp)
<b>OCTUBRE 7</b>		<b>Taller de pilates terapéutico</b> Organiza: Arane Fisioterapia	<b>LUGAR:</b> Las Mercedes, 8 (Las Arenas)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 11:00	<b>INFO:</b> 946 034 454 aranefisioterapia@gmail.com



Si necesitas más información o quieres enviarnos tus propuestas puedes hacerlo a través de nuestra web [www.getxoaktibatu.com](http://www.getxoaktibatu.com) o del correo electrónico [getxoaktibatu@getxo.eus](mailto:getxoaktibatu@getxo.eus)

<b>OCTUBRE</b> <b>7</b>		<b>Taller de psicotango</b> Organiza: Susana G. Sachetti Salvador (analista bioenergética, especialista en TRE y tangoterapeuta)	<b>LUGAR:</b> Adi Espacio-Ocio y Negocios Avenida Basagoiti, 56 (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa. Puedes venir sin pareja
			<b>HORA:</b> 11:00	<b>INFO:</b> 688 603 070
<b>OCTUBRE</b> <b>7</b>		<b>Txiki coreografías. Aprende coreografías sencillas de canciones actuales. Baila y diviértete</b> Organiza: Ana Lara Dantza Eskola	<b>LUGAR:</b> María Goiri, 14 (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 11:00	<b>INFO:</b> 944 607 511
<b>OCTUBRE</b> <b>7</b>		<b>Clases de ajedrez</b> Organiza: Club Ajedrez Getxo	<b>LUGAR:</b> Plaza de las Escuelas (Las Arenas)	<b>ENTRADA:</b> Entrada Libre
			<b>HORA:</b> 11:30	<b>INFO:</b> <a href="mailto:getxoaktibatu@getxo.eus">getxoaktibatu@getxo.eus</a>
<b>OCTUBRE</b> <b>10</b>		<b>Clase didáctica: "Viajes en bici"</b> Organiza: Taller Bici Bilbao	<b>LUGAR:</b> Mariandresena, 1 (lonja trasera) (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> <a href="mailto:tallerbicibilbao@gmail.com">tallerbicibilbao@gmail.com</a>
<b>OCTUBRE</b> <b>14</b>		<b>Clases de pelota a mano, danza, herri kirolak y slackline</b> Organiza: Getxo Euskal Pilota, Sport Studio, Oreka Slackline y Getxoko Herri Kirol Taldea	<b>LUGAR:</b> Plaza de San Nicolás (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Entrada libre
			<b>HORA:</b> 11:30	<b>INFO:</b> <a href="mailto:getxoaktibatu@getxo.eus">getxoaktibatu@getxo.eus</a>
<b>OCTUBRE</b> <b>17</b>		<b>Taller de reiki: "La salud en tus manos"</b> Organiza: Reikiiumi (Ainara Iturregi)	<b>LUGAR:</b> Anima-TE. Avenida Basagoiti, 75 (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> 610 268 858 <a href="mailto:ainara@reikiiumi.com">ainara@reikiiumi.com</a>
<b>OCTUBRE</b> <b>18</b>		<b>Taller floral: "Cómo hacer coquedamas"</b> Organiza: Flores Arantza	<b>LUGAR:</b> Bidezabal, 13 (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Entrada libre
			<b>HORA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> 944 602 030 <a href="mailto:floresarantza1987@gmail.com">floresarantza1987@gmail.com</a>
<b>OCTUBRE</b> <b>19</b>		<b>Taller: "Cómo afrontar situaciones de bullying con nuestros/as hijos/as"</b> Organiza: Tatami4all	<b>LUGAR:</b> Adi espacio-Ocio y Negocios. Avenida Basagoiti, 56 (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 19:00	<b>INFO:</b> 670 762 966 (inscripción por WhatsApp)
<b>OCTUBRE</b> <b>19</b>		<b>Taller: "La fisioterapia, tu herramienta útil durante el embarazo"</b> Organiza: Agurne Blanco. Osteopatía y Fisioterapia	<b>LUGAR:</b> Bidebarrieta, 2 (Las Arenas)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> 646 386 384 (inscripción por WhatsApp)
<b>OCTUBRE</b> <b>21</b>		<b>Charla: "¿Es posible conseguir que mi hijo/a estudie de una forma eficiente y además le guste?"</b> Organiza: Aida Arroyo y Oier Garamendi. Aurrez Aurre, Psicólogos y Educadores	<b>LUGAR:</b> Tatami4All. Jolastokieta, 2 (Las Arenas)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 12:00	<b>INFO:</b> 688 624 052 <a href="mailto:contacto@aurrezaurre.com">contacto@aurrezaurre.com</a>
<b>OCTUBRE</b> <b>25</b>		<b>Taller de decoración de cupcakes sin gluten</b> Organiza: Mi Mundo de Azúcar	<b>LUGAR:</b> Torrene, 1 (Algorta)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> 946 554 634
<b>OCTUBRE</b> <b>25</b>		<b>Charla: "Descubre el mindfulness y sus beneficios"</b> Organiza: Marta Lacabex (psicóloga)	<b>LUGAR:</b> Las Mercedes, 8 (Las Arenas)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 19:30	<b>INFO:</b> 946 034 454 <a href="mailto:aranefisioterapia@gmail.com">aranefisioterapia@gmail.com</a>
<b>OCTUBRE</b> <b>27</b>		<b>Taller de cuentos terapéuticos para personas adultas</b> Organiza: Tu Mundo Puesto en Pie. Psicología y Nutrición	<b>LUGAR:</b> Mayor, 20 bis (Las Arenas)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> <a href="mailto:info@tumundopuestoenpie.com">info@tumundopuestoenpie.com</a>
<b>OCTUBRE</b> <b>28</b>		<b>Charla: "Pintando mis emociones"</b> Organiza: BilboByt (imparten Tania Silvestrini y Eva Clemente)	<b>LUGAR:</b> Tatami4All. Jolastokieta, 2 (Las Arenas)	<b>ENTRADA:</b> Inscripción previa
			<b>HORA:</b> 12:00	<b>INFO:</b> 627 545 690 <a href="mailto:bilbobyt@gmail.com">bilbobyt@gmail.com</a>

# GETXOAKTIBATU!

IKASI, IRAKATSI, ZAINDU, GOZATU  
**PARTE HARTU**

APRENDE, ENSEÑA, CUÍDATE, DIVIÉRTETE  
**PARTICIPA**



**Getxo**

*bizi ezazu*



#GetxoBiziEzazu

www.getxoaktibatu.com  
info@getxoaktibatu.com

URRIA

2017

“GETXOAKTIBATU! programako hainbat tailerretan hartu dut parte eta denak bikainak dira”

Mary Tena  
Flores Arantza tailerreko parte-hartzailea



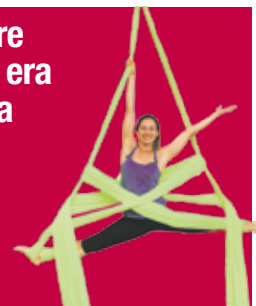
“Tai chi-a GETXOAKTIBATU! programari esker ezagutu genuen”

Javi, Idoia, Andrea, Jesús eta Raquel  
Espacio Zen Contemporáneo-ko ikasleak











“Jarduera honetan gure umeek disfrutatu dute era desberdin, sortzaile eta osasuntsuan”

Lili Ohial  
Kale-zirkoa tailerreko artista



## JARDUERA AGENDA. Ikusi [www.getxoaktibatu.com](http://www.getxoaktibatu.com) webgunean

<b>URRIAK 1</b>		<b>Haurren xake lehiaketa Oku Lounge, La Kazuela eta Pianamul-en</b> Antolatzailea Pianamul, Oku Lounge eta La Kazuela, Getxoko Xake Klubarekin elkarlanean	<b>LEKUA:</b> Pianamul, Oku Lounge eta La Kazuelan	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
			<b>ORDUA:</b> 16:00	<b>INFO:</b> 688 677 874
<b>URRIAK 4</b>		<b>Taierra: “Lotura eta masajea”</b> Antolatzailea IAIM/AEMI eta Espacio Zen Contemporáneo	<b>LEKUA:</b> Tamarindo 4 (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da (plaza mugatuak)
			<b>ORDUA:</b> 11:30	<b>INFO:</b> 629 732 500
<b>URRIAK 4</b>		<b>Haurrentzako yoga</b> Antolatzailea Anahata Kultur Elkartea	<b>LEKUA:</b> Iturgitxi 8 (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
			<b>ORDUA:</b> 17:30	<b>INFO:</b> 650 015 667 liguenpaz@hotmail.com
<b>URRIAK 5</b>		<b>Tailerria: “Produktu naturalak erabiliz norik bere burua makillatzen ikasteko”</b> Antolatzailea Estetic Derma	<b>LEKUA:</b> Euskal Herria 22 (Algorta). Euskal Herria Poliklinika	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
			<b>ORDUA:</b> 17:00	<b>INFO:</b> 678 692 092 (izen-ematea WhatsApp bidez)
<b>URRIAK 5</b>		<b>Hitzaldia: “Nola hezi zigorrik gabe eta diziplina positiboaren bidez”</b> Antolatzailea Aldatuz Psikologia	<b>LEKUA:</b> Las Mercedes 8 (Areeta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
			<b>ORDUA:</b> 17:30	<b>INFO:</b> 946 034 454 aranefisioterapia@gmail.com
<b>URRIAK 5</b>		<b>Solasaldia frantsesez</b> Antolatzailea BonjourGetxo! Frantsez Zentroa eta Baster Taberna	<b>LEKUA:</b> Baster Taberna. Satestegi plaza (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
			<b>ORDUA:</b> 19:30	<b>INFO:</b> 946 039 371 info@bonjourgetxo.com
<b>URRIAK 6</b>		<b>Tailerria estresa kudeatzeko: “Mindfulness. Orainaldian bizi”</b> Antolatzailea Inckorpora Psikologia eta Osasuna	<b>LEKUA:</b> Illeta 8 (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
			<b>ORDUA:</b> 19:30	<b>INFO:</b> 627 443 232 (izen-ematea WhatsApp bidez)
<b>URRIAK 7</b>		<b>Tailerria: “Pilates terapeutikoa”</b> Antolatzailea Arane Fisioterapia	<b>LEKUA:</b> Las Mercedes 8 (Areeta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
			<b>ORDUA:</b> 11:00	<b>INFO:</b> 946 034 454 aranefisioterapia@gmail.com



Informazio gehiago behar izanez gero edo zure proposamenak bidali nahi badizkiguzu, gure webgunea ([www.getxoaktibatu.com](http://www.getxoaktibatu.com)) edo posta elektronikoa ([getxoaktibatu@getxo.eus](mailto:getxoaktibatu@getxo.eus)) erabil ditzakezu.

<b>URRIAK</b> <b>7</b>		<b>Psikotango tailerra</b>	<b>LEKUA:</b> Adi Espacio-Ocio y Negocios Basagoiti etorbidea 56 (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da. Bikotekiderik gabe etor zaitezke
		Antolatzailea Susana G. Sachetti Salvador (analista bioenergetikoa, TREN aditua eta tangoterapeuta)	<b>ORDUA:</b> 11:00	<b>INFO:</b> 688 603 070
<b>URRIAK</b> <b>7</b>		<b>Umeentzako koreografiak: Ikasi egungo abestien koreografia errazak. Dantzatu eta gozatu</b>	<b>LEKUA:</b> María Goiri 14 (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
		Antolatzailea Ana Lara Dantza Eskola	<b>ORDUA:</b> 11:00	<b>INFO:</b> 944 607 511
<b>URRIAK</b> <b>7</b>		<b>Xake klaseak</b>	<b>LEKUA:</b> Eskoletako plaza (Areeta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Sarrera doan
		Antolatzailea Getxoko Xake Kluba	<b>ORDUA:</b> 11:30	<b>INFO:</b> <a href="mailto:getxoaktibatu@getxo.eus">getxoaktibatu@getxo.eus</a>
<b>URRIAK</b> <b>10</b>		<b>Klase didaktikoa: "Bizikletaz bidaiatzen"</b>	<b>LEKUA:</b> Mariandresena 1 (atzeko lonja) (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
		Antolatzailea Bilbo Bizi Tailerra	<b>ORDUA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> <a href="mailto:tallerbicibilbao@gmail.com">tallerbicibilbao@gmail.com</a>
<b>URRIAK</b> <b>14</b>		<b>Kirol eskolak: Esku pilota, dantza, herri kirolak eta slackline</b>	<b>LEKUA:</b> San Nikolas plaza (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Sarrera doan
		Antolatzailea Getxo Euskal Pilota, Sport Studio, Oreka Slackline eta Getxoko Herri Kirol Taldea	<b>ORDUA:</b> 11:30	<b>INFO:</b> <a href="mailto:getxoaktibatu@getxo.eus">getxoaktibatu@getxo.eus</a>
<b>URRIAK</b> <b>17</b>		<b>Reiki tailerra: "Osasuna zure eskuetan"</b>	<b>LEKUA:</b> Anima-Te. Basagoiti etorbidea 75 (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
		Antolatzailea Reikiiumi (Ainara Iturregi)	<b>ORDUA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> 610 268 858 <a href="mailto:ainara@reikiiumi.com">ainara@reikiiumi.com</a>
<b>URRIAK</b> <b>18</b>		<b>Lore tailerra: "Nola egin kokedamak"</b>	<b>LEKUA:</b> Bidezabal 13 (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Sarrera doan
		Antolatzailea Flores Arantza	<b>ORDUA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> 944 602 030 <a href="mailto:floresarantza1987@gmail.com">floresarantza1987@gmail.com</a>
<b>URRIAK</b> <b>19</b>		<b>Tailerra: "Nola egin aurre bullying egoerei gure seme-alabekin"</b>	<b>LEKUA:</b> Adi espacio-Ocio y Negocios. Basagoiti etorbidea 56 (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
		Antolatzailea Tatami4all	<b>ORDUA:</b> 19:00	<b>INFO:</b> 670 762 966 (izen-ematea WhatsApp bidez)
<b>URRIAK</b> <b>19</b>		<b>Tailerra: "Fisioterapia, zure tresna erabilgarria haurdunaldian zehar"</b>	<b>LEKUA:</b> Bidebarrieta 2 (Areeta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
		Antolatzailea Agurne Blanco. Osteopatia eta Fisioterapia	<b>ORDUA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> 646 386 384 (izen-ematea WhatsApp bidez)
<b>URRIAK</b> <b>21</b>		<b>Hitzaldia: "Lor daiteke nire semeak/alabak era eraginkorrean ikastea eta gainera gustuko izatea?"</b>	<b>LEKUA:</b> Tatami4All. Jolastokieta 2 (Areeta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
		Antolatzailea Aida Arroyo eta Oier Garamendi. Aurrez Aurre, Psikologoak eta Hezitzaileak	<b>ORDUA:</b> 12:00	<b>INFO:</b> 688 624 052 <a href="mailto:contacto@aurrezaurre.com">contacto@aurrezaurre.com</a>
<b>URRIAK</b> <b>25</b>		<b>Tailerra: "Glutenik gabeko Cupcakes-ak dekoratzen"</b>	<b>LEKUA:</b> Torrene 1 (Algorta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
		Antolatzailea Mi Mundo de Azúcar	<b>ORDUA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> 946 554 634
<b>URRIAK</b> <b>25</b>		<b>Hitzaldia: "Ezagutu mindfulness-a eta horren onurak"</b>	<b>LEKUA:</b> Las Mercedes 8 (Areeta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
		Antolatzailea Marta Lacabex (psikologoa)	<b>ORDUA:</b> 19:30	<b>INFO:</b> 946 034 454 <a href="mailto:aranefisioterapia@gmail.com">aranefisioterapia@gmail.com</a>
<b>URRIAK</b> <b>27</b>		<b>Tailerra: "Helduentzako ipuin terapeutikoak"</b>	<b>LEKUA:</b> Mayor 20 bis (Areeta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
		Antolatzailea Tu Mundo Puesto en Pie. Psikologia eta Nutrizioa	<b>ORDUA:</b> 18:30	<b>INFO:</b> <a href="mailto:info@tumundopuestoenpie.com">info@tumundopuestoenpie.com</a>
<b>URRIAK</b> <b>28</b>		<b>Hitzaldia: "Nire emozioak margotzen"</b>	<b>LEKUA:</b> Tatami4All. Jolastokieta 2 (Areeta)	<b>IZEN-EMATEA:</b> Aldez aurretik izena eman behar da
		Antolatzailea BilboByt (Tania Silvestrini eta Eva Clemente)	<b>ORDUA:</b> 12:00	<b>INFO:</b> 627 545 690 <a href="mailto:bilbobyt@gmail.com">bilbobyt@gmail.com</a>