Elkartegiak
Aulas +55

2025
KULTUR PROGRAMA
PROGRAMA CULTURAL

ARRATZUA-UBARRUNDIA

Tokia • Lugar

DURANA · Sologana gizarte Etxea. Anitzeko gela
DURANA · Centro Sociocultural Sologana. Sala polivalente

OTSAILA · FEBRERO

Osteguna **20** Jueves · **17:30**
Hitzaldia · Conferencia
¿Por qué cuesta tanto, con la edad, cambiar nuestros hábitos, incluso sabiendo que son perjudiciales?
Fernando Gómez Busto

MARTXOA · MARZO

Osteguna **20** Jueves · **17:30**
Hitzaldia · Conferencia
Mi autoestima: me voy a querer más que ayer pero menos que mañana
Joana Díaz de Alda

MAIATZA · MAYO

Osteguna **22** Jueves · **17:30**
Tailerra · Taller
Prestando atención al cuerpo. Abdomen, espalda, caderas, piernas. I
Claudia Arrue Barrios

EKAINA · JUNIO

Osteguna **19** Jueves · **17:30**
Tailerra · Taller
Prestando atención al cuerpo. Abdomen, espalda, caderas, piernas. II
Claudia Arrue Barrios

URRIA · OCTUBRE

Osteguna **23** Jueves · **17:30**
Hitzaldia · Conferencia
El mejor regalo para tu familia: un buen testamento
Ana Mendia

AZAROA · NOVIEMBRE

Osteguna **20** Jueves · **17:30**
Hitzaldia · Conferencia
Jubilarse sin ser viejo necesita preparación
Alfonso Casi

ABENDUA · DICIEMBRE

Osteguna **18** Jueves · **17:30**
Tailerra · Taller
La soledad como espacio de crecimiento
Zuriñe Serradilla

Garapen Iraunkorrerako 2030 Agendarekin (GJH) konpromisoa duen programazioa

Programación comprometida con la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible (ODS)

3 **Osasuna eta ongizatea**
Salud y Bienestar

Laguntzailea • Colabora:
Arratzua-Ubarrundia

Antolatzailea • Organiza:
araba álava
foru aldundia diputación foral