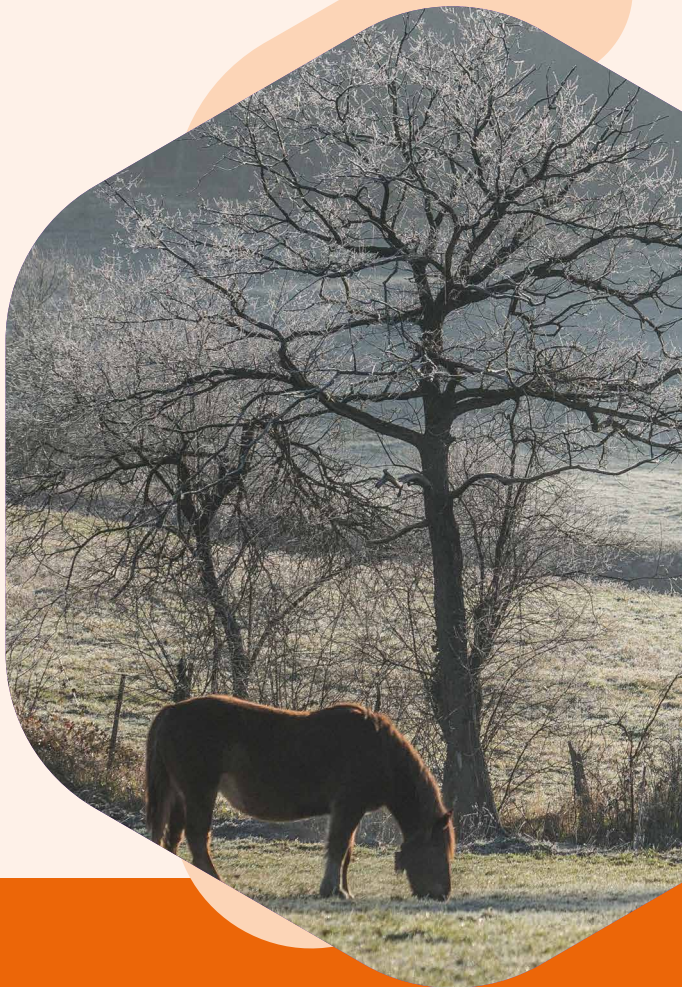


Elkartegiak Aulas +55



IGNACIO ALDECOA
KULTURA ETXEA
CASA DE CULTURA



IKASTAROAK • CURSOS

URTARRILA • MAIATZA

ENERO • MAYO

2023

araba  **álava**
foru aldundia diputación foral

¿Qué cuántos años tengo? ¡Qué importa eso! ¡Tengo la edad que quiero y siento!

La edad en que puedo gritar sin miedo lo que pienso. Hacer lo que deseo, sin miedo al fracaso o lo desconocido...

Pues tengo la experiencia de los años vividos y la fuerza de la convicción de mis deseos.

¡Qué importa cuántos años tengo! ¡No quiero pensar en ello!

Pues unos dicen que ya soy viejo, y otros "que estoy en el apogeo". Pero no es la edad que tengo, ni lo que la gente dice, sino lo que mi corazón siente y mi cerebro dicte.

Tengo los años necesarios para gritar lo que pienso, para hacer lo que quiero, para reconocer yerros viejos, rectificar caminos y atesorar éxitos.

Ahora no tienen por qué decir: ¡Estás muy joven, no lo lograrás!...

¡Estás muy viejo, ya no podrás!... Tengo la edad en que las cosas se miran con más calma,

pero con el interés de seguir creciendo. Tengo los años en que los sueños,

se empiezan a acariciar con los dedos, las ilusiones se convierten en esperanza.

Tengo los años en que el amor, a veces es una loca llamarada, ansiosa de consumirse en el fuego de una pasión deseada.

y otras... es un remanso de paz, como el atardecer en la playa...

¿Qué cuántos años tengo? No necesito marcarlos con un número, pues mis anhelos alcanzados, mis triunfos obtenidos, las lágrimas que por el camino derramé al ver mis ilusiones truncadas...

¡Valen mucho más que eso! ¡Qué importa si cumplo cincuenta, sesenta o más!

Pues lo que importa: ¡es la edad que siento! Tengo los años que necesito para vivir libre y sin miedos.

Para seguir sin temor por el sendero, pues llevo conmigo la experiencia adquirida

y la fuerza de mis anhelos ¿Qué cuántos años tengo?

¡Eso!... ¿A quién le importa? Tengo los años necesarios para perder ya el miedo

y hacer lo que quiero y siento!.. Qué importa cuántos años tengo. o cuántos espero, si con los años que tengo, ¡¡aprendí a querer lo necesario y a tomar, sólo lo bueno!

Cierro como siempre, ... "y a seguir pataleando...", porque no hay de otra!

Zenbat urte ditut? Ez du inporta! Desio eta sentitzen dudana adina dut!
Pentsatzen dudana beldurrik gabe oihukatzeko adina. Porrotaren edo ezezagunaren beldurrik gabe nahi dudana egiteko adina...

Bizitako urteen jakituria eta nire desiren konbentzimenduaren indarra nire baitan baititut.

Zer inporta du zenbat urte ditudan! Ez dut horretan pentsatu nahi. Batzuek zaharra naizela baitiote, eta besteok "apogeoan nagoela". Baina ez da daukadan adina, edo jendeak dioena, nire bihotzak sentitu eta burmuinak agintzen dutena baizik.

Pentsatzen dudana oihukatzeko urte nahikoak ditut, gogoak agintzen didana egiteko, aspaldiko okerrak onartzeko, bideak zuzentzeko eta arrakastak biltzeko.

Orain ez dute zertan esan: Oso gazte zara, ez duzu lortuko!...

Oso zaharra zara, honezkero ezingo duzu!... gauzak geldotasun handiagoarekin begiratu ahal izateko adina dut, baina hazten segitzeko asmoz.

Ahetsak hatzekin laztantzen hasten diren urteak dauzkat, ilusioak esperantza bihurtzen diren adina.

Maitasuna sugar ero izan daitekeen adina dut, desiratutako pasio baten sutan kontsumitzeko irrikaz dabilena. Baliteke ere... barealdia izatea, hondartzetako ilunabarren antzera.

Zenbat urte ditudan? Ez dut zenbaki bidez markatzeko beharrik, atzemaniko desierek, nire garaipenek, nire lilurak zapuzturik ikus-tean bidean isuri nituen malkoek... hori baino askoz gehiago balio dute! Berrogeita hamar, hirurogei edo gehiago beterik ere, zer inporta dio!

Muina sentituriko adina da! Libre eta beldurrik gabe bizitzeko behar ditudan urteak ditut.

Bidexkan barrena izurik gabe jarraitzeko, nere baitan eramaki baitut erdietsitako esperientzia eta irriken indarra.. Zenbat ditudan?

Hori ba!... Zeini inporta zaio? Beldurra atzean utzi ahal izateko adina urte ditut eta nahi eta sentitzen dudana egiteko!! Ez du inporta zenbat urte dauzkadan, edo zenbat espero ditudan, dauzkadane-kin, beharrezkoa dena desiratzen eta ona ez besterik hartzen ikasi baitut!

Beti lez itxiko dut, ... "ostikoka segi, ez baita besterik!"

IKASTAROA • CURSOS

EGIN BEHARREKO IKASTAROA/K MARKATU MARQUE EL/LOS CURSO/S QUE VAYA A REALIZAR

- 1.- AINTZA ETA AHANZTURA ARABAKO XIX. MENDEAN
GLORIA Y OLVIDO EN EL XIX ALAVÉS
- 2.- AMO ERGO SUM: FILOSOFIA, FILOSOFOAK ETA MAITASUNA
AMO ERGO SUM: FILOSOFÍA, FILÓSOFOS Y AMOR
- 3.- AURREZ AURREKO ELKARRIZKETA
LA CONVERSACIÓN CARA A CARA
- 4.- BIZITZAREN INDARRERANTZ NIRE FAMILIA-SISTEMATIK
HACIA LA FUERZA DE LA VIDA DESDE MI SISTEMA FAMILIAR
- 5.- EDERTASUN KONTZEPTUAREN BILAKAERA
MENDEBALDEKO ARTEAREN HISTORIAN
EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO DE BELLEZA
EN LA HISTORIA DEL ARTE OCCIDENTAL
- 6.- EKONOMIA
ECONOMÍA
- 7.- EMOZIOAK ZAHARTZEAN:
GURE EMOZIOAK KUDEATZEKO LEHEN URRATSAK
EMOCIONES EN EL ENVEJECIMIENTO: PRIMEROS PASOS
PARA EL MANEJO DE NUESTRAS EMOCIONES
- 8.- GAUR EGUN NAZIOARTEKO GAURKOTASUNA ULERTZEA
ENTENDER HOY LA ACTUALIDAD INTERNACIONAL
- 9.- IRAKURRITAKO ANTZERKI TAILERRA
TALLER DE TEATRO LEÍDO
- 10.- MAGNIZIDIOAK: BURUA EMAN
MAGNICIDIOS: DAR A LA CABEZA
- 11.- MUSIKA BIZIA
MÚSICA VIVA
- 12.- NOLA IRAKURRI POEMA BAT
CÓMO LEER UN POEMA
- 13.- ZINEMAGILE HANDIAK HISTORIAN ZEHAR
GRANDES CINEASTAS A TRAVÉS DE LA HISTORIA



AURREZ-AURRE / PRESENCIAL



ONLINE

La Casa de Cultura Ignacio Aldecoa presenta el programa de cursos de **Aulas +55** para el trimestre enero-mayo de 2023, fieles a su compromiso con los Objetivos de Desarrollo sostenible 2030 (ODS), cuyos objetivos finales son:

- Un mundo mejor
- No dejar a nadie atrás

Los objetivos de Desarrollo Sostenible 2030 (ODS) están interrelacionados y giran en torno a lo que se conoce como las 5 P: Planet, People, Prosperity, Peace, Partnership.



1	Fin de la pobreza	PERSONAS	UN MUNDO MEJOR NO DEJAR A NADIE ATRÁS
2	Hambre cero		
3	Salud y bienestar		
4	Educación de calidad		
5	Igualdad de género		
6	Agua limpia y saneamiento	PLANETA	
12	Producción y consumo responsables		
13	Acción por el clima		
14	Vida submarina		
15	Vida de ecosistemas terrestres		
7	Energía asequible y no contaminante	PROSPERIDAD	
8	Trabajo decente y crecimiento económico		
9	Industria, innovación e infraestructura		
10	Reducción de las desigualdades		
11	Ciudades y comunidades sostenibles	PAZ	
16	Paz, justicia e instituciones sólidas		
17	Alianzas para lograr los objetivos	ALIANZAS	



Ignacio Aldecoa Kultura Etxeak 2023ko urtarrila-maiatzarako **+55 Elkartegiak** ikastaroen programa aurkeztu du, 2030 Garapen Jasangarriko Helburuekin (GIH) duen konpromisoari jarraiki. Helburu hauek ditu:

- Mundu hobe
- Ez utzi inor atzean

Garapen Iraunkorraren 2030 helburuak (GIH) elkarrekin lotuta daude, eta 5 P izenekoak dira: Planet, People, Prosperity, Peace, Partnership.

1	Pobrezia desagerraraztea	PERTSONAK	MUNDU HOBEA EZ UTZI INOR ATZEAN
2	Goserik ez		
3	Osasuna eta ongizatea		
4	Kalitatezko hezkuntza		
5	Genero berdintasuna		
6	Ur garbia eta saneamendua	PLANETA	
12	Ekoizpen eta kontsumo arduratsuak		
13	Klimaren aldeko ekintza		
14	Itsaspeko bizitza		
15	Lehorreko ekosistemetako bizitza	OPAROTASUNA	
7	Energia irisgarria eta ez kutsagarria		
8	Lan duina eta hazkunde ekonomikoa		
9	Industria, berrikuntza eta azpiegitura		
10	Desberdintasunak murriztea	BAKEA	
11	Hiri eta komunitate jasangarriak		
16	Bakea, justizia eta instituzio sendoak	ALIANZAK	
17	Helburuak lortzeko aliantza		





SOLICITUD

La adjudicación de plazas se hará por sorteo, no por orden de solicitud.

* Únicamente se pueden solicitar 2 cursos presenciales
(para cursos online no hay límite)

Plazo de solicitud:

del 24 de noviembre al 15 de diciembre

Hay tres formas de solicitar cursos:

- En la página web.
<https://web.araba.eus/es/cultura/aulas55>
- Por teléfono en el 945 18 19 44
en horario de 10:00 a 13:00 h.
- Presencialmente, en la oficina de Aulas +55 (2º piso)
en horario de 10:00 a 13:00 h.

Publicación de listas:

23 de diciembre

(en la planta baja

y en: <https://web.araba.eus/es/cultura/aulas55>)

* Aquellas personas que se apunten por primera vez, sólo podrán hacerlo de forma presencial o por la web.

IKASTAROAK • CURSOS

ESKAERA

Plazen esleipena zozketa bidez egingo da, ez eskaeraren hurrenkeraren arabera.

* Bi ikastaro presentzial baino ezin dira eskatu
(online ikastaroetarako ez dago mugarik)

Eskaera aurkezteko epea:

Azaroaren 24retatik abenduaren 15era

Ikastaroak eskatzeko hiru modu daude:

- Web orri honen bidez.
<https://web.araba.eus/eu/kultura/55elkartegiak>
- Telefonoz, 945 18 19 44 telefonoan
10:00etatik 13:00era.
- Aurrez aurre, +55 Elkartegien bulegoan (2. solairuan),
10:00etatik 13:00era.

Zerrendak argitaratzea:

Abenduaren 23an

(beheko solairuan

eta: <https://web.araba.eus/eu/kultura/55elkartegiak> orrian)

* Lehen aldiz izena ematen dutenek aurrez aurre edo web orrian baino ezin dute egin.

Elkartegiak
Aulas +55

</



AMO ERGO SUM: FILOSOFIA, FILOSOFIAK ETA MAITASUNA



AMO ERGO SUM: FILOSOFÍA, FILÓSOFOS Y AMOR

Irakasleak / Profesores: Yolanda Barrios, José M^a Cabo

Hitzaldi aretoa
150 laguntzako edukiera

Urtarrilaren 10etik martxoaren 28ra
Astearteetan
11:30-13:00

Sala de conferencias
aforo: 150 personas

10 enero – 28 marzo
Martes
11:30-13:00 h

¿Qué es el amor? ¿Es el amor contrario a la razón? ¿Cuántas clases de amor hay?
¿Hay amor verdadero?

¿Ama mejor quién más sabe de amor? ¿Es el amor obstáculo del pensamiento racional o condición? ¿Se puede aprender a amar?

Muchas son las preguntas y muchos los intentos de respuesta. Ciencias como la química han intentado rastrearlo en las reacciones de nuestras conexiones inter-neuronales, pero no han logrado darle alcance, a pesar de sus sofisticados métodos y artilugios. Tampoco lo han conseguido las diversas ciencias sociales que han intentado explicarlo desde sus perspectivas conceptuales y metodológicas. Por otro lado, las artes tienen entre sus tópicos principales el amor, y mucho se ha creado bajo su supuesta inspiración. Pero seguimos preguntándonos.

Desde su nacimiento, la filosofía, que etimológicamente significa amor a la sabiduría y que es maestra en el arte de la pregunta, se ha preguntado sobre el amor. Ha querido entender qué es el amor, definirlo. A cada definición le han seguido nuevos cuestionamientos que constatan las limitaciones de cada logro. Aun así, no hay en ello fracaso. No aprendemos de los filósofos ni de la filosofía, sino de nosotros mismos. Pues, como ya apuntó Pascal en sus *Pensamientos*, "Por lo común nos convencen más las razones que nosotros mismos hemos descubierto que las que se les han ocurrido a los demás." Esto no significa que abandonemos nuestro interés por lo que han pensado otros ni por cómo lo han vivido desde sus pensamientos: todo lo contrario. El pensar propio se desarrolla y construye en diálogo, y filósofos y filósofas son unos interlocutores idóneos para el caso, pues en ellos encontramos lo que alcanzaron a pensar cuando se esforzaron por entender el amor.

A lo largo de doce sesiones queremos desarrollar un pequeño curso titulado *Amo ergo sum: filosofía, filósofos y amor*. Nos centraremos en exponer los recorridos biográficos e intelectuales de diversos filósofos, contextualizados en sus épocas y corrientes. El objetivo de las exposiciones es dar a conocer y profundizar en la temática del amor, en las filosofías que han sido su contexto de aparición y en cómo algunos de los protagonistas de estas reflexiones vivieron el amor. Los asistentes podrán participar haciendo preguntas y comentarios sobre los temas tratados.

Por cierto, ¿existe el amor?



GAIK / TEMAS

1. La polisemia del amor
2. Pericles y Aspasia de Mileto: amor a-legal y amor legítimo en el siglo V a.n.E
3. La amistad
4. Abelardo y Eloísa: amor prohibido en la Edad Media (siglo XII)
5. Siglo XIV, amor a Dios y amor erótico (Adso de Melk, El nombre de la rosa)
6. Schopenhauer: metafísica del amor
7. Harriet Tylor y John S. Mill: amor aliado
8. Kierkegaard: amor y angustia
9. Lou Andreas-Salomé y F. Nietzsche: amor y desamor
10. Hannah Arendt y Martin Heidegger: amor imposible
11. S. de Beauvoir y J. P. Sartre: amor libre en el siglo XX
12. Amor sin género: lesbianismo, homosexualidad, Queer



+55



AURREZ AURREKO ELKARRIZKETA LA CONVERSACIÓN CARA A CARA



Irakaslea / Profesora: Ana Areitio

1. aretoa
44 laguntzako edukiera

Urtarrilaren 11tik martxoaren 29ra
Asteazkenetan
11:15-12:45

Sala 1
aforo: 44 personas

11 enero - 29 marzo
Miércoles
11:15-12:45 h

La conversación cara a cara es el acto más humano y más humanizante que podemos realizar. Cuando estamos plenamente presentes ante otro aprendemos a escuchar y es posible experimentar lo grandioso que es sentirse escuchados y comprendidos. Desarrolla la empatía, por lo tanto, pero también nuestra capacidad para la argumentación, el análisis comparativo y el consenso. Impulsa también la introspección, conversación con nosotros mismos con la que llegamos a conocer mejor nuestras ideas, nuestras creencias y opiniones, nuestros sentimientos que se exponen y afloran en una conversación a la vez que se desarrollan y enriquecen gracias a ella.

Vivimos tiempos un tanto locos por la hiperconectividad enormemente facilitada por dispositivos digitales omnipresentes, algunos tan manejables que podemos llevar en un bolsillo, capaces de conectarnos con cualquier otro lugar, en cualquier parte del mundo incluso, de manera instantánea. Los efectos de esta manera de estar y no estar con los que tenemos al lado o de centrarnos y no centrarnos en la tarea concreta que estamos realizando son ya materia de estudio en investigaciones sobre la influencia de las nuevas tecnologías de la comunicación en quienes las utilizan a ese nivel.

Las bondades de este desarrollo tecnológico son conocidas. Nada que objetar al progreso que implica, pero estos estudios nos invitan a considerar en profundidad cómo está siendo su uso para evitar pérdidas en habilidades que son esenciales para el ser humano. Por poner un ejemplo, la proliferación de actos de comunicación basados en la mensajería inmediata por internet - ya sean mensajes de voz o de texto -, cuando estos se convierten en la principal forma de comunicación, parece estar detrás de la ansiedad que en muchos genera hacer o recibir una llamada de voz o tener una conversación presencial. Un ejemplo más, la necesidad de sentirse continuamente conectados puede incidir negativamente en la capacidad de atención. En estas personas se ha desarrollado una capacidad para la multitarea al estar pendientes al mismo tiempo de lo que hacen y de todos los estímulos que les llegan a través de los dispositivos, pero no está claro el grado de eficacia aparejado o de la habilidad para mantener constante su atención en una tarea concreta que conlleve más esfuerzo.



Estas dos capacidades, la capacidad para conectar realmente con otra persona en su presencia y la de mantener la atención sobre el contenido y lo que afecte a ese acto comunicativo son fundamentales en la conversación cara a cara, y esta es absolutamente clave, por otro lado, en las relaciones personales y profesionales.

En este contexto de expansión digital y de cambios en los estilos de comunicación interpersonal, ¿por qué no detenerse a reflexionar sobre la conversación, sus características y propiedades, sus dimensiones y tipos; también sobre su capacidad para humanizar situaciones complejas y sobre las habilidades de inteligencia emocional que fomenta y, tras hacerlo, conseguir reunir consejos útiles que nos mejoren en ella?

En este curso podremos averiguar asimismo si es cierto o no que los nativos digitales rehúyen la conversación cara a cara o tienen dificultades para mantenerla. Aprenderemos qué principios implícitos tiene la conversación y qué tipo de conversadores somos, así como el valor que tienen las charlas intrascendentes y el impacto transformador de una conversación profunda e iluminadora.

La importancia de las palabras que usamos y cómo reflejan quiénes somos o lo que pretendemos, será el siguiente de nuestros temas. A continuación, trataremos qué más hay, además de palabras, en una conversación cara a cara. Y por último, debatiremos sobre el futuro de la conversación en un mundo con máquinas inteligentes.

Metodología / Metodología

Se irán presentando los contenidos teóricos desarrollándolos con el apoyo de distintos materiales: textos diversos, fragmentos de películas, contenidos audiovisuales de internet... que nos muestren aspectos del acto de conversar y que incentiven la reflexión personal. Serán expuestos aplicándolos a nuestra vida cotidiana dado que el objetivo es que nos enriquezcan personalmente y nos resulten de utilidad. La participación a viva voz siempre será libre y siempre serán bienvenidos cualquier material (artículos, libros, imágenes, vídeos, audios...) de quien quiera añadir más contenido y reflexiones al tema en cuestión.



BIZITZAREN INDARRERANTZ NIRE FAMILIA-SISTEMATIK HACIA LA FUERZA DE LA VIDA DESDE MI SISTEMA FAMILIAR

Irakaslea / Profesora: Miren Izaskun Asua

2. aretoa
20 lagunentzako edukiera

Urtarrilaren 10etik martxoaren 14ra
Asteartetan
10:30-12:30

Sala 2
aforo: 20 personas

10 enero - 14 marzo
Martes
10:30-12:30 h

En los antecedentes familiares, tradiciones, logros, tragedias, anécdotas y aventuras, encontraremos respuestas a muchas de las preguntas que nos hacemos sobre nosotros mismos. La historia de una familia es también la historia de cada uno de sus integrantes y viceversa. En ella se encuentra toda la información que necesito saber para reorientar el camino de mi crecimiento personal.

Sarrera /Introducción:

Desde la ciencia, estamos más cerca que nunca, de comprender el porqué de muchos de nuestros comportamientos y actitudes repetitivos a lo largo de nuestra vida.

James Watson y Francis Crick revolucionaron el mundo científico con sus descubrimientos sobre el ADN. La epigenética conductual, desde el ámbito científico, nos acerca a la comprensión de los mecanismos por los cuales heredamos la información relacionada con las experiencias de nuestros progenitores. "Los genes no solo transmiten los rasgos físicos, sino que también son transmisores de actitudes, emociones, sentimientos que se pueden activar en situaciones ambientales propicias".

Estos estudios muestran que un impacto emocional, deja una huella en las generaciones venideras. Un despido, una mudanza, una ruptura matrimonial, pueden ser el detonante para que se activen memorias de un estrés ya vivido por nuestros antepasados y que es percibido como peligro por el inconsciente familiar.

Pero ¿cuáles son los desórdenes en un sistema familiar? ¿cuál es el origen de los traumas que heredamos? En este taller profundizaremos en los órdenes, de pertenencia, jerarquía y equilibrio en el sistema familiar y sus desordenes, de la mano del filósofo y psicoanalista Bert Hellinger.

El estudio del transgeneracional nos permite comprender los programas familiares a los que somos fieles, nos enseña que la información del clan se transmite de padres a hijos, pero no solo nos habla del origen del trauma de repetición de nuestros conflictos, también abre una puerta a la transformación. Comprendiendo nuestros vínculos familiares podemos reparar y trascenderlos, quedando liberados para ser nosotros mismos.



Ikastaroaren garapena / Desarrollo del curso

- 1- La mirada sistémica. Mi sistema familiar.
- 2- Ordenes y desórdenes en el sistema familiar. Bert Hellinger.
- 3- Pertenencia y exclusión.
- 4- Jerarquía. Orden de llegada.
- 5- Equilibrio en el dar y tomar.
- 6- Creencias familiares. Resonancias y polaridades
- 7- Acercamiento al genograma familiar/Álbum fotográfico.
- 8- Configuración familiar 1
- 9- Configuración familiar 2
- 10- En vuestro honor me dirijo hacia la vida.

Helburu / Objetivo:

La mirada sistémica, nos va a ayudar a comprender que formamos parte de un sistema familiar y de que muchas de nuestras reacciones emocionales, surgen de sus creencias, originadas por las experiencias vividas por él. La toma de consciencia de nuestro vínculo familiar, nos va a permitir comprender nuestro modo de ser, nuestro modo de experimentar la vida, nos mostrará nuestras luces y nuestras sombras, pero también nos da la oportunidad de trascenderla, de liberarla, dándonos alas para ser nosotros y nosotras mismas.

Objetivo individual.

- Encontrar en mis raíces familiares, fundamento de las creencias que determinan mi modo de ser y hacerlas conscientes.
- Hacer consciente la historia oculta de nuestra familia que determina nuestras creencias y valores.
- Reinterpretar la historia cambiando nuestra percepción.
- Dar pasos para liberarme de su aparente poder limitador, encontrando el trampolín hacia mi talento.

Metodología teatral sistémica.

La comprensión sistémica de la realidad introduce un importante cambio a la comprensión de la realidad del ser humano, pues ya no se trata de considerar a cada persona aislada de su entorno, sino de analizar las interacciones que mantiene con los y las integrantes del grupo familiar y su entorno.

El teatro es un medio de expresión que utiliza el cuerpo, la mente y se alimenta de las emociones para llevarnos a la conexión de una totalidad. Solo cuando el pensamiento las emociones y las acciones están conectadas, en coherencia, surge la magia en el escenario, como en la vida misma.

Las dinámicas teatrales que vamos a utilizar en este taller van a permitir que las personas conecten de forma lúdica con su capacidad creativa innata: la capacidad de jugar, de inventar, de transformar, todo ello nos conectará con nuestro niño o niña interior y con su coherencia de pensar sentir y hacer en libertad. Conectaremos con nuestra intuición, fuente de sabiduría interna.

Técnicas y dinámicas:

En cada sesión se utilizarán juegos y dinámicas relacionadas con su contenido.

- Dinámicas teatrales.
- Dinámicas sistémicas.



EDERTASUN KONTZEPTUAREN BILAKAERA

MEDEBALDEKO ARTEAREN HISTORIAN

EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO DE BELLEZA

EN LA HISTORIA DEL ARTE OCCIDENTAL



Irakaslea / Profesora: Susana Arechaga

Hitzaldi aretoa
150 lagunentzako edukiera

Urtarrilaren 11tik maiatzaren 24ra
Asteazkenetan
17:00-18:30

Sala de conferencias
aforo: 150 personas

11 enero -24 mayo
Miércoles
17:00-18:30 h

La belleza perece en la vida, pero es inmortal en el arte.

Leonardo Da Vinci (1452-1519) Pintor, escultor e inventor italiano.

Quitad de los corazones el amor por lo bello, y habréis quitado todo el encanto a la vida.

Jean Jacques Rousseau (1712-1778) Filósofo francés.

Quien consigue conservar la capacidad de percibir belleza, no envejecerá nunca.

Franz Kafka (1883-1924) Escritor checo.

Lo admirable es que el hombre siga luchando y creando belleza en medio de un mundo bárbaro y hostil.

Ernesto Sábato (1911-2011) Escritor argentino.

EGITARAUA / PROGRAMA

1. El ideal estético de la antigua Grecia.
2. Roma: la ruptura del equilibrio.
3. La estética del Cristianismo.
4. El Gótico, una nueva sensibilidad y un nuevo concepto de belleza.
5. La fusión de lo cristiano y lo pagano.
6. El equilibrio como clave de la belleza en el Renacimiento.
7. El Barroco, nuevos conceptos de belleza.
8. La estética rococó y el placer de vivir.
9. Razón y belleza en el mundo de la Ilustración.
10. La belleza romántica y la Estética de Hegel.
11. La era industrial y el cambio de rumbo de las artes.
12. Desde "el arte por el arte".
13. La belleza en el arte actual, entre el consumo y la provocación.

EKONOMIA

ECONOMÍA



Zikloa koordinatzen du / Ciclo coordinado por: Unai Villalba

Kolaboratzailea / Colabora:



2. aretoa
55 lagunentzako edukiera

Urtarrilaren 23tik maiatzaren 15ra
Astelehenetan
18:00-19:30

Sala 2
aforo: 55 personas

23 enero - 15 mayo
Lunes
18:00-19:30 h

INAUGURAZIOA

INAUGURACIÓN

1. Interpretando los datos socioeconómicos: ¿Pueden “mentir” las estadísticas?
Oihana García - 23.01.2022

NAZIOARTEKO EKONOMIAREN BLOKEA

BLOQUE ECONOMÍA INTERNACIONAL

2. Cinco proyectos socio-económicos para Europa • **Adrián Zelaia - 30.01.2022**
3. La geo-economía del siglo XXI • **Joaquín Arriola - 06.02.2022**
4. Efectos económicos y geopolíticos de la Guerra de Ucrania a Largo Plazo
Jorge Tejedor - 13.02.2022
5. La gran recesión de 2008: cómo algo que comenzó en EE.UU. llegó a nosotras
Joseba Garmendia - 13.03.2022

MAKROEKONOMIA GURE POLTSIKOETAN BLOKEA

BLOQUE “MACROECONOMÍA EN NUESTROS BOLSILLOS”

6. Causas, efectos y soluciones frente a la inflación, ¿hay alternativas?
Juan Barredo - 17.04.2022
7. Situación actual de la seguridad social. ¿Son las pensiones sostenibles al nivel actual? • **Iván Iturricastillo - 06.03.2022**
8. Inversión en Bolsa hoy en día • **Pedro León - 27.02.2022**
9. “Euskal Herriko lan harremanen aldaketak azken hamarkadetakoko krisien eraginez” • **Jon Bernat Zubiri - 20.03.2022**

EKONOMIA ERALDATZAILEAK: EKONOMIA FEMINISTA, EKONOMIA SOZIALA ETA SOLIDARIOA, ETA EKONOMIA EKOLOGIKOA BLOKEA

BLOQUE “ECONOMÍAS TRANSFORMADORAS”: ECONOMÍA FEMINISTA, ECONOMÍA SOCIAL Y SOLIDARIA, Y ECONOMÍA ECOLÓGICA

10. ¿Nuevas desigualdades de género en el mercado de trabajo?
Elena Martínez - 27.03.2022
11. Condiciones de vida de hombres y mujeres a lo largo del ciclo de vida
Mari Luz de la Cal - 20.02.2022
12. Economía Social y Solidaria: otros valores para otras formas de hacer economía y empresa • **Enekoitz Etxezarreta - 24.04.2022**
13. Munduko egoeraren gainbegiratu bat ekonomia ekologikoaren ikuspegitik
Eneko Garmendia - 08.05.2022
14. Economía Circular: utilizar nuestros recursos como si tuviéramos un planeta finito y críticas al “Green-washing” • **Unai Villalba - 15.05.2022**



EMOZIOAK ZAHARTZEAN:

GURE EMOZIOAK KUDEATZEKO LEHEN URRATSAK

EMOCIONES EN EL ENVEJECIMIENTO: PRIMEROS PASOS PARA EL MANEJO DE NUESTRAS EMOCIONES



Irakaslea / Profesor: Fernando Gómez Busto

2. aretoa

55 lagunentzako edukiera

Urtarrilaren 9tik maiatzaren 22ra

Astelehenetan

11:30-13:00

Sala 2

aforo: 55 personas

9 enero - 22 mayo

Lunes

11:30-13:00 h

Al envejecer, podemos pensar que nuestras experiencias de vida nos otorgan “MADUREZ EMOCIONAL”, solo por el hecho de ser mayores. Preguntémonos si realmente es así, porque el estrés y una pobre gestión de las emociones, son 2 obstáculos muy potentes para envejecer de un modo saludable y satisfactorio. Ante situaciones y estímulos similares, nuestra respuesta puede ser muy diferente. Es absolutamente personal. Y para analizarla, no se puede o no se debería hacerlo solamente desde un plano intelectual.

Conocer qué son las emociones, cómo y porqué se producen, qué consecuencias traen para nuestra salud y relaciones personales es importante porque nos ayuda a ser conscientes de lo que nos ocurre.

Si, además, queremos obtener un mínimo control emocional, la teoría no es suficiente. Hay que entrar en nuestro interior, profundizar en nuestro autoconocimiento y, con un poco de humildad y perseverancia, introducir pequeños cambios en nuestras rutinas diarias para manejar mejor nuestro mundo emocional. Menor estrés, mayor bienestar; Vivir y envejecer mejor.

Para este trabajo hay muchas técnicas y niveles. Utilizaremos algunas de ellas en un nivel básico, que todos podemos aplicar. Por eso el seminario estará basado en 3 aspectos diferentes y complementarios: uno teórico, otro de autoconocimiento y muchas prácticas como se señala en la siguiente tabla:

PRIMEROS PASOS PARA EL MANEJO DE LAS EMOCIONES EN EL ENVEJECIMIENTO		
CONTENIDO TEÓRICO	PRÁCTICAS	CONOCERNOS MEJOR
• Relajar el cuerpo y relajar la mente • Cerebro y emociones • Emociones y órganos • Nuestra Realidad y la Verdad • Principales Emociones en el Envejecimiento	• Relajación y Descarga emocional • Drenaje emocional con sonidos • Lenguaje y pensamientos positivos • Concentrando la Intención	• Buscar el Centro • ¿Cuánto valgo? (Test) • ¿Cómo me veo yo y cómo me ven los demás? (Test) • Barreras para el Bienestar (Test)



PRIMEROS PASOS PARA EL MANEJO DE LAS EMOCIONES EN EL ENVEJECIMIENTO

CONTENIDO TEÓRICO	PRÁCTICAS	CONOCERNOS MEJOR
• Inteligencia y Coherencia Emocional • Necesidades del ser Humano y Autoestima • Haciendo consciente nuestro inconsciente • Resistencia al cambio • Propuestas de mejora	• Autoestima y Personalidad • Semáforo Emocional • Escudo Emocional • Transformar lo negativo en positivo	• Barreras para la Comunicación • Mis miedos (Test) • ¿Cómo es mi enfado? (Test)

Este seminario es interactivo, hay que hacer ejercicios y escribir en casa. Si su idea es “sentarse y escuchar”, no es el seminario más adecuado para usted. Lo ideal sería hacerlo de forma presencial porque las posibilidades tecnológicas para hacerlo “on-line” son muy básicas. No obstante, intentaremos adaptarnos a las situaciones que se presenten con la mejor de las voluntades.





GAUR EGUN

NAZIOARTEKO GAURKOTASUNA ULERTZEA

ENTENDER HOY

LA ACTUALIDAD INTERNACIONAL



Irakaslea / Profesor: Víctor Amado

2. aretoa

55 lagunentzako edukiera

Urtarrilaren 12tik maiatzaren 25era

Ostegunetan

18:00-19:30

Sala 2

aforo: 55 personas

12 enero - 25 mayo

Jueves

18:00-19:30 h

Acontecimientos como la guerra de Ucrania hacen que todas aquellas cuestiones y temas relacionados con el escenario internacional adquieran una relevancia cada vez mayor. Por otro lado, la vorágine en la que vivimos, la aceleración del tiempo histórico al que hacía referencia Erik Hobsbawm, conlleva que determinar un programa cerrado para este curso sea una cuestión que difícilmente encaja con una realidad internacional tan cambiante.

De esta manera, en el presente curso seguiremos y analizaremos muy de cerca todas aquellas noticias o hechos que se producen en el escenario internacional y que por su impacto y trascendencia sean determinantes. Al mismo tiempo que, aprovecharemos esas mismas noticias, normalmente las que no parecen en portada, para explicar algunos temas con profundidad y casi de manera monográfica. También nos valdremos de otro tipo de recursos (documentales y reportajes de televisión) para hablar de aquellos temas que modelan nuestra sociedad contemporánea en un mundo globalizado. Por último, tampoco olvidaremos analizar cómo el contexto internacional influye en la política doméstica.

Todo ello con rigor, pero en un marco distendido en el que la opinión y el punto de vista de las personas que se apunten se hace fundamental para enriquecer el propio curso.



IRAKURRITAKO ANTZERKI TAILERRA

TALLER DE TEATRO LEÍDO

Irakaslea / Profesor: Fco. Javier Larreina

1. aretoa
20 lagunentzako edukiera

Urtarrilaren 12tik martxoaren 30era
Ostegunetan
11:30-13:00

Sala 1
aforo: 20 personas

12 enero – 30 marzo
Jueves
11:30-13:00 h

El teatro es el arte de la palabra pronunciada y, por tanto, también es el arte del silencio, porque en el teatro el silencio se escucha.

Juan Mayorga

El teatro leído consiste en la lectura en voz alta de textos teatrales.

Las palabras escritas por el autor teatral toman vida gracias a la voz de los intérpretes, sin apenas otros recursos. Se trata de conseguir que el oyente participe con su imaginación. Que cree en su mente la escena gracias a lo que está escuchando. Esto es posible porque el teatro es evocador y no necesita mostrar todo lo que se dice.

Esta actividad nos permite acercarnos al teatro desde el punto de vista de su proceso de creación. Al leer interpretamos y dotamos de sentido personal a un texto.

Helburuak / Objetivos:

La lectura en grupo en voz alta motiva tanto a quienes leen como a quienes escuchan.

- Permite una mejor comprensión del texto. Para comunicarlo con sentido e intención hay que entenderlo con claridad.
- Podemos mejorar la expresividad oral: la dicción, la entonación, el volumen de la voz, los matices.
- Se superan inhibiciones ante el grupo y se favorece la relación interpersonal.
- Es necesaria la concentración para que el diálogo de los personajes no se dificulte o interrumpa. Hay que realizar un auténtico trabajo de equipo.
- Se necesita activar la imaginación para caracterizar a los personajes y ubicar las escenas.

Metodologia / Metodología:

El teatro leído persigue conseguir una lectura expresiva. A lo largo del proceso se van descubriendo los valores del lenguaje literario y también la información que lleva oculta el lenguaje verbal.

Debemos preguntarnos ante cada frase cuál es su intención. “Qué dice” el personaje, “a quién”, “dónde” y “para qué”. Todo resulta significativo: desde los silencios a las acciones que realiza.

MAGNIZIDIOAK: BURUA EMAN

MAGNICIDIOS: DAR A LA CABEZA



Kolaboratzailea / Colabora:



Zikloa zuzentzen du / Ciclo dirigido por: Antonio Rivera

Hitzaldi aretoa
150 lagunentzako edukiera

Urtarrilaren 12tik otsailaren 23ra
Ostegunetan
11:00-12:30

Sala de conferencias
aforo: 150 personas

12 enero – 23 febrero
Jueves
11:00-12:30 h

En 2023 se cumple medio siglo del asesinato del presidente del Gobierno español, Luis Carrero Blanco. Con él, fueron cinco los máximos mandatarios políticos muertos en atentados en nuestro país: Prim, Cánovas, Canalejas, Dato y el citado Carrero. Cada una de esas muertes se inscribe en una problemática diferente por la que pasaban la sociedad y su entorno más general, pero también en ciclos o procesos donde el crimen político adquiriría una distinta significación, explicación e incluso justificación por una parte de la ciudadanía.

El magnicidio es un tipo de crimen político que se apoya en la máxima tradicional de que sea lícito apartar por la fuerza al gobernante cuando este no cumple con el papel que tiene encomendado de defensa de la sociedad. El ejecutor interpreta particularmente esa circunstancia y procede a la acción buscando con ello alterar el estado de cosas, quebrar los frágiles equilibrios que sostienen el poder, eliminar a un agente que entiende principal en el orden establecido o en la jerarquía política del momento, vengar acciones de las que responsabiliza a su víctima, demostrar fortaleza como grupo opositor, excitar la reacción de una masa social supuestamente adormecida o, simplemente, dar lugar a una situación nueva, sin demasiado control sobre cuál sea esta.

El ciclo pretende explicar cada uno de esos grandes atentados producidos en España y describir el entorno social y político de las sociedades en que se produjeron, la personalidad de víctimas y victimarios, así como su importancia y los móviles de estos últimos, sin olvidar la propia trama del crimen. También interesa analizar la influencia que tuvieron esas acciones y la desaparición de estos dirigentes en la historia posterior del país. Finalmente, se proporciona una visión de contexto general de la tradición histórica del magnicidio, así como una reflexión sobre aquellos grandes crímenes previstos que, finalmente, no llegaron a producirse o pudieron ser evitados.

Egitaraia / Programa

1. Magnicidio: un crimen político de antigua tradición (Juan Avilés, UNED) 12 enero
2. Juan Prim Prats: una muerte todavía en el misterio (José M^a Ortiz de Orruño, UPV/EHU). 19 enero
3. Antonio Cánovas del Castillo: auge y caída del "arquitecto" político (José M^a Portillo, UPV/EHU). 26 enero



4. José Canalejas: matar la reforma social
(**Lara Campos**, Univ. de Cantabria). 2 febrero
5. Eduardo Dato Iradier: los años rojos españoles
(**Javier Gómez Calvo**, Instituto Valentín de Foronda). 9 febrero
6. Luis Carrero Blanco: el doble de Franco (**Antonio Rivera**, UPV/EHU). 16 febrero
7. Los magnicidios que no se cometieron (**Raúl López Romo**, Instituto Valentín de Foronda-Centro Memorial de Víctimas del Terrorismo). 23 febrero





MUSIKA BIZIA

MÚSICA VIVA



Irakaslea / Profesor: Aleix Mañosas

1. aretoa
24 lagunentzako edukiera

Urtarrilaren 9tik martxoaren 27ra
Astelehenetan
10:00-11:15

Sala 1
aforo: 24 personas

9 enero - 27 marzo
Lunes
10:00-11:15 h

La música, al igual que cualquier otro proceso humano, nace de la experiencia y no del conocimiento, es decir, de vivir el fenómeno artístico escuchándolo, cantándolo, bailándolo, dándole forma a través de la voz, de un instrumento...

A menudo nos hemos encontrado con una educación musical que ha empezado la casa por el tejado, adjudicando la primacía al conocimiento teórico en detrimento de dichas experiencias musicales. Pero... ¿acaso nuestros conocimientos preceden a nuestras experiencias? ¿O más bien es todo lo contrario?

La idea general de este taller de música es acercar la música a través de la educación auditiva, que es fundamental para el desarrollo del músico, y de la educación vocal con la que aprenderemos a cantar y a vivir la música en plenitud física, emocional e intelectual mediante el instrumento que la propia naturaleza nos ha dado: la voz.

Este taller es apto para cualquier persona que tenga inquietudes en el arte musical sea cual sea su nivel artístico.



NOLA IRAKURRI POEMA BAT CÓMO LEER UN POEMA



Irakaslea / Profesora: Amparo Montero

Hitzaldi aretoa
150 laguntzako edukiera

Urtarrilaren 10etik maiatzaren 23ra
Astearteetan
17:00-18:30

Sala de conferencias
aforo: 150 personas

10 enero – 23 mayo
Martes
17:00-18:30 h

Los ojos tiene abiertos / como las liebres. / Duerme, duerme

Un poema es un concentrado de ritmos, una alquimia de letras, voces, oídos, ojos y afectos. Un poema adormece, lleva a un movimiento pausado o asciende en un salto de alegría. Cuando nuestra criatura es pequeña y llama para saberse protegida, recurrimos a la palabra de ternura, de canturreo, arropándola y meciéndola con las nanas, esas pequeñas joyas del corazón. Nanos de mimos al bebé, “lucerito de la mañana”, las que cuentan del trasiego cotidiano de la madre (“que tengo que hacer, / lavar los pañales”), cantan en baja voz oscuros temores, de enigmáticos personajes (“que viene el coco / a llevarse a los niños...”). El poema es una corriente de amor para unir tacto y emoción.

Ana Pelegrín nos acerca con estas palabras la magia y la importancia de la poesía, la criatura descubre la palabra poética y se queda hechizada en ella...

El lenguaje de la poesía es un lenguaje especial, lo sabemos y por eso nos atrae y al mismo tiempo nos asusta. He oído muchas veces “¡Huy! yo poesía no leo, no la entiendo bien y además la leo fatal...”

Todo el mundo sabe leer poesía, dice Rosa Navarro con mucha pasión, lo que pasa es que asustamos a la gente con tanta palabrería. Estoy de acuerdo en parte, para dentro, en nuestro interior todos podemos leer poesía; pero hacia fuera, en voz alta quizá no sea tan fácil. Y, por suerte (o por desgracia), toda la poesía está escrita para leerse en voz alta. El ingrediente mágico del poema es la música, la musicalidad. Ocurre como con el teatro, hasta que la obra no está en un escenario no está completa del todo. Hasta que el poema no es escuchado, no está completo del todo.

Y esto es lo que vamos a intentar corregir en este curso. Leeremos poesía y trabajaremos el poema para encontrar la música, para escucharlo y al final, quizá le perdamos el miedo a la poesía...

Este es el tema que abordaremos en el próximo seminario de literatura, Cómo leer un poema, indagaremos en la magia del poema, investigaremos los recursos que utilizan los poetas y sobre todo leeremos y escucharemos POESÍA.

Además, trataremos otros muchos temas relacionados con la actualidad literaria que ilustraremos con el visionado de películas y otros recursos audiovisuales que nos ayudan a entender mejor la compleja realidad literaria.



ZINEMAGILE HANDIAK HISTORIAN ZEHAR GRANDES CINEASTAS A TRAVÉS DE LA HISTORIA

Irakaslea / Profesora: Sonia Pacios

1. aretoa
44 lagunentzako edukiera

Urtarrilaren 10etik martxoaren 28ra
Astearteetan
10:00-12:30

Sala 1
aforo: 44personas

10 enero – 28 marzo
Martes
10:00-12:30 h

Ikasgai-zerrenda/Temario:

1. Pioneras del cine mudo. Alice Guy y Lois Weber.
2. Cineastas de las vanguardias históricas del XX: Friedrich Wilhelm Murnau, Fritz Lang y Sergei M. Eisenstein.
3. De la ausencia de palabra a la locuacidad absoluta: Charles Chaplin y los Hermanos Marx
4. Mujeres cineastas y su relación con la vanguardia y la modernidad: Lotte Reiniger, Dorothy Arzner, Maya Deren e Ida Lupino.
5. El cine clásico estadounidense y la comedia "screwball": Frank Capra, George Cukor, Ernst Lubitsch y Howard Hawks.
6. La película clásica por excelencia: Casablanca (1942).
7. John Ford y el esplendor del Modo de Representación Institucional.
8. Orson Welles, cineasta adelantado a su tiempo.
9. Alfred Hitchcock, y el paso del cine clásico al manierismo de Hollywood.
10. Billy Wilder y la comedia elegante con carga crítica.
11. El neorrealismo y sus cineastas: Roberto Rossellini, Vittorio de Sica, Luchino Visconti y Federico Fellini.
12. Existencialismo en el cine del norte de Europa: Carl Theodor Dreyer e Ingmar Bergman.
13. Directoras españolas antes del boom actual: Ana Mariscal, Josefina Molina, Pilar Miró e Iciar Bolláin.
14. Directoras extranjeras: Lina Wertmüller, Jane Campion y Sofia Coppola.
15. Directores españoles de tres épocas: Fernando Fernán Gómez, Carlos Saura y Pedro Almodóvar

URTARRILA • ENERO						
A/L	A/M	A/M	O/J	O/V	L/S	I/D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

MARTXOA • MARZO						
A/L	A/M	A/M	O/J	O/V	L/S	I/D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

MAIATZA • MAYO						
A/L	A/M	A/M	O/J	O/V	L/S	I/D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

ESKOLA EGUTEGIA • CALENDARIO LECTIVO

Urtarrila-Maiatza 2023 Enero-Mayo

OTSAILA • FEBRERO						
A/L	A/M	A/M	O/J	O/V	L/S	I/D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

APIRILA • ABRIL						
A/L	A/M	A/M	O/J	O/V	L/S	I/D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Elkartegiak
Aulas
+55

Eskola-egunak / Días lectivos

Jaiegunak / Días no lectivos

- La información relativa a los cursos está sujeta a posibles variaciones por motivos técnicos de última hora. Ante dichos posibles cambios prevalecerá la información que se actualiza permanentemente en la página web.
- La organización se reserva el derecho a cambios en la programación.
- Se exige asistencia a los cursos adjudicados a cada persona. La ausencia injustificada dará lugar a la pérdida de la plaza.
- Las actividades que no alcancen un número mínimo de inscripciones podrán ser suspendidas
- Quien suscribe se compromete a cumplir las disposiciones vigentes.

- Ikastaroei buruzko informazioak aldaketak izan ditzake azken orduko arrazoi teknikoengatik. Aldaketarik egonez gero, web orriko informazioa da kontuan izan beharrekoa, etengabe eguneratzen baita.
- Ikastaroen antolatzaileak eskubidea du aldaketak egiteko programazioan.
- Pertsona bakoitzak esleitu zaizkion ikastaroetara joan behar du. Plaza galduko du ikastaroetara arrazoirik gabe joaten ez denak.
- Gutxieneko izen-emate kopururik ez duten jarduerak bertan behera utzi ahalko dira.
- Agiri hau sinatzen duenak hitzematzen du indarreko xedapenak beteko dituela.

Elkartegiak
Aulas **+55**

Eskaneatu kode hau programazioa zure telefonoan kontsultatzeko.
(Beharrezkoa da QR kodeak eskaneatzeko aplikazio bat instalatzea)

Escanee para consultar esta programación en su teléfono.
(Es necesario instalar una aplicación para escanear códigos QR)



**Casa de Cultura
IGNACIO ALDECOA
Kultura Etxea**

**945 18 19 44
aulas+55@araba.eus
<https://web.araba.eus/es/cultura/aulas55>**



@BiblioAldecoa



Casa de Cultura Ignacio Aldecoa



@biblioaldecoa

araba álava
foru aldundia diputación foral