

# ELKAR LAGUNTZA ETA EMAKUMEONTZAKO HARRERA TALDEA



## Visibilidad:

(Del lat. *visibilitas*, -ātis).

Mayor o menor distancia a que, según condiciones, pueden reconocerse o verse los objetos y las personas.

## Nori dago zuzendua?

Orientazio eta identitate kasuetan (zalantza, beldur, nola esan ez jakitea edo indarkeria kasuak, besteak beste) gatazka pertsonalean bizi diren emakume orori. Egoera horretan dagoen beste emakumerik ezagutu ez eta bakarrik sentitzen direnentzat ere.

## Zer aurkituko duzu bertan?

Izan ditzazkegun dudakin arduraduta bazaude askatasun eta lasaitasun guztiakin hitz egiteko gune berezi bat. Gainontzeko emakumeekin esperientziak elkartrukatuz, gatazka egoerak gainditzeko. Autoestimua, komunikazioa eta norbere trebetasunak bultzatu nahi dira, jolas, talde dinamika zeon ariketa praktikoen bidez emakume oro hazi eta hezituz.

Parte hartu nahi izanez gero deitu **ALDARTERA!**  
**ANIMATU!**

**ASTELEHENERO 19:30ETAN**  
**ALDARTEN**



# GRUPO DE ACOGIDA Y APOYO PARA CHICAS



**Visibilidad:**  
(Del lat. *visibilitas*, -*ātis*).  
Mayor o menor distancia a que, según condiciones,  
pueden reconocerse o verse los objetos y las personas.

## ¿A quién va dirigido?

A todas las chicas que estén viviendo una situación personal de conflicto en relación a su identidad, orientación (dudas, miedos, no saber cómo decirlo o afrontarlo, situaciones de violencia), o que no conocen a nadie en su misma situación y se sienten solas.

## ¿Qué vas a encontrar?

Un espacio específico para tratar de todas aquellas cuestiones que te preocupan y donde puedas hablar con total libertad y tranquilidad de tus sentimientos, compartiendo tu experiencia con otras chicas y aprendiendo y resolviendo juntas las situaciones de conflicto.

Trabajaremos aspectos como la autoestima, la asertividad, las habilidades personales y de comunicación a través de dinámicas de trabajo, juegos y ejercicios prácticos con los que ir creciendo y aprendiendo juntas.

Si quieres participar, **ANIMATE Y HAZLO!!!**

**TODOS LOS LUNES DE 19,30 A  
21 horas**

