



La formación en empoderamiento se ofrece en la Casa de la Mujer. A. L.

## La Casa de la Mujer abre un taller de aprendizaje para hablar en público

El curso, que comienza mañana, contará con 10 horas divididas entre los días 8, 15, 22 y 29 de mayo y 5 de junio

**AINHOA LASUEN**

ERMUA. La Escuela de Empoderamiento de la Casa de la Mujer de Ermua organiza un taller, de 10 horas para hablar en público, que se pondrá en marcha mañana y que se impartirá durante cinco días.

El curso, titulado 'Aprendizaje para hablar en público como herramienta de empoderamiento', se desarrollará los días 8, 15, 22 y 29 de mayo y 5 de junio en la Casa de la Mujer, de 18.00 a 20.00 horas.

La formadora Leire Abaigar ofrecerá técnicas y herramientas prácticas para controlar la ansiedad y sentirse más calmada al hablar ante un público, ante una cámara o un micrófono; como la respiración profunda y las visualizaciones. Tam-

bién se trabajarán algunos métodos similares a los que utilizan las actrices para desarrollar un papel o personaje antes de actuar. Se impartirán ejercicios para fortalecer la autonomía personal mediante el trabajo corporal, cambiando nuestras posturas, actitudes y gestos, proyectando más seguridad y confianza. En definitiva, es una buena oportunidad para enfrentar esos miedos en un espacio de confianza y de cuidados.

Aún quedan plazas libres para este taller. La inscripción se puede completar en la Casa de la Mujer. Costará 5 euros.

Hay que tener en cuenta que el 75% de la población mundial sufre de glosofobia o miedo a hablar en público, y afecta de manera más significativa a las mujeres que a los hombres. Es por ello, que la Escuela de Empoderamiento de Ermua ofrecerá esta formación para trabajar los miedos estructurales que impiden ocupar o protagonizar el espacio público.

## Hoy se desarrollará el 'Mapathon' para cartografiar el barrio de Santa Ana con su vecindario

**A. LASUEN**

ERMUA. Hoy se llevará a cabo una nueva sesión formativa del proyecto europeo drOp del barrio de Santa Ana. Se trata del denominado 'Mapathon', que es un espacio de encuentro entre personas que se unen para cartografiar el barrio de Santa Ana. El encuentro se producirá a partir de las 18.30 horas en Lobiano. En este 'mapathon' se harán mapas de los espacios públicos y puntos de interés, combinando paseos de mapeo y recogida del estado y del espacio físico, y sus elementos (pavimento, mobiliario urbano, iluminación, ...) para tomar conciencia del estado de las zonas públicas, sus carencias y sus puntos fuertes.

Se involucrará a diferentes colectivos para dinamizar el debate sobre el estado del espacio urbano del barrio.

**COLONIAS MUNICIPALES**

## Comienza la inscripción en 'Oporretan jolas'

A. L. Hoy comienza el plazo de inscripción para las colonias urbanas de verano 'Oporretan jolas'. La matrícula se podrá realizar hasta el 14 de mayo. Las actividades, que se disfrutarán entre el 24 de junio y el 19 de julio, están dirigidas a la población infantil que cursa entre primer curso y sexto de Primaria. El precio por semana es de 35,98 euros; 28,78 euros en el caso de apuntarse dos hermanos, hermanas o familia numerosa. La inscripción se realizará en Abiapuntu o en la sede electrónica municipal.

## El próximo martes se sortean las plazas de abonados de Lomipower

Se adjudicarán 42 plazas para turismos y 15 para motos, y se han registrado un centenar de solicitudes

**A. L. OSORO**

ERMUA. El Ayuntamiento de Ermua realizará el próximo martes, 14 de mayo, el sorteo para adjudicar las plazas de garaje del nuevo parking de Lomipower. Serán un total de 42 plazas abiertas para turismos, 15 para motos y una plaza de vehículo para personas con movilidad reducida, todas ellas en régimen de persona abonada, para sortear entre las más de 100 solicitudes que se han recibido.

El sorteo tendrá lugar en el salón de plenos del Ayuntamiento de Ermua a las 9.30 horas. Será público, por lo que las personas que estén interesadas podrán asistir al acto.

La población ermuarra que resulte agraciada en el sorteo obtendrá una plaza de aparcamiento por 60 euros al mes, en

el caso de las personas propietarias de coches, o 20 euros al mes en caso de tener una moto. Los precios se actualizarán anualmente en pleno.

Para optar a una plaza hay que tener en vigor el permiso de conducir y el permiso de circulación del vehículo para quien se solicita la plaza de garaje y estar empadronado en Ermua.

Además de las mencionadas plazas que se adjudicarán el próximo martes, el parking de Lomipower contará con otras 42 plazas para turismos, de aparcamiento rotatorio, y dos plazas más para personas con movilidad reducida, con sus propias tarifas de uso.

En el caso de las plazas rotatorias, en horario diurno, de 9.00 a 22.00 horas, las dos primeras horas serán gratuitas y el resto se abonará al precio de 1,80 euros la hora. Con la intención de que se ocupen el mayor número de plazas de aparcamiento, también se propone un horario nocturno, de 22.00 a 9.00 horas, por el que se pagarían 2 euros la noche.



El próximo martes se sortearán 57 plazas para 100 solicitudes. AYTO.

### TELÉFONOS DE INTERÉS

<b>URGENCIAS</b>	
SOS DEIAK	112
DYA	943 464 622
<b>HOSPITALES</b>	
Hospital Mendaro	943 032 800
Ambulatorio de Eibar	943 032 500
Ambulatorio de Eibar (Torrekua)	943 032 650
Ambulatorio de Ermua	943 032 630
<b>POLICÍA MUNICIPAL</b>	
Eibar	943 708 424
Ermua	943 176 300
<b>ERTZAINZA</b>	
Eibar	943 531 700
<b>BOMBEROS</b> Toda la provincia	112
<b>TRANSPORTES</b>	
Euskotren	944 333 333
Pesa Eibar	900 121 400
Bizkaibus	946 125 555
<b>TAXIS</b>	
Eibar	943 203 071
Ermua	943 171 733
<b>AYUNTAMIENTOS</b>	
Eibar (Centralita)	943 708 400
Eibar (Oficina de información a la Ciudadanía. Pegora)	010
Ermua	943 179 010

\* EL CORREO no se hace responsable de cambios de última hora

### CARTELERA DE CINE

#### EIBAR

**COLISEO** Merkatu Kalea, 2

No hay función

#### ERMUA

**ERMUA ANTZOKIA** Iparragirre, s/n

No hay función

### COMUNICACIONES

#### AUTOBUSES

##### EIBAR-SAN SEBASTIÁN

Laborables: 06.10\*, 06.40\*, 07.10\*, 07.40, 08.10, 08.45\*, 09.15\*, de 10.10 a 21.10 cada hora, 13.15\*, 18.10\*, 19.10\*.  
Sábados: 6.40\*, 7.10\*, 8.10, 8.45\*, 9.15\*, de 10.10 a 20.10 cada hora, 13.15\*, 15.10\*, 16.10\*, 18.10\*, 19.10\*, 20.10\*, 21.30.  
Domingos y festivos: 8.10, 10.10\*, 12.10, 13.10, 15.10\*, 17.10, 18.10, 19.10\* y 21.45\*.  
\*Salida desde Ermua diez minutos antes

##### SAN SEBASTIÁN-EIBAR

Laborables: 6.50, 7.20\*, 7.50\*, de 8.20 a 14.20 cada hora, 11.20\*, 14.30\*, 15.20\*, 16.20\*, de 18.20\* a 22.20\* cada hora.  
Sábados: 6.50, 7.20\*, 7.50\*, de 8.20 a 21.20\* cada hora, 11.20\*, 14.20\*, 16.20\*, 17.20\*, 18.20\*, 19.20\* y 22.35\*.

Domingos y festivos: 9.20\*, 11.20\*, 13.20, 14.20\*, 16.20, de 18.20\* a 20.20\* cada hora, y 22.20\*.

\*Llegada a Ermua

##### EIBAR-BILBAO (Autopista)

De lunes a viernes: Desde las 6.40 hasta las 20.40 cada hora. Sábados, domingos y festivos: Desde las 7.40 hasta las 21.40 cada hora.

##### BILBAO-EIBAR (Autopista)

Laborables: De 6.40 a 21.40 cada hora.  
Sábados-festivos: 7.40 a 21.40 cada hora.

##### EIBAR-VITORIA

Laborables: 6.25, 6.40, 6.55 y de 7.30 a 22.30 cada hora.  
Festivos: De 6.30 a 22.30 cada hora.

##### VITORIA-EIBAR

Laborables: 6.15, 7.00, 7.15, 7.45 y de 8.15 22.15 cada hora, 22.40 (sólo viernes).  
Festivos: De 6.15 a 22.15 cada hora

##### EIBAR-ARRATE

Laborables: No disponible.  
Sábados: 14.30  
Festivos: 9.00, 10.00, 11.00, 13.00 y 18.00.

##### ARRATE-EIBAR

Laborables: No disponible.  
Sábados: 14.30  
Festivos: 9.30, 10.30, 11.30, 13.30 y 18.30.

##### EIBAR-ELGETA

Laborables: 6.30, 8.30, 11.00, 13.30, 15.30, 16.30, 18.30 y 20.30.  
Festivos: 8.30, 11.30, 13.30, 15.30, 18.30 y 20.30.

##### ELGETA-EIBAR

Laborables: 6.50, 8.50, 11.20, 13.50, 15.50, 16.50, 18.50 y 20.50.  
Festivos: 8.50, 11.50, 13.50, 15.50, 18.50 y 20.50.

##### EIBAR-HOSPITAL MENDARO

Laborables: 6.10, de 7.05 a 21.45 cada veinte minutos, y 22.15.  
Sábados: De 7.00 a 22.00 cada hora.  
Domingos: 7.20, de 8.00 a 21.00 cada hora, y 22.15.

##### HOSPITAL MENDARO-EIBAR

Laborables: 6.15, 6.50, 7.10, 7.20, de 7.50 a 21.10 cada veinte minutos, 22.05, 22.25 y 22.55.  
Sábados y festivos: De 6.45 a 20.45 cada hora, 22.05 y 22.25.

### TRENES

##### BILBAO-EIBAR

Laborables: 5.55. Diario: (De 6.55 a 20.55 cada hora), 9.34 y 20.34.  
Sábado noche: 23.45, 1.45, 3.45 y 5.45.

##### EIBAR-BILBAO

Laborables: 7.09 y 8.09. Diario: (De 9.09 a 22.09 cada hora), 10.36 y 21.36. Noches: 2.06, 4.06, 6.02 y 7.30.

##### ERMUA-BILBAO

Laborables: 7.18 y 8.18. Diario: De 9.18 a 22.18 cada hora.

##### SAN SEBASTIÁN-EIBAR

Laborables: 5.50 y 6.50. Diario: De 7.50 a 20.50 cada hora, 9.20 y 20.20.

##### EIBAR-SAN SEBASTIÁN

Laborables: 6.06 y 7.06. Diario: De 8.06 a 21.06 cada hora, 10.35 y 21.35.

### FARMACIAS

##### EIBAR

De 9.00 a 22.00: Sánchez Castaño (Julián Etxeberria, 7).

##### ERMUA

De 9.00 a 22.00: Ugarte Canales (Goinkalea, s/n).

##### EIBAR-ERMUA

Noche. De 22.00 a 9.00: Lekunberri Alberdi (Isasi, 31, Eibar).