

# Octubre-Noviembre Actividades Sambil

## Urria-Azaroa Sambil Jarduerak

**Charla: "Género, autogestión de la salud y plantas medicinales"**

Martes 9 de octubre a las 18h

*Ponente/Hizlaria: Sandra Ruiz Santamaría (Experta en plantas medicinales/Sendabelarretan aditua)*

**Solasaldia: "Generoa, osasunaren autogestioa eta sendabelarrak"**

Asteartea, urriak 9, 18h

**Charla: "Superando la ansiedad, el estrés y la depresión"**

Miércoles 24 de octubre a las 18h

*Ponente/Hizlaria: Vanina Vázquez Gentile (Psicóloga/Psikologoa Equala)*

**Solasaldia: "Antsietatea, estresa eta depresioa gainditzen"**

Asteazkena, urriak 24, 18h

**Charla: "Las brujas en la historia"**

Lunes 5 de noviembre a las 18h

*Ponente/Hizlaria: Elisa Palacios Santos (Lda. en Filosofía/Filosofian lizentziatuta, Equala)*

**Solasaldia: "Sorgnak historian"**

Astelehena, azaroak 5, 18h

**Narraciones orales:**

**"Baubo" Historias contadas desde los labios**

Sábado 24 de noviembre a las 18h

*KONTUKANTOI (Entrada libre/Sarrera libre)*

**Ahozko Narrazioak:**

**"Baubo" Ezpainetatik kontatutako historiak**

Larunbata, azaroak 24, 18h

En la biblioteca de Cirauqui / Ziraukiko liburutegian

Antolatzailea/Organiza:

**Sambil**  
ASOCIACIÓN DE MUJERES DE CIRAUQUI  
ZIRAUKIKO EMAKUME ELKARTEA

Laguntzailea/Subvenciona:

Nafarroako Gobernua  Gobierno de Navarra  
Nafarroako Berdintasunerako Institutuak Lagunduta  
Subvenciona Instituto Navarro para la Igualdad

Laguntza teknikoa/Asistencia técnica:

**equala**  
Consultoría Social  
Aholkularitza Soziala  
www.equala.es