



INFORMACIÓN
BBK SAIOA
GORABIDE
INFORMAZIOA

Egoitzetako
egonaldiak
Estancias
en residencia

pg. 4 or.



Emakumeentzako
ahalduntze sexuala
Empoderamiento
sexual femenino

pg. 6 or.



Irakurketa errazeko
liburutegi birtuala
Biblioteca virtual
en lectura fácil

pg. 7 or.

Gorabide Eguna etorkizunaz hizketan ospatu genuen

GorabideEguna2023

ASOCIACIÓN VIZCAINA EN FAVOR DE LAS
PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL
ADIMEN DESGAIASUNA DUTEN PERTSONEN
ALDEKO BIZKAIKO ELKARTEA



Celebramos el Día Gorabide hablando sobre el futuro



**Baduzu trebetasunik beste
familiekin partekatzeko?
Ezagutu nahi dugu.**

5 or.

**¿Tienes alguna habilidad para
compartir con otras familias?
Queremos conocerla.**

pg. 5

Laguntzen du
Colabora

Bizkaia
foro alkartasuna
diputación foral

Celebramos el Día Gorabide hablando sobre el futuro

Analizamos cuáles deberían ser las claves de futuro para las personas con discapacidad intelectual, desde la perspectiva de una asociación de familias

El Día Gorabide 2023 llegó en plena reflexión estratégica para los próximos años. Por eso, el acto principal fue el encuentro ‘¿Y ahora, qué? Año 61: Hablemos del futuro de las personas con discapacidad intelectual’. Para responder esa pregunta, un usuario, un familiar, una profesional y una voluntaria mantuvieron un diálogo, moderado por Enrique Galván, director de Plena Inclusión. También intervinieron el alcalde de Bilbao, la diputada foral de Acción Social, la viceconsejera de Políticas Sociales, y nuestra presidenta.

Como claves destacadas de futuro, Iñaki Gallarreta, que vive en uno de nuestros pisos con apoyo, abogó por “facilitar modos de vida más independientes” y subrayó que las personas con discapacidad intelectual “podemos aportar mucho, como hemos hecho en las reuniones” de la planificación estratégica.

Para Rafael García, padre de David, “no solo se trata de construir, sino de continuar lo que está bien hecho”. Valoró que “podemos aportar las necesidades que notamos ante nuevos cambios” y añadió la importancia de cuidar a quien presta los apoyos en el ámbito familiar: “si estamos bien, vamos a cuidar mejor”.

Leire Ortega, voluntaria en un club de ocio, destacó “la visibilidad de las personas con discapacidad intelec-



tual que aporta Gorabide” y puso el foco en la dificultad de contar con voluntariado: “Requiere un compromiso, que un día te puede apetecer menos... pero aporta mucho, y hay muchas opciones para colaborar”.

Y Diana Cabezas, nuestra directora de Orientación y Apoyo Técnico, expuso que los desafíos de futuro “requieren que nos repensemos en nuestras competencias profesionales, para afrontar las nuevas formas de relación y de acompañamiento que se ajusten a necesidades, aspiraciones y propósitos vitales”.

Apoyo institucional

Juan Mari Aburto, alcalde de Bilbao, señaló que “el reto para quienes tenemos responsabilidades es creernos lo que decimos. Y eso no es algo neutro, tiene que tener consecuencias en nuestro quehacer diario, en nuestros presupuestos, en nuestra forma de actuar...”.

Amaia Antxustegi, diputada foral de Acción Social, reconoció la “encomiable labor” de Gorabide, y puso en valor la relación entre “tercer sector y administración pública, en una alianza público-social de largo recorrido, que debemos preservar y reforzar ante cualquier dificultad”.

Lide Amilibia, viceconsejera de Políticas Sociales, aseguró que “aún queda mucho por hacer para garantizar una inclusión plena y efectiva, y desde Gorabide desempeñáis un papel fundamental en este proceso. Un trabajo que asciende y trasciende de la asistencia directa”.

Y nuestra presidenta, Susana Gorbeña, deseó que “con nuestros valores, las ideas que surjan de la reflexión estratégica y la contribución de personas y entidades comprometidas con nuestro movimiento, seamos capaces de dar una respuesta acertada a la pregunta que nos convoca hoy”.

Gorabide Eguna etorkizunaz hizketan ospatu genuen

Adimen desgaitasuna duten pertsonentzako etorkizuneko gakoak zein izan beharko liratekeen aztertu genuen, familien elkartea honen ikuspegitik



2023ko Gorabide Eguna datozen urteotarako hausnarketa estrategiko betean iritsi zen. Horregatik, ekitaldi nagusia ‘Eta orain, zer? 61. Urtea: Adimen desgaitasuna duten pertsonen etorkizunari buruz hitz egin dezagun’ topaketa izan zen. Galderari erantzuteko, erabiltzaile bat, senide bat, profesional bat eta voluntario bat solasean aritu ziren, Enrique Galván Plena Inclusiónaren zuzendariak bideratuta. Bilboko alkateak, Gizarte Ekintzako foru-diputatuak, Gizarte Politiketako sailburuordeak eta gure presidenteak ere hitza hartu zuten.

Etorkizuneko gako aipagarri gisa, Iñaki Gallarretak, gure etxebizitza batetan laguntzarekin bizi denak, “bizimodu independenteagoak ahalbidetu” behar direla aldarrikatu zuen, eta zera azpimarratu zuen: “Adimen desgaitasuna dugun pertsonok ekarpen handia egin dezakegu, plangintza estrategikoko bileretan egin dugun bezala”.

Rafael Garcíak, Daviden aitak, “ez da eraikitzea bakarrik, ondo egindakoa jarraitza ere bada kontua” esan zuen. “Aldaketa berrien aurrean sumatzen ditugun beharrak jakinaraz ditzakegu” baloratu zuen, eta gaineratu zuen familiar lagunza ematen duena zaintza oso garrantzitsua dela: “Ondo bagaude, hobeto zainduko dugu”.

Leire Ortegak, aisiaaldi-elkarte bateko voluntarioak, Gorabidek adimen desgaitasuna duten pertsonak agerian jartzen dituela nabarmendu zuen, bai eta azpimarratu ere voluntarioak bilteza zaila dela: “Konpromisoa eskatzen du, eta egun batean, beharbada, ez duzu gogo handirik... baina ekarpen handia egiten du, eta laguntzeko aukera ugari daude”.

Bestalde, gure Orientazio eta Laguntza Teknikoko zuzendari Diana Cabezasek azaldu zuenez, “etorkizuneko erronkek gure gaitasun profesionalan nola jardun birpentsatza eskatzen dute, bizi-

tzako behar, helburu eta asmoetara egokituko diren harreman eta laguntza-modu berriei aurre egingo badiegu”.

Babes instituzionala

Bilboko alkate Juan Mari Aburto adierazi zuenez, “erantzukizunak ditugun erronka esaten duguna si-neste da. Eta hori ez da gauza neutrero; gure eguneroko zeregrinean ondorioak izan behar ditu, gure aurrekontuetan, gure jardunbidean...”.

Amaia Antxustegi Gizarte Ekintzako foru diputatuak Gorabidek egiten duen “ian goresgarria” aitortu zuen, eta “hirugarren sektorearen eta administrazio publikoaren arteko harremana” balioetsi, “ibilbide luzeko aliantza publiko-sialean, edozein zaitasunen aurrean zaindu eta indartu behar duguna”.

Lide Amilibia Gizarte Politiketako sailburuordeak baiezttatu zuen asko dagoela egiteko erabateko inklusio eraginkorra bermatzeko, eta “Gorabideen, funsezko eginkizuna betetzen haragoko lana, lagunza emate hutsa baino garrantzitsuagoa” erantsi zuen.

Eta Susana Gorbeñak gure presidenteak, “gure balioekin, hausnarketa estrategikotik sortzen diren ideiek, eta gure mugimenduarekin konprometitutako pertsonen eta erakundeen ekarpenarekin, gaur bildu gai-tuen galderari erantzun egokia emateko gai izatea” desideratu zuen.



información bbk SAIOA GORABIDE informazioa

Estancias temporales en residencia durante el año 2024

Las personas con discapacidad intelectual de Bizkaia, con edades entre los 18 y los 64 años, y que tengan valorada la dependencia, deben hacer las solicitudes de estancias temporales, por lo menos, con dos meses de antelación a la fecha en la que quieren disfrutar de la estancia. Por eso, ahora es el momento de ponerse en contacto con la trabajadora social de nuestro equipo BBK SAIOA GORABIDE, para que las apoye en la gestión de las solicitudes.

Las estancias temporales en residencia están orientadas a proporcionar respiro y descanso a las personas cuidadoras habituales, y también ayudan a las personas con discapacidad intelectual a convivir en un entorno no habitual, proporcionándoles experiencias diferentes. Se puede solicitar plaza por descanso o respiro de la persona cuidadora principal; por urgencias como fallecimiento o enfermedad de la persona cuidadora o familiares de la persona con discapacidad intelectual; traslado u obras importantes en el domicilio; motivos laborales; o imposibilidad o grave dificultad de prestar los debidos apoyos por parte de la persona cuidadora.

La adjudicación de plazas corresponde al Departamento de Acción Social de la Diputación Foral de Bizkaia, que hará una valoración previa de cada caso, teniendo en cuenta todas las circunstancias familiares y sociales de cada persona para proporcionar la mejor atención. Y las plazas se adjudican por orden de prioridad atendiendo al baremo de necesidad social ISNA.

Desde Gorabide, aportamos cuantos informes sean necesarios, además de tramitar las solicitudes en los plazos requeridos.

Egoitzetako aldi baterako egonaldiak 2024. urtean

Bizkaiko adimen desgaitasuna duten pertsonek, 18 eta 64 urte bitartekoek, eta mendekotasuna aitortuta dutenek aldi baterako egonaldiatarako eskabideak egonaldia egiten hasi nahi duten eguna baino bi hilabete lehenago aurkeztu behar dituzte. Hori dela eta, orain da gure BBK SAIOA GORABIDE taldeko gizarte-langilearekin harremanetan jartzeko unea, eskabideak kudeatzen lagun diezaien.

Egoitzetako aldi baterako egonaldiak ohiko zaintzaileek atseden hartu ahal izateko dira, eta, era berean, adimen desgaitasuna duten pertsonei ezohiko ingurune batean beste pertsona batzuekin batera bizitzen laguntzen diete, esperientzia desberdinak eskainita.

Plaza honako arrazoi hauengatik eska daiteke: zaintzaile nagusiak atseden hartzeko; larrialdiengatik, zaintzailearen edo adimen desgaitasuna duen pertsonaren senideen heriotza edo gaixotasuna, kasu; etxez aldatzeagatik edo etxeen obra handiak izateagatik; lan-arrazoiak; edo zaintzaileak eman beharreko lagunza jasotzeko ezintasun edo zaitasun larriagatik.

Plazak Bizkaiko Foru Aldundiko Gizarte Ekintza Sailak esleitzen ditu, pertsona bakoitzaren familia-eta gizarte-inguruabar guztiak kontuan hartuta kasu bakoitza aztertu ondoren, arretarik onena jaso dezan. Eta plazak lehentasun-hurrenkeraren arabera esleitzen dira, AJBG (Arreta Jasotzeko Beharrizanaren Gizarte-adierazlea) jasotzeko beharrizanaren adierazlearen arabera.

Servicio
BBK SAIOA GORABIDE
Zerbitzua
Tel. 94 453 90 86

Gorabidetik, behar diren txosten guztiak ematen ditugu, eskabideak eskatutako epeetan izapidezear gain.

Ahots eta ekintza bakoitzak elkartzen dute

Gure Partaidetza Asoziatiboko sailak elkarteko beste familia batzuei laguntzeko jokabide aktiboagoa eta konprometituagoa izatera bultzatzen du

Gorabideren bereizgarrietako gure mugimendu asoziatiboa da, bat egin-dako familiek osatua, adimen-desgaitasuna duten pertsonen eskubideen alde indarrez jarduteko. Eta familia bakoitzaren parte-hartzea zenbat eta aktiboagoa izan, orduan eta aberatsagoa haren esperientzia personal, familiar eta soziala, horrela elkartearren oinarriak sendotzen lagunzeaz gain.

Hala, gure Partaidetza Asoziatiboko sailak “beste familia batzuei laguntzeko jokabide aktiboagoa eta konprometituagoa” izatera bultzatzen du. Haren esanetan, “ekintza eta ahalduntzerantz aurrera egiteko gure proposamenarekin bat egitera gonbidatu nahi zaitugu. Aztertu zure ahalmena, konta iezaguzu zure us-



tez partekatzeko moduko trebetasunik, zaletasunik edo interesik duzun, eta, horren bideragarritasuna aztertu ondoren, zure ideia martxan jar ge-nezake”.

Aurreko esperientziak

Ildo horretan, aurten zenbait esperientzia izan ditugu, gure elkarteko amek bideratuak. Esaterako, ‘Hariez harago trikotatzen’ kakorrott-taile-

rra, elkarri laguntzeko sareak sortze-ko eta indartzeko gunea. Edo ‘Kafeak kide artean’ taldea helduen amentzat. Eta, tarteka, familiek jar-duerak iradokitzen dituzte, aisialdi-planak edo prestakuntza-saioak, ka-su.

Kontaktua: Johanna López

Mail: johannalopez@gorabide.com

Teléfono: 623 242 873

Cada voz cuenta, y cada acción suma

Nuestra área de Participación Asociativa anima a tomar un papel más activo y comprometido para acompañar y apoyar a otras familias de la asociación

Una de las señas de identidad de Gorabide es nuestro movimiento asociativo formado por familias unidas para avanzar con fuerza hacia los derechos de las personas con discapacidad intelectual. Y cuanto más activa sea la participación de cada familia, no sólo enriquecerá su experiencia personal, familiar y social, sino que también fortalecerá los cimientos de la asociación.

Por eso, desde nuestra área de Participación Asociativa animan a “tomar

un papel más activo y comprometido para acompañar y apoyar a otras familias. Te invitamos a sumarte a nuestra propuesta de avanzar hacia la acción y el empoderamiento”. “Explora tu potencial, cuéntanos si tienes una habilidad, afición o interés que crees que puedes compartir y, tras valorar su viabilidad, podríamos poner en marcha tu idea”, explican.

Experiencias anteriores

A lo largo de este año, hemos tenido algunas experiencias en ese senti-

do, lideradas por madres de nuestra asociación. Como el taller ‘Tejiendo más allá de los hilos’, un espacio de creación y fortalecimiento de redes de apoyo mutuo, a través de un taller de ganchillo. O el grupo de ‘Cafés en compañía’ para madres de personas adultas. Y, en ocasiones, las familias sugieren actividades, como planes de ocio o sesiones formativas.

Contacto: Johanna López

Mail: johannalopez@gorabide.com

Teléfono: 623 242 873

Sexualerako autozaintza, autoestimu eta ahalduntze tailerra

Gure Arteagoiti Egoitzak eta Marienea Basaurik adimen desgaitasuna duten emakumeentzako gune bat sortu dute

Saioa Madridek, gure Arteagoiti Egoitzako koordinatzaileak, Basauriko Marienea Emakumeen Etxea-rekin elkarlanean, lau saioko tailerra antolatu du adimen desgaitasuna duten emakumeei beren autoezagutza, autozaintza, autoestimua eta sexu-ahalduntza areagotzeko prozesuan laguntzeko. Jarduera irailaren 20an hasi zen, eta hurrengo saioak urriaren 11n, azaroaren 22an eta abenduaren 13an izango dira, 18:00etatik 19:30era. Helburua da adimen desgaitasuna duten emakumeek beren gorputzak eta emozioak ezagutu, zaindu eta mimatu ahal izateko gune eta taldea sortzea, beren burua errespetatzeko eta bai beren buruarekin bai ingurunearekin harreman osasungarria izatea merezi dutela sentitu ahal izateko. Saioak andrazko sexologo batek dinamizatuko ditu.

PZP eta komunitatea

Ekimen hau egoitzako andrazko erabiltzaile baten PZP eratzean sortu zen, emozioak eta mugak kudeatzeko tresnak, baita autoestimua areagotzeoak ere, eskatzen zituela-ko. Eta komunitatean baliabideak bilatzen hasita, behar horrek eta Marieneak adimen desgaitasuna duten emakumeentzako jarduerak garatzeko duen asmoak bat egin zuten.

Izen-emateak:

☞ labur.eus/marienea-tailerra



Taller de autocuidado, autoestima y empoderamiento sexual

Nuestra Residencia Arteagoiti y Marienea Basauri han creado un espacio destinado a mujeres con discapacidad intelectual

Saioa Madrid, coordinadora de nuestra Residencia Arteagoiti, ha organizado en colaboración con Marienea Elkartea de Basauri un taller de cuatro sesiones, para acompañar a mujeres con discapacidad intelectual en su proceso de autoconocimiento, autocuidado, autoestima y empoderamiento sexual.

La actividad comenzó el 20 de septiembre y continuará los miércoles 11 de octubre, 22 de noviembre y 13 de diciembre, en horario de 18:00 a 19:30. El objetivo es generar un espacio y un grupo en el que las mujeres con discapacidad intelectual puedan conocer, cuidar y mimar sus cuerpos y emociones, respetándose y sintiéndose merecedoras de tener

una relación sana consigo mismas y con su entorno. Las sesiones estarán dinamizadas por una sexóloga.

PCP y comunidad

Esta iniciativa surgió en la elaboración de la PCP (planificación centrada en la persona) de una usuaria de la residencia, que reclamaba herramientas de gestión emocional y de límites, y aumento de la autoestima. Y se puso en marcha a través de una búsqueda de recursos en la comunidad, en la que confluyeron esta necesidad y la intención de Marienea de desarrollar actividades para mujeres con discapacidad intelectual.

Inscripciones:

☞ labur.eus/taller-marienea



Publicaciones de más de 20 webs...

en un único sitio

Biblioteca de lectura fácil
Descarga libros y publicaciones gratis
Comparte en tus redes: 



700 argitalpen baino gehiagoko irakurketa errazeko liburutegia

Plena Inclusión ha lanzado una biblioteca ‘online’ de lectura fácil, que favorece el acceso libre y gratuito a más de 700 publicaciones entendibles para personas con alguna dificultad de comprensión. Este proyecto recopila en un único espacio virtual contenidos que hasta ahora se encontraban distribuidas por 20 webs distintas, elaborados por las 17 federaciones miembro, las tres entidades estatales y las de Ceuta y Melilla.

Biblioteca de lectura fácil, con más de 700 publicaciones

Plena Inclusión ha lanzado una biblioteca ‘online’ de lectura fácil, que favorece el acceso libre y gratuito a más de 700 publicaciones entendibles para personas con alguna dificultad de comprensión. Este proyecto recopila en un único espacio virtual contenidos que hasta ahora se encontraban distribuidas por 20 webs distintas, elaborados por las 17 federaciones miembro, las tres entidades estatales y las de Ceuta y Melilla.

Eduki-mota oro

Liburu-mota oro topa daiteke bertan: literarioak (eleberria zein poesía); hainbat gairi buruzko gidak, hala nola teknologia, osasuna, banku-produktuak edo turismoa; hiztegiak eta eskuliburuak; baita irakurketa errazera egokitutako oposizioetako gaiak ere.

Plena Inclusión ha lanzado una biblioteca ‘online’ de lectura fácil, que favorece el acceso libre y gratuito a más de 700 publicaciones entendibles para personas con alguna dificultad de comprensión. Este proyecto recopila en un único espacio virtual contenidos que hasta ahora se encontraban distribuidos por 20 webs distintas, elaborados por las 17 federaciones miembro, las tres entidades estatales y las de Ceuta y Melilla.

Todo tipo de contenidos

Las publicaciones abarcan todo tipo de libros: títulos literarios (tanto novela como poesía); guías sobre diversos temas como tecnología, salud, productos bancarios o turismo; diccionarios y manuales; e incluso temarios de oposiciones adaptados a lectura fácil.

Es posible acceder a la biblioteca en lectura fácil de Plena Inclusión en este enlace: labur.eus/plena-LF.

LABURRAK BREVES

Europako Astean parte hartuko dugu

Urriaren 20an, Euskalitentzietan Kudeaketa Aurreratuaren Europako Astearen barruan, ‘Digitalizazioa, pertsonalizazioa, iraunkortasuna eta laguntzetarako berrikuntza’ jardunaldia antolatuko dugu, non gure alorrean erreferentzia diren hiru erakunderen esperientzia egiaztuak ezagutaraziko ditugun, hirugarren sektore sozialaren arazo eta erronka komunelai begirako ikuspegi operativoekin.

Participamos en la Semana Europea

El 20 de octubre, organizamos una jornada dentro de la Semana Europea de la Gestión Avanzada de Euskalit. Bajo el título ‘Digitalización, personalización, sostenibilidad e innovación para los apoyos’, ofrecemos experiencias contrastadas de tres entidades referentes de nuestro ámbito, con enfoques operativos hacia problemas y retos compartidos en el tercer sector social.

Digitalizazioa Once Fundazioarekin

Aurrera goaz plataforma digital berrien bidez balioa sortzen, Once Fundazioak eman digun 27.750,45 euroko dirulaguntzari esker, bere 2022. urteko proiekturen deialdi orokorraren barruan.

Digitalización con Fundación Once

Avanzamos en la generación de valor a través de nuevas plataformas digitales, gracias a la subvención de 27.750,45 euros que nos ha concedido Fundación Once dentro de su convocatoria general de proyectos del año 2022.



Gorabide irabazi-asmorik gabeko elkartea da, Bizkaiko adimen desgaitasuna duten pertsonei eta haien familieei bizitzako asmoak garatzen laguntzen diena, horretarako lagunza eta berrikunta eskaizten die ikuspegi etikotik eta haien inklusioa sustatzen du gizarte bidezkoago eta solidarioago batean. Lantegi Batuak (1983) eta Futubideren (1991) erakunde sustatzailea.

Gorabide es una asociación sin ánimo de lucro orientada a contribuir a que las personas con discapacidad intelectual de Bizkaia y sus familias puedan desarrollar sus aspiraciones vitales, ofreciendo apoyos e innovación en las respuestas, desde una perspectiva ética y promoviendo su inclusión en una sociedad más justa y solidaria. Entidad promotora de Lantegi Batuak (1983) y de Futubide (1991).



EHUk eta Eusko Jaurlaritzak arkitektura-ren dibulgazioa errazteko adimen artifizialaren erabilera posibleari buruzko azterlan batean parte hartzen dugu.

Colaboramos en un estudio de la UPV-EHU y el Gobierno Vasco sobre el posible uso de la inteligencia artificial para favorecer la divulgación arquitectónica.

PARTAIDETZA ASOZIATIBOA

Urrian, gure **Zurekin Programaren** barruan, ‘Ondo pasa familiar’ jarduera gisa, **mendi-ibilia** egingo dugu Urdulizko eta Plentziako basoetan barrena, 21ean. **Eskola-jazarpenari** buruzko **web-hitzaldia** eskainiko dugu, 26an. Adimen desgaitasuna duten pertsonen gaitasun juridikoa **gauzatzeari** buruzko senideentzako beste **tailer praktiko** bat egingo dugu, 31n. Eta **elkarri laguntzeko** ‘Kafeak kide artean’ taldeekin jarraituko dugu. Hori guztia, “laCaixa” Fundazioaren laguntzarekin. Gainera, hilaren 28an, **ikusmen-osasuneko** zirkuitu bat proposatuko dugu, Abre Sus Ojos elkarrearekin.

Informazio gehiago eta izen-emateak:
johannalopez@gorabide.com | Tel. 623 242 873

AUTOGESTIO PROGRAMA

- Helduak:** Asteazkena 18, 18:00etan, Abandoko Udaltegian. Barrainkua 5 (Bilbo).
- Gazteak:** Asteazkena 11, 17:30etan, La Perrera. Sabino Arana 50 (Bilbao).

PARTICIPACIÓN ASOCIATIVA

En octubre, dentro de nuestro **Programa Contigo**, el día 21, como actividad de ‘**Diviértete en familia**’ haremos una ruta de **senderismo** por los bosques de Urduliz y Plentzia. El 26, ofreceremos una **charla web** sobre **acoso escolar**. El 31, un nuevo **taller práctico** para familiares sobre **ejercicio de la capacidad jurídica** de las personas con discapacidad intelectual. Y seguimos con los grupos de **ayuda mutua ‘Cafés en compañía’**. Todo ello, con apoyo de Fundación “laCaixa”. Además, el 28, proponemos un **circuito de salud visual**, con la asociación Abre Sus Ojos.

Más información e inscripciones:
johannalopez@gorabide.com | Tel. 623 242 873

PROGRAMA DE AUTOGESTIÓN

- Personas adultas:** Miércoles 18, a las 18:00, en el CMD Abando. c/ Barrainkua nº 5 (Bilbao).
- Personas jóvenes:** Miércoles 11, a las 17:30, en La Perrera. c/ Sabino Arana nº 50 (Bilbao).