

SUMARIO

DEL 01 AL 15 DE FEBRERO

CLUBES DE LECTURA_MÚSICA_POESÍA_PINTURA

FEBRERO

HASTA EL 28

EXPOSICIÓN

‘NAVARRA 2025, EN IMÁGENES’

AREGNA (ASOCIACIÓN REPORTEROS GRÁFICOS DE NAVARRA)



03 FEBRERO

MARTES

19:00H

DÍA MUNDIAL CONTRA EL CÁNCER

‘QUÉ ES EL CÁNCER DE MAMA Y SU PREVENCIÓN’

SARAY (ASOCIACIÓN NAVARRA DE CÁNCER DE MAMA)-ANDREA UNANUA



04 FEBRERO

MIÉRCOLES

19:00H

MESA REDONDA

‘2025 A FOCO: FOTOGRAFÍAS QUE CUENTAN EL AÑO’

AREGNA (ASOCIACIÓN REPORTEROS GRÁFICOS DE NAVARRA)



SUMARIO

DEL 01 AL 15 DE FEBRERO

CLUBES DE LECTURA_MÚSICA_POESÍA_PINTURA

06 FEBRERO

VIERNES
DE 17:30 A 19:30H

TALLER INFANTIL
‘MÁSCARAS DE
CARNAVAL’



10 FEBRERO

MARTES
19:00H

TALLER DE TEATRO
‘LA RATONERA’
ALBERTO LÓPEZ ESCUER



11 FEBRERO

MIÉRCOLES
19:00H

TERTULIA DE SALUD
‘MEJORA LA SALUD FÍSICA,
MENTAL Y EMOCIONAL CON
LA GIMNASIA DE LA RISA ’
MARIAN BAOS



13 FEBRERO

VIERNES
19:00H

TEATRO
‘ENAMÓRATE SIN
AMORATAR’
ALICIA BAIGORRI E INMA MARTÍN



EXPOSICIÓN

HASTA EL 28

NAVARRA 2025 EN IMÁGENES

DE AREGNA

La Asociación de Reporteros Gráficos de Navarra (Aregna) junto a **Ámbito Cultural de Pamplona** presentan un año más la exposición: **“Navarra 2025 en imágenes”**.

Esta exposición colectiva hace un recorrido por el año 2025 a través de las imágenes elegidas por los propios reporteros gráficos de diferentes medios navarros.



Los reporteros que la hacen posible son:

Aitor Karasatorre, Blanca Aldanondo, Daniel Fernández, Eduardo Blanco, Eduardo Buxens, Eduardo Sanz, Iñaki Porto, Iñigo Alzugaray, Iosu Santesteban, Irati Aizpurua, Iván Benítez, Iván Delgado, Javier Bergasa, Jesús Caso, Jesús Diges, Jesús Garzaron, José Carlos Cordovilla, José Luis Larrión, Juan Mari Ondikol, Juan Pedro Urdiroz, Luis Carmona, Maite H. Mateo, Miguel Osés, Mikel Saiz, Oskar Montero, Pablo Lasasosa, Patxi Cascante, Sergio Martín, Sonia Salsamendi, Unai Beroiz y Villar López.

Este año se suman de nuevo a la exposición las imágenes de los videógrafos: Iñigo Aramburu, Iñigo Yanci Larralde y Mikel Izura.

CONFERENCIA

MARTES 03_19:00 h

QUÉ ES EL CÁNCER DE MAMA Y SU PREVENCIÓN

SARAY

SARAY 30
Asociación Navarra de Cáncer de Mama | Bularreko Minbiziaren Nafarroako Elkarte



Con motivo del **Día Mundial contra el Cáncer**, la **Asociación Navarra de Cáncer de Mama** ha organizado la charla formativa “**Qué es el Cáncer de Mama y su prevención**”.

Será un espacio para informarnos, compartir dudas y conocer mejor cómo cuidarnos.

Impartido por **Andrea Unanua**, psicóloga de **SARAY**, nos hablará sobre el cáncer de mama y la importancia de la prevención desde un enfoque cercano y humano.

MESA REDONDA

MIÉRCOLES 04_19:00 h

2025 A FOCO: FOTOGRAFÍAS QUE CUENTAN EL AÑO.

AREGNA

Al hilo de la exposición **“Navarra 2025 en imágenes”**, la Asociación de Reporteros Gráficos de Navarra proponen a través de una selección de imágenes periodísticas, un recorrido por los acontecimientos que marcaron el año 2025.

El tema a tratar será, el fotoperiodismo como testigo directo de la actualidad. Una conversación sobre miradas, contexto y responsabilidad informativa.

PONENTES:

- Villar López de Agencia Efe.
- José Carlos Cordovilla y Jesús Caso de Diario de Navarra.
- Pablo Lasaosa de Navarra.com.
- Mikel Izura videógrafo de Festaro.



TÄLLER INFÄNTIL

VIERNES 06_DE 17:30 A 19:30 h

MÁSCARAS DE CARNAVAL



¡Ya falta poco para el carnaval! Es hora de disfrazarse y disfrutar de los días más divertidos del año.

En **Ámbito Cultural** lo celebramos el **viernes 6 de febrero, de 17:30 a 19:30** horas, con un precioso taller en el que los peques crearan una **máscara de Carnaval**, llena de color y fantasía y que será un complemento perfecto para su disfraz.

Las máscaras son uno de los elementos más característicos en las fiestas de Carnaval y en algunos carnavales, como el de Venecia, son el elemento principal.

¿Os animáis a crear vuestra propia máscara?

Los niñ@s irán rotando en grupos por orden de llegada, hasta agotar existencias.

TÄLLER TEÄTRO

MARTES 10_19:00 h

LA RATONERA

ALBERTO LÓPEZ ESCUER



Tras el éxito del pasado taller de teatro y de nuevo de la mano del director **Alberto López Escuer** iniciamos un **nuevo taller** en el que los participantes se inician de forma divertida y práctica en el mundo de la lectura teatralizada.

Una modalidad oral en la que el lector da vida a un personaje por medio de los matices de la voz, el volumen, la entonación y su propio cuerpo.

I parte. Estudio de la autora, de la época, las costumbres y la cultura con el fin de entender mucho mejor la obra y los personajes.

II parte. Ensayos de la lectura teatralizada.

III parte. Una tarde del mes de mayo, estreno de la obra en la sala de **Ámbito Cultural de Pamplona**.

Las sesiones serán de **una hora** y se realizarán **dos martes al mes a las 19:00** horas.

La obra elegida es **“La ratonera” de Agatha Christie**.

Aforo del taller completo.

TERTULIA DE SALUD

MIÉRCOLES 11_19:00 h

MEJORA LA SALUD FÍSICA, MENTAL Y EMOCIONAL CON LA GIMNASIA DE LA RISA.

MARIAN BAOS

Tras el éxito de su pasada sesión, hoy visita de nuevo la sala **Marian Baos** para explicar a quienes no pudieron asistir, cómo mejorar la salud física, mental y emocional con la **gimnasia de la risa**.

¿Saben que al reír a carcajadas se mueven y fortalecen más de 400 músculos y que algunos de ellos solo pueden ser entrenados a través de la risa?

Esta tarde durante aproximadamente una hora y media se realizarán dinámicas donde a través del movimiento, el juego, la diversión y el buen humor, los participantes aprenderán a practicar actividad física de manera diferente y divertida.

Entre sus beneficios, ayuda a eliminar toxinas, reducir el estrés, mejorar la respiración, reforzar el sistema inmunológico, favorecer la digestión, eliminar el insomnio, mejorar estados de ánimo, así como prevenir o mejorar la ansiedad y la depresión.

Baos es Licenciada en Humanidades y coach profesional, Máster en Psicología del deporte, con formación en Inteligencia Emocional y Programación Neurolingüística. Atletas de fitness y campeona de España de BODY FITNESS en 2019.

Se recomienda traer ropa cómoda, **será una sesión de mucho movimientooo.**
AFORO LIMITADO POR ORDEN DE LLEGADA (25 personas)



TEĀTRO

VIERNES 13_19:00 h

ENAMÓRATE SIN AMORATAR

ALICIA BAIGORRI E INMA MARTÍN



Hoy se suben al escenario de la sala de **Ámbito Cultural de Pamplona**, la escritora **Alicia Baigorri e Inma Martín** para representar su obra teatral **“Enamórate sin amoratar”**. Una historia que transforma el dolor en luz.

Alicia explica que “Celebrar el 14F, Día de los Enamorados, es hablar del amor. Del amor que comienza, del que se mantiene y también del que se rompe”.

Ellas han juntado todas esas palabras en esta representación teatral que han titulado: “Enamórate sin Amoratar”.

Dos mujeres con la voz desnuda del amor y el desamor, un hombre con la poesía en la voz y la flecha en las palabras. Fusión de teatro y poesía donde el fuego no se apaga con el agua.

En el escenario: **Inma Martín, Alicia Baigorri**, creadoras de **VIVAS**, y la colaboración de **Iker Reizabal**, poeta.

Una apuesta por incluir una voz que hable del dolor y el empoderamiento con un tono rasgado y encadenando versos.