

ERRENTERIA

ESKOLA
FEMINISTA
ESCUELA
FEMINISTA

2023-2024

URRIA - MAIATZA

OCTUBRE - MAYO



ZER DA ESKOLA FEMINISTA?

Errenteriako Eskola Feministak hausnarketarako, autonomia indartzeko, sareak sortzeko, geure eskubideen jabe egiteko, pertsonalki eta kolektibo modura eraldaketa sozialean parte hartzeko, bizitzari aurre egiteko indarra eta konfiantza izateko espazio izan nahi du.

Azken finean, eskolaren asmoa da emakumeon partaidetza eta ahalduntzea sendotzea eta gizarte justu, anitz eta osoago bat lortzeko bidean urratsak bultzatzea.

Emakumeontzako topaketa, prestakuntza eta hausnarketa gunera hurbil zaitezen gonbidatu nahi zaitugu. Zure zain gaude, anima zaitez!

HAUEK DIRA ESKOLA FEMINISTAREN LAU ARDATZAK:

1. **feminismoak,**
2. **kultura berriro definitzen,**
3. **autonomia,**
4. **gorputza, sexualitatea eta osasuna.**

¿QUÉ ES LA ESCUELA FEMINISTA?

La Escuela Feminista de Errenteria quiere ser un espacio para reflexionar, generar redes, adueñarnos de nuestros derechos, participar de manera individual y colectiva en el cambio social, tener fuerza y confianza para enfrentar la vida...

En definitiva, el propósito de la Escuela es potenciar la participación y el empoderamiento de las mujeres para conseguir una sociedad más justa, diversa y completa.

Queremos invitarte a que te acerques a este espacio de encuentro, formación y reflexión para las mujeres. ¡Anímate, te estamos esperando!

ESTOS SON LOS 4 EJES DE LA ESCUELA FEMINISTA:

1. **feminismos,**
2. **redefiniendo la cultura,**
3. **autonomía,**
4. **cuerpo, sexualidad y salud.**



INFORMAZIOA ETA IZENA EMATEA

IZENA EMATEKO:

Presentziala:

Arreta arratsaldez jasotzeko gomendagarria da aurretiko hitzordua eskatzea

ZU! Zure Udala - Arreta Zerbitzua

Herriko Plaza z.g · 943 449600 - 010

7:30-14:00 astelehenetan

7:30-19:00 astearte eta ostegunetan

7:30-15:00 asteazken eta ostiraletan

Online:

<https://errenteria.eus/udala/eskola-feminista/>

INFORMAZIOA:

Emakumeen Etxea

9:00-13:00 astelehen eta ostiraletan

16:00-20:00 astearte, asteazken eta ostegunetan

Txirrita Parkea, zk.g · 943 449 630

eskolafeminista@errenteria.eus

<https://errenteria.eus/udala/eskola-feminista/>

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

INSCRIPCIÓN:

Presencial:

Por las tardes es recomendable acudir con cita previa

ZU! Zure Udala - Servicio de Atención

Herriko Plaza s.n · 943 449600 - 010

7:30-14:00 lunes

7:30-19:00 martes y jueves

7:30-15:00 miércoles y viernes

Online:

<https://errenteria.eus/es/ayuntamiento/escuela-feminista/>

INFORMACIÓN:

Emakumeen Etxea

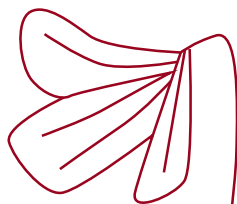
9:00-13:00 lunes y viernes

16:00-20:00 martes, miércoles y jueves

Parque Txirrita, s.n · 943 449 630

eskolafeminista@errenteria.eus

<https://errenteria.eus/es/ayuntamiento/escuela-feminista/>





BAKARRIZKETA
MAGMA MIA!
BEATRIZ EGIZABA 



ESKOLA FEMINISTARI HASIERA EMATEKO JARDUNALDIA JORNADA PARA DAR COMIENZO A LA ESCUELA FEMINISTA

IRAILAK 21 SEPTIEMBRE

Eskola feministaren ikasturte berriari irekiera emateko ikastaroen aurkezpenak egingo dira eta Bea Egizabalen bakarrizketaz gozatuko dugu.

Para dar inicio al nuevo curso de la Escuela Feminista se hará una presentación de los cursos y podremos disfrutar de un monólogo con Bea Egizabal.

18:00

Ikastaroen aurkezpena (ele bitan)
Presentación de los cursos (bilingüe)

18:30

Magma Mia! Bakarrizketa. Bea Egizabal (euskaraz)
Magma Mía! Monólogo. Bea Egizabal (en euskera)

OHARRAK

Ikastaroak, tailerrak eta jabekuntza talde guztiak doakoak izango dira eta Emakumeen Etxean emango dira. Parte hartzeko izena eman behar da.

Umeen zaintza zerbitzua egongo da (eskaera-orrian aldez aurretik eskatuta)

**Izena emateko epea:
irailaren 22tik urriaren 2ra arte**

(tailerren kasuan izan ezik, horietan izena emateko epea tailerra hasi baino 7 egun lehenago itxiko baitute.)

Pertsona bakoitzak gehienez hiru jardueratan eman ahal izango du izena, eta bere lehentasunak ordenatuta markatu beharko ditu inskripzio-orrian.

Aurreikusitako plaza kopurua gainditzen bada, zozketa egingo da izena eman duten pertsonen artean eta itxaron zerrenda osatuko da.

Fitxa betetzeak ez du esan nahi ikastaroan plaza lortu denik.

Plaza lortzen duten pertsonen izena emateko orrian adierazi duten modu berean jakinaraziko zaie.

Ikastaro edo tailer bakoitzeko, gutxienez, 7 lagun apuntatu behar dira burutu ahal izateko.

Aurrez abisatu gabe ikastaro eta tailerretara joaten ez direnek ezin izango dute jarduera berrietan partu hartu urtebeteko epean.

Ikastaroa hasi eta gero utzi nahi dutenek, dinamizatzaileari jakinarazi behar diote.



Hizkuntza:

Ikur hau duten ikastaroak belarriprest ereduari egingo dira. Maila apala izan arren, euskaraz egiteko gonbitea egingo zaie ikasleei. Irakasle eta ikasleek euskaraz egin eta elkarri laguntzeko konpromisoa hartuko dute.

NOTAS

Todos los cursos, talleres y grupos de empoderamiento son gratuitos, previa inscripción y se impartirán en la Emakumeen Etxea.

Habr  servicio de cuidado de ni as y niños (previa inscripción y petición)

Plazo para inscribirse: desde el 22 de septiembre hasta el 2 de octubre

(excepto en el caso de los talleres, cuyo plazo de inscripción cerrar  7 días antes de que comiencen.)

Cada persona podrá inscribirse como máximo en tres actividades y deberá marcar sus prioridades en orden en la hoja de inscripción.

Si se supera el número de plazas previstas, se realizará un sorteo entre las personas apuntadas y se crear  una lista de espera.

Rellenar la hoja de inscripción no quiere decir que se ha obtenido plaza.

A las personas que obtengan plaza se les confirmar  por el canal que hayan solicitado en la hoja de inscripción.

Para seguir adelante con cada curso o taller tendrán que apuntarse mínimo 7 personas.

Quienes no acudan a los cursos o talleres a los que se han inscrito sin previo aviso no podrán apuntarse a nuevos talleres/cursos durante un año.

Si se decide abandonar un curso después de iniciado se deberá avisar a la dinamizadora.



Idioma:

El símbolo Belarriprest invita a las alumnas a expresarse en euskera, aunque su nivel sea bajo. Ellas y las profesoras se comprometerán a hablar en euskera y a apoyarse mutuamente.

IKASTAROAK:

1. Emakumeak, berrexistentzia
2. Munduko emakumeen literatura
3. Jakintzen trukea
4. Emakumeen arteko kantua berreskuratzen
5. Batukada feminista

TAILERRAK:

6. Autoestimua tailerra, Eta ni noizko?
7. Mendi orientazioa
8. Xilografia: sormena eta aldarrikapenak
9. Gure genealogia feministak
10. Autodefentsa feminista. Oinarrizkoa
11. Boterea, ahizpatasuna, perreoa

JABEKUNTZA TALDEAK:

12. Indarkeriarik gabeko bizitzaren aldeko gunea
13. Zaintzaileentzako topagunea
14. Emagune. Jatorri ezberdineko emakumeen topaketa.



CURSOS:

1. Mujeres, reexistencia
2. Literatura de mujeres del mundo
3. Intercambio de saberes
4. Recuperando el canto entre mujeres
5. Batucada feminista

TALLERES:

6. Taller de autoestima, Y yo, ¿para cuándo?
7. Orientación en la montaña
8. Xilografía: creatividad y reivindicaciones
9. Nuestras genealogías feministas
10. Autodefensa feminista. Iniciación
11. Poder, sororidad, perreo

GRUPOS DE EMPODERAMIENTO:

12. Espacio por una vida libre de violencia
13. Espacio de encuentro para cuidadoras
14. Emagune. Encuentro de mujeres de diversos orígenes

IKASTA
ROAK

CUR
SOS

1 EMAKUMEAK, BERREXISTENTZIA MUJERES, REEXISTENCIA

IRAKASLEAK · IMPARTEN:
**MAITE CARRERA HERNANI ETA LURDES GIRÓN
SANZ (IZARGAIN)**

29 saio · sesiones

Astero, astelehenetan · Semanal, los lunes

18:00-19:30

urriak 9 octubre - abenduak 20 diciembre

urtarrilak 8 enero - maiatzak 27 mayo

Gaztelania · Castellano

12 plaza · plazas

Dakigunez, patriarkatuak balioa kentzen die emakumeei, eta estres emozionaleko egoeretan isolatzeko baldintzak sortzen ditu, gero eta etsai gehiago dituen ingurune batean. Armarik gabeko gerra da, armak direlako haien aurka erabiltzen diren indarkeria-mota desberdinak.

Adin eta egoera guztietako emakume guztiei zuzendutako ikastaro honek harreman sozial eta pertsonalen aldaketa landuko du, bizitza erdigunean jartzeko helburuarekin.

Silvia Federicck dioen bezala, “erresistentziatik berrexistentzarako urratsa gauzatzea, gure burua berrasmatzea, elkartasuna, sororitatea, talde-lana eta komunitate-ehuna indartzeko, gaur egun ezinbestekoak diren loturekin”.

Como sabemos, el patriarcado desvaloriza a las mujeres y crea las condiciones para aislarlas en situaciones de estrés emocional, en un entorno cada vez más hostil. Es una guerra sin necesidad de armas porque las armas son los diferentes tipos de violencia que se ejerce contra ellas.

Este curso dirigido a todas las mujeres de cualquier edad y situación trabajará el cambio en las relaciones sociales y personales con el objetivo de poner la vida en el centro.

Como dice Silvia Federicci, “dar el paso de la resistencia a la Re-Existencia, reinventarnos para fortalecer la solidaridad, sororidad, el trabajo colectivo y el tejido comunitario con vínculos imprescindibles en el hoy”.

2 MUNDUKO EMAKUMEEN LITERATURA

LITERATURA DE MUJERES DEL MUNDO

IRAKASLEA · IMPARTE:
MERTXE TRANCHE

8 saio · sesiones
hilabetero, asteazkenetan
mensual, los miércoles
18:00-20:00
Gaztelania · Castellano
20 plaza · plazas

urriak 25 octubre
azaroak 22 noviembre
urtarrilak 24 enero
otsailak 28 febrero
martxoak 20 marzo
apirilak 17 abril
maiatzak 22 mayo
ekainak 19 junio

** Liburuak eskuratzeko liburutegi sareko bazkidea izan beharko da. Liburuak bertan eskuragarri baldin ez badaude, bakoitzak bere kabuz lortu beharko ditu.*

** Para acceder a los libros se tendrá que ser socia de la red de bibliotecas. En caso de que no estén disponibles, cada cual tendrá que conseguir el libro.*

Guk gaur egiten dugun bidea, beste emakume batzuk urratu eta sendotu dute. Gurekin batera, beste emakume batzuk bide paraleloetatik dabilta. Haien pausoak neurtzea, baliatzea, horixe da haien esperientziari, poztasunari eta sufrimenduari balioa emateko modurik onena.

Haien sorkuntzarako eta bizitzarako estrategiek, haien proposamenetan ageri den imajinazioak, horrek guztiak gureak aberasten ditu. Haiek ezagutzea geure burua hobeto ezagutzea ere bada.

El camino que recorreremos, otras mujeres lo han transitado y fortalecido. Junto a nosotras, otras mujeres recorren caminos paralelos. Medir sus pasos, aprovecharlos, es la mejor manera de dar valor a su experiencia, a sus goces y sufrimientos.

Sus estrategias creativas y vitales, la imaginación de sus propuestas, enriquece las nuestras. Conocerlas es conocernos un poco más a nosotras mismas.

3 JAKINTZEN TRUKEA

INTERCAMBIO DE SABERES

IRAKASLEA · IMPARTE:
KONTXI LÓPEZ

15 saio · sesiones

Hamabostero, asteartek

Quincenal, los martes

18:00-20:00

Urriak 10, 24 octubre

Azaroak 7, 21 noviembre

Abenduak 12 diciembre

Urtarrilak 9, 23 enero

Otsailak 6, 20 febrero

Martxoak 5, 19 marzo

Apirilak 16, 30 abril

Maiatzak 7, 21 mayo

Gaztelania · Castellano

12 plaza · plazas

Ezagutzak partekatu eta trukatu, irakatsi eta gauza berriak ikasi nahi dituzten emakumeen sarea sortuko dugu.

Dakigunari balioa emango diogu, ikasi nahiko genukeena identifikatuko dugu eta, gainera, emakumeak pertsona aktibo gisa ikusezin bihurtzen dituzten estereotipoak hautsiko ditugu.

Eta zuri, zer ezagutza partekatzea gustatuko litzaizuke?

Crearemos una red de mujeres que quieran compartir e intercambiar conocimientos, enseñar y aprender cosas nuevas.

Pondremos en valor lo que sabemos, identificaremos lo que nos gustaría aprender y, además, romperemos con los estereotipos que invisibilizan a las mujeres como personas activas.

Y a ti, ¿Qué conocimiento te gustaría compartir con nosotras?

4 EMAKUME ARTEKO KANTUA BERRESKURATZEN RECUPERANDO EL CANTO ENTRE MUJERES

IRAKASLEA · IMPARTE:
ANA SAN JOSÉ AMIANO

15 saio · sesiones
Hamabostero, astearteak
Quincenal, los martes
18:00-20:00
Ele bitan · Bilingüe
16 plaza · plazas

urriak 17, 31 octubre
azaroak 14, 28 noviembre
abenduak 19 diciembre
urtarrilak 16, 30 enero
otsailak 13, 27 febrero
martxoak 12 marzo
apirilak 9, 23 abril
maiatzak 14, 28 mayo
ekainak 4 junio

Betidanik emakumeen bizitzan kantua sekulako presentzia izan du, bai pertsonalki bai kolektiboki. Tresna boteretsua izan da emozioak adierazteko, taldeak indartzeko, oinarri-zko eskubideak aldarrikatzeko, istorioak kontatzeko, pozak ospatzeko edo gure hildakoei omenaldia egiteko. Konturatu-zen ari gara nola gure gizartean, poliki-poliki, kantua galtzen joan den eta, honekin batera, ematen zigun guztia.

Tailer hau ahots kantuari lekua eta denbora bat emateko jai- da. Hau egiteak ahalduntzen eta aberasten gaituelako.

Ez da abesbatz bat izango. Ez da egongo ez partiturarik ez ahots ezberdinik. Proposamena da sentitzeko abestea. Ez ge- hiago, ez gutxiago.

El canto ha acompañado desde el principio de los tiempos a las mujeres tanto a nivel personal como grupal. Ha sido he- rramienta poderosa para expresar emociones, cohesionar co- lectivos, reclamar derechos, contar historias, exaltar alegrías o llorar tristezas. Observamos cómo nuestra sociedad ha ido perdiendo, poco a poco, este canto, y con él, todo lo que nos aportaba.

Este taller nace con el deseo de volver a dar espacio y tiempo a las voces cantadas, con el convencimiento de que este hecho nos empodera y enriquece.

No será un coro. No habrá ni partituras ni diferentes voces. La propuesta es cantar para sentir. Ni más, ni menos.

5 BATUKADA FEMINISTA

BATUCADA FEMINISTA

IRAKASLEAK · IMPARTEN:
AINARA SARASKETA ETA ARANTZA ALBIZU

15 saio · sesiones

Hamabostero, ostiralak

Quincenal, los viernes

18:00-20:00

Ele bitan · Bilingüe

20 plaza · plazas

Urriak 13, 27 octubre

Azaroak 10, 24 noviembre

Abenduak 15 diciembre

Urtarrilak 19 enero

Otsailak 2, 16 febrero

Martxoak 1, 22 marzo

Apirilak 19 abril

Maiatzak 3, 7, 31 mayo

Ekainak 14 junio

Jabekuntza ardatz eta perkusioa tresna gisa hartuta, talde lanean batukada feministak esan nahi duena landu, ulertu eta praktikara eramango dugu.

Ez da beharrezkoa musika ezagutzak izatea. Erritmo ezberdinek ikasiko ditugu eta dinamika ezberdinekin elkar ezagutu, talde izaera landu eta gozatuko dugu.

Ikastaroaren ondoren, batukada feminista sarearen parte hartzeko aukera izango duzu eta kaleko irteeretan erritmoa jartzeko gai izango zara.

Con el empoderamiento como base y la percusión como herramienta, trabajaremos, entenderemos y llevaremos a la práctica lo que significa la batucada feminista.

Sin necesidad de tener conocimientos de música, aprenderemos ritmos distintos y mediante dinámicas, nos conoceremos, trabajaremos en grupo y disfrutaremos juntas.

Al final del curso, tendrás la oportunidad de participar en la red de batucadas feministas y de poner ritmo en las salidas a la calle.

TAILE
RRAK

TALLE
RES

6 AUTOESTIMUA TAILERRA, ETA NI NOIZKO?

TALLER DE AUTOESTIMA, Y YO, ¿PARA CUÁNDO?

IRAKASLEA · IMPARTE:
MAIDER ANDONEGI

10 saio · 10 sesiones

Hamabostero, ostegunak

Quincenal, jueves

11:00-13:00

Urtarrila 18 enero

Otsailak 1, 15, 29 febrero

Martxoak 7, 21 marzo

Apirilak 11, 25 abril

Maiatzak 9, 23 mayo

Ele bitan · Bilingüe

12 plaza · plazas

Espazio eta denbora propioa berreskuratu nahi duten emakumeentzako tailerra.

Aldaketarako bidea gozamenetik abiatuko dugu, gorputzaren kontzientzia gida izanez eta gure pentsamendu, emozio eta ekintzak integratuz.

Gure zentrutik besteekin afektu-sare bat eraikiko dugu, denok distiratzeko.

Taller dirigido a mujeres que necesiten recuperar un espacio y tiempo propio.

Transitaremos el camino hacia el cambio a través del disfrute, tomando como guía la conciencia corporal e integrando pensamiento, emoción y acción.

Desde nuestro propio centro construiremos una red de afectos donde brillemos todas.

7 MENDI ORIENTAZIOA

ORIENTACIÓN EN LA MONTAÑA

IRAKASLEA · IMPARTE:

PATRI ESPINAR, PLAZA EMAKUMEAK KIROL KLUBA

4 saio, 15.5 ordu · 4 sesiones, 15.5 horas

Azaroak 3 noviembre

17:00-20:30

Azaroak 4, 11, 18 noviembre

9:30-13:30

Euskaraz · En euskara

10 plaza · plazas



Ikastaro honetan autonomia osoz, guk geuk erabakitako lekura joateko ibilbideak diseinatzen ikasiko dugu, baita baliabideak eta gaitasunak eskuratu ere. Mendian era seguru batean ibiltzeko orientazioko oinarriko ezagutza teoriko-praktikoak jasoko eta landuko ditugu. Horretarako, mapa eta iparrorratza erabiltzen ikasiko dugu era praktiko batean, naturaren interpretazioarekin batera.

Ikastaroan izena emateko, beharrezkoa da mendian 3-4 orduz ibiltzeko gai izatea eta ikastaroaren saio guztietara joateko konpromisoa hartzea. Honekin batera, beharrezkoa izango da ikastarora botak eta mendiko motxila eramatea. Lehenengo saioa teorikoa izango da eta Emakumeen Etxean emango da.

En este curso aprenderemos a diseñar itinerarios con total autonomía y a adquirir los recursos y las competencias necesarias para llegar a donde nos hayamos propuesto.

Trabajaremos los conocimientos teórico-prácticos básicos de orientación para un desplazamiento seguro por la montaña. Para ello aprenderemos a utilizar el mapa y la brújula de una manera práctica, junto con la interpretación de la naturaleza.

Para inscribirse en el curso será necesario ser capaz de caminar de 3 a 4 horas por el monte y comprometerse a asistir a todas las sesiones del curso. Será necesario asistir al curso con botas de monte y mochila de monte. La primera sesión será teórica y se impartirá en Emakumeen Etxea.

8 XILOGRAFIA: SORMENA ETA ALDARRIKAPENAK

XILOGRAFÍA: CREATIVIDAD Y REVINDICACIONES

IRAKASLEA · IMPARTE:
OIHANA UGARTE IRIARTE

17 saio · 17 sesiones

Ostegunak · jueves

18:00-20:00

Urriak 19, 26 Octubre

Azaroak 2, 9, 16, 23, 30 Noviembre

Abenduak 14 Diciembre

Urtarrilak 11, 18, 25 Enero

Otsailak 1, 15, 22, 29 Febrero

Martxoak 7, 14 Marzo

Euskaraz · En euskara

12 plaza · plazas



Ikastaro honetan, ikusgai izango ditugu xilografiak mugimendu feministan adierazpide gisa izan duen ibilbidea, erreferentziatzko artistak eta emakume artisten kolektiboen ekintzak.

Zer adierazi edo aldarrikatu nahi duzu/e? galderatik abiatuta eta inspirazio iturri izanik albisteak, esaerak, lemak, olerkiak... halako gonbidapen bat egingo zaio ikasle taldeari, hausnartu dezan eta xilografiaren bidez adierazi dezan gero, nola bakarka eta taldean.

Xilografiaren teknika linolioarekin ikasi eta landuko dugu, eta estanpak egingo ditugu paperean zein oihalean.

En este curso veremos la trayectoria que ha tenido la xilografía como medio de expresión en el movimiento feminista, artistas referentes y acciones de colectivos de mujeres artistas.

Partiendo de la pregunta: "¿Qué quieres/queréis expresar o reivindicar?" e inspirándonos también en noticias, canciones, refranes, poesías..., se invitará al grupo a reflexionar y a expresarse a través de la xilografía, tanto individual como colectivamente.

Trabajaremos la técnica de la xilografía con linóleo y realizaremos estampas tanto en papel como en tela.

9 GURE GENEALOGIA FEMINISTAK NUESTRAS GENEALOGÍAS FEMINISTAS

**IRAKASLEA · IMPARTE:
EMAGIN ELKARTEA**

2 saio, 4 ordu · 2 sesiones, 4 horas

Osteguna · jueves

Urriak 19, 26 Octubre

18:00-20:00

Euskaraz · En euskara

12 plaza · plazas

** 16-25 urteko neskek lehentasuna izango dute*

** Las chicas de 16-25 años tendrán prioridad*

Mugimendu feministak, ez dira orain dela hamarkada bateko kontuak; izan ere, feminismoa emakumeek munduko herrialde guztietan aurrera eramandako borroka eta ekarpenari esker garatzen joan da; herriz herri, auzoz auzo, belaunaldiz belaunaldi.

Gaur egungo feminismoak badu bere jatorria, bere testuiguru politiko, sozial nahiz ekonomikoa. Hau guztia ezagutzea, munduan zein Euskal Herrian mugimenduak izandako bilakaera eta aldarrikapenak ulertzea, etorkizuneko erronkei aurre egiteko tresna ezin hobea dela uste dugu. Tailer honetan, mendebaldeko mugimenduaren historiaz gain, Euskal Herrian 70.hamarkadatik aurrera ezagutu dugun mugimenduaren inguruan solastuko gara, antolatze modu eta aurrera eramandako borroka aztertuz.

Historia ezagutzeak aurrera begiratzen laguntzen baitigu!

Los movimientos feministas no son cosa de hace una década, sino que el feminismo se ha ido desarrollando gracias a la lucha y aportación de las mujeres en todos los países del mundo; pueblo a pueblo, barrio a barrio, generación a generación.

El feminismo actual tiene su origen, su contexto político, social y económico. Conocer todo esto, comprender la evolución y reivindicaciones del movimiento en el mundo y en Euskal Herria, creemos que es una herramienta perfecta para afrontar los retos del futuro.

En este taller, además de la historia del movimiento occidental, hablaremos sobre el movimiento que hemos conocido en Euskal Herria a partir de los años 70, analizando la forma de organizarnos y las luchas llevadas a cabo.

¡Porque conocer la historia nos ayuda a mirar hacia adelante!

10 AUTODEFENSA FEMINISTA (OINARRIZKOA) AUTODEFENSA FEMINISTA (INICIACIÓN)

IRAKASLEA · IMPARTE:
LAHIA 3.0 SEXOLOGIA ETA HEZKIDETZA ELKARTEA

Saio 1, 4 ordu · 1 sesión, 4 horas

Azaroak 11 noviembre

10:00-14:00

Euskaraz · En euskara

20 plaza · plazas

** 16-25 urteko neskek lehentasuna izango dute*

** Las chicas de 16-25 años tendrán prioridad*

Tailer honen lehenengo pausua izango da bizi ditugun botere harreman, subordinazio egoera edota epaien atzean dagoen sistema aztertzea.

Honela, ahaldunderako bidea helburu izanik, jasaten ditugun indarkeria mota desberdinak edota jarrera erasokorrek identifikatu eta hauei aurre egiteko estrategia eta tresna ezberdinen inguruan sakonduko dugu tailerrean zehar.

El primer paso de este taller será analizar el sistema que está detrás de las relaciones de poder, la situación de subordinación o los juicios que vivimos.

De esta forma, con el objetivo de empoderarnos, durante el taller identificaremos los diferentes tipos de violencia o actitudes agresivas a las que nos enfrentamos y las diferentes estrategias y herramientas disponibles para hacerles frente.

11 BOTEREA, AHIZPATASUNA, PERROEA

PODER, SORORIDAD,
PERREO

IRAKASLEA · IMPARTE:
INES LASAGABASTER

Saio 1, 4 ordu · 1 sesión, 4 horas

Abenduak 2 diciembre

10:00-14:00

Euskaraz · En euskara

20 plaza · plazas

** 16-25 urteko neskek lehentasuna izango dute*

** Las chicas de 16-25 años tendrán prioridad*

Tailer honen helburua da leku seguru bat sortzea, zeinetan 'Booty Dance' en potentziala deskubritu ahal izango dugun, tresna moduan ahaldunduago sentitzeko.

Sexualki esplizituak diren dantzen historia, kultura eta mugimenduak ezagutuko ditugu, hala nola Twerk, Dancehall Queen eta Perreoa, begirada feminista eta antirrazista batetik.

El objetivo de este taller es crear un espacio seguro en el que poder descubrir el potencial de las 'Booty Dance' como una herramienta para sentirnos más poderosas.

Conoceremos la historia, cultura y los movimientos de danzas sexualmente explícitas como el Twerk, Dancehall Queen y el Perreo bajo una mirada feminista y antirracista.

JABE
KUNTZA
TALDEAK

GRUPOS
DE EMPO
DERA
MIENTO

12 INDARKERIARIK GABEKO BIZITZAREN ALDEKO EMAKUMEEN GUNEA ESPACIO DE MUJERES POR UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA

**DINAMIZATZEN DU · DINAMIZA:
CLARA WOLFRAM**

Asteazkenero · Miércoles

17:30-19:30

Ele bitan · Bilingüe

** Pasaiaiko, Oiartzungo eta Lezoko udalekin batera sortutako espazioa*

** Espacio creado junto con los ayuntamientos de Pasaia, Oiartzun y Lezo.*

Indarkeria matxistei aurre egiten dieten edo aurre egin dieten emakumeen talde-espazioa. Autolaguntzako talde bat da, askapenaren hainbat gakotatik indarkeriari irtenbidea bilatzen diona: beldurrak, tristurak, erruak eta isolamendua partekatuz.

Helburua da norberaren indarrarekin berriro konektatzea; gertatzen zaiguna ulertzea, alaitasunarekin konektatzea, norberaren gorputza zaintzea, desioekiko lotura eta, taldearen laguntzari esker, indarkeriarik gabeko bizitza bizitzen laguntzea.

Espacio grupal de mujeres que afrontan o han afrontado violencias machistas. Es un grupo de autoayuda, que desde múltiples claves de liberación, busca salidas a la violencia: compartiendo los miedos, las tristezas, las culpas, el aislamiento...

El objetivo es reconectar con la fuerza de una misma; entender lo que nos pasa, conectar con la alegría, el autocuidado corporal, el vínculo con los deseos y gracias al apoyo del grupo ayudarnos a vivir una vida libre de violencias.

13 ZAINZAILEENTZAKO TOPAGUNEA

ESPACIO DE ENCUENTRO PARA CUIDADORAS

**DINAMIZATZEN DU · DINAMIZA:
TXELO BERRA**

Asteartero · Martes

16:00-18:00

Lehenengo saioa urriak 10 octubre, primera sesión

Gaztelania · Castellano

Zaintzaileen rola emakumeen identitatea eraikitzearen oinarrian dago. Zaintzeak kostu ekonomikoa du, eta, batez ere, emozionala.

Mendekotasuna duten pertsonak zaintzen dituzten emakumeentzako gunea da, eta bere burua zaintzeko eta atsedena hartzeko beharraz jabetzea du helburu nagusi.

Hori lortzeko, entzutean, elkarri laguntzean, hobeto sentitzeko estrategiak trukatzean eta behar praktiko eta emozionalak ebazteko informazioa ematean oinarrituko gara.

Azken finean, gure bizi-kalitatea hobetzeko laguntza emozionalerako gunea bat sortuko dugu, eta elkar zainduko dugu.

El rol de cuidadoras se encuentra en la base de la construcción de la identidad de las mujeres. Cuidar tiene un coste, económico, y, sobre todo, emocional.

En este espacio, destinado a mujeres que cuidan a personas dependientes, el objetivo principal es tomar conciencia de la necesidad de cuidarse una misma, de tomarse un respiro. Para conseguirlo nos basaremos en la escucha, en el apoyo mutuo, en el intercambio de estrategias para sentirnos mejor y de información para resolver necesidades prácticas y emocionales.

En definitiva, crearemos un espacio de apoyo emocional para mejorar nuestra calidad de vida, y nos cuidaremos.

14 EMAGUNE.

JATORRI EZBERDINEKO EMAKUMEEN TOPAKETA

ENCUENTRO DE MUJERES DE DIVERSOS ORÍGENES

IRAKASLEAK · IMPARTEN:
**OLATZ AMALUR DE LOS SANTOS Y ANA MURCIA
GUEVARA, EMANBIRA ELKARTEA**

32 saio · sesiones

**Astelehenetan, astebete goizez, astebete arratsal-
dez · Los lunes, una semana de mañana, otra de
tarde**

Lehenengo saioak · primeras sesiones:

Urriak 9 octubre 10:30-12:30

Urriak 16 octubre 17:00-19:00

Azken saioa · última sesión:

Ekainak 10 junio 17:00-19:00

Gaztelania · Castellano

Euskaraz · En euskera

Inglesez · En inglés

Frantsesez · En frances

** Kultur Aniztasuna, Giza Eskubideak eta Garapenerako
Lankidetzaren sailarekin batera sortutako espazioa*

** Espacio creado junto con el departamento de Diversidad
Cultural, Derechos Humanos y Cooperación para el Desarrollo*

Hainbat jatorritako emakumeentzako talde-espazioa, berdintasun-sareak sortu, partekatu, elkarrekin bizi eta indartu ahal izateko eta gure kultura-aniztasunari balioa emateko.

Helburu nagusia emakumeen ahalduntze indibiduala eta komunitarioa da, gure osasuna eta ongizatea hobetzeko balioko digutena.

Horretarako, gorputzaren kontzientzia landuko da hainbat teknikaren bidez, hala nola arnasketa, erlaxazioa, dantza; eta norbanakoaren eta taldearen kontzientzia hitzaren bidez, gure bizipenak, beharrak, gogoetak eta abar partekatuz.

Espacio grupal para mujeres de diversos orígenes, donde poder crear, compartir, convivir y fortalecer redes en clave de igualdad y poniendo en valor nuestra diversidad cultural.

El objetivo principal es el empoderamiento individual y comunitario entre mujeres que nos sirva para mejorar nuestra salud y bienestar.

Para ello se trabajará la conciencia corporal a través de diversas técnicas como la respiración, relajación, danza; y la conciencia individual y colectiva a través de la palabra, compartiendo nuestras vivencias, necesidades, reflexiones, etc.



ERRETERIA
UDALA



Errenteriako
**Berdintasunerako
Kontseilua**
**Consejo de Igualdad
de Errenteria**

**Gipuzkoako
Foru Aldundia**
Diputación Foral
de Gipuzkoa



**ORAIN
GIPUZKOA**