

UDABERRIKO
PROGRAMAZIOA
PROGRAMA
DE PRIMAVERA

ERRENTERIA

ESKOLA
FEMINISTA
ESCUELA
FEMINISTA

2023-2024

MARTXOA - MAIATZA

MARZO - MAYO



ZER DA ESKOLA FEMINISTA?

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

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

Emakumeontzako topaketa, prestakuntza eta hausnarketa gunera hurbil zaitezen gonbidatu nahi zaitugu.

Anima zaitez, zure zain gaude!

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:

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

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

INSCRIPCIÓN:

Presencial:

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



OHARRAK

Jarduera guztiak emakumeentzat dira, doakoak, eta Emakumeen Etxean egingo dira. Parte hartzeko izena eman behar da. Hiru motatakoak dira:

- Ikastaroak: ikasturte osokoak dira.
Izen-ematea: irailean.
- Jabekuntza taldeak: ikasturte osokoak, kolektibo jakinentzat pentsatuak, izen-ematea urte osoan zehar irekita.
- Tailerrak: motzak edo/eta unean unekoak udazkenekoak zein udaberrikoak dira. Izen-ematea: irailean eta otsailean

Umeen zaintza zerbitzua egongo da (eskaera orrian aldeztatik eskatuz gero, eta bideragarria bada)

**Izena emateko epea:
otsailaren 16tik 26ra arte**

(plaza librearen bat geratzen bada izan ezik; hala bada, izena emateko epea tailerra hasi baino 7 egun lehenago itxiko da.)

Emakume bakoitzak gehienez hiru tailerretan eman ahal izango du izena, eta bere lehentasunak ordenatuta markatu beharko ditu eskaera-orrian. Jabekuntza-taldeetan, ordea, nahikoa da X bat markatzea.

Izen-emate orria betetzeak ez du esan nahi ikastaroan plaza lortu denik.

Tailerretan aurreikusitako plaza kopurua gainditzen bada, zozketa egingo da izena eman duten emakumeen artean eta itxaron zerrenda osatuko da.

Plaza lortzen dutenei izena emateko orrian adierazi duten bidea erabiliz jakinaraziko zaie.

Tailer bakoitzeko, gutxienez, 7 emakume apuntatu behar dira aurrera eramateko.

Aurrez abisatu gabe tailerretara joaten ez direnek ezin izango dute jarduera berrietan izena eman urtebeteko epean.

Tailerra hasi eta gero utzi nahi dutenek dinamizatzaileari jakinarazi beharko diote.

Urrian hasitako hainbat ikastarok martxan jarraitzen dute, baina ez dago plaza librerik (azken orrian kontsulta daitezke).

Hizkuntza:

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



NOTAS

Todas las actividades son para mujeres, gratuitas, previa inscripción y se impartirán en Emakumeen Etxea.

Son de tres tipos:

- Cursos: duración todo el año. Se ofertan en otoño. Inscripción: en septiembre.
- Grupos de empoderamiento: duración todo el año lectivo, destinados a un colectivo específico. Se ofertan en otoño, inscripción abierta todo el año.
- Talleres: cortos y/o puntuales. Se ofertan en otoño y primavera. Inscripción: en septiembre y en febrero.

Habrà servicio de cuidado de menores (previa solicitud en la hoja de inscripción siempre que sea viable)

**Plazo para inscribirse:
desde el 16 al 26 de febrero**

(excepto si quedaran plazas libres, entonces el plazo de inscripción cerrará 7 días antes de que comience el taller.)

Cada mujer podrá inscribirse como máximo en tres talleres y deberá marcar sus prioridades en orden en la hoja de inscripción. Sin embargo, en los grupos de empoderamiento bastará con marcar una X.

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

Si se supera el número de plazas previstas en los talleres, se realizará un sorteo entre las mujeres apuntadas y se creará una lista de espera.

A quienes obtengan plaza se les confirmará por el canal que hayan solicitado en la hoja de inscripción.

Para seguir adelante con cada taller tendrán que apuntarse mínimo 7 mujeres.

Quienes no acudan a los 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 taller después de iniciado se deberá avisar a la dinamizadora.

Siguen en marcha varios cursos iniciados en octubre pero no quedan plazas libres (se pueden consultar en la última página)

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.



TAILE
RRAK

TALLE
RES

1 AUTODEFENSA FEMINISTA (HASTAPENA) AUTODEFENSA FEMINISTA (INICIACIÓN)

IRAKASLEA · IMPARTE:
MAITENA MONROY

8 ordu · horas
10:00-14:00 - 15:30-19:30
martxoak 23 marzo
Gaztelania · Castellano
20 plaza · plazas

Tailerraren helburuak hiru dira:

Erasoak identifikatzen ikastea, indarkeriaren jatorria eta eraikuntza aztertzea alderdi guztietan, baita haren ondorioak ere.

Eguneroko bizitzako eraso-egoerei erantzuteko eta horiek konpontzeko mekanismoak eta jarduerak bilatzea.

Gure eskubideez, erantzukizunaz eta gure gaitasunez jabetzea ahalbidetuko duen espazio bat sortzea, emakumeen bizitza gizonen baldintza berdinetan egitea eragozten duen indarkeria mota hori desagerrarazteko.

Los objetivos del taller son tres:

Aprender a identificar las agresiones, analizar el origen y construcción de la violencia en todos sus aspectos, sus consecuencias.

Buscar mecanismos y actuaciones para responder y resolver las situaciones de agresión en la vida cotidiana.

Generar un espacio que posibilite el concienciarnos de nuestros derechos, de nuestra responsabilidad y de nuestras capacidades para acabar con este tipo de violencia que imposibilita la vida de las mujeres en igualdad de condiciones con respecto a los hombres

2 ETXEKO KONPONKETEN TAILERRA

TALLER DE ARREGLOS EN CASA

IRAKASLEA · IMPARTE:
IZASKUN GURRUTXAGA

8 saio · sesiones

16 ordu · horas

Asteartek · martes

Hasiera · inicio: martxoak 12 marzo

Bukaera · final: maiatzak 19 mayo

10:00-12:00

**Non · Dónde: Elias Salaberria kalea, 10-12,
behea · bajo (Agustinak)**

Euskaraz · En euskara

12 plaza · plazas



Etxean ohiko ditugun zereginenez gain, tarteka sortzen zaizkigu beste zenbait behar. Lanpara hondatu zaigu edo entxufe bat ez dabil. Iturriak ura galtzen du eta komuneko bonbak ez du ondo ixten. Apal bat jarri nahi dugu edo lekuz aldatu nahi dugu. Gela batek pintura esku bat behar du edo egindako zenbait konponketen ondoren txukundu nahi dugu.

Tailer honen helburuak hauek dira: sor daitezken behar horiei aurre egitea, etxean konponketa txikiak egiteko oinarri-zko ezagutzak eskuratzea eta tresnak ezagutu eta erabiltzen ikastea, beldurra galduz eta konfiantza hartuz.

Además de las tareas habituales en casa, a veces surgen otras necesidades. Una lámpara que se ha estropeado o un enchufe no funciona. El grifo que pierde agua y la bomba del baño que no cierra bien. Queremos poner una estantería o queremos cambiarla de sitio. Una habitación necesita una mano de pintura o queremos arreglarla después de varias reparaciones realizadas.

Los objetivos de este taller son: hacer frente a las necesidades que puedan surgir, adquirir conocimientos básicos para la realización de pequeños arreglos y aprender a utilizar las herramientas, sin miedo y con confianza

3 EDERKI ZAHARTZEA: EUTSI ZURE AMETSEI ENVEJECER BONITO: QUE NO TE ROBEN TUS SUEÑOS

**IRAKASLEA · IMPARTE:
KONTXI LÓPEZ**

10 saio · sesiones

20 ordu · horas

Ostegunak, astero · jueves, semanal

16:00-18:00

Hasiera · inicio: martxoak 14 marzo

Bukaera · final: maiatzak 30 mayo

Gaztelania · Castellano

12 plaza · plazas

Adinkeria gure gizarteko hiru diskriminazio mota nagusietako bat da, arrazakeriarekin eta sexismoarekin batera. Adinagatik diskriminatzea da, hau da, norbait bidegabeki tratatzea, haren adina dela eta.

Tailer honetan gonbita egiten dizugu gogoetarako gun bat sortzeko, adinkeriari buruz eta emakume garenengan duen eraginari buruz; gainera, adinkeriazko aurreiritzi, jokabide eta portaerak hausteko tresnak landuko ditugu, halakoek desahaldundu egiten baikaituzte, eta bizitzeko adorea kendu.

El edadismo es una de las tres grandes formas de discriminación de nuestra sociedad junto con el racismo y el sexismo. Esta discriminación por edad consiste en tratar a alguien injustamente basándose en la edad de la persona.

En este taller te invitamos a crear un espacio de reflexión sobre el edadismo y cómo nos afecta siendo mujeres y a trabajar herramientas para romper con ideas preconcebidas, conductas y comportamientos edadistas que nos desempoderan y nos desaniman en nuestras vidas.

4 ETA ZU, NOLA KOMUNIKATZEN ZARA? BERDINTASUNEAN ERLAZIONATZEKO TREBETASUNAK

Y TU, ¿CÓMO TE COMUNICAS? HABILIDADES PARA RELACIONARTE EN IGUALDAD

IRAKASLEA · IMPARTE:
PEPA BOJÓ BALLESTER

10 saio · sesiones

20 ordu · horas

Asteazkenetan · miércoles

Hasiera · inicio: martxoak 6 marzo

Bukaera · final: maiatzak 29 mayo

15:00-17:00

Gaztelania · Castellano

12 plaza · plazas

Komunikazioa dugu besteekin harremanetan jartzeko bidea, adieraztekoa, elkarren arteko lotura egin, eta, hitzen bidez, gure arteko harremanak zehazten eta eraikitzen ditugu.

Genero-hezkuntzak komunikatzeko molde jakin bat irakatsi digu, baina baita hitz egiteko eskubidea ukatzeko molde bat ere.

Gure komunikazio-estiloak berrikustea eta tresna berriak eskuratzea oinarrizkoa da autoafirmaziorako eta berdintasunezko harremanak eraikitzeko. Historia ezagutzeak aurrera begiratzen laguntzen baitigu!

La comunicación es un espacio a través del cual entramos en relación con otra persona, nos expresamos, nos vinculamos y a través de las palabras definimos y construimos nuestras relaciones.

La educación de género nos ha instruido en una manera de comunicarnos y también de negarnos el derecho a hablar.

Revisar nuestros estilos de comunicación y adquirir nuevas herramientas es básico como forma

5 TWERK (BOOTY DANCE) TAILERRA TALLER DE TWERK (BOOTY DANCE)

IRAKASLEA · IMPARTE:
IKERNE MENDIETA USKOLA

4 ordu · horas

Martxoak 16 marzo

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*

Mendeetan zehar emakumeon gorputzak, uteroak eta aldakak atrofiatu dituen gizarte gaixo batek sortutako gaitzak pairatzen ditugu oraindik.

Gorputzetik osotasunez eta zintzotasunez jarduteko behar horretatik sortzen da mugitzeko proposamen hau. Gorputz zapalduen, estigmatizatuen, epaituen, zaurituen, desbalorizatuen, ezezagunen eta berezko gaitasun eta indarretik deskonektatuen sendabide eta askapen gisa hain zuzen ere.

Tailerraren helburuak: epaiketarik gabeko espazio bat sortzea eta utero eta aldaken mugimendu naturala, sentsualitatea eta norbere gorputzarekin jolastuz disfrutatzeke gaitasuna berreskuratzea.

Aún padecemos los males causados por una sociedad enferma que ha atrofiado durante siglos los cuerpos, los úteros y las caderas de las mujeres.

De esta necesidad de actuar desde el cuerpo con integridad y honestidad nace esta propuesta de movimiento. Precisamente como cura y liberación de cuerpos oprimidos, estigmatizados, juzgados, heridos, desvalorizados, desconocidos y desconectados de su propia capacidad y fuerza.

Objetivos del taller: crear un espacio sin juicios y recuperar el movimiento natural de úteros y caderas, la sensualidad y la capacidad de disfrutar jugando con el propio cuerpo.

JABE
KUNTZA
TALDEAK

GRUPOS
DE EMPO
DERA
MIENTO

6 INDARKERARIK 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; zer gertatzen zaigun 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.

7 ZAINZAILEENTZAKO TOPAGUNEA

ESPACIO DE ENCUENTRO PARA CUIDADORAS

**DINAMIZATZEN DU · DINAMIZA:
TXELO BERRA**

Asteartero · Martes
16:00-18:00

Gaztelania · Castellano

Emakumeen identitatea eraikitzearen oinarrian dago zaintzaileen rola. Zaintzeak kostu ekonomikoa du, eta, batez ere, emozionala.

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

Hori lortzeko, elkarri entzungo diogu, elkarri lagundu, hobeto sentitzeko estrategiak trukatuko ditugu, eta behar praktikoa eta emozionalak ebazteko informazioa eman.

Azken finean, gure bizi-kalitatea hobetzeko laguntza emozionalerako gune bat sortuko dugu, eta zaindu egingo gara.

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.

8 EMAGUNE.

JATORRI EZBERDINEKO EMAKUMEEN TOPAKETA

ENCUENTRO DE MUJERES DE DIVERSOS ORÍGENES

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

Astelehenetan, astebete goizez, astebete arratsaldez
Los lunes, una semana de mañana, otra de tarde

Goizez · mañanas: 10:30-12:30

Arratsaldez · tardes: 17:00-19:00

Azken saioa · última sesión: Ekainak 10 junio 17:00-19:00

Gaztelania · Castellano Ingelesez · En inglés
Euskaraz · En euskera Frantsesez · En francés

** Kultur Aniztasuna, Giza Eskubideak eta Garapenerako
Lankidetzeta 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, hartara gure osasuna eta ongizatea hobetzeko.

Horretarako, gorputzaren kontzientzia landuko dugu hainbat teknikaren bidez, hala nola arnasketa, erlaxazioa eta dantza; bestalde, norbanakoaren eta taldearen kontzientzia jorratuko dugu 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.

ETA JARRAITZEN DUTE Y SIGUEN...

EMAKUMEEN BERREXISTENTZIA

MUJERES REEXISTENCIA

Astelehenetan · los lunes

Azken saioa · Última sesión: maiatzak 27 mayo

18:00-19:30

JAKINTZEN TRUKEA

INTERCAMBIO DE SABERES

Martxoak 5-19 marzo

Apirilak 16-30 abril

Maiatzak 7-21 mayo

MUNDUKO EMAKUMEEN LITERATURA

LITERATURA DE MUJERES DEL MUNDO

Martxoak 20 marzo

Apirilak 17 abril

Maiatzak 22 mayo

Ekainak 19 junio

BATUKADA FEMINISTA

BATUKADA FEMINISTA

Martxoak 1-22 marzo

Apirilak 19 abril

Maiatzak 3-17-31 mayo

Ekainak 14 junio

EMAKUMEEN ARTEKO KANTUA

BERRESKURATZEN

RECUPERANDO EL CANTO ENTRE MUJERES

Martxoak 12 marzo

Apirilak 9-23 abril

Maiatzak 14-28 mayo

Ekainak 4 junio





ERRETERIA
UDALA



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

Gipuzkoako
Foru Aldundia
Diputación Foral
de Gipuzkoa



**ETORKIZUNA
ORAIN**
Es futuro