Urtarrila
2023

Enero
2023

Emakumeen* etxea

Antolatzailea:

Zarauzko Udala
Parekidetasun Departamentua

Babeslea:

Gipuzkoako Foru Aldundia
Berdintasun Zuzendaritza Nagusia

ZER DA EMAKUMEEN* ETXEA?

Emakumeen* Etxea berdintasunean aurrerapausoak emateko, ahalduntzeko, indarkeria matxistari aurre egiteko, ahizpatasun sareak sortzeko eta feminismotik hausnartzeko emakumeok dugun espazioa da.

Egin zaitez Emakumeen* Etxeko lagun!

Zer aurkituko duzu?

- Aholkularitza - doakoa eta konfidentziala
  - Psikologikoa
  - Juridikoa
  - Ikasketen homologazioa
- Elkarguneak
- Jabetze eskola
- Hitzaldiak, erakusketak eta beste ekintzak
- Liburutegia eta ordenagailuak
- Gelen erabilera
- Iragarki taula

¿QUÉ ES EMAKUMEEN* ETXEA?

Emakumeen* Etxea es un espacio para las mujeres donde podemos avanzar en la igualdad, empoderarnos, hacer frente a la violencia machista, crear redes de sororidad y reflexionar desde el feminismo.

¡Hazte amiga de Emakumeen* Etxea!

¿Qué vas a encontrar?

- Asesoramiento - Gratuito y confidencial
  - Psicológico
  - Jurídico
  - Homologación de estudios
- Grupos de encuentro
- Escuela de empoderamiento
- Charlas, exposiciones y otras actividades
- Biblioteca y ordenadores
- Uso de salas
- Tablón de anuncios

IZEN-EMATEA

Urtarrilaren 9tik 20ra

Emakumeen* Etxean (Nafarroa Kalea, 3)

10:30-12:30 eta 15:30-20:30

943 005 136

emakumeen-etxea@zarautz.eus

https://labur.eus/jabe2023

- Plaza kopurua mugatua da. Gainditzu gero, zozketa egingo da ikastaroan izena eman duten emakume guztien artean. Zarautzen bizi diren emakumeek lehentasuna izango dute.
- Ikastaroa egiteko, gutxieneko pertsona kopuru bat egon beharko du izena emanda, eta, hala ez bada, ikastaroa bertan behera geldituko da (gutxienez 8 pertsona eta gehienez 20).
- Emakumeen* Etxeak jakinarazten dizunean ikastaroa egin egingo dela ordaindu beharko da matrikula.
- Ekintza eta zerbitzuetan parte hartzeko beharrezkoa izango da Emakumeen* Etxeko laguna izatea.
- Desgaitasunen bat baduzu, jarri gurekin harremanetan.
- Haurren zaintza dela eta parte-hartzeko zailtasunen bat baduzu, jar zaitez gurekin harremanetan.

INSCRIPCIÓN

Del 9 al 20 de enero

Emakumeen* Etxea (Nafarroa Kalea, 3)

10:30-12:30 y 15:30-20:30

943 005 136

emakumeen-etxea@zarautz.eus

https://labur.eus/jabe2023

- El número de plazas es limitado. En caso de superarlo, se realizará un sorteo entre todas las mujeres inscritas en cada curso. Se dará prioridad a las mujeres que viven en Zarautz.
- Para que el curso se lleve a cabo deberá haber un mínimo de personas inscritas. En caso contrario, el curso se suspenderá (mínimo 8 personas y máximo 20).
- El pago de la matrícula se efectuará una vez que Emakumeen* Etxea le notifique que el curso se llevará a cabo.
- Para participar en las actividades y servicios será necesario ser amiga de Emakumeen* Etxea.
- Si tienes alguna discapacidad, ponte en contacto con nosotras.
- Si no puedes participar por el cuidado de menores, ponte en contacto con nosotras.

HARTU ERRAMINTAK!

Aratz Etxeberria Zigaran, *Oteitza Lizeo Politeknikoa*

Bada garaia ezintasunari buruzko mitoak desegiteko! Konponketa txikiak egiteko oinarrizko tresnak erabiltzen ikasiko dugu. Gure autonomia sustatuko dugu eta elektrizitatearekin, brikolajearekin eta pinturarekin gozatuko dugu.

Otsailak 6, 7, 8, 13, 14, 15, 27 eta 28

17:30-20:00

Euskara

20 €

OTSAILA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

ESCRITORAS DEL MUNDO

Isabel Allende-Robredo, *experta en Estudios de Género e Interculturalidad*

En este club de lectura leeremos novelas escritas por mujeres feministas que nos permitirán conocer las realidades socioculturales de las mujeres de diferentes países y sus luchas, y trabajaremos el feminismo y los movimientos de las mujeres de esos países.

Segundo martes de cada mes: 13 de febrero, 13 de marzo, 17 de abril, 8 de mayo y 12 de junio

18:00-20:00

Castellano

10 €

OTSAILA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

MARTXOA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

APIRILA

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAIATZA

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

EKAINA

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

SALUD EMOCIONAL Y ATENCIÓN PLENA

Pepa Bojó Ballester, *psicóloga*

Trabajaremos la conexión entre la mente, el cuerpo y la emoción como pasos hacia el autoconocimiento y el empoderamiento. Saber quién soy y qué quiero, sentir y tener deseo es un proceso que requiere deconstruir lo aprendido, tomar conciencia de los condicionamientos sociales, familiares y de género y desarrollar la propia vida.

Miércoles, 1 de febrero-29 de marzo

18:00-20:00

Castellano

15 €

OTSAILA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

MARTXOA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

AHALDUNTZERAKO ANTZERKI LABORATEGIA

Aitziber Eguskiza Samos, *antzerki dinamizatzailea*

Antzerkia erabiliko dugu autoezagutzarako eta ahalduntzerako gune bat sortzeko. Elkarrekin, ahizpatasuna, gorputz-adierazpena, jolasa eta sormena sustatzen dituzten antzerki-tresnak erabiliko ditugu. Horrela, kontzientzia fisikoa, mentala eta feminista garatuko ditugu.

Astearteak, otsailak 7- maiatzak 23

17:30-19:30

Euskara

20 €

OTSAILA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

MARTXOA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

APIRILA

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAIATZA

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

BIZIKLETAK KONPONTZEKO TAILERRA

Nerea Fernández Castro, *antropologoa eta ekintzaile feminista.*

Bizikleta konpontzeko, mantentzeko eta zaintzeko oinarrizko teknikak ezagutuko ditugu eta, modu horretan, geure autonomia landuko dugu. Ikastaro praktikoa izango da eta eduki hauek jorratuko dira:

- Bizikletaren funtsezko elementuak
- Bizikletaren oinarriko mekanika
- Mantentze-lanak eta osagaiak

Asteazkenak, apirilak 19- maiatzak 17

17:30-19:30

Euskara

10 €

APIRILA

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAIATZA

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

BANANDUTAKO AMENTZAKO GUNEA

Jaione García Couceiro, *psikologoa*

Banaketaren ondoren amatasunaz hitz egiteko espazio bat, ikuspegi errealago batetik. Elkar ezagutzeko eta elkarri laguntzeko gunea. Baita amatasunak dakartzan aldaketez hitz egiteko ere, banaketa gatazkatsu baten ondorengo ziurgabetasunaz, sortzen zaizkigun kontraesanez, bizitzan eraikitzen ditugun loturez...

Ostegunak, otsailak 2-maiatzak 17 (hamabostean behin)

15:30-17:30

Elebitan

15 €

OTSAILA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

MARTXOA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

APIRILA

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAIATZA

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

INTERCAMBIO DE SABERES

Kontxi López Soria, *trabajadora social*

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?

Viernes, 27 de enero -19 de mayo (quincenal)

10:30-12:30

Castellano

15 €

URTARRILA

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	**27**	28	29
30	31					

OTSAILA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	**10**	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	**24**	25	26
27	28					

MARTXOA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	**10**	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	**24**	25	26
27	28	29	30	31		

APIRILA

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	**21**	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAIATZA

1	2	3	4	**5**	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	**19**	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

ESPACIO PARA MUJERES MIGRANTES Y CUIDADORAS

Lahar Elkargoa

¿Trabajas de interna en el cuidado de personas? ¿Eres una mujer migrada y vives o trabajas en Zarautz? Emakumeen* Etxea abrirá los fines de semana para que las mujeres cuidadoras o que trabajan como internas tengáis un espacio para el ocio: para tomar un café, leer, charlar con las amigas, mirar algo en el ordenador o buscar asesoramiento.

Sábados y festivos

16:00-20:00

Castellano

Gratuito

Puedes inscribirte en cualquier momento si quedan plazas disponibles.

AVANZAMOS JUNTAS: UN ESPACIO EN COMPAÑÍA

Aitziber Eguskiza Samos

Un espacio de encuentro para mujeres que se sientan solas donde compartir nuestros intereses, charlar y conocernos unas a otras. Trabajaremos nuestras habilidades sociales y la conexión con nosotras mismas a través de recursos creativos. Juntas encontraremos un espacio donde desarrollar nuestro potencial y avanzar en nuestros proyectos de vida.

Martes, 24 de enero- 30 de mayo

10:30 - 12:30

Castellano

Gratuito

URTARRILA

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

OTSAILA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

MARTXOA

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

APIRILA

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAIATZA

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

EKINTZAK

‘WAO OKIYENANIS’ Dokumentala

Ekuadorreko kulturan 18 egunez murgildu ondoren, bertan bizitako esperientzia kontatzera gatoz. Ikusi eta ikasi duguna zabaltzera. Zona andinoan eta amazonikoan kokatu da gure bidaia, eta bertako biztanleen ahotatik jakin ahal izan dugu nolakoa den bertako errealitatea. Bi emakume waoraniren testigantzak jasotzen dituen dokumentalaren laguntzaz, pairatzen dituzten eskubide urraketak azaleratuko ditugu.

Ainhoa Zubizarreta Iturralde, ikus-entzuneko komunikatzailea

Otsailak 3, ostirala - 19:00-20:00

‘ANDREZAHARRAREN MANIFESTUA’ Solasaldia

Saio honetan, Mari Luz Estebanek Andrezaharraren manifestua (Pamiela, 2019) bere poema-liburuaren testuen irakurraldia oinarri hartuko du zahartzeaz eta, bereziki, emakumeen zahartzeaz hitz egiteko eta, horren ondoren, bertaratutako guztion arteko eztabaida gidatzeko.

Mari Luz Esteban Galarza, antropologia feministan aditua

Otsailak 2, osteguna - 18:30-20:30

‘NI CASADAS NI SEPULTADAS’ Liburuaren aurkezpena eta solasaldia

Amaia Nausia historialari irundarra gure kulturaren gai tabuetako batean murgiltzen den ikerketa lan berri batekin dator: zahartzaroa eta alarguntza. Eta XVI. eta XVII. mendeetara atzera eginez egiten du, senarraren edo monasterioaren mende ez zegoen emakume bat sistemarentzat arriskutsua zenean. Gure arbasoen memoria kolektiboa berreskuratzeko ahaleginean, Nausiak Nafarroako alargunak ditu ardatz, «emakumeen erresistentziaren adibide», emakume horien egunerokotasunetik Europako sistema patriarkalaren sustraitzea azaltzeko.

Amaia Nausia Pimoulier, historian doktorea

Otsailak 16, osteguna - 18:30-20:30

SOILIK BAIETZ DA BAIETZ:

SEXU ASKATASUNAREN LEGEARI BURUZKO HITZALDIA

Azkenaldian oihartzun handia izan duen ‘Soilik baietz da baietz’ lege berria izango dugu hizpide. Zeintzuk dira lege berri horrek eragingo dituen aldaketa nagusiak? Ze beste ekarpen proposatzen dira feminismotik? Galdera horien erantzunak aztertuko ditugu elkarrekin.

Macarena Mugica Urbistondo eta Garazi Plazaola Ugarte, Irule abokatuak

Martxoak 2, osteguna - 18:30-20:30

‘LATSARIAK/ LAVANDERAS’ Dokumentala

Dokumental honek arropa garbitzaileen hitzak eta bizitzak bildu ditu. Hamahiru emakumek euren bizipenak kontatzen dituzte, labaderoak nolakoak ziren eta non zeuden. Estibaliz Maguregi, Argenis Mesa, Marta Brancas eta Irune Lauzirikak sortu dute film hunkigarri hau, emakume langileei lapurtu zaien memoria itzultzeko.

Un documental que ha recogido las palabras y las vidas de las lavanderas. Trece mujeres cuentan sus vivencias, cómo eran los lavaderos y dónde estaban. Estibaliz Maguregi, Argenis Mesa, Marta Brancas e Irune Lauzirika han creado esta emotiva película para devolver a las mujeres trabajadoras la memoria que les ha sido robada.

Con Ciencia y Arte elkartea

Martxoak 24, ostirala - 19:00-20:30

Elebiduna - Bilingüe

‘SOFOCOS’ Monólogo de humor

A Betina Sagrario Campoamor ya no se le escapa ningún tren. Si hace falta, provoca un retraso en la estación de “Lo imprevisto”. A su edad, vive los trastornos de la menopausia como una fiesta de hormonas que la incitan a bailar, como un volcán irresistible de pasión por la vida.

Belén Nevado Méndez, aktorea.

31 de marzo, viernes - 19:00-20:00

‘LUMINISZENTEAK’ Erakusketa eta solasaldia

Emakumeen aurkako indarkeria ikusezinak eta erresilientzia historia zenbait. 2018-2021 bitarte Palestinan, Indian, Lakota Nazioan eta Euskal Herrian bertatik bertara bildutako 63 emakumeren bizitza-historiak eta erretratuak biltzen dituen erakusketa. Kazetaritza, antropologia eta argazkilaritza lan honek iluntasunean argia igortzeko gai diren emakumeak ditu ardatz.

Igone Mariezkurrena Fernández eta Irantzu Pastor Ordoki, kazetariak eta argazkilariak.

Erakusketa: apirilak 17 - maiatzak 5 - ohiko ordutegian

Aurkezpena eta solasaldia: apirilak 20, osteguna - 18:30-20:00

Nafarroa, 3-C - 20800 Zarautz 943 005 136 emakumeen-etxea@zarautz.eus

Antolatzailea:

ZARAUZKO UDALA
Parekidetasun Departamentua

Babeslea:

Gipuzkoako Foru Aldundia
Berdintasun Zuzendaritza Nagusia