

JABETZE ESKOLA-TOLOSA. URRIA-ABENDUA EGITARAUA 2019

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO-TOLOSA.
PROGRAMA OCTUBRE-DICIEMBRE 2019



AXPI

Zer da jabetzea?

Jabetze terminoa esaten dugunean, banakako eta taldekako ikaskuntza eta kontzientziatze-prozesu bat adierazi nahi dugu, hain zuzen ere, mundu osoko gizarteetan sexismoak guri, emakumeoi, ezartzen digun diskriminazio eta gutxiagotasun-egoera salatzea, eta horren kontra borroka egitea ahalbidetzen digun prozesua.

Zer da Jabetze Eskola?

Espazio hau emakumeon jabetzea eta parte hartze soziopolitikoaren sendotzeko dago pentsatuta, gizarte justu, anitz eta osoagoa lortzeko.

Ez da ohiko prestakuntza-leku bat. Jabetze Eskolan, Mugimendu Feministak garatutako jakintza eta produkzio kolektibo eta partekatutako metodologia erabiltzen dugu.

Metodologia horrek ahalbidetzen du emakumeek eta sexu-joera edo sexu-genero identitate askotariko kolektiboek bizi duten menpekotasun errealitateari izena jartzea, errealitate hori auzitan jartzea, eta irtenbideak proposatzea.

Esperientziak eta jakintzak partekatzea da kontua, baina, baita ere, gorputzaz disfrutatzea, diskurtsoak, artea, kultura eta errebindikazioak produzitzea.

Azken finean, bizi izatea munduaz dugun pertzepzioa aldatuko digun, eta, aldi berean, mundua aldatzeko tresnak emango dizkigun esperientzia bat.

¿Qué es el Empoderamiento?

Llamamos empoderamiento al proceso de concienciación y aprendizaje personal y colectivo, a través del cual las mujeres hemos podido denunciar y luchar contra la situación de discriminación e inferioridad social que impone el sexismo en todas las sociedades del mundo.

¿Qué es la Escuela de Empoderamiento?

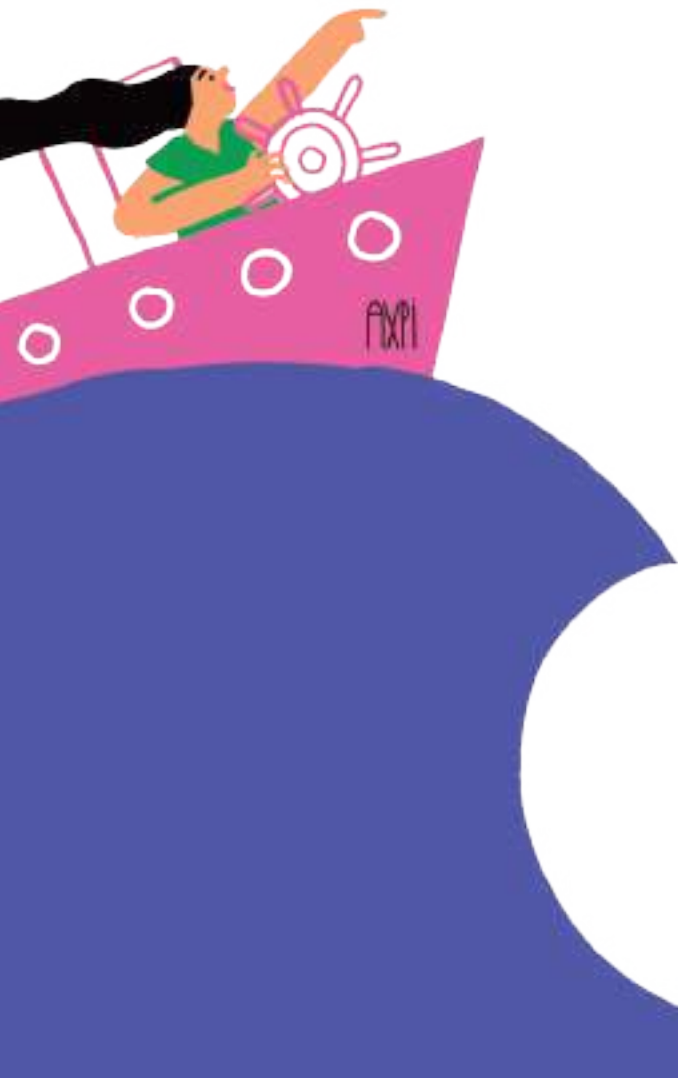
Este espacio está dirigido a potenciar el empoderamiento y la participación sociopolítica de las mujeres, para conseguir una sociedad más justa, diversa y completa.

No es un lugar de formación típico. En la Escuela de Empoderamiento utilizamos la metodología de producción colectiva y compartida de saberes desarrollada por el Movimiento Feminista.

Esta metodología permite nombrar, cuestionar y proponer alternativas a la realidad de subordinación de las mujeres y de colectivos con orientación sexual o identidad sexo-género diversas.

Se trata de compartir experiencias y conocimientos, pero también de disfrutar con el cuerpo, producir discursos, arte, cultura y reivindicaciones.

En definitiva, se trata de vivir una experiencia que cambie nuestra percepción del mundo, y que, al mismo tiempo, nos dote de herramientas para cambiarlo.



JARDUERAK / ACTIVIDADES

- **Xilografia tailerra (linoleo gainean): sormen tailerra** Taller de xilografía (sobre linóleo): taller de creatividad.....5
- **Ondo zahartu** Envejecer bonito.....6
- **Euskal emakume idazleen irakurketa feminista tailerra** Taller de lectura feminista de escritoras vascas.....7
- **Munduko emakumeen literatura** Literatura de mujeres del mundo.....8
- **Nola aritu jendaurrean gustora sentituaz** Cómo hablar en público sintiéndome a gusto.....9
- **Batukada feminista** Batukada feminista.....10
- **Emakumeak* musika eszenan** Las mujeres* en la escena musical.....11
- **Zu zaindu, neure burua zaindu: nork bere burua ondo zaintzen eta maitatzen ikasi**.....12
Cuidar de ti, cuidar de mí: aprender a cuidarse y quererse bien
- **Autodefentsa feminista** Autodefensa feminista.....13
- **Emozioak sormenaren bidez kudeatzen** Gestión de las emociones a través de la creatividad.....14
- **Gizonak eta feminismoa: irekitako eztabaidaren harietatik tiraka**.....15
Hombres y feminismo: tirando de los hilos de un debate abierto
- **Bizitzak mugan: elkarrizketa hegoaldeko mugan sexu esplotazioa helburu duen indarkeriari eta salerosketari buruzkoa**.....16
Vidas que transitan fronteras: diálogo sobre la violencia y trata con fines de explotación sexual en el paso por la frontera sur

GURETZAKO (para nosotras)

- **Flamenko** Flamenco18
- **Sendabelarren tailerra** Taller de hierbas medicinales.....19
- **Prestakuntza tailerra: emakume afrikarrak bidegurutzean**.....20

Xilografia tailerra (linoleo gainean): Sormen tailerra

Prestatzailea: Oihana Ugarte Iriarte

Egunak: Urriak 1, 8, 22; azaroak 5 (asteartea)

Ordutegia: 17:30-20:00

Lekua: Tolosako Kultur Etxea (Trianguloa)

Hizkuntza: Euskara

Matrikula: 5€

Antzinako teknika hau erabiliko dugu sormena lantzeko. Guztiok sortzaileak gara egunero, sormenak askatasunaren usaina du. Sentitzen dugun hori bideratzeko, xilografia landuko dugu. Ez dugu marrazten jakin beharrik, bidaia egiteko irrika soilik. Gure eskuek unean-unean sentitzen duguna marraztuko dute linoleoan, eta paperean azalduko da isla, une horretako arnasa, ezezagunak diren emakume sortzaile guztien omenez. Gu ere hemen gaude: gure ahotsa, nahia, gure eskuetan daude. Irribarrez, bidaiatzen.

Taller de xilografía (sobre linóleo): Taller de creatividad

Formadora: Oihana Ugarte Iriarte

Días: 1, 8, 22 octubre; 5 noviembre (martes)

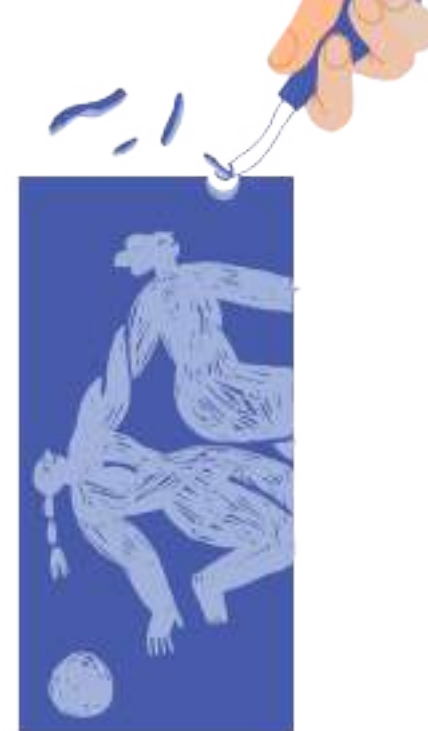
Horario: 17:30-20:00

Lugar: Casa de Cultura de Tolosa (Trianguloa)

Idioma: Euskara

Matrícula: 5€

Utilizaremos esta antigua técnica como vía creativa. Todas somos creadoras cada día, la creatividad tiene aroma de libertad. Utilizaremos la técnica de la xilografía para expresar lo que sentimos. No es necesario saber dibujar, sí las ganas de viajar. Nuestras manos perfilarán en el linóleo lo que sintamos en el momento y ese suspiro quedará impreso en el papel, en homenaje a todas las mujeres creadoras anónimas. Nosotras también estamos aquí: nuestra voz, deseo, está en nuestras manos. Viajando con una sonrisa.



Ondo zahartu

Prestatzailea: Pepa Bojó Ballester
Egunak: Urriak 2-Azaroak 27 (asteazkena)
Orduetgia: 15:00-17:00
Lekua: Tolosako Kultur Etxea (Trianguloa)
Hizkuntza: Gaztelania
Matrikula: 10€

Tailer honen asmoa da prestatzea gure bizitzako bigarren etapa hau modu sortzaile eta aberasgarri batean bizitzeko, eta aurre egiten ikastea bidean aurkituko ditugun aldaketa fisiko, psikologiko, sozial, familiar eta materialei. Azalduko dira, era berean, desmuntatu beharreko genero arloko aurreiritziak eta mitoak ere.

Tailer honetan aukera izango dugu hausnartzeko nola zahartu nahi dugun, zeri diogun beldur eta zerk kezkatzen gaituen eta, batez ere, nola egin diezaiokegun aurre horri guztiari, etapa hau bere osotasunean bizi ahal izateko.

Envejecer bonito

Formadora: Pepa Bojó Ballester
Días: 2 de octubre-27 de noviembre
(miércoles) 9 sesiones
Horario: 15:00-17:00
Lugar: Casa de Cultura de Tolosa
(Trianguloa)
Idioma: Castellano
Matrícula: 10€

El taller está pensado para prepararse a vivir la segunda etapa de nuestra vida de una forma creativa y enriquecedora, aprendiendo a afrontar los cambios físicos, psicológicos, sociales, familiares y materiales con los que nos vamos a encontrar. También aparecen prejuicios y mitos de género que hay que desmontar.

Con este taller tenemos la oportunidad de reflexionar sobre cómo queremos envejecer, qué cosas tememos y nos preocupan, y sobre todo, cómo podemos afrontar todo ello para que esta etapa podamos vivirla con plenitud.



Euskal emakume idazleen irakurketa feminista tailerra

Prestatzailea: Kattalin Miner Perez
Egunak: Urriak 3, 24; azaroak 28 (osteguna)
Ordutegia: 18:00-20:00
Lekua: Tolosako Udal Liburutegia
Hizkuntza: Euskara
Matrikula: 5€

Tolosako udal Liburutegiarekin elkarlanean

Euskal eta zehazki euskarazko emakume idazleen lan garaikideak ikuspegi feminista batetik irakurtzeko tailerra izango da hau. Hala, azken urtean argitaratutako lanak irakurriko ditugu, egungo testuinguru eta bizipenetatik. Helburua da euskal emakume idazleak ezagutaraztea, eta egun garatzen ari diren kezka, diskurtso eta proposamenak denon artean hausnartzea eta horiek genero ikuspegi eta ikuspegi feminista batetik irakurtzea.

Taller de lectura feminista de escritoras vascas

Formadora: Kattalin Miner Perez
Días: 3, 24 octubre; 28 noviembre (jueves)
Horario: 18:00-20:00
Lugar: Biblioteca municipal de Tolosa
Idioma: Euskera
Matrícula: 5€

En colaboración con la Biblioteca municipal de Tolosa

Se trata de un taller de lectura, desde un punto de vista feminista, de los trabajos contemporáneos de escritoras vascas que publican en euskera. Se leerán trabajos publicados este último año, pero desde el contexto y vivencias actuales. El objetivo es dar a conocer a las escritoras vascas, reflexionar entre todas sobre las propuestas, preocupaciones y discursos que desarrollan, y leer estas obras desde la perspectiva de género y desde un punto de vista feminista.



Munduko emakumeen literatura

Prestatzailea: Mertxe Tranche Iparraguirre
Egunak: Urriak 9, azaroak 13, abenduak 11, urtarrilak 15, otsailak 5, martxoak 4 (asteazkena)
Ordutegia: 18:00-20:00
Lekua: Tolosako Udal Liburutegia
Hizkuntza: Gaztelania
Matrikula: 5€

Tolosako udal Liburutegiarekin elkarlanean

Egiten ari garen bide hau beste emakume batzuk garbitu eta trinkotu dute aurrez. Gurekin batera, beste emakume batzuk bide paraleloetan dabilta. Beren pausoak neurtzea eta aprobetxatzea da erarik onena beren esperientziari, gozamenei eta sufrimenduei balioa emateko. Beren sormenezko eta bizitzeko estrategiek eta proposamenen irudimenak gureak aberasten dituzte. Emakume horiek ezagutzea guk geuk geure burua pittin bat gehiago ezagutzea da.

Munduko Emakumeen Literatura etengabeko bidaia bat da herri eta kultur desberdinetako emakume idazleen lanetan barrena, eta bada, era berean, emakume horien kezken eta egoeren leihotik begiratzea ere.

Literatura de mujeres del mundo

Formadora: Mertxe Tranche Iparraguirre
Días: 9 octubre, 13 noviembre, 11 diciembre, 15 enero, 5 febrero, 4 marzo (miércoles)
Horario: 18:00-20:00
Lugar: Biblioteca municipal de Tolosa
Idioma: Castellano
Matrícula: 5€

En colaboración con la Biblioteca municipal de Tolosa

El camino que recorremos, otras mujeres lo han limpiado y hecho firme. 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.

Literatura de Mujeres del Mundo es viajar sin fin por la obra de escritoras de diferentes países, de diferentes culturas y mirar por la ventana de sus preocupaciones y de sus condiciones.



Nola aritu jendaurrean gustura sentituaz

Prestatzailea: Nerea Redondo Otamendi
Egunak: Urriak 10, 24; azaroak 7, 21
(osteguna)
Orduetgia: 18:00-20:00
Lekua: Tolosako Kultur Etxea (Trianguloa)
Hizkuntza: Ele bitan
Matrikula: 5€

Ikastaroan jendaurrean gustura hitz egiten ikasiko dugu era parte-hartzaile eta dibertigarri batean. Hain zuzen ere, honako alderdi hauek landuko ditugu: edukia nola aukeratu eta antolatu; gure beldurrak, lotsak eta urduritasunak aztertu; entzulearen interesa eta motibazioa nola piztu; gure gorputza eta keinuak nola erabili; eta ingurunea edo gela nola antolatu.

Cómo hablar en público sintiéndome a gusto

Formadora: Nerea Redondo Otamendi
Días: 10, 24 octubre; 7, 21 noviembre
(jueves)
Horario: 18:00-20:00
Lugar: Casa de Cultura de Tolosa
(Trianguloa)
Idioma: Bilingüe
Matrícula: 5€

En este curso aprenderemos de forma participativa y divertida a hablar en público sintiéndonos a gusto con nosotras mismas. Trabajaremos cómo elegir y ordenar el contenido, analizaremos nuestras vergüenzas, miedos y nervios, pondremos atención en cómo motivar a las personas que nos escuchan, cómo utilizar nuestro cuerpo y gestos, y cómo organizar el espacio o sala.



Batukada feminista

Prestatzaileak: Arantxa Vicedo Rubio eta Ainar Sarasketa Alberdi

Egunak: Urriak 15, 29; azaroak 12, 23 (irteera); abenduak 10; urtarrilak 14, 28; otsailak 11 (asteartea)

Ordutegia: 18:30-20:30

Lekua: San Estebango Auzo Elkarte (Feriallekua)

Hizkuntza: Euskara

Matrikula: 10€



Ikastaroaren helburuak dira emakumeon arteko harremanak eta elkartasuna sustatze, musikaz gozatu eta gozaraztea, gure irudimena eta sormena garatzea. Horrez gain, auto-garapena eta taldekako jabetzea bultzatzea, emakumeek kulturaren dugun parte hartzea indartzea, eta emakumeek eta feministok ikusiak eta entzunak izatea esparru publikoan.



Batukada feminista

Formadoras: Arantxa Vicedo Rubio y Ainar Sarasketa Alberdi

Días: 15, 29 octubre; 12, 23 (salida) noviembre; 10 diciembre; 14, 28 enero; 11 febrero (martes)

Horario: 18:30-20:30

Lugar: Asociación de Vecinos de San Esteban (Ferial)

Idioma: Euskera

Matrícula: 10€

Los objetivos del taller son promover las relaciones y la solidaridad entre mujeres, disfrutar y hacer disfrutar de la música, desarrollar nuestra imaginación y creatividad. Así también, impulsar el autodesarrollo y el empoderamiento colectivo, fortalecer la participación de las mujeres en la cultura, y que a nosotras las mujeres y las feministas se nos vea y se nos oiga en el espacio público.

Emakumeak* musika eszenan

Prestatzailea: Olatz Salvador

Eguna: Urriak 16 (asteazkena)

Ordutegia: 17:00-20:00

Lekua: Tolosako Kultur Etxea (Trianguloa)

Hizkuntza: Euskara

Matrikula: Doan (aurrez izena eman behar da)

Jakina da emakumeoi* espazio publikoa ukatu izan zaigula eta, gaur egun ere, oholtzak ez direla oraindik espazio seguru bilakatu guretzat. 2018. urtean estatu mailan ospatutako musika jaialdietako datuek diote emakumeon* oholtza gaineko presentzia ez dela % 20ra iritsi.

Formakuntza honen bitartez, egungo euskal musika eszenari buruzko analisi kritiko bat egingo da, genero ikuspegia ardatz hartuta. Hala, aztergai izango dira desoreka honen zergatiak, emakume* gisa eszena batera igotzeko garaian emandako prozesuen gaineko hausnarketa, gure eszenaren eraikuntza edo honen eraldaketarako planteatu daitezkeen erronkak.

Las mujeres* en la escena musical

Formadora: Olatz Salvador

Día: 16 Octubre (miércoles)

Horario: 17:00-20:00

Lugar: Casa de Cultura de Tolosa (Trianguloa)

Idioma: Euskera

Matrícula: Gratis (previa inscripción)

Es sabido que a las mujeres* se nos ha negado el espacio público. Actualmente, los escenarios tampoco se han convertido en un espacio seguro para nosotras. En el año 2018, los datos de festivales celebrados a nivel estatal dicen que la presencia de mujeres sobre el escenario no llega al % 20.

A través de esta formación se hará un análisis crítico acerca de la escena musical vasca, tomando como eje el enfoque de género. Analizaremos los porqués de ese desequilibrio, la reflexión sobre el proceso para llegar a un escenario como mujer*, la construcción de nuestra escena o los desafíos que se pueden plantear para la transformación de esta situación.





Zu zaindu, neure burua
zaindu: nork bere
burua ondo zaintzen eta
maitatzen ikasi

Prestatzailea: Kontxi Lopez Soria
Egunak: Urriak 17, 24; azaroak 7, 14
(osteguna)
Orduetgia: 15:00-17:00
Lekua: Tolosako Kultur Etxea (Trianguloa)
Hizkuntza: Gaztelania
Matrikula: 5€

Hezkuntza patriarkala dela eta, emakume guztioi eman zaigun zeregina da emozio kudeatzaile izatea eta gure ingurukoak zaintzea, alde batera utzita geure burua zaintzea. Emakumeok elkartzeko eta elkarrekin hausnartzeko gune bat izango da hau, geure buruak zaintzen eta kontzientzia handiagorekin maitatzen ikasteko.

Era berean, ikasiko dugu hainbat teknika eta baliabide erabiltzen, sufrimendu emozionala gutxitzeko eta emozio positiboak eta umore ona handitzeko: desestresa, mindfulness-a, erlaxazioa, gorputz kontzientzia eta pentsamendu positiboa.

Cuidar de ti cuidar de mi:
aprender a cuidarse y
quererse bien

Formadora: Kontxi López Soria
Días: 17, 24 octubre; 7, 14 noviembre
(jueves)
Horario: 15:00-17:00
Lugar: Casa de Cultura de Tolosa
(Trianguloa)
Idioma: Castellano
Matrícula: 5€

A todas las mujeres, por la educación patriarcal que recibimos, se nos asigna el papel de gestoras de emociones y cuidadoras de quienes nos rodean, dejando de lado nuestro autocuidado. Este es un espacio de encuentro y reflexión entre mujeres para aprender a cuidarnos, a querernos con mayor consciencia.

También aprenderemos a utilizar herramientas y técnicas de desestrés, mindfulness, relajación, consciencia corporal, pensamiento positivo, para reducir el sufrimiento emocional y aumentar las emociones positivas y el buen humor.

Autodefentsa feminista

Prestatzailea: Maitena Monroy Romero
Egunak eta ordutegia: Urriak 25 (ostirala),
16:00-20:00, eta 26 (larunbata), 10:00-14:00
Lekua: Tolosako Kultur Etxea (Trianguloa)
Hizkuntza: Gaztelania
Matrikula: 5€

Ikastaro honetan ikasiko dugu erasoak identifikatzen, jatorria aztertzen, indarkeria alderdi guztietatik eraikitzen eta bere ondorioak zein diren. Indarkeriaren inguruko mitoak eta errealitateak ere analizatuko ditugu, eta bere ondorio indibidualak nahiz kolektiboak baloratu.

Espazio bat sortuko dugu gure eskubideen, gure erantzukizunaren eta gure gaitasunen inguruan kontzientziatzeko, eta bide horretatik emakumeei gizonekiko baldintza berdinetan bizitza eragozten dien indarkeriarekin amaitzeko. Mekanismoak eta ekintzak bilatuko ditugu eguneroko bizitzako eraso egoerei erantzuteko.

Autodefensa feminista

Formadora: Maitena Monroy Romero
Días y horario: 25 de octubre (viernes),
16:00-20:00 y 26 de octubre (sábado),
10:00-14:00
Lugar: Casa de Cultura de Tolosa
(Trianguloa)
Idioma: Castellano
Matrícula: 5€

En este taller aprenderemos a identificar las agresiones, analizaremos el origen y construcción de la violencia en todos sus aspectos y sus consecuencias. También examinaremos los mitos y realidades en torno a la violencia y sus consecuencias individuales y colectivas.

Generaremos un espacio que posibilite 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. Buscaremos mecanismos y actuaciones para responder y resolver las situaciones de agresión en la vida cotidiana.



Emozioak sormenaren bidez kudeatzen



Prestatzailea: Leire Markinez Calvo
Egunak: Azaroak 4, 11, 25 (astelehena)
Orduetgia: 15:00-17:00
Lekua: Tolosako Kultur Etxea (Trianguloa)
Hizkuntza: Euskara
Matrikula: 5€

Tailer honek ezagutza eta kontzientzia pertsonala ekarriko dizkigu, emakume izatearen autoestimua eta duintasuna aurkitzeko berriro. Nork bere sormenarekin konektatuko du, horretarako bitartekoak izanik pintura espontanea, mugimendua, meditazioa, baieztapenak eta bisualizazioak... Honela, hobeto ezagutuko ditugu gure sentimenduak eta gure barruko mundua, zauri emozionalak sendatzeko.



Gestión de emociones a través de la creatividad

Formadora: Leire Markinez Calvo
Días: 4, 11, 25 noviembre (lunes)
Horario: 15:00-17:00
Lugar: Casa de Cultura de Tolosa (Trianguloa)
Idioma: Euskera
Matrícula: 5€

Este taller facilitará el conocimiento y la conciencia personal, para reencontrarnos con la autoestima y dignidad de ser mujeres. Conectaremos con la creatividad propia, a través de la pintura espontánea, el movimiento, la meditación, afirmaciones y visualizaciones... De este modo, conoceremos mejor nuestros sentimientos y nuestro mundo interior para sanar heridas emocionales.

Gizonak eta feminismoa: irekitako eztabaidaren harietatik tiraka

Prestatzailea: Jokin Azpiazu Carballo
Eguna: Azaroak 14 (osteguna)
Orduetgia: 18:00-20:00
Lekua: Tolosako Kultur Etxea (Trianguloa)
Hizkuntza: Euskara
Matrikula: Doan (aurrez izena eman behar da)

Mugimendu feministaren indarra eztabaidaezina da azken urteotan, baina nola erantzuten diegu gizonok feminismoaren erronka eta interpelazioei? Ze tresna eta gaitasun dauzkagu gure rol soziala ikuspegi kritikotik aztertzeko? Ze harreman dugu boterearekin eta nola eragiten du gure feminismoaren ulerkeran? Zer egin dezakegu eta zeintzuk dira egiteko era eraldatzaileenak?

Galdera horiek panorama konplexua irekitzen digute, gaia serio eta sakontasunez hartzera gonbidatzen gaituztenak, baina bidean galdu gabe. Saio hau elkarrekin pentsatzeko aukera izatea espero dugu.

Hombres y feminismo: tirando de los hilos de un debate abierto

Formador: Jokin Azpiazu Carballo
Días: 14 noviembre (jueves)
Horario: 18:00-20:00
Lugar: Casa de Cultura de Tolosa (Trianguloa)
Idioma: Euskera
Matricula: Gratis (previa inscripción)

La fuerza del movimiento feminista es indiscutible en los últimos años, pero ¿cómo respondemos los hombres al desafío e interpelaciones del feminismo? ¿Qué herramientas y capacidades tenemos para analizar nuestro rol social desde una perspectiva crítica? ¿Qué relación tenemos con el poder y cómo influye en nuestra comprensión del feminismo? ¿Qué podemos hacer y qué hay que hacer de forma más transformadora?

Todas estas preguntas nos abren un panorama complejo, nos invitan a tomar el tema en serio y con profundidad, pero sin perdernos en el camino. Esperamos que esta sesión sea una posibilidad de pensar juntos.





Bizitzak mugan: elkarrizketa, hegoaldeko mugan sexu esplotazioa helburu duen indarkeriari eta salerosketari buruzkoa

Prestatzailea: Bea de Lucas Larrea (CEAR-Euskadi)

Eguna: Azaroak 22 (ostirala)

Orduetgia: 18:00-20:00

Lekua: Tolosako Kultur Etxea (Trianguloa)

Hizkuntza: Gaztelania

Matrikula: Doan (aurrez izena eman behar da)

Elkarrizketa- eta hausnarketa-gune hau eraikita dago sexu esplotazioa helburu duen salerosketa-egoera batetik irtetea lortu duen Saharaz hegoaldeko emakume baten kontakizunean, eta bertan hizpide izango ditugu muga igarotzeak eta mugen itxierak emakumeen gorputzean eta bizitzan dituen ondorioak, baina erresilientzia-estrategiak ere bai. Kontakizun hau liburu baten parte da, hain zuzen, Saharaz hegoaldeko bost emakumeren istorioak jasotzen dituen liburu baten parte. Horietako lau Euskadira iritsi ziren Hegoaldeko Mugatik barrena.

Vidas que transitan fronteras: diálogo sobre violencia y trata con fines de explotación sexual en el paso por la frontera sur

Formadora: Bea de Lucas Larrea (CEAR-Euskadi)

Días: 22 noviembre (viernes)

Horario: 18:00-20:00

Lugar: Casa de Cultura de Tolosa (Trianguloa)

Idioma: Castellano

Matrícula: Gratis (previa inscripción)

En este espacio de diálogo y reflexión, construido sobre el relato de una mujer subsahariana que ha sobrevivido a una situación de trata con fines de explotación sexual, hablaremos del tránsito de fronteras y de las consecuencias del cierre de fronteras sobre el cuerpo y vida de las mujeres, pero también de las estrategias de resiliencia. Este relato forma parte de un libro que incorpora las historias de cinco mujeres subsaharianas, cuatro de ellas llegadas a Euskadi a través de la Frontera Sur.

GUREZAKO (para nosotras)

Jatorri ezberdinetako emakumeentzako gunea

Parte hartu nahi baduzu jatorri ezberdinetako emakumeentzako aisialdi, laguntza eta elkartasun espazio batean, jo dezakezu jarduera hauetara.

Tolosaldea Garatzeneko Migrazio eta Aniztasun Saila, Tolosako Udaleko Berdintasun Sailaren laguntzarekin

Harremanetarako
646057080
migrazioa@tolosaldea.eus

Espacio para mujeres de diferentes orígenes

Si estás interesada en participar en un espacio de ocio, apoyo y solidaridad entre mujeres de orígenes diferentes, puedes acudir a estas actividades.

Departamento de Migración y Diversidad de Tolosaldea Garatzen, con el apoyo del Departamento de Igualdad del Ayuntamiento de Tolosa

Contacto
646057080
migrazioa@tolosaldea.eus



Flamenko

Irakaslea: Askoa Etxebarrieta Lasheras-
"La Pulga"

Egunak: Urriak 4, 11, 18, 25 (ostiralak)

Ordutegia: 18:00-20:00

Lekua: Tolosako Kultur Etxean (Trianguloa)

Hizkuntza: Euskara/ Gaztelania

Matrikula: Doan (beharrezkoa da aurretik
izena ematea)

Estrategikoki, emakumeak geure materia eta haragitik bereiztuak izan gara. Lurrean tokibat betetzen duen gorputzetik banandu gaituzte. Tailer honetan dibortzio mingarri honi aurre egin nahi diogu, gure gorputza usaindu, handitu, zabaldu, aldatu, zarata egin, konpas eta erritmoak landu, oinak eta palmak...

Etor zaitez flamenko dantzaren bitartez, zure gorputza nabaritzera, mimatzera, maitatzera eta entzuten ikastera!

Flamenco

Formadora: Askoa Etxebarrieta Lasheras-
"La Pulga"

Días: Octubre 4, 11, 18, 25 (viernes)

Horario: 18:00-20:00

Lugar: Casa de Cultura de Tolosa
(Triangulo)

Idioma: Euskara/ Castellano

Matricula: Gratis (es necesario inscribirse
previamente)

Estratégicamente, a las mujeres se nos ha desligado de nuestra materia, carne, cuerpo que emprende, huele, abulta, se expande, cambia, hace ruido y ocupa un lugar en la Tierra. En este taller queremos empezar a remediar este doloroso divorcio.

¡Ven a aprender a percibirte, mimarte, escucharte y quererte a través del baile flamenco, trabajando ritmo y compás, palmas y pies.



Sendabelarren tailerra

Prestatzailea: Sara Letamendia Galarraga

Egunak: Urriak 19 (larunbata)

Ordutegia: 10:00- 18:00 (bazkaria barne)

Lekua: Ereite Elkarteko lokala (San Esteban, 20)

Matrikula eta bazkaria: doan (aurrez izena eman behar da)

Tailer bizigarria eta praktiko baten bidez, inguruko landareak eta sendabelarra ezagutzeko aukera izango dugu. Alde batetik, haien propietateak, ezaugarriak eta eragin ditzaketan onurak ezagutuko dugu eta beste aldetik olioak, ukenduak eta alkoholak egiteko ere aukera izango dugu. Egindako produktuak etxera eramateko izango dira.

Taller de hierbas medicinales

Formadora: Sara Letamendia Galarraga

Día: 19 de Octubre (sábado)

Horario: 10:00-18:00 (comida incluida)

Lugar: Local de Asociación Ereite (San Esteban, 20)

Matrícula y comida: Gratis (previa inscripción)

A través de un taller práctico y vivo tendremos la oportunidad de acercarnos a las plantas y hierbas medicinales de nuestro entorno. Por un lado, conoceremos sus usos y propiedades y por otro, aprenderemos a elaborar aceites, ungüentos y alcoholes. Los productos elaborados nos los podremos llevar a casa.



Prestakuntza tailerra: emakume afrikar migratzaileak bidegurutzean

Prestatzailea: Jeanne-Rolande Dacouagna Minkette
Eguna: Azaroak 14 (osteguna)
Orduetgia: 17:30-20:00
Lekua: Tolosako Kultur Etxea (Trianguloa)
Matrikula: Doan (aurrez izena eman behar da)

Tailer honetan aztergai izango ditugu emakume afrikar migratzaileen autonomia-prozesuak, dekoloniala eta arrazakeriaren aurkakoa den ikuspuntu feminista batetik begiratuta. Metodologia dinamiko eta parte-hartzailea erabilita, halako ibilbide bat egingo dugu emakume horien prozesu migratzaileetara hurbiltzeko: (des)eraikitzen joango gara horiei buruz ditugun imaginarioa eta pertzepzioak, eta proposamenak landuko ditugu erabateko herritartasuna gauzatzeko aldera.

Taller formativo: mujeres migradas africanas en la encrucijada

Formadora: Jeanne-Rolande Dacouagna Minkette
Días: 14 noviembre (osteguna)
Horario: 17:30-20:00
Lugar: Casa de Cultura de Tolosa (Trianguloa)
Matricula: Gratis (previa inscripción)

En este taller se abordarán los procesos de autonomía de las mujeres migradas africanas en Euskadi desde una perspectiva feminista decolonial y antirracista. A través de una metodología dinámica y participativa, haremos un recorrido en el cual nos acercaremos a sus procesos migratorios; iremos (de)construyendo los imaginarios y percepciones sobre ellas y avanzaremos propuestas para la materialización de una ciudadanía plena.



Argibideak eta matrikula:

Jarduera hasi baino bi egun lehenago bukatuko da izena emateko eta matrikula egiteko epea, Tolosako Kultur Etxean. Matrikula ordainduko da izena emateko orduan.

Informazioa eskatzeko, hots egin ondoko telefono zenbakira edo mezua bidali posta elektronikora:

943670383
berdintasuna@tolosa.eus

Hartzaindegi zerbitzua

Dohaineko hartzaindegi-zerbitzua egongo da, aurretik izena eman eta eskatuta.

Jarraiguzu

Facebook: Tolosa Berdintasuna 
Twitter: @BerdinBerdin 

Información y matrícula:

La inscripción y matrícula podrán hacerse hasta dos días antes de que comience la actividad, en la Casa de Cultura de Tolosa. La matrícula se abonará en el momento de la inscripción.

Para solicitar información llamar al teléfono o escribir al siguiente correo electrónico:

943670383
berdintasuna@tolosa.eus

Servicio de guardería

Se podrá contar con un servicio de guardería previa inscripción y petición.

Síguenos

Facebook: Tolosa Berdintasuna 
Twitter: @BerdinBerdin 

