

emakumeenetzako JABETZE ESKOLA

escuela de empoderamiento
para mujeres



2018 URTARRILA-MAIATZA IKASTAROAK
CURSOS ENERO-MAYO 2018

Zer da Emakumeentzako Jabetze Eskola?:

Emakumeok prestakuntza jasotzeko, hausnartzeko eta elkarrekin egoteko gune bat da. Bertan, gaitasunak eskuratu eta garatuko ditugu, ahaldunte pertsonal eta kolektiboan aurrrera egiteko.

Bizitza modu autonomoan, indartsu eta konfiantzaz bizi izatea da ahalduntena, aukeratzeko eta aldaketa sozialean parte hartzeko eskubidea.

Ahalduntena eskolaren erronka da emakumeen aldaketa pertsonal eta kolektiboa bultzatzea. Eta zein da aldaketa horren helburua eta xedea? Gizonen eta emakumeen arteko botere-harremanak aldatzea eta emakumeek gizartean eta politikan parte-hartze handiagoa izatea.

Aldaketa hori gertatzeko, garrantzitsua da: a) emakumeoi maila pertsonalean zer gertatzen zaigun ulertzea; b) errealtitatea eta testuingurua ezagutzea; c) zein eskubide ditugun jakitea; d) informazioa eta baliabideak eskuratzea; e) gure trebetasunak garatzea; eta f) autonomia eta kontzientzia handiagoak eta gaitasun kritikoa edukitzea.

Azken finean, eskolaren helburua da, emakumeen autonomia eta partaidetza sozial eta politikoa bultzatzea, prestakuntzaren eta garapen pertsonalaren bitartez.

Norbanakotik kolektibora doan prozesu bat da; prozesu horretan, emakumeok ezagutza, abilezia eta jarrera jakin batzuk eskuratuko ditugu, gure errealtitatea eta gizartean dugun posizioa modu kritikoan aztertzeko eta errealtitate hori eraldatzeko beharrezko urratsak emateko.

Ikastaro eta jarduera guztiak adin eta interes desberdinetaiko emakume guzti-guztiei zuzenduta daude. Ikastaro batzuk euskaraz emango dira, eta beste batzuk gaztelaniaz (ikastaroa emango den hizkuntzan agertzen da ikastaroari buruzko informazioa).

Gure asmoa da, eskola izan dadila emakumeok elkartzeko espazio bat, eta bertan aukera izan dezagula gure esperientziak partekatzeko eta solidaritate eta harreman sareak sortzeko.

¿Qué es la Escuela de Empoderamiento para Mujeres?:

Es un espacio de formación, reflexión y encuentro para las mujeres donde aprender y desarrollar capacidades que nos permitan avanzar en el proceso de empoderamiento personal y colectivo.

El empoderamiento supone autonomía, fuerza y confianza para enfrentar la vida, derecho a elegir y a participar en el cambio social.

El reto de la escuela de empoderamiento para mujeres es promover ese proceso de cambio personal y colectivo, que tiene como consecuencia y como fin la transformación de las relaciones de poder entre mujeres y hombres, y una mayor participación social y política de las mujeres.

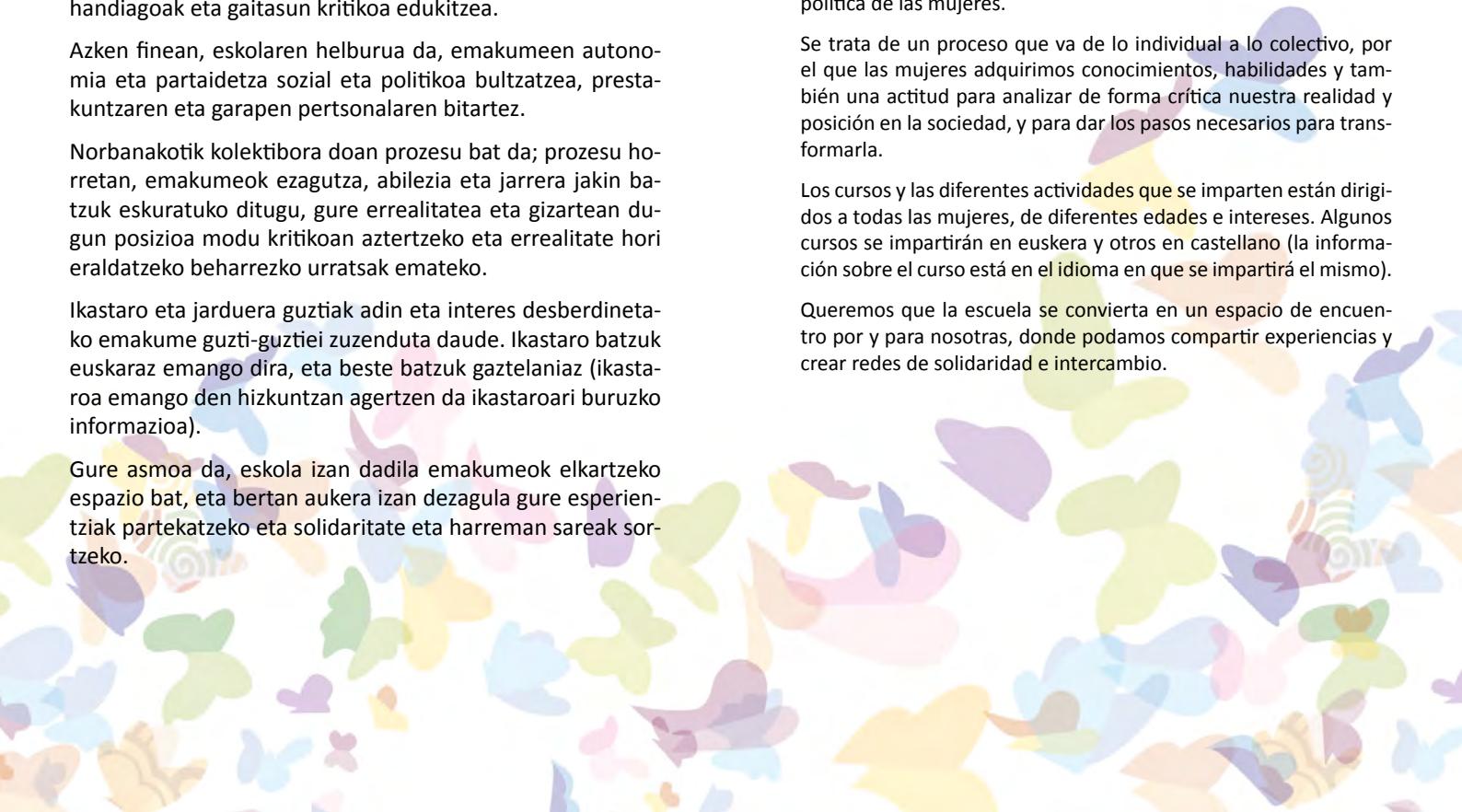
Para que se dé este cambio es importante desarrollar la comprensión de lo que a las mujeres nos sucede a nivel personal; el conocimiento de la realidad y del contexto; el conocimiento de los derechos; el acceso a la información y los recursos; el desarrollo de nuestras destrezas; una mayor autonomía, mayor concienciación y capacidad crítica.

El objetivo final de la escuela es promover, a través de la formación y el desarrollo personal, la autonomía y la participación social y política de las mujeres.

Se trata de un proceso que va de lo individual a lo colectivo, por el que las mujeres adquirimos conocimientos, habilidades y también una actitud para analizar de forma crítica nuestra realidad y posición en la sociedad, y para dar los pasos necesarios para transformarla.

Los cursos y las diferentes actividades que se imparten están dirigidos a todas las mujeres, de diferentes edades e intereses. Algunos cursos se impartirán en euskera y otros en castellano (la información sobre el curso está en el idioma en que se impartirá el mismo).

Queremos que la escuela se convierta en un espacio de encuentro por y para nosotras, donde podamos compartir experiencias y crear redes de solidaridad e intercambio.



IZENA EMATEKO:

Epea: abenduaren 18tik urtarriaren 5era.

Izena emateko moduak:

Online: www.berdintasunazarautz.wordpress.com

E-mail bidez: berdintasuna@zarautz.eus

Teléfono: 943 005117

Aurrez aurre: Parekidetasun Departamentua (Zigordia 33)

Ordutegia: astelehenetik ostiralera (08:30-14:30)

Plaza kopurua mugatua da. Zozketa egingo da izena eman duten emakume guztiengar artean. Zarautzen bizi diren emakumeek lehentasuna izango dute.

Ikastaroa egiteko, gutxieneko pertsona kopuru batek egon beharko du izena emanda, eta, hala ez bada, ikastaroa bertan behera geldituko da (ikastaro guztiengar, gutxinez 10 pertsona eta gehienez 20 pertsona).

Ikastaroen prezioa:

Ikastaroetan parte hartzeko, matrikularen zenbatekoa bakanrik ordaindu beharko da.

Parekidetasun Departamentuak jakinarazten duenean ikastaroa egin egingo dela ordaindu beharko da matrikula. Ordainketaren ziurtagiria Parekidetasun Departamentura eraman, edo posta arruntez edo e-mailez bidali.

Ikastaro bateko plazak betetzen ez badira, izena emateko epea luzatu egingo da, ikastaroa hasi baino 7 egun lehenago arte.

INSCRIPCIÓN:

Plazo: del 18 de diciembre al 5 de enero.

Para inscribirse en los cursos:

Online: www.berdintasunazarautz.wordpress.com

E-mail: berdintasuna@zarautz.eus

Teléfono: 943 005117

Presencial: Departamento de Paridad (Zigordia 33)

Horario: de lunes a viernes (08:30-14:30)

Las plazas son limitadas. Se realizará un sorteo entre todas las mujeres inscritas en cada curso. Se dará prioridad a las mujeres que viven en Zarautz.

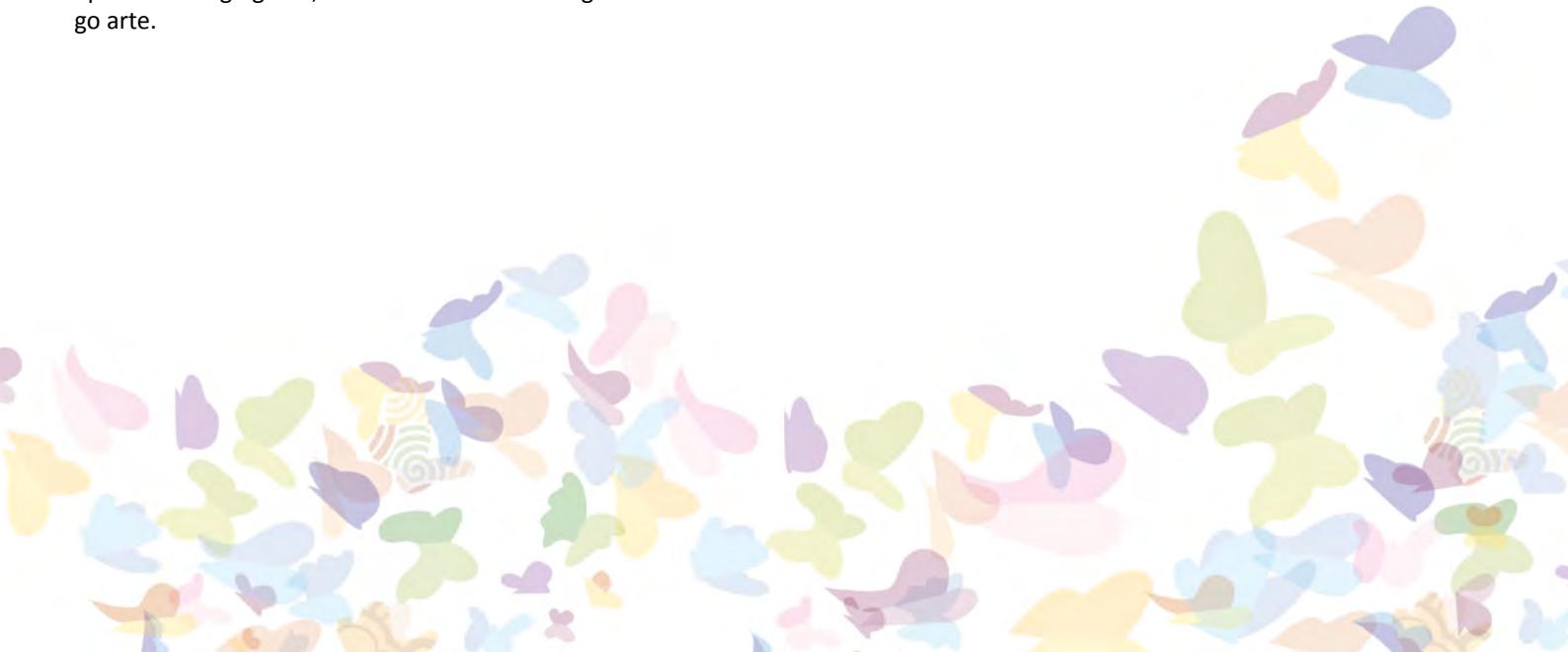
Para que el curso se lleve a cabo deberá haber un mínimo de personas inscritas. En caso contrario, el curso se suspendería (en todos los cursos, mínimo 10 personas y máximo 20).

Precio de los cursos:

Para participar en los cursos únicamente habrá que abonar el importe correspondiente a la matrícula.

El pago de la matrícula se efectuará una vez que el Departamento de Igualdad le notifique que el curso se llevará a cabo. El justificante del pago deberá entregarse en el Departamento de Igualdad o enviarlo por correo ordinario o por e-mail.

En los cursos en que no se completen las plazas, el plazo de inscripción se prolongará hasta 7 días antes del comienzo del curso.



IKASTAROAK / CURSOS

DESVELANDO LOS MICROMACHISMOS

Los micromachismos son prácticas de dominación y violencia masculina en la vida cotidiana, pero casi imperceptibles, lo que está en los límites de la evidencia. Con estas maniobras el hombre procura mantener, reafirmar o recuperar su posición de dominio sobre la mujer, creando una red que sutilmente atrapa a la mujer y atenta contra su autonomía personal.

En el curso vamos a visibilizarlos a través de nuestras experiencias cotidianas, y trataremos de ver cómo hacerles frente.

Imparte: Pepa Bojó Ballester - castellano

Miércoles, del 17 de enero al 21 de marzo

18:00-20:00

Lugar: Etxezabala (Kale Nagusia 29)

Matrícula: 15€

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

OINARRIZKO KONPONKETAK: BRIKOLAJEA ETA PINTURA

Tailer honetan etxeko konponketa txikiak egiten ikasiko dugu. Etxean sortzen diren matxura eta arazo txikiak konpontzeko beharrezkoak diren material eta erremintak ezagutuko ditugu, eta ondoren erabili egingo ditugu.

Edukiak:

- Koadro eta baldak paretan zintzilikatzea (markatu, zulatu, nibelatu eta lotu).
- Ateak eta leihoak: garbiketa eta mantentze-lanak (bisagrat). Sarrailak desmuntatu, olioztatu eta muntatu. Sarraialak aldatu.
- Armairuetako baldak muntatu, lekuz aldatu edo gehitu. Armairuko ateen bisagrat eta heldulekuak aldatu eta egokitu.
- Paretako pitzadurak konpondu: garbitu eta pikatu, betelananak egin, leundai eta margotu. Pintura motak, erabilera eta garbiketak. Pintura kopurua eta neurriak.

Hezitzailea: Oteitza Lizeo Politeknikoa - euskaraz

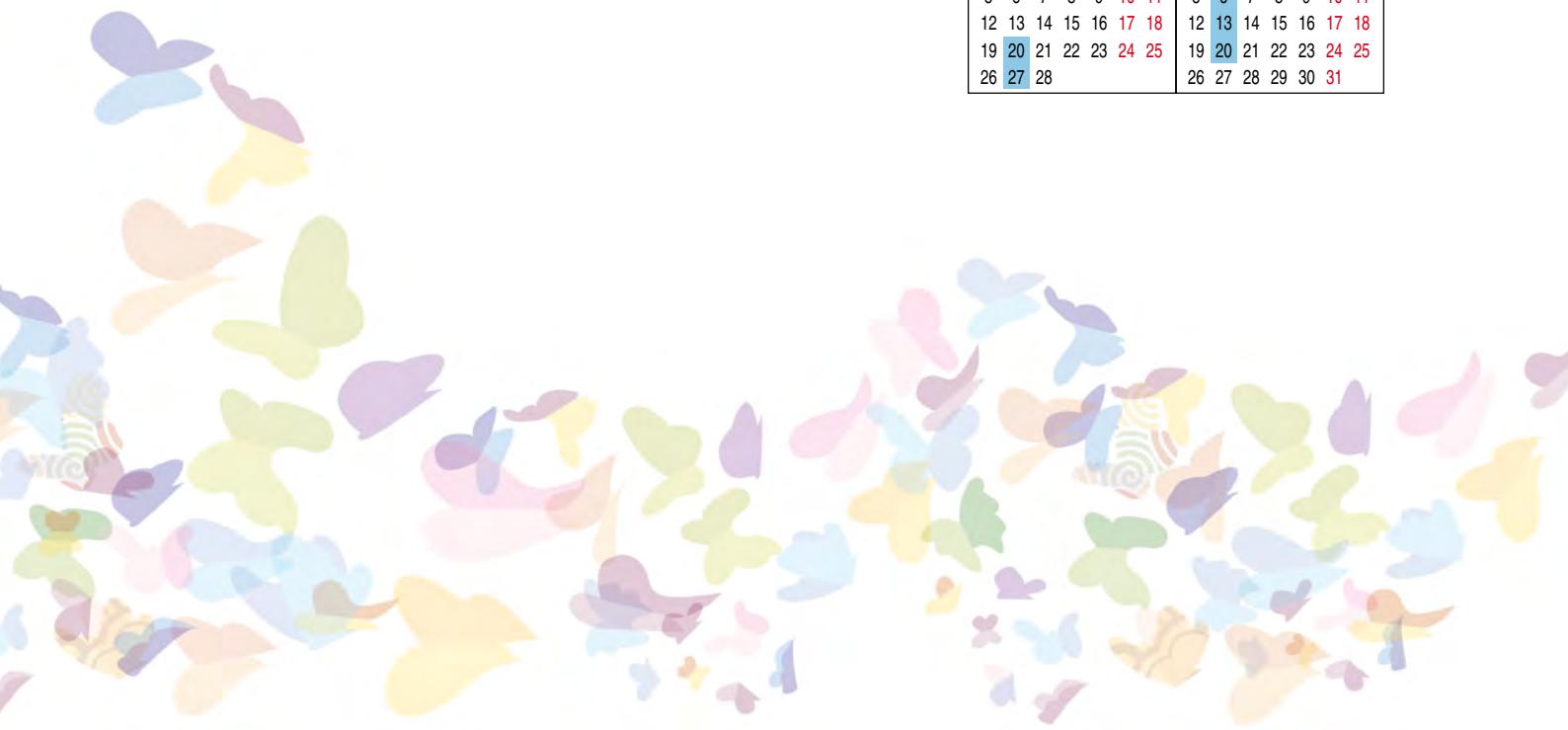
Astearteetan, otsailaren 20tik martxoaren 20ra

15:30-18:00

Lekua: Oteitza Lizeo Politeknikoan

Matrikula: 15€

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



IKASTAROAK / CURSOS

PASA UN RATO CONTIGO

Abordaremos los tres niveles que afectan a nuestra vida mental, corporal y emocional, de manera que podamos reflexionar e implementar cambios reales, sustanciales y duraderos en nuestra vida. Definiremos un nuevo rumbo hacia la buena vida que te mereces y donde sentirás seguridad, confianza y un propósito claro: Vivir aquí y ahora.

Objetivos:

- Trabajar mediante técnicas activas y a través del cuerpo, la mente y el cuerpo aspectos de nuestra vida que nos impiden aceptar los cambios o conseguir nuestros objetivos.
- Que el grupo sea un espacio de contraste, apoyo y nutrición para las participantes y que éste sirva para el crecimiento tanto individual como para establecer redes de apoyo.

Imparte: Ana Baza Martín - castellano

Lunes, del 15 de enero al 14 de mayo

17:00 - 19:00

Lugar: Local de DYB (Iturribide 12-14)

Matrícula: 30€

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

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

ZEREGIN ETA DENBORAREN KUDEAKETA ERAGINKORRA

Bizitzan, lanean... askotan arrastaka eramatzen dugun sentsazioa da egun osoa presaka pasatzen dugula. Eta askotan sentsazioa baino, errealtitate baten aurrean egongo gara.

"Hau egin nahi nuke, baina orain ez da momentua; beste hau egitea gustatuko litzaidake, baina ez daukat denborarik; arazo desberdinak sortzen dira, eta aurre egin behar diet; edo egun osoa lanean eman eta ezer egin ez izanaren sentsazioarekin noa etxera."

Tailer honetan hausnarketa egiteko aukera edukiko duzu. Bertan, ideia argi batzuk aterako ditugu (aurrera begira era simple batean aplikatu ahalko dituzunak), eginbeharren eta denboraren arteko harremana era eraginkorrean kudeatu ahal izateko.

Hezitzailea: Nerea Redondo Otamendi - euskaraz
Ostegunetan, apirilaren 12tik maiatzaren 3ra
11:00-13:00 edo 16:30 - 18:30

Lekua: DYaren lokalean (Iturribide 12-14)

Matrikula: 10€

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



IKASTAROAK / CURSOS

EKONOMIA FEMINISTA

Krisi testuinguru honetan, genero-ardura naturalizatuak egonkortzen ari dira. Ekonomia feministaren tailer honen bitartez, generoak duen dimentsio sozioekonomikoan sako nduko dugu. Emakumeak eta gizonak ekonomian koka tzeaz gain, feminitatea eta maskulinitatea ekonomian nola eraikitzten diren ikusiko dugu. Bizitza prekarioetatik bizitza gozagarrietara salto egiteko lehen pausuak emateko tailerra dugu hau.

○ Helburuak:

- Gure burok eta gorputzak sistema ekonomiko honetan aurkitzea.
- Kapitalismoaren eta heteropatriarkatuaren arteko loturaz hausnartzea.
- Ekonian dugun paperaz jabetu eta ahalduntzea, batez ere krisi testuinguru honetan.

Heitztailea:

Emagin Elkarte - euskaraz
Astearteetan,
urtarrilaren 16tik otsailaren 6ra
18:00 – 20:00

Lekua:

DYaren lokalean (Iturribide 12-14)

Matrikula: 10€

URTARRILLA						
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
19	20	21	22
23	24	25	26
27	28		

MATERNIDAD: UN ASUNTO A NEGOCiar

El ejercicio de la maternidad desde el poder propio (y no desde el deber impuesto social y culturalmente para las mujeres) da una nueva oportunidad: romper con el ejercicio del cuidado de otros y otras desde la renuncia y el dolor. Las mujeres reales pueden cuidar y ser madres desde un nuevo lugar: un lugar responsable de sí mismas, de sus necesidades y proyectos personales. Un lugar de escucha, autoestima y autocuidado.

En este espacio revisaremos las creencias que tanto nos limitan, las emociones tan difíciles que surgen y que nos paralizan.

Imparte:

Itziar Gandia Quintanilla - castellano
Sábados, del 27 de enero al
17de febrero
10:00-14:00
Lugar: Etxezabala (Kale Nagusia 29)
Matrícula: 15€

URTARRILLA						
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
19	20	21	22
23	24	25	26
27	28		

GORPUTZ IKUSEZINAK IKUSTEN. MODA, JABEKUNTZA FEMINISTAREN TRESNA

Emakumeok zapaltzen gaituen moda eredu menderatzalea deseraikitza da ikastaro honen helburua; batetik, estereotipoak eta kanon estetikoak irauliz eta gorputzen aniztasuna ikusezin bilakatzen duten marketineko neurri industrialak apurtuz, eta, bestetik, geroz eta etekin ekonomiko handiagoa lortzeko, beste herrialde batuetan moda industriak esplotatzen dituen ehungintza enpresetako langileen egoeraren inguruan kontzientziatuz (industria feminizatua izanik, langile gehienak emakumeak dira) eta moda jasangarriaren aldeko alternatibak eskainiz.

Heitztailea: Maddalen Aduriz Rodriguez - euskaraz
Asteazkenetan, apirilaren 11tik maiatzaren 16ra
17:30 - 20:00

Lekua: Etxezabala (Kale Nagusia 29)

Matrikula: 15€

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

AUTODEFENTSA IKASTAROA

Zer dira eraso sexistak? Nola pairatzen ditugu? Zeintzuk dira gure bizenpenak horren aurrean? Nola identifikatu erasoak? Hauxe da emakumeok gure eskubideen jabe izateko dugun arazo larrienetako bat. Ikastaro teoriko-praktiko honetan horiek identifikatzeko eta erantzuteko tresnak ikasiko ditugu.

○ Helburuak:

- Emakumeok indarkeriarekin izan ditugun bizenpenak konpartitu eta biltzea. Esperientzia ezberdinak partekatu eta iriztzi trukatzea.
- Elkarri entzutea, eta beldur eta emozio ezberdinei buruz lasai hitz egiteko tartea eta espazioa eskaintza.
- Indarkeria egoerak, eraso ezberdinak identifikatza, eta indarkeriaren definizioa lantza.
- Autodefentsaz hitz egitea, eta autodefentsaz ulertzten duguna bateratu eta erasoei aurre egiteko estrategiak lantza.

Heitztailea:
Emagin Elkarte - euskaraz
Martxoak 17, larunbata
09:30-13:30/16:00-20:00
Lekua: Kirolegia
Matrikula: 10€

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			



Antolatzailea:



ZARAUZKO UDALA
Parekidetasun Departamentua

Babeslea:



Gipuzkoako Foru Aldundia
Berdintasun Zuzendaritza Nagusia
Dirección General de Igualdad