

**JABETZE ESKOLA PASAIKO EMAKUMEENTZAT**  
**ESCUELA DE EMPODERAMIENTO PARA LAS MUJERES DE PASAIA**

**2017 - 2018**



# JABETZE ESKOLA Pasaiako emakumeentzat

## 2017-2018ko ikasturtea

Bosgarren urte honetan Pasaiako Berdintasun Mahaiko kide direnek (Harremantxo, Bezkoz Beko, Azkuene, Topaketa, Lagun Artea, Pasaiako Udalaren Berdintasun Arloa eta emakume pasaitarrak) hainbat ikastaro eta jarduera proposatu dituzte 2017-2018 ikasturterako. Hausnarketarako, sendotasunerako eta topaketarako tokia izango da ahalduz eskola, emakume pasaitarrei zuzendua. Emakumeak antolatzea eta saretzea da nahia, betiere, helburu hauek aintzat hartzen direla:

- \* Emakumeen eta emakume taldeen autonomia indartzea.
- \* Emakumeen sormenezko lana eta borroka ezagutzera ematea eta balioestea.
- \* Emakumeek gizartean eta politikan parte har dezaten suspertze-lanak egitea, haien eragina politika publikoetan eta beste hainbat gizarte eta kultura eremutan suma dadin, historikoki baztertuta egon direnez.
- \* Emakumeen artean trukean oinarritutako sareak sortzea eta bultzatzea.

### **INFORMAZIOA ETA IZEN-EMATEA:**

HAZ- Herritarren Arreta Zerbitzua 943344034

Donibane: Donibane kalea, 19

Trintxerpe: Euskadi Etorbidea, z/g

Antxo: Hamarratxeta kalea, 24

Jarduera guztiak doakoak izango dira, eta haurtzaindegia izango da. Zerbitzu hori erabiltzeko aurretik izena eman, eta eskaera egin behar da:  
Izena emateko epea urte osoan irekia.

Informazio gehiago nahi izanez gero:

Pasaiako Udalaren Berdintasun Arloa

Euskadi etorbidea, 27, behea

Telefonoa: 943004320

Posta elektronikoa: berdintasuna@pasaia.net

Web orria: <http://www.pasaia.net>

# ESCUELA DE EMPODERAMIENTO para las mujeres de Pasaia

## Curso 2017-2018

Por quinto año las componentes de la Mesa de Igualdad de Pasaia (Harremantxo, Bekoz Beko, Azkuene, Topaketa, Lagun Artea, el Área de Igualdad del Ayuntamiento de Pasaia y las mujeres pasaitarras) han propuesto una serie de cursillos y actividades a realizar durante el curso 2017-2018.

La escuela de empoderamiento será un espacio de reflexión, de crecimiento y de encuentro para las mujeres pasaitarras, con el fin de impulsar la organización y movilización social de las mujeres, teniendo como finalidad:

- \* Fortalecer la autonomía personal y el colectivo de las mujeres.
- \* Conocer y valorar la labor creativa y la lucha de las mujeres.
- \* Impulsar la participación social y política de las mujeres para ejercer su influencia tanto en las políticas públicas como en el resto de ámbitos sociales y culturales, de los que históricamente han sido relegadas.
- \* Crear e impulsar redes de intercambio entre las mujeres.

### INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:

SAC- Servicio de Atención a la Ciudadanía 943344034

Donibane: calle Donibane, 19

Trintxerpe: Euskadi Etorbidea, s/n

Antxo: calle Hamarrratxeta, 24

Todas las actividades son gratuitas, y habrá servicio de guardería, previa inscripción y petición. Plazo de inscripción abierto a lo largo del año.

Más información:

Área de Igualdad del Ayuntamiento de Pasaia.

Euskadi etorbidea, 27, bajo.

Teléfono: 943004320

Correo electrónico: [berdintasuna@pasaia.net](mailto:berdintasuna@pasaia.net)

Página web: <http://www.pasaia.net>



## **IKASTAROAK - CURSOS**

- I.1. AUTOESTIMUA ETA AHALDUNTZEA - AUTOESTIMA Y EMPODERAMIENTO
- I.2. DOLUAK ETA GALERAK - DUELOS Y PERDIDAS
- I.3. MINDFULNESS
- I.4. ELIKADURA ETA OSASUNA, ELKARTZEKO ETA IKASTEKO GUNEA
- I.4. ALIMENTACION Y SALUD, ESPACIO PARA EL ENCUENTRO Y EL APRENDIZAJE
- I.5. EMAKUMEEN OSASUN ZAINKETARAKO GAKOAK - CLAVES PARA EL CUIDADO DE LA SALUD DE LAS MUJERES
- I.6. NOLA EGIN PASAIAKO JAIK BERDINZALEAGOAK? - ¿COMO HACEMOS LAS FIESTAS DE PASAIA MÁS IGUALITARIAS?

## **TAILERRAK - TALLERES**

- T.1. BATUKADA FEMINISTA - BATUCADA FEMINISTA
- T.2. BIDEOGINTZA TAILERRA - GRABACIÓN Y EDICIÓN DE VIDEO
- T.4. EMAKUMEEN AHOTSAK UHINETAN - VOCES DE MUJERES EN LAS ONDAS
- T.4. AUTODEFENSA FEMINISTA - AUTODEFENSA FEMINISTA

## **TALDEAK - GRUPOS**

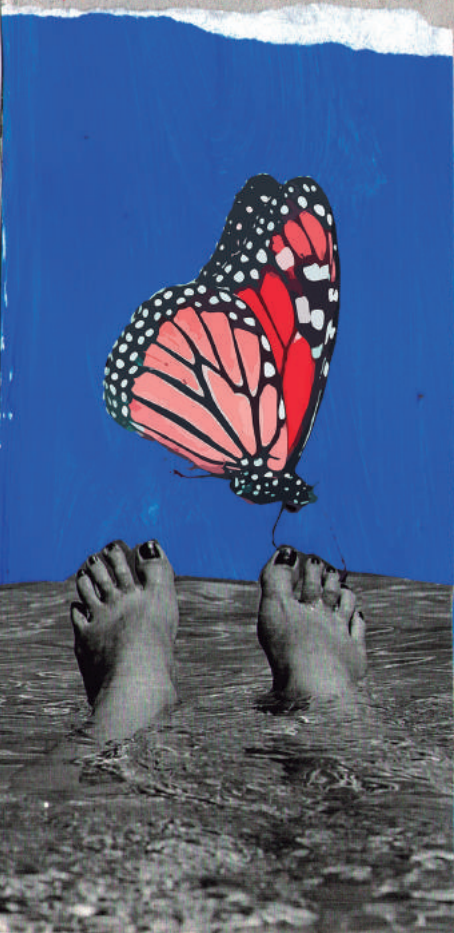
- G.1. JATORRI ASKOTARIKO EMAKUMEEN TALDEA - GRUPO DE MUJERES DE DISTINTOS ORÍGENES
- G.2. AUTOLAGUNTZA TALDEA - GRUPO DE AUTOAYUDA

## **SAREAK SORTZEN - CREANDO REDES**

- S.1. JATORRI ASKOTARIKO EMAKUMEAK ELKAR EZAGUTZEKO GUNEA
- S.1. ESPACIO DE ENCUENTRO PARA MUJERES DE DISTINTOS ORÍGENES

## **ZERBITZUA - SERVICIO**

- Z.1. SEXUALITATE ETA GENERO INFORMAZIOA ETA AHOLKULARITZA ZERBITZUA
- Z.1. SERVICIO DE ASESORÍA E INFORMACIÓN DE SEXUALIDAD Y GÉNERO



## I.1. AUTOESTIMUA ETA AHALDUNTZEA

Generoaren sistema aztertu, eta gure autoestimuan nola eragiten digun ikusi, eta norberaren inguruabarren azterketa egin, autogestiorako ahalmena gehitze aldera, eta burujabetzarako eta autoestimurako ahalmena sendotzeko ez ezik, geure intuizio, sormen, mugimendu eta barneko desioekin harremanetan jartzeko. Elkar ezagutzea, nork bere buruarekin tratu ona lantzea eta nork bere ahalduntze prozesuan jarraitzea; horiexek dira ikastaroaren xedeak.

Iraupena: urriaren 2tik abenduaren 18ra.

Saioak: 12

Eguna: astelehena

Orduetgia: 15:00-16:30

Tokia: Trintxerpeko Alkateordetza

Prestatzailea: Pepa Boj6

Hizkuntza: gaztelania

## I.1. AUTOESTIMA Y EMPODERAMIENTO

Analizaremos el sistema de g6nero y c6mo nos influye en nuestra autoestima, para pasar al an6lisis de las circunstancias personales, con el objetivo de aumentar la capacidad de autogesti6n, de independencia y autoestima, y de conectar con nuestra intuici6n, creatividad, movimientos y deseos internos. Es un curso para conocerse, trabajar el Buen Trato hacia una misma y seguir el proceso de empoderamiento personal.

Duraci6n:

del 2 de octubre al 18 de diciembre.

Sesiones: 12

Día: lunes

Horario: 15:00-16:30

Lugar: Tenencia de Alcaldía de Trintxerpe

Formadora: Pepa Boj6

Idioma: castellano



## I.2. DOLUAK ETA GALERAK

Gure bizitzako hainbat garaitan, eta askotan helduaroan, gutako askok berriak diren gertakariak bizi izaten ditugu. Bizitzarekin batera datozen gertaerak dira, baina askotan ez gara prest egoten egoerei aurre egiteko, barrubarrutik emozioak eta sentipenak nahasten direlako eta zenbaitzuetan gaina hartzen digutelako.

**Iraupena:**  
urtarrilak 12, 19 eta 26 (OSTIRALA);  
otsailak 5, 12, 19 eta 26 (ASTELEHENA);  
martxoak 5, 12 eta 19 (ASTELEHENA).  
**Saioak:** 10  
**Orduetgia:** 15:00-16:30  
**Tokia:** Trintxerpeko Alkateordetza  
**Prestatzailea:** Pepa Bojó  
**Hizkuntza:** gaztelania

## I.2. DUELOS Y PERDIDAS

Dentro de las etapas de la vida y hablando ya de la madurez, nos vamos a enfrentar con una serie de acontecimientos nuevos, tal vez para muchas personas. Son hechos que tienen que ver con la vida, pero que muchas veces no nos sentimos preparadas para ellos, y en ocasiones desencadenan toda una serie de procesos y emociones internas que nos pueden desbordar.

**Duración:**  
12, 19 y 26 de enero (VIERNES).  
5, 12, 19 y 26 de febrero (LUNES);  
y 5, 12 y 19 de marzo (LUNES).  
**Sesiones:** 10  
**Horario:** 15:00-16:30  
**Lugar:** Tenencia de Alcaldía de Trintxerpe  
**Formadora:** Pepa Bojó  
**Idioma:** castellano

## I.3. MINDFULNESS

Praktika honen bitartez, nork bere burua ezagutzeko tresnak eskuratzen dira, eta harreman hobek izaten dira. Lantegi honetan ariketa praktikoak egingo ditugu, hitzaren, meditazioaren, bistaratzearen eta gorputzaren mugimenduaren bidez. .

### I.3.1. Trintxerpe

Iraupena: urriaren 5etik ekainaren 7ra.

Saioak: 32

Eguna: osteguna

Ordutegia: 19:00-20:30

Tokia: Azkuene Elkarte

Prestatzailea: Vega Ayllón

Hizkuntza: gaztelania

### I.3.2. Antxo

Iraupena: urtarrilaren 11tik ekainaren 7ra.

Saioak: 21

Eguna: osteguna

Ordutegia: 10:00-11:30

Tokia: Lagun Artea Elkarte

Prestatzailea: Vega Ayllón

Hizkuntza: gaztelania

### I.3.3. San Pedro

Iraupena: urriak 7 eta 28; azaroak 4 eta 18; abenduak 2 eta 16; urtarrilak 13; otsailak 3 eta 17; eta martxoak 3 eta 17.

Saioak: 11

Eguna: larunbata

Ordutegia: 10:00-13:00

Tokia: San Pedroko Udal Aretoa

Prestatzailea: Clara Wolfram

Hizkuntza: euskaraz

Mediante esta práctica, se obtienen mecanismos para conocerse una mejor así misma, y relacionarse mejor. En este taller se realizarán ejercicios prácticos mediante el uso de la palabra, la meditación, la visualización y el movimiento del cuerpo.

### I.3.1. Trintxerpe

Duración: del 5 de octubre al 7 de junio.

Sesiones: 32

Día: jueves

Horario: 19:00-20:30

Lugar: Asociación Azkuene

Formadora: Vega Ayllón

Idioma: castellano

### I.3.2. Antxo

Duración: del 11 de enero al 7 de junio.

Sesiones: 21

Día: jueves

Horario: 10:00-11:30

Lugar: Asociación Lagun Artea

Formadora: Vega Ayllón

Idioma: castellano

### I.3.3. San Pedro

Duración: 7 y 28 de octubre; 4 y 18 de noviembre; 2 y 16 de diciembre; 13 de enero; 3 y 17 de febrero; y 3 y 17 de marzo.

Sesiones: 11

Día: sábado

Horario: 10:00-13:00

Lugar: Udal Aretoa de San Pedro

Formadora: Clara Wolfram

Idioma: euskera

## I.4. ELIKADURA ETA OSASUNA, ELKARTZEKO ETA IKASTEKO GUNEA

Oraindik ere etxeetako otorduetako prestaketa-lan gehienak (erosketak, sukaldeko lanak, garbitasuna...) emakumeok egiten ditugu. Elikadurari buruzko iragarki asko emakumeei zuzentzen zaizkie; hortaz, publizitate-industriak emakumeak zigortzen ditu bizitza honetako zaintza-lanez arduratzen jarrai dezaten? Eta emakumeok jateko nahi duguna prestatzen al dugu? Edo komēni zaiguna? Edota iragarkiek iradokitzen digutena?

Ikastaro honen helburu nagusia da egiazko informazioa, kontzientzia eta ezagutza barneratzea taldeko hausnarketaren, taldeko analisiaren eta ezagutza partekatua bidez. Ahaldunduzeko prozesu honi esker, erabakiak hartzeko eta gure biziei balioa emateko libreagoak izango gara.

Iraupena: urtarrilak 10, 17, 24 eta 31; otsailak 7, 14, 21 eta 28; martxoak 7, 14, 21 eta 28; eta apirilak 4 eta 11.

Saioak: 14

Eguna: asteazkena

Ordutegia: 18:00-20:00

Tokia: Antxo

Prestatzaileak: Tatiana Arzelus eta Nekane Tomasena

Hizkuntza: euskara eta gaztelania

## I.4. ALIMENTACION Y SALUD, ESPACIO PARA EL ENCUENTRO Y EL APRENDIZAJE

Las mujeres seguimos siendo las que soportamos la mayor carga del trabajo derivado de la preparación de los alimentos en los hogares: compra, cocina, limpieza... Muchos anuncios publicitarios de alimentación están dirigidos a las mujeres, ¿condena la industria publicitaria a las mujeres a ser las que sigan ocupándose de los cuidados de la vida? Sin embargo, ¿cocinamos las mujeres lo que nos apetece o nos conviene o lo que quieren que consumamos?

El objetivo principal de este curso es obtener información veraz, conciencia y conocimiento a través de la reflexión grupal, análisis colectivo y el conocimiento compartido. Este proceso de empoderamiento nos hará más libres a la hora de tomar decisiones y poner en valor nuestras vidas.

Duración: 10, 17, 24 y 31 de enero;  
7, 14, 21 y 28 de febrero; 7, 14, 21 y 28 de marzo;  
y 4 y 11 de abril.

Sesiones: 14

Día: miércoles

Horario: 18:00-20:00

Lugar: Antxo

Formadora: Tatiana Arzelus eta Nekane Tomasena

Idioma: euskera y castellano





## I.5. EMAKUMEEN OSASUN ZAINKETARAKO GAKOAK

### I.5.1. Trintxerpe

Iraupena: urriak 5 eta 19; eta azaroak 2, 16 eta 30.

Eguna: osteguna

Orduetgia: 16:00-18:00

Tokia: Trintxerpeko Alkateordetza

### I.5.2. San Pedro

Iraupena: urtarrilak 11 eta 25; otsailak 8 eta 22;  
eta martxoak 8 eta 22.

Eguna: osteguna

Orduetgia: 16:00-18:00

Tokia: Zaharren Biltokia

Prestatzailea: Marilde Osa

Hizkuntza: gaztelania

## I.5. CLAVES PARA EL CUIDADO DE LA SALUD DE LAS MUJERES

### I.5.1. Trintxerpe

Duración: 5 y 19 de octubre; y 2, 16 y 30 de noviembre.

Día: jueves

Horario: 16:00-18:00

Lugar: Tenencia de Alcaldía de Trintxerpe

### I.5.2. San Pedro

Duración: 11 y 25 de enero; 8 y 22 de febrero;  
8 y 22 de marzo.

Día: jueves


Horario: 16:00-18:00

Lugar: Club de las personas jubiladas y pensionistas.

Formadora: Marilde Osa

Idioma: castellano





**I.6. NOLA EGIN PASAIAKO JAIK BERTINZALEGOAK?**

GOGOETARAKO SAIOAK:

Urriak 4, Trintxerpe  
Urriak 11, Antxo  
Urriak 18, San Pedro  
Urriak 25, Donibane

Eguna: asteazkena  
Orduetgia: 18:00-20:30  
Hizkuntza: euskara eta gaztelania

Prestatzailea: Elhuyar Aholkularitza

**I.6. ¿COMO HACEMOS LAS FIESTAS DE PASAIA MÁS IGUALITARIAS?**

SESIONES DE REFLEXIÓN:

4 de octubre, Trintxerpe  
11 de octubre, Antxo  
18 de octubre, San Pedro  
25 de octubre, Donibane

Día: miércoles  
Horario: 18:00-20:30  
Idioma: euskera y castellano

Formadora: Elhuyar Aholkularitza

*Barroaldean  
jai = zaleak*





## T.1 BATUKADA FEMINISTA

Zein da helburua? Hainbat musika-tresna jotzen ikasteaz gain, gozatzea; eta emakumeen artean harremana izatea, talde-lanean eta elkarrekin ikastea, irudimena lantzea, sortzea, gidaritza hartzea, musikaz disfrutatu eta gozaraztea; emakume feministak ikusgai jartzea, eta haiei entzutea; eta aldarrikapenak plazaratzeko espazioak okupatu eta erabiltzea.

Iraupena: irailak 29; urriak 20; azaroak 10 eta 24; abenduak 15; urtarrilak 12 eta 26; otsailak 9 eta 23; martxoak 9 eta 23; apirilak 20; maiatzak 4 eta 18; ekainak 1 eta 5.

Saioak: 16

Eguna: ostirala

Ordutegia: 18:00-20:00

Tokia: Antxo edo Donibane (zehazteko).

Prestatzailea: Arantxa Vicedo eta Ainara Sarasketa

Hizkuntza: euskara eta gaztelania

Aparte de aprender a tocar diferentes instrumentos, el objetivo es disfrutar, relacionarnos entre las mujeres, aprender a trabajar en grupo y entre nosotras, trabajar la imaginación, crear, hacernos con el liderazgo, disfrutar y hacer gozar con la música, visibilizar y oír a las mujeres feministas, y ocupar y utilizar los espacios de difusión de las reivindicaciones.

Duración: 29 de septiembre; 20 de octubre; 10 y 24 de noviembre; 15 de diciembre; 12 y 26 de enero; 9 y 23 de febrero; 9 y 23 de marzo; 20 de abril; 4 y 18 de mayo; y 1 y 15 de junio.

Sesiones: 16

Día: viernes

Horario: 18:00-20:00

Lugar: en Antxo o Donibane (por concretar).

Formadora: Arantxa Vicedo y Ainara Sarasketa

Idioma: euskera y castellano

## T.2. BIDEOGINTZA TAILERRA

Bideogintza ikastaroak dagoeneko badu bere ibilbidetxoak Pasaian. Lau urtez bideoen sorkuntzarako beharrezkoak diren edukiak landu ditugu, eta urtero helburu desberdinak jarri eta betez, dagoeneko bideoen sorkuntzan arituagoa den emakume talde bat dugu. Talde iraunkor honetako parte-hartzaileentzat ez ezik, bideogintza prozesuan interesa duen emakume ororentzat da irekia ikastaro hau.

Taldean bideogintzaren prozesu osoa egitea izango da helburua; alegia, ideiarekin hasi eta gidoia sortu; eta jarraian, grabaketak egin; eta azkenik, material guztiarekin muntaia osatu.

Iraupena: otsailak 16, 20 eta 22;  
martxoak 13, 15, 20 eta 22; eta apirilak 10, 12 eta 17.

Saioak: 10

Ordutegia: 17:00-20:00

Tokia: Trintxerpeko Karmengo Ama ikastetxea

Prestatzailea: Itziar Bastarrika

Hizkuntza: euskara eta gaztelania

## T.2. GRABACIÓN Y EDICIÓN DE VIDEO

Los cursos de edición de vídeos están ya afianzados en Pasaia. Durante cuatro años hemos desarrollado contenidos necesarios para la creación de vídeos, y año tras año con la implantación y el cumplimiento de distintos objetivos, disponemos de un grupo de mujeres más capacitado en la edición. Además de las participantes de este grupo permanente, este curso estará abierto para todas aquellas mujeres que estén interesadas en la edición de vídeos.

El objetivo del grupo será culminar el proceso entero de edición, es decir, comenzar con una idea y crear el guión; y seguidamente, ealizar las grabaciones, para que por último, se proceda a montar todo el material.

Duración: 16, 20 y 22 de febrero; 13, 15 20 y 22 de marzo;  
10, 12 y 17 de abril.

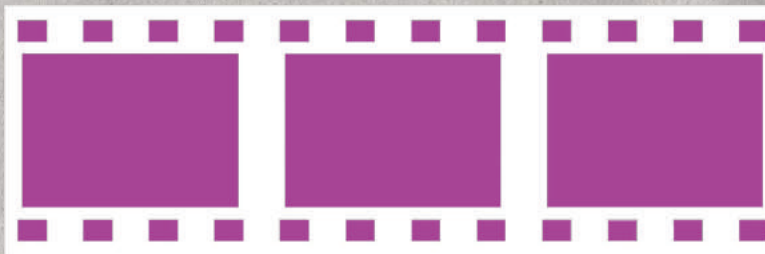
Sesiones: 10

Horario: 17:00-20:00

Lugar: Centro escolar Karmengo Ama de Trintxerpe.

Formadora: Itziar Bastarrika

Idioma: euskera y castellano



### T.3. EMAKUMEEN AHOTSAK UHINETAN

Telebista eta prentsa bezalako hedabideetan agertzen ez diren taldeen ahotsak eta iritziak jasotzeko hedabide proposada irratia.

Hori horrela, Pasaiaiko emakumeen ahotsak hedatzeko tresna egokia izan liteke irratia; hartara, emakumeen beharrak hauteman, eta haien ikuspuntua jaso ez ezik, proposamenak egin litezke haien bizimoduak hobek izan daitezten.

Irrati-tailerraren bidez, parte-hartzaileek euren iritziak sormen handiz emango dituzte, eta beste emakume batzuekin partekatzeaz gain, jendaurrean azalduko dituzte.

Iraupena: urriak 4, 11, 18 eta 25;  
azaroak 8, 15, 22 eta 29; abenduak 13;  
urtarrilak 8, 15, 22 eta 29.

Saioak: 13

Eguna: 2017an asteazkenetan eta 2018an astelehenetan.

Orduategia: 15:00-16:30

Tokia: Trintxerpeko Alkateordetza

Prestatzailea: Kontxi Lopez

Hizkuntza: gaztelania eta euskara

### T.3. VOCES DE MUJERES EN LAS ONDAS

Entendemos la radio como un medio de comunicación especialmente adecuado para promover la participación social de aquellos grupos cuyas voces y opiniones no son protagonistas en otros medios como la televisión o la prensa.

En este sentido, la radio puede ser una herramienta para la difusión de las mujeres de Pasaia y recoger así la perspectiva de las mujeres para localizar necesidades y hacer propuestas que supongan una mejora para sus vidas.

A través del taller de radio queremos posibilitar que cada participante elabore de forma creativa sus opiniones y las comparta con otras mujeres, así como con el público en general.

Duración: 4, 11, 18 y 25 de octubre;  
8, 15, 22 y 29 de noviembre; 13 de diciembre;  
y 8, 15, 22 y 29 de enero.

Sesiones: 13

Día: en 2017 los miércoles y en 2018 los lunes.

Horario: 15:00-16:30

Lugar: Tenencia de Alcaldía de Trintxerpe

Formadora: Kontxi Lopez

Idioma: euskera y castellano



#### T.4. AUTODEFENSA FEMINISTA

Defentsa pertsonaleko ikastaro bat izatetik haratago, alde psikikoa zein fisikoa landuko ditugu, prebentzioa oinarri duen ikastaro honetan. Eraso sexistei aurre egiteko, geure gorputzaren kontrola eskuratzeko, barruko indarrekin bat egiteko eta trebetasunak garatzeko gaitasunak landuko ditugu, seguru senti gaitezen.

#### T.4. AUTODEFENSA FEMINISTA

Más allá de un curso de defensa personal, trabajaremos tanto el lado psicológico como el físico, a través de este curso basado en la prevención. Trabajaremos la capacidad de combatir las agresiones sexistas, la toma de contacto con nuestro cuerpo, la conexión con la fuerza interior y el desarrollo de habilidades que nos ayude a sentirnos seguras.



NEIN  
NÃO  
EZ

NO

## G.1. JATORRI ASKOTARIKO EMAKUMEEN TALDEA

- Emakumea bazara,
- Hona bizitzera etorri bazara, eta hemen gelditzea erabaki baduzu,
- Zure bizipenak partekatu nahi badituzu,
- Zuk bizi izandako migrazio-prozesuaren antzekoa pasa duten emakumeak ezagutu nahi badituzu,
- Informazio praktikoa partekatu edota jaso nahi baduzu,

JO EZAZU PASAIAKO UDALAREN MIGRAZIO ETA ANIZTASUNAREN ARLORA, eta deitu telefono honetara: 943004320

Badugu zuretzako talde bat.

Iraupena: urte osoan irekia

Saioak: astean behin

Ordutegia: zehazteko

Tokia: Antxo edo Trintxerpe

Prestatzailea: Ana Murcia

Hizkuntza: gaztelania

Antolatzailea: Migrazio eta Aniztasun Arloa; eta Berdintasun Arloa.

## G.1. GRUPO DE MUJERES DE DISTINTOS ORÍGENES

- Si eres mujer,
- Si has venido a vivir aquí y has decidido quedarte,
- Si quieres compartir tus vivencias,
- Si quieres conocer a mujeres que como tú han pasado un proceso migratorio,
- Si quieres compartir o recibir información práctica,

¡DIRÍGETE AL ÁREA DE MIGRACIÓN Y DIVERSIDAD!, y llama a este teléfono: 943004320

Tenemos un grupo para tí.

Duración: abierto todo el año

Sesión: un día a la semana

Horario: por concretar

Lugar: Antxo o Trintxerpe

Formadora: Ana Murcia

Idioma: castellano

Organiza: Área de Migración y Diversidad; y Área de Igualdad.



## G.2. AUTOLAGUNTZA TALDEA

INDARKERIARIK GABEKO  
BIZITZAREN ALDEKO EMAKUMEAK  
Indarkeriarik gabeko bizitza bizitze-  
ko asmoa dugun askotariko emaku-  
meek osatutako taldea.  
Taldearen laguntzaz, nork bere  
erabakiak hartzen ditu, norberaren  
errealitate, baliabide eta indarren  
arabera.

Iraupena: urriak 4, 11, 18 eta 25;  
azaroak 8, 15, 22 eta 29;  
abenduak 13 eta 20.  
Eguna: asteazkena  
(jaiegunetan izan ezik).  
Orduategia: 17:30-19:30  
Tokia: **Errenteriako Merkatuzar**  
Prestatzailea: Sorburu  
Hizkuntza: euskara eta gaztelania  
Antolatzailea: Oarsoaldeko udalak

Urte guztian zabalik.  
Gonbidatuta zaude!  
Hurtzaindegi zerbitzua  
(3 egun aurretik eskatu)

[https://youtu.be/\\_q5v98cJvWo](https://youtu.be/_q5v98cJvWo)

## G.2. GRUPO DE AUTOAYUDA

MUJERES POR UNA VIDA  
LIBRE DE VIOLENCIA  
Un grupo de mujeres diversas que nos  
une la intención de vivir, una vida libre  
de violencias.  
Con el apoyo del grupo, cada una toma  
las decisiones. Según su realidad perso-  
nal, recursos y fortalezas.

Duración: 4, 11, 18 y 25 de octubre;  
8, 15, 22 y 29 de noviembre;  
13 y 20 de diciembre.  
Día: miércoles (excepto festivos).  
Horario: 17:30-19:30  
Lugar: **Merkatuzar de Rentería**  
Formadora: Sorburu  
Idioma: euskera y castellano  
Organiza: ayuntamientos de Oarsoaldea

Abierto todo el año.  
¡Estás invitada!  
Servicio de guardería  
(Avisar 3 días antes)

[https://youtu.be/\\_q5v98cJvWo](https://youtu.be/_q5v98cJvWo)





## S.1. JATORRI ASKOTARIKO EMAKUMEAK ELKAR EZAGUTZEKO GUNEA

- Emakumea bazara.
- Emakume pasaitarrak ezagutu nahi badituzu,
- Emakume pasaitar horien jaioterriak ezagutu nahi badituzu,
- Jaioterri horien gastronomia dastatu nahi baduzu,

JO PASAIAKO UDALAREN MIGRAZIO ETA ANIZTASUNAREN ARLORA, eta deitu telefono honetara: 943004320. Esango dizugu non eta noiz izango den hurrengo elkar ezagutzeko gunea. ANIMATU ETA GUREKIN ETORRI!

Hasiera: azaroak 23

Iraupena: urte osoa

Eguna: hileko azken osteguna.

Orduetgia: 17:30-20:00

Tokia: Trintxerpeko Alkateordetza.

Hizkuntza: euskara eta gaztelania

Prestatzailea: Beatriz Zalakain

Antolatzailea: Migrazio eta Aniztasun Arloa; eta Berdintasun Arloa

## S.1. ESPACIO DE ENCUENTRO PARA MUJERES DE DISTINTOS ORÍGENES

- Si eres mujer,
- Si quieres conocer a mujeres pasaitarras,
- Si quieres conocer dónde han nacido esas mujeres pasaitarras,
- Si quieres probar la gastronomía de esos lugares,

DIRÍGETE AL ÁREA DE MIGRACIÓN Y DIVERSIDAD, y llama a este teléfono: 943004320 Te diremos dónde y cuándo será el próximo encuentro.

¡ANÍMATE, Y VEN CON NOSOTRAS!

Comienzo: 23 de noviembre

Duración: todo el año

Día: último jueves del mes.

Horario: 17:30-20:00

Lugar: Tenencia de Alcaldía de Trintxerpe

Idioma: euskera y castellano

Formadora: Beatriz Zalakain

Organiza: Área de Migración y Diversidad; y Área de Igualdad.



## **Z.1. Sexualitate eta genero informazioa eta aholkularitza zerbitzua**

Zerbitzu honen bidez, adin, arraza, sexu eta genero guztietako pertsonak artatu nahi dira, nahiz eta helburu nagusia Pasaia haur eta nerabeen sexu alorreko osasuna hobetzea den.

Prebentzioa eta indarkeria matxistari aurre egitea da xedea. Talde espezifikoekin egingo dira lanketak, sexualitate eta generoaren arloei dagokienez, aholkularitza eta orientazioa eman diezaguten.

Zerbitzua hiru eratarikudeatuko da: aurrez aurre; posta elektronikoz eta sare sozialen bidez.

Banakakoak eta taldeak hartuko dira. Hasiera batean euskaraz, eta beharra dagoenetan, gaztelaniaz. Bost maila bereiziko dira: informazioa, aholkularitza, detekzioa, bideratzea, laguntza eta kudeaketa.

Iraupena:

2017ko urriaren 4tik 2018ko ekainaren 13ra.

Ordutegia: 17:30-19:30

Telefonoa: 943004320

sexuaholkularitza@pasaia.net  
biluzikzerbitzua@hotmail.com  
Instagram: Lahianahia  
<https://youtu.be/kGk49BhHsdC>

## **Z.1. Servicio de asesoría e información de sexualidad y género**

Este servicio pretende atender a todas las personas de cualquier edad, raza, sexo o género; si bien, el objetivo principal, es mejorar la salud sexual de los/as niños/as y adolescentes pasaitarras.

Esta iniciativa pretende hacer hincapié en la prevención y atención de la violencia machista. Se trabajará con colectivos específicos para que nos asesoren y orienten en materia de sexualidad y género.

La gestión del servicio se realizará por tres vías: presencial, correo electrónico y redes sociales.

La recepción se realizará a personas y colectivos. En un principio se hará en euskera, y si es necesario en castellano, y tendrá cinco niveles: información, asesoramiento, detección, derivación, ayuda y gestión.

Duración:

del 4 de octubre de 2017 al 13 de junio de 2018.

Horario: 17:30-19:30

Teléfono: 943004320

sexuaholkularitza@pasaia.net  
biluzikzerbitzua@hotmail.com  
Instagram: Lahianahia  
<https://youtu.be/kGk49BhHsdC>



#### ANTXO

Iraupena: irailak 20; urriak 4 eta 18; azaroak 8 eta 22; abenduak 6; urtarrilak 10 eta 24; otsailak 7 eta 21; martxoak 7 eta 21; apirilak 18; maiatzak 9 eta 23, ekainak 6 eta 20.  
Eguna: asteazkena (hamabost egunez behin)  
Tokia: Antxoko Gaztelekuan edo Gizarte Zerbitzuetan.

#### TRINTXERPE

Iraupena: irailak 27; urriak 11 eta 25; azaroak 15 eta 29; abenduak 13; urtarrilak 17 eta 31; otsailak 14 eta 28; martxoak 14; apirilak 11 eta 25; maiatzak 16 eta 30; eta ekainak 13.  
Eguna: asteazkena  
Tokia: Trintxerpeko Gaztelekua.

#### DONIBANE

Iraupena: irailak 19; urriak 3, 17 eta 31; azaroak 14 eta 28; abenduak 12; urtarrilak 16 eta 30; otsailak 13 eta 27; martxoak 13; apirilak 10 eta 24; maiatzak 8 eta 22; eta ekainak 5 eta 19.  
Eguna: asteartea (hamabost egunez behin)  
Tokia:  
Donibaneko Gaztelekuan edo Kultur eraikin berrian

Aholkularitza: Lahia Nahia Sexologia Elkarte  
Hizkuntza: euskara eta gaztelania  
Antolatzailea:  
Gazteria Saila, Gizarte Ekintza Saila eta Berdintasun Arloa.

#### ANTXO

Duración: 20 de septiembre; 4 y 18 de octubre; 8 y 22 de noviembre; 6 de diciembre; 10 y 24 de enero; 7 y 21 de febrero; 7 y 21 de marzo; 18 de abril; 9 y 23 de mayo; 6 y 20 de junio.  
Día: miércoles (quincenal)  
Lugar: Gazteleku de Antxo o en servicios Sociales.

#### TRINTXERPE

Duración: 27 de septiembre; 11 y 25 de octubre; 15 y 29 de noviembre; 13 de diciembre; 17 y 31 de enero; 14 y 28 de febrero; 14 de marzo; 11 y 25 de abril; 16 y 30 de mayo; 13 de junio.  
Día: miércoles  
Lugar: Gazteleku de Trintxerpe

#### DONIBANE:

Duración: 19 de septiembre; 3, 17 y 31 de octubre; 14 y 28 de noviembre; 12 de diciembre; 16 y 30 de enero; 13 y 27 de febrero; 13 de marzo; 10 y 24 de abril; 8 y 22 de mayo; 5 y 19 de junio.  
Día: martes (quincenal)  
Lugar:  
en el Gazteleku de Donibane o en el nuevo edificio Cultural

Asesora: Asociación de Sexología Lahia Nahia  
Idioma: euskera y castellano  
Organiza: Departamento de Juventud, Departamento de Servicios Sociales y Área de Igualdad.

**PASAIKO  
EMAKUMEEN  
ELKARTEEN  
ETA TALDEEN  
IKASTARO  
ESKAINZA  
OFERTA DE  
CURSOS DE LAS  
ASOCIACIONES  
Y GRUPOS DE  
MUJERES DE  
PASAIA**

**BEKOZ BEKO ELKARTEA**

Bekoz Beko Antxoko elkarte da. Emakumearen berdintasunaren alde eta indarkeria sexistaren aurka ari da lanean 2006tik aurrera.

Eskaeraren arabera, aurreikusten diren ikastaroak:

\*Neure burua maitatzen ikasteko. Urriak 7. Beatriz Oronoz.

\*Gorputzak mugimenduak. Oihana Andueza.

\*Estereotipoak ardatzen. Maria Angeles Alvarez.

\*Astearte eta ostegunetan 15:15etik 16:15era eta 16:15etik 17:45era Antxon. Eta astelehen eta asteazkenean 18:30etik 19:30era Trintxerpen.

\*Beste batzuk: joskintza, trapillo ikastaroa, xaboi tailerra eta mintzame-na ingelesez.

INFORMAZIOA ETA IZEN-EMATEA  
Izaskun Barbier  
bekozbeko@bekozbeko.com  
679332411

**ASOCIACIÓN BEKOZ BEKO**

Bekoz Beko es una asociación de Antxo que lleva trabajando desde 2006 en favor de la igualdad de la mujer y en contra de la violencia sexista.

Previsión de cursos a realizar, según demanda:

\*Aprendiendo a quererme con Beatriz Oronoz el 7 de Octubre.

\*Laboratorio de cuerpos en movimiento con Ohiana Andueza.

\*Focalizando estereotipos con M<sup>o</sup> angeles Alvarez.

\*Pilates: martes y jueves de 15:15 a 16:15 y 16:15 a 17:15h en Antxo. Y en Trintxerpe lunes y miércoles de 18:30 a 19:30h

\*Otros: costura, trapillo, jaboneando y conversando en inglés.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN  
Izaskun Barbier  
bekozbeko@bekozbeko.com  
679332411



## AZKUENE ELKARTEA

Trintxerpeko elkarte da Azkuene, eta bertako emakumeentzako ikastaroak eskaintzen ditu, aisialdi eta kultura arloetakoak.

### MINDFULNESS

Iraupena: urriaren 5etik ekainaren 7ra.

Saioak: 32

Eguna: osteguna

Ordutegia: 19:00-20:30

Tokia: Azkuene Elkarte

Prestatzailea: Vega Ayllón

Hizkuntza: gaztelania

Eta gainera:

- Eskulanak.
- Joskintza tailerra.
- Olio margolanak.

### INFORMAZIOA ETA IZEN-EMATEA

Marivi eta Carmen

943394351/943398132

Izena emateko epea:

Urriaren 2tik aurrera

Ordutegia: 17:00-19:00

Tokia: Trintxerpe

## ASOCIACIÓN AZKUENE

Azkuene es una asociación de Trintxerpe que oferta cursos de ocio y cultura para las mujeres del distrito.

### MINDFULNESS

Duración: del 5 de octubre al 7 de junio

Sesiones: 32

Día: jueves

Horario: 19:00-20:30

Lugar: Asociación Azkuene

Formadora: Vega Ayllón

Idioma: castellano

Y además:

- Manualidades.
- Costura.
- Pintura

### INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

Marivi y Carmen

943394351/943398132

Plazo de inscripción:

A partir del 2 de octubre.

Horario: 17:00-19:00

Lugar: Trintxerpe

## ASOCIACIÓN LAGUN ARTEA ELKARTEA

Lagun Artea Pasai Antxoko taldea da, eta bertako emakumeen parte-hartzea bultzatzeko ikastaroak antolatzen ditu.

### MINDFULNESS

Iraupena: urtarrilaren 11tik ekainaren 7ra  
Saioak: 21  
Eguna: osteguna  
Ordutegia: 10:00-11:30  
Tokia: Lagun Artea Elkartea  
Prestatzailea: Vega Ayllón  
Hizkuntza: gaztelania

### ETXEKO EKONOMIA

Iraupena: urtarrilaren 9tik otsailaren 27ra  
Eguna: astearte  
Ordua: 10:00-12:00

### GIMNASIA

Iraupena: urritik ekainera

Bi aukera:  
Eguna: astearte eta osteguna  
Ordutegia: 18:30-19:30

Eguna: astelehena, asteazkena eta ostirala.  
Ordutegia: 10:00-11:00

### JOSKINTZA TAILERRA

Iraupena: urritik ekainera  
Hasiera: urriak 5  
Eguna: osteguna  
Ordua: 16:00-19:00

### LAGARTERA BORDATUAREN TAILERRA

Iraupena: urritik ekainera  
Hasiera: urriak 6  
Eguna: ostirala  
Ordua: 16:00-19:00

### INFORMAZIOA ETA IZEN-EMATEA

Rosa María Vilá 660428357  
eta Belly Serradilla 645713985  
Izena emateko epea:  
Irailaren 26an, 10:00etatik 11:00etara.

Lagun Artea es una asociación de Pasai Antxo que ofrece cursos de ocio y cultura para fomentar la participación de las mujeres de Antxo.

### MINDFULNESS

Duración: del 11 de enero al 7 de junio.  
Sesiones: 21  
Día: jueves  
Horario: 10:00-11:30  
Lugar: Asociación Lagun Artea  
Formadora: Vega Ayllón  
Idioma: castellano

### GIMNASIA

Duración: de octubre a junio

Dos opciones:

Día: martes y jueves

Hora: 18:30-19:30

Día: lunes, miércoles y viernes

Hora: 10:00-11:00

### TALLER DE COSTURA

Duración: de octubre a junio  
Inicio del curso: 5 de octubre  
Día: jueves  
Hora: 16:00-19:00

### TALLER DE LAGARTERA

Duración: de octubre a junio  
Inicio del curso: 6 de octubre  
Día: viernes  
Hora: 16:00-19:00

### INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

Rosa María Vilá 660428357 y  
Belly Serradilla 645713985

Plazo de inscripción:  
26 de septiembre, de 10:00 a 11:00.

## ASOCIACIÓN KEXALDI ELKARTEA

OLIO MARGOLANAK  
ESKULANAK  
JOSTE-LANAK: puntuak

INFORMAZIOA ETA IZEN-EMATEA  
Pilar Otaño 943643167 eta Mertxe  
943516301

Izena emateko epea:  
Urriaren 2tik aurrera  
Ordutegia: 17:00-19:30  
Tokia: egoitza soziala  
Axular plaza. Antxo

OLEO  
MANUALIDADES  
LABORES: punto

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN  
Pilar Otaño 943643167 y Mertxe  
943516301

Plazo de inscripción:  
A partir del 2 de octubre.  
Horario: 17:00-19:30  
Lugar: sede social  
Axular plaza. Antxo

## ASOCIACIÓN CONCEPCIÓN ETXEBERRIA ELKARTEA

San Pedroko emakume elkarteak.  
Kirol-jarduerak eskaintzen dituzte.

PILATESA  
GAPA  
ZUNBA

INFORMAZIOA ETA IZEN EMATEA  
Mariaje 688624807

Izena emateko epea:  
Irailetik aurrera  
Tokia: San Pedroko udal gimnasioa

Asociación de mujeres de San Pedro.  
Organizan actividades deportivas.

PILATES  
GAP  
ZUMBA

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:  
Mariaje 688624807

Plazo de inscripción:  
A partir de septiembre  
Lugar: gimnasio municipal de San Pedro

## HARREMANTXO KOLEKTIBO FEMINISTA

Antxoko emakume gazteen talde feminista.  
Informazioa eta izen-ematea:  
harremantxo@gmail.com

## COLECTIVO FEMINISTA HARREMANTXO

Grupo feminista de chicas jóvenes de Antxo.  
Información e inscripción:  
harremantxo@gmail.com





PASAIKO UDALA

Pasaiko Udalaren berdintasun arloa, migrazio eta aniztasun arloa eta gazteria departamentua



Gipuzkoako Foru Aldundia

Diputatu Nagusia  
Berdintasun Zuzendaritza Nagusia  
Dirección General de Igualdad



EUSKO JAURLARITZA  
GOBIERNO VASCO

ERPLEGU ETA GIZARTE  
POLITIKAREN SAHIA  
Forma Politikoak eta Iniziatibak  
El Gobierno Vasco  
DEPARTAMENTO DE EMPLEO  
Y POLÍTICAS SOCIALES  
Dirección de Política Familiar  
y Desarrollo Comunitario