

CASA DE LAS MUJERES DONOSTIA

Calle Okendo 9

2026

PROGRAMA

DE SEPTIEMBRE A DICIEMBRE



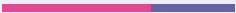
PRESENTACIÓN



La Casa de las Mujeres es un espacio para el encuentro, la formación, el pensamiento, la acción... de muchas y diversas mujeres. Ofrecemos servicios, talleres, grupos y actividades desde el año 2010, con el fin de mejorar las vidas de las mujeres y lograr una sociedad basada en el feminismo y la igualdad.

El movimiento asociativo de mujeres se ha organizado en torno a la Asociación Casa de las Mujeres, para dinamizar y gestionar las actividades de la Casa. Con el tiempo, las socias más activas han ido creando grupos de trabajo en función de sus intereses. Cada grupo de trabajo tiene sus propios objetivos y todos ellos están abiertos a la participación de las socias.

CASA DE LAS MUJERES



Calle Okendo 9, 20004 Donostia



943 48 34 70



De lunes a viernes
10:00 - 21:00



info@donostiakoemakumeenetxea.com
berdintasuna@donostia.eus



www.donostiakoemakumeenetxea.com



NOTAS DE INTERÉS:

- Plazo de inscripción: del **10 al 24 de septiembre**.
Se alargará el plazo de inscripción de los cursos que no alcancen el mínimo de inscripciones, hasta el día del inicio del curso.
- La inscripción se realizará online a través de las siguientes webs:
www.donostiakoemakumeenetxea.com
www.labur.eus/donostia-berdintasuna
Anímate y acércate a la Casa, no te quedes sin apuntarte.
- Todos los talleres, servicios y actividades que se ofrecen son gratuitos previa inscripción o cita.
- Cada persona podrá apuntarse a un máximo de tres talleres por curso.
- Las personas que, sin previo aviso, no acudan a las citas en los servicios en los que se hayan inscrito, no podrán solicitar nuevas citas en un año.
- Las personas que deseen abandonar un curso una vez iniciado, deberán avisar a las coordinadoras de la casa. En caso de 3 ausencias sin justificar, se perderá el derecho a participar en nuevos cursos durante un año.



¿CONOCES LOS ESPACIOS DE LA CASA? ¿SABES COMO PARTICIPAR ?

- Haciéndote socia de la Asociación (recibirás por e-mail toda la información de la Casa).
- Uniéndote a un Grupo de Trabajo de la Asociación.
Escríbenos a info@donostiakoemakumeenetxea.com
- Apuntándote a los Cursos y Talleres de la Casa.
- Participando en la Asamblea.

ANÍMATE Y ÚNETE A LA TRANSFORMACIÓN FEMINISTA!!!



¿QUÉ ENCONTRARÁS EN ESTE PROGRAMA?

→ **ESCUELA FEMINISTA**

- **TALLERES DE FORMACIÓN FEMINISTA**

Talleres de corta duración para trabajar temas específicos.

- **ESPACIOS DE REBELDÍAS**

Espacios que funcionan desde Septiembre hasta verano.
Inscripciones en Septiembre.

→ **ESPACIOS DE ENCUENTRO**

Grupos que se reúnen a lo largo de todo el curso escolar.
Abiertos todo el año. Para unirse, ponte en contacto con la Casa de las Mujeres.

→ **SERVICIOS DE ASESORAMIENTO**

Con cita previa. Para pedir una cita, ponte en contacto con la Casa de las Mujeres.

BLOQUES FORMATIVOS

Espacios intensivos para trabajar temas concretos, generar discurso y acuerparnos, con el objetivo de empoderarnos las unas a las otras a través de la formación.



TWERKING FEMINISTA: CUERPO, EMPODERA- MIENTO Y DANZAS PÉLVICAS

7 sesiones

Formadora:	Katthia Rain
Día:	jueves
Hora:	18:30 - 20:30
Inicio:	8 de octubre
Finaliza:	19 de noviembre
Idioma:	bilingüe

Taller de movimiento y expresión corporal a través del twerk y las danzas pélvicas, como herramientas de empoderamiento, autonomía y reconexión con el propio cuerpo. Un espacio seguro de exploración libre, disfrute y fortalecimiento de la confianza, orientado al bienestar y al empoderamiento colectivo.



Organiza: Asociación Casa de las Mujeres

MUGIMENDU FEMINISTA ETA SEXU GENERO DISIDENTEON BORROKAK EUSKAL HERRIAN: BIDEAK, EZTABAIDAK, ERALDAKETAK

6 saio

Prestatzailea:	Uma Ulazia
Eguna:	astelehena
Ordua:	18:30 - 20:30
Hasiera:	urriak 19
Amaiera:	azaroak 23
Hizkuntza:	euskara



Euskal Herriko Mugimendu Feminista eta sexu genero disidenteon borrokaz arituko gara, luze-zabalean. Mugimenduen genealogiaz; abortua, indarkeria matxista edo zaintza gisako eztabaida zahar-berriei; subjektuaren inguruko gogoetaz eta transfeminismoaz... jardungo gara. Gaurkotasuneko auzi feministen inguruan hausnartu eta so-lasteko aukera eskaini nahi du tailer honek.

Antolatzailea: Emakumeen Etxea Elkarte

LAS INTERNET DE TODAS

5 sesiones

Formadora:	Anaís Córdova-Páez
Día:	martes
Hora:	18:30 - 20:30
Inicio:	13 de octubre
Finaliza:	10 de noviembre
Idioma:	castellano

Haremos un recorrido colectivo por la internet y tecnología desde una perspectiva feminista interseccional: desde sus genealogías feministas y su funcionamiento, hasta poner en práctica herramientas concretas para habitar la red con autonomía, protección y con criterio ético. El taller combina teoría, práctica y participación activa, poniendo el conocimiento colectivo y la experiencia de las participantes en el centro del aprendizaje. Un espacio para aprender juntas, hacerse preguntas y construir otras formas de estar en internet.



EMAKUMEON KOMUNIKAZIOA JENDAURREAN: ASKE KOMUNIKATZEKO TRESNAK

6 saio

Prestatzailea:	Iruten Estudioa Koop. Elk. Txikia
Eguna:	asteartea
Ordua:	18:00 - 20:00
Hasiera:	urriak 6
Amaiera:	azaroak 10
Hizkuntza:	euskara



Emakumeok jendaurrean lasaitasunez eta eraginkortasunez komunikatzeko tresnak partekatuko dira: aurre prestaketa, mapa mentalak, gorputz espresioa, hizkuntza, mezua nola helarazi eta nola transmititu. Bileretan, prentsaurrekoetan, mahai baten inguruan, aurkezpen batean... testuinguru ezberdinak aztertuko dira. Elkarriketa landuko da eta teoriiaz jorratzeaz gain, oso praktikoa izango da. Teknika eta ariketa ezberdinak ikasiko ditugu konfiantza eremu batean, gero jendaurrean lasai hitz egin ahal izateko. Proiektu pertsonala eta taldeakakoa burutuko dugu 6 saioetan zehar.

LABORATORIO FEMINISTA DE ELECTRICIDAD: PERDER EL MIEDO Y GANAR AUTONOMÍA

4 sesiones

Formadora: Arrate López
Isabel Álvarez

Día: jueves

Hora: 18:00 - 20:30

Inicio: 26 de noviembre

Finaliza: 17 de diciembre

Idioma: castellano



Este proyecto nace desde la convicción de que el conocimiento técnico debe ser accesible. La electricidad no debería generar miedo, sino autonomía. Enseñar a usar herramientas, entender circuitos o reparar una instalación no es solo una habilidad práctica: es una forma de transformar la relación con el entorno, con el propio cuerpo y con la idea de capacidad. Generar estos espacios implica apostar por una sociedad más justa, donde el conocimiento no este condicionado por el género.

Organiza: Asociación Casa de las Mujeres

AUTODEFENSA FEMINISTA

Euskaraz Azaroak 3 eta 10

2 saio

Formatzailea: Lahia 3.0

Eguna: asteartea

Ordua: 16:00 - 20:00

Zenbat aldiz itzuli zara etxera eman zentzakeen erantzun posibleak pentsatuz? Zenbat aldiz galdetu diozu zure buruari zergatik egin diozun irribarre komentario horri? Zenbat aldiz sentitu duzu beldurra? Egunerokotasunean emakume izateagatik besterik ez, egoera ezberdinen aurrean gure burua defendatzeko beharrean aurkitzen gara. Egoera horiei erantzuteko izan ditzakegun aukera posibleak denon artean eraikitzeke ikastaroa dugu hemen.

En castellano Noviembre 5 y 19

2 sesiones

Formadora: Maitena Monroy

Día: jueves

Hora: 17:00 - 20:00

Aprender a responder ante la violencia machista es un aprendizaje dificultoso para muchas mujeres. Es una técnica de Autoestima y Autodefensa física y psicológica, englobada en el camino del empoderamiento FEMINISTA.

Organiza: Departamento de Igualdad

ESPACIOS DE REBELDÍAS

Abrimos estos espacios en septiembre y, si quedan plazas libres, también en enero. En ellos se realiza un trabajo feminista durante todo el curso y se crea un grupo con proyección fuera de la Casa.



CLOWN

Formadora:	Itziar Saenz de Ojer
Día:	lunes
Hora:	18:30 - 20:00
Inicio:	5 de octubre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	bilingüe

Un espacio de apoyo mutuo y reflexión feminista colectiva, lleno de goce, risas, expresión artística y política, juego e improvisación. ¡Anímate! Cuestiona las normas y los estereotipos a través de la técnica Clown y desafía al patriarcado desde la risa.



LABORATORIO DE TEATRO FEMINISTA

Formadora:	Aitziber Eguskiza
Día:	miércoles
Hora:	18:30 - 20:00
Inicio:	7 de octubre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	bilingüe



Este curso es un espacio para trabajar el empoderamiento individual y colectivo a través de diversas técnicas teatrales. Poniendo el cuerpo en el centro, cada una tendrá la oportunidad de cultivar y expresar sus sentidos, profundizando en el camino de la autodefensa y el empoderamiento feminista desde el teatro como herramienta de transformación.

BATUKADA FEMINISTA

Plazas limitadas

Formadoras:	Ainara Sarasketa Arantxa Albizu
Día:	miércoles
Hora:	18:00 - 20:00
Inicio:	14 de octubre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	bilingüe



En este espacio encontrarás mucho más que percusión y ritmos. Aquí convergen el trabajo en equipo, la creación musical y la reivindicación política feminista. Si quieres aprender a tocar un instrumento de la batukada y crear red, ¡apúntate!

Organiza: Asociación Casa de las Mujeres

CORO

Formadora:	Bettina Aragón
Día:	viernes
Hora:	19:30 - 21:00
Inicio:	2 de octubre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	castellano

¿Estás preparada para transformar el mundo cantando juntas? Si es así, el coro Ederlezi te recibirá con los brazos abiertos. Además de interpretar obras escritas y adaptadas por mujeres, el ambiente feminista está asegurado.



Organiza: Asociación Casa de las Mujeres

XILOGRAFIA FEMINISTA

Prestatzailea: Oihana Ugarte
Eguna: astelehena
Ordua: 18:00 - 20:00
Hasiera: urriak 5
Iraupena: ikasturte osoa
Hizkuntza: euskara

Ikastaro honetan xilografia-teknikaren hastapenak ezagutuko ditugu. Ariketa praktikoen bidez, oinarrizko kontzeptuak landuko ditugu: lanabesen eta gubien erabilera, xaflaren lanketa, estanzazioa; zein positibo, negatibo, trama eta testurak. Teknika hori baliatuz, gure sormen-sena garatuko dugu, modu indibidual zein kolektiboan.



Antolatzailea: Emakumeen Etxea Elkartea

AJEDREZ

Formadoras: Elisabeth Agirre
Leire Cruz
Día: martes (Xake 1)
lunes (Xake 2)
Hora: 19:30 - 20:30 (Xake 1)
18:00 - 19:00 (Xake 2)
Inicio: 6 de octubre (Xake 1)
9 de noviembre (Xake 2)
Duración: todo el curso escolar
Idioma: bilingüe

Si te gusta el ajedrez y quieres practicarlo junto a otras mujeres en un espacio feminista... ¡inscríbete! Aprende desde cero, repasa conceptos básicos o mejora tus habilidades. ¡Anímate y, entre todas, visibilizaremos la participación de las mujeres en este deporte!



Organiza: Asociación Casa de las Mujeres

GRUPOS DE LITERATURA



PROMESAREN DENBORAK EUSKAL LITERATURAN

Prestatzailea:	Iratxe Retolaza
Eguna:	osteguna hilabetean behin
Ordua:	19:00 - 21:00
Hasiera:	urriak 22
Iraupena:	ikasturte osoa
Hizkuntza:	euskara

Antolatzailea: Berdintasun Saila

Azken aldi askotariko promesak gogoetagai dituzten literatur lanak argitaratu dira, bestelako harremanak, espazioak, imaginarioak, memoriak... eraikitzeko promesak ardatz dituztenak, edo promesari bide ematekoa aukerez eta zailtasunez mintzo direnak. Marina Garcés filosofoak ere promesaren denbora delakoaz gogoetatu zuen euskarara 2025ean argitaraturiko testu batean. Marina Garcés filosofoaren gogoetak abiapuntutzat hartuta, eta irakurle-talde honetan promesa-motaren bat ardatz dituzten literatur lanak izango ditugu hizpide, betiere genero-ikuspegiak promesa horiek nola zeharkatzen dituzten aztertzeke asmoz. Galdera hauetariko zenbait erantzuten ahaleginduko gara irakurketa-talde honetan: zein promesa-motari buruz hitz egin da euskal literatura garaikidean? Promesa-mota horietaz nolako proposamen feministak egin dira? Irakurleok nola eraikitzen ditugu geure promesen eta pertsonaien promesen arteko harremanak?

IRAKURLE ESKOLA FEMINISTA

Prestatzailea:	Iratxe Retolaza
Eguna:	osteguna hilabetean behin
Ordua:	19:00 - 21:00
Hasiera:	urriak 15
Iraupena:	ikasturte osoa
Hizkuntza:	euskara

Antolatzailea: Emakumeen Etxea Elkartea

Artikulu, liburu eta hainbat idatzietatik abiatuta, ikastaro honek feminismoa izango du ardatz. Irakurzaletasuna baliatuz, kolektiboan pentsatzeko zein hausnartzeko tarte eskainiko da, pentsamendu feministaren oinarrian dauden gogoeta, galdera eta eztabaidagaiak ulertzeko. Jakintza norbanakotik haratago eraikitzen dela aintzat hartuta, euskal kultura genero-ikuspegitik aztertzeke gunea ere izango da.

OTRAS VOCES

Formadora:	Mertxe Tranche
Día:	martes una vez al mes
Hora:	19:00 -21:00
Inicio:	20 de octubre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	castellano

Somos, cada una de nosotras, una mirada sobre la realidad. Hay muchas maneras diferentes de mirar, como hay distintas formas de contar lo que se ve. Algunas tan alejadas de nosotras que parece ser otro mundo el que miran, y probablemente lo sea. Durante este curso conoceremos mujeres de otros continentes, de otros colores, con otras preocupaciones, con otras miradas y voces capaces de iluminar lo que vemos hasta volverlo nuevo otra vez.

MINBIZIA LITERATURAN

Prestatzailea:	Lorea Arrieta
Eguna:	osteguna, hilabetean behin
Ordua:	18:30 - 20:00
Hasiera:	urriak 8
Iraupena:	ikasturte osoa
Hizkuntza:	euskara

Irakurle-talde honetan, minbizi-esperientziak ardatz dituzten literatura-lanak izango ditugu hizpide, izan narrazioak izan saiakerak. Hausnarketa kolektiboa bultzatuz, ezbaian jarriko ditugu minbiziaren inguruko aurreiritziak eta diskurtso interesatuak, eta tokia egingo diegu bestelako kontakizunei. Azken batean, gaiari hurbiltzeko beste helduleku batzuk proposatzea izango da helburua.

AMIGAS

Formadora:	Mertxe Tranche
Día:	jueves una vez al mes
Hora:	19:00 -21:00
Inicio:	22 de octubre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	castellano

Históricamente, las mujeres encontraron en el cuento un refugio para profesionalizarse como escritoras. Hicieron de la necesidad virtud, modernizando las estructuras literarias y ampliando los horizontes del relato. En este curso partiremos de pioneras como E. Pardo Bazán y las grandes autoras anglosajonas, recorreremos las voces del sur de Estados Unidos y llegaremos hasta la actualidad. A través de una cuidadosa selección de antologías, descubriremos los relatos más significativos de cada autora.



ESPACIOS DE ENCUENTRO

Estos grupos se reúnen a lo largo de todo el curso escolar y normalmente permanecen abiertos a nuevas incorporaciones. Si estás interesada en participar llámanos o acércate a la Casa de las Mujeres.



ESPACIO DE ENCUENTRO BIBOLLO

Dinamizan:	Beatriz Zalacain y Ana Murcia (SOR- BURU)
Día:	martes
Ordua:	15:00 - 17:00 18:00 - 20:00
Inicio:	29 de septiembre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	castellano



En la Casa de las Mujeres de Donostia te ofrecemos un espacio cuidado de encuentro para conocer a otras BIBOLLERAS, compartir desde el sentir y desde la palabra la diversidad de realidades que nos atraviesan en la vida y construir juntas una vida feliz y digna de ser vivida.

ESPACIO DE EMPODERAMIENTO PARA CHICAS JÓVENES

Dinamiza:	Lahia 3.0
Día:	martes, cada quince días
Hora:	17:30 - 19:30
Inicio:	15 de septiembre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	bilingüe

Espacio dirigido a chicas y jóvenes de géneros diversos donde se abordan cuestiones relacionadas con feminismos, discriminaciones, relaciones igualitarias... promoviendo un proceso de empoderamiento.

¿Dirigido a quién?

A chicas y a personas de géneros diversos de entre 15 y 20 años.

¿Cómo apuntarse?

Acercándote al Servicio de Biluzik de los lunes, escribiendo a biluzikzerbitzua@hotmail.com o al Instagram de [@lahia3.0](https://www.instagram.com/lahia3.0). También puedes ponerte en contacto con la Casa de las Mujeres de Donostia y pedir cita para conocer tus necesidades e intereses.

GRUPO DE TRABAJADORAS DEL HOGAR

Dinamiza: SOS Racismo
Día: martes
Ordua: 16:30 - 18:30
Inicio: 8 de septiembre
Duración: todo el curso escolar
Idioma: castellano



Espacio de encuentro semanal para trabajadoras de hogar de origen extranjero cuyo objetivo es romper con el aislamiento social y generar redes de apoyo y escucha mutua.

AUTOCONOCIMIENTO Y CUIDADO INTEGRAL

Dinamiza: Kontxi Lopez
Día: viernes,
cada quince días
Ordua: 17:00 - 19:00
Inicio: 2 de octubre
Duración: todo el curso escolar
Idioma: castellano

Un espacio para la puesta en marcha de un grupo de encuentro y reflexión entre mujeres, un trabajo de autoconocimiento para mejorar nuestra calidad de vida, para ser más felices, porque la felicidad también es política, es colectiva. Construiremos un lugar de buentrato, de autoconocimiento, para amarnos a nosotras mismas, aceptarnos, escucharnos, para entender los procesos de nuestro cuerpo (las sensaciones, las emociones, los pensamientos, los comportamientos...), comprender por qué funcionamos, cómo funcionamos, qué sentimos y de dónde viene todo eso. No hay que perder de vista nuestras propias necesidades.

MUJERES POR UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA

Dinamiza:	Daiteke
Día:	martes
Hora:	16:30 - 18:30
Inicio:	8 de septiembre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	castellano



Espacio grupal de mujeres que afrontan o han afrontado violencias machistas, de reunión semanal (libre). Es un grupo de autoayuda que desde múltiples claves de liberación, busca salidas a la violencia, compartiendo los miedos, el aislamiento, las tristezas, las culpas para reconectar con la fuerza desde dentro: saber lo que nos pasa, conectar con la alegría, el autocuidado corporal, el vínculo con los deseos y con el apoyo grupal, que nos ayude a vivir una vida libre de violencia.

ESPACIO INTERCULTURAL PARA MUJERES DE DIVERSOS ORÍGENES

Dinamiza:	Aitziber Eguskiza
Día:	jueves
Hora:	16:30 - 18:30
Inicio:	10 de septiembre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	castellano

Espacio grupal de mujeres de diversos orígenes, de reunión semanal (libre), para compartir sobre la vivencia de la migración en nuestra vida. Aprendiendo de las dificultades y socializando los logros individuales y grupales. Aprendiendo herramientas y recursos para mejorar la salud física, emocional y de arraigo en la ciudad donde residimos, salir del aislamiento, conocer mutuamente la sociedad vasca y la sociedad de origen, participando en actividades mutuas de ocio, diversión y conocimiento.



APOYO PSICOLÓGICO GRUPAL

Dinamiza:	Maider Andonegui
Día:	martes, cada quince días
Hora:	14:30 - 16:00
Inicio:	8 de septiembre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	castellano



Un espacio grupal para mujeres que se encuentran en una situación de especial vulnerabilidad individual y social. Que invita a la auto reflexión a través de la puesta en común de eso que entendemos y sentimos que nos oprime. Un proceso grupal donde se da la posibilidad de ir transformando esa identidad tradicional encarnada y desafiar la validez de las creencias culturales, actitudes y hábitos de costumbre heredadas, que obstaculiza el hacernos dueñas de nuestras decisiones para afrontar una vida autónoma y libre de violencia.

GRUPO DE EMPODERAMIENTO DE MUJERES CON DISCAPACIDAD

Dinamiza:	Elkartu
Día:	viernes
Hora:	12:00 - 14:00
Inicio:	4 de septiembre
Duración:	todo el curso escolar
Idioma:	bilingüe

Este es un espacio grupal en el que las mujeres con discapacidad puedan conocerse y reconocerse a si mismas. Este grupo tiene como propósito analizar la doble discriminación que sufren las mujeres con discapacidad y enfrentar situaciones de vulnerabilidad y desigualdad.

Para esto es indispensable conocer sus derechos y fomentar su ejercicio, trabajando el empoderamiento tanto individual como colectivo.



Atención y Derivación

Información, orientación, acogida y derivación a recursos propios o ajenos a la Casa de las Mujeres.

Realiza:
Personal propio de la Casa de las Mujeres

De lunes a viernes
10:00 - 21:00
Sin cita previa

Asesoría para Trabajadoras del Hogar

Asesoramiento sobre derechos y obligaciones, salarios, tipos de contrato, vacaciones, días y horas libres, cotizaciones, permisos, despidos...

Realiza:
SOS Racismo

Martes
16:30 - 18:45
Con cita previa

Asesoría Jurídica

Derecho de familia, derecho laboral, extranjería, violencia de género.

Realiza:
Ana Lopez

Miércoles
17:00 - 21:00
Con cita previa

SERVICIOS

Podéis solicitar cita previa en el siguiente teléfono

     **943 48 34 70**

** Las personas que, sin previo aviso, no acudan a las citas en los servicios en los que se hayan inscrito, no podrán solicitar nuevas citas en un año.*

Apoyo Psicológico

Mediante un método interactivo se trata de conseguir recursos basados en las propias fuerzas, teniendo como finalidad el asesoramiento, la prevención y el empoderamiento.

Realiza:
Maider Andonegui

Martes
10:30 - 13:30
Con cita previa

Iguálate

Asesoría para la homologación de estudios e itinerarios formativos.

Realiza:
Bidez Bide

Jueves
10:00 - 13:30
Con cita previa

Biluzik Mundura

Servicio de información y asesoría de sexualidad.

Realiza:
LAHIA 3.0

Lunes
17:00 - 20:00
Con cita previa

En redes sociales:

 @lahia3.0

Email:
biluzikzerbitzua@hotmail.com

Servicio de Ordenadores e Internet

Todos los días laborables.
Servicio gratuito.

Horario:
10:00 - 21:00



CASA DE LAS MUJERES - DONOSTIA

Calle Okendo 9

