

Donostiako  
Emakumeen  
Etxea

# PROGRAMA

2024

URTARRILETIK  
UZTAILERA

Okendo kalea, 9

# AURKEZPENA

---

Emakumeen Etxea da gune bat, non emakume ugari eta askotarikoak biltzen garen, prestakuntza jasotzeko eta gogoeta nahiz ekintzak egiteko.

Bertan, zerbitzuak, tailerrak, taldeak eta jarduerak eskaintzen ditugu 2010az geroztik, emakumeen bizi-modua hobetzeko, eta berdintasunean eta feminismoan oinarritutako gizarte bat lortzeko.

Emakumeen elkarte mugimendua eratu da Emakumeen Etxea Elkartearen inguruan; hain zuzen, etxeko jarduerak kudeatzeko eta dinamizatzeko helburuz. Denbora igaro ahala, Elkarteko bazkide aktiboenak batzordeak eta lantaldeak sortzen joan dira, haien interesen arabera. Batzorde bakoitzak bere helburuak ditu, eta bazkideek batzorde guztietan har dezakete parte.



Okendo kalea 9, 20004 Donostia



943 48 34 70



Astelehenetik ostiralera  
10:00 - 21:00



info@donostiakoemakumeenetxea.com  
berdintasuna@donostia.eus



[www.donostiakoemakumeenetxea.com](http://www.donostiakoemakumeenetxea.com)

## ZER AURKITUKO DUZU PROGRAMA HONETAN?

### → ESKOLA FEMINISTA

- **Matraka guneak**

Irailetik udara arteko luzapena duten ikastaroak. Izen-ematea irailean egiten da. Batzuetan ere, urtarrilean apunta zaitezke.

- **Formakuntzarako blokeak**

Iraupen laburrekoak, gai espezifikoak lantzeko. Izen-ematea irailean edo urtarrilean egiten da.

### → ELKARGUNEAK

Ikasturte osoan zehar biltzen diren taldeak. Urte osoan irekiak. Bat egiteko, deitu edo etorri Emakumeen Etxera.

### → AHOLKULARITZA-ZERBITZUAK

Aldez aurretik hitzordua eskatuta. Hitzordu bat eskatzeko, deitu edo etorri Emakumeen Etxera.

## NOLA PARTE HAR DEZAKEZU EMAKUMEEN ETXEAN?

- Elkarteko bazkide egiten (e-mail bidez Etxeko informazio guztia jasoko duzu).
- Elkarteko Lan-Batzorde batekin bat eginez. Idatzi [info@donostiakoemakumeenetxea.com](mailto:info@donostiakoemakumeenetxea.com) helbidera.
- Etxeko ikastaro edota tailerretan izena emanaz.
- Batzarrean parte hartuz.

## KONTUAN HARTU BEHARREKO OHARRAK:

- Ikastaroetan **Izen ematea urtarrilaren 15tik 29ra arte** egingo da. Gutxieneko inskripziora iristen ez diren ikastaroetan izena emateko epea luzatu egingo da, ikastaroa hasten den egunera arte.
- Izen-ematea Internet bidez egingo da honako web orrialdeetan: [www.donostiakoemakumeenetxea.com](http://www.donostiakoemakumeenetxea.com)  
[www.donostia.eus/berdintasuna](http://www.donostia.eus/berdintasuna)  
Anima zaitetz eta hurbil zaitetz Etxera, ez geratu izena eman gabe.
- Ikastaro, zerbitzu eta ekimen guztiak doakoak dira.
- Pertsona bakoitzak gehienez hiru ikastarotan eman ahal izango du izena.
- Zerbitzuetan hartutako hitzorduetara aurrez abisatu gabe joaten ez direnek ezin izango dute zita berririk eskatu, urtebeteko epean.
- Ikastaroa hasi eta gero utzi nahi dutenek, Etxeko koordinatzaileei jakinarazi beharko diete. Hiru saiotan kale egiten duenak -justifikatu gabe-, ezingo du ikastaro gehiagotan parte hartu urtebeteko epean.
- Zozketa egingo da izena eman dutenen kopurua plaza kopurua baino handiagoa bada. Nolanahi ere, bakoitzari mezu elektronikoko bat iritsiko zaio jakinarazteko plazarik baduen, nola baieztatu behar duen eta, hala badagokio, itxaron zerrendan zein posiziotan dagoen.

# FORMAKUNTZARAKO BLOKEAK

---

Gai zehatzak lantzeko gune trinkoak, non diskurtsoak sortzen ditugun eta elkar hartzen dugun, formakuntzen bitartez elkar ahalduntzeko xedearekin



## XILOGRAFIA

(10 saio)

Formatzailea: Oihana Ugarte

Eguna: astelehena

Ordua: 18:00 - 20:00

Hasiera: otsailak 19

Amaiera: apirilak 29

Hizkuntza: euskara

Xilografia tailer honen xedea da emakumeok gure eskuez sortzeko dugun gaitasunari aukera apropos bat ematea. Horretarako, grabatua egiteko antzinako teknika ikasteaz gain, elkarrekin lan egingo dugu sormen indibiduala zein kolektiboari bide emateko. Ikastaro honetan arituko gara, xilografia teknikaz gain, historian zehar emakume artistek izan duten paperaz.



## ELKAR ZAINTZARAKO BIODANTZA

(8 saio)

Formatzailea: Belén Olaziregi

Eguna: ostirala

Ordua: 18:30 - 20:30

Hasiera: otsailak 9

Amaiera: ekainak 14

Hizkuntza: euskara



Tailer honetan, biodantzaren bitartez, sistema patriarkal honek jartzen dizkugun kateak askatzeko lan egingo dugu, plazerrari eta autozaintzari lekua emanez. Eta ikusiko dugu nola, elkarrekin, gure bizitzaren agintea hartzeko moduak saia ditzakegun: eman izena!



# FILOSOFÍA ETA FEMINISMOA: EMAKUME FILOSOFOK ARRAZOI PATRIARKALAREN AURKA

(10 saio)

Formatzailea: Marisa Hurtado  
Eguna: asteartea  
Ordua: 19:00 - 20:30  
Hasiera: otsailak 6  
Amaiera: ekainak 18  
Hizkuntza: gaztelania



XIX., XX. eta XXI. mendeko pentsalari estatubatuarrekin partekatuko ditugu arrazoi patriarkalaren kritikari egindako ekarpenak. Arrazoi horrek emakumeen pentsamendua eta esperientzia baztertu, ikusezin bihurtu eta gutxietsi ditu. Hitz egingo dugu hainbat emakumek idatzitako lanez, besteak beste, Soujourner Truth esklabo ohiak, Elizabeth Cady Stanton sufragistak, Lucy Parson eta Emma Goldman anarkistek, De Bell Hook-ek eta Judith Butlerrek eta abarrek idatzitakoez. Haien testuei buruz hitz egingo dugu "pentsatzeko sei kapela koloredunak" erabiliz, eta topaketa esperientzia hezitzaile eta dibertigarria izatea lortuko dugu.

Antolatzailea: Emakumeen Etxea Elkarte

# CU-CUMBIA. ELKARGUNEETAKO BORROKAK: FEMINISMOA ETA ARRAZISMOAREN AURKAKO BORROKA GORPUTZETIK

(5 saio)

Formatzailea: Emilia Larrondo  
Eguna: ostirala  
Ordua: 18:30 - 20:30  
Hasiera: otsailak 23  
Amaiera: ekaina 21  
Hizkuntza: gaztelania

Cumbia erritmo alai eta aldarrikatzailea da eta mundu indiarren, afroaren eta espainiarren arteko mestizajearen emaitza. Tailer honetan dantzatzera gonbidatzen zaitugu, gorputzetik eta gozamenetik gogoeta egiteko gune bat sortzera, arrazakeria eta kolonialismoa zalantzan jartzeko. Sororitatea sortzeko eta elkarrekin borrokatzeko gune seguru bat sortuko dugu.



Antolatzailea: Emakumeen Etxea Elkarte

# EMAKUMEAK ETA ADINKERIA: EZ DIEZAZUTELA ZURE AMETSAK LAPURTU!

(4 saio)

Formatzailea: Kontxi López Soria  
(Mara-Mara Elkarte)

Eguna: ostirala

Ordua: 17:00 - 19:00

Hasiera: otsailak 2

Amaiera: martxoak 1

Hizkuntza: gaztelania



Adinkeria da gure gizartear hiru be-reizkeria handienetako bat, sexismoarekin eta arrazismoarekin batera. Hausnarketa-rako gune bat sortuko dugu, gure bizitzako etapa guztietan eragiten diguten ideia eta portaerekin hausteko.

Antolatzailea: Mara-Mara elkarte eta Gipuzkoako Foru Aldundia

# TRATU ONEAN OINARRITUTA MAITATZEA ETA ZAINTZEA

(8 saio)

Formatzailea: Kontxi López Soria  
(Mara-Mara Elkarte)

Eguna: ostirala, hamabostero

Ordua: 17:00 - 19:00

Hasiera: martxoak 15

Amaiera: ekainak 14

Hizkuntza: gaztelania

Espazio honetan, emakumeen topaketa-rako eta hausnarketarako talde bat jarri-ko dugu abian; autoezagutza-lana egingo dugu, gure bizi-kalitatea hobetzeko, zo-rioritsuago izateko, zorientasuna politikoa eta kolektiboa ere badelako.

Tratu onerako leku bat eraikiko dugu, geure burua ezagutzeko, geure burua maitatzeko eta onartzeko, geure buruari entzuteko, gure gorputzaren prozesuak (sentsazioak, emozioak, pentsamenduak, portaerak...) ulertzeko, zergatik funtzio-natzen dugun funtzionatzen dugun be-zala, zer sentitzen dugun eta hori guztia nondik datorren konprenitzeko. Ez ditugu gure beharrak ahaztu behar.



Antolatzailea: Berdintasun Saila



# AUTODEFENTSA FEMINISTA TAILERRAK

Ikasi nahi duzu eraso matxistei aurre egiten?

¿Kalean aske sentitu nahi duzu? Uste duzu ezingo zarela defendatu?



**Euskaraz** ( 8 ordu)

MARTXOAK 23

Formatzailea: Emagin

Eguna: larunbata

Ordua: 10:00 - 14:00  
15:00 - 19:00

**Gaztelaniaz** (11 ordu eta erdi)

APIRILAK 5 ETA 6

Formatzailea: Isa Bernal

ostirala: 16:00 - 19:30

larunbata: 10:00 - 14:00  
15:00 - 19:00

Antolatzailea: Berdintasun Saila

# MATRAKA GUNEAK

Gune hauek irailetik udara arteko luzapena dute. Urtarrilean Batukada feminista tailerrean oraidik apunta zaitezke.

IZEN EMATEA ZABALIK

## BATUKADA FEMINISTA

Formatzailea: Ainara Sarasketa

Eguna: asteazkena

Ordua: 18:30 - 20:30

Hasiera: otsailak 7

Amaiera: ekainak 19

Hizkuntza: elebiduna

Batukada feminista honetan, berdin dio zure esperientzia musikalak, adinak edo zure ezagutza oinarrizkoa izateak. Batukada baten parte izan nahi baduzu eta barre eginez eta elkarri lagunduz ikasi nahi baduzu, egin bat hesiak hautsi eta estereotipoei aurre egiten dieten emakumeen tribu honekin!!!

Jar dezagun patriarkatua dardarka batukada feministaren erritmoan!!



Antolatzailea : Emakumeen Etxea Elkartea

Talde hauetan izen ematea irailera arte itxita dago

---

## ANTZERKI LABORATEGI FEMINISTA

Formatzailea: Aitziber Eguskiza

---

## FLAMENKO FEMINISTA

Formatzailea: Askoa Etxebarrieta  
"La pulga"

---

## KLOWN

Formatzailea: Beatriz Egizabal

---

## XAKE

Formatzaileak: Elisabeth Agirre  
Leire Cruz

---

## KOROA

Formatzailea: Bettina Aragón

---

## "CAMBALACHE" IKASTAROA

Formatzailea: Mertxe Tranche

---

## "BESTE AHOTS BATZUK" IKASTAROA

Formatzailea: Mertxe Tranche

---

## "ALCOHOLICAS Y DROGADICTAS" IKASTAROA

Formatzailea: Mertxe Tranche

---

## ERROTZEAK ETA DESERROTZEAK EUSKAL LITERATURAN

Formatzailea: Iratxe Retolaza

---

## IRAKURLE ESKOLA FEMINISTA

Formatzailea: Iratxe Retolaza

# ELKARGUNEAK

---

Talde hauek ikasturte osoan zehar elkartzen dira eta gehienak irekiak mantentzen dira parte hartzaile berrientzat. Parte hartu nahi baduzu, deitu edo gerturatu Emakumeen Etxera.



# NESKA GAZTEENTZAKO JABEKUNTZA GUNEA

# ETXEKO LANGILEEN TALDEA

---

Dinamizatzailea: Lahia 3.0

Eguna: asteartea,  
hamabostero

Ordua: 17:30 - 19:30

Hasiera: urtarrilak 16

Iraupena: ikasturte osoa

Hizkuntza: elebiduna

---

---

Dinamizatzailea: SOS Arrazakeria

Eguna: asteartea

Ordua: 16:30 - 18:30

Hasiera: urtarrilak 9

Iraupena: ikasturte osoa

Hizkuntza: gaztelania

---

Donostiako Emakumeen Etxean neska eta genero anitzeko gazteei zuzendutakoa da. Gune honetan Feminismoarekin, Jabekuntzarekin, Harreman Parekideekin... lotutako gaiak lantzen dira eta Jabekuntza prozesu bat bezala planteatzen da.

## **Zeini zuzendua?**

15 - 20 adin tarteko neska eta genero anitzeko orori.

## **Nola eman izena?**

Astelehenetako Biluzik Zerbitzura hurbilduz, **biluzikzerbitzua@hotmail.com** helbidera edo **lahia3.0** instagrameko kontura idatzi daiteke ere. Donostiako Emakumeen Etxearekin harremanetan ere jarri zaitetzke eta zita bat jarriko dugu, zure beharrak eta nahiak ezagutzeko.



Atzeritar jatorriko etxeko langileentzako asteroko topagunea. Helburua isolamendu soziala haustea eta elkarri laguntzeko eta entzuteko sareak sortzea da.

# INDARKERIARIK GABEKO BIZITZAREN ALDEKO EMAKUMEAK

Dinamizatzailea: Hegoaldetik Enarak

Eguna: asteartea

Ordua: 17:00 - 19:00

Hasiera: urtarrilak 16

Iraupena: ikasturte osoa

Hizkuntza: gaztelania



Indarkeria matxistari aurre egiten dioten edo aurre egin izan dioten emakumeak taldean elkartzeko gunea.

Astean behin biltzen dira (joatea libre da). Autolaguntza taldea da. Askatze-ko hainbat modu baliatuta, indarkeriari irtenbideak bilatzen laguntzen du. Emakumeek beldurrak, isolamendua, tristeziak eta kulpak partekatzen dituzte haien artean, eta barnean duten indarrarekin konektatzen saiatzen dira, indarkeriarik gabe bizitzen laguntzeko: zer gertatzen zaien jakin, pozarekin konektatu, nork bere gorputza zaindu, desirekin duten harremana ezagutu eta taldearen laguntza jaso.

Antolatzailea: Berdintasun Saila

# JATORRI ASKOTARIKO EMAKUMEENTZAKO KULTURARTEKO GUNEA

Dinamizatzailea: Aitziber Eguskiza

Eguna: osteguna

Ordua: 16:30 - 18:30

Hasiera: urtarrilak 11

Iraupena: ikasturte osoa

Hizkuntza: gaztelania

Jatorri desberdineko emakumeak taldean egoteko gunea. Astean behin biltzen dira (joatea libre da), beren bizitzan migrazioa nola bizi duten elkarrekin aztertzeko. Zailtasunetatik ikasten dute eta sozializatzen dituzte banakakoen eta taldearen lorpenak. Osasun fisikoa eta emozionala hobetzeko eta bizi diren hirian gehiago sustraitzeko tresna nahiz baliabideak bereganatzen dituzte; isolamendutik ateratzen dira; euskal gizartea eta jatorrizko gizartea, biak, ezagutzen dituzte; elkarrekin aisialdi, dibertsio eta ezagutza ekintzetan parte hartzen dute.



Antolatzailea: Kultur Aniztasuneko Saila



## TALDEKO LAGUNTZA PSIKOLOGIKOA

---

Dinamizatzailea: Maider Andonegui

Eguna: asteartea,  
hamabostero

Ordua: 14:30 - 16:00

Hasiera: urtarrilak 16

Iraupena: ikasturte osoa

Hizkuntza: gaztelania

---



Talde gune bat, bakarka nahiz gizarte aldetik egoera bereziki zaugarrian dauden emakumeentzat. Gogoeta egiteko gonbita egiten digun gunea, gure ustez zapaldu egiten gaituen hori komunean jarrita. Eta talde prozesu bat, nortasun tradizional haragitu hori eraldatu eta jaso ditugun kultura-sinesmen, jarrera eta ohituren baliozkotasunari aurre egiteko modua ematen duena, jaso ditugun nortasun eta sinesmen horiek ez baitigute uzten gure erabakien jabe izan eta bizitza autonomo eta indarke-riarik gabeari aurre egiten.

---

Antolatzailea: Berdintasun Saila

## DESGAITASUNA DUTEN EMAKUMEEN AHALDUNTZE TALDEA

---

Dinamizatzailea: Elkartu

Eguna: ostirala

Ordua: 11:30 - 13:30

Hasiera: urtarrilak 12

Iraupena: ikasturte osoa

Hizkuntza: elebiduna

---

Desgaitasuna duten emakumeak elkar-tzeko gunea da, norbere burua ezagutu eta aitortu ahal izateko. Desgaitasuna duten emakumeek bizi duten diskriminazio bikoitzaren egoera aztertzea du xede talde honek, ahultasunari eta desparekotasunari aurre egiteko.

Horretarako ezinbestekoa da beraien eskubideak ezagutzea eta horien gauzatzea sustatzea, norbanako eta taldeko ahal-duntzea lantzeko bidean.



---

Antolatzailea: Berdintasun Saila

## Arreta eta bideraketa

Informazioa, orientabidea eta harrera Emakumeen Exeko bertako balibideetara edo kanpokoetara bideratzea.

Egilea:  
Emakumeen Exeko bertako langileak

---

**Astelehenetik ostiralera**  
**10:00 - 21:00**  
**Hitzordurik gabe**

---

## Exeko Langileentzako Aholkularitza

Honako gaien inguruko aholkularitza: eskubideak eta betebeharrak, soldatak, kontratu motak, oporrak, egun eta ordu libreak, kotizazioak, baimenak, kaleratzeak...

Egilea:  
SOS Arrazakeria

---

**Asteartea**  
**16:30 - 18:45**  
**Hitzorduarekin**

---

## Lege Aholkularitza

Familia zuzenbidea, lanerako zuzenbidea, atzerriartasuna, genero indarkeria.

Egilea:  
Ana López

---

**Asteazkena**  
**17:00 - 21:00**  
**Hitzorduarekin**

---

## Ordenagailu eta Internet zerbitzua

Asteaz zehar.  
Doako erabilera.

**Ordutegia:**  
**10:00 - 21:00**

# ZERBITZUAK

Hitzordua eskatu ahal izango duzue telefono honetan

 **943 48 34 70**

\* Zerbitzuetan hartutako hitzorduetara aurrez abisatu gabe joaten ez direnek ezin izango dute zita berririk eskatu urtebeteko epean.

## Laguntza Psikologikoa

Aholkularitza, prebentzioa eta ahal-duntzea helburutzat izanik eta metodologia elkarreragileaz baliatuz, norberaren indarretan oinarritutako baliabideak lortuko dira.

Egilea:  
Amanda Jiménez

---

**Asteazkena**  
**10:00 - 14:00**  
**Hitzorduarekin**

---

## Gizarte Aholkularitza

Gizarte laguntzei buruzko informazioa behar duzu?

Egilea:  
Rosa Ugalde

---

**Ostirala**  
**10:00 - 11:30**  
**Hitzorduarekin**

---

## Entzuteko eta feminismotik jarduteko gunea

Beste norabide bat hartu nahi duten emakumeei zuzendua, eta segurtasun nahiz konfidantzazko gune batean aukerak probatu nahi dituztenentzat.

Egilea:  
Maite Santamaria

---

**Asteazkena**  
**15:30 - 18:30**  
**Hitzorduarekin**

---

## Biluzik Mundura

Sexualitate informazioa eta aholkularitza zerbitzua.


Egilea:  
LAHIA 3.0

---

**Astelehena**  
**17:00 - 20:00**  
**Hitzorduarekin**

---

Sare sozialetan:

 @lahia3.0

Email:  
biluzikzerbitzua@hotmail.com

## Parekatu

Ikasketak eta prestakuntza-ibilbideak homologatzeko aholkularitza.

Egilea:  
Bidez Bidez

---

**Osteguna**  
**10:00 - 13:30**  
**Hitzorduarekin**

---



# DONOSTIAKO EMAKUMEEN ETXEA

---

Okendo kalea 9