

emakumeen TXOKOA



2024KO UDAZKENEKO ESKAINTZA

Azpeitiko Emakumeen Txokoa, mugimendu feministaren borrokari eta aldarriari esker, emakume eta gizonen arteko berdintasuna lortzeko ekipamendu publikoa da. Babesleku seguru eta konfidentziala eskaintzeaz gain, jatorri, kultura eta ezaugarri guztietako emakumeak ahalduztzen ditu.

Parekidetasun erreala lortzeko ibilbide horretan, askotariko baliabideak eta aukerak eskaintzen ditu, emakumeei beren trebetasunak, ezagutzak eta laguntza-sarea indartzeko aukera ematen dienak. Gainera, bizitza soziopolitikoan aktiboki parte hartzea sustatzen du, beren ahotsak entzun eta baloratzen diren ingurune bat sortuz. Halaber, indarkeria matxistari aurre egiteko lanean jarduten dugu, erreparaziorako funtsezkoak diren zerbitzuak eskainiz.

HARREMANETARAKO

Izena emateko epea: ikasturte osoan edo ekintza bakoitzean adierazten den bezala.

NON EMAN BEHAR DA IZENA

Emakumeen Txokoa. Goiko kale, 12 behea.

943 15 70 55 | 688 751 000 | emakumetxokoa@azpeitia.eus

ORDUTEGIA

Astelehenetik ostegunera 09:00etatik 19:00etara eta ostiralak 9:00etatik 13:00etara.

Udako ordutegia (ekaina erdia eta uztaila): astelehenetik ostiralera 9:00etatik 14:00etara.

emakumeen txokoa parte hartuz,
denok irabazten dugu! Zatoz!

JARRAI GAITZAZU



[AzpeitikoEmakumeenTxokoa](#)



[@Etxokoa](#)



[@emakumetxokoa](#)



[Azpeitiko Emakumeen Txokoa](#)

PARA LEER
EL TEXTO
EN OTROS
IDIOMAS,
MIRA AQUÍ



ikastaroak eta tailerrak

AZPEITIKO JABETZE ESKOLAK (2024KO UDAZKENA)

Azpeitiko Jabetze Eskolen helburua, emakumeei beren burua eta bizitzaren jabe izateko tresnak eskaintzea da. Parte hartze soziopolitiko handitzen lagunduko digun topagunea da, maila pertsonalean eta kolektiboan indartu, elkarrekin ikasi eta errealitateari ikuspegi feminista batetik begiratzeko aukera emango diguna.

Prestakuntza eskaintza anitza eta parte hartzailea osatzeko, emakumeen proposamenetatik eta parekidetasuna bultzatzeko lan-ildoen lanketatik abiatzen gara.

Gure eskolan parte hartzera animatu nahi zaituztegu, jendarte parekideago baterako bidea elkarrekin egin dezagun!

IZEN EMATEA

Izena emateko epea

Irailaren 16tik 27ra

Non izena eman?

Azpeitiko Emakumeen Txokoa. Goiko Kale, 12 behea.

943 15 70 55 | 688 751 000 | emakumetxokoa@azpeitia.eus

Izena emateko moduak

Emakumeen Txokoa zuzeneko harrera bidez, emailaz, WhatsApp-ez, Telegram-ez edo telefonoz. Izen emateko orria bete beharko da. Orria eskuratzeko Emakumeen Txokoa eskatu edo eskuorriko fitxa bete eta entregatu.

IZENA EMATEKO OHARRAK

- Plazak mugatuak dira, eta ikastaroetan zein tailerretan lehentasuna izango dute:
 - Azpeitian erroldatutakoek
 - Azpeitian erroldatuta egon eta ikastaro bera aldeztu aurretik egin ez dutenek (ikastaroaren jarraipena den kasuetan izan ezik)
 - Azpeitian erroldatuta daudenek eta Jabetze Eskolako eta Emakumeen Txokoko ikastaroetan aurrez parte hartu ez dutenek.
- Taldeak antolatzeke, behar izanez gero, **zozketa** egingo da izena eman duten emakume guztien artean. Gutxienez zortzi lagun beharko dira taldea osatzeko.
- Hurtzaindegiz zerbitzua eskainiko da gutxienez 3 umeko taldea osatzen bada. Zerbitzua behar izanez gero, aurrez, izena ematerakoan adierazi.

1. EMAKUMEEN OSASUNA IKUSPEGI FEMINISTATIK: GURE OSASUNA BALDINTZATZEN DUTEN FAKTOREAK EZAGUTZEN ETA ULERTZEN

Emakumeen osasuna oraindik ere aztergai eta gogoetagai da; izan ere, zientzian genero-isuriak egin dira eta egiten dira, eta horrek berekin dakar emakumeekin ikerketarik ez egitea, esku-hartzean ekitaterik ez izatea edo sintomatologia interpretatzerakoan oraindik aurreiritziak egotea.

Pertsonen osasuna faktore ugari baldintzatzen dute, eta horietako asko sozialak dira. Genero-sozializazioak eragin sakona du emakumeen osasunean ere, gure bizitzan eta osasunean eragina izango duten portaerak, ereduak eta sinesmenak baldintzatzen baititu.

Ikastaroan, horren guztiaren eta gure osasunaren zein ondoezen arteko lotura ulertuko dugu. Kausak ulertzeak gure osasunari modu eraginkorragoan eta kontzienteagoan heltzen lagunduko digu.

Formatzailea: Pepa Bojó

Hizkuntza: Gaztelera

Noiz: Urriak 1etik, abenduak 17ra

Ordutegia: Asteartetan, 18:00etatik 19:30etara

Tokia: Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Iraupena: 1,5 orduko 12 saio (18 ordu)

Prezioa: 20 €

2. ZORU PELBIKOA LANTZEN

Bizitzan zehar gure zoru pelbikoan eta gure ongizatean eragina duten hainbat egoera bizi ditugu: erditzea, hormona gorabeherak, lanean jardutea, kirola praktikatzea, pisuak hartzea eta abar. Honelako ekintza bakoitzeko gure zoru pelbikoa ahuldu egiten da eta gune horretako muskulazio guztia indartzea da ikastaroaren helburua.

Formatzailea: Saioa Baena

Hizkuntza: Euskara

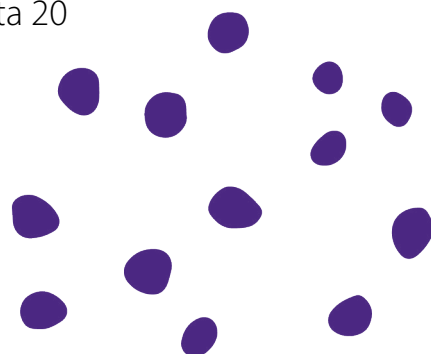
Noiz: Urriak 11, 18 eta 25, azaroak 8, 15, 22, eta 29, abenduak 13 eta 20

Ordutegia: Ostiraletan 11:00etatik 12:30etara

Tokia: Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Iraupena: 1,5 orduko 10 saio (15 ordu)

Prezioa: 17 €



3. KOSMETIKA NATURALA

Kosmetika naturalak gure gorputzarekiko eta ingurunearekiko lotura sustatzen du. Gainera, edertasuna helburu duen kosmetika alde batera uzten laguntzen digu, fokua zaintza pertsonalean, osasunean zein autoestimuan jarritz. Halaber, gure osasun beharrak ezagutzerekin batera, horiei heltzeko bitartekoak ezagutu ditugu. Horretarako, gure inguruan ditugun baliabide naturalekin egin daitezkeen hainbat produktu egiten ikasiko dugu, erabiltzen ditugun baliabideen jatorriaz eta konposizioaz hausnartzeko bide emango digularik.

Formatzailea: Itziar Etxeberria

Hizkuntza: Euskara

Noiz: Urriak 10 eta 24, azaroak 7 eta 21, abenduak 5

Ordutegia: Ostegunetan, 17:30etatik 19:00etara

Tokia: Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Iraupena: 1,5 orduko 5 saio (7,5 ordu)

Prezioa: 11,5 €

4. PODCAST FEMINISTA (Kulturaz Kooperatibarekin elkarlanean)

Kolektiboan podcastak sortzera bideratutako ikastaroa izango da. Gidoiak idatzi, mikrofono aurrean hitz egin, teknika kontrolatu eta amaierako edizio lanak nola egiten diren ikasiko dugu. Jolasa eta esperimentazioa oinarri, ahotsezko komunikazioa lantzea da asmoa; sormenari, umoreari, lotsari, soinuari zein isiltasunari leku eginaz.

Ez da inongo ezagutza berezirik behar ikastaroan parte hartzeko. Podcast baterako ideiarekin bat baduzu, edo besterik gabe, jolaserako eta zeure burua probatzeko gogoia, animatu!

Formatzailea: Eneritz Arzallus

Hizkuntza: Euskara

Noiz: Urriak 18 eta 25, azaroak 8 eta 9 eta azaroak 15

Ordutegia: Ostiraletan 17:00-19:00 eta larunbatean 10:00-14:00

Tokia: Dinamoa Sormen Gunea eta Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Iraupena: 2 orduko 4 saio eta 4 orduko saio bat (12 ordu)

Prezioa: 15 €

5. ARTETERAPIA

Arteterapia sorkuntza eta ezagutza bidaia bat da, norbere espazio intimoetatik deskubritzeko dauden leku berrietara garamatzana. Bidaia hori esperimentazio artistikoak gidatuko du: sormena, jolasa eta musikaren laguntzaz, gorputzarekin konektatu, emozioak kudeatu eta harremanak garatzea du helburu. Espazio horrek aukera emango digu gelditu, sentitu eta hausnartzeko, emakume bakoitza bere potentzialaz jabetuz.

Formatzailea: Irantzu Iturbe

Hizkuntza: Euskara

Noiz: Urriak 17 eta 19, azaroak 6 eta 9, abenduak 12 eta 14

Ordutegia: Ostegunetan 17:30-19:30 eta larunbatetan 10:00-13:00

Tokia: Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Iraupena: 2 orduko 3 saio eta 3 orduko 3 saio (15 ordu)

Prezioa: 18,5 €

6. BELAUNALDIEN ARTEKO AUTODEFENTSA FEMINISTA

Tailerra ama-alabei, izeba-ilobei, amona-bilobei... eta adingabe batekin (12-18 urte bitartean) loturaafektiboa duen edozein emakume heldurizuzenduta dago. Helburua da nesken autonomia eta gaitasun kritikoa handitzea, pixkanaka oreka afektiboa eta oinarrizko segurtasuna lortze aldera, harreman afektibo egokiak ezartzera bideratuz, bai eta helduekin lankidetzan aritzeko eta elkarri laguntzeko jarrerak garatzera ere, elkarren artean elikatuz, desberdintasunekiko errespeturik eta zailtasun kolektiboak gainditzearen mirespenetik.

Formatzailea: Esther López

Hizkuntza: Euskara

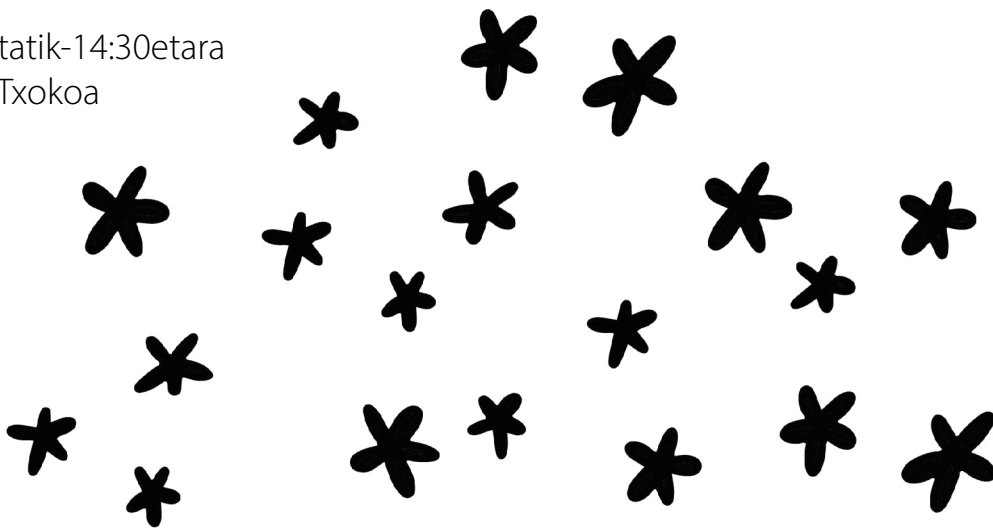
Noiz: Azaroak 23

Ordutegia: Larunbata, 10:30etatik-14:30etara

Tokia: Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Iraupena: 4 orduko saio bat

Prezioa: Doan





7. ESPELEOLOGIA HASTAPENAK

Espeleologia, bestearlo askotan gertatzen den bezala, emakumeen presentzia urria duen zientzia-esparrua da. Horrekin apurtzeko asmoz antolatu dugu ikastaro hau. Bertan, espeleologiaren nondik-norakoak, beharrezko materialak, teknikak... ezagutuko ditugu. Halaber, ikasitakoa praktikan jartzeko, Arrikrutzera joango gara, ikerketa espeleologiko eta paleontologikoan aitzindaria den eta Gipuzkoako kobazulo-sistema zabalenetakoa den leizera.

Irteerarako ez da aldez aurreko ezagutzarik behar, baina intentsitate ertain-baxuko jarduera fisikoa izango da. Bertan, lur irregularretik ibili beharko da harri solteak, lokatza eta gune irristakorak dituenak. Une jakin batzuetan, eskailerak jaitsi edota igo beharko dira, baita makurtu, eskalada txikiak burutu eta ur ibaiak ur-eremuekin gurutzatu ere.

Hizlaria: Nerea Arrizabalaga Lezertua (Burumendi espeleologia taldea)

Formatzailea: Arrikrutzeko bideratzaileak

Hizkuntza: Euskara

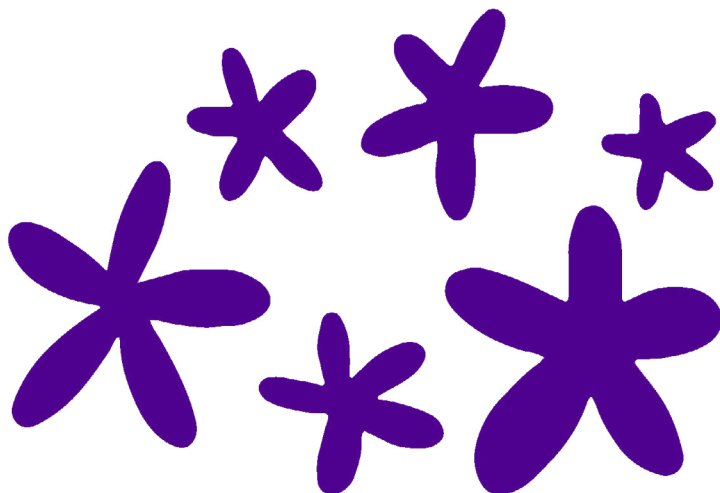
Noiz: Urriak 18 eta 20

Ordutegia: Ostirala, 18:00etatik 19:30etara eta, igandea, 10:30etatik 13:30etara

Tokia: Ostiralean, Azpeitiko Emakumeen Txokoan eta, igandean, Oñatiko Arrikrutz kobetan (autobus zerbitzua egongo da: 9:30etan anbulategian)

Iraupena: 1,5 saio bat eta 3 orduko beste bat (4,5 ordu)

Prezioa: 7 €



JABETZE ESKOLETAN IZENA EMATEKO FITXA

Izena	Abizenak
Jaioteguna	NAN
Herria eta P.K.	
Posta elektronikoa	Tlf.
Aurrez parte hartu al duzu Jabetze Eskoletan? ☐ BAI ☐ EZ	
Emakumeen Txokoko ekintzen berri izan nahi duzu? ☐ BAI ☐ EZ	
Nola? ☐ Whatsapp ☐ Korreo elektronikoz	
(Ekintzen berri Whatsapp-ez izateko, bidaliko dizugun lehen mezuko telefono zenbakia zure agendan kontaktu bezala gorde beharko duzu, eskerrik asko)	
2024ko	en (e)an
Sinadura:	

Markatu X batekin izena eman nahi duzun ikastaro edo ikastaroetan:

- ☐ 1. EMAKUMEAREN OSASUNA IKUSPEGI FEMINISTATIK
- ☐ 2. ZORU PELBIKOA LANTZEN
- ☐ 3. KOSMETIKA NATURALA
- ☐ 4. PODCAST FEMINISTA
- ☐ 5. ARTETERAPIA
- ☐ 6. BELAUNALDIEN ARTEKO AUTODEFENTSA FEMINISTA
- ☐ 7. ESPELEOLOGIA HASTAPENAK

Eragozpen fisikorik baduzu? Funtzionalitate anitzeko gairik? ☐ BAI ☐ EZ

Zein motatakoa?

Hurtzaindegi zerbitzurik behar duzu? ☐ BAI ☐ EZ

Lege oharra: Hemen jasotzen diren datuak fitxategi batean sartuko dira, gero Jabetze Eskolako Ebaluazio Programan aztertzeko. Azpeitiko Udalak bermatzen du datuak ez zaizkiola Jabekuntza Eskolako ez den inori emango. Datuak zuzentzeko, ezabatzeko eta parekatzeko eskubideak erabili ditzake haien titularrak, datuak babesteko legerian ezarritako terminoetan. Era berean, erabiltzaileak bere datu pertsonalak tratatzeko eta lagatzeko eskubidea atzera bota dezake edozein unetan, atzerako eraginik gabe, Datu Pertsonalak Babesteko 2018ko Europar erregelamenduak ezarritakoa dela bide.

ikastaroak eta tailerrak

AZPEITIKO DESAHALDUNTZE ESKOLAK (2024KO UDAZKENA)

Gizonentzako desahalduntze-eskolak genero-rol tradizionalei aurre egiteko guneak dira. Tailerrak eta eztabaidak eskaintzen dituzte, gizonak gizartean duten eginkizunari buruz hausnar dezaten eta genero-desberdintasunak zein indarkeria matxistak betikotzen dituzten portaerak desikas ditzaten. Gizon kontzienteagoak sortzea bilatzen dute, harreman parekideak eta indarkeriarik gabekoak sustatuz.

IZEN EMATEA

Izena emateko epea

Irailaren 16tik 27ra

Non izena eman?

Azpeitiko Emakumeen Txokoa. Goiko Kale, 12 behe.

943 15 70 55 | 688 751 000 | emakumetxokoa@azpeitia.eus

Izena emateko moduak

Emakumeen Txokoa zuzeneko harrera bidez, emailaz, WhatsApp-ez, Telegram-ez edo telefonoz. Izen emateko orria bete beharko da. Orria eskuratzeko Emakumeen Txokoa eskatu edo eskuorriko fitxa bete eta entregatu.

IZENA EMATEKO OHARRAK

- Plazak mugatuak dira, eta ikastaroetan zein tailerretan lehentasuna izango dute:
 - Azpeitian erroldatutakoek
 - Azpeitian erroldatuta egon eta ikastaro bera aldeztu aurretik egin ez dutenek (ikastaroaren jarraipena den kasuetan izan ezik)
 - Azpeitian erroldatuta daudenek eta Jabetze Eskolako eta Emakumeen Txokoko ikastaroetan aurrez parte hartu ez dutenek.
- Taldeak antolatzeko, behar izanez gero, **zozketa** egingo da izena eman duten gizon guztien artean. Gutxienez zortzi lagun beharko dira taldea osatzeko.
- Hurtzaindegia zerbitzua eskainiko da gutxienez 3 umeko taldea osatzen bada. Zerbitzua behar izanez gero, aurrez, izena ematerakoan adierazi.

1. OINARRI TEORIKOAK ETA KONTZEPTUAK ARGITZEN

Feminismoak errealitate, teoria, kontzeptu eta hitz ezberdinak jarri ditu mahai-gainean, eta batzuk ezagutzen ditugun arren, berriagoak zaizkigu beste batzuk. Lanketa indibidual zein kolektiboa egiteko, ezinbestekoa da lehenik oinarri teorikoetan sakontzea, hausnartu, eta ibilbidea aterki berdinen azpian abiatzeko.

Formatzailea: Iñi Etxezarreta Toca (Eihera Koop. Elk. Txikia)

Hizkuntza: Euskara

Noiz: Azaroak 22

Ordutegia: Ostirala, 17:00etatik 20:30etara

Tokia: Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Iraupena: 3,5 orduko saio bat

Prezioa: Doan

2. GIZONEK FEMINISMOAREKIKO DUTEN ARDURA

Beldur, ezjakintasun edo erosotasunagatik, feminista moduan haien burua izendatze duten gizon askok ez dute agian nahikoa aurrerapauso eman. Hau honela, gizarte feminista bat eraikitzea bidean gizonek hartu beharreko konpromisoez jardungo dugu.

Formatzailea: Iñi Etxezarreta Toca (Eihera Koop. Elk. Txikia)

Hizkuntza: Euskara

Noiz: Otsailak 21

Ordutegia: Ostirala, 17:00etatik 20:30etara

Tokia: Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Iraupena: 3,5 orduko saio bat

Prezioa: Doan

3. DESIRA, EROTIKA ETA HETEROARAUUA

Lehentasun eta desirak gurutzatu egiten dituzte pertsonen espektatiba eta munduan egoteko moduak. Gai tabuagoa izan denez, ordea, ez da nahikoa hitz egiten horiek heteroarauaren eraikuntzan eta botere-harremanetan duten pisuaz eta, horregatik, horien inguruak hitz egiten hasi ahal izateko espazioa izango da.

Formatzailea: Iñi Etxezarreta Toca (Eihera Koop. Elk. Txikia)

Hizkuntza: Euskara

Noiz: Maiatzak 23

Ordutegia: Ostirala, 17:00etatik 20:30etara

Tokia: Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Iraupena: 3,5 orduko saio bat

Prezioa: Doan

DESAHALDUNTZE ESKOLETAN IZENA EMATEKO FITXA

Izena	Abizenak
Jaioteguna	NAN
Herria eta P.K.	
Posta elektronikoa	Tlf.

Aurrez parte hartu al duzu Jabetze Eskoletan? ☐ BAI ☐ EZ

Emakumeen Txokoko ekintzen berri izan nahi duzu? ☐ BAI ☐ EZ

Nola? ☐ Whatsapp ☐ Korreo elektronikoz

(Ekintzen berri Whatsapp-ez izateko, bidaliko dizugun lehen mezuko telefono zenbakia zure agendan kontaktu bezala gorde beharko duzu, eskerrik asko)

2024ko en (e)an

Sinadura:

Markatu X batekin izena eman nahi duzun ikastaro edo ikastaroetan:

- ☐ 1. OINARRI TEORIKOAK ETA KONTZEPTUAK ARGITZEN
- ☐ 2. GIZONEK FEMINISMOAREKIKO DUTEN ARDURA
- ☐ 3. DESIRA, EROTIKA ETA HETEROARAUA

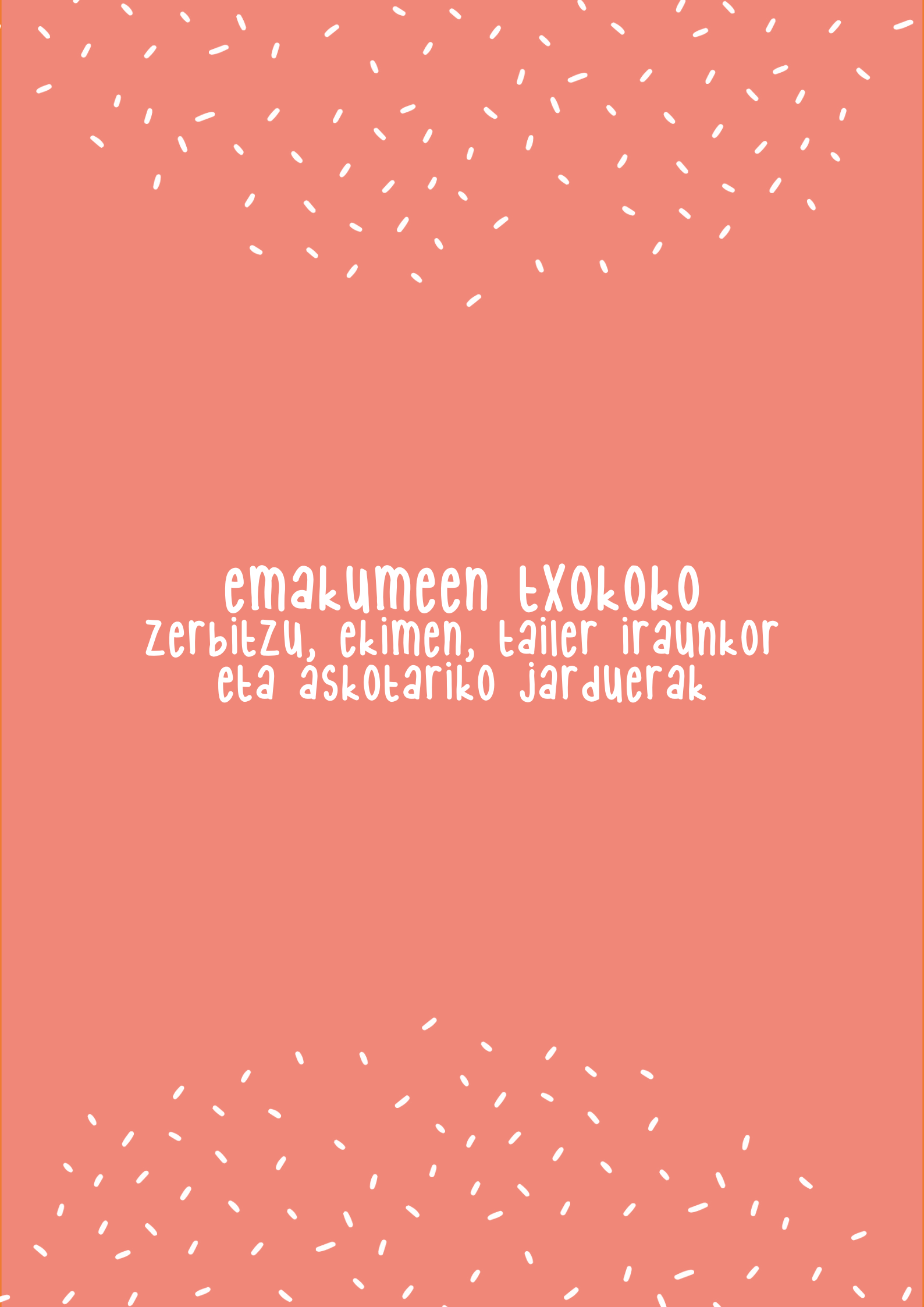
Eragozpen fisikorik baduzu? Funtzionalitate anitzeko gairik? ☐ BAI ☐ EZ

Zein motatakoa?

Hautzaindegi zerbitzurik behar duzu?	☐ BAI ☐ EZ
--------------------------------------	--

Lege oharra: Hemen jasotzen diren datuak fitxategi batean sartuko dira, gero Jabetze Eskolako Ebaluazio Programan aztertzeko. Azpeitiko Udalak bermatzen du datuak ez zaizkiola Jabekuntza Eskolako ez den inori emango. Datuak zuzentzeko, ezabatzeko eta parekatzeko eskubideak erabili ditzake haien titularrak, datuak babesteko legerian ezarritako terminoetan. Era berean, erabiltzaileak bere datu pertsonalak tratatzeko eta lagatzeko eskubidea atzera bota dezake edozein unetan, atzerako eraginik gabe, Datu Pertsonalak Babesteko 2018ko Europar erregelamenduak ezarritakoa dela bide.

Harremanetarako: emakumetxokoa@azpeitia.eus | Goiko kale, 12. | Tlf.: 943 15 70 55 | 688 751 000



emakumeen txokoko
zerbitzu, ekimen, tailer iraunkor
eta askotariko jarduerak

PARTE-HARTZE, SENTSIBILIZAZIO ETA INTEGRAZIORAKO EKIMENAK

Parekidetasuna bultzatzeko askotariko ekintzak antolatzen ditugu; hitzaldiak, kultura-jarduerak, tailerrak, zinema-emanaldiak... Publiko zabalarri, **pertsona orori**, irekita dauden ekimenak dira (hala aipatzen ez bada, behintzat).

EMAKUMEEN OSASUNA LANTZEKO EKINTZA ZIKLOA (HEZKUNTZA SAILAREKIN ELKARLANEAN)

TAILERRA: BULARREKO MINBIZIAREN PREBENTZIOA ETA HAUTEMATE GOIZTIARRA

Bularreko autoesplorazioa egiten ikasiko dugu, bularreko edozein anomalia goiz detektatzeko xedez.

Hizlaria: DYA Gipuzkoa

Hizkuntza: Euskara

Eguna eta ordutegia: Urriak 23, 18:30-20:30

Lekua: Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Tailer ez mistoa: Emakumeentzat bakarrik

HITZALDIA: GARAPEN AFEKTIBO-SEXUALA EMAKUMEENGAN. AUTOESTIMA HOBETZEA

Hitzaldiaren helburua emakumeen sexualitateari buruzko mitoak baztertzea izango da. Horrela, bakoitzaren beharretan oinarritutako sexualitatea ezagutu eta autoezagutza afektibo-sexual handiagoa lortuko dugu, sexualitate osasungarria eta asebetegarria garatuz.

Hizlaria: DYA Gipuzkoa

Hizkuntza: Euskara

Eguna eta ordutegia: Azaroak 13, 18:30-20:30

Lekua: Basazabal Jauregia

Hitzaldi ez mistoa: Emakumeentzat bakarrik

HITZALDIA: NUTRIZIOA ETA EMAKUMEEN METABOLISMOA. NOLA AURRE EGIN GORPUTZAREN ALDAKETEI DENBORAK AURRERA EGIN AHALA

Hitzaldi honetan emakumeok bizi ahal ditugun hainbat aldaketa aztertuko ditugu. Horietara egokitzeko eta osotasunean ongizatea lortzeko elikadura ohitura osasuntsuez arituko gara.

Hizlaria: DYA Gipuzkoa

Hizkuntza: Euskara

Eguna eta ordutegia: Abenduak 4, 18:30-20:30

Lekua: Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Hitzaldi ez mistoa: Emakumeentzat bakarrik

IKASTARO IRAUNKORRAK ETA PARTE HARTZE TALDEAK

1. IRAKURRI ETA AHALDUNDU

Ainhoa Aldazabal Gallastegui naiz. Euskal filologiako ikasketak egin nituen eta paradoxikoki irakurtzeari utzi nion. Skolastika ezagutu nuenean berreskuratu nuen irakurtzeko gogoia, plazera eta zaletasuna. Bi pasioaren uztarketak eman dit ofizioa: literaturak eta feminismoak.

Ikasturte honetan, berritasun gisa, hiru saioetara liburuen idazleak etorriko dira. Bisita horiek aukera paregabea eskainiko dute egileekin solasean aritzeko eta haien lanetan sakontzeko, horrela gure esperientzia literarioa aberastuz eta irakurzaletasuna sustatuz.

Formatzailea: Ainhoa Aldazabal Gallastegui

Hizkuntza: Euskara

Noiz: Urriak 24, azaroak 21, abenduak 19, urtarrilak 23, otsailak 20, martxoak 20, apirilak 10, maiatzak 22, ekainak 19

Ordutegia: 17:30-19:30

Iraupena: 9 saio, 18 ordu

Prezioa: 20 €

*Izena emandakoan, harreratik pasatu liburura jasotzera

**Izena emateko aukera ikasturte osoan zehar dago

2. BATUKADA

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

Formatzailea: Ainara Sarasketa eta Arantza Albizu

Hizkuntza: Euskara

Noiz: Urriak 14 eta 28, azaroak 11, abenduak 2 eta 16, urtarrilak 20, otsailak 3 eta 17, martxoak 3, 17 eta 31, apirilak 28, maiatzak 12 eta 26 eta ekainak 9

Ordutegia: 18:00-20:00

Tokia: Hilean behin Azkoitiko Xabier Muniben eta beste behin Azpeitiko Emakumeen Txokoa

Iraupena: 2 orduko 15 saio (30 ordu)

Prezioa: 37 €

3. ENREDÉMONOS: EMAKUME MIGRATUEN TOPAKETA

ENREDÉMONOS: ENCUENTRO DE MUJERES MIGRADAS

Nola gauden eta kezkatzen gaituenaz hitz egiteko eta elkar ezagutzeko elkartuko gara; kolektiboki, gure arazoak konpontzeko estrategiak pentsatzeko. Zatoz gurekin partekatzerara, elkarrekin indartsuagoak gara!! Animatu eta eman izena lehen topaketa honetan!

Nos encontraremos para hablar de cómo estamos, de lo que nos preocupa y para conocernos; para desde lo colectivo pensar estrategias para resolver nuestras problemáticas. Ven a compartir con nosotras, juntas somos más fuertes!! Anímate y apúntate a este primer encuentro!

Formatzailea: Enarak kooperatiba

Hizkuntza: Gaztelera | [en castellano](#)

Noiz: Larunbata, azaroak 16 | [sábado, 16 de noviembre](#)

Ordutegia: Konfirmatzeko (parte hartzaileekin baloratuko da) | [Por confirmar \(se valorará con las participantes\)](#)

Prezioa: Doakoa | [gratuito](#)

*Oh: jatekoa eta edatekoa egongo da

PD: [habrá comida y bebida para compartir](#)

4. EMPALABRAMIENTO

Este es un taller formativo de español para el empoderamiento de las mujeres donde se fomentarán las habilidades personales y funcionales de cada una de nosotras. Aunque esté centrado en la alfabetización y nivel básico de castellano, se adapta constantemente a las necesidades y niveles del grupo, trabajando de esta manera diversos temas. Además, se ofrecen herramientas para trabajar en colectivo y aprender las unas con las otras.

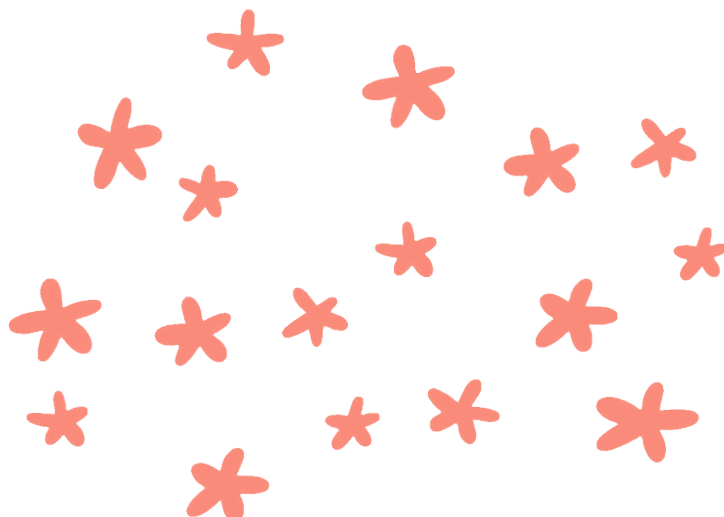
Formadora: Nerea Del Campo

Idioma: Castellano

Cuándo: Lunes, miércoles y viernes

Horario: De 10:00 a 12:00

Precio: Gratuito



PARTE HARTZE GUNEETAN IZENA EMATEKO FITXA

Izena	Abizenak
Jaioteguna	NAN
Herria eta P.K.	
Posta elektronikoa	Tlf.

Aurrez parte hartu al duzu Jabetze Eskoletan? ☐ BAI ☐ EZ

Emakumeen Txokoko ekintzen berri izan nahi duzu? ☐ BAI ☐ EZ

Nola? ☐ Whatsapp ☐ Korreo elektronikoz

(Ekintzen berri Whatsapp-ez izateko, bidaliko dizugun lehen mezuko telefono zenbakia zure agendan kontaktu bezala gorde beharko duzu, eskerrik asko)

2024ko en (e)an

Sinadura:

Markatu X batekin izena eman nahi duzun ikastaro edo ikastaroetan:

- ☐ 1. IRAKURRI ETA AHALDUNDU
- ☐ 2. BATUKADA
- ☐ 3. ZAINZAILAEN TOPAGUNEA
- ☐ 3. EMPALABRAMIENTO

Eragozpen fisikorik baduzu? Funtzionalitate anitzeko gairik? ☐ BAI ☐ EZ

Zein motatakoa?

Hurtzaindegia zerbitzurik behar duzu? ☐ BAI ☐ EZ

Lege oharra: Hemen jasotzen diren datuak fitxategi batean sartuko dira, gero Jabetze Eskolako Ebaluazio Programan aztertzeko. Azpeitiko Udalak bermatzen du datuak ez zaizkiola Jabekuntza Eskolako ez den inori emango. Datuak zuzentzeko, ezabatzeko eta parekatzeko eskubideak erabili ditzake haien titularrak, datuak babesteko legerian ezarritako terminoetan. Era berean, erabiltzaileak bere datu pertsonalak tratatzeko eta lagatzeko eskubidea atzera bota dezake edozein unetan, atzerako eraginik gabe, Datu Pertsonalak Babesteko 2018ko Europar erregelamenduak ezarritakoa dela bide.



zerbitzu eta baliabide feministak

Parekidetasunaren balioekin bat egiten duten hainbat zerbitzu eskaintzen ditugu. Horien guztien helburua emakumeen ahalduz eragitea eta jendartearekiko ikuspegi kritikoa garatzea da. Askotariko aholkularitza zerbitzuak, arreta pertsonalizatua, baliabide feministen maileguak eta abar aurkitu ditzakezue Emakumeen Txokoa. Zerbitzu guztiak konfidentzialak, profesionalak eta doakoak dira.

HARRERA ETA INFORMAZIOA

Emakumeei zuzendutako zerbitzuei buruzko informazioa. Indarkeria matxista kasuetarako zerbitzuen informazioa. Protokolo eta jarraibideen aholkularitza. Herriko parekidetasunerako baliabideen informazioa. Izen emateak. Gela eskaerak. Hitzorduak...

Astelehenetik ostegunera 9:00etatik 19:00etara eta ostiralak 9:00etatik 13:00etara

GUNE INFORMALA

Liburutegi feminista
Kontsultarako gunea
Berdintasun gaietan murgiltzeko interneterako sarbidea
Saretzeko eta egoteko gunea

LIBURUTEGI FEMINISTA

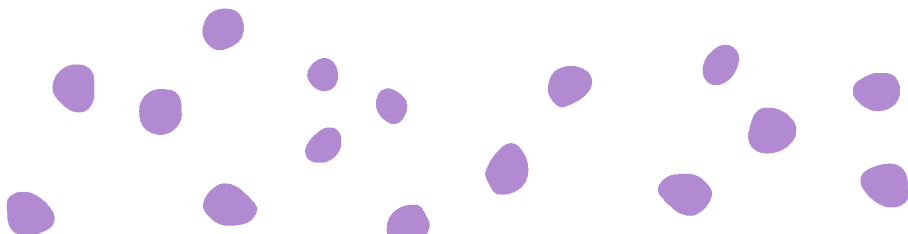
Liburu kontsultak
Liburu maileguak
Ikus entzunezkoen maileguak

*Maileguak harreran egin daitezke

ERREMINTA MAILEGUA

Etxeko lan txikietarako erreminta maileguak

*Maileguak harreran egin daitezke



AHOLKULARITZA JURIDIKOA

Prozesu judizialen inguruko informazioa eta horien inguruko aholkularitza feminista eskaintzen duen zerbitzua da.

Emakumeek beraien prozesuetan autonomia eta ahalduntzea garatzeko tresnak eskaintzen dira. Askotariko gaiak jorratzen dira.

Hilean bi ostegunetan, 16:00etatik 19:00etara.

*Aurrez hitzordua hartu behar da 688 751 000 telefonora deituta

**Hitzordura ezin bazara azaldu, abisatu 48 ordu lehenago, gutxienez.

PARA LEER
EL TEXTO
EN OTROS
IDIOMAS,
MIRA AQUÍ



LARDAXKA: SEXU, GENERO ETA BIKOTE AHOLKULARITZA

Sexuaren, generoaren eta sexuen arteko harremanen inguruko ezinegonak, zalantzak eta zailtasunak argitzeko zerbitzua da. Herritar orori zuzenduta dago eta banaka, bikotean zein kolektiboan erantzungo da: aurrez aurre, telefonoz edo era telematikoa.

Bi asteartean behin, 10:00etatik 13:00etara eta 16:00etatik 19:00etara.

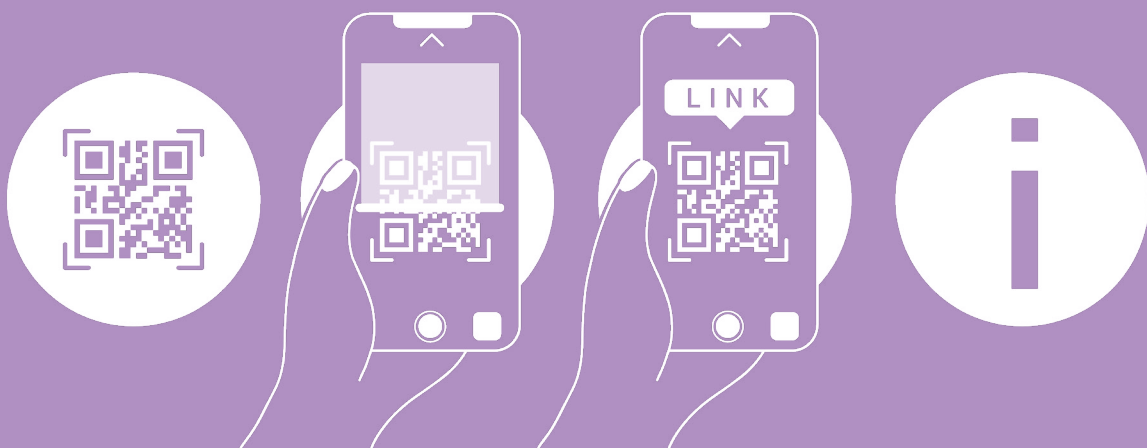
*Aurrez hitzordua eskatu behar da Emakumeen Txokoan edo 688 751 000 telefonora deituta

** Online bidezko kontsulta egiteko aukera.

PARA LEER
EL TEXTO
EN OTROS
IDIOMAS,
MIRA AQUÍ



¿CÓMO ESCANEAR UN CÓDIGO QR?





indarkeria matxistari aurre egiten

Egungo jendartean, emakumeok emakume izateagatik indarkeria matxista pairatzen dugula jakinekoa da. Hainbat indarkeria mota jazo ditzakegu, besteak beste, genero-indarkeria, familia barruko indarkeria sexista, sexu indarkeria edota jazarpen sexuala. Askotariko aurpegiak ditu indarkeriak eta, beraz, forma ugari har ditzake bortizkeria horrek; hots, psikologikoa, fisikoa, ekonomikoa edota soziala izan daiteke.

Indarkeria mota eta forma horiei guztiei aurre egin badiozu noizbait, aurre egiten ari bazara edo egoera horretan dagoen norbait ezagutzen baduzu, babesleku emozional eta sozialerako espazioa dugu Emakumeen Txokoan. Maila indibidualetik harago, kolektiboan elkar zaintzeko espazioa, alegia.

Informazio gehiago beharko bazenu, jarri gurekin harremanetan.



