



**UROLA  
GARAIKO  
JABETZE  
ESKOLA**

**2020**

**EGITARAUA / PROGRAMA**

# ZER DA?

# ¿QUÉ ES?

## ZER DA jabetzea?

Ikasketa eta kontzientzia prozesu bat da jabetzea. Munduko emakumeok jasaten dugun bazterkeria eta gutxiespen egoeraz jabetu, eta gizarte egituren aurka egiteko erremintak eskaintzen dizkigu.

## ZER DA Jabetze Eskola?

Jabetze Eskola ez da ohiko prestakuntza leku bat, hori baino gehiago da. Mugimendu feministak errealitatea izendatzeko asmatutako ezagutzak erreproduzitzen ditu modu kolektibo eta partekatuan. Mundu ikuskera aldatu, eta aldi berean, mundua eraldatzen lagunduko digun bizi esperientzia bat lortzea da helburua.

Espazio hau emakumeon partaidetza eta jabetzea sendotzeko, eta, gizarte justuago, anitzago eta osoago bat lortzeko dago pentsatua.

Bestalde, Jabetze Eskolen helburua da emakumeon arteko sareak sortu eta ikusgaitasuna lortzea, horrela, gure herrietan subjektu aktibo eta parte hartzaileagoak izateko. Izan ere, beharrezkoa da bazterkeria errealitate honi aurre egitea.

**Gure arma gure jakituria izango da, hau da, sortzea, gehiago ezagutzea, barre egitea, produzitzea, dantza egitea, gozatzea eta eraldatzea!**

## ¿QUÉ ES el empoderamiento?

Llamamos empoderamiento al proceso de aprendizaje y concienciación a través del cual las mujeres de todo el mundo hemos podido denunciar y luchar contra la situación de discriminación e inferioridad a la que nos somete el sexismo que estructura las sociedades de todo el mundo.

## ¿QUÉ ES la escuela de empoderamiento?

No se trata de un lugar de formación típico, más bien, reproduce la metodología de producción colectiva y compartida de saberes que el movimiento feminista creó para poder nombrar la realidad que viven las mujeres. Se trata de vivir una experiencia que cambie nuestra percepción del mundo, pero que al mismo tiempo nos dote de herramientas para cambiar el mundo.

Este espacio está pensado para potenciar la participación y el empoderamiento de las mujeres, y para conseguir una sociedad más justa, diversa y completa.

Se trata de un proyecto que crea redes de mujeres que nos ayuden a ser más visibles, más activas y participativas en nuestros municipios.

Es necesario combatir esta realidad discriminatoria.

**Nuestras armas serán nuestros saberes, crear, conocer más, reír, producir, bailar, disfrutar y ¡transformar!**

Ekintza guztiak doakoak dira eta aurretik abisatuta hartzaindegi zerbitzua egongo da.  
Todas las actividades son gratuitas y se podrá contar con servicio de guardería previo aviso.

Egutegia ikasleen arabera kudeatuko da.  
El calendario se gestionará en función de las necesidades de las alumnas.

Ikastaro guztiak Urola Garaiko Emakumeen\* Etxean izango dira. Pagoeta Auzoa 1, Urretxu.

Todos los cursos serán en la Casa de Mujeres\* de Urola Garaia. Pagoeta auzoa 1, Urretxu.

**EZINBESTEKOA DA IZENA EMATEA**  
**ES IMPRESCINDIBLE APUNTARSE**

Izena emateko epea ikastaroa hasi baino 2 egun lehenago bukatzen da.

Para matricularte en cualquiera de los cursos, puedes hacerlo hasta 2 días antes de su comienzo.

# INFORMAZIOA MATRIKULA INFORMACIÓN MATRÍCULA

943 25 23 89

[jabekuntzaeskola@gmail.com](mailto:jabekuntzaeskola@gmail.com)

 Berdintasuna Urola Garaia

 @UGberdintasuna

 Berdintasuna Urola Garaia

## COVID-19 NEURRIAK

Covid-19ak eskatzen dituen segurtasun eta garbitasun neurriak hartu ditugu.

## MEDIDAS COVID-19

Hemos tomado las medidas de seguridad e higiene necesarias debido al Covid-19.



# JABETZE ESKOLAKO TALDE FINKOAK

LOS GRUPOS DE LA ESCUELA DE EMPODERAMIENTO

Programan azaltzen diren tailerrez gain, Urola Garaiko Jabetze Eskolan, Emakume Talde ezberdinak biltzen gara astero. Talde hauek zure parte hartzera irekita daude; are gehiago, zurekin parte hartzeko irrikan gaude. Parte hartzeko jarri gurekin harremanetan telefonoz edo posta elektroniko bidez.

Además de los talleres que ofrecemos en el programa, en la Escuela de Empoderamiento también nos reuniremos diferentes grupos, normalmente todas las semanas, los grupos están abiertos a tu participación, y estaremos encantadas de que te sumes. Si te interesa venir o saber más, llámanos o escríbenos al teléfono o correo de contacto.

## ENVEJECER BONITO

Tailer honetan, Urola Garaiko emakume helduek, beraien bizi etapetako prozesuak partekatzeko aukera izango dute, taldekako zein banakako boteretzea ikuspegi feminista batetik landuz.

Es un espacio donde abordar todas las dimensiones de esta etapa, para encontrar claves que permitan a las mujeres afrontar dificultades, pero también las oportunidades y ganancias.

**Hilabeteko 1. eta 3. asteartekak.**  
**Primera y tercera semana del mes, martes.**

 17:30-19:30

## EMAKUME MUSULMANEN AHALDUNTZEA ETA ALFABETATZEA / ALFABETIZACIÓN Y EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES MUSULMANAS

Talde honetan, bizitza autonomia aurrera eramateko tresna linguistiko minimoak ezagutzen ez dituzten emakume musulmanentzako gaztelerazko oinarritzko ezagutza lantzen da. Bestalde, kurtsuan zehar emakume musulmanen ahalduntzerako ikastaro eta hitzaldiak ere egiten dituzte.

En este grupo, se trabaja el conocimiento del castellano básico para mujeres musulmanas que no conocen las mínimas herramientas lingüísticas para poder llevar una vida autónoma. Durante el curso también se organizan cursos y charlas para el empoderamiento de las mujeres musulmanas.

**Astelehena eta asteazkena.**  
**Lunes y miercoles.**

 14:30-16:30

## ZAINTZAILE EMAKUME TALDEA / GRUPO DE MUJERES CUIDADORAS

Beti besteak zaintzen ari zara? Zure buru baino besteenak gehiago arduratzen zaitu? Talde honetan, bi orduz, besteak zaintzeari uzten diogu geure buruak zaintzeko.

¿Siempre estas cuidando de los demás? ¿Te preocupas más de otras personas que de ti misma? En este grupo, durante dos horas, dejamos de cuidar a los demás, para cuidarnos a nosotras mismas.

## SUA, EMAKUME ETORKINEN TALDEA / GRUPO DE MUJERES MIGRADAS SUA

Sua taldea, jatorri eta kultura aniztetatik etorritako Urola Garaiko emakume etorkinez eratutako taldea da.

Somos un grupo de mujeres migradas, dándonos fuerza las unas a las otras, vamos construyendo nuestro proceso de empoderamiento.

**Osteguna.**  
**Jueves.**

 16:30-18:30

## GURE BURUA MAITATUZ / APRENDIENDO A QUERERNOS

Talde honetan gure autoestimua hobetzeko tresnak lantzen ditugu. Gure burua kontutan hartzea ezinbestekoa da. Beti jartzen ditugu besten arazoak edo nahiak gure osasun eta gure onuren gainetik.

En este grupo trabajamos para desarrollar instrumentos que nos hagan recuperar la autoestima. Aprendemos a tenernos en cuenta, a dejar de ocuparnos de todo y de todo el mundo a costa de nuestra salud y bienestar.




# TALLERES TAILERRAK

## NOLA EGIN AURRE INDARKERIA MATXISTARI: ONDO EGINDAKOAK ETA ERRONKAK

## CÓMO HACER FRENTE JUNTAS A LA VIOLENCIA MACHISTA: ACIERTOS Y RETOS

Indarkeria matxistaren aurrean ahalduntze indibidual eta kolektiboa sustatzea da ikastaro honen helburua. Horrela, indarkeria matxistak nola jarduten duen sakonki aztertzea da asmoa; ulertuz, zergatik den horren zaila indarkeriazko harreman batetik irtetea eta dauden zerbitzu legal eta sozialak ezagutzea. Bestalde, parte hartzaileei indarkeria matxistan jasaten ari diren emakumeen bidelagun izaten lagunduko dien erreminta teoriko, metodologiko eta emozionalak eskaintzea izango da xedea.

El objetivo del taller es impulsar el empoderamiento personal y colectivo de las mujeres para hacer frente a la violencia machista. Logrando así alcanzar una comprensión profunda de cómo opera la violencia machista, en concreto, entender por qué es tan difícil salir de una relación violenta y conocer los recursos legales y sociales existentes. También dotar a las participantes de herramientas teóricas, metodológicas y emocionales que les permita apoyar y acompañar a mujeres que estén viviendo una situación de violencia machista.

 **Urriak 20 eta 27; azaroak 3,10, 17 eta 24; abenduak 1 eta 15; urtarrilak 19 eta 26 / 20 y 27 de octubre; 3, 10, 17, 24 de noviembre; 1 y 15 de diciembre; 19 y 26 de enero**

Asteartea / Martes  
17:30-19:30


**Dinamizatzailea / Dinamizadora:**  
Beatriz Zalakain eta Ana Murcia  
**Hizkuntza / Idioma:** *Castellano*

**Erdi presentziala (on-line eta presentziala)**  
**Semi-presencial (on-line y presencial)**

## EMAKUMEAK MUGIMENDUAN / MUJERES EN MOVIMIENTO

Gure dantza eta mugimendu propioak atera ditzagun! Beste emakume batzuekin, bakoitzak nahi duen bezala eta eparirik gabe dantza egiteko, elkar ezagutu eta zaintzeko espazio bat da. Ez dago dantzan jakin beharrik eta emakume guztiak izango dira ongi etorriak.

¡Disfrutemos de nuestra propia danza y movimiento! Entre mujeres, bailando sin juicio como cada una prefiera, un espacio para conocernos y cuidarnos. No hay que saber bailar y todas las mujeres serán bienvenidas.

 **Urriak 23; azaroak 6 eta 20; abenduak 4 eta 18 / 23 de octubre; 6 y 20 de noviembre; 4 y 18 de diciembre**

Ostirala / Viernes  
09:30-11:00


**Dinamizatzailea / Dinamizadora:**  
Oihane Vicente Aguirrezabal  
**Hizkuntza / Idioma:** *Elebitan / Bilingüe*

**Presentziala / Presencial**

## ALPARGATA TAILERRA / TALLER DE ALPARGATA

Ahalduntze pertsonal eta kolektiboa, saretzea, beldurrak kentzea, sorkuntza bultzatzea eta autoestima lantzea dira ikastaroaren helburua. Hori guztia, material birziklatuak erabiliz, alpargatak egiten ditugun bitartean.

Taller para mujeres en el que trabajamos el empoderamiento, en clave personal y colectiva, tejiendo redes, quitando miedos, fomentando la creatividad y la autoestima...mientras aprendemos a confeccionar alpargatas a partir de materiales reciclados.

 **Azaroak 3, 10, 17, 24 eta abenduak 1 / 3, 10,17,24 de noviembre y 1 de diciembre**

Asteartea / Martes  
09:30-12:30


**Dinamizatzailea / Dinamizadora:**  
Marian Idiaquez  
**Hizkuntza / Idioma:** *Elebitan / Bilingüe*

**Presentziala / Presencial**

## GATAZKAK ERALDATU / TRANSFORMAR LOS CONFLICTOS

Gure egunerokoan egoera asko bizi ditugu inguruko pertsonekin gatazkara eramaten gaituztenak. Eta gatazka zerbait txarra eta ekidin beharrekoa denaren susmoa dago. Ikastaro honetan ideia hori eraldatuko dugu, gatazka guztion bizitzetako gauza natural gisa ulertuz. Gakoa gatazkaren kudeaketan dago.

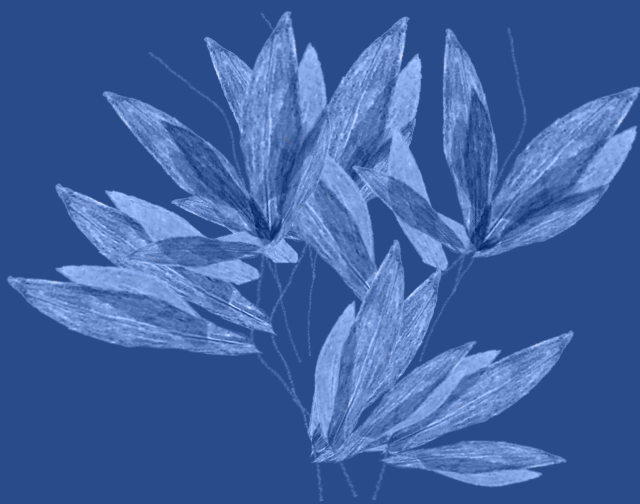
En nuestro día a día vivimos constantemente situaciones que nos llevan al conflicto con las personas de nuestro entorno. Y existe la creencia de que el conflicto es algo negativo, que tenemos que evitar. En este taller vamos a transformar esta idea, entendiendo el conflicto como un hecho natural en la vida de las personas. Todo depende de la gestión que hagamos de él.

 **Azaroak 6 eta 7 / 6 y 7 de noviembre**  
*Ostirala (17:00-20:00) eta larunbata (10:00-14:00/ 16:00-19:00)*  
*Viernes (17:00-20:00) y sábado (10:00-14:00/ 16:00-19:00)*

**Dinamizatzailea / Dinamizadora:**  
Anahí Sarasola  
**Hizkuntza / Idioma:** *Castellano*

**Presentziala / Presencial**





EMAKUMEEN ETA GIZONEN BERDINTASUNERAKO ARLOA  
ÁREA PARA LA IGUALDAD DE MUJERES Y HOMBRES  
MANCOMUNIDAD UROLA GARAIA UDAL-ELKARTEA

Gipuzkoako  
Foru Aldundia  
Diputación Foral  
de Gipuzkoa



jabetze eskola