EMAKUMEONTZAKO JABEKUNTZA ESKOLA

2025

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO PARA MUJERES

ÉCOLE D'AUTONOMISATION DES FEMMES

ŞCOALĂ PENTRU EMANCIPAREA FEMEILOR

مدرسة التمكين للنساء

Udaberria / Primavera / Printemps
Primăvara / ربيع

Urnietako udala

Jabekuntza eskola

LOTSAK BANDOZ ALDATU BEHAR DU

La vergüenza tiene que cambiar de bando

La honte doit changer de camp

Rușinea trebuie să schimbe tabăra

على العار أن يغيّر وجهته

GISELLE PELICOT

INFORMAZIOA ETA IZEN EMATEA

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES
INFORMATION ET INSCRIPTIONS
INFORMAȚII ȘI ÎNSCRIERI
المعلومات و التسجيل

EPEA / PLAZO

URTARRILAK 10-20 ENERO

PRESENTZIALA / PRESENCIAL
Bertan: 943 00 80 00
Astelehena- Ostirala / Lunes-Viernes: 7:30-14:30

Gazte Informazioa: 943 034 339 • 650 250 356
Astelehena-Osteguna / Lunes-Jueves: 16:45-19:30

ONLINE
https://www.urnieta.eus/eu/-/emakumeontzako-jabekuntza-eskola

OHARRAK

ATENCIÓN

PLAZA MUGATUAK

PLAZAS LIMITADAS

Izena ematea derrigorrezkoa da
Inscripción obligatoria

Jarduera burutu ahal izateko gutxieneko izen-emate kopurua 5 pertsonakoa izango da
El número mínimo de inscripciones para poder realizar la actividad será de 5 personas

ZAINTZA ZERBITZUA

SERVICIO DE CUIDADO

Gutxienez ekintza hasi baino 15 egun aurretik eskatu
Solicitar al menos 15 días antes del comienzo de la actividad

EGITARAUA

PROGRAMACIÓN

Programme

Program

برنامج

IRAKURLE ESKOLA FEMINISTA

GRUPO DE LECTURA FEMINISTA

OTSAILAK 5 FEBRERO
APIRILAK 3 ABRIL
EKAINAK 5 JUNIO

16:00-18:00 **Euskaraz**

LEKAIO

6 ordu / *horas*

6€ Erroldatuak / *Empadronadas*
12€ Erroldatu gabeak / *No empadronadas*

MAIDER KERY AVARISTO IZIAR
EMAGIN

Irakurle talde honetan ahalduntze eta kontzientziatze feministan sakonduko dugu. Horretarako, esperientzia eta pentsamendu feministek sorturiko galderak, kezkak, giltzarriak eta diskurtsoak izango ditugu eztabaidagai. Euskal Herriari zein euskal kulturari buruzko pentsamendu kritiko-feminista garatzeko asmoz trukerako gune bat sortuz.

En este grupo de lectoras profundizaremos en el empoderamiento y concienciación feminista. Para ello, debatiremos las preguntas, inquietudes, claves y discursos generados a partir de experiencias y pensamientos feministas. Creando un espacio de intercambio para desarrollar un pensamiento crítico-feminista sobre Euskal Herria y la cultura vasca.

BARREZ LEHERTZEN!

AY QUE ME MEO

BEATRIZ EGIZABAL ETA PAKI CABALLERO

Emakume hori barrez ari da beti…………………………….Ez da arduratsua izango.

Emakume horrek ez du inoiz barre egiten……………… Amargatuta egongo da.

Emakume horrek guztiarekin egiten du barre……….. Tuntun samarra izango da.

Emakume horrek ez du ezergatik ere barre egiten………Handiustea izango da.

Emakume horrek graziosa dela uste du. …………………Baina emakumeak ez dira umoregile onak.

Gustoko dut emakume horren umorea………………Ez du emakume bat ematen.

Esa mujer siempre se está riendo…………… No será responsable.

Esa mujer nunca se ríe……………………………Estará amargada.

Esa mujer se ríe de todo………………………..Será un poco tonta.

Esa mujer no se ríe de nada……………………Será una estirada.

Esa mujer se cree graciosa. ……………………..Pero las mujeres no son buenas humoristas.

Me gusta el humor de esa mujer……………. No parece una mujer.

LARUNBATA I SÁBADO
OTSAILAK 22 FEBRERO
MARTXOAK 1 MARZO
9:30-13:30 **Elebitan** | Bilingüe
SAROBE

8 ordu / *horas*
8€ Erroldatuak / *Empadronadas*
16€ Erroldatu gabeak / *No empadronadas*

Arduragabeak, amargatuak, tuntunak, handiusteak, umoregile kaskarrak, emakumeak ez diruditenak…. ongi etorriak izango dira tailer honetan. Barre egingo dugu elkarrekin, hasteko eta behin geure buruari egingo diogu barre. **Sudur gorri** batekin kamuflatuta anonimotasuna mantenduko dugu.

Pues aquí son bienvenidas las irresponsables, las amargadas, las tontas, las estiradas, las malas humoristas y las que no parecen mujeres. Reiremos todas juntas, empezando por reírnos de nosotras mismas. Camufladas con una **nariz roja** mantendremos el anonimato.

MUNDUKO EMAKUME IDAZLEEN IRAKURKETA-KLUBA

CLUB DE LECTURA ESCRITORAS DEL MUNDO

OSTEGUNA I JUEVES
MARTXOAK 6 MARZO
MAIATZAK 8 MAYO

18:30-20:30 **Castellano**

LEKAIO

4 ordu / *horas*

4€ Erroldatuak / *Empadronadas*
8€ Erroldatu gabeak / *No empadronadas*

ISABEL ALLENDE-ROBRERO
Elkarrekin Hazi Elkartea

Irakurketa-klub honetan munduko hainbat herrialdetako idazleen lanez gozatuko duzu, emakumeek testuinguru eta errealitate soziokultural ezberdinetan bizi duten egoera zuzenki edo zeharka aztertzen dutenak.

En este club de lectura disfrutarás de obras de escritoras de diferentes países del mundo que tratan, directa o indirectamente, la situación de las mujeres en diferentes contextos y realidades socioculturales.

OINARRIZKO BRIKOLAJE TAILERRA

TALLER DE BRICOLAJE BÁSICO

LARUNBATA I SÁBADO
OTSAILAK 8 FEBRERO
APIRILAK 26 ABRIL
9:00-14:00 **Castellano**
LEKAIO

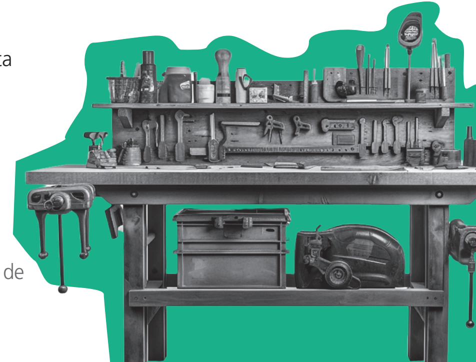
10 ordu / *horas*
10€ Erroldatuak / *Empadronadas*
20€ Erroldatu gabeak / *No empadronadas*

CARMEN MELCHOR SERNA

Instaladora de fontanería, gas y calefacción

Ikastaro honetan, helburu nagusia da gure etxeko bizitzan autonomoagoak izatea eta oinarrizko brikolajeari buruzko nozioak ikastea, hala nola: zulagailuak eta barautsak erabiltzea, torlojuak sartzea eta ateratzea, kaladora maneiatzea, bisagrak jartzea, txorrotak muntatzea, zisterna baten funtzionamendua eta arriskuak prebenitzeko oinarrizko jarraibideak jasotzea eta modu seguruan lan egitea.

En este curso el objetivo principal es ser más autónomas en nuestra vida doméstica y aprender nociones de bricolaje básico, como por ejemplo: uso de taladros y brocas, destornilladores y atornilladores, manejo de caladora, colocación de bisagras, montaje de grifos, funcionamiento de una cisterna y pautas básicas para la prevención de riesgos para trabajar de forma segura.



ZORU PELBIKOA INDARTZEKO TAILERRA

TALLER PARA FORTALECER EL SUELO PÉLVICO

ASTELEHENA I LUNES
MARTXOAK 17, 24, 31 MARZO
APIRILAK 7 ABRIL

18:00-19:30 **Elebitan** | Bilingüe

SAROBE

6 ordu / *horas*

6€ Erroldatuak / *Empadronadas*
12€ Erroldatu gabeak / *No empadronadas*

MAIDER CALVO
Kirol teknikaria eta entrenatzaile pertsonala

Zoru pelbikoa, emakumeon gorputzeko atalik garrantzitsuenetako bat izan arren, oraindik ere askotan ezezaguna zaigu. Tailer honen helburu nagusia autokonexioa izango da, gaian sakonduko dugu teoria eta ariketak uztartuz, geure egunerokoan baliagarriak egingo zaizkigun tresnak eskuratzeko.

El suelo pélvico, a pesar de ser una de las partes más importantes del cuerpo de las mujeres, sigue siendo el gran desconocido. En este taller nuestro principal objetivo será la auto conexión y profundizaremos en el tema con teoría y ejercicios a prendiendo herramientas para nuestro día a día.

MEDITAZIOA ETA BARNE MUNDUA

MEDITACIÓN Y MUNDO INTERIOR

LEIRE LACA
Ona meditazioa eta coaching

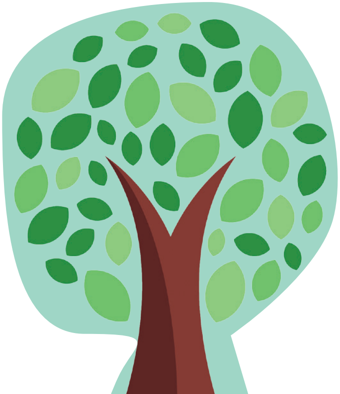
Bi saio hauetan geure buruarekin konektatzen ikasiko dugu meditazio eta Coaching bidez. Hemen, gure buruaren joan etorriak ulertzeaz gain, hauek sortzen dituzten korronte emozionalen kudeaketa landuko dugu. Gure barne munduaren ezagutzak eta lanketak, bizi kalitate hobeago batetara gerturatze gaitu. Azken finean nor da gu geu baino garrantzitsuagoa bizi honetan? Besteei geure onena eman ahal izateko, gu geu, geure onean egon behar gara. Gure ongizatera itzultzeko teknika eta informazio ugari izango dugu bertan.

En estas dos sesiones aprenderemos a conectar con nosotras mismas a través de la meditación y el coaching. Aquí, además de comprender nuestras idas y venidas, trabajaremos la gestión de las corrientes emocionales que éstas generan. El conocimiento y la elaboración de nuestro mundo interior nos acerca a una mejor calidad de vida. ¿Quién es al fin y al cabo más importante que nosotras mismas en esta vida? Para poder dar a los demás lo mejor de nosotras, tenemos que estar en nuestro bien. Contaremos con un amplio abanico de técnicas e información para volver a nuestro bienestar.

LARUNBATA I SÁBADO
MARTXOAK 15, 29 MARZO
10:00-12:00 **Euskaraz**
XOXOKAKO Eskola Zaharra

4 ordu / *horas*

4€ Erroldatuak / *Empadronadas*
8€ Erroldatu gabeak / *No empadronadas*



INFORMAZIOA ETA IZEN EMATEA

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES
INFORMATION ET INSCRIPTIONS
INFORMAȚII ȘI ÎNSCRIERI / المعلومات والتسجيل

Urtarrilak 10-20 Enero
Izena ematea derrigorrezkoa da
Inscripción obligatoria
Bertan | Gazte Informazioa
https://www.urnieta.eus/eu/-/emakumeontzako-jabekuntza-eskola

INFORMAZIO GEHIAGO / MAS INFORMACIÓN:
Berdintasun atala / Sección de Igualdad
943 00 80 00 · 688 680 831
berdintasuna@urnieta.eus

Urnietako udala
Jabekuntza eskola
Urnieta App