



ETXELILA

Emakumin Topaleku
ondarroan



2024-2025 PROGRAMAZIOA

zerbitzu berriak

EMAKUMEENTZAKO AHOALKULARITZA JURIDIKOA

Zerbitzuaren aurkezpena: **urriak 17, 19:00etan.**

Zer da?

Ikuspuntu feministatik eskainitako doako aholkularitza juridiko espezializatua. Gai juridiko desberdinetan arreta, informazioa, orientazioa eta aholkularitza.

Nori zuzenduta dago?

Ondarroako emakume guztiei zuzendutako dago, eta zerbitzua jaso dezakete bizi duten gatazkaren fasea edozein izanda ere: prozesu judizialen aurreko egoerei buruz, martxan dauden prozesu judizialen inguruan eta hauek izan ditzaketen ondorio eta eraginei buruz.

Zein gairi buruz eskatu dezaket informazioa eta aholkularitza?

- Emakumeenganako diskriminazio eta indarkeria egoeren gaineko informazioa.
- Emakumeen kontrako erasoei buruzko prozesu penalak.
- Banaketa, dibortzioa eta prozesu horietatik sortutako gatazkak.
- Mantenu pentsioen ordainketa ezak, bisita erregimenen ez betetzeak.
- Atzerriartasunarekin lotutako gaiak (atzerriartasun legearen aplikazioa).
- Informazioa eta aholkularitza etxeko langile zein zaintza arloan etxeetan lan egiten duten langileei eta hauek kontratatzen dituztenei.
- Laguntza sozialak eta bestelako kontsultak.

Ordutegia: Zerbitzua **hilabetean bi egunetan** emango da Etxellan, **egunetan, 16:00etatik 19:00etara.**

Ezinbestekoa da **txanda aurretiaz** hartzea: aurrez aurre Etxellako bulegoan, posta elektronikoz (**etxelila@ondarroa.eus**) edo telefonoz (**94-613 40 08 / 664 54 73 67**).

AOK-DA-RUC

zerbitzu berriak

SEXU AHOHKULARITZA BULEGOA

Zerbitzuaren aurkezpena: **urriak 15, 19:00etan.**

Zer da?

Sexualitatearen inguruko gai ezberdinen informazioa eta aholkularitza jasotzeko zerbitzua da. Sexualitate eta indarkeria matxistaren prebentzioaren inguruan arreta zuzena eskainiko da: informazioa, aholkularitza eta akonpainamendua.

Nori zuzenduta dago?

Herritar guztiei zuzendua dago. Adin ezberdinetako pertsonak sexu eta genero gaien inguruan dituzten premiei erantzungo zaie. Sexualitatearekin lotutako gaietan orientatu eta aholkatuko da. Arreta pertsona, talde eta kolektiboek eskainiko zaie.

Zerbitzua aurrez aurrekoa izango da. Kontsultak, posta elektronikoz (sexuaholkularitza@ondarroa.eus) eta Instagram bidez (@lahia3.0) egin daitezke.

Ordutegia:

Aurrez aurreko zerbitzua **hilabetean bi egunetan emango da Etxelilan, martitzenetan, 16:30etik 19:30era.**

Nahi izanez gero, **txanda aurretiaz** hartu daiteke Etxelilako bulegoan: posta elektronikoz (etxelila@ondarroa.eus) edo telefonoz (**94-613 40 08 / 664 54 73 67**).

SEXUALITATEA

EMAKUMEENTZAKO JABEKUNTZA ESKOLA 2024-2025

Ondarroako emakumeen eraldaketa pertsonal eta kolektiboa sustatzeko proiektu da Jabekuntza Eskola, 2005etik martxan dagoena. Emakumeek gizartean eta politikan parte har dezaten, topaketa, hausnarketa, elkartrukea, kontzientzia hartzea eta emakumeen kolektiboak eta sareak sortzea bultzatzen dira Jabekuntza Eskolatik. Urtez urte, emakumeei zuzendutako askotariko ikastaro eta formazioak antolatu eta egiten dira Etxelilan.

Ikastaroetan parte hartzeko BEHARREZKOA DA aurretiaz izena ematea eta matrikulatzea.

MATRIKULAZIOA • *informazioa*

- **Izena emateko:** Matrikula-fitxa bete eta ordainketa egin behar da **Etxelilan** (Artibai 3, goiko pisuan). Ikusi Etxelilako **ordutegia** azken orrialdean. Matrikula ez da onartuko matrikula-fitxa bete eta ikastaroa ordaindu arte. Eta behin matrikula egin da, baja emanez gero, ez da dirurik itzuliko.
- Ikastaro bakoitzaren **prezioa:** 5-10 euro. Oinarrizko errenta jasotzen dutenek eta **20 urtetik beherrako gazteek, ostera, %50eko deskontua izango dute.**
- Plaza-kopurua: Ikastaro bakoitzeko lagun-kopurua bete ahala itxi egingo da matrikulazioa. **Talde bakoitzeko, gutxienez, 7 lagun.**



Zaintza zerbitzua
TXIRRIMORRASKI



Ikastaroetan zaintza-zerbitzua eskainiko da, baina ezinbestekoa da zerbitzua beharko dela jakinaraztea matrikula-fitxan edo beranduenez ikastaroa baino **astebete aurretik**.

IKASTAROKO

LITERATUR TAILERRA: EUSKAL EMAKUMEEN LITERATURA

Ikastaro honetan euskal literaturan emakumeek egin dituzten ekarpenez hitz egingo dugu. Literatur kritika feminista ardatz, ahozko literaturatik hasi eta idatzizko literaturara arituko gara. Euskal literatura modernoari hasiera eman zioten emakume idazleetatik hasi eta gaur egungo idazleetarainoko ibilbidea egingo dugu.

Dinamizatzailea:
Ainhoa
Aldazabal Gallastegi

Egutegia:
Urriak 11 eta 25 / Azaroak 22 /
Abenduak 20 /
Urtarrilak 10 eta 24 / Otsailak 21 /
Martxoak 7 eta 21 / Apirilak 4 /
Maiatzak 9 eta 16 (barikuak)

Orduetgia:
17:00-19:00

Matrikula:
10 euro

EUSKAL WIKI-EMAKUMEOK ONDARROAN

Euskal Wikiemakumeok helburu bikoitzaz sortutako proiektua da. Lehenengo helburua da ikusaraztea emakumeek egin dituzten ekarpenak, era askotarikoak, eta ekarpen horiek egin dituzten emakumeak bistaraztea. Bigarrena, aldiz, euskara bultzatzea, euskaraz ekoitziz eta euskarazko Wikipedia zabalduz. Beste herri batzuetako esperientzietatik abiatuta (Oiarzun, Artea, Dima, Durango) proiektua Ondarrun aurkeztuko da bertan abiatzeko asmoz. Herrian bertan wikilari aritzeko tresnak eta bitartekoak eskainiko dira ikastaro honetan.

Dinamizatzaileak:
Marisa Barrena
eta
Maripa Garaizabal,
Durangoko
wikilariak.

Egutegia:
Urriak 16,
urriak 30 eta
azaroak 13
(eguztzenak)

Orduetgia:
18:00-20:00

Matrikula:
5 euro

EMAKUMEEN ZIKLOAK ETA OSASUN HORMONALA

Ikastaro hau hilekoa dutenentzat eta ez dutenentzat da. Saion egitura honako izango da: osasun hormonala zerk indartzen duen eta zerk ahultzen duen ulertzea (elikaduraz, bizi estiloaz eta bostikez ariko da hemen, ezinbestean), bizitzaren atal ezberdinetan dauden behar ezberdinetan sakontzea horretarako sendabelarretan oinarritutako erremedio eta baliabide konkretuak landuz. Lehen tailerrean hilekoan zentratua, baliabideak emango dira mina, desorekak eta sor litezkeen arazoak tratatzeko; bigarrenean, oreka hormonala izateko elikadura eta bizi ohituretan zentratuko da, eta hirugarrenean menopausiaz arituko gara luze-zabal.

Dinamizatzailea:
Garbiñe Larrea Iturralde.

Egutegia:
Urriak 19 / Azaroak 16 / Abenduak 14
(zapatuak)

Orduetgia:
10:30-12:30

Matrikula:
10 euro

COACHING FEMINISTA: GATAZKAK AUKERA BEZALA

Ikasturte osoko autolaguntza taldea bat sortzea da ikastaroaren helburua, dinamizatzaile baten bidelaguntzarekin. Talde horretan, elkar entzun, elkarrekin hausnartu eta batak bestearengandik ikasteko aukerak zabalduko dira. Gainera, hilean behineko saio hauetan, bizipen eta egoera desberdinak kudeatzeko tresnak emango zaizkie parte hartzaileei.

Dinamizatzailea:
Nerea Redondo Otamendi.

Egutegia:
Urriak 24 / Azaroak 21 / Abenduak 19 / Urtarrilak 23 / Otsailak 20 / Martxoak 20 / Apirilak 10 / Maiatzak 15
(eguenak)

Orduetgia:
17:00-19:00

Matrikula: **10 euro**

ZORU PELBIKOA LANTZEN

Ikastaro honetan gure gorputzei egokitutako jakintza geureganatuko dugu, nola zaindu eta nola landu ariketa hipopresiboen bidez. Ariketa horien bidez, emakumeek urteen eraginez edo ama izatearen ondorioz izan ditzaketen arazoak tratatu, gutxitu edo eragozteko balio dute hipopresiboek.

Dinamizatzailea:
Nagore Basterra Berridi,
fisioterapeuta eta osteopata.

Egutegia:
Urtarrilak 8, 15, 22, 28.
Otsailak 5, 12, 19, 26
Martxoak 5 eta 12
(eguaztenak)

Orduetgia:
12:00-13:00

Matrikula:
10 euro

BIZIKLETA-MEKANIKAKO TAILERRA

Bizikleta-mekanikarekin eta erremintekin trebatzea izango da ikastaroaren helburua, ikuspegi transformatibista oinarrituta eta ahalduz kolektibo zein indibidualerako. Zati teoriko eta praktikoa izango ditu eta norbere bizikletaren autogestioa lortzera bideratuta egongo da.

Dinamizatzailea:
Naiara Fernandez Castro.

Egutegia:
Maiatzak 7 eta 14 (eguaztenak)

Orduetgia:
17:00-19:00.

Matrikula:
5 euro

GIZONAK ETA FEMINISMOA IKASTAROAK



Maskulinitateari buruzko gogoeta kritikoa sustatu nahirik, gizonen zuzendutako ikastaroak dira. Saio bakoitzean, gai zehatz bat jarriko da oinarrian, hausnarketak, iritziak eta esperientziak elkar-trukatzeke, dinamizatzaile baten gidaritzapean. Oraingo honetan, Asier Arizkorreta Hurtado izango dugu ikastaro guztien dinamizatzailea, Emagin Elkartearen kidea.

IZEN EMATEA: tailer bakoitza independentea da eta ez da beharrezkoa guztietan izen ematea. 5€ izango da ikastaro bakoitzaren matrikularen prezioa.

INDARKERIA MATXISTA: IDENTIFIKATZEN AL DUGU GIZONOK?

Tailer honen helburua da gizonak sentsibilizatzea indarkeria matxista mota desberdinei buruz, agerikoenetatik sotilenetaraino, eta gizonen jokabide horiek identifikatu, prebenitu eta desagerrarazteko duten rolari buruz hausnartzea.

DATA: AZAROAK 12 / 17:00-20:00

AITATASUN AKTIBOAK ETA ARDURATSUAK

Gurasoek hazkuntzan modu aktibo eta ekitatiboan nola parte har dezaketen aztertuko da, lana eta familia orekatuko dituen eta seme-alaben garapen integrala erraztuko duen aitatasun kontziente bat sustatuta.

DATA: URTARRILAK 14 / 17:00-20:00

GIZONTASUNA ETA SEXUALITATEA: ZERK EGITEN NAU HETERO?

Maskulinitatearen eta sexualitatearen arteko harremana aztertzea, heterosexualitatea arau gisa definitzen duten arau sozialak zalantzan jarri eta arau horiek gizonen identitatean eta sexu-portaeran nola eragiten duten aztertzeko.

DATA: MARTXOAK 11 / 17:00 - 20:00

ERASO MATXISTAK ETA HAUEN KUDEAKETA: ZEIN DA GIZONON ERANTZUKIZUNA?

Tailer honek gizonek eraso matxistak aitortzeko eta horien aurrean jarduteko duten erantzukizuna du ardatz, aliatuen ikuspegitik, modu eraginkorrean esku hartzeko eta pertsona guztientzako ingurune seguruago batean laguntzeko lan eginez.

DATA: MAIATZAK 13 / 17:00 - 20:00

BOGA-BOGA EMAKUMIN ELKARTI



Ondarroako zein inguruetakoko sasoiko andren topagunea da Boga-Boga, zahartzarora feminismotik eta elkarrekin bizitzeko lekua. Etxetik eta zaintza lanetatik atera eta ikasteko, esperientziak konpartitzeko eta elkarrekin egoteko taldea da. **Barikuro elkartzan gara Etxelilan 17:00etatik 19:00etara:** zine forumak egiteko, gai desberdinen inguruko solasaldiak eta formazioak jasotzeko, geure kezkek konpartitzeko, etab.

Elkarteak 30 urte beteko dituela eta, gure ibilbidea jasotzen duen dokumental bat egiten ari gara. Laster izango duzue dokumentala ikusi eta taldea barrutik ezagutzeko aukera; baina, bitartean, ateak zabalik ditugu nahi duenarentzat!

GAZTE FEMINISTEN TXOKOA

Dinamizatzaileak:

Ondarroako Hezkidetza Egitasmoko hezitzaileak.

Gure zalantzak eta kezkek partekatzeko espazio falta sumatzen dugu. Zenbait problematikari buruz gehiago jakin nahi genuke. Geure burua, pertsonalki eta kolektiboki, maitatzeko espazioak ireki nahi ditugu. Feminismoan eta feminismoaz hazteko gogoz gaude. Gazte eta feminista gara, egoera batzuez nazkatuta gaude eta horien aurrean zerbait egiteko gogoia sentitzen dugu, baina ezin jakin zelan aurrera eramán. Honen aurrean, txoko ireki bat sortzeko asmoz gaude: feminismoa ezagutzeko, parte hartzeko eta geure ekintza propioak eraikitzeko.

Azaroaren 15ean TXAPA FEMINISTAK egiteko TAILERRA egingo dugu. Bazatoz zu ere?

TXAPA FEMINISTAK

2024-2025

Etxelila sortzaile feministentzako plaza izatea nahi dugu, eta horregatik, inguruko zein Euskal Herri osoko sortzaile txiki-handien lanak ikusgai izango ditugu. Etxelilako ohiko ordutegian egongo dira ikusgai.

URRIA-ABENDUA 2024 HORMAK PALESTINA

AMAIA EGAÑA ETXEBARRIA

Errepresio egoerak gainez egiten duenean, hormak beti daude prest, eskuzabal, gure mezuak jasotzeko. Palestinarrek ongi dakite hori. Jerusalem hiritik hasita errefuxiatu esparruetaino, Palestinar gizartearentzat pintadak borrokatesna boteretsua (izan) dira. 2014ko argazki-erakusketa honekin, egun suntsitzen ari diren hormetako mezuak, aldarriak eta testigantzak ekarri nahi ditugu argitara.

MARTXOA 2025 BOLLOLOGIA: EUSKAL HERRIKO BOLLERON MUGIMENDUAREN GENEALOGIA BISUAL BAT . 1977-2010

EH-Bollotopaketen antolaketan ibilitako LAGUNAK

MAIATZA-EKAINA 2025 LGTBIQ+FOBIA GORROTO DELITU ETA DISKURTSOAK

ALDARTE Sexu askatasunerako ikerketa eta dokumentazio zentroa

Erakusketaren helburua LGTBIQ+fobia, diskriminazio eta gorroto-delituak ikusgarri egitea da. Gizartea hausnarketa kritikoa egitera eta salatzeraz mobilizatu dadin ere eragin nahi du, LGTBIQ+ eskubideen promozioa bultzatzeko. Gainera, LGTBIQ+ kolektiboarekiko indarkeria horietan eragina izaten ari diren politiken egiturazko arazoak eta inpaktuak identifikatzeko elementuak eskaintzen dizkigu.



LIBURUTEGI FEMINISTA

Txomin Agirre Udal Liburutegiarekin elkarlanean, liburutegi feminista daukagu Etxelilan. Hainbat motatako liburuak daude bertan: klasiko feministak, legebaliabideak, gida praktikoak, aisialdiko eleberririk, aldizkariak edo ikus entzunezko materiala (filmak, dokumentalak, etab.), besteak beste. Horrekin guztiarekin, jakintza-sare bat sortu nahi da, prestakuntza jaso, ikertu eta entretenimendurako material berriak aurkitu nahi dituen edonoren zerbitzura.

Liburuak maileguan hartzeko, Etxelilako bulegoan zein Udal Liburutegian egin daiteke eskaera.

LIBURUTEGI



ETXELILA

Emakumin Topaleku

Orduategia:

Goizez, eguazten eta eguenetan: 10:00-13:00
Arratsaldez, martitzenetik barikura: 16:00-20:00

Artibai, 3-1.solairua

94-613 40 08 / 664 54 73 67 

etxelila@ondarroa.eus



Etxelila Ondarruko Emakumin Topaleku



@Etxelila

Ondarroako Udal Berdintasun Saila

Orduategia:

goizez, astelehenetik barikura

Musika plaza, z/g

94-683 36 70

rbaltar@ondarroa.eus

www.ondarroa.eus



ONDARROKO
EMAKUMEEN
UDAL BERDINTASUN
KONTSEILUA



ondarru

bixibixi