



LG NA 2077-2019

Casa de las
Iruñeko Mujeres
Emakumeen de Pamplona
Etxea

PROGRAMAZIOA

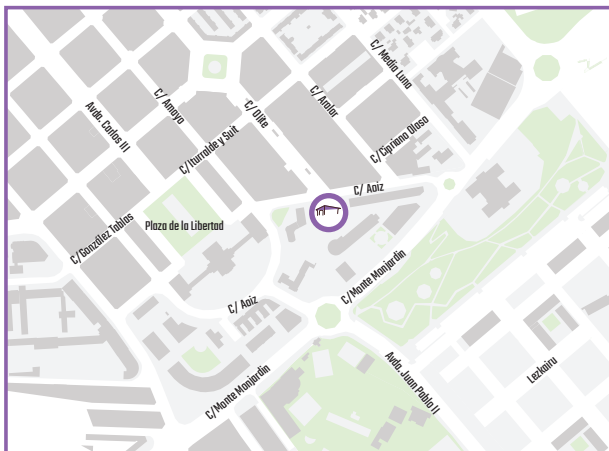
2019ko URRIA - ABENDUA



Iruñeko Emakumeen Etxea emakumeen hausnarketarako eta ahaldunderako espazio gisa osatzen da. Hiriko emakume guztiendako topagunea eta erreferentziagunea, emakumeen eta gizonen arteko benetako parekidetasuna lortzeko behar diren indarguneak eta sinergiak sortzeko eta aliantzak ehotzeko abiapuntu izanen dena.

IZENA EMATEKO EPEA IRAILAREN 18TIK 26RA

Ikastaro guztiak dohanik dira. Izen- ematea 010ra deituta.



Agoitz kalea, 9. 31004 Iruña. Tel. 948 11 02 30
info@casadelasmujerespamplona.es

ORDUTEGIA:
Al-Or: 17:00 - 21:00



Ayuntamiento de
Pamplona Urdaita



PROIEKTUAK

OASIAREN JOLASA

Nork emana: Lucila Valsecchi eta Conchi Piñeiro (Altekio S. Kooperatiba)

URRIAK 10 – 15

ORDUTEGIA: EGUN OSOA

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

URBANAS KOLEKTIBOA

6 eguneko ekitaldia da, eta emakume-talde bati gonbit eginen zaio Iruñeko Emakumeen Etxeko lorategian aldaketak elkarrekin diseinatu, planeatu eta egiteko, amets kolektiboak abiapuntu hartuta. Metodologia partizipatibo bat erabili eta benetako bizipen bat osatuko dugu, erakusteko emakume desberdinak elkartu daitezkeela gune horren hobekuntza hautemangarri eta agerikoa egiteko.

Parte-hartzaile guztiei gonbit eginen zaie nork bere potentzial eta asmo nagusiekin (ametsak) bat egin dezan, sormen-taldeen prestakuntza bizkortuko dituzten gaitasunak gara ditzan, azaleratzen ari den hori (aukerak) bistara ditzan eta kolektiboki berrikuntzak egin ditzan inpaktu handiko konponbide azkarrak ezartzeko.

Parte-hartzaile kopurua: 20

IKASTAROAK

FEMINISMOEN ESKOLA I MAILA

ASTELEHENETAN

URRIAK 07

ORDUA: 17.30-20.00

AMAIERA:

APIRILAK 6

HIZKUNTZA. GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

BERDINTASUNEN ALORRA

KOORDINATZAILEA:

IPES FUNDAZIOA

Feminismoak emakumeen bizitza eraldatzeaz gain kolokan jarri eta eraldatu ditu gizarte osoko ideiak, balioak eta egiturak. Ikastaro honetan, Feminismoa zer den ezagutuko dugu, hala gizarte-mugimendu nola teoria filosofiko eta politiko gisa. Horretarako, metodologia dinamiko eta partizipatiboa erabiliko dugu, elkarrizketa eta debatea sustatuko dituen.

*Izena emateko baldintzak: Oinarrizko prestakuntza. Ez da aurretiko ezagutza-formalik behar
Leku-kopurua: 25
Ikastaro mistoa*

FEMINISMOEN ESKOLA II MAILA

ASTEAZKENETAN

URRIAK 02

ORDUA: 17.30-20.00

AMAIERA:

MARTXOAK 11

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

BERDINTASUNeko ALORRA

KOORDINATZAILEA:

IPES FUNDAZIOA

Maila aurreratuko ikastaro honetan, feminismoen egungo eztabaidak eta mugimenduak dituen lorpen eta erronkak ezagutuko ditugu, hala tokikoak nola globalak. Horretaz gain, giltzarri diren ardatz klasikoetan sakonduko dugu, adierazpen-modu berriein (berrartikulazioak) eta joera berriein. Metodologia dinamiko eta partizipatiboa izanen da, eta elkarrizketa eta eztabaida sustatuko duena.

Izena emateko baldintzak: prestakuntza aurreratua. Aldez aurretik 55 orduko prestakuntza egiaztatua eduki behar da generoan edo feminismoetan.

Leku-kopurua: 25

Ikastaro mistoa

EMAKUMEEN SEXUALITATEA: EZAGUTZEA ETA AHALDUNTZEA

Nork emana: Eva Rosino Cortés

OSTEGUNETAN

URRIAK 10

ORDUA: 17.30-19.30

DATAK:

Urria. 10, 17 eta 31

Azaroa. 7, 21 eta 28

Abendua. 12 eta 19

Urtarrila. 9 eta 23

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

BERDINTASUNeko ALORRA

Emakumeak garen aldetik, sentitzeko eta gozatzeko gaitasun handia dugu. Geure burua eta geure gorputza eta egoerak ezagutzea, zaintzea eta maitatzea aurreneko gauza da. Bizipen-topaketa ziklo honen helburua ahalduntzea da, guk geure sexualitate propioaren bitartez, hori modu integralean ulertuta. Zerbait tresna praktikoko ezberdin erabilia, gure gorputzak, emozioek eta harremanek nola funtzionatzen duten ezagutzen ahalko dugu. Bidaia bat eginen dugu emakumeen fase, ziklo eta arketipoetan barrena, eta horiek gugan nola agertzen diren ikasiko dugu.

Leku-kopurua: 12

AUTODEFENTSA FEMINISTA

Autodefentsa feminista emakumeendako ahduntze indibidual eta kolektiborako baliabide bat da.

Teknika kognitibo, emozional eta fisikoen bitartez indarkeria sexistari aurrea hartzeko eta horren aurrean jarduteko tresnak eskainiko dira.

1. LANTEGIA

URRIAK 18, OSTIRALA

ORDUA: **17.00-21.00**

URRIAK 19, LARUNBATA

ORDUA: **9.30-13.30**

HIZKUNTZA: **GAZTELANIA**

LEKU-KOPURUA: **20**

ANTOLATZAILEA:

ASTELEHEN LILAK NAFARROA

2. LANTEGIA

ASTEARTEETAN

DATAK: **AZAROA. 5, 12 eta 19**

ORDUA: **17.00 A 20.00**

HIZKUNTZA: **GAZTELANIA**

LEKU-KOPURUA: **15**

NORK EMANA: **ENDARA**

ANTOLATZAILEA:

BERDINTASUNEKO ALORRA

3. LANTEGIA

OSTEGUNETAN

DATAK: **AZAROA. 7, 14 eta 21**

ORDUA: **17.00 A 20.00**

HIZKUNTZA: **EUSKARA**

LEKU-KOPURUA: **15**

NORK EMANA: **ENDARA**

ANTOLATZAILEA:

BERDINTASUNEKO ALORRA

4. LANTEGIA

ABENDUAK 13, OSTIRALA

ORDUA: **17.00-21.00**

ABENDUAK 14, LARUNBATA

ORDUA: **9.30-13.30**

HIZKUNTZA: **GAZTELANIA**

LEKU-KOPURUA: **20**

ANTOLATZAILEA:

ASTELEHEN LILAK NAFARROA

EMAKUMEEN TXI KUNG TAI JIA

Nork emana: *María Sofía Pérez Ibiricu*

ASTELEHENETAN

URRIAK 14

ORDUA: 18.00-19.30

HASIERA: URRIAK 14

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

EMAKUMEEN ETXEA ELKARTEA

Gure gorputza eta gure burua ezagutzen eta harmonizatzen laguntzen digun teknika milurtekoa. Gure gorputzaren akupunturaren meridianoen masajea eta arnasketaren erlaxazioa erabilita, energia femeninoari laguntzen diogu gure gorputzean zirkulatzen, eta horrela organoak indartzen ditugu.

Gorputzaren zenbait atalen luzaketa leunak praktikatuko ditugu, eta horrek, zenbait soinurekin koordinatuta, lagunduko digu burua erlaxatzen, estresa murrizten eta gure gorputzaren funtzionamendua hobetzen.

Leku-kopurua: 10

LANTEGIAK

EZAGUTZA MASKULINIZATUAK BERRESKURATZEA

SARE SOZIALETARAKO ARGAZKI ETA BIDEOEN LANTEGI EKOFEMINISTA

OSTEGUNETAN

URRIAK 24

ORDUA: 18.00-20.00

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA: TESOS ELKARTEA

Jarduera honen helburua da produktu multimedien kalitatea hobetzea, horiek sare sozialetan hedatzen laguntzeko. Praktika bat eginen da, ingurumenaren gaia ardatz hartuta eta genero-ikuspegiarekin. Emakumeek hiriaren eta naturaren artean ezartzen dituzten harremanaz aztertuko dira, bai eta horiek adierazteko moduak telefono mugikorrekin hartutako argazki eta bideoetan, ondoren sare sozialetan hedatzeko.

Leku-kopurua: 20

MEKANIKA AUTOGESTIONATUA

OSTEGUNETAN

URRIAK 31

ORDUA: 18.00-20.00

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA: BIZIKUME

Zure bizikleta konpontzen ikasteko lantegia

Leku-kopurua: Irekia (ez da beharrezkoa izena ematea)

SEXUALITATE ETA HARREMAN EZ-NORMATIBOAK

DANTZA ETA MUGIMENDU SORTZAILEA EMAKUMEENTZAT

Dinamizatzailea: Marian Ruiz

OSTIRALEAN

URRIAK 25

ORDUA: 19.00-20.30

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

DEKUMAS LBT ELKARTEA

Konektatu zure gorputzarekin musika, dantza eta mugimenduaren bidez. Aska itzazu tentsioak eta korazak, sar zaitez zure barne-espazioan, askatu eta gozatu sentsazioak.

Leku-kopurua: 20

INTERPRETAZIO-DINAMIKAK EMAKUMEENTZAT

Dinamizatzailea: Marian Ruiz

OSTIRALEAN

AZAROAK 15

ORDUA: 19.00-20.30

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

DEKUMAS LBT ELKARTEA

Ezagutu ezazu zure benetako esentzia jolas, barre, gorputz, ahots, adierazpen, antzerki eta mugimenduaren bidez. Lantegi honetan ongi pasako dugu, konpartituko dugu eta, aldi berean, geure burua hobeki ezagutuko dugu.

Leku-kopurua: 20

ANIZTASUNA EMAKUMEENTZAT

Dinamizatzaileak: Nerea Jiménez eta María Malo

OSTEGUNETAN

AZAROAK 28

ORDUA: 18.30-20.00

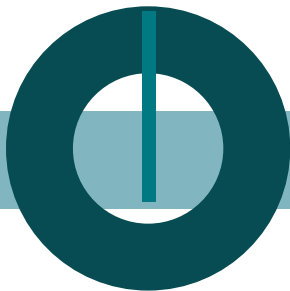
HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

DEKUMAS LBT ELKARTEA

Sistema binariotik eta heteroarautik haratago Pertsona askotarikoak gara eta aniztasunari errespetua zor diegu gure eguneroko jardunean. Genero-identitatea. Genero-adierazpena. Sexu biologikoa eta sexu-orientazioa.

Leku-kopurua: 25



ALDAKETA PERFORMATUZ

LANTEGI-PERFORMANCEA “MERKATU DOILORRA EDO GORPUTZAREN OBJEKTUALIZAZIOA”

Dinamizatzailea *Pilar V. de Foronda*

OSTEGUNETAN AZAROAK 07

ORDUA: **17.00-21.00**

HIZKUNTZA: **GAZTELANIA**

ANTOLATZAILEA:

**MIRAN EMAKUMEEN FOROA
ELKARTEA**

Lantegian hitzaldi-marko bat izanen da, “Onartezina denaren onespena”, eta bertan modu kritikoan baloratuko da artearen historiaren kontakizun kritikoak, non artisten % 5 baino gutxiago emakumezkoak diren eta artelanen % 85 emakumeen biluziak diren. Aztertuko da nola bihurtu den objektu, gauza, emakumearen gorputza, nola merkantilizatu den merkatu doilor horretara iritsi arte, eta ondoren modu kolektiboan eginen dugu lan, performance horren bila.

Leku-kopurua: 30 (lantegian bertan baimena sinatuko da performancean grabatuak izan ahal izateko)

EMAKUMEEN ESKUBIDEAK EZAGUTZEA

LANTEGIA: EMAKUMEEI ARRETA EMATEKO BALIABIDE SOZIALAK MAPATZEN IRUÑEAN ETA IRUÑERRIAN

URRIAK 30 eta 31

ORDUA: **10.00-12.00**

HIZKUNTZA: **GAZTELANIA**

ANTOLATZAILEA:

ALPARGATIKA ELKARTEA

Kontsultarako lantegi praktikoa izanen da, non informazioa emanen baita erakundeen funtzionamenduari buruz eta horien egitura politikoari buruz, baliabideak identifikatuz eta horietara sartzeko ezagumendua erraztuz.

Leku-kopurua: 20

EMAKUMEEN ESKUBIDEAK EZAGUTZEA

AHALDUNTZE FEMINISTAKO LANTEGIA FAMILIAKO ELKARGUNEEI LOTUTAKO AMENTZAT

Dinamizatzailea: Ivanna Cabligia Cardone

OSTEGUNETAN

AZAROAK 14

ORDUA: 17.00-19.00

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

FAMILIAKO ELKARGUNEEI
LOTUTAKO EMAKUMEEN
ELKARTEA

Familiako Elkarguneen erabiltzaile diren emakumeei zuzendutako lantegia, non eskainiko baitiren aitarekin izan daitezkeen zailtasun eta arazoei aurre egiteko tresnak.

Leku-kopurua: 20 (bateragarritasun-zerbitzua eskatu daiteke)

LANTEGIA: FEMINISMOA BESTE BEGIRADA BATETIK ADIERAZIZ

OSTIRALETAN

HASIERA: AZAROAK 08

ORDUA: 17.30-9.30

DATAK: AZAROAK 8, 15 eta 22

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

ALPARGATIKA ELKARTEA

Elkarrizketak, genero-ikuspegia eta ikuspegi feminista txertatzeko, horrek gure bitartekoaren ikuspegi bera zabaltzeko aukera ematen baitigu, Iruñean eta beste herrialde eta jatorritan diren errealitate eta problematika feministekin zuzeneko harremanaren bidez.

Leku-kopurua: 15

BESTELAKO JARDUERAK

JARDUNALDIAK

**INDARKERIA MOTA EZBERDINEN AURREAN BIZIR-
RAUN DUTEN EMAKUMEAK: INDARKERIA BIKARIOA,
SEXU INDARKERIA**

AZAROAK 15 eta 16

ORDUA: GOIZEZ ETA ARRATSALDEZ

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA:

ASTELEHEN LILAK NAFARROA

Leku-kopurua. 50 (ez da beharrezkoa
izena ematea)

HITZALDIA

EMAKUMEAK ETA MUGIKORTASUNA BI GURPILEN GAINEAN

Solasaldi-eztabaida gure mugitzeko moduari buruz udal-ordenantza berriaren aurrean.

AZAROAK 26, ASTEARTEA

ORDUA: 19.00-21.00

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA: BIZIKUME

Leku guztiak bete arte

**ZIKLOBIDAIK. EMAKUMEAK MUGARIK GABE ETA
ZAKUTOEKIN**

ABENDUAK 17, ASTEARTEA

ORDUA: 19.00-21.00

HIZKUNTZA: GAZTELANIA

ANTOLATZAILEA: BIZIKUME

Leku guztiak bete arte

BESTELAKO JARDUERAK

ERAKUSKETA

ARGAZKI ERAKUSKETA: “IRUÑA: HIRIA & ZAINTZAK” DAVID MUÑIZ FERNÁNDEZ

URRIAREN 14TIK 31RA ARTE

ANTOLATZAILEA: **BERDINTASUNEN ALORRA**

ERAKUSKETA

ARGAZKI ERAKUSKETA ETA DOKUMENTALA LATINOAMERIKAKO EMAKUME INDIGENEI BURUZ

AZAROAK 11 – 16

ANTOLATZAILEA:

ALPARGATIKA ELKARTEA

Hurbilpen bat, bai bertako lider feministei bai Latinoamerikako egoera garaikidean eta bertako testuinguru sozial, politiko eta ekologikoan aldaketak ekartzeko borrokan betetzen duten eginkizunei.

ATARI ZABALEKO JARDUERAK

ZIKLETA-PASEOA

AZAROAK 21, OSTEGUNA

ORDUA: **18.00**

HIZKUNTZA: **GAZTELANIA**

ANTOLATZAILEA: **BIZIKUME**

Paseo bat eginen dugu Iruñean barna, Etxea abiapuntu hartuta.

Leku-kopurua: Emakumeen mugarik gabe (ez da beharrezkoa izena ematea)

AGENDA

URRIA

<p>ASTEAZKENA 02</p> <p>IKASTAROA FEMINISMOEN ESKOLA II MAILA ORDUA: 17.30-20.00</p>	<p>ASTELEHENA 07</p> <p>IKASTAROA FEMINISMOEN ESKOLA I MAILA ORDUA: 17.30-20.00</p>	<p>OSTEGUNA 10</p> <p>PROIEKTUAK OASIAREN JOLASA ORDUA: 17.30-20.00</p> <p>IKASTAROA EMAKUMEEN SEXUALITATEA: EZAGUTZEA ETA AHALDUNTZEA ORDUA: 17.30-20.00</p>
<p>ASTELEHENA 14</p> <p>IKASTAROA EMAKUMEEN TXI KUNG TAI JIA ORDUA: 18.00-19.30</p> <p>EXPOSICIÓN ARGAZKI ERAKUSKETA: "IRUÑA: HIRIA & ZAINTZAK" DAVID MUÑIZ FERNÁNDEZ URRIAREN 14TIK 31RA ARTE</p>	<p>OSTIRALA 18</p> <p>IKASTAROA AUTODEFENTSA FEMINISTA. 1. LANTEGIA URRIAK 18, OSTIRALA ORDUA: 17.00-21.00 URRIAK 19, LARUNBATA ORDUA: 09.30-13.30</p>	<p>OSTEGUNA 24</p> <p>LANTEGIA SARE SOZIALETARAKO ARGAZKI ETA BIDEOEN LANTEGI EKOFEMINISTA ORDUA: 18.00-20.00</p>
<p>OSTIRALA 25</p> <p>LANTEGIA DANTZA ETA MUGIMENDU SORTZAILEA EMAKUMEENTZAT ORDUA: 19.00-20.30</p>	<p>ASTEAZKENA 30</p> <p>LANTEGIA LANTEGIA: EMAKUMEEI ARRETA EMATEKO BALIABIDE SOZIALAK MAPATZEN IRUÑEAN ETA IRUÑERRIAN ORDUA: 18.00-20.00</p>	<p>OSTEGUNA 31</p> <p>LANTEGIA MEKANIKA AUTOGESTIONATUA ORDUA: 18.00-20.00</p>

AZAROA

<p>ASTEARTEA 05</p> <p>IKASTAROA</p> <p>AUTODEFENTSA FEMINISTA. 2. LANTEGIA ORDUA: 17.00-20.00 DATA: 5,12 eta 19</p>	<p>OSTEGUNA 07</p> <p>LANTEGIA</p> <p>LANTEGI-PERFORMANCEA "MERKATU DOILORRA EDO GORPUTZAREN OBJEKTUALIZAZIOA" ORDUA: 17.00-21.00</p> <p>IKASTAROA</p> <p>AUTODEFENTSA FEMINISTA. 3. LANTEGIA ORDUA: 17.00 A 20.00 DATA: 7,14 eta 21</p>	<p>OSTIRALA 08</p> <p>LANTEGIA</p> <p>LANTEGIA: FEMINISMOA BESTE BEGIRADA BATETIK ADIERAZIZ ORDUA: 17.30-19.30 DATA: 8,15 eta 22</p>
<p>ASTELEHENA 11</p> <p>ERAKUSKETA</p> <p>ARGAZKI ERAKUSKETA ETA DOKUMENTALA LATINOAMERIKAKO EMAKUME INDIGENEI BURUZ AZAROK 11 - 16</p>	<p>OSTEGUNA 14</p> <p>LANTEGIA</p> <p>AHALDUNTZE FEMINISTAKO LANTEGIA FAMILIAKO ELKARGUNEEI LOTUTAKO AMENTZAT ORDUA: 17.00-19.00 DATA: 15 eta 16</p>	<p>OSTIRALA 15</p> <p>LANTEGIA</p> <p>INTERPRETAZIO- DINAMIKAK EMAKUMEENTZAT ORDUA: 19.00-20.30</p> <p>JARDUNALDIAK</p> <p>INDARKERIA MOTA EZBERDINEN AURREAN BIZIRAUN DUTEN EMAKUMEA: INDARKERIA BIKARIOA, SEXU INDARKERIA DATA: 15 eta 16</p>
<p>OSTEGUNA 21</p> <p>ATARI ZABALEKO JARDUERAK</p> <p>ZIKLETA-PASEOA ORDUA: 18.00</p>	<p>ASTEARTEA 26</p> <p>HITZALDIA</p> <p>EMAKUMEAK ETA MUGIKORTASUNA BI GURPILEN GAINEAN ORDUA: 19.00-21.00</p>	<p>OSTEGUNA 28</p> <p>LANTEGIA</p> <p>ANIZTASUNA EMAKUMEENTZAT ORDUA: 18.30-20.00</p>

ABENDUA

<p>OSTIRALA 13</p> <p>IKASTAROA</p> <p>AUTODEFENTSA FEMINISTA. 4. LANTEGIA ABENDUAK 13, OSTIRALA ORDUA: 17.00-21.00 ABENDUAK 14, LARUNBATA ORDUA: 09.30-13.30</p>	<p>ASTEARTEA 17</p> <p>HITZALDIA</p> <p>ZIKLOBIDAIK. EMAKUMEA MUGARIK GABE ETA ZAKUTOEKIN ORDUA: 19.00-21.00</p>
--	---

