



Ermuko emakumeen Topalekua
Casa de la mujer de Ermua

ENERO- MARZO / URTARRILA-MARTXOA 2019

**CURSOS Y TALLERES/ESCUELA DE EMPODERAMIENTO
IKASTARO ETA TAILERRAK/JABEKUNTZA ESKOLA**

**NI LOCAS, NI SUMISAS; SOMOS FEMINISTAS
EZ GARA ZOROAK, EZTA MENDEKOAK; FEMINISTAK GARA (12h)**

LUNES, 21 de enero a 25 de marzo, de 18:00 a 20:00h

Aitziber Aginalde

Matrikula: 5 Euro

Un recorrido sobre el feminismo y su vinculación con la autoestima y empoderamientos de las mujeres, para reflexionar sobre este movimiento político, filosófico e ideológico que nos muestra una manera de entender la vida y de vivirla.

Feminismoak emakumeen autoestimarekin eta ahalduntzeekin duen lotura aztertuko dugu. Feminismoa mugimendu politikoa, filosofikoa eta ideologikoa denaren inguruan hausnartuko dugu, eta bizitza ulertzeko eta bizitzeko modua erakusten digula ikasiko dugu.

AUTODEFENSA FEMINISTA · AUTODEFENTSA FEMINISTA (8h)

VIERNES, 29 de marzo, de 16:30 a 20:30h y SÁBADO, 30 de marzo, de 10:00 a 14:00h

Maitena Monroy

Matrikula: 5 Euro

Aprender a identificar las agresiones, analizar el origen y construcción de la violencia en todos sus aspectos, así como sus consecuencias a nivel individual y colectivo; buscar mecanismos para responder y resolver las situaciones de agresión en la vida cotidiana; romper mitos y estereotipos. Las mujeres no somos débiles, somos capaces.

Erasoak identifikatu eta indarkeria-modu ezberdinen jatorria eta sorburua aztertzen ikasiko dugu, bai eta norbere buruarengan eta taldean dituen ondorioak ere. Eguneroko bizitzako eraso-egoerei erantzuteko eta horiek konpontzeko mekanismoak ikasiko ditugu, mitoak eta estereotipoak hautsiz. Emakumeok ez gara ahulak, gai gara.

MATERNAJES Y OTROS CUIDADOS · AMATASUNAK ETA BESTELAKO ZAINTZAK (8h)

MARTES, del 5 de febrero al 5 de marzo, de 17:00-19:00h

Itziar Gandia **Matrikula: 5 Euro**

Las mujeres reales pueden cuidar, siendo madres o no, desde un nuevo lugar: un lugar responsable de sí mismas, de sus necesidades y proyectos personales. Lo socialmente establecido se ha quedado obsoleto por completo.

Benetako emakumeek, amak izan ala ez, gunee berria daukate zaintzarako; alegia burujabetzatik abiatuta, euren behar eta proiektu pertsonalez arduratzeko gunea. Sozialki tradizioz hobetsitakoa erabat zaharkituta geratu da.

TXIRIGOTAS FEMINISTAS · TXIRIGOTA FEMINISTEN SORKUNTZA IKASTAROA (16h)

JUEVES, 7 de marzo a 9 de mayo, de 17:30 a 19:30h y actuación el 18 de mayo, SÁBADO

Organizada: Setem HH, en colaboración con la Casa de la Mujer.

Formadora: Mónica Núñez (La Flamencura) **Matrikula: Doanik**

En esta Txirigota lo más importante será lo que cantemos, y no cómo lo cantemos. Así que... aunque creas que no sabes cantar, ¡vente! Total...el Txirimiri ya lo tenemos. Cantemos bajo la lluvia y juntas seremos relámpagos de creatividad y diversión. ¡Será la primera Txirigota feminista con aires de EuskadiZ... y olé!

Txirigota honetan garrantzitsuena izango da zer kantatzen dugun, eta ez nola kantatu. Beraz... kantatzen ez dakizula uste baduzu ere, zatoz! Ze...Txirimiria eduki badaukagu. Kanta dezagun euripean, eta elkarrekin sormen eta olgetazko tximistak izango gara. EuskadiZ eta olé doinuko lehen Txirigota feminista izango da!