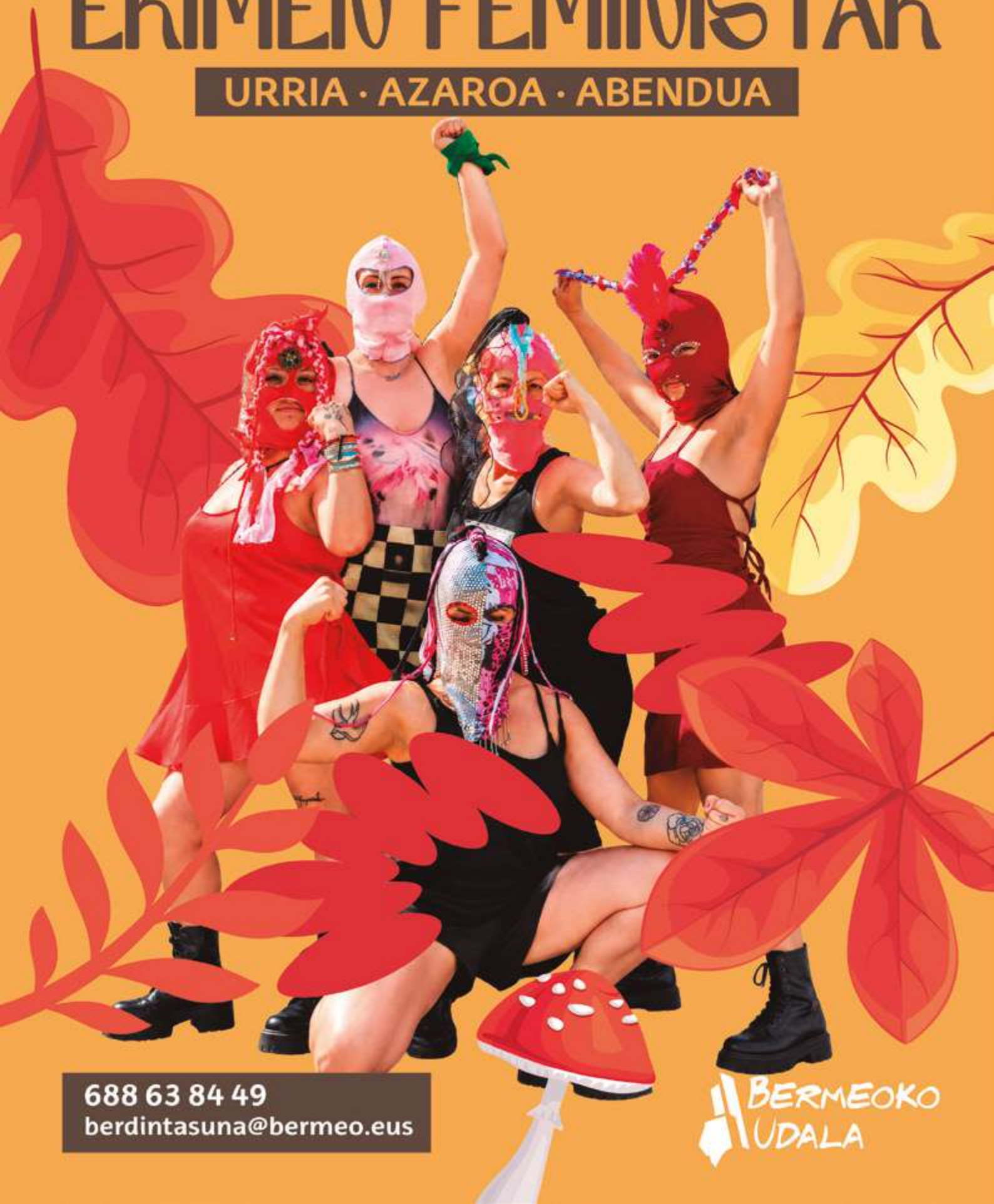


UDAZKENEKO EKIMEN FEMINISTAK

URRIA · AZAROA · ABENDUA



688 63 84 49
berdintasuna@bermeo.eus

BERMEOKO
UDALA



IZEN-EMATEA

EPEA

IRAILAREN 21EAN HASITA
PLAZAK BETE ARTE

BERDINTASUN SAILEKO IKASTAROK

Plazak mugatuak dira. Partaideen zerrenda izen- emate dataren arabera egingo da tailerraren fitxan beste bide bat azaltzen ez bada. Bermeon erroldatutakoek lehentasuna izango dute.

Astebete arinago ez bada taldea osatu, bertan behera geratuko da.

Antolakuntzari lotutako arrazoiengatik, egitarauan aldaketak egon daitezke; beraz, ikastaroen datak edo ordutegiak aldatu ahal izango dira.

Irisgarritasun beharrianak badituzu, mesedez, jakinarazi izena ematean.

berdintasuna@bermeo.eus
688.63.84.49



**ADI
DEIALDIETARA**

URRIAK 11: NESKEN NAZIOARTEKO EGUNA.

URRIAK 15: LANDA-EREMUKO EMAKUMEEN NAZIOARTEKO EGUNA.

AZAROAK 20: TRANS MEMORIAREN EGUNA.

AZAROAK 25: EMAKUMEEN AURKAKO INDARKERIA EZABATZEKO
NAZIOARTEKO EGUNA. ADI DEIALDIETARA!

ABENDUAK 3: DESGAITASUNA DUTEN PERTSONEN NAZIOARTEKO EGUNA.

ABENDUAK 18: MIGRATZAILEEN NAZIOARTEKO EGUNA.



IRAILA

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

LA BOLA NEGRA

Irailak 26, 27, 28

Zapatu eta domeka 19:30. Astelenena 19:00 eta 21:30

*ikuslearen eguna

URRIA

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

BIZIRAUPENERAKO BRIKOLAJEA II:

Urriak 6, 13, 20, 27

ASANBLADA IREKIA

Urriak 17

IRAKURLE TXOKO FEMINISTA

Urriak 28

AZAROA

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

BIZIRAUPENERAKO BRIKOLAJEA II:

Azaroak 3, 10, 17

EHUNGINTZA BIRZIKLATZEKO TAILERRA

Azaroak 12, 19, 26

IRAKURLE TXOKO FEMINISTA

Azaroak 25

ABENDUA

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

MENOPAUSIA ETA PERIMENOPAUSIA ELIKADURAREN BIDEZ ONGIZATEA ZAINTZEN

Abenduak 10, 17

IRAKURLE TXOKO FEMINISTA

Abenduak 16

IRAILA

ZINEMA

TOKIA
BERMEOKO ZINEMA-ARETOA

GAZTELANIAZ

26,27,28

LA BOLA NEGRA

Desira, memoria eta identitate queer-a

Zapatu eta domeka 19:30.

Astelenena 19:00 eta 21:30

*ikuslearen eguna



Javier Calvo eta Javier Ambrossik zuzendutako *La bola negra* filmak **hiru garai desberdinetan bizi diren hiru gizonen istorioak** lotzen ditu: 1932, 1937 eta 2017. Haien bizitzak sexualitateak eta desirak, minak eta belaunaldiz belaunaldi jasotako herentziak zeharkatzen dituzte. Federico García Lorcaren amaitu gabeko lanetako bat du abiapuntu, eta Alberto Conejeroen *La piedra oscura* obran ere oinarritzen da.

Filmak isiltasunari, komunikatzeko ezintasunari eta aurreko belaunaldietako gizon homosexualek bizi izan zuten errepresioari begiratzen die. Iragana eta oraina elkarren ondoan jarritz, **desira, identitatea, memoria queer-a eta belaunaldien arteko transmisioa** ditu ardatz, **iraganaren eta orainaren arteko loturez hausnartzeko.**

URRIA

AZAROA

TAILERRA

ORDUA
18:00-20:00

TOKIA
BERMEOKO KULTUR ETXEA

GAZTELANIAZ

URRIAREN 6TIK AZAROAREN 17RA

BIZIRAUPENERAKO BRIKOLAJEA II

Autonomia, trebetasuna eta konfiantza

TREBATZAILEAK

Ana Oceja Uribe eta Ana Fernández Martín

GAZTELANIAZ.

Parte-hartzaile bakoitzak eroso sentitzen den hizkuntzan hitz egin ahal izango du.



Elektrizitateko eta iturgintzako ikastaroen ondoren, etxeko konponketetan autonomia irabazten jarraitzeko hurrengo pausoa dator. Tailerraren helburua da tradizionalki emakumeok baztertuak izan garen esparru batean trebatzea, **gure autonomia handitzeko, autoestimua indartzeko eta eguneroko arazoei geure kabuz aurre egiteko konfiantza eskuratzeko.**

Saioetan **tresna elektrikoen erabilera, pertsianen konponketa, bisagrak, sarrailek eta gidak konpontzea** landuko dira, baita etxean ohikoak diren beste konponketa praktiko batzuk ere.

IZEN-EMATEA: irailaren 21etik 25era

POSTA ELEKTRONIKOA: berdintasuna@bermeo.eus

TELEFONOA / WHATSAPPA: 688 63 84 49

Lekuak zozketa bidez esleituko dira, eta emaitza irailaren 29an jakinaraziko da.

URRIA

ASANBLADA IREKIA

ORDUA
10:30

TOKIA
KULTUR ETXEA

EUSKARAZ

17 LARUNBATA

ASANBLADA IREKIA

BERMEOKO AHALDUNTZERAKO GUNE FEMINISTA
ELKARREKIN ERAIKITZEN



Nolakoa izan behar du Bermeoko Ahaldunderako Gune Feministak? Zer beharri erantzun behar die? Zer jarduera, zerbitzu eta erabilera izan beharko lituzke?

Saio honetan etorkizuneko gunearen **izaera, funtzioak, erabilerak, antolaketa-eredua eta lehentasunak** elkarrekin landuko ditugu. Era berean, proiektua errealitate bihurtzeko bide orria adosten hasiko gara.

Gunea ez dugu aurrez definitutako eredu baten arabera eraiki nahi. **beharretatik, ideietatik eta ekarpenetatik abiatuta** sortzea da helburua, parte-hartzea eta erabaki kolektiboak prozesuaren erdigunean jarritz.

Zure iritzia eta ekarpenak behar ditugu. Erdu!

12,19,26 ASTEAZKENAK

EHUNGINTZA BIRZIKLATZEKO TAILERRA

Arropa berrerabili, kontsumoa zalantzan jarri eta emakumeen eskubideei begiratu

TREBATZAILEAK

Lady Viviana Toro Peláez eta Diana Betancur



Zer dago erosten dugun arropa merkearen atzean? Nork egiten du? Zein baldintzatan? Eta zer lotura dago ehungintzaren, emakumeen eskubideen, migrazioen eta ingurumenaren artean?

Tailer honetan ehungintza-industrian lan egiten duten emakumeen egoerara hurbilduko gara **ikuspegi feminista, dekolonial eta ekologista batetik**. Haien lan-eskubideez, prekaritateaz eta migrazio-prozesuekin duten loturaz hausnartuko dugu, baita gure kontsumo-ohiturek pertsonengan eta planetan dituzten ondorioez ere.

Hausnarketa praktikara ere eramango dugu. Etxean ditugun arropak **birziklatzen, berrerabiltzen eta eraldatzen** ikasiko dugu, eskura izan ditzakegun tresnekin. Eskuz josteko teknikak protagonismo berezia izango dute, josteko makina edukitzea ez dadin oztopo izan.

Arropa bati beste bizitza bat eman, haren atzean dagoen errealitatea ezagutu eta kontsumitzeko moduari beste begirada batekin erreparatzeko aukera.

10, 17 OSTEGUNAK

MENOPAUSIA ETA PERIMENOPAUSIA ELIKADURAREN BIDEZ ONGIZATEA ZAIINTZEN



Menopausia eta perimenopausia gorputzean aldaketa ugari gertatzen diren bizitzako etapak dira. Tailer honetan aldaketa horiek hobeto ulertuko ditugu, eta eguneroko elikaduraren bidez **ongizatea, energia, hezur- eta muskulu-osasuna eta bizi-kalitatea zaintzeko tresna erraz eta praktikoak** eskuratuko ditugu.

Lehen saioan, perimenopausian eta menopausian gertatzen diren aldaketa hormonal nagusiak landuko ditugu: hormonak, metabolismoa, pisua eta gorputz-konposizioa, hezur- eta muskulu-osasuna eta etapa honetan bereziki garrantzitsuak diren mantenugaiak. Karbohidratoen, barauaren edo kreatinaren inguruko mito eta zalantzei ere helduko diegu.

Bigarren saioan, teoria praktikara eramango dugu: **sukaldean sartuko gara eta hainbat errezeta elkarrekin prestatuko ditugu**, plater osasungarri eta asegarriak egiteko ideiak ikasiz eta etxean erraz errepikatzeko proposamenak ezagutuz. **Ez ahaztu amantala ekartzea!**

URRIA

AZAROA

ABENDUA

28 ASTEAZKENA

25 ASTEAZKENA

16 ASTEAZKENA

IRAKURLE TXOKO FEMINISTA

TREBATZAILEA

Nagore Fernandez Zabala



Irakurle Txoko Feministan, liburuak abiapuntu hartuta, **genero-ikuspegitik hausnartu eta elkarrekin hitz egiteko** aukera izango dugu. Ez gara soilik alderdi literarioan zentratuko: irakurketek gure gizartean generoa nola eraikitzen den aztertzeke aukera emango digute.

Amatasuna, indarkeria matxista, maskulinitate- eta feminitate-ereduak, gorputzak, espazio publiko eta pribatuak, eredu ez-binarioak edo botere-harremanak bezalako gaiak izango ditugu hizpide, **fikziotik gure eguneroko errealitatera begiratzeko.**

URRIAREN 28AN

Ez erran inori

Maddi Ane Txoperena

AZAROAREN 25EAN

Kontrako eztarritik

Uxue Alberdi

ABENDUAREN 16AN

Eta Karmele?

Samara Velte

ZERTAÍN ARI GARA BERDINTASUN SAILEAN?



BERMEOKO ZAINZA DIAGNOSTIKOA ETA I. ZAINZA PLANA

Nola zaintzen dugu Bermeen, nork zaintzen du eta zer behar dugu zaintza hobetzeko? Azken urteotan Bermeoko mugimendu feministak zaintzaren inguruan egindako lana eta hausnarketa abiapuntu hartuta, Berdintasun eta Gizarte Ongizate Sailetatik mugimendu feministarekin elkarlanean ari gara Bermeoko zaintzen errealitatea aztertzen, herrian dauden baliabideak, beharrak eta hutsuneak ezagutzeko eta, hortik abiatuta, Bermeoko I. Zaintza Plana osatzeko.

Udazkenean adinekoen, haurren eta gazteen, mendekotasun egoeran dauden pertsonen eta zaintzaileen errealitateak landuko ditugu hainbat eragilerekin. Jasotako behar eta proposamenekin ekintza-plana adostuko dugu. Helburua argia da: zaintza aitortu, erantzukizuna partekatu eta Bermeo herri zaintzaileago baterantz egitea.

Parte hartu nahi baduzu, jarri gurekin harremanetan.



BERMEOKO AHALDUNTZERAKO GUNE FEMINISTA

Bermeoko emakumeek aspalditik mahai gainean jarritako eskaera bati erantzunez, Ahalduntzerako Gune Feminista sortzeko bidea egiten ari gara. Lehen fasean mugimendu feministarekin eta herriko hainbat emakume- eta LGBTIQ+ talderekin oinarriak landu ondoren, udazkenean prozesua herritarrei zabalduko diegu.

Asanblada irekien eta beste topaketa batzuen bidez, gunea zertarako izango den, zer erabilera izango dituen, nola antolatuko den eta zein lehentasun izango dituen elkarrekin erabakiko dugu. Guztion artean eraikitako gune bizia izatea nahi dugu.

Parte hartzea zabalik dago. Erdu!



INDARKERIA MATXISTAREN AURREAN, ARRETA HOBETO KOORDINATUTA

Bermeok 2012tik duen indarkeria matxistaren aurkako arreta-protokoloa eguneratzen eta indartzen ari gara. Helburua da emakume batek laguntza behar duenean udal-zerbitzuek, Gizarte Zerbitzuek, Osakidetzak eta Ertzaintzak modu koordinatuan jardutea, emakumeak nora jo edo zer egin behar duen behin eta berriro azaldu behar izan ez dezan.

Protokolo berrian egungo araudira eta errealitateetara egokitutako arreta-ibilbideak eta koordinazio-moduak jasoko ditugu, arreta azkarragoa, egokiagoa eta emakume bakoitzaren egoerara egokitu bermatzeko. Dokumentua lantzeko eta erakundeen artean kontrastatzeko prozesua eginda daukagu, eta une honetan behin betiko onespena eta sinadura formalizatzea falta zaigu.



PUNTU SEGURUEN SAREA

Bermeoko taberna eta saltokiak ere indarkeria matxistaren aurrean laguntza eta babes sarearen parte izatea nahi dugu. Horregatik ari gara Puntu Seguruaren Sarea handitzen. Sarearekin bat egiten duten establezimenduetako langileek prestakuntza jasotzen dute, indarkeria matxistaren egoera baten aurrean lehenengo harrera eta babesa nola eman jakiteko eta behar diren baliabideak aktibatuzeko.

Helburua da herrian zehar gertuko eta erraz identifikatzeko konfiantzazko puntuak izatea. Azaroan, sarearekin bat egin duten taberna eta saltokien mapa berria aurkeztuko dugu, herritarrek Puntu Seguruak non dauden erraz jakin dezaten.



ETA BITARTEAN, EGUNEROKO LANEAN...

Berdintasun Sailaren lana ez da proiektu handietara mugatzen. Urte osoan zehar ahalduntze feministarako ekimenak, indarkeria matxistaren prebentzioa eta arreta, LGBTIQ+ eskubideen sustapena, ikastetxeetan hezkidetzako proiektua martxan jartzea eta herriko elkarteekin sare-lana egiten jarraitzen dugu.

Era berean, udaleko beste arloekin elkarlanean ari gara berdintasunaren ikuspegia udal-politiketan txertatzeko eta herritarrei dauden baliabide eta zerbitzuak gerturatzeko.

ELKARTEAK



- **BERMEOKO MUGIMENDU FEMINISTA, BMF**
- **DIAMOU, EMAKUME SENEGALDARREN ELKARTEA**
- **ASSALAM, EMAKUME MAROKOARREN ELKARTEA**
- **ITAIA, EMAKUMEEN ANTOLAKUNDE SOZIALISTA**
- **BERMIOKO GAZTE FEMINISTAK**
- **ERREMENTA ARMAIDXUE, TRANSMARIBOLLO PLATAFORMA**
- **ERROXAPE, BERMEOKO EMAKUMEEN ELKARTEA**



SATEVI (24 ORDU, 51 HIZKUNTZA)

AHOLKULARITZA: Biktima, senide, eta profesionalentzat . Doakoa, ez da fakturan agertzenturan agertzen

900.840.111

SEXU-INDARKERIAREN BIKTIMEI ARRETA OSOA (24 ORDU)

900.840.977

GIZARTE ZERBITZUAK, ABOKATUA, PSIKOLOGOA

946.179.160

BERDINDU.LGTBI PERTSONENTZAKO ARRETA PSIKO-JURIDIKOA

945.029.079

BLZ. BIKTIMARI LAGUNTZEKO EPAITEGIETAKO ZERBITZUA

900.400.028

- * Informazioa eskatzeak ez zaitu beste pausorik ematera behartzen
- * Behar duzun edozertarako deitu

indarkeria matxistari aurre
egitea guztion ardura da



**BERMEOKO
UDALA**