



BFA
DFB
Muskulu Femenak Aurreratu
Berrizko Udala

BFAk diruz
lagunduta

Argazkia: Aitor Aulestiarre

eingoXo nau!

> 2010eko uztaila

2.

2010eko martxoak 8 > Argazkietan

Indarkeria sexistaren aurrean,
autodefentsa feminista

Sexualitate tailerretik

Amazulo kontrola > Tailerra

Agenda

BIGARREN EINGO XONAU! kalean

Berdintasun sailetik, 2. zenbakia helarazten dizuegu, udaldirako. Hurrengo orrietan ikusiko duzuen beze-la, martxoaren 8ko argazkiak eta jaietako III. Argazki lehiaketako argazki irabazlea erakusten dizkizuegu egin diran ekintzan barri emoteko. Horrez gain, hainbat testu irakurtzeko aukera eskaini nahi deutsuegu, gai desberdinak jorratuz. Horrela, alde batetik eraso existen aurrean autodefentsa aldarrikatzen dogu, Maitena Monroyren testu baten bitartez; bestalde, udabarrian egindako sexualitate tallerreko nesken idatzia ere argitaratzen dogu, herritarren parte-hartzea bultzatu eta ideiak plaza-ratzeko tokia ere badelako aldizkari hau. Neska hauek sexu askatasunaren inguruko ideiak aurkezten dituzte, eta azkenik, irailetik azarora bitartean antolatu ditugun formakuntza saioak azaltzen ditugu, Formakuntza saio horretan aurtengoan badugu barrikuntza bat, eta berau azaltzeko Amazulo taldeko, Idurre Zabala berriztar fisio-terapeutaren azalpena jaso dogu, zoru pelbikoa indartze-ari buruzkoa.

Azkenik, eskerrak eta zorionak emateaz gain, ekintzetan parte hartu dozuen emakume guztioi irakurketa hauen bidez hausnarketarako bidea zabaldu nahi deutsuegu, eta animatu ondorengo ikastaro eta ekintzetan parte hartzera. Oraindik uda guztia dugun arren, disfrutatzeko, gogorazi nahi deutsuet Azaroaren 25eko Emakumeenganako indarkeriaren kontrako nazioarteko eguna izango dala hurrengo kanpaina garrantzitsua, eta ideiak jasotzeko prest gagozala, elkar-lanean, indarkeria sexista desagertarazteko bideak ipin dagigun.

Pili Sanz Berasaluze

Berdintasun arloko zinegotzia
2010eko uztaila

EINGO XONAU!! 2. publicación

Desde el área de igualdad del ayuntamiento os presentamos, este 2. boletín. En él os presentamos el 8 de marzo mediante fotografías y la foto ganadora del III. Concurso de fiestas. Publicamos varios artículos, la primera es de Maitena Monroy, que trata sobre la violencia sexista y la autodefensa. Las chicas que tomaron parte en el curso de sexualidad en primavera nos han enviado otro artículo de opinión sobre la libertad sexual, aprovechando que éste es un espacio para la participación y publicar ideas. Publicamos la oferta formativa que estamos diseñando para otoño, y la explicación de Idurre Zabala fisioterapeuta berriztarra, que impartirá un taller de reforzamiento del suelo pélvico.

Por último, me queda agradecer y felicitar a todas las mujeres, que participáis en las distintas actividades, y animaros a todas, a acercaros a las que estamos programando para después del verano en especial para la campaña del 25 de noviembre, "Día internacional contra la violencia hacia las mujeres" y subrayar la necesidad del trabajo de todas y de todos, para erradicar esta violencia.

n!

2010eko
MARTXOAK 8

LEHENIK ETA BEHIN, ESKERRIK ASKO ETA ZORIONAK HERRIKO EMAKUME GUZTIOI, EKINTZETAN PARTE HARTU DUZUENOI ETA ERA BATERA EDO BESTERA LAGUNDU DUZUEN EMAKUME GUZTIOI.

ETA UDAL BERDINTASUN SAILETIK, ESKERRIK ASKO ZUEN KONPROMISOA ADIERAZI DUZUEN MUTIL ETA GIZONEZKOOI ERE.



Sandra Hernandez Petrel kartel irabazlearekin
II. Kartel lehiaketa. II. Concurso de carteles



Tramana ta brix antzerki taldea



Kontzentrazioa



Antzerki sketxaren une bat elkarretaratzean



I. Añeketan saria.



I. Añeketan saridunak: Marisa Cabrerizo, Garaio Angiozar, Maite Peña eta Ane Meltxor.



I. Añeketan parte hartu duzenoi, bai korrikan, bai bidegurutzeak zaintzen... ESKERRIK ASKO GUZTIOI !!!



Añeketaneko une bat



Lehen Hezkuntzan eta Haur Hezkuntzan, Kontu-kantoi ipuin kontalariak egon ziren. Mila milesker Berrioiz Guraso Elkarteari eta CEP Larrreta-Markina LH-ri!



Esketxaren amaieran, emakumeak. Batzuk, herrian eta munduan ezagunak. Beste batzuk, ez hainbeste.

Egun zehatzak ospatzea garrantzitsua da, baina ezin dugu ahaztu emakume eta gizonen arteko eskubide aukera berdintasun erreala egunero jorratu beharreko gaia dala, etorkizuneko emakume eta gizon izango diren neskek eta mutilak benetako hezkidetzan heziaz.

INDARKERIA SEXISTAREN AURREAN, AUTODEFENTSA FEMINISTA

Maitena Monroy

Autodefensa feminista ez da emakumeenganako indarkeria kasuetan aurre egiteko teknika bakarrik. Kontzientziazio eta prebentzio egitismo bezala jaio zen Euskal Herrian, 80. hamarkada amaieran, emakumeen asanbladak sustatuta. Autodefentsak defendatzeko, eraso matxistak identifikatzeko, aztertze eta saihesteko baliabideak eskaintzen ditu, indarkeria fisiko zuzena izan edo ez.

Indarkeria zuzenaz gain, ikasitako indarkeria sinbolikoa ere badago, mehatxu sexuala erabiltzen duena eta emakumeok umetatik jasotzen duguna.

Izua eta beldurra ez dira gauza bera; beldurra bat-batekoa da, aurreikus daiteke eta zehatza da. Izua, berriz, ez da aurreikusten, ez da zehatza, eta geldiarazi egiten gaitu.

Gerda Lernerrek horrela azaltzen du *La creación del patriarcado* liburuan: « *Gizateriak laster ikasi zuen beste gizaki batzuk menperatzeko ez direla beharrezkoak armak eta indarkeriak. Indarkeria piskologikoa erabiltzea nahikoa izaten da* ». Izu sexualen heziketak, emakumeon bizitza mugatu

eta kontrolatzea du helburu, eta emakumeok bizitzan «*ahal dut edo ezin dut*» zalantzaren aurrean gauden bitartean, gizonek «*nahi dut edo ez dut nahi*» erabakitzen dute.

Maitasun erromantikoa eta izu sexualak dira dependentzia emozionalaren erantzule. Emakumeen eta gizonen arteko harreman desorekatuaren oinarri, indarkeriaren laguntzaile.

Gure hezkuntzak, izuekin batera, jarrera matxistak igorri dizkigu. Seligman-ek dioen bezala (1975), «*ikasitako defentsa-gabezia; gertaera kontrolaezina bizi duen egoera psikologiko bat da, ezin dugunean ezer egin egoera bat aldatzeko eta zerbait eginda ere, ez da ezer aldatzen*». Mezu hau emakumeoi barneratzen zaigu, eta, ondorioz, defentsa gabe, lotsatuta eta erruki, indarkeria matxistaren erantzule egiten gaituzte. Kontrajarriak dirudien baina ez diren egoera bi aipatu behar ditugu; alde batetik, emakumeon gehiegizko biktimizazioa, aurre egiteko gaitasun gabeko subjektu pasibo lez; eta beste alde batetik, biktima izateko aukera ez daukan subjektu politiko; hau da, indarkeria mota honen erabilera ez onartzea.

AUTODEFENSA FEMINISTA CONTRA LA VIOLENCIA SEXISTA

Artículo escrito por Maitena Monroy

La autodefensa de mujeres entendida como el aprendizaje de técnicas de empoderamiento personal y colectivo no sólo para enfrentar la violencia sexista, sino para concienciar y prevenir cualquier forma de expresión de violencia contra las mujeres, nace a finales de los años 80 de la mano de las asambleas de mujeres en Euskal Herria. La autodefensa no puede ser entendida ni desligada del resto de herramientas feministas para luchar contra la violencia sexista, no se trata de aprender a defenderse sino de poseer los recursos para analizar, identificar y evitar los ataques machistas, sean estos ejercicios de violencia física directa o no. La violencia más directa la sufren mujeres concretas pero hay una violencia simbólica aprendida entre otras cosas a través del terror sexual en él que las mujeres somos instruidas desde pequeñas. El terror se diferencia del miedo en que este último es algo puntual, predecible y concreto, sin embargo el terror es impredecible, no concreto y paralizante. Explica Gerda Lerner en su libro *La creación del patriarcado*: « Que la humanidad pronto comprendió que, para someter a otros seres humanos, no hacían falta las armas ni la fuerza, sino que era suficiente con usar la violencia psicológica. El terror sexual en él que somos educadas las mujeres tiene por finalidad limitar y controlar la vida de las mujeres y determina que, en muchos casos, las mujeres nos situemos frente a la vida entre "puedo y no puedo" mientras que los varones lo hacen entre "el quiero y no quiero". Además es en parte, junto al ideal de amor romántico, responsable de la dependencia emocional, que favorecen las relaciones desiguales entre hombres y mujeres y que a su vez son facilitadoras de esta violencia.

Además de en el terror, se nos educa en la inevitabilidad de ciertos comportamientos violentos machistas. Como bien explica Seligman (1975) en el concepto de la «*indefensión aprendida*»:

«*la indefensión es un estado psicológico que se produce cuando los acontecimientos son incontrolables, cuando no podemos hacer nada para cambiarlo, cuando hagamos lo que hagamos siempre ocurrirá lo mismo*». Es este el mensaje que habitualmente recibimos las mujeres y que contribuye a crear sentimientos de indefensión y vulnerabilidad que unidos a la vergüenza y culpa que se nos achaca a las mujeres como provocadoras de la violencia masculina, nos puede orientar en las dificultades que muchas mujeres tienen para defenderse. En la violencia contra las mujeres se dan dos factores que podríamos considerar contradictorios, pero no lo son, por un lado una excesiva victimización de las mujeres, como objetos pasivos que no tienen ninguna capacidad para hacerla frente y por otro lado una ausencia de reconocimiento de las víctimas como sujetos políticos, es decir, el no reconocimiento de la especificidad y el sentido instrumental de esta violencia. Hoy, en día, en la nueva oleada de ataques machistas contra los derechos de la mujeres, se escuchan muchas voces, e incluso desde estamentos que deben de proteger los derechos, que cuestionan la veracidad de las denuncias, se invisibiliza intencionalmente la violencia sexual, transmitiendo la idea de que este es un problema que también sufre los varones en manos de malas mujeres. Es decir, se pretende negar la misoginia y el feminicidio.

Hasta comienzos de los 80 la violencia sexista sólo aparecía en los medios cuando era especialmente grave o era violencia sexual ejercida por desconocidos, pero no se relacionaban con la sociedad como otros temas, era relegada a sucesos. Desde entonces, ha habido una fragmentación interesada de la violencia y una interpretación errónea a cerca de los porqués de su existencia. El modelo de referencia empleado es el de salud pública, que patologiza a los agresores como si estos careciesen de voluntad propia o su violencia no respondiese a intereses instrumentales. El agresor se nos presenta como alguien con un problema de conducta que necesita atención sanitaria especializada, conceptualizándole como alguien que tiene un problema en vez de cómo un actor de conducta. Este abordaje no sucede en otro tipo de actos violentos donde el patrón de referencia es el patrón desviado normativo (conductas punibles, que influyen nocivamente en la convivencia basada en

Gaur egun, emakumeen eskubideen aurkako eraso matxisten aurrean, salaketak faltsuak erabiltzen direla adierazten da; indarkeria sexuala ezkutatu egiten da, eta gizonek ere tratatu txarrak bizi dituztela esaten da. Sakonean, misoginia eta feminizidioa ukatzen dira.

80. hamarkadara arte, gertakarien ataletan argitaratzen ziren eraso larriak ezezagunak zirenean bakarrik agertzen ziren. Orditik hona, indarkeria mailakatu egin da, baina zergatiak ez dira plazaratzen. Erasotzaileari gaixo tratamendua ematen zaio, bere nahien arabera jokatu ez balu bezala. Erasotzailea jarrera gatazkatsua duen gizakia bezala aurkezten zaigu, osasun asistentzia berezia behar balu bezala. Beste mota bateko erasotzaileekin aplikatzen den araudi berberarekin epaitzen dira, eta gizartean erroturik dagoen maskulinitate hegemonikoan oinarritzen gara emakumeenganako erasoak epaitzeko. Zenbat aldiz entzun dugun erasotzailea gizon «normala» zela, edo buruko gaixotasun bat zuela, edo emakumeak bere janzkerarekin eta jarrerarekin probokatzen zuela.

Ezkutuan dagoen mezua gizonezkoen pasioa da, baina badakigu bortxazko jarrerak ez duela gaixotasun arrastorik izaten. Indarkeria sexista gizarte patriarkalean erroturik dagoen jokaera da, eta ezinbestekoa da indarkeria hori deslegitimizea. Azken finean, erasotzaileak bere helburua lortzeko era-

sotzen baitu; harreman bat izatea emakume batekin eta emakumeak rolen arabera jokatzeko espero da.

Jokaera hori nola definitzen dugun ikusi behar dugu; hau era psikologikoan saihestu beharko litzateke, eta ez da beharrezkoa era kliniko batean aztertzea. Eta honetan guztian ezinbestekoa dugu generoaren gizarte eta kultura eraketa aztertzea, sexuen arteko botere banaketa ulertzeko (menpekotasun/ menperatzaile rolak).

Egoera bakoitzeko jarrera zehatzak hartu behar ditugu, baina ezin da kasu bakoitzaren azterketatik egoeraren analisi orokorra egin zergatiak aurkitzeko; beraz, emakumeenganako indarkeriaren ikuspegi politiko eta estrukturala aztertzea ezinbestekoa da, eta emakumeenganako indarkeriaren aurka borrokatzea eskatzen dugunean, Giza Eskubideen defentsan ari gara.

Biztanleriaren % 50aren Giza Eskubideak ez direla errespetatzen salatzen eta emakumeentzako «Autodefentsa ikastaroak» eskaintzen jarraituko dugu. Indarkeria sexista askatasunaren mugatzaile eta gabezia demokratikoaren ezaugarri da.

Azken helburua, autodefentsa ikastaro premiarik ez izatea. Hori lortzeko lanean jarraituko dugu, gizarte justizia eta giza eskubidea delako.

reglas) cuyo patrón de referencia es el marco de la ley, sin embargo en un patrón de referencia basado en salud pública el baremo que se utiliza es una población de referencia, es decir, la masculinidad normativa, aquí cabría preguntarse cuantas veces hemos escuchado que el agresor era un hombre «normal» o que tipo de patología mental posee el juez que absuelve a un violador por la vestimenta que utilizaba la mujer, o las personas que legitiman la violencia en base a que las mujeres vamos provocando y merecemos ser violadas. El mensaje implícito en las agresiones sexistas es que los varones atacan por cuestiones pasionales o románticas o por una masculinidad excesiva que se les va de las manos. Una conducta violenta no implica anormalidad clínica de los sujetos. La violencia sexista es una manifestación política y estructural del sexismo que se estimula en la socialización de la masculinidad en las sociedades patriarcales. Es imprescindible la deslegitimación de todas las conductas masculinas violentas. Los agresores agreden porque consideran que es la manera más efectiva de conseguir un propósito, propósito que responde a una manera de entender su relación interpersonal con una mujer y el papel que esta tiene que representar en una relación, o en el mundo, como sería en el caso de la violencia sexual ejercida por conocidos o desconocidos.

Se habla, se actúa y se siente como se piensa y viceversa. Del como definamos la conducta dependerá nuestro abordaje para erradicarla. Se puede estudiar la conducta desde un punto de vista psicológico aunque no necesariamente clínico. Podemos intentar entender como se establecen las estrategias de dominación y sumisión bajo parámetros psicológicos pero debemos acudir a la teoría de género para analizar la construcción socio-cultural del género que es el caldo de cultivo para perpetuar relaciones de dominación/sumisión.

La dominación de las mujeres es rasgo característico de la construcción del poder masculino. Debemos actuar con medidas concretas en los casos concretos de violencia contra las mujeres pero no podemos realizar desde los casos concretos un análisis generalizado de los porqués de la violencia contra las mujeres. El análisis de las situaciones concretas debe de servir para enfocar mejor

cada caso, pero las actuaciones se realizan una vez que ya se han producidos los hechos de violencia, por tanto, si queremos evitar llegar a dar soluciones concretas que respondan a hechos delictivos se hace necesario analizar la violencia contra las mujeres desde su perspectiva estructural y política.

Cuando defendemos la lucha contra la violencia sexista no lo hacemos porque las mujeres seamos buenas (que parecería que es algo que debemos de acreditar para ser susceptible de derechos) sino porque es una violación de los derechos humanos e igual que defendemos el derecho a no ser asesinada-o sin pensar en la bondad o maldad de las víctimas, simplemente hacemos una defensa de los derechos humanos sin fisuras.

La falta de memoria histórica en la existencia de la desigualdad así como su mantenimiento a través de patrones culturales estereotipados, sesgados y sexistas ha permitido todos los análisis legitimadores y ex-culpadores de los hombres violentos.

La violencia no puede ser observada sólo desde los aspectos concretos, desde los aspectos descriptivos de los hechos. Porque si no, nos quedaremos en el visionado descriptivo de los hechos en vez de analizar su origen, por tanto, nuestros recursos serán puntuales pero no nos servirá para desmontar el andamiaje cultural que perpetúa la violencia.

Si no desmontamos los patrones culturales que la han perpetuado tendremos que seguir llorando a las víctimas, saliendo a las calles para denunciar la constante violación de los derechos humanos del 50% de la población y los cursos de autodefensa feminista deberán de seguir siendo una estrategia para combatirla. La violencia sexista es un excelente limitador de los derechos humanos además de un limitador de la capacidad de elegir libremente y consecuentemente un grave déficit democrático.

Nuestro objetivo último es dejar de dar este tipo de cursos y luchamos y confiamos en que así, por justicia social y por derecho.

AMAZULO, KONTROLA BERRESKURATZEN

Idurre Zabala Amezua

Zoru pelbikoa emakumeon pelbisaren azpialdean dagoen gihar multzoa da. Dugun arazoetako bat **TXISAREN INKONTINENTZIA DA**, pertsonalki, sozialki eta higienikoki mugatzen gaituena. Emakume askok jasaten duguna. Hormona maila aldatuak, lanak, haurdunaldiak, erditzeak, arnas aparatuko gaixotasunak... eta horren ondorioz, giharrak indarra galdu eta... inkontinentzia hau.

Ezinbestekoa da emozioen eta emakume izatearen baldintzapean dagoen gorputz atal hau ondo ezagutzea. Gizarteak inposatutako tabuak apurtu eta gure gorputza ezagutu eta kontrolatzeko.

Hau guztia kontuan izanik, **ERDITZE ONDORENGO etapa** azpimarratu behar dugu (zesarea zein bagina bidez). Erditu ondoren, zoru pelbikoa kaltetuta geratzen da. Beraz, ezinbestekoa da ondo erreku-peratzea, epe laburrean egiten ez bada, luzera arazoak egon daitezkeelako.

Eguneroko posturak, ariketa fisikoa, lanbideak, adina, hormona-aldaketak, menopausia eta menopausia aurreko garaia... kontuan hartu beharrekoak dira guztiak.

Zoru pelbikoak zerikusia zuzena du sexu praktika-ekin, eta indarra galtzean, anorgasmia edota sarketa onean mina eragin dezake. Zoru pelbikoa ez dugu isolatuta landu behar, abdomen eta gerriarekin baizik. Eredu honetan patologiarekin bat balego, eragin zuzena izango luke zoru pelbikoan.

Dagokion garrantzia ematen ez badiogu, eta prebentzio lana egiten ez bada (ume eta neska nerabeekin), ondorioak eduki ditzakegu; eta, alderantziz, prebentzioaren bidez, gureganako konfiantza, askatasuna azken finean KONTROLA berreskuratu dezakegu. Gai hau lantzeko eta prebentzio eta tratamendu ariketak ikasteko, ZORU PELBIKOAREN INDARTZE TAILERRA eskainiko dugu. Fisioterapia ikuspuntu ezberdina emango diogu. Animatu zaitezte!

TAILERRA

ZORU PELBIKOAREN INDARTZEA. Emakume guztiok ezagutu beharreko teknikak erakutsiko dizkigute, gure gorputza hobeto ezagutu eta prebentzio lana eginez. Emakume guztiontzat gomendagarria, ez soilik haurdun daudenentzat edota erditu dutenentzat.

Formatzailea Idurre Zabala izango da, OREKA FISIOTALDEkoa. Irailaren 20tik azaroaren 15era bitarteko astelehenean, 18:30etik 20:00etara, Kultur etxeko erabilera anitzeko gelan. Arropa eroso, esterilla eta toalla txikia eraman behar dira.

IZEN-EMATEA

Izena ematea ezinbestekoa da Udal Berdintasun sailean, horretarako prestaturiko orria beteta.

AMAZULO RECUPERA EL CONTROL

Artículo escrito por Idurre Zabala Amezua

El suelo pélvico es un conjunto de músculos que se sitúan en la parte inferior de la pelvis de la mujer. En la mujer una de las disfunciones más conocidas es la INCONTINENCIA URINARIA, y ella nos limita a nivel personal, social y de higiene. La incontinencia urinaria afecta a un porcentaje muy alto de la población femenina. Sufrimos distintos cambios a nivel hormonal, profesional, embarazos, partos, enfermedades respiratorias crónicas.... Y todo esto hace que el suelo vaya debilitándose y aparezca la incómoda incontinencia. Por eso, es muy importante que conozcamos bien como funciona esta parte de nuestro cuerpo tan unido a las emociones y a nuestra condición de mujer y tan escondido por tabús personales y sociales, y que aprendamos a controlarlo.

Hay una etapa que debemos subrayar y es el POSTPARTO (ya sea cesárea o por vía vaginal). Uno de los factores que más daña el S.P es el parto. Por lo tanto debemos RECUPERARNOS bien ya que si no lo hacemos a corto, medio o largo plazo aparecerán los problemas. Tenemos que tener en cuenta la postura, el ejercicio físico intenso, la profesión, la edad, los cambios hormonales, la menopausia o premenopausia... Además, el S.P esta relacionado directamente con la ESFERA SEXUAL, por ejemplo el debilitamiento de éste puede traer anorgasmia o una cicatriz perineal con adherencias puede dar dispareunia (Dolor a la penetración).

El suelo pélvico no podemos enfocarlo aisladamente, si no que tenemos que enmarcarlo y relacionarlo con el abdomen y con la zona lumbopélvica, ya que cualquier patología en estas zonas va a influir directamente en nuestro S.P.

Por todo lo comentado hasta ahora debemos darle la importancia que se merece, entendiendo cómo funciona podremos prevenir (en niñas y adolescentes) las pérdidas de orina o también recuperar la confianza, la libertad y en definitiva, EL CONTROL.

Para poder profundizar y hablar sobre este tema y para enseñaros ejercicios de prevención y de tratamiento se ofrecerá el curso: REFUERZO DEL SUELO PELVICO. Daremos un enfoque diferente y serio desde el punto de vista de la fisioterapia. ¡Animaos!

TALLER

REFORZAMIENTO DEL SUELO PELVICO, es una necesidad física ideal para todas las mujeres. No sólo para las que vayan a parir o las que hayan parido recientemente, es una necesidad de todas las mujeres y este taller nos puede enseñar a conocernos un poquito más. Idurre Zabala será la formadora. Y el taller se impartirá los lunes desde el 20 de septiembre al 15 de noviembre de 18:30 a 20:00 en la Sala polivalente de la Casa de Cultura. Llevar ropa cómoda una esterilla y una toalla pequeña.

INSCRIPCIONES

Área de Igualdad rellenando la hoja de inscripción.

DOKUMENTAZIO ZENTROA

Irakurketak jabekuntzarako eta hausnarketarako tartea zabaltzen du. Emakume bakoitzak bizi duen egoeraren edo momentuaren arabera, liburu bat edo beste bat etor liteke ondo.

UDAL BERDINTASUN SAILEAN OSATZEN ARI GAREN DOKUMENTAZIO ZENTROKO LIBURUEN ARTETIK udarako proposamenak hauek dira:

Proponemos el aprendizaje y el empoderamiento personal a través de la lectura, proponemos una diversidad de libros que están a vuestra disposición en el área de Igualdad.

FEMINISMOA

DE BEAUVOIR, SIMONE: «*El Segundo Sexo*»
LAGARDE Y DE LOS RIOS, MARCELA:

«*Para mis socias de la vida*»

MARCHA MUNDIAL DE MUJERES 1998-2008: «*Una década de lucha internacional feminista*»

DESPENTES, VIRGINIE: «*Teoría king-kong*»



EMAKUMEONGANAKO INDARKERIA

GIL RUIZ, JUANA M^a:

«*Los diferentes rostros de la violencia de género*»

MICHELENA, MARIELA: «*Mujeres malqueridas*»

AUTOESTIMA ETA HAUSNARKETA

CORIA, CLARA:

«*Negociaciones nuestras de cada día*»

CORIA, CLARA; FREIXAS, ANNA; COVAS,

SUSANA: «*Los cambios en la vida de las mujeres*»



GAZTETXOENTZAKO

LOPEZ SALAMERO, NUNILA; CAMEROS SIERRA MYRIAM: «*Mariziprintinek ez du zorioneko galeperrik nahi*» («*La cenicienta que no quería comer perdices*», Txalapartak euskeratua).

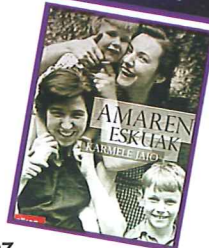


LITERATURA :

JAIO, KARMELE: «*Amaren eskuak*» *

LERTXUNDI, ANJEL:

«*Zoaz infernura laztana*» *



* Liburu hauek dokumentazio zentroan ez ditugun arren, proposamen onak iruditzen zaizkigu, emakumeoi era zuzenean egunerokotasunean eragiten dizkiguten gaiak lantzen baitira.

SEXUALITATE TAILERRETIK

El 17 de mayo es el día internacional contra la homofobia, bifobia y transfobia.

Aquí en Berriz hay mucha homofobia, una de las principales causas de que esto ocurra en nuestro pueblo, es debido a que es un pequeño, y las cosas diferentes son muy raras y se tratan con desprecio. Por eso queremos que la gente de nuestro pueblo se de cuenta de que ser homosexual, bisexual o transexual es una cosa normal como cualquier otra, y que no hay que tratarlos como diferentes.

También queremos hacer ver que hay mujeres homosexuales, ya que cuando utilizamos el termino homosexual lo relacionamos con los hombres gays. Sin embargo, ser homosexual significa tener relaciones amorosas con una persona del mismo sexo, es decir, hombres y mujeres, gays y lesbianas.

A continuación presentamos un relato sobre como podría ser la historia y los sentimientos de una chica homosexual.

Egun batean konturatu nintzen nire lagun Almari neska bat gustatzen zitzaiola. Berak kontatu zidan baina ezin ziola inori esan zioen, beldurra zuelako. Besteek etzutela onartuko pentsatzen zuen. Lotsatuta zegoen horrela izateagatik. Baina nik, Alma ulertzen nuen. Zergatik izan behar zuen berak desberdina? Nire laguna zen eta berdin maite nuen, lesbiana izan ala ez.

Egun batean, bere lagunak bere atzetik joan ziren. Orduan, Alma neska bat musukatzen ikusi zuten. Honen ondoren beste neskak ez zekiten nola jokatu berarekin. Bakarrik uzten zuten, aldageletan ez ziren bere aurrean biluzten... beraietaz gustatuko zela pentsatzen zutelako. Mutilek, beti zirikatzen zuten eta bera oso txarto sentitzen zen, oso lotsatuta. Azkenean lesbiana zela azaldu zien bere lagunei eta ez zien ezer esan arin arte txarto hartuko zutelakoan, hau da, gertatu zen bezala. Txarto sentitzen zela esan zien bakoitza den bezela izan behar delako eta horregatik ez du desberdina izan beharrik.

Almak 16 urte zituela aurkitu zuen neskalaguna eta instituto berara zihoazen betidanik, hau da, gurera. Baina orain, biak onartuak dira gure artean ondo ikusiak.

Esperamos que estos problemas se resuelvan antes de que más personas sigan sufriendo de forma injusta.

Eskerrik asko.
Sexualitate Tailerreko Neskak

Iraila - abendua

AKUMEOK GURE BEHARRAK, EGONEZINAK, BELDURRAK
dean lantzeko dugun beharra ikusirik eta talde lan
metatik lortutako norbanako emaitzak oso positiboak
ela dakigunez, barriro bilduko gara, irailetik abendura,
RIKUETAN, KULTUR ETXEAN. Informazio zabalagoa
IZEN-EMATEA IRAILEAN irekiko dugu.

Irailak 24

BEKUNTZA SAIOEN AURKEZPEN EKITALDIA Kultur
eko bilera gelan. Ikastaroak, barrikuetan, Kultur Etxe-
16:15etik 18:15era.

urrian

akumeen arteko harremani begirada, zinearen bidez.

azaroan

arkeria matxistaren analisia antzerkiaren bidez

akume guztiei zabalduak daude ikastaroak, eta
ntzerki, arte eta orokorrean kultura arloan dabilzan
akumeak era gonbidatzen ditugu.

abenduak 3

IERA EKITALDIA eta jarraitu beharreko proposamen
ideien mahai-inguruak.

**IZENA EMOTEA EZINBESTEKOA DA,
UDALEAN EDOTA BERDINTASUN SAILEAN**

**BESTALDE, ETA GIZARTE ZERBITZU, ENPLEGU ETA BERDIN-
TASUN ARLOAK ELKARLANEAN, ENPLEGUA SUSTATU
ASMOZ, FORMAKUNTZA PROGRAMEN ARTEAN EMAKU-
MEOK ENPLEGU AUKERA GEHIAGO ETA DESBERDINAK
IZATEKO, TRADIZIOZ GIZONEZKOEN ESKUTAN EGON
DIRAN LANETAN TREBATZEKO AUKERA ZABALTZEN DAU.**

Baldintzak: Berriztar emakumea izatea edo berton bizi-
tzea, langabezian egotea eta ikasi eta laneko gogoia edu-
kitzea. Informazio gehiago, emplegu sailean.

Tras visualizar la necesidad que tenemos las mujeres para hablar
reflexionar y debatir sobre las desigualdades sociales que sufrimos
planteamos los siguientes bloques de trabajo, que se trabaja-
ran los viernes, de 16:15 a 18:15 en la Kultur Etxea.

24 SEPTIEMBRE: Presentación de las sesiones de empoderamiento
programadas.

OCTUBRE: Un recorrido cinematográfico sobre las relaciones
femeninas.

NOVIEMBRE: El teatro como herramienta para el análisis de la
violencia de género.

3 de DICIEMBRE: Cierre de las sesiones con debate, sobre temas a
trabajar y necesidades.

Es imprescindible realizar la inscripción en el área de igualdad o
en el registro municipal

Por otro lado, entre las áreas de bienestar, empleo e igualdad, y
con el objetivo de promocionar el empleo se está organizando un
**PROGRAMA FORMATIVO PARA LA DIVERSIFICACIÓN LABORAL-
PROFESIONAL DE LAS MUJERES**, formando a las mujeres, en ofi-
cios que tradicionalmente han desempeñado los hombres.
Requisitos, ser mujer berriztarra o que viva en el municipio, estar
desempleada y tener ganas para aprender y trabajar.
Más información en el área de empleo.

Zalantzarik izanez gero,
informazio gehiago jaso
edota izena emateko:
94 682 40 36 edo
berdintasuna@berriz.org



Hurrengo buletinean
kontu gehiago,
eta badakizu,
zalantzak, galderak,
proposamenak jasotzeko
edota zalantzak argitzeko,
deitu edo bidali email bat
berdintasuna@berriz.org
-era
eta gustura erantzungo
dizugu.

Azaleko irudia: