

# Escuela de Empoderamiento para Mujeres

# 2018

www.irun.org/igualdad

El empoderamiento es una estrategia y un proceso que promueve la capacitación de las mujeres, para su crecimiento personal y colectivo, y para que se conviertan en agentes de transformación, en aras a construir una sociedad igualitaria y democrática donde hombres y mujeres desarrollen sus capacidades y gestionen sus intereses en condiciones de igualdad. Existe una importante sobrerrepresentación de los hombres en el ámbito social y político y un déficit de participación de las mujeres en esos ámbitos. La escuela de empoderamiento tiene como objetivo formar y capacitar a las irunesas para revertir la situación. Además, es un espacio de encuentro, formación y reflexión donde poder compartir vivencias y crear colectivos y redes de mujeres. Os invitamos a participar en los diferentes cursos que se han organizado en 2018.

**Plazo inscripción: Del 12 marzo 5 abril 2018**

## 1.- CUIDAR, CUIDÁNDONOS, TÉCNICAS DE DES-ESTRÉS (TALLER PARA MUJERES CUIDADORAS)

Taller de metodología participativa en el que se entremezclarán ejercicios prácticos y vivenciales sobre la vida cotidiana de las mujeres cuidadoras. Se partirá del análisis de la situación personal de cada una de las mujeres asistentes para luego detectar en qué medida esta situación corresponde a un modelo de cuidado libremente elegido o a un rol adquirido. La creación de grupo y el respeto a la individualidad es un eje de la metodología.

**12, 19, 26 de abril y 3, 10, 17, 24 y 31 de Mayo**

**Horario:** de 10.00 a 12:00 **Duración:** 16h. **Precio:** 15,55€\*  
**Palmera Montero (Sala 4)** **Idioma:** Castellano **Formadora:** Kontxi López

Marzo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
			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	

Mayo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	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			

Abril

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	28	29

Junio

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
				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	

### Lugar de inscripción:

010 (943 50 51 52) y web

### Listado de admitidas:

010 (943 50 51 52) y web (tras finalizar el plazo de inscripción)

### Dirigido a:

Mujeres, preferencia empadronadas en Irun, salvo que queden plazas libres.

### Matrícula:

Confirmada la inscripción realizar el ingreso en la siguiente cuenta: **KUTXABANK 2095 0611 09 1063406317**. Se presentará el resguardo de ingreso el primer día del curso y en el caso de ser perceptora de la R.G.I un certificado justificativo.

\* Bonificación del 90% de la cuota general a favor de aquellas personas cuya Unidad de Convivencia es perceptora de de la Renta de Garantía de Ingresos (R.G.I).

**Plazo inscripción: Del 12 marzo 5 abril 2018**

## 2.- EL ESPEJO AUDIOVISUAL. VIOLENCIAS Y RESISTENCIAS EN LAS MUJERES DE FICCIÓN.

Los productos culturales son un instrumento de (re)producción de las desigualdades que impregnan la sociedad en función del género y de otros ejes de dominación. La ficción y, en concreto, la ficción audiovisual, especialmente con el auge de las series de televisión, se convierte en una herramienta de legitimación de la violencia machista. Sin embargo, también puede ser una fuente de resistencias a través de representaciones de personajes, roles y valores transgresores respecto a las representaciones tradicionales. Por ello, en este curso se profundizará en el análisis crítico de la comunicación, identificando sus formas discriminatorias pero también aquellas que pueden ofrecer una mirada más inclusiva.

**18, 25 de abril y 2 de Mayo**

**Horario:** de 17:00 a 20:00 **Duración:** 9h. **Precio:** 8,25€\*  
**Palmera Montero (Sala 4)** **Idioma:** Castellano **Formadora:** Cooperativa Aradia

**Plazo inscripción: Del 12 marzo 5 abril 2018**

## 3.- CAFÉ PARA MADRES: REFLEXIONANDO SOBRE LAS MATERNIDADES

Taller para la reflexión en torno a las maternidades y su contexto social, así como para tratar las vivencias de las mujeres-madres en un entorno agradable y de confianza. La crisis de los cuidados ha puesto a debate el modelo de la doble jornada de la mujer que tiene trabajo remunerado y también atiende el hogar, ¿qué opciones hay? Analizaremos y compartiremos cuales son las condiciones sociales de las maternidades.

**8, 15, 22 y 29 de Mayo**

**Horario:** de 10.00 a 12:30 **Duración:** 10h. **Precio:** 8,25€\*  
**Palmera Montero (Sala 4)** **Idioma:** Bilingüe (a elegir por el grupo)  
**Formadora:** Joana Regueiro

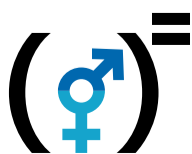
**Plazo inscripción: Del 14 al 25 mayo de 2018**

## 4.- TALLER DE AUTODEFENSA FEMINISTA

Se trabajará la capacidad de las mujeres para enfrentar la violencia machista, para ello, además de técnicas físicas, se ofrecerán herramientas psicológicas de defensa. Se trata de un espacio para compartir vivencias, un lugar donde aprender a identificar las agresiones y las diferentes caras de la violencia y buscar medios para enfrentarla, al tiempo que se ahonda en alternativas o estrategias para erradicarla. Está dirigido a mujeres jóvenes mayores de 16 años.

**Sábado, 2 de Junio**

**Horario:** de 10.00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 **Duración:** 8h. **Precio:** 8,25€\*  
**Polideportivo Azken Portu (sala Faisan)** **Profesora:** Asociación Emagin  
**Idioma:** Euskera



Gipuzkoako Foru Aldundia

Más información: [www.irun.org/igualdad](http://www.irun.org/igualdad)

# Emakumeen Ahalduntze Eskola

# 2018

www.irun.org/igualdad

Ahalduntzea emakumeen gaitasuna bultzatzen duen estrategia eta prozesu bat da, haien hazkuntza pertsonalerako eta kolektiborako, eta eraldaketaren eragile bihurtzeko, betiere berdintasunezko gizarte demokratiko bat eraikitze aldera, eta gizonak eta emakumeak gaitasunak garatu ditzaten eta beraien interesak gestiona ditzaten berdintasun baldintzetan. Gizonezkoak gain ordezkaturik daude eremu sozial eta politikoan eta emakumeek parte hartze eskasa dute aipatu eremuetan. Ahalduntze eskolaren helburua emakume irundarrak prestatzea eta trebatzea da egoera hori iraultzeko. Gainera elkartzeko, prestatzeko eta gogoetarako gune bat da, bizipenak partekatu eta emakumeen kolektiboak eta sareak sortu ahal izateko. 2018an antolatutako jarduerak guztietan parte hartzeri gonbidatzen zaituztegu.

Izena emateko epea: 2018ko martxoak 12tik apirilak 5era

## 1.- ZAINDU, GU GEU ZAINTZEN, DES-ESTRES TEKNIKAK (EMAKUME ZAINZAILLEENTZAKO TAILERRA)

Partaidetzako metodologia tailerra; bertan, emakume zaintzaileen eguneroko bizitzari buruzko ariketa praktikoak eta bizipenekoak nahastuko dira. Bertarazten den emakume bakoitzaren egoera pertsonalaren analisia izango da abiapuntua, eta, geroago detektatuko da egoera hori zein neurritan datorren bat libreki hautatutako zaintza eredu batekin edo eskuratutako rol batekin. Taldea sortzea eta indibidualtasunarekiko errespetua da metodologiaren ardatz bat.

**Apirilak 12, 19, 26 eta Maiatzak 3, 10, 17, 24, 31**

**Ordutegia:** 10:00-12:00

**Iraupena:** 16 ordu

**Prezioa:** 15,55€\*

**Palmera Montero** gunea (4. aretoa) **Hizkuntza:** Gaztelania **Irakaslea:** Kontxi López

Izena emateko epea: 2018ko martxoak 12tik apirilak 5era

## 2.- IKUS-ENTZUNEZKO ISPILUA. INDARKERIAK ETA ERRESISTENTZIAK FIKZIOKO EMAKUMEETAN.

Generoaren eta menderatzeko beste ardatzen arabera, gizarteak blaitzen duten desberdintasuna (berrito) ekoizteko tresna dira kultura ekoizpenak. Fikzioa eta, zehazki, telebista sailen goraldia dela eta bereziki, ikus-entzunezko fikzioa indarkeria matxista legitimotzat hartzeko tresna bihurtzen da. Hala ere, erresistentzia-iturria izan ahal da ohiko emanaldien aldean, pertsonaien, rolen eta balio urratzaileen emanaldien kasuan. Horregatik, ikastaro honetan komunikazioaren analisi kritikoa sakonduko da, modu diskriminatzaileak identifikatuz, eta baita begirada inklusiboago eman ahal dutenak ere.

**Apirilak 18, 25 eta Maiatzak 2**

**Ordutegia:** 17:00-20:00

**Iraupena:** 9 ordu

**Prezioa:** 8,25€\*

**Palmera Montero** gunea (4. aretoa) **Hizkuntza:** Gaztelania

**Irakaslea:** Aradia kooperatiba

Izena emateko epea: 2018ko martxoak 12tik apirilak 5era

## 3.- AMENTZAKO KAFA: AMATASUNEN INGURUKO HAUSNARKETA

Amatasunen inguruko hausnarketa egingo da tailerrean, emakume-ama bakoitzaren bizipenak konfidantzazko giro erosoan amankomunean jarriz. Zainketen krisiaren ondorioz, jornada bikoitzaren eztabaida sortua dago. Emakume askok ordaindutako lana eta etxea eramaten dute. Ze aukerak daude? Amatasunen baldintza sozialak aztertu eta konpartituko ditugu.

**Maiatzak 8, 15, 22 eta 29**

**Ordutegia:** 10:00-12:30

**Iraupena:** 10 ordu

**Prezioa:** 8,25€\*

**Palmera Montero** gunea (4. aretoa) **Hizkuntza:** Bi hizkuntzako (aukeratuz)

**Irakaslea:** Joana Regueiro

Izena emateko epea: 2018ko maiatzak 15etik 24ra

## 4.- AUTODEFENTSA FEMINISTA TAILERRA

Indarkeria matxistari aurre egiteko emakumeek duten gaitasuna landuko da, horretarako, teknika fisikoez gain, defentsarako tresna psikologikoak ere eskainiko dira. Bizipenak partekatuzko gune bat da, erasoak eta indarkeriaren aurpegi guztiak identifikatzen ikasi ahal dira bertan, eta bitartekoak bilatuko dira aurre egiteko, eta, aldi berean, estrategietan sakonduko da errotik ateratzeko.

16 urtetik gorako emakumeei zuzentzen zaie.

**Larunbata, Ekainaren 2a**

**Ordutegia:** 10:00-14:00 eta 16:00-20:00

**Iraupena:** 8 ordu **Prezioa:** 8,25€\*

**Azken Portu kiroldegia** (Faisan aretoa)

**Irakaslea:** Emagin elkarrea

**Hizkuntza:** Euskara

Martxoa

Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Biak	Larunbata	Igandea
		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	

Maiatza

Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Biak	Larunbata	Igandea
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			

Apirila

Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Biak	Larunbata	Igandea
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	28	29

Ekaina

Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Biak	Larunbata	Igandea
				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	

### Izena emateko lekua:

010 (943 50 51 52) eta webaren bidez.

### Onartuen zerrenda:

Epea bukatu ondoren, 010 (943 50 51 52) eta webaren bidez.

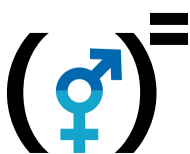
### Bideratuta:

Emakumeak, Irunen erroldatutako emakumeak onartuko dira soilik, plaza libreak geratuz gero izan ezik.

### Matrikula:

Dirusarrera egingo da izen ematea egiaztatu ondoren, ondoko kontuan: **KUTXABANK 2095 0611 09 1063406317**. Diru-sarreraren ordainagiria aurkeztuko da ikastaroaren lehenengo egunean eta DBE jasoz gero, egiaztagiria ere aurkeztuko da.

\* Kuota orokorraren %90ko hobari bat izango da DBE Diru-sarrerak Bermatzeko Errenta jasotzen duten Bizikidetzaren Unitateetako pertsonentzat.



Gipuzkoako Foru Aldundia

Más información: [www.irun.org/igualdad](http://www.irun.org/igualdad)