2024/2025 JARDUERA-PROGRAMA

25 ↓ 26

Arabako Errioxako
Kuadrilla

Arabako emakumeon berdintasunerako eta jabekuntzarako eskola

laia.araba.eus

CUADRILLA DE RIOJA ALAVESA
ARABAKO ERRIOXAKO KUADRILLA

araba álava

Laia

LAIAeskola
Arabako Errioxa

INFORMAZIOA, KONTAKTUA ETA IZEN-EMATEAK:

Arabako Errioxako Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua:

620 577 565

criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus

Gasteiz Errepidea, 2. 01300 Guardia, Araba

Inskripzioa daukaten jardueren izen-emate epea:
ikastaroa hasi baino hiru egun lehenagora arte

Haurtzaindegi eta garraio zerbitzua:
ikastaroa hasi baino hiru egun lehenagora arte

Gure buletin digitalean izena eman laia.araba.eus bidez

@LaiaAraba | @LaiaAraba | @LaiaAraba | laia.araba.eus

#LAIAeskolaArabakoErrioxa

Edukiaren elaborazioa: Arabako Errioxako Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua
LAIAko Idazkaritza teknikoa: Berdintasun Proiektuak, S. Coop. www.berdintasun.org
Sormen zuzendaritza: Labox www.labox.es
Diseinua eta maketazioa: La Debacle www.ladebacle.com
Inprimatzailea: Arabako Foru Aldundia
L.G.: LG G 496-2024

Aurkibidea

LAIAeskola Arabako Errioxa **2**
Arabako Errioxako Kuadrillako Berdintasun Zerbitzuaren aurkezpena **5**
Eraso matxistarik gabeko jai askeak **6**
Araba LGTBIQ+fobiaren kontra saretzen **7**
Arabako kontzejuetan emakume gehiago egotearen alde! **8**
Gaztelaniaren eta euskararen erabilera inklusiborako gida Hizkuntzak axola duelako **9**
Bizilagunak 2025 **10**
Arabako Errioxako Emakumeen Asanblada suspertzeko eta indartzeko laguntza **12**
Arabako Errioxako irakurketa klub feminista euskaraz **13**
Arabako Errioxako irakurketa klub feminista gaztelaniaz **14**
Arabako Errioxako gizon-taldea **15**
Tailer praktikoa: Jendaurrean hobeto hitz egiteko teknikak **16**
Amatasuna eta Generoa. Amatasunean elkarri laguntzea **17**
Autodefentsa feminista **18**
Emakumeen topaketa Eskuernagan **19**
Zineforuma: Nerabezaroa, genero rolak eta harremanak izateko moduak **20**
Komunikazio inklusiboko prestakuntza **21**
Tailerra: Menopausia: nire barrenak entzunez **22**
Jakintza sareak ehunduz **23**
Tailerra: Emakumeak lurraldean, kontakizunak eta islak **24**
Female Dancehall & Burujabetza Feminista **25**
Hitzaldia: Euskal matriarkatuaren mitoa **26**
Afrikaldia, 2025eko Afrikako zinemaren euskal jaialdia: Waiting for men **27**
Lurra, memoria eta etorkizuna. Ingurumenaren aldeko emakume palestinarrak **28**
Afrikaldia, 2025eko Afrikako zinemaren euskal jaialdia: Price of love **29**
Tailerra: Oinarrizko brikolajea emakumeetzat **30**
Con nombre(s) de mujer(es) **31**
Emakumeen topaketa Eltziegon **32**
Feminarium: Zinema feminista eta kulturartekoa: Papicha, sueños de libertad **33**
Autodefentsa feminista **34**
Kargu politikoentzako berdintasun-politikei buruzko formakuntza: Berdintasunarekiko konpromisoa **35**
Emakume ausartak nekazaritzako eta abeltzaintzako emakumeen indarraren eta lanaren alde topa egiten. Pascual Larrieta Bodegara bisita **36**
Zineforuma: Masculinidades Beta. Clonar a un hombre: los cuidados **37**
Hitzaldia: El buen amor no duele. Vínculos sanos para relaciones libres de violencia **38**
Antzerki tailerrak: Feminismoaren denbora-lerroa **39**
Hitzaldia: Acompañando el fin de la vida **40**
Hitzaldia: Mujeres, vejeces y menopausia **41**
Hitzaldia: el uso de pantallas **42**
Hitzaldia: Maternidades y no maternidades **43**
Hitzaldia: Adolescencia y redes sociales **44**
Feminarium: Zinema feminista eta kulturartekoa: Qué horas ela volta? **45**
Feminarium: Zinema feminista eta kulturartekoa: Talentos ocultos **46**
Antzerkia: A Ciegas **47**
Hitzaldia- Maskulinitate berriei eta feminismoari buruzko tailerra nerabeentzat **48**
Berdintasunaren aldeko Arabar Errioxako elkarteen lana **49**

AIARA
GORBEIALDEA
ARABAKO
LAUTADA
AÑANA
VITORIA-
GASTEIZ
TREBIÑU
ARABAKO
MENDIALDEA
ARABAKO
ERRIOXA

LANCIEGO - LANTZIEGO
LABASTIDA - BASTIDA
ELVILLAR - BILAR
YÉCORA - IEKORA
NAVARIDAS - NABARIDAS
KRIPAN
LEZA
OYÓN - OION
SAMANIEGO
VILLABUENA DE ÁLAVA
ESKUERNAGA
BAÑOS DE EBRO - MAÑUETA
ELCIEGO - ELTZIEGO
MOREDA DE ÁLAVA
MOREDA ARABA
LAGUARDIA - GUARDIA
LAPUEBLA DE LABARCA
LAPUEBLA LABARKA

Arabako Errioxako Kuadrillako Berdintasun Zerbitzuaren aurkezpena

Arabako Errioxara itzuli gara!

LAIA, Arabako Emakumeen Berdintasunerako eta Ahalduntzerako Eskola, 2025-2026. ikasturtean indarrez itzuliko da, disfrutatzeko, ikasteko, berdintasunean eraikitako gizarte bidezkoago, askotarikoagoa eta kulturartekoago baterantz aurrera egiten jarraitzeko proposamenez betetako programazioa baitakar.

LAIA proiektu kolektiboa da, eta, bertan, hainbatek batzen ditugu indarrak: Aldundiak, Kuadrillek, udalek, elkarteek, mugimendu feministek eta indarkeriarik gabeko, nahiz guztiontzat berdinzaleagoa den lurralde bat lortzeko bidean konprometitutako pertsonek.

Hurrengo orrialdeotan, adin eta gustu guztietarako jardueren eskaintza zabala aurkituko duzu: tailerrak, topaketak, antzerkiak, hitzaldiak, hausnarketarako eta sorkuntzarako guneak...

Parte hartzera, Arabako Errioxako beste bizilagun batzuekin bat egitera, partekatzera eta sareak ehuntzera animatzen zaitugu.

Jarduera guztiak doakoak dira.

Berdintasuna guztiok eraikitzen dugu, eta bidea hobea da elkarrekin egiten badugu.

araba álava
foru aldundia diputación foral

Laia

Añanako Kuadrilla
Cuadrilla de Añana

Gorbeialdeko Kuadrilla
Cuadrilla de Gorbeialdea

Arabako Mendialdeko Kuadrilla
Cuadrilla Montaña Alavesa

CUADRILLA DE LAGUARDIA
RIOJA ALAVESA
GUARDIA-ARABAKO ERRIOXAKO
KUADRILLA

ARABAKO LAUTADAKO KUADRILLA
CUADRILLA DE LA LLANADA ALAVESA

AIARAKO KUADRILLA
CUADRILLA DE AYALA

AYUNTAMIENTO DE CONDADO DE TREVIÑO
TREBIÑUKO KONDERRIKO UDALA

Araba LGTBIQ+fobiaren kontra saretzen

Lumagorri elkarteak Araban duen presentzia sendotu du, sexu-orientazio, identitate edo genero-adierazpenagatiko diskriminazioa eta indarkeria errotik kentzeko helburuarekin, LGTBIQ+ pertsonengan ahalduntze feminista sustatuz. Ikusguneen bidez, jaietan eta aisialdiko jardueretan informazioa emateko guneak, laguntza, entzutea eta baliabideak eskaini zaizkie eraso LGTBI+fobikoen biktimei, lurraldean errealitate hori ikusarazten lagunduz. Aurrerapenak aurrerapen, diskriminazioa, ikusezintasuna edo gorroto delituak bezalako erronkek bere horretan diraute. Lumagorrik, Arabako herrietan pertsona erreferenteen sarea sortzeko apustua egin du, eta, hori lortzeko, indarkeriarik gabeko espazio seguruak sustatzen dira. Horretarako, erakundeen eta komunitatearen babesa giltzarria izan da.

Arabako Foru Aldundiaren, Jai batzordeen, udalen, administrazio batzordeen, kolektiboen eta Berdintasun teknikarien konpromisoa ezinbestekoa izan da lan honen garapen onerako.

Egin dezagun Araba LGTBI+fobiarik gabeko lurraldea.

Emakume gehiagorekin
gure Kontzejuak irabazle

Con más mujeres
nuestros Concejos ganan

Arabako kontzejuetan emakume gehiago egotearen alde!

Kontzejuak dira Arabako herrietako gure elkarbizitzaren funtsa. Horiek dira demokraziarako modurik hurbilena eta benetakoena, non komunitateak bere patua erabaki eta eraikitzen duen. **Aurtengo azaroan, gure kontzejuetako batzar administratiboetarako hauteskundeak izango dira,** herrietako bizitzan gure parte-hartzea eta ahotsa indartzeko aukera paregabea.

Kontzejuak autogobernurako eta zuzeneko demokraziarako tresnak dira, baita gure egunerokoan eragina duten gaiei buruzko erabakiguneak ere. Horietan parte hartzeak esan nahi du hitza izatea eta gure ingurunearen, gure tradizioen eta gure etorkizunaren garapenean eragin ahal izatea.

Kontzejuetan erabakiak asanbladetan eta batzarretan aktiboki parte hartzen dutenek hartzen dituzte. Horregatik, funtsezkoa da emakumeak inplikatzea, beren iritziak eta proposamenak emanez. Batzarretan eta batzarretako karguetan egoteak demokrazia aberasteaz gain, erabakiek komunitate osoaren aniztasuna eta beharrak islatzea bermatzen du.

Parte hartu eta egin Arabako emakumeen ahotsa ozen entzun dadin gure herrietan!

Laia
araba álava
foru aldundia diputación foral

Gaztelaniaren eta euskararen erabilera inklusiborako gida

Hizkuntzak axola duelako

“Gaztelaniaren eta euskararen erabilera inklusiborako gida” aurkezten dizuegu, **Arabako Foru Aldundiko Berdintasun Sailaren ekimena.** Zorroztasunez eta sentsibilitatez egindako dokumentua da, eta tresna zehatzak proposatzen ditu modu inklusiboagoan komunikatzeko. Lan honek genero-ikuspegia txertatzeaz gain, begirada zabaltzen du desberdintasuna sortzen duten beste dimentsio batzuk kontuan hartzeko, hala nola aniztasun sexuala, funtzionala eta arraza-aniztasuna, besteak beste.

Gidak premisa argia du abiapuntu: hizkuntzak diskriminazioak erreproduzitu ditzakeen bezala, inklusioa, berdintasuna eta justizia eraikitzeko tresna indartsua ere izan daiteke. Pertsona guztiak ikusarazi eta aintzat hartuko dituen komunikazioaren aldeko apustua egiten dugu, eta gida hau funtsezko urratsa da bide horretan.

June Fernández kazetari eta aktibista transfeministak garatu du baliabide baliotsu hau. Gainera, bera izango da kuadrilla guztietan zehar ibiliko dena, batzuetan politikariei eta teknikariei eta beste batzuetan herritarrei zuzendutako **prestakuntzak** emanez. Saio elebidun horiei esker, gidako edukiak zuzenean ezagutu ahal izango dira -komunak nahiz hizkuntza bakoitzaren berariazkoak -, eta elkarrekin ikasiko dugu inor kanpoan uzten ez duen ahozko eta idatzizko hizkuntza erabiltzen.

Gida esteka honetan kontsulta dezakezu:
Guía para un uso inclusivo del castellano (PDF)

https://laia.araba.eus/documents/6816851/7431805/Euskararen+erabilera+inklusiborako+jarraibideak.pdf

Gure Kuadrillan, herritar guztiei zabaldutako prestakuntza eskaintzen dugu

Data eta ordua:	2026ko urtarrilak 30 Ostirala, 18:00
Tokia:	Zehazteke, Arabako Errioxa
Norentzat:	Herritarrentzat
Informazio eta inskripzioa	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus

INFORMAZIOA HEMEN:

Bizilagunak 2025

Azaroaren 16an, igandea, Arabako hainbat etxe eta txokok bat egingo dute Bizilagunak ekimenarekin. Euskadi osoan garatzen da ekimen hori, eta kultur jatorri desberdinetako bizilagunak mahai baten inguruan biltzea du helburu, kulturen arteko bizikidetzaren aldeko zurrumurru arrazista eta xenofoboak zalantzan jartzeko.

Izan hemengoa edo hangoa, zure bikotekidearekin, koadrilarekin, lagunekin, senideekin... Hesiak bota eta errealitate berriak esploratzeko gogoa baduzu, ANIMATU ETA PARTE HARTU!

ANTOLATZAILEAK:

araba álava foru aldundia diputación foral

Entretanto Entretente Bitartean Jolasean

MIXTURA
ARABA: ELKARBIZITZA ETA KULTUR ANIZTASUNA
ÁLAVA: CONVIVENCIA Y DIVERSIDAD CULTURAL

(zehar) errefuxiatuekin

LAGUNTZAILEAK:

ZAS! Zurrumurruen Aurkako Sarea | Red Vasca antirumores

SOS Racismo Arrazakeria

Arabako Udalak eta Kuadrillak

ARABAKO ERRIOXA

Arabako Errioxako berdintasun foroa gune irekia, kolaboratiboa eta feminista da, eta etenik gabe lan egiten du gure eskualdean emakumeen eskubideak defendatzeko, nahiz genero-berdintasuna sustatzeko. Horiek horrela, askotariko emakumeen arteko topalekua da: herri, adin eta ibilbide desberdinetakoak, beren ingurua eraldatzeko gogoak elkartutakoak. Berdintasunaren aldeko konpromisoa duen pertsona eta talde orori irekita dago. Herriz herri, eskualdeko leku ezberdinetan biltzen gara. Zure zain gaude!

Kontsultatu hurrengo hitzorduak gure Instagrameko kontuan:
@berdintasuna_igualdad

Informazio gehiago Berdintasun Zerbitzuan:
criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus

945 600 252 / 620 577 565

Arabako Errioxako Emakumeen Asanblada suspertzeko eta indartzeko laguntza

Equipare Elkartearen laguntzarekin, Arabako Errioxako Asanblada Feministak bertako emakumeen kolektiboa sendotzeko prozesu parte-hartzailea jarriko du martxan. Gure memoria kolektiboa berreskuratu nahi dugu, estrategia feministak elkarrekin imajinatu eta zaintza nahiz gidaritza partekatuetan oinarritutako elkarrekin antolatzeko modu berriak diseinatu nahi ditugu.

Nola egingo dugu?

Hainbat bizipen eta topaketaren bidez:

- Esperientziak partekatzeko talde-dinamikak
- Entzuteko, elkarrekin hitz egiteko, hausnartzeko eta proposamenak egiteko guneak.

Eskualdean, geure burua zaintzeko, saretzeko eta elkarrekin eredu feminista indartsuagoa eta biziagoa eraikitzeko bidea da honakoa.

Bat egitera animatzen zara?

Dinamizatzailea:	**Equipare elkartea**
Datak eta orduak:	Hasiera: **2025eko urriak 18** Larunbat goizetan
Tokia:	Zehazteke
Norentzat:	Arabar Errioxako emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Arabako Errioxako Kuadrilla Arabako Errioxako Asanblada Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Arabako Errioxako irakurketa klub feminista euskaraz

Euskarazko literaturarik onena konpartitu eta honek eskaintzen digunaz gozatzeaz gain, feminismoaren historia ezagutzeko asmoz, begirada zabalduko dugu. Izan ere, eleberri eta iritzi-artikuluek ahalduntzerako eta ahizpatasunerako bidean, inspirazioa piztu eta eztabaida eta gogoeta kolektiboetarako aukera ematen digute.

Dinamizatzailea:	**Ainhoa Aldazabal Gallastegui,** Skolastika, euskal filologoa eta literatura feministan aditua
Datak eta orduak:	**2025eko azaroak 6** Hurrengo saioak: **2026ko urtarrilak 29, martxoak 26 eta maiatzak 28** Osteguna, 17:30-20:00
Tokia:	Kuadrillaren eraikina, Guardia
Norentzat:	Arabako Errioxako emakumeentzat
Hizkuntza:	Euskara
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Arabako Errioxako Kuadrilla Berdintasun Foroa Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Arabako Errioxako irakurketa klub feminista gaztelaniaz

Irakurketa Klub Feminista, adin guztietako emakumeek irakurtzeko, konpartitzeko eta elkarrekin hazteko tokia da. Liburu ezberdinak ardatz izanik, feminismoari buruz hitz egiten dugu, bizipen ezberdinak partekatzen ditugu eta elkarri laguntzen diogu.

Laguardian hasiko gara, gonbidatu berezi batekin: **Karmele Jaio,** zeinak *Maitasun Kapitala* liburuari buruz hitz egingo duen.

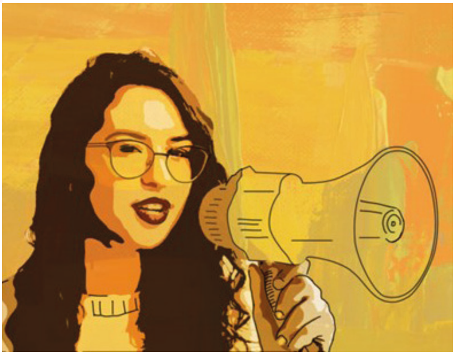
Lehenengo saioan, ikasturtean zehar zein lekutan elkartuko garen ere erabakiko dugu. **Hileko hirugarren ostegunean** ikusten dugu elkar. Animatuko zara?

Dinamizatzailea:	**Susana Mozas,** hezkuntzan, komunikazioan eta berdintasunean esperientzia handiko langilea
Datak eta orduak:	Aurkezpena eta topaketa Karmele Jaio idazlearekin: **2025eko irailak 18** Aurreikusitako hurrengo topaketak: **2025eko urriak 16 eta azaroak 20** Osteguna, 18:00-20:00
Tokia:	Aurkezpena: Kuadrillaren eraikina, Guardia Gainerako saioak hainbat herritan txandakatuz erabakiko dira
Norentzat:	Arabako Errioxako emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Anfitrioi diren udalerrien Udalak Arabako Errioxako Kuadrilla Berdintasun Foroa Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Arabako Errioxako gizon-taldea

Kolektiboan biltzeko eta maskulinitate patriarkalaren pribilegioen inguruan lan egiteko espazioa da. Elkarrekin, epairik gabe, partekatzeko, entzuteko, ikasteko eta konektatzeko espazioa da. Bertan, leku segurua eraikiz, genero-rolak zalantzan jarri eta berdintasuna bultzatzeko maskulinitateak, nahiz gizarte feministagoa eraikitzeko ardura hartuko dugu.

Dinamizatzailea:	**Oihan Martirena,** Aise Kooperatiba
Datak eta orduak:	**2025eko urritik 2026ko ekainera arte** Asteartea, 18:30-20:30 (datak parte-hartzaileen artean zehaztuko dira) Bi orduko topaketa bat
Tokia:	Bazterra Aretoa (Oiongo Gaztelekua)
Norentzat:	Gizonentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Arabako Errioxako Kuadrilla Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Oihan Martirenaren bidez 722 210 168 oihan@aise.eus eta Koadrillaren Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez



Tailer praktikoa: Jendaurrean hobeto hitz egiteko teknikak

Hitz egitean konfiantza handiagoa izan nahiko zenuke? Zeure burua ondo azaltzen ez duzulako sentsazioa duzu? Honako tailerrean horixe landuko dugu: konfiantza handiagoa izatea eta, hitz egitean, seguruago sentitzea. Urratsez urrats egingo dugu, hobeto, patxadaz eta argitasunez hitz egiten lagunduko diguten beldurrak, trikimailuak eta tresnak partekatuz. Zaindutako espazioa izango da, emakumeon artekoa, non huts egin, barre egin, ahotsa indartu eta praktikatu ahalko duzun. Hitz egitean zeure burua indartsuago sentitu nahi baduzu, hauxe da zure espazioa. Animatu parte hartzera!

Dinamizatzailea:	**Idoia Eizmendi,** Kazetaritzan lizentziatua eta Emakume eta Gizonen arteko Berdintasunean masterra EHUn
Datak eta orduak:	**2025eko irailak 3, 17 eta 24 eta urriak 1** Asteazkena, 17:30-20:00
Tokia:	Erabilera anitzekoa, Haizea aretoa, Samaniego
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Samaniegoko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Amatasuna eta Generoa

Amatasunean elkarri laguntzea

Amatasuna, historikoki, emakume askoren bizitzan mugarria izan da, baina estereotipoz, desberdintasunez eta erronkaz beteta ere egon da. Itxaropenek eta genero-rolek bizi-esperientzietan eragin handia duten munduan, amatasuna ez da salbuespena. Honako tailerrean, amatasuna ez da oztopo gisa identifikatuko, baizik eta emakumeen identitatearen beste alderdi batzuekin batera dagoen bizitzako etapa gisa. Horretarako, emakumea eta ama balioesten dituen diskurtsoa, eta bizitzako etapa honetan amatasuna beste alderdi profesional batzuekin uztartzea errazten duen diskurtsoa izango ditugu bitarteko.

Dinamizatzailea:	**Eva Medina,** Arabako Baserritar Inguruko Emakumeen Sarea
Datak eta ordua:	**2025eko irailak 4, 11 eta 18** Osteguna, 17:30-19:00
Tokia:	Kultur Etxea, Bastida
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Arabako Baserritar Inguruko Emakumeen Sarea Arabako Foru Aldundia Bastidako Udala
Informazio + eta inskripzioak:	Arabako Baserritar Inguruko Emakumeen Sarea - 625 349 696 Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Arabako Baserritar Inguruko Emakumeen Sarea
Red de Mujeres del Medio Rural de Álava

Autodefentsa feminista

Honako saioan, Pamelak eta Sabinek, autodefentsa tekniken ikasketa baliatuz, emakumeei adoretzen eta ahalduntzen lagunduko diete. Saio honen bidez, emakumeak indarkeria matxista identifikatzeko eta dela ageriko indarkeriatik, dela ikusezinetik defendatzeko gai izatea lortu nahi da. Prebentziorako eta bidezko defentsarako tresna teoriko-praktikoa da. Jarduera amei eta alabei zuzenduta dago.

Dinamizatzaileak:	**Pamela Bidondo** eta **Sabine Rahde,** autodefentsa feministako hezitzaileak
Datak eta orduak:	**2025eko irailak 19** Ostirala, 15:30-20:00
Tokia:	Bilarreko El Jubilado tabernako etxabean
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Bilarreko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	945 60 40 11 (Bilarreko Udala) Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Emakumeen topaketa Eskuernagan

Eskuernagan emakumeen topaketak antolatzen jarraitzen dugu! Horietan ahizpatasunaren eta harremanen garrantzia bezalako gaien inguruan hitz egingo dugu, dinamika sortzaileak eta askotarikoak erabiliz. 4 topaketa egingo ditugu, eta saio bakoitzean gai desberdinei helduko diegu taldearen interesak eta ezaugarriak kontuan izanda. Hainbat gai aztertuko ditugu, hala nola zainketaren eragina, bizi-ibilbideen aniztasuna eta beste hainbat kontu gehiago! Animatuko zara?

Dinamizatzailea:	**Entretanto Entretente – Bitartean Jolasean,** genero-ikuspegidun kulturarteko prozesu komunitarioetan adituak
Datak eta orduak:	**2025eko irailak 24; eta urriak 1, 8 eta 15** Asteazkenak, 18:00-20:00
Tokia:	Erabilera anitzeko gela, Eskuernaga
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Eskuernagako Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	945 60 90 24 (Eskuernagako Udala) Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Zineforuma: Nerabezaroa, genero rolak eta harremanak izateko moduak

Nerabezaroa aldaketa ugariko aroa da: gorputzean, emozioetan, pentsaeran eta baita besteekin erlazionatzeko moduan ere.

Honako tailerrean ikus-entzunezkoak erabiliko dira, eta, ondoren, generoak gugandik espero den horretan duen eraginari buruz hitz egingo dugu: nola sentitzen dugun, nola adierazten garen, nola zaintzen dugun edota geure burua nola tratatzen dugun.

Estereotipoak zalantzan jartzeko, epairik gabe hitz egiteko eta askeago, berdintasunez eta osasuntsuago bizitzeko espazioa da honakoa.

Dinamizatzailea:	**Oihan Martirena,** Aise Kooperatiba
Datak eta orduak:	**2025eko irailak 25** Osteguna, 10:00-12:00
Tokia:	Oion zinema
Norentzat:	DBH 2ko ikasleentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Oiongo Udala Samaniego BHI eta San Bizente ikastola Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Komunikazio inklusiboko prestakuntza

Gizaki sozial gisa, pertsonok -emakumeok, gizonok eta beste genero-identitate nahiz -disidenteok- komunikatzeko beharra daukagu. Hala eta guztiz ere, giza eraikuntza oro bezala, gure joerek komunikazioa zeharkatzen dute, eta nagusitutako kontakizuna, oro har, egia eztabaidaezin bihurtu ohi da. Honako saioan, zalantzan jarriko ditugu komunikatzeko ditugun moduak, eta ahots guztiak aintzat harturik, horiek entzunak eta kontatuak izateko estrategiak aztertuko ditugu.

Dinamizatzailea:	**Nagore Pérez,** Suge aholkulari feminista
Datak eta orduak:	**2025eko irailak 26** Ostiral goizean
Tokia:	Bazterra Aretoa, Oion
Norentzat:	Udal -langileentzat eta teknikarientzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Oiongo Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Tailerra: Menopausia: nire barrenak entzunez

Klimaterioa aldaketa fisiko, pskiko, erlazional eta erotikoen aroa da. Momentu horretan baldin bazaude, zeure burua hobeto ulertu nahi baduzu edota heltzen denerako zeure burua prestatu eta ziklo honetaz disfrutatu nahi baduzu, gertura zaitez!

Dinamizatzailea:	**Maider Garcia de Vicula Quintana,** ikuspegi feminista duen sexologoa eta psikologoa. Emaize Elkartea
Datak eta orduak:	**2025eko irailak 26** Ostirala, 18:00-20:00
Tokia:	Erabilera anitzeko gela, Nabaridas
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Nabaridasko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Jakintza sareak ehunduz

Bilarreko emakumeen topaketek ez dute etenik! Jarrai dezagun elkarrekin Bilarreko iragana gogoratzen eta geure pasaiak jasandako aldaketen inguruan hausnartzen. Topaketa hauetan geure oroitzapen zein kaleetan zehar murgilduko gara. Zatoz!

Dinamizatzailea:	**Amaia Ugarte,** gizarte-langilea eta hezitzailea eta Mentxu Ramilo Araujo, profesional interedependientea, antropologo arima duen politologoa
Datak eta orduak:	**2025eko irailak 29**, astelehena **2025eko urriak 21**, asteartea 18:00-20:00
Tokia:	Bilarreko tabernako etxabea
Norentzat:	Bilarreko emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Bilarreko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	945 60 40 11 (Bilarko Udala) Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

GUARDIA

Tailerra: Emakumeak lurraldean, kontakizunak eta islak

Landa-eremuko emakumeen garrantziaz hausnartzea interesatzen zaizu? Horrela baldin bada, Irakurketa Errazako formatuko irakurketa tailer honetara gonbidatzen zaitugu, denok irakurgaiak zailtasunik gabe uler ditzagun. Mikroipuinak irakurri ditugu, eta, horrez gain, Leire Milikua saiogileak zuzendutako sormen prozesu batetik abiaturik, emakumeek sortutako argazkiak ikusiko ditugu, hori guztiori Milikuaren *Sobre la tierra, bajo la sombra* eta María Sánchez autorearen *Tierra de mujeres* liburuetan oinarriturik. Landa-eremuan emakumeek bizi dituzten estereotipo eta desberdintasunen inguruan eztabaidatzeko aukera da honakoa.

Dinamizatzailea:	**Natalia Jimenez,** irakurketa-kluben dinamizatzailea eta irakurketa erraza gidatzen duena
Datak eta orduak:	**2025eko irailak 30** Asteartea, 10:30 12:30
Tokia:	Garcetas Etxeko lehenen solairua (Turismo bulegoa), Guardia
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Arabako Argazkilaritza Elkartea Transis Lab Irse Araba Guardiako Udala Arabako Errioxako Kuadrilla
Informazio + eta inskripzioak:	Izena emateko formularioa: https://forms.gle/W3p9Xb3LyvjjMDeM9 945 243922 / sociedadfotografica@gmail.com Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Arabako Argazkilaritza Elkartea Sociedad Fotográfica Alavesa
LF IE
consonni

LAPUEBLA LABARKA, ELTZIEGO

Female Dancehall & Burujabetza Feminista

Mugitu, ahaldundu eta gozatu! **Lapuebla de Labarkan eta Eltziegon dancehallaren** erritmoak eta **feminismoaren indarra** batuz egingo diren **lau topaketetan** parte hartzera gonbidatzen zaitugu. Zure gorputzarekin konektatzeko, estereotipoak hausteko eta mugimenduaren bidez askatasunez zeure burua adierazteko espazioa izango da. Ez da beharrezkoa esperientziarik izatea; bai, ordea, disfrutatzeko, ikasteko eta beste emakumeekin esperientzia partekatzeko gogoa. Jardueraren helburu nagusia neskei eta gazteei gorputz adierazpenerako nahiz ahalduntzeko tresna bat eskaintzea da, horretarako, dantzaren bidez euren identitatea indartzen eta genero estereotipoekin amaitzen lagunduko zaie.

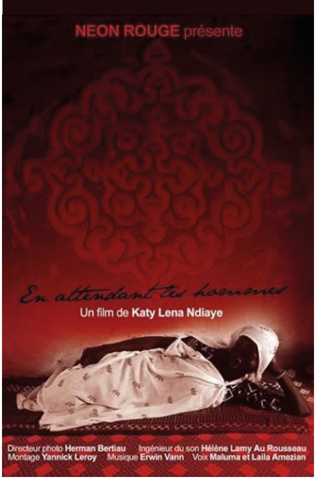
Eman izena eta izan zaitez esperientzia bikain honen parte!

Dinamizatzailea:	**Amaia Sinobas de la Torre,** Danses Urbanesen trebatua	
Datak eta orduak:	**2025eko urriak 3** Ostirala, 18:00-20:00 Hurrengo datak: **Urriak 17 eta 31 eta azaroak 14** Ostirala, 18:00-20:00	**2025eko urriak 10** Ostirala, 18:30-20:30 Hurrengo datak: **Urriak 24, azaroak 7 eta 21** Ostirala, 18:00-20:00
Tokia:	Lapuebla de Labarca	Kultur Etxea, Eltziego
Norentzat:	12 urtetik gorako emakumeentzat	
Hizkuntza:	Elebiduna	
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Lapuebla de Labarcako Udala Eltziegoko Udala Arabako Foru Aldundia	
Informazio + eta inskripzioak:	945 60 90 24 (Lapuebla de Labarcako Udala) Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez	

Hitzaldia: Euskal matriarkatuaren mitoa

Benetan existitzen al da euskal matriarkatuaren mitoa? Urteetan zehar euskal emakumearen figura idealizatzeaz gain, berau indartsu eta familia barruan boteretsu gisa irudikatu da, baina, zer gertatzen da espazio publikoak edota espazio erabakigarriak okupatu nahi dituenean? Hitzaldi honetan feminismotik aztertuko ditugu matriarkatuaren mitoaren sustraiak, bere horretan dirauten ezberdintasunak (soldata arrakalak, zaintzak, kristalezko sabaiak...) eta nola desegin diskriminazioa iraunarazten duten egiturak. Gure historia begirada kritikoz birpentsatzeko ezinbesteko hitzordua izango da.

Dinamizatzailea:	**Aitziber Aguinagalde Bilbao,** Berdintasun Teknikaria
Datak eta orduak:	**2025eko urriak 3** Ostirala, 18:00
Tokia:	Erabilera anitzeko Haizea gela, Samaniego
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Samaniegoko Udala
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez



Afrikaldia, 2025eko Afrikako zinemaren euskal jaialdia

Waiting for men

Oulatan, Mauritaniako basamortuaren erdian dagoen hiri batean, herrialde oso patriarkalean, nortasun ezberdineko hiru emakumek gizonekin izandako esperientziak eta beren arteko harremanak kontatzen dituzte; horretarako, askatasunez hitz egiten dute sexuari, maitasunari eta diruari buruz. Era berean, gizonak hirira itzultzeko esperoan, beren pintura tradizionalekin etxea dekoratzen eta henna marrazkiak egiten dituzte. *Gizonen esperoan* filmak, herrialde islamistetako emakumeen borroka ikusarazten du, maiz estereotipoek ikusezin bihurtzen dutena.

Dinamizatzailea:	**Anita Hichaicoto,** Afrikaldia
Data eta ordua:	**2025eko urriak 4** Larunbata, 18:00
Tokia:	Erabilera anitzeko Aretoa, Iekora
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Iekorako Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

BILAR

Lurra, memoria eta etorkizuna

Ingurumenaren aldeko emakume palestinarrak

Abeer M. Al Butmeh, ingurumen-ingeniaria eta PENGON-Foe Palestine-ko koordinatzailea, Palestinak ura, lurra eta baliabide naturalak izateko eskubidearen alde borrokan diharduen ekintzailea da. Lurralde okupatuetan ingurumenaren kontrako urraketak ikusarazteko eta energia- eta ingurumen-trantsizioan emakumeak ahalduntzeko intzidentzia-kanpainen buru da. Energia berriztagarrietan, uraren kudeaketan eta nekazaritza jasangarrian oinarritutako proiektuen bitartez, komunitate ahulen erresilientzia sendotzen du. Bere lanak erakusten du ingurumenaren aldeko defentsa, justizia sozialaren eta palestinarren giza eskubideen aldeko borroka ere badela.

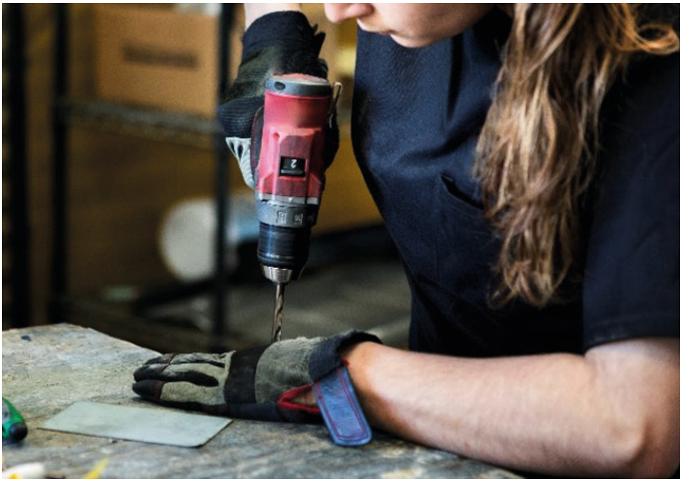
Dinamizatzailea:	**Abeer M. Al Butmeh,** Palestinako ingurumen-ekintzailea
Datak eta orduak:	**2025eko urriak 10** Ostirala, 18:30-20:00
Tokia:	Bilarreko El Jubilao tabernako etxabean, Bilar
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Arabako Errioxako Kuadrilla Aski Da Fest Bitartean Jolasean Elkartea UNRWA Euskadi
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Afrikaldia, 2025eko Afrikako zinemaren euskal jaialdia

Price of love

Teddyk, Adís Abeba hiriko taxi-gidari gazteak, iragan kriminala du, baita prostituta izandako ama ere. Emakume baten aurkako abusuaren lekuko izan ostean, Teddy haren defentsan atera eta harekin maitemintzen da. Elkarrekin Etiopiako hiriburuan, Adís Abebako kaleetan, bizirauteko borrokatzen dute.

Dinamizatzailea:	**Anita Hichaicoto,** Afrikaldia
Data eta ordua:	**2025eko urriak 11** Larunbata, 18:00etan
Tokia:	Kultur Etxeko Ekitaldi Aretoa, Bastida
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Bastidako Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez



Tailerra: Oinarrizko brikolajea emakumeetzat

“Emakume trebeak” tailerrean parte hartzera gonbidatzen zaitugu, brikolajearen munduan hasteko eta genero-estereotipoak desafiatzeko aukera paregabea!

Tailer praktiko honetan brikolaje gaitasun oinarrizkoenak ikasiko duzu. Tresnak era seguruan erabiltzen, etxeko konponketak egiten eta etxea hobetzeko prozesuak era eraginkorrean egiten ikasiko duzu.

Dinamizatzailea:	**Carmen Melchor,** iturgintzako, gaseko eta berokuntzako instalatzailea
Datak eta orduak:	**2025eko urriak 18** Larunbata, 9:30-14:00
Tokia:	Lantziegoko Gizarte etxea
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Lantziegoko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

“Con nombre(s) de mujer(es)”

Zenbat espazio publikok dute emakume izena gure herrian? Zer-nolako erabilera ematen diegu emakumeok espazio publikoei? Zein emakume dira ezagunak Lantziegon? Zein dira haien istorioak? Honako tailer-zikloak, Lantziegon bizi diren eta bizi izan diren atzoko, nahiz gaurko emakumeak, haien historiak eta ekarpenak ezagutzeko topalekua izan nahi du.

Informazio gehiago honako estekan: Con nombre(s) de mujer(es)

Dinamizatzailea:	**Mentxu Ramilo Araujo,** profesional interdependientea, antropologo-arima duen politologoa
Datak eta orduak:	**2025eko urriak 20 eta 27; azaroak 3 eta 17** Astelehena, 17:00-19:30
Tokia:	Lantziegoko udaletxeko erabilera anitzeko aretoa
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Lantziegoko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Emakumeen topaketa Eltziegon

3 egunez, Ziekon bizi diren emakumeen oroitzapen batzuk ezagutuko ditugu. Batzuetan istorio partekatuak eta, besteetan, ezberdinak kontatzen dituzten une, pertsona eta leku anitzen inguruko memoria ariketa egingo dugu. Modu gidatuan eta argazkietan oinarritutako biografia nahiz bizi-zuhaitzak bezalako teknikak erabiliz guztion artean Eltziegoko Oroimen Biziaren basoa osatuko dugu.

Dinamizatzaileak:	**Entretanto Entretente – Bitartean Jolasean,** genero-ikuspegidun kulturarteko prozesu komunitarioetan adituak
Datak eta orduak:	**2025eko urriak 22 eta 29; azaroak 5 eta 26** Asteazkena, 18:00-20:00
Tokia:	Zehazteke, Eltziego
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Eskuernagako Udala eta Eltziegoko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	945 60 90 24 (Eskuernagako Udala) Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Feminarium: Zinema feminista eta kulturartekoa

Papicha, sueños de libertad

Iaz, eta kuadrillako udalerrietako hainbat emakumek eskatuta, Zinema Feminista eta Kulturartekoaren Kluba sortu genuen. Horiek horrela, aurten, zinemaren bitartez, jatorri ezberdinetako pertsonen elkar onarpena eta ahalduntze pertsonala, zein kolektiboa areagotu nahi dugu!

Bai bi noranzkoko estereotipoak, bai aurreiritziak zalantzan jartzen eta feminismoaz, antirrazismoaz, gorroto diskurtsoen edo diskurtso xenofoboen aurka, kulturaz eta zaintzaz hitz egiten lagunduko digun eta gogoeta bultzatuko duen zinema izango da.

Papicha, sueños de libertad lanak Nedjmaren borroka azaltzen du. Aljeriako neska gaztea da Nedjma, eta, gerra zibila bete-betean, diseinatzaile izatea du amets. Fundamentalismoen presioaren aurrean, erresistentzia gisa, moda desfilea antolatzea erabaki du. Filma, emakumeak isilarazten saiatzen ari diren testuinguruan, emakumeen askatasunari, gorputzari eta autonomiari egindako kantu feminista indartsua da.

Dinamizatzailea: **Wayra Emakumeen Elkartea**

Data eta ordua: **2025eko urriak 22**
Asteazkena, 18:30-20:00

Tokia: Antonio Mijangos Kultur aretoa, Guardia

Norentzat: Herritarrentzat

Hizkuntza: Gaztelania

Antolatzaileak – kolaboratzaileak: Guardiako Udala
Arabako Foru Aldundia

Informazio + eta inskripzioak: asociaciondemujereswayra@gmail.com
603706562 (Whatsapp)
Berdintasun Zerbitzuaren bidez
945 600 252 / 620 577 565
criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus
Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

SAMANIEGO, IEKORA

Autodefentsa feminista

Maitena Monroy ekintzailearen eskutik, autodefentsa feministan erreferente denaren eskutik, geldiarazten gaituenari aurrez aurre begiratzen eta gure indarra berreskuratzen ikasiko dugu. Aurtengo urrian, **Maitena Monroy** erreferenteak gidatutako bi topaketa nahitaezkoetara gonbidatzen zaitugu. Lehenengo, Samaniegon bere liburua, *Autodefensa feminista. Más allá de aprender a decir no*, aurkeztuko du; eta, hurrengo egunean, Iekoran, autodefentsa feministari buruzko bizipen-tailerra emango du.

Liburu aurkezpena: 'Autodefensa feminista, más allá de aprender a decir NO'.

Maitena Monroy lau hamarkadaz autodefentsa feministaren inguruko tailerrak ematen eta Europako nahiz Latinoamerikako hainbat herrialdetan trebatzaileak prestatzen egon ostean, honako liburuak, 3.000 tailer baino gehiagotan parte hartu duten emakumeek eskainitako aberastasuna eta jakinduria barnebilduz, esperientzia hori jaso nahi du. Emakume horiei guztiei esker eta patriarkatuaren aurrean nazioarteko ahizpatasun ariketa gisa, autodefentsa feministaren praktika eta teoria garatu ahal izan ditugu.

Autodefentsa feministarako hastapen tailerra

Honako tailerrean teoria feministan barna murgilduko gara, geure errealitatea ulertu eta horri so egin ahal izateko. Egunerokoan lekukotutako matxismoak identifikatzeko eta horiei nola aurre egiteko gakoak izatea da helburua, indarkeria ikusgarriak eta ikusezinak identifikatuz.

Dinamizatzailea:	**Maitena Monroy,** indarkeria matxistan aditua eta autodefentsa feministaren irakaskuntzan aitzindaria (ADF)	
Tokiak:	El Ochavo Aretoa, Haizea gela, Samaniego	Trujal, Yecora
Datak eta Orduak:	**Liburuaren Aurkezpena** "Autodefensa feminista. Más allá de aprender a decir no" **2025eko urriak 24** Ostirala, 18:00	**Autodefentsa feminista tailerra** **2025eko urriak 25** Larunbata, 9:30-14:30
Norentzat:	Emakumeentzat	
Hizkuntza:	Gaztelania	
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Iekorako Udala Samaniegoko Udala Arabako Foru Aldundia	
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez	

Kargu politikoentzako berdintasun-politikei buruzko formakuntza: Berdintasunarekiko konpromisoa

Prestakuntza-saio honetan parte hartzera gonbidatzen zaitugu. Bertan, modu praktikoan eta parte-hartzailean landuko ditugu berdintasun-politiken ibilbidea, udal-esparruan duten aplikazioa eta jarduera-eremu guztietan genero-zeharkakotasunak duen garrantzia.

Berdintasunarekiko konpromiso politikoa sendotzeko eta udalerri bidezkoagoa nahiz, parekideagoa lortzeko bidean aurrera egiteko, tresna erabilgarriak eskuratzeko aukera da honakoa. Zure zain gaude!

Dinamizatzailea:	**Nagore Pérez,** Suge aholkulari feminista
Data eta Ordua:	**2025eko urriak 27** Astelehena, 17:00-20:00
Tokia:	Kuadrillako eraikina, Guardia
Norentzat:	Arabako Errioxako politikarientzat eta herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Arabako Errioxako Kuadrilla Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

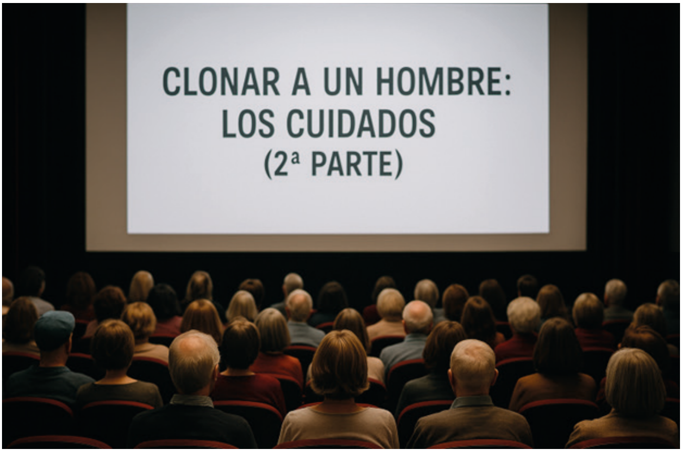
Emakume ausartak nekazaritzako eta abeltzaintzako emakumeen indarraren eta lanaren alde topa egiten

Pascual Larrieta Bodegara bisita

Rosa Gómez de Segura ezagutuko dugu, bera izango baita bere upategia erakutsiko diguna: tokian tokiko upeltegi bat bisitatuko dugu, eta, han, ardoa egiteko prozesua ezagutu ez ezik, lurra eta mahatsondoa bere bizimodu bihurtutako emakumearen ahalegina, grina eta ekimena ere ospatuko dugu. Bisitan zehar, upeltegia bisitatzeaz gain, bertako protagonistarekin, Rosarekin, hitz egingo dugu, eta hark tradizionalki maskulinizatutako sektorean izandako borrokaren, ametsen eta lorpenen berri emango digu. Honakoa aukera paregabea izango da emakumeek landa-eremuan duten zeregina ikusarazteko eta aurrean ditugun erronkei buruz elkarrekin hausnartzeko, baina, batik bat, lehen sektorean bizi diren emakumeen arteko laguntza-sarea ehuntzen jarraitzeko.

Guztiok sororitatearen, lurraren eta lanaren alde egingo dugu topa.

Data eta Ordua:	**2025eko urriak 30** Osteguna, 16:00-20:30
Tokia:	Bus-irteera Lakuako karabanetako aparkalekutik Samaniegoko bodegara
Norentzat:	Emakume nekazarientzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Gure Soroa Arabako Foru Aldundia
Informazio + inskripzioak:	627540945 Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez



Zineforuma: Beta maskulinitateak

“Clonar a un hombre: los cuidados”

Pentsatu al duzu gizonezkoek zaintzan duten rolaren inguruan? Masculinidades Beta-ren “Clonar a un hombre: los cuidados” dokumentala elkarrekin ikustera eta iruzkintzera gonbidatzen zaitugu. Mugiarazten gaituen, pentsarazten digun eta harreman parekideagoak nahiz gizatiarragoak imajinatzera bultzatzen gaituen proposamena da. Etorri eta parte hartu! Anima zaitez etortzera eta elkarrizketaren parte izatera!

Dinamizatzailea:	**Oihan Martirena,** AISE kooperatiba
Data eta Ordua:	**2025eko azaroak 2** Igandea, 18:00-20:00
Tokia:	Oion Zinema
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Oiongo Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

EMAKUMEEN AURKAKO INDARKERIARI EZ

NO A LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

Hitzaldia: Maitasun onak ez du minik ematen

Indarkeriarik gabeko harremanetarako lotura osasuntsuak

Bai maitasunari buruz, bai lotura osasuntsuei buruz, baita errespetuan, ekitatean eta ongizate emozionalean oinarritutako harremanei buruz ere hitz egitera gonbidatzen zaitugu. Elkarrekin hausnartuko dugu harreman osasuntsuak identifikatzeko nahiz indarkeriarik gabeko tratuan oinarritutako kultura sustatzeko gakoei buruz. Gelditzeko, elkarri begiratzeko eta nola maitatu nahi dugun birpentsatzeko aukera izango da. Animatu parte hartzera!

Dinamizatzailea:	**Miriam Herbón,** soziologoa, sexologoa eta berdintasunaren arloan prestakuntza eta esperientzia handia duena
Data eta Ordua:	**2025eko azaroak 7** Ostirala, 18:00-20:00
Tokia:	Erabilera anitzeko gela, Nabaridas
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Nabaridasko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Antzerki tailerrak: Feminismoaren denbora-lerroa

murgildu nahi duten emakumeei zuzendutako honako espazioa luzatzen dugu. Belenek espazioari bere sormena, pasioa, umorea eta konpromisoa eskainiko dizkio.

Historian zehar feminismoan lagundu duten figura nagusien inguruan lan egingo da, antzerkia adierazpen eta inspirazio tresna gisa erabiliz. Eta amaiera biribila ematearren... Gure obra propioa estreinatuko dugu martxoaren 8an! (Presiorik gabe, parte-hartzea librea eta malgua baita!)

Ez da beharrezkoa aldez aurretiko esperientziarik izatea; bai, ordea, partekatzeko, sortzeko eta gozatzeko gogoak edukitzea! Gerturatu eta probatu. Plaza mugatuak dira!

Dinamizatzailea:	**Belen Nevado,** aktorea, eszena-zuzendaria, musika, pailazoa, hezitzailea... eta, batez ere, feminismoarekin eta emakumeak artearen bidez ahalduntzearekin konprometitutako artista
Datak eta orduak:	**2025eko azaroak 10 eta abenduak 1; 2026ko urtarrilak 12, otsailak 2 eta 23; martxoak 7** (larunbata) Astelehena, 18:00etatik 20:00etara
Tokia:	Zehazteke
Norentzat:	Emakumeentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Arabako Errioxako Kuadrilla Arabako Errioxako Berdintasun Foroa
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

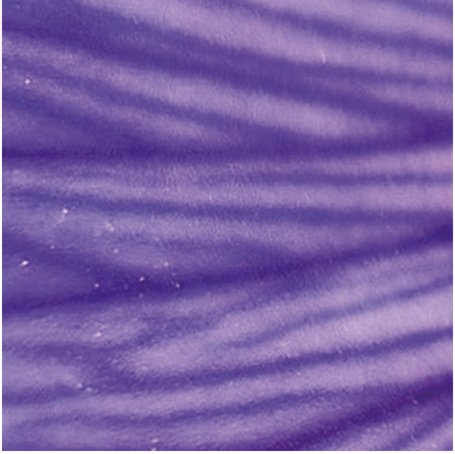
MOREDA ARABA

Hitzaldia: Bizitzaren amaieran elkarri laguntzen

Dolua espazio konplexua da, bai norberarena, bai maite ditugunena; areago, haiei laguntzea tokatzen zaigunean. Dolua heldu aurretik, hura ezagutzea, nola gertatzen den jakitea, aurrera egiten lagundu diezaguketen tresnak ezagutzea eta horri buruz hitz egiteari beldurra galtzea oso baliagarria da.

Beraz, hitzaldi honetara animatzen zaituztegu, non doluari buruz naturaltasunez eta zaintzaren ikuspegitik hitz egingo dugun, denok geure doluaren aurrean eta lagundu beharko diogunaren doluaren aurrean baliabide gehiago izan ditzagun.

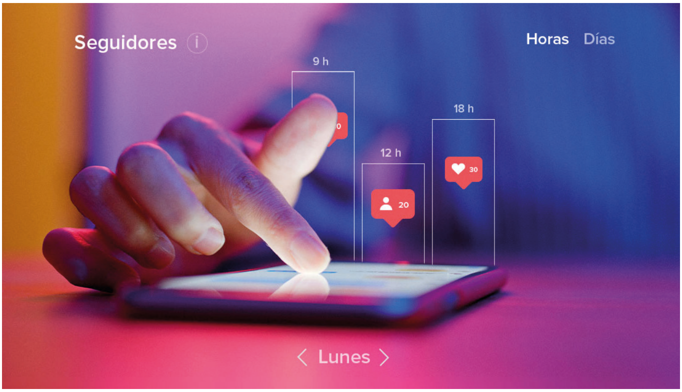
Dinamizatzailea:	**Carmen Koetsenruijter,** Zentro Mayaren Zuzendaria
Data eta Ordua:	**2025eko azaroak 10** Astelehena, 17:00-20:00
Tokia:	Erabilera anitzeko gela, Moreda Araba
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Bilarreko Udala Animazio soziokulturaleko zerbitzua Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez



Hitzaldia: Emakumeak, zahartzaroak eta menopausia

Hemen, menopausiari eta zahartzeari buruzko hausnarketa-gunea aurkituko duzu, emakumeek garai horretan jasaten dituzten aldaketa fisiko, emozional eta sozialak jorratzeko. Hemen, tabuak apurtzeko eta ongizatearen, osasunaren eta zahartzaroko esperientzien aniztasunaren inguruko elkarrizketak bultzatzeko lan egingo da. Aro horretan baldin bazaude, zeure burua hobeto ulertu nahi baduzu edo, horrela ez bada, iristen denerako prestatuta egon eta bizi-ziklo honetaz gozatu nahi baduzu, hurbildu zaitez!

Dinamizatzailea:	**Maider García de Vicuña Quintana,** ikuspegi feminista duen sexologoa eta psikologoa (Emaize Elkartea)
Data eta Ordua:	**2025eko azaroak 11** Asteartea, 18:00-20:00
Tokia:	Erabilera anitzeko gela, Eskuernaga
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Eskuernagako Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + eta inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez



Hitzaldia: Pantailen erabilera

Egungo erronkak emozioen eta hezkidetzaren ikuspegitik

Nola eragiten ote dute sareek, pornografiak eta gorroto diskurtsoek gure seme-alabengan? Ingurune digitalean bizi gara, eta hark, haurrek eta nerabeek beren identitatea eraikitzeko, harremanak izateko eta mundua ulertzeko modua moldatzen du. Gurasoei zuzendutako hitzaldi honek, "matxosferaren" eraginaren, diskurtso misoginoen, indarkeria digitalaren normalizazioaren eta pornografiaren kontsumoaren gaineko begirada kritikoa eskaintzen du.

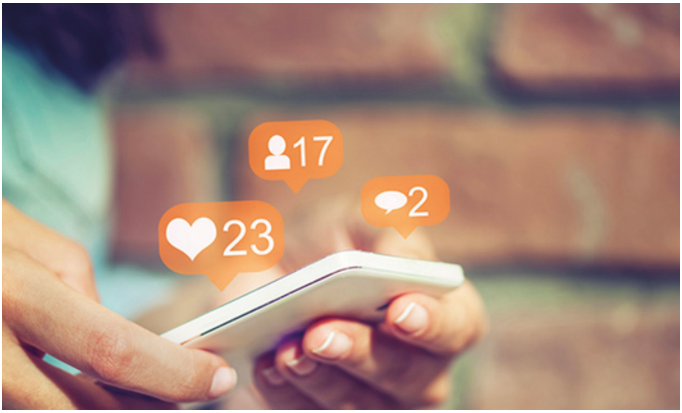
Dinamizatzailea:	**Jone Zalduegi,** Kooperatiba Emoki Elkartea
Data eta Ordua:	**2025eko azaroak 12** Asteazkena, 15:00-16:30
Tokia:	Eltziegoko Ikastetxe publikoa
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Eltziegoko Udala Eltziegoko Ikastetxe publikoko IGEa Arabako Foru Aldundia
Informazio + inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Emoki
EMOZIOAK
TEKNOLOGIA
SEXUALITATEA

Hitzaldia: “Maternidades y no maternidades”

Gizonen eta emakumeen arteko ezberdintasun biologikoa, hau da, emakumeek haurdun geratzeko duten gaitasuna, izan da gizarte-antolaketa ororen abiapuntua. Zoritxarrez, ezberdintasun biologiko hori ulertzeko moduak, ezberdintasunak berak sortu ditu. Gauzak horrela, honako hitzaldian amaren figuran sakonduko dugu: nola irudikatzen den, zer eskatzen zaien amei, zer aurpegiratzen zaien ama ez direnei... Batik bat, emakumeen esperientzietan murgilduko gara, amaren kategoria gizatasunik gabea eta sinplifikatzailea izan ez dadin.

Dinamizatzailea:	**Nagore Pérez,** Suge Aholkulari feminista
Ordua:	**2025eko azaroak 14** Ostirala, 18:00-20:00
Tokia:	Arabako Errioxako Kuadrillako Ekitaldi Aretoa, Guardia
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Arabako Errioxako Kuadrilla Arabako Foru Aldundia
Informazio + inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez



Hitzaldia: Nerabezaroa eta sare sozialak

Estereotipoak eta desberdintasunak indartzen dituzten ispilu bihurtu dira, bereziki, neska gazteen artean.

Hitzaldi honek, hizkuntzak eta sareetan azaltzeak norberaren identitatean, harremanetan eta pertzepzioan izan dezakeen eraginaren inguruan hausnartzera gonbidatzen ditu nerabeak. Honakoa, ingurune digitalari begi kritikoekin begiratzeko eta gizarte parekideago baterantz aurrera egiteko proposamena da, diskriminaziorik eta genero-presiorik gabea. Zure zain gaude!

Dinamizatzailea:	**Humana Lab Elkartea**
Data eta ordua:	**2025eko azaroak 15** Larunbata, 18:00-20:00
Tokia:	Erabilera anitzeko gela, Iekora
Norentzat:	12 urtetik gorako gazteentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Iekorako Udala
Informazio + inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Feminarium: Zinema feminista eta kulturartekoa

Qué horas ela volta?

Iaz, eta kuadrillako udalerrietako hainbat emakumek eskatuta, Zinema Feminista eta Kulturartekoaren Kluba sortu genuen. Horiek horrela, aurten, zinemaren bitartez, jatorri ezberdinetako pertsonen elkar onarpena eta ahalduntze pertsonala, zein kolektiboa areagotu nahi dugu! Bai bi noranzkoko estereotipoak, bai aurreiritziak zalantzan jartzen eta feminismoaz, antirrazismoaz, gorrotozko diskurtsoen edo diskurtso xenofoboen aurka, kulturaz eta zaintzaz hitz egiten lagunduko digun eta gogoeta bultzatuko duen zinema izango da. *Qué horas ela volta?* lanak Valen istorioa azaltzen du, familia aberats baten semea berea izango balitz bezala hezi duen etxekoandrearena, alegia. Ordea, dena aldatzen da, Jessica, bere alaba, etxera bizitzera joaten denean, Jessicak nola bizi beharko luketen azaltzeko beste ideia batzuk baititu. Klase sozialak, afektuak eta zaintzaren mugak ezbaian jartzen dituen film hunkigarria da.

Dinamizazioa:	**Nerea Nanclares,** Wayra Emakumeen Elkartea
Data eta ordua:	**2025eko azaroak 19** Asteazkena, 18:30-20:00
Tokia:	Antonio Mijangos kultur aretoa, Guardia
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Guardiako Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

ELTZIEGO

Feminarium: Zinema feminista eta kulturartekoa

Talentos ocultos

Iaz, eta kuadrillako udalerrietako hainbat emakumek eskatuta, Zinema Feminista eta Kulturartekoaren Kluba sortu genuen. Horiek horrela, aurten, zinemaren bitartez, jatorri ezberdinetako pertsonen elkar onarpena eta ahalduntze pertsonala, zein kolektiboa areagotu nahi dugu! Bai bi noranzkoko estereotipoak, bai aurreiritziak zalantzan jartzen eta feminismoaz, antirrazismoaz, gorrotozko diskurtsoen edo diskurtso xenofoboen aurka, kulturaz eta zaintzaz hitz egiten lagunduko digun eta gogoeta bultzatuko duen zinema izango da. *Talentos ocultos* Hiru emakume afroamerikarrei buruzko benetako istorio hunkigarria. Beren talentuari eta ahaleginari esker, NASA erakundearen eta munduaren historia aldatzea lortu zuten. Talentos Ocultos lanak, eskubide zibilen aldeko borroka bete-betean, berdintasunari, zientziari, arrazakeriari eta generoari buruz hausnartzera gonbidatzen gaitu.

Dinamizatzailea:	**Wayra Emakumeen Elkartea**
Data eta ordua:	**2025eko azaroak 21** Ostirala, 18:30–20:00
Tokia:	Por determinar, Eltziego
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Eltziegoko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Antzerkia: A Ciegas

A ciegas antzerkia, berdintasunaren aldeko eta indarkeria matxistaren prebentziorako antzerki murgiltzailea da. Esku-hartze artistiko ez-konbentzionala da, eta atmosfera eszeniko indartsua du.

Antzerki Konpainia:	**Peloponeso Teatro**
Data eta ordua:	**2025eko azaroak 28** Ostirala, 19:00-20:00
Tokia:	Erabilera anitzeko gela, Nabaridas
Norentzat:	Herritarrentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Nabaridasko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazio + inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Hitzaldia- Maskulinitate berriei eta feminismoari buruzko tailerra nerabeentzat

Feminismoa gazteengana hurbildu nahi dugu, beren egunerokoan askeago eta arduratsuago senti daitezen, era berean, feminismoa, pentsatzeko aukera ematen duen mugimendu gisa ere aurkeztu nahi diegu. Konfiantza eta entzutea sustatzen duten bizipen- eta partaidetza-dinamiken bidez, nork bere burua zalantzan jartzeko eta bere errealitatearen inguruan hausnartzeko gonbita da; bakoitzak bere erantzun propioak aurki ditzan, eta, batik bat, bere buruari dagozkion galderak egin diezazkion.

Dinamizatzailea:	**Ongiz – Ezberdin Elkartea**
Datak eta orduak:	Por determinar
Tokia:	Lapuebla de Labarca
Norentzat:	Assa Ikastolako ikasleentzat
Hizkuntza:	Gaztelania
Antolatzaileak – kolaboratzaileak:	Lapuebla de Labarcako Udala Assa Ikastola Arabako Foru Aldundia
Informazio + inskripzioak:	Berdintasun Zerbitzuaren bidez 945 600 252 / 620 577 565 criojaalavesa.berdintasuna@ayto.araba.eus Baita ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta karteldegien bidez

Berdintasunaren aldeko Arabar Errioxako elkarteen lana

ENTITATEA ↓	PROIEKTUA ↓
El Pilagar kultur elkartea GATZAGA BURADON · SALINILLAS DE BURADÓN ASOCIACIÓN CULTURAL EL PILAGAR KULTUR ELKARTEA	Berdintasunerako eta gizonen aktibaziorako antzinako balioak berreskuratuz
Samurrak aniztasun sustapen elkartea Samurrak Aniztasuna Sexologia - Berdintasuna - Kulturartekotasuna	Sexu, genero eta kultura aniztasun tailerrak Arabako ikastetxe eta elkarteetan
Lantziegoko Guraso Elkartea	Hezkidetza eta Indarkeriarik Gabeko Komunikazioa Sustatuz
La Giralda Guraso Elkartea	Berdintasunean haziz: miatu eta errespetatu
Eltziegoko eskola publikoko Guraso Elkartea	Berdintasunean heztea III/ Educar en igualdad III
El Fabulista Guraso Elkartea	Berdintasunerako eta tratu onerako 2025eko programa
ASSA ikastola-ko Guraso Elkartea	Sexuen heziketa

Oharrak