

EMAKUMEENTZAKO JABETZE ESKOLA

ESCUELA DE EMPODERAMIENTO PARA MUJERES

EMPOWERMENT SCHOOL FOR WOMEN - ÉCOLE D'ÉMPOWERMENT DES FEMMES

ŞCOALA DE EMANCIPARE A FEMEILOR - مدرسة تمكين المرأة

2026KO URRITIK-OTSAILERA BITARTEKO EGITARAU



Beasaingo Udala

ZER DA JABETZEA?

Jabetzea gizartea eraldatzeko prozesu pertsonal zein kolektiboa da, norberaren eskubideez eta gaitasunez jabetuz desabantaila-egoeran daudenak indartzen dituen. Emakumeok pairatzen ditugun desoreka egoerak gizarte-antolaketa matxistaren ondorio direla jabetuz, diskriminazioen inguruan kontzientzia hartzea da.

ZER DA JABETZE ESKOLA?

Jabetze Eskola emakume guztientzako topagune seguru, hurbil eta irekia da, berdintasunaren alde egiteko eta errealitatea ikuspegi feministatik aztertze sortua.

ZERTARAKO BALIO DU?

- **Ikasteko eta elkartzeko:** Esperientziak partekatzeko, elkarri laguntzeko eta sororitatea indartzeko
- **Trebatzeko eta hazteko:** Autoestimua sendotzeko, gure eskubideak ezagutzeko eta trebetasunak gureganatzeko
- **Aldaketa eragiteko:** Desberdinkeriaz jabetzeko eta parte-hartze aktiboa izateko

¿QUÉ ES EL EMPODERAMIENTO?

El empoderamiento es un proceso personal y colectivo de transformación social que fortalece a quienes se encuentran en situación de desventaja. Consiste en tomar conciencia de las discriminaciones, reconociendo que las situaciones de desigualdad que padecemos las mujeres son consecuencia de una organización social machista.

¿QUÉ ES LA ESCUELA DE EMPODERAMIENTO?

Es un punto de encuentro seguro, cercano y abierto para todas las mujeres, creado para trabajar por la igualdad y analizar la realidad desde una perspectiva feminista.

¿PARA QUÉ SIRVE?

- **Para encontrarse y aprender:** Para compartir experiencias, apoyarse mutuamente y fortalecer la sororidad entre mujeres.
- **Para formarse y crecer:** Para reforzar la autoestima, conocer nuestros derechos y adquirir habilidades para la vida cotidiana y el ámbito social.
- **Para generar un cambio:** Tomar conciencia y participar activamente.

AURKIBIDEA

POLIT ZAHARTZEA: Autoaintza aktiboa eta osasungarria	4
WIKIEMAKUMEOK	4
IRAKURLE ESKOLA FEMINISTA	5
BIODANTZA Bizitzaren erritmoak dantzatzuz	5
LGTBIQ-ren "I"-A ULERTZEN. Zer da intersexualitatea?	6
BIZIKLETAREN OINARRIZKO MEKANIKA	6
INTERSEKZIONALITATEA ETA GENERO UITOFOBIA	7
ETXEKO ELEKTRIZITATEA ETA ERRAMINTEN ERABILERA	7
ORIENTAZIO PROBA SAGASTIGUTIAN	8
MIGRAZIO-DOLUARI BURUZKO TAILERRA	8
XILOGRAFIA TAILERRA (Linoleo gainean)	9
GURE GORPUTZAREN JABEDUN	9
BERDINTASUN SAILEKO UDAL ZERBITZUAK	10

ÍNDICE

ENVEJECER BONITO: Autocuidado activo y saludable	4
WIKIEMAKUMEOK	4
ESCUELA FEMINISTA DE LECTORAS	5
BIODANZA Bailando los ritmos de la vida	5
COMPRENDIENDO LA I DE LGTBIQ ¿Qué es la intersexualidad?	6
MECÁNICA BÁSICA DE LA BICICLETA	6
INTERSECCIONALIDAD Y GITANOFOBIA DE GÉNERO	7
ELECTRICIDAD DOMÉSTICA Y USO DE HERRAMIENTAS	7
PRUEBA DE ORIENTACIÓN EN SAGASTIGUTIA	8
TALLER DE DUELO MIGRATORIO	8
TALLER DE XILOGRAFÍA (Sobre linóleo)	9
DUEÑAS DE NUESTRO CUERPO	9
SERVICIOS DEL DEPARTAMENTO DE IGUALDAD	10

IKASTAROAK / CURSOS

POLIT ZAHARTZEA: Autozaintza aktiboa eta osasungarria **ENVEJECER BONITO: Autocuidado activo y saludable**

Egunak/Días: Asteazkenak / Miércoles **(5 saio /5 sesiones)**

Datak/Fechas: Urriak 14, azaroak 11, abenduak 9, urtarrilak 13, otsailak 10 - 14 de octubre, 11 de noviembre, 9 de diciembre, 13 de enero y 10 de febrero

Ordutegia/Horario: 10:00-12:00

Lekua/Lugar: Damazuloa (Oriamendi 18)

Hizkuntza/Idioma: Gaztelera / Castellano

Dinamizatzailea: Kontxi Lopez

Emakumeak besteen emozioen zaintzaile rola betetzeko sozializatuak izan gara. Tailer honek galderak egitera gonbidatzen gaitu, norberaren maitasuna ahalduntze-ekintza gisa indartzeko.

Un espacio para hacerte preguntas en clave de autocuidado, compartir vivencias, reconectar con el propio cuerpo y fortalecer el amor propio.

WIKIEMAKUMEOK **WIKIMUJERES**

Egunak/Días: Asteazkena / Miércoles **(Astero / semanal)**

Datak/Fechas: Urriak 14ean hasita / Desde 14 de octubre

Ordutegia/Horario: 10:00-11:30

Lekua/Lugar: Aranealden

Hizkuntza/Idioma: Euskara

Dinamizatzailea: Izaskun Salazar (Aittu Euskara Elkarte)

Wikipedian dagoen genero-arrakala murrizteko, emakumeei buruzko artikuluak sortu eta elikatu behar ditugu. Ezkutuan dauden emakumeen bizitzak eta ekarpenak bistaratuko ditugu.

Para reducir la brecha de género en Wikipedia crearemos y alimentaremos artículos sobre mujeres desde una perspectiva de género.

IRAKURLE ESKOLA FEMINISTA

ESCUELA FEMINISTA DE LECTORAS

Egunak/Días: **Asteazkenak** / Miércoles (**5 saio** / 5 sesiones)

Datak/Fechas: **Urriak 14, azaroak 11, abenduak 9, urtarrilak 13, otsailak 10** – 14 de octubre, 11 de noviembre, 9 de diciembre, 13 de enero, 10 de febrero

Ordutegia/Horario: 18:00-20:00

Lekua/Lugar: **Damazuloa (Oriamendi 18)**

Hizkuntza/Idioma: **Euskara**

Dinamizatzailea: Iratxe Retolaza

Askotariko irakurgaietatik abiatu (testuak, eleberriak, komikiak) eta pentsamendu kritiko-feminista garatzeko gunea sortuko dugu.

Crearemos un espacio de intercambio a través de lecturas variadas para fomentar el pensamiento colectivo y crítico-feminista.

BIODANTZA Bizitzaren erritmoak dantzatzuz

BIODANZA Bailando los ritmos de la vida

Egunak/Días: **Ostirala** / Viernes (**saio 8** / 8 sesiones)

Datak/Fechas: **Urriak 16, 30; azaroak 13, 27; abenduak 11; urtarrilak 8, 22; otsailak 5** - 16, 30 octubre, 13, 27 noviembre, 11 diciembre, 8, 22 enero, 5 febrero

Ordutegia/Horario: **17:30-19:30**

Lekua/Lugar: **Urbietza**

Hizkuntza/Idioma: **Ele bitan** / Bilingüe

Dinamizatzailea: Ana Zurutuza

Musikaren, kantuaren eta taldeko mugimendu librearen bidez, emozioak eta gorputz-adierazpena uztartzen ditu, norberaren ongizatea hobetzeko.

A través de la música y el movimiento libre en grupo, combina emociones y expresión corporal para mejorar el bienestar personal.

LGTBIQ-ren “I”-A ULERTZEN – Zer da intersexualitatea? COMPRENDIENDO LA I DE LGTBIQ – ¿Qué es la intersexualidad?

Eguna/Día: Osteguna / Jueves (saio 1/ 1 sesión)

Datak/Fechas: Urriak 22 / 22 de octubre

Ordutegia/Horario: 18:00

Lekua/Lugar: Udal Batzar Aretoa / Salón de plenos del Ayuntamiento

Hizkuntza/Idioma: Gaztelania / Castellano

Dinamizatzailea: Asmi Molina (Observatorio Vasco LGTBIAQ+)



Gure gizarteak gizona eta emakumea soilik onartzen dituen bitartean, pertsona intersexualen gorputzak eredu horretatik kanpo geratzen dira. Horren ondorioz, sistema medikoak eta legeek bi kategoría horietan sartzerakoan diskriminazioa, baimenik gabeko kirurgiak eta isiltasuna eragin dizkiete.

Mientras nuestra sociedad solo reconoce al hombre y a la mujer, los cuerpos de las personas intersexuales quedan fuera de ese modelo. Como consecuencia, el sistema médico y las leyes les han causado discriminación, cirugías no consentidas y silencio al obligarles a encajar en esas dos categorías.

BIZIKLETAREN OINARRIZKO MEKANIKA MECÁNICA BÁSICA DE LA BICICLETA

Eguna/Día: Larunbata / Sábado (saio 1/ 1 sesión)

Datak/Fechas: Urriak 24 / octubre 24

Ordutegia/Horario: 09:30-13:30

Lekua/Lugar: Plaza azpia

Hizkuntza/Idioma: Euskara

Dinamizatzailea: Idoia Elozegi Urteaga



Gurpil-zulatuak konpontzen, estalkiak aldatzen, balaztak eta aldagailuak doitzen, bizikleta koipeztatzen eta garbitzen, aulkia norberaren neurrira egokitzen eta bizikleta baten zatiak bereizten ikasiko dugu.

Aprenderemos a reparar pinchazos en ruedas, a cambiar cubiertas, ajustar frenos y cambios, engrasar y limpiar la bicicleta, adaptar el sillín a nuestra medida y a distinguir las partes de una bicicleta.

INTERSEKZIONALITATEA ULERTZEN COMPRENDIENDO LA INTERSECCIONALIDAD

Ez dago emakume izateko modu bakarra. Jatorria, etnia, baliabide ekonomikoak, sexu-orientazioa edo adinak eragina dute emakume bakoitzaren errealitatean.

No hay una única manera de ser mujer. Cuando diferentes características sociales y personales se cruzan, las vivencias cambian radicalmente.

INTERSEKZIONALITATEA ETA GENERO IJITOFOBIA INTERSECCIONALIDAD Y GITANOFOBIA DE GENERO

Eguna/Día: **Astelehena** / Lunes (**saio 1/** 1 sesión)

Datak/Fechas: **Azaroak 9** / 9 de noviembre

Ordutegia/Horario: 18:00-20:00

Lekua/Lugar: **Batzar Aretuan**

Hizkuntza/Idioma: **Ele bitan** / Bilingüe

Dinamizatzailea: **KERA Emakume Ijitoen Elkartea**



Ijito-herriaren historia genero-ikuspegitik ezagutzeko eta emakume ijitoen eguneroko bizitzako diskriminazio-mota ezberdinak identifikatzeko saioa.

Sesión para conocer la historia del pueblo gitano desde una perspectiva de género e identificar los diferentes tipos de discriminación en la vida cotidiana de las mujeres gitanas.

ETXEO ELEKTRIZITATEA ETA ERRAMINTEN ERABILERA ELECTRICIDAD DOMÉSTICA Y USO DE HERRAMIENTAS

Eguna/Día: **Osteguna** / Jueves (**4 saio/** 4 sesiones)

Datak/Fechas: **Azaroak** / Noviembre **12, 19, 26 eta abenduak/** diciembre 3

Ordutegia/Horario: **18:00-20:00**

Lekua/Lugar: **Damazuloa** (Oriamendi 18)

Hizkuntza/Idioma: **Euskara**

Dinamizatzailea: **Amaia Sara Saenz Escribano**

Piztu zure autonomia eta itzali beldurra! Oinarrizko elektrizitate-lanak geure kabuz eta segurtasunez egiten ikasteko tailer praktikoa.

¡Enciende tu autonomía y apaga el miedo! Taller práctico para aprender a realizar labores básicas de electricidad por nosotras mismas y de forma segura.

ORIENTAZIO PROBA

PRUEBA DE ORIENTACIÓN

Eguna/Día: Larunbata / Sábado (**saio 1/** 1 sesión)
Datak/Fechas: Azaroak / noviembre 14
Ordutegia/Horario: 10:00-13:00
Lekua/Lugar: Sagastigutia Parkea
Hizkuntza/Idioma: Euskara
Dinamizatzailea: GOT / Aizkorri Mendizale Elkartea

Natura eta mendizaletasuna uztartzea emakumeen artean, orientazio-jarduera teoriko-praktiko baten bidez. Orientazioak, adimena, estrategiak, norabideak hautatzea eta erabakiak hartzea dakar.

Fomentar la unión de la naturaleza y el montañismo entre las mujeres, a través de una actividad teórico-práctica de orientación. La orientación implica inteligencia, estrategia, elección de rumbos y toma de decisiones

MIGRAZIO-DOLUARI BURUZKO TAILERRA

TALLER DE DUELO MIGRATORIO

Eguna/Día: Asteazkena / Miércoles (**4 saio/** 4 sesiones)
Datak/Fechas: Azaroak/Noviembre **18, 25; abenduak** /diciembre 2, 9
Ordutegia/Horario: 17:00-19:00
Lekua/Lugar: Damazuloa (Oriamendi 18)
Hizkuntza/Idioma: Gaztelera / Castellano
Dinamizatzaileak: Paola Neyra Perez & Renata Olcese

Gune seguru bat migrazio-esperientzia adierazi eta berrinterpretatzeko, bide batez, baliabide pertsonalak zein babes-sareak sendotzeko.

Un espacio seguro para expresar y reinterpretar la experiencia migratoria, fortaleciendo tanto los recursos personales como las redes de apoyo.

XILOGRAFIA TAILERRA (Linoleo gainean)

TALLER DE XILOGRAFIA (Sobre linoleo)

Eguna/Día: Osteguna / Jueves (6 saio/ 6 sesiones)

Datak/Fechas: Urtarrilak /Enero 14, 21, 28; otsailak/febrero 11, 18, 25

Ordutegia/Horario: 18:00-20:00

Lekua/Lugar: Urbietta, Arte Plastikoen Zentroa

Hizkuntza/Idioma: Euskara

Dinamizatzailea: Oihana Ugarte Iriarte



Xilografia eta estanpazio-teknikak ikasiko ditugu, irudiak eta aldarrikapenak paperean eta oihalean estanpatzeko. Gure sormen-sena landuko dugu, indibidualki zein kolektiboki, gure burua adierazteko eta gure aztarna uzteko.

Aprenderemos técnicas de xilografía y estampación para imprimir imágenes y reivindicaciones en papel y tela. Trabajaremos nuestra creatividad, tanto individual como colectivamente, para expresarnos y dejar nuestra huella.

GURE GORPUTZAREN JABEDUN

DUEÑAS DE NUESTRO CUERPO

Eguna/Día: Asteartek/martes (3 saio/ 3 sesiones)

Datak/Fechas: Otsailak/ febrero 1, 8 eta 22

Ordutegia/Horario: 18:00-20:00

Lekua/Lugar: Damazuloa (Oriamendi 18)

Hizkuntza/Idioma: Euskara

Dinamizatzailea: Anne Sanz de Galdeano Legarda (Badakit Sexologia)

Gure zikloak eta hormonak ulertzen eta bizitzen ikasteaz gain, autonomiaz, burujabetzaz zein ongizatez bizitzeko baliabideak eskuratuko ditugu. Hormonez hitz egiteak loaz, emozioez, desiraz, plazeraz, gorputz-irudiaz eta ongizateaz aritzea dakar.

Además de aprender a comprender y vivir nuestros ciclos y hormonas, adquiriremos recursos para vivir con autonomía, soberanía y bienestar. Hablar de hormonas implica abordar el sueño, las emociones, el deseo, el placer, la imagen corporal y el bienestar.

ZERBITZUAK SERVICIOS

AHOLKULARITZA JURIDIKOA ASESORAMIENTO JURÍDICO

Eguna/Día: **Asteazkenak** / Miércoles
(**Hileko azken asteazkena** Último
miércoles del mes)

Datak/Fechas: **Irailak 30, urriak 28,**
azaroak 25, abenduak 30

Ordutegia/ Horario: **15:00-18:00**

Lekua/Lugar: **Damazuloa – Oriamendi 18**

Dinamizatzailea: Macarena Mugica - Irule
Abokatuak

Emakumeei zuzendutako doako
aholkularitza juridikoko zerbitzua
ikuspegi feministatik (indarkeria
matxista, familia-zuzenbidea,
enplegua, etab.).

Servicio gratuito de asesoramiento
jurídico dirigido a mujeres, desde
una perspectiva feminista
(violencia machista, derecho de
familia, empleo, etc.).

SEXU-AHOLKULARITZA ETA INFORMAZIO GUNEA / ASESORAMIENTO SEXUAL Y PUNTO DE INFORMACIÓN

Eguna/Día: (Hilean behin)

Ordutegia/Horario **16:00-19:00**

Lekua/Lugar: Gaztelekua (Oriamendi 4)

Dinamizatzailea: Lahia 3.0

Harremana:

sexuaholkularitza@beasain.eus |
@lahia3.0

Doako zerbitzu konfidentziala
sexualitatearen, plazeraren, sexu
orientazioaren eta genero-
identitateen inguruan.

Servicio gratuito y confidencial
sobre sexualidad, placer,
orientación sexual e identidad de
género.

PAREKATU: ATZERRIKO TITULUAK HOMOLOGATZEA / IGUALATE: HOMOLOGACIÓN DE TÍTULOS EXTRANJEROS

Eguna/Día: **Asteazkenak**/Miércoles
(Hilean behin)

Ordutegia/Horario **10:00-13:00**

Lekua/Lugar: Udaletxeko Sarrerako gela

Dinamizatzailea: **Katia Reimberg BIDEZ**
BIDE

Hitzaldi informatiboa eta hitzordu
pertsonalizatuak atzerriko tituluak
homologatzeko izapidetxei buruz.

Charla informativa y citas
personalizadas sobre los trámites
para homologar títulos extranjeros

OHARRAK / AVISOS

Ikastaroei erantsitako sinboloen esanahia

Significado de los símbolos añadidos a los cursos



Jarduera honetan parte hartzeko ez da beharrezkoa jendaurrean euskaraz hitz egitea, baina bai ulertzea.

Para participar en esta actividad no es necesario hablar euskera en público, pero sí entenderlo.



LGTBIQ+ kolektiboko kideen aniztasuna ikusgai jartzea eta giza eskubideen eta errespetuaren garrantzia ulertzea helburu duen jarduera.

Actividad que tiene por objeto visibilizar la diversidad del colectivo LGBTIQ+ y comprender la importancia de los derechos humanos y el respeto.



A25 – Emakumeen aurkako indarkeria desagerrarazteko nazioarteko egunaren harira antolatuko jarduera

25N – Actividad organizada con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

IZEN EMATEA / INSCRIPCIÓN

- **Data:** Urriaren 1etik aurrera / Desde el 1 de octubre.
- **Web:** <https://www.beasain.eus/beasain-parekide>
- **Izen emateko zailtasunik izanez gero, eskatu laguntza telefonoz zein mezu elektronikoz.**

En caso de dificultad, solicita ayuda por teléfono o por correo electrónico.

Berdintasun Saila

943087663 – 688768608

berdintasuna@beasain.eus



Ilustratzailea: Maite Donazar



Beasain Udalak