

# Escuela de Empoderamiento para Mujeres

# GETXO

Curso  
2014-2015



**Getxo**  
*bizi ezazu*



**Se cumplen** diez años desde que nació la Escuela de Empoderamiento para mujeres de Getxo, un proyecto que en 2004 se creó en red junto con los municipios de Basauri y Ermua, a los que se sumó Ondarroa un año después.

La Escuela fue una apuesta importante que partía de la necesidad de crear espacios de formación, encuentro y reflexión con los objetivos de crear conciencia sobre las situaciones de desigualdad y discriminación que aún sufrimos las mujeres y de impulsar la participación socio-política activa de éstas.

La Escuela pretende fomentar el empoderamiento de las mujeres, un proceso de concienciación, de aprendizaje y de adquisición de herramientas para la transformación social. Buscamos el empoderamiento individual y el colectivo, ya que no basta con producir cambios en la dimensión subjetiva y personal, sino que es necesario que se produzcan también a nivel colectivo, mediante la creación de redes y la participación social.

Para todo ello, la Escuela se desarrolla en torno a tres ejes: la formación, el intercambio y solidaridad con mujeres de otras culturas y la sistematización, todo ello desarrollado desde la perspectiva feminista.

Os presentamos la oferta de actividades para este undécimo curso escolar, en el que esperamos haya tan buena acogida como en ediciones anteriores, recordando de paso, que la formación no pretende ser un fin, sino un medio para la transformación social.

## Apertura del curso escolar

**Charla:** *El derecho a la movilidad libre y segura. Propuestas de cambio.*

**Ponente:** Teresa Del Valle Murga,  
*Antropóloga, Catedrática de la UPV/EHU.*

7 de octubre a las 19,30 horas,  
**Aula de Cultura de Villamonte.**

## Otras actividades

**Charla y presentación de "Bref",**  
*documental sobre prevención de la mutilación genital femenina.*

**Ponente:** Marisa Sanz, de *Médicos del Mundo.*

8 de octubre a las 19,30 horas, **Aula de Cultura de Villamonte.**

**Exposición:** *Un viaje con compromiso: el valor de la prevención en la lucha contra la Mutilación Genital Femenina.*  
*Médicos del Mundo.*

Del 1 al 15 de octubre, **Aula de Cultura de Villamonte.**

## Información sobre cursos

Todos los cursos se impartirán en el local de la Escuela, en la calle Martikoena 16, 1er piso (junto al Ambulatorio de Alango).



El local es accesible a personas con problemas de movilidad.

Recordaros que la Escuela solo está abierta en los horarios de clase y que el Servicio de Igualdad se encuentra en la calle Fueros, nº 8.

## ¡Activa tu voz!

Horas: 11 Precio: 5 €

25 y 26 de octubre **sábado** ⌚ 10,00 a 14,00 y 16,30 a 19,30

**domingo** ⌚ 10,00 a 14,00

**Formadora:** Zahira Montalvo Herrero. *Experta en arte dramático, animadora sociocultural y educadora social. Psicóloga y terapeuta, experta en violencia machista.*

**En** este taller práctico queremos empezar a conocer nuestro propio cuerpo como instrumento sonoro y experimentar en grupo el empoderamiento de nuestras voces. Se trata de un sendero donde los prejuicios, juicios y el **yo no puedo** son barreras a derribar para realmente disfrutar de este viaje.

Trabajaremos la postura corporal, técnicas de respiración, fonación y resonadores, vocalización y dicción; todo ello para aprender a hacer un buen uso de la voz y poder proyectarla de una manera sana.

Si tienes ganas de investigar, jugar, modular, comunicar, utilizas tu voz como herramienta de trabajo o participas en colectivos donde necesitas hablar en público, te esperamos.





### Sentir mis límites

Horas: 20 Precio: 5 €

14 de enero al 18 de marzo

miércoles 🕒 18,00 a 20,00

**Formadora:** Itziar Gandía Quintanilla. *Psicóloga y terapeuta, experta en violencia machista.*

**Para** muchas mujeres, poder decir que no y saber sobrellevar lo que emocionalmente significa decirlo (culpa, miedo, dolor, etc.) es una tarea titánica en la que nuestro entorno no lo pone fácil.

Este es un espacio para trabajar nuestros límites, sentir hasta dónde llega nuestro espacio personal y dónde empieza todo lo demás. Trabajaremos los límites sintiéndolos en el cuerpo, aprendiendo a reconocer las señales que me indican cuándo alguien -incluida yo misma-, está traspasándolos.

Después trabajaremos en grupo las emociones que nuestros límites nos producen y cómo se traducen en nuestro cuerpo. Poder decir que no, mantenerlo y asumir lo que eso conlleva, será nuestra tarea.

### Raíces y frutos.

### Taller de genealogía femenina

Horas: 16 Precio: 5 €

12 de enero al 2 de marzo

lunes 🕒 18,00 a 20,00

**Formadora:** Patricia Verdés Giménez. *Psicóloga y terapeuta, especializada en salud de las mujeres.*

**La** relación con nuestras madres, con sus luces y sombras, pone el entramado sobre el que se construye nuestra subjetividad femenina y las relaciones que mantendremos a lo largo de la vida. Sin embargo, el patriarcado ha querido desposeer a la relación de cada hija con su madre de su importancia real y simbólica a través del silencio, la idealización, la minusvaloración, la culpabilización, la ridiculización... extendiendo estas distorsiones a todas las relaciones entre mujeres y al potencial que éstas tienen para transformar a cada una de nosotras y al mundo.

En este taller reflexionaremos sobre nuestra herencia femenina para reconocernos en nuestro origen y tener la posibilidad de sanear esa relación; tener referentes de libertad encarnados por mujeres; explorar nuestra subjetividad e identidad femeninas y resignificar positivamente la experiencia de ser mujer y las relaciones entre mujeres.

## Aprendiendo a querernos

Horas: 58 Precio: 20 €

16 de octubre al 28 de mayo **jueves** 🕒 18,30 a 20,30

**Formadoras:** Inma Merino de Castro. *Máster en Intervención en violencia contra las mujeres, con experiencia en acompañar procesos de empoderamiento.* Itziar Gandia Quintanilla. *Psicóloga y terapeuta, especialista en intervención con mujeres víctimas de violencia de género.*

**Aprendiendo** a querernos es un espacio para mujeres que quieran apostar por hacer los cambios que sean necesarios para darle más calidad a su vida. En grupo, aprenderemos herramientas que nos permitan dejar atrás aquello que nos daña y construir nuevas formas de relacionarnos desde el buen trato... empezando por nosotras mismas. Construiremos un lugar de autocuidado, autoconocimiento y crecimiento.





## Línea Solidaridad e intercambio con mujeres del mundo

### Espacio intercultural para el empoderamiento

Horas: 18 Precio: 5 €

17 de enero, 28 de febrero, 14 y 28 de marzo,  
18 de abril, 16 de mayo **sábados** ⌚ 17,00 a 20,00

**Facilitadoras:** Cony Carranza Castro. *Socióloga, experta en género y educación popular.* Itziar Gandarias Goikoetxea. *Investigadora feminista, profesora de psicología social.* Saioa Hernández Castro. *Sexóloga.*

**Norma Vázquez.** *Psicóloga, experta en violencia machista y en procesos de empoderamiento.*

**Mediante** este espacio queremos, por un lado, mantener un lugar de encuentro de mujeres autóctonas e inmigrantes que nos facilite crear redes y romper prejuicios y estereotipos, y por otro, reflexionar sobre temas que son universales y atraviesan nuestra construcción como mujeres, aún cuando adopten algunas peculiaridades propias de cada cultura. Así, abordaremos temas como la migración, las relaciones entre mujeres, la sexualidad y la maternidad; todo ello desde una dinámica participativa y una perspectiva feminista.

### Mujeres negras en Euskadi: identidades y empoderamiento

Horas: 8 Precio: 5 €

7 y 8 de noviembre **viernes** ⌚ 16,30 a 20,30 **sábado** ⌚ 10,00 a 14,00

**Formadora:** Jeanne-Rolande Dacouagna Minkette. *Formadora y consultora en Inmigración, Igualdad y Empoderamiento de las mujeres migrantes.*

**Las** migraciones africanas a Europa se han convertido en un tema de controversia política y humanitaria. Analizaremos el contexto en que se producen esas migraciones y el lugar de las mujeres negras en ellas.

Las representaciones sobre las mujeres migrantes negras las visibilizan como mujeres con grandes carencias y sin capacidad de transformación social y política.

Conoceremos los procesos de cambios que desarrollan para construir espacios habitables desde la diversidad y la igualdad de derechos.

Finalmente, señalaremos pautas para acompañar y potenciar la autonomía y concientización feminista de las mujeres negras.

## Autodefensa feminista

Horas: 12 Precio: 5 €

28 y 29 de noviembre **viernes** ⌚ 16,30 a 20,30  
**sábado** ⌚ 10,00 a 14,00 y 15,30 a 19,30

**Formadora:** Maitena Monroy Romero. *Fisioterapeuta, activista feminista y experta en violencia sexista y autodefensa feminista.*

**Aprendemos** a identificar las agresiones, analizar el origen y construcción de la violencia en todos sus aspectos, así como sus consecuencias a nivel individual y colectivo. Buscaremos mecanismos para responder y resolver las situaciones de agresión en la vida cotidiana.

Queremos construir un espacio que posibilite el concienciarnos sobre nuestros derechos y nuestras capacidades, fomentar la confianza y seguridad, rompiendo mitos en torno a la violencia y desmitificando viejos estereotipos acerca de la debilidad física femenina.

## Feminismos postcoloniales: Voces disidentes desde las fronteras

Horas: 8 Precio: 5 €

16 y 17 de enero **viernes** ⌚ 16,30 a 20,30  
**sábado** ⌚ 10,00 a 14,00

**Formadora:** Itziar Gandarias Goikoetxea. *Investigadora feminista, profesora del departamento de Psicología social, Universidad de Deusto.*

**Este** curso tiene como objetivo conocer las prácticas desarrolladas por mujeres que, desde distintas geografías, han puesto en cuestión las identidades clásicas de la teoría feminista occidental. Estos feminismos surgidos en la era postcolonial reinterpretan la historia de las mujeres y sus propias luchas, criticando la colonización del feminismo blanco y aportando nuevos ejes de análisis como son la raza, la clase, la etnia, la migración y la colonialidad, para entender movimientos actuales que escapan de la tradicional identidad blanca.

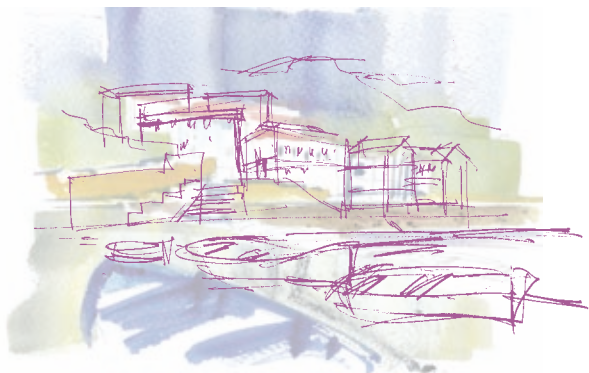


### Urbanismo, género y participación Horas: 10 Precio: 5 €

15 de octubre al 12 de noviembre **miércoles** 🕒 18,30 a 20,30

**Formadora:** Ane Alonso Méndez. *Arquitecta, experta en género y cofundadora de Hiria Kolektiboa.*

**Nuestros** pueblos y ciudades son el escenario de nuestras vidas, y según cómo estén organizados estos entornos, nuestra vida diaria será más sencilla o más complicada, en función de nuestra realidad vital, en la que el factor de género sigue teniendo una gran repercusión. En este curso trataremos de analizar los diferentes aspectos que se definen en la práctica profesional del urbanismo, además de reflexionar sobre cómo inciden directamente sobre nuestra vida cotidiana, y en qué medida la inclusión de la perspectiva de género y la participación ciudadana, favorecen la proposición de entornos que se adapten mejor a las necesidades de toda la población de un lugar determinado. Así, veremos diferentes modelos urbanos con relación a la movilidad, la percepción de seguridad, la gestión de los equipamientos y la participación ciudadana.



## Cuidar cuidándonos

Horas: 16 Precio: 5 €

15 de octubre al 3 de diciembre **miércoles** 🕒 10,00 a 12,00

**Formadora:** Kontxi López Soria. *Trabajadora Social, Sexóloga. Profesional formada en Terapia de Reencuentro.*

**E**l taller busca promover la reflexión sobre el rol de cuidadora, el derecho al tiempo propio, y la negociación de las relaciones familiares desde la igualdad y el respeto.

Asimismo, ofrece herramientas para el autocuidado partiendo de la conciencia del cuerpo, de las emociones y de los deseos de cada una. Cuidar no es una obligación, y en todo caso ha de ser una opción a negociar sin perder de vista las propias necesidades.

Date un respiro y participa.

## Poniendo en forma mi sexualidad

Horas: 20 Precio: 5 €

14 de octubre al 16 de diciembre **martes** 🕒 18,30 a 20,30

**Formadora:** Inma Merino de Castro. *Máster en Educación Sexual para la Salud Comunitaria y Terapia Sexual en Terapia de Reencuentro. Experta en violencia machista.*

**Todas** las personas somos seres sexuados desde nuestro nacimiento hasta la muerte. ¿Por qué aparcamos esta parte tan importante de nuestra persona, por qué la suprimimos o nos conformamos con “lo justo” cuando es tan necesaria como el comer o dormir, para nuestro desarrollo y equilibrio emocional, corporal y racional?

Las distintas expresiones de la sexualidad serán el tema central de una reflexión sobre la sexualidad, los mandatos sociales imperantes, los tabúes, culpas y vergüenzas, el placer, las transgresiones...

### El poder curativo de las crisis. Los duelos y las pérdidas

Horas: 11 Precio: 5 €

13 y 14 de febrero **viernes** ⌚ 17,00 a 20,00  
**sábado** ⌚ 10,00 a 14,00 y 16,00 a 20,00

**Formadora:** Kontxi López Soria. *Trabajadora Social, Sexóloga.  
Profesional formada en Terapia de Reencuentro.*

**En** la vida de una persona hay situaciones críticas, experiencias confusas de las cuales a veces no sabemos salir o nos cuesta encontrar la vía de solución, suelen ser recorridos que hemos de hacer, confusiones que tenemos que vivir..., estas nos enfrentan a nuestra manera de reaccionar para tener que descubrir un nuevo abordaje, una nueva comprensión. Esta es una oportunidad para madurar, aprender, aceptar y comprender la vida y poder descubrir nuevas opciones vitales.



### Amores en la literatura vasca (euskera) Horas: 10 Precio: 5 €

13 de abril al 11 de mayo **lunes** 🕒 19,00 a 21,00

**Formadora:** Iratxe Retolaza Gutierrez. *Crítica literaria y profesora de la UPV/EHU.*

**En** estas sesiones de lectura, nos acercaremos a la literatura cruzando dos miradas: por un lado, los discursos y representaciones literarias acerca del enamoramiento o el amor; y, por el otro, las perspectivas desarrolladas por las teorías y los discursos feministas en torno al amor. En ese cruce, analizaremos de qué manera ha construido la literatura las figuras, símbolos y lemas acerca del amor.

En el grupo de lectura, procuraremos dar respuesta a algunas de las siguientes cuestiones: ¿cómo han sido representadas las personas enamoradas en la literatura vasca? ¿Ha sido la literatura vasca un espacio donde se han perpetuado los tópicos sobre el amor? ¿Ha propuesto nuevos discursos sobre el amor o el enamoramiento la literatura vasca? ¿Cuál ha sido el discurso sobre el amor desarrollado por la perspectiva feminista en la literatura? ¿De qué manera construimos las lectoras los puentes entre el amor literario y el amor materializado? ¿Utilizamos los textos literarios para comprender, interpretar, transformar nuestros propios amores?

Para ello, la metodología del curso será práctica y participativa. A través de la lectura de textos literarios, se impulsarán la participación y el debate.

## Línea Redefinición de la cultura

### Género, emociones y humor

Horas: 11 Precio: 5 €

20 y 21 de diciembre **sábado** ⌚ 10,00 a 14,00 y 15,30 a 20,30  
**domingo** ⌚ 10,00 a 13,00

**Formadora:** Virginia Imaz. *Payasa y cuentera, fundadora de la compañía de teatro Oihulari Klown.*

¿De qué nos reímos? ¿Mujeres y hombres nos reímos de lo mismo? ¿Cómo es esto de reír con todo el cuerpo? Este taller pretende ser un espacio y un tiempo para nosotras mismas, para escucharnos y desactivar mensajes y estereotipos de género y otros que insisten en decirnos que lo que sentimos no es lo adecuado. El taller pretende animar a reflexionar sobre las emociones biológicas y las emociones culturales, invitando a desahogarnos mediante ejercicios de expresión y de comunicación, para que la alegría y la risa puedan fluir naturalmente. El abordaje del humor, en clave de igualdad, es realizado desde una perspectiva de reeducación emocional, intentando responder a alguna de las preguntas formuladas y haciendo hincapié en la incidencia del humor en nuestra salud y en nuestras relaciones personales y sociales.

## Línea Reforzando la autonomía

### Taller de mecánica de coches

Horas: 6 Precio: 5 €

24 y 25 de abril **viernes** ⌚ 17,00 a 20,00  
**sábado** ⌚ 11,00 a 14,00

**Formadora:** Silvia Macho. *Técnica superior en automoción, conductora profesional.*

**Este** curso está orientado a conocer el funcionamiento básico del motor de combustión, conocer las diferencias entre diesel y gasolina, ubicar en el automóvil sus componentes básicos, tales como el alternador, el motor de arranque, la batería, etc.

También aprenderemos a realizar un mantenimiento básico del automóvil (cambio de filtros, aceite, frenos y cambio de ruedas en caso de pinchazo).

## ● **Atenta a estas fechas:**

Preinscripción: 17 al 24 de septiembre

Publicación lista de admitidas: 29 de septiembre

Matrícula: 30 de septiembre al 6 de octubre

## ● **Preinscripción**

Para realizar la preinscripción será necesario rellenar un formulario en la Escuela de Empoderamiento para Mujeres o a través de la web municipal <http://www.getxo.net>

Plazas limitadas que se sortearán entre todas las mujeres preinscritas. Tendrán preferencia las mujeres empadronadas en Getxo.

Los listados de admitidas se harán públicos en el Aula de Cultura de Villamonte, Oficinas de Atención Ciudadana y en la web municipal. <http://www.getxo.net/es/igualdad>

Cada participante podrá inscribirse en un máximo de 3 cursos.

## ● **Matrícula**

La matrícula definitiva se realizará en la Escuela de Empoderamiento para Mujeres.

Una vez abonado el importe, en caso de baja, no se hará devolución del mismo.

Las alumnas perceptoras de la Renta de Garantía de Ingresos, con gazte txartela o tarjeta del paro pagarán 5 € por cada curso.

● Habrá servicio de guardería para las que así lo soliciten

Para más información:  
<http://www.getxo.net/es/igualdad>

Contacto 📞 94 466 01 36  
[berdintasuna@getxo.net](mailto:berdintasuna@getxo.net)

## ● **Lugar preinscripción y matrícula:**

Escuela de Empoderamiento para Mujeres  
C/ Martikoena 16  
(junto al Ambulatorio de Alango)

lunes a miércoles 🕒 de 8,00 a 13,00  
jueves y viernes 🕒 de 15,00 a 20,00

