



DONOSTIAKO
EMAKUMEEN
ETXEA

PROGRAMA

2026

Urtarriletik
Uztailera

AURKEZPENA

Emakumeen Etxea da gunea bat, non emakume ugari eta askotarikoak biltzen garen, pres-takuntza jasotzeko eta gogoeta nahiz ekintzak egiteko.

Bertan, zerbitzuak, tailerrak, taldeak eta jarduerak eskaintzen ditugu 2010az geroztik, emakumeen bizimodua hobetzeko, eta berdintasunean eta feminismoan oinarritutako gizarte bat lortzeko.

Emakumeen elkarte mugimendua eratu da Emakumeen Etxea Elkartearen inguruan; hain zuzen, etxeko jarduerak kudeatzeko eta dinamizatzeko helburuz. Denbora igaro ahala, Elkarteko bazkide aktiboenak lantaldeak sortzen joan dira, haien interesen arabera. Lantalde bakoitzak bere helburuak ditu, eta bazkideek lantalde guztietan har dezakete parte.

DONOSTIAKO EMAKUMEEN ETXEA



Okendo kalea 9, 20004 Donostia



943 48 34 70



Astelehenetik ostiralera
10:00 - 21:00



info@donostiakoemakumeenetxea.com
berdintasuna@donostia.eus



www.donostiakoemakumeenetxea.com

KONTUAN HARTU BEHARREKO OHARRAK:

- Ikastaroetan **izen ematea urtarrilaren 14tik 27ra arte** izango da. Gutxieneko inskripziara iristen ez diren ikastaroetan izena emateko epea luzatu egingo da, ikastaroa hasten den egunera arte.
- Izen-ematea internet bidez egingo da honako web orrialdeetan:
www.donostiakoemakumeenetxea.com
www.donostia.eus/berdintasuna
Anima zaitetz eta hurbil zaitetz Etxera, ez geratu izena eman gabe.
- Ikastaro, zerbitzu eta ekimen guztiak doakoak dira.
- Pertsona bakoitzak gehienez hiru ikastarotan eman ahal izango du izena.
- Aurrez abisatu ezean, zerbitzuetako hitzorduetara ez datozenek ezin izango dute zita berririk eskatu urte beteko epean.
- Ikastaroa hasi eta gero utzi nahi dutenek, Etxeko koordinatzaileei jakinarazi beharko diete. Hiru saiotan kale egiten duenak -justifikatu gabe-, ezingo du ikastaro gehiagotan parte hartu urtebeteko epean.



EZAGUTZEN AL DITUZU ETXEKO GUNE PARTE-HARTZAILEAK? BADAKIZU NOLA PARTE HARTU?

- Elkarteko bazkide egiten (e-mail bidez Etxeko informazio guztia jasoko duzu).
- Elkarteko lan-talde batekin bat eginez. Idatzi info@donostiakoemakumeenetxea.com helbidera.
- Etxeko ikastaro edota tailerretan izena emanez.
- Batzarrean parte hartuz.

ANIMATU ETA EGIZU BAT ERALDAKETA FEMINISTAREKIN!!!



ZER AURKITUKO DUZU PROGRAMA HONETAN?

→ ESKOLA FEMINISTA

- **PRESTAKUNTZA FEMINISTARAKO TAILERRAK**
Iraupen laburreko tailerrak, gai espezifikokoak lantzeko.
- **MATRAKA GUNEAK**
Irailetik udara arteko luzapena duten ikastaroak.
Gaur egun, talde hauek beteta daude. Izen-ematea 2026ko irailean zabalduko da berriro.

→ ELKARGUNEAK

Ikasturte osoan zehar biltzen diren taldeak.
Urte osoan irekiak. Bat egiteko, jarri harremanetan Emakumeen Etxearekin.

→ AHOLKULARITZA-ZERBITZUAK

Aldez aurretik hitzordua eskatuta. Hitzordu bat eskatzeko, jarri harremanetan Emakumeen Etxearekin.

FORMAKUNTZA- RAKO BLOKEAK

Gai zehatzak lantzeko gune trinkoak, diskurtsoak sortzeko eta elkar hartzeko, formakuntzen bitartez elkar ahalduntzeko asmoz.



SORGINAK

13 saio

Zer da sorginkeria? Zer esan nahi du sorgina izateak gaur? Zer iradoki dio sorginaren figurak gaurko feminismoa? Galdera horiek eta beste batzuk aztertuko ditugu ikastaro honetan. Testuinguru bat sortuko dugu sorginen historia lokal eta globalarekin eta haren presentzia kulturantzunarekin. Denok bat egin eta praktika batzuk esperimentatuko ditugu (bistaratzea, aldareak eraikitzea, igartzea, sendabelargintza eta errituala, esate baterako), eta, aldi berean, ziklo naturalekin eta ilargiaren faseekin bat egingo dugu, sormenerako, atsedenerako eta produktibitateko gida hartuta haiek. Ikuspegi feminista sorginak (Ekoa, Inklusiboa, Beltza, Transa) aztertuko ditugu, autore, artista eta mugimendu iraultzaile garaikideen bidez. Jendartean zein geure baitan dugun patriarkatuaren aurkako borrokan sorginkeriak nola lagundu diezagukeen jakin nahi baduzu, baliabide batzuk eskaini eta barruan daramazun sorgina balioetsiko dizu ikastaro honek.



Formatzailea: Kate Maxey

Eguna: osteguna

Ordua: 18:30 - 20:30

Hasiera: martxoak 26

Amaiera: ekainak 18

Hizkuntza: gaztelania

XXI.MENDEKO HERMAFRODITAK. INTERSEX EMAKUMEEN BIZITZA-KONTUAK

6 saio

Formatzailea: Mer Gómez
Eguna: osteguna
Ordua: 18:30 - 20:30
Hasiera: otsailak 5
Amaiera: apirilak 23
Hizkuntza: gaztelania

Prestakuntza-saio honen helburu nagusia da intersexualitateak eta intersex narra-
tibak ikusaraztea, aktibista eta Ikasketa
Feministen eremuan profesionalizatzetik
(EHUko Ikasketa Feministetako eta Genero
Ikasketetako doktore) bizi izandakoa oinarri
hartuta. Era berean, gorputz-aniztasunari
buruzko imajinario kultural kolektibo berri
batzuk sortzen laguntzea ere bada beste
helburu bat. Horretarako, tresna teorikoak,
metodologikoak eta ahalduntzekoak erabi-
liki ditugu; enuntziazio-espazio batzuen
bila dabilzan intersex pertsonak ahaldunt-
zeko tresnak, betiere. Alde horretatik, bi
gorputz motari (maskulino/femenino) buruzko
ideia estatikoak eta estetikoak berriro
eratzeko modua ematen digute
intersexualitateek.



FANTASIAK, DESIRAK BIZITZEKO BESTE MODU BAT

5 saio

Formatzailea: Idoia Etxaniz
Libe Osa
Eguna: asteartea
Ordua: 18:30 - 20:30
Hasiera: martxoak 24
Amaiera: maiatzak 19
Hizkuntza: euskara



Fantasia erotikoen inguruko tailerrean, hauek
ulertzeko eta hauek modu gustagarrian bi-
zitzeko ideiak eta baliabideak eskainiko dira.
Izan ere, askotan ez ditugu ulertzen, nahas-
mendua sortzen digute edo hauek ez daude-
lako kezkatzen gara. Fantasiak erotismotik
ulertuko ditugu, hau da, elkar erakartzen
duten pertsonen artean dauden sentimendu,
emozio eta sentazioetatik. Tailerrean zehar,
zati teoriko eta praktikoagoak uztartuko
ditugu. Fantasien ulermenean sakontzen
lagunduko diguten tresnak garatuko ditugu,
hala nola, idazketa, marrazketa eta mugi-
mendua. Sormen-baliabide horien bitartez,
gure barne-mundu erotikoa murgilduko
gara, gure fantasiak arakatzeko.

EMAKUME FILOSOFO ERREPUBLIKARRAK ETXE BILA ERBESTEAN

10 saio

Formatzailea: Marisa Hurtado

Eguna: asteartea

Ordua: 19:00 - 20:30

Hasiera: otsailak 3

Amaiera: ekainak 9

Hizkuntza: gaztelania

Aurten, erbestearen gaineko hausnarke-ta-ibilbide bat egitea proposatzen dugu, haien corpus filosofikoa erbestean pasatutako denboran bildutako esperientzian oinarritu zuten pentsalarien bizipenen eta obren bidez. Besteak beste, Maria Zambrano, Clara Campoamor eta Maria Teresa Leon filosofoak hartuko ditugu bide-lagun; eta haien lanetan eragin zuten filosofoen (Concepcion Arenal, Maria Goiry...) atzera begirako bat ere egingo dugu.

Erbestearen bidez, filosofiarako eremu bakan bat irekiko digute pentsalari horiek. Desplazamenduaren esperientzia horrek munduaren pertzepzioa berriz eratu beharra dakar, eta zalantzan jartzen botere-egiturak, gizarte-arauak eta baita lehen onartuta zen identitatea ere.



Antolatzailea: Emakumeen Etxea Elkartea

AUTODEFENTSA FEMINISTA

Euskaraz

2 saio

Formatzailea: Lahia 3.0

Eguna: astelehena

Ordua: 16:00 - 20:00

Hasiera: martxoak 9

Amaiera: martxoak 23

Erasoen aurrean nola jokatu dezakegun eta indarkeria motei eta aurre egiteko moduei buruzko tailerra.

Gazteleraz

2 saio

Formatzailea: Maitena Monroy

Eguna: osteguna

Ordua: 17:00 - 20:30

Hasiera: martxoak 5

Amaiera: martxoak 12

Tailer honetan teoria feministara hurbil-duko gara, funtsezko gaia konponduz. Zertaz defendatu behar dugu geure burua emakumeok gizarte patriarkaletan? Eta horrela, bizitzan zehar jasaten ditugun indarkeriak, bai agerikoak, bai ikusezi-nak, ezagutu ahal izatea. Hortik aurrera, eguneroko matxismoei aurre egiteko eta belaunaldien arteko gure aliantza feminis-tak indartzeko baliabideak izango ditugu.

Antolatzailea: Berdintasun Saila

ELKARGUNEAK

Talde hauek ikasturte osoan zehar elkartzen dira eta gehienak irekiak mantentzen dira parte hartzaile berrientzat. Parte hartu nahi baduzu, deitu edo gerturatu Emakumeen Etxera.



NESKA GAZTEENTZAKO JABEKUNTZA GUNEA

Dinamizatzaileria: Lahia 3.0

Eguna: asteartea
hamabostero

Ordua: 17:30 - 19:30

Hasiera: urtarrilak 13

Iraupena: ikasturte osoa

Hizkuntza: elebiduna

Donostiako Emakumeen Etxean neska eta genero anitzeko gazteei zuzendutakoa da. Gune honetan feminismoarekin, jabekuntzarekin, harreman parekideekin... lotutako gaiak lantzen dira eta jabekuntza prozesu bat bezala planteatzen da.

Zeini zuzendua?

15 - 20 adin tarteko neska eta genero anitzeko orori.

Nola eman izena?

Astelehenetako Biluzik Zerbitzura hurbilduz, biluzikzerbitzua@hotmail.com helbidera edo [lahia3.0](https://www.instagram.com/lahia3.0) instagrameko kontura idatzi daiteke ere. Donostiako Emakumeen Etxearekin harremanetan ere jarri zaitezke eta zita bat jarriko dugu, zure beharrak eta nahiak ezagutzeko.



ETXEKO LANGILEEN TALDEA

Dinamizatzailea: SOS Arrazakeria

Eguna: asteartea
Ordua: 16:30 - 18:30
Hasiera: urtarrilak 13
Iraupena: ikasturte osoa
Hizkuntza: gaztelania



Atzeritar jatorriko etxeko langileentzako asteroko topagunea. Helburua isolamendu soziala haustea eta elkarri laguntzeko eta entzuteko sareak sortzea da.

AUTOEZAGUTZA ETA ZAINNTZA INTEGRALA

Dinamizatzailea: Kontxi Lopez

Eguna: ostirala,
 hamabostero
Ordua: 17:00 - 19:00
Hasiera: otsailak 13
Iraupena: ikasturte osoa
Hizkuntza: gaztelania

Emakumeen arteko topaketa eta hausnarketa talde bat abian jartzeko gunea.

Gure bizi-kalitatea hobetzeko autoezagutza lan bat, zoriontsuagoak izateko, zoriontasuna ere politikoa baita, kolektiboa. Tratuon-gune bat eraikiko dugu, nork bere burua ezagutzeko, geure burua maitatzeko, onartzeko, entzuteko, gure gorputzaren prozesuak ulertzeko (sentsazioak, emozioak, pentsamenduak, jokaerak...), ulertzeko zergatik funtzionatzen dugun nola funtzionatzen dugun, zer den sentitzen duguna eta nondik datorren hori guztia. Ez ditugu gure beharrak ahaztu behar.

INDARKERIARIK GABEKO BIZITZAREN ALDEKO EMAKUMEAK

Dinamizatzaila: Aitziber Eguskiza

Eguna: asteartea
Ordua: 16:30 - 18:30
Hasiera: urtarrilak 13
Iraupena: ikasturte osoa
Hizkuntza: gaztelania



Indarkeria matxistari aurre egiten dioten edo aurre egin izan dioten emakumeak taldean elkartzeko gunea. Astean behin biltzen dira (joatea libre da). Autolaguntza taldea da. Askatzeko hainbat modu baliatuta, indarkeriari irtenbideak bilatzen laguntzen du. Emakumeek beldurrak, isolamendua, tristeziak eta kulpak partekatzen dituzte haien artean, eta barnean duten indarrarekin konektatzen saiatzen dira, indarkeriarik gabe bizitzen laguntzeko: zer gertatzen zaien jakin, pozarekin konektatu, nork bere gorputza zaindu, desirarekin duten harremana ezagutu eta taldearen laguntza jaso.

Antolatzailea : Berdintasun Saila

JATORRI ASKOTARIKO EMAKUMEENTZAKO KULTURARTEKO GUNEA

Dinamizatzaila: Aitziber Eguskiza

Eguna: osteguna
Ordua: 16:30 - 18:30
Hasiera: urtarrilak 15
Iraupena: ikasturte osoa
Hizkuntza: gaztelania

Jatorri desberdineko emakumeak taldean egoteko gunea. Astean behin biltzen dira (joatea libre da), beren bizitzan migrazioa nola bizi duten elkarrekin aztertzeko. Zailtasunetatik ikasten dute eta sozializatzen dituzte banakakoen eta taldearen lorpenak. Osasun fisikoa eta emozionala hobetzeko eta bizi diren hirian gehiago sustraitzeko tresna nahiz baliabideak bereganatzen dituzte; isolamendutik ateratzen dira; euskal gizarte eta jatorrizko gizarteak, biak, ezagutzen dituzte; elkarrekin aisialdi, dibertsio eta ezagutza ekintzetan parte hartzen dute.



Antolatzailea: Kultur Aniztasuneko Saila

TALDEKO LAGUNTZA PSIKOLOGIKOA

Dinamizatzailea: Maider Andonegui

Eguna: asteartea,
hamabostero

Ordua: 14:30 - 16:00

Hasiera: otsailak 3

Iraupena: ikasturte osoa

Hizkuntza: gaztelania



Talde gune bat, bakarka nahiz gizarte aldetik egoera bereziki zaugarrian dauden emakumeentzat. Gogoeta egiteko gonbita egiten digun gunea, gure ustez zapaldu egiten gaituen hori komunean jarrita. Eta talde prozesu bat, nortasun tradizional haragitu hori eraldatu eta jaso ditugun kultura-sinesmen, jarrera eta ohituren baliozkotasunari aurre egiteko modua ematen duena, jaso ditugun nortasun eta sinesmen horiek ez baitigute uzten gure erabakien jabe izan eta bititza autonomo eta indarkeriarik gabeari aurre egiten.

DESGAITASUNA DUTEN EMAKUMEEN AHALDUNTZE TALDEA

Dinamizatzailea: Elkartu

Eguna: ostirala

Ordua: 11:30 - 13:30

Hasiera: urtarrilak 9

Iraupena: ikasturte osoa

Hizkuntza: elebiduna

Desgaitasuna duten emakumeak elkar-tzeko gunea da, norbere burua ezagutu eta aitortu ahal izateko. Desgaitasuna duten emakumeek bizi duten diskriminazio bikoitzaren egoera aztertzea du xede talde honek, ahultasunari eta desparekotasunari aurre egiteko.

Horretarako ezinbestekoa da beraien eskubideak ezagutzea eta horien gauzatzea sustatzea, norbanako eta taldeko ahalduntzea lantzeko bidean.



MATRAKA GUNEAK

Gune hauek irailean irekitzen ditugu eta batzuetan, toki libreak geldituz gero, urtarrilean ere bai. Bertan ikasturte osoko lanketa feminista bat egiten da eta Etxetik kanpoko proiektzioa duen talde bat sortzen da.





Talde hauek betetak daude. Izen-ematea itxita dago. 2026ko irailean zabalduko dira berriro.

ANTZERKI LABORATEGI FEMINISTA

Formatzailea: Aitziber Eguskiza

BATUKADA FEMINISTA

Formatzaileak: Ainara Sarasketa
Arantxa Albizu

KLOWN

Formatzailea: Itziar Saenz de Ojer

XAKE

Formatzaileak: Elisabeth Agirre
Leire Cruz

KOROA

Formatzailea: Bettina Aragón

XILOGRAFIA FEMINISTA

Formatzailea: Oihana Ugarte

ISIL-GORDEAK EUSKAL LITERATURAN

Formatzailea: Iratxe Retolaza

IRAKURLE ESKOLA FEMINISTA

Formatzailea: Iratxe Retolaza

CUENTISTAS

Formatzailea: Mertxe Tranche

BESTE AHOTS BATZUK

Formatzailea: Mertxe Tranche

MINBIZIA LITERATURAN

Formatzaileak: Lurdes Arostegi
Lorea Arrieta



Arreta eta bideraketa

Informazioa, orientabidea eta harrera Emakumeen Exeko bertako baliabideetara edo kanpokoetara bideratzea.

Egilea:
Emakumeen Etxeko bertako langileak

Astelehenetik ostiralera
10:00 - 21:00
Hitzordurik gabe

Etxeko Langileentzako Aholkularitza

Honako gaien inguruko aholkularitza: eskubideak eta betebeharrak, soldatak, kontratu motak, oporrak, egun eta ordu libreak, kotizazioak, baimenak, kaleratzeak...

Egilea:
SOS Arrazakeria

Asteartea
16:30 – 18:45
Hitzordurekin

Lege Aholkularitza

Familia zuzenbidea, lanerako zuzenbidea, atzerritartasuna, genero indarkeria.

Egilea:
Ana López

Asteazkena
17:00 - 21:00
Hitzordurekin

ZERBITZUAK

Hitzordua eskatu ahal izango duzue telefono honetan

     **943 48 34 70**

** Zerbitzuetan hartutako hitzorduetara aurrez abisatu gabe joaten ez direnek ezin izango dute zita berririk eskatu urtebeteko epean.*

Laguntza Psikologikoa

Aholkularitza, prebentzioa eta ahal-duntzea helburutzat izanik eta metodo-logia elkarreragileaz baliatuz, norberaren indarretan oinarritutako baliabideak lortuko dira.

Egilea:
Amanda Jiménez

Asteazkena
10:00 - 14:00
Hitzorduekin

Parekatu

Ikasketak eta prestakuntza-ibilbideak homologatzeko aholkularitza.

Egilea:
Bidez Bide

Osteguna
10:00 - 13:30
Hitzorduekin

Biluzik Mundura

Sexualitate informazioa eta aholkularitza zerbitzua.

Egilea:
LAHIA 3.0

Astelehena
17:00 - 20:00
Hitzorduekin

Sare sozialetan:



@lahia3.0

Email:
biluzikzerbitzua@hotmail.com

Ordenagailu eta Internet zerbitzua

Asteazkenetik ostegunera.
Doako erabilera.

Ordutegia:
10:00 - 21:00



DONOSTIAKO EMAKUMEEN ETXEA

Okendo kalea 9

