NAhitA

Enero 2014ko Urtarrila
Nº 21.zbk

Ermuko Udalaren Berdintasunerako Sailaren argitalpena Publicación del Departamento de Igualdad del Ayuntamiento de Ermua

>> HILEKOAREN KOPA
LA COPA MENSTRUAL

% 100 paper birziklatua. Kloro eta zuritzaile optikorik gabea.
Papel 100% reciclado. Sin cloro ni blanqueantes ópticos.

>> PLATAFORMAS POR EL DERECHO DE LAS MUJERES A DECIDIR. DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS.

>> PROGRAMA ´ESCUELA DE EMPODERAMIENTO´
>> ´JABEKUNTZA ESKOLA´ren EGITARAUA

GU KONTU-KONTARI (12 ORDU) / NOSOTRAS CONTAMOS (12 HORAS)

Del 21 de enero al 25 de febrero. MARTES, de 18:00 a 20:00 h.
Formadora: Rakel Imaz · **Matrikula: 5 Euro**

Hasiera-ikastaro bat da, praktikoa, istorioak kontatzen ikasteko, beldurrak eta lotsak kentzeko eta ikus-entzuleen aurrean ipuinak hasieratik bukaerara kontatzen jartzeko. Fantasia eta magiarekin jolasean, idatzi eta kontatu nahi dugun istorioa aurkitzen saiatuko gara, gu protagonista izan nahi garen istorio hori. "Gu kontu-kontari" ipuinak landu eta aldatzeko proposamen bat da, horiek dituzten gizaldi guztiei errespetua galtzeko eta beraien balore anakroniko eta sexisten inguruan hausnarketa egiteko

Curso de nivel inicial, práctico, para aprender a contar historias, perder los miedos y las vergüenzas y colocarnos frente al público para poder llevar a cabo un cuento de principio a fin. Jugaremos con lo fantástico y lo mágico para encontrar la historia que queremos escribir y contar, en la que sí queremos ser las protagonistas. "Nosotras contamos" es una propuesta para trabajar y transformar cuentos, perderles el respeto a todos sus siglos y reflexionar sobre sus anacrónicos y sexistas valores

BELDUR BARIK ILDOA / LÍNEA BELDUR BARIK

Neska eta mutil gazteentzat zuzendutako tailerra (lehentasuna: 17 urtetik 26ra bitartekoak)
Taller dirigido a chicas y chicos jóvenes (edad preferente: 17 a 26 años)

BELDUR BARIK! ISTORIOAK IRUDI BIDEZ BERRERAIKITZEN (12 ORDU) / RECONSTRUYENDO HISTORIAS CON IMÁGENES ¡SIN MIEDO! (12 HORAS)

14, 15, 21 y 22 de febrero. VIERNES, de 17:00 a 20:00 h, y SÁBADOS, de 10:30 a 13:30h.
Formadora: Agare López (Gariza Produkzioak) · **Matrikula: 5 Euro**

Ikastaro honetan bideo-muntaketako lehen urratsak emateko tresnak eskainiko dizkiegu ikasleei. Argazki eta bideo-irudi laburren bitartez berdintasuna eta emakumeen jabekuntza suspertuko duten istorioak konta ditzakegu. Gure proiektuekin errealitatea aldatu eta gure "Beldur Barik" jarrera adieraz dezakegu.

En el curso se ofrecen al alumnado las herramientas para dar los primeros pasos en el montaje de vídeos. Con fotos y con vídeos cortos podemos contar historias que fomenten el empoderamiento en igualdad. Con nuestras creaciones podemos transformar y expresar nuestra actitud "Sin Miedo-Beldur Barik".

AUTODEFENTSA FEMINISTA (8 ORDU) / AUTODEFENSA FEMINISTA (8 HORAS)

22 de marzo, SÁBADO, de 10:30h a 14:30h y de 15:30h a 19:30h.
Formadora: Emagin · **Matrikula: 5 Euro**

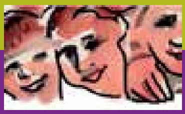
Erasoak identifikatzen ikasiko dugu eta indarkeria-modu ezberdinen jatorri eta sorburua aztertzen, bai eta norbanakoan eta taldean dituen ondorioak ere. Eguneroko bizitzako eraso-egoerei erantzuteko eta konpontzeko mekanismoak ikasiko ditugu. Espazio bat sortu nahi dugu, gure eskubide eta gaitasunez jabetzen eta gure buruarenganako konfiantza eta segurtasuna sustatzen laguntzeko, indarkeriaren inguruko mitoak hautsiz eta emakumezkoen ahulezia fisikoari buruzko estereotipo zaharrak desmitifikatuz.

Aprenderemos 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 nuestras capacidades, fomentar la confianza y seguridad, rompiendo mitos en torno a la violencia y desmitificando viejos estereotipos acerca de la debilidad física femenina.

PRESTAKUNTZA-ETA PARTAIDETZA-GUNEA ESPACIO DE FORMACIÓN Y PARTICIPACIÓN

BESTELAKO EKINTZAK / OTRAS ACTIVIDADES

KULTUR IRTEERA: Martxoaren 15ean
SALIDA CULTURAL: 15 de Marzo



BERDINTASUNEKO UDAL KONTSEILUA CONSEJO MUNICIPAL DE IGUALDAD · ELKARTEAK ASOCIACIONES · SOLASALDIAK ETA ERAKUSKETAK TERTULIAS Y EXPOSICIONES · HITZALDIAK CHARLAS · ESPACIO DE CREAKTIVIDAD... ETC. · ETA ABAR

Galdetu Emakumeen Topalekuan eta PARTE HARTU! Pregunta en la Casa de la Mujer y ¡PARTICIPA!

Más información en la microsite de Igualdad: http://www.ermua.es/pags/igualdad/ca_espacio_formacion.asp

>> Editoriala <<

Ukaezina da gure oraina eta etorkizuna eraiki eta garatzeko garaian heziketak duen garrantzia, baina sarritan ez gara konturatzen "heziketa" horren irismena norainokoa den.

HEZIKETA norabide anitzeko eta etengabeko prozesu bat da, bai eremu formala (eskola eta abar) eta bai ez formala (gizarte-talde, publizitate eta abar) bere baitan hartzen dituena. Berorren bidez ezagutzak, baloreak eta ohiturak transmititzen dira hitzen bitartez eta, nola ez, gure jokabideen bitartez eskaintzen ditugun ereduekin.

Jolasa oinarrizko tresna da neskato-mutikoen heziketarako. Uste ohi dugu edozen jolas berez "ona" dela, baina jolas guztiek ez dituzte gauza positiboak irakasten, eta beste horrenbeste gertatzen da telebistako programa entretenigarriekin ere. Gure eginkizuna da hori kontutan izatea eta gure seme-alabei transmititu nahi dizkiegun baloreekin bat ez datozen "irakaskuntzak" saihesteko neurriak hartzea.

Berdintasunerako Udal Sailak egutegi bat banatu du **http://www.ermua.es/pags/igualdad/eu_index.asp?idtipo=29** hausnarketa eta gomendio praktikoekin baloreen transmisioan jolasak eta jostailuek duten garrantziaz herritarrak sentsibilizatzeko, berdintasunezko hezkuntza baterakoaren ikuspegitik.

Emakumeen erabakitzeko eskubidea bermatuko duen etorkizuna nahi dugu, horixe baita emakumeen eta gizonen berdintasunaren oinarria. Joan den abenduan eskubide horren alde agertu zen publikoki Ermuko emakume eta gizon kopuru polita, kontzentrazioak eta itxialdi bat eginez Udaletxean eta, estatu osoko beste askorekin batera, PPren eta bere Ruiz Gallardón ministroaren "abortoaren legea"ren erreformari ezezko borobila emanez.

Kontzientzia hartzeko jarduera publiko horien bitartez ere hezitzen da, hausnarketa egiteko leiho bat ireki eta ikuspegi ezberdinak eskaintzen direlako, boteretsuek eta interes politiko eta ekonomikoek indar emanik, eta publizitatearen laguntzarekin, oraindik ere transmititzen jarraitzen diren mezu sexistak neutralizatzen ahaleginduz.

Informazioa eta heziketa dira, eta beti izan dira, tinko irauteko eta aurka egiteko armarik indartsuenak.

La importancia de la educación para la construcción y desarrollo de nuestro presente y futuro es algo incuestionable. Sin embargo, muchas veces no somos plenamente conscientes de la amplitud de ese término.

EDUCAR es un proceso multidireccional y permanente, que hace referencia tanto al ámbito formal (escuela…etc.) como al informal (grupos sociales, publicidad…etc.), por el que se transmiten conocimientos, valores y costumbres, a través de la palabra y, cómo no, de los modelos que ofrecemos con nuestras propias conductas.

El juego es un instrumento principal en la educación de niñas y niños. Tendemos a pensar que todo juego es "bueno" en sí mismo, pero no todos los juegos educan en un sentido positivo, como tampoco lo hacen todos los programas de entretenimiento de la televisión. Es nuestra responsabilidad hacernos conscientes de ello y poner los medios para evitar aquéllos cuyas "enseñanzas" no son acordes a los valores que queremos transmitir.

El Departamento municipal de Igualdad ha editado y distribuido un calendario **http://www.ermua.es/pags/igualdad/ca_index.asp?idtipo=29** con reflexiones y recomendaciones prácticas para sensibilizar a la ciudadanía sobre la importancia del juego y los juguetes en la transmisión de valores, desde una perspectiva coeducativa, de igualdad.

Deseamos un futuro que garantice el derecho de las mujeres a decidir, porque ése es el fundamento principal de la igualdad de mujeres y hombres. El pasado mes de diciembre un importante número de mujeres y hombres de Ermua se manifestaron públicamente por ese derecho, realizando concentraciones y una encerrona en el salón de plenos de la casa consistorial, dando así una respuesta contundente, junto a muchas otras en todo el estado, contra la reforma de la "ley del aborto" del PP y su ministro Ruiz Gallardón.

Las acciones públicas de concienciación también educan; abren una ventana a la reflexión y ofrecen miradas alternativas, tratando de neutralizar los mensajes sexistas que se siguen transmitiendo impulsados desde instancias poderosas e intereses políticos y económicos, con la ayuda de la publicidad.

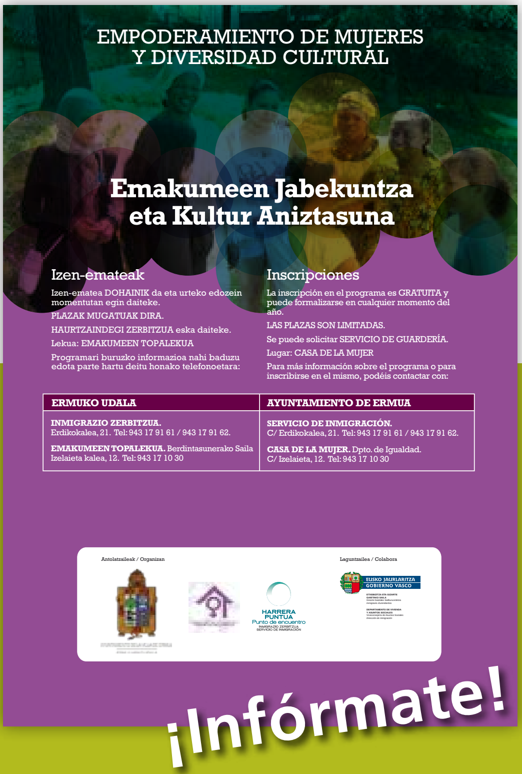
La información y la educación son, lo han sido siempre, nuestras mejores armas para resistir y hacerles frente.

>> EZAGUTZEN AL DUZU...? ¿CONOCES? <<

EMAKUMEEN JABEKUNTZA ETA KULTUR ANIZTASUNA

EMPODERAMIENTO DE MUJERES Y DIVERSIDAD CULTURAL

Este grupo, organizado por el Servicio municipal de Inmigración, con la colaboración del Departamento de Igualdad del Ayuntamiento de Ermua, tiene como objetivo facilitar a las mujeres un espacio de encuentro, formación y concienciación, que les permita emprender un camino hacia el empoderamiento personal y colectivo, para la mejora de su posición social, económica y política.



Ondorengoak suspertzen dira:

- Kultura ezberdinetan "emakume izateak" zer suposatzen duen eta zein ideiak eragiten duten gure eguneroko bizitzan hausnartzea
- Inguruan ditugun baliabideak eskuratzeko behar den ezagutza
- Autonomia pertsonala indartzea
- Ekintza kolektiboa, kulturen arteko partaidetza-espazioak dinamizatuz

El programa lleva varios años en funcionamiento y se dirige a mujeres mayores de edad residentes en Ermua, con una metodología basada en la participación. Son sesiones grupales semanales, de dos horas de duración y se llevan a cabo en la Casa de la Mujer, en horario de mañana, hasta un total de 30 horas, dirigidas y dinamizadas por una psicóloga especializada.

Plazak mugatuak dira. Izen-ematea dohainik da eta urteko edozein momentuan egin daiteke.

Programazioari buruzko informazioa nahi baduzu edota parte hartu, deitu eta izena eman:

Inmigrazio udal Zerbitzua:
Erdiko kalea, 21.
Telefonoa: 943 179 161 / 943 179 162

Ermuko Emakumeen Topalekua.
Berdintasun Saila:
Izelaieta kalea, 12.
Tfnoa: 943 171 030

PLATAFORMAS CONTRA LA REFORMA DE LA LEY ORGÁNICA 2/2010 DE SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA Y DE LA INTERRUPCIÓN VOLUNTARIA DEL EMBARAZO

"ERABAKI EZIN BADUGU, EZ GARA ASKEAK"
"SI NO PODEMOS DECIDIR, NO SOMOS LIBRES"

Abortatzeko Eskubidearen aldeko EHko Plataforma
Plataforma Feminista de EH por el Derecho al Aborto

Eskubideak murriztu eta urratzen dituen lege berriari aurre eginez, osasun publikoan abortatzeko emakume guztien eskubidea bermatuko duen legeria exijitzen dute, beraien gorputzaren inguruan erabakitzeko eta sexualitateaz gozateko askatasuna ziurtatuko duena.

Hainbat protestaldi antolatu dira leku desberdinetan, Ermuan bertan ere bai, pertsona askoren partaidetza izan delarik.

Kontzentrazioak egin dituzte eta itxialdi bat Ermuko Udaltxean abenduaren 27an eta 28an.

Sexualitatea berriro ere amatasunarekin lotzearen kontra agertzen dira eta sexualitatea askatasunez bizi ahal izatea denfendatzen dute, edozein dela bakoitzaren sexu-aukera, bai eta sexuaren inguruko hezkuntza eta informazioa jasotzea eta antisorgailuak askatasunez eta doan eskuratu ahal izatea.

www.abortatzekoeskubidea.blogspot.com
Twitter: @AbortoEskubidea
Facebook: abortatzekoeskubidea

Plataforma "Decidir nos hace libres"

Aglutina a 329 organizaciones de ámbito estatal, autonómico y local; defiende los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres y lucha por evitar los retrocesos en este tema. Sus últimas acciones incluyen un manifiesto de denuncia ante el retroceso en el reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres que supone la reciente reforma de la ley. Se niegan a aceptar un recorte en la libertad y autonomía de las mujeres en relación a su sexualidad y a decidir sobre su maternidad, señalando que ello supone exponer a un mayor riesgo la salud y la propia vida de las mujeres. Defienden una sociedad laica y democrática, libre de imposiciones religiosas, así como el derecho de las mujeres a decidir sobre sus cuerpos y sus vidas y no de acuerdo a un prototipo de feminidad que discrimina a las mujeres.

Se han sumado al TREN DE LA LIBERTAD (organizado por mujeres de la Tertulia Feminista les Comadres y Mujeres por la Igualdad de Barredos), que partirá desde Asturias para llegar a Madrid el día 1 de febrero. Esta acción ha concitado el apoyo de Francia e Italia, países en los que se desarrollarán movilizaciones el día 1 de febrero, como expresión de apoyo a las reivindicaciones de las mujeres españolas.

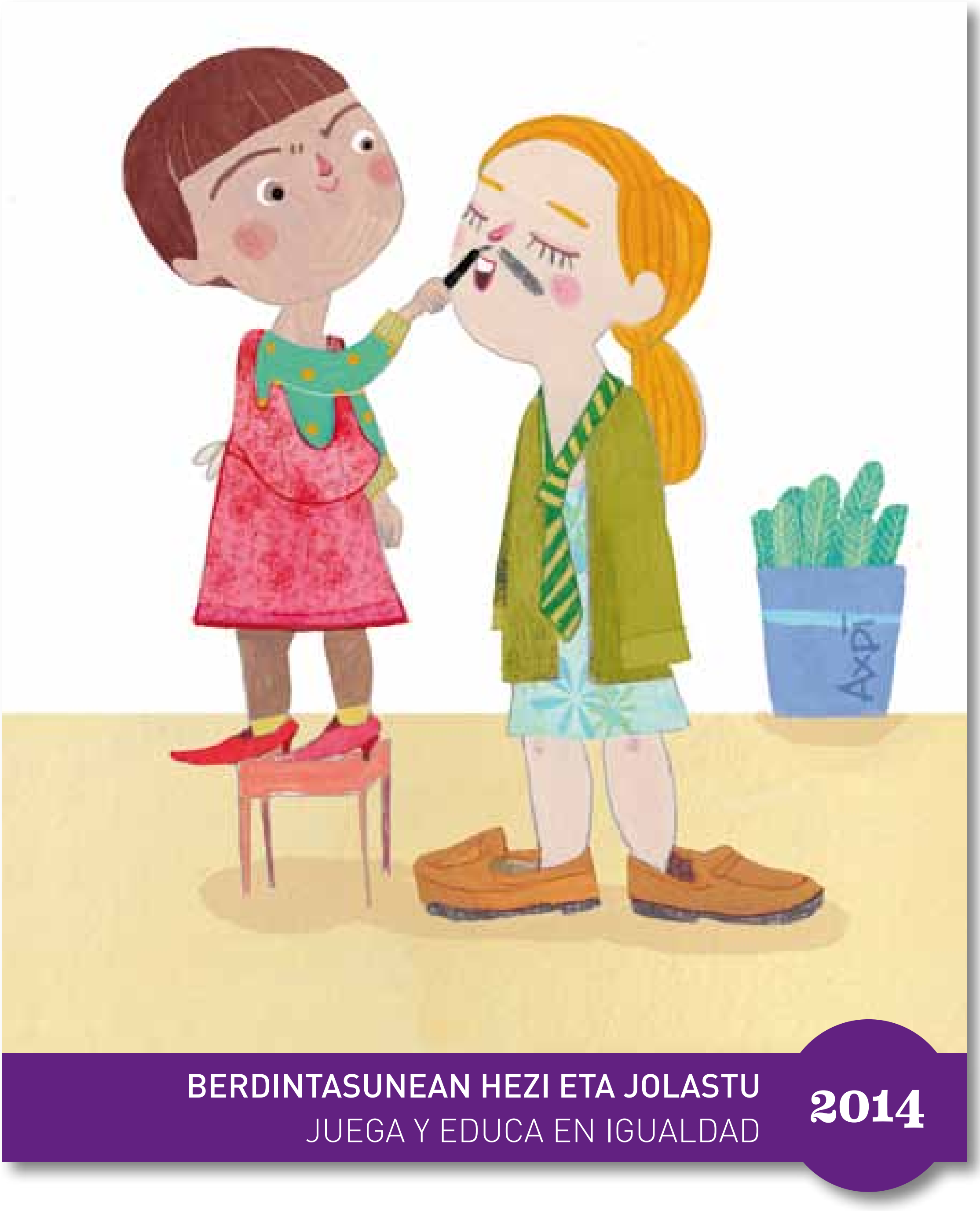
http://www.decidirnoshacelibres.org

2014KO BERDINTASUN EGUTEGIA

http://www.ermua.es/pags/igualdad/eu_index.asp?idtipo=29

CALENDARIO IGUALDAD 2014

http://www.ermua.es/pags/igualdad/ca_index.asp?idtipo=29



HILEKOAREN KOPA: EKOLOGIKOA, MERKEA ETA OSASUNGARRIA

LA COPA MENSTRUAL: ECOLÓGICA, ECONÓMICA Y SALUDABLE

>> AZKEN AZTERKETEN ARABERA, EMAKUME BATEK 2.000 EUROTIK GORA XAHUTZEN DITU BERE BIZITZAN ZEHAR, ERABILI ETA BOTATZEKO HIGIENE-PRODUKTUETAN. EMAKUME BATEK BATEZ BESTE 25 TANPOI EDO KONPRESA BEHAR BADITU ZIKLO BAKOITZEAN, HILEKOAREKIN EMANGO DITUEN 38 BAT URTETAN 11.400 TANPOI, KONPRESA EDO ANTZEKO BEHARKO DITU. DATU HORIEK KONTUAN HARTUTA, URTERO 94.500 MILIOI TANPOI ETA KONPRESA EKOIZTEN DIRELA (ETA BOTATZEN DIRELA) ESAN GENEZAKE.

Menstruazio edo hilekoa gorputzaren prozesu ohikoa da. Hala ere, hilekoarekin egotea zikinarekin identifikatzeak higiene-krisi gisa tratatzea dakar. Odola, ordea, esterila da, eta ohikoa eta identifikagarria duen usaina erabili eta botatzeko produktuekin kontaktuan egotean sortzen da; kasurako, tanpoi eta konpresa edo *salvaslip*-ekin. Desde su inicio, en la adolescencia, la menstruación se plantea siempre como un "problema que necesita ser resuelto" y esto afecta a la autoestima de las chicas, dificultando que se pueda vivir de una forma positiva. Para enfrentarse a este "problema" y solucionar esta "suciedad" se enseña y exige a las mujeres que sean discretas y limpias, lo que promueve, entre otras cosas, el consumo masivo de productos para la higiene íntima femenina. Se calcula que alrededor de 315 millones de mujeres en todo el mundo usan tampones o compresas habitualmente. Esto se traduce en que la industria del tampón y las compresas sanitarias mueve un mercado de 540 millones de euros.

Así se explica que los riesgos potenciales para la salud de las mujeres que usan estos productos y la devastación ecológica que crea la industria de la higiene femenina pasen totalmente desapercibidos, y que no conozcamos las alternativas de higiene más amables, saludables, baratas y ecológicas que existen.

Garrantzitsua da osasun-arriskuak ezagutzea

Osasun-konpresa eta tanpoi gehienak rayon, kotoi eta plastikoz eginak daude. Zuraren mamia rayon bihurtzeko prozesu zuritzailea erabiltzen da. 90 hamarkadaren bukaera aldera arte kloro-gasa era-

>> EL USO DE PRODUCTOS MENSTRUALES CONVENCIONALES, NO BIODEGRADABLES Y DESECHABLES CONLLEVA UN GRAN IMPACTO AMBIENTAL. NO SOLO LA PRODUCCIÓN ES ALTAMENTE CONTAMINANTE, SINO QUE LOS TAMPONES, SUS APLICADORES, COMPRESAS Y ENVASES, GENERAN UNA GRAN CANTIDAD DE RESIDUOS

biltzen zen horretarako, eta probatu izan denaren arabera, dioxina kopuru nabarmena detektatu zen tanpoietan. Dioxinek eragin kaltegarria dute osasunean, aski probatu den bezala, esaterako: minbizia, Shock Toxikoaren sindromea, endometriosia...). A fines de los noventa, las marcas más importantes de tampones empezaron a utilizar métodos libres de cloro para blanquear sus productos, pero aun hoy no se puede probar que ningún tampón esté completamente libre de dioxinas. La industria solo puede sostener que el riesgo de dioxinas en sus productos es "casi" inexistente.

Además, los tampones pueden dejar fibras en la vagina, susceptibles de causar infecciones vaginales y Síndrome del Shock Tóxico (TSS) que puede llegar a causar la muerte. También absorben los fluidos y bacterias naturales que la vagina produce para mantenerse saludable.

Badaude ordezko produktuak

Iragarkietan oso gutxitan ikusi arren, badaude osasuntsuagoak, ingurunearentzat hobeak eta ekonomikoagoak diren aukerak. Esate baterako, hilekoaren kopak, berriro erabiltzeko konpresa edo zapiak, eta horren kaltegarriak ez diren zuritu gabeko kotoiz egindako produktuak.

- **La copa menstrual** es una protección higiénica reutilizable alternativa al tampón y a la compresa higiénica. Cómoda y flexible, se coloca en el interior de la vagina. A diferencia de los tampones, recoge la sangre menstrual en vez de absorberla; lue-

Hilekoaren kopei buruzko informazio gehiago nahi baduzu, ondorengo web-orrietan begira dezakezu:

http://www.copasmenstruales.com/

http://www.copamenstrual.com/

http://www.feministasacidas.com/2013/02/todo-lo-que-quieres-saber-de-la-copa-menstrual/

http://lavozdegina.com/2013/06/10/dudas-frecuentes-sobre-la-copa-menstrual-resueltas/#sthash.NX7m4W4y.dpbs

ERMUKO BOTIKA, PARAFARMAZIETAN eta BELAR-DENDETAN SALGAI:

Las copas menstruales están a la venta en algunos comercios de Ermua, de forma directa o previo encargo. Su precio medio ronda los 25 euros.

Hay dos tallas: la pequeña (para menores de 30 años y/o mujeres que no han parido) y la grande (para mayores de 30 años y/o mujeres que han parido).

Las marcas que podemos encontrar son variadas: Iris Cup, Femicup, Naturcup…

Se recomienda usar una copa que sea transparente, es decir, que no tenga ningún tipo de tinte.

go se extrae, se limpia y se vuelve a colocar. No se tiene que cambiar con tanta frecuencia como con tampones o compresas. No contiene blanqueadores, desodorantes… ni interfiere en el entorno de la vagina. No está asociada al TSS ni causa irritación o alergias, y es apta para su uso por parte de mujeres con DIU.

Salduenak kanpai itxura dauka. Merkea da, eta ondo zainduz gero, hamar urte ere iraun dezake. Tamaina diferentetan saltzen da, eta hainbat dira gaur egun horrelakoak ekoizten dituzten etxeak.

- También hay compresas y salvaslips reutilizables que están hechos de materiales naturales, seguros y transpirables. Son altamente absorbentes y lavables. Se trata de una buena opción para las mujeres a quienes no les gustan los productos que hay que insertar en la vagina.
- Betiko edo ohiko higiene-produktuetan ere bada beste biderik. Adibidez, **tanpoi edo konpresa organikoak** deiturikoak. Kotoi organikoarekin egiten dira, eta ez dute produktu zuritzailerik eta kimikorik erabiltzen haien ekoizpen-prozesuan. Kotoia gai naturala da, seguruagoa ere bai eta –hondakinak ekidin ezinak diren arren– beste produktu batzuk baino askoz arinago biodegradatu daiteke.

Ermuan hilekoaren kopen salmentarekin lotutako informazio gehiago nahi baduzu, jar zaitez gurekin harremanetan.

Aldarrikatzeko eta ospatzeko egunak
Días para celebrar y reivindicar

Otsailak 6 febrero: Emakumeen Mutilazio Genitalaren Kontrako Nazioarteko Eguna

Martzoak 8 marzo: Día Internacional de las Mujeres

KALE INKESTA

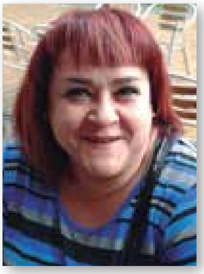
COPA MENSTRUAL

Preguntas
GALDERAK

1 **Ezagutzen al duzu “hilekoarentzako kopa” delakoa? Nola iritsi zaizu informazioa? Erabili al duzu inoiz? Gomendatzekoa dela uste al duzu?** ¿Conoces la copa menstrual? ¿Por qué medio te ha llegado información? ¿La has usado alguna vez? ¿Recomendarías su uso?

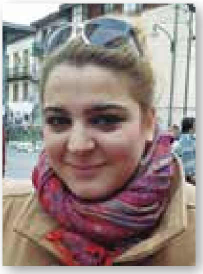
2 **Entzun al duzu inoiz tanpoiak erabiltzeak arriskuak dituela? Ezagutzen al duzu tanpoien ordez erabil daitekeen beste produkturik? /** ¿Has oído hablar de los riesgos potenciales del uso de tampones? ¿Conoces algún producto sanitario alternativo?

INMACULADA JABUGO
38 años



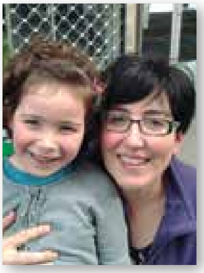
1. No conocía el nombre, pero la he visto en la publicidad de Facebook
2. No he oído hablar de ningún riesgo. Conozco los salvaslips y las toallitas íntimas

MARTA MORENO
21 urte



1. Bai, familiaren bitartez ezagutu dut, nire lehengusinak erabiltzen du, eta Internetên bidez; Facebooken publizitatean asko agertzen da, baina ez dut inoiz erabili.
2. Bai, beti entzuten da arriskuak daudela eta kontrolatu egin behar dugula…

AMAIA EGAÑA
36 años



1. Sí. En las clases de pre- y post-parto se habló de la copa, pero no la he usado nunca. Me parece un poco engorroso.
2. Sí, hace mucho leí algo sobre los riesgos. Ahora mismo no recuerdo qué.

SHEILA VIDAL ALONSO
21 urte

1. Ez, ez dut ezagutzen.
2. Bai, entzun dut zeozer tanpoiak erabiltzearen arriskuez. Aspaldian emakumeek telazko konpresak erabiltzen zituzten.

>> PASATIEMPOS

DENBORAPASA >

EBAKIGARRI **RECORTABLE**

Hilekoen egutegi praktikoa. Halako egutegiak 28 eguneko zutabeetan antolatzen dira, urte osoko hilekoen zikloak erraz ikusi eta kontrolatzeko.
Práctico calendario de menstruaciones. Este tipo de calendario se establece en columnas de 28 días, para poder examinar visualmente y controlar el ciclo menstrual durante todo el año.

CALENDARIO MENSTRUAL 2014 *HILEKOEN EGUTEGIA*

	ENE		FEB		MAR		ABR		MAY		JUN		JUL		AGOS		SEPT		OCT		NOV		DIC	
Astelehena		27		24		24		21		19		16		14		11		8		6		3	1	29
Asteartea		28		25		25		22		20		17		15		12		9		7		4	2	30
Asteazkena	1	29		26		26		23		21		18		16		13		10		8		5	3	31
Osteguna	2	30		27		27		24		22		19		17		14		11		9		6	4	
Ostirala	3	31		28		28		25		23		20		18		15		12		10		7	5	
Larunbata	4		1		1	29		26		24		21		19		16		13		11		8	6	
Igandea	5		2		2	30		27		25		22		20		17		14		12		9	7	
Astelehena	6		3		3	31		28		26		23		21		18		15		13		10	8	
Asteartea	7		4		4		1	29		27		24		22		19		16		14		11	9	
Asteazkena	8		5		5		2	30		28		25		23		20		17		15		12	10	
Osteguna	9		6		6		3		1	29		26		24		21		18		16		13	11	
Ostirala	10		7		7		4		2	30		27		25		22		19		17		14	12	
Larunbata	11		8		8		5		3	31		28		26		23		20		18		15	13	
Igandea	12		9		9		6		4		1	29		27		24		21		19		16	14	
Astelehena	13		10		10		7		5		2	30		28		25		22		20		17	15	
Asteartea	14		11		11		8		6		3		1	29		26		23		21		18	16	
Asteazkena	15		12		12		9		7		4		2	30		27		24		22		19	17	
Osteguna	16		13		13		10		8		5		3	31		28		25		23		20	18	
Ostirala	17		14		14		11		9		6		4		1	29		26		24		21	19	
Larunbata	18		15		15		12		10		7		5		2	30		27		25		22	20	
Igandea	19		16		16		13		11		8		6		3	31		28		26		23	21	
Astelehena	20		17		17		14		12		9		7		4		1	29		27		24	22	
Asteartea	21		18		18		15		13		10		8		5		2	30		28		25	23	
Asteazkena	22		19		19		16		14		11		9		6		3		1	29		26	24	
Osteguna	23		20		20		17		15		12		10		7		4		2	30		27	25	
Ostirala	24		21		21		18		16		13		11		8		5		3	31		28	26	
Larunbata	25		22		22		19		17		14		12		9		6		4		1	29	27	
Igandea	26		23		23		20		18		15		13		10		7		5		2	30	28	

Noticias de interés
ALBISTE INTERESGARRIAK

>> ENREDADAS 2.0

Enredadas 2.0 es un material para formar en las herramientas de la Web 2.0, utilizando conceptos básicos y muy comprensibles, desde una perspectiva de género. El manual ha servido de apoyo para el programa de formación en TIC en Asturias, desarrollado por el Instituto Asturiano de la Mujer. Puedes acceder al manual en: http://www.mujeresenred.net/spip.php?article1913

>> EMAKUME ETA GIZONEN BERDINTASUNAREN ARLOKO IKERLANEN ARGITALPEN I. LEHIAKETA 2013

Emakumeen eta gizonen arteko berdintasunaren arloko ikerlanen argitalpenen I. Lehiaketarako deialdia egin du Emakundek. Deialdi horren bidez, emakumeen eta gizonen arteko berdintasuna lortzen laguntzen duten ikerlanak hautatuko dira, argitalpen digitalaren bidez zabalkundea emateko. Informazio gehiago nahi izanez gero: http://www.emakunde.euskadi.net/u72-20010/eu/contenidos/informacion/certamen_investigacion_2013/eu_emakunde/index.shtml

>> EXPOSICIÓN "MUJER Y PELOTA VASCA"

La exposición "Emakumea eta Euskal Pilota-Mujer y Pelota Vasca", organizada por Bizkaikoa, permanecerá en el Museo Euskal Herria de Gernika hasta el 20 de abril de 2014. La exposición muestra material de la época en la que competían las raquetistas: fotografías, contratos, fichas federativas, vestimenta y bocetos del vestuario de aquellas mujeres… La exposición se divide en cinco secciones y pretende reconstruir la olvidada presencia de las raquetistas en las canchas mundiales a lo largo del siglo XX. Accede a la información en el siguiente enlace: http://www.bizkaia.net/home2/Bizkaimedia/Contenido_Noticia.asp?Not_Codigo=12330&idioma=CA&bnetmobile=0&dpto_biz=4&codpath_biz=4%7C295

>> HEZKIDETZA ESKOLAN BLOGA

Blog hau berdintasunean oinarritutako hezkuntza baten aldekoa da. Hezkidetzaren inguruko hainbat testu, bideo eta eduki desberdin ikusi ahal izango duzue. Horrez gain, zer den hezkidetza eta nola garatu ikastetxeetan azaltzen da. Informazio gehiago, honako loturan: http://hezkidetzaeskolan.blogspot.com.es/2007/10/ongi-etorri.html

>> GLOSARIO FEMINISTA EN LENGUA DE SIGNOS

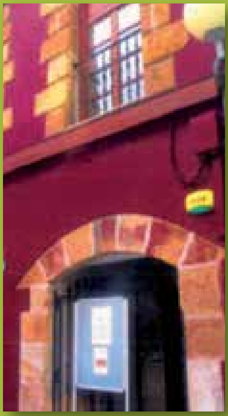
La Revista Pikara Magazine lanza el Glosario Feminista en Lengua de Signos. Esta herramienta pretende aportar un granito de arena para que las reivindicaciones feministas y las de los colectivos de personas sordas interseccionen. Además, a través de esta herramienta accederéis a conocimiento feminista, en euskera y castellano, de la mano de activistas y de expertas en diversos ámbitos. Podéis acceder y descargaros el glosario en: http://glosario.pikaramagazine.com/inicio.php?lg=es&sec=inicio

>> BELDURRAK GUREKIN JAI!

Bilgune Feministak eta Emagin taldeak "Beldurrak gurekin jai!" Autodefentsa Feminista lantzeko liburuxka aurkeztu zuten, pasa den azaroaren 20an, Donostiako Emakumeen Etxean. Bertan hogei bat emakume inguru bildu ziren. Autodefentsa Feministaren inguruko laburmetraia ikusi zuten, liburuaren proiektuaren kokapena eta proiektua egiteko prozesua azaldu zuten eta liburuaren edukia lantzeko dinamika bat egin zuten, besteak beste. Informazio gehiago nahi izanez gero: http://bilgunefeminista.org/berriak.php?id=734

>> DATOS SOBRE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

Según datos facilitados por Emakunde, Euskadi registró 2.421 agresiones contra mujeres entre enero y junio del año 2013. Los datos revelan una realidad preocupante: las nuevas generaciones siguen repitiendo patrones y comportamientos sexistas. Ante esta realidad, iniciativas como el programa Beldur Barik, impulsado por la Red de Municipios Berdinsarea, de la que Ermua forma parte activa, siguen siendo necesarias para fomentar relaciones de igualdad, respeto y libertad entre las y los jóvenes. Podéis acceder a más información en: https://www.euskadi.net/u72-subhome/es/



> **Edita Argitaratzen du:**
Departamento de Igualdad del Ayto. de Ermua
Ermuko Udalaren Berdintasunerako Sailak

> **Redacción Erredakzioa:**
Begoña Fernández, Idoia Carracedo,
Zaida Fernández, Olga Bayón y Eva Carballal.

> **Coordinadora Koordinatzailea:**
Begoña Fernández

> **Realización Egilea:**
La Central B.E.

Si quieres recibir la revista en tu domicilio, solicítalo en la Casa de la Mujer.
Aldizkaria zure etxean jaso nahi baduzu, Emakumeen Topalekuan eskatzea besterik ez daukazu.

Se autoriza el uso de estos textos siempre que se mencione su procedencia.
Testu hauen erabilera baimentzen da, beti ere iturria aipatuz.

CASA DE LA MUJER / EMAKUMEEN TOPALEKUA
Izelaieta kalea, 12 - 48260 ERMUA
Tfnoa: 943 171 030 · Faxa: 943 170 123 · E.posta: casadelamujer@udalermua.net
web: www.ermua.es

Depósito Legal: BI-243/2010