



sare gile

ORIOKO
EMAKUMEON*
ETXEA

casa de las mujeres* de Orio

دار المرأة أوريو

2026

IRAILA-ABENDUA

Zer da Emakumeon* Etxea?

Emakumeon* Etxea emakumeok emakumeontzat eraikitako espazioa da. Emakume anitzak ezagutzeko aukera emango digun lekua da, gure interes berdinak izan ditzaketen emakumeekin elkartzeko eta hainbat gai lantzeko.

Aisialdirako gune aproposak dira eta, horrez gain, guretzat beharrezkoak diren hainbat zerbitzu eta bidelaguntza eskaintzen dituzte. Beste emakumeekin saretzeaz gain, akonpainatuak sentitzeko guneak ere badira.

¿Qué es la Casa de las Mujeres*?

La Casa de las Mujeres* es un espacio construido por y para las mujeres. Se trata de un espacio que nos permitirá conocer a mujeres múltiples, juntarnos con mujeres que puedan tener nuestros mismos intereses y trabajar diversos temas.

Son espacios adecuados para el ocio, pero además ofrecen una serie de servicios y acompañamiento necesarios para nosotras. Además de crear redes con otras mujeres, son espacios para sentirnos acompañadas.

Ahalduntze Eskolak

Escuela de Empoderamiento

Ahalduntze Eskolak berdintasunera bidea eraikitzeke estrategia bezala planteatzen dira, jendarte berdinzale bat eraikitzeke beharrezkoa baita emakumeok* ahalduntzea edo boteretzea.

Las escuelas de empoderamiento se plantean como una estrategia para construir el camino hacia la igualdad, porque para construir una sociedad igualitaria es necesario que las mujeres nos empoderemos.*

IZEN EMATEAK:

Irailaren 14tik 25era

INSCRIPCIONES:

Del 14 al 25 de septiembre



labur.eus/saregileizenematea

saregile@orio.eus

943133556 / 623178553

***Haur-zaintza zerbitzua** behar baduzu, eskatu izena ematean.

***Ordainketa esku-dirutan** izango da.

Si necesitas **servicio de cuidado de menores, pídelo en la inscripción.*

***El pago se realizará en efectivo.**

MUSIKA EKOIZPENA

OIHANA RODRIGUEZ ORDOÑEZ

Ikastaro honek **sormen musikala modu praktikiko, irisgarri eta parte-hartzailean lantzea proposatzen du, aurretiko esperientziarik izan ala ez**. Esperimentazioaren bidez, parte-hartzaileek beren ideia musikalak garatzeko, sortzeko eta ekoizpen propioak osatzeko tresnak eskuratuko dituzte. Horretarako, musika sortzeko eta editatzeko software bat erabiliko da laguntza gisa, baina arreta nagusia sormena, adierazpena eta musika-ideiak garatzeko prozesuan jarriko da. Helburua parte-hartzaile bakoitzaren autonomia, konfiantza eta gaitasun sortzailea indartzea da.

URRIAK 6, 13, 20, 27 eta AZAROAK 3, 10

ASTEARTETAN 17:30-19:30 (12 ordu)

EUSKARAZ

EKARPENA: 12€

HARREMAN AFECTIBO BERDINZALEAK

VINCULOS AFECTIVOS IGUALITARIOS

PEPA BOJÓ BALLESTER

Tailer honek genero-indarkeria lantzen du botere- eta desberdintasun-harremanak aztertuz. Metodologia parte-hartzaile baten bidez, **maitasunaren eredu tradizionalak eta genero-estereotipoak berrikusiko dira**, tratu ona eta errespetuan oinarritutako harreman afektibo berdinzaleak sustatzeko.

*Este taller aborda la violencia de género desde el análisis de las relaciones de poder y desigualdad. A través de una metodología participativa, **se revisarán los modelos tradicionales de amor y los estereotipos de género**, promoviendo el buen trato y las relaciones afectivas igualitarias basadas en el respeto mutuo.*

URRIAK 9, 16, 23, 30 OCTUBRE

AZAROAK 6, 13, 20, 27 NOVIEMBRE

OSTIRALETAN/VIERNES 10:00-12:00 (16 ordu)

GAZTELANIAZ/CASTELLANO 16€

EMAKUME ARTISTEN ZIKLOA

ZORIONE MENDEZ MARTIN

Tailer honetan **emakumeen ekarpen artistikoak eta artea ikuspegi feministatik ezagutzeko aukera** eskaintzen du. Diziplina artistiko ezberdinen bidez, identitatea, gorputza, memoria, emozioak, zaintza eta harremanak landuko dira.

Aldi berean, genero-estereotipoak eta gizartearen eraginak ikuspegi kritikotik aztertuko dira tailerrean. Sormenaren, hausnarketa kolektiboaren eta parte-hartzearen bidez, artea ahalduztzerako eta eraldaketa sozialerako tresna gisa sustatuko da.

AZAROAK 4, 11, 18, 25 eta ABENDUAK 2, 16

ASTEAZKENETAN 17:30-19:30 (12 ordu)

EUSKARAZ

EKARPENA: 12€

el
kar
gu
ne
ak

ETXE BAT NORBERARENA

Yolanda Arrieta Malaxetxebarria



ALBERDANIA



IRAKURLE TALDEA

NEREA LOIOLA PIKAZA

Talde honen helburua, literaturaz gozatzen dugun bitartean, ahalduntzean eta feminismoan sakontzea da. **Hilean behin bilduko gara aurrez irakurri dugun liburu berari buruzko iritziak trukatzeko.** Emakumeon kontzientzia kolektiboan arakatzeko aukera emango diguten eleberriak, poesia liburuak eta saiakerak aurkituko ditugu. Hortik abiatuta, eta literatura ardatz, gai feministei, kezkei, gakoei eta diskurtsoei buruz hausnartuko dugu.

IRAILAK 30: Basatiak (Maria Reimondez)

URRIAK 28: Gerezi denbora (Montserrat Roig)

AZAROAK 18: Etxe bat norberarena (Yolanda Arrieta)

ABENDUAK 16: Juana (Jon Artano)

HILEKO AZKEN ASTEAZKENETAN 18:30-20:00

EUSKARAZ

EMAKUMEEN ZIRKULUA: GURE ARTEKO SARETZA ETA AHALDUNTZE KOLEKTIBOA

AIKARI LIZASO

Antzinatik, emakumeak borobilean eseri izan dira hitza, bizitza eta babesa partekatzeko.

Tradizio horri helduta, urritik ekainera gure herrian elkartuko gara, eguneroko azkartasunetik gelditu eta geure buruari begiratzeko.

Zirkulu hau entzute aktiborako, errespeturako eta elkarrekiko sostengurako babeslekua da.

Hemen, bakoitzaren bizipenek balio bera dute.

Hausnarketa kolektiboaren eta jolas/dinamika ezberdinen bidez, ongizate emozionala eta ahal duntzea landuko ditugu, herriko emakumeen arteko sare solidario eta indartsu bat ehunduz.

URRIAK 27, AZAROAK 24, ABENDUAK 22

***Urtarritik aurrera jarraipena izango du**

ASTEARTETAN 18:00-20:00 (6 ordu)

EUSKARAZ

EKARPENA: 6€

AMATASUNAK PARTEKATZEKO ESPAZIOA

ESPACIO PARA COMPARTIR MATERNIDADES

Talde autogestionatua. Deialdia irekita.
Amatasunaren bizipenak partekatzeko gogoia edo
beharra duzu? Zatoz talde honetara!

INFORMAZIO GEHIAGO MÁS INFORMACIÓN

Saregile Orioko Emakumeon* Etxean

saregile@orio.eus

623178553

**pentsa
men
duak
eta
prakti
kak
astintzen**

ELIKADURA MAKROBIOTIKOA: ENERGIA, OREKA ETA AUTOZAINZA

ALIMENTACIÓN MACROBIÓTICA: ENERGÍA, EQUILIBRIO Y AUTOCUIDADO

JULISSA CABRERA

Tailer honek emakumeen autozaintza eta ahal-
duntzea sustatzen ditu elikadura makrobioti-
koaren bidez. **Parte-hartzaileek ongizatea,
energia eta gorputzaren oreka hobetzen la-
guntzen duten lau erremedio natural** prestat-
zen ikasiko dute, eguneroko bizitzan txertatzeko.

*Este taller promueve el autocuidado y el empodera-
miento de las mujeres a través de la alimentación
macrobiótica. Las participantes aprenderán a preparar
**cuatro remedios naturales que favorecen el bien-
estar, la energía y el equilibrio del cuerpo** para incor-
porarlos a su vida diaria.*

URRIAK 22 OCTUBRE

17:00-19:30

GAZTELERAZ/CASTELLANO

*dinamizatzaileak euskara ulertzen du eta
oinarrizko elkarrizketa emateko gai da

UN DOCUMENTAL DE COOPERACCIÓ I CRISÀLIDE COMUNICACIÓ AMB EL
SUPORT DE L'AGÈNCIA DE COOPERACIÓ CATALANA AL DESENVOLUPAMENT

Ecos de la terra

Defensores ecofeministes
contra l'extractivisme

ECOS DE LA TERRA

DOKUMENTALAREN PROIEKZIOA ETA SOLASALDIA

PROYECCIÓN DEL DOCUMENTAL Y COLOQUIO

VICTORIA CHAVEZ (EL SALVADOR. NAYARIT MUJERES Y JUVENTUDES)

Ingurumenaren aurkako indarkeria eta horiek aurrean dauden erresistentziak ikuspegi **ekofeminista eta dekolonialetik** lantzen dituen dokumentala da. Bertan jasotzen dira ekintzaile ekofeminista hainbaten ahotsak, besteak beste Kolonbia, El Salvador, Kamerun eta Libanokoak. Dokumentala ikusi ondoren, bertako protagonistetako batekin izango dugu solasaldia.

*Se trata de un documental que **aborda la violencia contra el medio ambiente y las resistencias desde una perspectiva ecofeminista y decolonial**. En ella se recogen las voces de varias activistas ecofeministas, entre otras de Colombia, El Salvador, Camerún y Líbano. Después del documental tendremos coloquio con una de las protagonistas.*

ABENDUAK 17 DICIEMBRE

18:00 GAZTELERAZ/CASTELLANO

*dinamizatzailea ele bitan arituko da

zaintza

ORIO HERRI ZAINZAILERA AKORDIOA

ETA ZAINTZEN MAPAREN AURKEZPENA

IRAILAK 19

HERRIKO PLAZAN

*informazio gehiago orio.eus webgunean

zer
bi
tzu
ak

Aholkularitza juridikoa

Asesoría jurídica

Dibortzioak, emakumeen kontrako erasoei buruzko prozesu penalak, dibortzio prozesu-etatik sortutako gatazkak, mantenu pentsioen ordainketa ezak, atzerritartasunarekin lotutako arazoak, etxeko langile zein gainontzeko langile emakumezkoen kaleratzeak, jazarpenak, diskriminazioa, eskubideei buruzko informazioa, laguntza sozialak eta bestelako laguntzak.

Divorcios, procesos penales sobre violencia contra las mujeres, conflictos en consecuencia de los procesos de divorcio, impagos de pensiones alimenticias, temas relacionados con extranjería, despidos de trabajadoras del hogar y demás trabajadoras, acoso, discriminación, información sobre derechos, ayudas sociales y otras ayudas.

Hilean bitan, astelehenetan

*Hitzordua aurrez hartu behar da

*Con cita previa

Bidelaguntza psikologikoa

Acompañamiento psicológico

Autozainketarako eta ongizate emozionalerako gunea da. Eguneroko bizitzan eragina izan dezaketen egoera edo arazoengatik inguruko aholkularitza eta orientazioa eskainiko zaie emakumeei.

Se trata de un espacio de autocuidado y bienestar emocional, donde se ofrece asesoramiento y orientación a las mujeres en relación a situaciones o problemas que puedan afectarles en el día a día.

Hilean bitan, astelehenetan

*Hitzordua aurrez hartu behar da

*Con cita previa

Indarkeria matxista arreta eta bideraketa

Violencia machista atención y derivación

Indarkeria matxista (LGTBIQ+ fobia, indarkeria sexista eta genero indarkeria) jasan duzu? Ezagutzen duzu indarkeria matxista egoeran dagoen norbait? Zerbitzu honetan indarkeria matxista jasandakoei eta ingurukoei aholkularitza eta bidelaguntza eskaintzen diegu.

¿Has sufrido violencia machista (LGTBIQ+ fobia, violencia sexista y/o violencia de género)? ¿Conoces a alguien que está en situación de violencia machista? En este servicio ofrecemos asesoramiento y acompañamiento a personas en situación de violencia machista.

Saregileren ordutegian

*Hitzordua aurrez hartu behar da.

*Con cita previa

Sexu aholkularitza

Asesoramiento sexual

Norbanako zein bikoteen bizipenetan agertzen diren zailtasunen aurrean orientazioa eskaintzeko espazioa izango da. Giro goxo eta ulerko-rreran, identitate sexual, desira, fantasia, maitasun harreman eta bikoteetako ohiko zailtasunen aurrean bide berriak zabaltzeko gunea izango da, ideia, emozio zein sentimenduak entzunez. Norbanako zein bikoteentzat.

Espacio de orientación ante las dificultades que surgen en las vivencias individuales y de pareja. En un ambiente cálido y comprensivo, se abrirán nuevos caminos ante las identidades sexuales, los deseos, la fantasía, las relaciones amorosas y las dificultades habituales de las parejas, escuchando tus ideas, emociones y sentimientos. Puedes venir sola o en pareja.

Hilean behin, astelehenetan

*Hitzordua aurrez hartu behar da

*Con cita previa

saregile

ORIOKO EMAKUMEON* ETXEA

Kale Nagusia, 17 - Pilliku plaza

ASTELEHENETIK OSTEGUNERA

09:30-13:00/15:00-19:00

OSTIRALA

09:30-13:00

☎ 943133556 / 623178553

✉ saregile@orio.eus

f Saregile, Orioko Emakumeon Etxea

@saregileetxea