JARDUEREN EGITARAUA

26→27

Aiaraldea

Kuadrilla

Arabako emakumeon berdintasunerako eta jabekuntzarako eskola

laia.araba.eus

Laia

AIARALDEA KUADRILLA

araba álava
foru aldundia diputación foral

LAIA Aiaraldea

INFORMAZIOA, KONTAKTUA ETA IZEN-EMATEA

Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua. Aiara, Artziniega eta Okondo:
686 58 78 89 — berdintasuna@aiaraldea.org

Amurrioko Berdintasun Zerbitzua:
666 16 72 20 — berdintasuna@amurrio.org

Laudioko Berdintasun Zerbitzua:
944 03 48 50 — berdintasuna@laudio.eus

Orozkoko Berdintasun Zerbitzua:
946 33 96 33 — berdintasun.orozko@bizkaia.org

Urduñako Berdintasun Zerbitzua:
946 38 30 03 — berdintasuna@urduna.com

Izena eman behar den jardueretarako epea:
ikastaroa hasi baino hiru egun lehenagora arte

Ludoteka eta garraio zerbitzua:
jarduera hasi baino hiru egun lehenagora arte

GURE BULETIN DIGITALEAN IZENA EMAN LAIA.ARABA.EUS BIDEZ

#LAIAAiaraldea

Aiarako Udala Ayuntamiento de Ayala · AMURRIO Udala Ayuntamiento · Artziniega Udala Ayuntamiento · Laudio Udala Ayuntamiento de Llodio · Urduña Orduña · Okondo Udala - Ayuntamiento · Orozkoko Udala

Edukien prestaketa: Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua
LAIAren Idazkaritza Teknikoa: Red Kuorum S.L — www.redkuorum.eus
Diseinua eta maketazioa: Labox — www.labox.es
Inprimatzailea: Arabako Foru Aldundia
L.G.: LG G 492-2026

@LaiaAraba · laia.araba.eus

Aurkibidea

Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzuaren aurkezpena 5

LGTBIQ+fobiaren aurkako sarea Araban 7

Bidaya: emakume migratuen laguntza eta ahalduntzea 9

Arabako Landa Eremuko Emakumeen Sarearen XXVII. Topaketa 11

Irakurketa klub feminista gaztelaniaz 12

Irakurketa klub feminista euskaraz 13

Berdintasunaren Topaketa: «Kirola eta ahalduntze feminista» 14

Abesbatza feminista (Artziniega) 15

QUERER miniseriea 16

Abesbatza feminista (Okondo) 17

Sorginkeriak: sarea eta sorkuntza 18

Haiek ere historia egin zuten 19

Zinema feminista ibiltaria 20

Elektrizitate Praktikoko Ikastaroa, Emakumeen eta Disidentzien Ahalduntzerako 21

Arnasaldi bat. Irakurketa klub feminista 22

Feminissimas bakarrizketa 23

Beldur Barik Aiaraldea. Sari-banaketa 24

Amatasunak laguntzen - Hitzaldia 25

Iruzurtiaren sindromea pairatzen duzu? Berreskuratu zeure buruarenganako konfiantza eta indartu autoestimua. Tailerra 26

No sólo duelen los golpes 27

Amurrioko Emakumeon* Sarea 28

Hausnarketa tailerra landa eremuan: «Sobre la tierra, bajo la sombra» 29

Gorputza eta plazera. Sexualitate somatiko, feminista eta ez normatiboaren sarrera ikastaroa 30

Elkar elikatzen agroekofeminismotik 31

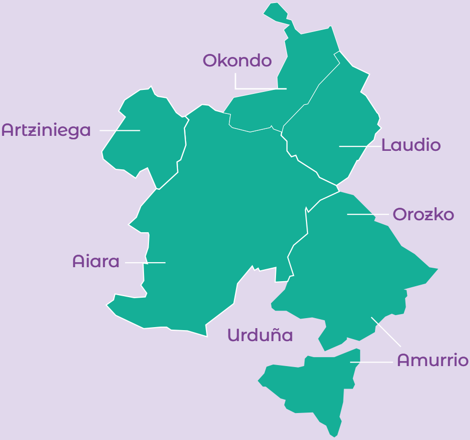
Mintzodromoak: «Feminismoa Aiaraldean bor-bor» 32

Desberdintasunak garbitzen 33

Emakumeak deskubritzen: Zaindune Komikia 34

Emakumeen memoriak ere Araba eraikitzen du 35

Aiaraldeko
Kuadrilla



Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzuaren aurkezpena

Aurten ere, **LAIA Aiaraldetik** programazio zabala aurkezten dizugu, emakumeen ahalduntzea indartzeko eta gure komunitatean berdintasuna sustatzeko diseinatutako jarduerekin.

Aurten ere **sarean eraikitako proposamen** baten alde egiten jarraitzen dugu, kolektiboki eraikia, gure jarduerek guztion kontzientziazio eta prestakuntza behar errealei erantzuten dietela ziurtatzeko. Elkarrekin aurrera egiten jarraitu nahi dugu, aurreko edizioetan hasitako lanari jarraipena emanez, eta gune guztiak inklusiboak, irisgarriak eta, batez ere, eraldatzaileak izan daitezen bermatuz.

Beti bezala, **era askotako jarduerak** aukeratu ditugu —tailerrak, hitzaldiak, antzezlanak, erakusketak eta topaketak—, Aiaraldeko emakume guztiengana iristeko. Gure helburua parte-hartze sarea zabaltzea da; izan ere, badakigu zenbat eta gehiago izan, orduan eta indartsuagoa izango dela gure ahotsa desberdintasunaren aurrean.

Ikasturte honetako programazioak jarduerak jasotzen ditu **Aiaran, Amurrion, Artziniegan, Laudion, Okondon, Orozkon eta Urduñan**. Liburuxka honek aukeraketa txiki bat baino ez du jasotzen, baina Aiaraldeko berdintasun zerbitzuetatik askoz ekimen gehiago antolatzen jarraitzen dugu, helburu berarekin: emakumeentzako ahalduntze eskola erreferente bihurtzea, emakumeen tokiko sarea indartzea eta herritar guztiak **berdintasunaren eta indarkeria matxistaren aurkako borrokaren eragile aktibo bihur daitezen lortzea. Beraz, jarduera gehiagotan parte hartzeko interesa baduzu, bisitatu gure webguneak edo idatzi iezaguzu informazio gehiago izateko.**

Ez galdu aukera hau!

Batu gure jardueretara, ikasi, partekatu eta ondo pasa. Elkarrekin urratsak ematen jarraitzen dugu etorkizun berdinzaleago baterantz.

ERASO MATXISTARIK
GABEKO JAI ASKEAK
BELDUR BARIK
ASKEAK
POR UNAS FIESTAS LIBRES
DE AGRESIONES MACHISTAS
araba álava
foru aldundia diputación foral
Laia
Arabako Mendialdeko Kuadrilla
Arabako Errioxa
Rioja Alavesa
AIARALDEA KUADRILLA

LGTBIQ+fobiaren aurkako sarea Araban

Lumagorri elkarteak Araban duen presentzia sendotu du, sexu-orientazioagatiko, genero identitateagatiko edo genero adierazpenagatiko diskriminazioa eta indarkeria errotik kentzeko helburuarekin, LGTBIQ+ pertsonen ahalduntze feminista sustatuz. Ikusguneen bidez —jaietako eta aisialdiko jardueretako informazio-guneak—, laguntza, entzutea eta baliabideak eskaini zaizkie LGTBIQ+fobiazko erasoen biktimei, errealitate hori lurraldean ikusarazten lagunduz. Aurrerapenak gorabehera, erronkek bere horretan diraute: diskriminazioa, ikusezintasuna edo gorroto delituak. Lumagorrik Arabako herrietan erreferentziazko pertsonen sarea sortzearen alde egiten du, gune seguruak eta indarkeriarik gabeak sustatuz. Erakundeen eta komunitatearen babesa funtsezkoa izan da.

Arabako Foru Aldundiaren, jai batzordeen, udalen, administrazio batzarren, kolektiboen eta berdintasun teknikarien konpromisoa funtsezkoa izan da lan hau garatzeko.

Egin dezagun Araba LGTBIQ+fobiarik gabeko lurraldea.

Bidaya: emakume migratuen laguntza eta ahalduntzea

Bidaya Elkarteak emakume migratuen —bereziki emakume musulmanen— laguntzan, indartzean eta ahalduntzean lan egiten du, Arabako Foru Aldundiarekin lankidetzan. Topaketa, laguntza eta parte-hartze guneen bidez, eta kulturarteko sentsibilizazio ekintzen bidez, emakumeen ongizatea eta lurraldeko bizikidetzaren hobekuntza sustatzen ditu, bereziki landa eremuetan, hala nola Mendialdean eta Aiaraldean (Artziniega).

Gune hauek emaitza onak ematen ari dira: 2019tik, bertako emakumeek eta emakume migratuek paper aktiboagoa hartu dute, konfiantza sortuz, loturak eratuz eta kultura errealitate desberdinen arteko ulermena erraztuz; Artziniegan, HHEko eskolak abian jartzea bultzatu da. Proiektuak komunitate prozesu honi jarraipena eman nahi dio, eta beste kuadrilla batzuetara zabaldu, dagoeneko hasitakoa zainduz eta komunitatea hurbiletik eta partekatutik eraikitzen jarraituz.

Formatzailea	**Hajar Samadi**. Gizarte langilea, psikologoa, gizarte hezitzailea eta aktibista. BIdaya emakume musulmandarren elkarteko kidea.
Data eta ordutegia	**Zehazteke**
Tokia	Artziniega
Norentzat	Emakumeak, bereziki emakume migratuak
Hizkuntza	Gaztelania eta arabiera
Antolatzailea - laguntzailea	Bidaya Emakume Musulmandarren Elkartea Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**www.laia.araba.eus** webgunearen bidez, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Arabako Baserritar Inguruko **Emakumeen Sarea**

Red de Mujeres del Medio Rural de Álava

Arabako Landa Eremuko Emakumeen Sarearen XXVII. Topaketa

Arabako Landa Eremuko Emakumeen Sarearen XXVII. Topaketa ikasitakoa praktikan jartzeko, landa eremuko emakumeen papera ikusarazteko eta kolektiboki eraikitzen jarraitzeko gunea izango da. Aurreko topaketaren jarraipen gisa —landa eremuko emakumeen ekintzailetzan zentratua—, aurten emakumeen lidergoan sakonduko dugu, ez soilik ekonomia eta enpresa arloetan, baita komunitate lider paperean ere.

Emakume askok beren herrietan egiten duten lana —askotan isilean— aitortu eta ikusaraztea da helburua: eguneroko bizitza sostengatzea, ekimenak bultzatzea eta gizarte kohesioa sortzea; eta belaunaldien arteko zubiak eraikitzea, adin desberdinetako emakumeak herrietan bizitza mantentzeko eta beren komunitateak zaintzeko helburu komunak batuta.

Data eta ordutegia	**Urriak 31**
Tokia	Burgelu
Norentzat	Landa eremuko emakumeak
Hizkuntza	Gaztelania
Antolatzailea - laguntzailea	Arabako Landa eremuko Emakumeen Sarea Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**red@mujeresruralesalavesas.org** **www.laia.araba.eus** webgunearen bidez, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Irakurketa klub feminista gaztelaniaz

Irakurketa Klub Feminista topagune, hausnarketa eta eztabaida gunea da, non adin, prestakuntza maila, lanbide eta bizimodu desberdinetako emakumeak biltzen garen esperientziak partekatzeko eta feminismoari buruz hitz egiteko. Eleberriak, saiakerak, iritzi artikuluak, poesiak... irakurtzen ditugu, eta liburuen edukiari buruzko gure iritzia besteen iritziekin osatzen dugu.

Dinamizatzailea	**Natalia Jiménez Guitian**, Irakurketa Klub Feministen dinamizatzailea
Data eta ordutegia	**Hasiera: urriak 6** Hileko lehen asteartea, 18:30-20:30
Tokia	Amurrioko Kultur Etxea
Norentzat	Aiaraldeko emakumeak
Hizkuntza	Gaztelania
Antolatzailea - laguntzailea	Aiaraldeko Kuadrilla Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua** 686 58 78 89 berdintasuna@aiaraldea.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Irakurketa klub feminista euskaraz

Aldez aurretik irakurritako liburu edo artikulu berari buruzko iritziak komentatzea eta trukatzea da kontua, irakurketa pertsonala besteen ekarpenekin aberats dadin. Baina, gainera, klub hauen berezitasuna da koordinatzaileek feminismoarekin lotutako hainbat gairi buruzko prestakuntza emango dutela.

Dinamizatzailea	**Iratxe Retolaza Gutierrez**, literatura kritikari feminista
Data eta ordutegia	**Hasiera: urriak 1** Hileko lehen osteguna, 17:30 – 19:30
Tokia	Laudioko liburutegia
Norentzat	Aiaraldeko emakumeak
Hizkuntza	Euskara
Antolatzailea - laguntzailea	Aiaraldeko Kuadrilla Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua** 686 58 78 89 berdintasuna@aiaraldea.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Aiaraldeko Berdintasunaren Topaketa: «Kirola eta ahalduntze feminista»

2026ko Berdintasun Topaketa kirolaren, emakume kirolarien eta ahalduntze feministaren ingurukoa izango da: haien lana ikusaraztea, generoak kirolean duen eragina aztertzea eta kirolarien arteko aliantzak sortzea.

Amurrion ospatuko da, urriaren 24an, larunbata, eta bi mahai-inguru izango ditu —bata kirol eta genero arloko adituekin, bestea kirolari profesional eta ez profesionalekin—, baita amaierako gune bat ere, hausnarketa eta ondorio partekatuak jasotzeko.

Data eta ordutegia	**Urriak 24** Larunbata, 11:00
Tokia	Amurrio
Norentzat	Herritarrak
Hizkuntza	Elebiduna
Antolatzailea - laguntzailea	Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua** 686 58 78 89 berdintasuna@aiaraldea.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Artziniega

Abesbatza feminista

Abestea gustatzen zaizu? Beste emakume batzuekin topaketa, ikaskuntza eta parte-hartze gune bat izateko gogoa duzu?

Abesbatza Feminista musika eta ahotsa adierazpenerako, ahalduntzerako eta sorkuntza kolektiborako tresna gisa erabiltzen ditugun tokia da. Abesti konprometitu, tradizional eta garaikideen bidez, elkarren laguntzarako, hausnarketarako eta gozamenerako gunea eraikitzen dugu.

Ez da beharrezkoa musika esperientziarik izatea, ezta partiturak irakurtzen jakitea ere. Parte hartzeko, abesteko eta partekatzeko gogoa baino ez!

Dinamizatzailea	**Irune Herrero Villa**. Musikoterapeuta, hezitzailea eta Emakumusik proiektuaren koordinatzailea; ikasketa feministetan eta genero ikasketetan ere prestakuntza du.
Data eta ordutegia	**Urriak 5 eta 26, azaroak 9 eta 23** Astelehena, 17:30 – 19:00
Tokia	Kultur Etxea, Artziniega
Norentzat	Emakumeak
Hizkuntza	Elebiduna
Antolatzailea - laguntzailea	Artziniegako Udala Aiaraldeko Kuadrilla Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua** 686 58 78 89 berdintasuna@aiaraldea.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

QUERER miniseriea

Zer gertatzen da emakume batek, hogeita hamar urteko bikote harremanaren ondoren, isiltasuna haustea erabakitzen duenean? Querer-ek Mirenen istorioan murgiltzen gaitu: bere senarra etengabeko bortxaketagatik salatzen duen emakumea, familia oso baten ziurtasunak zalantzan jarriz. Serie bizi eta hunkigarria, adostasunari, indarkeria matxistei eta bikote harremanak zeharkatzen dituzten dinamika konplexuei buruz hausnartzera gonbidatzen duena. Atal bakoitzaren ondoren, elkarrizketa eta eztabaida gune gidatua irekiko dugu.

Dinamizatzailea	**WAYRA EMAKUMEEN ELKARTEA.** jatorri desberdinetako emakumeek Jsatutako elkartea; berdintasunaren, arrazakeriaren eta xenofobiaren arloko sentsibilizazio tailerrak egiten ditu, genero aurreiritzi eta estereotipoen aurka borrokatzen da eta ingurumenaren defentsan dihardu.
Data eta ordutegia	**Azaroak 20, 22 eta 27** 17:30-19:30
Tokia	Artziniegako Udaletxe Zaharra
Norentzat	10-18 urte bitarteko neska gazteak
Hizkuntza	Euskara
Antolatzailea - laguntzailea	Artziniegako Udala Aiaraldeko Kuadrilla Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua** 686 58 78 89 berdintasuna@aiaraldea.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Abesbatza feminista

Abestea gustatzen zaizu? Beste emakume batzuekin topaketa-, ikaskuntza- eta parte-hartze gune bat partekatzeko gogoa duzu?

Abesbatza Feminista musika eta ahotsa adierazpenerako, ahalduntzerako eta sorkuntza kolektiborako tresna gisa erabiltzen ditugun tokia da. Abesti konprometitu, tradizional eta garaikideen bidez, elkarren laguntzarako, hausnarketarako eta gozamenerako gunea eraikitzen dugu.

Ez da beharrezkoa musika-esperientziarik izatea, ezta partiturak irakurtzen jakitea ere. Parte hartzeko, abesteko eta partekatzeko gogoa baino ez!

Dinamizatzailea	**Irune Herrero Villa**. Musikoterapeuta, hezitzailea eta Emakumusik proiektuaren koordinatzailea; ikasketa feministetan eta genero ikasketetan ere prestakuntza du.
Data eta ordutegia	**Irailak 28, urriak 19, azaroak 2 eta 16** Astelehena, 17:30 – 19:00
Tokia	Okondoko eskola
Norentzat	Emakumeak
Hizkuntza	Elebiduna
Antolatzailea - laguntzailea	Okondoko Udala Aiaraldeko Kuadrilla Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua** 686 58 78 89 berdintasuna@aiaraldea.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Okondo

Sorginkeriak: sarea eta sorkuntza

Urrian eta azaroan zehar, historian zehar jazarriak, isilaraziak edo zigortuak izan diren emakumeak gogoratzeko, sorginei buruzko kondaira eta kontakizunetan oinarritutako tailer sortzailea garatuko dugu. Zehazki, Okondoko Marina de Otaolaren istoriotik abiatuta, sorginen memoria berrirakurriko dugu ikuspegi feminista batetik. Emakumeen jakintzak, sareak eta sorkuntza uztartuz, eguzkiloreak, kutunak eta beste babes sinbolo batzuk sortuko ditugu.

Dinamizatzailea	**Kristina Izagirre Gilsanz**, sortzailea, artisaua eta KUKULU ATELIERen sortzailekidea
Data eta ordutegia	**Urriak 5 eta 26, azaroak 9 eta 23** Astelehena, 17:00 – 18:30
Tokia	Okondoko eskola
Norentzat	Emakumeak
Hizkuntza	Elebiduna
Antolatzailea - laguntzailea	Okondoko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua** 686 58 78 89 berdintasuna@aiaraldea.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Aiara

Haiek ere historia egin zuten

Hitzaldi ziklo honek historiara hurbiltzea proposatzen du, kontakizun tradizionalek maiz isilarazi edo behar bezala baloratu ez dituzten emakumeen protagonismoa berreskuratuko duen begirada batetik. Zikloa Kexaako Monumentu Multzoan egingo da.

Lehen hitzaldia: «**Matronazgoa eta arte sustapena Aiarako emakumeengan**»: haien papera kultur mezenasgoan eta beren garaiko ondarearen eraketan.

Bigarren hitzaldia: «**Damen bakea**»: Erdi Aroko emakumeak bitartekari, negoziatzaile eta bake eragile gisa.

Dinamizatzailea	**Isabel Mellen Rodriguez**. Historialaria eta filosofoa, Arabako arte erromanikoan eta Erdi Aroko emakumeek kulturaren eta arte ondarearen esparruetan izandako paperean espezializatua.
Data eta ordutegia	**Irailak 30 (asteazkena) eta urriak 8 (osteguna)** 17:30-19:30
Tokia	Kexaako monumentu multzoa
Norentzat	Herritarrak
Hizkuntza	Gaztelania
Antolatzailea - laguntzailea	Aiarako Udala Aiaraldeko Kuadrilla Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua** 686 58 78 89 berdintasuna@aiaraldea.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Aiara

Zinema feminista ibiltaria

Zinema feminista eta kulturartekoa, Aiarako herri eta administrazio batzarretan barrena. Saio bakoitzak ikuspegi feministako film baten emanaldia eta eztabaida eta hausnarketa kolektiborako foro dinamizatu bat hartzen ditu.

Dinamizatzailea	**Wayra Emakumeen Elkartea**: jatorri desberdinetako emakumeen elkartea, berdintasunaren alde, arrazakeriaren aurka eta genero estereotipoen aurka lan egiten duena
Data eta ordutegia	**Bi igandez behin. Lehen saioa: Irailak 20** 17:30-19:30
Tokia	Saio bakoitza Aiarako kontzeju edo administrazio batzar desberdin batean. Lehen saioa Lantenoko eskoletan
Norentzat	Herritarrak
Hizkuntza	Gaztelania
Antolatzailea - laguntzailea	Aiarako Udala Aiaraldeko Kuadrilla Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**Aiaraldeko Kuadrillako Berdintasun Zerbitzua** 686 58 78 89 berdintasuna@aiaraldea.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Orozko

Elektrizitate Praktikoko Ikastaroa, Emakumeen eta Disidentzien Ahalduntzerako

Proiektu hau ezagutza teknikoak eskuragarria izan behar duelako uste sendotik jaio da. Elektrizitateak ez luke beldurrik sortu behar, autonomia baizik.

Erremintak erabiltzen irakastea, zirkuituak ulertzea edo instalazio bat konpontzea ez da soilik trebetasun praktiko bat: ingurunearekiko, norberaren gorputzarekiko eta gaitasunaren ideiarekiko harremana eraldatzeko modu bat da. Gune horiek sortzea gizarte bidezkoago baten aldeko apustua da, non ezagutza ez dagoen generoak baldintzatuta.

Dinamizatzailea	**Arrate López Valencia**, elektrizitatean eta Sistema Automatizatuetan prestakuntza teknikoa duena **Isabel Álvarez Sirvent**, elektrikaria eta argitaletxe anarkista baten sortzailekidea; han deskubritu zuen elektrizitatearekiko zaletasuna
Data eta ordutegia	**Otsailak 6, 13 eta 20, 2027** 10:00-14:30
Tokia	Kultura Etxea, Orozko
Norentzat	18 urtetik gorako emakumeak
Hizkuntza	Gaztelania
Antolatzailea - laguntzailea	Orozkoko Udala
Informazioa eta izen-ematea	**Orozkoko Berdintasun Zerbitzua** 647.834.020 berdintasun.orozko@bizkaia.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Orozko

Arnasaldi bat. Irakurketa klub feminista

Eskakizunez, alarmaz eta presaz betetako mundu batean bizi gara. Trenak eta autobusak galtzeagatik zigortzen dugu geure burua, benetan garrantzitsua den bakarra pasatzen uzten dugun bitartean: bizitza. Denera iristen ez garela dirudienean, orduantxe gelditu behar dugu, eta arnasaldi hori baimendu geure buruari.

Hau emakumeok gelditzen garen tokia da; non irakurtzen dugun, hausnartzen dugun, artistez eta beste emakume batzuez hitz egiten dugun eta istorioak partekatzen ditugun. Elkar zaintzea beste ezer eskatzen ez diogun tokia geure buruari, berez sortzen den zerbait baita.

Dinamizatzailea	**Natalia Álvarez Barranco**, idazlea eta psikologoa
Data eta ordutegia	**Ikastaroaren hasiera: urriak 26.** **Hilean behin, urritik ekainera** Astelehena, 18:00 – 20:00
Tokia	Udal liburutegia, Orozko
Norentzat	16 urtetik gorako emakumeak
Hizkuntza	Elebiduna
Antolatzailea - laguntzailea	Orozkoko Udala
Informazioa eta izen-ematea	**Orozkoko Berdintasun Zerbitzua** 647.834.020 berdintasun.orozko@bizkaia.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Feminissimas bakarrizketa

Feminismoa ulertzeko era oso desberdin dituzten hiru lagun. Antzezlanak oinarri ideologiko erabat kontrajarria duten feminismoak aztertzen ditu: feminismo erradikala, feminismo liberala eta queer teoria. Hamabost urteren ondoren berriro elkartzen diren haurtzaroko lagun hauen eskutik, konfrontazio eszenatoki batera eramango gaituzte ezinbestean, mezu aberasgarri batekin.

Dinamizatzailea	**DeSteXeito**
Data eta ordutegia	**Azaroak 26** Osteguna, 18:00-20:00
Tokia	Alondegia. Urduña
Norentzat	Publiko heldua
Hizkuntza	Gaztelania
Antolatzailea - laguntzailea	Urduñako Udala
Informazioa eta izen-ematea	**Urduñako Berdintasun Zerbitzua** 945 38 30 03 berdintasuna@urduna.com Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

BELDUR BARIK #JARRERA 2026

Beldur Barik Aiaraldea. Sari-banaketa

Beldur Barik Aiaraldea ikus-entzunezko lehiaketan Okondoko, Aiarako, Amurrioko, Laudioko, Artziniegako, Orozkoko eta Urduñako gazteek parte hartzen dute. Helburua Beldur Barik Jarrera sustatzea da, gazteek indarkeria matxistaren aurrean duten hausnarketa, sormena eta konpromisoa bultzatuz, ikus-entzunezko piezen sorkuntzaren bidez.

Sari-banaketan lan irabazleak ikusi ahal izango ditugu eta, ondoren, Pantxike Lamourren eskutik, umorea eta aldarrikapena uztartzen dituen saio paregabe batez gozatuko dugu, eta barre algaraka arituko gara.

Dinamizatzailea	**Pantxike Lamour.** Ainhoa Juaniz Ezpeleta aktore, clown eta zirku artista da, Zirika Zirkus konpainia nafarraren sortzaileetako bat eta Pantxika Lamur komiko ikonikoaren sortzailea
Data eta ordutegia	**Abenduak 11**
Tokia	Alondegia, Urduña
Norentzat	Herritarrak
Hizkuntza	Euskara
Antolatzailea - laguntzailea	Urduñako Udala Arabako Foru Aldundia Emakunde - Emakumearen Euskal Erakundea
Informazioa eta izen-ematea	**Urduñako Berdintasun Zerbitzua** 945 38 30 03 berdintasuna@urduna.com Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Amatasunak laguntzen - Hitzaldia

Amatasuna bizipen konplexua da egungo gizartean. Amatasunak sortzen dizkigun kontraesanei buruz hausnartuko dugu ikuspegi feminista batetik, eta hausnarketa gune bat sortuko dugu amatasun kontziente eta askeak eraikitzeko. Amatasunaren Instituzioaren eraispenetik abiatuko gara benetako esperientzietarantz, hausnarketa dinamiken eta eraldaketa kolektiborako sare sorkuntzaren bidez.

Dinamizatzailea	**Nahia Alkorta Elezgarai**, Sabeletik Mundura-ren sortzailea eta amatasun feministetan aditua.
Data eta ordutegia	**Urriak 29, 2026** Osteguna, 18:00-20:00
Tokia	Lezeaga Aretoa. Laudio
Norentzat	Emakumeak
Hizkuntza	Elebiduna
Antolatzailea - laguntzailea	Laudioko Udala
Informazioa eta izen-ematea	**Laudioko Berdintasun Zerbitzua** Aurrez aurre: Lezeaga Aretoa (Lamuza 17, behea) Astelehenetik ostiralera, 17:00 – 20:30 688 78 57 79 laialaudio@laudio.eus Ludoteka zerbitzua (eskatu behar da) Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Laudio

Iruzurtiaren sindromea pairatzen duzu? Berreskuratu zeure buruarenganako konfiantza eta indartu autoestimua. Tailerra

«Ez naiz nahikoa ona»; «ez dut jakingo egiten»; «iruzur bat naizela konturatuko dira»...

Emakume askoren —gehienen ez bada— barne ahotsak behin baino gehiagotan errepikatu dizkigu mezu horietakoren batzuk, gure helburuen lorpena mugatuz eta gure autokontzeptua eta autoestimua ahulduz. Fenomeno horri Iruzurtiaren Sindromea deitzen zaio; kausa soziokulturalak ditu, eta haren aurka borroka daiteke.

Dinamizatzailea	. Enpresa Ikasketetan lizentziaduna, gizarte hezitzailea eta antropologo sozial eta kulturala
Data eta ordutegia	**Otsailak 23, 2027** Asteartea, 17:00 – 20:00
Tokia	Lezeaga Aretoa. Laudio
Norentzat	18 urtetik gorako emakumeak
Hizkuntza	Gaztelania
Antolatzailea - laguntzailea	Laudioko Udala
Informazioa eta izen-ematea	**Laudioko Berdintasun Zerbitzua** Aurrez aurre: Lezeaga Aretoa (Lamuza 17, behea) Astelehenetik ostiralera, 17:00 – 20:30 688 78 57 79 laialaudio@laudio.eus Ludoteka-zerbitzua (eskatu behar da) Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Amurrio

No sólo duelen los golpes

Autofikzio ukituak dituen bakarrizketa da, pertsonaletik harago doana: indarkeria matxistaren beste istorio askorekin konektatzen du, eta desberdintasuna elikatzen duten eta beste pertsona batzuen gainean indarkeria —maila guztietan— egitea ahalbidetzen duten estereotipoak zalantzan jartzen ditu.

Dinamizatzailea	**Pamela Palenciano**, artibista (aktore eta aktibista) feminista
Data eta ordutegia	**Azaroak 21, 2026** Larunbata, 20:00
Tokia	Amurrioko Antzokia
Norentzat	Herritarrak
Hizkuntza	Gaztelania
Antolatzailea - laguntzailea	Amurrioko Udala
Informazioa eta izen-ematea	**Amurrioko Berdintasun Zerbitzua** 666 16 72 20 berdintasuna@amurrio.org Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Amurrio

RED DE MUJERES*
AMURRIO

Amurrioko Emakumeon* Sarea

Emakumeontzako* gizarte eta politika partaidetzarako gunea gara; bertan, sareak ehuntzen ditugu gure artean eta, gainera, gure kezkei erantzun nahi diegu, gure intereseko jarduerak proposatuz eta pentsamendu kritiko feminista sortzeko aukera emango digutenak. Aldi berean, Amurrio berdinzaleago baterako proposamenak egiten ditugu, zaintzekin eta indarkeria matxistaren prebentzioarekin, sentsibilizazioarekin eta salaketarekin lotuta, ikuspegi feminista batetik.

Parte hartzera animatzen zaituztegu!

Data eta ordutegia	**Hileko lehen astelehenean biltzen gara** 19:00etan
Tokia	Villa Fe, Amurrio
Norentzat	Emakumeak* * ikurrarekin «emakume» subjektuaren kontzepzio zabalago bati egiten diogu erreferentzia, hainbat identitate barne hartuz
Hizkuntza	Elebiduna
Antolatzailea - laguntzailea	Amurrioko Emakumeon* Sarea
Informazioa eta izen-ematea	**Amurrioko Berdintasun Zerbitzua** 666 16 72 20 amurrioemakumeonsarea@gmail.com @amurriokoemakumeonsarea

Hausnarketa tailerra landa eremuan: «Sobre la tierra, bajo la sombra»

Arabako Argazkilaritza Elkartea Sociedad Fotográfica Alavesa

Tailer bizi eta parte-hartzailea, gaur egun landa eremuan emakume izateak zer esan nahi duen partekatzeko eta hausnartzeko, landa eremuko emakumeen ahotsak, esperientziak eta errealitateak erdigunean jarriz. Proiekturako sortutako testuak irakurriko ditugu, herrietako bizitzaren erronkez eta indarguneez hitz egingo dugu eta estereotipoak desmuntatuko ditugu; gainera, literatura eta argazkilaritza uztartzen dituzten emakume artisten irudi eta mikrokontakizunez gozatuko dugu, begirada pentsatzeko, sentitzeko eta eraldatzeko.

Dinamizatzailea	**Ana García Hermoso**. Arabako Argazkilaritza Elkartea.
Data eta ordutegia	**Irailak 11 eta 18** Ostirala, 17:00 – 19:00
Tokia	Menagaraiko Eskoletan.
Norentzat	Emakumeak
Hizkuntza	Gaztelania
Antolatzailea - laguntzailea	Arabako Argazkilaritza Elkartea, Arabako Foru Aldundia Aiarako Udala, Menagaraiko Emakume Taldea, LFIE, consonni, LISIPE
Informazioa eta izen-ematea	945 24 39 22 sociedadfotografica@gmail.com Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Gorputza eta plazera. Sexualitate somatiko, feminista eta ez normatiboaren sarrera ikastaroa

Sexualitate somatiko, feminista eta ez normatibo baterako hastapen ikastaroa, ahalduntze prozesu pertsonalak eta kolektiboak abian jartzen dituena, genero sistemak gorputz eta sexu bizipena nola baldintzatzen duen identifikatuz eta sexualitate kontzienteago, askeago eta arduratsuago baterako tresnak eskainiz. Ikuspegi feminista, intersekzional eta somatiko batetik, erregulazio somatikoa, generoa eta desira, adostasuna eta plazera arakatuko ditugu, ikasitako sexualitate normatiboa eraitsiz eta eredu berriak sortuz.

Dinamizatzailea	**Nora Ziarsolo e Itziar Amestoy**. Unbela Elkartea. Arabako Foru Aldundia
Data eta ordutegia	**Azaroak 2, 9, 16 eta 23** Astelehenak, 18:30 – 20:30
Tokia	Lezeaga Aretoa, Laudio
Norentzat	Sexualitatea araudi heteropatriarkaletik harago arakatu nahi duen edonor. Ez da aurretiko esperientziarik behar
Hizkuntza	Gaztelania
Antolatzailea - laguntzailea	Unbela Elkartea Laudioko Udala Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	Unbela: 613 096 696 info@unbela.eus Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Elkar elikatzen agroekofeminismotik

Bor-Bor elkarteak «Elkar elikatzen agroekofeminismotik» zikloa antolatu du (4 saio). Mahaiaren bueltan, lurra, elikadura burujabetza, ekofeminismoa... eta beste hainbat gai jorratuko dira. Amaieran, parte-hartzaileek ahalduntze saioetan prestatutako elikagaiak dastatuko dituzte. Ezinbestekoa da ziklo osoan izena ematea; ezin izango da saio solteetan apuntatu. Izen-ematea: labur.eus/borborTLF

Data eta ordutegia	**Urriak 15 eta 29, eta azaroak 12 eta 26** Ostegunak, ordua zehazteko
Tokia	Aiaraldea Ekintzen Faktoria (Laudio)
Norentzat	Emakumeak (adin guztiak)
Hizkuntza	Euskara (itzulpen-zerbitzua eskainiko da)
Antolatzailea - laguntzailea	Bor-bor Elkartea eta Elikadura Faktoria Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	688 625 900 borborelkartea@gmail.com @borbor_elkartea labur.eus/borbor Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Mintzodromoak: «Feminismoa Aiaraldean bor-bor»

Nolakoa izan da feminismoaren bilakaera Aiaraldean? Zein izan behar dira erronkak datozen urteei begira? Mintzodromo erako ekimen honetan, azken hamarkadako gertaerak aztertuko ditugu («Aiaraldeko Mugimendu Feministaren Historia» erakusketa eta «Aiaraldeko genealogia feministak» proiektua gogoratuz). Saio parte-hartzaile honek toki bakoitzaren bilakaera eta beharrak jaso nahi ditu, etorkizuna orainetik elkarrekin marrazteko.

Data eta ordutegia	**Urriak 1 ·** Artziniega · 18:00etan, Kultura Etxean **Urriak 8 ·** Okondo · 18:00etan, Kultura Etxean **Urriak 22 ·** Amurrio · 19:00etan, Villa Fe eraikinean **Azaroak 6 ·** Luiaondo · 19:00etan, gizarte etxean **Azaroak 22 ·** Laudio (jardunaldi formatuan)
Tokia	Hainbat herri (ikus datak)
Norentzat	Emakumeak
Hizkuntza	Euskara Itzulpen zerbitzuarekin
Antolatzailea - laguntzailea	Bor-bor Elkartea Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	688 625 900 borborelkartea@gmail.com @borbor_elkartea labur.eus/borbor Hemen ere: laia.araba.eus, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Desberdintasunak garbitzen

medicusmundi

Proiektuak zaintza lanen balorazio soziala bultzatzen jarraitzeko beharrari erantzuten dio —historikoki eta gaur egun, batez ere emakumeek egiten dituzte lan horiek—, baita zeregin horiek egin eta belaunaldiz belaunaldi transmititu dituztenen —emakumeen— autoaitortza eta autobalorazioa sustatzeko beharrari ere. Horretarako, Arabako bi herritako kolektibo eta talde feministetan antolatutako emakumeekin lan egitea proposatzen du. Prozesuan zehar, zaintzekin lotutako genero rolak «natural» gisa onartzea zalantzan jarri nahiko dugu. Ikuspegi feminista batetik, belaunaldien arteko guneak sortuko dira, esperientzia pertsonaletik rol nagusi horiek eta denboran izan duten bilakaera aztertzeko, eta, modu partekatuan, produktu erakargarriak sortzeko, gai horien inguruan egindako hausnarketak herritarren artean zabaltze aldera.

Data eta ordutegia	**Zehazteke**
Tokia	Amurrio
Norentzat	Emakumeak
Hizkuntza	Elebiduna
Antolatzailea - laguntzailea	Medicus Mundi Araba Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	alava@medicusmundi.es **www.laia.araba.eus** webgunearen bidez, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Emakumeak deskubritzen: Zaindune Komikia

Cruz Roja
Gurutze Gorria

Proiektuak pobreziaren feminizazioaren kausak aztertzen jarraitzea planteatzen du, ikuspegi feminista eta intersekzional batetik, Gurutze Gorriak Aiaraldeko kuadrillan (Amurrio eta Laudio) artatutako emakumeen bizipenen bidez. Iazko emaitza hain positiboa izan ondoren, aurten pasa den edizioko kontakizun saio guztietan etengabe eta zeharka aipatu zen kausetako batean sakonduko dugu: ordaindu gabeko zaintzengatiko gainkargan, oso garrantzitsua baita pobreziaren eta gizarte bazterketaren aurrean emakumeen eta gizonen artean dagoen desberdintasun egoera azaltzeko. Adituen jakintzak partekatzen jarraituko dugu, parte hartzen duten emakumeen bizi istorioekin batera, fenomeno konplexu honen ezagutza handituz; eta, eleberri grafikoaren bidez, kontzeptu horiek herritarrengana hurbilduko ditugu.

Data eta ordutegia	**Zehazteke**
Tokia	Amurrio eta Laudio
Norentzat	Herritarrak
Hizkuntza	Elebiduna
Antolatzailea - laguntzailea	Arabako Gurutze Gorria Arabako Foru Aldundia
Informazioa eta izen-ematea	**www.laia.araba.eus** webgunearen bidez, hileko buletina, sare sozialak eta kartelak

Emakumeen memoriak ere Araba eraikitzen du

2024tik, LAIA Arabak topaketa prozesu kolektibo bat bultzatzen du Arabako Kuadrilla guztietan, lurraldeko emakumeen memoria historikoa berreskuratu, partekatu eta balioesteko.

Gune horiek galdera hauek egitera gonbidatzen gaituzte: **zer istorio kontatu dira gure iraganari buruz, eta zein geratu dira kontakizun historikotik kanpo? Emakumeen memoria ikusaraztea zeregin kolektiboa da**.

Datozen hilabeteetan topaketa berriak ospatzen jarraituko dugu. **Parte hartzera eta hurrengo deialdiei adi egotera gonbidatzen zaitugu; LAIA Arabaren kanalen bidez argitaratuz joango gara**. Izan ere, partekatutako oroitzapen bakoitzak historia osoagoa, anitzagoa eta bidezkoagoa eraikitzen laguntzen baitigu.

Laia

araba álava
foru aldundia diputación foral

OHARRAK