



nº **16**.Zenb.

mayo
2012
maiatza

GIZATIA

*Erromo-Areetako Emakumeen
Elkarte Sozio-kulturala*

*Asociación Sociocultural de
Mujeres de Romo-Las Arenas*

Siempre que llueve, ESCAMPA



Euriaren ostean, ATERI

Sumario

Laburpena

Editorial / Editoriala.....	3
Opinión / Iritzia.....	4-5
Igualdad / Berdintasuna.....	6-7
Espacios abiertos / Espazio irekiak.....	8
Una mujer / Emakume bat.....	9
Formación continua / Etengabeko prestakuntza.....	10-11
Salud / Osasuna.....	12-13
Edificios singulares / Etxe bereziak.....	14-15
Nuestras sugerencias / Gure gomendioak.....	16
Excursiones / Txangoak.....	17
Encuentros / Topaketak.....	18-19



AGRADECIMIENTOS / ESKERRONAK

Al fotógrafo Javier Gómez, por brindarnos tantos atardeceres...

A Nagore Badiola, por recordarnos tanto el *Poder de lo Femenino* como que la Felicidad está, en gran medida, en nuestras manos.

A Begoña Fernández y Rosa Lapuente, compañeras de *Gizatiar*, por compartir experiencias y reflexiones.

A la archivera María Anchía, siempre amable, por localizarnos hermosas imágenes del Palacio *Bake Eder*.

A las pintoras Charo Gómez y María Jesús Martínez, por cedernos generosamente las obras que ilustran la *Contraportada* y *Portada* de esta revista.

A Irene Pascual y a Asier Fernández Paulo por estar *ahí* cuando se les ha necesitado.

Edita / Argitaratzailea: **Gizatiar**

Coordina / Koordinatzailea: **Carmen Plano** /

Equipo de redacción / Erredakzio taldea: **Aurora Céspedes, Charo Gómez; Conchita Orduna; Inmaculada Martínez; María Jesús Martínez** /

Diseño / Diseinua: **Gizatiar** /

Maquetación / Maketazioa: **Imprenta Arenas** /

Euskera: **Servicio de Traducción del Ayuntamiento de Getxo** /

Fotografías / Argazkigintzak: **Colección particular de Javier Gómez; Archivo de BiscayTIK; Archivo fotográfico de las Bibliotecas del Aula de Cultura de Getxo; Ilustración de la Sección *Una Mujer*, seleccionada de Internet; Archivo de *Gizatiar*** /

Imprime / Inprimatzailea: **Imprenta Arenas** /

EDITORIAL

Ya estamos aquí otra vez...

Este año queremos que nuestra revista nos ayude en estos momentos difíciles. Por ello, hemos preparado unos artículos sobre Mujeres que, en la adversidad, han logrado hacer cosas importantes; otros, sobre aspectos psicológicos que pueden aliviar ciertas situaciones devenidas de la crisis... en definitiva, contenidos que consideramos pueden ayudarnos a abordar, de una u otra forma, ciertos efectos de la misma.

En ocasiones, las Mujeres olvidamos lo muchísimo que valemos. Con frecuencia, no nos acordamos de lo que podemos aguantar, ni de lo que somos capaces de lograr. Somos fuertes, cuando parece que ya no hay más fuerza. También sabemos que un beso y un abrazo pueden ayudar a curar un corazón roto. Estamos llenas de recursos poderosos a los que a veces no prestamos atención, como el conocimiento intuitivo, la capacidad de observación compasiva de la vida de los demás, el reconocimiento sabio de lo frágil, la justa apreciación de lo que de verdad tiene valor... etc.

Florence Nightingale dijo que lo importante no es lo que nos hace el destino, sino lo que nosotros hacemos de él. Efectivamente, el arte de torear las circunstancias, de aprovechar la fuerza de su embestida y reconducirla, puede ser una clave para que las Oportunidades en época de crisis rindan frutos.

¿Qué hacemos nosotras para cambiar y mejorar las cosas?

Que todas adoptemos Actitudes Positivas frente a las dificultades y que seamos conscientes de nuestros actos y de sus consecuencias, porque tenemos la posibilidad de contribuir a que el mundo sea un poco mejor.

Vamos a demostrar una vez más nuestra Potencialidad!

EDITORIALA

Berriro ere hemen gaituzue...

Aurtengo urteari begira, egungo une latz hauetan gure al-dizkari hau lagungarri gertatzea gustatuko litzazaguke. Horretarako, zoritxarri aurre egin eta gauza garrantzitsuak egiteko gai izan diren Emakumeei buruzko artikulua batzuk prestatu ditugu; horiez gain, beste artikulua batzuetan, krisiak eragindako zenbait egoera arindu dezaketean alderdi psikologikoak. Eduki horiek guztiek, funtsean, krisiaren ondore jakin batzuk aztertzen eta horiei modu batera edo bestera aurre egiten lagun diezaguketela begitantzen zaigu.

Batzuetan, Emakumeok ohartu ere ez gara egiten gure balio handiaz, gutxietsi egiten baitugu. Sarri askotan, ahaztu egiten zaigu neke guztiak txintik ere atera gabe pairatzeko gai garela eta gauza asko eta asko erdiesteko gauza garela. Sendoak gara, sendoenak, euskarri sendoagorik ez dagoen uneetan. Horrez gain, badakigu, jakin, musu batek eta besarkada batek bihotz urratu bat leunkiro sendatzen lagun dezaketena. Baliabide hagitz sendoez beterik gaude, eta batzuetan konturatu ere ez gara egiten indar horiez. Ez gara konturatzen gauzarik gehienez senez jabetzeko gai garena, eta are, jendearen bizitza urrikalmenduz ikusteko, ahulezia jakitatez aintzatesteko eta benetan baliozkoa dena zuhurkiro bakantzeko gauza ere bagarena.

Florence Nightingale-k esan zuenez, kontua ez da zoriak zer eragiten digun, hartaz zer egiten dugun baizik. Hain zuzen ere, inguruabarrak txuliatzeko artea, inguruabarron oldarra aprobetxatu eta gure bidera ekartzekoa, ohi delako beta izan daiteke krisialdiko aukerek beren fruituak eman ditzaten.

Zer egiten dugu guk gauzak aldarazi eta hobetze aldera?

Honakoa da gure nahia: emakume guztiok jarrera egokiak izan ditzagula arazo ororen aurrean eta une orotan jakin dezagula gure ekintza guztiek ondorio zehatzak dituztela, mundu hau apur bat hobea izaten laguntzeko aukera bikaina daukagu esku artean-eta.

Berriro ere, lagunok, gure ahalmen agortezina erakutsiko dugu!



Neus Albertos, agente de Igualdad, durante la apertura del curso 2010-2011 de "Gizatiar"

Cerebro y Tronío



Durante muchísimos años (cientos), el mundo perteneció a los Hombres; no solo no hubo cabida en él para las Mujeres sino que éstas, además, no *aportaban* a la sociedad. Nada en lo público, poco o nada en el ámbito privado...

Los desafíos para la Mujer, en la actualidad, son realmente *interesantes* y los logros conseguidos demuestran su capacidad para hacer frente a los obstáculos. Su adaptación a diferentes aspectos, su forma de organización, sus valores y demás habilidades que ostenta, empiezan a ser reconocidos y, como dice Marta Romo -autora del libro *La Mujer líder*-, el modelo masculino ha fracasado y el cambio pasa por desarrollar lo que ella define como **talento femenino, capacidad innata tanto de Hombres como de Mujeres**. Y este *talento femenino*, no es otra cosa que un conjunto de cualidades que una Mujer desarrolla más fácilmente que un Hombre (la capacidad de trabajo, la flexibilidad, una intuición superior en la toma de decisiones...). Por otro lado, hace mención a la cualidad más importante que debe tener hoy en día un individuo para mantener el equilibrio en esta sociedad que cambia tan rápidamente: la Inteligencia

Emocional. Y en eso, sin duda, radica gran parte de nuestro valor.

Por tanto, ¿disfrutamos las Mujeres de una cota de Inteligencia Emocional más elevada que la de los Hombres? En 1983, la bióloga Christine de Lacoste-Utamsing (de la Universidad de Columbia) demostró que los haces de fibras nerviosas del cuerpo calloso -que une los dos hemisferios cerebrales- son más voluminosos en las Mujeres que en los Varones. Esto determinaría un intercambio de información más intenso entre ambos lados del cerebro y, por ende, **una mayor capacidad de integración a la hora de resolver los problemas que se presentan en la vida cotidiana**.

En la comparativa, algunas ventajas del cerebro femenino radicarían en que muestra unos altos grados de **flexibilidad para adaptarse a situaciones nuevas, sensibilidad e intuición y de visión integral del mundo**.

Louann Brizendine, neuropsiquiatra estadounidense, resaltó la diferencia de la realidad hormonal de

Hombres y Mujeres y expresó la importancia de las hormonas *como estimuladoras, en mayor o menor medida, de ciertas áreas del cerebro, determinando intereses e inclinaciones. También señaló el hecho de que tengamos circuitos cerebrales de mayor amplitud que los de los Hombres para resolver los mismos problemas, procesar el lenguaje, experimentar y almacenar la misma emoción.*

En palabras de esta experta: *las Mujeres tenemos mejor Inteligencia Emocional que los Hombres. Nuestro hipocampo es ligeramente más grande y es el que registra los datos emocionales. Una segunda diferencia radica en el número de neuronas “espejo” para la empatía: las Mujeres tenemos más y son más activas, de manera que nos permiten ponernos en la piel de la persona con la que nos comunicamos en clara preponderancia respecto a los Hombres. Los psicólogos evolucionistas creen que esto se deriva de que, a lo largo de millones de años, las Mujeres hemos aprendido a*

interpretar las emociones del bebé que no habla: nos vemos obligadas a leer los matices emocionales en la expresión no verbal del recién nacido, porque es un factor esencial para su supervivencia.

Teniendo en cuenta estas breves reseñas, todo apunta a que ahora, en estos momentos difíciles, de crisis, de inseguridad, de vacío, toca *ponerse las pilas*, recordarnos una y otra vez que tenemos las herramientas necesarias para afrontar el devenir, para automotivarnos, establecer redes de relaciones sanas y productivas, asumir que poseemos competencias propias de los procesos de liderazgo y que solo nos resta *tomar aire* y para adelante... sin olvidarnos de nuestro carisma, de las fortalezas que otras Mujeres nos han dejado como herencia y cara a evitar que, nuevamente, los mecanismos machistas nos arrinconen.

Nagore Badiola Mendiola
Psicóloga Clínica

- *Hay ciertas cosas en las cuales una Mujer ve siempre más a fondo que cien ojos de Hombre*
(Gotthold Ephraim Lessing)
- *La intuición de la Mujer es más cabal que la certeza del Hombre*
(Rudyard Kipling)
- *La superioridad natural de la Mujer es un hecho biológico y una realidad socialmente reconocida*
(Ashley Montagu)
- *Como los Hombres pusieron la ley a su parecer, dejaron a la Mujer lo peor*
(Pedro Calderón de la Barca)



En estos momentos de tiempos adversos, en los que las Mujeres sacan toda su Fortaleza pero quizá, respecto a sus compañeros masculinos, encuentran mayores dificultades, hemos entresacado como intenso y animoso recordatorio de nuestras Potencialidades –y Derechos- estas pautas emanadas de la inolvidable primera Conferencia de Pekín (1995), recordadas en un encuentro de Bilbao en noviembre de 2011.

Sirvan las mismas, especialmente, para aquéllas que atraviesan un sendero complicado durante este período

Sin miedo! Adelante! Beldur barik! Aurrera!

PASOS HACIA NUEVOS HORIZONTES

1. PASO FIRME

Los derechos de las Mujeres deben ser universales. Todas las Mujeres del mundo precisan además de una gran sinergia civil e institucional para defender y consolidar los derechos conseguidos, diseñar el camino hacia lo que todavía falta por conseguir, y fortalecer las bases de la sociedad solidaria y democrática.

2. PASO CONTUNDENTE

Avanzar en el empoderamiento de las Mujeres es una estrategia de lucha contra las desigualdades del género. Cada Mujer, de manera individual, consolidará su poder personal con el fin de ejercer su capacidad de influencia y paralelamente se construirá el empoderamiento de género colectivo que permita un nuevo modelo social basado en el respeto y la libertad de las personas.

3. PASO CONSTANTE

Todas las políticas deben ser políticas de Igualdad. Tienen la obligación de erradicar las desigualdades y cerrar las brechas de género, por su vocación de mejora de las condiciones de vida de la ciudadanía y del bien público y la condición de impacto que tienen sobre los Hombres y las Mujeres hacia quienes van dirigidas.

4. PASO INSISTENTE

El cuidado de las personas es un valor ético y una práctica vital para nuestra sociedad. Los Hombres de-

berán comprometerse y avanzar decididamente hacia la responsabilidad en el ámbito doméstico y familiar.

5. PASO SIN DESCANSO

Las Mujeres deben ser protagonistas en los procesos de paz solución de conflictos del mundo. Son portadoras de claves que pueden impedir que la guerra sea una opción, la violencia una estrategia o matar una alternativa. Si ellas construyen las paces cada día, ellas deben participar en los procesos de reconciliación que garanticen una paz duradera.

6. PASO CONTINUO

La Igualdad de género se configura como un elemento que puede transformar el contexto de las relaciones entre las personas. Es en sí mismo un motor de progreso económico, político, social y cultural. Es además una clave que define una gobernanza democrática y participativa, como lugar de encuentro entre diferentes en Igualdad de derechos.

7. PASO RADICAL

El avance en los derechos de las Mujeres y en la Igualdad real de Mujeres y Hombres, ha venido históricamente de la mano del Feminismo, que se abre paso hacia el futuro como paradigma alternativo a un sistema dominante y dañino que atenta contra la dignidad de las personas.

8. PASO LIGERO

La Igualdad de Mujeres y Hombres debe ser una prioridad en las agendas de los agentes sociales, sindicales, económicos, políticos y culturales. Esa prioridad debe manifestarse en el impulso de las estructuras institucionales y de los movimientos sociales que trabajan para hacer real la Igualdad, y en concreto en dotarles de los recursos humanos y materiales necesarios para conseguir acabar con las desigualdades estructurales de un sistema hegemónico de dominación-sumisión.

9. PASO INNOVADOR

La ciencia, la tecnología, la educación, y la política deben ponerse al servicio de las necesidades de Mujeres y Hombres, atendiendo a las situaciones diferenciales en las que se encuentran. Son alianzas poderosas si están en manos del respeto, la relación

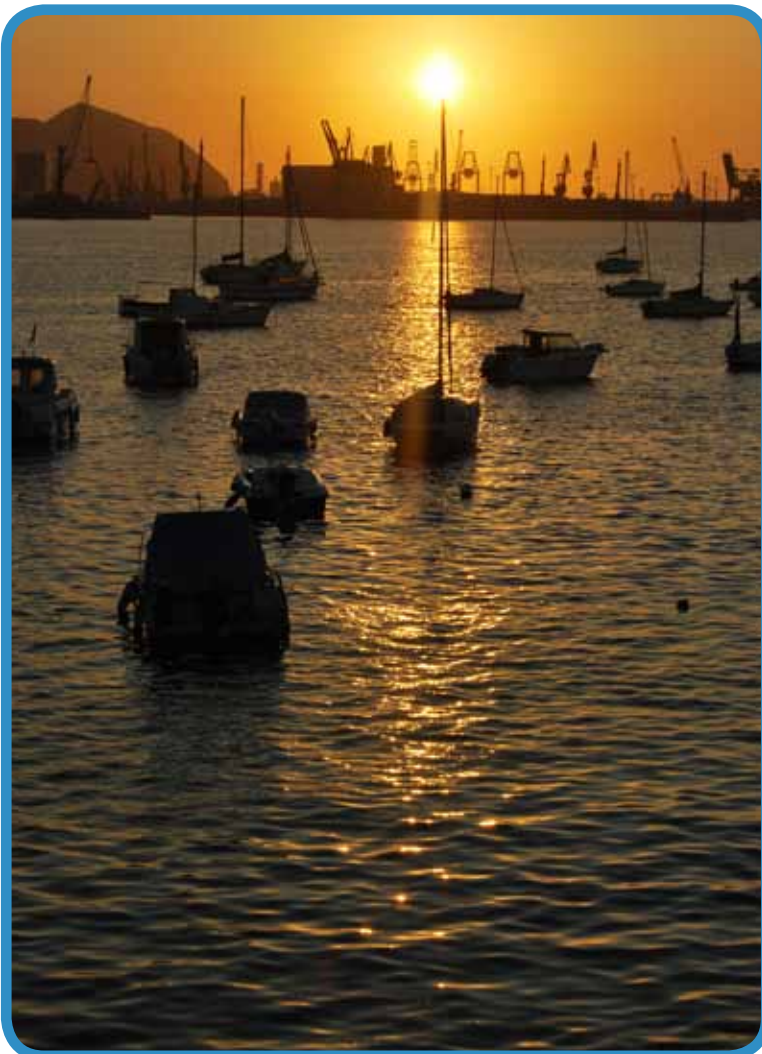
entre iguales, la diversidad y pluralidad, la distribución de los trabajos, el cuidado del planeta, la seguridad humana, la paz y la no violencia.

10. PASO REVOLUCIONARIO

Nos dirigimos al diseño de estrategias que nos permitan despatriarcalizar la sociedad. Necesitamos unir todas las fuerzas para conseguir las voluntades que permitan la transformación profunda del sistema de dominio que perpetúa la discriminación y la subordinación de las Mujeres en todos los ámbitos de la vida.

***POR LA IGUALDAD REAL DE
Mujeres y Hombres***

Bilbao 04/11/2011



"Ahora, la Mujer se está levantando.

Y cuando las Mujeres de una nación se levantan, constituyen las voces más fuertes que pueden oírse.

Y esas voces, no pueden ser silenciadas."

Beijing, China.
Septiembre de 1995

Momentos Compartidos

Uno de los intereses máximos de *Gizatiar* es promover el Encuentro, tanto entre asociadas como con personas interesadas en nuestras actividades. El jueves es el día elegido para este tipo de charlas y eventos. Cuatro Comisiones son las encargadas de organizarlos. Aquí dejamos un pequeño pero representativo testimonio gráfico de los mismos.



Comisión de "Atención a la Socia"
Carnaval, Carnaval...!!



Comisión de "Ayuda Solidaria"
"Consejos y Tendencias para estar siempre radiantes"



Comisión de "Cultura"
Iñaki Moreno disertó sobre "Músicos del Romanticismo y su influencia en el siglo XX"



Comisión de "Salud"
Charla sobre "Enfermedades raras"

Florence Nightingale

La dama del candil

Florence Nightingale fue una célebre enfermera, escritora y estadística británica considerada una de las pioneras de la Enfermería moderna. Una de esas Mujeres, atípicas para su época, que *se creció* ante situaciones adversas.

Primeros años de lucha

Nació en Florencia (Italia) en 1820. Fue la segunda hija de una adinerada familia inglesa. Su padre, librepensador y progresista, se ocupó personalmente de la educación de sus hijas. Florence siempre mostró afición al estudio y desde sus primeros años destacó en Matemáticas.

A los 17 años, inspirada por lo que ella interpretó como *una llamada de Dios*, se propuso dedicarse a la Enfermería. Esta decisión constituía un desafío para las convenciones sociales del momento. A los 30 años, tras muchos sacrificios y la oposición familiar, logró formarse como enfermera en Kaiserswerth (Alemania). A su regreso a Londres, no encontró una aplicación inmediata a sus recién adquiridos estudios y se dedicó a visitar hospitales recabando información sobre la Sanidad pública.

La guerra de Crimea

En 1853 consiguió su primer empleo como directora de un sanatorio para señoras de la alta sociedad. No obstante, su oportunidad llegó en marzo de 1854 al estallar la Guerra de Crimea. Un artículo en el periódico *The Times* criticando las instalaciones médicas británicas y la elevada mortalidad de los soldados ingleses, supuso para Florence la ocasión de dirigir a un grupo de enfermeras en el Hospital británico de Escutari (Estambul). Ninguna Mujer hasta entonces había ocupado un puesto oficial en el Ejército. En poco tiempo, obtuvo resultados; además de supervisar la asistencia a sus pacientes, escribió cartas en nombre de los soldados, organizó un sistema para enviar dinero a sus familiares y proporcionó juegos y cuartos de lectura a sus convalecientes.

La leyenda

Surgió entonces la leyenda de *la dama del candil* pues Florence, acompañada por una lámpara y con un búho



domesticado en el bolsillo, solía realizar interminables rondas nocturnas entre los heridos. Su tesón y sacrificio no dejaron indiferentes a sus conciudadanos, que mostraban un creciente interés por sus iniciativas. Sus conocimientos de Estadística fueron utilizados para mejorar los métodos sanitarios en los hospitales, lo que disminuyó las altas tasas de defunción por tifus, cólera y disentería.

En agosto de 1856, al término de la guerra de Crimea, fue recibida como una heroína nacional. En 1860, esta popularidad facilitó la creación, en el hospital *Saint Thomas*, de la primera escuela laica de Enfermería del mundo. El éxito de la Escuela mejoró notablemente la capacitación de las alumnas

y, consecuentemente, la profesionalización de las enfermeras, quienes comenzaron a establecer sus propios centros de enseñanza, conformando así una red internacional que aplicaba el *sistema Nightingale*. *El candil de Florence* pasó a ser el emblema de la profesión, simbolizando la Esperanza transmitida a los heridos de Crimea y también la Cultura y el Estudio. Por ello, cuando en 1934 se creó la *Fundación Florence Nightingale* con el objeto de perpetuar su legado educativo, su símbolo fue esta lámpara.

El 13 de agosto de 1910 falleció a la edad de 90 años, tras una penosa y larga enfermedad. Sus más de doscientos libros e informes han contribuido decisivamente a la formación de generaciones de enfermeras. El filántropo suizo Henri Dunant se inspiró en su labor para fundar la Cruz Roja y redactar las propuestas humanitarias adoptadas por la Convención de Ginebra.

Reconocimientos

Se convirtió en la primera Mujer miembro de la *Statistical Society* y en recibir, en 1907, la *Orden de Mérito del Reino Unido*. Miembro honoraria de la Asociación Americana de Estadística, la reina Victoria le otorgó la *Royal Red Cross* en 1883.

El *juramento Nightingale*, efectuado por las enfermeras al graduarse, fue creado en su honor en 1893. El Día Internacional de la Enfermería también se celebra en la fecha de su cumpleaños (12 de mayo).

Aprendizaje, Conciencia y Feminismo

Queríamos que nos relataran su experiencia en primera persona: cómo la asistencia a un curso, puede facilitar un cambio de visión del Mundo, de la Vida y de las Oportunidades propias y ajenas. Bego y Rosa, Rosa y Bego, compañeras de *Gizatiar*, nos aportan en este artículo reflexión, conocimiento y cercanía ¡Gracias!

En primer lugar, queremos agradecer a nuestras compañeras del equipo de trabajo de la revista que hayan pensado en nosotras y nos hayan invitado a participar en ella.

Somos Begoña Fernández y Rosa Lapuente, actualmente voluntarias en la Comisión de *Instituciones*.

Hace aproximadamente tres años surgió en *Gizatiar* la oportunidad de participar en un Curso de Formación en *Género e Igualdad de Oportunidades*. Este curso fue impulsado por la Comisión Consultiva de *Emakunde* y financiado a través de la Convocatoria de Subvenciones de *Emakunde* a las Asociaciones de Mujeres.

Para nosotras era de gran interés. Ya nos habíamos iniciado en el tema y nos atraía de manera especial. Lo hablamos en la Comisión y no fue muy difícil convencer a nuestras compañeras de que nosotras éramos las que teníamos que hacerlo!! Y así fue! Aún seguimos agradeciendo esta decisión.

Nos habéis pedido que contemos lo que ha significado para nosotras participar en esta formación, el proyecto que hemos elaborado y el por qué del mismo.

Nos vienen a la cabeza tantas sensaciones... tantas ideas... que necesitaríamos varias revistas para plasmarlas todas. Las dos estamos de acuerdo en lo mucho que ha significado para nosotras. Ha supuesto un gran cambio en nuestras vidas.

Vamos a intentar resumir lo aprendido y lo desaprendido a lo largo de este camino que comenzó un 24 de marzo de 2009 con Neus Albertos Merí como formadora.

Formación

Las Mujeres necesitamos una formación constante con enfoque de Género para reconocer las relaciones de Poder, habitualmente favorables a los Hombres como grupo social dominante, y discriminatorias para las Mujeres.

Como dice Gemma Lianas -en su libro *El Diario Violeta de Carlota-*, es necesario ponernos las *gafas moradas*, es decir, incorporar una mirada que tenga en cuenta las diferencias y desigualdades entre Mujeres y Hombres tan arraigadas en nuestra sociedad.



Rosa Lapuente



Begoña Fernández

El lenguaje

El lenguaje es clave: *lo que no se nombra, no existe*.

Antes, no éramos conscientes de cómo el lenguaje nos discriminaba. En la Escuela aprendimos que el masculino *abarca los dos géneros*. Las Mujeres estábamos ocultas, silenciadas e invisibilizadas. Detectado este sexismo en el lenguaje, se plantean posibilidades variadas, diversas y creativas. Frente a los continuos dobletes (o/a) podemos utilizar genéricos inclusivos (víctimas, personas, gente, vecindario... etc.).

Autoestima y Empoderamiento

Nosotras, las Mujeres, habituadas a vivir en situaciones de desventaja y subordinación, infravaloradas puesto que lo Femenino no tiene valor, no valemos nada pero podemos hacer todo. Con nuestro trabajo no remunerado sostenemos el mundo y la vida, somos *seres para los otros* ¿cómo vamos a tener Autoestima?

Para iniciarnos en el camino de la Autoestima y el Empoderamiento, tenemos que replantearnos la Educación recibida y los valores que representa. Debemos desaprender e ir construyendo otro modelo, salir de la dependencia a la Autonomía, hacernos cargo de nuestras vidas, reconocer la discriminación que padecemos por el simple hecho de ser Mujeres. Para ello necesitamos cambios profundos, tanto social como culturalmente; cambios que tendremos que hacer nosotras pues nunca nos regalaron nada.

La Autoestima, como Amor y Respeto a una misma, como seres libres viviendo en Libertad, es el eje del Empoderamiento. Ambas están indisolublemente unidas y son imprescindibles para conseguir la Igualdad.

Empoderarnos es autorizarnos, habilitarnos, facultarnos, ponernos en Igualdad. Dado este paso, tendremos la capacidad de empoderar a las demás y contagiar. Así comenzaremos a transformar nuestras vidas. Cuando cambiamos las Mujeres, cambia nuestro entorno y también cambia la sociedad.

Como dice Marcela Lagarde: *empoderada, cada Mujer es la primera satisfactora de sus necesidades y defensora de sus intereses, y la principal promotora de su sentido de la vida, de su desarrollo y enriquecimiento vital, de sus libertades y de su placer*.

Se trata de ir siendo las Mujeres que queremos ser.

Sororidad o Soridad

La palabra sororidad o soridad (de *soror*, hermana, e *-idad*, relativo a.) es la hermandad, la cercanía, la alianza, la sintonía, la amistad, la complicidad, la solidaridad entre Mujeres. Al percibirnos como iguales podemos aliarnos, cambiar nuestra realidad, debido a que todas, de diversas maneras, hemos experimentado la opresión.

Vivimos en una sociedad patriarcal y androcéntrica donde hemos sido educadas en la rivalidad y la enemistad hacia las Mujeres. Siendo sóricas, podemos modificar estas relaciones, reconociéndonos, ayudándonos a vivir y siendo conscientes de que todas somos distintas, diversas e incluso discrepantes y que tenemos que buscar mecanismos para el diálogo, para trabajar, para encontrarnos y reconocernos en el Feminismo. Para poder vivir la vida en Libertad y construir un mundo diferente y justo. Principalmente la sororidad está basada en una relación de Amistad. En las amigas encontramos a una Mujer de la cual aprendemos y a la que también enseñamos, caminando juntas y en sintonía.

Qué sería de nosotras sin nuestras amigas...

Misoginia y violencia contra las Mujeres

La misoginia se define como odio y aversión hacia lo Femenino, infravaloración y desprecio.

El androcentrismo y el patriarcado se completan con la misoginia; éstos, al interactuar, se potencian mutuamente, permitiendo valorar y apoyar socialmente que los Hombres y lo masculino son superiores, más capaces y más útiles que las Mujeres. De esta forma se legitiman el ejercicio del poder y la violencia contra las Mujeres.

Solo por ser Mujeres, somos discriminadas, marginadas, sometidas, excluidas... y sobre todo, por ser Mujeres, estamos expuestas a la violencia e incapacitadas para hacerla frente. Por todo ello, la misoginia es política.

No proviene únicamente de los Hombres. También la ejercemos las Mujeres cuando nos descalificamos y enjuiciamos como *buenas* o *malas* o cuando a quienes no comprendemos, las definimos como *locas* o *enfermas*.

La violencia contra las Mujeres es un comportamiento que instrumentalizan los Hombres para crear o mantener su dominio y superioridad.

El pasado año (2011), sesenta y siete (67) Mujeres fueron asesinadas por la violencia machista.

Las Mujeres tenemos el derecho humano de vivir una vida libre de violencia.

En esta sociedad, vivimos con *excesiva normalidad* y sin sobresaltos, la violencia cotidiana ejercida sobre las Mujeres, violencia originada por la desigualdad que sigue anclada en la ciudadanía.

La violencia simbólica contra las Mujeres y los estereotipos sexistas que siguen invadiendo las series de televisión y el cine, generan un imaginario colectivo difícil de desmontar sin un arduo trabajo que debe iniciarse en las escuelas.

En el 2004 se aprobó la *Ley Integral contra la Violencia de Género*, donde se contemplaba un desarrollo específico en Educación; ocho años más tarde, apenas se ha iniciado.

Feminismo

El Feminismo es la lucha por el reconocimiento de las Mujeres como sujetos políticos y de derechos. Es y ha sido siempre la lucha por la Igualdad entre los dos sexos. Es radical porque va a la raíz, a lo que origina la opresión de cualquier índole, no sólo de género.

Es una propuesta transformadora, que atañe tanto a unas como a otros: es una cuestión de justicia social.

Podemos afirmar que el Feminismo ha existido siempre, siempre que las Mujeres han denunciado individual o colectivamente la situación de discriminación padecida bajo el patriarcado y han reivindicado una situación diferente, una vida mejor.

En 1789, durante la Revolución Francesa, las Libertades, los Derechos y la Igualdad Jurídica que habían sido las grandes conquistas de la Revolución, no afectaban a las Mujeres. Se referían en exclusiva al Hombre, no al conjunto de los seres humanos. Olympia de Gouges fue guillotinado por sus propios compañeros de lucha por reivindicar para las Mujeres iguales derechos que para los Hombres. En adelante, la voz de las Mujeres empieza a expresarse de manera colectiva y nace un movimiento: el FEMINISMO.

Proyectos llevados a cabo

“Rescatando la Memoria de las Mujeres” (Begoña)

“El papel de las Mujeres en la Publicidad de los siglos XX y XXI” (Rosa)

Yo, Begoña, supe desde el principio sobre qué tema iba a hacer el proyecto. Una de las cosas que más me sorprendió fue descubrir a tantas y tantas Mujeres que, a lo largo de la Historia y en todo tiempo y lugar, han sido excluidas e ignoradas a pesar de su valía, conocimiento y logros obtenidos en diferentes ámbitos: cultural, científico, artístico... El objetivo del proyecto era devolverles el protagonismo que se merecían, rescatar su memoria.

Yo, Rosa, también tuve claro el tema de mi proyecto. Siempre me llamaba la atención cómo presentan los Medios de Comunicación a las Mujeres. Mayoritariamente utilizando su cuerpo como reclamo, reiterando su papel dependiente del Hombre, asignándolas funciones relacionadas con la vida doméstica, cuidado de personas... con referencias al sexo, juventud y belleza. Analicé los estereotipos que crean y cómo han ido evolucionando.

Una vez más, gracias a todas nuestras compañeras de la Asociación, compañeras de Formación y especialmente a Neus, nuestra maestra, por sus enseñanzas, su cercanía, su generosidad y su compromiso con las Mujeres. Eres y serás un referente para nosotras.

Inteligencia Emocional: claves para ser Feliz



No hay esfera alguna de la actividad humana que no se vea influida (para bien o para mal) por las emociones; ni el aprendizaje, ni el rendimiento laboral, ni el rendimiento deportivo, ni la creación artística ni las relaciones humanas.

Es imposible controlar nuestros actos o nuestras emociones contando únicamente con la razón. En una situación de estrés, somos capaces de saber qué hay que hacer y, sin embargo, hacer todo lo contrario. Podemos poseer toda la preparación y la inteligencia del mundo y, pese a todo, equivocarnos.

Bien es cierto que hemos sido educados, Hombres y Mujeres, desde una visión antinatural en la que los Hombres no debían llorar ni sentir miedo y las Mujeres permanecíamos en una histeria (etimológicamente viene del griego *hyster*: útero) perpetua, hecho que nos imposibilitaba acercarnos al ser equilibrado.

Afortunadamente, las cosas van cambiando -aunque despacio- y hoy, desde la educación infantil hasta el mundo empresarial han impregnado sus planes de trabajo con la importancia de formar individuos intelectualmente aptos y emocionalmente equilibrados, combinación que sin lugar a dudas concilia el eterno debate filosófico entre Razón y Emoción como elementos que mutuamente se repelían (o uno o el otro, pero nunca los dos).

Aunque está comprobado que un buen desarrollo intelectual a nivel práctico y de razonamiento nos ayudará a desenvolvernos más fácilmente en nuestra vida, también está claro

que solo con eso no suele ser suficiente y es a partir de este convencimiento el que psicólogos

como Salovey, John Mayer y Daniel Goleman acuñaron el término *Inteligencia Emocional* con el que definían la capacidad de:

Sentir
Entender
Controlar y
Modificar estados anímicos (propios y ajenos)

Unido esto a que además nos encontramos en una situación de inseguridad mundial en la que trabajos, hipotecas, calidad de vida, futuro... *penden de un hilo*, se nos hace verdaderamente necesario adquirir una serie de habilidades que nos ayudarán a adaptarnos a nuevas situaciones y a desarrollar capacidades para resolver problemas y establecer relaciones personales fructíferas.

Por lo tanto **¿es bueno controlar las emociones?**

Si por controlar se entiende la capacidad de adecuar la expresión emocional al contexto (situación y persona/s implicada/s), la respuesta es afirmativa. Si por el contrario, este concepto se interpreta como *reprimir continuamente el sentimiento y/o manifestación de una o varias emociones que 'no nos gustan'*, esto puede conducir a desarreglos de la personalidad que no pueden ser considerados positivos.

Como se puede advertir por la amplitud de estas habilidades, la Inteligencia Emocional es útil en tiempos de bonanza e imprescindible en tiempos difíciles.

Habilidades prácticas a desarrollar

Las habilidades prácticas que se desprenden de la Inteligencia Emocional son **cinco**, y pueden ser clasificadas en **dos** áreas:

INTELIGENCIA INTRAPERSONAL (internas, de autoconocimiento)

INTELIGENCIA INTERPERSONAL (externas, de relación)

Al primer grupo pertenecen **tres** habilidades:

Autoconciencia: comprender nuestras propias emociones, saber en todo momento cómo nos sentimos y por qué. A veces, el desencadenante de una emoción y su causa profunda son distintos. Podemos irritarnos mucho por una tontería pero, en realidad, estar enfadados por otra razón, o incluso con otra persona distinta a aquella a la que dirigimos nuestra ira.

Autocontrol: una vez comprendemos nuestras emociones, es importante que sepamos gestionarlas. Dejarse arrastrar por el miedo, la ira o la tristeza raramente resuelve nada. No se trata de dejar de sentir las, sino de procurar que no condicionen nuestros actos.

Motivación: las cosas que nos suceden nos afectan, pero nuestro estado de ánimo no puede depender únicamente de las circunstancias o el entorno. Si somos capaces de darnos ánimos a nosotras mismas, superaremos grandes obstáculos. Un fracaso se puede interpretar en clave negativa (*soy un desastre*) o positiva (*aprenderé de este error y lo haré mejor al segundo intento*). A igual inteligencia, una persona que adopte esta segunda actitud tendrá más probabilidades de conseguir su objetivo.

Motivación y Emoción tienen la misma raíz latina (*motere*), que significa moverse (acercarse hacia lo agradable o alejarse de lo desagradable). Gran parte de nuestra motivación en distintas áreas de la vida está basada en estímulos emocionales y es de ella de donde sacamos fuerzas para actuar.

Al segundo grupo pertenecen **dos** habilidades:

Empatía: entender qué están sintiendo otras personas, ver cuestiones y situaciones desde su perspectiva. Comprender cómo se sienten los demás es fundamental para tener éxito en cualquier relación, ya sea personal o profesional.

Habilidad interpersonal: si gestionamos bien nuestras emociones y comprendemos las de los demás, el siguiente paso es influir en ellas. Esto es fundamental para negociar, entablar relaciones sólidas, conseguir acuerdos satisfactorios... etc. Significa llevar a un nivel óptimo la relación entre las personas: determina qué tipo de relación mantendremos con nuestros subordinados (liderazgo), con nuestros superiores (adaptabilidad) o con nuestros pares (trabajo en equipo).

Si somos capaces de interiorizar aspectos tales como que el ser humano y su equilibrio no tienen que ver con la anulación de la emoción (llorar, reír, enfadarse, sentir miedo, estar triste), sino con adecuar ese sentir con un bien pensar y un bien hacer, lograremos un desarrollo armónico y equilibrado de nuestra personalidad.

Otro de los aspectos que aún no hemos tocado y que entran dentro de los muchos beneficios de este planteamiento, es el de que favorece a nuestra **buena salud física**, moderando o eliminando patrones y/o hábitos psicósomáticos dañinos o destructivos y previniendo enfermedades producidas por desequilibrios emocionales permanentes (angustia, miedo, ansiedad, ira, irritabilidad... etc.).

Resumiendo: el célebre filósofo **Aristóteles** (siglo IV a. C.), en su obra **Ética a Nicómaco**, nos señala de manera clara y concisa el sentido y la importancia de saber articular nuestras emociones sin negarlas ni reprimirlas:

Cualquiera puede ponerse furioso... eso es fácil. Pero estar furioso con la persona correcta, en la intensidad correcta, en el momento correcto, por el motivo correcto, y de la forma correcta... eso, sin duda, no es tan fácil.

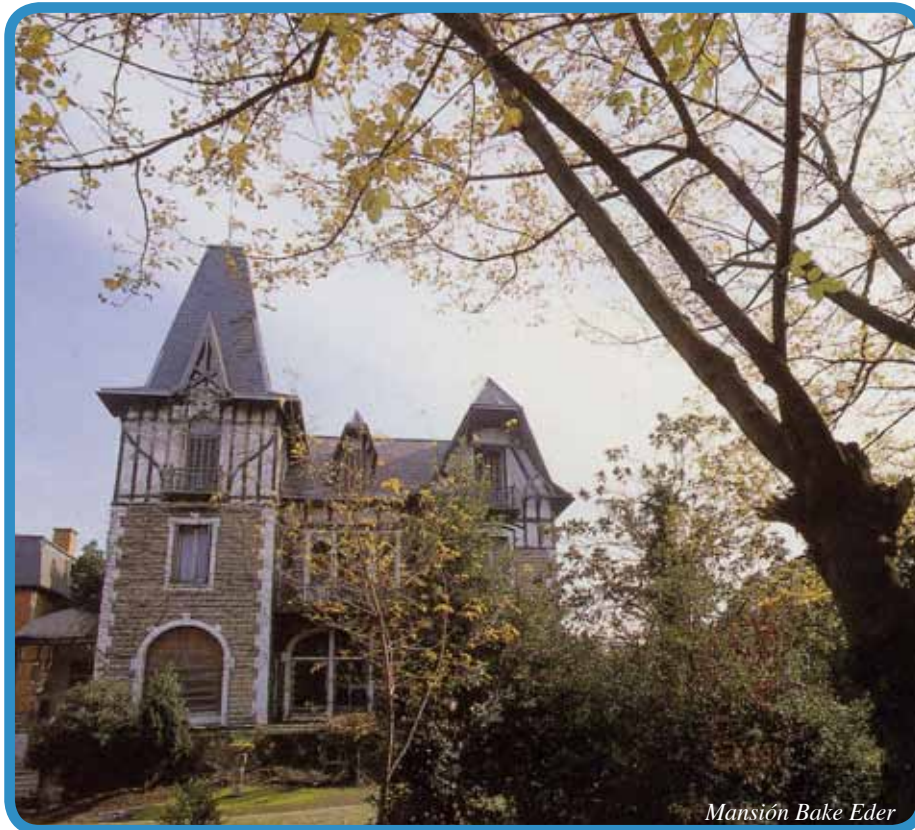
Nagore Badiola Mendiola
Psicóloga Clínica



Bake Eder - BiscayTIK

“Diálogos” entre Pasado, Presente y Futuro

Símbolo de modernidad, la Fundación BiscayTIK asienta sus andamios sobre la antigua y señorial finca Bake Eder. Nuevas tecnologías entrelazadas con otras épocas. Ejemplo obvio de cómo el Tiempo y sus ciclos son relativos e impermanentes...



Mansión Bake Eder: el Pasado

Ubicada en la Avenida Zugazarte número 32, se trataba de una construcción de corte aristocrático, claramente inspirada en el estilo *Old English*. Se edificó con objeto de ser utilizada como residencia particular. El trazado original, del año 1901, corresponde a un diseño del arquitecto donostiarra Luis Elizalde.

En 1909 su propietario, Luis María Aznar, encargó su reforma a Manuel María Smith, quien amplió la casa primitiva por su fachada posterior. Con ello, remarcó el carácter inglés de la vivienda.

El palacio se caracteriza por la extremada plasticidad de los exteriores, alcanzada por medio del juego de diferentes materiales (piedra arenisca dorada, caliza gris, placas de pizarra... etc.), poco utilizados en aquellos años y que aportaron una peculiar gama cromática al exterior de la mansión. Esta cualidad la hizo destacar respecto a otros inmuebles vecinos.

Su interior estaba distribuido cara a necesidades muy especí-

ficas: el primer piso disponía de un gran salón, dos gabinetes y una galería acristalada (reservados a actividades de índole familiar y social) mientras que la planta principal, donde residían los dueños, constaba de 6 dormitorios y 2 cuartos de baño. Por su parte, la zona abuhardillada y el sótano eran destinados a la servidumbre. Cabe reseñar la grandiosa escalera interior -que ha sido respetada tras la remodelación de la mansión- así como la alta cúpula de la planta superior, emblema de ostentación en su momento (la más destacada en toda Las Arenas).

En cuanto a la parcela, de unos 8.000 m², comprendía también un pequeño pabellón de planta baja junto al acceso (edificación de carácter auxiliar conocida como la *Casa del Guardés*), así como un buen número de árboles, algunos centenarios y de gran porte, como tilos, hayas y palmeras, que resaltaban la belleza del entorno del palacio.

Con el transcurrir de los años, *Bake Eder* fue deteriorándose y pasó a ser propiedad del Ayuntamiento de Getxo y por tanto, a ser protegida por su Plan General de Ordenación Urbana.

En octubre de 2001, a causa de un incendio, quedó bastante afectada, sobre todo en su parte superior. Tanto la edificación existente como la parcela, fueron declarados Conjunto Monumental por el Gobierno Vasco.

Edificios actuales: el Presente

El veintiocho de abril de 2009, un acuerdo entre la Diputación Foral de Bizkaia y el Ayuntamiento de Getxo condujo a éste a la cesión -por un período de treinta y tres años- de la finca *Bake Eder* como sede de la Fundación *BiscayTIK*.

Tras el convenio, el alcalde de Getxo, Imanol Landa, manifestó: *este proyecto sitúa a Getxo como referente internacional de las Nuevas Tecnologías. Es un paso muy importante en la apuesta por su dinamización económica.*

La Fundación *BiscayTIK*, propiedad de la Diputación Foral de Bizkaia, es un proyecto pionero, innovador a nivel internacional, que tiene como objetivos principales acercar la Administración a la ciudadanía, homogeneizar las herramientas informáticas de los Ayuntamientos de Bizkaia y convertir a ésta en un referente internacional en cuanto a la aplicación de las Tecnologías de la Información (TIC) en el marco de la Administración Municipal y en agente generador de riqueza para el territorio.

Con este objetivo, se ha reconstruido el antiguo *Bake Eder* (1.500 m²), destinado en la actualidad a albergar las áreas de Dirección y Coordinación del proyecto *BiscayTIK*. En él se ubican las salas de Formación, salas de reuniones y un auditorio para 100 personas aproximadamente. Sus accesos originales han sido respetados.

Un aparcamiento subterráneo con capacidad para más de 50 coches completa la remodelación.

Por lo que respecta a la renovada *Casa del Guardés*, es aprovechada como sala de esparcimiento, *office*... etc.

En cuanto al edificio anexo a la mansión, de nueva construcción, ha sido concebido como una estructura acristalada de gran volumen. Se apoya sobre un zócalo pétreo para conseguir estabilidad. Cara al ahorro energético del conjunto, se han utilizado elementos como placas solares o la optimización de la luz natural.

La azotea y parte del jardín están adornados con piedras de río pintadas en tonos blanco y negro, conformando siluetas de hojas de roble, árbol muy significativo de Bizkaia (recordemos que esta hoja es el logotipo de la Diputación Foral).



Fundación "BiscayTIK"

Esta innovadora edificación aspira a que prevalezca el protagonismo del palacio *Bake Eder*. El arquitecto González Cabia, responsable de su ejecución, define el conjunto como "Diálogos" entre el viejo y el nuevo edificio. Con intención de enfatizar este vínculo, se ha establecido un punto de entrada desde el *hall* de la actual edificación que conecta ambos espacios.

El edificio alberga a las empresas colaboradoras y participantes en el proyecto *BiscayTIK*. En definitiva, el *Centro de Conocimiento*. Bajo este concepto, se alude a la Transmisión del Conocimiento a las personas y al tejido empresarial del Territorio Histórico de Bizkaia.

Las empresas allí radicadas, podrán desarrollar sus actividades o bien acometer nuevos proyectos -siempre relacionados con la Administración Electrónica-, a través de actividades como el desarrollo de nuevos productos, la investigación e innovación así como la organización de eventos y tareas de formación a través de becas y *masters*.

Proyección internacional: perspectivas de Futuro

Entre otras iniciativas, *BiscayTIK* ha participado en diferentes actos de carácter internacional en los Estados Unidos de América, Inglaterra, Noruega, Colombia, Mexico... etc.

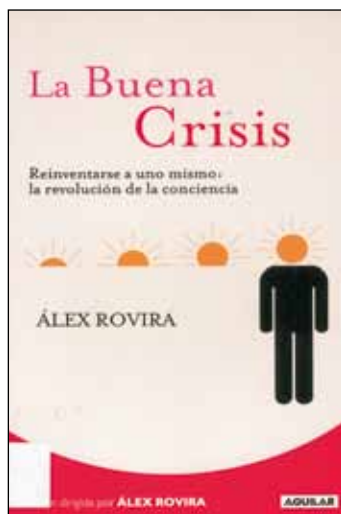
Fue elegido finalista en los premios *Computer World*, que reconocen cada año y desde 1988 la labor de Hombres, Mujeres y organizaciones de todo el mundo cuyas aplicaciones en Tecnologías de la Información favorecen a la Sociedad en aspectos económicos y de Comunicación. El galardón de reconocimiento fue recogido en Washington por el Director General de *BiscayTIK*, Ibón Oñate, en junio de 2011.

En septiembre de 2011 la Fundación organizó el *XII Encuentro Iberoamericano de Ciudades Digitales* en el Palacio *Euskalduna*, en colaboración con AHCIET (*Asociación Iberoamericana de Centros de Investigación y Empresas de Telecomunicaciones*), con excelente respuesta en asistencia y colaboración.



Detalle de la azotea de la Fundación

¡A leer!



La Buena crisis. Reinventarse a sí mismo: la revolución de la conciencia

Álex Rovira / Editorial Aguilar. 203 páginas.

Podemos cultivarnos gracias a las crisis. Y es que, por lo habitual, aprendemos y mejoramos como personas gracias al sufrimiento, al dolor y a las situaciones difíciles que nos obligan a reaccionar.



El primer sexo. Las capacidades innatas de las mujeres y cómo están cambiando el mundo

Helen Fisher / Editorial Taurus. 450 páginas.

Reflexión sobre la situación de la Mujer en el siglo XXI y exposición de unas perspectivas que la posicionan como la protagonista de la centuria.

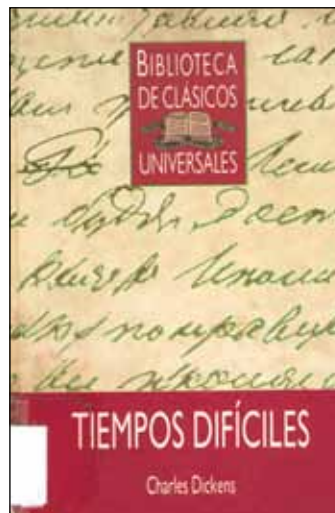
Irakurtzera!



Los que vivimos (2 tomos)

Ayn Rand / Ediciones Orbis, S.A. Colección: Biblioteca Grandes Éxitos, números 40 y 41. 254 páginas (tomo 1) y 256 páginas (tomo 2).

Relato de corte autobiográfico que narra la vida de una Mujer de espíritu independiente bajo el régimen soviético. Denuncia no solo del sistema político de su país, sino de cualquier otra forma de totalitarismo.



Tiempos difíciles

Charles Dickens / Ediciones Orbis, S.A. Colección Biblioteca de Clásicos Universales, número 27. 352 páginas.

Una de las novelas menos conocidas del autor a la par que de las más comprometidas. Describe sin piedad las desigualdades sociales que provocó la Revolución Industrial.

Éstos y otros libros los encontraréis en la Biblioteca Pública de Getxo. Sólo necesitáis estar en posesión de la tarjeta ONA de Osakidetza o del carnet específico que se formaliza en el mostrador de cualquiera de las sucursales de la Biblioteca y que cuesta 1 €. Con ellos, y de manera gratuita, podréis hacer uso de los fondos de todas las bibliotecas de la Red Vasca. Además, vía *Internet* (www.liburutegiak.euskadi.net), tendréis la posibilidad de consultar desde casa –o desde la propia sucursal que elijáis– el Catálogo de todas las obras de la Red y solicitar préstamos, renovaciones, reservas...

Más información en la sucursal sita en el *Polideportivo Gobela*: Adultos (Tfno: 94.464.48.10) e Infantil-Juvenil-Mediateca (94.464.04.68)

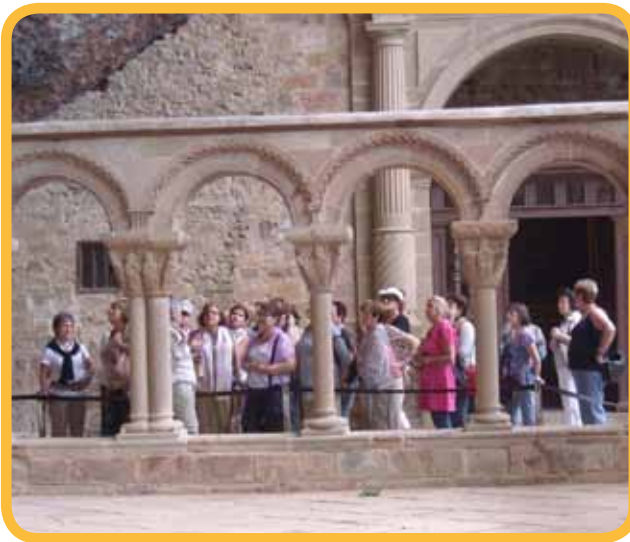
¡¡Viva Aragón...!!

Pero qué bien lo pasamos por tierras mañas! Tarazona fue nuestra primera parada. Allí realizamos una visita guiada por la ciudad y pudimos ver el Palacio Episcopal, además del Claustro de San Francisco, el Palacio de Eguarás y el barrio de la Judería. También el Museo dedicado al actor Paco Martínez Soria y a la cantante Raquel Meller. Por la tarde nos acercamos al precioso Monasterio de Veruela, edificado en el siglo XII. Seguidamente, continuamos viaje hacia Huesca. Al día siguiente nos dirigimos hacia el Castillo de Loarre, la fortaleza románica más importante de España, de finales del siglo XI. Posteriormente nos encaminamos a Santa Cruz de la Serós, donde pudimos admirar la iglesia de Santa María. Tras la comida nos esperaba San Juan de la Peña, situado en pleno Pirineo aragonés. Recorrimos el Monasterio Viejo y el Monasterio Nuevo donde, mediante tecnología audiovisual, nos adentramos en la Historia del Reino y Corona de Aragón.

El día 25 tuvimos cita con la localidad de Borja, de interesante pasado romano, islámico y cristiano. A destacar la Colegiata de Santa María y el Museo del Vino con Denominación de Origen *Campo de Borja*. La tarde nos deparó una visita guiada a la ciudad de Huesca. El último día, y camino a casa,

recalamos en la localidad zaragozana de Nuévalos, enclave del Monasterio de Piedra (fundado en el año 1194 por monjes de Poblet y declarado Monumento Nacional): un maravilloso paraje natural con múltiples cascadas donde asistimos a una exhibición de cetrería.

Hasta el año que viene!



Admirando San Juan de la Peña



La fiesta de disfraces, cita ineludible en nuestras excursiones



Ante el Castillo de Loarre

Y, por supuesto, nuestras actividades por la zona, que tampoco estuvieron mal...: excursión al Valle de Karrantza, visitas a las exposiciones del Museo Marítimo de Bilbao, Guggenheim y Rialia así como dos salidas culturales (a Plentzia y Encartaciones).

La Creatividad, el Contacto con Mujeres y Personas excepcionales, la Cercanía, Compartir momentos y tradiciones, la Solidaridad y la Denuncia de lo injusto, el Disfrute de las pequeñas cosas son, entre otras, reflexiones intrínsecas en los enunciados básicos de *Gizatiar* que intentamos no queden en la mera teoría. Ésta es una pequeña exposición de nuestra aspiración a la Coherencia.

Nobel de la Paz 2003



Inmenso privilegio fue conocer, durante unas Jornadas en el *Euskalduna*, a la Nobel y abogada iraní Shirin Ebadi. Encantadora y cercana a pesar de sus difíciles circunstancias, se mostró feliz cuando le enseñamos nuestra revista (2007), donde protagonizaba la Sección *Una mujer*.

Nuestra Comisión de *Instituciones* tiene la gran responsabilidad de organizar la *Concentración contra la Violencia de Género* que se lleva a cabo en Getxo así como la de redactar el Manifiesto que se lee durante la misma. Ahí estaremos, mientras sea necesario...

Apoio y Presencia



En Puerta



Compartimos mesa y mantel con la Asociación de Mujeres *Gaurko Emakumeak*. Y más tarde, aprovechamos para visitar la ferrería de *El Pobal*.

Santa Águeda / Abgate Deuna

Años recorriendo las calles de Romo - Las Arenas en la *Víspera* de la Santa, están convirtiendo al Coro de *Gizatiar* en un *clásico*. De esta manera, fusionamos la Cultura con una buena causa.



Encuentros... con el mundo Topaketak... munduarekin

Esfuerzo compartido

Los beneficios del Rastrillo (organizado por la Comisión de *Ayuda Solidaria*) sumados a la recaudación que obtuvo el Taller de *Coro* en la *Noche de Santa Águeda*, generó en la pasada edición un monto total de 3.511€, distribuidos en los siguientes proyectos:

*** En la Republica Democrática del Congo:**

- Proyecto *Ditunga Prodi*: compra de una moto (con el consiguiente ahorro de tiempo y *energías*).

- *Kapiri-Kansenia*: adquisición de tubería para canalizar el pueblo y evitar así enfermedades.

*** En Costa de Marfil:**

- *Korhongo Diguite Progres*: ayuda destinada a niños huérfanos que se encuentran en una difícil situación.

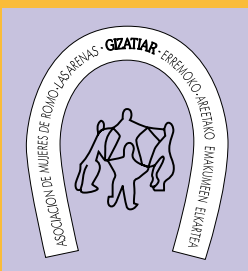


Mil gracias por vuestra generosidad y ayuda!

Una nueva etapa...



Espera confiada



GIZATIAK

Parque de Gobelaurre s/n
48930 Getxo
Tfno. y fax: 94 463 50 12
gizatiar@hotmail.com
<http://gizatiar.org>

Gobelaurre parkea, z.g.
48930 Getxo
Telefonoa eta faxes: 94 463 50 12
gizatiar@hotmail.com
<http://gizatiar.org>

Atención a las socias

Lunes de 18:00 a 19:00
Martes de 11:00 a 12:00 y de 18:00 a 19:00
Miércoles de 18:00 a 19:00

Bazkideentzako arreta

Asteleheneretan, 18:00 - 19:00
Asteartetan, 11:00 - 12:00 eta 18:00 - 19:00
Asteazkenetan, 18:00 - 19:00

Servicios

Escuela de voluntariado / Talleres y cursos / Encuentros (conferencias, charlas, fórum...) / Salidas culturales / Asesoría psicológica y jurídica.

Zerbitzuak

Boluntarioen Eskola / Tailerrak eta ikastaroak / Topaketak (hitzaldiak, mintzaldiak, forumak...) / Kultura irteerak / Aholkularitza psikologikoa eta juridikoa.

Entidades colaboradoras:



Bizkaiko Foru Aldundia
Diputación Foral de Bizkaia

Laguntzen dute:

