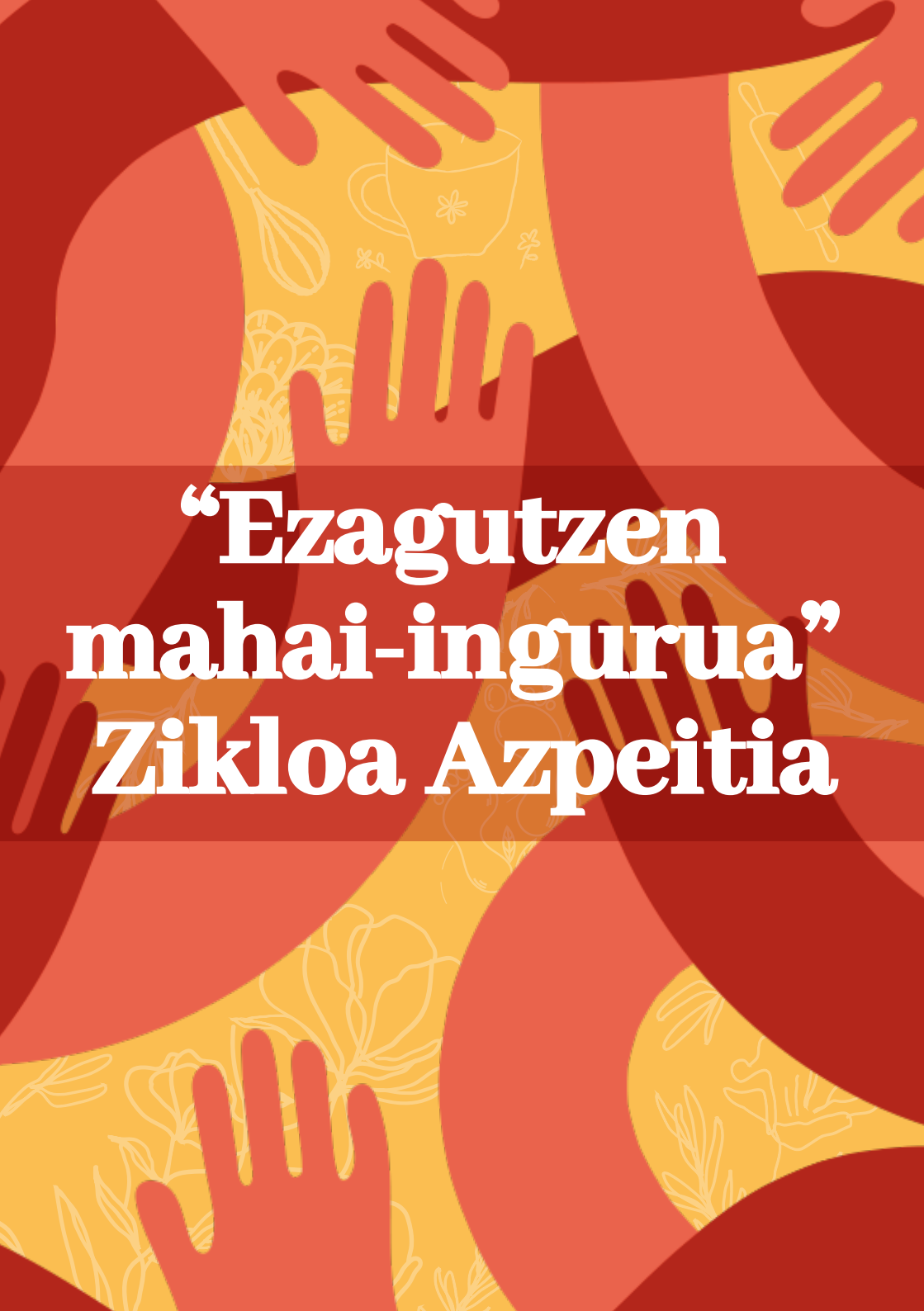


The background is a vibrant, abstract composition. It features several large, overlapping hands in shades of red and orange, some with fingers spread. These hands are set against a backdrop of yellow and orange circular and organic shapes. Some of these shapes contain white line-art patterns, including a teacup with a flower, a whisk, and various floral and leaf motifs. The overall color palette is warm, dominated by reds, oranges, and yellows.

“Ezagutzen mahai-ingurua” Zikloa Azpeitia



Gidoia:

Verónica Rodríguez Cárdenas

Diseinu grafikoa eta maketazioa:

Karin Hernández

Koordinazioa:

Lumaltik Herriak

Argazkiak:

Marina Gallardo Izquierdo

Testu zuzenketa:

Sara Plaza Écija



Sarrera

2024ko martxoan, apirilean eta maiatzean, Azpeitiko Emakumeen Txokoak, Lumaltik Herriak elkartearekin eta “Empalabramiento” proiektuarekin batera, hausnarketa prozesu bat antolatu zuen Asia eta Afrikako kontinenteetatik etorritako emakume migratuen eta Erdialdeko Amerikako lurraren eta lurraldearen defendatzaileen artean. Kultura eta hizkuntza desberdintasunak oinarritzat hartu ziren tailerrak antolatzeko unean. Gauzak horrela, Herri Hezkuntza Feministako metodologiak erabili ziren, teknika praktiko eta parte-hartzaileak sustatuz, hala nola, artea, jolasa eta mugimendua, denentzat irisgarriak eta inklusiboak. Lurralde-lurraren eta ondasun komunen defentsa, lurralde soinaren defentsa arrazismo eta indarkeria matxista egoeren aurrean, eta Ongi Bizitze kontsumo-alternatibak sortzeko beharra, Ezagutzen Mahai-inguruetako funtsezko gaiak izan ziren. Ziklo honek, emakumeen arteko harremana eta loturak sustatzea zuen helburu, zaintza kolektiboen sare sendo bat eraikitzea ahalbidetuz. Nerea del Campok, “Empalabramiento” metodoaren sortzaileak, dinamizatu zuen prozesua, eta saio bakoitzean parte hartu zuen, bideratzaile gisa.



I. Saioa: Ongi Bizitzea arrazakeriaren aurka eta zaintza kolektiboak sustatuz

Sara Alvarezek dinamizatuta, Guatemalako Maia K'iche herriko terapeuta soziala. Osasun kolektiborako tailerrak eskaintzen ditu, arrazakeriaren eta dekolonialtasunaren aurkakoak. Arrazakeriaren aurkako borrokak, migrazioaren dueluak eta zainketa kolektiboen eta autozainketaren bidezko sendatzea izan ziren saioaren ardatz, arraza, klase eta generoaren arteko intersekzioan arreta berezia jarritz. Gorputz eta mugimendu dinamiken bidez, taldeak migrazioaren, arrazakeriaren eta askotan ikusezinak edo normalizatuak izan ohi diren diskriminazio praktiken arazoari buruzko hausnarketak garatu zituen.

Zer behar dugu zauriak sendatzeko?

Gure gorputzean agertzen ziren min edota gaixotasunak identifikatu genituen, lurrean paper batean marraztuta zegoen tamaina errealeko silueta batean. Gorputzeko zein tokitan sentitzen dira min horiek?



Dantza eta hamaiketako

30 minutuz dantzan egon ziren, emakume bakoitzak abesti bat aukeratu zuen, eta txandaka, jotzen joan ziren. Denak batera aritu ziren dantzan, elkarren antza hartuz, zirkuluaren erdira ateraz. Oso espazio dibertigarria izan zen, eta konfiantza handia sortu zen taldean.



II. Saioa: Maien mundu ikuskera: Jaten duguna gara

Ongi Bizitze eredua Kontsumo Jasangarrian oinarrituta. Dinamizatzailea: Isabel Hernández: Guatemalako Maia K'iché herriko aktibista, Mujeres Tejiendo Red-ekokidea eta elikadura burujabetzaren defendatzailea. Saioa kontsumo kontziente eta iraunkorraren sentsibilizazioa izan zituen ardatz nagusi, eredu sozial, politiko eta ekonomikoaren aldaketa lortzeko, herrien Elikadura Subiranotasunetik eta nekazarien jakintzetatik lan eginez. Sukaldea izan zen ikasbidea: tokiko produktuen erosketa eta Hego eta Ipar globaleko elikadura kateko langileen lana nabarmendu zuten.

Errezeta-liburua

Sukaldeko uneak emakumeen arteko kohesio-gune bilakatu ziren, zaporeen eta hizkuntzen bidez sormena eta integrazioa sustatuz. Esate baterako, emakume batek errezeta irakurri eta itzuli egiten zuen, beste batzuk osagaiak mozteaz arduratzen ziren bitartean.



Falafel

500 g. garbantzu
1 tipula (200 g tipula)
1 baratxuri-buru (4 baratxuriale)
1 arrautza
1 limoi (azal birrindura)
1 c/c (kumino koilaratxo hautsa)
Perrexil txikitua
2 c/c martorri hazi
1 c/c jengibre hauts
1 c/c piperbeltz berde ale
Kaiena hautsa (aukerakoa)
9 g. bultzatzaile edo bikarbonato
1 kilo itsas gatz
Litro 1 edo gehiago. Oliba-olio
birjina estra, frijitzeko



Chucrut

1 aza
Maionesa
1 arrautza
Olioa
Gatza eta
baratxuria



500 g. panela edo azukre beltzaran
2 legamia-zorro
250 g. kalabaza
Koilarakada bat kanela hauts
1 arrautza
500 g. gari-irin



Kalabaza kauserak

Dastamena, usaimena eta ikusmena erabili ziren hizkuntza komun baten gabezia ordezkatzeko. Eskuak hizkuntza bilakatu ziren.



III. saioa: Pertsona Migratu gisa Borrokan.

Ongi Bizitzea lortzeko erresistentziak.

2024ko maiatzean, Erdialdeko Amerikako lurraldeko defendatzaileak Gipuzkoara egindako bisitaren barruan, topaketa hau burutu zen bizitzaren eta lurralde defendatzaileen eta Azpeitiko Emakumeen Txoko-ko "Empalabramiento" taldearen artean. Solasaldi horien helburua erresistentzia prozesuak zabaltzea eta Erdialdeko Amerikako lurralde defendatzaileen esperientzia zehatzak ezagutaraztea izan zen, lurraldeko defentsarako borroka lokal eta globalen artean puntu komunak aurkitzeko helburuarekin.

Espazio intimu eta eroso batean defendatzaile batekin izandako zuzeneko tratua konfiantzazko solasaldiak ahalbidetu zituen, eta giro aproposa izan zen Guatemalako trans pertsonen eta Chiapaseko (Mexiko) emakume indigenen borroka ezagutzeko, emakume zapatistak azpimarratuz. Hitzeko hizkuntzaren zailtasuna dela eta, argazkigintza eta objektu pertsonalak izan ziren emakume bakoitzak bere esperientziak eta bizi-prozesuak adierazteko erabili zituzten bitartekoak. Bakoitzak argazkiak eta objektuak ekarri zituen, euren bizitzetako pertsona eta une garrantzitsuak sinbolizatzen dituztenak.

Zer da emakume izatea?

Guatemalako estatuak ikasgeletatik eta hezkuntza sistematik kanpo uzten ditu haurrak eta trans pertsonak; hori ere behartutako migrazioa da!

Gu iristen garen lurrak sentipen sakona du!

Espainiara migratu nuen bizitza berri bat hasi nahi nuelako

Nire nortasuna banatuta dago!

Asko gara familian, baina hemen nire familia senarra, seme-alabak eta amaginarreba dira

Autozainketa eta inguruarekiko harremana definizio politiko gisa

Familia ondo dago, baina zapalkuntza iturri ere izan daiteke!

Bide berriak irekiko dituzten emakumeak behar ditugu!

Zer gertatzen da lurrarekin eta emakumeekin munduko beste toki batzuetan?



Hausnarketa

Emakumeen giza eskubideak indartzeari tokian-tokian ekin behar zaio, taldearen testuinguruei eta dinamikei erantzun diezaien. Emakumeek beren buruari nola deitzen dioten eta nola ordezkatzan dituzten jakitea funtsezkoa da eskubideez eta indarkeriez hitz egiten hasteko.

Feminismoaren korrante askok diote emakumeek presio etengabeei aurre egiten dietela aurrez ezarritako rol sozialak eta familiarak betetzeko. Hala ere, migratzen duen emakume batek aurre egin behar die bere jatorrizko inguruneko presioei ez ezik, baita bere harrera-ingurukoei ere. Presio horiek, askotan, laguntza-sareak eraikitzea eragozten, ahultzen edo apurtzen duten oztopo bilakatzen dira.

Laguntza-sareek zeregin erabakigarria dute pertsona migratzaileen erresilientzian eta egokitapenean, eta modu eraginkorra da espazio seguruak sortzeko, auto-suntsiketa gauzatzeko eta Ongi Bizitzea eraikitzeko.



Ongi Bizitze eredua sustatzeko mekanismoak

1. Ikuspegi holistikoak eta testuinguruaren kokapena kontuan izatea emakume migratuen kolektibo eta taldeentzako proiektuak sortu eta ezartzean: Hizkuntzak eta kultura aniztasunak oztopoak sor ditzakete taldeen arteko komunikazioan eta ulermenean. Hala ere, arte adierazpenak eta taldearen kultura elementuak erabiltzea tresna baliagarriak dira askotariko kultura espazioetan integratzeko.

2. Elikaduraren eta jasangarritasunaren bidez laguntza sareak indartzea: elikagaiak ingurura eta haren sareetara hurbiltzea posible da, sorlekuetako errezetak tokiko osagaietara eta sarbideetara egokitzeko alternatibak ikertzen diren heinean.

3. Autozainketarako espazio seguruak sortzea: emakumeek hitz egin, deseraiki eta modu seguruan eraiki ahal izateko espazioak sortzea, nork bere garai eta momentuen arabera, generoan oinarritutako indarkeriari aurre egiteko aukera ematen du.

“Espero dugu onarpena eta aniztasuna lehentasuna izatea estatuentzat.”

“Maitasunak gorrotoa eta beldurra garaitzen ditu.”

“Maitasuna ez da heterosexualitatearen ezaugarri bat bakarrik.”



Euzkadiako
Foru Aldundia
Euzkadiako Foru
Aldundia



ETORKIDUNA
ZIRARI
Diputazioa

