



SERVICIO DE IGUALDAD

www.aranguren.es

MARTXOAK 8 EMAKUMEEN NAZIOARTEKO EGUNA
8 DE MARZO DÍA INTERNACIONAL DE LAS MUJERES

FEMINISMOARI ESKER...
GAUR
AUKERA DUGU
IZAN, EGON, ESAN
ETA ERABAKITZEKO

GRACIAS AL FEMINISMO...
HOY PODEMOS
SER, ESTAR,
DECIR Y DECIDIR



8M, DÍA INTERNACIONAL DE LAS MUJERES

MÁS INFORMACIÓN

PAG 2 → CAMPAÑA 8 DE MARZO

PAG 3 → DECLARACIÓN INSTITUCIONAL 8M

PAG 4 → PROGRAMACIÓN 8M

PAG 8 → OTRAS ACTIVIDADES Y SERVICIOS

PAG 11 → SERVICIO DE ASESORÍA JURÍDICA

PAG 12 → TE PUEDE INTERESAR...

Subvenciona / Diruz laguntzen du:

CAMPAÑA 8 DE MARZO

El Ayuntamiento del Valle de Aranguren es entidad promotora de la campaña con el lema "GRACIAS AL FEMINISMO... HOY PODEMOS SER, ESTAR, DECIR Y DECIDIR", que pretende enfatizar en la idea de que muchos de los derechos y libertades que hoy en día tenemos asumidos y que forman parte de nuestra vida cotidiana existen gracias a la lucha del movimiento feminista y a la organización colectiva de las mujeres a lo largo de la historia.

GRACIAS AL FEMINISMO... HOY PODEMOS SER, ESTAR, DECIR Y DECIDIR

Como en años anteriores, con motivo de la celebración del 8 de marzo, Día Internacional de las Mujeres, más de treinta Entidades Locales y territoriales de Navarra, a través de sus respectivos Servicios de Igualdad han llevado a cabo una campaña conjunta que consta de un lema, una imagen y una declaración institucional.



DECLARACIÓN INSTITUCIONAL 8M

GRACIAS AL FEMINISMO... HOY PODEMOS SER, ESTAR, DECIR Y DECIDIR



Con motivo del 8 de marzo, Día Internacional de las Mujeres, las Entidades Locales y Territoriales de Navarra queremos recordar una realidad fundamental: muchos de los derechos y libertades que hoy tenemos asumidos y que forman parte de nuestra vida cotidiana existen gracias a las luchas del movimiento feminista y a la organización colectiva de las mujeres a lo largo de la historia.

En un contexto social en el que el feminismo es cuestionado o deslegitimado mediante discursos reduccionistas o abiertamente antifeministas, se debe reivindicar su papel decisivo en el desarrollo social, la extensión de derechos y el fortalecimiento del sistema democrático. El feminismo no es ajeno a la vida diaria ni una ideología pasajera: es una fuerza histórica que ha transformado la vida de todas las personas, hombres y mujeres, y ha hecho posible el presente en el que vivimos.

A lo largo del último siglo, y no sin resistencias, el feminismo ha impulsado derechos fundamentales que hoy damos por seguros. Gracias a estas luchas, las mujeres lograron el derecho al voto y a la participación política; a la educación en igualdad; al trabajo remunerado, a gestionar el dinero propio y a la autonomía económica; a la libertad de movimiento; al divorcio; y al derecho a decidir sobre el propio cuerpo, incluidos aquí los derechos sexuales y reproductivos. Asimismo, el feminismo ha sido clave para visibilizar y reivindicar el valor social y económico del reparto de los cuidados, sin los cuales no se sostiene la vida.

Ninguno de estos avances fue un regalo ni un proceso espontáneo. Son el resultado de 300 años de fundamentación teórica, reflexión crítica, movilización y la perseverancia de generaciones de mujeres. Sin embargo, hoy proliferan discursos que deslegitiman, minimizan o niegan estas luchas, afirmando que la igualdad ya está conseguida o presentando el feminismo como una amenaza. Estos discursos no solo ignoran la historia, sino que ponen en riesgo derechos

conquistados y dificultan el avance hacia una igualdad real y efectiva.

Frente a ello, reafirmamos que el feminismo ha sido y sigue siendo un motor de cambio hacia la justicia social, que ha ampliado derechos no solo para las mujeres, sino para el conjunto de la sociedad. Reconocer su valor histórico y su vigencia actual es una responsabilidad institucional y democrática.

Por todo ello, las Entidades Locales y Territoriales firmantes de esta declaración asumimos los siguientes compromisos:

- › **Impulsar acciones de sensibilización y comunicación** que pongan en valor los logros históricos del feminismo y su impacto en la vida cotidiana, contribuyendo a una ciudadanía informada y crítica frente a los discursos antifeministas.
- › **Incorporar de manera transversal la perspectiva de género** en las políticas públicas locales, garantizando avances reales hacia la igualdad.
- › **Reforzar la educación en igualdad y en derechos humanos** como herramienta clave para prevenir desigualdades y violencias, especialmente entre la población más joven, poniendo siempre en valor la teoría e historia feminista.
- › **Reconocer y apoyar el trabajo del movimiento feminista y asociativo**, valorando su aportación histórica y actual a la cohesión social, la justicia y la democracia.

Estas acciones contribuirán a construir una Navarra más justa, igualitaria y democrática, comprometida con la defensa y ampliación de los derechos conquistados. Porque si hoy disfrutamos de derechos y libertades, es por la lucha colectiva. El feminismo nos trajo hasta aquí. Sin feminismo no hay democracia plena.

Gracias a él, HOY PODEMOS SER, ESTAR, DECIR Y DECIDIR.

PROGRAMACIÓN 8M

3-27

MARZO

EXPOSICIÓN

“MUJER Y PELOTA VASCA”

Lugar: Casa de Cultura Valle de Aranguren.

Horario: De lunes a viernes, de 10:00 a 13:00 h y de 17:00 a 21:00 h.

Entrada libre.

Esta exposición, producida por el Museo de Euskal Herria de Gernika, rinde homenaje y da a conocer a las primeras mujeres que practicaron el juego de la pelota profesionalmente, en las modalidades de cesta punta y raqueta. Muchas de ellas, procedentes de las localidades vascas de mayor tradición de juegos de pelota, destacaron a nivel mundial.



6

MARZO

DÍA INTERNACIONAL DE LAS MUJERES

Concentración y lectura de la Declaración Institucional

Lugar: Plaza Mutiloa de Mutilva.

Hora: 12:00.

Acompañamiento musical a cargo de "XARMA Txalaparta".



TEATRO. Dirigido a público joven y adulto.

“El cante lo dan ellas”

Con Adriana Olmedo y Nerea Bonito

Lugar: Casa de Cultura Valle de Aranguren.

Hora: 19:00.

Entrada: 4 €.

“El cante lo dan ellas” es un viaje musical por el empoderamiento femenino de estas dos mujeres, que descubrirán a ritmo de Karina, Rafaela Carrá, Alaska, Concha Velasco, Celia Cruz... y otras muchas grandes cantantes que hicieron historia, que la sororidad, la fuerza del activismo, la autoestima, les darán el valor para dejar de estar a la sombra y ponerse al fin en primera fila para ser protagonistas y líderes. Un espectáculo cabaretero y un poco gamberro lleno de humor e improvisación.



PROGRAMACIÓN 8M



MARZO



DÍA INTERNACIONAL DE LAS MUJERES

Manifestación convocada por el Movimiento feminista de Pamplona

Lugar: Marcha desde Antoniutti hasta la Plaza del Castillo.

Hora: 13:00.



CONCIERTO

Asociación 'Coral Ahots Bihotzak' y Grupo de los Chelos de la Escuela de Música

Lugar: Casa de Cultura Valle de Aranguren.

Hora: 19:00.

Entrada libre. A través de invitaciones que se pueden conseguir en la Casa de Cultura.

Se trata de una actuación que tiene como finalidad apoyar el Día internacional de las mujeres a través de la música. El repertorio se compone de música tradicional y contemporánea, entre la que podemos encontrar canciones de Mikel Laboa, Leonard Cohen, etc.

Casa de Cultura
el Valle de Aranguren



Kultur Etxea
Aranguren Ibarra



MARZO

CANTACUENTOS. A partir de 4 años.

**"Mis alas y yo"**

A cargo de MUSAS Y FUSAS

Lugar: Casa de Cultura Valle de Aranguren.

Horario: 17:15 euskera. 18:30 castellano.

Entrada libre previa recogida de invitación.

Canta Cuentos sobre igualdad, diversidad, pluralidad y respeto.

¿Quién soy yo? ¿Quién eres tú? ¿Qué es lo que nos diferencia y lo que nos une? ¿Lo podemos ver con los ojos?

Gobierno de Navarra  Nafarroako Gobernua



RED DE TEATROS DE NAVARRA NAIFARRAKO ANTZOKI SAREA

PROGRAMACIÓN 8M

21

MARZO



TEATRO. En euskera. A partir de 3 años.

"AZKEN EGUZKILOREA" - PATATA TROPIKALA

Lugar: Casa de Cultura Valle de Aranguren.

Hora: 18:00.

Entrada: 4 €.

Duración: 70 minutos.

Kattalin vivía en un caserío en la montaña. Tenía la costumbre de bajar al pueblo todas las semanas, pero un día sus amigos habían desaparecido. Kattalin hará un viaje increíble para investigarlo. Conocerá a personajes mitológicos y tendrá que encontrar el último Eguzkilore.

Organiza Área de Euskera, dentro de la programación cultural de la Korrika.

22

MARZO



TEATRO

"UNA MADRE DE PELÍCULA" CON TONI ACOSTA

Lugar: Casa de Cultura Valle de Aranguren.

Hora: 19:00.

Entrada: 9 €.

Duración: 80 minutos.

Una historia divertida y conmovedora sobre la relación entre una madre actriz y su hija guionista, que se reencuentran para ajustar cuentas a través del arte. Esta comedia agrisadista cuestiona los límites entre la ficción y la vida real.

Organiza Área de Cultura.

Gobierno de Navarra  Nafarroako Gobernua



RED DE TEATROS DE NAVARRA NAFARROAKO ANTZOKI SAREA

5

MAYO



MONÓLOGO. En euskera.

"KAITIN IN THE NIGHT" KAITIN ALLENDE

Lugar: Casa de Cultura Valle de Aranguren.

Hora: 19:00.

Entrada gratuita hasta completar aforo.

Un divertido monólogo en euskera en el que una periodista nos contará las divertidas vivencias de su profesión y su experiencia como ama perimenopaúsica.

Organiza Área de Euskera, dentro de la programación de la Semana del Euskera.

¿Qué es el feminismo?



Lectura fácil

El feminismo nació hace 300 años cuando un grupo de mujeres se dio cuenta de la **opresión** que sufrían solo porque eran mujeres.

Estar **oprimida** significa que estás sometida a otra persona, que no puedes decidir sobre tu vida.

El feminismo es una teoría política y un movimiento social que busca la igualdad de derechos entre hombres y mujeres.

Es un movimiento social porque lo forman muchas mujeres y personas organizadas para cambiar la sociedad.

Es una teoría política porque hace una propuesta de cómo debe ser una sociedad más justa y más respetuosa.

En todos los momentos históricos y en todos los lugares de mundo, hay mujeres que se organizan para enfrentarse al poder.

Queremos un movimiento feminista que llegue a todas las personas. Para conseguirlo necesitamos:

1. Conocer cómo el feminismo ha cambiado al mundo desde que nació hasta hoy.
2. Conocer los tipos de feminismo que existen o que han existido.



OTRAS ACTIVIDADES Y SERVICIOS

ESCUELA DE MADRES Y PADRES

Ludotxiki matinal

Fechas: lunes y viernes.

Horario: 11:00 - 13:00.

Lugar: en los locales de la plaza Ibaialde.

Inscripción: llamando al Servicio Social de Base, 948 151 382 en horario de 9:00 a 14:00 h.

Para todas las madres y padres que quieran acudir junto con su bebé (entre 0 y 3 años) a un local acondicionado con materiales adecuados

para el juego y disfrutar en familia de manera autodidacta.



TALLER FAMILIAR

Risoterapia en familia



Fecha: sábado 18 de abril.

Lugar: sala 1-2 del Polideportivo de Mutilva.

Horario: 11:00 - 13:00.

Inscripción: llamando al 948 012 012.

Precio: taller gratuito.

Cuando reímos, estamos en el presente, sin permitirte pensar en el pasado ni en el futuro, incluidas las preocupaciones. La risa compartida refuerza los lazos afectivos, aumenta nuestra confianza en los demás, es una comunicación

pura y directa. Cuando ríes, disfrutas apreciando pequeñas cosas de la vida y compruebas que la felicidad está cerca de ti si sabes apreciarla.



ASESORÍA PARA JÓVENES

Servicio de asesoría psicológica gratuito para jóvenes

Información: de forma presencial en el Espacio Joven 31192 - 689 80 87 32 / 948 23 75 58 - espaciojoven31192@aranguren.es.

Precio: gratuito.

Servicio de asesoramiento psicológico gratuito para la juventud de entre 14 y 35 años empadronada en el Valle de Aranguren.

El objetivo es mejorar la calidad de vida y el bienestar de la juventud mediante la intervención y la prevención en salud mental, principalmente a través de consultas individuales,

grupales o de pareja, y colaborando con el equipo educativo en la impartición de talleres y dinámicas sobre temas específicos de interés para la juventud del Valle.



OTRAS ACTIVIDADES Y SERVICIOS

TALLER

Funcionamiento básico del móvil/ordenador y manejo de aplicaciones



Fechas: miércoles, 25 de febrero y 4 y 11 de marzo.

Horario: 11:00 - 13:00.

Lugar: Sala de actividades del Club de Jubilados, plaza Mutiloa. 5 - 1º.

Inscripción: llamando al 948 012 012.

Precio: taller gratuito.

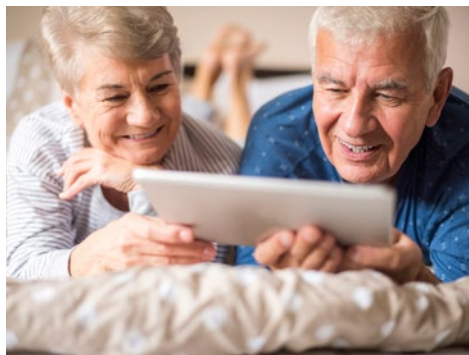
Imparte: Cocokids.

Taller para personas mayores de 60 años (preferentemente).

Este taller pretende acercar la tecnología a las personas mayores y ofrecer los recursos necesarios para ser más autónomas en el manejo de

dispositivos y herramientas tecnológicas como el ordenador y el móvil.

El taller se adaptará a las necesidades de conocimientos y el ritmo de los/las participantes y será sobre todo de carácter práctico.



BIENESTAR

Taller de bienestar emocional

Fechas: lunes 9 y 23 de marzo y 13 y 27 de abril.

Lugar: Colegio Público Irulegi.

Horario: 18:00 - 20:00.

Inscripción: llamando al 948 012 012.

Precio: taller gratuito.

Este Taller está dirigido a personas jóvenes y adultas. Descubre el camino hacia el BIENESTAR EMOCIONAL para ello, te proponemos:

- Aprender a manejar tus emociones de manera saludable y constructiva.
- Cultivar una mentalidad más positiva y equilibrada.
- Desarrollar habilidades de comunicación.
- Identificar y liberar heridas emocionales.
- Descubrir estrategias y técnicas para manejar de manera efectiva la ansiedad y el estrés en tu vida diaria.

Te invitamos a conocer herramientas prácticas para el autocuidado emocional lo que te permitirá evitar discusiones, frustraciones y malestar y, de esta manera, aprovechar mejor tu tiempo y sentirte una persona más plena.



OTRAS ACTIVIDADES Y SERVICIOS

FAMILIA

Servicio de respiro familiar

Inscripción: ponte en contacto con el Servicio Social de Base del Valle de Aranguren en el teléfono 948 151 382.

Desde el Servicio Social de Base os hacemos llegar la información inicial sobre la puesta en marcha de un nuevo servicio de respiro familiar. Mediante esta información inicial queremos recoger la demanda e interés de la población en relación a dicho servicio.

El servicio de respiro familiar tiene como objetivo prestar atención de carácter no permanente a personas con dependencia, permitiendo a sus cuidadores/as disponer de momentos de descanso, ocio y tiempo libre.

Dirigido a: las personas beneficiarios serán aquellas que cuenten con valoración de dependencia y/o grado de discapacidad, que aun teniendo recursos para su atención exista sobrecarga en el cuidador/a principal.



TALLER

Cuidarme para cuidar mejor

Fechas: 16, 23 y 30 de abril y 7 de mayo.

Horario: 11:30 - 13:00.

Lugar: Sala Multiusos del Centro de Salud de Aranguren (Avda. Pamplona frente nº 11, al lado de la entrada de la biblioteca).

Imparte: personas profesionales del Centro de Salud de Aranguren.

Dirigido a: personas que cuidan a otras personas en situación de dependencia.

Inscripción: en admisión del Centro de Salud de Aranguren, a través de cualquiera de los profesionales del centro.

A lo largo del taller se trabajarán experiencias, emociones y recursos disponibles para cuidarse uno/a mismo/a y para cuidar a la persona dependiente.



SERVICIO DE ASESORÍA JURÍDICA PARA MUJER Y FAMILIA



El servicio de asesoría jurídica para mujer y familia es un servicio propio del Ayuntamiento del Valle de Aranguren, en el cual se facilita de manera gratuita información y asesoramiento sobre temas de familia (separaciones, divorcios, parejas de hecho, régimen económico matrimonial...), temas laborales (permisos de maternidad y paternidad, de lactancia, excedencias y permisos por cuidados, despidos...), prestaciones de la seguridad social (prestaciones de viudedad, orfandad...), disposiciones testamentarias; temas sobre **violencia contra las mujeres (denuncias, órdenes de alejamiento...)**.



HORARIO DE ATENCIÓN:

Todos los **lunes** en horario de **10:00 a 13:00 h.** en la **segunda planta del Ayuntamiento del Valle de Aranguren** (Plaza Mutiloa s/n). Para más información y/o reservar cita: Servicio Social de Base. Teléfono: 948 15 13 82.

RECURSOS ANTE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES



SERVICIOS DE ATENCIÓN PARA SITUACIONES DE VIOLENCIA DE GÉNERO

INFORMACIÓN ☎ 016 - 24 horas del día (no deja rastro en la factura)

URGENCIAS ☎ 112

SERVICIOS SOCIALES ☎ 948 15 13 82 / L-V 9:00-14:00

AGENTES MUNICIPALES ☎ 609 42 90 74 / L-D 7:00-22:30

CENTRO DE SALUD (Trabajadora Social) ☎ 948 24 91 05 / L-V 8:00-15:00

ÁREA DE IGUALDAD ☎ 948 15 13 82 / L-V 9:00-14:00

SERVICIO DE ASESORÍA JURÍDICA PARA MUJER Y FAMILIA ☎ 948 15 13 82 / L-V 8:30-14:30

EQUIPO DE ATENCIÓN INTEGRAL VIOLENCIA DE GÉNERO (EAIV)
☎ 848 46 38 60 - 621 145 751 / L-J 8:00 -19:00, V 8:00 - 17:00

CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS VIOLENCIAS SEXUALES (CAIVS)
☎ 848 46 39 99 y telemática (caivs@fundaciongizain.es) Atención 24 h. 365 días/año

OFICINA DE ATENCIÓN A LAS VÍCTIMAS DEL DELITO ☎ 848 42 33 76 - 848 42 13 87 - 848 42 76 71



TE PUEDE INTERESAR...

01

Publicaciones de Lectura Fácil. Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género, Ministerio de igualdad

<https://www.igualdad.gob.es/servicios/publicaciones/publicaciones-lectura-facil/>

02

Publicaciones del Centro de documentación del INAI

<https://www.igualdadnavarra.es/es/publicaciones-2#secc>

03

Centro de documentación del Ministerio de Igualdad

<https://www.inmujeres.gob.es/CentroDoc/Home.htm>

04

¿Conoces la Fundación IPES? ¿Y su biblioteca?

<https://fundacionipes.org>

05

SERVICIO ASESORAMIENTO para la elaboración de planes de igualdad en empresas (INAI -Gobierno de Navarra)

<https://www.igualdadnavarra.es/es/empresa-y-organizaciones#secc>



Si quieres recibir el boletín informativo del Área de Igualdad por correo electrónico, solicítalo en la siguiente dirección: igualdad@aranguren.es

También se puede descargar en la página web del Ayuntamiento:
www.aranguren.es/servicios/igualdad/

ÁREA DE IGUALDAD - Ayuntamiento del Valle de Aranguren

Plaza Mutiloa, s/n 2ª planta - Mutilva

De lunes a viernes - 9:00-14:00 | Tel. 948 15 13 82 | igualdad@aranguren.es