



nº 23. Zenb.

Maiatza  
2019  
Mayo

# GIZATIAK

Erromo-Areetako Emakumeen  
Elkarte Sozio-kulturala

Asociación Sociocultural de  
Mujeres de Romo-Las Arenas



# AURKIBIDEA / SUMARIO

**Pag. 3**

Editorial

**Pag. 4 / 5**

Comisiones y Junta

**Pag. 6 / 7**

Las Sinsombrero

**Pag. 8 / 9**

Colegio Divina Pastora; Más de 100 años educando a las mujeres en Las Arenas

**Pag. 10 / 11**

“Solidarios sin Fronteras” Una forma innovadora de cooperación.

**Pag. 12 / 13**

Viajes: Sevilla y Croacia

**Pag. 14 / 15**

“MIA” una ópera contra la violencia sobre las mujeres

**Pag. 16 / 17**

Actividades y eventos

**Pag. 18 / 19**

La Sororidad; Complicidad femenina

**Pag. 20**

El Museo de Bellas Artes de Bilbao cumple 110 años

**Pag. 21**

Propuestas de lectura

**Pag. 22 / 23**

El Duelo: Cómo vivirlo

**Pag. 24**

Frases de mujeres

**Pag. 25**

Recordando a Carmen Alborch

**Pag. 26**

La mujer venezolana

**Pag. 27**

8 de Marzo



**QUE TODOS LOS DÍAS CADA  
NIÑA Y MUJER QUE SALE DE  
CASA VUELVA SANA Y SALVA**

**Argitaratzailea/Edita:**  
GIZATIAR

**Erredakzio - Diseinua/Redacción - Diseño:**  
Comisión Instituciones

**Azala - Maketazioa/Portada - Maquetación:**  
Cosme Gumuzio

**Euskera:**  
Servicio Traducción Ayuntamiento de Getxo

**Argaskiak/Fotografía:**  
Archivo de Gizatiar y otras fuentes

**Kolaboratzaileak/Colaboradoras:**  
Comisión de Salud y Comisión de Cultura

**Imprimizailea/Imprime:**  
Cianoplan

# EDITORIALA / EDITORIAL

**E**makumeok agintea hartu behar dugu, gure bizitza zuzentzeko, aurre egiteko, eta "ezin da egin" esatetik, "egin dezaket" esatera pasatzeko.

Atzera begiratzen badugu, hainbat emakumeri esker gara gaur egun libreagoak, eta horiei esker, askatasunera heltzeko geratzen den bidea ere laburragoa da. Hona hemen adibideetako batzuk:

*Alexandriako Hipatia* (355-415), zientzian esku hartu zuen lehen emakumea.

*Christine de Pizan* (1364-1430), historiako lehen emakumezko idazle profesionala.

*Olympe de Gouges* (1748-1793), Emakumearen eta herritarren eskubideen deklarazioa argitaratu zuen Frantziako Iraultzan.

*Susan B. Anthony* (1820-1906), mugimendu sufragista iparramerikarraren iburua.

*A Clara Zetkin*, (1857-1933), Alemaniako politikari komunista; Emakume langilearen eguna hari zor diogu.

*Clara Campoamor* (1888-1972), Espainian emakumeen botoaren bultzatzaileetako bat izan zen (1931. urtean lortu zuten).

*Benazir Bhutto* (1953-2007), gehiengo musulmaneko herrialde bateko lehen emakumezko lehen-dakaria izan zen.

*Katherine Switzer*, Estatu Batuetan maratoi batean parte hartu zuen lehen emakumea izan zen 1967ko apirilaren 19an.

Horregatik guztiagatik ez dezagun utzi emakume zoragarri horiek egiten joan diren bidea desitxuratzea, oraindik ahula dena, baina gero eta sendoagoa. Bete dezagun gizon eta emakumeen bihotza emakumeen aldeko pentsamendu eta ekintzekin, geure bultzadaz eta erabakitasunez bakarrik lortuko dugulako gure ingurukoen, eta horrenbestez, gero eta jende gehiagoren aldekoa.

Gizatiar elkarteak duela 24 urte hasi zen lanean, boluntario, ordezkari, bazkide eta bestelakoekin, emakumeen ahalduntzea eta askatasuna lortzeko konpromiso eta ardurarekin. Horrela, trebakuntzak, bidaiak, hitzaldiak eta tailerrak antolatzeaz gain, aldizkaria ere argitaratzen dugu.

**L**as mujeres debemos tomar las riendas para dirigir nuestra propia vida, revelarnos y pasar del "no se puede hacer" al "puedo hacerlo".

Echando la vista atrás vemos que ha habido muchas mujeres responsables de que hoy seamos más libres y quede menos camino por recorrer hacia la libertad. Aquí tenemos algunos ejemplos:

*Hipatia de Alejandría* (355-415) precursora de la presencia de la mujer en la ciencia.

*Christine de Pizan* (1364-1430) primera escritora profesional en la historia.

*Olympe de Gouges* (1748-1793) publicó durante la Revolución Francesa, la Declaración de los derechos de la mujer y la ciudadana.

*Susan B. Anthony* (1820-1906) la Líder del movimiento sufragista norteamericano

*A Clara Zetkin*, (1857-1933) política comunista alemana, le debemos la fundación del Día de la Mujer Trabajadora.

*Clara Campoamor* (1888-1972) una de las principales impulsoras del voto femenino en España (conseguido en 1931).

*Benazir Bhutto* (1953-2007) Fue la primera mujer en presidir un país de mayoría musulmana.

*Katherine Switzer* el 19 de abril de 1967, forjó el destino de las mujeres corredoras en Estados Unidos y el resto del mundo.

Por eso no dejemos que se desdibuje el camino tenue, aunque cada vez más nítido, que estas espléndidas mujeres han ido esbozando. Inundemos el corazón de hombres y mujeres con pensamientos y acciones en pro del género femenino porque sólo nuestro empuje y determinación conseguirá lograr el cambio de los de nuestro alrededor y por ende, de más y más gente.

Gizatiar empezó su camino hace 24 años, con sus voluntarias, delegadas, socias etc... con un compromiso y dedicación hacia el empoderamiento y libertad de las mujeres, con formaciones, viajes, conferencias, talleres e incluso, nos atrevemos con la publicación de la revista.



# Comisiones y Junta

## Voluntarias

Un año más nos queremos presentar. Como sabéis en Gizatiar todo se hace de manera altruista. Nosotras, las que formamos parte de la Junta y de las distintas comisiones somos las voluntarias, las que hacemos posible que esto funcione. Aportamos todo nuestro esfuerzo e ilusión y de verdad que merece la pena. Recibimos mucho más de lo que damos, aprendiendo cada día. Te animamos a que te unas a nosotras. Entre todas construimos Gizatiar.



**Sentadas izda a dcha:** Maria Luisa Herrero, Carmen Gaztañaga, Marga Tarrazaga.

**De Pie izda a dcha:** Olga Bolivar, Irene García, Pilar del Hoyo, Manuela Caballero, Berta Garcia, Mari Carmen Etxebarria, Marta Barrie, Karmele Urquijo

### Junta 2019

**Sentadas izda a dcha:** Elena Vicente, Begoña Bas, Marta Barrie

**De Pie izda a dcha:** Marisa Pedrero, Karmele Aza, Yolanda Ateka

**Ausente:** Maite Martín



### Comisión de Instituciones

**De Izquierda a Derecha:** Marisol Abad, Aurora Díaz, Maria Isabel Aguirre, Maite Duñabeitia, Pilar del Hoyo, Alicia Sola, Luisa Herrero, Irene Gonzalez

**Ausente:** Mercedes Lejarza.



### 4 Comisión de Cultura



**Comisión de Atención a la socia**

**Sentadas izda a dcha:** Margarita Ferrer, Irene García, Ana Mari Landa.

**De Pie izda a dcha:** Aurori Cortes, Charo Lopez, Carmen Nieto, Marisa Gil, Mentxu Sanz, Tere Sarricho, Mari Carmen Gonzalez, Sonia Muñoz, Helena Salazar.

**Sentadas izda a dcha:** Maite Sanchez, Olga Bolívar, Flor Gil

**De Pie izda a dcha:** Rosa Maria Sánchez, Mercedes de Villa, Maria Castaño, Mari Ángeles Ortiz, Mercedes Torres, Julia Pascual, Conchi Bayona.



**Comisión de Ayuda solidaria**



**Comisión de salud**

**Arriba izda a dcha:** Ana Garcia, Ana M<sup>a</sup> Escobal, Begoña Madariaga, Begoña Mardones, Sol Ibarguen, Carmen Perez.

**Medio izda a dcha:** Begoña Larraona, Begoña Merino, Puri Gomez, M<sup>a</sup> Jose Elorriaga, M<sup>a</sup> Rosa Villa, M<sup>a</sup> Sol Mezo

**Abajo Izda a Dcha:** Marisol Martinez, Azucena Loren, Aurora Calvo, Ana Martinez, M<sup>a</sup> Jose Quintana, Maite Basterrechea y Rosa Orden

**Sentadas izda a dcha:** Begoña Gandía, Esther Isart, Marisol Silvano, Maria Antoni Intxauspe.

**De Pie izda a dcha:** Mariam Fernandez, Dorita Espinel, Karmele Urquijo, Carmen Reguilón, Patricia Martín, Nati Morales, Mari-Cruz Lachén.



**Delegadas**

# Las Sinsombrero

La generación del 27 se conoce como el movimiento artístico y sobre todo literario del siglo XX. Sus componentes, nacidos casi todos en torno a 1898, es decir, cuando España sufre la mayor crisis de identidad de su Historia, perdiendo las últimas colonias, arruinada, mal gobernada, etc., encuentran en este periodo de entreguerras una oportunidad para cambiar, sienten la necesidad de renacer en libertad, de descubrir un nuevo horizonte artístico y social que culminara con la llegada de la República en 1931.

Sin embargo, dentro de este movimiento genial que ha dado los nombres más sonados de la cultura reciente como Lorca, Miguel Hernández, Alberti, Jorge Guillen, Buñuel, Dalí, etc., ni siquiera nos choca no encontrar o por lo menos no ser capaces de mencionar a ninguna mujer. Y sí, hubo mujeres en este movimiento. Bastantes y muy brillantes, tanto o más que los hombres. Hubo mujeres poetas, filosofas, escritoras, pintoras, escultoras, ilustradoras, actrices..... ¿Qué fue de ellas? ¿Por qué no se mencionan en los libros? ¿Por qué cayeron en el olvido incluso entre sus mismos compañeros que les trataban como iguales?

Las "sinsombrero" son estas mujeres. Mujeres que se quitaron el sombrero, símbolo de la normalidad social, del acomodo y hasta de la decencia en esos años. Algunas de ellas junto con Dalí y García Lorca hicieron este gesto de salir a la calle sin sombrero por la Puerta del Sol y les tiraron piedras, llamándoles de todo. Ese fue el gesto, pero detrás había mucho más. Había unas mujeres que no quisieron conformarse con lo que la sociedad les tenía preparado por ser mujer. Que se formaron, que estudiaron llegando incluso a la universidad, donde se empezó a admitir



mujeres en 1910, que escribieron poesía, artículos, novelas, pintaron, esculpieron, etc. En igualdad con los hombres se codearon con filósofos como Ortega y Gasset, con catedráticos, intelectuales, participaron en tertulias, en conferencias, en debates.

La República fue para esta generación el momento esperado, pero casi más para ellas por sus leyes en favor de las mujeres, el derecho al voto, el divorcio, la igualdad jurídica. Todas participaron activamente, involucrándose en las famosas "misiones pedagógicas", en la promoción de la mujer, militando en partidos políticos. No todas tenían las mismas ideas políticas, pero sí una conciencia de cambio, de que algo importante estaba empezando.

La Guerra Civil fue para todos el fin de todas las esperanzas. Pero para ellas supuso además su olvido, su desaparición. Unas se marcharon al extranjero, huyeron a Sudamérica, a Europa, donde bastantes siguieron con su actividad, publicando, creando, llegando a ser reconocidas, aunque en España no nos enteráramos. Otras sufrieron un exilio peor, el exilio interior. Quedándose en España tuvieron que vivir socialmente reprimidas, ignoradas incluso por los





## “.... es el momento de destacar el papel de Las Sinsombrero”

que habían sido sus compañeros, lo que les llevo a muchas a autoexiliarse como artistas, a no volver a escribir ni a publicar. A pesar de todas las dificultades, con el tiempo algunas de las que se quedaron fueron buscando su espacio y han acabado siendo figuras importantes de nuestra cultura.

Ahora que las mujeres, aun quedando mucho por hacer, hemos conseguido las cotas de libertad y derechos por los que estas mujeres rompieron barreras, es el momento de reivindicar el papel de las "sinsombrero", de descubrirlas , de acordarnos de ellas como pioneras que fueron en la lucha, sobre todo, por hacer lo que querían.

Maruja Mallo , pintora surrealista; Rosario de Velasco , pintora; Marga Gil Roesset, escultora; María Zambrano , filósofa; M<sup>a</sup> Teresa León , escritora; Josefina de la Torre , poeta y actriz; Rosa Chacel , escritora; Ernestina de Champourcin , poeta; Concha Mendez , escritora; Margarita Manso, pintora ; Angeles Santos , artista grafica; Carmen Conde , poeta y escritora ; Consuelo Berges , poeta; Elena Fortun , novelista .....ETC, ETC,ETC.

### Fuentes:

*"Las Sinsombrero: Sin ellas la historia no está completa"* (Tania Balló, Espasa, 2016)

*"Las Sinsombrero 2: Ocultas e impecables"* (Tania Balló, Espasa, 2018)



# Colegio Divina Pastora

**Existe en pleno casco urbano de Las Arenas un colegio que cada curso escolar acoge en sus aulas a cerca de 300 niños y niñas. Es el colegio Madre del Divino Pastor que, desde hace más de 100 años, forma parte de la historia de Getxo.**

La historia de los colegios Madre del Divino Pastor se remonta a 1850, cuando el fundador de las Hermanas Capuchinas de la Madre del Divino Pastor, Beato José Tous y Soler, abrió varios colegios en Cataluña preocupado por la falta de centros de educación para niñas.

Tras su muerte, en 1871, las hermanas vieron la necesidad de expandir el carisma de su fundador a través de colegios en otros lugares de la geografía nacional. Así, el 25 de junio de 1904 se trasladaron al barrio conocido como "Las Delicias" de Las Arenas, en Bizkaia. Aquí alquilaron para sus clases los bajos de una espaciosa casa cuyas salas habían sido para baños de mar. En 1903 la fonda y casa de baños se convirtió en viviendas de alquiler.

El 11 de mayo de 1905, el arquitecto municipal Fidel Iturria elabora un informe favorable tras reconocer "el edificio destinado a enseñanza no oficial en la calle Barria nº 10". Aunque las hermanas capuchinas pronto se quedaron sin suficiente espacio para acoger tantas niñas y, por eso, se instalaron en una casa recién construida en la calle Gobela, número 22.



Clase de 1922



Procesión por las calles de Las Arenas.

Desde su fundación el colegio ha sido un referente en la vida de Las Arenas. Por sus aulas han pasado miles de niñas y niños del pueblo. Durante años fue solo de niñas pero admitía niños en su parvulario. De todos los colegios que había en Las Arenas es el único que permanece, ofreciendo ininterrumpidamente durante más de 100 años un servicio impagable a la sociedad getxotarra.

Dentro de sus actividades destacaban las de carácter religioso (San Francisco, El Pilar, Domund, Cristo Rey, etc) fiestas que llenaban el barrio de procesiones de gran vistosidad, con banderolas, alumnos ataviados con sus negros uniformes y niños/as vestidos de angelitos recorriendo las calles del barrio.

***“... un colegio muy especial en el centro de Las Arenas. Es pequeño y a la vez es grande”.***



El colegio continúa en la misma ubicación, calle Gobela nº 17, aunque ha sufrido múltiples transformaciones desde sus inicios. De ser femenino pasó a ser mixto y los edificios rodeados de jardines y árboles dieron paso a lo que conocemos actualmente: un edificio perfectamente integrado en el casco urbano de la ciudad.

### **Presente del colegio Madre del Divino Pastor de Las Arenas**

“Existe un colegio muy especial en el centro de Las Arenas. Es pequeño y a la vez es grande”. Así definía recientemente una madre el colegio Madre del Divino Pastor; es pequeño porque apenas llega a 300 estudiantes y es grande porque es muy diverso.

En los últimos años, en paralelo a la transformación que va viviendo el municipio, este pequeño colegio ha ido recibiendo a niños y niñas de otros países. En un equilibrio natural conviven niños europeos, asiáticos y americanos. Con la colaboración del profesorado y de un grupo de familias, el colegio trabaja activamente para sacar todo el potencial que supone tener el mundo recogido en un colegio pequeño. Los resultados son evidentes en aulas donde estudiantes avanzan a un ritmo parecido en un ambiente sin diferencias, abierto al mundo, en el que se fomenta la paz y la convivencia.

Hoy en día, conocido popularmente como La Divina Pastora, el colegio atiende a diario a casi 300 niños y niñas desde infantil hasta completar secundaria, en el modelo educativo que combina euskera y castellano.

Su mejor acreditación es que muchos de los que fueron estudiantes han vuelto a elegir el colegio de su infancia para la educación de sus hijas e hijos.



# Solidarios Sin Fronteras

**Solidarios Sin Fronteras es una ONG que nace en 2012 a consecuencia de la guerra del Yemen. La inician dos mujeres catalanas y una yemení para combatir la hambruna producida por la guerra y detener el matrimonio infantil.**

## **PREGUNTA- ¿Cómo y cuándo surge la ONG "SOLIDARIOS SIN FRONTERAS"?**

SOLIDARIOS SIN FRONTERAS- SOLIDARIOS SIN FRONTERAS surge como resultado de un viaje de turismo a Yemen en solitario en 2012. Allí el destino quiso que me cruzara en un café con Faten Al Osimi. Ella celebraba su cumpleaños con amigos y yo les miraba con curiosidad porque en Yemen no es fácil ver chicos y chicas juntos divirtiéndose. Tanto miraba que ella se levantó, me trajo un trozo de pastel y me invitó a su mesa. De ahí nació una amistad que se fue haciendo más íntima en los 5 viajes que realicé a Yemen de 2012 a 2015.

En marzo del 2015 estalla la guerra y a las pocas semanas Faten, que sabía que yo llevaba más de 14 años en diferentes proyectos de cooperación internacional por el mundo, me envió un whatsapp que decía: ¿podemos hacer algo por mi gente? tienen hambre". Yo hacía semanas que me había dado cuenta de que mis amigos yemenitas estaban muertos de miedo pero Faten era la única que denunciaba lo que estaba ocurriendo y el silencio internacional.

Aquel whatsapp de Faten hizo que yo buscara "ongs de ayuda humanitaria españolas en Yemen". Ahí vi que no había ninguna (las pocas que hay son grandes e internacionales, ninguna de ellas creada en España), así

que envié un mensaje de vuelta, incluyendo en el mismo a Noelia, mi amiga de Girona que también quería ayudar.

Les escribí: No hay ONG españolas en Yemen, vamos a crearla nosotras. Faten, vas a ser nuestros ojos y manos, harás lo que haría una contraparte local, pero con la diferencia de que no serás una contraparte, serás parte del equipo directivo puesto que este proyecto lo vamos a crear entre las 3.

Así nació SOLIDARIOS SIN FRONTERAS en abril del 2015, con 3 personas y con una máxima desde el inicio: "vamos a crear la ONG en la que a nosotras nos gustaría ser donantes".

Me parece importante remarcar el hecho de que no trabajamos con ninguna contraparte local. Faten no es una contraparte, es una más de SSF. Es importante porque la relación con ella es de amistad ya antes de la guerra. Es mi familia yemení. Sería casi imposible trabajar con una contraparte que no conociésemos, porque en un país con un 82% de personas en emergencia humanitaria, si la única posibilidad es el envío de dinero y tienes que enviarlo a alguien que nunca has visto.... La posibilidad de corrupción es altísima....

## **P- ¿Con qué proyecto empezáis y cuántos proyectos tenéis actualmente?**

SSF- El primer proyecto fue el de AYUDA ALIMENTARIA A FAMILIAS, con el que distribuimos cajas de alimentación a familias que viven en la calle o en edificios abandonados, desplazadas en campos de refugiados o en zonas donde la hambruna hace estragos. Hemos dado alimentos a más de 22.000 personas, especialmente a mujeres con niños y niñas.





*Agua para Yemen*

Al poco tiempo iniciamos el proyecto *AGUA PARA YEMEN*, por el que instalamos y rellenamos dos veces a la semana, depósitos de agua en campos de refugiados. Empezamos con 2 depósitos de 2000 litros cada uno y ya tenemos 14, que dan 224.000 litros de agua mensual a más de 4500 personas.

Posteriormente iniciamos el proyecto *RECONSTRUIR SOCOTRA* en la isla yemení, ya que a pesar de no sufrir bombardeos, 2 ciclones la destruyeron a finales del 2015, dejando a 15.000 de sus 50.000 habitantes sin casa. Hemos reconstruido 138 hogares para más de 1300 personas, y en los últimos meses estamos perforando 5 pozos que darán agua a 1200 personas de zonas beduinas, para evitar que mujeres y niños deban caminar horas para ir a buscar agua.

Por último, en marzo del 2018 iniciamos el proyecto *DESAYUNOS PARA EDUCAR Y PROTEGER*, por el que 525 niñas de una escuela reciben cada día un desayuno completo a base de pan, leche, atún/huevo/queso y fruta, para lograr que de esta forma las familias las lleven a la escuela, alimentarlas y que reciban educación, y el objetivo principal, tratar de evitar que sean dadas en matrimonio por no poder alimentarlas. Cuando empezamos el proyecto faltaban unas 120 niñas. Actualmente van todas, su cara, su actitud, todo ha cambiado, y en breve iniciamos el proyecto en una 2ª escuela.

**P- ¿Por qué les dais a las niñas el desayuno y no a los niños también?**

SSF- Cuando iniciamos el proyecto *DESAYUNOS PARA EDUCAR Y PROTEGER* lo hicimos centrándonos en las niñas porque son el colectivo más vulnerable en Yemen, ya que el matrimonio infantil se ha disparado desde el conflicto por la situación humanitaria tan terrible que viven las familias.

Ese fue el motivo por el cual iniciamos el proyecto con las niñas. Pero la segunda escuela en la que vamos a empezar el proyecto es mixta, porque si bien es cierto que la realidad de las niñas es la más terrible, los niños sufren otro tipo de violencia: son reclutados como niños soldados, así que dar alimentación en la escuela impedirá que vaguen por las calles y sean captados por mafias o por grupos armados.

**P- ¿Cómo se puede colaborar con Solidarios sin Fronteras?**

SSF- Realmente esta es una de las mayores dificultades de trabajar en Yemen: lograr que la gente comprenda que el bloqueo de un país impide trabajar como en otros lugares (enviando containers de ropa, alimentos...). Aquí no se puede, por eso son tan importantes las aportaciones económicas.

En nuestra web tenemos todas las formas para colaborar, desde 1€ al mes en nuestros grupos teaming (plataforma de microdonaciones donde la persona que se une dona 1€ cada mes). Tenemos 2 grupos, uno para dar agua y otro para el proyecto de los desayunos. Realmente, teaming encarna perfectamente la idea de mi querido Eduardo Galeano: "Mucha gente pequeña, en lugares pequeños, haciendo cosas pequeñas, pueden cambiar el mundo". Podemos aseverarlo, porque los más de 1000 miembros de cada grupo nos están permitiendo verdaderos milagros en Yemen.

Todo ABSOLUTAMENTE todo se destina a Yemen. Aquí no hay salarios, ni gastos de administración, ni alquileres, ni viajes... En el apartado TRANSPARENCIA de nuestra web se puede ver como el destino de todos los fondos es Yemen y las familias yemenitas.

# Viajes



El pasado 7 de mayo 48 socias de Gizatiar tomaron rumbo hacia **Sevilla**, al haber sido un destino muy solicitado por las socias y aprovechando que ese mismo año fue declarada "**Ciudad de Murillo**", ya que se celebraba el cuarto centenario de su nacimiento.

Como la distancia de Las Arenas a Sevilla es de 875km, se realizó en dos etapas:

La primera parte, se hizo hasta **Toledo**, en la que se llegó a la hora de comer, y por la tarde se realizó una visita a la ciudad.

A la mañana siguiente se prosiguió viaje hasta Sevilla donde pudieron conocer, en los siguientes días, los sitios más emblemáticos de la ciudad. También se realizó un paseo en barco para poder disfrutarla desde otro punto de vista.

A la vuelta se detuvieron en **Ciudad Rodrigo** donde recorrieron sus rincones más bonitos.

Ya por la noche, se clausuraba el viaje con la cena de disfraces que todos los años se realiza y que tiene tan buena acogida por su derroche de imaginación e ilusión. En la sobremesa se repartieron los obsequios que trae cada año "el amigo invisible".

Al día siguiente 11 de mayo, se regreso a Las Arenas, contentas de haber participado en un viaje agradable que fue posible porque voluntarias de la asociación trabajan para que esto y mucho más sea posible.





# CROACIA

Desde el aeropuerto de Loiu partieron el pasado 3 de Junio 47 socias de Gizatiar con destino a Venecia donde fueron recibidas por Samanta la guía que iba a acompañarlas durante el viaje de 8 días para dirigirse a **Eslovenia, Croacia y Montenegro**. Durante la primera parte del viaje visitarían **Liubliana, el Castillo de Predjama y las cuevas de Postojna** todos ellas enclavadas en Eslovenia. Una vez realizada esta visita se dirigieron a **Opatija** ciudad que pertenece a Croacia.

Al día siguiente visitaron **los lagos de Plivitca**, donde navegaron en uno de ellos y comieron en un agradable restaurante para reponer fuerzas y continuar por la tarde la visita a **Zadar**.

En una nueva jornada, después del desayuno, pusieron rumbo a una pequeña ciudad llamada **Siberik**. A continuación visitaron el **Palacio Dioclecino**.

El séptimo día pasearon por **la ciudad medieval de Trogir** y pudieron deleitarse con su encanto. Por la tarde partieron para **Dubrovnik** donde llegaron para cenar y descansar. Por la mañana pasearon por el centro histórico de esta maravillosa ciudad medieval.

El penúltimo día se organizaron para conocer **Montenegro, Perast y Kotor** y el ultimo día aprovecharon la mañana para conocer las playas cercanas al hotel y después del paseo comenzó la vuelta a casa, cansadas pero contentas de haber pasado unos días conociendo una zona de Europa cargada de historia y belleza.



# Opera "Mía"

El día 10 de marzo de 2018 se estrenaba en el auditorio municipal de Vila-real (Castellón) la ópera "Mía", una de las primeras creaciones dedicada a la lucha contra la violencia de género e interpretada íntegramente en español.

"Mía", escrita por el compositor y director de orquesta Alfredo Sanz Corma e interpretada en esta ocasión por el tenor Vicente Ombuena y la soprano Ruth Terán, está basada en hechos reales y obtuvo un gran éxito en su estreno.

## PREGUNTA- ¿Puede explicarnos las partes de que consta esta ópera?

ALFREDO SANZ CORMA- La obra consta de tres actos, en los que se plantean el encuentro de una pareja, la fase inicial en toda relación, el nudo de la trama en el segundo acto y el desenlace en el tercero. Tiene una duración aproximada de unas dos horas y quince minutos. Desde el punto de vista musical, he renunciado a la abstracción, intentando coser el lenguaje textual con el musical, y es una obra sencilla de escuchar. Nosotros reivindicamos, el ser poéticamente correctos y pretendemos contar una trama sin renuncias, pero ofreciendo al espectador la libertad de elegir lo que ocurre.

## P- ¿Cómo nació la idea de escribir la obra?

A.S.C- La idea surgió, como en muchas ocasiones, de un cúmulo de circunstancias. Durante una reunión, la pareja de un amigo relataba parte de su experiencia profesional en un juzgado de violencia de género y ... le pregunté que le parecía la idea de reflejar esta problemática a través de una ópera.

Actualmente, Pilar, que así se llama, ejerce de delegada del Gobierno para la violencia de género.

## P- ¿Por qué decidió titularla "Mía"?

A.S.C- Fue durante una de las muchas sesiones de brainstorming previas a la configuración de la historia definitiva. Desde luego, creo que el sentimiento de posesión, es la antesala de la violencia. Y un posesivo como "mía", supone toda una declaración de intenciones.

"Mía" trata un asunto poco frecuente en la temática operística ¿le ha resultado difícil su composición?

La violencia de género tiene varios antecedentes en la literatura operística, pero creo no equivocarme al decir que esta obra es la primera compuesta en español sobre este gravísimo problema atemporal.



**ESTRENA | 10 DE MARÇ DE 2018 | 20.00 h**  
Auditori Municipal Músic Rafael Beltrán Moner de Vila-real



## “Un posesivo como “MIA” supone toda una declaración de intenciones”



El proceso creativo fluye al ritmo que vas desgranando la historia. En este caso, escribí primero el libreto, y luego traté de reflejar musicalmente las situaciones que se van sucediendo.

En aproximadamente un año se cerró el ciclo.

**P- ¿Lleva mucho tiempo documentarse para crear una obra como ésta?**

A.S.C- Me documenté gracias a tener acceso a expedientes reales y créanme que me produjeron un impacto tremendo. Que lleguen a hacerse estadísticas sobre aspectos como qué día ocurren, a qué horas,, la descripción de las situaciones... es tremendo. Por eso, porque no puedo entender estos episodios en una mente sana, retraté a los celos en un personaje real pero, que evidentemente solo puede ver el protagonista.

Por otra parte, decidí situar la acción en un estrato social de una profesional liberal, y un entorno de clase media, ya que aparte de hacerle un guiño a mi profesión, quería poner de manifiesto que es una problemática transversal desde el punto de vista social.

**P- ¿Qué impacto ha tenido su obra en los colectivos feministas y en la sociedad en general?**

A.S.C- El impacto es variable según el espectador ya que se deja al criterio del mismo el análisis de los hechos. Pero recuerdo que en los saludos finales el protagonista masculino fue abucheado en principio, hasta que el público reaccionó al darse cuenta de que estaba interpretando un papel.

Respecto a los colectivos es pronto para saber su reacción, ya que la representación de una ópera no es una cuestión cotidiana, salvo en las temporadas de los grandes teatros.

Gracias por el interés en la obra y espero que algún día podáis disfrutarla... o sufrirla...



# Eventos.



Carnaval 2019



Saint Emillion (Francia)



Reconocimiento a Ayuda Solidaria



Instituciones: Salida a Servicios Sociales Integrados



Lectura de manifiesto contra la violencia de género (25 N)



Excursion voluntarias 2018 (Elizondo)



Charla de Carmen Feli Pereda



Un partido, una causa (Miribilla)



*Visita al Palacio de la Diputación.*



*Apertura de curso 2018-19*



*Burdeos*



*Votaciones nuevos estatutos.*



*Santa Agueda.*



*Coro en la Fiesta de Navidad*



*Salud: Charla Doctor Galletero*



*Excursión a Gernika.*

# Sororidad

***“... Saber que lo que le pasa a una mujer le pasa o le puede pasar a todas; Nunca es por una, siempre es por todas”***

**D**urante siglos intentaron convencernos de que la verdadera amistad no era cosa de mujeres, pero la verdad es que juntas somos invencibles. Hoy es importante hablar de una nueva palabra con un gran significado: SORORIDAD, reconocida por la Real Academia Española el 21 de Diciembre de 2018 que la define como “agrupación que se forma por la amistad y reciprocidad entre mujeres que comparten el mismo ideal y trabajan por alcanzar un mismo objetivo.”

El origen del término sigue el mismo patrón lingüístico que fraternidad, pero en vez de la raíz latina frater (hermano), usa la voz soror (hermana), que es la misma que se usa para referirse a las mujeres que pertenecen a una comunidad religiosa, como Sor María, por ejemplo. El primer uso documentado del término en español lo encontramos en un texto de **Miguel de Unamuno** publicado en la revista argentina **Caras y Caretas** en 1921, también en su texto de ese mismo año, **La tía Tula**.

El concepto sororidad está siendo utilizado cada vez más y alude al **apoyo, coexistencia y solidaridad entre mujeres frente a los problemas sociales**. Es un valor, como la fraternidad, pero vinculada a la unión y al respeto entre el género femenino, algo que, según quienes analizan el tema, para algunas personas no siempre es fácil de entender. A las mujeres no nos educaron con los valores de la amistad sino más bien para **competir entre nosotras**. De manera similar piensa la antropóloga mexicana Marcela Lagarde, quien apunta que la clave no está en cómo nos queremos sino en que nos respetemos, algo difícil porque no estamos educadas en el respeto a las mujeres. Porque los hombres tienen muy claro que antes que cualquier otro asunto va la amistad entre hombres, pero a nosotras nos han enseñado a vernos como rivales. “La sororidad es un **pacto político de género entre mujeres que se reconocen como interlocutoras**”, escribe Lagarde. “No hay jerarquía, sino un reconocimiento de la autoridad de cada una”.

La sororidad **no plantea que tengamos que ser mejores amigas** ni que entre todas nos caigamos bien. Más allá de los distintos matices del término, lo cierto es que su uso en foros, blogs y redes sociales da cuenta de que la sororidad es parte de la conversación acerca de cómo lograr la igualdad de géneros por la que lucha el feminismo. El percibirse como iguales que pueden aliarse, compartir y, sobre todo, cambiar su realidad debido a que todas, de diversas maneras, hemos experimentado la opresión.” La sororidad pretende ser una experiencia de las mujeres que conduce a la búsqueda de relaciones positivas y a la alianza existencial y política, cuerpo a cuerpo, subjetividad a subjetividad con otras mujeres, para



contribuir con acciones específicas a la eliminación social de todas las formas de opresión y al apoyo mutuo para lograr el poderío genérico de todas y al empoderamiento vital de cada mujer". En definitiva, es una nueva forma de encarar los problemas sociales mediante una relación más íntima y comprensiva entre mujeres, creando así el empoderamiento del género femenino en la sociedad actual. **Saber que lo que le pasa a una mujer le pasa o le puede pasar a todas, nunca es por una y siempre es por todas.**

Desde una óptica no feminista, la palabra sororidad llama la atención por ser, aparentemente, una forma de evitar el término fraternidad. Pero lo interesante de esta elección de palabras es que tiene el poder de hacer que nos cuestionemos por qué hay tan pocas palabras de connotaciones femeninas que se apliquen a todos los seres humanos, hombres y mujeres. El contexto en que se usa la sororidad tiene que ver con la discriminación y el sexismo histórico que se dan y se han dado durante milenios a través de lo que en la teoría feminista se conoce como patriarca-

do. Las mujeres, por el hecho de serlo, están en una posición de desventaja y es por eso que deben cooperar para acceder a los derechos y libertades que les han sido negados históricamente; se refuerza la idea de que las mujeres son iguales en su situación de desventaja ante el hombre. **No se trata de que las mujeres tengan poder sobre los hombres, sino sobre sí mismas**

El feminismo pretende que el concepto de sororidad vaya más allá de la solidaridad y propone una modificación de las relaciones entre mujeres para la construcción de nuestra identidad, para construir un mundo diferente, recordando que todas somos diversas pero no por eso incompatibles. **La sororidad y las nuevas masculinidades son la esperanza para lograr un mundo en equidad** en el cual las mujeres no vivamos como enemigas y los hombres no nos vean como amenaza, donde comprendamos que el mundo está creado para que ambos sexos podamos coexistir más allá de la habitual competencia, para hacer del mundo un lugar mejor para todas las personas.



**Apostemos por la sororidad. Apostemos por las mujeres sumándose a otras mujeres como compañeras y no como rivales, más allá de las diferencias, mujeres demostrando que las mujeres podemos; mujeres sumando a los hombres que saben reconocer el verdadero valor de una mujer.**

# 110 Años del Museo

**E**l Museo de Bellas Artes de Bilbao está viviendo en los últimos años probablemente sus momentos de mayor esplendor. Si algunos pensaban que el “efecto Guggenheim” iba a ser perjudicial porque el público se focalizaría en el nuevo Museo, se equivocaban. La atracción que ha supuesto el Guggenheim a nivel internacional ha hecho que incluso los bilbaínos que vivían de espaldas al Museo se empezaran a interesar por él. Y hemos ido descubriendo que tenemos un magnífico Museo, con unos fondos propios importantísimos en pintura desde la Edad Media, con obras de Murillo, del Greco, de Goya, etc...y sobre todo una colección insuperable de autores vascos.

El Museo fue fundado en 1908, en un momento en que Bilbao era una ciudad en auge, emergente, con una burguesía potente que entre sus aficiones tenía la de coleccionar Arte y por supuesto promoverlo. En 1945 al unirse al Museo de Arte Moderno (inaugurado en 1924), se levanta el edificio antiguo. En 1970 se añadió el edificio moderno y finalmente en el año 1996 bajo la dirección de Miguel Zugaza se convocó un concurso para su ampliación, construyéndose la parte moderna, cambiando la entrada de acceso, optimizándose los servicios (tienda, cafetería, biblioteca, etc.). El Museo se reinauguró en 2001.

Desde sus comienzos ha supuesto un estrecho vínculo entre las Instituciones Públicas y la sociedad civil vasca. Sus fondos provienen de importantes donaciones y legados tanto por parte de las Instituciones como de particulares. En 1991 el Gobierno Vasco entra a formar parte del Museo, sumándose al Ayuntamiento de Bilbao y la Diputación Foral de Bizkaia, creándose en el 2000 la Fundación Museo Bellas Artes de Bilbao.

Actualmente el Museo goza de una excelente salud. Sus visitantes aumentan cada año en casi un 20%, llegándose en 2017 a casi 300.000 personas y en esto probablemente el mencionado “efecto Guggenheim” haya tenido bastante que ver.

El programa de Amigos del Museo que nació en 1981 con objeto de vincular aun más al Museo con la sociedad, aumenta sus miembros constantemente llegando actualmente a casi 3000. En este programa se organizan cada año con gran éxito, cursos, conferencias, charlas, proyecciones, visitas guiadas... muchas veces en colaboración con otros museos y organismos como el Prado de Madrid, la BOS (orquesta sinfónica de Bilbao), etc.

Las exposiciones temporales, fruto del esfuerzo de los directores, atraen a gran cantidad de visitantes. Las del Greco, Sorolla, Antonio López, colección de Alicia Koplowitz, entre otras, se convierten en fenómenos muy populares.

En esta positiva evolución ha sido muy importante la labor de sus directores, destacando entre ellos la de Miguel Zugaza, durangués, que comenzó su carrera en el Museo de Arte Moderno Reina Sofía de Madrid y que desde 1996 a 2002 fue director del Bellas Artes de Bilbao. Ese año aceptó el cargo de director del Museo del Prado donde estuvo 15 años ejerciendo una magnífica labor. En el año 2016 renuncia para volver a Bilbao y retomar la dirección del Museo.

EL Museo de Bellas Artes de Bilbao afronta un futuro brillante. Acaba de ser aprobada una nueva ampliación que aunque supondrá su cierre durante una temporada, seguro que es el salto definitivo para situar nuestro querido Museo al nivel que se merece.



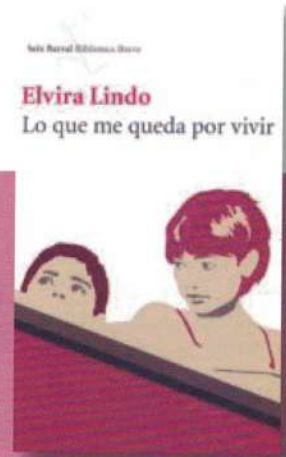
# Lecturas interesantes

## Lo que me queda por vivir

Elvira Lindo  
Editorial: Seix Barral

Cuenta la historia de Antonia, una joven de veintiséis años que se encuentra sola con un niño de cuatro años en el cambiante Madrid de la década de los ochenta. Es el relato de un viaje interior, el de una mujer que se enfrenta a la juventud y a la maternidad mientras lucha por hacerse un lugar en la vida.

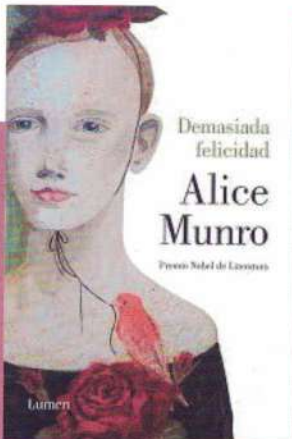
Esta novela inspirada en la propia vida de la escritora y en la de su hijo hace que sea atractiva y que, a pesar de estar editada en el 2010, siga siendo una novela para comenzar a disfrutarla por primera vez o volverla a leer.



## Demasiada Felicidad

Alice Munro  
Editorial: Lumen

10 relatos de la escritora canadiense Premio Nobel de Literatura en el año 2013. Cada uno de los cuales puede considerarse como una pequeña novela. Por el completo tratamiento de los personajes, por la intensidad de las tramas, por la visión que nos da de la sociedad norteamericana. Sus protagonistas son en su mayoría mujeres, con situaciones complicadas, que sufren, "agobiadas"...pero lo que nos transmite Munro es una normalidad con optimismo, esperanza, "felicidad", hasta con ciertos toques de humor. Todo a pequeña escala, como es el mundo en el que se mueven estas mujeres. Y lo hace con humanidad, con ingenio y sobre todo con un estilo impecable y un oficio literario magnífico.

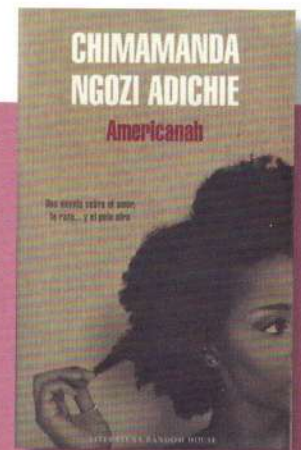


## Americanah

Chimamanda Ngozi Adichie  
Editorial: Random House

A través de los ojos de una africana radicada en Estados Unidos, Chimamanda Ngozi explora los temas del exilio, del desarraigo, de la negritud y de las identidades plurales.

En Estados Unidos, Ifemelu descubre que es negra y cómo el racismo es estructural en la sociedad norteamericana. A medida que toma consciencia de su condición de mujer racializada, la reflexión sobre la cabellera de las mujeres afro toma un perfil cada vez más político. Gran parte de la novela se desarrolla en un salón de belleza. Todas sus experiencias, desgracias y aventuras conducen a una única pregunta: ¿acabará convirtiéndose en una "americanah?", término burlón con que los nigerianos se refieren a los que vuelven de Estados Unidos dándose aires de grandeza.



## RECONOCIMIENTO

Debemos un reconocimiento,

A aquellas mujeres que han pasado gran parte de su vida trabajando, cuidando de hijos, de padres... y se han ido encontrando con que los hijos han volado del nido, los padres se han ido, su vida laboral ha finalizado... Quedando en cierto modo desubicadas; Pero que han tenido la lucidez, el valor, y la capacidad de resetear su mente y sus sentidos, empezando a quererse a si mismas, siendo felices y propiciando la felicidad de los seres de su entorno.

Un abrazo a todas ellas por su buena salud mental.

Patricia Martín, GRUPO DE SALUD.

# El Duelo: Cómo vivirlo.

**A**unque el duelo no es una enfermedad, vivir la muerte de un ser querido es probablemente una de las experiencias más duras y difíciles por la que pueda pasar un ser humano. Esta vivencia es única para cada persona, por lo que cada doliente siente y expresa su dolor de una sola manera: la suya.

*Es frecuente creer que la persona querida no ha muerto, que es un sueño. Todo este proceso crea la sensación de una falta de control ante la vida.*

El duelo es como un camino que hay que recorrer y cada persona tiene que hacer el suyo, es un camino sin atajos, cada persona necesita su tiempo para recorrerlo.

El duelo se expresa a través de manifestaciones tanto físicas como psicológicas. Son habituales sentimientos de tristeza, melancolía, que a veces pueden llevar a la depresión. Puede aparecer miedo a la enfermedad, al futuro, a la soledad y también es frecuente la culpa, con reproches continuos por cosas que ocurrieron, o por las que no ocurrieron, en la relación con la persona fallecida y aparece la pena por lo que no se dijo, por creer que no le demostraste todo el cariño que le tenías...

Puedes estar enfadada, o sentir verdadera rabia, dirigida contra familiares, médicos, contra tu persona, contra Dios o incluso contra la persona fallecida.

## IDEAS EQUIVOCADAS SOBRE EL DUELO

Existen cantidad de tópicos y frases hechas, de contenido totalmente negativo y perjudicial, que es mejor no tener en cuenta.

-**"El tiempo lo cura todo"**. El tiempo puede mitigar tu sufrimiento, pero lo que realmente te ayudará es lo que hagas durante ese tiempo.

-**"A él o a ella no le gustaría verte así"**, "Si no lo superas, no le dejas descansar". Una persona fallecida no siente ni piensa, este tipo de mensajes sólo añaden culpa.

-**"No pienses en él o en ella que es peor"**. **"Lo que tienes que hacer es irte de viaje, distraerte y olvidarte de todo"**. La elaboración del duelo precisa que se sienta el dolor, expresar las emociones que nos despierta su ausencia y es necesario recordar, revivir y sentir lo sucedido y lo que estás viviendo.

-**"Hay que ser fuerte"**. Se transmite la idea de que expresar dolor o emociones es símbolo de debilidad, cuando es todo lo contrario ya que afrontar el dolor,

sentirlo y manifestarlo, es el camino para su superación.

## ¿QUÉ HACER PARA SENTIR CIERTO ALIVIO Y CONSUELO?

Intenta hacer una vida lo más parecida a la que hacías antes, donde haya un tiempo para el reposo, el trabajo, la reflexión o la oración si eres creyente.

Quizás te pueda aliviar hablar con otras personas que están en duelo o con personas de tu confianza. Por eso conviene que mantengas contacto con familiares, amistades, vecinos... y a pesar de que muchas veces nos cuesta pedir ayuda, conviene tanto solicitarla como aceptar la que se te ofrece. Piensa que cada uno tiene su propio duelo porque también era su hermano, su padre, su hijo... y viven la pérdida a su ritmo, y seguro que es diferente del tuyo.

También te puede ayudar escribir una carta a tu ser querido, hablarle a su foto diciéndole todo aquello que quedó sin decir o contarle simplemente cosas cotidianas, lo que te ha pasado ese día. Y, sobre todo, revisa los recuerdos de la vida en común, los buenos pero también los malos, esto alivia. Es importante que te cuides por dentro y trates de entenderte.

Debes procurar ser muy paciente contigo y recordar que lo que te ocurre es lo normal en tu situación, aunque es muy frecuente la sensación de desorientación y desbordamiento. La culpa casi siempre está presente, pero generalmente es irracional, no tiene una explicación real. Cuando llega la culpa, es bueno pararse y reflexionar, repasar lo que hiciste.

También hay que permitirse llorar. El llorar profundamente alivia de verdad, es un desahogo y una "salida" al dolor acumulado.

*El llanto no indica que la evolución del duelo vaya mejor o peor, es sólo un mecanismo natural para aliviar las tensiones emocionales, que no se debe reprimir.*

El luto interior lleva su tiempo y son normales los altibajos en el estado de ánimo.

No debes caer en la excesiva autocrítica por no acabar de encontrarte bien. Ten presente que cada persona necesita su tiempo para elaborar su pérdida. La gran mayoría de los duelos se acaban resolviendo sin necesidad de ayudas fuera de los recursos naturales: la familia, amistades o vecinos.

**“... Se dice que los dolores del alma que el cuerpo no llora en forma de lágrimas, los llorará en forma de dolor y enfermedad.”**

### **¿CÓMO PODEMOS AYUDAR A QUIEN ESTA ENFRENTÁNDOSE A UN DUELO?**

Cuando vivimos de cerca el duelo que está afectando a una persona querida, debemos tener en cuenta que, muchas veces, nosotros también estamos afectados por la pérdida y haciendo nuestro propio duelo, y a esto debemos añadir la impotencia que nos crea el no poder ayudarle para evitar su dolor.

En líneas generales, podemos decir que la mejor manera de ayudar a una persona en duelo es acompañarle en su camino, interesarnos por sus necesidades y respetar el tiempo que precise para recorrerlo.

El dolor que cada persona siente por la pérdida de un ser querido, no se lo puedes evitar. Tampoco lo hará una pastilla, ni la ayuda de un especialista. Pero lo que, sin duda, resulta muy importante es la compañía y compartir sus lágrimas, si las sientes.

Hay que olvidarse del reloj y los calendarios porque no hay un tiempo de resolución como objetivo para volver a la normalidad. Resulta comprensible que, a veces, te sientas impaciente porque parece que no avanza, que siempre está con lo mismo, con su tristeza, con su vida centrada en el pasado... A pesar de todo, no es conveniente apremiar ni presionar, porque con esto lo único que consigues es que oculte sus sentimientos cuando esté contigo.

Se dice más, y se ayuda más, con una mirada, una sonrisa, un apretón de manos o con un abrazo que con una frase hecha. Un abrazo a tiempo puede ser la mejor de las medicinas.

Es frecuente que, a lo largo del camino del duelo, los estados de ánimo varíen, a veces en relación a los aniversarios, fiestas, cumpleaños, vacaciones... Otras veces ni se sabe. Esto no indica que se encuentre peor, simplemente es parte del proceso. Tampoco el llanto indica que se encuentra peor, es sólo un modo natural de aliviar la tensión emocional. Se dice que los dolores del alma que el cuerpo no llora en forma de lágrimas, los llorará en forma de dolor y enfermedad. No hay que reprimir el llanto, ni tener miedo a compartirlo, porque si es sincero, es bueno para quienes lo comparten.

Conviene mantener el contacto a lo largo del tiempo, y no limitarse sólo a las primeras semanas. Son preferibles las visitas cortas y frecuentes, que las prolongadas y muy espaciadas en el tiempo. Las personas en duelo tienden, en muchas ocasiones, al aislamiento, por eso es conveniente saber ofrecer ayuda y anticiparse a sus necesidades.

En las primeras fases del duelo, cuando el sufrimiento es muy intenso, el deseo de proteger y evitar el dolor hace que se tomen decisiones, a veces precipitadas.

*Conviene durante unos meses evitar la toma de decisiones importantes, sobre todo si son irreversibles.*

La gran mayoría de los duelos se resuelven dentro de la normalidad. Solamente entre un 10 y un 20% se acaban complicando pero, en la mayoría de estos casos, había unos predictores de riesgo que indicaban que el duelo podía complicarse. Estos predictores tienen en cuenta los antecedentes de la persona en duelo, su relación con la persona fallecida, las causas de la muerte, el apoyo sociofamiliar que tenga...

Posiblemente, sobre todo al principio, te pueden asustar manifestaciones de dolor que suelen ser muy intensas, como una enorme ansiedad, o estar profundamente triste, con una gran pena, confusión o enfado con el ser querido. Puede haber conflictos con la familia o dificultades para aceptar lo que ha ocurrido, puede comenzar o aumentar una conducta adictiva... pero conviene dar un tiempo para ver cómo evolucionan. Sobre todo, es importante ver en qué grado en que estas manifestaciones le impiden a la persona reincorporarse a su vida en todos los aspectos.

Víctor Landa Petralanda y Jesús Ángel García García son Médicos Especialistas en Medicina Familiar y Comunitaria, expertos en Duelo. Actualmente trabajan con grupos de Autoayuda en Duelo en el Centro de Salud de Kuetu (Sestao).

# Frases de Mujeres

***“No olvidéis jamás que bastará una crisis política, económica o religiosa para que los derechos de las mujeres vuelvan a ser cuestionados. Esos derechos nunca se dan por adquiridos. Debéis permanecer vigilantes durante toda vuestra vida”***

Simone de Beauvoir, escritora, profesora y filósofa (París 1908 - 1986)



***“La libertad se aprende ejerciéndola”***

Clara Campoamor, escritora y política (Madrid 1888 - Lausana 1972)

***“No se pasa de lo posible a lo real, si no de lo imposible a lo verdadero”***

María Zambrano, pensadora, filósofa y ensayista.  
Premio Príncipe de Asturias y Cervantes (Málaga 1904 - Madrid 1991)



***“Siempre he creído, y sigo creyendo, que la imaginación y la fantasía son muy importantes puesto que forman parte indisoluble de la realidad de nuestra vida”***

Ana María Matute, novelista y miembro de la RAE.  
Premio Cervantes, Planeta y Nadal (Barcelona 1923 - 2014)

***“No acudiré a los foros donde solo haya ponentes varones. Es inadmisibile en estos tiempos”***

Teresa Laespada, Licenciada en Ciencias Políticas y Doctora en Sociología,  
Diputada Foral de Empleo, Inclusión Social e Igualdad (Bilbao 1963)



# Recordando a Carmen Alborch

*“El feminismo ha mejorado la vida de todos los ciudadanos. Debería ser patrimonio inmaterial de la humanidad porque ha mejorado el mundo”*



**CARMEN ALBORCH BATALLER** nació en el pueblo de Castellón de Rugat (Castellón) el 31 de octubre de 1947. Fue la mayor de cuatro hermanos y cuando apenas tenía un año, sus padres se trasladaron a Valencia, donde falleció el pasado 24 de octubre de 2018 víctima de un cáncer.

Estudió Derecho en la Universidad de Valencia, se licenció en 1970 y se doctoró cum laude en 1973. Se casó y posteriormente se divorció. En dicha universidad, trabajó como profesora titular de Derecho mercantil y, más tarde, fue Decana de la Facultad de Derecho.

Fue socia de honor de la Asociación Clásicas y Modernas, y de la Asociación de mujeres investigadoras y tecnólogas (AMIT). Asimismo, fue Directora General de Cultura de la Generalidad Valenciana y Directora del Instituto Valenciano de Arte Moderno (IVAM).

En 1993 Felipe González la nombró Ministra de Cultura, cargo que ocupó durante la V Legislatura a pesar de que entonces no militaba en el PSOE. Durante las 3 siguientes legislaturas fue diputada del PSOE por la circunscripción electoral de Valencia.

Durante toda su trayectoria pública fue una incansable luchadora por los derechos de las mujeres y la igualdad.

*“Ser mujer es algo maravilloso, y hemos de interiorizar nuestra dignidad y libertad, el respeto hacia nosotras mismas y la exigencia de que los demás han de respetar nuestros movimientos, creatividad, espacio y sexualidad.”*

*“Hay que ser valientes, tener convicciones firmes, tejer redes y seguir los caminos de la reflexión. **El activismo no es incompatible con el pensamiento.**”*

## Bibliografía de Carmen Alborch:

- “Solos: Gozos y sombras de una manera de vivir”
- “Malas: Rivalidad y complicidad entre mujeres”
- “Libres: Ciudadanas del mundo”
- “La ciudad y la vida”
- “Los placeres de la edad”

# La Mujer Venezolana

## La Mujer en la Historia

El rol de la mujer desde el comienzo de la humanidad ha sido de gran trascendencia. Gracias a la mujer, la especie humana tiene asegurada su perpetuidad. A través de la historia de la humanidad, la mujer ha sido la gran aliada del hombre en lo que se refiere a la construcción de las sociedades modernas y civilizadas. Sin embargo, el papel más importante de la mujer siempre ha sido con su participación en la familia, en la comunidad y en la sociedad. Ella ha tenido que luchar contra las limitaciones que, en muchos casos, le ha impuesto su propio compañero de vida: el hombre. De igual manera, contra las normas sociales que le ha impuesto la familia, la sociedad y las creencias religiosas. Hasta el siglo XIX, el gran protagonista era el hombre, porque a la mujer le estaban vedadas ciertas actividades y se le negaban muchos derechos.

## Aguerrida Mujer Venezolana

La mujer venezolana ha recorrido un camino parecido al andado por la mujer en la historia de la humanidad. En un comienzo, actuó silenciosamente en colectivo, como parte de la sociedad. Su participación resultaba indispensable: ella procreaba, pero, además, trabajaba duramente. Así, con el tiempo, la venezolana fue ganando terreno y respeto a través de la historia, participando activamente en las luchas por la independencia y en el complicado proceso político, determinado por dictaduras y represión.

## Paso a Paso

Participó en la ayuda a grupos femeninos importantes, en acciones rebeldes y con frecuencia, clandestina. Formó parte en la construcción de las instituciones políticas y sociales del país. Obtuvo el derecho a voto en 1947, tras años de reivindicación. Su ascenso a posiciones de poder se logra gracias a la consolidación del modelo democrático y a su incorporación al sistema educativo.

***“La mujer venezolana sale al paso a los obstáculos y se enfrenta valientemente a las duras circunstancias que le ha tocado vivir. Ha demostrado de qué está hecha.”***

## La Nueva Mujer Venezolana

En una sociedad caracterizada por el matriarcado, las mujeres venezolanas han modificado en forma apreciable, sus características sociodemográficas en los últimos años: ahora son principalmente jóvenes-adultas, que han acentuado su carácter urbano y han reducido el número promedio de hijos que tienen durante su vida fértil.

## Siempre Adelante

En Venezuela, el papel de la mujer y el ejercicio pleno de sus derechos humanos ha evolucionado positivamente. En la actualidad, compite con el hombre en el desempeño de la mayor parte de las actividades de la vida cotidiana, sin olvidar su responsabilidad natural de madre, mujer y miembro principal de la familia. La vemos trabajando en el área de las ciencias, de la economía, de la educación, de la cultura, la política, así como en labores consideradas masculinas como: taxistas, choferes de autobuses, bomberos, policías, militares, entre otras.

## Retos y Valentía

En la actualidad, Venezuela vive momentos difíciles, duros de enfrentar, en lo político, económico y en lo social. Hay una profunda crisis humanitaria en el país. La mujer venezolana, una vez más, está demostrando su gallardía y determinación, a través de sus acciones y resoluciones. Le sale al paso a los obstáculos y se enfrenta valientemente a las duras circunstancias que le ha tocado vivir. Ha demostrado de qué está hecha.

Texto: Ruse Martín Galán



## ***En 1975 la ONU oficializó la fecha del 8 de marzo como Día internacional de la Mujer.***

La fecha está marcada por la sangrienta y centenaria lucha que han dado las mujeres en su búsqueda por la igualdad. La conmemoración de la reivindicación de igualdad de derechos de las mujeres tiene una tradición centenaria.

El acontecimiento que marcó la fecha del 8 de marzo se remonta al año 1857, cuando cientos de mujeres de una fábrica de textiles de Nueva York salieron a marchar en contra de los bajos salarios, que eran menos de la mitad a lo que percibían los hombres por la misma tarea. Esa jornada terminó con la sangrienta cifra de 120 mujeres muertas a raíz de la brutalidad con la que la policía dispersó la marcha. Eso llevó a que dos años después, las trabajadoras fundaran el primer sindicato femenino.

Otro hito importante lo encontramos el 25 de marzo en 1911 en Nueva York, cuando 123 mujeres y 23 hombres murieron en un incendio en la fábrica Triangle Shirtwaist, la mayoría jóvenes inmigrantes de origen judío e italiano. Los dueños cerraron las puertas para evitar hurtos, imposibilitando a los trabajadores a escapar de las llamas.

En 1917 las mujeres rusas eligieron el último domingo de febrero para manifestarse contra la muerte de dos millones de soldados en la segunda guerra mundial. Estas protestas condujeron a la caída del zar y a la llegada de un Gobierno provisional que les concedió el derecho a voto. En el calendario gregoriano, ese día era el 8 de marzo.

El 8 de Marzo de 2018 ha quedado marcado en el calendario mundial al convocarse en 170 países, una huelga feminista bajo el lema “si nosotras paramos, se para el mundo” y “queremos empleo, trabajo nos sobra”.

Las mujeres españolas coparon la atención internacional con una huelga feminista inédita el pasado 8 de marzo que culminó con centenares de miles de personas inundando las calles de más de 120 ciudades en todo el territorio.

El 8 de Marzo de 2019 se afrontó como punto de inflexión para visibilizar la desigualdad y la violencia machista que seguimos sufriendo las mujeres.

Bilbao,  
8 de Marzo 2019



1995 - 2020

GIZATIAK, 25 años rompiendo barreras

# GIZATIAK



Gobelaurre parkea, z.g.  
48930 Getxo  
Telefonoa eta fax: 94 463 50 12  
info@gizatiak.com  
www.gizatiak.com

Parque de Gobelaurre s/n  
48930 Getxo  
Tfno. y fax: 94 463 50 12  
info@gizatiak.com  
www.gizatiak.com

## Bazkideentzako arreta

Asteleheneretan 18:00 - 19:00  
Asteartetan 11:00 - 12:00 y de 18:00 - 19:00  
Asteazkenetan 18:00 - 19:00

## 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

## Zerbitzuak

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

## Servicios

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



Borizkeriako libre den bizitzagatik!  
Tratu txararen aurrean, zero tolerantziaren  
688 88 13 67  
gizatiarapoyomujeres@hotmail.com



¡Por una vida libre de violencia!  
Ante el maltrato, tolerancia cero.  
688 88 13 67  
gizatiarapoyomujeres@hotmail.com

