

An illustration of a woman from the back, with her right arm raised in a fist. She has long dark hair in a braid. The background is a warm orange-yellow. There are stylized green and purple leaves and plants around her. The text 'DEFENSORAS' is written in large white letters across the middle, and 'REBELDES DESDE LA ALEGRÍA ALAITASUNETIK ERREBELDE' is written in smaller letters below it.

DEFENSORAS

REBELDES DESDE LA ALEGRÍA ALAITASUNETIK ERREBELDE



DEFENSORAS

REBELDES DESDE LA ALEGRÍA ALAITASUNETIK ERREBELDE

CONTENIDO

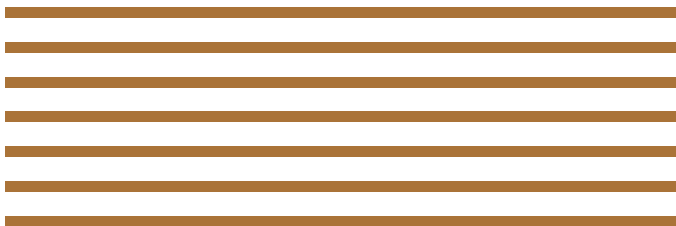
Quiénes somos	
Campaña #Defensoras #Ozenesan	
Defensoras	
Jornadas Internacionales	
Conclusiones de las jornadas	
"Ser rebelde desde la alegría"	
Hablar de cuidados	
Las violencias traspasan nuestras vidas y cuerpos	
Autocuidado y cuidados desde una perspectiva feminista	
Sanar desde lo colectivo	
Taller "El cuerpo como primer territorio"	
Prácticas de autocuidado desde las comunidades y colectivos	
Sesión: "Defendiendo el territorio desde los cuidados"	

EDUKIA

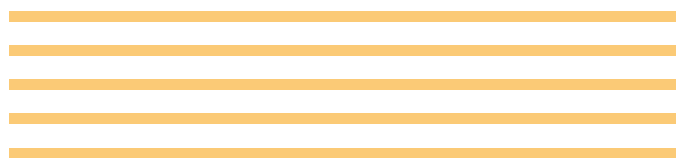
Nor gara	5
Kanpaina #Defensoras #Ozenesan	7
Defensoras	9
Nazioarteko Jardunaldiak	27
Jardunaldien ondorioak	41
"Alaitasunetik errebelde izaten"	45
Zainketei buruz hitzegin	47
Indarkeriak gure bizitza eta gorputzetik haratago	48
Auto-Zaintza eta Zaintzak ikuspuntu feminista batetik	55
Kolektibotasunetik osotzen	59
Tailerra Gorputza Lehen Lurralde Gisa	62
Autozaintza ekintzak komunitateekin batera, kolektiboak	65
Saioa: "Lurraldea Zaitzetatik Defendatzen"	71

LUMALTIK

Lumaltik Herriak es una ONGD vasca que nace con la vocación de apoyar el proceso de construcción de autonomía de las comunidades zapatistas. En la cotidianidad del acompañamiento a las comunidades indígenas en resistencia, nos hemos ido haciendo conscientes de la importancia del papel de aquellas mujeres que defienden a la comunidad frente a los ataques del neoliberalismo. Con el paso de los años hemos ido viendo como las #Defensoras resultan fundamentales para organizar a las comunidades en su lucha por resistir y mantener vivo su territorio e identidad. Por eso desde el conocimiento de las luchas de las #defensoras en Chiapas nos hemos acercado a la realidad de otras mujeres que en Guatemala, Honduras o El Salvador luchan por defender el territorio y sus comunidades.



Lumaltik Herriak Txiapaseko (Mexiko) komunitate zapatisten autonomiaren eraikitze prozesuak bultzatzeko helburuarekin sortutako Euskal Herriko Gobernu Kanpoko Erakundea da. Egunerokotasuna erresistentzian bizi ohi duten komunitate indigenen jarraipenaz gain, euren komunitateak eraso neoliberaletatik babesten bizi diren emakumeen garrantziaz ohartzen joan gara. Urteen joan-etorriarekin, komunitateen lehia eta erresistentzia antolatzeko eta lurralde eta identitatea bizirik mantentzeko unean emakume defendatzaileek funtsezko papera betetzen dutela antzeman dugu. Gauzak horrela, eta emakume defendatzaileek Txiapasen burutzen ari diren lana ezagututa, Guatemala, Honduras edota El Salvadorreko emakume defendatzaileek bizi ohi duten errealitateetara hurbiltzen joan gara, non euren lurraldeak eta komunitateak ere babesten ari diren.



BERDINAK GARA

Berdinak Gara surge desde las reflexiones de la Asociación de Vecinos y Vecinas del barrio de Irala de Bilbao, sobre el fenómeno de la inmigración y la necesidad de trabajar la convivencia entre el vecindario establecido hace tiempo y el recién llegado. En 2008 se modifican los estatutos para poder realizar Cooperación al desarrollo, y a partir de ese momento se inició en Berdinak un proceso de reflexión abierto y participativo, sobre cómo entendemos la Cooperación al desarrollo, qué papel puede desempeñar una ONG totalmente vinculada a los movimientos sociales de la zona y la importancia de recuperar el antiguo espíritu de solidaridad política internacionalista que en los años 80 marcó el nacimiento de numerosas ONGs. Desde entonces, bajo este planteamiento, se han hecho numerosas actividades de sensibilización y educación al desarrollo y proyectos de cooperación, retomando relaciones históricas de Berdinak con los procesos comunitarios de defensa del territorio de Centroamérica y Chiapas.

Bilboko Iralako Auzokide Elkartetik sortutako hausnarketetik abiatuta eratu zen **Berdinak Gara**, inmigrazioaren fenomenoaren inguruan eta bertoko auzokide eta kanpotarren arteko lankidetzaz sustatzeko helburu nagusiarekin. 2008. urtean Garapenerako Lankidetzan aritzeko estatutuak eraldatu ziren, horretarako hausnarketa eta parte hartze prozesu irekia martxan jarritz. Bertan, Lankidetzaz Garapenaren nondik norakoak, tokian-tokiko mugimendu sozialetan oinarritutako GKEek jokatu beharreko papera eta 80. hamarkadan sortutako hainbat GKEen politika internazionalisten arima berrindartzea izan ziren jorratutako gai nagusiak. Hortik aurrera, eta planteamendu hauek kontuan hartuta, sensibilizazio eta garapenaren irakaskuntzan oinarrituako ekintza ugari burutu dira, hainbat lankidetzaz proiektu bultzatuz. Horrela, Berdinak kolektiboko kideek eta Ertamerika eta Txipaseko luraren defentzan ematen ari diren indartze prozesu komunitarioekin berriro ere harreman historikoak berreskuratuz.

DEFENSORAS

La campaña de denuncia y concientización **#OzenEsan** **#AlzolaVoz** **#Defensoras** tiene como objetivo poner en la palestra pública lo que sucede en torno a la acción defensora de las mujeres en Mesoamérica y visibilizar situaciones vinculadas a los procesos de defensa de la vida y el territorio liderados por mujeres.

Se busca visibilizar lo que implica ser defensora comunitaria, el trabajo que distintas defensoras realizan en sus comunidades, y denunciar ante la opinión pública las sistemáticas violencias cometidas con total impunidad por el sistema capitalista extractivista y patriarcal hacia las defensoras, sus territorios y bienes comunes. La campaña busca abarcar todos los procesos de defensa de mujeres defensoras, poniendo el foco en Mesoamérica. Se trata de alzar la voz sobre las violencias cotidianas que enfrentan y resisten las defensoras de la vida y el territorio. Una campaña de denuncia que motive la reflexión y toma de acciones de cuidado y autodefensa.

#OzenEsan **#AlzolaVoz** **#Defensoras** kanpainiak Mesoamerikako emakumeen erresistentzia ekintzak eztabaida publikora plazaratzea eta hauen bizitza eta lurraldearen aldeko defentsa ikusaraztea du helburu nagusi gisa, salaketa eta kontzientziazioa bultzatuz.

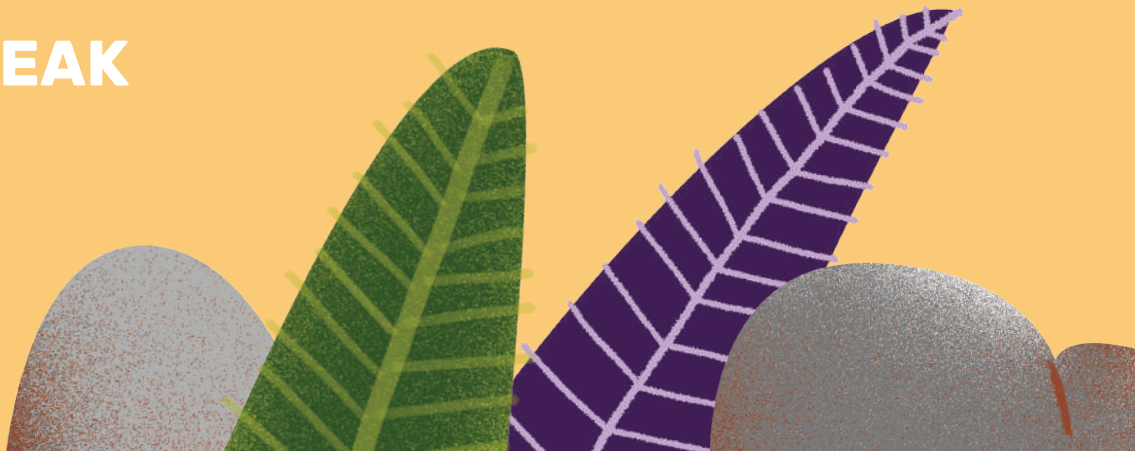
Defendatzaile komunitarioen lanaren nondik norakoak azaltzea, komunitate desberdinetan hauek burututako ekintzak ezagutzera emanaz, eta iritzi publikoaren aurrean sistema kapitalista estraktibista eta patriarkalak inpunitate osoz defendatzaileen kontra, euren lurraldeen aurka eta baita haien ondasun propioen kontra eginiko erasoak salatzea. Kanpainak emakume defendatzaileek aurrera eramaten ari diren prozesu guztiak bateratzea bilatzen du, batez ere Mesoamerikaren kasuan arreta jarritz. Xedea emakumeek euren egunerokotasunean jasandako indarkeriak eta erresistentzia bizitza eta lurraldearen aldeko babesan argira ekartzea da. Horrela, hausnarketa bideratu eta zaintza ekintzak eta autodefentsa bultzatu dituen kanpaina bat sustatzea izango da.

BILBAO · NOVIEMBRE DE 2019

**DEFENSORAS DEL TERRITORIO
PARTICIPANTES EN LAS JORNADAS
INTERNACIONALES**

2019KO AZAROAN BILBON

**JARDUNALDI INTERNAZIONALETAN
PARTE HARTU ZUTEN LURRALDEAREN
DEFENDATZAILEAK**





MICHELLE CARBAJAL

MOVIMIENTO YO NO QUIERO SER VIOLADA HONDURAS



“ **Mujer alegre con abundante energía, revolucionariamente joven, rebelde y con la dosis necesaria de locura para sobrevivir a esta sociedad hostil, machista y profundamente patriarcal. Ella es una desubicada perfecta, fuerte, única y maravillosa. ¡Sigue así!**

Michelle Carbajal es activista del Movimiento «Yo no quiero ser violada», integrado por mujeres interculturales reconocidas en la diversidad de feminismos. Frente a las violaciones, los acosos, los tocamientos y los asesinatos, luchan por la autonomía de los cuerpos de las mujeres y contra toda violencia machista.

Consideran que es urgente unir fuerzas para resistir ante la avanzada patriarcal que violenta los derechos de las mujeres, en un contexto donde el machismo, las violencias y los abusos de poder hacia las mujeres han sido normalizados. Frente a la cultura del miedo y del silencio, promover la denuncia, la organización y

Emakume alaia eta indarrez betea, iraultzaile bezain gaztea, errebeldea eta gizarte bortitz, matxista eta guztiz patriarkal honi aurre egiteko lotsagabekeria puntu batekin. Erabat lekuz kanpo dagoen pertsona indartsu, ausart eta ikaragarria dugu bera. Horrela segi!

Michelle Carbajal «Yo no quiero ser violada» mugimenduko aktibista da, feminismo kultural ezberdinetan heziak diren emakumez osatua dagoena. Bortzaketa, sexu jazarpen, ukipen edota erailketen aurrean, emakumeen gorputzen ahalduntzearen alde eta indarkeria matxistaren aurka borrokan diraute.

Emakumeen oinarritzko eskubideak erasotzen dituen sistema patriarkalari aurre egiteko indarrak batzea guztiz beharrezkoa dela defendatzen dute. Batez ere, matxismoa, indarkeria eta emakumeenganako erasoak guztiz arrunt bilakatu diren testuinguru batean. Ikara eta isiltasunaren kulturaren aurrean,

escuchar la voz de las mujeres. Frente al terrorismo sexual, desde el movimiento luchan porque otras formas de existir son posibles.

En alianza con otras organizaciones feministas hondureñas, abogan por el respeto de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres y a su derecho a decidir. Actualmente implementan una campaña por la legalización de la pastilla anticonceptiva de emergencia, prohibida en el país.

salaketa, antolakuntza eta emakumeen ahotsa ozen entzutea aldarrikatzen dute. Sexu terrorismoaren aurrean, beste bizi izaera desberdinak posibleak direla frogatzeko borrokatzen dute mugimendutik.

Honduraseko beste hainbat elkarte feministekin bat eginez, emakumeen ugaltze eta eskubide sexualen aldeko apustu tinkoa egin dute, baita euren gorputzen gaineko erabakitze eskubidearen alde ere.



STACY VELÁSQUEZ

OTRANS- ORGANIZACIÓN TRANS REINAS DE LA NOCHE GUATEMALA



“ Stacy es un abrazo a la vida, mujer admirable por su sabiduría, su fuerza, su expresión de reciprocidad. Gracias a la vida por dar la oportunidad de escucharte, sentirte y de conocerte en este fueguito. Tu lucha incansable por las niñas y niños de Guatemala hace tanta falta allí, en esos contextos hostiles, allí donde te acuerpas y transformas tu rabia en amor profundo a la vida. Hay caminos profundos aquí en Euskal Herría, donde se encuentran nuestros caminos. Admiramos tu sencillez y la fuerza que tienes para romper el silencio.

Stacy Velásquez es representante de la Organización Trans Reinas de la Noche, que desde 2004 trabaja en favor de la defensa de los derechos humanos de las mujeres trans residentes en Guatemala. Fundada por mujeres trans trabajadoras del sexo, es una

“Stacy bizitzari emandako muxu bat da, indarrez bezain ezagutzaz beteriko emakumea, bere bizitasuna, bere bizi pozagatik. Zorionekoak guk zu entzuteko aukera izateagatik eta gure bazter txiki honetan zurekin bat egiteko aukera izanagatik. Guatemalako neska mutilen aldeko borroka nekaezina hain beharrezkoa da zure lur haietan, oraindik ere hain testuinguru bortitzak bizi dituen, non amorru bizia maitasun hutsa bilakatzeko ahalmena duzun zure lanari esker. Gure begiek aurkitu ziren Euskal Herri honetan oraindik ere zure aztarna sakonak ditu. Isiltasuna zapuzteko duzun apaltasuna eta indarra erabat miresten dugu.”

Stacy Velásquez Organización Trans Reinas de la Noche erakundeko bozeramailea da, 2004. urteaz geroztik Guatemalako trans emakumeen Giza Eskubideen alde lanean dirauena. Sexu lanean aritutako trans emakumeek sortua, punta-puntako

organización líder y pionera en el trabajo desde, por y para las mujeres trans en dicho país.

Facilitan el acompañamiento entre mujeres trans y el fortalecimiento de la base comunitaria, documentan las agresiones transfobas y los crímenes de odio, y contribuyen desde la incidencia política a poner las demandas de la comunidad LGBTQ+ en la agenda. Actualmente, entre sus demandas se encuentran la ley de identidad para garantizar la plena ciudadanía de las personas trans, la estrategia de atención integral y diferenciada en salud para las personas trans, garantizar el acceso a la educación y el acceso a la justicia para las personas trans.

Stacy es coordinadora nacional de la Red Latinoamericana y del Caribe de Personas Trans (REDLACTRANS), creada en 2006 y actualmente integrada por 25 organizaciones lideradas por mujeres trans, promoviendo y asegurando que sean ellas quienes hablen y se representen a sí mismas.

erakundea da herrialdeko trans emakumeen lana antolatzeko orduan.

Trans emakumeen eta komunitate ezberdinen arteko lankidetzaz erraztea bideratzen dute, eraso transfobo eta arrazakeri krimenak dokumentatzen dituzte, eta LGBTQ+ kolektiboaren aldarrikapenak agenda publikoan ager daitezen lan egiten dute aktibismo politikotik abiatuta. Gaur egun, aldarrikapen nagusien artean, sexu identitate lege baten onarpena dago, trans pertsonen herritartasun osoa lor dezaten, osasun zerbitzu osoa eta bereiztua jasotzeko estrategia bat planifikatzea eta hezkuntza eta justizia zerbitzu orokorra izan dezaten ahalbidetzea.

Stacy Red Latinoamericana y del Caribe de Personas Trans (REDLACTRANS) kolektiboko koordinatzaile nazionala da, 2006. urtean sortua eta gaur egun trans emakumez gidatutako 25 erakundeek osatzen dutena, haiek berak ordezka daitezela eta haien ahotsoa entzuten dela ziurtatuz eta aldarrikatuz.



IRMA VÁZQUEZ

CENTRO DE DERECHOS HUMANOS FRAY BARTOLOMÉ DE LAS CASAS
CHIAPAS · MÉXICO



“**Irma es defensora de los sentires, de esos que el cuerpo te dice pero ignoramos, de esos que conocemos pero olvidamos, de esos que nunca reconocemos o mencionamos. Hablar de sentires nos recuerda a Irma, la que en los últimos días nos ha apapachado desde la empatía y la sororidad, desde los abrazos sinceros de hermana defensora y hermanas mujeres, nos ha abrazado desde su tierra y su historia con ese calor único de humana.**

El FrayBa es una organización que trabaja por la defensa y promoción de los Derechos Humanos, en relación de mutua determinación con los procesos de pueblos y comunidades indígenas en el estado de Chiapas. Tiene su origen en el marco y dinámica de los procesos sociales y eclesiales gestados en los 70's y 80's y en un contexto de fuerte represión gubernamental contra organizaciones sociales y comunidades que se organizaban para reivindicar sus derechos.

“Irma sentipenen zaindaria da, gure gorputzek plazaratu nahi baina guk ez entzutearena egiten ditugun horiena, ezagutu bai baina maiz ahazten ditugunak, inoiz ez kaleratu edota onartu nahi ez ditugun horiek. Sentipenak aipatzean, Irma datorkigu burura. Azken egun hauetan, ahizpatasuna eta enpatia bat eginez besarkatu gaituena, gizaki egiten gaituen eta hain beroa den besarkada horietako bat, bere lurretik ekarritakoa hain zuzen.”

Irma Vázquez Fray Bartolomé de las Casas Giza Eskubideen Zentroan (FrayBa) abokatua da. FrayBa Giza Eskubideen defentsan eta aldarrikapenean lanean diharduen erakundea da, Txiapaseko herri eta komunitate indigenen erabakitze prozesuen eskutik. 70 eta 80ko hamarkadetan emandako prozesu sozial eta eklesiastikoen testuinguru eta dinamiketan du oinarria, euren eskubideak aldarrikatzen zituzten mugimendu sozial eta komunitateen antolaketaren kontra, gobernuak martxan jarritako

El FrayBa acompaña a comunidades hostigadas en el estado de Chiapas, particularmente en territorio indígena. Atiende, documenta y litiga violaciones a los Derechos Humanos, con enfoque especial en los temas de ejecuciones extrajudiciales, tortura, detenciones arbitrarias, desapariciones, desplazamiento forzado, agresiones a personas defensoras de derechos humanos y violaciones al derecho a la tierra y el territorio de pueblos originarios. Su trabajo está orientado por la búsqueda y construcción de Otra Justicia desde la recuperación de la Memoria Histórica, verdad, justicia y medidas de no repetición. Monitorean la situación permanente del conflicto armado no resuelto en Chiapas. El FrayBa comparte principios antisistémicos, anticapitalistas y antihegemónicos que les identifican con La Sexta Declaración de la Selva Lacandona del EZLN, iniciativa de la cual es adherente como colectivo. Igualmente, promueve la solidaridad a través de las Brigadas Civiles de Observación (BriCO), como un mecanismo de prevención de agresiones a las comunidades que se encuentran en riesgo.

errepresio bortitzaren testuinguruan.

FrayBak Txiapasen bizi ohi diren komunitateen kontra bideratutako ekintzak miatzeaz arduratzen da, batez ere lurralde indigenen baitan ematen direnak. Giza Eskubideen urraketak jaso, dokumentatu eta salatzeaz arduratzen da. Epai kanpoko hilketak, tortura, epai kanpoko atxiloketak, desagertpenak, inposatutako lekualdatzeak, Giza Eskubideen defendatzaileen kontrako indarkeria eta lur eta herri originarioen lurralde eskubideen kontrako ekintzetan arreta berezia jarritz. Euren lana beste justizia ikuspuntu mota baten bilaketa eta sortzean sustatzen da, betiere egia, justizia eta errepikapen ezaren Memoria Historiko baten inguruan oinarrituz. Txiapasen konpontzeke dirauen gatazka armatuaren nondik norakoak jasotzen dituzte. FrayBak EZLNk aldarrikatutako Lakandona Ohianeko Seigarren Adierazpenan jasotako printzipio antisistemiko, antikapitalistak eta antihegemonikoak bereak egiten ditu, manifestu horretara atxikituta dagoen heinean. Horren baitan, BriCO-en (Brigadas Civiles de Observación) bitartez elkartasun prozesuak sustatzen ditu, arrisku egoeran bizi diren komunitateen prebentzio harresi gisa lanean dihardutenak.



LOLITA CHÁVEZ

CONSEJO DE LOS PUEBLOS K'ICHÉ GUATEMALA



“Mujer sencilla, noble y guerrera, con la virtud de inspirar paz. Al conocerla y verla en un país que no es el suyo pero manteniendo sus raíces del idioma, el vestuario y la cosmovisión, nos proyecta tanta felicidad en un mundo donde la discriminación y la violencia están presente. Ella es luz, lucha, fuerza e inspiración para todas nosotras.

Educadora y defensora maya del territorio y de los derechos de las mujeres. Fue elegida autoridad por el consejo de pueblos K'iché de Guatemala, consejo autónomo en el que participan más de 87 comunidades y zonas urbanas para defender los territorios.

Es formadora e integrante de la Red de Sanadoras Ancestrales del feminismo comunitario. Lolita defiende un feminismo plural, que cuestione el sexismo y las relaciones de poder entre hombres y

“Emakume apala, zintzoa eta borrokalaria, bakea sorrazteko ahalmena duen horietarikoa. Diskriminazioa eta indarkeria hain agerian ditugun gizarte honetan, eta berea ez den lur hauetan, bere hizkuntza, jantziak eta duen mundu ikuskera propioa egunerokotasunen erabiltzen ikusteak zoriontasunez pizten gaitu. Argi indarra da bera, borroka arima amaigabea, kemena eta inspirazioa gu denontzat.”

Maya lurraldean lur eta emakumeen eskubideen alde zaindari eta hezitzaile lana burutzen du. Guatemalako K'iche herriko Batzordeak bozeramaile nagusi hautatu zuen, luraren defentsan lanean diharduten 87 komunitate eta hirigune ezberdinez osatutako kontseilu propioa.

Feminismo komunitarioan oinarritutako Sanadoras Ancestrales sareko kide eta hezitzailea da. Lolitak feminismo anitz baten alde

mujeres pero también el racismo y el capitalismo, la explotación de los recursos y el despojo de los pueblos indígenas. Un feminismo comunitario y decolonial, basado en el Buen Vivir, que integre la cosmovisión indígena, la defensa de la tierra y la Naturaleza y los cuerpos de las mujeres.

Frente al modelo neoliberal de destrucción y despojo de las empresas transnacionales, está profundamente comprometida con la defensa de los derechos de su comunidad. Es peticionaria directa en denuncias contra el Estado guatemalteco interpuestas ante la Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) y en denuncias internacionales contra empresas transnacionales por sus violaciones a los derechos territoriales y de los pueblos. Ha participado en audiencias diversas acompañando a mujeres afectadas por empresas mineras. Por su trabajo como defensora del territorio está expuesta a la estigmatización y la criminalización, y sufre persecución y amenazas directas a su integridad física.

egiten du, sexismo eta gizon eta emakumeen arteko botere harremanak kolokan jartzeko gai dena, baina baita kapitalismoa eta arrazakeria, non herri indigenen lurren ondasunen esplotazio eta ustiapena ematen ari den. Feminismo komunitario eta kolonizaziotik haratago, Ongi Bizitzean oinarritua, herri indigenen ikuskera propioa, lurra, emakumeen gorputza eta Naturaren babesa barneratzen dituena.

Enpresa transnazionalak planteatutako ustiapen eredu suntsitzailerik eta neoliberal basatiaren aurrean, komunitateen eskubideen defentsarekin erabat arduratuta dago. Interamerikako Giza Eskubideen Erakunderaren (CIDH) aurrean, Guatemalako estatuaren kontra bideratutako salaketan bozeramaile nagusia da, baita enpresa transnazionalak egindako herri eta lur eskubideen urraketen salaketak bideratzen ere. Meatzaritza enpresen jardueraren ondorioz, emakumeengan sortutako gaitzen kontra burututako auzietan parte hartu du. Lurraren defentsan burututako ekintzen ondorioz, gaur egun, jasandako estigmatizazio eta kriminalizazioa dela eta, arrisku egoeran dago, baita jazarpen eta mehatxu fisikoak pairatu ditu ere.



ROSALINA DOMÍNGUEZ

CONSEJO INDÍGENA DE RÍO BLANCO – CONSEJO CÍVICO DE ORGANIZACIONES
POPULARES E INDÍGENAS DE HONDURAS (COPINH) **HONDURAS**



“**Defensora de los ríos, del agua, de la vida. Está al pie de la lucha en la defensa del territorio Lenca. Mujer campesina que nos demuestra con su sencillez el cuidado que todo ser humano debe tener por el ecosistema.**

El Consejo Cívico de Organizaciones Populares e Indígenas de Honduras (COPINH) se funda en 1993 para facilitar la reivindicación y reconocimiento de los derechos y la mejora de las condiciones de vida de los pueblos y comunidades indígenas Lencas de Honduras. A lo largo de su trayectoria el COPINH ha establecido sus pilares de lucha: el anticapitalismo, el antipatriarcado y el antiracismo.

Rosalina Domínguez es una defensora indígena lenca de la tierra, el territorio y los bienes naturales en Río Blanco, Honduras. Es la Vicepresidenta del Consejo Indígena Lenca de Río Blanco y desde hace 10 años está librando una lucha en defensa del río

Ibai, ur eta bizitzasunaren zaindaria. Lenca lurraldearen defentsan lehen lerroan borrokan dihardu. Gizakiok gure ekosistemaren alde egin beharko genukeen lana egunero erakusten digun emakume apal eta nekazaria.

COPINH erakundea 1993. urtean sortu zen, Honduraseko Lenca herri eta komunitate indigenen bizi egoeraren hobetzea eta eskubideen aitortze eta aldarrikatzea indartzeko helburu nagusiarekin. COPINH-ek bere lana antikapitalismoan, antipatriarkatuan eta arrazakeriaren kontra oinarritu izan du beti.

Rosalina Domínguez Río Blanco (Honduras) lenca herri indigenaren lur, lurralde eta ondare naturalen zaindaria da. Río Blanco Lenca Indigenen Kontseiluko mahaiburuordea da eta Gualcarque ibaiaren defentsan borrokan daramatza 10 urtez DESA (Empresa Desarrollos Energéticos) enpresaren aurka, bere lankidea zen Berta Cáceres erailketaren autore nagusiak.

Gualcarque contra la Empresa Desarrollos Energéticos DESA, responsable del asesinato de su compañera Berta Cáceres. Ella es defensora porque está «al pie de la lucha en la defensa de la vida, del agua, de los territorios y además porque defendemos nuestras vidas».

Recientemente, el 28 de septiembre, ha sufrido un atentado contra su vida mientras acompañaba a las personas integrantes de la Comunidad de Río Blanco que trabajaban las tierras de la Vega del Culatón, recuperadas por la comunidad frente a la pretensión de la empresa DESA de usurparlas. Si bien esta agresión no tuvo consecuencias sobre la integridad física de Rosalina, supone una escalada muy preocupante en la situación de riesgo (amenazas de muerte, hostigamiento e intimidaciones) que ella está enfrentando desde abril de 2019. Pese a que todos estos ataques han sido denunciados, las autoridades responsables no han tomado ninguna acción al respeto, reproduciendo el clima de impunidad en el que se amparan los autores intelectuales del asesinato de la compañera Berta Cáceres.

Emakume defendatzailea da, izan ere, "biziaren defentsan lehen lerroan gaudelako, ura, lurra eta, nola ez, gure bizitza defendatzen dugulako".

Orain dela hilabete gutxi, irailaren 28an hain zuzen, bere buruaren kontra bideratutako eraso bat jaso zuen Río Blanco Komunitateko kideak laguntzen zituen bitartean. Eraso saiakera Vega del Cuatón deituriko lurraldean eman zen, DESA enpresak bereganatze saiaketen aurrean komunitateak berak berreskuratu zuena hain zuzen ere.

Benetako ondorio fisiko larriak izan ez bazituen ere, 2019. urteko apirilaz geroztik pairatzen ari dituen ekintzen gorakada arriskutsua suposatzen du honek (mehatxuak, beldurrarazteak edota erasoak). Jasandako ekintza guzti hauek ozenki salatuak izan diren arren, agintari eskudunek oraindik ez dute geldiarazteko inolako ahaleginik egin, Berta Cáceresek jasotako atentatuaren inpunitate egoera berbera oroitzapenera ekarriz.



MARIXELA RAMOS

RADIO VICTORIA – ADES SANTA MARTA EL SALVADOR



“**Marixela es amor andando. Por donde pasa deja aliadas. Su lucha, su fuerza, su cuidado y su resistencia nos da valor para seguir en este caminar. Comunicadora comunitaria que nos transmite con su voz, la fuerza y alegría desde sus resiliencia. Defensora de las voces a las que muchos quieren silenciar.**

Mujer campesina, comunicadora comunitaria, actualmente parte del Equipo de Dirección de Radio Victoria, uno de los proyectos de ADES Santa Marta, y Vicepresidenta de la Junta Directiva de la Asociación de Radiodifusión Participativa de El Salvador (ARPAS).

La Asociación de Desarrollo Económico Social Santa Marta (ADES) fue creada en 1993 a partir de un Comité de Repobladores de Cabañas (CRC) para responder a las

Marixela maitasun ibiltaria da. Aliatuak sorrazteko ahalmena du; bere kemenak, borroka grina, trebetasuna eta bere erresistentzia hautatutako bide luze honetan tinko jarraitzeko indarrez betetzen gaitu. Duen barne indarra eta poztasuna bere ahotsaren bitartez helarazteko gaitasuna duen komunikatzaile komunitarioa. Isilarazi nahi izan dituzten ahotsen zaindaria sutsua dugu bera.

Emakume nekazaria, komunikatzaile komunitarioa, gaur egun Radio Victoria zuzendaritza taldeko kide dena, ADES Santa Martak bultzatutako proiektua, eta Asociación de Radiodifusión Participativa de El Salvador (ARPAS) elkartearen zuzendaritza batzordeko mahaiburuordea da.

Asociación de Desarrollo Económico Social Santa Marta (ADES) 1993. urtean sortutako elkartearen kidea da, Comité de Repobladores de Cabañas (CRC) elkartearen eginiko lana abiapuntu izanda. Santa

necesidades de las comunidades repatriadas y repobladas del Cantón Santa Marta, población que debido a la represión del ejército se refugió en Honduras durante el conflicto armado de 1980. Su quehacer está basado en el enfoque de la educación popular, con el objeto de facilitar procesos de educación-comunicación popular y economía de base a la población de comunidades de El Salvador, contribuyendo así a transformar sus relaciones de género y potenciar la capacidad para mejora de las condiciones de vida y defensa de sus derechos.

Bajo el lema “El agua vale más que el oro”, en el departamento de Cabañas se impulsó un proceso de movilización social contra las transnacionales mineras que se tradujo en hostigamiento y asesinatos a quienes luchaban frente la explotación minera del territorio. En este proceso, la radio comunitaria fue un instrumento clave para dar voz a las comunidades menos escuchadas. Tras más de diez años de resistencia, en 2017 se logró la prohibición de la minería metálica en todo el territorio de El Salvador, por la protección de la biodiversidad y los recursos naturales.

Marta kantoitik aberriatutako komunitate eta bizilagunen beharrak asetzea zuen helburu nagusia, 1980. urtean emandako gatazka armatuaren ondorioz armadak bideratutako errepresio bortizatik ihes egiteko Hondurasen babestu behar izan zirenak. Herri hezkuntza eredu baten sorreran oinarritzen dute euren lana, El Salvadorreko biztanleei hezkuntza, komunikazio eta ekonomia herrikoian oinarritutako prozesuak helarazteko helburuz. Horrela, genero erlazioen eraldatze bat sustatuz eta bizi baldintza eta eskubideen defentsaren indartzeak hobetuz.

“El agua vale más que el oro” goiburupean, meatze transnacionalen aurkako gizarte mobilizazio prozesu bat bultzatu zen Cabañaseko departamenduan, ondoren, lurraren defentsan meatzaritza ustiapenen kontra borrokan zirauten kideei bideratutako indarkeri ekintza eta hilketetan bilakatu zirenak. Testuinguru honen baitan, irratik komunitarioek ezinbesteko papera jokatu zuten isilarazitako komunitateen ahotsa plazaratzeko unean. Erresistentzian 10 urte baino gehiago eman eta gero, 2017. urtean El Salvadorreko herrialde osoan meatzagintza metalikoa behin betirako debekatzea lortu zen, bioaniztasun eta baliabide naturalen zaintza dela eta.



ZULEYMA ARAÚZ

LA COLECTIVA FEMINISTA E IM-DEFENSORAS, EL SALVADOR



“ *Mujer defensora, comprometida, sensible, ocurrente, de fuerte ternura, con una alta conciencia del cuidado que debemos tener las mujeres en nuestros distintos ámbitos, desde lo individual, familiar y colectivo, y como defensoras de derechos humanos. Es única, leal, idealista y fuerte como cualquier mujer salvadoreña. Es Hierbabuena.*

Zuleyma Araúz, salvadoreña, es facilitadora de procesos psicoterapéuticos en la Colectiva Feminista para el Desarrollo Local y participa del proceso de la Escuela Feminista, cuyo objetivo es formar a las mujeres para que defiendan sus propios derechos y creen alianzas para defenderlos juntas.

La Colectiva Feminista es una organización de mujeres que dedica su energía feminista al fortalecimiento de la autonomía de las mujeres. Promueven la construcción de procesos colectivos que

Emakume zaindaria, lehiala, sentibera, argia eta samurtasun bizikoa. Emakumeok testuinguru ezberdinetan giza eskubideak defendatzeko burutu beharko genituzkeen zaintza lanak aurrera eramateko kontzientzia handiko pertsona, bai ikuspegi pertsonal, familiar zein kolektibotik abiatuta. Zintzoa eta paregabea da, ameslari sutsua eta indartsua, El Salvadorreko emakume guztien antzera.

Zuleyma Araúz, El Salvadorren jaioa, Colectiva Feministan tokiko garapenerako prozesu psikoterapeutikoak bultzatzen ditu eta Eskola Feministako kide da, emakumeek euren eskubideak defendatzeko eta haien arteko elkartasuna bideratzeko hezitzea helburu nagusi duena.

Colectiva Feminista emakumeen autonomia sustatze eta indartzearen alde lanean ari den erakundea da. Testuinguru ezberdinetan emakumeen eskubideen bermatzearen aldeko

contribuyan al logro de los derechos de las mujeres en distintos ámbitos, de cara a fortalecer la capacidad de las mujeres para transformar las relaciones de poder entre mujeres y hombres. Desde la Colectiva se propician espacios de encuentro y alianza para emprender procesos de incidencia hacia las mujeres, la sociedad y las instancias públicas. La Colectiva es también una organización clave en la lucha por la defensa de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres y por la despenalización del aborto en El Salvador.

La Colectiva Feminista forma parte de la Iniciativa Mesoamericana de Mujeres Defensoras de Derechos Humanos, una red que desde el año 2010 trabaja con el fin de dar una respuesta integral y regional al aumento de la violencia contra las defensoras de derechos humanos en Mesoamérica. Actualmente, IM- Defensoras busca fortalecer y vincular a defensoras que participan en distintas organizaciones y movimientos sociales para fortalecer redes de protección y solidaridad entre ellas y aumentar la visibilidad, el reconocimiento y el impacto de su trabajo por los derechos humanos. Las organizaciones que impulsan IM-Defensoras buscan diseñar alternativas de protección integral que tomen en cuenta el contexto de discriminación contra las mujeres imperante en la región para responder a la violencia que enfrentan las defensoras por la labor que realizan, favoreciendo la continuidad de sus labores en condiciones de seguridad, igualdad y bienestar.

prozesu kolektibo berrien eraikuntza sustatzen dute, emakumeek gizon eta haien artean inposatutako botere harremanak eraldatzeko duten ahalmena indartuz. Colectivak estamentu publiko, gizarte eta emakumeei bideratutako gertakariak aurrera eramateko topaketa eta elkartzeko guzuzen sorrerak bultzatzen ditu. Colectiva El Salvadorreko emakumeen sexu eta ugaltze eskubideen defentsan eta abortuaren despenalizazioaren aldeko lehian dabilen punta puntako erakundea ere bada.

Colectiva Feminista Mesoamerikako Giza Eskubideen Emakume Defendatzaile (IM Defensoras) herri ekimenaren parte da, 2010. urteaz geroztik Mesoamerikako emakume defendatzaileen giza eskubideen kontra zabalduetako indarkeriaren zergatiak eta behin betiko amaiera emateko lanean dirauen sarea. Gaur egun, IM Defensoras ekimenak erakunde eta mugimendu sozial desberdinetan parte hartzen duten emakume defendatzaileen lana indartzea eta batzean datza, haien arteko elkartasun eta babes sareak bultzatuz, giza eskubideen alde eginiko aurrera pausak indartu eta ikusarazi daitezten.



EMILIA LARRONDO

MUJERES DEL MUNDO BABEL



“**Mexicana de nacimiento, se reivindica del sur global, lo que viene siendo las periferias del orden social. Se considera militante tropical, amante de los gatos y el café. Defensora de la vida, reivindica la defensa de los derechos de las trabajadoras de hogar, sector precarizado y feminizado.**

Expulsada de economía y graduada en sociología, en 2017 es becada para realizar el máster en Ética para la Construcción Social en la Universidad de Deusto, así que viaja a Bilbao donde es sorprendida con la diversidad de identidades que habitan en eso que llaman “España”. Se vincula desde el afecto y la política con la asociación Mujeres del Mundo-Babel y de ahí surge el interés por trabajar el tema de Cuidados, Mujeres Migradas y Responsabilidad Social, conceptos centrales de su tesis.

Mujeres del Mundo Babel lo forman mujeres diversas y vecinas de Bizkaia, activistas feministas internacionalistas, procedentes de diversas culturas y continentes. Desde 1999, funciona como un

Mexikon jaioa izan arren, bere burua hegoalde globaltzat aldarrikatzen du, inposatutako orden sozialaren kanpoaldean dauden horietarikoa. Katuak eta kafea maite dituen militante tropikala.

Soziologian graduatua, ekonomia ikasketetatik kanporatua izan eta gero, Deustuko Unibertsitatean Gizartea eratzeko Etika masterra ikasteko beka bat lortu zuen 2017. urtean. Bilbora heltzean, erabat harrituta geratu zen Espainia osatzen duten identitate aniztasun ezberdina ezagutzean. Hortik aurrera, Mujeres del Mundo Babel elkartera hurbildu eta kide aktibo bilakatu zen, zaintza, migratutako emakumeak eta erantzunkisun soziala bezalako gaien inguruko griña piztuz eta bere tesiko oinarri nagusi ere bilakatzuz.

Bizitza eta bizitasunaren babeslea, zaintzeen zaindaria, urteetan zehar Euskal Herriko etxeko langileei ukatuak izan zaizkionak.

espacio intercultural de intercambio, sororidad y cuidado mutuo, una apuesta por avanzar colectivamente hacia la materialización de los derechos de las mujeres para la transformación.

Mujeres del Mundo Babel Bizkaiko hainbat emakume eta auzokidez osatutako kolektiboa da, kide feminista internazionalistak, kultura eta kontinente ezberdinetatik etorriak.

JORNADAS INTERNACIONALES

DEFENDIENDO EL TERRITORIO DESDE LOS CUIDADOS

NAZIOARTEKO TOPAKETA

LURRALDEA ZAINTZETATIK DEFENDATUZ



La alianza entre capital, patriarcado y fundamentalismos violenta nuestros derechos como mujeres y arrasa la Naturaleza y los bienes comunes. El sistema ataca nuestros territorios constantemente. En un mundo donde la violencia contra las mujeres es una epidemia, y donde reina la impunidad, ser mujer defensora del territorio es una decisión vital cargada de riesgos.

Durante las jornadas celebradas el 14 y 15 de noviembre de 2019 en Bilbao, visibilizamos los procesos de resistencia de organizaciones defensoras del territorio y compartimos experiencias de cuidados. Cuidarnos frente a las violencias, cuidarnos mutuamente, tejer alianzas desde la sororidad. Poner los cuidados en el centro para construir alternativas vivibles.

"Pese a que es muy duro, muy doloroso, hemos aprendido también a luchar con alegría, a luchar con esperanza, con fe. Hemos aprendido a luchar en diversidad. Hemos aprendido a luchar con música, con ceremonias, con espiritualidad. Donde nos acompañan nuestros ancestros y ancestas, nuestros Nahuales, nuestros espíritus. Eso es. Creo que eso es lo que nos alienta. Y saber que aquí no hay otro planeta de repuesto. Solo hay uno."

Berta Cáceres

Kapitalaren, patriarkatuaren eta fundamentalismoen arteko aliantza kriminalak emakume bezala gure eskubideak behartzen ditu eta Natura eta herri-ondasunak txikitzen ditu. Sistemak gure lurraldeei erasotzen die etengabe. Emakumeek kontrako indarkeria epidemia den, eta zigorgabetasuna nagusi den munduan, lurraldearen emakume defendatzailea izatea arriskuez betetako bizi.erabakia da.

2019ko Azaroaren 14 eta 15ean buruturiko jardunaldietan zehar, lurraldearen defendatzaileak diren erakundeetako erresistentzi-prozesuak ikusgai bihurtu genituen eta zaintza-esperientziak partekatu genituen. Gu indarkerien kontra zaintzea, gu elkar zaintzea, aliantzak sorotzatetik ehuntzea. Zaintzak zentroan jartzea alternatiba bizigarriak erakitzeke.

"Oso gogorra, oso mingarria izan dadin arren, itxaropenarekin borroka egiten, paztasunarekin, fedearekin borroka egiten ikasi dugu ere. Aniztasunea borroka egiten ikasi dugu. Espiritualtasunarekin, musikarekin, zeremniekin borroka egiten ikasi dugu. Gure asabek, gure Nahualeek, gure espirituak, laguntzen diguten tokian. Hori da. Hori adore ematen diguna dela uste dut. Eta hemen ordezkoko beste planetarik ez dagoela jakitea. Bat dago soilik."

Berta Cáceres

NAZIOARTEKO TOPAKETA-JORNADAS INTERNACIONALES DEFENDIENDO EL TERRITORIO DESDE LOS CUIDADOS

Cuidando nuestros cuerpos frente a las violencias patriarcales



Beatriz Plaza
MODERADORA



Stacy Velázquez
Guatemala



Irma Vázquez
Chiapas
México



Michelle Carbajal
Honduras

Buen Vivir y alternativas organizativas frente a la destrucción de la vida y del territorio



Mónica Vega
MODERADORA



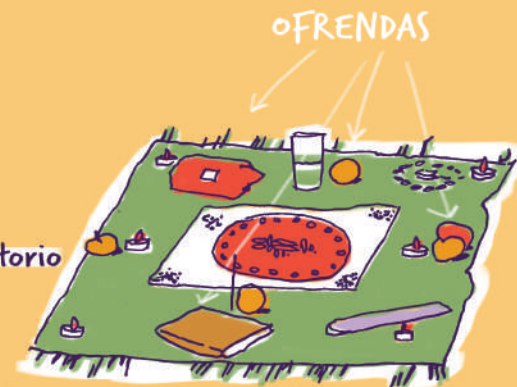
Marixela Ramos
El Salvador



Rosalina Domínguez
Honduras



Lolita Chávez
Guatemala



LOLITA NOS OFRECIÓ
UNA CEREMONIA
PARA CONECTARNOS CON
NUESTRAS ANCESTRAS

Alianzas y redes feministas como estrategia clave para la defensa de la vida y del territorio



Zuleyma Aráuz
El Salvador



Emilia Larrondo
México - EH



Katia Henríquez
MODERADORA



Berdinak Gara & Lumaltik Herriak
ORGANIZAN



Irma Vázquez

CHIAPAS
México



En México y en Chiapas
las mujeres han sido las
Defensoras de la Tierra
y del Territorio



MUJERES Y NINXS



MARICHUY

Una mujer protagonista

FRAYBA



Es un lugar de ACOMPAÑAMIENTO
a procesos organizativos



Lupita Pérez
Mujer HOY protagonista

Uno de ellos es
LAS ABEJAS DE ACTEAL

CORO DE DENUNCIA

ARTESANAS



MUJERES ORGANIZADAS
EN EL FRAYBA

Dolor de
cabeza



Dolor de
espalda



AUTOCONOCIMIENTO
Al saber de las torturas

En el FRAYBA las personas
no son expedientes



REUNIONES DE MUJERES



¿Cómo recibimos el impacto
de los Feminicidios?

AUTOCUIDADO

Medidas impulsadas por Mujeres del FRAYBA



Más
vacaciones

Excedencias

Cuestionario
síndrome de Burnout



NO OLVIDEN
CHIAPAS

sigue teniendo un
conflicto armado

Pedimos a las organizaciones



SOLIDARIDAD RESPONSABLE

No apoyar a las empresas
transnacionales

LA DIGNA RABIA DA ESPERANZA



Lo que nos mantiene con vida es la
lucha de los pueblos originarios



Stacy Velásquez
GUATEMALA



Las mujeres Trans no podemos resistir solas



Necesitamos ALIADAS



Cuando hablamos del cuerpo como primer territorio hablamos de RESISTENCIA

IDENTIDAD
AUTOPERCIBIDA

COMO UNA RESISTENCIA



No podemos ser **ABOLICIONISTAS** por nuestras compañeras prostitutas de más de 50 años

Debemos desmontar el privilegio



EQUILIBRIO



Los hombres también pueden ser aliados feministas



El fascismo está a tope porque las pobres les estamos quitando privilegios



Alcohol y drogas



¿Cómo resisten las mujeres trans?

Prostitución

Discriminación

Nuestro autocuidado viene de ORGANIZARNOS

COMUNIDAD TRANS
GUATEMALA

Las que estamos heridas solo podemos sanar y cuidar de las que vienen

~~BATUCADA~~ es muy liberador armar bulla y nos visibiliza

El ~~placer~~ es cuidado

“Cuidado popular feminista”

Sin comunidad no hay lucha



Las mujeres Trans queremos ser libres

¡HASTA LA VICTORIA SIEMPRE!





¿Como hablar de **AUTOCUIDADO** en un país como Honduras?

MIEDO

a un aborto clandestino,
sin educación sexual
a la pobreza
a que te violen o te maten
Si eres trans, lesbiana,
mujer, gay....



¿CÓMO SANAMOS?



¿Como responder con mis 5 años de activismo al monstruo del patriarcado?



Construir desde el amor y el respeto



Defensa personal



Autocuidado es recordar a nuestras ancestras y a nuestras defensoras caídas



Cuando hablamos desde el **amor**



Te veo desde tu individualidad
no desde el individualismo

Hablar desde

Las luchas están **INTERCONECTADAS**



Todo es transversal

No desvincularnos del resto de las luchas



SORORIDAD



Defensa en medios digitales

Es un autocuidado decir
"Yo no nací para ser violada"

Autocuidado es pensar en las siguientes

No queremos a la iglesia



en nuestros ovarios

SER REBELDES DESDE





Lolita Chávez

Guatemala

yo soy **FEMINISTA COMUNITARIA**
ecofeminista es una palabra vuestra

No nos encontramos con las
que luchan contra el patriarcado
pero no contra el capitalismo

No somos indias brutas o bobas,
Nos oyen pero no nos escuchan



Analizar el asesinato de Defensoras
no debe tener una lectura fácil

Hay criminales del Estado que están
vinculados a criminales de otros países



FLORENTINO
PÉREZ

COSMOVISIÓN MAYA



ANTI
patriarcal
colonial
racista
neoliberal



amor profundo a la vida

Somos comunitarias

Vínculo con nuestra
Espiritualidad



Las ancestras
nos dan consejo

GUATEMALA sufre
Terrorismo de Estado



La Tierra es
el origen



CRÍMENES DE **ODIO** ~~lesbianas~~
CONTRA ~~trans~~

~~gays~~

~~indígenas~~

Iberdrola

Gamesa

Mondragón
Corporaciones

Conocer el clítoris
y su función



es un acto político

Hay empresas de Euskal Herria que
también explotan los recursos de
Guatemala y Latinoamérica



Fabricación de armas de
pequeño y gran calibre

TZKÁT

Si sanas tú,
sano yo.
Si sano yo,
Sanas tú.



de Saberes

"Tejemos y entretejemos"



MARIXELA RAMOS

EL SALVADOR



12 años de
GUERRA CIVIL
en El Salvador

Mi generación nació en
los campos de refugiados



El dolor de defender
Derechos Humanos

Hay dolores
colectivos y
personales.

Esto se queda
dentro



ESPACIOS DE SANACIÓN

Espacios de llorar, sacar, hablar

Piensan que es cosa de mujeres



Conservar las tierras colectivas
es un acto de rebeldía y de

AUTOCUIDADO

en SANTA MARTA

Allí se siembra el maíz y el frijol,
es nuestra base alimenticia



DORA SOTO



Asesinada
Embarazada
Venía de lavar
ropa en el río



VOCERAS

Las mujeres se pusieron a la
cabeza de las marchas verdes

No nos reconocíamos
como DEFENSORAS



Dormíamos en diferentes casas,
La comunidad nos ayudaba



RESISTENCIA MINERA

Durante 12 años contra
una empresa canadiense.



La comunidad cuidó a
las personas comunicadoras
que estaban amenazadas



Al capitalismo no le importan
nuestros cuerpos ni nuestras vidas





Rosalina Domínguez

HONDURAS

Lo mismo que le hacían a Berta
me lo están haciendo a mí.
Hay que estar decididas a morir
en esta lucha.



Defendemos las
montañas, los ríos...



En los medios me
nombran mucho.
Estoy amenazada
junto a mi familia



En el río está
la espiritualidad



BERTA CÁCERES

Es nuestra guardiana del río



! No queremos que su
asesinato quede impune !

Lo defiende no solo para una,
sino para TODAS.



NO QUEREMOS QUE
EL RÍO SE PRIVATICE

La semilla de Berta



sigue creciendo en
nuestras comunidades



Ser Defensora no es fácil.
Te expones a agresiones
físicas, amenazas en RRSS....

El Salvador naturaliza
sus agresiones y no
reconocemos las agresiones
a las defensoras



Tuvimos que pasar un proceso
de Diagnóstico porque nos
enfermabamos y nos enfrentabamos
entre nosotras

Nuestra vida giraba
en torno al trabajo

Esto nos lleva a pensar en el



COMO HERRAMIENTA

Mimarme

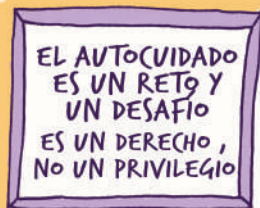
Darme pausas

La PROTECCIÓN
Las mujeres estamos
vulnerables

Que pase por
mi cuerpo físico y
mis otros cuerpos



Hace 7 años en El
Salvador muchas no
nos considerabamos
Defensoras pero
ejercíamos esa labor



APAPACHARNOS



Espacio de cuidado para Defensoras



MUJERES CUIDADORAS



Su trabajo es necesario
para la VIDA pero
no siempre es reconocido

Yo quiero salir de la academia
metodología

REALIDAD ↔ TEORÍA

NECESITAMOS
CUIDADOS
EN TODAS LAS
FASES DE LA VIDA



Precario

Situación
administrativa
irregular

Transferencia del cuidado
en el Sur a las abuelas allá y
a las migradas acá

La injusticia se contruye
de manera estructural

RESPONSABILIDAD

Administración pública
Medios de comunicación
Familia empleadora
Asociaciones
Trabajadora

La asociación sirve para empoderar
a las mujeres porque las convierte
en agentes para reivindicar sus derechos



ASÍ SE POSICIONAN EN
EL ESPACIO PÚBLICO



La sociedad envejece y
quiere quedarse en su domicilio

NAZIOARTEKO TOPAKETA-JORNADAS INTERNACIONALES DEFENDIENDO EL TERRITORIO DESDE LOS CUIDADOS



En los 50 se luchaba,
la gente venía del pueblo.
Mis hijos no están vinculados
a otras luchas.

Estamos dormidas en nuestra
lucha, en nuestros privilegios



No estamos cuidando
la Escuela Pública y
nos la están robando



Me quedo con el amor
a las aliadas y la
lucha contra el enemigo

Soy de Ecuador e
investigo aquí las
relaciones del Feminismo
Comunitario con el
cuerpo



Hablamos del trabajo sexual
desde un lugar muy desconectado

Voy a ser vocera de lo que se
ha transmitido en esta mesa



Vivimos una cuestión de
los pueblos contra los
grandes poderes

Estamos adormecidas



Agradezco que nos deis
esta lección.
Debemos mirar allá,
pero también debemos
mirar aquí: BOLINTXU



No somos conscientes
de nuestro consumo

FRACKING EZ!
Hay extractivismo en EH



Soy de Nicaragua y
agradezco a Lolita
por su denuncia



ojalá las migradas no
tuviéramos que buscar
una vida digna en
otros países

Soy migrada y me siento
conmovida con todo esto.
Hemos salido hace tanto
tiempo que estamos
desconectadas.



CONCLUSIONES ONDORIOAK

Estos dos días venimos reflexionando colectivamente sobre cómo integrar los cuidados en la defensa de los territorios. Han sido unos días muy intensos y sumamente enriquecedores para nosotras, creemos que también para las compañeras defensoras. En un esfuerzo un poco loco, hemos intentado recoger y condensar en unas palabras las principales sabidurías del proceso. Queremos empezar denunciando la alianza criminal entre patriarcado,



Ikuspuntu kolektibo batetik abiatuta, lurraren defentsan gure zaintzak nola barneratu hausnartzen izan gara egun hauetan zehar. Egun oso emankorrak eta guztiz aberasgarriak izan dire guretzat, eta lankide babesleentzat ere hala izan direlakoan gaude. Nahiz eta lan zail samarra izan, prozesu honetan zehar lortutako ezagutzak eta ondorioak hitz gutxitan batzen eta laburtzen saiatu gara.

Patriarkatuak, kapitalismoak eta arrazakeriak gure gorputzengan sorrarazten dituzten erabateko biolentzia eta bortizkeriak zalatzen hastea gustatuko litzaiguke. Gaur egun, honen adibide dira Bolivia, Txile, Nikaragua zein etorkin bilakatzen garen ia edozein herrialde.

Nor da gaitz guzti hauen sortzailea? Erruduna kapitalismo basatia da, errudunak gure lurraldeak arpilatu nahi dituzten enpresa transnazionalak dira. Errudunak faxismo eta fundamentalismoak dira, erlijioa, emakumeen gorputzak kontrolatu eta menperatu nahi dituzten horiek guztiek.

Sistema bortitz honek kaltetzen eta izutzen gaituela ezin dezakegu

capitalismo y racismo que ejerce una violencia directa y brutal sobre nosotras, como podemos ver hoy en Bolivia, en Chile, en Nicaragua y en los propios países a donde migramos.

¿Y quienes nos provocan las enfermedades? Nos las provoca el capitalismo voraz, nos las provocan las empresas transnacionales que quieren saquear nuestros territorios. Nos las provocan los fascismos y los fundamentalismos, las Iglesias, los poderes que quieren el sometimiento y el control sobre los cuerpos de las mujeres.

No podemos ignorar que este sistema violento nos genera dolores y miedos, que la defensa de los territorios tiene un impacto emocional. Es importante reconocer que estamos dañadas, que la pérdida, la muerte y el miedo nos cambian la vida, que ser defensora te expone y te quema.

Entonces, nos preguntamos: ¿Cómo podemos sanar? ¿Cómo sanar desde la digna rabia? Reivindicamos esa digna rabia que nos sostiene.

Una de las maneras de sanar es creando espacios para hablar, para sacar el dolor, para llorarlo. Desahogarnos, descargar la ira y la ansiedad. Reconocer nuestros sentires, escuchar nuestros cuerpos y descansar, reconectar con estos cuerpos que han sido colonizados por el sistema. Reconectar con la espiritualidad, con la Naturaleza. Sentir la fuerza de los ríos, de las montañas.

ukatu, lurraren defentsak eragin emozionala ere baitu. Minduta gaudela onartzea guztiz beharrezkoa da, izan ere, heriotza, galera edota beldurrek gure bizitza baldintzatzen dute, lurraren defentsak gure burua biluztu eta xahutu egiten gaitu.

Beraz, gure galdera honakoa da: Nola sendatu genezake? Nola sendatu amorru duin batetik abiatuta? Tinko mantentzera laguntzen gaituen amorru duin horren aldeko apustua egiten dugu.

Alde batetik, hitz egiteko espazioak sorraraztea, atsekabeak askatzeko eta negar egiteko, lagundu gaitzake gure buruak behin betiko osatzen. Gure barrenak hustutzeko, amorruak edota kezak kaleratzeko. Gure sentipenak aitortzea, deskantsatuz eta sistemak kolonizatu dituen gure gorputzek sentiarazten dutena plazaratuz. Natura eta bere espiritualtasunarekin bat eginez, ibai eta mendien indar eta ahalmenak gureak eginez.

Zoriontasunetik abiatuta gure buruak errebeldetzat hartzea litzateke beste aukera bat. Dantza aldarrikatzea, alaitasuna, hau da, erresistentzia estrategia gisa nahiak eta gozamenak erabiltzea. Zarata egitea, kaleratzea eta gure gorputzak ezagutzera ematea erresistentzia formar ere badira. Azken finean, hainbeste agintzen eta baldintzatzen gaituen sistema honen aurrean gu geu izatea.

Gure barneak zalantzan jartzea ere egin beharreko hausnarketa dela uste dugu, betiere auto-ebaluazio hori maitasunaren ikuspuntu batetik abiatuta baldin bada ere. Gure buruak mintzeko

Otra manera es siendo rebeldes desde la felicidad. Reivindicar la danza, la alegría, el deseo y el placer como estrategias de resistencia. Hacer bulla, visibilizarnos, visibilizar nuestros cuerpos también es resistencia. Ser quienes somos frente al sistema que nos norma y nos dice quiénes y cómo debemos ser.

También hablamos de la necesidad de cuestionarnos siempre, de interpelarnos desde el amor. Interpelarnos para construir y sanar, no para hacernos daño. Generar puentes y tejer redes de apoyo. Los feminismos somos diversos, y entre ellos debemos fortalecer nuestras alianzas, pero hacerlo desde el reconocimiento de nuestros privilegios, desde la empatía y el respeto. Trabajar la interseccionalidad y las múltiples opresiones que nos atraviesan como movimiento.

Debemos dar voz y el protagonismo en las luchas a quienes ponen el cuerpo. Recordar a nuestras ancestas que nos han sido arrebatadas. Exigir memoria, justicia y resarcimiento.

Tenemos presente que la organización también es autocuidado. El cuidado es colectivo, sin comunidad no hay lucha. No podemos resistir solas. Debemos cuidarnos dentro de las organizaciones, dentro de nuestros colectivos. El autocuidado no es un privilegio, es un derecho. Defendemos un cuidado popular feminista.

En este tejer redes hacia dentro y hacia fuera, exigimos una solidaridad corresponsable, una solidaridad de ida y vuelta. Que



ez ezik, gu geu sendotzeko eta osatzeko helburuarekin hausnartu beharko genuke, elkar laguntza gisa sareak eta elkarlanak sortuz. Feminismoa mugimendu anitza da bere baitan, eta aniztasun horretik abiatuta sendotu behar ditugu sareak, enpatia eta errespetutik hasita ditugun pribilegioak airtutuz lehenik eta behin. Mugimendu gisa erasotzen gaituen zapalketen aurrean, intersekzionalitatearen aldeko lan apustua egitea.

Kaleetan euren gorputzak lehen lerroan jartzen dituztenak izan behar dira protagonista eta bozeramaile nagusiak. Desagertaraziak izan ziren gure arbasoak oroitzea memoria, justizia eta dagokigun ordainketak aldarrikatuz.

a asumamos nuestras responsabilidades desde nuestros privilegios. Reivindicamos la importancia de contribuir a romper el cerco mediático, la información es necesaria para los procesos de sanación.

Como hemos visto en estos días, todas las personas somos vulnerables e interdependientes. Todas necesitamos cuidados. No todas sanamos de la misma manera, ni necesitamos los mismos cuidados, pero sí debemos y necesitamos cuidarnos juntas.

Porque como dicen las compas de Abya Yala: Tz'kat "Sanando tú sano yo, sanando yo sanas tú".



Erakundea autodefentsan oinarritzen dela ere argi daukagu. Komunitaterik gabe borroka ezinezkoa da, babesak kolektiboa baita beti. Gure kabuz eusten saiatzea guztiz ezinezkoa litzateke, beraz, gure erakundearen baitan, gure kolektiboen barnean, zaindu eta babestu behar gara. Autodefentsa ez da hartutako pribilegio hutsa, eskubide bat baizik. Defentsa feminista baten alde egiten dugu.

Barne eta kanpo sare hauen eraikuntzan, erantzunkide elkartasun baten aldeko apustua egin nahi dugu ere, joan etorrian oinarritutako elkartasunean hain zuzen ere. Jasotako pribilegioetatik abiatuta ditugun betebeharrak onartzea ezinbestekoa suertatzen da. Sendatze prozesu horiek aurrera eramateko informazioa eskura izatea guztiz beharrezko den heinean, inposatutako hesi mediatikoa suntzitzearen aldeko aldarrikapena luzatzen dugu.

Egun hauetan zehar antzeman dugun bezala, pertsona guztiak hauskorrak eta interdependienteak gara. Guztiok behar ditugu nolabaiteko babesak, bakoitza modu ezberdinen arabera sendatzen baikara, ez baititugu metodo berberak erabiltzen baina, hala ere, denok batera zaintzea eta babestea funtsezko betebeharra bilakatzen da.

Abya Yalako lankideek dioten antzera: Tz'kat "Zu osatuta, ni neu ere osatuko naiz; ni osatuz, zu zeu ere osatuko zara".

“SER REBELDES DESDE LA ALEGRÍA”

DEFENDIENDO NUESTROS CUERPOS Y TERRITORIOS DESDE LOS CUIDADOS

“ALAITASUNETIK ERREBELDE IZATEN”

GURE LUR ETA GORPUTZAK ZAINTEETATIK DEFENDATZEN



1 PARA HABLAR DE CUIDADOS, HAY QUE PENSAR PORQUÉ LOS NECESITAMOS

Mesoamérica, con 768, 990 kilómetros cuadrados, está conformada por los países México, Guatemala, El Salvador, Belice, Nicaragua y Honduras, con una población entre 70 y 80 millones, con diversidad biológica de especies vegetales y animales, así como una gran diversidad étnica y cultural.

Pero también es una de las zonas más desiguales y violentas del planeta. Múltiples opresiones se juntan en este territorio. Discriminación, pobreza y violaciones continuas de derechos humanos son una realidad constante.

El Triángulo Norte corresponde a la conjunción de 3 países (Guatemala, El Salvador y Honduras) donde fueron asesinadas más personas que en la mayoría de las zonas de conflicto del mundo. Con 60 homicidios por cada 100,000 habitantes.

El Salvador registra actualmente la tasa de muertes violentas más alta del mundo y Honduras ocupa el cuarto lugar con 43,6 de cada 100,000. Según un informe de Amnistía Internacional de 2017, son países con altas brechas entre pobres y ricos, discriminaciones severas por razones de género, identidad étnica y sexual, además

ZAINTZEN BEHARRAZ HITZ EGITEKO, LEHENIK HAUEN BEHARREN ZERGATIAZ ARITU BEHAR GARA

Mexiko, Guatemala, El Salvador, Belice, Nikaragua eta Hondurasek osatzen dute Mesoamerika ezizenaz osatutako lurraldea, 768.990 km² eta 70 eta 80 milioi biztanle inguru dituen. Bertako landare eta animalia aniztasun biologikoak bat egiten du ere han bizi ohi diren kultura eta talde etniko ugari desberdinekin.

Aldi berean, erabateko berdintasun eza eta biolentzia batzen dira bertan ere. Zapalkuntza era ugari bat egiten dute lur eremu honetan, non diskriminazioa, pobrezia eta Giza Eskubideen urraketak bertako biztanleen egunerokotasunaren parte diren.

Guatemala, El Salvador eta Hondurasek osatutako eskualdeari Iparraldeko Triangelua deritza. Bertan, munduko edozein gatazka gunean baino pertsona gehiago erailak izan ziren bertan.

Gaur egun, heriotz bortitzen tasarik altuena El Salvadorreri dagokio, 60 giza hilketa 100.000 biztanleko proportzioan, eta laugarren postuan Honduras bera kokatuko litzateke, 100.000 biztanleko 43,6 hilketekin hain zuzen ere. Amnistia Internazionalen 2017. urtean kaleratutako datuen arabera, aberats eta pobreen arteko ezberdintasun handiak dituzten herriak dira hauek. Gainera,

de sufrir un saqueo y robo de sus recursos naturales por parte de multinacionales.

Claramente, las alianzas entre los sistemas capitalista, heteropatriarcal, colonialista y racista en estos países implican muerte, exclusión, enfermedades, acaban con la vida y están contra la vida. Las diferentes violencias y la inseguridad impregnan a todas las capas de la sociedad y todas las formas de vida.

Toda esta crisis en Centroamérica convulsa, con altas tasas de impunidad, incide de manera específica sobre las mujeres y las personas defensoras de los derechos humanos.

Según la Relatora Especial sobre la situación de las personas defensoras de los derechos humanos, las defensoras de los derechos humanos de las mujeres son «activistas de ambos sexos y cualesquiera otros defensores de los derechos humanos dedicados a promover los derechos de la mujer o las cuestiones de género» (A/HRC/16/44).

“La situación en nuestros países es cada vez más violenta y desigual. El auge del Fascismo es a nivel mundial, existen estructuras criminales que les sostienen y alimentan” denuncia Lolita Chávez, activista de derechos humanos de Guatemala.

Asimismo, Michelle Carbajal de Honduras se pregunta: “¿Cómo

diskriminazio ugariak sufritzen dituzte genero, identitate etniko eta sexuala aitzaki direla eta, baita ondasun naturalen ustutze eta lapurtze ekintzak pairatu enpresa multinazionalen eskutik.

Gauzak horrela, Sistema Kapitalista, Heteropatriarkal, Kolonialista eta Arrazista honen baitan sorrarazitako aliantza honek heriotzak, gizarte bazterketak eta gaixotasunak sorrarazteko ahalmena duela esan dezakegu, Bizitasunaren kontra baitaude eta hura akatzeko gaitasuna baitute. Indarkeria eta segurtasun ezak gizarte osoko esparruak eta bizitza bera kutsatzen dute.

Ertamerikan ematen ari den inpunitate handiko krisi egoera honek emakumeengan du eragin handiena batik bat, Giza Eskubideen defentsaren alde lanean dirautenengan batez ere.

Errelatore Bereziak Giza Eskubideen babesleen inguruan esandakoaren arabera, emakumeen Giza Eskubideen alde lanean dirauten pertsonak “emakumeen edota genero eskubideak sustatzearen alde lanean ari diren sexu bereizketarik gabeko aktibista guztiak dira” (A/HRC/16/44).

Lolita Chávez, Guatemalako Giza Eskubideen aldeko aktibista, salatutakoaren arabera “Faxismoa gorakada arriskutsuan dagoen joera da mundu mailan, mantendu eta indartu egiten duen azpiegitura kriminal batez osatua dagoena, gure lurraldeek bizi ohi dituzten egoerak gero eta bortitzaagoak bilakatuz”.

hablar de Autocuidado dentro de una realidad en que se está más preocupada por respirar, comer o que no te violen?” Es desde esa realidad desde la que nos visitan Lolita Chávez, Stacy Velásquez, Marixela Ramos, Rosalina Domínguez, Michelle Carbajal, Zuleyma Arauz e Irma Vázquez.

Todas ellas defensoras de la vida, que defienden derechos, están sujetas a riesgos y amenazas específicos de género debido a su trabajo por los derechos humanos y/o como consecuencia directa de su identidad de género u orientación sexual; mujeres que trabajan por los derechos individuales y colectivos de las personas y el planeta.

Llegan a denunciar al Estado, a los gobiernos de turno, a las empresas nacionales y transnacionales, del robo, saqueo y expolio que sufren, quedando marcas en sus cuerpos, comunidades y territorios.

Honen baitan, Honduraseko Michelle Carbajalek honakoa planteatzen du “Nola hitz egin dezakegu auto-zaintza ekintzez, arnastu, elikatu edota bortxatua ez izateaz kezkatuta bizi den errealitate baten baitan?”.

Testuinguru hau kontuan izanik, Lolita Chávez, Stacy Velásquez, Marisela Ramos, Rosalina Domínguez, Michelle Carbajal, Zuleyma Araúz eta Irma Vásquez aktibistak izango ditugu gure artean.

Bizitasunaren defendatzaileak dira haiek denak, eskubideak defendatzen dituztenak, eta horren ondorioz gaitz eta mehatxupean bizi dute egunerokotasuna Giza Eskubideen alde eginiko lanagatik eta haien sexu identitate eta hautuagatik; planetako eta pertsonen banakako eta eskubide kolektiboen alde borrokan dirauten emakumeak dira.

Estatuari salaketak inposatzeko helburuarekin datoz, egun boterean dauden gobernuei, ustutze, lapurtze eta espolioaren errudunak diren enpresa nazional eta transnazionalen kontra, euren gorputzak, komunitate eta lurra jasandako kalteak behin betirako markatzen dituztenak.

2 LAS VIOLENCIAS TRASPASAN NUESTRAS VIDAS, NUESTROS CUERPOS

Mesoamérica es cada vez más conocida por sus altas tasas de feminicidios y violencias contra los cuerpos de las mujeres. Múltiples opresiones como la clase, el género, la raza, la edad, etc. se entrelazan y articulan para reproducir la dominación.

El control del Estado con instituciones como las Iglesias ha crecido de manera significativa. Los diferentes agentes socializadores son opresores de libertades y garantías para las mujeres y otras identidades sexuales.

“El Fascismo se multiplica desde Abyayala hasta Kurdistan” comenta Stacy Velásquez, de Guatemala.

Las defensoras nos lo hacen saber desde las realidades que enfrentan en sus casas, barrios y calles. Por otra parte, han aumentado drásticamente las agresiones con uso excesivo de la fuerza, las torturas y los tratos crueles e inhumanos, amenazas, campañas de desprestigio...

“Estamos expuestas a agresiones y amenazas constantes” denuncia Irma Vázquez, de Chiapas.

INDARKERIAK GURE BIZITZA ETA GORPUTZETIK HARATAGO DOAZ

Zoritzarrez, Mesoamerika geroz eta ezagunagoa bilakatzen ari da mundu mailan bertan ematen ari diren feminizidio eta emakumeenganako indarkeriak direla eta. Menperatze hori aurrera eraman ahal izateko klase soziala, generoa, arraza edota adina bezalako estigma sozialak bat egiten dute.

Estatuek Elizbarrutien gainean mantendutako kontrola gero eta zorrotzoagoa bilakatzen ari da. Agente sozial ezberdin horiek, emakumeon edota gainontzeko identitate sexualen bermatu eta askatasuna murrizteko papera jokatzen dute.

“Abya Yala-tik Kurdistaneraino ikusten ari gara faxismoaren gorakada geldiezina”, Stacy Velásquez guatemalarraren hitzetan. Kaleetan, etxebizitzetan edota haien auzoetan bizi ohi duten testuinguruetan pairatutako egunerokotasun hori jakinarazten digute emakume defendatzaileek. Bestalde, gorakada izugarria ere izan dituzte neurriz gorakoak diren indarkeria erasoak, torturak, jokamolde krudelak eta gizagabeak, mehatxuak, ospe-galtze kanpainiak etab.

Txiapaseko Irma Vázquezek salatutakoaren arabera, “Mehatxu eta eraso arriskuan bizi dugu gure egunerokotasuna”.

CUADRO RESUMEN

“OPRESIONES Y REALIDADES QUE ENFRENTAN LAS DEFENSORAS”

STACY VELÁSQUEZ GUATEMALA

“OTRANS REINA DE LA NOCHE” COLECTIVO TRANSEXUAL

- “ Lo que nos chingó la vida, es normalizarnos.
- “ Las violencias han atravesado nuestros cuerpos.
- “ Enfrentamos círculos de violencia, nos enojábamos, a veces nos drogamos, pero no cesamos en la lucha. Estamos allí.
- “ No pueden hablar de la prostitución las abolicionistas desde el privilegio de ser blancas y europeas.

LABURPEN TAULA

“DEFENDATZAILEEK JASANDAKO ZAPALKETA ETA TESTUINGURU EZBERDINAK”

“OTRANS REINA DE LA NOCHE” KOLEKTIBO TRANSEXUALA

- “ Bizia izorratu gaituena gure egoera arrunt bilakatzen saiatzea izan da.
- “ Jasandako indarkeriek gure gorputzak zapuztu dituzte.
- “ Indarkeria esparruetan aurpegia eman behar izaten dugu, haserretu egiten gara, drogak kontsumitzera ere ailegatu gaitzke, baina borrokan tinko mantentzen gara. Lehen lerroan gaude!
- “ Europar eta txuria izateak ematen duen status batetik abiatuta, prostituzioa deuseztatzeaz aritzea erabat ezinezkoa da.

IRMA VÁZQUEZ CHIAPAS

CENTRO DE DDHH FRAY BARTOLOMÉ DE LAS CASAS

“ Ser defensoras no es fácil, porque te expones a agresiones, amenazas, redes, etc.

“ En los últimos años hemos tenido hasta 19 agresiones a defensoras.

“ No nos considerábamos defensoras. Ha sido todo un proceso, aceptar y reconocernos como tal.

“ Impacto no sólo físico, sino emocional.

“FRAY BARTOLOMÉ DE LAS CASAS” GIZA ESKUBIDE ZENTROA

“ Defendatzailea izatea ez da lan erraza. Eraso, mehatxu edota sareen menpe izateko arriskuan bizi zara.

“ Defendatzaileei zuzendutako 19 eraso izan ditugu azken urteotan.

“ Ez genuen gure burua defendatzailetzat hartzen hasieran. Onartu eta aitortu behar izan dugun prozesu oso bat izan da.

“ Eragina fisikoa izateaz gain, emozionala ere bada.

MICHELLE CARBAJAL HONDURAS

MOVIMIENTO “YO NO QUIERO SER VIOLADA”

“ Honduras es el País con mayor número de adolescentes embarazadas.

“ Las instituciones violentan los cuerpos de mujeres.

“ Mujeres afectadas por la prohibición del aborto en Honduras se ven obligadas a decidir entre la vida y la muerte.

“ La violencia es ejercida desde el Estado, la Iglesia confabulada con los poderes.

“ Estamos dañadas y enfermas.

“YO NO QUIERO SER VIOLADA” MUGIMENDUA

“ Honduras haurduntutako nerabe gehien biltzen dituen herrialdea dugu.

“ Erakunde ofizialek emakumeen gorputzak erabat behartzen dituzte.

“ Abortuaren debekatzeak, bizitza eta heriotzaren arteko autua egitera behartuak ikusten dituzte euren buruak Honduraseko emakume askok.

“ Biolentzia estatuak berak burutzen du, botere estamentuekin harremanatutako Elizak baita.

“ Minduta gaude, erabat gaixoak.

ZULEYMA ARAUZ EL SALVADOR

LA COLECTIVA FEMINISTA

“ El país más pequeño, pobre y violento de la región.

“ También “Feminista” es una mala palabra en nuestros países.

“ Mi responsabilidad el autocuidado personal y colectivo.

“ El cuidado como parte estratégica de nosotras.

“ Discurso congruente con nuestras acciones.

“ Creía que el auto cuidado era un privilegio.

LA COLECTIVA FEMINISTA

“ Lurraldeko estaturik txikiena, txiroena eta baita bortitzena.

“ Gure lurraldeetan “feminista hitz okerra da” esatea askoren bogan dugu.

“ Nire erantzunkizunak Auto-zaintza Kolektibo/Norbanakoa.

“ Zaintzak gure estrategiaren parte gisa.

“ Gure ekintzekin bat datozen adierazpenak helaraztea.

“ Hasiera, Auto-zaintza pribilegio hutsa zela uste nuen.

3 AUTOCUIDADO Y CUIDADOS DESDE UNA PERSPECTIVA FEMINISTA.

Necesitan estar despiertas, alertas para defender que el autocuidado también pasa a ser colectivo. Que solas es imposible. Requiere estar juntas, enlazadas, cómplices.

"Vivir dormidas puede ser fatal" Zuleyma Arauz, El Salvador.

CUADRO RESUMEN

"PROPUESTAS DE AUTOCUIDADO POR TERRITORIO"

GUATEMALA

AUTOCUIDADO ES EL GOZO Y EL PLACER DE NUESTROS CUERPOS.
ES UN ACTO POLÍTICO

“ Autocuidado es equilibrio.

INDARKERIAK GURE BIZITZA ETA GORPUTZETIK HARATAGO DOAZ

Erne izan behar gara, adi uneoro, autozaintza borroka kolektiboa ere badela babesteko prest. Norberak bakarrik aurrera egiten saiatzea erabat alferriko lana litzateke. Horretarako, elkarrekin batera lanean, harremanetan eta tinko mantendu behar gara.

"Lokartuak bizi izatea guztiz arriskutsu bilakatu daiteke" dio El Salvadorreko Zuleyma Araúz.

LABURPEN TAULA

"DEFENDATZAILEEK JASANDAKO ZAPALKETA ETA TESTUINGURU EZBERDINAK"

AUTO-ZAINTZA GURE GORPUTZEN GOZAMENA ETA PLAZERRA DA.
EKINTZA POLITIKOA DA

“ Auto-Zaintza orekan bizitzea da.

“ Queremos que nos vean a las putas, las trans como compañeras de lucha.

“ Que también nos cuiden, sanar juntas.

“ Romper el silencio.

“ No solo cuidarnos, también Resistir.

“ Respetar y dejar fluir.

“ Cuerpos colonizados.

“ Trabajar la ira, la rabia, desde los tambores, con la batucada, es sanación.

“ Resistimos desde ciertas drogas.

“ Hablo desde la emoción, llorar, reír, bailar, etc.

“ Trabajar la ira la rabia desde los tambores.

“ Cuidar alianzas colectivas.

“ Cuidemos a la comunidad.

“ Romper manuales, no hay un único feminismo.

“ Emagalduek eta trans pertsonak gu lankide gisa antzematea nahi dugu.

“ Haiek gu ere zaintzea, elkarrekin osotzea.

“ Isiltasuna suntsitu.

“ Ez soilik zaintzea, gogor eutsi ere.

“ Errespetatzea eta askatzea.

“ Kolonizatutako gorpuak.

“ Batukaden erabilera amorruren sendagile natural gisa.

“ Zenbait drogek ere gure zaintzen parte dira.

“ Negar egin, irribarre, dantzatu... Zirrarak mugitu behar gaitu.

“ Amorrua apaldu danborrak erabiliz.

“ Aliantza kolektiboak babestu.

“ Komunitate ezberdinak zaindu.

“ Gidaliburuak suntsitu, feminismoak ez du forma hegemoniko bakarra.

CHIAPAS

AUTOCUIDADO ES ABRIR ESPACIOS DESDE EL AMOR

- “ Ser rebelde desde la alegría.
- “ La digna rabia.
- “ Estar aquí y en el ahora.
- “ Cuerpo, mente y corazón.
- “ Atención del cuidado personal.
- “ Abrir espacios desde el amor. Ver desde el amor y no desde las violencias.
- “ Desde el amor, el respeto, la empatía.
- “ Autodefensa, cuidar las redes sociales.
- “ Reconocer desde mis privilegios.
- “ Recordar, hacer memoria de las compas desaparecidas, de las ancestras que mostraron camino.
- “ Lucha de las opresiones desde la Teología de la Liberación.

AUTO-ZAINTZA MAITASUNETIK ESPAZIO BERRIAK IREKITZEA DA

- “ Alaitasunetik errebelde izatea.
- “ Amorraren duintasuna.
- “ Eguna eta oraina bizitzea.
- “ Gorputzak, adimena eta bihotzak.
- “ Norbanakoaren zaintzaren arreta egon.
- “ Maitasunetik espazio berriak ireki, bertatik abiatu eta ez indarkeriatik.
- “ Maitasuna, errespetua, enpatia.
- “ Sare sozialen zaintza ere Autodefentsa da.
- “ Emandako pribilegioak aitortu.
- “ Oroimena, bidean geratutako aitzindarien eta lankideen memoria bizirik mantendu.
- “ Askatasunaren Teologiak planteatutako zapalkuntzaren kontrako borrokan oinarritu.

HONDURAS

AUTOCUIDADO ES CONECTAR EL CUERPO CON LA TIERRA

- “ ¿Como sanas? Desde la rabia, desde la alegría, desde un cuerpo conectado a la tierra.
- “ Tenemos que hablar desde lo feo, lo injusto, pero también de lo bonito.

GORPUTZAK AMA LURRAREKIN BATZEA DA

- “ Nola osotu gaitezke? Naturarekin bat egindako gorputz batetik abiatuta, poztasun eta amorrutik abiatuz.
- “ Gaitzesgarritasunetik aritu behar gara, bidegabekeriatik hitz egin, baina aldi berean ederra ere dena.

EL SALVADOR

AUTOCUIDADO ES CONECTAR EL CUERPO CON LA TIERRA

- “ Autocuidado es un derecho.
- “ Sabiduría puede compartirse juntas.

AUTO-ZAINTZA ESKUBIDE BAT DA

- “ Auto-Zaintza funtsezko eskubide bat da.
- “ Jakituria elkarrekin partekatu dezakegu.

“ Multiplicar sirve: Autocuidados como parte de sus vidas, ser parte de una misma.

“ Los cuidados pasan a ser parte de una misma.

“ Más compasiva, más humana.

“ Somos nosotras las encargadas de cuidarnos, la sociedad no lo va hacer.

“ Zaintzak NORBANAKOAREN parte bilakatzea lortu behar dugu.

“ Gupidatsu eta bihozberak izan behar gara.

“ Guk geuk izan behar gara zaintzen arduradunak, Gizarteak berak ez du inolako pausurik emango.

4 AUTOCUIDADO DESDE LAS ALIANZAS Y SANAR DESDE LO COLECTIVO

Dinámicas de colonización, como el extractivismo, operan en estos territorios llenos de vida, vulnerando derechos de territorios, pueblos y cuerpos.

Las defensoras junto con sus colectivos producen y generan resistencias, cuidados que conllevan reparación que da lugar a la

ALIAINTZETATIK AUTOZAINITZA INDARTZEN ETA KOLEKTIBOTASUNETIK OSOTZEN

Bizitasunez beteriko gure lur hauetan, kolonizazio eta ustutze prozesuak burutzen dira, gure lurralde, herri eta gorputzen eskubideak erabat urratuz.

Defendatzaileek, euren kolektiboekin batera, erresistentziak sortu eta garatu egiten dituzte. Zaintza lan horiek gizakiongan

dignidad humana, a la libertad.

Muchas comunidades cuentan con mecanismos de protección comunitaria. Entre ellos señalan: organización, investigación, comunicación y articulación.

"Mi pueblo Maya K'iche', a pesar de estar bajo un Estado Genocida, es un pueblo con un movimiento revolucionario, autónomo, comunitario y campesino con fuerte vínculo con la tierra" Lolita Chàvez, Guatemala.

"Nuestro planteamiento es cosmogónico. Hay sabiduría, vínculo con la tierra, con el amor a la vida y desde los feminismos comunitarios, que tienen enlace profundo con la espiritualidad y el



duintasuna eta askatasuna bideratzen dituzten prozesuak aurrera eramateko gaitasuna dute.

Komunitate askok babes komunitario hori aurrera eramán ahal izateko mekanismo propioak dituzte baita, hala nola, antolakuntza, ikerketa edota komunikazioa.

"Nahiz eta Estatu genozida batean bizi garen, nirea den Maya Kiché herriak ama lurrarekin harreman estua duen mugimendu iraultzaile, autonomia, komunitario eta nekazari indartsua dituen herria da. Gure planteamendua kosmogonikoa da. Hau da, jakituria du, ama lurrarekin harremanetan dagoena, bizipozarekin eta feminismo komunitarioekin, espiritualtasun eta komunitatearen parte izatearen garrantziarekin sustrai sakonak dituena". Lolita Chávez, Guatemala.

Feminista beltzaranak, lesbianak, transexualak, ez binariak edota migranteak bat egiten dute guk planteatutako feminismoaren kontzeptuarekin. Elkarrekin batera osatu gaitzake.

"Bertak borrokaren hazia landu zuen, bere indarra gurekin dirau oraindik ere. Familia eta seme alabak atzean ustea ez da batere erraza, are gehiago erakundearen parte izateagatik jasandako eraso eta mehatxuengatik, baina tinko mantentzen naiz. Erreakak eta Bertak berak ere indartu egiten naute." Rosalina Domínguez, Honduras.

ser comunidad” Lolita Chàvez, Guatemala.

Nuestros feminismos están entretejiendo encuentros con feministas negras, lesbianas, transexuales, no binarias, migradas. Queremos sanar juntas.

“Berta sigue presente porque ella sembró raíz de lucha. No es fácil dejar mi familia, mis hijos por la organización, además de las amenazas. Pero resisto. El Rio y Berta me dan fuerzas” Rosalina Domínguez, Honduras.

“Las mujeres que luchan para defender los bienes que nos pertenecen son las guardianas, las defensoras de los bienes naturales” Marixela Ramos, El Salvador.

En nuestras militancias hay actitudes patriarcales que nos atraviesan. Tener siempre algo que decir, agregar, cuestionar, que cumplir, controlar todo. Desaprender todo esto y poner el cuidado de nuestros cuerpos y las relaciones entre nosotras en el centro.

La militancia no puede ser un autosacrificio y premiar a la que más trabaja, así porque sí, eso favorece egos y competencias.

Para ello es necesario hacer reflexiones grupales de revisión de prácticas, de acuerdos de romper con formas caducas que exigen nuevos ritmos. Centrarnos en el cuidado de todas y de los colectivos y asociaciones.

“Gureak diren ondasunak babesteko borrokan ari diren emakumeak zaintzaileak dira, ondasun naturalen zaindariak”. Marisela Ramos, El Salvador.

Gure militantzien baitan jarrera patriarkalak antzematen ditugu askotan: beti zeozer gehitzeko edo esateko nahia, dena zalantzan jartzea, jaramonik egin nahi ez izatea edota dena erabat kontrolatzeko nahia esate baterako. Jarrera guzti hauek goitik behera eraldatzea da helburua, gure gorputzen zaintzak eta gure arteko harremanak lehen lerrora ekarriz.

Militantzia ezin daiteke izan norbanakoak egindako sakrifizio hutsa bakarrik, saritze metodoetan oinarriturik, horrek egoak gizendu ditzake eta barne lehiakortasuna bultzatu.

Gauzak horrela, talde hausnarketak bide ratzea guztiz egin beharreko prozesua bilakatzen da, non bereganatutako jarrera zaharkituak haustu daitezen berriak sorrarazteko, gu geu eta kolektiboen zaintzan oinarritu beharko direnak.

4.1 “EL CUERPO COMO PRIMER TERRITORIO” TALLERES SOBRE AUTOCUIDADO Y CUIDADO COMPARTIDO.

Taller dinamizado por Saioa Hernández (Sexóloga). Junto a las defensoras e invitadas, el taller giró en torno a reflexiones sobre la importancia de los autocuidados, acompañado en varios momentos de ejercicios y movimientos del cuerpo para conectar con él y desde él.

Las mujeres comentaron que cuidan más de los compañeros, la pareja, hijos/as que de sí mismas. Y ese sacrificio y servilismo están aprendidos e interiorizados.

Se cuentan con pocos elementos y estrategias para cuidar de sí mismas, del cuerpo, de las emociones y de todo lo que permita estar mejor.

Reafirmando la necesidad de vivir la sexualidad, el gozo y las redes de afecto.

Taller dinamizado por Cony Carranza Castro, (Educadora Popular Feminista).

Invito a las participantes a identificar las opresiones que atraviesan

TAILERRA: “GORPUTZA LEHEN LURRALDE GISA” AUTOZAINZTA ETA ZAINZTA PARTEKATUA.

Saioa Hernándezezek (sexologian aditua) bideratutako tailerra. Gonbidatutako emakume zaintzaileekin batera, autozaintzaren garrantzia oinarritutako hausnarketan inguruan aritu zen tailerra, zenbait ekintza eta ariketa praktikoa ere eginez gure gorputzekin bat egiteko.

Emakumeen hitzetan, askotan lankide, bikotekide edota seme-alaben zaintzari arreta gehiago eskeintzen zioten egunero euren gorputzei baino. Sakrifizio eta morroitzak jarrera horiek erabat ikasiak eta barneratuak ditugu jadanik.

Egia esan, gorputzak, emozioak eta, orokorrean, gu geu hobeto sentiarazteko elementu eta estrategia gutxi ditugu eskura.

Adiskidetasun sareetatik, gozamenaz eta sexualitateaz hobeto biziarazteko ditugun nahien beharrak areagotuz.

Cony Carranza Castrok (Herri Hezitzaile Feminista) bideratutako tailerra.

Partehartzaileek gure gorputzak zapuzten dituzten opresioak antzeman beharko dituzte, mintzen gaituen horrekin bat egitearen

los cuerpos, la importancia de conectar con lo que duele y qué formas de sanación tienen de manera personal y desde su organización.

garrantziaz ikasi eta norbanako zein elkarte gisa burututako osotze formak ezagutzera eman.

CUERPOS DOLIENTES, DAÑADAS POR LOS SISTEMAS, FORMAS DE TRABAJO Y MILITANCIA

- **Cabeza:** Presión, dolor. Auto exigencia, culpa, etc.
- **Hombros:** Dolor en las cervicales. Cargas, culpas, demandas de las familias, de las organizaciones.
- **Estómago y vejiga:** Malas digestiones. Estreñimiento, temores, ansiedad, no llegar a lo que te demandan.
- **Piel:** Picor, alergias, irritación. Responsabilidad, no tener respuestas, querer llegar a todo.
- **Piernas:** Problemas de circulación. No lograr avanzar más, inseguridades.

MINDUTAKO GORPUTZAK, SISTEMAK BERAK, LAN BALDINTZEK EDOTA MILITANTZIAK MINDUTAKOAK

- **Burua:** presioa, mina. Sorrazitako auto eskakizunak, erruduntasuna etab.
- **Sorbaldak:** zerbikaleko mina, jasotako zamak. Erruduntasuna, famili edota erakundeen eskaerak
- **Urdail eta maskuria:** digestio txarrak, idorreria. Beldurra, larritasuna, eskatutakoa lortzeko gai ez izatea
- **Larruazala:** azkura, alergia, narritadura. Erantzunkizuna, erantzun eza, dena egin nahi izatea
- **Hankak:** zirkulazio arazoak. Aurrera egin ezin izatea, ziurtasun eza

También surgió la importancia de una sexualidad libre y placentera en compañía, así como el derecho al auto placer.

Tenemos deuda con el placer y hay que disponernos a él.

Honekin batera, elkar gozamen eta sexu askatasunaren garrantziaren inguruan ere aritu ginen, baita norbanakoaren buruaren gozamenaz ere.

Gozamen horrekin zor bat duru eta bere eskuetan jarri behar ditu gure buruak.

EL GRUPO COMPARTIÓ FORMAS DE SANAR COMO PARTE DEL AUTOCUIDADO

Cantar, biodanza, respirar, conectar con el cuerpo, deportes, caminatas, escuchar música, meditar, orar, tomar un vino, cerveza, un buen tequila, conectar con la parte espiritual, darse placer sola, o acompañada, decir "por favor", "lo siento", "gracias", "te quiero".

AUTOZAINTZAREN PARTE DIREN OSOTZE FORMAK ERE PLAZARATU GENITUEN

Abestea; biodantza; arnastea; gurputzarekin bat egitea; kirola; ibilaldiak; musika entzutea; hausnartzea; otoitz egitea; ardo, garagardo edo tekila on bat edatea; gainontzekoen alde espiritualarekin bat egite, bakoitzak bere buuruari edo elkarrekin plazerra ematea; "mesedez", "barkatu", "eskerrik asko" edota "maite zaitut" esatea.

4.2 PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO DESDE Y CON LAS COMUNIDADES, COLECTIVOS.

El Salvador, como otros países de la región, viene de una guerra civil que duró más de 10 años. Santa Marta es una repoblación de personas que huyeron de la guerra. No han existido procesos de sanación individual y colectiva como merecían estas poblaciones. Y son las personas las que han ido encontrando formas, alternativas de cuidado y sanación.

Esencial la importancia de la tierra, su vínculo con ella, así como los elementos que la conforman.

“Para Santa Marta conservar la tierra es un acto de rebeldía y cuidado. Y conectar con la sabiduría de las ancestras”

“En nuestras comunidades existen prácticas de cuidado que son compartir la casa, brindar un alimento, cuidar a las perseguidas, brindar redes de cuidado”

“La Radio Victoria es parte de un proceso liberador reconociendo nuestros dolores y sentires...”

“Radio Victoria es una herramienta de sanación, defiende la vida y la dignidad desde el buen vivir, desde la descolonización del pensamiento dominante”

Marixela Ramos, El Salvador.

AUTOZAINITZA EKINTZAK KOMUNITATEKIN BATERA, KOLEKTIBOAK

El Salvador, inguruko gainontzeko herrialdeen antzera, hamar urtez luzatu zen gerra zibila pairatu zuen. Gatazka horretatik ihesian joandako biztanleek sorraz zuten Santa Marta herria. Oraindik ere, ez dira heman behar bezalako osotze prozesuak bertako biztanleriarengan, bai arlo indibidualean zein kolektiboan, eta herritarrek izan dira euren kabuz forma, zaintza alternatibak eta osotzeak bilatu behar izan dituztenak.

Prozesu hauen baitan, erabateko garrantzia hartzen du lurrak eta gure harremana berarekin, baita ere hauosatzen duten gainerako elementuek.

“Lurraren babes hori zaintza eta asaldatze ekintza bilakatzen da Santa Marta herriarentzat, gure arbasoen jakituriekin bat egiteko.”

“Gure komunitateetan etxebizitzak partekatzea, janaria eskeintzea, jazarritakoak babestea edota zaintza sareak eskeintzea egunerokotasunaren ezinbesteko ekintzak dira”.

“Radio Victoria askatze prozesu horien baitan garrantzi handiko tresna bilakatu da, gure gaitz eta sentipenak aitortuz. Irratia ezinbesteko papera jokatu du osatze prozesuetan, Bizitza eta duintasuna defendatuz Ongi Bizitzea oinarritzat hartuta,

Pero también se ven afectadas en sus cargas cotidianas y dejando efectos en sus cuerpos.

La exigencia de la cooperación internacional en la elaboración de proyectos y de asociaciones en las tareas y formas de militancia.

"Estamos más ligadas a cumplir con los tiempos, realizar los proyectos financiados por Europa, que por cuidar procesos y a las compañeras"

"El cumplir con objetivos, indicadores, informes, nos crea tensiones de más y nos dimos cuenta que estamos reproduciendo las mismas dinámicas del sistema Capitalista y Heteropatriarcal"

Por eso "el cuidado como parte estratégica de nosotras y un discurso congruente con nuestras acciones"

Zuleyma Arauz, El Salvador.

Por su parte, la compañera Emilia Larrondo, de la asociación Mujeres del Mundo Babel, presentó algunas reflexiones de su investigación "Valoración ética de la responsabilidad política sobre los derechos laborales de las mujeres migradas en el ámbito doméstico. La perspectiva de las asociaciones de Bizkaia".

Compartió algunos datos sobre la realidad de las mujeres migradas en el País Vasco:

inposatutako pentsamentu dominanteak aldera batera utziz."

Marixela Ramos, El Salvador.

Hala ere, egunerokotasunak sortutako zamek ere kaltetu egiten dituzte, euren gorputzetan ondorio larriak eraginez.

Lankidetzak internazionalak proposatutako proiektuen gauzatzea eta baita Erakundeek lan eta militantziek ere esijentzia handia sorrarazten dute zaintzaileen gorputzengan.

"Askotan, Europak finantziatutako proiektuak aurrera eramatera behartuak gaude, haiek inposatutako egutegia betetzera, gure eta lankideen osotze prozesuak zaintzera baino".

"Helburu zehatz batzuk bete behar izana edota txostenak entregatzeak gehiegizko tentsioak sorrarazten ditu guregan, Sistema Kapitalista eta Heteropatriarkatuak inposatutako dinamika berberetan behin eta berriz eroriz"

Hori dela eta, zaintza funtzesko egitasmo gisa hartu beharra dugu, gure ekintzekin bat datozen adierazpenak eginez".

Zuleyma Araúz, El Salvador.

Bestalde, Emilia Larrondo lankideak bere ikerketa oinarritu duten hausnarketak ere aurkeztu zituen, "Etxeko lanetan diarduten

La alta demanda de trabajo de hogar y cuidados y la participación de mujeres migradas y latinoamericanas es cada vez más notable.

Población extranjera 8,9%. De esa población, el 46,7% es latinoamericana. En el ámbito de servicios: 96,5% de las mujeres y 48% de los varones.

Del 72% de las mujeres inmigrantes, el 39% trabaja en tareas domésticas y de cuidado, en hostelería 22% y comercio 11,7%.

Una realidad de la especie humana es su vulnerabilidad, interdependencia y eco-dependencia, somos naturaleza y dependemos de ella. Por lo que los cuidados son esenciales a lo largo de la vida de las personas, así como el cuidado de los bienes naturales y del planeta.

Esta organización de los cuidados es injusta, se responsabiliza a los hogares y recarga de trabajo a las mujeres migradas que sostienen vidas aquí y allá.

Se necesitan medidas urgentes tanto de parte del Estado Español como de la Comunidad Autónoma, en el cumplimiento de la normativa laboral.

emakume migrenteen eskubideen gaineko erantzunkizun polikoaren balioztatze etikoa, Bizkaiko Erakundeek ikuspuntutik izenpean eta Munduko Emakumeen Erakundearen parte hartzearekin.

Honekin batera, emakume migrañteek Euskal Herrian bizi duten egoeraren inguruko datuak ere partekatu zituen.

Zaintza eta etxeko lan horien eskaria erabat areagotzen ari da gaur egun eta, hori kontuan izanda, emakume migrante eta latinoamerikarren parte hartzea gero eta nabarmenagoa bilakatu da.

Biztanleriaren %8,9a atzerritarra da, portzentai horretatik %46,7a Latinoamerikatik eratorria den heinean. Zerbitzuen sektoreari dagokionez, %96,5 emakumeak diera eta %48 etorkinen gizona da biztanleriari dagokio.

Emakume migrañteek %72a etxeko lanetan eta zaintza lanetan dihardu, %22a hostalaritzan eta %11,7a komertzioarekin oinarritutako lanetan.

Gizakiok oso ahulak gara espezie gisa, interdependienteak eta ekodependienteak garen heinean, natura gara eta bere beharra dugu. Horregatik gure zaintza bai ala bai egin beharreko prozesua bilakatzen da gure bizitza osoan zehar, nola ondasun naturalen zaintza hala lur planeta bera baita.

Zaintzen antolakuntza hau erabat bidegabekoa bihurtu da, erantzunkizun osoa etxeetan isuriz eta emakume migranteen lana are gehiago areagotuz.

Gauzak horrela, guztiz funtseskoa da premiazko neurrien ezartzea, bai Estatu Espainolaren partetik zein Autonomia Erkidegoaren aldetik, lan legedia behar bezala bete dadin.

PROPUESTAS

- Sensibilización, formación e información.
- Controlar y sancionar el incumplimiento de normativas, defensa de los derechos y buenas prácticas en el trabajo de hogar y cuidados.
- Reflexionar sobre lo realmente indispensable y central para la continuidad de la Vida.
- Procesos de sanación personales y en red.
- La importancia de la casa de sanación.

PROPOSAMENAK

- Sentzibilizazioa, heziketa eta informazioa.
- Legedia bete dadin zihurtatzea eta zigorrak inposatzea arautegia betetzen ez denean, eskubideen defentsa eta bai etxean zein zaintza lanetan jarrera ona edukitzea.
- Bizia aurrera eraman ahal izateko ezinbestekoa eta guztiz beharrezkoa denaren inguruan hausnartzea.
- Sareen bitartez osotze prozesu pertsonalak gauzatzea.
- Zaintza-etxeen garrantzia.

CONCLUSIONES

- La Alianza criminal entre Capitalismo y Heteropatriarcado.
- Reconocer nuestros pensamientos y sentimientos.
- Reivindicar, hacer bulla, bailar, cantar, danzar.
- Interpelarnos, revisar nuestras prácticas organizativas y colectivas.
- Sanarnos, sanar en redes, ser puentes.
- Tomar conciencia de las múltiples opresiones y formas de resistencia y lucha.
- Sin comunidad no hay lucha.
- Estas redes tienen que ser reales y vivas y mantenerse entre nosotras.

ONDORIOAK

- Kapitalismoa eta Heteropatriarkatuaren artean sortutako lankidetzak kriminalak.
- Gure sentipen eta aburuak ezagutzera ematea.
- Aldarrikatzea, oihu egitea, abestea, dantza egitea.
- Gure buruari galdetzea, gure antolatze eta talde praktiken inguruan hausnartzea.
- Sendatzea, sareei esker osatzea, zubiak bilakatzea.
- Egunerokotasunean sufritzen ditugun zapalketa era desberdinen kontzientzia izatea, baita beste erresistentzia eta borroka moduen ezagutza izatea ere.
- Komunitaterik gabe ezinezkoa da borroka aurrera eramatea.
- Sare hauek errealak eta biziak izatea guztiz beharrezkoa da, baita gure artean biziraun izatea era.

SESIÓN DE PRESENTACIÓN DE LA SISTEMATIZACIÓN Y EVALUACIÓN DEL PROCESO
**DEFENDIENDO EL TERRITORIO DESDE
LOS CUIDADOS**

PROZESUAREN AURKEZPEN ETA EBALUAKETA SAIOA

**LURRALDEA ZAINZETATIK
DEFENDATZEN**



La sesión tuvo lugar el 13 de marzo en la Hegoetxea de Irala, con el fin de socializar las reflexiones, aprendizajes y experiencias vividas durante el proceso de la visita de las Defensoras en EH.

Las organizaciones y aliadas involucradas en las actividades que participaron en esta sesión fueron: el voluntariado y equipo técnico de Lumaltik y de Berdinak Gara, y representantes de Mujeres del Mundo Babel, Mujeres Tejiendo Red, Asociación de Vecinos de Irala, Ongi Etorri Errefugiatuak, EH feminista Nika y Ecuador Etxea.

Esta sesión de trabajo se realizó con el objetivo de contribuir a la construcción y definición de estrategias que busquen el bienestar de las defensoras de DDHH y territorio, de las mujeres trabajadoras de hogar, de las personas que trabajamos en las organizaciones, y de las activistas locales, tanto autóctonas como migradas. Además de socializar la sistematización, la sesión sirvió como sesión colectiva de evaluación del proceso.

La elaboración, presentación del informe y la dinamización de esta sesión corrió a cargo de nuestra compañera Cony Carranza.

Empezamos la actividad presentándonos y reflexionando en torno a una canción dedicada a Berta Cáceres y al río Gualcarque que tuvimos la oportunidad de escuchar y ver. Esto nos dio pie a contestar las siguientes preguntas:

Saioa martxoaren 13an burutu zen Iralako Hegoetxean. Bertan, emakume Defendatzaileek Euskal Herrira eginiko bisitaren ondorioz planteatutako hausnarketa, esperientzia eta irakasketen inguruan aritzea izan zen helburu nagusia.

Saioan bideratutako ekintzetan parte hartu zuten erakunde eta lankideak honakoak izan ziren: Lumaltik eta Berdinak Gara kolektiboetako teknikari eta boluntarioak, Mujeres del Mundo Babel elkarteak, Mujeres Tejiendo Red, Iralako Auzokideen Elkartea, Ongi Etorri Errefugiatuak, EH Feminista Nika eta Ecuador Etxea.

Saioaren helburu nagusia, Giza Eskubideen eta lurraldeen defendatzaren alde borrokan dirauten emakume defendatzaileen lana sustatu dezaketen estrategia berriari bilaketa eta sorrera izan zen. Baita erakundeetan lanean ari garen pertsona eta aktibista guztiak ere, bai bertokoak zein migranteak. Sistematizazioa ezagutzera emateaz gain, prozesuaren ebaluaketa kolektibo bezala ere balio izan zuen honako saioa.

Txostenaren sorrera, aurkezpena eta saioaren nondik norakoak Cony Carranza gure lankidearen esku egon ziren.

Saioa hasteko, gure buruak aurkeztu genituen. Ondoren, Berta Cáceres eta Guadalupe Cordero ibaiaren omenean eginiko abesti bat entzuteko aukera izan genuen, ondorengo galderen inguruan erantzunak eta hausnarketak plazaratzeko aukera ere eman ziguna:

¿CUÁL HA SIDO NUESTRA EXPERIENCIA EN TODO ESTE PROCESO?

- La experiencia ha sido muy enriquecedora, las defensoras han aportado muchas cosas positivas, conocer sus luchas y la fuerza de resistencia.
- Fue una experiencia buena compartir con mujeres que lo está viviendo de cerca, la defensa de su territorio y de su cuerpo.
- Las mujeres defensoras transmiten fuerza y el valor a través de su testimonio. Y ese testimonio debe ser escuchado en esta parte del planeta para ser consciente de nuestras responsabilidades.

ZEIN IZAN DA GURE ESPERIENTZIA PROZESU HONEN BAITAN?

- Defendatzaileek hainbat ikuspuntu positibo eskeini dituzte, euren lehiak ezagutu ditugu eta haien erresistentzia indarrekin bat egin dugu. Beraz, esperientzia guztiz aberasgarria izan da guretzat.
- Haien lurraren eta gorputzen defentzan lehen lerroan ari diren emakumeen egunerokotasuna lehen pertsonan ezagutzea eta partekatzea esperientzia izugarria izan zen gu denontzat.
- Haien testigantzekin batera, emakume defendatzaileek haien indarra eta ausardia ere helarazi digute. Bizi dugun lur zati honetan, emandako testigantza horiek jasotzea guztiz ezinbestekoa suertatzen da, denok gure erantzunkizunen gainean egon gaitezen.

- Es importante conocer estos procesos y alimentar los conocimientos sobre lo que sucede en otras partes del mundo. Esto nos da pie a tejer lazos con otras organizaciones.
- Tuvimos la oportunidad de conocer a diferentes defensoras, de diferentes edades y defendiendo distintos derechos. Todas son un ejemplo que se tiene que ver reflejado aquí.
- Esas mujeres que estuvieron en noviembre, vinieron a participar con resistencia, alegría y fuerza.
- Erabat ezinbestekoa suertatzen da prozesu hauek ezagutzea eta munduko edozein tokitatan burututako ekintzen ezagutzak sustatzea. Izan ere, honek gainontzeko elkarte edo erakundeekin harreman sareak sortzea ahalbidetuz du.
- Defendatzaile desberdinak, adin ezberdinak dituztenak, eta orotariko eskubideak defendatzen dituztenak ezagutzeko aukera izan genuen. Haiek guztiak eredu dira guretzat, gure lanaren erreferente nagusi ere diren heinean.
- Azaroan izan ziren emakume hauek erresistentzia, alaitasun eta indarrez beteta etorri ziren gurekin parte hartzera.

¿QUÉ SENSACIÓN NOS TRANSMITE LA CANCIÓN Y EL RÍO?

- Vemos el río como vida, como defensa de la vida constante.
- Es bonito ver el río y ver a la gente, esa gente también está aquí. Siempre vamos a defender nuestro río y nuestra tierra, estemos donde estemos, le guste a quien le guste.
- El río es reflejo de la vida que tenemos que defender entre todas.
- En Mesoamérica los ríos han sido puntos de encuentro para las mujeres, para bañarse o para lavar la ropa. Para algunas sirve de terapia salir y hablar de sus problemas.

ZEIN SENTIPEN PIZTEN DIZKIGU ENTZUNDAKO KANTA ETA IBAIA?

- Ibaia bizitasunaren zaindari gisa antzematen dugu, etengabeko bizitasun horren defendatzaile gisa.
- Erabat hunkigarria da erreka eta jendea bertan ikustea, jende hori hemen bertan ere dugulako. Beti defendatuko ditugu gure ibaia eta gure lurra, gauden tokian gaudela eta gustatu edo ez.
- Ibaia bizitzaren isla da, horregatik denon artean babestu behar dugu.
- Mesoamerikan, ibaiak topalekuak izan dira betidanik emakumeentzat, bai bainua hartzeko zein arropa garbitzeko adibidez. Askorentzat ere terapia guneak bilakatu dira, buruhausteetatik irten eta haien inguruan mintzatzeko.

La situación en Mesoamérica es similar, los pueblos siguen enfrentando todas estas problemáticas derivadas de la colonización. Los despojos, expropiación, saqueo, extractivismo, violencias machistas y distintos niveles de opresión, terminan afectando más a las zonas rurales y por supuesto a las mujeres indígenas.

Es inevitable tener diferentes sentimientos al escuchar los relatos de las compañeras defensoras. En Mesoamérica se te enseña a sobrevivir, todo mundo está en peligro pero más las mujeres, es desgarrador el no poder decidir sobre tu cuerpo y si lo haces hay grandes condenas por aborto. Defender los derechos te pone en constante peligro "Sale la voz y entran las balas", las violencias son sistemáticas.

En EH muchas de estas luchas se ven reflejadas en las personas que migran. El actual foco político de Mesoamérica hace que también estén migrando activistas defensoras de DDHH, y al llegar aquí enfrentan distintas desigualdades.

Mesoamerikak egun bizi ohi duen egoera erabat antzekoa da, herriek kolonizazioaz geroztik eratorritako gatazkak pairatzen jarraitzen dituzte oraindik ere. Ustutzeak, nahitaezko desjabetezak, arpilatzeak, erauzketak, indarkeria matxistak edota jazandako zapalketa ezberdinak landa eremuetan ematen dira batik bat, emakume indigenen kasuan askoz gehiago areagotuz.

Defendatzaileen adierazpenak entzutean, gutariko bakoitzean sentimendu ezberdinak sorraraztea erabat saihetsezina suertatzen da. Mesoamerikan, biziraupenaren gainean hezitzen zaituzte, izan ere, edonor izan daiteke arriskuan bertan, baina batik bat emakumeak. Guztiz lazgarria da norberaren gorputzaren gaineko eskubidea ez izatea eta, izatekotan, abortuaren gaineko zigor ugari eta larriak daude. Indarkeriak erabat sistematikoak dira eta eskubideen defentzan aritzea arriskutsu bat bilakatzen du emakumeen eguneroko bizitza, "sale la voz y entran las balas".

Euskal herrian, gatazka guzti hauek emakume migranteengan areagotuta ikusten ditugu. Mesoamerikako egungo egoera politikoa dela eta, Giza Eskubideen aldeko aktibista migranteen etorrera ematen ari da, hona heldzean desparekotasun egoerak pairatzen dituztenak.

¿QUÉ OTRAS VIOLENCIAS VEMOS EN NUESTROS ENTORNOS, AQUÍ EN EH?

GRUPO AUTÓCTONO

- Violencia sexual en diferentes niveles.
- Precariedad y las desigualdades a nivel laboral, familiar, escuelas.
- Violencia institucional hacia personas trans.
- Sistema patriarcal que está en todas las escalas de la sociedad.
- Reproducción de los roles de género hetero-patriarcales desde niños, racismo, buling
- Impunidad de la iglesia en los casos de pedofilia.
- El cuidado recae todo en las mujeres, así como el rol de maternidad

ZER NOLAKO INDARKERIAK ANTZEMATEN DITUGU GURE INGURUAN, EUSKAL HERRIAN?

BERTOKO TALDEA

- Hainbat mailatan emandako sexu indarkeriak.
- Prekarietatea eta desparekotasuna lan, familia edota ikasketa esparruetan.
- Trans pertsonen jazandako biolentzia instituzionala.
- Gizartearen esparru guztiak kutsatzen dituen sistema patriarkala.
- Haurrei Hetero-Patriarkatuak sortutako generoen inposaketa, jazandako buling eta arrazakeria horren ondorio zuzenak dira.
- Pedofilia kasuei aurre egiteko Elizak duen inpunitatea.
- Zaintza lanak betioro emakumeen esku geratzen dira, amatasunaren kasuan bezala.

GRUPO DE MUJERES MIGRADAS

- Precarización del trabajo de las personas migradas
- Violencia en el trabajo de hogar.
- Estigmatización /racismo
- Destierro del ser como activista y migrante, para esta sociedad no eres nadie, y para tu sociedad de origen no eres la misma.
- Desvalorización intelectual y saberes
- Ley de extranjería
- Apropiación de nuestros tiempos
- Códigos de comunicación, castellano y español
- Consumismo
- Fundamentalismos religiosos, tanto los que aquí existen como los que se traen del país de origen.
- Cargas económicas y emocionales, de aquí y de allá.

EMAKUME MIGRANTEEN TALDEA

- Pertsona migranteen lanaren prekarizazioa.
- Etxeko lanetan pairatutako biolentzia.
- Estigmatizazioa/Arrazakeria.
- Erbesteratzea bai aktibista zein migrante gisa, gizarte honentzako inor ez izatea eta jatorriko gizarte horretarako aldatu izana.
- Adimen eta jakintzen baliogutzeak.
- Atzarritarren Legedia.
- Gure denboraren kontseptuaren inposaketa.
- Komunikazio tresna berriak, gaztelera eta espainiera.
- Kontsumismoa.
- Erlijio fundamentalismoa, bai bertan inposatutakoa zein jatorriko herrietatik ekarritakoak.
- Zama emozional eta ekonomikoak, bertokoak zein jatorrikoak.

Necesitamos hablar de cuidados y ponerlos en el centro. Las defensoras vienen a cumplir agendas marcadas y muchas veces no se tiene en cuenta sus prioridades. Las organizaciones estamos saturadas de trabajo y actividades, se acumulan los momentos de formulación, informes y ejecución de actividades en organizaciones que cuentan con pocos trabajadores/as y con medias jornadas de trabajo.

Para las organizaciones del Sur, las organizaciones locales marcan todas las prioridades que se tienen desde aquí y pocas veces se tienen en cuenta sus tiempos. Se parchea todo sin realmente cambiar la estructura del problema.

Tenemos que hablar de cuidados y que estos sean accesibles para todas las personas, defensoras, activistas, trabajadoras de hogar, de organizaciones, etc.

Zaintza lanen beharra eztabaida publikora ekarri behar dugu. Defendatzailerak markatutako agendak betetzera datoz eta, askotan, ez dira haien lehentasunak bermatzen. Orokorrean, erakundeak lanez eta ekintzaz gainezka gaude; aurkezpen, txosten edo jarduerak betetzeko epeak pilatu egiten dira, langileria gutxi eta lanaldi erdiak dituzten erakundeek baita.

Hegoamerikako erakundeek kasuan, bertoko elkarteak dira lehentasunak ezartzen dituztenak eta, orokorrean, ez dira hango bizi denborak kontuan hartzen. Egituraren oinarritzko arazoak eraldatzen saiatu beharrean, soilik gainazaleko partxeak jartzen zaizkio.

Zaintzen inguruan aritu behar gara, hauek guztion eskura egon daitezten: bai defendatzailerak, aktibistak, etxeko langileak, erakundeak etab.

¿QUÉ TENEMOS QUE HACER EN TORNO A LOS CUIDADOS?

GRUPO AUTÓCTONO

- Proteger el tiempo y el cuidado de los/las trabajadoras.
- La militancia debe tomar otros ritmos.
- Lo “formal” no es profundo, tenemos que plantearnos otros procesos que lleguen a todas las personas.
- Aceptar qué es importante.

ZEIN DA GURE BETEBEHARRA ZAINTZEI DAGOKIENEZ?

BERTOKO TALDEA

- Langileen zaintzak eta denbora babestu.
- Militantziak erritmo ezberdinak jorratu behar ditu.
- Ohikotasunak ez du inolako sakontasunik eskeintzen, edozein toki eta pertsonaraino helarazteko gai diren prozesuak planteatu behar ditugu.
- Zaintzen ezinbesteko beharraz ohartu behar gara.

GRUPO DE MUJERES MIGRADAS

- Espacios seguros.
- Mantener nuestra identidad.
- Poner límites.
- Escuchar.
- Sanación personal y colectiva.
- Atrincherarnos en la alegría.
- Romper los silencios y denunciar.
- Abolir la ley de extrajería.

EMAKUME MIGRANTEEN TALDEA

- Segurtasun espazioak
- Gure nortasuna tinko mantendu
- Mugak ezarri
- Entzutea
- Osotze pertsonal eta kolektiboa
- Alaitasuna gure lubaki pertsonala bilakatu
- Isiltasunak zapuztu, salatu eta jakinarazi
- Atzeritarren Legedia deuseztatu

ESTRATEGIAS DE CUIDADO PARA PONER EN PRÁCTICA

Las luchas deben ser locales y globales porque todo está conectado.

Es importante tener nuevos modelos como el buen vivir y las nuevas prácticas.

Repensar la cooperación porque no se tiene tiempo para nada, mucho menos para cuidar, ¿Seguimos colonizando entonces?

Retomar los espacios de bienestar con la naturaleza. La sociedad local ha perdido ese contacto con la naturaleza, no se tiene conexión con ella.

Recuperar el tejido social y comunitario. Es importante que ese tejido sea de doble vía, de ida y vuelta, porque necesitamos estar conectadas y visibilizar las distintas precariedades que vivimos las mujeres, que se luche por las precariedades de todas las personas, que nos vean a las personas migradas como parte de su sociedad, de esta forma el tejido será desde lo local a lo global.

Más que conceptualizar los cuidados y meterlos dentro de la formalidad, debemos disfrutarlos en nuestras vidas, hacerlos

ZAINTZA LANAK MARTXAN JARTZEKO ESTRATEGIAK

Guztiok elkarlotuta gauden heinean, planteatutako lehiak lokalak zein globalak izan behar dira.

Bizi eredu berrien beharra guztiz ezinbestekoa da, hala nola, "Bizitze Ona" edota jardunbide berriak.

Kooperazio lana berrirz planteatu beharra dugu, ez baitugu denborarik ezertarako, are gutxiago gure zaintzak behar bezala bideratzeko. Orduan, kolonizazio prozesu baten baitan bizi gara oraindik ere?

Naturarekiko ongizate espazioak berrindartu behar ditugu.. Bertoko gizarteak naturarekin zuen harremana galdu egin du, gaur egun ez gaude inolako konexioan gure ingurumenarekin.

Sare komunitario eta soziala berreskuratu behar dugu. Sare hori planteamendu bikoitza izatea erabat ezinbestekoa suertatzen da, joan-etorrikoa. Izan ere, Gu denok elkar konektatuta egon behar gara, emakumeek bizi ohi ditugun prekaritateak zalatzeko helburuz, pertsona guztien prekaritateak zapuzteko xedearekin aritu behar gara, pertsona migranteak ere gizartearen funtsezko

práctica. Nos debemos de enfocar en las experiencias de las compañeras del Sur, cómo sanan individual y colectivamente. Nuestras luchas no pueden seguir este sistema occidental que nos está cansando, agotando, quemando. Debemos replantearnos un nuevo modelo que nos haga disfrutar de lo que hacemos, que respete nuestros tiempos, que nos mantenga alegres desde la rebeldía.

atal gisa onartuak izan gaitzen. Horrela, tokian-tokiko lanetik abiatuta sare global bat osatzeko gai izango gara.

Zaintzak kontzeptualizatu edo finkatu beharrean, gidaliburu baten barruan sartuz, gure egunerokotasunaren parte bilakatu behar ditugu. Hegoamerikako emakumeen esperientzia izan behar da gure eredu nagusia, euren osotze indibidual zein kolektiboa. Gure borrokek ezin dituzte agortzen, zapaltzen eta itotzen gaituen sistema honen eredu berberak errepikatu. Eredu berriak planteatu behar ditugu, gure lanaz gozatzeaz ahalbidetu dezakeena, gure bizi denborak errespetatzeko gai direnak, alaitasunetik errebelde izatea bermatu dezaketenak.

AGRADECIMIENTOS

A todas las organizaciones que han sido parte de este proceso.

Diseño y maquetación 

Ilustraciones y relatorías gráficas 

Memoria de aprendizajes 

Apoyo textos 

ESKERRAK

Prozesu honetan parte hartu duten erakunde guztiei.

Diseinua eta maketazioa  **Iker Dóminguez**

Ilustrazioak eta kontakizun grafikoak  **Bea Aparicio**

Ikaskuntzen memoria  **Cony Carranza**

Testuen laguntza  **Lumaltik Herriak**





lumaitik
HERRIAK



e GARAPENERAKO
LANKIDETZAREN
EUSKAL AGENTZIA
AGENCIA VASCA DE
COOPERACIÓN PARA
EL DESARROLLO

 **Bizkaia**
foru aldundia
diputación foral

