



# NOR NAIZ NI?

¿QUIÉN SOY YO?



## 1. UNITATE DIDAKTIKOA

# IKASLEAREN KOADERNOA (1/2)

### Lagun maitea:

EMAKUNDEren NAHIKO proiektuan parte hartzen ari zara ikasturte honetan. Egitasmo honen helburua giza eskubideetan oinarritutako emakumeek jasaten dituzten etxeko tratu txarren aurkako sentsibilizazio eta prebentzioa da, etorkizunean zure pareja eta familia duzunean, hauek elkarren arteko errespetuan, parekotasunean eta maitasunean oinarritu ditzazun, giza eskubideak nagusi daitezen, kalean bezala, zure etxean eta etxekoen artean. **Horrela hobeto biziko zara, zorionsuago zu eta zure albokoak.**

Lehendabiziko atal honetan, zure buruari buruzko ausnarketa proposatzen dizugu, zure burua hobeto ezagutu eta onartu dezazun. Gure inguruan pertsona diferente asko daudela ikusi ahal izango duzu, etiketatatu ezinako emakume eta gizon ezberdin asko, adin, bizimodu, ohitura, jaskera, arraza, kultura, ogibide, zaletasun... ezberdinekoak. Aniztasun aberats hau gizon-emakumeen adierazgarri pozgarria da.

Guzti horiek artean, zu zeu zaude, **altxor bakarra eta errepikaezina**. Beste inork ez duena duzu. Beste guztiengandik bereizten zara. Harribitxia zara eta harribitxi izateko eskubidea duzu, zuk zeuk nahi duzuna. **Ondo pasa gurekin!**

### Querida amiga o amigo:

Este curso participas en el programa NAHIKO de EMAKUNDE. El objetivo de este programa es la sensibilización y prevención del maltrato doméstico a las mujeres, de forma que en el futuro cuando tengas pareja y familia lo hagas sobre el respeto, la igualdad y el amor, aplicando los derechos humanos en casa tanto como en la sociedad. **De esta forma tendrás una vida mejor, serás más feliz y habrá más felicidad a tu alrededor.**

Este primer capítulo titulado “¿QUIÉN SOY YO?” te propone conocerte y aceptarte mejor mediante diferentes juegos y materiales. Podrás comprobar que a nuestro alrededor hay muchas personas muy variadas, mujeres y hombres diferentes que no se pueden etiquetar, con edad, forma de vida, costumbres, ropas, razas, cultura, oficios, aficiones... diferentes. Esta riqueza y diversidad humana es una de nuestras más alegres y valiosas características.

Entre todas esas personas, estás tú, un tesoro único e irrepetible. Tienes características que nadie más tiene. Te diferencias de todo el mundo. Eres una joya y tienes derecho a ser una joya, la que tú deseas ser. **¡Disfruta en nuestra compañía!**

IZENA

# 1 NOR DA NOR? ¿QUIÉN ES QUIÉN?

“Nor da nor?” jolasarekin jolastu duzunean, gure inguruan neska-mutil ezberdin asko daudela ikusi duzu. Ba al dakizu nolakoak diren? Itxuraz bai. Eta izaeraz? Eta bizi-moduz? Soilik argazkiak ikusita, zer dakizu ondoko bi lagun hauei buruz? Nolakoak dira? Zer interesatzen zaie?

Cuando has jugado con el juego “¿Quién es quién?” has comprobado la diversidad de chicas y chicos que te rodean. Crees que les conoces? Físicamente sí. ¿Y su carácter o personalidad? ¿Y su forma de vida? Sólo viendo la foto, ¿qué sabes de esta chica y este chico? ¿Cómo son? ¿Qué gustos e intereses tienen?



AMAIA



AITOR

Hauetako zer egingo zenuke hobeto ezagutzeko?

¿Qué cosas de éstas harías para conocerles mejor?

- Nik neuk asmatu.  
Inventármelo.
- Beraiei galdetu ea nolakoak diren.  
Preguntarles a ella y a él cómo son.
- Bere etxekoei galdetu ea nolakoak diren.  
Preguntar a las personas con las que conviven en casa, a sus familiares.
- Mutila mutil guztiak bezalakoa izango da eta neska neska guztiak bezala, eta kitto.  
El chico será como todos los chicos y la chica como todas las chicas y ya está.
- Bere lagun, eskolakide eta auzokoei galdetu.  
Preguntarles a sus amistades, compañeras y compañeros de clase

# 2 ISPILUA EL ESPEJO

Geure burua ezagutzeko, begiak ondo zabaldu, erne begiratu eta ispiluan begiratu behar dugu gure burua. Gure itxura, gure izaera... dena, gu geran guztia. Bestalde, tranparik gabe egin behar dugu hau: dena ikusi eta onartu behar dugu, gustatzen zaiguna eta gustokoa ez zaiguna. Aldatzea gure esku dago, eta aldatzen hasteko modu bakarra da. Izan konfidantza zugar, dudarik gabe, dituzun gauza onak hobetu beharrekoak baino askoz gehiago dira. Idatzi nola ikusten duzun zeure burua.

**DATU PERTSONALAK**  
DATOS PERSONALES

NERE  
ARGAZKIA  
MI FOTO

NOLAKOA NAIZ ETXEKOEKIN  
CÓMO SOY CON MI FAMILIA

NOLAKOA NAIZ NERE LAGUNEKIN  
CÓMO SOY CON MIS AMISTADES

NOLA SENTITZEN NAIZ NI NEU  
CÓMO ME SIENTO CONMIGO

Para conocernos, tenemos que abrir bien los ojos, mirar atentamente y mirarnos en el espejo. Fijarnos en nuestro aspecto físico, carácter, personalidad... todo lo que somos, hasta el último rincón. Tenemos que hacerlo sin trampas: ver y aceptar todo lo que somos, lo que nos gusta y lo que necesitamos mejorar. Cambiar está en nuestras manos, pero para hacerlo hay que ver qué necesitamos mejorar. Ten confianza, sin duda hay muchas más cosas positivas que mejorables en tí. Escribe cómo te ves, cómo eres.

**NOLAKOA NAIZ FISIKOKI  
CARACTERÍSTICAS FÍSICAS**

**IZAERA ETA NORTASUNA  
CARACTER Y PERSONALIDAD**

**ZALETASUNAK  
GUSTOS Y AFICIONES**

**NOLA SENTITZEN NAIZ BESTEEKIN  
CÓMO ME SIENTO CON LA GENTE**

**3 NERE ALDE ONAK  
LO MEJOR DE MI**

Osatu ezazu taula zeure buruari egia esanez.

Completa el cuadro diciéndote la verdad.

NERE ALDE ONAK	HOBETU BEHARREKOAK
LO MEJOR QUE VEO EN MÍ	LO QUE DEBO MEJORAR

**4 LAGUNEN ISPILUA  
EL ESPEJO DE MIS AMISTADES**

Lagunek zugan ikusten dutenak lagunduko dizu zure burua hobeto ezagutzen. Galdetu seiri zer den zugan ikusten duten hoberena.

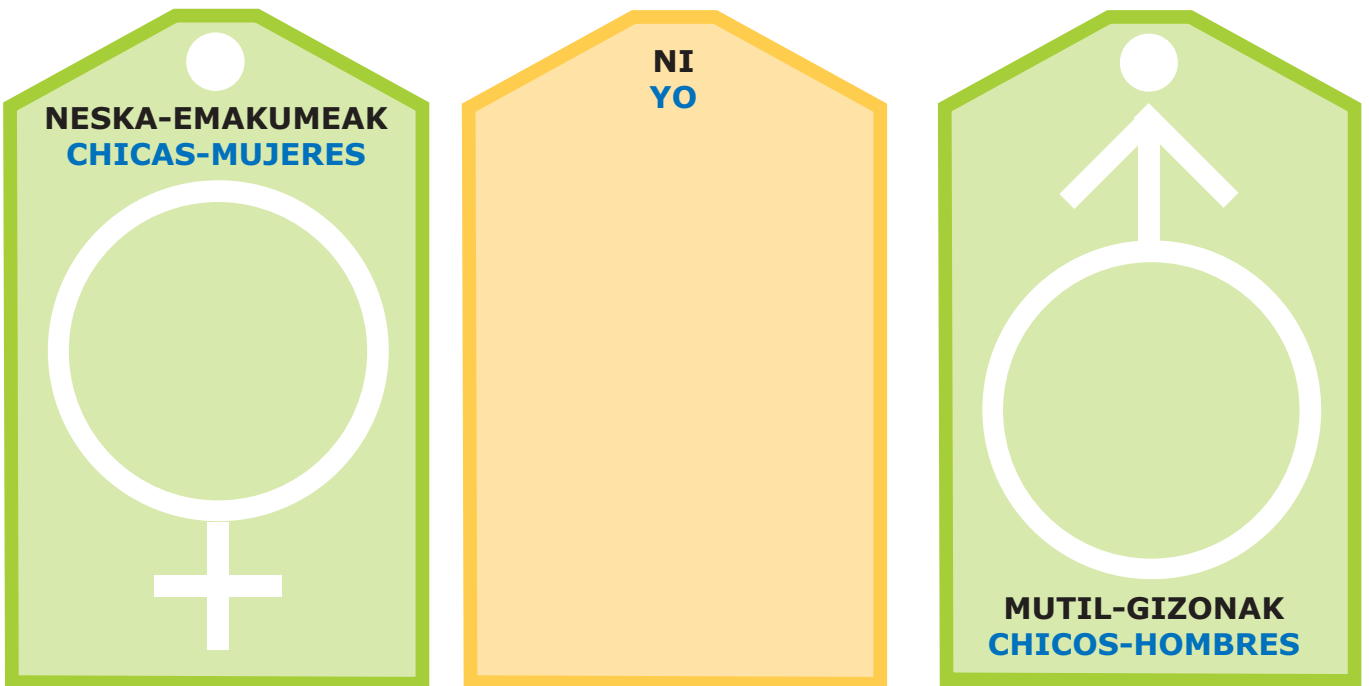
Lo que tus amistades ven en tí puede ayudarte a conocerte mejor. Pide a seis personas que te digan lo mejor que ven en tí.

NORK ESANDA	NERE ALDE ONAK
QUIÉN ME LO HA DICHO	LO MEJOR QUE VEN EN MÍ

# 5 ETIKETARIK EZ, ESKERRIK ASKO ETIQUETAS NO, GRACIAS

“Etiketen Jolasean” ikusi izan ahal duzu etiketa one-nak ere gezurra direla eta mugak eta trabak jartzen dizkietela pertsoneri diren bezala eta izan nahi duten bezala izateko. Idatzi itzazu izkinako etiketetan neska-emakumeei eta mutil-gizonei buruz esaten diren gauza onak, eta erdikoan, batetik eta bestetik harturik, zuk zeuk dituzunak edota izan nahi dituzunak.

En el “Juego de las etiquetas” has podido comprobar que incluso las de contenido positivo resultan falsas y ponen dificultades y límites a las personas para ser como son y cómo quieren ser. Escribe en las etiquetas de los costados las cosas buenas que se suelen decir de las niñas-mujeres y de los niños-hombres, y en el centro, aquellas características de ambas que tienes o te gustaría tener.



# 6 BETI AURRERA, AURRERA BETI PIENSA EN POSITIVO

“Hitzez hitz” jolasarekin eta “Beti aurrera” kanta bildumarekin, hitz batzuk lagundu eta beste batzuk kalte egiten digutela ikusi dugu. Pentsa hitz lagungarriak, osatu itzazu beheko taulak, eta ESAN IEZAIEZU.

Con el juego “Palabra a palabra” y las canciones de “Beti aurrera”, hemos comprobado que hay frases que nos hacen daño y otras que nos animan y ayudan. Recuerda estas últimas, completa el cuadro, y DÍSELO.

ASTE HONETAN GERTATUTAKOARI BURUZ / RESPECTO A LO OCURRIDO ESTA ÚLTIMA SEMANA	
NORI ESANGO DIOT ETA ZER ESANGO DIOT	ZER ESANGO DIOT NERE BURUARI
A QUIÉN SE LO DIRÉ Y QUÉ LE DIRÉ	QUÉ ME DIGO



# NOR NAIZ NI?

¿QUIÉN SOY YO?



## 1. UNITATE DIDAKTIKOA

# IKASLEAREN KOADERNOA (2/2)

# 7

## GIZA ESKUBIDEEN PROPOSAMENA LA PROPUESTA DE LOS DERECHOS HUMANOS

Nazio Batuetako Batzar Nagusiak

**GIZA ESKUBIDEEN  
ALDARRIKAPEN UNIBERTSAL**  
hau egiten du  
(1948ko abenduaren 10a)

Herri eta nazio guztiek izan beharreko jomuga legez, bai norbanakoek eta bai erakundeek. Aldarrikapen honetan etengabe oinarrituta, alde batetik, eskubide eta askatasun hauen begirunea bultza dezaten irakaskuntzaren eta hezkuntzaren bidez eta, bestetik, nazio mailan eta nazioarte mailan arian-arian neurriak hartuz, era eraginkorrean eta orokorrean ezar daitezzen ziurtatzeko, bai elkarkide diren estatuetako herrien artean eta baita horien eskumenpean dauden lurraldeetan ere.



La Asamblea General de las Naciones Unidas proclama la presente

**DECLARACIÓN UNIVERSAL DE  
DERECHOS HUMANOS**  
(10 de diciembre de 1948)

como ideal común por el que todos los pueblos y naciones deben esforzarse, a fin de que tanto los individuos como las instituciones, inspirándose constantemente en ella, promuevan, mediante la enseñanza y la educación, el respeto a estos derechos y libertades, y aseguren, por medidas progresivas de carácter nacional e internacional, su reconocimiento y aplicación universales y efectivos, tanto entre los pueblos de los Estados Miembros como entre los de los territorios colocados bajo su jurisdicción.

## IZENA

**1. ATALA**

Gizon-emakume guztiak aske jaiotzen dira, duintasun eta eskubide berberak dituztela; eta ezaguera eta kontzientzia dutenez gero, elkarren artean senide legez jokatu beharra dute.



**ARTÍCULO 1**

Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.

**3. ATALA**

Norbanako guztiak dute bizitzeko, aske izateko eta segurtasunerako eskubidea.

**ARTÍCULO 3**

Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

ZER GERTATZEN DA... / QUÉ OCURRE CUANDO...			
ESKUBIDE HAUEK BETETZEN EZ DIRENEAN		ESKUBIDE HAUEK BETETZEN DIRENEAN	
etxean, familian	kalean, gizartean	etxean, familian	kalean, gizartean
en casa, en familia	en la sociedad	en casa, en familia	en la sociedad
ESTOS DERECHOS NO SE CUMPLEN		ESTOS DERECHOS SE CUMPLEN	

**8 ZUK DUZU HITZA  
TÚ TIENES LA PALABRA**

Zuk aukeratzen duzu nolakoa izan eta nola jokatu zure inguruko gizon-emazteekin, neska-mutilekin. Zuk eta nik, eta denok. Norberak bere familia eta mundua eraikitzen dugu, giza eskubidetik hurbiltzen ala urruntzen doana. Zuk aukeratu behar duzu. Zernahi duzu? Nola nahi duzu bizi? nolakoa nahi duzu izan? Idatz itzazu zure hiru helburu. Zuk duzu hitza

Tú decides cómo ser y cómo actuar con las mujeres y hombres, chicas y chicos que te rodean. Tú y yo, todas y todos, cada cual vamos construyendo una familia y un mundo que se acerca o se aleja de los derechos humanos. Tú, ¿qué quieres?, ¿cómo quieres vivir?, ¿cómo quieres ser? Escribe tres frases con tus propósitos y objetivos. Tú tienes la palabra.

ETXEAN, FAMILIAN.	.....	GIZARTEAN, MUNDUAN.	.....
EN CASA, EN FAMILIA	.....	EN LA SOCIEDAD, EN EL MUNDO	.....

**9 AUTORRETRATUA  
AUTORRETRATO**

**NOR NAIZ NI?** galdetu diozu zure buruari ispiluan, familian, lagun artean, etiketan, kantetan, hitz eta berbetan, giza eskudideetan... Jaso duzun guzti horrekin, esan iezaiozu zure buruari eta munduari nor zaren une honetan, egizu zure autoerretreatua.

Te has preguntado **¿QUIÉN SOY YO?** en el espejo, en familia, con tus amistades, en las etiquetas, en las canciones, en las palabras, en los derechos humanos... Recoge todo lo que has aprendido de tí y cuéntatelo a tí y al mundo, haz tu autorretrato actual.

# AUTORRETRATUA

## AUTORRETRATO

Erabil itzazu argazkiak, marrazkiak, ipuinak, hitzak, margoak, telak, bertsoak, kantak... nahi duzun guztia.  
ANIMO ARTISTA!

Utiliza fotos, dibujos, cuentos, recortes, palabras, pinturas, telas, versos, canciones... todo lo que se te ocurra. ¡ÁNIMO ARTISTA!

