

SEXU- ETA GENERO- ANIZTASUNARI BURUZKO OINARRIZKO GIDA



Izenburua

Sexu- eta genero-aniztasunari buruzko oinarritzko gida

Proiektuaren sustapena eta Koordinazioa

Nafarroako Berdintasunerako Institutua
Alondegikalea 1, 2. Soilairua. 31002 Iruñea

Egilea

Miriam Solá García

Argitaratzailea

Nafarroako Gobernua
Nafarroako Berdintasunerako Institutua

Maketazioa, irudiak eta diseinu grafikoa

Myriam Cameros Sierra
Inkietudes.com

Urtea

2020ko abuztua

Imprimaketa

Linegrafic S.A.

Lege Gordailua

LG NA 1385-2020

Instituto
Navarro
para la Igualdad



Nafarroako
Berdintasunerako
Institutua

Aurkibidea

- 04. AURKEZPENA**
- 06. AFEKTIBITATE-, SEXU- ETA GENERO-ANIZTASUNAREN GARRANTZIA**
- 08. ZER DA SEXU-ORIENTAZIOA?**
- 14. ZER DA GENEROA?**
- 18. GENERO-ADIERAZPENA**
- 20. SEXU- ETA GENERO-IDENTITATEA**
- 26. ZER DA LGTBI+FOBIA**
- 34. OSPATZEKO ETA ALDARRIKATZEKO EFEMERIDEAK**
- 38. NAFARROAKO ZERBITZUAK ETA BALIABIDEAK**
- 40. NAFARROAKO LGTBI+ KOLEKTIBOAK**
- 42. HIZTEGIA**





AURKEZPENA

Gida honen asmoa afektibitate-, sexu- eta genero-aniztasuna ezagutzen laguntzeko erreminta bat eskaintzea da; era berean, gogoeta eragin nahi du, aztertzeko zergatik dugun pertsona guztiok funtsezko zeregina gizartea aldatzeko eta LGTBI+ pertsonen berdintasuna eta aintzatespena lortzeko bidean. Afektibitate-, sexu- eta genero-aniztasunarekiko errespetua balio eta aberastasun sozialeko elementua da, eta herritar guztiak daude inplikaturata haren sustapenean eta bizipenean.

Gerta liteke biztanlegune txikiak ingurune zailak izatea LGTBI+ pertsonentzat, halakoetan ia guztiak ezagutzen baitute elkar. Hori horrela, aniztasuna ikusezin izateak, erreferenterik ez izateak, elkartzeko eta harremanak sendotzeko toki-gabeziak eta LGTBI+ elkarte-sarearen faltak zaildu egiten dute bizimodua, eta erabateko garapena oztopatzen. LGTBI+ asko eta asko hiri handiagoetara joaten dira azkenean; izan ere, baliabide, jarduera, elkartzeko toki eta bestelako aukera gehiago topatzen dituzte halakoetan. «Sexilio» deitzen zaio askatasun, anonimotasun, tolerantzia eta afektu bila hiri handietarantz egindako migrazio-mugimenduari. Aurrerapenak aurrerapen, sexilioak erabaki arrunt izaten jarraitzen du Nafarroako udalerrri askotako LGTBI+ pertsonen artean.



Garrantzitsua da guztion lana, gure herriak eta hiriak toki seguruak eta atseginak izan daitezen, afektibitate-, sexu- eta genero-aniztasuna modu positiboan, erabatekoan eta normalduan bizi izateko. LGTBI+ pertsonak diskriminatuko ez dituzten jokabide positiboak sustatu nahi ditugu, eta babestu egin nahi ditugu inguruan ditugun pertsonak, kontuan izanik haien genero-nortasuna edo sexu-orientazioa urrun daudela arau sozialetatik eta ikusirik zailtasunak dituztela arrazoi hori dela eta.

Ildo horretan, gida honek baliabide irisgarri, atsegin eta argia izan nahi du, eguneroko bizimodurako adibide praktiko eta erabilgarriak eskainiz, identifikazioa eta enpatia ahalbidetzeko, eta, hala, eguneroko harremanak errazteko eta komunitate-loturak sendotzeko.


Azkenik, pentsatu izan badugu ere LGTBI+ pertsonak bakarrik osatzen dutela aniztasun hori, kontuan izan behar dugu pertsona guztiok garela askotari-koak, eta guztiok garela afektibitate-, sexu- eta genero-aniztasun deritzogun horren parte. LGTBI+ izan edo ez, sentimenduak eta nahiak modu zorient- suan onartzea, adieraztea eta bizitzea eragozten diguten arau sozialen pean bizi gara. Horregatik, afektibitate-, sexu- eta genero-aniztasuna balio onura- garria da gizaki guztiontzat.



AFEKTIBITATE-, SEXU- ETA GENERO-ANIZTA- SUNAREN GARRANTZIA

Afektibitate-, sexu- eta genero-aniztasunaz ari garenean, afektibitatea, desioa, praktika erotikoak edo maitasun-jardunak adierazteko modu batzuez eta besteez ari gara, baita gizaki guztiok dugun genero-adierazpena edo -identitatea azaltzeko moduz ere. Hau da, afektibitatea, sexualitatea eta generoa onartzeko eta bizitzeko *aukera* guztiak.

Hainbat modu dira sexu- eta genero-aniztasunaz mintzatzeko; konparazio batera, LGTBI+ kolektiboa, sexu- eta genero-disidentzia, sexu- eta genero-gu-xiengoak, sexualitatea edo genero ez-normatiboa duten pertsonak, eta abar.



Nolanahi ere den, sexu- eta genero-aniztasunaz hitz egiteak LGBTBI+ sigletatik haratago eramaten gaitu. Ikuspegi globalagoa du, sexu- eta genero-arauek pertsona guztioi eragiten baitigute. Era berean, sexu- eta genero-askatasunen ikusgarritasuna eta sustapena ez dira LGBTBI+ pertsonen eskubide eskusiboak, baizik eta guzti-guztiori egiten digute mesede. Horregatik, sexu- eta genero-aniztasunaz ari garenean, herritarren eskubide orokor batez ari gara, eta ez LGBTBI+ kolektiboaren eskubide eskusibo batez.

Finean, sexu- eta genero-aniztasunaz jarduteak esan nahi du aitortzea gorputz guztiek, sentrazio guztiek eta desio guztiek dutela existitzeko eta agertzeko eskubidea, eta muga bakarra dela horretarako: besteren eskubideak errespetatzea. «Sexu-aniztasuna» terminoaren barruan gizateria osoa sartzen da, inork ez baitu egikaritzen sexualitatea modu berean.

Sexu- eta genero-aniztasuna zer den ulertzeko, ezinbestekoa da hobeto ezagutzea jarraian azalduko ditugun kontzeptu garrantzitsu batzuk.



ZER DA SEXU-ORIENTAZIOA?

Hamaika modu dira sexualitatea bizitzeko. Heterosexualitateak edo gizonen eta emakumeen arteko harreman afektibo eta sexualetatik harago, gizakiok makina bat modu ditugu sexualitatea praktikatzeko edo adierazteko. Horietako batek ere ez du eragin behar diskriminaziorik, pertsonen eskubideak errespetatuz gero, behinik behin. Gainera, aldatu egiten dira sexualitatea bizitzeko moduak garaien eta kulturen arabera.

Sexualitatea dimentsio zabala da oso, eta gizakiok nahiak, bulkada erotikoak, bizipenak eta praktikak antolatzekeo dugun moduari egiten dio erreferentzia.

Sexu-orientazioa da gure sexualitatearen funtsezko alderdi bat: *desio sexuala* edo erotiko-afektiboa, batez ere emakumeei, gizoni edo biei zuzendua.

Tradizionalki, honako kategoria hauekin deskribatu izan da sexu-orientazioa:

Bisexualitatea: beste pertsonetikiko erakarpen erotikoa eta/edo afektiboa, pertsona horien sexuari erreparatu gabe.

Heterosexualitatea: norberak beretzat identifikatutako sexuaz bestelakoa duten pertsonetikiko erakarpen erotikoa eta/edo afektiboa.

Homosexualitatea: sexu bereko pertsonetikiko erakarpen erotikoa eta/edo afektiboa.



Gaur egungo aldaketa-espiritua gorabehera, gure gizarteetan, tradizioz, heterosexualitateak izan du afektiboki eta sexualki erlazionatzeko modu normal edo baliozko bakartzat hartzearen pribilegioa.

Aldiz, homosexualitatea, lesbianismoa, bisexualitatea edo transexualitatea gaixotasuntzat hartu izan dira, eta zigortu egin dira hainbat modutan. Heteronomatibitatea edo nahitaezko heterosexualitatea erraten zaio horri.

LGTBI+ akronimoa erabiltzen da lesbianak, gayak, transak, bisexualak eta intersexualak kolektiboki aipatzeko. Alde horretatik, sexu- eta genero-askapenaren mugimenduan izandako aldaketen emaitza da LGTBI+ akronimoa, etengabe eraikitzen ari den kontzeptua. Aldaketa horiek aitortzeko eta sexualitateari buruzko beste bizipen batzuk sartzeko modu bat da «+» sartzea, aipatutako sigla horietatik harago.

LGTBI+

pertsonen gaineko mito eta au- rreiritzi na- gusiak

Gizon afeminatu guztiak gayak dira, eta lesbiana guztiak, berriz, marimutilak.

Trans guztiak hormonatu eta operatu egin nahi dute.

Gayek emakume izan nahi dute, eta lesbianeak, berriz, gizon.

Bisexualitatea ez da existitzen, fase bat baino ez da.

Lesbianei emakume guztiak gustatzen zaizkie; horregatik, emakumea bazara, kontuz ibili behar da halakoren baten ondoan zaudenean, eskua ez luzatzeko.

Trans pertsonak okerreko gorputz batean jaisiak dira.

Gay bikote batean, batak gizonarena egiten du eta besteak, berriz, emakumearena.

Genero bereko norbaitekiko afektibitatea erakusten baduzu, homosexuala zara.

Batzuk bizioz dira homosexual, eta beste batzuk, ordea, jaiotzez.

Pertsona bisexualak promiskuoa eta desleialak dira.

Transexualitatea gaixotasun bat da.

Nahi dutena egin dezatela, baina etxean!

Tartartar tartar

Tartar tartartar

Eta zergatik ez dago heteroan egunik?



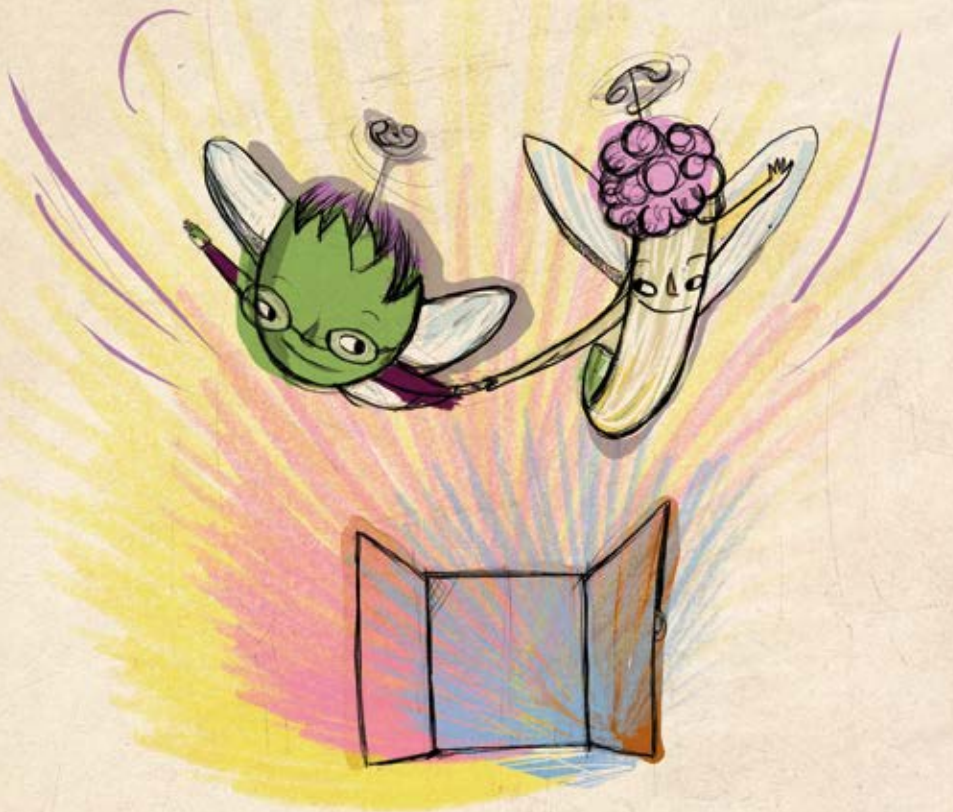


ZER DA ARMAIRUTIK IR- TETEA?

Diskriminazio- edo arbuio-egoera horren aurrean, LGTBI+ pertsona askok ezkutuan gordetzen dituzte beren sexualitatea edo sexu- eta genero-identitatea, ez baitituzte onartzen beren ingurune sozialean, familian, lanean eta abarretan. «Armairu barruan egotea» deitu izan diogu horri. Hori horrela, armairutik irtetea zera da, LGTBI+ pertsonak beren sexualitatearen edo nortasunaren alderdi hori beste pertsona batzuekin partekatzeko **erabaki**-prozesua.

Armairutik irtetea ez da ekintza bakar eta behin betikoa, prozesu bat baizik. LGTBI+ pertsona asko bistakoak dira beren inguruneetan eta adiskidetasun-sareetan, baina ez lanean edo familian, horrek gaitzespena edo diskriminazioa eraginen bailieke.

Gainera, prozesu konplexua da; eta pertsonala eta borondatezkoa izan behar du beti. Armairutik irteteak diskriminazio, jazarpen eta, kasu batzuetan, indarkeria jasateko arriskua ekar dezake; esate baterako, lan-esparruan. Bestalde, sexu- eta genero-identitatea edo sexu-orientazioa ezkutatzek estres- eta antsietate-maila handiak eragiten ditu, oro har, inguruko pertsonekin partekatzen den informazio pertsonal guztia etengabe kontrolatu beharraren ondorioz.



Alde horretatik, outing deitzen zaio pertsona baten sexu-orientazioa edo sexu- eta genero-identitatea haren baimenik gabe publiko egiteko prozesuari. Outing erraten zaio, halaber, pertsona baten estatus serologikoa jakinarazteari ere.

Horregatik guztiagatik, errespetatu egin behar dugu gizaki bakoitzaren erabakia, eta aintzakotzat hartu behar dugu inork ez duela obligaziorik sexu-orientazioa edo sexu- eta genero-identitatea ezagutarazteko. Pertsona edo talde bati adierazteak ez du esan nahi gainerakoen aurrean ikusgai egon nahi dutenik.

ZER DA GENEROA?

Generoa sozialki, historikoki, kulturalki eta politikoki gizonei eta emakumeei esleitu zaizkien **ezaugarri**ei dagokie; hau da, gizarteak eta kulturak «maskulinitzat» eta «femeninitzat» dituzten ezaugarriei. Izan litezke funtzioak (gizonek hornitu behar dute eta emakumeek, berriz, zaindu), oro har gizonei egozten zaizkien jarrerak (arrazionaltasuna, sendotasuna, asertibitatea, eta abar), emakumeei egozten zaizkienak (emotibotasuna, pazientzia, fintasuna eta abar), edo are hitz egiteko, pentsatzeko, sentitzeko edo harremanetarako moduak. Azken batean, kultura bakoitzak gizonei eta emakumeei esleitu izan dizkien rolak, sinesmenak eta portaerak.

Ezaugarri horiek guztiek zehazten dute zer esan nahi duen gizon edo emakume izateak kultura edo une historiko jakin batean. Horiexek definitzen dituzte pertsonen aukerak, baliabideak, eskubideak, sentitzeko moduak eta harremanak izateko moduak.





Gure gizartean, bitan banatu dira generoak (maskulinoa eta femeninoa) eta hierarkikoki, gainera: maskulinoa balioetsita dago, eta femeninoa, berriz, gutxietsita.

Baina generoari buruz ditugun ideiak ez dira denborarekin bakarrik aldatzen, baizik eta badira genero-eredu desberdinak garai berean eta hainbat lekutan.

Genero-rolak jarraibide zurrun bihurtzen direnean, mugatu egiten dituzte gure eskubideak, aukerak, nahiak edo sentimenduak, eta eragotzi egiten digute genero jakin baterako normalean kontuan hartzen diren gauzak egitea. Arau eta jarraibide horiek betetzen ez dituzten pertsona askok gaitzespena, zentsura, diskriminazioa edo are indarkeria jasaten dute.



Hainbat ge- nero-este- reotipo

Gizonek ez dute negarrik egiten; beraz, gizon bat oso sentibera bada edo sentimenduak adierazten baditu, ziur gaya dela.

Emakumeak sentiberak eta delikatuak dira, eta gizonak, berriiz, zakarrek eta gogorrek.

Emakumeak hobeak eta ego-kiagoak dira etxeke lanetarako eta haurrak zaintzeko.

Gizonek sexuaren plazera bakarrik dute buruan, eta emakumeek, berriiz, maitasuna.

Emakumeak ez dira gizonak bezain aktiboak sexualki.

Ez da normala gizonak etxeke lanez arduratzea.

Emakumeek ez dute zuzendaritza-karguak betetzeko behar adina aginpide, edo amatasunak eragotzi egiten die lanean zentratzea.

Gizonak indartsuak eta ausartak dira; emakumeak, berriz, samurrak eta maitagarriak.

Lan egiten duten emakumeek zabar zaintzen dituzte seme-alabak.

Gizonek familia diruz hornitu behar dute edo ordaindutako lan on batean jardun.

Horrela izan da bizitza osoan eta begira zeinen ongi gauden!

Honezkero, ezin da piroporik ere bota!



Eta orain esanen didazue emakumezkoen futbola entretenigarria dela, bai zera!



GENERO-ADIERAZPENA

Itxurari, hitz egiteko moduari, portaerei, keinuei eta tankera horretako ezau-garriei deitzen diegu genero-adierazpen. Horixe ikusten dugu lehendabizikoz pertsonetan, eta, beraz, horixe da aurreiritziak igarotzeko lehen iragazkia. Genero-adierazpena da, hain justu, lehen diskriminazio-oztopo. Bista askoan geratzen da «horri nabaritzen zaio» edo «ez zaio antzematen gaya edo lesbiana dela» esaldietan.

Gure gizartean, espero izatekoa da emakumeak femeninoak eta gizonak maskulinoak izatea. Baina errealitateak erakusten du ez daudela bi genero-adierazpen soilik –maskulinoa edo femeninoa–, baizik *infinituak* direla adierazpide horiek. Egunerokoan ikusten dugu gutako bakoitza modu batera janzten dela, geure modura hitz egiten dugula, geure-geureak diren keinuak egiten ditugula, jokabideak ere desberdinak direla... Eta adierazpen horiek guztiek ez dute esan nahi sexu-orientazio espezifiko bat dugunik.

Zenbat buru, hainbat aburu. Eta, ildo horretan bertan, uler dezakegu gizakiak adina genero-adierazpen ditugula. Gizakiok generoaz egiten ditugun adierazpenok gizarte-diskriminazioaren lehen oztopo izan daitezke, baina baita aniztasunaren lehen urrats ere.





Zer da luma?

Luma edukitzea esapidea loturik dago gizonengan «femeninotzat» jotzen diren ezaugarri, keinu edo jarrerekin, ulerturik ez direla jotzen gizonaekoentzat egokitzen ikuspegi sozial edo kulturaletik. Era berean, esapide hori bera «maskulinotasunari» lotutako ezaugarri nabarmenak dituzten emakumeetara ere hedatu da.

Maiz, luma duten gay eta lesbianak agerikoagoak izan dira, eta, beraz, aukera gehiago izan dute arbuio- edo diskriminazio-egoerak bizitzeko. Baina luma duten pertsona guztiak ez dira LGBTBI+. Luma gure genero-adierazpenarekin lotuta dago, ez gure sexu-lehentasunarekin. Badira «maskulinotzat» jotako ezaugarriak dituzten emakume heterosexuak, bai eta gizarteak «femeninotzat» jotako ezaugarriak dituzten gizon heterosexuak ere, sexu-orientazio heterosexuala dutenak.



SEXU- ETA GE- NERO-IDENTI- TATEA

Gizakiok, geure burua adierazteaz eta rolak geure gain hartzeaz gainera, sexu edo genero jakin batekin identifikatzen gara, eta huraxe hautematen dugu geuretzat. Sexu-identitatea sexu bateko kide izatearen **kontzientzia** da; genero-identitatea, aldiz, gizon edo emakume kategorien inguruan definitutako giza talde bateko kide izatearen sentimendua.

Pertsona bakoitzak sexu/genero batekin edo bestearekin duen identifikazio horri sexu- edo genero-identitate deitzen zaio. Barnean hartzen ditu norbere burua izendatzeko eta besteen aurrean aurkezteko moduak ere. Prozesu hori bakarra eta indibiduala da, eta aukera ematen digu gure nortasuna eraikitzeko eta bizi garen komunitatearen parte sentitzeko.

Jaiotzen garenean, sexu bat (gizona edo emakumea) eta genero bat (maskulinoa edo femeninoa) esleitzen dizkigute, eta, beraz, rol maskulino edo femeninoen arabera kulturalki onartuta dauden portaera batzuk ere bai. Sexu- edo genero-identitatea bat etor daiteke jaiotzean esleitu ziguten sexua-rekin edo generoarekin, baina gerta liteke bat ez etortzea ere.



Pertsona batzuek ez dute beren burua identifikatzen jaiotzean esleitu zioten sexuarekin/generoarekin. Horri trans deitzen diogu: hau da, transexualak, transgeneroak edo ez-bitarrak.

Trans hainbat genero-identitate eta -adierazpen biltzen dituen termino zabala da. Oro har, jaiotzean esleitutakoarekin bat ez datorren sexu- edo genero-identitadedun pertsoneri aplikatzen zaie. Trans batzuek gizon edo emakume gisa identifikatzen dute beren burua, eta beste batzuek, berriz, genero ez-bitarreko kategoriek. Pertsona batzuek gorputz-aldaketak egitea erabakitzen dute (hormonak eta/edo kirurgiak), haien tankera eta itxura gizarteak gizon edo emakumetzat ulertzen duenera egokitzeko. Beste pertsona batzuek, aldiz, gorputza ez aldatzea erabakitzen dute, eta haien hautua izaten da generoa bestela adieraztea, hala nola arropa aukeratuz, elikatuz, ariketa fisikoa eginez edo beste elementu eta adierazpen batzuk erabiliz.

Medikuntzak baliatzen duen «transexual» terminoarekin zera adierazten da, gizarteak emakumezkozat jotzen duen gorputz batekin jaiotako trans pertsonak, gizon gisa identifikatzen direnak –edo, alderantziz, gizonezkoarekin identifikatzen den gorputz batekin jaio eta beren burua emakumetzat dutenak–. Baliteke transexualek gorputzean aldaketak egitea edo ez, hormonen eta/edo ebakuntza kirurgikoen bidez, gizarteak gizon edo emakumeetarako identifikaturik daukan gorputz-irudira egokitzeko, beraiek identifikatzen diren generoaren arabera.

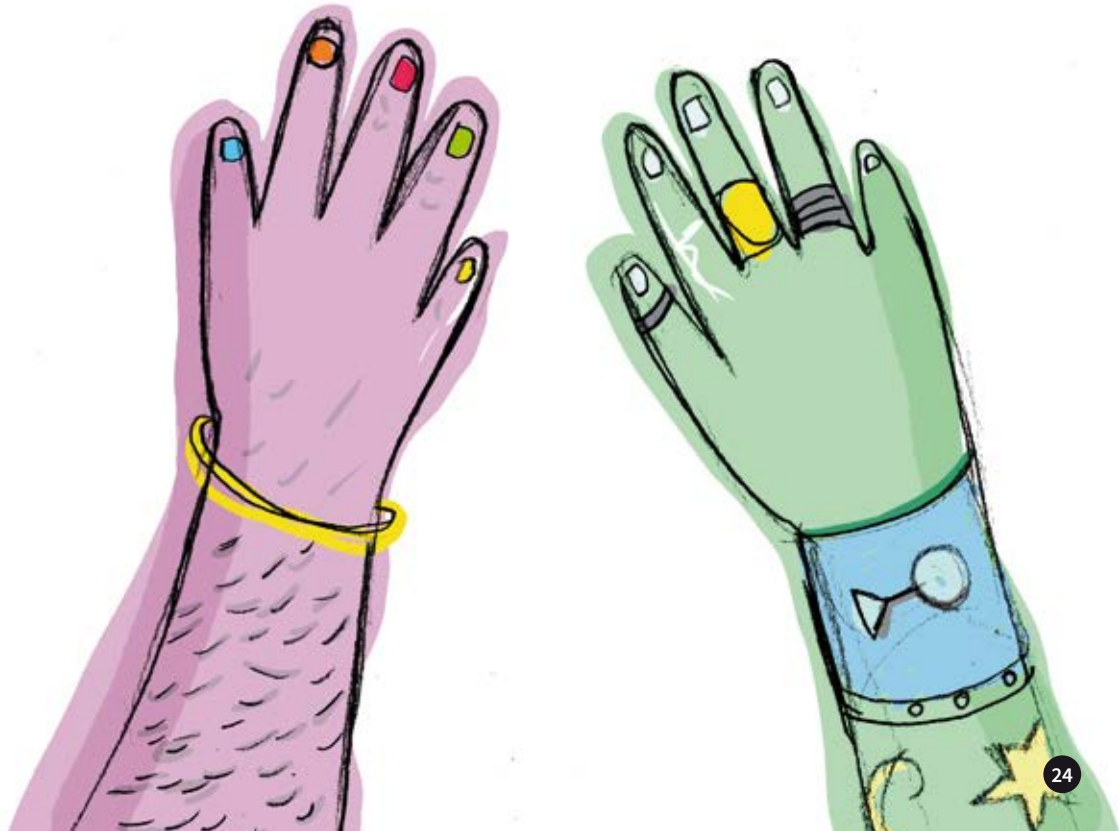
Aldiz, «transgenero» terminoa esparru sozialetik dator. Transgenero asko, nahiz eta haien identitatea ez datorren bat jaiotzean esleitutakoarekin, ez datoz guztiz bat gizartean onartuta dauden gizon edo emakume izateko moduekin. Transgeneroek ere egin ditzakete gorputz-aldaketak edo ez (hormonak eta/edo kirurgiak), gizartean beren generoarean arabera ezarritako gorputz-irudira egokitzeko.

Azkenik, genero ez-bitarreko pertsonak ditugu; haiek ez dira identifikatzen ez gizon gisa, ez emakume gisa. Alderdi maskulino edo femeninoekin identifika daitezke, eta, beraz, ez dute beren burua ikusten gizon gisa edo emakume gisa modu absolutuan.

Nolanahi ere den, «trans» terminoak trans identitateen aniztasunari erreferentzia egiteko balio du (transexualak, transgeneroak eta ez-bitarrak), egiten dituzten aldaketak gorabehera, trans gisa bizi izateko modu bat baino gehiago baitira.

Genero-identitatea eta sexu-orientazioa ez dira berdinak, eta transak heterosexual, bisexual edo homosexual gisa identifika daitezke.

Transek in harremanetan jartzen garenean, garrantzitsua da generoa errespetatzea, bai eta haien izena eta sexua ere. Horretarako, kasu gehienetan, nahikoa da haien itxurari eta beren burua aurkezteko erabiltzen duten izenari erreparatzea, sexu-identitatearen eta genero-identitatearen arabera aitortzeko eta tratatzeko.



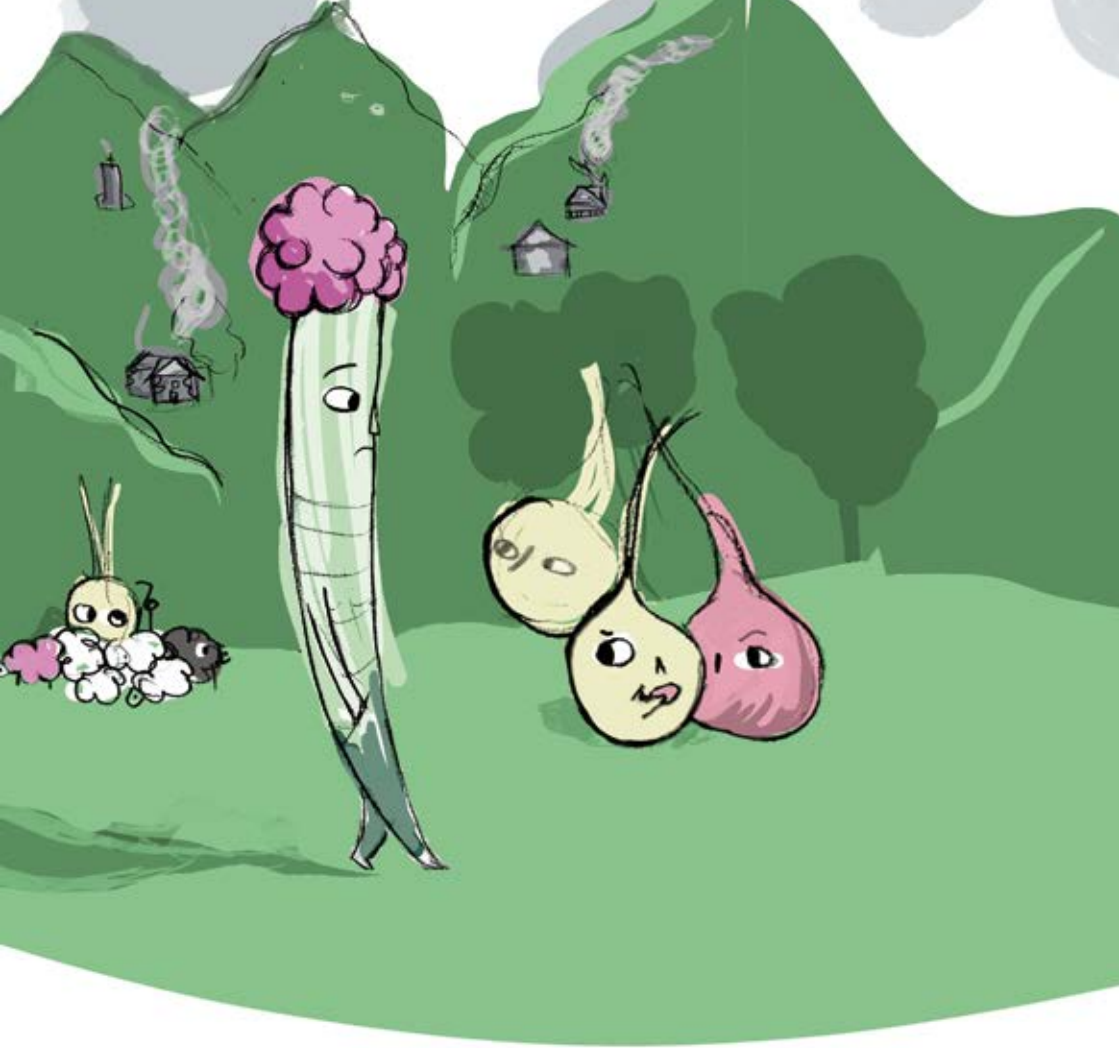
Sexu- eta gene- ro-identita- tea errespe- tatzea

Aitortza horrek eskatzen du hizkuntza-tratamendu apro-
posa baliatzea pertsona
horiengana zuzentzean.
Konparazio batera, trans
emakumeei NOKA eginen
diegu euskaraz, eta, hizkuntza
jasoan, Laura izena duen
emakumeak «andrea» trata-
mendua izanen du. Eta, modu
berean, Miguel izena duen
trans gizonari TOKA eginen
genioke, tratamendu formalean
«jauna» izanen litzateke, eta
abar.



ZER DA LGTBI+FOBIA

LGTBI+fobia deitzen diogu LGTBI+ pertsonetikiko arbuioa edo gorrotoa izateari. Hainbat eratako indarkeria, desberdintasun edo diskriminazio motari egiten dio erreferentzia. Eraikuntza ideologikoa ere bada: alegia, heterosexualitatea hartzea onartutako sexualitate modu bakartzat. Homofobia, lesbofobia, bifobia eta transfobia fenomeno beraren parte diren arren, garrantzitsua da bereiztea; izan ere, gerta liteke adierazpen desberdinak izatea.



Homofobia, lesbofobia edo bifobia sexu bereko pertsonak edo bietakoak desio dituzten pertsonen aurka aktibatzen den **opresioa** da, edo sexu bereko pertsonekin praktika erotikoak, afektiboak edo sexualak dituztenen kontra aktibatua. Transfobia, berriz, arauz kanpoko genero-identitateak edo -adierazpenak dituzten pertsonak zigortzeko modua da.



Ez da fenomeno indibidual hutsa. Oro har, LGTBI+fobiak diskriminazio, kriminalizazio, patologizazio eta estigmatizazio modu estrukturalak izaten ditu oinarrian. Diskriminazio eta indarkeria horiek hainbat eremutan gerta daitezke: familian, hezkuntzan, lanean, osasunean, etxebizitzan, zerbitzuetan, aisialdian, kirolean, kulturean, partaidetzan, politikan, komunikabide eta publizitatean, sare sozialetan, eta abarretan.

LGTBI+fobia hainbat modutan adieraz daiteke: indarkeria fisikoa edo psikikoa, gorroto-delituak eta -diskurtsoak, irainak, diskriminazioa eta bazterkeria, edo LGTBI+ pertsonetara adierazpen estereotipatu eta aurkakoak kulturean eta komunikabideetan.

Diskriminazioa ere hainbat modutan ager daiteke: ezikusiarena egiten denean, mehatxu egitean, iraintzean, gutxiestean, gainerako lagunengandik urruntzen saiatzen denean, eta halako jokabideetan. Gerta liteke LGTBI+ pertsonak arbuioa jasatea beren eguneroko bizitzako une eta espazioetan: dendetan, eskoletan, kalean, elkarte eta gizarte-zentroetan, osasun-etxeetan, lantokietan, aisialdirako lekuetan, sare sozialetan, eta abarretan.

Lesbianen kasuan, ikusezintasun lesbikoa terminoa baliatzen da gizartearen lesbianismoaren irudirik ez egoteari edo irudien pobretasunari erreferentzia egiteko, alderaturik ugari direla irudi heterosexuallak edo are homoerotikoak, eta, beraz, ukatu egiten dela errealitate horren existentzia. Lesbianak (baina baita gayak eta transak ere), alde batetik, diskurtso hegemonikoetatik kanpo daude, oso gutxi baitira diskurtso horietan agertzen diren autoordezkaritzak, eta, bestetik, haiengandik kanpoko irudikapenean murgilduta daude, zeina ikuspegi heteronormatiboz sortua baita.

Gainera, merkataritza-erabilera heterosexualak eragina da lesbianen ordezkartza apala, eta irudi estereotipatuaren eta arketipoen inguruan eraikitzen da. Kontua da estereotipoek jokabide-eredu oso mugatu, homogeneizatzaile eta zurrunetan biltzen dituztela LGTBI+ pertsonak. Eta hori ez da ikusgarritasun handiagoaren bidez konpontzen, ezpada irudikapen horiek eraldatzearen poderioz. Ildo horretan, LGTBI+ pertsonak berek dute gaitasuna bestelako irudiak sortzeko, estereotipo horiek eraldatzeko eta erabakitzeko nola eta zein eremutan adierazi nahi duten.

Eguneroko portaera batzuk, gutxi-asko sotilak, ez dira indarkeriazkotzat hartzen, baina ondoez eta deserosotasun handia sortzen dute. Diskriminazio moduak baitira begiradak eta barreak, txistek, komentario desatseginak, isekak eta abar ere.

Askotan, LGTBI+ pertsonak zalantzan jartzen dute bizipen horiek etxean edo lagunekin partekatzea, uste baitute agian ez dutela izanen behar duten babesa, eta horrek areagotu egin ditzake isolamendua eta bazterkeria.

Aniztasuna eta elkarrekiko errespetua gizarte gisa planteatu beharreko erronka ditugu. Ikasi egin daiteke aurreiritzirik ez izaten, eta ezabatzeko modukoak dira LGTBI+ pertsonen buruzko uste faltsuak. Pertsona guztiok dugu zer egin bide horretan, LGTBI+ pertsonen aintzatespena eta errespetua lortzeko eta sexu- eta genero-aniztasuna bizitzeko modu irekiagoak izateko.

Jo! ezta
maritxuei
buruzko txistek
kontatu ere...



Eta nik... zer egin de- zaket?

Ez epaitu. Homosexualitatea, lesbianismoa edo transexualitatea onartzen ez duten tradizioak edo sinesmenak badi-tuzu, bilatu beste lasaita-sun-une edo -espazio batzuk zure ideiei aurre egiteko.

Jokatu natural, eta erakutsi zuretzat pertsona bera izaten jarraitzen duela edo LGTBI+ izateak ez duela zertan eragin edo aldatu pertsona edo harreman horri buruz duzun pertzepzioa.

Errespetatu konfidentzialtasuna eta intimitatea. Eskubidea dugu gure afektibitateaz eta gurariez hitz egiteko, baina baita ez hitz egiteko ere.

Ez atera inor armairutik haren baimenik gabe: errespetatu pertsona bakoitzaren denborak eta erritmoak.

Deitu beren izenez trans pertsonei, eta errespetatu zeini bere desioa, identifikatzen den generoaren arabera tratua jaso dezan.

Desmitifikatu trans guztiek ebakuntza nahi dutela defendatzen duen ikuspegia: ez da ezinbestekoa ebakuntza kirurgikoa edo hormonala egitea genero-identitatea garatzeko.

Saihestu iruzkin desatseginak, isekak edo txisteak, eta ez erabili entzuten zaituzten pertsona askorentzat mingarriak diren adierazpenak.

Ez definitu pertsonak beren desberdintasunaren arabera: sexu-orientazioaz, generoaz, larruazal-koloreaz, pisuaz, altueraz, gorputz-gaitasunez edo nazionalitateaz harago, guzti-guztiok gara gizakiak.

Balioetsi positiboki eta adoretu pertsona guztien arteko afektu- eta maitasun-adierazpideak, sexua edozein dela ere.

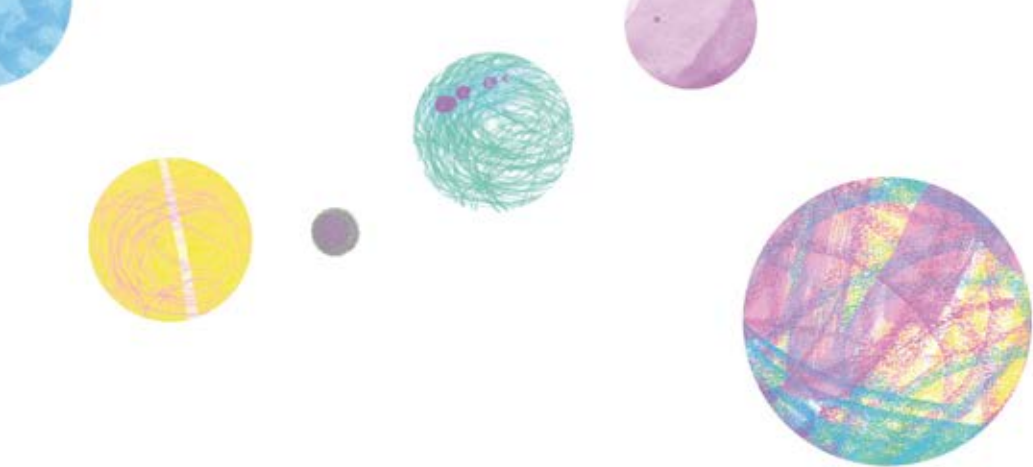
Hartu familia-ikuskerazabala eta askotarikoa, egungo familia-egituren aniztasun aberatsari helduz.

Saihestu «normala», «naturala» eta tankera horretako terminoak besteren jarrerez edo emozioez aritzean. Giza aniztasuna baita normala eta naturala.

Erabili hizkuntza inklusiboa eta ez-sexista, entzuten dizun pertsona orok senti dezan aintzatetsirik dagoela zure diskurtsuan.

Ez kezkatu zureganako erakarpena sentitzen badu eta zuk sentitzen ez baduzu. Jokatu LGTBI+ ez den beste edozer pertsonarekin jokatuko zenukeen bezalaxe, ez baduzu sentitzen erakarpenik.

Isiltasunak konplize egiten gaitu aniztasuna errespetatzen ez duten komentarien eta jokabide LGTBI+fobikoen aurrean, baina esku hartzeak bestelako jokabidea erakusten du.



OSPATZEKO ETA ALDA- RRIKATZEKO EFEMERI- DEAK

LGTBI+ mugimenduaren historia mundu zabalean giza eskubideen alde eta diskriminazio eta aurreiritzien, estigmaren, lotsaren, ikusezintasunaren, kriminalizazioaren eta patologizazioaren aurka eginiko borrokaren historia da.

Atal honetan, ospatzeko, oroitzeko eta ikusgai egiteko hainbat egun aurkezten dira, baita ikur batzuk ere; mundu osoko pertsonak beren eskubideak aitortzeko egiten duten ahaleginari buruz mintzo zaizkigu. Data eta ikur horietako bakoitzak zentzu berezia du, eta agerian uzten dute gizateriaren afektibitate-, sexu- eta genero-aniztasunaren aberastasuna.

Sexu-aniztasuna ospatzea pertsona guztien aberastasuna ospatzea da; diferentziaren aberastasuna gizarte orenen berezko balio positibo gisa ikustea. Hori dela eta, ospakizun eta borroka egun hauetan parte hartzera animatu nahi zaituztegu honako egutegi honekin.

Apirilak 26



Ikusgarritasun Lesbikoaren Eguna

Ikusezintasunaren bidez adierazten da emakume lesbianek eta bisexualek beren bizitzako esparru askotan egunero jasaten duten diskriminazioa (familiar, lanean, kulturaren, kirolean, komunikabideetan eta abarretan).

LGTBI+fobiaren aurkako Nazioarteko Eguna

Osasunaren Mundu Erakundeak (OME) homosexualitatea gaixotasun mentalen zerrendatik kendu zuela gogoratzen da.

Maiatzak 17



LGTBI+ Harrotasunaren Eguna

Egun honekin, New Yorkeko Stonewall tabernako matxinada gogorarazten da, harek markatu baitzuen LGBTI+ eskubideen aldeko mugimendu modernoaren hasiera.

Ekainak 28





Bisexualitatearen Nazioarteko Eguna

Bisexualitatea giza harremanen aniztasuna aberasten duten sexu-orientabideetako bat dela ikusarazteko eta aldarrikatzeko.

Trans Despatologizazioaren aldeko Nazioarteko Ekintza Eguna


Trans Despatologizazioaren aldeko Nazioarteko Ekintza Eguna aldarrikatzen da munduko hainbat lekutan. Data hori Stop Trans Pathologization (STP) nazioarteko kanpaina aktibistak bultzatu zuen, trans identitateen patologizazioaren ondorioak ikusarazteko eta kontzientzia sortzeko.



Intersex Ikusgarritasunaren Nazioarteko Eguna

Estatu Batuetako Intersex aktibismoaren lehen adierazpen publikoa ekartzen du gogora, 1996ko urriaren 26an izandakoa: ekintzaile talde bat Estatu Batuetako Pediatria Elkartearen urteroko bileraren inguruan agertu zen, «Jarreradun Hermafroditak» zioen kartel batekin.





Zatozte
hurrengora!
zenbat eta jende
gehiago orduan
eta hobeki!

NAFARROAKO ZERBITZUAK ETA BALIABI- DEAK

Kattalingune

Nafarroako Gobernuaren zerbitzu publikoa,
LGTB+ sexu- eta genero-dibertsitateari
arreta eskaintzeko: kattalingune@kattalingune.org

Kattalingunek honako zerbitzu hauek
eskaintzen ditu Nafarroa osoan:

Orientazioa, informazioa eta aholkularitza

Sexologia-aholkularitza

Aholkularitza juridikoak

*LGTBI+ edukiak jorratzen dituzten talde, kolektibo eta proiektuetarako
arreta*

¡¡¡No te voyas de
navarraaaaa!!!



Hona hemen Kattalinguneren bulegoak:

Iruña: Abejeras 41 B

kattalingune@kattalingune.org

948 229 149 / 667 528 466

Tutera : Rúa 33, La Rúa gizarte-etxea

ribera@kattalingune.org

617 384 932

Sakana aldea:

Lakuntza

Lakuntzako Udala, Herriko Plaza

Irurtzun

Kultur Etxea (San Migel kalea)

iparmendebaldea@kattalingune.org

948 229 149

Transbide

Erreferentziako unitate espezializatua transexualitate-, transgenero- eta intersexualitate-gaietan.

Sexu- eta ugalketa-osasunaren arretarako zentroa (Txantrea-Andraize).

San Kristobal etorbidea, z.g. Munduko parkea. Txantrea. Iruña.

transbide@navarra.es

Teléfono ANDRAIZE: **848 422 761**

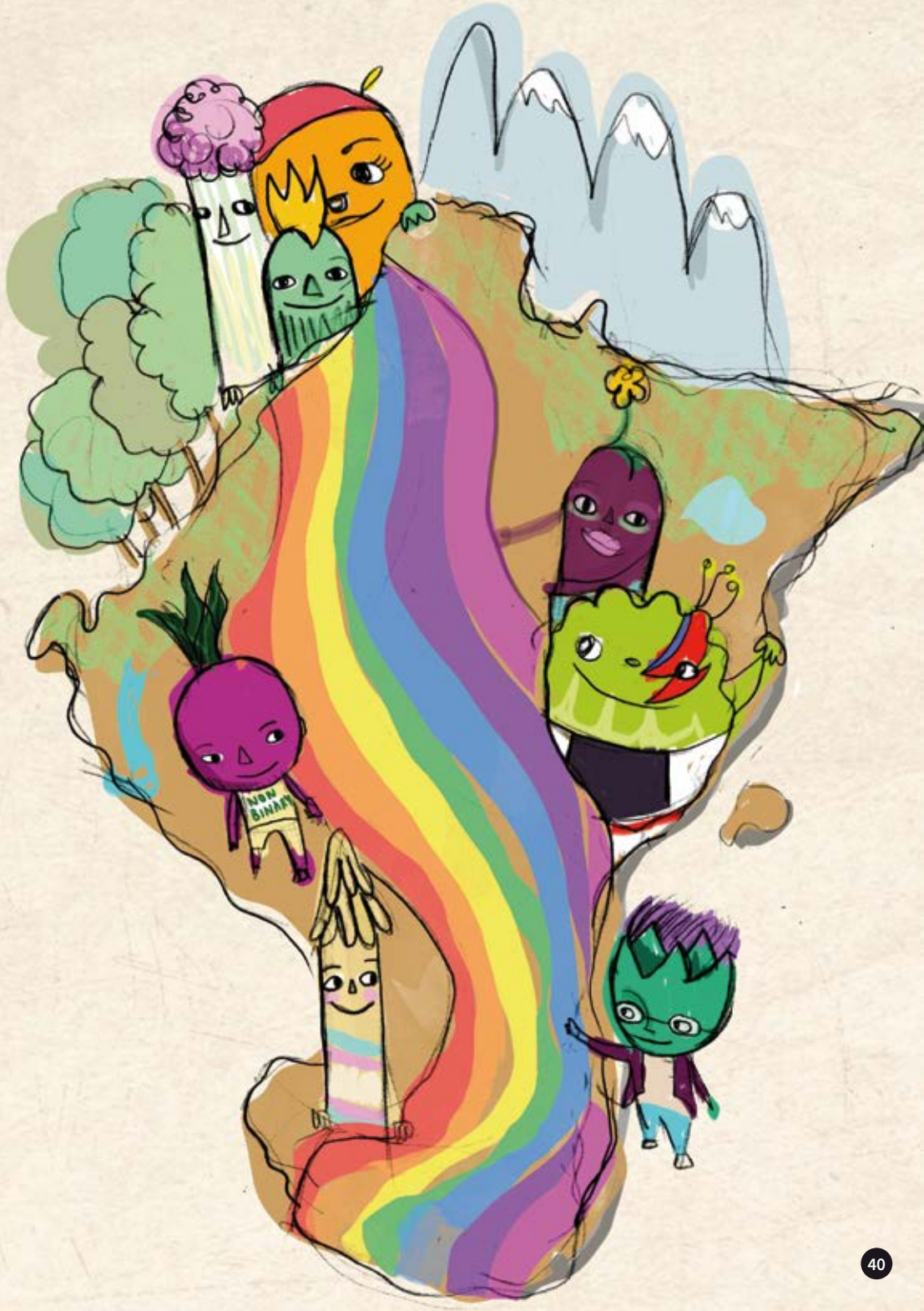
Harrotu

Sexu eta genero aniztasunaren arretarako Iruñeko Udalaren Zerbitzua.

San Gregorio, 28, behea 31001 Iruña

lgtbi@pamplona.es

948 226 326



NAFARROAKO LGTBI+ KOLEKTIBOAK

Antsoainen Harro

Antsoaingo LGBT gazteak: **antsoai-
nenharro@gmail.com**

Bullerak

Iruñeko Bollera Transfeministak:
bullerakiruna@gmail.com

Dekumas LBT

Emakume lesbiana, bisexual eta
transexualen kultura eta kirol elkar-
tea: **dekumasLBT@gmail.com**

EHGAM Nafarroa

Nafarroako gayen kolektiboa:
ehgamnafarroa@gmail.com

Euforia

Familia Trans-Aliatuen Elkarte:
navarra@euforia.org.es

Gehitu

Euskal Herriko Gay, Lesbiana, Trans,
Bisexual eta Intersexualen Elkarte:
info@gehitu.org

Hormak

LGTBI+ pertsonen eskubideak
defendatzeko sorturiko elkar-
tea: **hormakelkartea@gmail.com**

Heldu

Elkarlaneko etxebizitzan elkar-
tea: **cohousingnavarra@g-
mail.com**

Kattalingorri

Nafarroako LGTBI+ taldeak elkart-
zen dituen erakundea. LGTBI+
kolektibo eta pertsonentzako infor-
mazio-, arreta- eta laguntza-gunea:
kattalingorriafarroa@gmail.com

Kukuluak

Tuterako LGTBIQ Taldea: **kuku-
luak@gmail.com**

Laiak Erdialdea

Nafarroako Erdialdeko LGTBI+ Elkar-
tea: **laiazonamedia@gmail.com**

Lugatibe

Nafarroako asanblada transmarika-
bollera gaztea: **lugargaztetiempo-
berria@gmail.com**

Lumatza

Lesbienen Elkarte: **lumatza@gmail.com**

Naizen

Adingabe Transexualen Familien
Elkar-
tea: **info@naizen.eus**

Ortzadar LGTB

Nafarroako Unibertsitate Publikoko
LGTB+ Ikasleen Elkarte: **ortzadar.l-
gtb@gmail.com**

Trankolore

Nafarroako Trans Pertsonen Elkar-
tea: **Trankolore@gmail.com**

Zikutak

Iruñeko Bollera Transfeministak:
zikutak.iruna@gmail.com

HIZTEGIA

Asexualitatea. Beste pertsona batzuekiko erakarpen erotikorik sentitzen ez duen pertsona baten joera sexuala. Afektiboki edo erromantikoki erlaziona daiteke. Ez du esan nahi nahitaez libidorik ez izatea edo sexurik ez egitea, edo eszitaziorik ez sentitzea.

Bisexuala. Bi sexuetako pertsonenganako erakarpen emozionala eta/edo sexuala sentitzen duen pertsona.

Zisexuala (edo zis). Trans ez den pertsona; hau da, jaiotakoan esleitutako sexuarekin identifikatzen dena.

Gaya. Sexu bereko pertsonenganako erakarpen emozionala edo fisikoa sentitzen duen gizona.

Genero ez-bitarreko pertsonak. Ez gizon gisa eta ez emakume gisa identifikatzen ez diren pertsonak.

Genero-adierazpena. Portaeraren, janzkeraren, orrazkeraren, ahotsaren, ezaugarri fisikoen eta abarren bidezko kanpo-aurkezpena edo itxura. Genero-adierazpena nabarmen baldintzatzen dute pertsonak dituzten gizar-te-itxaropenek, gizonek eta emakumeek zer-nola jokatu behar ote duten.

Sexu-identitatea. Sexu bateko kide izatearen kontzientzia.

Genero-identitatea. Pertsona batek barnean eta indibidualki sentitzen duen genero-esperientzia. Esperientzia hori bat etor daiteke jaiotzean esleitutako generoarekin edo ez, eta gorputzaren pertzepzio pertsonala biltzen du (jo dezake, askatasunez aukeratuz gero, itxura aldatzera, medikuntzaren, kirurgiaren edo beste bitarteko batzuen bidez), bai eta beste genero-adierazpen batzuk ere, janzkera, hizkuntza eta keinuak barne.

Heteronormatibitatea. Gizarte-erakunde askok uste jakin batzuen aldetik ikusten duten errefortzua. Sinesmen horien artean daude, besteak beste: pertsonak bi kategoria osagarritan sailkatzea –gizona eta emakumea–; harreman afektiboak, sexualak eta ezkontzakoak sexu desberdinetako pertsonen artean gertatzen direnean soilik jotzea normaltzat; sexu bereko pertsonen arteko harreman intimoek ez dutela balio sexualik; (edo) sexu bakoitzari rol naturala dagokiola bizitzan.

Heterosexualitatea. Gurearen kontrako sexuko pertsonenganako erakarpen emozionala, erromantikoa edo sexuala.

Homofobia. Homosexualitatearen eta lesbianen, gayen edo bisexualen aurkako arbuioa edo gorrotoa, aurreiritzian oinarrituta.

Homosexualitatea. Sexu bereko pertsonenganako erakarpen emozionala, erromantikoa edo sexuala.

“Queer”. Ingeleseko terminoa; arraroa, desbideratua edo perbertitua esan nahi du, eta LGTBI+ komunitate osoari egiten dio erreferentzia mespretxuz. 1980ko hamarkadan, AEBko LGTBI+ pertsonen talde eta kolektibo aktibistek erabaki zuten beren egitea irain hori, eta sexu- edo genero-identitate disidententearen aldarrikapen gisa erabiltzea.

Ikusezintasun lesbikoa. Gizartean lesbianismoaren irudirik ez egoteari edo irudien pobretasunari erreferentzia egiteko baliatzen da, alderaturik ugari direla irudi heterosexualak edo are homoerotikoak, eta, beraz, ukatu egiten dela lesbianismoaren existentzia. Lesbianak (baina baita gayak, bisexualak eta transak ere), alde batetik, kanpoan daude diskurtso hegemonikoetatik, oso gutxi baitira diskurtso horietan agertzen diren autoordezkaritzak, eta, bestetik, haiengandik kanpoko irudikapen estereotipatu batean murgilduta daude.

Pertsona intersexualak edo sexu-garapenaren aniztasunak dituztenak. Gizonei eta emakumeei egozten zaizkien ezaugarri fisikoen bitarteko konbinazioa edo atipikoa duten pertsonak (adibidez, kromosomen konbinazio ez oso ohikoa, aldakortasun genetiko edo gonadala edo sortzetiko sexu-desberdintasunak).

Lesbiana. Beste emakume batzuek afektiboki, erotikoki edo sexualki erakartzen duten emakumea.

Lesbofobia. Emakume lesbianen aurkako gorrotoa edo arbuioa.

LGBTI+. Lesbianak, gayak, bisexualak, transexualak eta intersexualak kolektiboki aipatzeko baliatzen den akronimoa. Alde horretatik, sexu- eta genero-askapenaren mugimenduan izandako aldaketen emaitza da LGTBI, etengabe eraikitzen ari den kontzeptua. Aldaketa horiek aitortzeko eta sexualitateari buruzko beste bizipen batzuk sartzeko modu bat da «+» sartzea, aipatutako sigla horietatik harago.

Sexu-orientazioa. Pertsonak beste genero bateko, genero bereko edo genero bat baino gehiagoko pertsonengana hurbiltzeko duten gaitasun emozional, afektibo eta sexuala, bai eta ezartzen dituzten harreman intimo eta sexualak ere.

Trans pertsonak (transexualak, transgeneroak, ez-bitarrak eta abar) jaiotzean esleitutako generoaz bestelako genero-identitatea duten pertsonak dira. Beren generoaren arabera gizartean ezarritako gorputz-irudiari egokitzeke, egin ditzakete gorputz-aldaketak (kirurgikoak, hormonalak...) edo ez.

Transfobia. Generoarekin bat ez etortzearen edo genero-transgresioaren aurkako arbuioa edo gorrotoa; konparazio batera, ezinikusia izatea emakume maskulinoekiko, gizon femeninoekiko, trans pertsonekiko edo genero-estereotipoekin bat ez datozen beste batzuekiko.

Luma. Loturik dago gizonengan «femeninotzat» jotzen diren ezaugarri, keinu edo jarrerekin, ulerturik ez direla jotzen gizonezkoentzat egokitzat ikuspegi sozial edo kulturaletik. Era berean, esapide hori bera «maskulinitasunari» lotutako ezaugarri nabarmenak dituzten emakumeetara ere hedatu da.

Transexuala. Jaiotzean genitalen arabera emandako sexuarekin bat sentitzen ez den pertsona.

Transgeneroa. Genitalen arabera jaiotzean esleitutako genero-identitatearekin bat ez datorren pertsona; ez du nahitaez bat etorri behar gizona eta emakumea kontzeptu bitarrekin.

A! eta lore hau?
gida honetan
ateratzeagatik
gertatzen zait!

