

Organizadores:



Giza, Lehiaketa eta Bake
Hezkuntzaren Elkartasun Ikeria
Foro de Asociaciones de Educación
en Derechos Humanos y por la Paz



Gernika
Gogoratuz

Sistema Nizko Ateregia
Centro de Investigación por la Paz
Paz Research Center



bakeola

EDE

Colaborador:



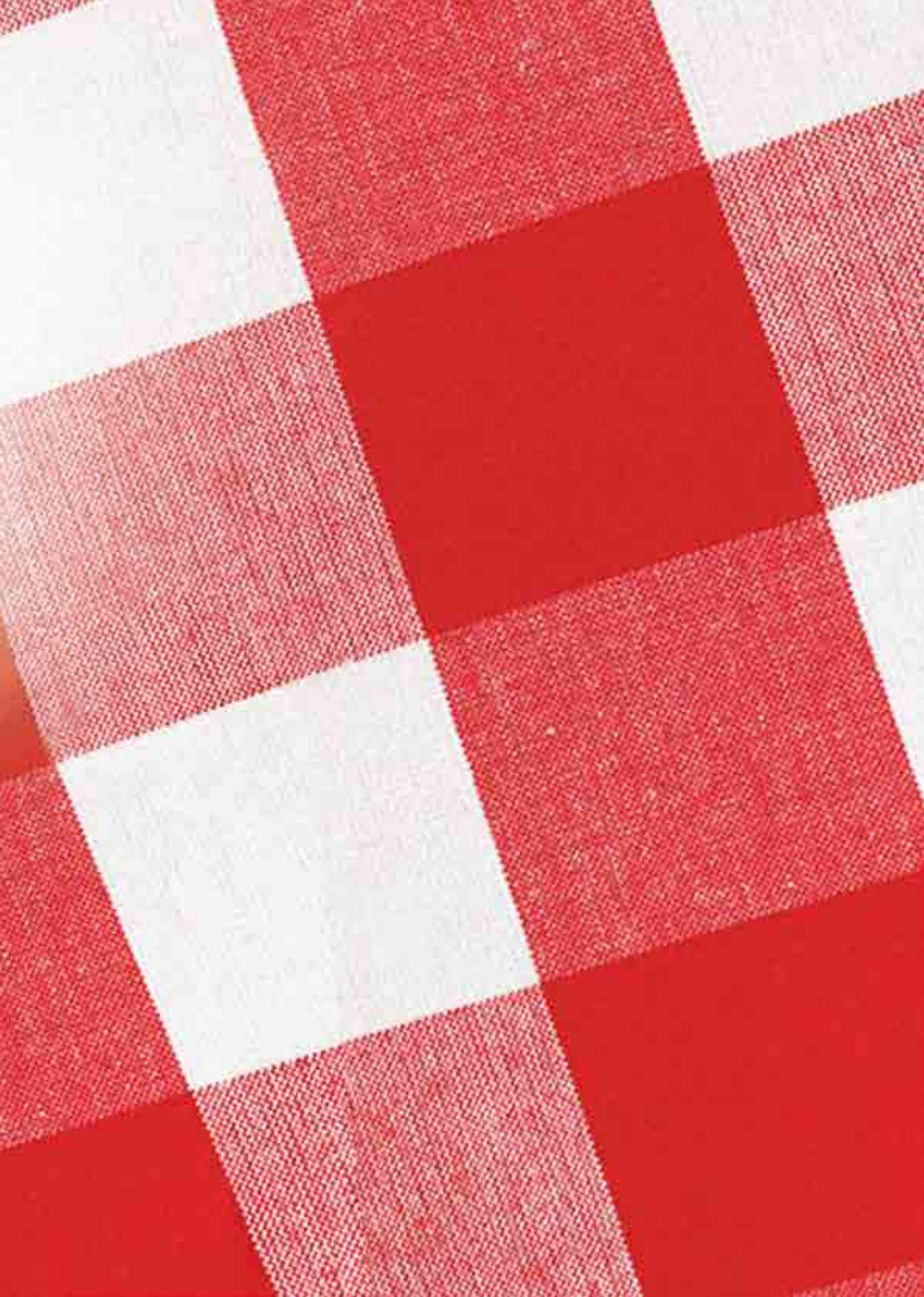
EUSKO LEHIAKETA
GOBIERNO VASCO

Lehiaketa Nizko Ateregia
Euzko Lehiaketa
Euzko Lehiaketa

Afaloste

Convivencia al pil-pil

Laboratorio Gastronómico-Social



Afaloste
Convivencia al pil-pil
Laboratorio Gastronómico-Social

Afaloste. Convivencia al pil-pil Laboratorio gastronómico social
2018-2020

Documento elaborado por:

Iñigo Retolaza Eguren, Coordinador (iretolazae@gmail.com)
Iratxe Momoitio Astorkia, Museo de la Paz Gernika (www.museodelapaz.org)
Rocío Salazar Torre, Bakeola-EDE Fundazioa (www.bakeola.org)
María Oianguren Idigoras, Gernika Gogoratuz (www.gernikagogoratuz.org)

Publicación elaborada para el Foro de Asociaciones de Educación en Derechos Humanos y por la Paz

Edita:

Foro de Asociaciones de Educación en Derechos Humanos y por la Paz
Ronda s/n , 3ª planta, 48005 Bilbao
+34 688 801 794
foroasociacionesddhhypaz@gmail.com
www.foroderechoshumanos.org

Diseño y maquetación:

Goikipedia

Fotos:

Archivo Afaloste

Depósito Legal:

LG BI 00090-2021

© Derechos de propiedad El autor y las autoras, además de organizaciones responsables de la edición de este documento, son titulares de todos los derechos de propiedad intelectual del contenido original publicado aquí, que serán gestionados conforme a la licencia Creative Commons.



Ha llegado el momento de empezar a elaborar lo que hemos heredado si queremos que otro futuro sea posible

Clara Valverde

El propósito último de la democracia profunda no es que yo intente cambiarte a ti, y tú a mí. Sino que aprendamos a relacionarnos.

Arnold Mindell

La sanación social está compuesta de momentos espaciales de resonancia, voces que tocan voces en un espacio común.

John Paul Lederach

Lo que nos hace cuerdos o impide que nos volvamos completamente locos es el trato con gente que no piensa como nosotros, que no vive nuestro espacio informativo, político, cultural, que tiene intereses contrapuestos. Y si no tenemos esa diversidad en nuestro entorno, nos la tenemos que buscar.

Daniel Innerarity

Índice



	<i>Agradecimientos</i> -----	8
	<i>Prólogo</i> -----	10
1	<i>Un previo</i> -----	14
2	<i>¿Qué es Afaloste?</i> -----	16
3	<i>¿Para qué Afaloste?</i> -----	22
4	<i>¿Quiénes participan?</i> -----	26
5	<i>¿Cómo es el método Afaloste?</i> -----	30
6	<i>Alimentando nuestras memorias</i> -----	42
7	<i>Los temas de conversación en Afaloste</i> -----	46
8	<i>El efecto Afaloste</i> -----	58
	<i>Anexos + Afaloste ON</i> -----	62

Agradecimientos

A todas y todos los que han hecho posible que una iniciativa como Afaloste exista, como son:



Foro de Asociaciones de Educación en Derechos Humanos y por la Paz

Anna León Herrero



Bakeola-EDE Fundazioa:

**Rocio Salazar Torre
Maider Martiarena Arrastua
Elvira C. García Vidales**



Gernika Gogoratuz Fundazioa:

**Maria Oianguren Idigoras
Andreas Schäfer
Iker Atxa Zaitegi**



Fundación Museo de la Paz de Gernika:

**Iratxe Momoitio Astorkia
Idoia Orbe Narbaiza**

Facilitador:

Iñigo Retolaza Eguren

Cociner@s:

**Edgar Indurria Jiménez, Oscar García, Izaskun Anguiano,
Jose Ignacio Etxaniz “Txato”, Mattin Etxaniz, Iñaki Pilar,
Hipólito Fernández “Poli”, Antton Muñoz**



Instituciones que han apoyado económicamente Afaloste:

Departamento de igualdad, justicia y políticas sociales

Y especialmente a todas las personas que han participado activamente, dedicando parte de su tiempo y todo su cariño, en los diferentes Afalostes desarrollados en Gernika, Irun, Etxebarri, Amurrio, Donostia, Bilbao

Prólogo

Laura Esquivel en su gran novela *Como agua para chocolate*.

Mi abuela tenía una teoría muy interesante; decía que todos nacemos con una caja de fósforos adentro, pero que no podemos encenderlos solos... Necesitamos la ayuda del oxígeno y una vela. En este caso el oxígeno, por ejemplo, vendría del aliento de la persona que amamos; la vela podría ser cualquier tipo de comida, música, caricia, palabra o sonido que engendre la explosión que encenderá uno de los fósforos. Por un momento, nos deslumbra una emoción intensa. Una tibieza placentera crece dentro de nosotros, desvaneciéndose a medida que pasa el tiempo, hasta que llega una nueva explosión a revivirla. Cada persona tiene que descubrir qué disparará esas explosiones para poder vivir, puesto que la combustión que ocurre cuando uno de los fósforos se enciende es lo que nutre al alma. Ese fuego, en resumen, es su alimento. Si uno no averigua a tiempo qué cosa inicia esas explosiones, la caja de fósforos se humedece y ni uno solo de los fósforos se encenderá nunca.

Tienes en tus manos una obra elaborada con ingredientes de la más alta calidad y calidez.

El relato de una experiencia que, durante muchos años e incluso décadas, permaneció dormido o, al menos adormilado. Los fogones y el amor a la gastronomía en nuestra tierra, en la más idónea complicidad con el placer de juntarse para aderezarla con risas e incluso llantos o emociones que se desbordan, ayudan a que surja la magia. Una ilusión capaz de generar el clima necesario que hará emerger un conjunto de situaciones vividas, las cuales han trazado nuestro relato individual permaneciendo medidas por nuestra memoria.

Un marco privilegiado, los txokos o rincones gastronómicos que salpican nuestra geografía, lugares cercanos y cotidianos que se convierten en cómplices de la intensidad emocional con la que se relatan los episodios vividos, recuerdos aderezados con especias de respeto, cuidado y empatía que hacen posible que estas gotas de la memoria se desprendan del ámbito más íntimo y privado para hacer su incursión en el ámbito público, con todo el poder sanador y liberador que esto supone.

Las personas que crean, dinamizan e impulsan esta bella iniciativa, son conscientes de que evocar recuerdos o recordar nos invita a despertar sentimientos y emociones que provienen de lo más íntimo de nuestro ser, para volver a pasarlas por el corazón (re-cuore). Por ello, en todo momento los ojos, los oídos, la mente y el corazón de estas personas facilitadoras permanecen en alerta por si la cocción a fuego lento de cada una de las historias, se antoja demasiado intensa y se desborda, apagando así el fuego que la mantiene.

Cada relato, al materializarse, no solo remueve las emociones de su protagonista, cada historia sacada a la luz tiene la capacidad de hacer resonar en el resto de las personas allí reunidas, algo de manera íntima. Quienes facilitan esta iniciativa no son personas ajenas a los momentos que evocamos o ponemos encima de la mesa, su alta profesionalidad queda reflejada una y otra vez, al no dejarse arrastrar por esos embriagadores olores y centrarse en mimar el guiso que allí se cuece, asegurando una cocción a fuego lento capaz de destilar un reflejo de sanación, tanto individual como colectiva.

Una vivencia compartida por personas de diferentes ideologías, generaciones o identidad de género. Personas que desde sus percepciones acerca de lo vivido en momentos muy difíciles en Euskadi se sientan juntas y comienzan a tejer un testimonio ampliamente compartido en lo emocional, sin dejar por ello de mostrar la gran diversidad que esta rica y plural sociedad alberga.

Cuando ETA puso fin a la actividad armada, sin duda y afortunadamente, se ponía un punto decisivo en el duro relato de un periodo muy oscuro para la sociedad vasca.

La sociedad recibía con esperanza y con entusiasmo este anuncio. De la misma manera muchas organizaciones que trabajábamos en este ámbito, en el trabajo por la paz y por la resolución pacífica y creativa de los conflictos, hacíamos nuestra esa gran emoción. Sin embargo, al igual que cuando una gran tromba de agua pasa, y tras vivir los momentos más intensos quedan trabajos por hacer. Revisar y analizar todas, o parte de las consecuencias derivadas de esta situación es una de esas labores. Además de valorar lo ocurrido, nos ayudará a minimizar o evitar los daños causados en futuros momentos. De la misma manera creemos que una sociedad que ha vivido directamente una situación tan anómala como es la naturalización del ejercicio de la violencia directa y de la negación de los Derechos Humanos por el hecho de pertenecer a uno u otro colectivo, necesita generar espacios donde airear ese dolor y donde generar empatía. Si no dejamos que esas heridas sanen, en espacios compartidos y protegidos como este, corremos el riesgo de enquistar esta historia. Una herida a la que no se presta atención no desaparece, hace falta limpiarla, mirarla y cuidarla.

En esta línea tres organizaciones del Foro de Asociaciones por la Paz, gestado y creado en Euskadi con el objetivo de extender la pedagogía de la Paz en nuestra tierra, se han encargado de ser las anfitrionas de este bello laboratorio gastronómico, cuidado con esmero para reproducir en un microcosmos nuestra compleja y por ello, rica sociedad.

Bakeola Ede Fundazioa, El Museo de la Paz de Gernika y Gernika Gogoratuz, todas ellas con una amplia trayectoria en temas de Paz y Derechos Humanos, bucean en la necesidad que aún presenta esta socie-

dad de buscar y encontrar espacios comunes donde escuchar con todos nuestros sentidos al que vemos diferente, donde reconocernos mutuamente como seres con dignidad independientemente del personaje que en un pasado demasiado cercano, vestimos.

Todas estas organizaciones tienen en común la definición de Paz Positiva, aquella que persigue de manera constante e inacabada una ausencia de violencia directa y un alto nivel de justicia social. La calificamos de inacabada porque nunca podremos dar por finalizada esta labor ya que las conculcaciones de Derechos Humanos nos llevan a un horizonte al que cuanto más nos acercamos a él, de nuevo se nos va. Abordan el conflicto como algo natural y consustancial al ser humano, cuyo origen es necesario conocer, abordar y trabajar. Buscan, estudian y maduran estrategias válidas capaces de desarrollar la competencia que nos acerque a dar una respuesta no violenta y creativa a dicha diferencia en intereses, posiciones, valores...

En este caso, se han puesto manos a la obra para crear, diseñar y llevar a cabo esta experiencia gastronómica y emocional con el objetivo de facilitarnos y acompañarnos a digerir aquellas vivencias y situaciones donde la intensa emoción que las provocó, hizo que se nos quedarán, parcial o totalmente, atascadas en la garganta.

Durante años en Euskadi se antojaba difícil, muy difícil o imposible hablar de las diferentes posiciones que adoptaba la ciudadanía ante la respuesta violenta que se daba a un conflicto con raíces identitarias. Precisamente el silencio o el estallido que se daba en algunos encuentros familiares por este motivo, resultaba un fiel reflejo de la situación en la que se encontraba nuestra sociedad. Las mesas familiares y sus manteles eran testigos inertes de la presión que este tema provocaba y que se hacía visible a través de encendidas discusiones o a través de pesados silencios, a veces incluso más incisivos que la propia discusión.

Si convivir es vivir con, esto significa vivir con alguien, primero considerándolo persona al igual que tú te consideras, con todo el grado de dignidad que ello conlleva, mirándola a los ojos e intentando empatizar visualizando su realidad y sus pequeños y grandes sufrimientos.

En una sociedad dividida y polarizada como ha sido la sociedad vasca, la convivencia se antojaba complicada. Se daban situaciones donde vivíamos al lado de otras personas con puntos de vista alejados entre sí, donde lejos de debatirlos o enfocarlos tendíamos a ignorar no solo esos puntos de vista sino a la persona en la que se gestaban. Se instalaba así un tipo de convivencia basada en la llamada cultura de los chalets adosados; te conozco pero no te reconozco y estoy muy lejos de ponerme en tu lugar, en el mejor de los casos compartimos espacios pero sin mezclarnos.

Ante esta situación era fácil dar el paso necesario para desprender a los seres humanos que no formaban parte de mi grupo, de su dignidad. Una vez dado ese paso, se pasaba a cosificarlos y a excluirlos de la universalidad de los Derechos Humanos.

La experiencia que este relato os plantea conocer, surgió de la inquietud y de la necesidad de acercarse a estas reuniones a personas muy diferentes con vivencias y recuerdos o memorias construidas de manera diversa. Generar un espacio y un clima donde el respeto hacia vivencias y memorias ajenas permita compartir hechos, que objetivamente fueron uno y que se vivieron de forma subjetiva. La escucha activa se filtra en ese espacio para, difuminando juicios y prejuicios ayudar a cada participante a ponerse en el lugar de quien cuenta la experiencia.

Cuando la escucha activa, la empatía y el cuidado comienzan a extenderse tímidamente por ese espacio, la excesiva polarización en la que vivimos aquellos momentos, comienza a disminuir y en nuestro cerebro se evidencian los grises en detrimento de los blancos o negros donde tendíamos a ubicarnos las personas que vivíamos en Euskadi en épocas donde los Derechos Humanos perdieron la importancia y el carácter universal, condenándonos a elegir entre una postura u otra.

Cuando comenzados a compartir algo más allá de la etiqueta que pusimos o mantenemos hacia las personas con las que nos hemos reunido, comienza a aparecer la persona con mayúscula y no el personaje al que habíamos identificado y encorsetado.

El personaje al que tendemos a identificar en un grupo concreto, nos revela todo lo que nos separa y

ello cobra tanta fuerza que nos lleva incluso a identificarlo como enemigo, con todo lo que ello conlleva.

Cuando aparece la persona, comenzamos a fijarnos en lo que como seres humanos tenemos en común, y solo así seremos capaces de reconocernos tanto en nuestro dolor y como en nuestra alegría. Durante años en nuestra tierra, dependiendo del colectivo en el que incluíamos a las personas, a veces podíamos llegar a considerar que no merecían nuestra alegría cuando había alguna vivencia positiva, ni nuestra natural empatía ante su dolor cuando esa persona vivía una experiencia traumática.

Por todo lo vivido, espacios como los que aquí nos ocupan, se antojan muy necesarios.

No puedo concluir sin permitirme la licencia de mencionar el hecho de que yo, personalmente, tuve la suerte de participar en esta maravillosa experiencia, un espacio cuidado con sumo mimo por las personas que lo impulsaron, un punto de encuentro donde tejer redes que llevan en su ADN la posibilidad de sostener el peso de una época extremadamente dura.

Cuando vas a un gran restaurante siempre te recomiendo dejarte sorprender por las nuevas sensaciones que esa cocina, convertida en puro arte, te ofrece. Nuestros paladares así lo vivieron. Se hizo magia para, a través de ese trabajo con los sentidos, ir liberando tensiones y sintiéndonos más cerca con cada plato. Aprendimos a enfocar nuestras diferentes perspectivas de lo ocurrido, desde la calidez y no desde el juicio y la imposición.

Los olores y sabores unidos a nuestros recuerdos, iban desgranando, ayudados por metáforas gastronómicas, nuestras intensas vivencias en aquellos duros años, y de manera sutil y profunda, a la vez, se atrevían a componer una rica polifonía, donde todas las memorias sonaban con intensidad.

Siempre que acudo a uno de estos sanadores puntos de encuentro con la otredad, en mi mente se instala una frase la cual forma parte de una canción de mi querido Serrat, no paro de hacerla mía: “Lo común me reconforta, lo distinto me estimula”.

Muchas organizaciones trabajamos durante años por generar estos puntos de encuentro, organiza-

ciones como Gesto por la Paz y Elkarri propusieron a la ciudadanía tener su principal foco de acción en sus entornos más cercanos, Afaloste no convoca el encuentro en un lugar alejado y desconocido, sino en lugares compartidos, cercanos y cálidos para la ciudadanía a la que se invita a vivir esta experiencia. Desde mi humilde punto de vista otro gran acierto de esta iniciativa.

Desvestirse ante tus conciudadanos, aunque en un principio puede parecer más violento o exigente, consigue dejar un poso de complicidad, de confianza, de cariño y de cuidado mutuo que trasciende la experiencia vivida y que se renueva en el caminar cotidiano.

La gran apuesta de esta experiencia es conocer el pasado, reconocer las memorias que hemos elaborado cada ser con ese pasado, comenzando paralelamente a sanar y dar aire al presente con idea de poder volar de manera adecuada en el futuro.

Dotarnos de raíces y de alas es la gran propuesta de este laboratorio gastronómico.

Algunas tribus africanas ven el pasado delante para mirarlo de vez en cuando y con ello recordar los aprendizajes que les regaló, viven intensamente el presente, y el futuro lo visualizan por detrás, pues está aún por escribir.

De cómo miremos al pasado, dependerá mucho la construcción de nuestro futuro.

Animo a quien nos lea a dejarse embriagar por esos fogones y por la fogosidad de tantas vidas intensas.

Susana Harillo



1

Un previo

Si el conflicto no te transforma,
no puedes transformar el conflicto.

Tanto la iniciativa Memorialab² como Afaloste están diseñadas bajo un enfoque de investigación-acción. De alguna manera, concatenan ciclos de acción y reflexión que se van retroalimentando el uno al otro a lo largo de los años (2013-2020). Este enfoque evolutivo ha hecho que Afaloste surja de Memorialab de forma natural, gracias al apoyo del Foro de Asociaciones de Educación en Derechos Humanos y por la Paz, en respuesta a una necesidad social. Las organizaciones promotoras han podido aprender y adaptarse de manera constante, manteniendo con ello un hilo de investigación/acción permanente. Este aprendizaje organizacional revierte en la implementación de iniciativas sociales innovadoras que responden al espíritu de los tiempos (*zeitgeist*), como lo es Afaloste.

Zabaldu buruak
eta kendu bildurrak.¹

1. "Abrir las mentes y perder los miedos", en euskara. Comentario hecho por una persona asistente a Afaloste.
2. Ver Retolaza I. et al, 2019, *Memorialab. Encuentros ciudadanos para la construcción social de la memoria*, Gernika:Gernika Gogoratuz; Retolaza I., 2019, 'La creación de entornos dialógicos' en *Por la Paz* n°36, Barcelona:ICIP; Retolaza I., 2021 'Memorialab. Dialogue, memory and social healing in Basque Country. A methodological note', en *Handbook on Participatory Action Research*, London:Sage Publications (en imprenta)



¿Qué es *Afaloste*?

loste

cia al pil-pil

Me he dado cuenta
de que es bueno
expresar en nuestros
entornos más directos,
lo que cada uno sintió
durante el conflicto³.

En términos generales, Afaloste, es un laboratorio gastronómico-social donde un grupo diverso e intergeneracional de personas se reúnen en torno a un txoko o sociedad gastronómica, comen y conversan juntas sobre sus experiencias personales en torno a la violencia de motivación política sufrida durante décadas en Euskadi.

Estas conversaciones entre personas que en muchos casos no se conocen entre sí, ocurren en sociedades gastronómicas y txokos⁴, lugares comunes y emblemáticos de la cultura popular vasca, que de alguna manera atesoran en su interior parte de la historia de nuestro pueblo. Utilizamos nuestra cultura gastronómica como base para digerir nuestra memoria reciente y hacer sentido colectivo de lo que nos pasó estas últimas décadas como sociedad.

GARA⁵ se fundó
en este txoko.
Es importante saber
dónde estamos.

Afaloste también es un espacio ciudadano abierto pero seguro, donde distintas vivencias, memorias, voces e ideologías presentes en el pueblo, se juntan a conversar teniendo como límite ético-moral el respeto a la persona, la defensa de la vida y el compromiso con los Derechos Humanos.

El espacio es sostenido todo el tiempo por un equipo de facilitación familiarizado con esta temática y estos métodos⁶.

3. Las citas en tipografía manuscrita son testimonios directos de las personas asistentes recogidas in situ por el equipo de relatoría.
4. Podríamos decir que los términos Sociedad Gastronómica y Txoko básicamente significan lo mismo. En Bizkaia y Araba a estos espacios se les denomina Txokos ('rincón, esquina', en euskara) y en Gipuzkoa y Navarra Sociedades Gastronómicas. En el texto utilizamos los dos términos indistintamente. Es un espacio sociocultural-gastronómico normalmente configurado legalmente como asociación cultural sin ánimo de lucro. Están presentes en todos los pueblos de Euskadi y tradicionalmente están relacionados a las cuadrillas de amigos -toda una institución en la sociedad vasca. El núcleo central de la sociedad o txoko es un local, muy parecido a un restaurante o taberna, donde los socios y socias lo utilizan para cocinar, comer y compartir momentos de ocio con la cuadrilla y familia. Tradicionalmente estos eran espacios vetados a las mujeres. Esta situación ha ido cambiando a lo largo de los años y hoy en día la mayoría de las sociedades gastronómicas y txokos son espacios mixtos. Muchas de estas sociedades o txokos, además de ser un espacio de encuentro gastronómico y social, realizan y apoyan infinidad de actividades en el pueblo: deportivas, gastronómicas, culturales, montañeras, festivas, charlas, excursiones, etc.
5. GARA, periódico vasco que comulga con el pensamiento de la izquierda abertzale. Heredero natural de EGIN, periódico que fue cerrado por mandato de la Audiencia Nacional acusado de formar parte del entramado de ETA.
6. En esta primera fase (2018-2019) el equipo de facilitación ha estado conformado por Iratxe Momoitio Astorkia, Idoia Orbe Narbaiza (Museo de la Paz de Gernika), Rocío Salazar (Bakeola-EDE Fundazioa), Maider Martiarena (Bakeola-EDE Fundazioa), Elvira C. García Vidales (Bakeola-EDE Fundazioa), María Oianguren (Gernika Gogoratuz), Iker Atxa (Gernika Gogoratuz) e Iñigo Retolaza. Este es el mismo equipo que implementó Memorialab, lo que facilita la acumulación de conocimiento y la evolución metodológica a lo largo del tiempo.

2.1. Orígenes de Afaloste

En los últimos años, y más en concreto a raíz del fin de la actividad terrorista por parte de ETA en octubre 2011, se ha abierto en Euskadi un nuevo tiempo para consolidar las bases de una convivencia pacífica alejada ya de la violencia de motivación política. Dentro de este contexto, lleno de esperanza y retos de gran calado, las entidades Museo de la Paz de Gernika, Gernika Gogoratuz y Bakeola-EDE Fundazioa pusieron en marcha la iniciativa Memorialab en 2013. Dicha iniciativa de diálogo ciudadano plural y abierto, dirigida a la construcción social de la memoria y la exploración colectiva del impacto de la violencia de motivación política en nuestra sociedad, ha ido generando nuevas propuestas de trabajo orientadas a promover la participación ciudadana en el ámbito de la memoria y convivencia social en Euskadi.

Afaloste es una de estas nuevas iniciativas que surgen del aprendizaje acumulado por las entidades promotoras de Memorialab. A partir de esa primera experiencia se vio la necesidad de:

- I. **Buscar formatos más cortos, pero igual de significativos** como para que mantuvieran una capacidad sanadora y de escucha empática.
- II. **Generar espacios más cerca de la cotidianidad de la gente** para hacer la experiencia más segura para aquellas personas que no están acostumbradas a este tipo de conversaciones y para acercarla a otras que podrían animarse.
- III. **Fortalecer el diálogo y la transmisión intergeneracional** para interrumpir la perpetuación del silencio y el trauma no procesado.
- IV. **Desarrollar una nueva metodología inspirada en Memorialab**, pero adaptada al nuevo contexto -para que el lugar donde ocurre el encuentro potencie la calidad de la conversación.

Habéis logrado crear un ambiente de intimidad perfecto para sacar reflexiones que quizás hasta ahora solo hayamos tenido en privado o nunca hayamos podido expresar.

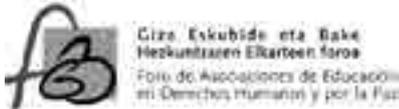
2.2. Las entidades promotoras de Afaloste

La iniciativa Afaloste está impulsada por el Foro de Asociaciones en Educación en Derechos Humanos y por la Paz⁷, compuesta por 28 asociaciones de todo Euskadi.

La conceptualización e implementación directa de esta fase ha estado a cargo de las tres organizaciones involucradas en Memorialab: Bakeola-EDE Fundazioa, Museo de la Paz de Gernika y Gernika Gogoratzuz.

Su financiación procede de la Secretaría General de Convivencia, Derechos Humanos y Cooperación del Gobierno Vasco.

7. <https://foroderechoshumanos.org>



Foro de Asociaciones de Educación en Derechos Humanos y por la Paz

Es una asociación de asociaciones de la Comunidad Autónoma Vasca, constituida en marzo de 2007.

Su objetivo es afianzarse como un foro cercano a la ciudadanía que trabaja desde la diversidad para contribuir a la consolidación de una cultura de paz y a la promoción de los Derechos Humanos.

Actualmente, el Foro cuenta con un interesante curso on-line sobre cultura de Paz y Derechos Humanos, donde hay un bloque dedicado a las víctimas, la convivencia y los Derechos Humanos

<https://foroderechoshumanos.org/curso-online>
[www. https://foroderechoshumanos.org/](http://www.https://foroderechoshumanos.org/)



Fundación Museo de la paz de Gernika

El Museo de la Paz de Gernika es un museo temático dedicado a la cultura de la paz y los Derechos Humanos. Aborda también la temática histórica del bombardeo de Gernika. (Guerra civil)

Se trata de un espacio que ha crecido para transformarse en un museo atractivo y dinámico, un museo para sentir y vivir, un escenario en el que la historia, de la mano de la emotividad y de la empatía ensancha el camino de la reconciliación, un lugar para pensar que a la paz se le puede dar forma entre todos y todas.

La misión de la Fundación Museo de la Paz de Gernika es conservar, exponer, difundir, investigar y educar al visitante en las ideas básicas de la cultura de paz y lo que ella, ha tenido y tiene que ver, con la historia de Gernika-Lumo (Guerra Civil española), para hacer que --junto al trabajo de otras organizaciones del ámbito de la historia y de la paz -- Gernika-Lumo, Bizkaia y Euskadi sean referentes (locales, regionales, nacionales e internacionales) de trabajo a favor de la paz y de la cultura.

www.museodelapaz.org



Bakeola, Centro para la mediación y regulación de conflictos de EDE Fundazioa

Bakeola- Ede Fundazioa es un centro especializado en el abordaje satisfactorio de los conflictos que trabaja con los agentes sociales y educativos desde una perspectiva integral.

Es un centro formado por personal especializado en la dinámica de los conflictos y su abordaje. Tiene como misión la capacitación de agentes sociales y educativos, para fortalecer el entramado social, y cimentar una ciudadanía activa, crítica y constructora de paz.

La actividad de Bakeola se desarrolla en sintonía con los conceptos de paz positiva, basada en los principios de justicia social e igualdad, así como una perspectiva creativa del conflicto, entendiendo éste, como una oportunidad para el cambio y la transformación de situaciones generadoras de desigualdades.

Promovedora de procesos orientados a la mejora de la convivencia, la promoción de los Derechos Humanos, el desarrollo comunitario y la construcción social para la consecución de una cultura de paz.

www.bakeola.org

www.edefundazioa.org



Gernika Gogoratuz. Centro de investigación por la paz. Fundación Gernika Gogoratuz

Gernika Gogoratuz (Recordando Gernika), es un Centro de Investigación por la Paz creado en 1987 en el marco del 50 Aniversario del Bombardeo de Gernika. Realiza su labor en el ámbito de la memoria y la cultura de paz y desarrolla sus actividades en el campo de la investigación, formación y divulgación.

El Centro está respaldado por la Fundación Gernika Gogoratuz. Su objetivo es "contribuir, con aportaciones generadas o respaldadas por una reflexión científica, y vinculadas a la ciudad y/o al símbolo de Gernika, al logro de una paz emancipadora y justa a escala mundial y en el País Vasco",

www.gernikagogoratuz.org

info@gernikagogoratuz.org

2.3. Un proceso vivo y en movimiento

Esta nueva iniciativa se diseñó a lo largo del primer semestre de 2018. Los primeros encuentros tuvieron lugar a partir de octubre 2018.

Durante el periodo 2018-2019 se realizaron 6 Afalostes en otras tantas localidades distribuidas en las tres provincias de la Comunidad Autónoma Vasca (CAV). Para el año 2020 se tienen programados otros 3 Afalostes en nuevos municipios de las tres provincias.

Afalostes realizados 2018-2019

Localidad	Ubicación	Fecha	Comensales
Irun (Gipuzkoa)	Erlaitz Mendi Elkartea	24/10/2018	Total: 25 Hombres: 11 Mujeres: 14
Etxebarri (Bizkaia)	Eutsuna Elkartea Gastronomikoa	30/10/2018	Total: 20 Hombres: 10 Mujeres: 10
Amurrio (Araba)	Txoko municipal	20/11/2018	Total: 23 Hombres: 15 Mujeres: 8
Gernika (Bizkaia)	Txoko Bake Leku	22/11/2018	Total: 24 Hombres: 10 Mujeres: 14
Donostia (Gipuzkoa)	Sociedad Fotográfica de Gipuzkoa	15/05/2019	Total: 25 Hombres: 12 Mujeres: 13
Bilbao (Bizkaia)	Txoko Umore Ona	05/06/2019	Total: 30 Hombres: 13 Mujeres: 17



¿Para qué Afaloste?

Es más el miedo a sacar,
que a hablarlo.

Es necesario expresar
lo que cada uno siente,
para que no se quede dentro;
es como limpiar.

3.1. Dialogando desde la diversidad sobre un pasado común

Tenemos que perder el
miedo a hablar con la
siguiente generación.

Es triste que en la misma
familia no hayamos sabido
lo que ha pasado.

Las iniciativas Memorialab y Afaloste nos han enseñado que una parte de la sociedad vasca -tanto ciudadanía como instituciones públicas- aun se resiste, de manera consciente y/o inconsciente, a promover y participar en este tipo de iniciativas ciudadanas abiertas y no tuteladas por instituciones públicas o partidos políticos. Por otro lado, estas dos iniciativas nos están mostrando que cada vez más gente de nuestra sociedad está abierta a hablar públicamente de esta temática, y demanda tener espacios locales donde compartir sus experiencias, sanar (viejas) heridas, y contribuir así a la convivencia.

Afaloste es un lugar de encuentro entre distintas generaciones que promueve una relación apreciativa con la memoria. Una memoria que nos ayude a comprender mejor cómo nos hemos configurado como individuos y sociedad a lo largo del tiempo, a aprender de los errores del pasado para no repetirlos, a sanar heridas que necesitan ser (re) conocidas, y a practicar nuevos y viejos valores y prácticas socioculturales que contribuyan a sentar las bases de la convivencia del futuro.

Por otro lado, también permite la revisión (auto)crítica y compasiva de viejos estereotipos y prejuicios - provenientes de una realidad pa-

No pueden avanzar
porque no pueden
digerirlo.

La ciudadanía no habla sobre este tema
y necesitamos hablar más.

Tengo tres hijos de quince años
y no sé qué saben, no sé qué contarles.

Quiero seguir siendo de
izquierdas sin llevar
"esa mochila" por detrás.

Cuando ahora lo pienso que
casi celebraba las muertes,
me parece increíble.

Hemen uzten dut nire
iraganaldiko zati baten
zama, konpartituta arindu
egiten dena. Uzten dut
halabein ezkertazunaren
zama nola bait, itxaropen
puntu batekin⁸.

sada- que, en cierta medida, y al no ser explicitados públicamente, aun están activos en el subconsciente colectivo de nuestra sociedad. Miradas y posicionamientos que buscan actualizarse y renovarse de cara a un presente y futuro sin violencia, pero en demanda de mayor justicia social.

3.2. Inmersión cultural y adaptación a lo cotidiano

Siendo este un tema de conversación delicado -y potencial generador de conflicto- durante la fase de diseño nos surgió una pregunta clave ¿Cómo hacer atractivo y accesible hablar de un tema que a la mayoría de la sociedad le retrotrae a una época pasada de violencia y sufrimiento? ¿Cómo generar una conversación significativa y sanadora entre personas distintas sobre un tema del que no queremos hablar, pero necesitamos hacerlo?

Vimos que necesitábamos buscar espacios comunes en los pueblos de Euskadi, lugares conocidos y utilizados por la gente en su cotidianidad, inmersos en el contexto sociocultural local. Nos dimos cuenta de que los txokos y sociedades gastronómicas presentes en todos los pueblos de Euskadi nos ofrecen el contexto cultural ideal, la práctica social perfecta para nuestra sociedad: conversar alrededor de una mesa compartiendo una buena cena, en un lugar reservado, pero a la vez abierto al público. En vez de utilizar lugares poco conocidos o lejanos para la mayoría de la gente⁹, nos hemos ido con la conversación a espacios de interacción social cotidianos y populares como son los txokos y sociedades gastronómicas. Con ello buscamos acercar esta conversación tan crucial a más personas que de otra manera no participarían en este tipo de iniciativas.

3.3 Un esfuerzo colectivo por la convivencia

De alguna manera, a través de Afaloste queremos resignificar esos espacios cotidianos de encuentro y convivencia en la diversidad que existen en todos los pueblos de la geografía vasca. Queremos invitarles a que se sumen a la iniciativa para que contribuyan a actualizar las maneras de pensar y relacionarse que tiene nuestra sociedad, para que así sigan aportando a la convivencia en Euskadi, ahora también es desde este lugar y con este propósito.

8. "Dejo aquí la carga de una parte de mi pasado, que se alivia al compartirla. De alguna manera dejo también la carga del izquierdismo, con un punto de esperanza".
9. Los encuentros Memorialab se realizaron en casas de retiro (retiros rurales de fin de semana), en el Museo de la Paz de Gernika y en la sede de una asociación de vecinos (retiros urbanos de un día de duración).

Me ha gustado mucho
y posiblemente repita,
se lo aconsejo a todo
el mundo.

Antes de nada, decir que es una idea
estupenda este tipo de encuentros.



A group of people are seated around a table covered with a white tablecloth in what appears to be a meeting or workshop setting. The scene is dimly lit with a warm, orange-red color cast. A large, semi-transparent orange number '4' is superimposed over the center of the image. The text '¿Quiénes participan?' is written in white, italicized font across the middle of the number '4'.

¿Quiénes participan?

El ecosistema Afaloste convoca, acoge y pone en interacción a una diversidad enorme de identidades. En los seis Afalostes realizados hasta la fecha han participado agentes políticos locales de todas las sensibilidades políticas, autoridades municipales (alcaldesas y concejales/as), personal técnico municipal, (antiguos) ex-militantes de ETA, activistas por la paz, investigadores/as, personas amenazadas por ETA, víctimas de tortura policial, víctimas directas de la violencia de ETA y grupos parapoliciales, empresarios, (familiares de) personas secuestradas por ETA, víctimas de abuso y persecución policial, familiares de presos de ETA, antiguos activistas de la *kale borroka*¹⁰, periodistas y generadoras de opinión pública, jóvenes y mayores, mujeres y hombres, activistas políticas y sociales, activistas políticos/as en la dictadura, *euskaldunes*¹¹ y no *euskaldunes*, nacionalistas y no nacionalistas, extranjeros, jubilados/as, obreros, profesores/as de universidad, estudiantes, profesionales, amas de casa (*etxeoandre*) y ciudadanía en general. La realidad del pueblo tal cual es.

La convocatoria se hace a través de distintos canales: convocatoria pública a través de redes sociales, invitación directa a personas específicas, invitación a través de terceros (algunas personas del pueblo movilizan a otras personas y redes locales), personas socias de los txokos y sociedades gastronómicas donde se realiza el evento. A menudo algunas de las personas asistentes conocen a otras, pero

10. Una forma de violencia ejercida por ETA centrada en provocar violencia callejera a manos de grupos organizados de jóvenes independentistas radicales. Muchos de estos jóvenes alimentarían después las filas de ETA.

11. Euskaldun: la persona que habla euskara

nadie conoce a todo el mundo. Es frecuente que las personas que se conocen entre ellas no sepan que la otra va a asistir a Afaloste. Al ser un entorno de pueblo también es común que algunas personas se sorprendan de que determinadas personas también asistan. Otras en cambio van acompañadas por familiares o alguna amistad a modo de apoyo y motivación.

Una de las riquezas de Afaloste es precisamente el elemento sorpresa, la posibilidad de que el espacio se llene con una diversidad no conocida, no conectada previamente a nivel local. La lista de participantes no se difunde previo al evento. Tampoco nadie la pide, aunque puede que la mayoría se pregunte quién estará. En cada Afaloste se crea un ecosistema de conversación único y muy diverso.

Esta posibilidad real de estar en un espacio local diverso, no tutelado o pre-dirigido por las instituciones públicas o partidos políticos es un elemento muy apreciado por muchas de las personas que asisten a Afaloste. Muchas de ellas reconocen que la frescura y apertura del espacio enriquece la experiencia de manera muy significativa y eso permite mantener una conversación genuina, no maquillada o limitada por la impronta institucional o partidaria. De hecho, ese es uno de los propósitos centrales de la iniciativa.

¡Ya sabía que nuestro pueblo era plural y rico, pero no tanto!

Salir de mis círculos me ha permitido entender los grises.

Espero haber aportado un granito de arena para que el relato se construya de la forma más constructiva posible.



¿Cómo es el método Afaloste?

Nuestros padres hicieron lo que pudieron y para no hablar no lo han hecho tan mal, era un mecanismo de protección.

5.1. Las premisas metodológicas

El método Afaloste se alimenta de una serie de premisas básicas:

La mirada sistémica

Al ser una iniciativa que promueve la convivencia a nivel local, y precisamente por el enorme impacto que la violencia tuvo en los pueblos de Euskadi, es fundamental considerar las relaciones e interacciones existentes en el ecosistema local. La iniciativa quiere mejorar estas interacciones, hacerlas más permeables y empáticas a la diversidad de opiniones y memorias. También quiere crear nuevas redes de conversación que sean capaces de generar nuevas interacciones, más transformadoras.

Mi padre se quedó traumatizado por la guerra y no quería hablar, y no le preguntamos, como si nada. Tabú.

Un espacio cercano que integre lo personal con lo social

Se necesitan espacios serenos para la reflexión (auto)crítica. Espacios abiertos, pero donde se pueda hablar desde lo personal sobre la problemática social vivida. Para que se puedan dar este tipo de conversaciones es importante el lugar y el clima que éste genera; ha de ser conocido, común, cotidiano, para lograr esa sensación de seguridad que demanda el proceso.

Diálogo y transmisión intergeneracional

Si bien iniciamos la conversación con la memoria reciente, este es un conflicto intergeneracional de larga duración donde el grupo prácticamente revisita todo el siglo XX (II. República, Guerra Civil, posguerra y dictadura franquista, transición, años de plomo, fin de ETA, situación actual). Procesar el trauma social acumulado a lo largo de tantas décadas de violencia requiere poner en diálogo a diferentes generaciones, para que juntas (re)construyan la memoria social. Memorialab nos



Me llevo el aprendizaje de que al escuchar a otras personas me veo reflejada en ellas.

Me llevo un buen rato y la sorpresa de escuchar sin juzgar.

Me llevo el haber escuchado de viva voz testimonios íntimos que de otro modo es difícil escucharlos en personas que no conozco.

enseñó que al poner en diálogo a varias generaciones estas reconstrucciones colectivas ayudan a transitar de la transmisión del trauma silenciado a la transmisión de una memoria sanadora.

Silencio y escucha empática

Es necesario crear espacios donde las personas conozcan y empaten con otras vivencias y sufrimientos, hablen abiertamente y se sientan escuchadas desde ese lugar íntimo, personal, a la hora de compartir sus experiencias. Espacios donde el silencio reproductor del trauma y el miedo ceda lugar al silencio transformador de la reflexión (auto)crítica, la toma de conciencia, el (re)conocimiento del dolor ajeno, y la sanación de heridas y relaciones interrumpidas por el conflicto.

Contextualización cultural

Creemos que estas conversaciones abiertas, que aun son incipientes en nuestros pueblos, son más fáciles de realizar en ambientes conocidos y culturalmente contextualizados. Con ello buscamos generar un ambiente, que, desde lo cotidiano, desde las prácticas sociales ya establecidas, invite a las personas a revisar y cambiar aquellas creencias y comportamientos del pasado que afectan al encuentro y la convivencia en la diversidad.

El proceso está diseñado de tal manera que representa y conecta dos espacios sociales muy importantes en la cultura vasca: la calle (*kalea*), y la casa (*etxea*). Aunque ambas conversaciones están ligadas, no siempre tenemos la misma conversación en la casa que en la calle; menos aun con respecto a esta temática. Por un lado, el círculo de testimonios representa el espacio social, *kalea*. Y la cena en peque-

ños grupos busca evocar el espacio íntimo de la cena familiar, *etxea*¹², donde siguen habitando muchos de los silencios que necesitamos escuchar como sociedad. El propósito es realizar una intervención que represente y ponga a dialogar los dos espacios sociales donde se necesita generar mayores transformaciones (miradas, narrativas, comportamientos, estereotipos y creencias, memoria social e intrahistoria familiar, etc.).

*Hablar de esto en casa,
que yo pudiera organizar
un Afaloste en casa
sería fantástico, porque
el conflicto está ahí.*

*Reconocer que me equivoqué, por primera vez
he tenido la valentía de comentarlo.*



12. En euskara la palabra *etxea* tiene un doble significado. Por un lado, significa 'casa', construcción donde vive la gente; y por otro lado significa 'familia', en un sentido amplio y profundo. Es un término de mucho rango en la cultura vasca; tiene mucho poder transformador.

Convivencia lingüística

El uso, defensa y promoción del euskara en la época dictatorial generó muchísimo sufrimiento en la sociedad vasca. La instrumentalización del euskara fue uno de los grandes elementos de discordia durante la época del conflicto. En cierto modo, sigue siendo un elemento de división y a la vez de cohesión en nuestra sociedad. Necesitamos crear dinámicas de relación más empáticas y abiertas entre los dos idiomas que ayuden a generar otro ambiente de convivencia lingüística, otra actitud hacia el uso del euskara; tanto por parte de las personas euskaldunes como de las no euskaldunes.

En Afaloste, al igual que ocurre en la sociedad vasca, el castellano es el idioma dominante, aunque también se dan ocasiones donde impera el euskara. Bien porque la localidad es mayormente euskaldun, o bien porque en un Afaloste donde domina el castellano algunas personas se expresan en euskara todo el tiempo o en momentos determinados. En términos generales, es un espacio bilingüe con tendencia hacia el castellano.

El método promueve la convivencia lingüística a través de distintas aproximaciones: traducción entre pares durante el círculo de testimonios (*xuxurlari*, en euskara), equipo de facilitación bilingüe, la posibilidad de cenar y conversar en un idioma u otro -o los dos- según la mesa y grupo que se elija.

La policía me cortó los frenos
de la bicicleta por decir
"egun on"¹³, y mi aita tuvo
que ir a la cárcel dos días
por no pagar la multa.

5.2. La estructura del encuentro

Afaloste se estructura en base a 4 momentos.

Momento	Objetivo	Tiempo	Método
Enmarque del ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> • Informar sobre el propósito y estructura de la cena • Introducción a la temática y abordaje de Afaloste (diálogo, memoria, conflicto vasco, convivencia y sanación social) • Ronda de presentación por parte de las personas asistentes 	30 min.	<ul style="list-style-type: none"> • Círculo de sillas
Diálogo de Memorias	<ul style="list-style-type: none"> • Compartir y escuchar colectivamente las distintas vivencias de conflicto presentes en el grupo 	1 hora	<ul style="list-style-type: none"> • Objeto simbólico • Círculo de testimonios • Cena
Cena	<ul style="list-style-type: none"> • Explorar y compartir en mayor profundidad e intimidad en base a preguntas temporales (pasado, presente, futuro) 	2 horas	<ul style="list-style-type: none"> • Mesas (4/5 comensales y una relatora) • 3 rondas de preguntas (1º, 2º y postre). • Cambio de mesa para el postre
Síntesis	<ul style="list-style-type: none"> • Integrar la experiencia a nivel personal 	30 min.	<ul style="list-style-type: none"> • Preguntas de integración y círculo de cierre

Toda la estructura metodológica se articula en su conjunto a través de tres fases: *divergencia* (escuchar todas las voces y memorias), *emergencia* (cena con preguntas generadoras), *convergencia* (preguntas de integración). Esta dinámica de abrir, explorar y cosechar aprendizajes ayuda al diálogo grupal y a la vez permite que cada persona tenga momentos para la reflexión personal.

Momento 1. Enmarque del ejercicio

El ejercicio se inicia en un círculo de sillas con una ronda de presentación del equipo de facilitación, cocinero/a y personas asistentes. Esta ronda de presentaciones anuncia la diversidad de identidades presentes en el espacio. Posteriormente nos damos tiempo a instalar algunos mensajes de inicio sobre diálogo, memoria, conflicto vasco, convivencia y sanación social. Con ello enmarcamos el ejercicio en cuanto a su temática y abordaje metodológico, pero también en cuanto al enfoque emocional y afectivo dirigido a la sanación social, no al revisionismo ni a la confrontación.

Se agradece a la sociedad gastronómica/txoko la organización de la cena y las personas socias que participan, hacen de anfitrionas, dándonos a conocer la historia del lugar. En la mayoría de los casos el propio txoko/sociedad gastronómica tiene algún tipo de relación con la época del conflicto. Y esto nos sirve para justificar la decisión de utilizar estos espacios sociales e introducir algún comentario sobre el rol y la importancia que los txokos tienen en la vida sociocultural de nuestra sociedad: lugares cercanos, de convivencia, de rupturas y refugio en épocas duras.

Momento 2. Diálogo de memorias

Esta sesión se inicia con el testimonio del facilitador a modo de modelar el tono y contenido de los testimonios; después le siguen el resto. Una vez finalizado el testimonio, la persona que ha hablado se incorpora y hace sonar un cuenco que está dispuesto en medio del círculo de sillas. El sonido profundo y sanador del cuenco de meditación invade la sala, dando oportunidad a cada asistente a abrirse al testimonio, a escuchar empáticamente desde su interior. Cuando dialogamos con la otra, estamos dialogando con nosotras mismas. Necesitamos de la otra persona para dialogar con nosotros mismos. Al rato, alguien siente las ganas o la fuerza de compartir su testimonio. Al terminar, se incorpora y hace sonar la campana. El resto (nos) escuchamos en silencio. Y así sucesivamente hasta terminar la ronda de testimonios.

En el centro del círculo disponemos una espiral en el suelo la cual simboliza nuestra relación cíclica no-lineal con el tiempo y el rol que la memoria tiene a la hora de hacer sentido del pasado, el presente y el futuro. No podemos cambiar los eventos de conflicto (historiografía), pero sí podemos transformar la relación que tenemos con ese evento de conflicto y lo que supuso en nuestras vidas (memoria). Afaloste apuesta firmemente por fomentar una memoria plural, integradora, transformadora, sanadora. Miramos al pasado con afán de conocernos en el presente. Nos queremos (re)conocer en ese pasado para hacer sentido de lo que fuimos entonces; y así tomar conciencia y actualizarnos en todo aquello que necesitamos revisar en el presente para construir un futuro alejado de la violencia de motivación política: ideología, identidad, prejuicios, odios, acciones y comportamientos, dolores, heridas, relaciones, miedos, silencios, nuestra relación con lo distinto, la otredad, identidad, etc.

Previo al evento y una vez cerrada la lista de participantes, se envía una carta de presentación donde se solicita traigan un objeto -relacionado a lo gastronómico-, que simbolice un evento del conflicto que tuvo un impacto significativo en la vida de la persona. Utilizamos estos objetos simbólicos (i.e. garbanzos, miel, sal, una botella de vino, plátano, nueces, castañas, guindillas, etc.) a modo de introducir metafóricamente el testimonio. Al finalizar el testimonio, y a la vez que se toca la campana, se posa el objeto en el centro del círculo. Según avanzamos en el proceso, el centro del círculo se va cargando de objetos, de relatos, de memorias que se van entrelazando entre sí de una forma no-lineal, pa-

reciera que desordenada; hasta formar un inter-relato colectivo donde cada memoria, cada experiencia tiene un lugar, un sentido particular que nos ayuda a hacer sentido colectivo de la complejidad de lo vivido.

Esta fase del proceso se termina con una ronda de conversaciones con las personas cercanas (grupos de 2-3 personas) en base a una pregunta generadora, *¿De qué te has dado cuenta?* Esta breve charla, más íntima, ayuda a que cada persona pueda hacer sentido, a su manera, de todo lo que ha emergido durante el proceso de los testimonios. Si el tiempo lo permite abrimos una ronda colectiva para escuchar algunas reflexiones que han surgido en las charlas de grupo. Mientras estas conversaciones grupales están en marcha el equipo de facilitación aprovecha para preparar el momento de la cena y coordinar con la persona que cocinará.





Momento 3. La cena. Un viaje a través del tiempo

Se introduce a la persona encargada de cocinar, y el menú de la cena. Previo al encuentro el equipo de facilitación coordina con las que cocinan para compartir el propósito del ejercicio y su rol. Los platos los elijen las que cocinan, inspiradas en la temática y el abordaje convivencial que se le quiere imprimir a la conversación. Algunos platos son tradicionales, evocan al pasado. Otros platos son más innovadores, queriendo invitar a los nuevos tiempos, se inspiran en la convivencia, la diversidad, etc. Todos ellos van acompañados de un buen vino y agua. El grupo se activa y colabora con los arreglos y preparativos: movimiento de mesas y sillas, abrir botellas, terminar de poner la mesa, preparar los entrantes, cocinar o recalentar lo cocinado, cortar el pan, conversar un rato con un vino, etc.

La cena tiene tres momentos temporales (pasado, presente, futuro) que coinciden con los tres platos del menú (primero, segundo, postre). Y cada uno de estos momentos arranca con unas preguntas generadoras impresas en el envés de los salvamanteles elaborados para la ocasión. Cada plato/temporalidad tiene un salvamantel específico con sus preguntas correspondientes, que las relatoras de mesa¹⁴ cambian con cada plato servido.

Se invita a las personas a que se sienten en las mesas con otras que no conozcan o conozcan poco. Lo que queremos es generar nuevas

14. Las personas relatoras son parte del equipo de facilitación. Preparan el espacio con antelación, reciben y dan la bienvenida, introducen las preguntas temporales, cuidan que en las mesas haya diversidad de vivencias y miradas, toman notas de las conversaciones en las mesas, ayudan a mantener el foco en los temas de conversación, incorporan nuevas preguntas e invitan a la reflexión (auto)crítica y compasiva, coordinan con el facilitador principal el servicio y cambio de platos y salvamanteles, etc.



redes de conversación, no reproducir las cotidianas y conocidas. Cada mesa acoge a 4/5 comensales junto con la relatora del equipo de facilitación. Se mantiene el mismo grupo durante el primer y segundo plato, y para el postre se mezclan los grupos de tal manera que se configuran nuevas mesas de conversación. Este cambio de comensales en las mesas genera un movimiento simpático y jocoso en todo el grupo, y da un nuevo impulso a las (nuevas) conversaciones del postre. En todo momento se motiva a las personas a interactuar en la lengua que se sientan más cómodas con ayuda de las relatoras.

Plato	Temporalidad	Preguntas generadoras
Primero	Pasado	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo nos ha afectado a nivel social el conflicto y la violencia de motivación política? • ¿Cómo te afectó personalmente? • ¿Cómo lo manejaste?
Segundo	Presente	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo ves la situación actual? • ¿Cómo ves el fin de ETA?
Postre	Futuro	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué propones para impulsar/profundizar en la convivencia? • ¿Qué puedo aportar yo para contribuir a la memoria y la convivencia?

Momento 4. Integración y síntesis

Una vez finalizada la cena, y la exploración de las tres temporalidades, se abre un espacio para la reflexión y la integración personal de la experiencia vivida. Si el tiempo lo permite el facilitador lleva al grupo a través de una meditación guiada donde se visualizan los momentos del ejercicio y se rescatan aprendizajes personales. En otras ocasiones el grupo se dividió en tríos para compartir la experiencia y los aprendizajes obtenidos. En todo caso, posterior a un momento de reflexión personal en silencio y/o conversando en tríos, las personas asistentes escriben sus respuestas a tres preguntas formuladas por el facilitador. Estas preguntas, y el hecho de tener que escribir las respuestas en un papel, ayuda a la persona a enfocarse en sintetizar e integrar su experiencia. En este momento la atmósfera grupal cambia, volviéndose más introvertida, calma, silenciosa y reflexiva. Las tres preguntas de síntesis son:

1. **¿Qué dejo aquí?** (viejos estereotipos y creencias, hábitos, sentimientos de odio y vergüenza, un apego, miedos, resistencias, comportamientos, maneras de relacionarme, etc.)
2. **¿Qué me llevo de aquí?** (nuevas ideas y creencias, maneras de relacionarse, una intención, una aspiración, un aprendizaje, etc.)
3. **¿Qué puedo hacer yo para contribuir a la convivencia?** (micro-prácticas y gestos de convivencia desde la cotidianidad)

Se abre un momento para comentar las respuestas y que todas las personas escuchen y resuenen con algunos de los aprendizajes compartidos¹⁵. La sesión se cierra con una ronda de titulares (frases cortas, sintéticas) donde cada asistente, si así lo desea, comparte el aprendizaje que se lleva de Afaloste. Las palabras de cierre de las organizaciones promotoras dan por terminada la jornada.

15. Ver sección 8.- El efecto Afaloste





Alimentando nuestras memorias

En Afaloste el aspecto gastronómico tiene dos vertientes. Por un lado, la utilización de objetos gastronómicos para el círculo de testimonios (alubias, pimientos rojos, sidra, jamón york, cebolla, etc.). Por otro lado, la cena en sí. Buscamos que la gastronomía sea el punto de entrada a la conversación (objetos), y también la base que sostenga todo el proceso (la cena).

6.1. La cena

Lugares, fechas y menús de los afalostes realizados

Lugar	Fecha	Primer Plato	Segundo Plato	Tercer Plato
Irun	24/10/18	Taboulé de mijo	Carrilleras de cerdo al vino con puré de boniato al romero	Compota de manzanas salteadas con yogur
Etxebarri	30/10/18	Ensalada de bacalao	Merluza en salsa verde	Queso, membrillo y nueces
Amurrio	20/11/18	Crema de verduras con piperrada	Bitoque relleno de foie con crema melosa de calabaza	Cuajada con emulsión de membrillo y nueces
Gernika	22/11/18	Coliflor y brócoli con bechamel	Pimientos rellenos de verdura	Milhojas con chocolate rellenos de nata
Donostia	15/05/2019	Crema de verduras	Pollo Mar y Montaña	Compota y yogurt
Bilbao	05/06/2019	Embutidos variados y ensalada	Carrilleras	Queso, membrillo y nueces

6.2. El círculo de testimonios

Los objetos de entrada traídos por las personas asistentes nos conectan directamente con vivencias significativas del pasado. Algunos ejemplos ilustrativos:

Objeto de entrada
(significante)



Agua de Alzola



Plátano

La historia que cuenta
(significado)

A los 16 años, en 1966, nos fuimos a Bermeo a una fiesta vasca y la Guardia Civil nos detuvo. Nos pusieron una multa de 25.000 pesetas, que si no pagábamos teníamos que ir a la cárcel. Mi padre, que era el barrendero del pueblo, era burgalés y también se sentía vasco. Tuvo que pedir un crédito para pagar, aunque yo quería ir a la cárcel porque eso era lo que tocaba en aquella época. En el pueblo corrió la voz de que pagamos, y tiraron octavillas denunciándolo de chivato y traidor. Después de eso, mi padre pasaba un miedo horroroso cada vez que había un atentado. En casa no se hablaba de política, y yo militaba clandestinamente en ELA (sindicato vasco), y mi madre pasaba mucho miedo pensando que era de ETA. Yo bajé al primer piso, porque sabía de dónde había salido el panfleto, y les dije “como a mis padres les pase algo, os mato”. Me enfrenté a los vecinos defendiendo a mi padre, y me hicieron hueco. A los años me devolvieron el saludo.

Yo trabajaba en un periódico en el año 1993. Había atentados cada dos por tres. Un día estaba comiendo en un restaurante de Gros (Donostia), y me llamaron al teléfono del restaurante para decirme que había ocurrido un atentado. Salí corriendo, llevando un plátano. Habían matado a un chico joven de 24 años, drogadicto. Metí el plátano en la bolsa y no me acordé durante días. Al sacarlo, estaba pudriéndose. ¿Qué está pasando en esta sociedad? Que, sino nos cuidamos, sino nos mimamos, esto se pudre. Todavía hay mucho por hacer para convivir.



Pimientos rojos

Una noche estábamos en casa cenando tortilla de patatas con pimientos rojos, cuando pusieron una bomba en el concesionario Peugeot que la familia tenía en la parte de abajo de la casa. Era la época del boicot a los productos franceses. La habitación de mi hermano se llenó de cristales rotos, y él no pudo dormir nunca más allí. Y yo, que era de LKI¹⁶, dejé de pegar carteles para HB¹⁷. Cuando vives un atentado, se vive con miedo.



Cava

En mi época juvenil había un frente común contra Franco, y en los partidos políticos había muy buena relación. Yo pertenecía al movimiento comunista, y el 1 de mayo de 1974 tiramos unas octavillas, nos pilló la Guardia Civil y nos trajeron al cuartel del Antiguo, donde nos pegaron toda la noche con un palo, fue muy duro psicológicamente para mí. Yo estaba muy asustado en los interrogatorios. Mis padres tuvieron que pagar una fianza de 25.000 pesetas, que les supuso un esfuerzo enorme. Tras un mes en la cárcel salimos con una condena de 3 años. Doy gracias a que se murió Franco, aquel día lo celebramos con champán. El día que ETA acabó, también celebré con champán.



Chocolate

El chocolate con pan era la merienda de la época. Yo soy de Elorrio, y tenía 8 años. Para ir a la escuela había que pasar por el cuartel de la Guardia Civil. En mi clase había un niño hijo de un Guardia Civil, era mi amigo y me invitó al cuartel. Un día a su aita lo asesinaron en la plaza. Él era de Jaén y se tuvo que ir. Ese día perdí la inocencia, y ya no fue lo mismo pasar por el cuartel.

16. LKI: Liga Komunista Iraultzailea (Liga comunista revolucionaria). Partido político de ideología comunista y trosquista

17. HB: Herri Batasuna. Partido político de ideología nacionalista y socialista.



Los temas de conversación en Afaloste

No tengo
la sensación
de que siempre
hemos vivido
en violencia.

¿Cuáles son las conversaciones que emergen en este tipo de espacios? ¿Qué tipo de conversaciones surgen cuando utilizamos nuestra memoria reciente como canal de comunicación con personas, conocidas o no conocidas, con las que nunca hemos hablado (públicamente) de este tema tan delicado? ¿Hasta que punto el método condiciona la emergencia de unas conversaciones y no otras? Al haber realizado una relatoría exhaustiva de las conversaciones mantenidas durante los distintos momentos de Afaloste (círculos y mesas), podemos asegurar que todas las conversaciones registradas tienen que ver con la temática; se siente que quienes comen mantienen el pulso de la conversación a lo largo de todo el ejercicio, hay mucha energía en la conversación. Esto genera una rica diversidad de ramificaciones temáticas que demuestran lo complejo que es comprender e integrar todas las memorias y experiencias de conflicto acumuladas por tanta gente, durante tantas décadas, en tantos pueblos.

Siendo que la agenda de conversaciones es amplia y por momentos particular, en este documento ponemos el foco en aquellas que son más recurrentes y/o más significativas; bien porque surgieron en varias mesas en uno o varios Afalostes, o bien porque surgen constantemente en todos los Afalostes.

Es decir, algunos temas de conversación tienen forma de onda, están presentes todo el tiempo, aun cuando no se hable de ellos. Otros temas son como partículas, toman forma y fuerza en un determinado momento debido a alguna pregunta en particular, una serendipia, un comentario lateral, una intervención específica, la composición e interacción única que se da en un determinado grupo o mesa, etc.

Compartimos elementos centrales de algunas de estas conversaciones:

A mi la primera vez que
me pegó la policía fue por
sacar el Olentzero¹⁸
en el pueblo.

Melitón Manzanos¹⁹ era un
hijoputa y nos alegramos
de que se lo cargaran.

Sufrir hemos sufrido todos,
pero una sola historia no.

Normalización de la violencia, silencio y trauma social

Si algo queda claro tras escuchar decenas de testimonios en los seis Afalostes realizados en las tres provincias de la CAV, es el enorme trauma social instalado en la sociedad vasca (“en esta sociedad hay un trauma, un trauma social”), alimentado ininterrumpidamente durante casi un siglo de violencia (la memoria colectiva de Afaloste va desde el golpe de estado franquista en 1936 hasta el fin de ETA). Son tantos los testimonios y episodios de violencia vivida en los pueblos de Euskadi que por momentos el grupo se queda abrumado, perplejo, en un profundo silencio. Mucha gente no fue consciente o no ha sabido/querido/podido abrirse al sufrimiento que otras personas han vivido, y se sorprenden y abruman al escuchar testimonios tan descarnados provenientes de otras ideologías e identidades distintas a la propia. Una gran porción de la sociedad se vio atrapada entre dos fuegos. Por un lado, la violenta, cruel e indiscriminada represión estatal durante la dictadura -y por momentos, también en democracia. Y, por otro lado, la violencia (del entorno) etarra, en democracia. Una sociedad que para poder seguir adelante normalizó la violencia y prefirió callar por miedo y vergüenza. Una sociedad que se quedó congelada ante la violencia que se vivía a diario.

Ahora me doy cuenta del trauma
social que tenemos en Euskadi.

Yo lo miro ahora (el conflicto) y veo un dolor
que no se me ha curado todavía.

La violencia es miedo y te hace estar acojonado de que te pase algo cerca...
hace que se silencie, que se apague, que no se saquen los sentimientos (...)
lo hemos tenido que ir callando porque sino era un enfrentamiento continuo.

Lo que estaba sucediendo era mucho más gordo.
Estábamos reivindicando algo y te molían a palos.

Nunca nadie nos contaba nada.

Ahora entiendo que la historia hay que explicarla
porque están saliendo cosas muy duras.

18. Personaje mitológico navideño vasco, se representa mediante un carbonero.

19. Melitón Manzanos González (San Sebastián 1909-Irun 1968) fue un policía español durante la dictadura de Francisco Franco, colaborador de la Gestapo durante la Segunda Guerra Mundial y jefe de la Brigada Político-Social de Gipuzkoa, puesto desde el que torturó a numerosos opositores al régimen. Fue asesinado por ETA en el que fue el primer atentado premeditado de esta organización. (Wikipedia, 11/02/20)



Mis padres sufrieron mucho como nacionalistas y nos protegieron frente a los amigos diferentes.

A mi me impactó mucho el secuestro de mi marido y el hecho de que yo jamás les he dicho nada a mis hijos para que no cogieran odio.

En mi familia el no hablar es muy típico y no quiero que nos pase otra vez.

Hemos vivido en burbujas, en nuestro mundo, y ahora vemos que hay otras burbujas.

Diálogo y transmisión intergeneracional

Son numerosas las personas que reconocen que esta es la primera vez que han hablado (públicamente) de estos temas y lo que realmente ha significado en sus vidas. A este respecto, muchas personas reconocen no haber contado a su descendencia nada de lo que les ocurrió (secuestro, tortura, detención policial, encarcelamiento, estigmatización social, extorsión, amenazas (de muerte), represión por hablar en euskara, etc.) por miedo a que las nuevas generaciones se radicalizaran o instalaran en el odio. Y no son pocos los jóvenes asistentes a Afaloste que hubieran deseado que sus padres les hubieran contado qué estaba pasando para poder así hacer sentido de la realidad que estaban viviendo. Mucha gente vivió en una burbuja, protegida y alienada de la vorágine exterior, desconocedores de que había infinidad de otras burbujas alrededor viviendo una situación similar.



*Yo me alegro de escucharte a ti
y sentir empatía por tu sufrimiento;
cuando hace años habría sentido otras
sensaciones que ahora me avergüenzan.
Ha habido una evolución y un cambio.*

*Cuando escuchas
al otro y ves que
sufre...le entiendes.*

*Me llevo una experiencia
que me abre a contar
cosas que no contaría en
otros foros.*

Escucha empática del sufrimiento ajeno

Mucha gente agradece el espacio porque le permite escuchar y ser escuchado sin juicio, sin actitudes revisionistas, desde un lugar más humano y (re)conciliador. Y de la misma manera, otras personas celebran poder hablar abiertamente y sin miedo sobre lo que (no) les ocurrió, (no) hicieron o (no) pensaron.

Objetos simbólicos y el calor del hogar

Durante el círculo de testimonios infinidad de personas conectan el objeto de entrada con momentos familiares relacionados a eventos de conflicto. El hecho de que los objetos estén relacionados a productos gastronómicos ayuda a entrar en la conversación familiar de manera directa. Esto hace que el espacio se llene de intimidad familiar de manera muy rápida, de conversaciones muy cercanas al corazón y al calor del hogar (etxea), al amor evocador de la familia y al sufrimiento y divisiones familiares vividas puertas adentro.

La parte política no debe tener un protagonismo que no se le pide ni reclama. Lo tiene que hacer la sociedad.

Yo he vivido muy duro el tema del euskara. Me han llamado españolaza por ser de Gesto por la Paz, pero se sorprendían cuando me escuchaban hablar en euskara

Yo todo lo contrario, por hablar euskara parecía que era de ETA.

Euskara

El tema del euskara ha sido un tema que ha generado, y genera, tensiones en nuestra sociedad. En varios grupos se comentó al respecto, y la forma en la que se instrumentalizó de un lado y otro.

El descrédito del sistema político y el miedo institucional

Este es un tema recurrente donde los haya. Muchas personas consideran que los partidos políticos en general, y muchos agentes políticos en particular, además de sufrir el conflicto, también se han beneficiado del mismo. Expresan que en la actualidad el sistema político no está haciendo lo suficiente en lo que respecta a diálogo ciudadano para la reconciliación y la sanación social. Creen que el sistema político da por amortizado el conflicto y quiere pasar página rápido. Hay cierta sensación de que no se puede esperar mucho de ellos y que es la propia ciudadanía, a través de sus redes y organizaciones, la que tiene que buscar las maneras para abrir espacios de diálogo ciudadano en el ámbito local.

Los políticos no pueden empatizar, siempre tienen interés.

Debería haber políticos que agrupen las diferencias; es su curro, pero no lo están haciendo.

Se ha rentabilizado el conflicto.

Fue un gran negocio electoral.

La lengua se ha instrumentalizado y se sigue instrumentalizando.



Los políticos tienen una
actitud inmovilista.

Somos números que rotamos
y eso supone ratios de pasta
electoral.

Tenemos un problema gordo, que son los políticos.
No va a haber debate en calma por interés electoral.

Algo semejante ocurre con las instituciones públicas. Si bien hay un reconocimiento del trabajo desarrollado hasta el momento, muchas personas perciben un miedo institucional, debido a intereses partidarios, a la hora de fomentar decididamente el diálogo ciudadano en los pueblos. Las instituciones públicas, no están acostumbradas a articularse con la sociedad civil en términos de igualdad, sin querer controlar el proceso. Algunas intervenciones también se preguntan si la escuela podría hacer más de lo que actualmente está haciendo.

En este país si el Gobierno Vasco
no es atrevido...

Aquí los intentos que se han hecho
han salido de las instituciones.

Hay que trabajar intensamente
en las escuelas e institutos. Ahí está la semilla.

Migración y la mirada exterior

En cuanto al mundo exterior, se dan dos ámbitos de conversación: una referente a la migración española venida a Euskadi, mayormente durante la dictadura (despectivamente llamados maquetos o coreanos "hezur beltzak"), y otra con respecto a cómo nos ven fuera de Euskadi. La primera hace referencia a cómo se relacionó este grupo social en particular con el conflicto y la sociedad vasca, y viceversa. Algunas personas migrantes (y su segunda generación) sintieron la necesidad de hacer un esfuerzo de adaptación para poder pertenecer, otras sintieron vergüenza y sufrieron estigmatización por ser españolas y no hablar euskara; lo que afectó a su sentido de pertenencia e interacción con esta sociedad, con la cultura vasca. Algunos procesos de adaptación conllevaron la radicalización ideológica de esa segunda generación: postulación con las ideas de la izquierda abertzale, integración en ETA, participación política en las diversas organizaciones del denominado Movimiento de Liberación Nacional Vasco, etc. En otros casos, por el contrario, supuso su adscripción a movimientos que buscaban la paz y la convivencia entre distintos (i.e. Gesto por la Paz). En medio, todo un arco iris de posicionamientos y actitudes.

Mi madre es gallega, mi padre soriano. Solo por ser
inmigrante ya te decían "coreano, maqueto"

En este pueblo al revés, los que
vinimos de fuera éramos más.

A los de aquí se les decía
"el vasco, la vasca".

A mi me preguntaban en Palencia
"¿pero, no te da miedo salir de casa?"

Muchas personas comentan cómo en aquellos años de conflicto intenso, cuando viajaban a otras Comunidades Autónomas, sentían temor de que la gente supiera que eran vascos. Se recogen algunos testimonios de personas que sufrieron ataques a sus coches (ruedas pinchadas, ralladuras, pintadas “vascos fuera”, etc.) debido a los prejuicios asentados en parte de la sociedad española.

Es importante no solo
hablarlo entre los vascos
sino con gente de fuera.

Me juntaba con amigos extranjeros y hablaba,
pero no con vascos...y no me he relacionado tanto
con la gente de aquí a ese nivel.

A mi me ha afectado.
Salías de Euskal Herria²⁰ y era
difícil con los prejuicios.
Me preguntaban si teníamos clases
de desactivación de bombas.

No es incompatible ser vasco y a
la vez ciudadano del mundo.

A los jóvenes no les
interesa este tema.

20. Euskal Herria: Este término nombra un territorio con rasgos culturales bien definidos, por encima de fronteras político-administrativas y por encima también de las diferencias históricas (...) el conjunto de las siete provincias o territorios (Araba, Bizkaia, Gipuzkoa, Navarra, Lapurdi, Baja Navarra y Zuberoa), nombre no asimilable ni equivalente a cualesquiera realidades político-administrativas.

¿Dónde está la juventud?

Esta es una conversación recurrente y compleja. Hay una parte de los comensales que se pregunta en qué está la juventud hoy en día, la ven desmovilizada y sin agenda propia. Otros coinciden en que la juventud está comprometida con la realidad y empujando cambios sociales. Una parte de la juventud, por su parte, siente que sus mayores les mantuvieron alejados del conflicto mediante el silencio intergeneracional; y ahora se les demanda involucrarse en este tipo de procesos de diálogo y convivencia sin saber muy bien de qué se trata ya que nadie les habló de ello en casa ni en la escuela. Otra parte de la juventud agradece espacios como Afaloste porque siente la necesidad de escuchar, conocer, para entender mejor lo que pasó y el porqué de la situación actual.

Tenemos que poner la fuerza en los padres, no en los alumnos.

Ahora estoy empezando a ver cómo explicar a mi hijo que no sea tan manso (...) ahora viene un fenómeno de desactivación.



Se mueven más los pensionistas que los jóvenes.

La situación actual la veo complicada porque no se ha acabado, porque quedan muchos temas por resolver.

Creo que el final de ETA es muy bueno, pero también supone una desactivación política de una sociedad muy rica.

Hoy veo un gran olvido y una despolitización de la juventud.

Si no podéis superar los prejuicios dejad la política. Porque ETA ya no existe, estamos en otra pantalla.

Los jóvenes somos una sociedad súper dormida. No nos movemos.

Yo creo que las heridas están muy abiertas.



Necesidad de trascender y superar la realidad pasada

Esta es una conversación que tiene mucha fuerza en todos los Afaloste. Muchas personas, pertenecientes a todas las sensibilidades políticas y vivencias de conflicto, expresan una necesidad vital de compartir, sacar, limpiar, sanar, cerrar, aligerar la mochila que llevan cargando desde hace años. Y manifiestan claramente que iniciativas como Afaloste son muy necesarias a nivel de pueblo, que hay mucho que hablar todavía; y que estarían dispuestas a participar y promover en su entorno (cuadrilla, familia, empresa, txoko, escuela, etc.) este tipo de iniciativas promotoras del diálogo entre distintos. Muchas intervenciones hablan sobre la necesidad personal y colectiva de trascender lo vivido; de crear más oportunidades para hablar con los que piensan distinto porque eso les enriquece como personas, aporta significativamente a la convivencia, les motiva a restaurar relaciones interrumpidas por el conflicto, o les incita a contar a familiares y amistades cercanas lo que les ocurrió durante aquella época.

En síntesis, detectamos una demanda social creciente y consistente con relación a la necesidad que la gente en los pueblos tiene de generar espacios humanos (alejados de lo político-institucional) para hablar, (re)conocer el sufrimiento ajeno y sanar heridas. Todo ello con el propósito último de reconstituir el cuerpo del pueblo, ponerse al día con las maneras de pensar y relacionarse. En definitiva, promover más convivencia en la diversidad.



A photograph of a group of people sitting at a table in a restaurant, overlaid with a large orange number 8. The scene is dimly lit, and the people are engaged in conversation. The number 8 is a solid orange color and is centered on the page. The text "El efecto Afaloste" is written in white, bold, sans-serif font across the middle of the number 8. Below the text is a horizontal dashed white line.

8

El efecto Afaloste

*Esto es lo que nos hace
falta para avanzar en
la convivencia.*

Una vez finalizada la cena, se solicita a las personas participantes que se den un momento de reflexión personal sobre lo (des) aprendido durante todo el ejercicio. Esta reflexión se estructura a partir de tres preguntas:

1. ¿Qué dejo aquí? Creencias, comportamientos, estereotipos, memorias, vivencias, sentimientos, miradas, asociaciones con eventos/experiencias del pasado, etc. que quedan en el lugar, aquellos aprendizajes que la persona deposita en el espacio.

2. ¿Qué me llevo? Aquellos aprendizajes que la persona se lleva del espacio.

3. ¿Qué puedo hacer? Aquellas micro-prácticas, creencias y comportamientos para la convivencia que la persona está dispuesta a llevar a cabo, a impulsar y/o practicar en su cotidianidad.

Utilizamos estas tres preguntas para ayudar a hacer síntesis de la experiencia y darle un sentido práctico a todo el proceso. Son preguntas que ayudan a actualizarnos y a mirar hacia delante una vez se ha procesado, cada persona desde su lugar, la experiencia de pasado. También nos permite valorar el estado anímico con el que las personas abandonan la sociedad/txoko. A continuación, una muestra representativa del efecto Afaloste:

*Creo que todas
las personas deberían
pasar por esto.*

*Hay que hacer esto más veces y más tiempo.
Nos llevamos un encuentro auténtico.*

Pregunta**Testimonios****¿Qué dejo aquí?**

- Buena parte de la autocensura que adquieres con los años.
- Prejuicios, enfados con identidades distintas.
- Mi forma de pensar tan cerrada, o al menos parte de ella.
- La pena, la amargura, la tristeza y el mal sabor.
- Compartir la frustración del conflicto y la liberación que supone haberlo hecho.
- Me he liberado de un recuerdo que no había recordado en 35 años.
- Dejo la constancia de que los jóvenes también nos preocupamos y nos importan estos temas.
- Una experiencia personal diferente, un relato único de lo que he vivido.

¿Qué me llevo?

- Conocer gente nueva en poco tiempo, y hacer mía una parte de su vida.
- Me llevo la sensación de que “la gente” es más abierta y positiva de lo que dicen.
- Me llevo la vivencia de reducir distancias a la hora de reconocer lo vivido por cada una de las personas que han participado.
- Dejo el miedo a la vergüenza a comentar cosas en público.
- Una buena experiencia que me gustaría repetir.

¿Qué puedo hacer?

- Compartir espacios con los diferentes a mí.
- Hablarle a mi hija y contarle lo que viví, poniendo el acento en incluir al que piensa diferente a mí.
- La intención de repetir y fomentar estas experiencias.
- Las ganas de vivir en paz y resarcir a las víctimas vengan del lugar que vengan.
- Compartir diferentes puntos de vista y aceptarlos con normalidad.
- Dejar de utilizar las categorías de pensamiento del pasado (Estado español, izquierda abertzale, fascismo-socialismo) para referirme al conflicto y actualizarlas a la realidad de hoy.
- Respeto y escucha a todos, y siempre.
- Transmitir la posibilidad de que se puede, y que es necesario hablar y sobretodo escuchar.
- Desarrollar la escucha activa, escuchar más y hablar menos.

En términos generales la gran mayoría de la ciudadanía que asiste a Afaloste coincide en que es un ejercicio no solo relevante y efectivo, sino que también es necesario para la sociedad vasca. Estas personas manifiestan claramente la necesidad que la sociedad vasca tiene de hablar, escuchar, empatizar y compartir entre distintas. Y reclaman hacerlo en primera persona, consideran que para tomar conciencia y encarnar lo ocurrido es insuficiente escuchar testimonios a través de terceros (víctimas mediáticas, víctimas educadoras, etc.). Las personas asistentes valoran enormemente el espacio por su diversidad, generosidad, sinceridad y capacidad transformadora. Muchas se sienten agradecidas por haber tenido la oportunidad de participar en una experiencia como ésta, y reclaman la necesidad de impulsar decididamente ésta y otras iniciativas similares.

He expresado por primera vez,
y sin ningún tipo de miedo, lo
que yo misma viví y sentí con
relación al conflicto vasco.

Afaloste ha sido una oportunidad ideal para poder
compartir vivencias con otras personas
que en otro contexto sería imposible.

Oír a otras personas en
unos términos que antes
no aceptaba.

Dejo una experiencia del pasado
transformada en realidad.

Anexos



Afaloste deritzuna. Teako edota sozialde gastronomikoetan egingo diren laborategi gastronomiko-sozialak dira. Laborategi gastronomiko-sozial horietan **«okuldatzea» gain** Euskadiko memoria eta elkarbizitzaren inguruko galak jorratzeko elkarbizitza hori izateko aukera emango da.

Afaloste deritzon ekimena. Euskadiko 27 elkartek osaturik duten Giza Eskubide eta Bake Inbentzaren elkarrean foreak antolatutako ekimena da. Babesle-IDE, Gernika Gogoratuz eta Gernikako Bikainen Muzea Fundazioak berriz emango dutelarik, Irigo Retolazaren dimentionazioen laguntza.



Afaloste es un laboratorio gastronómico-social que pretende explorar «a través de la conversación y la cocina» temas relacionados con la memoria y la convivencia en Euzkadi, en lugares singulares: Teakos o sociedades gastronómicas.

La iniciativa Afaloste está impulsada por el Foro de Asociaciones en Educación en Derechos Humanos y por la Paz, compuesto por 27 asociaciones de todo Euzkadi. La implementación directa estará en manos de Babesle-IDE, Gernika Gogoratuz y la Fundación Museo de la Paz de Gernika, siendo financiada por Irigo Retolaza.





Zer da Afaloste?

Afaloste, Euskadiko hiru lurraldeetan (Bizkaia, Gipuzkoa eta Araba) egingo diren laborategi gastronomiko-sozialak dira. Laborategi gastronomiko horiek 4-5 orduko lempen luengo data eta Teakozan ospatuko dira. Bertan okuldatzea aipatu, ezinezkoak diren memoriaren inguruko galak bilerakak elkarbizitza hori izateko aukera emango da, gure bizitza eta gure elkarbizitza hori izateko aukera emango da.

- Afaloste bilerak dira:
- Okuldatzearen bidez memoriaren inguruko galak jorratzeko aukera emango da.
- Teakozan bilerak ospatuko dira.

Afaloste Inburbidua:

Zer da?

Teako elkarbizitza gastronomiko sozialak dira. Teakozan ospatuko dira (18:00-22:00). Laborategi gastronomiko-sozialak Teakozan ospatuko dira, memoriaren, elkarbizitza hori izateko aukera emango da, gure bizitza eta gure elkarbizitza hori izateko aukera emango da.

Non?

Babesle-IDE lurraldeetan (Bizkaia, Gipuzkoa eta Araba) ospatuko dira Afaloste bilerak.

Noia?

2018ko martxo eta apirilean.

Nortzuk parte har dezakete?

27 pertsona elkarbizitza gastronomiko-sozialak izango dira. Teakozan ospatuko dira. Teakozan ospatuko dira. Teakozan ospatuko dira. Teakozan ospatuko dira.

Afaloste bilerak Teakozan ospatuko dira. Teakozan ospatuko dira. Teakozan ospatuko dira. Teakozan ospatuko dira.

Informazio gehiago

Foro de Asociaciones en DDHH y Educación para la Paz
Tel: 948 801 794
foro@asociacionesddhh.org
foro@asociacionesddhh.org

¿Que es Afaloste?

Afaloste, es un laboratorio gastronómico-social donde se -aproximadamente 4-5 horas- (18:00-22:00 p.m.) y en diferentes teakos o sociedades gastronómicas de los tres territorios (Bizkaia, Gipuzkoa y Araba), profundizaremos y conversaremos sobre nuestras vivencias en torno a nuestra memoria; y lo que ello ha supuesto en nuestras vidas y para la convivencia.

- Afaloste bilerak dira:
- Teakozan bilerak ospatuko dira.
- Okuldatzearen bidez memoriaren inguruko galak jorratzeko aukera emango da.

Resumiendo Afaloste

¿Qué?

Laboratorios gastronómicos sociales, de aproximadamente 4 horas (18:00-22:00) por los tres territorios (Bizkaia, Gipuzkoa y Araba), profundizaremos y conversaremos sobre nuestras vivencias en torno a nuestra memoria; y lo que ello ha supuesto en nuestras vidas y para la convivencia.

¿Dónde?

En los territorios (Bizkaia, Gipuzkoa y Araba) se celebrarán las Afaloste bilerak.

¿Cuándo?

Entre el mes de marzo y abril de 2018.

¿Quiénes podrán participar?

27 personas participarán en cada laboratorio gastronómico-social. Teakozan ospatuko dira. Teakozan ospatuko dira. Teakozan ospatuko dira. Teakozan ospatuko dira.

Más información

Foro de Asociaciones en DDHH y Educación para la Paz
Tel: 948 801 794
foro@asociacionesddhh.org
foro@asociacionesddhh.org

foro@asociacionesddhh.org

Afaloste mantel 1º plato



1º plato
Lehenengo platera

Laborategi gastronomiko soziala
Elkarbizitza pil-pilean

Afaloste

Convivencia al pil-pil
Laboratorio gastronómico social



Laborategi gastronomiko soziala
Elkarbizitza pil-pilean

Afaloste

Convivencia al pil-pil
Laboratorio gastronómico social

Zelako eragina izan du sozialki gatazkak eta motibazio politikoko biolentzia honek?

¿Cómo nos ha afectado a nivel social el conflicto y la violencia de motivación política?

Zelako eragina izan du zugan?

¿Cómo te ha afectado?

Zelan maneiatu zenuen?

¿Cómo lo manejaste?

Afaloste mantel 2º plato



Zelan ikusten duzu gaur eguneko egoera?

¿Cómo ves la situación actual?

Ze eritzi duzu ETAREN amaieraz?

¿Qué opinas sobre el fin de ETA?

Afaloste mantel postre



Afaloste banner

Afaloste

Elkarbizitza pil-pil

Convivencia al pil-pil

Afaloste, Euzkoaldea hiru lurraldetan (Euzkadi, Gipuzkoa eta Araba) agingo diren leheratagi gastronomiko-antolatuek dira. Laborategi gastronomiko hauek 4-5 urdetako ikaspen iruzun dute eta Yarekotasun egutegiaren arabera, bertan eskoladunak aparte, arakotako gure momentuzko inguruko gure hizlariak elkarbizitza eta elkarbizitza iruzun dute, gure bizia eta gure elkarbizitza iruzun dute iruzunak elkarbizitza gertatzen.

Afaloste, es un laboratorio gastronómico-social donde se -organizadamente 4 a 5 horas- (18:00-23:00 p.m.) y en diferentes fechas o actividades gastronómicas de los tres territorios (Euzkadi, Gipuzkoa y Araba), podemos cocinar y conversar sobre nuestras vivencias en torno a nuestra memoria; y lo que ello ha supuesto en nuestras vidas y para la convivencia.

Informazio gehiago: [Máis información](#)

Foro de Asesoramiento en DDHH y Educación para la Paz
Tel. 948.801.709 | informacion@comunidadbilgortegia.net

**Direkzioa: 2018
Ostailu-azaroa 2018**

Afaloste espiral del tiempo



Organizadores:

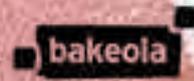


Giza Eskubide eta Bake Itakuntzaren Elkarteak
Foro de Asociaciones de Educación en Derechos Humanos y por la Paz



Gernika Gogoratuz

Bakearen Aldeko Aztertegia
Centro de Investigación por la Paz
Peace Research Center



EDE

Colaborador:



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

ERREPUBLIKAN...
ETA BEREKIN...
DIRIGITUA...
DIPUTAZIEN...
KONFERENTZIA...

Afaceroste

Conversaciones online sobre memoria y convivencia

¿Qué es Afaloste ON?

Afaloste ON, es una adecuación del proyecto AFALOSTE en un período de Pandemia (COVID). A lo largo del 2020 estaba previsto realizar varios Afalostes en distintos municipios de la geografía vasca pero el Covid dificultó esta iniciativa dado que los txokos, espacios gastronómicos se cerraron por precaución y medidas sanitarias. Por eso, decidimos hacerlo online y así nació Afaloste ON.

Tres nuevos Afaloste ON en 2020

En 2018, año en el que comenzaron los laboratorios gastronómicos sociales de Afaloste, fueron 4 los Afalostes realizados en todos los territorios. En 2019, se realizaron dos Afalostes, uno en Bizkaia y otro en Gipuzkoa. A lo largo del 2020 se dieron los pasos para acercarse a distintas sociedades gastronómicas (se habían realizado contactos y algunas reuniones con una sociedad gastronómica en Bizkaia, una Gipuzkoa y otra en Araba) pero por motivos de sanidad se tuvieron que cancelar. Finalmente, y tras adaptar el propio proyecto se diseñaron y realizaron 3 encuentros “Afaloste ON”.

1. 10/12/2020 (En castellano)
2. 21/12/2020 (En euskara)
3. 29/12/2020 (En castellano)

1 Afaloste ON: 10/12/2020 (En castellano)

- **Día del encuentro:** Celebrado el 10 de diciembre de 2020
- **Duración:** 19.00 a 21.00 horas
- **Participantes:** Contó con la presencia de 4 participantes (2 hombres y 2 mujeres)
- **Procedencia:** Las personas se conectaron desde Barcelona, Guadalajara, Colombia y Donostia
- **Edad:** La edad osciló entre 30-50 años
- **Pintxos presentados por las personas participantes:**
 - Tostada de pan con mantequilla y azúcar
 - Palitos de cangrejo y queso de cabra
 - Chorizo y pan
 - Sal y azúcar
 - Txaka mayonesa y jamón
 - Cebolla caramelizada agri dulce, queso y encima tomate y nueces
 - Croqueta

Algunas fotos del encuentro:



2 Afaloste ON: 21/12/2020 (En euskara)

- **Día del encuentro:** Celebrado el 21 de diciembre de 2020
- **Duración:** 19.00 a 21.00 horas
- **Participantes:** Contó con la presencia de 4 participantes (2 hombres y 2 mujeres)
- **Procedencia:** Las personas eran de Hondarribia, Elgoibar, Urduliz y Arrasate
- **Edad:** La edad osciló entre 33-70 años
- **Pintxos presentados por las personas participantes:**
 - Tostada de pan con mantequilla y azúcar
 - Bacalao
 - Hamburguesa con tomate
 - Pintxo de tortilla de patata
 - Tazón de Cola Cao

Algunas fotos del encuentro:



3 Afaloste ON: 29/12/2020 (En castellano)

- **Día del encuentro:** Celebrado el 29 de diciembre de 2020
- **Duración:** 19.00 a 21.00 horas
- **Participantes:** Contó con la presencia de 7 participantes (5 mujeres y 2 hombres)
- **Procedencia:** Aunque la mayoría de las personas que participaron tenían en ese momento, su residencia en Bilbao, habían nacido en Erandio, Sopelana, Eibar o Colombia
- **Edad:** La edad osciló entre 35-65 años
- **Pintxos presentados por las personas participantes:**
 - Tostada de pan con mantequilla y azúcar
 - Café con leche
 - Pan de Cádiz
 - Chipirones en su tinta, begihaundis
 - Bizcocho de almendra
 - Una Gilda

Algunas fotos del encuentro:



¿Cómo se desarrollaron?

Al igual que en 2018 y 2019, los laboratorios gastronómico sociales AFALOSTE se empezaron a organizar en el primer trimestre del 2020. Sin embargo y con la aparición de la pandemia se tuvieron que ajustar a la nueva situación y se diseñó el formato online Afaloste ON.

Se diseñó y adaptó este encuentro gastronómico social, por tanto, al espacio digital, lo que supuso una mayor preparación y adecuación.

1. Adaptación del modelo:

El equipo coordinador tuvo que revisar la metodología de Afaloste y adecuar al nuevo formato. El espacio digital era “novedoso” para la mayoría y estaba lejos del ambiente de una sociedad gastronómica; el tiempo de duración era más reducido (de 4 horas se pasó a 2 horas) pero aun con estos ingredientes, no se quería dejar de lado la esencia del Afaloste y se reajustó la dinámica y se solicitó a las personas participantes que cada una elaborase un pintxo.

2. Ampliación y adecuación de la difusión:

Por una parte ya no había una sociedad gastronómica matriz que invitaba a sus socias y socios. En este caso, se amplió la posibilidad de que gente ubicada en distintos puntos geográficos pudiera participar, añadiendo a estos encuentros un elemento innovador. Se realizó una mayor difusión (Asociaciones, instituciones, universidades y a personas interesadas no sólo de la CAPV) y se utilizaron las redes sociales para llegar a un público no tan habitual.

3. Habilitación de un espacio on line:

Se tuvo que habilitar para cada sesión un link en la plataforma zoom. Además se le mandó a cada participante toda la información de la sesión mediante un email, un link donde poder seguir el encuentro y solicitarles que preparasen un pintxo para el encuentro.

Al igual que los Afalostes se desarrollaron durante las tardes-noches, se convocó a las personas participantes de 19:00-21:00 (aunque se les recomendaba empezar a conectarse al link que se les facilitaba 10-15 min. antes del evento para así poder adecuar las conexiones).

Cada uno de los Afalostes estaba compuesto por diferentes fases:

- 1. Parte introductoria y presentación.** Desde la organización se hacía la bienvenida, se explicaba la metodología de la sesión y se daba un breve tiempo para que cada participante hiciera su propia presentación.
- 2. Presentación del pintxo:** Testimonios y reflexiones en torno a la violencia reciente vivida. Cada participante explicaba su pintxo y la historia con la que lo relacionaba. Mientras uno explicaba el resto de participantes escuchaban. Finalmente, y tras la presentación se abría un pequeño coloquio para compartir experiencias, completar alguna idea, compartir alguna otra vivencia, etc.
- 3. Conversaciones en torno a una pregunta.** Se abría un coloquio en torno a la Memoria, al pasado y al presente. Un espacio de reflexión sobre emociones, sensaciones, vivencias que se habían vivido a lo largo de esos años en nuestro entorno. Era interesante observar que elementos eran semejantes y en qué nos diferenciábamos; y en qué medida, la distancia geográfica era o no un elemento diferenciador.
- 4. Reflexión y evaluación final.** (¿Qué dejo aquí? ¿Qué me llevo? ¿Cuál es mi aportación de cara al futuro?). Antes de dar por concluido el encuentro, se solicitaba a cada participante que compartiera una idea sobre el propio evento, un aprendizaje y un posible compromiso real y medido para realizar en su entorno. Una micro práctica que ayudase a generar un pequeño cambio en su entorno.

Personas participantes

He aquí la tabla-resumen de las personas participantes, con un perfil bastante intergeneracional y en tres encuentros, incluso, con diferencia geográfica.

Encuentros	1°	2°	3°	Total
Mujeres	2	2	5	9
Hombres	2	2	2	6
Total	4	4	7	15

En 2020 participaron un total de 15 personas en la actividad online Afaloste ON.

En cada Afaloste ON, además de las personas participantes estuvieron 3 o 4 representantes del equipo coordinador con el objetivo de dinamizar el grupo además de recabar información para la posterior sistematización y elaboración de conocimiento. En estos encuentros, además de su tarea de dinamización, pudieron ellos también compartir sus experiencias personales.

Algunas reflexiones de las personas participantes

"Era escéptico en que se pudiera crear un espacio sincero mediante un ordenador.
Pero doy la enhorabuena porque se ha creado un espacio sincero, ha sido interesante".

"La cantidad de grises que hay.
Se reducen debates y se dicotomiza y se crean bloques.
Creo que hay mucha gente que se sitúa fuera de los dos bloques".

"Me voy con ánimo de construir.
Mi micropráctica será hablar a mis hijos sobre mi vida en Euskadi; creo que es importante que la conozcan.
Creo que no les voy a hablar desde el odio.
Creo que lo voy a intentar".

"No me canso de escuchar historias. Todas las historias son interesantes".

"Me voy con un chute, se puede hacer ... y las personas podemos hablar y crear puentes. Y yo puedo ser un agente sanador y puedo hablar del tema en mi entorno".

"El entendimiento entre la ciudadanía puede ser más fácil que delegar en los políticos.
Estos espacios de diálogo son necesarios, y no sólo para tratar la violencia armada".

"Si no trabajamos los temas de hoy, si no aceptamos la diversidad, la violencia puede ser una chispa que vuelve a encender todo".

"Se necesitan más conversaciones.
He aprendido mucho y ha sido un buen rato. Gracias.
He conseguido vaciar mi interior y eso siempre es bueno

"Hay que llegar también
a las y los jóvenes".

"Con el programa de hoy he vuelto a tener reconexión con mi pasado, con los que no están conmigo (nunca es tarde) y me han sido testimonios muy ricos y con los que empatizo fácilmente".

"He tenido la oportunidad de contar algo que no había contado hacía tiempo".

"Compartir ha sido un placer.
Me conocéis más que la gente
con la que paso horas y horas".

"Nunca he tenido este tipo de espacio y ahora estoy mejor que otros".

Algunas reflexiones de las personas dinamizadoras

Seguimos avalando y haciendo nuestro todas y cada una de las reflexiones recogidas en la memoria de 2019 en torno al proyecto Afaloste. **Creemos que estos espacios de encuentro y reflexión compartida son todavía una necesidad en nuestra sociedad.** Proyectos como Memorialab, Afaloste y Afaloste ON siguen siendo necesarios ya que habilitan espacios para el encuentro entre diferentes.

Creemos que estos **encuentros en formato digital, han contribuido a romper la creencia de que es imprescindible encontrarnos de manera presencial para poder abordar temáticas y emociones tan íntimas.** Ciertamente no se ha generado el ambiente de una sociedad gastronómica pero, ha posibilitado otros encuentros y ha posibilitado la participación de otras personas que de no ser de manera digital, difícilmente podrían haber participado.

Somos conscientes de que es difícil animar a las personas a participar en este tipo de encuentros, después de un día laboral y en muchos casos, cansadas de la pantalla. Sin embargo, **y tras participar en estas sesiones, el mensaje que se recibe al término del encuentro es optimista, sanador y lleno de compromiso.** Muchas de las personas que participan comienzan con una presencia sencilla, humilde y con la creencia que no tienen grandes experiencias que contar, que aportar. Pero el hecho de compartir, reflexionar, escuchar y empatizar con experiencias ajenas, genera un entendimiento y una apertura a otras realidades que hace importante cada experiencia. Ayuda a visualizar que “hay más burbujas más allá de la nuestra propia”.

Desde el equipo coordinador se enfatiza la idea de que seguir impulsando **este tipo de experiencias contribuye a aumentar el conocimiento y desarrollar teorías que posteriormente servirán para el diseño de nuevos proyectos.** Es necesario poner en práctica estas iniciativas y estas intuiciones; es la base de la “investigación acción-participativa”. Desde ahí, “desde las experiencias de verdad” se puede contribuir a la sociedad y a su transformación.

Finalmente queremos poner en valor que gracias a **este formato on line se ha habilitado un espacio íntegro en euskara.** Hasta ahora el espacio, como mucho, ha sido bilingüe pero esta vez todo el desarrollo del Afaloste del 21 de diciembre se realizó en euskara. Aunque la temática y experiencias en general eran similares a otros Afaloste/Afaloste On, el tema del euskara y la identidad vasca y su evolución ha sido un tema recurrente entre las personas participantes de este grupo.

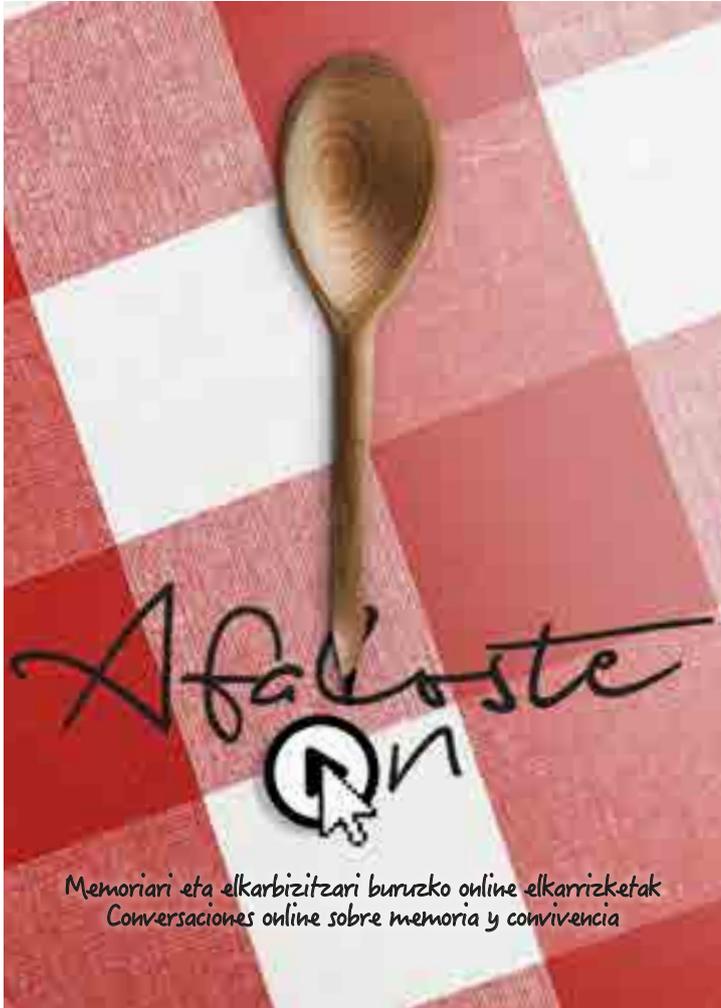
Resultados y futuro

La realidad de la pandemia hace vislumbrar que en los próximos meses será necesario seguir con este tipo de formato; ya que por una parte el encuentro social en las sociedades gastronómicas parece que seguirá estando limitado y por otra parte, porque el perfil de personas que acude a estos encuentros puede sentir miedo o dudas a la hora de encontrarse en espacios cerrados con personas que no sean de su “unidades familiares”.

Valoramos importante seguir habilitando espacios digitales para poder llegar a personas que por su ubicación geográfica les es imposible participar en estos encuentros. Es interesante, además, para conocer vivencias y percepciones “externas” a las que podemos tener las personas que vivimos en la CAPV. Por una parte, porque se enriquece la visión del impacto de la violencia de motivación política vivida en nuestro país pero a su vez, puede ser complementada y “enriquecida” con experiencias de violencia vividas en otros países y con otros protagonistas.

Valoramos que existe una diferencia entre Afaloste y Afaloste ON: en el segundo formato, es muy importante generar mayor confianza y sensación de seguridad. Por ello, **desarrollar todo el proceso en un grupo pequeño garantiza el clima y contribuye a que el grupo esté conectado en todo momento.** Además el perfil de las personas participantes no siempre está habituada a las nuevas tecnologías y por tanto, una vez que se logra que entren en el espacio digital, es recomendable no generar muchos cambios dado que puede implicar que se pierda alguna participante (y además reduce el nivel de nerviosismo y estrés entre aquellas personas no demasiado hábiles en espacio digital).

Programa Afaloste ON



¿Qué es AfalosteON?

IN laborategi gastronomikoa eta soziala line elkarriketaren eta sukaldaritzaaren bitartez politikoko indarkeriak gure egunean eta gizarte-sarean izan duen eragina egin nahi du.

IN ekimena Euskadiko 27 elkarteek osatzen da Eskubide eta Bake Hezkuntzaren Elkarrik sustatu du. Implementazioa Bakeola-EDE eta Gogoratzuz elkarteekin esku dago, Iñigo Retolazarekin.

IN ere bada:

aldien arteko topagunea, anitza eta askotarik gure oraingo eta etorkizuneko bizitzan ondorioei buruz hausnartzeko gunea eta

¿Qué es AfalosteON?

AfalosteON es un laboratorio gastronómico, social online que quiere explorar –a través de la conversación online y la cocina– el impacto que las violencias de motivación política han tenido en nuestra vida cotidiana y en el tejido social.

La iniciativa AfalosteON está impulsada por el Foro de Asociaciones en Educación en Derechos Humanos y por la Paz, compuesta por 27 asociaciones de Euskadi. La implementación está a cargo de Bakeola-EDE y Gernika Gogoratzuz, con la facilitación de Iñigo Retolaza.

AfalosteON es también:

- Un espacio de encuentro intergeneracional, plural y diverso.
- Un momento y espacio para reflexionar sobre las consecuencias del pasado en nuestra vida presente y futura.

Laburtuz AfalosteON

Zer da?

Memoriari eta elkarbizitzari buruzko online elkarrizketak. Bizikidetzara soziala sustatzeko gune birtuala.

Non? Online

Hiru afalosteON egingo dira, interesa duten guztientzat. **Online** zoomaren bidez (izena eman ondoren, Zoom-en esteka jasoko duzu)

Noiz? Orduetgia

Abenduaren 10ean eta abenduaren 29an, (gaztelaniaz). **Abenduaren 21an**, (euskaraz). **Orduetgia: 19:00-21:00.**

Nork har dezake parte?

15-20 lagun (gehienez ere) **topaketa bakoitzean** *Genero- eta belaunaldiaren arteko oreka bilatzen saiatuko gara (2/3 belaunaldi).

Parte hartzeko baldintza bakarra norberaren bizipenak partekatzeko eta beste ikuspegi batzuetara irekitzeko gogoa izatea da.

Pertsona bakoitzak pintxo, edo plater bat (argazkian edo zuzenean) partekatuko du, iraganeko une esanguratsuren bat gogora ekartzeko. Topaketa, pintxoak leku berezia du AfalosteON-en dinamikan.

Informazio gehiago

Giza Eskubide eta Bake Hezkuntzaren Elkarteekin Foroa
Tel.: 688 801 794
foroasociacionesdhypaz@gmail.com
www.foroderechoshumanos.org

IZENA EMATEA

<https://forms.gle/BBRKAUdqki1HFTda7>

Resumiendo AfalosteON

¿Qué?

Conversaciones online sobre memoria y convivencia. Un espacio virtual para promover la convivencia social.

¿Dónde? Online

Se realizarán tres AfalosteON abiertos a todas las personas interesadas **Online** a través de Zoom (una vez realizada la inscripción recibirá el enlace de Zoom)

¿Cuándo? Horario

10 de diciembre y 29 de diciembre, (castellano). **21 de diciembre**, (euskara). **Horario: 19:00-21:00.**

¿Quiénes pueden participar?

15-20 personas (como máximo) **en cada encuentro** *Se intentará mantener un balance de género y generación (2/3 generaciones).

La única condición para participar es tener ganas de compartir vivencias personales y abrirse a otras miradas distintas.

Cada persona compartirá un pintxo, tapa o plato (en foto o en vivo), que evoque algún momento significativo de su pasado. En el encuentro, el pintxo tiene un lugar especial en la dinámica de AfalosteON.

Más información

Foro de Asociaciones en DDHH y Educación para la Paz
Tel. 688 801 794
foroasociacionesdhypaz@gmail.com
www.foroderechoshumanos.org

INSCRIPCIÓN

<https://forms.gle/BBRKAUdqki1HFTda7>

Antolatzaileak / Organizadores:



Laguntzailea / Colaborador:



Afaloste ON Twitter y Facebook

Afaloste ON
Memoriari eta elkarbizitzari buruzko online elkarrizketak
Conversaciones online sobre memoria y convivencia

DATAK / FECHAS:
10 DE DICIEMBRE, 29 DE DICIEMBRE (CASTELLANO)
ABENDUAREN 21AN (EUSKARA)

ORDUTEGIA / HORARIO: 19:00-21:00

PLATAFORMA: ZOOM

IZENA EMATEA INSCRIPCIÓN

Antolatzaileak / Organizadores:
Gernika Gogoratuz
Bakarraketa

Laguntzailea / Colaborador:
EUSKO JUDIZIALA
GOBIERNO VASCO

Afaloste ON Whatsapp

IZENA EMATEA INSCRIPCIÓN

Antolatzaileak / Organizadores:
Gernika Gogoratuz
Bakarraketa

Laguntzailea / Colaborador:
EUSKO JUDIZIALA
GOBIERNO VASCO

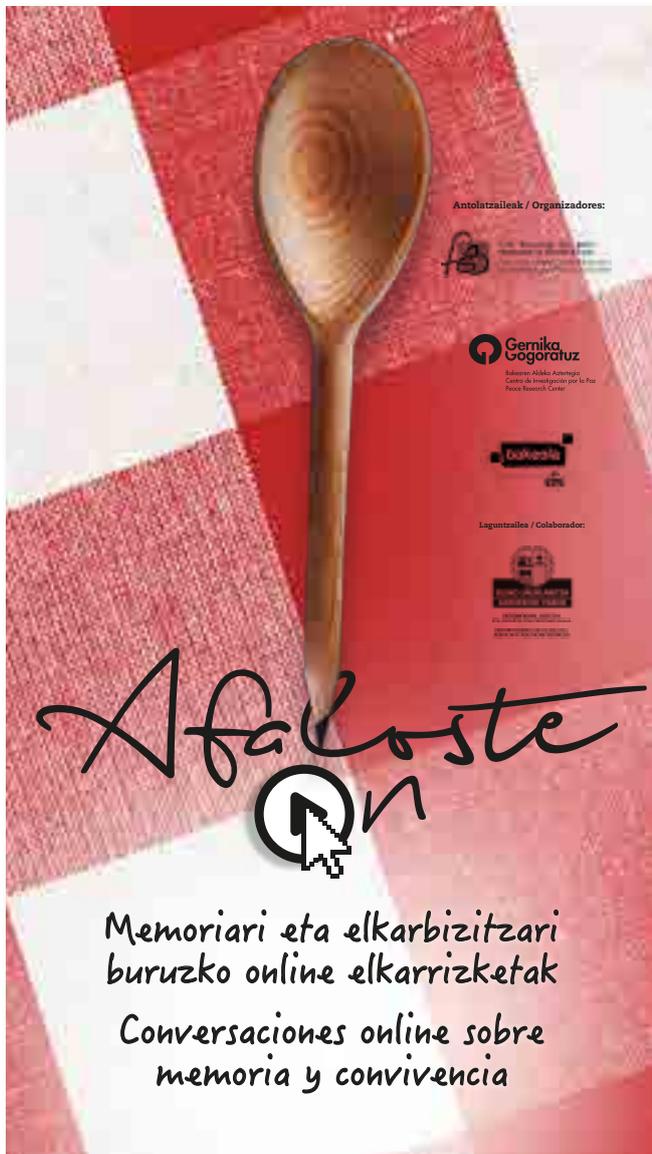
Afaloste ON
Memoriari eta elkarbizitzari buruzko online elkarrizketak
Conversaciones online sobre memoria y convivencia

DATAK / FECHAS:
10/12/2020 (CASTELLANO)
21/12/2020 (EUSKARAZ)
29/12/2020 (CASTELLANO)

ORDUTEGIA / HORARIO: 19:00-21:00

ONLINE: ZOOM

Afaloste ON Instagram stories

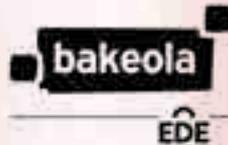




Giza Eskubide eta Bake
Hezkuntzaren Elkarleen Foroa
Forum de Asociaciones de Educación
en Derechos Humanos y por la Paz



Gernika Gogoratuz
Foro de Investigación por la Paz



**Gernika
Gogoratuz**

Bakearen Aldeko Aztertokia
Centro de Investigación por la Paz
Peace Research Center

