

JARDUNBIDE EGOKIEN GALDETEGIA

Euskaraz irakurtzeko [sakatu hemen](#)

CUESTIONARIO DE BUENAS PRÁCTICAS

Para leer en castellano, [pinchar aquí](#)

KUDEAKETAKO BERDINTASUNERAKO JARDUNBIDE EGOKIEN GALDETEGIA · 2026

BERDINTASUNAREN KUDEAKETA ARLOKO PRAKTIKAREN IZENBURUA:

Berdintasunaren aldeko umorea: meme-lehiaketa bat, erakundeko profesionalen artean Berdintasun Plana sustatzeko tresna gisa.

BILATZEN DITUEN HELBURUAK:

Uribe ESIko lan-ingurunean sexismoaren edozein adierazpeneren aurrean hausnarketa, sensibilizazioa eta zero tolerantziaren kultura sustatzea, umorea eta sormena kultura-eraldaketarako tresna gisa erabiliz. Horretarako, osasun-arloan dauden estereotipoak, jokabide sexistak eta mikromatxismoak agerian jarri nahi ditugu, eta, aldi berean, Osakidetza II. Berdintasun Planaren zabalkundea sustatu meme-lehiaketa baten bidez.

ENTITATE ARDURADUNA: OSI URIBE. OSAKIDETZA

EMAKUMEZKO LANGILEAK / Plantillaren gaineko %: 1.298 (%81)	GIZONEZKO LANGILEAK / Plantillaren gaineko %:313 (%19)
---	---

WEBGUNEAK: <https://www.osakidetza.euskadi.eus/portada-osi-uribe/>

JARDUNBIDE EGOKIAN PARTE HARTZEN DUTEN BESTE ENTITATE BATZUK:

HASIERA-DATA: 2026ko martxoaren 8a	HARREMANETARAKO PERTSONA: Maria Iluminada Cambero Serrano
HARREMANETARAKO TELEFONOA: 946134952	HARREMANETARAKO HELBIDE ELEKTRONIKOA: berdintasuna.uribe@osakidetza.eus

HITZ GAKOAK

Markatu praktikarekin lotura handiena duten 3 hitz gako bakarrik.

☒ Estrategia	☐ Pertsonak	☐ Aliantzak
☐ Hornitzaileak	☐ Gizarte Erantzukizun Korporatiboa	☐ Erakunde Eredua
☐ Zeharkakoa	☐ Kualitatiboa eta kuantitatiboa	☐ Kudeaketa sistematikoa, metodologia edo prozesua
☐ Diagnostikoa	☒ Berdintasunerako plana	☐ Ikerketak eta genero-analisiak
☐ Estrategian integrazioa	☐ Feminizidioa	☐ Genero-indarkeria
☐ Arriskuen prebentzioa	☒ Komunikazio eraginkorra / komunikazio ez-bortitza	☐ Barne-komunikazioa
☐ Kanpo-komunikazioa	☐ Hizkuntzaren erabilera ez-sexista	☐ Gardentasun salarialean
☐ Soldata-arrakala	☐ Berdintasunerako kanpainak	☐ Formazioa eta sentsibilizazioa
☐ Mentoretza	☐ Joera sexistarik gabeko sustapena	☐ Emakumeak sartzea ordezkari txikia duten eremuetan
☐ Batez ere emakumeen/gizonen sektorea	☐ Parte-hartze feminista	☐ Kontziliazio erantzukidea
☐ Denboraren eta espazioaren antolamendua	☐ Zaintzak eta bizitzaren iraunkortasuna	☐ Segurtasuna, osasuna eta ongizatea
☐ Bezeroentzako/erabiltzaileentzako arreta	☐ Sexu-jazarpenaren eta sexuan oinarritutako jazarpenaren protokoloa	☐ Lan-baldintzak
☐ Ordainsari-politika	☐ Sailkapen profesionala	☐ Kristalezko sabaia
☐ Parekidetasuna	☐ Berdintasunerako lidergoa / lidergo feminista	☐ Interseksionalitatea, aniztasuna
☐ Emakume erreferenteen ikusaraztea	☐ Autodefentsa feminista	☐ Emakumeen ahalduntzea
☐ LGTBQ+ politikak	☐ Berdintasunarekin konprometitutako maskulinitateak	☐ Gizarte esku-hartzea

ERAKUNDEAREN SEKTOREA

☐ Hezkuntza	☐ Industria	☐ Zerbitzuak
☒ Osasun arloa	☐ Gizarte zerbitzuak	☐ Bestelakoak

DESKRIBAPENA:

1. Sarrera / Justifikazioa

Uribeko ESiko 223.000 biztanleri osasun-arreta ematen dien osasun-erakundea da. Plantilla 1.611 profesionalak osatzen dute; horietatik %81 emakumeak dira eta %19 gizonak. Beraz, oso feminizatutako erakundea da. Batez besteko adina 43 urtekoa da emakumeen kasuan eta 39 urtekoa gizonen kasuan.

Osakidetzaren II. Berdintasun Planaren zabalkundeari eta sentsibilizazioari dagokienez, Uribeko ESiak umorearen alde egiten du, oztopoak gainditzeko eta informazioaren zabalkunde pasibotik langileen parte-hartze aktibora igarotzeko. Izan ere, ez da nahikoa informazioa ematea; inplikatu, elkarrekin sortu eta hausnartzea ere beharrezkoa da. Horretarako, manosferak sarritan erabiltzen duen tresna biral bat den memea bereganatu nahi dugu, osasun-arloan eguneroko jokabide matxistak (mikromatxismoak, hizkera ez-inklusiboa eta abar) umore adimentsuaren bidez bistaratzeko.

2. Jatorria

Ekimenaren ideia Uribeko ESiko Berdintasun Batzordean sortu zen, martxoaren 8aren urteko ospakizunaren barruko jardura gisa. Batzorde hori Berdintasun Planaren gobernantza-organoa da, eta Uribeko ESiko langileek eta sindikatueta ordezkariek osatzen dute modu parekidean. Hiru hilean behin biltzen da, Pertsonen Zuzendaritzaren gidaritzapean.

3. Ekimenaren azterketa eta diseinua

Berdintasun Batzordeak baloratu zuen ea umorearen erabilerak eragin negatiborik izan zezakeen berdintasunarekin lotutako gaitan. Arrisku hori saihesteko, lehiaketaren oinarri argiak prestatu ziren, errespetuaren eta inklusioaren balioekin bat zetozen meme egokiak sustatzeko.

Lehiaketaren lehen ediziorako gai zabala aukeratu zen:

Osakidetzaren II. Berdintasun Planaren zabalkundea eta eguneroko jokabide matxisten ikusgarritasuna.

Ezaugarriak:

- **Formatua:** irudia.
- **Parte hartzeko modalitatea:** banaka edo binaka.
- **Parte-hartzaileentzako aitortza:** berdintasunaren gaiarekin lotutako komiki-liburu baten zozketa.
- **Meme irabazlearentzako saria:** gourmet produktuen sorta bat.

Egutegia:

- Deialdiaren zabalkundea plantillari: 2026ko martxoaren 8a.
- Lanak aurkezteko azken eguna: apirilaren 8a.
- Sari-banaketa jardunaldia: maiatzaren 8a (II. Berdintasun Planaren zabalkundea eta lehiaketaren ebazpena).

4. Lehiaketaren deialdia

Lehiaketaren zabalkundea

Lehiaketa hainbat komunikazio-kanalen bidez zabaldu zen, lanpostuan ordenagailurako sarbiderik ez duten profesionalen artean arrakala digitalik ez sortzeko.

Bide digitala

- Bi mezu elektroniko bidali ziren:
 - Bata, administrazio-tonu neutroarekin.
 - Bestea, tonu informalago eta umoretsuagoarekin.
- Lehenengo mezua: martxoaren 9an.
- Oroigarria: martxoaren 31n.
- Berria Intranetean argitaratu zen, eta bertan lehiaketaren oinarriak eskuragarri jarri ziren.

Bide fisikoa

Kartelen bidez egin zen zabalkundea; kartelek QR kodeak zituzten, Intranetera bideratzen zutenak.

- Kartelak martxoaren 10ean eta 17an zabaldu ziren.
- Lehen Mailako Arretako zentroetako Erizaintzako Koordinatzaileei eskura eman zitzaizkien.
- Berdintasuneko Erreferenteak kartelak Urduliz Ospitaleko langileen atsedeen-eremuetan jarri zituen, bai kanpo-kontsultetan bai ospitaleratze-eremuetan eta zerbitzu orokorretan.
- Prozesu horretan, plantillarekin modu informalean hitz egiteko aukera izan zuen.

5. Hautagaitzen bilketa

Hautagaitzak 2026ko apirilaren 8ra arte jaso ziren.

Memeen bilketa modu automatizatuagoan kudeatzeko, Microsoft 365 tresnak erabili ziren (Outlook, Power Automate eta SharePoint). Bidalketak automatikoki prozesatu ziren Power Automatearekin (posta elektronikotik SharePointera), giza gainbegiratzearekin eta epaimahaiarentzat bereziki sortutako SharePoint gune batean ikuspegi anonimizatua eskainiz.

Horri esker, prozesuan parte hartu zuten pertsonen denbora nabarmen aurreztu zen.

6. Memeen erakusketa eta epaimahaiaren ebaluazio-aldia

Apirilaren 15ean, deialdia itxi ondoren, jasotako memeak erakusgai jarri ziren:

- Formatu digitalean, Intranetean (79 bisita).
- Paperean, Urduliz Ospitaleko harreragunean.

Epaimahaiaren ebaluazioa

Epaimahaiak honako errubrika hau erabili zuen:

- Mezua: %40
- Sormena: %30
- Umorea: %30

Hizkera androzentrikoa erabiltzeagatik meme bat baztertu zen.

Epaimahaiaren osaera:

- Sindikatueta 2 ordezkari.
- Osakidetzako 2 ordezkari.
- Berdintasuneko Erreferentea (idazkaria, hitzarekin baina botorik gabe).

Kideen %80 emakumeak eta %20 gizonak ziren, ordezkaritza parekidea bermatuz.

Epaimahaia apirilaren 21ean bildu zen ebazpena emateko.

7. Epaimahaiaren ebazpena eta sari-banaketa

Ebazpena maiatzaren 8an egin zen aurrez aurreko jardunaldi batean.

Ekitaldia Urduliz Ospitaleko ekitaldi-aretoan egin zen, eta Zoom bidez ere jarraitzeko aukera eskaini zen, bertaratzeko zailtasunak dituzten Lehen Mailako Arretako zentroetako profesionalak ere parte hartzeko aukera izan zezaten.

ALDERDI BERRITZAILEAK:

1. **Meme-formatuaren bereganatzea**, berdintasunaren inguruko komunikazio-estrategia gisa, erresistentziei aurre egiteko eta langileen parte-hartzea errazteko.
2. **Norabide bakarreko komunikazio-eredutik parte-hartze aktiborako jauzia**, Berdintasun Planaren ohiko zabalkunde-eredua gaindituz.

3. **Berdintasunaren komunikazioaren eraldaketa:** tonua edukia bezain garrantzitsua da. Datuen arabera, tonu umoretsuak lehiaketari buruzko informazioa zuen webguneko bisita kopurua hirukoiztu zuen.
4. **Hautagaitzen anonimotasuna,** Microsoft 365eko tresnen bidezko kudeaketa automatizatuari esker (Outlook, Power Automate eta SharePoint).
5. **Adimen artifizialaren erabilera arduratsua sustatzea,** memeak sortzeko laguntza-tresna gisa, lehiaketaren oinarrietan jasota zegoen moduan.

EMAITZAK (inpaktu positiboak edo ondorio negatiboen murrizketa):

1. Pertsonak (profesionalak)

Aurkeztutako memeak

Lehiaketan 8 pertsonak hartu dute parte (9 meme aurkeztu dira, horietako bat baztertua izan da): 4 emakumek eta 4 gizonak.

Gizonek %31ko gainordezkaritza izan dute; izan ere, plantillaren %19 baino ez badira ere, memeen egileek %50 dira. Datu horrek garrantzi berezia du, Osakidetzan berdintasunarekin lotutako jardueretan genero-arrakala dagoelako. Adibidez, berdintasunari buruzko prestakuntzan %10eko azpiordezkaritza antzeman zen osasun-langileen artean, eta %5ekoa osasunekoak ez diren langileen artean.

Plantillaren bisualizazioak Uribe ESIko Intranetean

Lehiaketaren oinarriak eta Berdintasun Planari buruzko informazioa jasotzen zituen Intraneteko albisteak 167 bisualizazio eta 114 bisitari izan zituen 2026ko apirilaren 27ra arte. Horrela, 2026ko lehen seihilekoan, Uribe ESIko 35 albisteen artean bisitari gehien izan dituen laugarren albistea izan da.

- Meme neutro/administratiboa erabilia: 21 bisitari.
- Berdintasuneko Erreferenteak ospitalean kartelak jartzeko egindako bi bisiten eta Lehen Mailako Arretara kartelak bidali ostean: 30 bisitari.
- Martxoaren 31n bigarren mezu elektronikoa bidali ondoren: 45 bisitari egun berean eta 16 hurrengo egunean (guztira 61 bisitari).

Ondorioz, tonu umoretsuko mezu elektronikoak lehen bidalketarekin alderatuta bisualizazio kopurua hirukoiztu zuen. Hurbileko eta dibertigarria den tonuak interesa biderkatu egiten du, baita lan-arreta txikiagoko garaietan ere (Aste Santuaren aurreko egunetan, kasu honetan).

II. Berdintasun Planaren aurkezpena eta meme-lehiaketaren sari-banaketa

- Bertaratutakoak: 70 pertsona.
- Horietatik %84 emakumeak eta %16 gizonak izan ziren.

Horrek %4ko aldea erakusten du plantillaren genero-banaketarekiko.

2. Herritarrak

Jasotako memeei eragina izan dute Urduliz Ospitaleko sarrera nagusian ikusgai egon diren bitartean, 2026ko apirilaren 15etik maiatzaren 8ra. Horrela, erabiltzaileek eta bisitariek berdintasunarekin lotutako mezu horiek ikusteko aukera izan dute.

3. Baliabideak

Uribeko ESIak baliabide-banku propio bat eskuratu du, plantillak sortutako 8 meme originalekin. Meme horiek berdintasunarekin lotutako hainbat gai jorratzen dituzte, hala nola:

- Kontziliazioa.
- Sexismoa.
- Sororitatea.

Material hori etorkizunean erabil daiteke erakundearen komunikazio- eta sentsibilizazio-ekintzetan.

KUDEAKETAN INTEGRATUA:

- Ekimen hau Uribeko ESiko Plan Estrategikoaren barruan kokatzen da, 2. Ardatzean: “Profesionalak eta Ezagutza”, 7. Lerroan: “Lan-ingurune osasungarria”, eta emakumeen eta gizonen arteko berdintasunari buruzko 25. helburu estrategikoan, zeinaren xedea baita profesionalen artean berdintasun handiagoa lortzea.
- 5. GJHarekin (Genero Berdintasuna) lerrokatuta dago, Uribe ESIren estrategian lehentasunezko zat jotzen den helburua.
- Jarduera Osakidetzaren II. Berdintasun Planarekin ere lotuta dago, bereziki 1. helburuarekin: “Berdintasuna zeharka txertatzea”.
- Lehiaketa Uribeko ESiko Zuzendaritzak eta Berdintasun Batzordeak onartu eta babestu zuten. Gainera, bi organo horietako kideek epaimahaian parte hartu zuten.
- Sari gisa emandako gourmet-produktuen kutxa eskualdeko enpresa batean erosi zen, tokiko kontsumoa eta gizarte-erantzukizun korporatiboa sustatzeko.

ERAGINKORRA ETA EFIZIENTEA:

1. Baliabideak

Automatizazioak eta tresna digitalen erabilerak lehiaketa efizientzia handiagoz antolatzea ahalbidetu dute. Horri esker, parte-hartzaile potentzial kopuru handia kudeatzeko aukera izan da.

Uribe ESIko hainbat profesionalek lan-orduak eskaini behar izan dituzte proiektua gauzatzeko:

- Berdintasuneko Erreferentea: lehiaketaren diseinua, plangintza eta kudeaketa.
- 4 idazkari: kartelen koloretako kopiak egitea, posta elektronikoak bidaltzea eta sariak erostea.
- Komunikazio-arduraduna: komunikazio-estrategiaren diseinua eta barne-zabalkundea.
- Informatika Zerbitzua: posta elektronikoaren helbide espezifikoak sortzea.
- Berdintasun Batzordea, eta bereziki epaimahaiko kideak: bi bilera presentzial egin zituzten lehiaketaren oinarriak adosteko eta meme irabazlea aukeratzeko.

Lan-taldearen komunikazio-bideak

- Posta elektronikoa.
- Microsoft 365eko SharePoint plataforma.

Ekimenaren zuzeneko kostuak

- Meme irabazlearentzako saria.
- Parte-hartzaileen artean zozkatutako liburua.
- Kartelak.

Guztira: 105 euro.

PARTE-HARTZEA ETA PRAKTIKAREN IRISMENA:

- Lehiaketan 8 meme aurkeztu dira, 1.611 profesionaleko plantillatik (31 lantokitan banatuta).
- Gizonen gainordezkaritza adierazle argia da ekimenak gizonezko profesionalengana iristea lortu duela erakusteko; izan ere, tradizionalki zailagoa izan da haiek berdintasunarekin lotutako jardueretan inplikatzeko.
- Eraginkortasuna eta efizientzia uztartzeak praktika hau erreferentziazko eredutzat bihurtzen du baliabide mugatuak dituzten eta aurrekontu handirik gabe kultura-aldaketa sustatu nahi duten erakundeentzat.

1. Maila: ESiko organoak

Lehiaketa gauzatzeko honako hauek parte hartu dute:

- Berdintasuneko Erreferenteak (lehiaketaren diseinua, plangintza eta kudeaketa).
- Gerentziako idazkari batek (kartelen koloretako kopiak).
- Pertsonen Zuzendaritzako idazkari batek (mezu elektronikoen bidalketa).
- Ekonomia Zuzendaritzako idazkari batek (sariaren erosketa).
- Komunikazio-arduradunak (komunikazio-estrategiaren diseinua eta albisteen idazketa).
- Informatika Zerbitzuak (posta elektronikoko helbidea sortzea).
- Berdintasun Batzordeak, eta bereziki epaimahaiak (4 pertsona).

Lehiaketaren kudeaketan parte hartu duten pertsonen artean gizonezko bakarra egon da; gainerako guztiak emakumeak izan dira. Inplikaturako sailen aniztasunak berdintasuna modu zeharkakoan lantzea ahalbidetu du.

2. Maila: ESiko profesionalak

Lehiaketan hainbat lanbide-kategoriatako profesionalak parte hartu dute:

- Erizaintza: 3 emakume eta 2 gizon.
- Medikuntza: 2 gizon.
- Goi-mailako teknikaria: 1 emakume.

Aurkeztutako memeen artean:

- 6 gaztelaniaz egin dira.
- 2 euskaraz egin dira.

Barne-eraginari dagokionez, meme irabazlearen aurkezpen-jardunaldian (aurrez aurre eta Zoom bidez) 70 profesionalak parte hartu dute:

- %84 emakumeak.
- %16 gizonak.

Horrek %3ko azpiordezkaritza erakusten du gizonen kasuan.

3. Maila: Osakidetza

Kanpo-eraginari dagokionez, esperientzia hau **jardunbide egoki** gisa aitortu zen Osakidetzaaren **2026ko Berdintasunaren II. Foroan**, 2026ko ekainaren 12an Gasteizen egindako ekitaldian, Osakidetza beste erakunde batzuen parte-hartzearekin.

DOKUMENTATUA:

Sari-banaketa ekitaldiari buruzko albistea (Uriberririk barne-buletina):

- *“Berdintasunaz umorearen bidez hitz egitea, eztabaida sortu eta hausnarketa sustatzeko”.*

ARRAKASTA-FAKTOREAK:

1. Zuzendaritzaren berdintasunarekiko konpromisoa.
2. Zuzendaritzaren babesa eta Berdintasun Batzordearen parte-hartzea.
3. Berdintasunaren komunikazio-estrategian umorea erabiltzeko apustua, erresistentziak murrizteko eta arreta erakartzeko tresna gisa.
4. Epaimahai ordezkatzailerak, emakumeen eta gizonen arteko oreka eta erakundearen zein sindikatuen ordezkaritza bermatuz.
5. Oinarri argiak, antzemandako arrakalak minimizatzeko.
6. Erakundearen errealitatera egokitutako kanal anitzeko komunikazioa.
7. Aurretiazko genero-eraginaren ebaluazioa egitea, antzemandako genero-, komunikazio- edo arrakala digitalen arriskuak identifikatu eta murrizteko estrategiak diseinatzeko.
8. Power Automate eta SharePoint erabiltzea, hautagaitzen bilketa automatizatzeko.

TRANSFERIGARRITASUNA:

1. Kostu txikia eta inbertsio teknologikorik ez: Microsoft 365 tresnen erabilera eta erakundearen aurrekontura egokitutako sariak.
2. Sistema automatizatuak prozesuaren zati handiena kudeatzen du.
3. Erakunde eta sektore orotara eskalatu daiteke.
4. Edozein sentsibilizazio-gaitara egokitu daiteke; izan ere, lehiaketaren egitura eta umorea komunikazio-estrategia gisa erabiltzea edukitik independenteak dira.

IKASKUNTZAK:

- Kontuan hartu behar da automatizazioak hasieran denbora-inbertsioa eskatzen duela, eta hori handiagoa izango dela kultura teknologikoa txikiagoa den heinean.
- Ezinbestekoa da genero-eraginaren aurretiazko ebaluazio xehatua egitea (plantillaren ezaugarriak kontuan hartuta: adina, sexua, baliabide teknologikoetarako sarbidea eta abar).
- Emakumeen eta adin handiagoko profesionalen parte-hartzea sustatzeko, gomendagarria da lehiaketaren oinarrietan tutorial bat txertatzea.
- Meme irabazlea hautatzeko prozesuan plantillaren botoa ere gehitzea.

- Oinarrietan berariaz jasotzea hizkera inklusiboa erabiltzeko betebeharra.
- Umorea beti serio hartzea: erresistentziak desaktibatzen ditu, emozioak pizten ditu, arreta erakartzen du eta plantilla zein Berdintasun Plana aktibatzen ditu.

PRAKTIKA AKREDITATZEN DUEN MATERIALA:

1. ERANSKINA. Uribe ESiko Berdintasunaren aldeko I. Meme Lehiaketaren Oinarriak

1. Helburua:

Uribeko ESiko lan-ingurunean sexismoaren edozein adierazpeneren aurrean hausnarketa, sentsibilizazioa eta zero tolerantziaren kultura sustatzea, umorea eta sormena kultura-eraldaketarako tresna gisa erabiliz.

2. Parte-hartzaileak:

Uribeko ESiko langile guztiak, prestakuntzan dauden pertsonak barne, banaka edo binaka.

Lehiaketatik kanpo eratuko dira:

- Epaimahaiko kideak.
- Berdintasun Batzordeko kideak.
- Uribeko ESiko Zuzendaritzako kideak.

3. Saria:

- Meme irabazlearentzat: gourmet-produktuen sorta.
- Parte-hartzaile guztien artean: feminismoari buruzko liburu baten zozketa.

4. Gaia:

Memeek ikuspegi kritiko eta eraikitzailetik jorratu beharko dituzte:

- Osasun-arloan dauden estereotipoak, sexismoak eta mikromatxismoak deseraikitzea.
- Osakidetzaren II. Berdintasun Planaren garrantzia zabaltzea (planari berari buruzko memorik egin gabe, haren garrantziari buruz baizik).

5. Izen-ematea

Gehienez meme bat aurkeztu ahal izango da pertsona edo bikote bakoitzeko.

- **Formatua:** irudi estatikoa (JPG edo PNG).
- **Gutxieneko bereizmena:** 1080 x 1080 px.
- **Bereizmen gomendatua:** 2480 x 2480 px.

- **Gehienezko tamaina:** 10 MB.
- Testuan oinarritutako memeen kasuan, mugikorrean irakurtzeko modukoa izan beharko da.

Edukia:

- Nahitaez originala izan behar du.
- Ez dira onartuko Internetetik hartutako memeak, testua bakarrik aldatuta.
- Aurretik argitaratu gabea izan beharko da.

Hizkuntza:

- Euskaraz eta/edo gaztelaniaz aurkeztu ahal izango da.

Konfidentzialtasuna:

- Debekatuta dago lankideen, pazienteen edo Uribe ESiko instalazioen irudi identifikagarriak erabiltzea baimen espresurik gabe.
- Gomendatzen da meme-txantiloiz ezagunak, jatorrizko marrazkiak edo eskubide gabeko argazkiak erabiltzea.

Egile-eskubideen lagapena:

Parte-hartzaileek Uribe ES lari lagatzen dizkiote lanak erreproduzitzeko, banatzeko eta jendaurrean komunikatzeko eskubideak, Osakidetza berdintasunaren inguruko sentsibilizazio-jardueretarako soilik, betiere egiletza aitortuta.

Epea:

2026ko martxoaren 8ko 00:00etatik 2026ko apirilaren 8ko 00:00etara.

Bidalketa:

Helbide honetara:

lehiaketa.uribe@osakidetza.eus

Gaia:

Uribe ES lari Berdintasunaren aldeko I. Meme Lehiaketa

Mezuaren edukia:

- Izena eta abizenak.

- Generoa.
- Lanbide-kategoria.
- Zerbitzua / saila.
- Memearen izenburua.
- Helarazi nahi den mezuaren azalpen laburra (1-2 lerro).

Adimen artifiziala erabili bada, hori adierazi beharko da.

6. Baztertze-arrazoiak

Parte-hartzaileak baztertu ahal izango dira baldin eta:

- Gaia ez badator bat deialdiarekin.
- Formatuak ez baditu baldintzak betetzen.
- Memeak mezu sexistak, arrazistak, kapazitistak, LGTBI-fobikoak edo bestelako diskriminazio-adierazpenak sustatzen baditu.
- Marka edo logotipo komertzialak sustatzen edo ikusarazten baditu.

7. Meme irabazlearen hautaketa

Uribeko ESiko Berdintasun Batzordeak izendatutako epaimahai batek aukeratuko du.

Balorazio-irizpideak:

- Mezua eta gaiari egokitzea: %40.
- Sormena eta originaltasuna: %30.
- Umorea eta eragina: %30.

Baztertuak izan ez diren meme guztiak Intranetean eta Urduliz Ospitaleko harreran erakutsiko dira epaimahaiaren ebazpena eman arte.

Meme irabazlea 2026ko maiatzaren 8an jakinaraziko da Uribeko ESiko komunikazio-kanalen bidez. Epaimahaiak hala erabakitzen badu, saria eman gabe utzi ahal izango da.

2. ERANSKINA _ 1. POSTA ELEKTRONIKOA: HIZKERA FORMALA

La Comisión de Igualdad de la OSI Uribe – encuadrada en las acciones para el 8M- organiza el primer Concurso de memes por la Igualdad de la OSI Uribe. El objetivo del concurso es fomentar la reflexión, la sensibilización y la cultura de tolerancia cero ante cualquier muestra de sexismo en el entorno laboral de la OSI Uribe, utilizando el humor y la creatividad como herramientas de transformación cultural. El plazo de envío de los memes comienza el 8 de marzo de 2026 y termina el 8 de abril de 2026 a las 00:00. El premio al meme ganador, una caja gourmet, se entregará el 8 de mayo de 2026. Además, las personas que envíen sus memes, participarán en el sorteo de un libro. Te animamos a reflexionar y poner tu creatividad y tu humor al servicio de la igualdad; porque la desigualdad no es una broma, pero el humor puede visibilizar y enfrentarla. Para más información: I Concurso de memes de OSI Uribe: reivindica la igualdad desde el humor	Uribeko ESiko Berdintasun Batzordeak – M8rako ekintzen barruan – Uribe ESiaren Berdintasunaren aldeko Lehen Meme Lehiaketa antolatu du. Lehiaketaren helburua da Uribe ESiko lan-ingurunean edozein sexismo-erakustaldiren aurrean hausnarketa, sentsibilizazioa eta zero tolerantziaren kultura sustatzea, umorea eta sormena kultura eraldatzeko tresna gisa erabiliz. Memeak bidaltzeko epea 2026ko martxoaren 8an hasi eta 2026ko apirilaren 8an amaitzen da, 00:00etan. Meme irabazlearen saria, gourmet kutxa bat, 2026ko maiatzaren 8an emango da. Gainera, memeak bidaltzen dituztenek liburu baten zozketan parte hartuko dute. Gogoeta egitera eta zure sormena eta umorea berdintasunaren zerbitzura jartzera animatzen zaitugu; desberdintasuna ez baita txantxa bat, baina umoreak ikusarazi eta aurre egin diezaioke. Informazio gehiagorako: Uribeko ESiko I. Meme Lehiaketa: berdintasuna aldarrikatu umoretik
---	---

3. ERANSKINA _ 2. POSTA ELEKTRONIKOA: HIZKERA INFORMALA

Kaixo, lankideok!

Badator Aste Santua, eta berarekin batera torrijak, prozesioak, hondartza, sofa... edo agian egun horiek senideak zaintzeko erabili behar dituzu edo, lan egitea tokatzen zaizu... zainketak ez baitira oporretan joaten. Egiten duzuna egiten duzula, gogoratu Uribe ESlaren I. Meme Lehiaketan parte hartzeko epea **apirilaren 8an** amaitzen dela, eta, beraz, erabili zure sormena denbora amaitu baino lehen.

Zer irabaz dezakezu?

Meme irabazleak, **Gourmet produktuen kutxa** bat eramango du

Gainera, **liburu baten zozketan** sartuko zara.

Eta, batez ere, umoretik abiatuta, **ingurune berdinzaleagoa eraikitzen lagundu** izanaren betiereko loria.

Beraz, badakizu: torrija eta torrija artean, **sortu zure memea**.

Oinarri guztiak [hemen](#) kontsulta ditzakezu.

PD: Zure memea bidali baduzu, anima ezazu oraindik pentsatzen ari den lagun hori!

¡Compañeras, compañeros!

Que se acerca Semana Santa, y con ella las torrijas, las procesiones, la playa, el sofá... o igual tienes que utilizar esos días para cuidar de familiares o te toca trabajar... porque, los cuidados, no se van de vacaciones.

Hagas lo que hagas, recuerda que el plazo para participar en el I Concurso de Memes de la OSI Uribe termina el **8 de abril**, así que utiliza tu creatividad antes de que se acabe el tiempo.

¿Qué puedes ganar?

El meme ganador, se llevará una **caja de productos Gourmet**.

Además, entrarás en el **sorteo de un libro** que te hará pasar un buen rato.

Y, sobre todo, la gloria eterna de haber ayudado, desde el humor, a **construir un entorno más igualitario**.

Así que, ya sabes: entre torrija y torrija, **crea tu meme**.

Puedes consultar todas las bases [aquí](#).

PD: ¡Si ya enviaste tu meme, anima a esa compañera o ese compañero que todavía anda pensándolo!

1. ERANSKINA _ LEHIAKETAREN KARTELA



OSI
SERVICIO SANITARIO INTEGRAL
ORGANIZACIÓN SANITARIA INTEGRAL
OSI

M8. BERDINTASUNAREN ALDEKO LEHEN MEME

LEHIAKETA. URIBEKO ESIA.

8M I.CONCURSO DE MEMES POR LA IGUALDAD. OSI URIBE.

Desberdintasuna ez baita txantxa, baina umoreak ikusgarri egin eta aurre egin diezaioke.

URIBEKO ESIKO BERDINTASUN BATZORDEAK ANTOLATUTA
ORGANIZA: COMISIÓN DE IGUALDAD DE LA OSI URIBE



URIBE ESIKO LANGILEA BAZARA, PARTE HARTU
2026KO APIRILAREN 8RA ARTE.

SI TRABAJAS EN LA OSI URIBE, PARTICIPA **HASTA EL 8 DE ABRIL.**



EUS

INFORMAZIO GEHIAGORAKO
MÁS INFORMACIÓN



ES

5. ERANSKINA_ INTRANETEKO ALBISTEAK

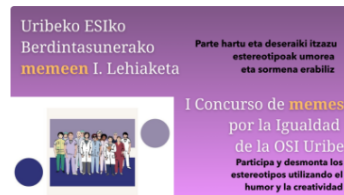
Uribeko ESiko I. Meme Lehiaketa: berdintasuna aldarrikatu umoretik

1 minutos de lectura

Martxoaren 8a Emakumeen Nazioarteko Eguna dela eta, Uribeko ESiko Berdintasun arloak meme-lehiaketa bat antolatu du ESiko langile guztientzat.

Estereotipoak deseraikitze eta lan-ingurune edozein sexismo-adierazpenen aurrean zero tolerantziaren kulturaren sentsibilizatzeko, Uribeko ESiko Berdintasun Arloak Berdintasunaren aldeko I. Meme Lehiaketa jarri du abian. Hausnarketa sustatzeaz gain, umorea erabiliz eta ikuspegi kritiko eta konstruktibo batetik, lehiaketak Osakidetzaren II. Berdintasun Planaren komunikazioa sustatu nahi du.

Animatu parte hartzea eta irakurri oinarriak arretaz. Lanak aurkezteko epea apirilaren 8an amaituko da, eta sariak maiatzaren banatuko dira, saio orokorrean, Osakidetzaren azken Berdintasun Plana aurkezteko.



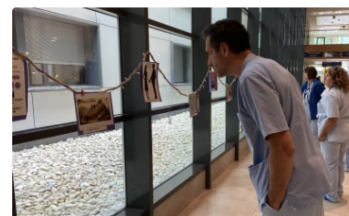
Estereotipoak eraistea umoretik eta sormenetik

1 minutos de lectura

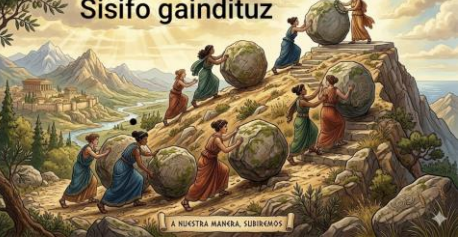
Berdintasunaren aldeko I. Meme Lehiaketan aurkeztutako lanak ospitaleko hallean egongo dira ikusgai. Maiatzaren 8ko saio orokorrean, sariak banatuko dira.

Martxoak 8, Emakumeen Nazioarteko Eguna dela eta, Uribeko ESiko berdintasun-batzordeak, aurtun, berdintasunaren aldeko I. Meme Lehiaketa jarri du abian. Lehiaketaren helburuak hauek dira: Osakidetzaren II. Berdintasun Plana sustatzea eta osasun arloan estereotipoak, sexismoak eta mikromatxismoak desagitea, baita lantokian edozein sexismo-adierazpenen aurrean zero tolerantziaren kulturaren hausnarketa, eztabaida eta sentsibilizazioa sustatzea ere.

Sari banaketa maiatzaren 8ko saio orokorrean izango da. Bertan, Iluminada Cambero Uribeko ESiko berdintasun-erreferenteak Osakidetzaren II. Berdintasun Plana ere aurkeztuko du, eta ukitu dibertigarria eta umoretsua emango dio "desberdintasunaren aurkako medikamentu eta aposituen botikina erakutsiz".



6. ERANSKINA _AURKEZTUTAKO MEMEAK

 Irabazlea: Isusko Eguren Penin	 Egilea: Noemí Parras Tostón
 Egilea: German Monje Mazo	 Egilea: Alejandro Zabala Alarcia
- MIKEL ha solicitado una reducción de jornada por cuidado de menor. - Es un PADRAZO. - AMAIA ha solicitado una reducción de jornada por cuidado de menor. - Qué tía más JETA.  Egilea: Maider Quintana de la Maza	 Egilea: Ainhoa Ruiz Temiño
 Egilea: Maider Quintana de la Maza	 Egilea: Maider Quintana de la Maza

Egilea: Silvia Dabouza Acebal

Egilea: Alberto García Gómez

CUESTIONARIO DE BUENAS PRÁCTICAS DE IGUALDAD EN LA GESTIÓN · 2026

TÍTULO DE LA PRÁCTICA DE IGUALDAD EN LA GESTIÓN:

Humor al servicio de la Igualdad: un concurso de memes como herramienta de activación del Plan de Igualdad entre las y los profesionales de la organización.

OBJETIVOS QUE PERSIGUE:

Fomentar la reflexión, la sensibilización y la cultura de tolerancia cero ante cualquier muestra de sexismo en el entorno laboral de la OSI Uribe, utilizando el humor y la creatividad como herramientas de transformación cultural. Pretendemos visibilizar estereotipos, sexismos y micromachismos en el ámbito sanitario y promover la comunicación del II Plan de Igualdad de Osakidetza a través de un concurso de memes.

ENTIDAD RESPONSABLE: OSI URIBE. OSAKIDETZA

Nº DE TRABAJADORAS / % sobre plantilla: 1298 (81%)	Nº DE TRABAJADORES / % sobre plantilla: 313 (19%)
---	---

WEB: <https://www.osakidetza.euskadi.eus/portada-osi-uribe/>

OTRAS ENTIDADES PARTICIPANTES EN LA BUENA PRÁCTICA:

FECHA DE COMIENZO: 8 DE MARZO DE 2026	PERSONA DE CONTACTO: Maria Iluminada Cambero Serrano
TELÉFONO DE CONTACTO: 946134952	EMAIL DE CONTACTO: berdintasuna.uribe@osakidetza.eus

PALABRAS CLAVE

Marcar únicamente 3 palabras clave con las que más relación tiene la práctica.

☒ Estrategia	☐ Personas	☐ Alianzas
☐ Proveeduría	☐ Responsabilidad Social Corporativa	☐ Modelo de Gestión
☐ Transversal	☐ Cualitativo y cuantitativo	☐ Gestión sistemática, metodología o proceso
☐ Diagnóstico	☒ Plan para la igualdad	☐ Estudios y análisis de género
☐ Integración en la estrategia	☐ Feminicidio	☐ Violencia de género
☐ Prevención de riesgos	☒ Comunicación eficaz / comunicación no violenta	☐ Comunicación interna
☐ Comunicación externa	☐ Uso no sexista del lenguaje	☐ Transparencia salarial
☐ Brecha salarial	☐ Campañas de igualdad	☐ Formación y sensibilización
☐ Mentoría	☐ Promoción libre de sesgos sexistas	☐ Incorporación de mujeres en ámbitos de infrarrepresentación
☐ Sector mayoritariamente de mujeres/hombres	☐ Participación feminista	☐ Conciliación corresponsable
☐ Organización del tiempo y del espacio	☐ Cuidados y sostenibilidad de la vida	☐ Seguridad, salud y bienestar
☐ Atención a la clientela/personas usuarias	☐ Protocolo de acoso sexual y por razón de sexo	☐ Condiciones laborales
☐ Política retributiva	☐ Clasificación profesional	☐ Techo de cristal
☐ Paridad	☐ Liderazgo para la igualdad / liderazgo feminista	☐ Interseccionalidad, diversidad
☐ Visibilización de mujeres referentes	☐ Autodefensa feminista	☐ Empoderamiento
☐ Políticas LGTBIQ+	☐ Masculinidades comprometidas con la igualdad	☐ Intervención social

SECTOR DE LA ORGANIZACIÓN

☐ Educación	☐ Industria	☐ Servicios
☒ Salud	☐ Servicios sociales	☐ Otros

DESCRIPCIÓN:

1.Introducción/Justificación.

La OSI Uribe es una organización sanitaria que atiende a una población de 223.000 personas. La plantilla está compuesta por 1611 personas, siendo las mujeres el 81% y los hombres el 19%, se trata por lo tanto de una organización altamente feminizada. La edad media es de 43 años en mujeres y 39 años en hombres.

La filosofía de la OSI Uribe respecto a la difusión y sensibilización sobre el II Plan de Igualdad de Osakidetza, opta por el humor para derribar barreras y transitar de la difusión pasiva a la participación activa de la plantilla: no basta con informar, hay que implicar, co-crear y reflexionar. Queremos apropiarnos de los memes, herramienta viral utilizada por la manosfera, para visibilizar conductas machistas cotidianas (micromachismos, lenguaje no inclusivo...) en el ámbito sanitario desde el humor inteligente.

2.Origen

La idea nace en la Comisión de Igualdad de la OSI Uribe, como una actividad dentro de la conmemoración anual del 8 de marzo. Esta comisión es un órgano de gobernanza del Plan de Igualdad, está compuesta de forma paritaria por personal de la OSI Uribe y representantes de los sindicatos. Se reúne con una periodicidad trimestral presidida por la Dirección de Personas.

3. Análisis y diseño de la iniciativa

La Comisión valoró el posible impacto negativo que pudiera tener el uso del humor en temas de igualdad; esto se solucionó con unas bases claras que promovieran memes apropiados y ajustados a los valores de respeto e inclusión.

Para la esta primera edición del concurso, se ha optado por una temática amplia: *difusión del II Plan de Igualdad y visibilización de conductas machistas cotidianas*, con estas características:

- Formato: imagen
- Modalidad de participación: individual o en pareja
- Reconocimiento a quienes presentaran un meme: sorteo de un libro de comic con temática de Igualdad entre las y los participantes.
- Premio de reconocimiento al meme ganador: una caja de productos gourmet

El Calendario:

- Lanzamiento de convocatoria a la plantilla: 8 marzo 2026
- Fecha de cierre envío de candidaturas: 8 abril

- Jornada de entrega de premios: 8 mayo (Difusión del II Plan y Concurso)

4.Convocatoria del concurso

Difusión del Concurso: Se optó por una difusión por diferentes canales para evitar brechas en aquellas categorías profesionales sin acceso a ordenador en sus puestos laborales.

- Convocatoria vía digital:

2 emails: uno, con tono administrativo neutro y otro, con tono más informal y humorístico.

- Enviado, el primero el 9 de marzo
- recordatorio el 31 de marzo

- Noticia en la Intranet, donde se colgaron las bases del concurso,

- Convocatoria vía física:

Difusión en forma de carteles con QRs que remitían a la Intranet (10 y 17 de marzo): se entregaron a las Coordinadoras de enfermería de los centros de Atención Primaria, en mano y la Referente de Igualdad colgó los carteles en las zonas de descanso del personal del hospital de Urduliz, tanto en consultas externas como hospitalización y servicios generales (durante este proceso tuvo la oportunidad de hablar con la plantilla de manera informal).

5.Recogida de candidaturas

Hasta el 8 de abril se recogen las candidaturas.

Para una gestión más automatizada de la recogida de memes, se optó por Microsoft 365 (Outlook, Power Automate, SharePoint): procesamiento automático de powerautomate (de mail a sharepoint) de envíos con revisión humana y vista anonimizada para el jurado en un sitio específico de sharepoint. Esto permitió un ahorro en términos de tiempo de las personas involucradas.

6.Exposición de los memes y periodo de evaluación por el Jurado

El 15 de abril, tras el cierre de la convocatoria, se expusieron los memes recibidos en formato digital en la Intranet (79 visitas) y en papel en el hall del H. Urduliz.

Jurado y evaluación de los memes: La Rúbrica utilizada para el jurado fue: mensaje (40%), creatividad (30%), humor (30%). Se descalificó 1 meme por uso de lenguaje androcéntrico. El jurado estuvo

compuesto por: 2 representantes de sindicatos, 2 representantes de Osakidetza + Referente de Igualdad (secretaria, con voz y sin voto). El 80% fueron mujeres y el 20% hombres, siendo una representación paritaria. Se reunió el 21 de abril para el fallo.

7. Resolución del Jurado y entrega de premio

Jornada presencial el día 8 de mayo, cuando se desveló el fallo. SE celebró en el salón de actos del hospital, con posibilidad de seguimiento vía zoom (para facilitar acceso a los y las profesionales de los centros de atención primaria).

ASPECTOS INNOVADORES:

- 1- Apropiación del formato meme como una estrategia de comunicación de Igualdad para enfrentar resistencias y facilitar la participación de la plantilla.
- 2- Se pasa de un modelo unidireccional habitual de difusión del Plan de Igualdad, a una participación más activa por parte de la plantilla.
- 3- Transformación de la comunicación de Igualdad: el tono importa tanto como el contenido. Los datos muestran que el tono humorístico triplica las visitas a la página web con información del concurso.
- 4- Anonimato de candidaturas: gestión automatizada con Microsoft 365 (Outlook, Power Automate, SharePoint).
- 5.-Promoción uso controlado de la IA como apoyo en la elaboración de los memes (recogido en las bases del concurso)

RESULTADOS (impactos positivos o reducción de efectos negativos):

1. Personas (profesionales)

- Memes enviados: en el concurso han participado 8 personas (9 memes, uno descalificado): 4 mujeres y 4 hombres.

Existe una sobrerrepresentación de los hombres en un 31%, ya que representan el 19% de la plantilla y son el 50% de la autoría. Esto tiene una gran relevancia porque existe una brecha en Osakidetza en

las actividades relacionadas con la igualdad, por ejemplo, en la formación sobre igualdad se detectó un 10% de infrarrepresentación de hombres sanitarios y de un 5% en no sanitarios¹

- Visualizaciones por la plantilla en Intranet OSI

En cuanto a las visualizaciones de la Intranet con las bases del concurso, donde se hablaba del Plan de Igualdad: se han realizado 167 visualizaciones (114 visitantes) a fecha de 27/04. Esto supone que, en el primer semestre de 2026, ha sido la 4ª noticia con más visitantes de la OSI Uribe de un total de 35 noticias. Tras el uso del meme neutro /administrativo: 21 visitantes; tras las dos visitas de la Referente de Igualdad para colocación de carteles en el hospital y envío de carteles a primaria 30 visitantes. Posteriormente, tras enviar el segundo mail (31 de marzo); se recibieron 45 visitantes ese día y 16 el día 1 de abril (total 61 visitantes). Como conclusión, el email humorístico, a pesar de enviarse en un periodo de menor atención laboral (previo a semana santa), triplicó las visualizaciones respecto al primer envío. El tono cercano y divertido multiplica el interés, incluso en fechas desfavorables (previa a Semana Santa)

- Jornada presentación del II Plan y entrega de premio al concurso de memes

Nº asistentes: 70 (84% mujeres y 16% hombres), habiendo una brecha del 4% respecto a la composición de la plantilla)

2. Ciudadanía

Impacto de los memes en papel ubicados en la entrada general del hospital, a la vista de las personas usuarias, durante el periodo 15 de abril al 8 de mayo.

3. Recursos

Se ha conseguido un banco de recursos de 8 memes originales que abordan cuestiones de igualdad diversas: conciliación, sexismo, sororidad, generados por la plantilla para usarlos según conveniencia de la OSI Uribe.

INTEGRADA EN LA GESTIÓN:

-Esta iniciativa está encuadrada en el Plan Estratégico de la OSI Uribe, en el Eje 2 “Profesionales y Conocimiento”, en la Línea 7 “Entorno de trabajo saludable”, en su Objetivo estratégico nº25 relativo a la igualdad entre mujeres y hombres “Avanzar hacia una mayor igualdad entre las y los profesionales”.

¹ [II Plan para la igualdad de mujeres y hombres de Osakidetza.](#)

- Enmarcado en el ODS 5 (Igualdad), reconocido como prioritario en la estrategia de la OSI Uribe.
- La actividad está también vinculada al *II Plan de Igualdad* de Osakidetza, que nos aplica como OSI, concretamente a la meta 1 " Transversalizar la Igualdad".
- El concurso fue aprobado y respaldado por la Dirección y la Comisión de igualdad de la OSI Uribe, que además participaban en el Jurado.
- La caja gourmet del premio se adquirió en una empresa de nuestra comarca, promocionando el consumo local (RSC).

EFFECTIVA Y EFICIENTE:

1.Recursos

La automatización y uso de herramientas digitales han permitido llevar a cabo el certamen con mayor eficiencia, lo que permite la posibilidad de gestionar un número elevado de potenciales participantes.

-Ha sido necesario invertir horas de trabajo en equipo por las personas de la OSI:

Referente de Igualdad: diseño y planificación y gestión del concurso

4 secretarias: copias en color de los carteles, envío de mails, compra de premios

Responsable de comunicación: diseño de estrategia de comunicación y publicación interna

Informática: creación de la dirección de correo electrónico

Comisión de igualdad y, en especial el Jurado elegido para representarla, que se reunió presencialmente en dos ocasiones para acordar las bases y elegir el meme ganador,

-Modalidades de comunicación del equipo: a través de mail y *SharePoint* 365.

-Gastos directos de la iniciativa: premio al ganador del concurso y sorteo de libro (total 105 euros) y cartelería.

2.Resultados

-8 memes presentados de una plantilla de 1.611 personas (repartidas en 31 centros de trabajo).

-La hiperrepresentatividad masculina es un claro indicador que se ha llegado a los profesionales hombres, tradicionalmente difícil de implicar en cuestiones relacionados con la Igualdad

-La combinación de efectividad y eficiencia convierte esta práctica en un modelo de referencia para organizaciones con recursos limitados que quieran generar cambio cultural sin depender de grandes presupuestos.

PARTICIPACIÓN Y ALCANCE DE LA PRÁCTICA:

1.Nivel: Órganos OSI

Para la realización del Concurso han participado: la Referente de Igualdad (diseño y planificación y gestión del concurso), 1 secretaria de gerencia (copias en color de los carteles) 1 secretaria de dirección de Personas(envío de mails), 1 secretaria de dirección económica(compra de premio), responsable de comunicación (diseño de estrategia de comunicación y redacción de noticias), Informática (creación dirección de mail), además de la Comisión de igualdad, en especial el Jurado (4 personas) elegido para representarla. Salvo 1 hombre, todas las demás personas que han participado en la gestión del concurso han sido mujeres. La gran variedad de departamentos implicados permite la transversalización de la igualdad a través del concurso.

2.Nivel: Profesionales OSI

En el concurso han participado varias categorías: enfermería (3 mujeres y 2 hombres), medicina (2 hombres) y técnica Superior (1 mujer). Se han recibido 6 memes en castellano y 2 en euskera.

En cuanto a la repercusión interna, en la jornada de presentación del meme ganador del concurso (presencial y vía zoom) han participado 70 profesionales: 84% mujeres y 16% hombres (infrarrepresentación masculina del 3%).

3.Nivel: Osakidetza

Respecto a la repercusión externa, la experiencia ha sido reconocida como Buena práctica en el II Foro de Igualdad 2026 de Osakidetza, celebrado el 12 de junio de 2026 en Gasteiz, con participación de otras organizaciones de Osakidetza.

DOCUMENTADA:

Link a la noticia de la entrega de premios (Boletín Interno- Uriberrriak): [Hablar de igualdad desde el humor para crear debate y fomentar la reflexión – Uriberrriak](#)

FACTORES DE ÉXITO:

1. Compromiso con la Igualdad de la Dirección
2. Apoyo de la Dirección y participación de la Comisión de Igualdad.
3. Apuesta por una estrategia de comunicación de Igualdad que incluya el humor como herramienta para desactivar resistencias y captar la atención.
4. Jurado representativo en composición hombres/mujeres y organización/representación sindical
5. Bases claras para minimizar las brechas detectadas.
6. Comunicación multicanal adaptada a la organización.
7. Evaluación previa del impacto de género: realizar un análisis de riesgos que permita diseñar estrategias para reducir las brechas de género (digital, de comunicación, de género...) detectadas en la organización.
8. Uso de Power Automate y Sharepoint, que permiten automatizar el proceso de recogida de candidaturas.

TRANSFERIBILIDAD:

1. 365 y premios según presupuesto de la organización.
2. El sistema automatizado gestiona la mayor parte del proceso
3. Escalable a cualquier tamaño de organización y sector.
4. Adaptable a cualquier temática de sensibilización ya que la estructura del concurso y la apuesta por el humor como estrategia de comunicación es independiente del contenido específico.

APRENDIZAJES:

- Tener en cuenta que automatizar precisa inicialmente una inversión de tiempo, mayor cuanto menor es la cultura tecnológica.

-Indispensable: realización de una evaluación previa de impacto de género pormenorizada (características de la plantilla: edad, sexo, acceso a medios tecnológicos...).

-Para fomentar la participación de las mujeres y generaciones más mayores, se recomienda añadir un tutorial a las bases del concurso.

-Incorporar el voto del público (plantilla) en la valoración del meme ganador- Añadir en las bases de forma específica la obligatoriedad del uso del lenguaje inclusivo.

- Considerar siempre el humor como algo muy serio: desarma resistencias, moviliza emociones, atrae la atención y activa a la plantilla y el plan de igualdad.

MATERIAL QUE ACREDITE LA PRÁCTICA:

ANEXO 1_Bases del I Concurso de memes por la Igualdad de la OSI Uribe

1. **Objetivo:** Fomentar la reflexión, la sensibilización y la cultura de tolerancia cero ante cualquier muestra de sexismo en el entorno laboral de la OSI Uribe, utilizando el humor y la creatividad como herramientas de transformación cultural.

2. **Participantes:** Todo el personal de la OSI Uribe, incluidas personas en formación, de forma individual o en grupo de dos personas.

Se excluyen las personas pertenecientes al jurado, a la Comisión de Igualdad o a la Dirección de la OSI Uribe.

3. **Premio:** caja gourmet para el meme ganador. Sortearemos un libro sobre feminismo entre todas las personas participantes.

4. **Temática:** Los memes deben abordar, desde una perspectiva crítica y constructiva:

- Desmontar estereotipos, sexismos y micromachismos en el ámbito sanitario.

- Promover la comunicación del ["II Plan de Igualdad de Osakidetza"](#) (¡sin hacer memes del plan en sí, sino de su importancia!).

5. Inscripciones.

Podrá entregarse máximo un meme por persona/ pareja, siguiendo la siguiente normativa:

· Formato: Imagen estática (JPG/ PNG).

· Tamaño: Resolución mínima: 1080 x 1080px. Resolución óptima 2480x 2480px.

Envía el de mayor calidad posible, respetando un límite de 10 MB.

Si tu meme es principalmente texto, asegúrate que sea legible en tamaño reducido (para móviles).

- Contenido: OBLIGATORIO que sea original. No se aceptan memes preexistentes de internet solo con texto cambiado. No deberá haberse utilizado con anterioridad.
- Idioma: Se podrá presentar en euskera y/o castellano.
- Confidencialidad: PROHIBIDO utilizar imágenes identificables de compañeras/os, pacientes o instalaciones de la OSI Uribe sin consentimiento expreso. Se recomienda el uso de plantillas de memes populares, dibujos originales o fotos de archivo libres de derechos.
- Cesión de derechos: Al inscribirse al concurso, las personas participantes ceden a OSI Uribe los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública de las obras exclusivamente para fines de sensibilización sobre igualdad de Osakidetza, con mención a la autoría de los memes.
- Plazo: El concurso estará abierto desde las 00:00 del 8 de marzo hasta las 00:00 del 8 de abril de 2026.
- Método de envío: envío por correo electrónico a: lehiaketa.uribe@osakidetza.eus.

El **Asunto** será: I Concurso de memes por la Igualdad OSI Uribe.

El meme se enviará en **archivo adjunto**, con el nombre del título del meme.

En el **cuerpo** del mensaje constará:

Nombre, apellidos, género, categoría profesional y servicio/ UAP / departamento de las personas participantes.

Título y una breve **descripción** (1-2 líneas) del mensaje que quiere transmitir.

Sin perjuicio para el concurso, las personas deberán indicar la utilización de la inteligencia artificial en su diseño si lo hubiese.

6. Descalificación

Las personas participantes podrán ser descalificadas del concurso si:

- La temática no está relacionada con la propuesta en el concurso.
- Formato de meme diferente al indicado.
- Se considera que el meme promueve un mensaje sexista, racista, capacitista, LGTBIfóbico o contiene cualquier otra forma de discriminación.
- Incluyen cualquier elemento que constituya publicidad, promoción o visibilidad de marcas o logotipos corporativos, salvo los que la OSI Uribe añada antes de la exposición en público.

7. Selección de los memes ganadores

El meme será elegido por un jurado nombrado por la Comisión de Igualdad de la OSI Uribe.

Los criterios de valoración del jurado serán:

- Mensaje y Adecuación a la Temática (40%): Claridad, impacto y valor pedagógico.
- Creatividad y Originalidad (30%): Uso ingenioso de formatos, imágenes y textos.
- Humor e Impacto (30%): Capacidad de generar una reflexión a través del humor inteligente y no ofensivo.

Los memes participantes que no se descalifiquen, serán expuestos en la Intranet y en el Hall del H. Urduliz hasta el fallo del Jurado.

La comunicación del meme ganador será anunciada públicamente a través de los canales comunes de la OSI Uribe por la Comisión de Igualdad el día 8 de mayo de 2026. El premio podrá quedarse desierto a criterio del jurado.

ANEXO 2 _MAIL NÚMERO 1: TONO FORMAL

La Comisión de Igualdad de la OSI Uribe – encuadrada en las acciones para el 8M- organiza el primer Concurso de memes por la Igualdad de la OSI Uribe. El objetivo del concurso es fomentar la reflexión, la sensibilización y la cultura de tolerancia cero ante cualquier muestra de sexismo en el entorno laboral de la OSI Uribe, utilizando el humor y la creatividad como herramientas de transformación cultural. El plazo de envío de los memes comienza el 8 de marzo de 2026 y termina el 8 de abril de 2026 a las 00:00. El premio al meme ganador, una caja gourmet, se entregará el 8 de mayo de 2026. Además, las personas que envíen sus memes, participarán en el sorteo de un libro. Te animamos a reflexionar y poner tu creatividad y tu humor al servicio de la igualdad; porque la desigualdad no es una broma, pero el humor puede visibilizar y enfrentarla.	Uribeko ESIko Berdintasun Batzordeak – M8rako ekintzen barruan – Uribe ESIaren Berdintasunaren aldeko Lehen Meme Lehiaketa antolatu du. Lehiaketaren helburua da Uribe ESIko lan-ingurunean edozein sexismo-erakustaldiren aurrean hausnarketa, sentsibilizazioa eta zero tolerantziaren kultura sustatzea, umorea eta sormena kultura eraldatzeko tresna gisa erabiliz. Memeak bidaltzeko epea 2026ko martxoaren 8an hasi eta 2026ko apirilaren 8an amaitzen da, 00:00etan. Meme irabazlearen saria, gourmet kutxa bat, 2026ko maiatzaren 8an emango da. Gainera, memeak bidaltzen dituztenek liburu baten zozketan parte hartuko dute. Gogoeta egitera eta zure sormena eta umorea berdintasunaren zerbitzura jartzera animatzen zaitugu; desberdintasuna ez baita txantxa bat, baina umoreak ikusarazi eta aurre egin diezaioke.
--	---

Para más información: [I Concurso de memes de OSI Uribe: reivindica la igualdad desde el humor](#)

Informazio gehiagorako: [Uribeko ESiko I. Meme Lehiaketa: berdintasuna aldarrikatu umoretik](#)

ANEXO 3_MAIL Nº 2: TONO INFORMAL

kaixo, lankideok!

¡Compañeras, compañeros!

Badatorrela Aste Santua, eta berarekin batera torrijak, prozesioak, hondartza, sofa... edo agian egun horiek senideak zaintzeko erabili behar dituzu edo, lan egitea tokatzen zaizu... zainketak ez baitira oporretan joaten. Egiten duzuna egiten duzula, gogoratu Uribe ESlaren I. Meme Lehiaketan parte hartzeko epea **apirilaren 8an** amaitzen dela, eta, beraz, erabili zure sormena denbora amaitu baino lehen.

Zer irabaz dezakezu?

Meme irabazleak, **Gourmet produktuen kutxa** bat eramango du

Gainera, **liburu baten zozketan** sartuko zara.

Eta, batez ere, umoretik abiatuta, **ingurune berdinzaleagoa eraikitzen lagundu** izanaren betiereko loria.

Beraz, badakizu: torrija eta torrija artean, **sortu zure memea.**

Oinarri guztiak [hemen](#) kontsulta ditzakezu.

PD: Zure memea bidali baduzu, anima ezazu oraindik pentsatzen ari den lagun hori!

Que se acerca Semana Santa, y con ella las torrijas, las procesiones, la playa, el sofá... o igual tienes que utilizar esos días para cuidar de familiares o te toca trabajar... porque, los cuidados, no se van de vacaciones.

Hagas lo que hagas, recuerda que el plazo para participar en el I Concurso de Memes de la OSI Uribe termina el **8 de abril**, así que utiliza tu creatividad antes de que se acabe el tiempo.

¿Qué puedes ganar?

El meme ganador, se llevará una **caja de productos Gourmet.**

Además, entrarás en el **sorteo de un libro** que te hará pasar un buen rato.

Y, sobre todo, la gloria eterna de haber ayudado, desde el humor, a **construir un entorno más igualitario.**

Así que, ya sabes: entre torrija y torrija, **crea tu meme.**

Puedes consultar todas las bases [aquí](#).

PD: ¡Si ya enviaste tu meme, anima a esa compañera o ese compañero que todavía anda pensándolo!

ANEXO 4_ CARTEL DEL CONCURSO



OSI
OSAKIDETZA
OSAKIDETZA
OSAKIDETZA

M8. BERDINTASUNAREN ALDEKO LEHEN MEME

LEHIAKETA. URIBEKO ESIA.

8M I.CONCURSO DE MEMES POR LA IGUALDAD. OSI URIBE.

Desberdintasuna ez baita txantxa, baina umoreak ikusgarri egin eta aurre egin diezaioke.

URIBEKO ESIKO BERDINTASUN BATZORDEAK ANTOLATUTA
ORGANIZA: COMISIÓN DE IGUALDAD DE LA OSI URIBE



URIBE ESIKO LANGILEA BAZARA, PARTE HARTU
2026KO APIRILAREN 8RA ARTE.

SI TRABAJAS EN LA OSI URIBE, PARTICIPA **HASTA EL 8 DE ABRIL.**



EUS

INFORMAZIO GEHIAGORAKO
MAS INFORMACIÓN



ES

ANEXO 5_ NOTICIAS EN LA INTRANET

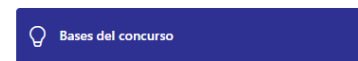
I Concurso de memes de OSI Uribe: reivindica la igualdad desde el humor

1 minutos de lectura

Con motivo del 8 de marzo, Día Internacional de las Mujeres, el área de Igualdad de OSI Uribe organiza un concurso de memes dirigido a todo el personal de la OSI.

Con el objetivo de desmontar estereotipos y sensibilizar en la cultura de tolerancia cero ante cualquier muestra de sexismo en el entorno laboral, el área de Igualdad de OSI Uribe pone en marcha el I Concurso de memes por la Igualdad. Además de fomentar la reflexión, utilizando el humor y desde una perspectiva crítica y constructiva, el concurso pretende promover la comunicación del II Plan de Igualdad de Osakidetza.

Anímate a participar y lee las bases con atención. El plazo de entrega de las obras finaliza el 8 de abril y la entrega de premios será en mayo en la sesión general donde también se presentará el último Plan de Igualdad de Osakidetza.



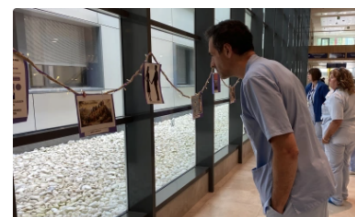
Derribar estereotipos desde el humor y la creatividad

1 minutos de lectura

Las obras presentadas en el I Concurso de memes por la Igualdad estarán expuestas en el hall del hospital. En la sesión general de 8 de mayo, se hará la entrega de premios.

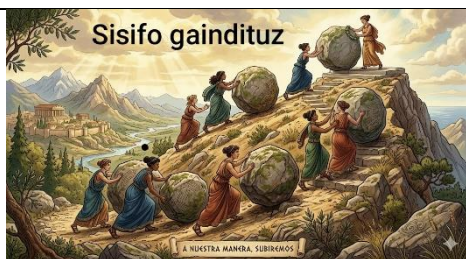
Con motivo del 8 de marzo, Día Internacional de las Mujeres, la comisión de igualdad de OSI Uribe ha puesto en marcha este año el I Concurso de Memes por la Igualdad. El concurso, además de promover el II Plan de Igualdad de Osakidetza y desmontar estereotipos, sexismos y micromachismos en el ámbito sanitario, busca fomentar la reflexión, el debate y sensibilizar en la cultura de tolerancia cero ante cualquier muestra de sexismo en el entorno laboral.

La entrega de premios será el 8 de mayo, en la sesión general donde, Iluminada Cambero, referente de Igualdad de OSI Uribe, presentará también el II Plan de Igualdad de Osakidetza y tratará de darle un toque divertido y de humor con el "botiquín de medicamentos y apósitos contra la desigualdad".



ANEXO 6_MEMES PRESENTADOS

 Ganador: Isusko Eguren Penin	 Autora: Noemí Parras Tostón
 Autor: German Monje Mazo	 Autor: Alejandro Zabala Alarcia
- MIKEL ha solicitado una reducción de jornada por cuidado de menor. - Es un PADRAZO. - AMAIA ha solicitado una reducción de jornada por cuidado de menor. - Qué tía más JETA.  Autora: Maider Quintana de la Maza	 Autora: Ainhoa Ruiz Temiño



Autora: Silvia Dabouza Acebal



Autor: Alberto García Gómez