

- 1. Aita bazara zure seme-alabetaz arduratu eta eztabaida zein ikasle greba lagundu (guraso elkarteak, eskolan...)** // *Si eres padre encárgate de tus hijxs y facilita el debate y la puesta en práctica de la huelga de estudiantes (AMPAS, escuela...)*
- 2. Laguna bazara, zure lagunak zure zaindu ditzazkezu** // *Si eres amigo, puedes cuidar de lxs hijxs de tus amigas.*
- 3. Lankidea bazara, zure lanbidean emakume* greba zabaldu eta babestu, zerbitzu minimoak kubritzeko edota emakume* lankideen lana egiteko eskeini ahal duzu zure burua, zure eguneko soldata mugimendu feministarentzat eman dezakezu edo zure lantokian emakume* greba erresistentzia kutxa antolatu** // *Si eres compañero de trabajo apoya y difunde la huelga de las mujeres* en tu centro de trabajo, ofrécete para los servicios mínimos si hiciera falta, dona tu salario de ese día al movimiento feminista u organiza en tu centro de trabajo una caja de resistencia para la huelga feminista.*
- 4. Laneko nagusia bazara, zure enpresan lan egiten duten emakumeei* elkartasuna adierazi eta errepresalia, trabak eta arazoak saihestu** // *Si eres jefe muestra tu roldaridad con las trabajadoras y facilita su derecho a la huelga, evitando represalias, trabas y problemas.*
- 5. Eskolako kidea bazara, eskolara joen behar ez duten emakume* ikasleak eta ikasleen lanuztea babestu.** // *Si eres compañero de escuela, apoya el paro y a tus compañeras alumnas y profesoras que van a faltar a las clases.*
- 6. Irakaslea bazara martxoaren 8an zerrendarik ez pasatu. Gogoratu zure ikasleen hutsegitea justifikatuta dagoela: kalean daude “gu hiltzen ari dira” garraxika eta “bizi nahi dugu” aldarrikatzen.** // *Si eres profesor no pases lista el 8 de marzo. Recuerda: es una falta justificada y urgente, las alumnas que no están en tu clase están reivindicando sus derechos, porque nos están matando por ser mujeres*.*
- 7. Zure familian, elkarbizitza taldean edo inguru afektiboan zaintza behar duenik badago, has zaitez egun horretatik aurrera ohituraz emakumeok* betetzen dugun lan horretaz arduratzen (Ez bakarrik egun horretan, erantzunkidetasunez zaintza lanaz arduratu zaitez: umeak zaindu, etxeko lanak egin, etabar.)** // *Si en tu familia, grupo de convivencia o entorno afectivo hay alguien que requiere cuidados y es una mujer* quien los provee, mañana es un buen día para que empieces a hacerlo tú (no sólo mañana, pues mañana empieza y de ahí para adelante, esto también se aplica. Impícate de manera corresponsable en el cuidado de hijxs, trabajo doméstico, etc.)*
- 8. Emakume* batekin harreman sexu-afektiborik baduzu, martxoak 8 kalean egoteko behar duen laguntza guztia emaitu** // *Si tienes una relación sexo-afectiva con una mujer*, haz cualquier cosa que ella necesite de tí para poder asistir.*
- 9. Zabaldu mezua zure lagun eta talde guztien artean. Militantea bazara eraman zure eremu politikora** // *Difunde la convocatoria, alienta para que se sumen muchas más mujeres y a que los hombres vean esta lista. Si eres militante llévalo a tu ámbito político*
- 10. Merkatuan ez kontsumitu. Batu zaitez kontsumo grebara!** // *No consumas en el mercado, únete a la huelga de consumo.*
- 11. Martxoak 8ko mobilizazio batera bazoaz (honek esan nahi du aurreko egoeretan zure bizitzan ez dagoela zure laguntza behar duen emakumerik*), jar zaitez atzeko partean, ordenarik eman gabe eta manifestazioa zuzentzeko asmorik gabe, laguntzeko jarrerarekin.** // *Si vas a las movilizaciones (esto quiere decir que ninguna mujer* necesitaba de tu colaboración en*

ninguno de los puntos anteriores) escucha, no te pongas delante, no des órdenes ni dirijas las actividades, simplemente acompaña.

12. Greba egunaren aurretik eta ondoren beste gizonezkoekin bildu zaitezke, zuen maskulinitateen inguruan elkarrekin hausnartzeko, lan pertsonala eta kolektiboa egiteko, zuen pribilegioetaz kontzientzia hartzeko eta menderakuntzarik gabeko jendartea lortzeko bidean pausuak emateko // Antes y después de la huelga puedes reunirte con otros hombres, abrir un espacio colectivo para pensar sobre vuestras masculinidades, para realizar un trabajo personal y colectivo, tomar conciencia de vuestros privilegios y dar pasos en el camino hacia una sociedad sin relaciones de dominación.