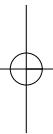
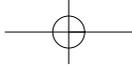


# CÓMO COMPARTIR la VIDA en IGUALDAD



GUÍA PRÁCTICA PARA CHICAS Y CHICOS

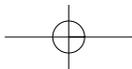


© Consejo de las Mujeres del Municipio de Madrid/Ayuntamiento de Madrid. Área de Familia y Servicios Sociales.  
Dirección General de Igualdad de Oportunidades

© Luz Martínez Ten y Rosa Escapa Garrachón

Diseño y maquetación: Mauricio Maggiorini

Edita e imprime: Cyan, Proyectos y Producciones Editoriales, S.A.



**H**ubo una época muy larga en la que convertirse en ser humano consistía en reproducir los hábitos, las ideas y las palabras que usaban las mujeres y los hombres de generaciones anteriores. Reproducir las lo más fielmente posible, porque cualquier cambio podía convertirse en un error fatal, dado que la única fuente de conocimiento que tenía la humanidad era la experiencia de las personas que vivieron antes.

Por esto ni siquiera se sabía que la cultura podía ser distinta, que la vida podía ser distinta. Los antiguos habían vivido de una cierta manera y la tarea de las generaciones era transmitir a las criaturas nuevas las pautas que las llevarían a vivir del mismo modo, copiando todos los detalles heredados. Toda innovación era castigada por peligrosa, porque podía destruir un edificio tan frágil y tan costosamente elaborado.

Un edificio del que ni siquiera se sabía que era construido, sino que parecía el único lugar habitable, la única forma posible de vivir: las cosas eran así porque no podían ser de otro modo, y además, generalmente, algún dios había prescrito que así fueran y todo cambio hubiera sido pecado.

Esta forma de funcionar tenía ventajas: evitaba las dudas personales, las incertidumbres, los riesgos. Siempre había una fórmula para saber como actuar, como opinar: imitar a los abuelos, a los padres, a los tíos. Evitar cualquier variación, cualquier prueba, cualquier camino alternativo, y mantenerse en la senda ya trazada con la seguridad de que con ello se alcanzaría la aprobación de los mayores durante la vida y el cielo después de ella.

Pero también tenía muchos inconvenientes: por ejemplo, la humanidad era muy pobre, tenía muy poca capacidad para obtener recursos de la naturaleza; la vida era corta y difícil; las jerarquías eran intocables: quien tenía poder lo mantenía para siempre, y quien tenía que obedecer no podía librarse nunca de ello; y quien era capaz de encontrar otras formas de trabajar o de vivir, más útiles, más ricas o más hermosas, tenía que callar, disimular y frustrarse, porque de otro modo hubiera acabado en la hoguera.

Esta fue la infancia de la humanidad, que duró hasta casi ayer y que aun persiste en algunas zonas del mundo. Pero en otras, las cosas cambiaron, y ya vamos saliendo de la infancia. Creció el número de las personas que creyeron que no había un solo modo de vivir, y que la innovación podía beneficiarnos. Creció el número de quienes no se resignaron a aceptar las ideas impuestas ni las jerarquías impuestas, y que decidieron, a veces a costa de su vida, abrir puertas y ventanas y atreverse a innovar. Porque se dieron cuenta que otros modos de ser, de estar y de hacer eran posibles e incluso tal vez mucho más convenientes. Y así, todo, o casi todo, pudo ser puesto en duda y construido de nuevo, ensayado, intentado. Se empezó a valorar el cambio como algo positivo.

Hoy sabemos que hombres y mujeres ya no crecen como los árboles en los bosques, impulsados sólo por su naturaleza y las condiciones del suelo, el agua y el aire, sino que llegarán a ser de una u otra manera según la educación que les demos, los ejemplos que vean a su alrededor, la libertad de que disfruten. La educación es cada día más importante, pero no como molde que troquele por igual a todos y a todas, sino como ámbito de posibilidades ofrecidas para que cada una y cada uno pueda elegir y desarrollar sus capacidades, sus deseos, sus aportaciones a la vida común. Pero, como siempre, esta nueva fase de la humanidad, casi adolescente, tiene ventajas y desventajas. Tampoco sería muy justo con quienes nos precedieron que ahora tuviéramos todas las ventajas, ¿no es cierto?

Las ventajas son enormes y evidentes: ir conociendo las bases de nuestra cultura, de nuestros hábitos, de nuestros actos, nos permite ser más libres y también más felices. Para empezar, vivimos más tiempo y lo vivimos organizando nuestra vida en la manera que nos parece mejor, aunque todavía con muchas limitaciones. Y un gran número de posibilidades aun no exploradas se abren ante los hombres y mujeres jóvenes: una vida que ya no tiene porque imitar la de sus antecesores, sino que puede inventar y reinventar sus objetivos, sus razones, sus deseos, sin aceptar imposiciones que no provengan de la propia naturaleza o de las necesidades de la convivencia.

Pero siempre hay alguna desventaja, y en este caso reinventar la vida y usar la libertad exige un cierto esfuerzo: ya nada es seguro al cien por cien, ya no hay verdades eternas. Incluso la ciencia varía sus explicaciones más elaboradas a medida que avanza. Incluso las verdades que nos han transmitido nuestras familias pueden ser puestas en duda. Incluso lo que creemos hoy, lo que consideramos cierto, lo que nos constituye como seres humanos, como hombres y mujeres, puede ser modificado porque tal vez mañana descubramos que era solo un prejuicio y no una verdad que nos ayudara a progresar.

Este es el precio que pagamos por nuestra libertad. Personalmente lo considero muy razonable, visto lo que pierdo y lo que gano. E incluso lo interesante que me está resultando el esfuerzo de descubrir lo que hay de prejuicio en lo que creo y en lo que soy, y el esfuerzo de cambiarme a mi misma y de comprobar si estoy más a gusto con estos cambios. Pero también es cierto que no todo el mundo disfruta con estos juegos.

En cualquier caso, hay que repensarlo casi todo, tengamos la edad que tengamos, y más si somos jóvenes ahora. Y si nos hacemos preguntas. Y si no nos acaba de gustar nuestra sociedad. Y si no nos gusta del todo lo que nos transmitieron nuestros mayores.

Entre las muchas cosas que hay que repensar está el qué es ser hombre y qué es ser mujer. Este es un tema central en nuestra vida, y de los que más aplastados fueron por una capa de prejuicios que pesaba toneladas y que hacía casi imposible descubrir lo que hay de verdad en la diferencia sexual que la naturaleza nos ha proporcionado. La dominación masculina, la división sexual del trabajo, las religiones, impusieron a mujeres y hombres unas formas de vida estereotipadas, estrechas, represivas, pautadas por códigos imposibles. Centenares de generaciones han transmitido estos códigos sin apenas modificaciones, porque quien se atrevía a ponerlos en duda recibía un castigo descomunal. Mirad hoy todavía estas mujeres encerradas en sus mantos como cárceles; mirad estos niños soldados que matan y mueren sin saber porqué, para daros cuenta que no exageramos cuando hablamos de códigos imposibles. Pero códigos que, en parte, están aun en nuestros cerebros, en nuestros gestos, en nuestras palabras, en nuestros hábitos. Que ya no son necesarios, que nos molestan, nos hieren, nos matan a veces también, pero repetimos en un rito innecesario, solamente porque no hemos sido capaces de romper con los gestos del pasado y de preguntarnos cual es nuestra razón para actuar como lo hacemos.

El libro que tienes en las manos, que estás comenzando a hojear, es un instrumento valiosísimo para que podamos deshacernos de toda esta hojarasca ya inútil, del peso muerto de las ideas y comportamientos de generaciones que no pudieron salir de la pobreza mental, porque la pobreza material no les permitió hacerlo, y nos legaron prejuicios, imposiciones, tabúes, límites, arbitrariedades, trabas, injusticias. Muchas mujeres han desgastado, con su acción, con su reflexión, ese muro de falsedades construido en otros tiempos, en otras condiciones de vida. Cada vez somos más las empeñadas en hacerlo, de modo que, si eres mujer, comienzas ya a ser más libre que si eres hombre para pensar que quieres ser, como quieres ser, como quieres vivir. Pero también muchos hombres se han dado cuenta de que ser les encargaba una misión absurda e imposible, la de ser siempre los dominadores, los triunfadores, y que esto está envenenando su vida y llevándolos a una muerte prematura. Y muchos hombres se están situando al lado de las mujeres para derribar el muro de prejuicios y abrir para los niños del futuro el paisaje de la libertad, en el que las niñas han comenzado ya a entrar hace unos años. Cómo no es tarea fácil, hay que encontrar métodos para hacerlo, no sea que nos lancemos sin recursos contra un muro demasiado espeso y nos lastimemos.

Como es tarea urgente, ya muchas personas, mujeres y también hombres, se han puesto a diseñar los utensilios adecuados para ayudar a las y los demás a derribar su muro interno, a cambiar. Mientras otras personas, las que tienen responsabilidades políticas, van derribando los muros externos, los de las leyes que obligaban a comportamientos diversos según fueras un hombre o una mujer o que impedían que vivieras de una u otra manera por esta razón. España, en esta etapa, está siendo un país pionero, un país que se sitúa entre los más avanzados en la voluntad de lograr la igualdad entre hombres y mujeres, igualdad que significa también libertad para que cada una y cada uno pueda crecer al máximo de sus posibilidades, dentro de los límites que nos marca la convivencia. Diversas leyes han creado las condiciones del cambio, han hecho posibles los cambios individuales, las opciones antes vedadas. Pero las leyes no pueden cambiar las mentalidades, y todavía en nuestras mentalidades quedan demasiados rastros de hábitos antiguos, de prejuicios negativos que hay que eliminar.

Cambiar las mentalidades es tarea de todos y todas; crear los instrumentos para hacerlo es tarea de quienes han avanzado ya en este camino y han sistematizado los métodos de cambio. Y esto es lo que han hecho las autoras: construir un método fácil, sencillo, casi un juego, para que podamos analizar lo que pensamos, ponerlo a prueba, modificar nuestros hábitos, ampliar nuestra libertad. En definitiva, para que podamos construirnos y reconstruirnos conscientemente y de acuerdo con nuestros valores y nuestras necesidades, y que esta tarea no sea complicada y dura, sino todo lo contrario, una especie de aventura personal y compartida en la que tenemos mucho por aprender y por descubrir. Mucho que ganar, seas hombre o mujer.

Espero que así sea, y que disfrutes tanto leyendo y poniendo en práctica las propuestas de este libro como han disfrutado las autoras diseñándolo, escribiéndolo, inventándolo. Porque ya si por fin podemos inventarnos diversas formas de vida y hacerlo como si de un juego se tratara, ejerciendo nuestra imaginación y pasándolo bien.

Marina Subirats



## PRESENTACIÓN

Quienes elaboramos esta guía pertenecemos a una generación distinta a la vuestra. Nacimos en unos años en los que en España eran muy pocas las mujeres que trabajaban fuera de la casa, así que nuestros referentes fueron las madres de toda la vida, que te esperaban a la salida del colegio con el bocadillo de chocolate y los padres que trabajaban fuera y llegaban lo suficientemente tarde como para no ser molestados con las cosas insignificantes del día a día. Y si nuestra madre trabajaba fuera de casa solían ser empleos poco cualificados y precarios, su sueldo se consideraba una ayuda a la base familiar, de forma que su función principal seguía siendo el hogar. Así, pronto comprendimos que el sitio de la mujer estaba dentro de la casa y el sitio del hombre en las cosas importantes que ocurrían fuera, en el lugar del trabajo, que era donde te pagaban con dinero contante y sonante.

Fuimos a colegios sólo de chicas donde, además de aprender matemáticas, lengua e historia, nos hicimos especialistas en la confección de ropa de bebé y en su cuidado. Aprendimos a elaborar un menú y a hacer las labores del hogar. En los colegios más avanzados, hasta nos enseñaron a cambiar bombillas y poner enchufes: conocimientos imprescindibles para el buen orden de la casa. Y mientras leíamos libros apropiados para nosotras y ensayábamos complicados ejercicios gimnásticos con pololos y cintas de colores, comenzaba a filtrarse la posibilidad de formarnos para una profesión que fuera compatible con nuestro destino como madre y esposa. Al otro lado del muro que separaba el patio del recreo, los chicos, en su colegio, iniciaban su camino en la difícil tarea de convertirse en hombres. Y, si bien no tenían que estudiar como hacer una canastilla con papel de seda, se aplicaban en otros conocimientos.

Afortunadamente el increíble cambio que se había iniciado con el movimiento feminista en los países anglosajones como instrumento hacia la igualdad de géneros, coincidiría con el inicio de la Democracia en España y la apertura a la participación política y de los nuevos movimientos sociales. Así, cuando el movimiento de liberación de la mujer llamó a nuestra puerta, lo dejamos entrar con la esperanza de romper los moldes de unos roles que quedaban anclados en el pasado. Roles que sentíamos que no nos harían felices, ni a nosotras ni a ellos, porque nos impedían explorar todas nuestras posibilidades como seres humanos.

La aprobación de una Ley que permitía a chicas y chicos acudir a la misma escuela en 1970 nos dio la posibilidad de encontrarnos aprendiendo las mismas cosas, leyendo los mismos libros de texto, los mismos cómics y hasta jugando en el mismo patio de recreo. Sin embargo, pronto descubrimos que algo habíamos dejado en el camino. El horario del instituto estaba lleno de asignaturas muy importantes que no dejaban espacio a perder el tiempo hablando de la amistad, del amor, de cómo nos imaginábamos que seríamos cuando nos hiciéramos mayores, del futuro que compartiríamos algún día... y por supuesto nada de canastilla, de la responsabilidad de tener hijos o de cómo coser un botón. De repente, todas esas cosas que pertenecían al mundo de lo privado se convertían en cosas tontas de chicas que no servían para la vida importante.

Nuestras actuaciones de protesta en la calle, en las universidades, en los partidos, dieron lugar a un proceso de cambio que se traduciría en leyes, programas de igualdad, proyec-

tos de educación. Fuimos muchas, miles, las que nos rebelamos e iniciamos lo que ha sido llamada "la revolución silenciosa". Y aprendimos entre nosotras lo que ni la escuela ni, en la mayoría de los casos, la familia, nos habían enseñado: a exigir nuestros derechos de libertad e igualdad.

En este proceso, algunos chicos se unieron, convencidos de que era lo mejor para todos y para todas. Así, en treinta años, desde que se aprobó la Constitución, en España hemos conseguido que, en el marco legal, mujeres y hombres tengamos los mismos derechos.

Pero aún falta mucho por hacer. La distancia entre la igualdad legal y la igualdad real sigue siendo abismal. O lo que es lo mismo, aunque las leyes no permiten la discriminación de las mujeres en ningún ámbito público o privado, la realidad, que es muy difícil de cambiar, se empeña en lo contrario. Por ejemplo, las mujeres cobran menos, ocupan los puestos más precarios, se ocupan mayoritariamente de las labores del hogar, del cuidado y educación de los más pequeños y de las personas dependientes. Siguen contando con menos representación en los espacios de dirección política, empresarial, cultural o científica y su historia sigue sin figurar en los libros de texto. No queremos aburrirnos con estadísticas, pero en este caso hacer las sumas y comparar los números te dan una idea muy certera de cómo está la situación. Y es claramente desigual.

Una desigualdad que también se encuentra instalada en las relaciones que tenemos con las parejas: ¿sabíais que por cada hombre que abandona su puesto de trabajo por razones familiares, lo hacen 27 mujeres?.

¿Y sabías que el tiempo invertido en el trabajo doméstico por las mujeres es de un promedio de 5 horas y 59 minutos al día. cuando el de los hombres es de sólo 2 horas y 20 minutos al día.

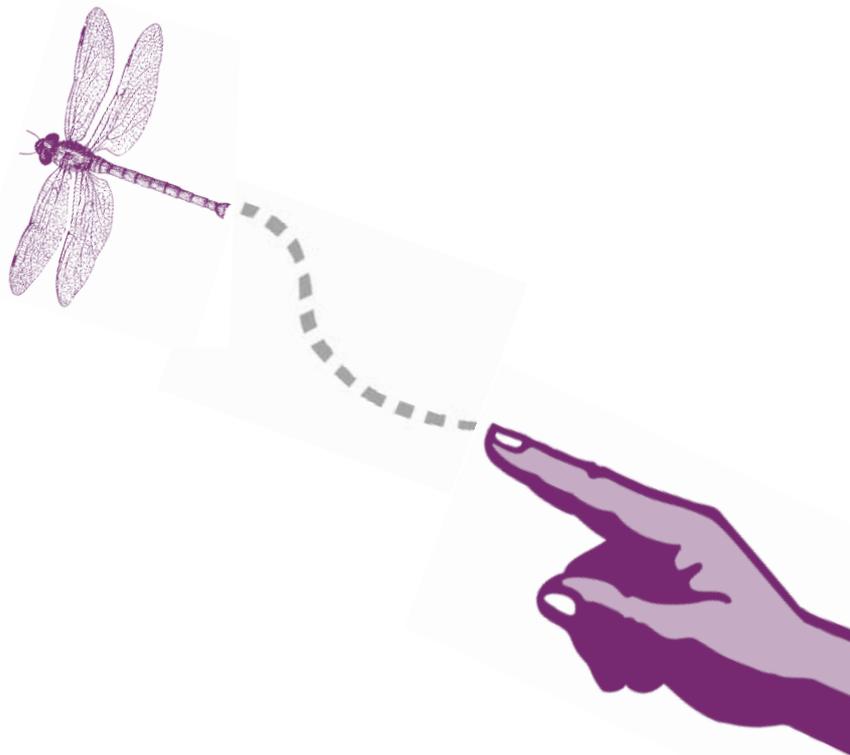
Pero -pensaréis- ¡esto no me afecta a mí! Sin embargo, todas y todos imaginamos cómo seremos dentro de unos años, con quién compartiremos nuestra vida, de qué forma organizaremos nuestro tiempo y qué metas conseguiremos. El futuro está en el presente, porque de alguna forma, todo lo que seremos lo estamos poniendo en práctica hoy. Por eso, con esta guía os proponemos un viaje para aprender a compartir la vida en igualdad. Una vida en la que no sólo cabe el trabajo fuera de casa, sino cosas tan importantes como el amor o la amistad, el cuidado de los seres que queremos, resolver los conflictos sin violencia, cuidarnos y cuidar y todas esas cosas importantes que hacen que los días sean mucho más agradables. Son cosas de las que no parece que tengamos que hablar en el aula... pero, entonces, ¿dónde las aprendemos?

Como os comentábamos, muchos de estos conocimientos desaparecieron de los estudios. Antes, cuando se enseñaban sólo a las chicas, se explicaba que más allá de la escuela había otro mundo, el privado, que requería de nuestra energía. Pero estaba mal planteado, porque estaba inevitablemente unido a la subordinación de la mujer. Ahora sabemos que conocer y reconocer ese otro mundo, el que pertenece a la vida de las relaciones y el hogar, es imprescindible para los chicos y las chicas. Es necesario para poder pilotar nuestra existencia o compartirla con otra persona.

El equipo que escribimos esta guía hemos compartido con otras muchas compañeras un largo viaje para que la igualdad se escribiera en letras mayúsculas en las leyes, en la calle, en el trabajo y en la casa. Reflexionamos, investigamos, protestamos para que vosotros y vosotras tuvierais todas las oportunidades que nos faltaron y que a nuestras abuelas y madres, les fueron negadas. A pesar de los años transcurridos seguimos buscando respuestas para compartir la vida en igualdad.







# ÍNDICE

1.	PENSAR LA VIDA EN IGUALDAD	7
2.	PRIMEROS PASOS PARA APRENDER A COMPARTIR LA VIDA EN IGUALDAD	11
3.	COMPARTIR EL PASADO	14
4.	COMPARTIR EL FUTURO	20
5.	COMPARTIR LA CASA	24
6.	COMPARTIR EL LENGUAJE	26
7.	COMPARTIR EL CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE	30
8.	COMPARTIR PARA PARTICIPAR	32
9.	COMPARTIR LA IGUALDAD DESDE EL RESPETO A LA DIVERSIDAD	43
10.	COMPARTIR LOS AFECTOS EN IGUALDAD	51



# 1

## PENSAR la VIDA en IGUALDAD

O cómo llegar a ser una chica  
y un chico del siglo XXI





## IDEAS para REFLEXIONAR

Si te preguntan si crees que existe la discriminación, es probable que contestes con un rotundo NO. Tienes el convencimiento de que no hay ningún problema, ninguna diferencia entre tus amigos y amigas y no crees haber vivido ninguna situación que te demuestre lo contrario. Entonces, ¿por qué hablar de cómo aprender a compartir la vida en igualdad? ¿Es que no es algo que se da de forma natural cuando estudiáis y pasáis tanto tiempo juntos?

Tú, como la mayoría de las personas jóvenes que conoces, tenéis más conciencia y conocimientos sobre la igualdad entre mujeres y hombres que las generaciones que os precedieron. Estáis claramente a favor de que ambos tengáis las mismas oportunidades en los estudios, en el trabajo, en la política... Defendéis y creéis vivir en igualdad.

Sin embargo, la realidad es más compleja de lo que puedas percibir a simple vista. A pesar de que en un país y en un tiempo en el que las leyes velan por la no discriminación por razón de sexo, las cifras demuestran que existen situaciones y obstáculos que siguen traducándose en perjuicio a las mujeres.

La diferencia con el pasado es que las barreras son mucho más difíciles de visualizar. Se enredan en el entramado de las relaciones personales, en las condiciones de la vida moderna y en un sistema social que sigue funcionando como si el papel de las mujeres y los hombres no hubiera cambiado.

Para lograr que la igualdad sea real necesitamos desaprender formas que pertenecen al pasado y aprender a relacionarnos desde el respeto, la libertad y la responsabilidad. El problema es que no siempre somos realmente conscientes de la herencia que se ha ido transmitiendo a lo largo de los siglos. Aprender a vivir en igualdad es todo un reto ¿Cómo aprender a ser una chica y un chico del siglo XXI?

Piensa que los animales conocen de forma instintiva la mayoría de las funciones que necesitan para sobrevivir. Pero llegar a ser humano es un proceso muy complejo. Nuestro modelo de sociedad se transmite de generación en generación mediante lo que llamamos 'proceso de socialización', en el que las personas asimilan y hacen suyos los elementos culturales y sociales que favorecen y garantizan la adaptación e integración en cada comunidad.

Seguro que has viajado por el mundo o conoces gente que vive en tu ciudad aunque nació en otro país o su familia vivía allá, o conoces a personas de otros países o te lo han contado. Cuando llegas a otro país te interesas por las costumbres propias de las personas. No quieres hacer nada que pueda molestar, por eso preguntas cómo tienes que saludar, cómo preguntar o acercarte a la gente. En algunos países es demasiado brusco decir 'no'. En otros, a la gente le molesta que te aproximes mucho y hasta que la toques. El pasado mes de octubre leíamos una noticia en la que la canciller alemana, Ángela Merkel, enviaba una carta de queja a la embajada germana en Francia manifestando que se sentía incomoda con las múltiples muestras de cariño del presidente francés Nicolas Sarkozy. En la carta Merkel deja claro que le sienta muy mal que Sarkozy le ponga la mano en la espalda o la agite con vigor cuando le habla algo habitual en el presidente galo. En la noticia se decía que parece que estas muestras de afecto no son entendidas por la cultura germana. Todas estas cosas son aprendizajes culturales que vamos incorporando y que las personas que se han educado en esa cultura han aprendido desde la infancia. Lo mismo ocurre entre la forma de relacionarnos entre mujeres y hombres. Es un aprendizaje de socialización.

Este proceso de socialización es distinto según el sexo de las personas, asignando modelos diferentes para las mujeres y los hombres en función de lo tradicionalmente establecido para unos y otras. El conjunto de cualidades y características psicológicas y físicas que una sociedad asigna a mujeres y hombres constituye lo que se llama 'estereotipos de género' que son como etiquetas que nos ponen al nacer, por ejemplo se tiende a creer que las CHICAS son más sensibles que los chicos o que los CHICOS son más duros que las chicas.; se dice que las mujeres son más cariñosas y se preocupan más por el cuidado de los demás, por lo que está bien visto que se hagan responsables de la familia y que elijan profesiones como maestra, enfermera o peluquera. O también se dice que los hombres son más prácticos y entienden mejor los procesos mecánicos, luego es normal que se dediquen a las carreras científicas y técnicas o a profesiones como mecánico o electricista. Los papeles que desempeñamos en función del sexo se llaman 'roles'.

Son aprendizajes muy sutiles que realizas en tu entorno. En la familia, la escuela, los medios de comunicación, los espacios en los que pasas tu tiempo libre y por supuesto las amistades. Este tipo de mensajes llevan siglos transmitiéndose y aunque desde mediados del siglo XX, en los países democráticos, se ha producido una verdadera revolución por los derechos de las mujeres, perviven procesos de aprendizaje que te dicen lo que puedes o no puedes hacer, por el hecho de haber nacido chico o chica.

Estos mensajes son utilizados con la mejor de las intenciones. No se piensa que puedan perjudicarte. Se basan en códigos compartidos por las personas que te rodean porque creen que es así cómo deben ser las cosas. Se van integrando en tu personalidad y en tu forma de ver la realidad, de manera que terminas inconcientemente aceptando como normales y coherentes situaciones de desigualdad.

Por ejemplo, a mediados del siglo XX, en España se percibía como correcto que una mujer pidiese permiso al marido para trabajar y eran pocas las que lo cuestionaban. Hoy, afortunadamente, no es así, pero sí se considera normal que una mujer renuncie a una mejora profesional que exija más dedicación horaria por cuidar a sus hijos/as y suele considerarse excepcional que el hombre haga lo mismo. Lo ideal es que el mundo del trabajo se adapte al hecho de que los dos miembros de la pareja puedan estar trabajando, por tanto hay que encontrar medidas de conciliación que hagan posible compatibilizar los dos campos, sin tener que renunciar a la vida familiar o personal por la profesional.

A la vez, la pareja tiene que repartir las responsabilidades de cuidado y atención a los más pequeños. En lugar de buscar el equilibrio, seguimos esperando que sean las mujeres las que se ocupen de ello.

Son mensajes que están en el ambiente. Influyen en tus elecciones más personales y van configurando tu identidad y las relaciones que mantienes con otras personas.

Hasta que llega un día en el que tienes la suficiente autonomía como para decidir cómo quieres ser. Con quién y cómo quieres compartir tus pensamientos, tus sentimientos y tu tiempo. Reflexionas sobre cómo ha sido tu educación y si realmente tiene sentido lo que has aprendido sobre los chicos y las chicas. Si esto de ir de cowboy o de princesa de cuento va contigo.

Cuando eres consciente de que existen unas reglas del juego distintas para chicas y para chicos, tienes dos opciones: o seguir el camino trazado o realizar tu propia revolución y reinventarte. Tienes un millón de alternativas por explorar y la oportunidad de configurar un mundo a tu medida, basado en relaciones de respeto e igualdad. Al final, todo es cuestión de sentido de la justicia y ganas de vivir.

Formas parte del siglo XXI, con todas sus ventajas para aprender a compartir la vida en igualdad.



# SABÍAS QUE...

Después de la Segunda Guerra Mundial, se aprueba el documento de mayor consenso de la historia de la humanidad: La Carta Universal de los Derechos Humanos. En principio iban a llamarla Derechos del Hombre, pero Eleanor Roosevelt que es conocida solo por ser la esposa de un presidente de los Estados Unidos, se opuso a ello porque excluía a las mujeres y consiguió que en su lugar figurara Derechos Humanos. Eleanor fue elegida Presidenta de la Comisión de Derechos Humanos en 1946 y trabajó febrilmente junto con sus compañeras Minerva Bernardino (República Dominicana), Bertha Lutz (Brasil), Virginia Gildersleeves (EE.UU), y Wu Yi-Tang (China). Este célebre cuarteto luchó para que se reconociera a las mujeres en los contenidos de la Carta y por una mayor presencia de éstas en cargos políticos dentro de la ONU.

Eleanor Roosevelt afirmaba que "el futuro pertenece a quienes creen en la belleza de sus sueños". Desde entonces, las mujeres de todo el mundo siguen trabajando por que en todas las políticas e instituciones se garantice la participación de las mujeres, se reconozca sus derechos específicos y sus aportaciones al desarrollo de la humanidad.

## MUJERES Y HOMBRES EN EL MUNDO

A lo largo y ancho del mundo se observa un fenómeno casi universal: las mujeres se organizan para dar soluciones colectivas que antes se consideraban individuales y ponen encima de la mesa muchos de los problemas

que afectan a sus vidas, a las de sus familias y comunidades. Luchan por la supervivencia, por defender los Derechos Humanos, parar las guerras o impedir la militarización creciente de la sociedad. Trabajan para defender la Tierra que ha sido su aliada en la supervivencia, erradicar la pobreza y el hambre o conseguir la educación, derechos laborales y políticos.

Actúan ante una situación alarmante :

- ♦ Al menos 60 millones de niñas han "desaparecido" de diversas poblaciones, mayoritariamente de Asia, como resultado del aborto selectivo en función del sexo, el infanticidio y/o la desatención.
- ♦ Cada año millones de niñas entre los 5 y 15 años de edad son incorporadas al llamado "mercado comercial del sexo" a través de la prostitución y la pornografía
- ♦ Las mujeres aportan una tercera parte de la fuerza laboral oficial y trabajan las dos terceras partes de todas las horas de trabajo. A pesar de ello, poseen menos del 1% de las propiedades del mundo y reciben tan sólo una décima parte de los ingresos. (Naciones Unidas 1980)
- ♦ La igualdad de la mujer es uno de los ocho Objetivos del Milenio que la ONU se ha planteado alcanzar antes del año 2015.

# El LIBRO de las ACTIVIDADES



## 1.- PENSAR INDIVIDUALMENTE...

### VIAJE EN EL TIEMPO



Para reflexionar...

En tres generaciones los papeles de los hombres y las mujeres ha cambiado mucho. Tu bisabuela seguramente no pudo estudiar ni trabajar. La ley otorgaba la autoridad al varón que decidía sobre la vida de la familia. No existían los anticonceptivos y ser madre soltera era una deshonra. Tu madre y tu padre crecieron o han llegado a este país en la democracia y **tuvieron que evolucionar hacia otros modelos de relacionarse... ¿y tú?**



Para trabajar....

Aquí tienes tres tiras de cómics. Escoge un elemento de esta lista y relata con dibujos como era la vida de:

Tu bisabuela  
y tu bisabuelo

--	--	--	--	--

Tu padre  
y tu madre

--	--	--	--	--

La tuya

--	--	--	--	--

Imagina como será la vida de una chica o un chico en el año 2060

Educación  
Trabajo  
Sexualidad  
Familia  
Relación de pareja  
Política  
Autoridad  
Independencia  
Relación con los hijos e hijas  
El dinero de casa



### Para preguntarse...

¿Cómo ha ido cambiando el papel de la mujer y del hombre en las distintas generaciones? ¿Ha influido en las relaciones de pareja? ¿A quién le ha costado más los cambios? ¿Qué supone para el hombre que la mujer tenga los mismos derechos y obligaciones? ¿Qué gana la mujer con la igualdad? ¿Y el hombre?

antes



QUERIDA, YA ESTOY EN CASA

ahora



QUERIDO, YA ESTOY EN CASA

## 2.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS EN GRUPOS SEPARADOS...

### SILUETAS



### Para reflexionar...

Con frecuencia las chicas os reunís a hablar solas de los chicos. Lo mismo hacéis los chicos. Son momentos bastante especiales porque están llenos de complicidad y confianza. Comentáis cuándo os sentís bien, qué os molesta, si ha habido algún problema, qué es lo que ayuda en la convivencia... Si pudiéramos escucharnos sin miedo y con una actitud abierta, seguro que aprenderíamos mucho ¿no te gustaría descubrir que es lo que dicen de vosotros? ¿Y de vosotras?



### Materiales

- Dos metros de papel continuo
- Un rotulador grueso
- Dos tijeras
- Dos pegamentos de barra
- Tres revistas
- Dos periódicos
- Una caja de ceras
- Tres rollos de papel pinocho
- Chinchetas
- Celo



### Comenzamos

■ Cuando ya lo tenéis todo os juntáis en grupos de cinco o seis. Es muy importante que sean grupos de chicos solos y grupos de chicas solas.

- Cada grupo busca un lugar apartado en el que poder trabajar con libertad y tranquilidad.
- Si sois un grupo de chicas, pedid a un chico de otro grupo que se tumbe sobre el papel y dibujad su silueta con el rotulador.
- Si sois un grupo de chicos pedid a una chica de otro grupo que se tumbe sobre el papel y dibujad su silueta con el rotulador.
- Con los rotuladores, las ceras y las revistas haced un collage para expresar en las distintas partes del cuerpo qué sienten y viven vuestros compañeros y compañeras. Recordad que las chicas tenéis que expresar lo que sienten los chicos. Los chicos tenéis que expresar lo que sienten las chicas.

- ◆ En la cabeza colocar sus pensamientos
- ◆ En la boca lo que hablan
- ◆ En el corazón lo que sienten
- ◆ En las manos lo que saben hacer mejor
- ◆ En los oídos lo que les interesa
- ◆ En los pies hacia donde caminan
- ◆ En los ojos qué perciben del mundo
- ◆ En el estómago cual es el centro de su mundo
- ◆ En las muñecas en que invierten el tiempo...

- Cuando todos los grupos hayan terminado presentadlo y así descubriremos qué piensan las chicas de cómo son los chicos y los chicos cómo son las chicas.



### Para preguntarse...

¿Os ha sorprendido lo que dicen de vosotros? ¿Y de vosotras? ¿Hay mucha diferencia entre las chicas y los chicos? ¿Se acerca a la realidad la descripción que han hecho? ¿Qué os ha agradado? ¿Qué os ha disgustado? ¿Qué habéis aprendido? ¿Creéis que tenéis que cambiar algo para convivir mejor?

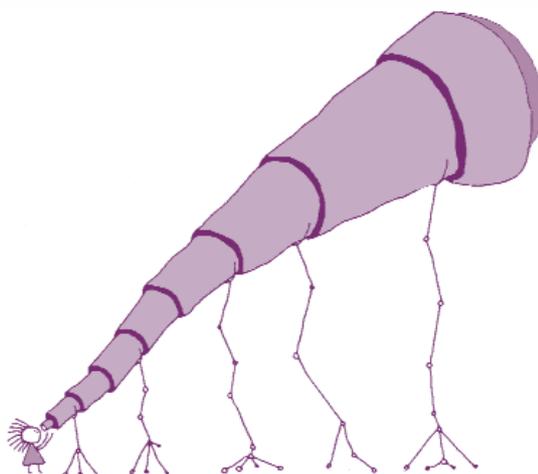
### 3.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS JUNTOS:

## QUITAMIEDOS



Para reflexionar...

Cuando se habla de igualdad podemos sentir cierta inquietud porque nos parece que tenemos que dudar sobre las mujeres y los hombres en el trabajo, en la casa, en la amistad, en el amor. Sin embargo, no hay que tener miedo. Avanzar hacia relaciones de respeto, es intentar descubrir en qué situaciones nos comportamos de forma discriminatoria. Pero también es poner el foco sobre aquellas situaciones en las que sentimos seguridad y respeto.



Hablar de igualdad es plantearnos lo que nos hace sentirnos bien y mal. Lo que puede resultar violento y también lo que nos ayuda a crecer.

Para avanzar con seguridad, antes de empezar, lo mejor es que construyamos un quitamiedos!



**Materiales:**

- ◆ Una tarjeta de diez por diez centímetros para cada persona del grupo.
- ◆ Tres metros de cuerda fina
- ◆ Una maquina de hacer agujeros en el papel
- ◆ Un rotulador de colores para cada persona
- ◆ Plumas, hojas de árboles, chapas o cuentas.
- ◆ Unas chinchetas.
- ◆ Un palo o rama de unos cincuenta centímetros



## Comenzamos

- Cuando ya lo tenéis todo, os juntáis en grupos mixtos de ocho o nueve personas.
- Cada grupo busca un lugar apartado en el que poder trabajar con libertad y tranquilidad.
- Repartid una tarjeta con un agujero en la parte superior y un rotulador
- Cada participante escribirá por un lado una situación de discriminación que viven las chicas o los chicos de su grupo o clase. Por el otro lado escribirán que aporta la igualdad ante esta situación.
- Cortad la cuerda en trozos de medio metro.
- Pasad tres tarjetas por cada trozo de cuerda y hacer un nudo sobre el agujero de forma que no se deslice.
- Cuando hayáis insertado todas las tarjetas en los trozos de cuerda, con chinchetas clavad la cuerda al palo de madera.
- Colocad el palo con las cuerdas en la puerta o la ventana. ¡Los miedos desaparecerán de vuestras vidas!



## Para preguntarse...

¿Por qué es tan difícil deshacerse de ciertas situaciones que hacen y nos hacen daño? ¿Qué ocurre cuando aprendemos a relacionarnos desde el respeto? ¿Cómo se pueden descubrir las situaciones que discriminan a las chicas? ¿Los chicos también se sienten discriminados?

# El LIBRO de los PORQUÉS



## ¿Por qué se habla de la discriminación de las mujeres y no de los hombres?

Como ves, todos los datos, tanto nacionales como internacionales revelan que las mujeres sufren más la violencia y la falta de autonomía, tienen menos acceso a los recursos y bienes, a los estudios o la participación política. Sufren en un grado mayor la pobreza. Además se hacen cargo de las responsabilidades familiares sin que se reconozca su trabajo en el sostenimiento de la vida y el medio ambiente.

Aunque te parezca increíble, no hay ningún país del mundo en el que exista una igualdad completa entre mujeres y hombres. Aunque existen grandes avances cuando los pueblos y los gobiernos toman conciencia de la situación de las mujeres y de la riqueza individual y colectiva que aportan las mujeres al desarrollo de la humanidad.

Reconocer el valor de las mujeres y su aportación es una oportunidad para el conjunto de la sociedad.

## ¿Por qué se ha aprobado una Ley para la igualdad efectiva entre mujeres y hombres si ya existe el artículo 14 de la Constitución?

Hasta los años 70 del Siglo XX, en la Ley, la mujer casada necesitaba licencia marital para todos los actos jurídicos con la única excepción de otorgar testamento.

Con la llegada de la democracia a España se aprobó la Constitución, terminando con leyes que otorgaban poder especial a hombres sobre mujeres. El artículo 14 dice que hombres y mujeres son iguales ante la Ley. Treinta años después los datos demuestran que, a pesar de que se ha avanzado mucho, sigue habiendo situaciones de discriminación hacia las mujeres. Por ejemplo:

### TRABAJO (en el primer trimestre del 2008):

- Como media, la mujer española gana un 28% menos que el hombre.
- El 82,30% de los contratos a tiempo parcial, son ocupados por mujeres.
- Por cada hombre que abandona su puesto de trabajo por razones familiares, lo hacen 27 mujeres.

### PODER JUDICIAL:

- Las mujeres representan el 7,23% las que ejercen en el Supremo.

### VIOLENCIA:

- El número de mujeres muertas a manos de su pareja o ex-pareja entre 1999-2007 es de 533 y 59 más en lo que va de 2008 (datos Ministerio de Igualdad a 02/12/2008).
- Una de cada 10 trabajadoras (el 9,9%) ha padecido alguna forma de acoso sexual en su empleo en el último año (2007).

### PARTICIPACIÓN POLÍTICA:

- Las mujeres constituyen actualmente el 36,29% del Congreso.
- Las mujeres constituyen actualmente el 25,10% del Senado.
- Las mujeres constituyen el 30,7% del Parlamento Europeo

Por esta razón se diseñó una Ley que aborda la igualdad en todas las políticas y los Ministerios. Tiene como objetivo luchar contra todo tipo de discriminación contra las mujeres. Esta Ley se aprobó el 7 de marzo de 2007 y es una de las más avanzadas de Europa.

### ¿Por qué el feminismo ha sido tan importante en la Historia?

El feminismo ha sido una de las corrientes de pensamiento y acción más importantes del siglo IX y XX, que ha abierto puertas a la democracia, a la libertad y a la autonomía de mujeres y hombres. Gracias al feminismo se ha conseguido avanzar en procesos de igualdad para conseguir un mundo más humano, justo y solidario.

Muchas personas desacreditan el feminismo diciendo que las mujeres quieren ser superiores a los hombres o ser como los hombres. ¡Y es completamente falso!. El feminismo es una corriente de igualdad, no de superioridad o de revancha. Una mujer extraordinaria, llamada Amelia Valcárcel, nos explica que desde el feminismo se intenta que ninguna persona de la especie humana deba ser excluida de cualquier bien y de ningún derecho a causa de su sexo.

Es muy importante entender que el feminismo beneficia al conjunto de la sociedad, es decir a mujeres y a hombres que pueden actuar con mayor libertad y autonomía, construyendo vidas más plenas y enriquecedoras como seres humanos.

El feminismo es un valor para las mujeres y para los hombres.

### ¿Por qué es importante distinguir entre sexo y género?

¡Esta es una pregunta realmente importante! Las mujeres y los hombres tenemos diferencias en relación al sexo, es decir, diferencias de carácter biológico. El género, en cambio, se refiere al aprendizaje que vamos adquiriendo mujeres y hombres, de acuerdo con la cultura y la sociedad en que vivimos. Muchas veces confundimos la parte biológica (sexo) con la parte cultural (género). Hay que tener claro que no son lo mismo.

Las distintas sociedades le han atribuido significados diferentes a cada género, estableciendo una serie de características para hombres y para mujeres. Todas las sociedades elaboran una serie de mensajes sobre como deben sentirse y actuar las mujeres y los hombres. El género varía en el tiempo e incluso dentro de una misma cultura. Esto significa que se aprende a ser mujer y a ser hombre, y por tanto, lo femenino y lo masculino son características socioculturales y no naturales.

Así, el género se aprende, se puede educar y cambiar, porque forma parte de modelos sociales. Esto es importante, porque entonces no vale decir: "Ella se queda en casa porque como es mujer no le gusta trabajar" y Tampoco se puede decir: "El no se ocupa de la cocina porque como es hombre no le corresponde". Sabemos que podemos romper con los papeles que históricamente se atribuían a mujeres y hombres, aprendiendo a convivir en igualdad desde el respeto y el compromiso.

# IDEAS PARA los CHICOS



Es más fácil que cruces la selva amazónica sólo con un machete y una cantimplora que hablar de machismo. En cuanto se comienza a tratar de discriminación te entran ganas de echar a correr o te pones a la defensiva porque es muy fácil sentirse cuestionado. Es bastante normal. Pero antes de poner pies en polvorosa, te recomendamos que reflexiones unos segundos y pienses que no se trata sólo de ti, sino de debatir el modelo de sociedad en el que vives. Y lo que es más importante, que los chicos tenéis mucho que ganar con el feminismo, ya que te permite explorar una parte de ti que los valores tradicionales te habían negado. Tampoco te vamos a engañar. No es fácil porque es hacerte muchas preguntas, pero si te diremos que encontrar las respuestas es muy positivo.

Para empezar a tratar este tema, lo mejor es tener una actitud abierta, dialogante y positiva. Con grandes dosis de sentido del humor.

Tampoco está mal que te cargues de coraje para saber analizar y cambiar las actitudes y comportamientos que están mal a la vez que te reafirmas en aquellos que te hacen más libre o te ayudan a relacionarte de forma respetuosa y responsable con las chicas y las mujeres.

Te prometemos que este viaje puede ser una experiencia inolvidable.



# IDEAS PARA las CHICAS



Posiblemente lo primero que pienses es que no te sientes discriminada y que no ves razón para trabajar este tema. A lo mejor, es más lógico que lo traten mujeres más mayores que tienen más dificultades para llegar al trabajo y a la familia.

Además abordar la igualdad es como acusar a tus compañeros o reprocharles que se porten de forma machista contigo. Por otra parte es incomodo cuestionarte como eres. Tus problemas son los normales de una chica de tu edad.

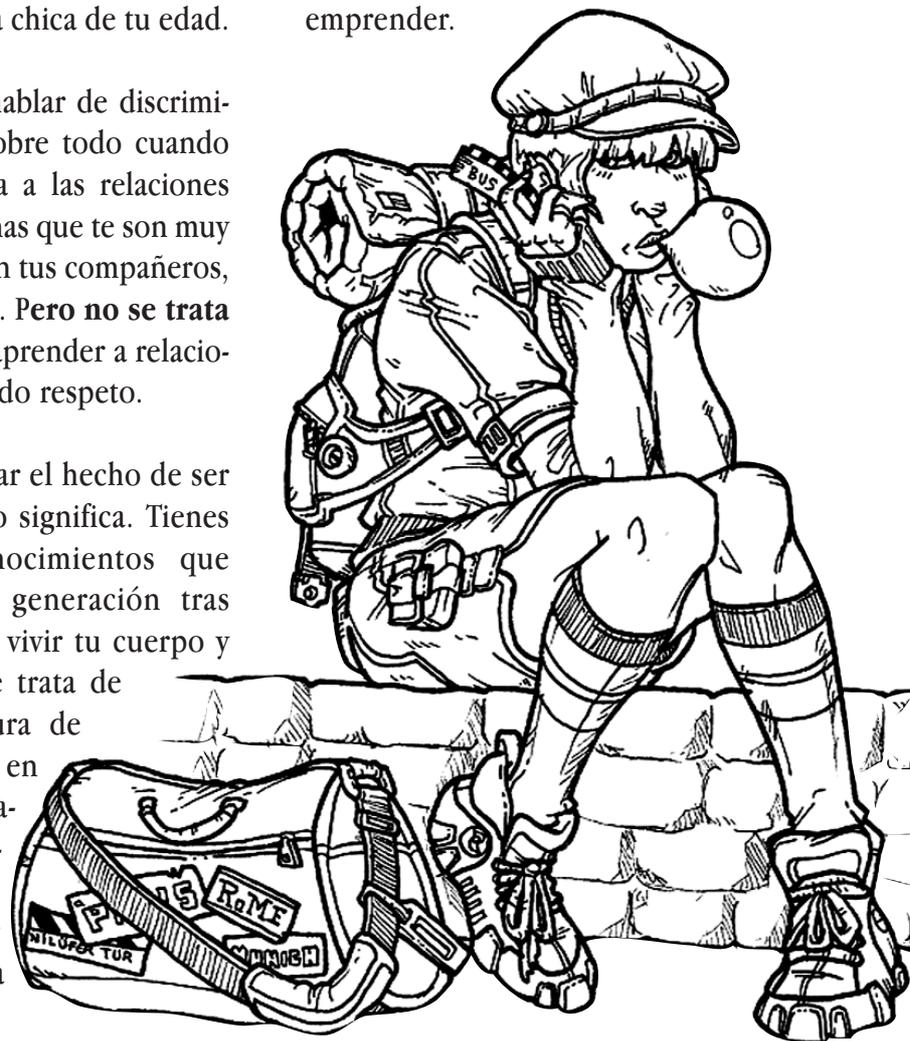
Y tienes razón. No es fácil hablar de discriminación hacia las mujeres, sobre todo cuando estamos haciendo referencia a las relaciones que se establecen con personas que te son muy cercanas y queridas como son tus compañeros, hermanos o incluso tu padre. **Pero no se trata de acusar a nadie**, sino de aprender a relacionarnos desde un lugar llamado respeto.

Se trata de aprender a valorar el hecho de ser mujer, con todo lo que esto significa. Tienes una historia propia, conocimientos que hemos ido transmitiendo generación tras generación, una manera de vivir tu cuerpo y las relaciones de afecto. Se trata de que vivas tranquila y segura de quién eres. De que confíes en ti misma y en tus capacidades. Segura de que alcanzarás tus sueños sin tener que renunciar a nada, sin tener que comportarte de forma diferente para que te tomen

en serio, ni tener que salvar más obstáculos por el hecho de ser una chica.

**La igualdad es un viaje que nos lleva a un mundo mejor.** Este viaje se construye con diálogo y complicidad. Pero sobre todo con la capacidad de rebelarte ante situaciones injustas a la vez que te afirmas en tu sentir y ser de mujer.

La igualdad es un viaje que merece la pena emprender.



# 2

PRIMEROS PASOS para  
APRENDER a COMPARTIR  
la VIDA en IGUALDAD





## IDEAS para REFLEXIONAR

Cuántas veces has dicho o escuchado: ¡yo soy así! ¡No puedo cambiar! Sentimos tener que decirte esto, pero es completamente falso. Los seres humanos tenemos una enorme capacidad para reinterpretarnos. Es algo así como decidir qué clase de persona quieres ser y proponértelo. Los estudios psicológicos están demostrando que tenemos la capacidad de revisar no sólo nuestras creencias y valores, sino también para influir sobre nuestras actitudes. ¿No te ha pasado nunca que después de pasarlo fatal por algo que te ha sucedido, llega un día que te plantas y decides estar bien? Entonces, te arreglas y sales de casa con fuerza y optimismo. De la misma forma, podemos cambiar conductas que hacen daño por ser discriminatorias o reforzar esa parte de nuestra personalidad que es estupenda porque se sustenta sobre valores de respeto e igualdad.

**Y es que la desigualdad no es innata, no es instintiva ni está inscrita en los genes.** Ni siquiera tiene una lógica biológica. A pesar del empeño constante por demostrar que la subordinación de la mujer al hombre era natural, sabemos que es un producto cultural que se ha ido construyendo durante siglos en todos los pueblos del planeta. Es un sistema de valores y actitudes que llamamos 'patriarcado' y que se aprende desde la cuna. ¿Sabíais que los estudios demuestran que los niños y niñas son acunados, abrazados y cantados de forma diferente?

Recuerda que si excluimos la función de la reproducción entre las personas, prácticamente todas las demás actividades de la vida pueden ser realizadas tanto por hombres como por mujeres.

Cuestionar la desigualdad entre los sexos no quiere decir que rechacemos todo lo que somos. No tenemos que tirar nuestra forma de ser por el fregadero, ni renunciar a nuestra identidad.

El hecho de que exista igualdad entre mujeres y hombres no es lo mismo que ser idénticos. No tenemos por que mimetizarnos y renunciar a nuestra forma de ser. Esto es una gran equivocación. Los seres humanos somos diferentes en muchos aspectos. El problema no está en la diferencia que es, en sí, algo natural, sino en la discriminación injusta. La diferencia hombre-mujer no representa, no debe representar, ningún peligro para el pleno desarrollo y la realización de la identidad personal, sino un enriquecimiento al incorporar valores, actitudes y comportamientos que son elementos favorecedores para la convivencia y desarrollo armónico de las personas y los diferentes grupos sociales.

Se traduce, por tanto, en identidades fuertes y seguras que comparten los mismos derechos y obligaciones. Nos abre un mundo de oportunidades y vivencias que tradicionalmente pertenecían sólo a uno u otro sexo. Igualdad es construir relaciones equitativas entre los dos, con el mismo valor y distintas experiencias y miradas.

Además, **la igualdad beneficia al conjunto de la sociedad**. La democracia no está completa si sólo participa el cincuenta por ciento de la población. Es necesario contar con la experiencia, las necesidades, la mirada y la capacidad de las mujeres y de los hombres para que el mundo sea un lugar más justo, solidario, equitativo y humano.

**La igualdad no pretende que los sexos sean idénticos** y nos comportemos exactamente de la misma manera, sino que respeta nuestra identidad. Si la igualdad nos restituye nuestro valor como mujeres y como hombres, ¿qué es lo que expresa la igualdad? ¿De qué estamos hablando?

- De algo tan justo como ser tratados de la misma forma ante la ley.
- De algo tan importante como poder participar con las mismas oportunidades en todos los ámbitos de la sociedad.
- De algo tan imprescindible como no temer por tu vida ni por tu seguridad o el de las personas que quieres.
- De algo tan fundamental como no sufrir la discriminación o el acoso por cuestión de sexo.
- De algo tan valioso como sentir la autonomía y la libertad.
- De algo tan complejo como es construir relaciones basadas en el respeto.
- De algo tan sensato como compartir derechos y obligaciones en la vida personal, familiar, social y profesional.
- De algo tan fundamental como es reconocer que mujeres y hombres portamos valores, conocimientos y experiencias que hemos heredado de siglos de historia y que son imprescindibles para el desarrollo de la humanidad.
- De algo tan interesante como descubrir que podemos reinventarnos y ser todo lo que soñemos sin sentir ningún obstáculo por el hecho de ser hombre o mujer.
- De algo tan especial como que todo ser humano pueda desarrollar todo su potencial afectivo, intelectual, artístico o físico.
- Cuando hablamos de igualdad estamos hablando de todo esto. De vivir plenamente reconociendo toda nuestra experiencia, capacidades y valores, como mujeres y hombres.

# SaBÍAs QUe...

Después de la Segunda República y hasta los años 70, en España las mujeres tenían que pedir permiso a su marido para poder trabajar, cobrar su salario, ejercer el comercio, abrir cuentas corrientes en bancos, sacar su pasaporte, el carné de conducir...

Por el contrario el marido podía disponer de los bienes comunes sin el consentimiento de su esposa, con la sola excepción de los inmuebles y establecimientos mercantiles.

La mujer no tenía capacidad de decisión sobre los hijos hasta que muriese el padre e incluso, hasta el año 1970, éste podía darlos en adopción sin el consentimiento de la madre.

El movimiento feminista en España tuvo un importante protagonismo en el proceso de transición democrática y en el avance hacia igualdad entre mujeres y hombres

En 1983 comienzan las políticas institucionales de Igualdad con la creación del Instituto de la Mujer. Cuya primera directora fue Carlota Bustelo.

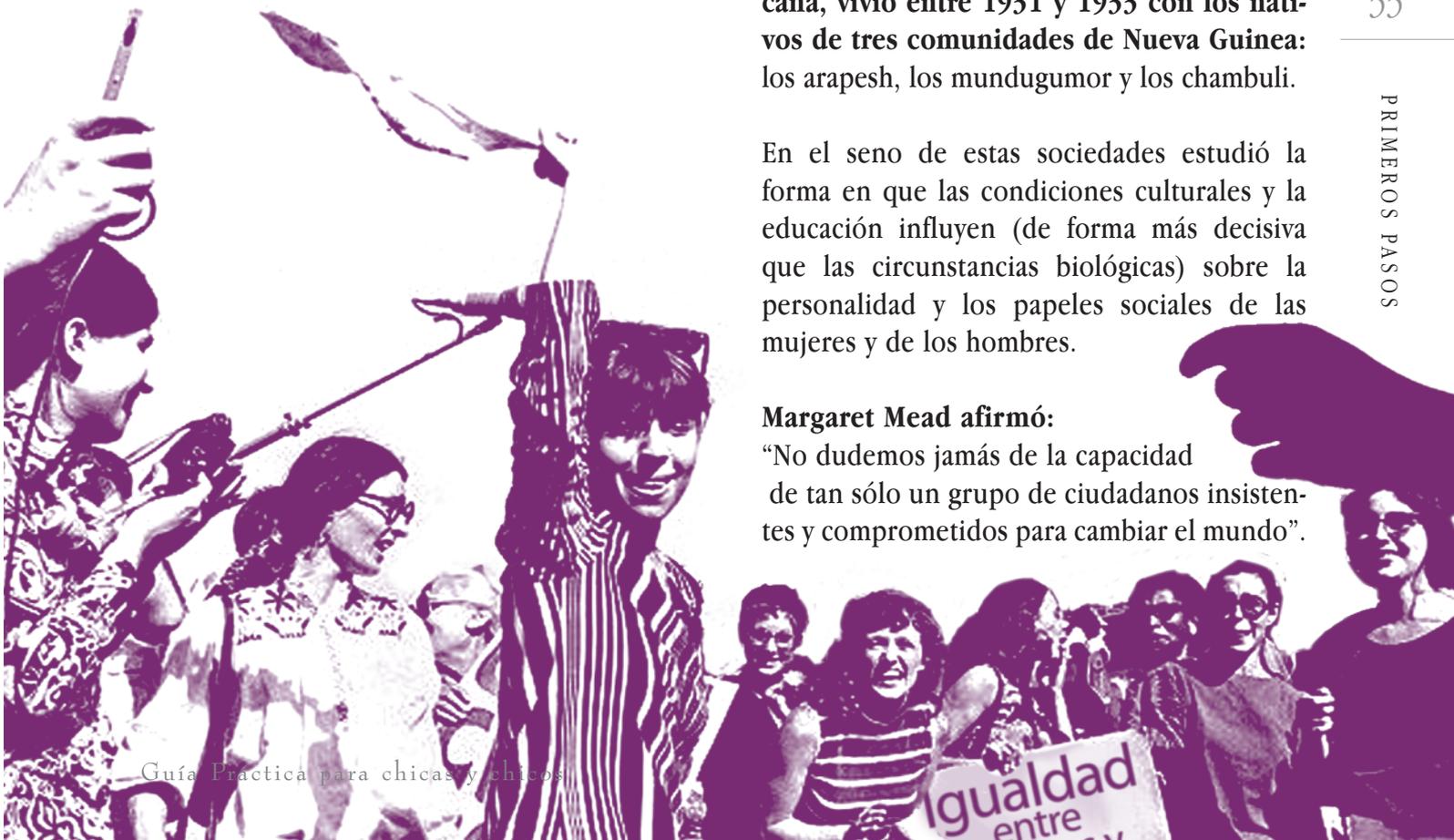
En 1987 ya habían 600 organizaciones feministas inscritas en el catálogo del Instituto de la Mujer.

## MUJERES Y HOMBRES EN EL MUNDO

**Margaret Mead, famosa antropóloga americana, vivió entre 1931 y 1933 con los nativos de tres comunidades de Nueva Guinea: los arapesh, los mundugumor y los chambuli.**

En el seno de estas sociedades estudió la forma en que las condiciones culturales y la educación influyen (de forma más decisiva que las circunstancias biológicas) sobre la personalidad y los papeles sociales de las mujeres y de los hombres.

**Margaret Mead afirmó:**  
 “No dudemos jamás de la capacidad de tan sólo un grupo de ciudadanos insistentes y comprometidos para cambiar el mundo”.



# El LIBRO de las ACTIVIDADES



## 1.- PARA PENSAR INDIVIDUALMENTE...

### TAL Y COMO SOY



#### Para reflexionar...

No te pareces a nadie y lo sabes. Tienes tus propias fortalezas y miedos. Los lunes por la mañana te gusta saludar a la semana con buen humor. No soportas el desorden y sin embargo eres incapaz de llegar a tu hora a una cita... ¿eres así? Tal vez sí, o tal vez no. Lo que es seguro es que eres una persona única e irrepetible. ¿Ser chica o chico determinan todo lo que eres? Vamos a descubrirlo.



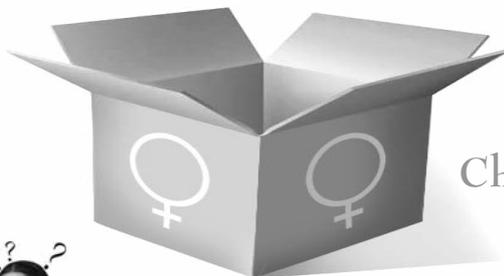
#### Para trabajar....

En esta caja tienes un revoltijo de cualidades, escoge las cinco que mejor definen tu personalidad.

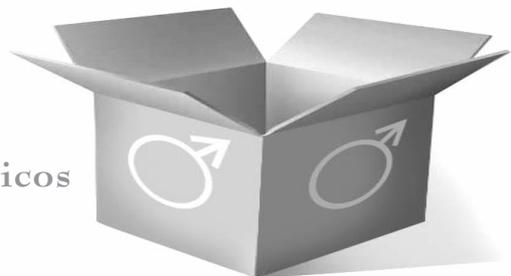


Ahora divide todas las cualidades en estas dos cajas.

Y comprueba si las cualidades que te definen concuerdan con la imagen que se tiene de chico o que se tiene de chica. Comparar con las de tus compañeras y compañeros.



Chicas



Chicos



#### Para preguntarse...

¿Crees que estas cualidades son innatas? ¿Pueden aprenderse? ¿Pueden ser compartidas por chicas y chicos? ¿Qué ocurre cuando una chica tiene cualidades que se les atribuyen a los chicos? ¿Y cuando es al contrario?

## 2.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS EN GRUPOS SEPARADOS

### LAS GAFAS DE COLOR VIOLETA



Para reflexionar...

Desde que naces has ido recibiendo mensajes de lo que es ser hombre y mujer. Piensa por ejemplo en los cuentos que te narraban hace unos años, como La Cenicienta, Blancanieves, El Príncipe valiente o Juan sin miedo. ¿Qué hacían las mujeres y los hombres de los cuentos? Ahora intenta recordar los anuncios de la TV y cómo hay determinados productos que están dirigidos a las mujeres, como los de belleza, limpieza, alimentación, electrodomésticos o clínicas de estética. Y los que están dirigidos a los hombres, como los coches. Hay otros medios como la televisión, las revistas, la misma escuela, o incluso la familia, en donde se suele inculcar mensajes diferentes para chicos y para chicas.

Todos los mecanismos de socialización te influyen de manera inconsciente diciéndote qué tienes que esperar de la vida, cómo comportarte y hasta en qué terreno eres mejor. En tu mochila llevas muchos mensajes que hacen que aceptes la discriminación de género como algo natural. Vas caminando por la vida con un equipaje que no es tuyo y que puede llevarte a crear o aceptar situaciones de discriminación.

Para aprender a compartir igualdad es necesario ponerse las gafas de color violeta y detectar donde está la discriminación.

Para hacer esta actividad necesitáis para cada grupo de seis personas:



#### Materiales

- Bolígrafos
- Una fotocopia del cuestionario para cada participante



#### Comenzamos

Recordad que tenéis que separaros en grupos sólo de chicos y sólo de chicas. De esta forma podréis hablar con más tranquilidad y al terminar la actividad ponerlo en común.





## PREGUNTAS

- Se tiene en cuenta las circunstancias personales y familiares de chicos y chicas que van a clase.
- De manera informal se conversa tanto de los temas que interesan a los chicos como a las chicas.
- Cuando se comete una injusticia con un chico o una chica, el grupo sale en su defensa.

VERDADERO	FALSO

2.- Poned en común con el grupo los resultados. Sacad la media y comentad cada uno de los ítems.



Para preguntarse...

¿Participáis en la construcción de relaciones de igualdad y seguridad en el aula? ¿Las chicas se sienten aceptadas y valoradas en el grupo? ¿Y los chicos? ¿Existe un compromiso consciente por parte de todos y de todas para que nadie sienta la discriminación por género? ¿Quién pierde cuando se producen situaciones violentas en el aula?



### 3.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS JUNTOS...

#### CARTA DE COMPROMISO



Para reflexionar.

No te quedes inmóvil  
al borde del camino  
no congeles el júbilo  
no quieras con desgana...  
... no reserves del mundo  
solo un rincón tranquilo



*Mario Benedetti (No te salves)*<sup>1</sup>

Pensamos que con no perjudicar a nadie es suficiente. Pero la realidad es muy diferente. Nuestros silencios o la ausencia de actuación es cómplice tanto de las injusticias que tenemos cerca como de aquellas que ocurren en otro lugar del mundo. No querer conocer lo que sucede no nos hace más humanos, sólo nos convierte en personas insolidarias. Pero cuando formamos parte de la igualdad, entonces nos enriquecemos y crecemos en experiencia. Con la igualdad podemos ver nuevos puntos de vista, poner en juego capacidades como empatía, escucha y capacidad de justicia. Pero sobre todo, ayudar a construir un entorno donde sintamos seguridad y aceptación.

Para hacer esta actividad necesitáis:

- ◆ Para cada grupo de seis personas:
  - Rotuladores
  - Una cartulina
  - Chinchetas
  
- ◆ Para todo el grupo de participantes
  - Una cartulina
  - Un rotulador de punta fina azul o negro
  - Una cinta roja
  - Cera para hacer un sello
  - Media patata



## Comenzamos:

1.- En grupos mixtos de siete u ocho personas lo primero que vamos a hacer es escribir en la cartulina todos los nombres de cada una y cada uno de los compañeros y compañeras de clase. Al lado de cada nombre, una cualidad personal que ayude a construir un espacio de igualdad.

- Cuando hayamos terminado colocaremos la cartulina en la pared, para que se pueda leer.
- A continuación y teniendo en cuenta los resultados del ejercicio anterior, definid seis o siete compromisos por la igualdad. Uno por cada persona que participa en el grupo.
- Una vez terminado se escribirán todos los compromisos en una cartulina bajo el siguiente lema:
- Las personas que firman este documento se comprometen a que el aula sea un lugar de...
- En gran grupo unid todas las propuestas en la cartulina y firmad el compromiso con vuestros nombres. Sellad el documento con el sello de patata. Enrollad y cerrad con la cinta roja.

## Cómo hacer el sello:

- Cogemos una patata y la partimos por la mitad.
- A continuación, escogemos el motivo que queramos. Con el cuchillo ir rebajando la superficie de la patata dejando entrever la forma del motivo escogido. Para objetos muy detallados afinar el corte y proceder con cuidado.
- Finalmente sólo queda utilizar los tampones:
- Verter pintura sobre la figura de la patata y estamparla sobre el lugar preferido. Utilizando diversos sellos podremos crear estampados originales.

# El LIBRO de los PORQUÉS



¿Por qué se asocia a la mujer a determinadas características como la dulzura, el cuidado o la docilidad?

Desde el principio de las civilizaciones pensadores, filósofos y literatos fueron transmitiendo el concepto ideal de "la mujer". Se apoyaban en argumentos ligados a la naturaleza y a la religión. Estas ideas fueron transmitiéndose de generación en generación a través de los refranes, los cuentos, las poesías y hasta el papel evangelizante de las iglesias. Mira estos ejemplos:

## Aristóteles (siglo IV a.C.):

*"Debemos considerar la condición femenina como si fuera una deformidad, si bien se trata de una deformidad natural".*

## Erasmus de Rotterdam (siglos XV-XVI):

*"Una mujer es siempre mujer, es decir, loca, por muchos esfuerzos que realice para ocultarlo".*

## Lutero (siglo XVI):

*"Aunque [las mujeres] se agoten y se mueran de tanto parir, no importa, que se mueran de parir, para eso existen".*

## Rousseau (siglo XVIII):

*"No pudiendo ser jueces por sí mismas, [las mujeres] deben admitir la decisión de sus padres y esposos, igual que la de la Iglesia (...). La educación de las mujeres debe estar en relación con la de los hombres: agradarles, serles útiles, hacerse amar y honrar de ellos".*

## Kant (siglo XVIII):

*"A una mujer con la cabeza llena de griego o que sostiene discusiones sobre mecánica, parece que no le hace falta más que una buena barba".*

## Lord Byron (siglo XIX):

*"Las mujeres deberían ocuparse en los quehaceres de su casa; se las debería alimentar y vestir bien, pero no mezclarlas en sociedad. También deberían estar instruidas en la religión, pero ignorarlo todo de la poesía y la política; no leer más que libros devotos y de cocina. Música, baile, dibujo, y también un poco de jardineo y algunas faenas del campo de vez en cuando".*

Pero su hija Ada Byron, estudió e inventó el precedente del primer ordenador y no es conocida, ni reconocida injustamente.

## Schopenhauer (siglo XIX):

*"Lo que hace a las mujeres especialmente aptas para cuidarnos y educarnos en la primera infancia es que ellas siguen siendo por siempre pueriles, fútiles y limitadas de inteligencia. Durante toda su vida son como niños grandes, una especie de intermedio entre el niño y el hombre (...). Pero ¿qué puede esperarse de las mujeres si se reflexiona que en el mundo entero no ha podido producir este sexo un solo genio verdaderamente grande, ni una obra compleja y original en las bellas artes, ni un solo trabajo de valor duradero, sea en lo que fuere?"*

No es verdad, pero... ¿Por qué las mujeres que hicieron cosas importantes no se conocen

## IDEAS PARA los CHICOS



Perteneces a una generación con un alto grado de autonomía personal, con capacidad para construir un universo de valores y proyecto vital propio.

No dejes que te aturdan los viejos estereotipos sobre los chicos que siguen llenando las páginas de los cómics, los videojuegos o las películas comerciales. Las chicas ya no esperan que las rescates de las garras de los piratas. No hay Oeste que conquistar, ni cruzadas a las que partir.

Pero hay una aventura mucho más importante, la de tu propia vida, construyendo relaciones interpersonales sólidas y responsables.

Conversa y apóyate en tus amigos para definir qué significa ser un chico, hoy.

Respetar las aportaciones de tus compañeras.

Conversa, escucha y comparte los espacios en igualdad.

Aprende a leer las situaciones de discriminación que puedan ocurrir a tu alrededor. Piensa que lo que antes se consideraba normal, ahora es intolerable. Por ejemplo, la sociedad consentía que los hombres pegaran a las mujeres e incluso que las recluyeran en sus domicilios. Hoy esto es impensable. De la misma forma, existen situaciones que seguimos aceptando como "normales". Cualquier situación que vaya contra la dignidad, seguridad o respeto de las personas, sea por la causa que sea: por origen étnico, orientación sexual o creencias, es intolerable. No te calles, no dejes que ocurran. No te hagas cómplice.



# IDEAS PARA las CHICAS



Perteneces a una generación con un alto grado de autonomía personal. Desde hace generaciones, las mujeres hemos saltado las barreras que nos recluían al mundo privado, sin olvidar lo que aprendimos de las generaciones que nos precedieron, avanzamos reafirmando en su universo de valores y proyecto vital propio.

No dejes que te aturdan los viejos estereotipos sobre las chicas que siguen llenando las páginas de las revistas, los videojuegos, las telenovelas o las películas comerciales. Tienes tus propios intereses tanto en la vida personal como en la profesional y no necesitas que te rescaten para saber quien eres.

Desde la autonomía construye relaciones interpersonales sólidas y responsables. Comparte la vida en igualdad.

Cuando existan situaciones que consideres que te dañan o dañan a otra persona, no te calles. Cualquier situación que vaya contra la dignidad, seguridad o respeto de las personas, sea por la causa que sea, de sexo, por origen étnico, orientación sexual o creencias, es intolerable. No te calles, no dejes que ocurran. No te hagas cómplice.

Piensa que durante siglos las mujeres que denunciaban la desigualdad sufrieron las consecuencias de su rebeldía pero, gracias al camino que emprendieron, las leyes fueron avanzando tanto para las mujeres como para los hombres.

Intenta siempre afianzarte en los derechos de igualdad y respeto.





# 3

## COMPARTIR el PASADO

La historia que no te contaron



## IDEAS para REFLEXIONAR



Piensa honestamente en lo que sabes de cómo vivían las mujeres en la Prehistoria, en la Edad Media o en la Revolución Francesa. ¿Conoces a alguna mujer pintora del Renacimiento? ¿Y científicas? ¿Tal vez alguna mujer influyente de la antigua Grecia? ¿O tal vez matemática? Las mujeres no se deslizaron entre las páginas de los libros de texto que estudias en el Instituto y desaparecieron entre las solapas. Sencillamente nadie se acordó de incluirlas como una parte importante del conocimiento en el programa de estudios básicos.

Decirte que las mujeres están desde el inicio de los tiempos es un poco tonto... lo sabes perfectamente. Sin embargo todo lo que hicieron, la forma en la que contribuyeron al desarrollo de la Humanidad, cómo vivían, sus nombres y sus historias se han ido desdibujando al situarlas en un segundo plano, detrás una historia genérica.

Afortunadamente en las Universidades, se han creado los departamentos de Género que han empezado a investigar, desempolvando archivos y documentos que permiten reconstruir un pasado apasionante, tanto por el papel que las mujeres desempeñaron en la vida cotidiana como en grandes hazañas y logros en los distintos campos de la Política, la Ciencia, el Arte o el Pensamiento.

Uno de los procesos históricos más importantes protagonizado por las mujeres ha sido el intento constante por conseguir la igualdad. ¡Y luego dirán que las mujeres son dóciles y conformistas! Pues los hechos demuestran lo contrario.

Desde el principio, fueron muchas las que, de forma individual y colectiva, se rebelaron ante una situación que les impedía tomar decisiones sobre sus propias vidas, participar en los asuntos de Estado y hasta atreverse a difundir sus pensamientos. Historias como las de Hatshepsut la reina-faraón de la XVIII dinastía egipcia, (1479-1457 a. C.) Leonor de Aquitania (francesa 1112-1204), Malinali (indígena mesoamericana 1503-1529), Florence Nightingale (inglesa 1820-910), Clara Campoamor (española 1888-1972), son sólo algunas de las biografías que dan testimonio del coraje en la búsqueda de la justicia y la verdad.

Uno de los momentos más emocionantes de la rebelión de las mujeres lo encontramos en la Revolución Francesa.

Las mujeres debatían y discutían acaloradamente sobre temas que hoy nos siguen preocupando, como la necesidad de tener una educación, la autonomía, la violencia en el hogar y hasta de la prohibición de las prostitución. En la calles, las mujeres parisinas protestaban por la escasez del pan y los altos precios de los alimentos.

En agosto de 1789, un mes después de la toma de la Bastilla, la Asamblea Nacional proclama la Declaración de los Derechos del Hombre y el Ciudadano. Los días cinco y seis de octubre de 1789, alrededor de seis mil mujeres parisinas marcharon hacia Versalles y consiguieron trasladar al Rey y a la Reina a París desde donde les sería más difícil eludir los graves problemas del pueblo. Y fue tal la actividad que desarrollaron que los comités revolucionarios les prohibieron salir de las casas bajo el pretexto de que era peligroso. Las francesas no se resignaron, no querían perderse los acontecimientos, así que para protestar por esa prohibición, se pusieron en las puertas de sus casas a hacer calceta; para así estar al quite de lo que pasaba.

No fue hasta dos años después cuando una parisina, Olimpia de Gouges, publica una réplica feminista "Declaración de los Derechos de la Mujer y de la Ciudadana". Pero todos los esfuerzos de las mujeres terminaron en una amarga derrota. No sólo no consiguieron los derechos que proclamaban sino que se creó el "Código Napoleónico" por el cual las mujeres tendrían que estar bajo la tutela de un varón. Cerraron los lugares donde las mujeres se encontraban, prohibieron las reuniones. Muchas pasaron por la guillotina. Y todas fueron confinadas en el hogar, prohibiéndoles toda participación política.

Pero la lucha de las mujeres por sus derechos en la Revolución no fue olvidada. Las mujeres del siglo XIX habían iniciado el camino de sus derechos. El Feminismo había nacido como Movimiento de las Mujeres.

El Movimiento para los Derechos de las Mujeres surgió en Norteamérica, a mediados del siglo XIX, en gran parte como consecuencia de la participación de las mujeres en el movimiento contra la esclavitud que comenzó por 1830. Pensad que en aquellos tiempos no era fácil para las mujeres actuar en el espacio público, a causa del ambiente puritano que les recluía al ámbito doméstico. Pero, en este contexto religioso, defender la causa de los esclavos negros estaba bien visto.



Fueron las llamadas "sufragistas" quienes prendieron de nuevo la llama de la igualdad. Las mujeres colaboraron de manera activa en la recogida de firmas y peticiones contra la esclavitud. Sin embargo, pronto descubrieron que a pesar de sus esfuerzos y el trabajo invertido, eran dejadas aparte en los momentos decisivos. Al percibir la situación social y personal de los esclavos negros, reflexionaron sobre la suya propia, lo limitado de la esfera doméstica donde se encontraban confinadas y su falta de derechos. De esta forma surgió un movimiento que se extendió por todo el mundo, solicitando el derecho al voto para las mujeres. Pensaban, no sin razón, que si conseguían participar en las decisiones políticas a través del voto, podrían acceder al Parlamento y de esta forma cambiar las leyes que las consideraban como propiedad legal de sus maridos y les impedía acceder a la educación o a cualquier profesión que permitiera su autonomía.

El Movimiento de los Derechos de las Mujeres corrió como la pólvora por todo el mundo, progresivamente, prácticamente todos los países fueron reconociendo el sufragio universal.

Pero la historia no acaba aquí. Después de la Segunda Guerra Mundial, Simone de Beauvoir irrumpe con un libro llamado "El segundo sexo" en el que afirma "la mujer no nace, se hace". ¡Pensad qué importante era esta afirmación! Rompía con la creencia de que la naturaleza marca la forma de ser mujer y hombre y pone el peso en la cultura. Las reflexiones de Simone de Beauvoir fueron un importante referente para las nuevas generaciones: las hijas universitarias de las mujeres que obtienen el voto y los derechos educativos después de la Segunda Guerra Mundial y que iniciarán la Tercera Ola de las reivindicaciones de las mujeres, considerando aspectos tan importantes como el derecho a controlar la maternidad, la participación política o la condena de la violencia.

Gracias a miles de mujeres de todo el mundo que durante siglos se han rebelado ante una situación injusta, la igualdad entre mujeres y hombres, por fin entró a formar parte de la agenda política tanto nacional como internacional. Así, en 1975, la ONU organiza en México, la primera Conferencia Mundial sobre la Mujer. Se declara ese año el Año Internacional de la Mujer. De esta primera Conferencia Mundial nacería un "Plan de Acción", cuyo resultado fue la proclamación por la Asamblea General de la ONU del "Decenio de las Naciones Unidas para la Mujer" (1975-1985).

Desde entonces ha habido cuatro Conferencias Mundiales. La última en Beijing, en 1995, donde se declara que los derechos de las Mujeres son Derechos Humanos. La Carta de compromisos aprobada en Beijing se volvió a ratificar en Nueva York en el año 2005.

El final de la historia por los derechos de las mujeres, aún está por escribir. Pensad que a pesar de que han pasado más de cien años desde las conquistas de las sufragistas, aún hay algunos países que no reconocen a las mujeres ni el derecho a votar ni el de ser elegidas en las elecciones (Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo, PNUD, Informe de Desarrollo Humano 2003). La Organización Internacional del Trabajo afirma que al ritmo actual las mujeres tardarán cinco siglos en conseguir la igualdad".

# SaBÍAs QUe...

Entre las mujeres más importantes por la lucha de la igualdad están:

**Christine de Pisan** escribió en 1405 la Ciudad de las damas, en la que diseña una utopía centrada en una ciudad en la que las mujeres agraviadas ejercen su autoridad. Y reflexiona sobre cómo sería esta ciudad donde no habría ni guerras ni caos promovido por el hombre. Fiándose de su experiencia elogia el cuerpo femenino y elogia la vida independiente, escribiendo "Huid, damas, mías, huid del insensato amor con el que os premian huid de la enloquecida pasión, cuyos juegos placenteros siempre terminan en perjuicio vuestro". En sus libros abordó temas como la violación o el acceso de las mujeres al conocimiento y fue una de las primeras mujeres que se atrevió a hablar de los derechos de las mujeres.

**Olimpia de Gouges** redactó y presentó a la Asamblea Nacional Francesa "la Declaración de los Derechos de la Mujer y de la Ciudadana". Afirma por primera vez la dignidad de las mujeres y el reconocimiento de sus derechos y libertades fundamentales. La Revolución Francesa, a pesar de su lema "Libertad, Igualdad, Fraternidad", la consideraría subversiva. La enviaron a la guillotina y muchas de sus compañeras fueron recluidas en hospicios para enfermos mentales.

La inglesa **Mary Wollstonecraft** publicó "Reivindicación de los derechos de la Mujer", que se considera uno de los manifiestos feministas más radicales de la historia por proponer que las mujeres recibieran el mismo trato que el varón en materia de educación, derechos políticos y laborales, y que se la juzgara con los mismos parámetros morales con los que se consideraba al varón.

Entre los hombres que apoyaron la lucha por la igualdad se encuentran:

**François Poulain de la Barre** (1647 - 1723) escritor francés y filósofo convencido de la injusticia de la desigual condición en la que se encontraban las mujeres. Escribió numerosos textos en defensa de la igualdad entre mujeres y hombres. Afirmó: "todo lo que ha sido escrito por los hombres sobre las mujeres es sospechoso, ya que ellos son a la vez juez y parte" y añadió: "la mente no tiene sexo".



**John Stuart Mill** (Londres 1806 - Aviñón, 1873). Pensador inglés, filósofo, político, economista. Afirmó que las relaciones desiguales entre los sexos en nombre de la Ley son "malas en sí mismas" y forman uno de los principales obstáculos para el progreso de la humanidad. La desigualdad debería sustituirse por una "igualdad perfecta" sin privilegio ni poder para un sexo ni incapacidad alguna para otro. Defendía que esta desigualdad está arraigada a un sentimiento y no a la razón.

### MUJERES Y HOMBRES EN EL MUNDO

El primer país en el que las mujeres consiguieron el derecho al voto fue Suecia, en 1862. Le siguieron Nueva Zelanda, Australia, los Países Nórdicos, la Unión Soviética, algunos países de Europa Occidental y Estados Unidos.

En España las mujeres adquirieron el derecho al voto en el año 1931, tras la instauración de la Segunda República. La intervención de la política republicana española y defensora de los derechos de la mujer Clara Campoamor en el Parlamento fue decisiva. Aunque luego el derecho al voto se abolió con la dictadura franquista.

En el resto del mundo la obtención de este derecho es muy reciente. La representación de las mujeres en los parlamentos no llega en ningún país al 59%. Los mejores casos, en 2005, fueron en Ruanda (48,8%) y Suecia (45,3%).



# El LIBRO de las ACTIVIDADES

## 1.- PARA PENSAR INDIVIDUALMENTE...

### LA HISTORIA DE LAS MUJERES DE MI FAMILIA

---



#### Para reflexionar...

Tan importante como recobrar la historia de las mujeres es recobrar la tuya propia. Indaga en el pasado de tu familia, pregunta, investiga y relata el pasado de mujeres y hombres que seguramente hicieron cosas extraordinarias. Reflexiona sobre tu propia historia recobrando la voz y la memoria de las mujeres de tu familia.



#### Comenzamos

Escoge una mujer que tenga un significado especial para ti. Para recoger la información utilizaremos un "diario de campo" en el que apuntaremos todo lo que averigüemos de forma sistemática y ordenada, así como aquellas fotografías y detalles que puedan ayudarnos a relatar nuestra historia.

Cuando tengas todos los datos, escribe su historia como si la hubieras vivido tú. Con todos los sueños, sus dificultades, su trayectoria, decisiones, etc.



#### Para preguntarse...

¿Has descubierto hechos nuevos de la historia de las mujeres de tu familia? ¿Has escuchado la historia de las mujeres de forma cotidiana en tu casa? ¿Algún hecho de sus vidas está directamente relacionado contigo? ¿Existe mucha diferencia entre sus vidas y la tuya? ¿Te hubiera gustado vivir en otra época?

## 2.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS EN GRUPOS SEPARADOS

### NOMBRES DE LA HISTORIA



Para reflexionar...

Abrir las puertas del pasado con los ojos de la igualdad es descubrir una historia llena de nombres de mujer.



Materiales

- Ir a la biblioteca
- Tener acceso a Internet
- Fotocopia del listado para cada una de las personas participantes



Comenzamos

- Nos dividimos en grupos de seis o siete personas y distribuimos el cuestionario
  - Nos ponemos una hora de comienzo. Gana el equipo que antes complete el cuestionario.
- ◆ Os invitamos a hacer un juego de pistas para descubrir algunas de las heroínas de la Historia... El juego consiste en unir las frases con los nombres de las protagonistas que encontrareis más abajo. Las respuestas podéis verlas al final del libro. ¡Pero no hagais trampa!
1. Fue soberana de la ciudad antigua de Arabia. Fue célebre por sus riquezas. Viajó a Jerusalén a visitar a Salomón atraída por su fama de sabiduría.
  2. Personificó el patriotismo de las clases populares. Fue quemada en una hoguera en Ruán en 1431. En 1909 fue beatificada y diez años después canonizada.
  3. Heroína del 2 de mayo madrileño. Hay un barrio con marcha en Madrid que lleva su apellido.
  4. Considerada como la fundadora de la enfermería moderna.
  5. Ella y su hermana son dos famosas escritoras. Escribió "Cumbres Borrascosas".
  6. Una de las primeras mujeres que obtuvo un escaño en las Cortes españolas y que defendió el voto de las mujeres.

7. Con su obra "El segundo sexo" se hizo un lugar en la historia como uno de los puntos de partida del movimiento feminista. Esta mujer representó el existencialismo de la posguerra.
8. Inglesa, novelista, maestra del suspense policíaco. Escribió "Asesinato en el Orient Express".
9. Singular activista alemana que se pronunció en forma clara contra la energía nuclear.
10. Bióloga norteamericana, escritora y ecologista, se dedicó a reunir pruebas para demostrar la responsabilidad de los humanos en el envenenamiento de la tierra.
11. Una alemana revolucionaria. Se la conoció como la voz de la conciencia del comunismo. Murió trágicamente a golpe de rifle por apoyar un levantamiento en 1918.
12. A principio del siglo XX, luchó al lado de sus dos hijas por el voto femenino.
13. Indígena guatemalteca. Recibió el Nóbel de la Paz en 1992.
14. La pintura surrealista y su gran oficio han hecho olvidar que se trató de la esposa del gran muralista y pintor Diego Rivera.
15. Italiana, nacida en 1912, inventó su método basado en que los niños y las niñas necesitan más guía que instrucción. Fue la primera mujer italiana en obtener un título de medicina.
16. Austriaca y discípula de Sigmund Freud, fue precursora del psicoanálisis infantil. Por medio de la utilización de juegos con los niños, trató de llegar a la comprensión de los procesos mentales.
17. Antropóloga, es un personaje monumental y una de las grandes mujeres del siglo XX. Publicó 39 libros, 1.397 artículos y 43 obras filmadas o grabadas y llevó más de una docena de estudios de campo en lugares remotos.
18. Ministra de Israel, también es una mujer de mérito. Como mandataria intentó mantener la unidad nacional y creó un gobierno de coalición en el que incluyó a casi todos los partidos.
19. "Hombres necios que acusáis a la mujer sin razón..." esta frase tan popular emerge de uno de sus textos.
20. Tuvo que firmar sus escritos con el nombre masculino de George Sand. Esta mujer fue una

- figura de la escritura, aunque la historia se empeñe en recordarla como la amante de Chopin.
21. Considerada como la mejor actriz de todos los tiempos. Esta mujer siempre estuvo adelantada en cuanto a las actitudes sociales e intelectuales de su época.
  22. Filósofa y defensora de gatos, premio Cervantes 1988.
  23. Escribió un tratado de medicina en el siglo XI.
  24. Nació en Inglaterra en 1815 e inventó el predecesor del primer ordenador.
  25. Científica, filósofa y escritora India. Activista en favor del ecofeminismo, recibió el Premio Nobel Alternativo en 1993. Durante los años 70 participó en el movimiento Chipko, formado principalmente por mujeres que adoptaron la táctica de denuncia ecologista consistente en permanecer abrazadas a los árboles para evitar que fueran talados.
  26. Es una activista política y ecologista keniana. En 2004 recibió el Premio Nobel de la Paz "por sus contribuciones al desarrollo sostenible, a la democracia y a la paz". Es la primera mujer africana que recibe este galardón.

### Nombres de las protagonistas:

Petra Nelly / La Reina de Saba / Maria Zambrano / Emily Brontë / Rigoberta Menchú / Trótula de Salerno / Frida Khalo / Ada Byron / Wangari Muta Maathai / Manuela Malasaña / Vandana Shiva / Rachel Carson / Rosa Luxemburgo / Juana de Arco / Agatha Christie / Sarah Bernhardt / Melanie Klein / Margaret Mead / Aurora Dudevant / Sor Juana Inés de la Cruz / Clara Campoamor / Florence Nightingale / María Montessori / Emmeline Pankhurst / Golda Meir / Simone de Beauvoir.



### Para preguntarse:

¿Conocíais el nombre y la historia de estas mujeres? ¿Ha sido fácil encontrar la información? ¿Os gustaría seguir investigando sobre ellas?

### 3.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS JUNTOS

#### EL LIBRO DE LA HISTORIA



Para reflexionar...

Bonnie S.Anderson y Judith P.Zinnsser son las autoras del libro "La historia de las mujeres: Una historia propia" en la que afirman que el sexo ha sido el factor más importante que ha configurado la vida de las mujeres europeas. A diferencia de los hombres, que han sido divididos por clases, naciones o épocas históricas, las mujeres tradicionalmente han sido consideradas ante todo mujeres, como una categoría de seres distinta...

Nina Parrón, amiga de la vida, nos enseña que mirar atrás es conocer el presente y el futuro. Esta actividad es parte de su trabajo como investigadora y feminista. Como ella os invitamos a que struyáis el pasado con sus historias y reflexionéis acerca de qué elementos tienen en común.



Materiales:

- Un cuaderno grande con hojas lisas
- Cuartillas
- Tijeras
- Pegamento de barra



Comenzamos:

- Dividíos en cinco grupos de siete u ocho personas.
- Cada grupo tendrá que investigar la historia de un grupo de mujeres y la época en la que vivieron.
- Escribid sus historias sobre una cuartilla. Si podéis incorporad fotografías y dibujos.
- Pegad las historias por edades en el cuaderno colectivo.

## EDAD ANTIGUA

**Hatshepsut** la reina-faraón,  
XVIII dinastía egipcia,  
(1479 - 1457 aC)

**Aspasia de Mileto**, griega  
(469 aC - 406 aC)

**Olimpia de Macedonia y sus hijas**  
Tsalónica y Cleopatra, griegas  
(siglo IV aC)

**Zenobia**, reina de Palmira  
(267 - 272 dC)

**Hipatia de Alejandría**,  
Egipcia de ascendencia griega,  
(370 - 415 dC)

**MUJERES QUE NUNCA EXISTIERON:**  
Helena de Troya y Las Walkirias

## EDAD CONTEMPORÁNEA EN EL SIGLO XIX

**Ida Pfeiffer**, Austriaca,  
1797 - 1858

**Ada Byron (Lady Lovelace)**, Inglesa,  
1815 - 1852

**Florence Nightingale**, inglesa,  
1820 - 1910

**Emeline Pankhurst**, inglesa,  
1858 - 1928

**May Sheldon**, americana,  
1858 - 1936

**Marie Curie**, polaca,  
1867 - 1934

**MUJERES QUE NUNCA EXISTIERON:**  
La Regenta, las galdosianas  
y Carmen.

## EDAD MEDIA

**Teodora**, emperatriz bizantina,  
(502 - 548)

**Jadiya la mujer de Mahoma**, árabe,  
(595 - 619)

**Hildegarda de Bingen**, alemana,  
(1098 - 1179)

**Leonor de Aquitania**, Francesa,  
(1122 - 1204)

**Christine de Pisan**, italofrancesa,  
(1364 - 1430)

**MUJERES QUE NUNCA EXISTIERON:**  
Morgana, y La papisa Juana

## EDAD CONTEMPORÁNEA EN EL SIGLO XX

**Margaret Mead**, norteamericana,  
1901 - 1978

**María Zambrano**, española  
1904 - 1991

**Simone de Beauvoir**, Francesa,  
1908 - 1986

**Minerva Bernardino**, Dominicana  
1907 - 1998

**Eleonor Roosevelt**, norteamericana,  
1884 - 1962

**Melina Mercuri**, griega,  
1925 - 1994

**Nawal Al Sadawi**, egipcia,  
1932

**Rose Parks**, norteamericana,  
1913 - 2005

**MUJERES QUE NUNCA EXISTIERON:**  
La teniente Ripley, Lara Croft,  
La Mujer Maravilla

## EDAD MODERNA

**Isabel la Católica**, española,  
1451 - 1504

**Pocahontas**, norteamericana,  
1595 - 1617

**Malinali**, mejicana  
1503 - 1529 aprox.

**Mary Wollstonecraft**, inglesa  
(1759 - 1797)

**Olimpia de Gouges**, francesa,  
1745 - 1793

**Sojourner Truth**, norteamericana  
1797 - 1883

**MUJERES QUE NUNCA EXISTIERON:**  
Dulcinea del Toboso, Marcela la  
pastora y la Celestina

# El LIBRO de los PORQUÉS



¿Por qué fue tan importante la afirmación que hizo Simone de Beauvoir en 1949 "una mujer no nace sino que se hace"?

Se llevaba siglos afirmando que las características humanas consideradas como femeninas eran producto de la naturaleza biológica y esto justificaba que tuvieran que estar bajo la protección del varón. La afirmación de Simone, una filósofa libre de toda sospecha, porque al principio ella no se consideraba feminista, revolucionó la teoría de las diferencias entre mujeres y hombres ya que ponía el acento en la adquisición de los papeles que mujeres y hombres representamos a través de un complejo sistema de aprendizaje social.

Recordemos que mientras el sexo se refiere a las diferencias biológicas entre mujeres y hombres, **el género explica que las desigualdades entre las mujeres y los hombres se construyen socialmente**, varían según las culturas y los tiempos históricos y, por lo tanto, podemos modificarlas.

¿Por qué existen grupos sólo de mujeres?

Las mujeres han estado excluidas durante siglos de los espacios públicos. Recluidas en el hogar, trabajando en el campo o en las fábricas. Sin poder escribir para transmitir sus ideas (a lo largo de la Historia ha habido mujeres que firmaban con seudónimos masculinos sus escritos) no tenían un espacio donde poder contrastar sus vivencias. Así, solas y sin autonomía era muy complicado poder cuestionar la realidad que estaban viviendo.

Pero es en los años setenta cuando las mujeres sienten que a pesar de participar activamente en los partidos, siempre que planteaban un problema específico, se relegaba a un segundo orden. Los problemas que afectaban a los hombres eran problemas sociales, pero los problemas de las mujeres eran sólo de mujeres. Este apasionante proceso supuso el paso de la experiencia personal a la lucha colectiva y el surgimiento de la solidaridad entre mujeres.



El problema de la mujer siempre ha sido un problema de hombres.

Las mujeres comenzaron a reunirse entre ellas y a comprender que los "problemas personales" como la discriminación en el trabajo asalariado, la violencia, la ausencia de las mujeres en la política, la doble jornada, los derechos sexuales y reproductivos eran situaciones que afectaban a la mitad de la humanidad.

Estos grupos funcionan en todos los países. Son gestionados por mujeres en los pueblos, ciudades, universidades, ONGs, partidos, barrios e incluso a través de Internet. La participación en estos espacios ayuda a reforzar la autoestima, la autoevaluación, iniciar cambios en las vidas privadas, reclamando relaciones sociales y familiares más igualitarias, cuestionando las situaciones que se viven de desigualdad y proponiendo soluciones a las situaciones del conjunto de la humanidad.

Hay mujeres que participan activamente en grupos del movimiento feminista.

Otras veces las mujeres participan en estos grupos y además, lo hacen en partidos, asociaciones o colectivos mixtos. Los dos espacios no son excluyentes.

### ¿Por qué comienzan ahora los grupos de hombres?

Los hombres se han dado cuenta de que necesitan su propio proceso de reflexión y análisis. En grupos propios tienen más libertad para hablar, cuestionar los modelos tradicionales de masculinidad y encontrar nuevos modelos de relación. Son conscientes de que al haber cambiado el papel de las mujeres, el suyo también tiene que cambiar.

Quieren relaciones más igualitarias que les permita desarrollar muchas de las capacidades que tradicionalmente les han sido vetadas por el hecho de ser hombres.

De esta forma se comprometen con el desarrollo de una sociedad más equitativa donde todos y todas ganamos. Son conscientes de que tienen que recorrer su propio viaje, analizar donde se produce la discriminación, como desaprender viejos estereotipos y aprender nuevas formas de relacionarse y ser, sin abandonar las cualidades que son positivas.

Es un camino que transcurre paralelo al movimiento de mujeres en la misma dirección de la igualdad.

*"Por cada mujer que da un paso hacia su propia liberación, hay un hombre que redescubre el camino a la libertad".*



# IDEAS PARA las CHICAS



ANTES

Cuando piensas en cómo quieres ser buscas referentes de mujeres. Piensa en cómo debió ser para las pioneras que se encontraban completamente solas. ¡Debían sentirse rarísimas rompiendo todas las reglas!

La Historia está llena de mujeres sorprendentes. ¡Bucea en el pasado, recupera la memoria de las mujeres que nos precedieron y piensa que si ellas cambiaron sus vidas para cambiar el mundo, ¡tú no vas a ser menos!

Desconfía de los textos cuando no aparecen las mujeres en ellos. El neutro no existe y detrás de un gran hombre no hay una gran mujer. Las mujeres caminaron por los márgenes y contribuyeron a la ciencia, el arte, la política... y a la vida.

Recupera la experiencia de las mujeres de tu familia. Pon en valor sus vidas, lo que hicieron y quiénes fueron. ¡Rescátalas del olvido! Y no olvides nunca que los derechos que hoy tenemos lo son gracias a las vindicaciones de nuestras antepasadas, que emprendieron una revolución hace más de trescientos años. Una revolución que no derramó ninguna gota de sangre en la contienda y que sin embargo cambió la existencia de las mujeres y los hombres sobre la Tierra. Como el eslogan feminista decía ¡si somos la mitad de la tierra, nos merecemos la mitad del cielo!

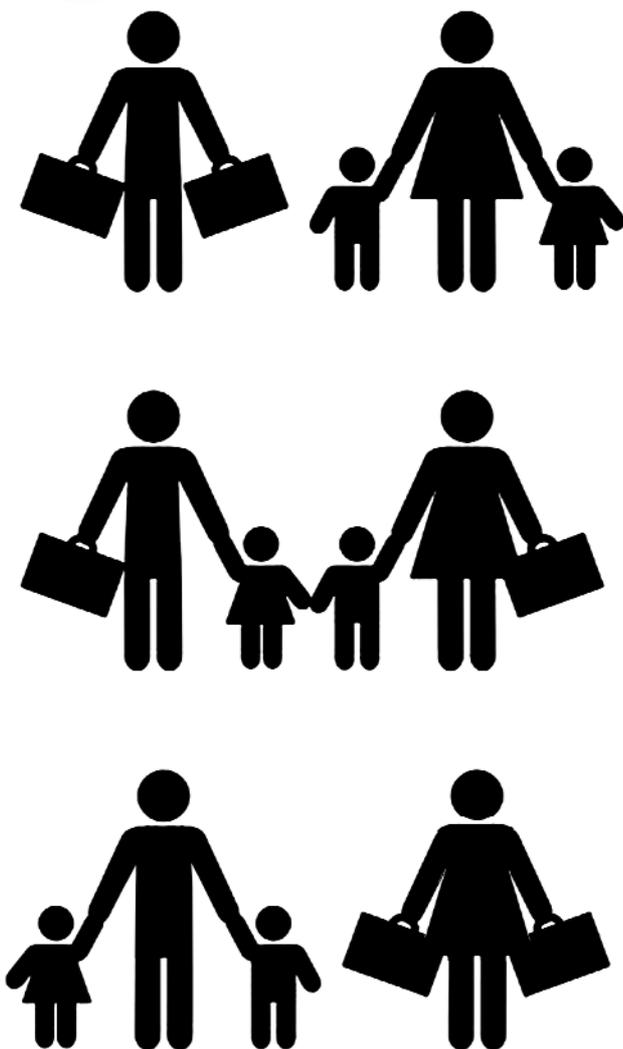
Cuando estudies, leas historia, escuches las noticias desconfía si no hay tantas mujeres como hombres.



## IDEAS PARA los CHICOS



## AHORA



Acostúmbrate a contar. Cuántas diputadas, cuántas mujeres en la Dirección del Instituto, cuántas mujeres deportistas...Y si las cuentas no salen, es que algo marcha mal.

Revisa tu historia familiar, descubre el papel que tuvieron las mujeres en ella. Habla con tu madre y con tu abuela. Pregúntales por sus sueños y si lo consiguieron. Que te cuenten la otra parte de la vida que generalmente damos por sabida... la que ocurría en el entorno del hogar. Interésate, si trabajaban fuera, por cómo hacían para sostener el mundo de fuera y de dentro.

Investiga la historia del Movimiento Feminista y cómo las mujeres hicieron una verdadera revolución. Buca en la vida de los compañeros de viaje que les acompañaron.

Piensa que son muchos los chicos y los hombres que están revisando el hilo de la Historia y la suya propia. Al igual que las mujeres han viajado al pasado y han creado grupos de investigación y reflexión, paralelamente hay grupos de hombres por la igualdad que están buscando referentes y nuevos modelos de masculinidad.



# 4

## COMPARTIR el FUTURO

O cómo tejer sueños con hebras  
de un futuro sin barreras.





## IDEAS para REFLEXIONAR

No dejas de pensar en qué harás cuando termines el Instituto. Has investigado sobre todas las posibilidades de estudios que se abren ante ti y a pesar de que puedes acceder a la información a través de Internet, no es fácil decidir. Los largos listados de las materias y de las salidas laborales no ayudan mucho, son demasiado escuetos y fríos y no revelan el alma de cada una de las opciones.

Se te va el tiempo conversando sobre cómo eres, qué eres capaz de hacer, cuáles son tus pasiones y cómo poder realizarlas. No deja de sorprenderte que hay siempre alguien que lo tiene clarísimo, cuando a ti te asaltan muchísimas dudas.

Piensas que no es sólo una cuestión de cómo te vas a ganar la vida sino en cómo quieres vivirla. Valoras cuestiones que para ti son muy importantes, como tus capacidades y aptitudes, el interés por determinadas materias, el convencimiento de que puedes aportar algo al mundo, el espacio para tu vida afectiva y personal o el especial significado que tienen ciertas actividades.

Es posible que haya condicionamientos importantes, como la nota de selectividad o el que los estudios que te proponen no se impartan cerca de donde vives. Pero cuando quieres algo, siempre puedes encontrar el camino para conseguirlo. Porque, por fortuna, tienes la oportunidad de soñar con el mañana, dibujándolo en tu mente con toda la libertad. No importa si eres chica o chico. En pleno siglo XXI, en España no existen estudios determinados por sexos.

Sin embargo, no deja de sorprender que en ciertas carreras la presencia de chicos sea mayoritaria y en otras ocurra al contrario. Recientemente en un diario de tirada nacional se publicaron los resultados de un estudio realizado en Estados Unidos por Ann Gallagher y James Kaufman que revelaba que no existen diferencias de género en el rendimiento de las matemáticas. Datos que contrastan llamativamente con el hecho de que la matrícula femenina no supere el 27% en las ingenierías y carreras técnicas.

Las autoras de este estudio explican que lo normal es que las alumnas tengan una percepción errónea de sus aptitudes en matemáticas y las asignaturas técnicas porque son menos valoradas por el profesorado, compañeros y compañeras y la familia. Es la auto-profecía que se cumple.

Si no confían en mí, y esa actitud cruza la frontera de mi percepción, pensaré que realmente no tengo aptitudes y por lo tanto no me interesa. Cierro la puerta a esta posibilidad por el simple y sencillo hecho de que aún perviven estereotipos, sobre las capacidades diferenciales de los hombres y las mujeres.

Os contaremos dos ejemplos de cómo perviven estos estereotipos en los estudios y trabajos. En cierta ocasión conversamos con una estudiante de aeronáutica que comentaba que cuando hacía las prácticas en las empresas terminaba mimetizándose con los compañeros. Un fin de semana que se arreglaba con falda estrecha y tacones se quedó mirándose en el espejo y se dio cuenta de que a diario, cuando iba a clase o al trabajo, vestía con un estilo bastante asexuado, sin querer destacar como mujer. Poco a poco y sin percibirlo, había adoptado una manera de hablar y de vestir que nada tenía que ver con la suya, pero que se adaptaba bien al medio. Los fines de semana, recuperaba su manera de ser. Aquel día decidió que el hecho de estudiar una profesión que tradicionalmente ha sido considerada masculina no la cambiaría. Le gustaba ser como era.

En otra ocasión conocimos a una soldadora. Le gustaba su oficio. Al contrario de lo que muchas personas creen no requiere fuerza, sino destreza. Sin embargo, cuando acudía a ofertas de trabajo y veían que era mujer no la aceptaban. Después de tres años de rechazo, montó su propio taller.

Otra investigadora, Mercedes López Sáez, de la Universidad Nacional de Educación a Distancia, ha realizado entrevistas a grupos de cuarto de la ESO poniendo de manifiesto que "Los adolescentes creen que la chica más femenina es la de ciencias naturales y de la salud, seguida de la de humanidades y ciencias sociales, siendo la chica del bachillerato tecnológico la considerada menos femenina". Inversamente, "en atribución de masculinidad a los chicos, la mayor puntuación la otorgan al chico del bachillerato tecnológico"

Teniendo en cuenta la importancia que tiene la opinión de nuestros amigos y amigas sobre la manera que tenemos de percibir cómo somos, este resultado es muy alarmante.

Y no sólo porque puede influir en el diseño de nuestro futuro profesional y, a lo mejor, nos estamos perdiendo una brillante ingeniera o un excelente maestro de infantil, sino porque también puede determinar la forma de gestionar las expectativas profesionales y personales. Por ejemplo, puede que yo sueñe con ser gerente de una gran empresa o presidenta del país a la vez que compagino mi actividad con mi vida personal y familiar.

Si continuamente me dicen que no tengo cualidades para la dirección o para altos cargos, porque piensan que al ser chica soy más frágil, menos resistente a las críticas y tengo menos fortaleza moral, lo más probable es que asuma que es un hecho cierto, desistiendo de aprender actitudes de liderazgo, de intentar una trayectoria y por tanto modificando mis expectativas para que concuerden con la imagen que me han/he construido.

Si por el contrario, no tengo la necesidad de hacer una carrera profesional larga, sino que me gustaría centrarme más en una profesión cercana a la atención a los demás, como trabajador social, educador o enfermero que además me permita volcarme en mi vida familiar y personal; si los mensajes que me llegan es que al ser chico, soy demasiado rudo, competitivo y poco sensible, a la vez que mi deber es ganar un sueldo alto para mantener a una familia, esforzarme y ser ambicioso; si asumo que esto es cierto, es posible que renuncie a desarrollar cualidades potenciales que se correspondan con mi personalidad y elija un camino que no me convenga y que, posiblemente, no me haga feliz.

Las dos situaciones son visiones estereotipadas que vivimos todos los días. A pesar de que se hacen con la mejor de las intenciones. Intenciones sobre las que pesan la herencia de los roles de género y los estereotipos sexistas que perjudican a chicas y a chicos.

**Los estereotipos son como las telarañas.** Tienen muchos hilos que se cruzan y se enredan. Sobre todo en las relaciones de pareja cuando se ponen en funcionamiento aprendizajes que nos acompañan desde nuestra infancia en los que el amor parece ser dejarlo todo y estar disponible. ¡Cuidado con este tipo de relaciones! No dejes de perseguir tus sueños, de tener tu tiempo, de quedar con tus amistades porque creas que te necesitan. **Las relaciones verdaderas se construyen desde la libertad y el respeto.**

Puede que ocurra... sin darnos cuenta. Pero también, podemos probar un camino distinto y hacernos cómplices, para apoyarnos cuando lo necesitemos, aconsejarnos sin caer en viejas trampas comportándonos, animándonos a llegar al lugar donde soñamos con las hebras de un futuro sin barreras sexistas. El futuro está por escribirse...



Podríamos casarnos comprar una casita al lado de la de Drácula y tener tres Frankensitos...

¿Pero que dices? Primero tendré que acabar mi carrera, viajar alrededor del mundo y escribir mi biografía...

# SaBÍAs QUe...

Los trabajos considerados tradicionalmente femeninos han ido cambiando a lo largo de los siglos. Por ejemplo en el siglo XI, unido al progreso agrario y al aumento demográfico, tuvo lugar el florecimiento de las ciudades. Las ciudades surgían a partir del establecimiento de mercaderes y artesanos en las proximidades de un núcleo fortificado, y con las ciudades un nuevo estamento social, la burguesía, cuya riqueza estaba basada en el comercio y la industria. Surgió un número determinado de oficios a los que accedió la mujer porque era necesaria la mano de obra, pero su salario era secundario y la primera de la que se prescindía en momentos de crisis.

El trabajo se organizó en gremios, donde se agrupaban trabajadores del mismo oficio con la finalidad de ayudarse mutuamente y defender sus intereses. La organización del oficio tenía maestros, oficiales y aprendices.

Tanto los hijos como las hijas de temprana edad se colocaban de aprendices. Las mujeres raramente llegaban a maestras. Las mujeres estaban en casi todos los oficios de la industria medieval pero el ramo textil y en la confección era donde abundaban más. Panaderas, buhoneras, hiladoras pero también en oficios considerados poco femeninos como herradoras, forjadoras y orfebres. Trabajaban en la piel y el cuero e incluso había mineras que transportaban la mercancía. Existían barberas encargadas de sangrar las heridas y arreglar fracturas ya que en la edad media los barberos y barberas practicaban la cirugía.



Sin embargo pronto cerraron los gremios a las mujeres para impedirles establecerse por su cuenta en un momento de crisis económica. A partir del siglo XIV y durante el siglo XV, cuando la crisis económica se fue agudizando, surgieron restricciones laborales importantes con el objeto de impedir que las mujeres siguieran trabajando, e incluso para evitar que la viuda de un maestro pudiera continuar regentando el taller del marido. Fueron expulsadas de los gremios y se les negó la posibilidad de organizarse. Esta situación empeoró en los siglos siguientes.

En España, las primeras incorporaciones de mujeres mineras dentro de las explotaciones subterráneas no se produjeron hasta enero de 1996. Fue entonces cuando de verdad se quebró el mito masculino de un oficio duro y peligroso.

La primera mujer que ingreso en el cuerpo de bomberos lo hizo en 1985 en Madrid. La segunda mujer oficial en un cuerpo de bomberos data de 1987 en Valencia.

## MUJERES Y HOMBRES EN EL MUNDO

La globalización económica y las políticas neoliberales están repercutiendo a la mayoría de la población mundial y afectan especialmente a las mujeres. Las desregularizaciones del mercado laboral precarizan las condiciones de trabajo. Las mujeres son las primeras despedidas cuando las empresas reestructuran sus plantillas y están siendo relegadas cada vez más al sector no estructurado de la economía, lo que implica condiciones de trabajo muy precarias.

En el Atlas de las mujeres en el desarrollo del mundo, elaborado por IEPALA en el año 2007, se señala que existe una diferencia importante en la elección de los estudios universitarios entre mujeres y hombres, extensible a todos los estados del mundo y no sólo a aquellos en vías de desarrollo. Las distintas elecciones académicas marcan claramente la posición de estudiantes masculinos y femeninos cuando se incorporen al mundo laboral. Las profesiones mejor remuneradas son las que prefieren los hombres. Las mujeres siguen desempeñando trabajos vinculados al cuidado de la infancia y de personas enfermas y ancianas y las ramas humanistas. Sin embargo, la mayoría de los puestos mejor pagados y con más prestigio social dentro de estas actividades siguen estando ocupados por hombres.



# El LIBRO de las ACTIVIDADES



## 1.- PARA PENSAR INDIVIDUALMENTE...

### MI HISTORIA DIBUJADA EN MI MANO



Para reflexionar...

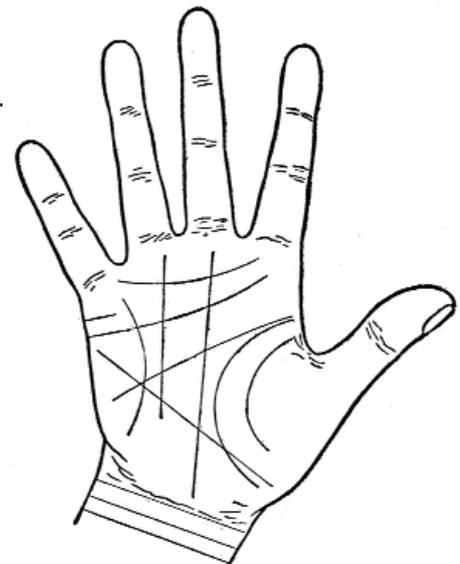
Necesitamos soñar como será nuestra vida en unos años. Lo sueños nos permiten dibujar los caminos y transitarlos. Durante siglos las mujeres no tenían sueños porque su destino estaba trazado y encerrado en sus deberes como madre, esposa e hija. Si se salían del guión o no cumplían su papel eran consideradas fracasadas o extrañas. ¿Recordáis "Yerma" de García Lorca? En pocos años **las mujeres han estrenado alas y sobrevuelan los tejados de lo imposible.**

Como hemos visto en la Historia ha habido muchas mujeres que se atrevieron a cambiar sus vidas, cambiando la de la humanidad. Por suerte, hoy podemos soñar y dibujar nuestra ruta.



Comenzamos

- Dibuja el contorno de tu mano sobre una cuartilla. Puede ayudarte alguno de tus compañeros o compañeras.
- Fíjate en las líneas de tu mano y dibújalas sobre la silueta.
  - ◆ Hay una línea para el trabajo
  - ◆ El amor
  - ◆ Los estudios
  - ◆ Los viajes
  - ◆ El lugar donde vivirás



En cada una de las líneas explica cómo imaginas que va a ser tu futuro. Cuando pienses en tu profesión reflexiona sobre tus capacidades, expectativas, preferencias. Piensa si a través de este trabajo te vas a realizar personalmente, expresando lo que eres y si concuerda con tu modelo de vida. Ahora vuelve a reflexionar sobre tu elección. ¿Elegirías lo mismo si fueras del otro sexo?



## Para preguntarse...

¿Crees que la elección de unos estudios o de un trabajo depende de tu sexo? ¿Hay profesiones más indicadas para hombres o para mujeres? ¿Por qué los hombres no trabajan en el espacio doméstico? ¿Por qué no hay mujeres en la construcción?



## 2.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS EN GRUPOS SEPARADOS

### EL ANUNCIO



#### Para reflexionar...

La ley prohíbe que los anuncios de oferta de trabajo sean sexistas. Sin embargo los anuncios siguen incorporando señas que se dirigen claramente a hombres o a mujeres. Lo mismo ocurre con las entrevistas de selección. Determinadas preguntas se hacen exclusivamente a las mujeres. Por ejemplo: estás casada, tienes hijos... condicionando la selección objetiva. Por eso se propone que cuando hagas un curriculum lo hagas ciego. Es decir, no digas tu edad ni estado civil. Son cuestiones personales que no tienen por que impedir que seas la persona idónea para el puesto. Este tipo de discriminación está ocurriendo también con las personas de origen extranjero.



#### Comenzamos

Nos dividimos en grupos de seis o siete chicas. Y en grupos de seis o siete chicos. Ya sabéis que esta actividad está pensada para hacerla en grupos separados.



#### Materiales

- Seis o siete revistas
- Cuatro periódicos.
- Una cartulina
- Rotuladores
- Pegamento
- Tijeras.

Vamos a hacer un cartel de una oferta de empleo, pero esta vez nos vamos a saltar las reglas y vamos a ser personas políticamente incorrectas.

El grupo de los chicos tenéis que ofertar un puesto para una persona interna en una casa con dos niños de cinco y tres años. Una persona mayor que está en silla de ruedas. Las funciones son limpiar, hacer la comida, comprar y atender a las persona. Y se requiere un chico. Así que tenéis que hacer una oferta de empleo que sea atractiva para los chicos.

El grupo de las chicas tenéis que ofertar un empleo para una soldadora en una empresa. La empresa se dedica al tratamiento de la piedra de roca para sanitarios. Trabajan con grandes maquinarias. Está ocupada por veinticinco trabajadores. Se requiere a una chica. Así que tenéis que hacer una oferta de empleo que sea atractiva para las chicas.

Para hacer el cartel podéis utilizar las fotos de las revistas y periódicos.

Cuando terminéis comparar los anuncios con los que diariamente salen en la prensa



### Para preguntarse...

¿Las ofertas de empleo son neutras? ¿Por qué ciertos trabajos no resultan atractivos para las chicas? ¿Y para los chicos? ¿Qué ocurre cuando una mujer decide trabajar en una profesión masculina? ¿Y al contrario?

Oferta de Empleo:

Necesitamos jefe o jefa de obra

con experiencia en reformas.

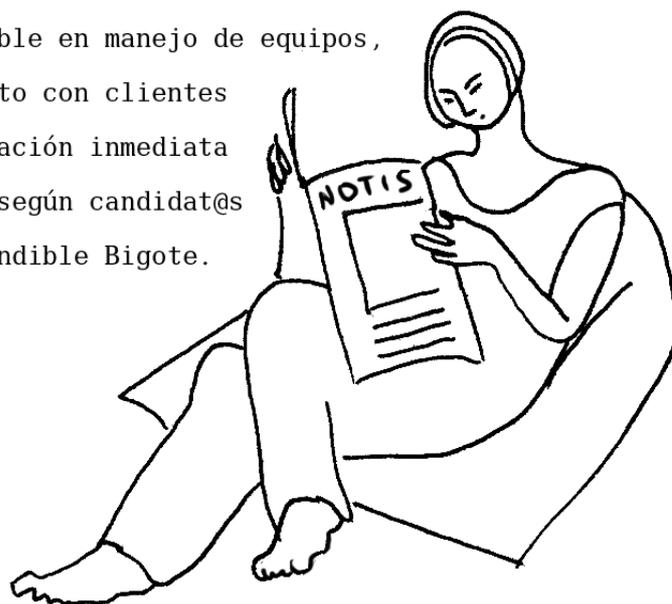
demostrable en manejo de equipos,

Buen trato con clientes

Incorporación inmediata

Salario según candidat@s

imprescindible Bigote.



### 3.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS JUNTOS

#### EL MERCADO



#### Para reflexionar...

Casi, lo más importante para conseguir alcanzar las estrellas con la punta de los dedos es creer en ti. Si tienes seguridad en tus capacidades. Si conoces tus debilidades. Si sabes lo que te falta, y una autoestima estupenda, todo es posible. Esta actividad es un regalo para conocernos y que te conozcan un poco mejor.



#### Materiales

- Diez tarjetas de cinco 10X10 para cada participante
- Un rotulador



#### Comenzamos

- Cada una de las personas del grupo de clase escribiréis individualmente:
  - ◆ Cinco cualidades personales. Una en cada tarjeta
  - ◆ Cinco capacidades que os faltan. Una en cada tarjeta.
  - ◆ Cinco cualidades que veis en otros compañeros y compañeras.
- Cuando tengáis todas las tarjetas tenéis que lograr repartir todas las cualidades a los compañeros y compañeras que las necesiten.
- Conseguir todas las capacidades que os faltan.
- Regalar las cualidades a los compañeros y compañeras.
- Al finalizar comentar qué habéis aprendido de las personas del grupo.



#### Para preguntarse

¿Cómo os habéis sentido? ¿Qué habéis descubierto de los demás? ¿Hay diferencias entre las capacidades de las chicas y los chicos?

# El LIBRO de los PORQUÉS



¿Por qué se celebra el 8 de marzo el Día de la mujer trabajadora?

En la historia del trabajo industrial femenino hubo muchas tragedias. En 1910 la Internacional Socialista de Mujeres decidió que los derechos políticos de las mujeres se convirtieran en una prioridad. Recordó entonces como 130 mujeres trabajadoras de una fábrica textil de Nueva York deciden ir a la huelga en reivindicación de mejores condiciones de trabajo.

El encierro de éstas dentro de la fábrica terminaría en tragedia después de que un incendio provocado arrasara la fábrica con estas mujeres dentro. Dicen que la tela que tejían en este momento era de color violeta. Ese color se convertiría después en el símbolo de los movimientos feministas. La Internacional Socialista de Mujeres acordó fijar el 8 de marzo como Día Internacional de las Mujeres Trabajadoras.

## IDEAS PARA las CHICAS



Las mujeres hemos demostrado que podemos compartir el mundo público desde nuestra experiencia y valores. No se trata sólo de llegar a los sitios donde durante siglos estuvimos vetadas. Se trata de aportar nuestra propia forma de ser.

Puedes hacer todo lo que te propongas y sueñes. ¿Sabes que las mujeres están cambiando el estilo de dirección de las empresas? Las investigaciones están demostrando que el estilo de liderazgo de las mujeres es más horizontal y democrático, favoreciendo el trabajo en equipo y la implicación de los trabajadores y trabajadoras.

Explora todas las posibilidades de estudios y trabajo. No importa si eres pionera. ¡Puedes romper la barrera del sonido!

Piensa en ti en positivo. Analiza tus capacidades y posibilidades y afiánzate en tus potencialidades.

Cuando pienses en tu futuro como estudiante o en el trabajo reserva un espacio para ti misma. Un espacio personal que no ocupe nadie más que tú. Reserva otro espacio para la vida de los afectos... si desde hoy piensas que en la vida nos merecemos trabajar y vivir. La suerte de haber nacido en esta época es poder cruzar el universo de lo privado y lo público haciendo que los dos espacios sean más humanos. El día que te hagan una oferta negociarás el horario pensando en tus derechos. Recuerda que la superwoman no existe.

Habla con mujeres profesionales para que te cuenten su experiencia.

Antes de elegir, pregúntate ¿es esto lo que realmente quiero? ¿o lo que esperan de mí? ¿haría lo mismo de ser un chico?



# IDEAS PARA los CHICOS



¡¡¡Lo primero!!! Y ante todo piensa en que espacio vas a reservar para tu vida personal y para los afectos en el futuro. Esto te ayudará a decidir hacia dónde encaminas tus pasos.

Que nadie se interponga en tu camino si has decidido dirigirte hacia profesiones tradicionalmente de mujeres. Ni son menos importantes, ni son menos valiosas.

Conversa con profesionales que rompieron esta barrera.

Y en el amor... nunca tengas miedo si tu pareja ha hecho una apuesta por un trabajo que supuestamente es más difícil, mas exigente o más importante. El respeto se traduce en la complicidad, el apoyo y la confianza en la otra persona.





# 5

## COMPARTIR 1ª CASA





## IDEAS para REFLEXIONAR

Si tuvieras que hacer un mapa de tu mundo, dibujando un croquis de los diferentes espacios en los que te mueves todos los días, observarías que existe el mundo público con el instituto, la biblioteca, el parque, el local de la asociación, el ciber, los cines... y el privado. Es decir, tu casa, donde vuelves para cobijarte, reponer fuerzas, cuidarte, detener el tiempo y encontrarte con tu familia. Es posible que en casa no siempre exista la situación ideal y que a veces parezca imposible aislarte en tu habitación y vivir la soledad sin que nadie te moleste. Pero es tu espacio. El lugar donde, como dice la canción "cuando nadie me ve, puedo ser o no ser". Es un refugio de descanso, de intimidad, de confianza. El lugar donde reponemos energía para saltar al otro lado del muro y correr tras esa otra vida que te espera fuera.

No creas que esto sea nuevo. La división entre el espacio público y privado se establece ya en las antiguas civilizaciones y con ellos el papel que las sociedades otorgaban a mujeres y hombres. Los más antiguos y, en muchos casos, más sagrados escritos de las culturas anteriores al cristianismo - la hebrea, la griega, la romana, la germánica y celta- hablaban ya de las funciones que las mujeres tenían que desempeñar, excluyéndolas de las actividades que se desarrollaban fuera de la familia, como la guerra, el gobierno, la filosofía, la ciencia, la ley y, en algunos casos, la religión. Estas primeras culturas transmitieron a las sociedades europeas el modelo tradicional de que una buena esposa debía velar por las necesidades básicas de la familia, ya fuera la más rica matrona romana supervisando a sus esclavos o la más pobre del clan germánico trabajando el huerto.

Curiosamente, los estudios arqueológicos revelan que seguramente, en las más antiguas sociedades humanas, aunque los papeles estaban diferenciados -las mujeres tenían como cometido primordial el cuidado de los hijos e hijas, y los hombres el de la caza- existía cierta valoración igualitaria de la tarea. Pero con la llegada de conductas defensivas por la escasez de recursos, comenzó la subordinación de las mujeres a los hombres y por tanto la limitación de sus derechos.

Así quedó definido que el cuidado del hogar correspondía a la mitad de la población, aunque su disfrute fuera compartido, porque lógicamente el hogar constituía el lugar de reposo y de reparación de fuerzas de los miembros de la familia que trabajaban fuera... Esta idea prevaleció durante siglos hasta que las reivindicaciones de las mujeres hicieron viable la igualdad de derechos ante la ley y por lo tanto, la posibilidad de trabajar fuera de la casa, sin el permiso del mari-

do. ¡Pero no pasó lo mismo en sentido contrario! Las chicas corrieron a estudiar a la universidad para poder formarse y tener independencia económica, pero los chicos no corrieron a la cocina a aprender a lavar los platos, ni a cuidar de los más pequeños. Las consecuencias no se hicieron esperar. Las mujeres tienen doble jornada: La que corresponde al trabajo profesional y la que corresponde al trabajo del hogar. Como es difícil compaginarlo todo, la edad de la maternidad se ha retrasado de forma importante y ha descendido el número de nacimientos. En muchos casos, son otras mujeres, mayoritariamente inmigrantes las que se encargan del trabajo doméstico. Y es que el pacto por el cual se llegaba a un nuevo acuerdo, en el que se compartiría en igualdad el trabajo del hogar entre mujeres y hombres, no ha terminado de arrancar.

Todo esto es historia, pensareis ¿Qué tiene que ver con lo que vivimos hoy? ¡Mucho! ¿Sabéis cuanto tiempo dedican, mujeres y hombres a las tareas domésticas y al cuidado de las personas de la familia? ¡Fijaros!

A diferencia de cualquier otro tipo de trabajo, "el doméstico no tiene horario, ni vacaciones, siendo imprescindible, y muchas mujeres deben compatibilizarlo con otro empleo en una jornada diaria, porque en muchas familias no se puede pagar un salario de sustitución".

La realidad demuestra que con la incorporación masiva de la mujer al mercado de trabajo, ésta sufre discriminación salarial y laboral, y además tiene que acudir a su casa a continuar, en la mayoría de las ocasiones, a seguir trabajando. Se reconoce con absoluta claridad que "por regla general, las mujeres dedican más tiempo a las actividades de trabajo no remunerado que los hombres en todos los grupos de edad.

Las mujeres dedican una media de 5 horas y 59 minutos al trabajo doméstico. Por el contrario, los hombres emplean en este grupo de actividades 2 horas y 20 minutos. Según un estudio del Ministerio de Sanidad, las tareas domésticas siguen siendo la asignatura pendiente de los hombres españoles. Prácticamente el 100% de las mujeres dedican 6 horas al hogar y absorben demasiados roles con la incorporación a la vida laboral, lo que repercute en su salud.

Según el cálculo del uso del tiempo, la mujer emplea cuatro horas y cincuenta y tres minutos en el trabajo no remunerado, lo que significa casi el triple que la hora y cincuenta y tres minutos de los hombres. 73,4% de las mujeres del Estado español participa en el trabajo no remunerado. En Australia, el 66% de las mujeres participa del mismo, mientras que Nueva Zelanda y Noruega se mueven en el 65% y Canadá, en el 60%. La diferencia media se encuentra entre unas cinco horas y treinta minutos que dedican las mujeres a las dos horas y cuarenta minutos de los hombres, según los datos más elevados de ambas partes.

Cuando un hombre se casa o empieza a vivir en pareja, el tiempo que dedica a las tareas domésticas aumenta sólo 10 minutos a la semana.

La invisibilidad del valor de ese trabajo alcanza "hasta un 50% del total del tiempo de trabajo y de la producción final de un país", lo que representaría entre un 30% y un 50% del Producto Interior Bruto (PIB). Se calcula que el coste de las labores realizadas en casa equivale al 42% del PIB. ¿Cómo es posible que sigan existiendo estas diferencias? Si mujeres y hombres comparten el trabajo, ¿no deberían participar en igualdad en el trabajo dentro de casa? Esta es una gran pregunta. Sobre todo cuando pensamos que lo que ocurre dentro de casa es el reverso de lo que ocurre fuera. No os diremos que fregar los platos es una aventura emocionante y que poner la lavadora constituye una actividad apasionante. Pero es agradable saber que hay un orden en nuestro refugio. Que tengas ropa limpia cuando te levantes, una estupenda cena al anochecer y un cobijo en los momentos difíciles. ¿Quién se encarga de que todo funcione?

Hace tiempo que has dejado de creer que existen duendes que se encargan de llenar la despensa y de limpiar mientras tú estás fuera. Así, que alguien se tiene que ocupar de que se realicen las funciones del hogar. Y ya no sólo se trata del reparto que realizan las personas adultas. Se trata de ti. Se trata de todas las personas que convivís en casa. Esto del hogar es algo realmente serio, a lo que nos tenemos que dedicar, en la medida de nuestras posibilidades, todas las personas que compartimos un mismo espacio. Y eso quiere decir chicas y chicos. Mayores, jóvenes y más pequeños... Es una cuestión de respeto y consideración hacia las personas con las que vives.

Pero no se trata sólo del espacio doméstico... se trata también del espacio personal y de los afectos. ¿Sabías que en EEUU hay asociaciones de estudiantes que intentan concienciar a los compañeros y compañeras de la importancia de tener una vida propia independientemente de los estudios?

En ese otro mundo que cruzas cuando se acaban las obligaciones del mundo de fuera hay un espacio para encontrarte con las personas que quieres, o contigo a solas. En ese espacio habitan relaciones, afectos y todo un sinfín de experiencias que forman parte de la vida de los seres humanos. No se trata sólo de hacer las tareas del hogar o de echar una mano con los más pequeños. Se trata de humanizar la sociedad, reservando espacios para vivir. Espacios que durante siglos fueron preservados por las mujeres y que ahora pueden ser habitados por mujeres y hombres.



Me tengo que ir a trabajar y luego tengo que llevar a Maddox y a Zahara al dentista...

... Vale, entonces cuando vuelva a casa, yo preparó la cena.

# SaBÍAs QUe...

Ida Pfeiffer era una ama de casa con dos hijos. Esta austriaca que vivió entre 1797 y 1858, dio tres veces la vuelta al mundo con la única compañía de un bolso con cartas de recomendación para conseguir dónde dormir. En cierta ocasión afirmó que estaba acostumbrada a la vida dura como europea pobre, que sus *"llagas en las piernas son como los sabañones del frío en Viena, que 8 horas andando no es mucho más duro que subir 5 pisos con dos cubos de agua helada, que los que no se imaginan este sufrimiento, no conocen la vida de muchas europeas pobres, trabajando desde las 3 de la madrugada hasta las 7 de la tarde, lavando y escurriendo ropa hasta desollarse las manos o subiendo hasta sus pisos agua o leña, ni han pensado en las obreras que trabajan 12 ó 14 horas diarias y viven en cuchitriles donde apenas entra el sol. Indiscutiblemente, no hay vida más dura que la de las europeas pobres"*.

M<sup>a</sup> Angeles Durán realizó un estudio sobre el coste de las labores que realizan las mujeres en el ámbito doméstico. En un estudio publicado en el último número de "Cuadernos de Información Económica", que edita la Fundación de Cajas de Ahorro (Funcas), avanzan en la cuantificación económica del trabajo doméstico. Llegan a la conclusión, sobre datos desglosados y cerrados de 2003, que "el número total de horas dedicadas al trabajo no remunerado es del orden de 46.000 millones anuales con un valor que asciende a 332.506 millones, lo que supone que se generan anualmente 7.916 euros per cápita en la pro-

ducción doméstica y de voluntariado". Esos datos se refieren al conjunto del Estado español, trasladando ese peso del trabajo no remunerado al PIB, lleva a la conclusión de que supone el 42,5% del PIB (467.500 millones de euros en 2007).

## MUJERES Y HOMBRES EN EL MUNDO

La lucha por la subsistencia está en las manos de las mujeres. Los grupos de salud, las ollas populares, los talleres productivos de lavar, de costura, de artesanía o los pequeños comercios caseros, son formas de organización y trabajo que tienen como objetivo cubrir las necesidades básicas familiares en un mundo que, cada vez empobrece a más población.

Las mujeres de los barrios marginales de algunos países del Sur organizan las ollas populares. Se reúnen para hacer una comida en común, aportando cada una lo que puede, turnándose para cocinar y así tener más tiempo libre. Colectivizan sus esfuerzos y la utilización de espacios y medios. Con ello, ahorran. De esta manera se potencian los recursos domésticos y se ofrece mejor nutrición para todas y todos.

# El LIBRO de las ACTIVIDADES



## 1.- PARA PENSAR INDIVIDUALMENTE...

### EL TRABAJO EN CASA



Para reflexionar...

Lo mejor para saber lo que ocurre dentro de la casa es contar. Así que te proponemos que copies este cuadro en un cuaderno y lo completes. Para ello, será necesario que observes lo que ocurre en tu casa durante una semana. También puedes realizar una pequeña encuesta a las personas que viven en ella.

ACTIVIDAD	PERSONA QUE LO REALIZA	TIEMPO	PRESUPUESTO
■ Lavar la ropa			
■ Hacer las camas			
■ Coser			
■ Reparar los grifos			
■ Arreglar la luz			
■ Quedarse en casa cuando alguien está enfermo			
■ Barrer la casa			
■ Preparar los desayunos			
■ Tender la ropa y recogerla			
■ Fregar el suelo			
■ Limpiar cristales			
■ Hacer compra			
■ Pensar qué vamos a comer			
■ Hacer comida			
■ Poner la mesa			
■ Planchar la ropa			

ACTIVIDAD	PERSONA QUE LO REALIZA	TIEMPO	PRESUPUESTO
■ Gestionar los recibos			
■ Arreglar averías sencillas			
■ Sacar la basura			
■ Reponer las cosas que se rompen en la casa			
■ Planchar			
■ Acudir al médico			
■ Acudir a las reuniones de la escuela			
■ Hacerse cargo del coche			
■ Llamar a otros familiares			
■ Conversar			
■ Acordarse de los cumpleaños			
■ Limpiar los cuartos de baño			
■ Otras			
<b>TOTAL</b>			

Ahora ordena los resultados por horas de dedicación ¿Qué puesto ocupas tú?

## 2.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS EN GRUPOS SEPARADOS

- Compartir es poner en común intereses, obligaciones, aficiones... y para hacerlo es importante saber qué nos importa realmente. Muchas veces cuando pensamos en el futuro lo hacemos en términos de éxito profesional y olvidamos integrar aspectos que tienen que ver con otras parcelas como son el amor, la amistad o las aficiones. Imagina que hoy pudieras diseñar cómo va a ser tu futuro dentro de veinte años... ¿Cómo distribuirías tú tiempo?
- Dividíos en grupos de chicas y chicos. Seis o siete personas en cada grupo
- En un folio dibuja dos círculos. Uno por cada cara.

**A.-** En uno de los círculos coloca el tiempo que dentro de veinte años dedicareis a:

- ◆ El trabajo
- ◆ La familia
- ◆ Los amigos y amigas
- ◆ El tiempo libre y aficiones
- ◆ El cuidado de la casa
- ◆ El cuidado personal

**B.-** En el otro círculo coloca el tiempo que dedicáis hoy a:

- ◆ Los estudios
- ◆ La pareja
- ◆ Los amigos y amigas
- ◆ Tu familia
- ◆ Tus aficiones
- ◆ El cuidado de la casa
- ◆ El cuidado personal



Para preguntarse...

¿Qué ha cambiado? ¿Cómo eres hoy y como serás mañana? ¿Cómo utilizáis el tiempo los chicos? ¿Y las chicas?

### 3.-PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS JUNTOS

#### EL PACK DE LA SUPERVIVENCIA



#### Para reflexionar...

Mujeres y hombres tienen que caminar en el mundo de lo privado y lo público. Las mujeres se han incorporado al mundo laboral ¿los hombres lo han hecho al hogar? El nuevo orden necesita nuevos aprendizajes para tener una vida plena y equilibrada. ¿Os atreveríais a realizar un pack de supervivencia?



#### Materiales

- Una cuerda de tender para cada equipo
- Pinzas
- 15 tarjetas de 10X10
- Chinchetas



#### Comenzamos

- Nos dividimos en grupos de seis o siete personas.
- Imaginad que a la Tierra llega un marciano que no conoce cómo es la vida
- Cada grupo disponéis de 15 tarjetas donde escribir el nombre de 15 objetos imprescindibles para la vida doméstica y laboral
- Cada objeto está relacionado con un aprendizaje. Por ejemplo: plancha= planchar
- Una vez hayáis terminado de colocar la cuerda estirada con chinchetas, colgad las tarjetas.



#### Para preguntarse...

¿Qué aprendizajes son necesarios para la vida? ¿Hay aprendizajes para chicas y para chicos? ¿Quién nos enseña lo relativo al hogar? ¿Cuál de todos estos elementos valoráis más?

# El LIBRO de los PORQUÉS



Que bueno que en tu trabajo son flexibles con el horario y pudiste venir Kum Li... Ya ves que hubieramos sentido tu ausencia en la foto familiar.

¿Por qué las empresas han asumido medidas de conciliación?

La responsabilidad de la conciliación de la vida laboral y personal no es exclusiva del ámbito privado y de la corresponsabilidad familiar. Y por supuesto, no es exclusiva de las mujeres. Una parte importante de la tarea se centra en el espacio del trabajo. ¿Cómo? Introduciendo soluciones inteligentes en la organización como son la flexibilidad horaria, los permisos o adaptación de la carga laboral a las necesidades familiares.

## IDEAS PARA los CHICOS



Rompe con los estereotipos sexistas. Práctica el buceo entre los platos. El windsurf con la plancha, la química de la cocina y experimenta con la mezcla de ropa de color en la lavadora. Terminarás siendo un campeón en la supervivencia cotidiana.

No esperes a que te enseñen cómo hacerlo. Reivindica tu derecho a aprender lo que tradicionalmente no se acostumbra a enseñar a los chicos: coser, cocinar o limpiar. Pregunta, investiga y experimenta. ¡Es mucho menos complicado que aprender las normas del fútbol.

No digas nunca: ¿te ayudo? ¡No se trata de ayudar, sino de compartir las tareas! No esperes a que te digan qué tienes que hacer. Toma la iniciativa y participa, con todos los honores, en las tareas de casa.

Planifica tu tiempo contando la parte que te corresponde dentro de casa. Tan importante es el trabajo fuera de casa como tu vida personal y familiar. Por eso cuando organices tus días, incorpora las obligaciones que tienes con los tuyos y en tu casa. Tan importante es llegar a tiempo a una cita como recoger a tu hermano en el colegio.

Se tú mismo. Los chicos también lloran, cuidan, muestran afecto y se preocupan por dedicar atención a las personas que les quieren y a las que quieren. Tienes derecho a llegar tan lejos como sueñes en el ámbito profesional, sin renunciar a la vida personal y fami-

liar. Tienes derecho a ser padre. A cuidar los afectos. A vivir la ética del cuidado. La igualdad abre la puerta para que los chicos entréis en el mundo de casa. De eso trata la igualdad. De transformar la sociedad para hacerla más humana, justa, habitable y solidaria.



# IDEAS PARA las CHICAS



Piensa que la igualdad no es olvidar todo lo que las mujeres hemos aprendido de generación en generación, sino hacer que nuestro entorno se vuelva más humano, más habitable, justo y solidario, contemplando todas las necesidades que las personas tenemos. Por eso, tienes derecho a llegar tan lejos como quieras profesionalmente sin renunciar a tu vida personal y familiar.

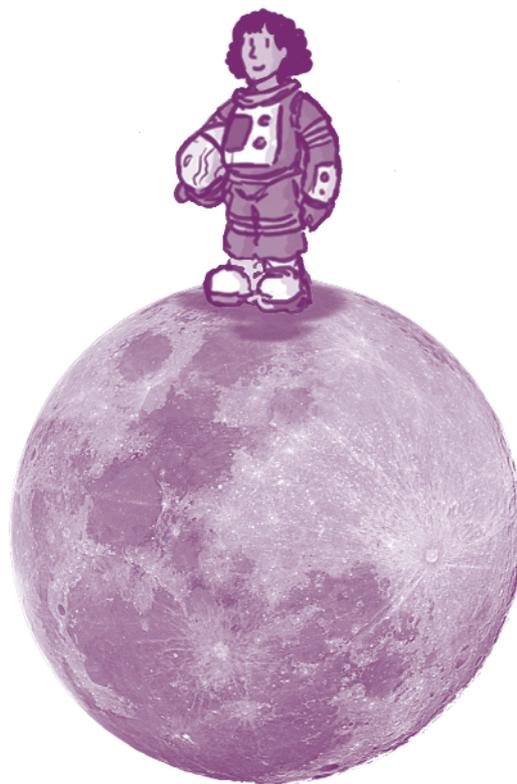
No esperes a que te enseñen cómo hacerlo. Reivindica tu derecho a aprender lo que tradicionalmente no se acostumbra a enseñar a las chicas: la electricidad, cambiar la rueda del coche o arreglar una tubería. Preguntas, investiga y experimenta.

No des por supuesto que como eres chica te corresponde hacer, a ti sola, las tareas de limpieza, estar pendiente de las personas que lo necesitan o el cuidado de los hermanos más pequeños. Es importante que participes en todas las tareas de la casa, pero compartiéndolas en igualdad, con los chicos con los que convivas.

No renuncies a tu tiempo por el hecho de ser chica. Cuando pienses en tu futuro profesional no midas el tiempo que cumplir tus sueños te restará para dedicarlo a los tuyos. Planifica tu vida integrando el espacio de fuera y dentro del hogar, contando que la conciliación es cosa de dos.

Se tú misma. En el espacio de lo privado porque tiene un valor fundamental en la calidad

de nuestras vidas. Porque es una opción y una parte importante que las mujeres hemos desarrollado a lo largo de los tiempos. Porque no queremos dejarnos la piel corriendo de un sitio a otro, sino vivir cada tiempo y cada espacio, con sentido del equilibrio





# 6

## COMPARTIR el LENGUAJE

Nombrar el mundo en igualdad





## IDEAS para REFLEXIONAR

Si cierras los ojos y te susurro "mar" ¿Qué ves? Si te digo "aire" ¿Qué sientes? Si te digo "infancia" ¿Qué recuerdas? Si te menciono "hombre" ¿en quién piensas?

¿Compartir el lenguaje? -te preguntarán. ¡Pero si nos comunicamos a través de las palabras! Totalmente de acuerdo. Tu cabeza está llena de palabras. Cuando sientes algo buscas entre ellas para ordenar lo que tienes dentro. Cuando quieres contar una historia ordenas las frases con palabras escogidas. Y cuando hay algo muy apreciado rebuscas y lo envuelves en el término que tiene un significado especial para ti.

Las palabras nos ayudan a guardar el mundo en nuestra mente, como si fuera un cofre lleno de tesoros. Por eso, para muchas personas, las palabras son mágicas. ¿Sabías que algunas tribus indias guardan en secreto el nombre del niño o la niña recién nacido para protegerlo?

Al nombrar algo, de alguna manera lo que representa se nos hace real. Si al mirar al cielo sabes el nombre de una estrella, ya nunca más será un astro entre millones. La has hecho diferente a todas las demás. Conocer su nombre te aporta una nueva experiencia sobre el firmamento. La lengua recrea la realidad y a la vez ayuda a crearla: es la razón por la que el lenguaje es tan importante.

Cuando las palabras nos nombran, nos identifican. Cuando nombramos a mujeres y hombres, subrayamos su existencia. ¿Pero qué pasa cuando las palabras no hablan de ti? ¿Qué ocurre cuando te ocultan? ¿Y cuando no te nombran?

Haz el siguiente ejercicio. Recuerda un paseo por un bosque. Seguramente en tu cerebro se dibujan las ramas verdes y los trocos sujetándolas, sin que entre ellos existan grandes diferencias. Tu mente esboza de forma difusa lo que tú recuerdas de los árboles. Pero cuando conoces el nombre de cada árbol tu percepción del bosque no es la misma. Ya no se trata de un montón de árboles, sino que puedes hablar del haya con sus brazos extendidos sobre el musgo. Del acebo con sus hojas brillantes y puntiagudas o del centenario roble cuyo tronco se levanta firme y rugoso hacia el cielo. Puede que no conozcas cada especie, pero sabes que hay matices, diferencias que distinguen un árbol de otro, enriqueciendo tu percepción y la sensación que guardas en tu memoria.

Has ampliado el conocimiento de la realidad que te rodea y en consecuencia tu lenguaje se ha transformado. Al tener conciencia de la variedad del entorno, inmediatamente tienes la necesidad de nombrarlo.

De la misma forma, cuando al percibir la realidad somos conscientes de que mujeres y hombres están presentes, nuestro lenguaje busca las palabras para nombrar a los dos sexos.

En castellano, el lenguaje que utilizamos para denominar los genéricos es masculino. Engloba a mujeres y hombres. Cuando nuestra percepción de la realidad distingue la presencia de mujeres y hombres, te es más difícil utilizar el neutro masculino, porque vas a relacionarte con tu entorno de una forma diferente. Te chirría ignorar la presencia de una o de otro. Por ejemplo, el término 'hombre' se comenzó utilizando para hacer referencia a los seres humanos, en general. Con el tiempo, por el uso, la palabra 'hombre' terminó identificándose con 'varón'. Cuando decimos "las asociaciones de padres en los centros escolares" ¿Qué quiere decir? Seguramente que el mismo número de padres y madres participan, ¿verdad? Esta definición está escondiendo un hecho muy distinto, que es la masiva participación de las madres y una menor participación de los padres. Lo que nos permite hacer otra reflexión ¿Por qué no participan los padres en lo relacionado con la educación?

Bomberos, mineros, jueces, niños, profesores, padres, directores, hombres... son genéricos masculinos que ocultan la presencia de las mujeres. Pero la mitad de la humanidad no queremos desaparecer detrás del neutro masculino. Tenemos una existencia y una experiencia propia que reconocemos con palabras. Queremos dejar nuestras huellas en los términos que pronunciamos. Queremos estar presentes en los periódicos, en los libros que estudiamos, en los carteles luminosos del cine, en los museos, en el libro escolar, en los comentarios que hacemos en la calle y en cada gesto de nuestra vida cotidiana. La lengua es una y los sexos son dos. Por lo tanto, ambos debemos ser representados.

Lo más interesante de todo es que no se trata de un acto mecánico. El lenguaje (escrito, hablado, o la imagen) no hace sino reflejar de modo fiel nuestro pensamiento, nuestra imagen mental de los hechos, situaciones o sentimientos: es el instrumento que utilizamos para ello. Por lo tanto, cambiando nuestra concepción del mundo, cambiaría, como consecuencia inmediata, el contenido de nuestra comunicación.

Habla, escribe, piensa en femenino y masculino. Crea una realidad no sexista a través de las palabras donde mujeres y hombres estemos siempre presentes.

# SaBÍAs QUe...

La Real Academia de la Lengua Española se creó en 1713. La primera mujer que admitió la academia con título honorífico fue María Isidra de Guzmán y de la Cerda, en 1784.

Emilia Pardo Bazán y María Moliner fueron algunas de los nombres de mujeres que posteriormente se postularon para ocupar un sillón, pero no lograron el sillón debido a los estatutos de la Academia. A María Moliner, autora del prestigioso Diccionario de uso del español, se le llamaba la "académica sin silla". Hasta ahora, solamente cinco mujeres han sido elegidas a ocupar alguno de los 42 sillones de la academia (En la actualidad son 3 académicas frente a 39 académicos).

Las mujeres que han formado parte de la Real Academia de la lengua han sido: Carmen Conde (1979) y Elena Quiroga (1983) Ana María Matute (1998), Carmen Iglesias (2000) y Margarita Salas (2003).

## MUJERES Y HOMBRES EN EL MUNDO

El derecho a la educación les fue negado por siglos a las mujeres, tanto en la sociedad occidental como en la oriental, pero no todas se plegaron con facilidad a esta forma de tiranía. En 1950 se descubrió un lenguaje secreto cerca de la provincia de Hunan (China). Conocido como Nu Shu, este ancestral lenguaje fue desarrollado y utilizado por las mujeres de la antigua China para comunicarse entre ellas en un tiempo en que su sociedad no les permitía aprender a leer y escribir.



El Nushu posee alrededor de 700 signos y el chino literario cuenta con alrededor de 40.000. La población maneja un promedio de 4.000. Este lenguaje se remonta a varios cientos de años, incluso hay quienes lo sitúan en el año 300 DC. Las mujeres de Hunan inventaron un sistema de comunicación a través del canto. Como no podían salir de sus casas se sentaban en las ventanas y se cantaban las unas a las otras. En esas canciones se contaban sus pequeños secretos, dolores, sus alegrías y el maltrato que les sometía sus maridos. Al mismo tiempo comenzaron a crear un sistema de escritura único y desconocido por los hombres. Como a las mujeres chinas se les prohibía el acceso a la educación, no sabían leer ni escribir el mandarín, decidieron crear el Nushu. Y al no tener hojas de papel a su alcance, ya que su uso era exclusivo de los hombres, crearon pequeños libros de seda, en los cuales daban consejos a las hijas casaderas. Estos libros se conocían con el nombre de "cartas del tercer día", ya que eran enviadas a sus hijas al tercer día de su matrimonio.

Hay que destacar que una vez casadas, la probabilidad de volverlas a ver era más que remota, ya que pasaban a formar parte de la familia del marido, quedando bajo la tutela de éste por el resto de su vida. Un marido que conocían sólo el día de la boda; habría que resaltar que los matrimonios eran concertados por los padres. Otra forma de escribir era en los abanicos; pero sobre todo en las vendas que utilizaban las mujeres para evitar el crecimiento de los pies, previamente fracturados por sus propias madres; esto con el fin de lograr el canon de belleza exigido por los hombres. No solamente escribían pequeñas historias sobre sus vidas, sino poemas y hasta relatos de lo sucedido en sus comarcas. En la seda y en los abanicos, los signos eran pintados, y en la

venda, bordados. Cuando la mujer moría, todas sus pertenencias eran enterradas con ella, así que hoy en día se conserva muy poco material. Además este lenguaje fue severamente perseguido durante la Revolución Cultural, habiéndose desatado lo que se denominó "la caza de brujas". Las mujeres que lo conocían o bien fueron torturadas y/o asesinadas o bien decidieron nunca más volver a expresarse en Nushu, por lo que la lengua se perdió. En el año 2004 murió la última mujer que lo hablaba, su nombre era Yang Huanyi y tenía 98 años. Sólo entonces, el gobierno chino se dio cuenta de la gran riqueza cultural que él mismo había hecho desaparecer, así que abrió un museo con el poco material que se pudo recoger.



# El LIBRO de las ACTIVIDADES



## 1.- PARA PENSAR INDIVIDUALMENTE...

### LOS ACERTIJOS



Para reflexionar...

Cuando no nombramos la presencia de las mujeres y de los hombres estamos distorsionando la realidad, ofreciendo una visión parcial... Lee atentamente estos acertijos ¿Qué es lo que ocurre?

- a.-** Pérez tenía un hermano. El hermano de Pérez murió. Sin embargo, el hombre que murió nunca tuvo un hermano.
- b.-** Un padre y un hijo iban en coche cuando, de pronto, el padre perdió el control del vehículo y se estrellaron contra un poste telefónico. El padre murió en el acto; su hijo quedó muy maltrecho y fue llevado al hospital, en donde se le apreciaron lesiones importantes que requerían una urgente intervención. Se llamó a uno de los más prestigiosos miembros del equipo de cirujanos de guardia pero cuando llegó a la sala de operaciones a examinar al chico, se oyó una voz: "No puedo operar a este niño, es mi hijo!"

¡Seguro que todos y todas habéis acertado! Pero ¿a qué da mucho que pensar?



## 2.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS EN GRUPOS SEPARADOS.



Para reflexionar...

La lengua es un reflejo de la sociedad. Y cuando cambiamos el significado de las palabras estamos influyendo en la transformación de la realidad...

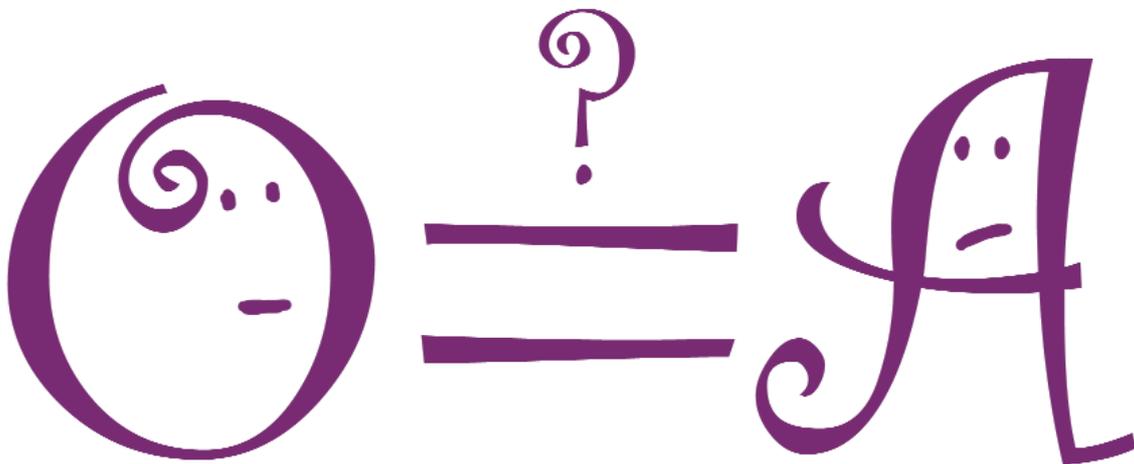


Comenzamos

■ Nos dividimos en grupos de cinco o seis personas. Aplicad los siguientes adjetivos a mujeres y hombres.

- ◆ Público/a
- ◆ Gobernante/a
- ◆ Verdulero/a
- ◆ Fulano/a
- ◆ Jefe/a
- ◆ Zorro/a
- ◆ Hombre de mundo/mujer mundana
- ◆ Amo/ama

**Para preguntarse:** ¿que diferencias hay cuando lo aplicamos a las mujeres y a los hombres? ¿Son acepciones neutras? ¿Por qué cambian su significado? ¿Por qué en determinadas profesiones, se utilizan distintas acepciones como por ejemplo azafata y auxiliar de vuelo?



### 3.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS JUNTOS

EL ABANICO



Para reflexionar...

Vamos a contar una historia en un abanico como las mujeres chinas, pero no lo haremos con un lenguaje secreto, sino que nuestra intención es observar cómo cambia una narración cuando sólo utilizamos el neutro masculino o cuando incluimos a mujeres y hombres.



Materiales

- Dos folios Din A3
- Bolígrafos



Comenzamos

- Nos dividimos en dos grupos. Por ejemplo si somos treinta en dos grupos de quince personas, chicas y chicos mezclados.
- Cada grupo se sentará en círculo.

#### Primer grupo

- ◆ Uno de los grupos escribirá una historia de la siguiente forma. Escribiremos la siguiente frase en el extremo superior del folio.

*"En el remoto Lingshan, junto al río de la vida, habitaba un pequeño pueblo que trabajaba los arrozales. Todas las mañanas sus habitantes se colocaban sus sandalias y caminaban hacia los márgenes del río o hacia los bosques".*

- ◆ La primera persona del círculo la leerá y una vez haya concluido su lectura doblará el extremo del papel, dejándola oculta en el pliegue. A continuación escribirá sólo una frase que continúe la historia.
- ◆ La segunda persona del corro, por la derecha, leerá la frase que ha escrito su compañero o compañera. Sólo esa frase. No la anterior.

- ♦ Una vez la haya leído la doblará formando otro nuevo pliegue en forma de abanico y escribirá una nueva frase que pasará a la persona que tenga a su derecha. De esta forma cada participante continuará la historia conociendo sólo la frase que ha escrito la persona que tiene a su izquierda.

### Segundo grupo:

- ♦ El segundo grupo escribirá su historia de la misma forma y al mismo tiempo que lo hace el primer grupo
- ♦ En el extremo superior del folio escribiremos:

*“En el remoto Lingsban, junto al río de la vida, habitaba un pequeño pueblo que trabajaba los arrozales. Todas las mañanas las mujeres se colocaban sus sandalias y caminaban hacia los márgenes del río, mientras los hombres lo hacían hacia los bosques”*

- ♦ Al igual que en el primer grupo, la primera persona del círculo la leerá y una vez haya concluido su lectura doblará el extremo del papel dejándola oculta en el pliegue. A continuación escribirá sólo una frase que continúe la historia.
- ♦ Cuando los dos grupos finalicen los folios se desplegarán y se leerán las dos historias, analizando qué ha ocurrido con los hombres y las mujeres en cada una de ellas.



### Para preguntarse...

¿Narramos de distinta forma cuando visualizamos a mujeres y hombres? ¿Nos obliga a pensar desde una realidad distinta para cada sexo? ¿En qué narración se dan más importancia a las mujeres o a los hombres?



¿Aquí que puedes visualizar primero? ¿Al hombre o a la mujer?

# El LIBRO de los PORQUÉS



¿Por qué la palabra 'Feminismo' no quiere decir lo contrario que 'machismo'?

Amelia Valcárcel explica que el feminismo no es un machismo al revés, sino que es absolutamente contrario al machismo. Es importante aclarar esta diferenciación porque, coloquialmente, muchas personas contraponen el término 'feminismo' a 'machismo' queriendo hacer referencia a la intención de revancha o superioridad de derechos de las mujeres, desvalorizando el contenido, fines y medios del movimiento feminista. El machismo comporta actitudes de violencia y desprecio hacia las mujeres con las que el feminismo se propone acabar de raíz. Es, por lo tanto, su contrario pero no significa que las mujeres feministas quieran hacer lo mismo con los hombres

¿Por qué se dice que la palabra solidaridad nació en el movimiento feminista?

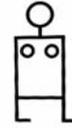
La palabra 'solidaridad' fue elegida para sustituir a la palabra 'fraternidad' con claras connotaciones masculinas por las mujeres que reivindicaban el voto en el siglo XIX y a principios del XX.

También aportaron nuevas formas de protesta pacífica, ya que desde una actuación "no violenta" intentaban llamar la atención desde los márgenes políticos. El sufragismo inventó

nuevas formas de protesta como las manifestaciones, la interrupción con preguntas sistemáticas al orador, la huelga de hambre, el autoencarcelamiento, la tirada de panfletos reivindicativos. Éstos fueron métodos innovadores que luego fueron incorporados por otros movimientos como el pacifismo o el movimiento Pro Derechos civiles.



# IDEAS PARA las CHICAS



Cuando hables de ti, hazlo en femenino, contactando con lo que eres y sientes como mujer. Utiliza las expresiones que te identifican como mujer. Por ejemplo: "seré una excelente directora de cine", no: "seré un excelente director de cine".

Sospecha cuando en los textos se utiliza un lenguaje sexista. Normalmente ignoran la realidad de las mujeres. Fíjate no sólo en los libros de texto, sino también en los carteles del Instituto, notificaciones, revistas, periódicos, etc.

Cuando estés en grupos mixtos indica que se dirijan a ti y al resto de las compañeras y compañeros utilizando un lenguaje no sexista que incluya el masculino y el femenino.

Si estas en un grupo sólo de chicas, expresaros en femenino. Si una persona se dirige a ti o a vosotras pedidle que lo haga en femenino.

Cuando hables o escribas utiliza un lenguaje que identifique a mujeres y hombres.

No admitas comentarios, chistes o adjetivos sexistas. Por ejemplo no admitas ni te expreses con palabras que denigren a la mujer o al hombre haciendo referencia a sus órganos sexuales.

Solicita al Instituto de la Mujer o busca en Internet los cuadernos "Nombra". En ellos encontrarás indicaciones para la utilización no sexista del lenguaje.



## IDEAS PARA los CHICOS



Piensa, observa y utiliza el lenguaje teniendo en cuenta que existen las mujeres y los hombres. Sospecha de las informaciones escritas o habladas que utilicen el neutro masculino que oculta a las mujeres.

Solicita al Instituto de la Mujer o busca en Internet los cuadernos "Nombra". En ellos encontrarás indicaciones para la utilización no sexista del lenguaje.

No admitas que se utilice el masculino como genérico cuando estás en un grupo mixto.

No admitas comentarios, chistes o adjetivos sexistas. Por ejemplo no admitas ni te expreses con palabras que denigren a la mujer o al hombre haciendo referencia a sus órganos sexuales.





# 7

## COMPARTIR El CUIDADO del MEDIO AMBIENTE





## IDEAS para REFLEXIONAR

Cuando en 1855 Seattle, jefe de la tribu de los Suwamish, escuchó del hombre blanco la propuesta de comprar el territorio en el que vivía su pueblo, se fue sólo a meditar. Al finalizar el día, mientras contemplaba las amplias praderas en la que pastaban pacíficamente los búfalos escribió una larga carta con un mensaje dirigido al entonces presidente de EE.UU Mr. Franklin Pierce. Aquel mensaje llega hoy a todas las personas que habitamos la tierra.

El líder Suwamish escribió:

*¿Cómo se puede comprar o vender el firmamento o el calor de la tierra? (...) Si no somos dueños de la frescura del aire ni del fulgor de las aguas, ¿cómo podrían ustedes comprarlos? Cada parcela de esta tierra es sagrada para mi pueblo. (...) Somos parte de la tierra y, asimismo, ella es parte de nosotros. El agua cristalina que corre por ríos y arroyuelos no es solamente agua, sino que también representa la sangre de nuestros antepasados. Los ríos son nuestros hermanos, porque sacian nuestra sed; son portadores de nuestras canoas y alimentan a nuestros hijos. Si les vendemos nuestras tierras, ustedes deben recordar a sus hijos que los ríos son nuestros hermanos y también lo son suyos (...). Sabemos que el hombre blanco no comprende nuestro modo de vida. Él no sabe distinguir entre un pedazo de tierra y otro, ya que es un extraño que llega de noche y toma de la tierra lo que necesita. La tierra no es su hermana sino su enemiga y, una vez conquistada, sigue su camino, dejando atrás la tumba de sus padres sin importarle. Les secuestra la tierra a sus hijos. Trata a su madre, la tierra y a su padre, el firmamento como objetos que se compran, se explotan y se venden como ovejas o cuentas de colores. Su apetito devorará la tierra, dejando atrás un desierto. (...) Todo lo que le ocurra a la tierra les ocurrirá a los hijos de la tierra. El hombre no teje la trama de la vida: él es sólo un hilo. Lo que hace con la trama, se lo hace a sí mismo. (...) También los blancos se extinguirán, quizás antes que las otras tribus. Contaminan sus lechos y una noche aparecerán abogados en sus propios residuos. Soy un salvaje y nada entiendo. Pero ustedes caminarán hacia su destrucción rodeados de gloria. Este destino es misterioso para nosotros, pues no entendemos por qué se exterminan los búfalos, se doman los caballos salvajes, se saturan los rincones secretos del bosque con el aliento de tantos hombres y se atiborra el paisaje de las exuberantes colinas con cables parlantes. ¿Dónde está el matorral? Destruído. ¿Dónde está el águila? Desaparecida. Así se acaba la vida, empezamos a sobrevivir.<sup>2</sup>*

El pueblo indio de Norteamérica avisaba de uno de los mayores peligros a los que nos estamos enfrentando en el Siglo XXI Si seguimos con un el desarrollo ilimitado y concebimos la tierra sólo por el interés económico podemos acabar con los recursos naturales y con el habitat.

Ciento cincuenta años después, la carta del pueblo Suwamish está más viva que nunca. La urbanización a ultranza, la contaminación, la mala gestión de los recursos naturales, la deforestación incontrolada, nos demuestran cuánta razón tenía. La revolución industrial nos hizo creer que la evolución humana y la idea de progreso estaban ligadas al bienestar económico a cualquier precio. Los recursos naturales (flora, fauna, agua, minerales, suelo, atmósfera) empezaron a ser considerados como capital, como bienes que pueden transformarse y venderse. Nos creíamos por encima de la Naturaleza sin tener en cuenta las consecuencias de la explotación ilimitada de explotar los recursos de la tierra.



Empieza a cuidar la Naturaleza y la Naturaleza cuidará de ti

En los años setenta del siglo XX, después de las primeras crisis del petróleo, se comenzó a tomar conciencia de las consecuencias de la explotación sin control de los recursos naturales. La realidad demuestra que crece el desequilibrio entre población y alimentos, pero también se cae en la cuenta de que la atmósfera no tiene capacidad de regeneración infinita, y que los daños causados a la capa de ozono son irreversibles.

La década de los setenta comienza con la celebración de la Conferencia de las Naciones Unidas en Estocolmo, con la participación de más de cien Estados de todo el mundo. Allí se crean las bases de la legislación medioambiental, se incide en aspectos de conservación del medio pero, también, conceptos sociales y económicos. Este primer gran congreso del 5 de junio de 1972, quedaría marcado como "Día Mundial del Medio Ambiente".

Como siempre que se nombran las cosas, éstas empiezan a existir en nuestra realidad más próxima. Hoy sabemos que nuestras actuaciones, por pequeñas e insignificantes que puedan parecer, nos repercuten en el conjunto del planeta. Un gesto tan simple como verter el aceite en el fregadero puede tener incidencia en la contaminación de los océanos. Y así, cada uno de nuestros actos contribuye a salvar o a condenar el planeta. Tan simple como el hecho de que todo el planeta está interconectado. Todos y todas somos responsables del cuidado del medio ambiente, pero ¿afecta de forma diferente a hombres y a mujeres?

El mundo es uno solo para los seres humanos, pero la vida de las mujeres es muy diferente a la de los hombres. El lugar que las mujeres ocupamos en la sociedad ha hecho que seamos las responsables de conocer y relacionarnos estrechamente con la naturaleza. Las mujeres de todo el mundo, en las zonas rurales, se ocupan de los animales, ir a por el agua, buscar leña, cultivar los huertos, del combustible, de administrar forraje para los animales domésticos, de preparar los alimentos, buscar remedios para las enfermedades. Siembran, cultivan y recolectan. Desde que sale el sol hasta que se pone, están atentas al latido de la tierra de la que obtienen los alimentos y recursos necesarios para el bienestar de toda la familia y la comunidad.

La experiencia acumulada durante generaciones las ha dotado de un conocimiento extraordinario sobre la importancia de la vida que crece en su entorno. Defendiendo el derecho de participar y decidir sobre la sostenibilidad ambiental, las mujeres indígenas realizaron la siguiente declaración en la Conferencia que se celebró en New York en el año 2005<sup>3</sup> :

*"Reconocemos que tradicionalmente las Mujeres Indígenas hemos asumido un papel fundamental en la preservación del patrimonio cultural de nuestros pueblos y en la producción de alimentos en nuestras comunidades. Somos practicantes de medicina, farmacología, botánica, nutrición y reproductoras de la tecnología agrícola que fomenta la diversidad, elemento central para el mantenimiento de la biodiversidad en el mundo. Somos protectoras de nuestros territorios y tenemos derecho al dominio de propiedad".*

Las mujeres tienen un papel fundamental en su relación con el entorno. Lo conocen, conviven con él, viven de él y saben que su destrucción tiene graves consecuencias tanto para ellas como para sus hijos e hijas y el conjunto de la comunidad. La degradación del medio ambiente repercute en la feminización de la pobreza, condenando a millones de personas, pero especialmente a las mujeres y a los niños y las niñas a situaciones de desertización, enfermedades, falta de agua potable, hambruna y otros desastres naturales.

Cuando tomamos conciencia de que la tierra no nos pertenece sino que formamos parte del ella, protegiéndola y respetándola, entonces, nos sumamos al sentido de la naturaleza preservando su legado para las generaciones futuras y contribuimos a preservar las vidas de los pueblos cuyo destino está ligado al medio ambiente.

# SABÍAS QUE...

Las mujeres en todo el mundo están organizando movimientos de cuidado del medio ambiente. Un ejemplo muy importante es el liderado desde 1980, Wangari Maathai quien creó, junto a otras mujeres keniatas, el Green Belt Movement (Movimiento Cinturón Verde).

Este movimiento inició en Kenia la plantación de 30 millones de árboles y la creación de puestos de trabajo para las mujeres. Esta iniciativa ha servido de ejemplo para otros países africanos como Uganda.

Wangari Maathai nos dice que cuando plantamos árboles, plantamos las semillas de la paz y de la esperanza.

Otro ejemplo es el protagonizado por las mujeres de los pueblos de las montañas del Himalaya que viven en India. Ven al bosque como a un amigo. Les proporciona leña para el fuego y comida para los animales. Las raíces de los árboles ayudan a la tierra a retener el agua de lluvia durante todo el año y así las mujeres la pueden recoger de las fuentes y arroyos.

Desgraciadamente otra gente ve el bosque como una fuente de ingresos por eso se han vendido muchas zonas arboladas para uso industrial.

Cuando desaparece un bosque cercano las mujeres de la zona van a tener que trabajar mucho más duro porque tienen que andar más para encontrar agua, leña para el fuego y

comida para los animales. En algunas áreas la deforestación ha llevado a la catástrofe porque durante las fuertes lluvias y debido a las grietas que ha producido agua que corre con rapidez por el suelo limpio, se han originado corrimientos de tierras e inundaciones.

Un día, en 1973 habitantes del pueblo de Gopeshwar descubrieron que el Departamento Forestal había vendido 300 árboles a una compañía dedicada a fabricar equipamiento deportivo. Cuando los agentes de la compañía llegaron a Gopeshwar el pueblo les recibió muy educadamente y les ofrecieron hospitalidad en sus casas para huéspedes. Pero cuando llegaron al bosque al día siguiente los agentes se encontraron con una gran multitud. La gente había decidido poner sus brazos alrededor de los árboles para prevenir que los cortaran. Los agentes se fueron con las manos vacías y el movimiento Chipko se adjudicó el nombre: "chipko" significa "abrazo" en hindi.

En otros pueblos de la India sucedió lo mismo. En Reni una mujer discutía con los leñadores: "hermanos, este bosque es nuestra casa materna. Satisface muchas de nuestras necesidades. No lo destruyáis..." Los hombres sintieron pena y se fueron. En un bosque cerca de Advani una mujer ató hilos sagrados alrededor de 460 árboles que iban a ser cortados.

Este gesto hizo que los árboles se convirtieran en hermanos y hermanas a los cuales tenían que proteger las mujeres con sus vidas. Como esperaban que hubiera problemas los leñadores llegaron con policías armados. 3 o 4 personas del pueblo se agarraron con fuerza a los troncos de cada árbol. No se pudo tirar ni uno solo de ellos.

El movimiento Chipko se han extendido por otras partes de India y por muchos otros lugares del mundo, trabajando por la conservación de los bosques y por la utilización responsable de los recursos naturales en la India. Este movimiento recibió el Premio Nobel Alternativo<sup>4</sup>.

Recientemente habremos oído hablar de personas que en Palestina se abrazan a olivos milenarios para evitar que militares de Israel los talen para construir el muro que pretende aislar al pueblo palestino<sup>5</sup>. Una de las dirigentes del movimiento Chipko es Vandana Shiva; física, ecofeminista, filósofa, activista y ensayista.

Otro de las mujeres que defiende el medio ambiente es Aminata Dramane Traoré . Una de las voces intelectuales africanas más importantes búsqueda de una alternativa africana en oposición a la globalización que cree en el poder de la extensión de los ejemplos modestos que denomina "microresistencia"<sup>6</sup>. Aminata Dramane Traoré afirma. "Gracias a mi madre tengo la idea de que la vida es una travesía. El nacimiento es el punto de partida y la muerte su fin inevitable. La Tierra es la nave a bordo de la cual nosotros navegamos. No se para jamás, somos nosotros, los pasajeros, los que subimos a bordo y bajamos cuando llega el momento.

De ahí la importancia de hacerse cargo de ella y de dejarla en buen estado para las generaciones futuras. La travesía es menos agitada cuando sabemos cuidarnos los unos a los otros y compartir."

## MUJERES Y HOMBRES EN EL MUNDO

- Las mujeres producen la mayor parte de los alimentos que se consumen en el África subsahariana y (en menor grado) en Asia. Sin embargo, las mujeres más pobres del mundo trabajan en la agricultura o en actividades "informales" de fabricación y servicios;

Las mujeres no tienen los mismos derechos ni acceso seguro a las tierras y otros recursos naturales - menos de 1 de cada 10 mujeres agricultoras en la India, Nepal y Tailandia son propietarias de tierras. La falta de tierras en América Latina está aumentando, y en México se registra la mayor desproporción entre los sexos en lo que respecta a la propiedad de la tierra. Allí, las mujeres constituyen solamente el 21% de los propietarios de tierras, a pesar de la reforma agraria<sup>7</sup>.



# El LIBRO de las ACTIVIDADES



## 1.- PARA PENSAR INDIVIDUALMENTE...

### EL CALENDARIO



#### Para reflexionar...

Cotidianamente hacemos multitud de actividades que pueden perjudicar a la Naturaleza y que tienen muy fácil solución. Te proponemos un ejercicio que te ayude a tomar conciencia de cómo puedes ayudar a sostener el medio ambiente.



#### Materiales

- Una cartulina grande
- Una chinchetas
- Un rotulador



#### Comenzamos:

- Dibuja una tabla de doble entrada (siete columnas verticales y diez columnas horizontales)
- En la parte superior escribe los días de la semana.
- En el lateral escribe las siguientes palabras:
  - ◆ Agua/ papel/ luz/basura/ ropa/ compras/calefacción/libros/movil/alimentación.
- Lee atentamente la guía que te proponemos al final del capítulo.
- Cada noche escribe en la columna correspondiente qué acciones has realizado por cuidar el planeta.



#### Para preguntarse:

¿Somos conscientes de cómo nuestros comportamientos influyen en el medio ambiente? ¿Por qué consumimos como si la energía y los recursos fueran infinitos? ¿Cuando actuamos de forma responsable nos sentimos mejor?

## 2.- PARA TRABAJAR CHICOS Y CHICAS EN GRUPOS SEPARADOS.

### EL SUPERMERCADO



#### Para reflexionar...

Es muy diferente necesitar algo que desear algo. La sociedad actual es increíblemente consumista. Hasta el punto de que en muchas ocasiones basamos la felicidad en el hecho de tener objetos y no de ser... Y sin ser personas equilibradas, con sueños, con afectos, críticas... todo lo que tenemos está vacío... Pensemos por ejemplo, el hecho de que actualmente consideramos básico el disponer de ciertos elementos que hace diez años ni siquiera imaginábamos que existieran ¿son realmente necesarios o sólo los deseamos? Cada vez deseamos mas cosas, pero el planeta tiene recursos limitados. Como no todo el mundo puede consumir a la misma velocidad, es una pequeña parte de la humanidad la que se hace con los bienes, dejando al resto en la pobreza. Una pobreza que sufren mayoritariamente las mujeres y la infancia.



#### Comenzamos:

- Nos dividimos en grupos separados de chicos y chicas.
- Hacemos un listado de todos los objetos que hemos adquirido o consumido en el último mes.
- Comparamos la lista de los grupos de las chicas con los grupos de los chicos.



#### Para preguntarse:

¿Cuántos de los objetos que hemos comprado eran realmente necesarios? ¿Qué diferencia existe entre las compras de las chicas y de los chicos? ¿Qué supone en presupuesto las compras que hemos realizado? ¿Sabemos de qué país procede cada cosa que hemos adquirido o consumido? ¿Conocemos las condiciones de las trabajadoras y los trabajadores del país donde se fabrica? ¿Somos conscientes de qué materiales se han utilizado para su realización? ¿Podemos establecer una relación entre consumo y feminización de la pobreza?

## PARA TRABAJAR CHICOS Y CHICAS JUNTOS.

### CAMPAÑA POR UN INSTITUTO MÁS ECOLÓGICO



#### Para reflexionar...

Las acciones individuales son importantes... Sobre todo cuando transforman actitudes colectivas. El Instituto es un lugar donde pasas muchas horas del día. Estas horas pueden estar llenas de responsabilidad medio ambiental. Por eso os proponemos que hagáis una campaña de respeto al medio ambiente dirigida a las familias, a las personas que trabajan en el centro y a los compañeros y compañeras.



#### Materiales

- Mucha imaginación
- Entusiasmo
- Y todo lo que podáis reciclar....



#### Comenzamos

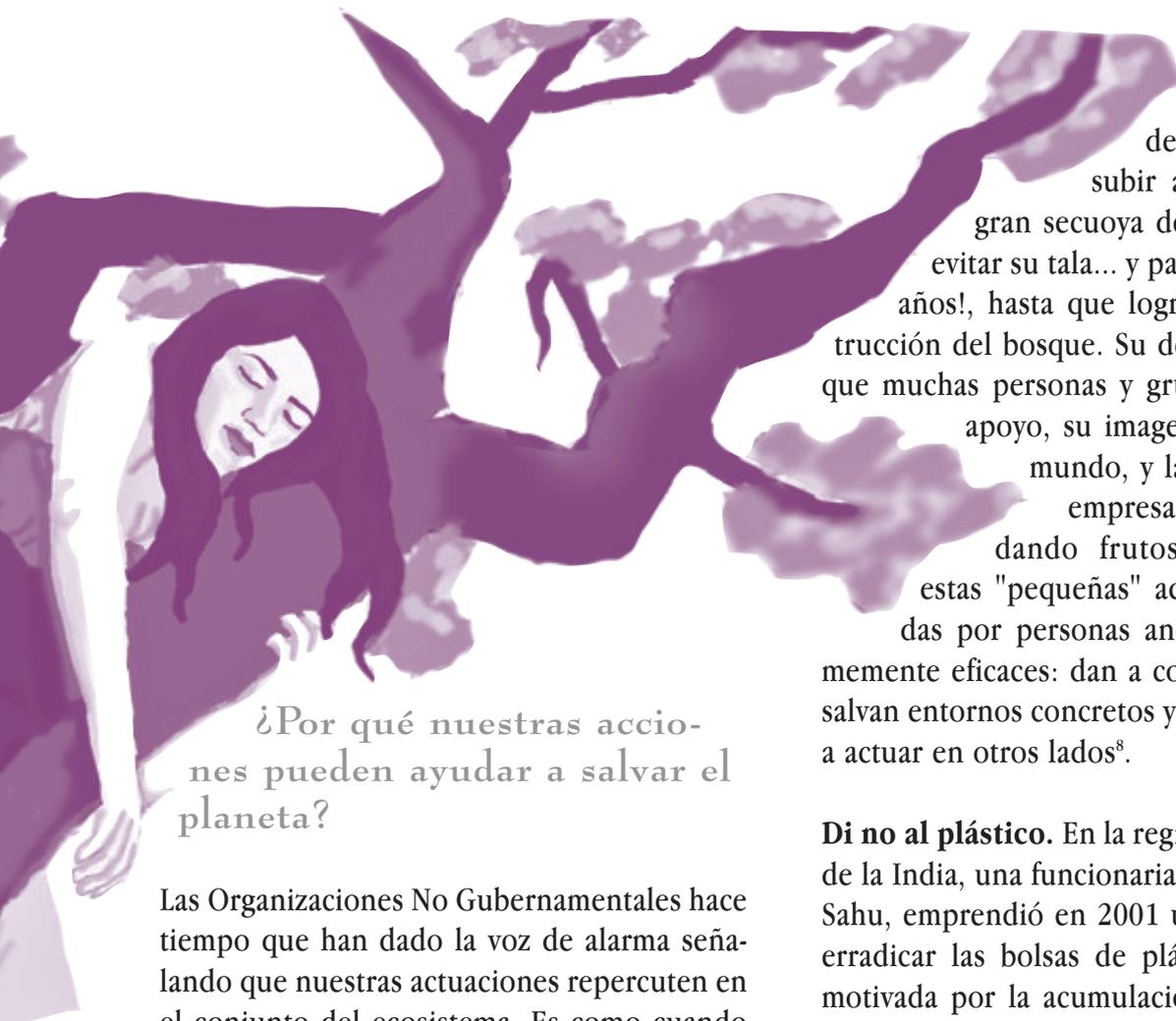
- Todos juntos, chicas y chicos, en plenario realizar un listado de acciones para vuestra campaña. Por ejemplo:
  - ◆ Realización de un folleto para concienciar sobre el respeto hacia el medio ambiente.
  - ◆ Un concurso de juguetes reciclados.
  - ◆ Una charla de un grupo ecologista.
  - ◆ Un taller de cocina ecológica....
- Consensuar un calendario para la campaña
- Dividiros en grupos. Cada grupo se hará responsable de una de las acciones.



#### Para preguntarse:

¿Qué sentimos cuando incorporamos nuestro cuidado y el cuidado del medio ambiente a nuestra vida?

# El LIBRO de los PORQUÉS



Julia "Butterfly" Hill, una chica de 23 años, decidió subir a la copa de una gran secuoya de 1.800 años para evitar su tala... y pasó allí 738 días, ¡2 años!, hasta que logró detener la destrucción del bosque. Su determinación hizo que muchas personas y grupos le dieran su apoyo, su imagen dio la vuelta al mundo, y la presión sobre la empresa maderera acabó dando frutos. Muchas veces, estas "pequeñas" acciones emprendidas por personas anónimas son enormemente eficaces: dan a conocer problemas, salvan entornos concretos y animan a la gente a actuar en otros lados<sup>8</sup>.

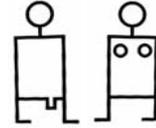
¿Por qué nuestras acciones pueden ayudar a salvar el planeta?

Las Organizaciones No Gubernamentales hace tiempo que han dado la voz de alarma señalando que nuestras actuaciones repercuten en el conjunto del ecosistema. Es como cuando tiramos una piedra al agua y se producen hondas que perturban toda la superficie. Todas las iniciativas, por pequeñas que sean pueden incidir de forma importante. Aquí tenéis dos ejemplos de dos chicas que decidieron actuar para salvar el planeta.

- **Salvar un árbol, salvar el bosque.** En el año 1997, la compañía maderera Pacific Lumber comenzó a talar un bosque de secuoyas milenarias en Humboldt (California).

**Di no al plástico.** En la región de Ooty, al sur de la India, una funcionaria pública, Suppriya Sahu, emprendió en 2001 una campaña para erradicar las bolsas de plástico en la zona, motivada por la acumulación de esta basura que degradaba el paisaje y provocaba la muerte de animales. Esta enérgica mujer ha combinado la fuerza de su autoridad (aplicando multas a los comerciantes que incumplen la prohibición) con una campaña informativa y educativa muy amplia dirigida a escuelas, asociaciones, mujeres, servicios sociales... Las tradicionales bolsas de tela, el papel y las hojas han vuelto a ser útiles en los comercios de la región<sup>9</sup>.

# IDEAS PARA CHICOS y CHICAS



Las ideas que os ofrecemos a continuación son algunas de las aportaciones de la magnífica guía que nos ofrece "jóvenes verdes" cuya página web es [www.jovenesverdes.org/chicaverde/guia.html](http://www.jovenesverdes.org/chicaverde/guia.html)

## EN EL INSTITUTO:

### Usa papel reciclado

**Dona tus libros:** a otras personas, como pueden ser tus hermanos y hermanas. Para ello, procura dejar tus libros en buen estado. No los rayes ni rompas las hojas.

En vez de comprar los libros nuevos cada año, intenta conseguirlos de un estudiante mayor. Pregunta al AMPA (Asociación de padres y madres de alumnos) de tu instituto, suelen guardarlos o pueden conseguirlos para ti.

**Pide los libros de lectura en tu biblioteca municipal,** en la de tu barrio o en la del propio instituto. Asegúrate de que traen varias copias.

**Intenta no usar fotocopias o fotocopiar los libros.** Además de ser un delito, estás acabando con los bosques. Procura compartir los libros en grupo o con otras clases.

En los festivales del instituto o en las semanas blancas, asegúrate de que se imparten **talleres de reciclado** o visitas a las montañas locales para conocer flora y fauna. Para ello, implícate en los órganos de gobierno de tu instituto.

En la cafetería, además de refrescos con gas y bocadillos de embutido, sirven bocadillos vegetales y zumos naturales. Generalmente las marcas son locales. Si no ofertan estos productos en tu cantina, rellena una hoja de sugerencias. Te tomarán en cuenta. También puedes solicitar que además de bollería industrial ofrezcan fruta de temporada.

**Da tú el ejemplo:** para el almuerzo lleva piezas de fruta y ensalada. No tienes que hacerlo todos los días, con un par de veces a la semana tu cuerpo te lo agradecerá. Consulta la sección de nutrición para más info.

## EN CASA:

Hay muchos gestos simples que puedes hacer en tu casa para llevar una vida más ecológica y ser más respetuosa con nuestro planeta.

Predica con el ejemplo y verás como los miembros de tu familia acabarán haciéndolo también.

## Agua

- El agua es un bien escaso, y cada vez más. ¡Ahórrala!
- Cierra bien los grifos. Si un grifo gotea, debe arreglarse inmediatamente.
- No dejes el grifo abierto mientras te duchas, cepillas los dientes o enjabonas...
- Prefiere una ducha a un baño.
- No uses la lavadora ni el lavavajillas si no están llenos.
- Comprueba si en la ferretería de tu barrio venden "perlizadores", también se llaman "magictap". Se trata de un dispositivo que se adapta al grifo y permite ahorrar hasta un 50% de agua, ya que añade aire, lo que aumenta la presión, disminuyendo el caudal de agua.

## Limpieza y Hogar

- Usa productos de limpieza ecológicos. Los encontrarás en tiendas ecológicas, y algunas marcas también en supermercados tradicionales.
- No uses lejía ni amoníaco. Existen alternativas mucho mejores para el medio ambiente. Con bicarbonato, limón y vinagre se puede limpiar casi el 100% de lo que tienes en casa.
- Evita usar muchos detergentes (gel, champú, lavavajillas...) ¡muchas veces con la mitad basta!
- Muchas pinturas son productos muy tóxicos. Procura usar pinturas ecológicas, deja

airear bien durante varios días después de haberlas usado y los restos llévalos a un "punto limpio" de tu ciudad (¡no los arrojes a la basura!)

## Basuras

- Separa la basura y usa correctamente los distintos contenedores. Si tienes dudas, pregunta en tu ayuntamiento, que suele tener una línea telefónica para consultas.
- Ten en mente que ¡más de la mitad de lo que tiramos es reciclable!
- Si tienes jardín, instala un compostador doméstico. Así podrás reciclar la basura orgánica que produces y convertirla en abono para el jardín.
- Si no tienes jardín, puedes comprar o construir un lombricompostador, que te permitirá hacer lo mismo ¡pero sin ningún problema de olores! Así, verás que la cantidad de basura que llevas al contenedor "normal" disminuye notablemente.
- Reutiliza todo lo que puedas.
- Coloca en el buzón un letrero "PUBLICIDAD NO, GRACIAS!" para evitar que te llenen el buzón de publicidad inútil, y ahorrar así el consumo de papel, tinta, agua, energía...
- Intenta que en casa se compren envases grandes y con el mínimo de embalaje posible. Evita los paquetitos de galletas o los zumos individuales. En vez de eso, compra un botellín de cristal que podrás reutilizar todas las veces que quieras y que además no lleva pvc contaminante. De la misma forma, una fiambarrera o un taper le evitarán al planeta un montón de basura innecesaria.

## Energía

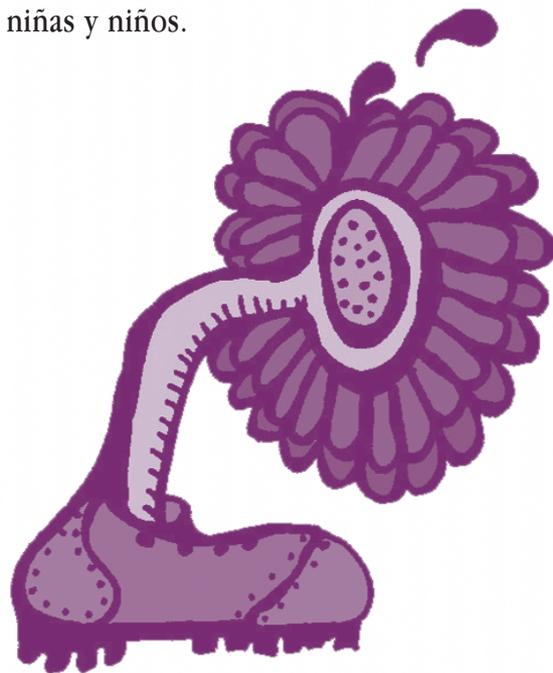
- Consume con cautela. Cuando vayas a usar algún electrodoméstico pregúntate si es necesario.
- Apaga siempre las luces y los aparatos que no estés usando.
- Desenchufa el cargador del móvil cuando no se esté cargando.
- No dejes los aparatos en "stand by" (con una luz encendida aunque esté el aparato apagado): televisión, cadena de música...
- Intenta usar bombillas de bajo consumo.
- Descongela el frigorífico regularmente. Un congelador lleno de hielo aumenta enormemente el consumo energético.
- Plantea en casa la posibilidad de instalar paneles solares térmicos.
- Nunca metas en la nevera comida caliente: bajará la temperatura en el interior y obligarás al frigorífico a gastar mucha más energía en mantener la temperatura.

## Compras

- ¡No consumas compulsivamente! No es sostenible que todos los habitantes del planeta consuman lo que estamos consumiendo nosotros en los países industrializados. El actual ritmo de consumo es absolutamente insostenible. Piensa si lo necesitas antes de comprar algo nuevo.
- Evita usar bolsas de plástico en los supermercados. Lleva mochilas o bolsas de tela.
- Compra productos reutilizables y evita los desechables (maquinillas de afeitarse, vasos y cubiertos de plástico, bolsas de tela...)
- Evita los productos que vienen sobreenvasados.

## Cómo vestirse de forma ecológica

- Tú puedes hacer mucho por tu planeta, por tu salud y por las condiciones sociales de muchos trabajadores y trabajadoras cuidando la ropa que compras:
- Usa tejidos naturales y, preferiblemente, de cultivo biológico: algodón, lino, cáñamo... Evita los tejidos sintéticos (lycra, políester...) y los tejidos que deban lavarse en seco, ya que este tipo de limpieza utiliza productos químicos muy contaminantes.
- Fíjate en la etiqueta: Existen cada vez más etiquetas que indican si la ropa ha sido producida de manera respetuosa con el medio ambiente. Un ejemplo es la certificación Skal (que garantiza que no se han usado pesticidas, etc.). Puedes también evitar adquirir ropa que haya sido fabricada en lugares donde sospechemos que lo más probable es que haya habido explotación de trabajadores o trabajadoras o de niñas y niños.



- Compra ropa de comercio justo, con la que te aseguras de que las personas que trabajan ganan un salario digno y han trabajado en condiciones dignas.
- Es preferible comprar ropa algo más cara pero que dure, en lugar de ropa que tengas que tirar al cabo de dos meses. Cuida tu ropa lavándola a bajas temperaturas, evitando detergentes abrasivos (utiliza preferentemente detergentes ecológicos), poniendo únicamente la cantidad de detergente necesaria (depende del tipo de agua que haya en tu ciudad), dejándola secar al sol: así te durará más.
- Las tiendas de segunda mano son una manera de dar una segunda oportunidad a la ropa que ya no te apetece seguir poniéndote pero que sigue estando en buenas condiciones.

Además, muchas de las cadenas de Segunda mano emplean a trabajadores con dificultades sociales, realizando una gran labor social de proximidad.

- Encuentra tu estilo y no te dejes influir por la moda de la televisión y de los anuncios. La mejor moda es la ropa con la que tú te sientas a gusto.

Otras muchas ideas sobre salud, sexualidad, tecnología, medios de comunicación... en [www.jovenesverdes.org/chicaverde/guia.html](http://www.jovenesverdes.org/chicaverde/guia.html)





8

COMPARTIR  
para PARTICIPAR  
Por que otro mundo es posible





## IDEAS para REFLEXIONAR

Cuando vives en un país y en una época donde la participación es un derecho que puedes ejercer sin que nadie te ponga impedimentos o trabas, puedes cometer el error de no valorar suficientemente su importancia. ¿Participar para qué?, nos preguntamos- cuando hay miles de asuntos que nos ocupan en el día a día y que apenas nos dejan tiempo.

Hay miles de razones para formar parte de una organización, en la que te vas a encontrar con otras personas que persiguen los mismos objetivos que tú. Participar para aprender, hacer amistades, compartir los sueños, trabajar por un ideal:

Participar para disfrutar de actividades como el deporte, el arte o la música. Participar para poner en práctica mis ideas, transformar mi entorno, afianzar mis derechos.

Participar porque necesito encontrarme con personas que vivan situaciones parecidas a la mía. Participar para que se escuche mi voz. **Participar porque otro mundo es posible.**

No importa qué razón elijas. Todas son importantes. Porque la democracia se fortalece cuando nos comprometemos con el tiempo y la sociedad en la que vivimos. Ejercer tu derecho a influir en tu entorno es tan importante como respirar o despertarte cada mañana sabiendo que tienes las riendas de tu vida. Piensa que en muchos países es imposible expresarse, reunirse o simplemente pasear sin sufrir represalias. En algunos de ellos, a las mujeres se les niega incluso la posibilidad de estudiar, trabajar, vestirse como quieran, de elegir el amor, de conducir... y de por supuesto de decidir políticamente.

Tú tienes un derecho por el que miles de personas, a lo largo de la Historia, han sido encarceladas o han entregado la vida. Un derecho por el que puedes actuar desde el compromiso crítico y solidario para que otro mundo sea posible.

Como recordarás, durante siglos este derecho se vetó a las mujeres en el ámbito público. Tras la conquista del voto, las organizaciones feministas siguieron abriendo caminos por las arterias de la participación social. Y situándonos en el entorno del asociacionismo juvenil, aunque el avance ha sido innegable, nos encontramos con que aun existen diferentes espacios para chicas y chicos.

Pero sobre todo, existen más dificultades para que las chicas ocupéis, en igualdad de oportunidades, los cargos de liderazgo y toma de decisiones.

Los estudios nos desvelan que existen grandes diferencias entre las asociaciones que elegís, los chicos y las chicas. El informe del Instituto de la juventud señala que los chicos preferís mayoritariamente las asociaciones deportivas y de excursiones cuando tenéis entre 15 y 17 años y después hasta los 24 años las asociaciones de estudiantes. Mientras que las chicas entre 15 y 17 años os inclináis por las culturales. ¡Y decimos "mayoritariamente"! Porque hay muchas chicas que practicáis actividades de tiempo libre y muchos chicos que forman parte de grupos culturales... Cuidado con las estadísticas que si no las leemos bien, podemos confundir la realidad. Obviamente chicos y chicas no tenéis que hacer exactamente lo mismo. Ya explicamos que la igualdad no es comportarse de forma idéntica. Ni los chicos tenéis por qué renunciar a formar parte de un equipo de rugby, ni las chicas abandonar el grupo cultural. Ni tampoco nos tiene que extrañar que cuando los Ayuntamientos y las entidades juveniles ofertan actividades haya algunos programas que tengan más éxito entre las chicas y otros entre los chicos. ¡Queremos tener las mismas oportunidades no la misma identidad!

Lo que ya resulta más preocupante, es que -con demasiada frecuencia- nos encontramos con asociaciones formadas por una mayoría de chicas de las que, sin embargo, la dirección la ejercen los chicos. Es algo muy parecido a lo que ha ocurrido en los partidos políticos, en los sindicatos, el Parlamento o en la dirección de las empresas. ¿Por qué ocurre esto? - os preguntareis. Si no existen impedimentos legales para que las mujeres participen en los órganos de decisión y poder ¿Por qué la representación de las mujeres es minoritaria incluso en los grupos de tiempo libre o en las Organizaciones No Gubernamentales con funcionamiento de participación democráticos y solidarios?

La respuesta no es fácil. Tiene mucho que ver con la forma en que las mujeres y los hombres hemos sido socializados y por la falta de modelos de referencia. Esto se traduce en la distinta manera que tenemos de negociar, de hacer redes, de defender nuestros intereses e, incluso, de colaborar o trabajar en equipo. Lo cierto, es que todos los estudios apuntan a que existen obstáculos que no siempre son fáciles de detectar y que se encuentran en la cultura no explícita de las organizaciones. Es decir, son como reglas que no están escritas en ningún sitio pero que te influyen de forma diferente si eres chica o eres chico. Es lo que configura el denominado "**techo de cristal**". Una barrera invisible que no se puede ver pero que sin embargo percibimos, e influye en nuestras actuaciones y nos indica qué posición debemos ocupar las chicas y los chicos en relación con los puestos de decisión y de poder.

Por ejemplo: imagina que estás en una asociación que se plantea defender los derechos de la juventud en la política municipal. Entre los requisitos que tenéis que cumplir para legalizar la asociación está el de nombrar un equipo de dirección. Así que os reunís en el salón de actos del Instituto.

En la asociación participáis cincuenta por ciento de chicas y cincuenta de chicos. Por lo tanto, lo lógico es que la dirección esté formada por ambos. Sin embargo, a pesar de que se vota democráticamente, a pesar de que todas las personas podéis presentaros, el resultado es que en la dirección no hay prácticamente mujeres. Este no es un ejemplo tan extraño. Es un hecho que sucede en todos los ámbitos de participación social y política.

Como os comentábamos, las causas son múltiples pero el resultado es que la voz de la mitad de la asociación no tendrá peso suficiente en la dirección para defender su punto de vista, sus necesidades o sus aportaciones, lo cual es un verdadero desperdicio de energía y conocimientos, ya que ninguna democracia está completa si no participa el conjunto de las personas que la integran.

De la misma forma, si en el grupo hay personas que, además, pertenecen a una minoría por su orientación sexual, su discapacidad o su pertenencia a grupos étnicos o procedentes de la inmigración, también tienen que tener una representación en los órganos de decisión. Es lo que denominamos "cuota". En este caso, las mujeres lo haremos con esta doble condición. Por ejemplo, mujer e inmigrante. Yo puedo ser mujer y además tener una discapacidad que hace que vaya en silla de ruedas. ¿Y por qué es importante que se escuche mi voz? Porque desde mi realidad puedo aportar ideas que ayudarán a que se tenga en cuenta la situación de mujeres en la misma situación. Todas las miradas enriquecen nuestra participación y todas las personas tenemos derecho a participar desde nuestra singularidad.

Participar en la toma de decisiones es un derecho, pero además es una experiencia personal que nos permite poner en juego capacidades y habilidades como organizar recursos, compartir proyectos, hablar en público, coordinar equipos... y lo que es más importante, nos ayuda a darnos cuenta de que con nuestras actuaciones podemos influir de forma decisiva en nuestro entorno y en el rumbo que lleva el planeta. La confianza en nosotros y nosotras mismas se fragua en el espacio del compromiso. Pensar globalmente y actuar localmente es una de las premisas de un mundo interconectado. **Porque otro mundo es posible, comparte los espacios de participación en igualdad.**



# SaBÍAs QUe...

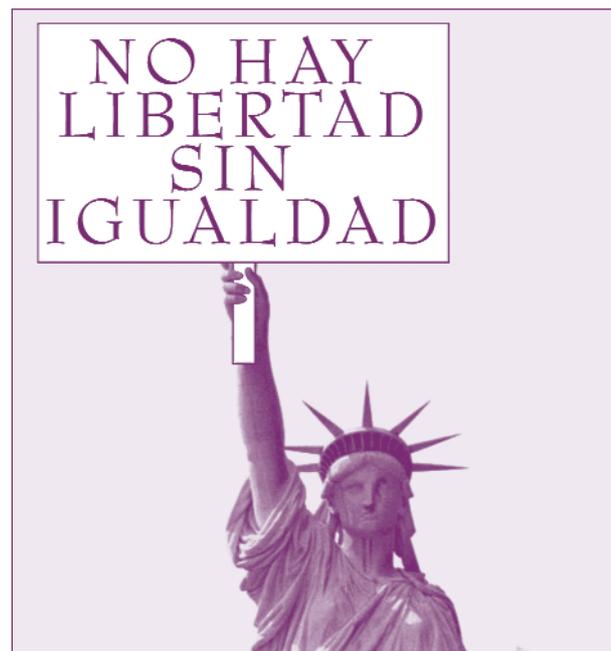
Cuando las mujeres participan en los gobiernos, ayuntamientos y en los procesos de paz no sólo están transformando la política actual, sino también el futuro. Cuando las mujeres participan activamente, se convierten en un referente para otras mujeres y cambian actitudes de discriminación por otras de respeto y confianza. Esto no quiere decir que el hecho de que haya mujeres en los gobiernos implique que se alcance la igualdad automáticamente, pero ayuda a cambiar visiones centenarias sobre lo que las mujeres pueden o deben hacer y esto repercutirá en las nuevas generaciones. Un ejemplo muy clarificador fue lo que ocurrió después de la guerra en Ruanda, cuando muchas mujeres empezaron a desarrollar un papel activo en el Parlamento, convirtiéndose así en ejemplo para las próximas generaciones de niñas y su participación en la vida pública.

Cuando las mujeres con conciencia feminista acceden a la política trabajan por incorporar y defender los derechos que tradicionalmente habían ocupado un segundo plano, como los derechos de la infancia, de las propias mujeres o temas relacionados con la calidad de vida de la ciudadanía.

Junto con la participación de las mujeres es necesario el compromiso de los hombres para promover la igualdad.

## MUJERES Y HOMBRES EN EL MUNDO

Las mujeres representan el 30% de los Parlamentos en solamente siete países. A nivel mundial constituyen apenas el 14% de las Asambleas Parlamentarias. No hay diferencias sistemáticas entre países ricos y pobres, pero existen disparidades dentro de cada región. En los Estados Unidos de América, las mujeres ocupan el 12% de los escaños en la legislatura federal; hay 38 países en desarrollo que tienen una proporción mayor.



En todos los países, las mujeres participan en movimientos por la paz, el medio ambiente, la defensa de sus culturas y sus comunidades, la reconciliación de los pueblos o en la búsqueda de justicia. Los ejemplos que os mostramos a continuación, son sólo algunos de los cientos de grupos y movimientos que existen:

### **Madres y abuelos de Plaza de Mayo**

En 1977, cuando aún el temible general Videla regía los destinos de Argentina y los "milicos" salían por las noches a llevarse gente de sus casas, un grupo de madres de diversa procedencia social y política decide reunirse todos los jueves en la Plaza de Mayo de Buenos Aires para reclamar que sus hijos "desaparecidos" aparezcan, y además, que aparezcan con vida. Son duramente reprimidas por la dictadura, pero aún así ellas siguen todos los jueves marchando en esa plaza del centro de Buenos Aires. Posteriormente promovieron los juicios a los responsables. Hoy las Madres de la Plaza de Mayo continúan la lucha que intentaron iniciar sus hijos e hijas mediante la ONG Asociación Madres de Plaza de Mayo, con su radio, Universidad, Café literario, plan de vivienda social, Guardería infantil, una editorial y programa de televisión. Jueves tras jueves siguen reuniéndose en el sitio de siempre.

### **Mujeres de Negro**

Los grupos de Mujeres de Negro nacen en 1988 en Israel, cuando pacifistas israelíes y palestinas salen a la calle para protestar contra la ocupación israelí de Palestina reclamando el fin del conflicto y un futuro en paz para ambos pueblos. En 1991 en plena guerra civil en los Balcanes también mujeres, en este caso serbias, salen a la calle para pedir el fin de la matanza y para denunciar la violencia contra la población civil y muy especialmente contra las mujeres (víctimas de violaciones colectivas por parte de los soldados). A partir de estos dos focos en dos continentes diferentes, Asia y Europa, surge una tupida red de mujeres con ramificaciones en España, Alemania, México, Australia, EEUU... Cada grupo de Mujeres de Negro es diferente aunque todas

reivindican lo mismo, el final de los conflictos bélicos y el respeto por parte de los estados a los derechos humanos y de las mujeres.

### **Campamento de Mujeres por la Paz de Greenham Common**

El 5 de septiembre de 1981 cuatro mujeres se encadenan a la base militar de Greenham Common para protestar contra la instalación en esa base británica de 96 misiles nucleares norteamericanos. Otras 40 las secundan y en enero de 1984 ya son entre 200 y 300 mujeres (desde adolescentes a ancianas) las que mantienen vivo un espacio feminista, pacifista y democrático al que acuden para manifestarse mujeres ya no sólo de Gran Bretaña, sino de todo el planeta. Entre las múltiples acciones directas no violentas que las acampadas realizaron a lo largo de los 20 años de vida de esta manifestación, estuvo tirar abajo la alambrada del recinto militar, sabotear las obras que se realizaban para instalar los misiles, tumbarse frente a los convoyes militares que entraban y salían... En agosto de 2001 el campamento se disuelve tras haber sido uno de los principales focos pacifistas mundiales e inspirar experiencias similares en el resto del planeta.

### **Asociaciones de mujeres Africanas**

Tanto en el Magreb como en África subsahariana, las mujeres se están organizando con el objetivo de convertirse en protagonistas y no en víctimas de la Historia. Un ejemplo es AWARD, la asociación de Mujeres Africanas para la investigación y el desarrollo, creada por un grupo de mujeres africanas que consideran importante que el análisis de su realidad lo realicen las mismas africanas.

# El LIBRO de las ACTIVIDADES

## 1.- PARA PENSAR INDIVIDUALMENTE...

### SI PRESIDIERA EL PAÍS



Para reflexionar...

Imagina que llegas a presidir el país, lo cual no tiene por qué ser imposible. Tal vez la persona que esté leyendo estas páginas, un día llegue a ocupar la presidencia y entonces se acuerde de ese día en el que comenzaba a soñar, mientras leía estas líneas. Para liderar necesitamos creer en lo que somos. En muchas ocasiones esta mirada la recibimos de la sociedad. Históricamente la mirada hacia las mujeres estaba marcada por los estereotipos, afortunadamente ya no es el caso.

¿Sabes realmente qué cualidades tienes?



Comenzamos:

- Escribe tres cualidades positivas que crees que tienes.
- Escribe tres características que consideras que tienes que mejorar.
- Pídeles a dos compañeros o compañeras que te escriban:
  - ◆ Tres cualidades positivas.
  - ◆ Tres características que tienes que mejorar.

Compara las dos listas... ¿hay diferencias entre tu percepción y la que tienen las demás personas?



Para preguntarse:

¿Qué han percibido las mujeres, a lo largo de la Historia cuando han reclamado sus derechos? ¿Qué ocurre cuando una persona no se ve respaldada para conseguir sus objetivos? ¿Es más difícil para una mujer o para un hombre llegar a la política?

## 2.- PARA TRABAJAR CHICOS Y CHICAS EN GRUPOS SEPARADOS.

### EL RETRATO DE UN LÍDER. EL RETRATO DE UNA LÍDER



Para reflexionar...

Pensamos que las personas que lideran son especiales. Que nacieron con un don que les proporciona un carisma especial. Sin embargo, el liderazgo puede aprenderse: ¿cómo? Lo primero es conocer los ingredientes necesarios para liderar... ¿qué tal si hacemos el retrato de líder?

Las chicas tendréis que realizar el retrato del líder

Los chicos tendréis que realizar el retrato de la líderesa



### Materiales

- Una revista por cada persona que integra el grupo (mejor semanarios o revistas de entretenimiento con muchas fotos)
- Tijeras
- Pegamento
- Chinchetas
- Rotuladores
- Una cartulina



### Comenzamos:

- Nos dividimos en grupos de cinco o seis personas (chicas en unos grupos, chicos en otros)
- Hacemos una lista de las características que tiene que tener una persona con liderazgo. Por ejemplo: capacidad de comunicación, de entusiasmo...
- Buscamos en las revistas fotografías que representen nuestras ideas
- Cortamos las imágenes y con ellas componemos el retrato del líder o de la líderesa.
- Comparamos la visión de los chicos y de las chicas



### Para preguntarse:

¿Es muy diferente el liderazgo representado por los grupos de chicos y de chicas? ¿Mujeres y hombres tienen formas diferentes de dirigir? ¿Son compatibles las formas de dirigir de los chicos y las chicas?

### 3.- PARA TRABAJAR CHICOS Y CHICAS JUNTOS

#### LA FOTOGRAFÍA



Para reflexionar...

Durante años las fotografías de la sección de política, cultura, economía, sociedad o deportes de los periódicos representaba a hombres. Actualmente los retratos dejan ver de tanto en tanto los rostros de las mujeres... Pero sigue habiendo espacios donde esto no es así...



Materiales:

- Papel continuo
- Pegamento
- tijeras



Comenzamos

- Nos dividimos en grupos de diez personas (mitad chicos y chicas).
- Buscamos en el periódico una fotografía en la que sólo aparezcan hombres
- Ampliamos la fotografía a DIN A4
- Cortamos con cuidado los rostros.
- Colocamos nuestros rostros en las fotografías.
- Pegamos las fotografías en el papel continuo formando una exposición.
- Debajo de cada fotografía ponemos un comentario...



Para preguntarse:

¿Qué efecto nos produce cuando sólo aparecen hombres en una noticia? ¿Qué representa la presencia de mujeres en las noticias?

# El LIBRO de los PORQUÉS



¿Por qué son necesarias las cuotas y las medidas de acción positiva para las mujeres?

Las cuotas son una medida legislativa que se aplica **para asegurar que hay un número de mujeres proporcional a la población** en los espacios políticos, sindicales o en la dirección y consejos de las empresas.

Seguro que habéis escuchado con frecuencia que las cuotas son un invento paternalista que impide que las mujeres demuestren lo que valen. ¡Nada más lejos de la realidad! Como explicábamos, existen muchos factores que actúan dificultando la incorporación de las mujeres a la vida política. Estos factores forman parte de la cultura de las organizaciones y no están escritos. La mayoría de las veces ni siquiera los percibimos, pero actúan con contundencia haciendo que sea mucho más difícil y costoso para una mujer ocupar un puesto de decisión o dirección. Os pondremos algunos ejemplos:

- **La ausencia de modelos de referencia.** Hay espacios en los que las mujeres acaban de incorporarse: Parlamento, Rectorados de las Universidades o Tribunal Superior de Justicia. Las mujeres que han sido pioneras en estos espacios han tenido que inventarse un camino que nos ayudará a las que venimos detrás.

- **La organización de la política.** Las estadísticas demuestran que hay una diferencia importante entre los diputados que están

casados y tienen hijos y las mujeres en las mismas condiciones. Los roles que mujeres y hombres ocupamos en la sociedad hacen que los ellos no sientan como un problema los horarios excesivos o los viajes, porque siempre habrá alguien que cuide de los hijos e hijas y de las necesidades de la vida privada. Además se sigue considerando que el hombre se ocupa de "cosas importantes". No ocurre lo mismo con las mujeres que se ven obligadas a compatibilizar el derecho a la maternidad con su dedicación política o profesional, lo que no siempre es posible. Este es uno de los **handicaps** más difíciles, pero se puede solucionar humanizando los espacios políticos y laborales, de forma que la conciliación sea un derecho y una obligación para mujeres y hombres.

- **El corporativismo y las redes de influencia.** Imagina que tienes que consituir un equipo para hacer un trabajo de clase. Te dicen que elijas a cinco personas de tu confianza para formarlo. ¿En quién piensas? Evidentemente en las personas que más conoces y que son amigas. En la política, en los sindicatos y en las empresas o en los espacios culturales ocurre lo mismo. Si los que pueden elegir son hombres, lo normal es que lo hagan entre compañeros. ¡No es que no conozcan mujeres! Pero recordad que las mujeres hemos salido de la casa tan sólo hace unos años... Así que cuando hay que elegir a alguien se piensa en aquel que es más cercano, y claro, no son las mujeres.

Hay otras muchas causas como el lenguaje sexista, las maneras diferentes en las que hemos sido educados chicas y chicos para negociar o competir... y todas estas variables son como ladrillos que levantan un muro muy difícil de derrumbar. Por eso las cuotas son necesarias. **Porque es justo que las mujeres participemos en todos los espacios.** Ya sabéis, si somos la mitad de la tierra, queremos la mitad del cielo.

¿Por qué las mujeres tienen que tener las mismas oportunidades que los hombres para participar en política?

Desde el Feminismo defendemos el derecho de las mujeres a participar en política y en todos los puestos de decisión. Pero el hecho de que se presente una candidata no quiere decir que haya que votarle solo por el hecho de ser mujer! Esta es una idea errónea que se oye con demasiada frecuencia. Lo que realmente sería un error es que no se le votara por el hecho de ser mujer. Lo cual es todo lo contrario. ¿Parece un galimatías? Lo aclaramos en seguida.

**Primero:** Las mujeres tienen que tener las mismas oportunidades que los hombres para participar plenamente en todos los espacios políticos, sindicales, culturales, científicos o laborales.

**Segundo:** Es un error no apoyar a una mujer cuando está capacitada para el puesto o no votarle si coincide con tus ideas políticas, por el hecho de ser mujer.

**Tercero:** Si se presenta una candidata y no coincide con tus ideas políticas no tienes por qué votarle por el hecho de ser mujer.

**Resumiendo:** mujeres y hombres tienen que tener las mismas oportunidades. Mujeres y hombres pueden hacerlo igual de bien o de mal. El sexo de una persona no debe condicionar el hecho de que pueda ser elegida.

**Reflexionemos:** ¿No os parece que si una mujer feminista llega a un puesto de responsabilidad, aportará otra mirada sobre la sociedad y, por lo tanto puede introducir otra perspectiva en la agenda. Y lo mismo ocurriría con un hombre que llegara a puestos de responsabilidad con esa conciencia feminista.

Y aquí se acaba el galimatías!!!!



# IDEAS PARA las CHICAS



Pregúntate cuáles son tus intereses, explora qué asociaciones o grupos hay cerca de ti y participa de forma activa implicándote en la consecución de tus ideas, en el conocimiento de los problemas de tu entorno y desarrollando proyectos que te hagan crecer como persona y como ciudadana.

Haz una lista de tus cualidades y pon en práctica tu capacidad para participar en proyectos, para difundir tus ideas, o liderar equipos o en aquello que sabes que se te da bien.

Apóyate en las amigas y los amigos para ir dando pasos en el mundo de la participación. Las redes son necesarias para crear alianzas, para aprender o buscar apoyos.

Sé siempre tú misma, sin abandonar aquello en lo que crees o en como debe hacerse, porque otras personas piensen lo contrario. La experiencia que tienes, lo que piensas y sientes son dos guías infalibles para moverte por el vericuetto de las organizaciones.

No intentes comportarte como lo hacen los demás. Hay muchos estilos de liderazgo y de participación. La capacidad de diálogo, la colaboración, sumar sinergias, la comunicación, el respeto a la diversidad, incorporar los intereses de las mujeres... son algunas de las claves que puedes poner en la práctica y que te ayudarán a no perderte. No te mimes con los modelos jerárquicos o con formatos de participación que no sean democráticos.

Las mujeres podemos aportar una visión propia y una forma de actuar dialogante y participativa. Defiende la colaboración, no la competición.

Ten en cuenta la diversidad de las personas con las que colaboras. Incorporar las aportaciones de tus compañeros y compañeras respetando la diversidad de opiniones y colaborando para que todas las personas se sientan implicadas en la organización. Respeta sus ritmos, intereses y necesidades. En los grupos todas las personas somos distintas. El respeto a la diversidad es una riqueza que debemos aprender a valorar. Ocupa el espacio. Opina en reuniones y en asambleas. Haz escuchar tu voz y el de las compañeras en los espacios comunes, y sobre todo en los momentos de negociación o decisión.

Sospecha cuando en ciertos espacios o niveles de la organización hay sólo chicos o chicas. Pregúntate las razones e influye para que las chicas estén representadas en todos los niveles de decisión.

Busca referentes de mujeres que han actuado en los campos que te interesan. Investiga su historia, los pasos que dieron y las dificultades que tuvieron. ¡Seguro que su ejemplo te revela consejos que pueden serte muy útiles!

## IDEAS PARA los CHICOS



Pregúntate cuáles son tus intereses, explora qué asociaciones o grupos hay cerca de ti y participa de forma activa implicándote en la consecución de tus ideas, en el conocimiento de los problemas de tu entorno y desarrollando proyectos que te hagan crecer como persona y como ciudadano.

Haz una lista de tus cualidades y pon en práctica tu capacidad para participar en proyectos, para difundir tus ideas, o liderar equipos o en aquello que sabes que se te da bien.

Sospecha cuando en la organización las chicas y los chicos, en proporción., no ocupan puestos de responsabilidad o no están presentes en todos los espacios. Pregúntate cuáles son las causas.

Incorpora las aportaciones de tus compañeros y compañeras respetando la diversidad de las opiniones y colaborando para que todas las personas se sientan realmente implicadas en la organización.

Evita cualquier situación que discrimine o aisle a las compañeras. Respaldar los estilos de organización colaboradores que se apoyen en el diálogo y en la cooperación. Piensa que hay muchas formas de alcanzar los objetivos, pero lo importante no es sólo llegar, sino cómo se llega.



# 9

COMPARTIR la IGUALDAD  
DESDE el RESPETO  
a la DIVERSIDAD





## IDEAS para REFLEXIONAR

Tal vez no hayas nacido aquí, o tu familia ha venido de lejos. Puede que tus amigos y amigas procedan de otro país, que envíes mails a una persona que vive a miles de kilómetros, que te guste viajar a países lejanos o que sigas con interés lo que ocurre en otros lugares.

De una u otra forma estás en contacto con personas que tienen referentes culturales muy distintos a los tuyos. Otras formas de vestir, de celebrar las fiestas, distintas comidas, diversas formas de comunicarse, de relacionarse con las personas mayores e incluso de entender el amor o las relaciones... en definitiva un crisol de costumbres, valores y tradiciones que enriquecen nuestro entorno social y la vida.

Aprender a convivir en espacios multiculturales es, sin duda, interesante y valioso, porque ahora que el planeta se ha convertido en una pequeña aldea, nos permite interactuar con realidades muy distintas a las nuestras, poniendo en acción capacidades de diálogo, intercambio y consenso. Es una oportunidad que en otros tiempos sólo tuvieron quienes podían aventurarse más allá del universo conocido, explorando las realidades de otros pueblos remotos, de los que en muchos casos ni siquiera se sabía de su existencia.

Hoy la diversidad cultural está en todos los rincones del planeta. El encuentro con personas de otras culturas nos permite incorporar nuevas visiones que nos ayudan a crecer como personas y a colaborar en la construcción de una sociedad más justa y más equitativa.

Es una oportunidad para aprender a observar la realidad con otra mirada, a reflexionar sobre otras formas de plantear y hacer las cosas, a escuchar otros relatos, a ampliar las fronteras del universo conocido.

El encuentro con personas de otras culturas nos ayuda a sentir el latido de la humanidad. El encuentro con personas de varias culturas nos ayuda a descubrir otras miradas sobre la realidad. Sus aportaciones en la construcción de una sociedad equitativa, defensora de los derechos fundamentales de cada persona, contribuye a la consolidación de la democracia.

¿Es tan fácil? Te preguntarás. ¿No existen los conflictos? ¿No existen las diferencias? ¿No amenaza nuestra forma de vivir? Son preguntas que están en la calle, en el Instituto y en los medios de comunicación. Son preguntas complejas que hay que responder comprendiendo que vivimos en sociedades complejas, en las que el llamado Primer Mundo ha influido decisivamente en el proceso de las modernas migraciones y en la configuración de su población que ahora está constituida por diferentes grupos culturales que interactúan en los mismos espacios, utilizando códigos y, a veces, valores diferentes. Esto hace que, pueda surgir desencuentro.

Para lograr la comunicación intercultural, es preciso trazar puentes desde las diferentes perspectivas y encontrar significados comunes que permitan el diálogo, a la vez que comprendemos que "no es lícito moralmente aceptar incondicionalmente toda variedad de vida por el sólo hecho de ser diferente. Ni toda experiencia nueva es saludable ni todas las formas de vida son moralmente legítimas. Y sobre todo, garantizar los mismos derechos a todas las personas y los mismos deberes. Cuando existe desigualdad legal, económica, cultural o social, el diálogo se rompe y las distancias se acentúan.

Lo segundo y no menos importante es encontrar códigos comunes y universales sobre los que construir la convivencia democrática ¿Es posible hacer compatibles los valores de cada grupo cultural con valores compartidos por toda la sociedad? Rotundamente sí. Pensemos que todas las personas y todas las comunidades somos diferentes en algo, y al mismo tiempo, todos los seres humanos compartimos ciertos valores comunes.

Uno de los pasos más importantes que ha dado la humanidad en el consenso de valores y derechos para todos los seres humanos sin distinción de raza, sexo, creencias o religión ha sido la aprobación de la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Pero existen otros documentos que han sido decisivos en el reconocimiento de los derechos de las mujeres como la Declaración de Beijing o el Tratado contra toda forma de discriminación contra las mujeres.

El acuerdo en unos principios universales es el marco de convivencia que nos permite respetar la diversidad desde el consenso de unos principios comunes. Nos permiten entender quiénes somos, cuáles son nuestros derechos, nuestros deberes como debemos establecer las relaciones con los demás y poner límites a las situaciones de desigualdad entre mujeres y hombres.

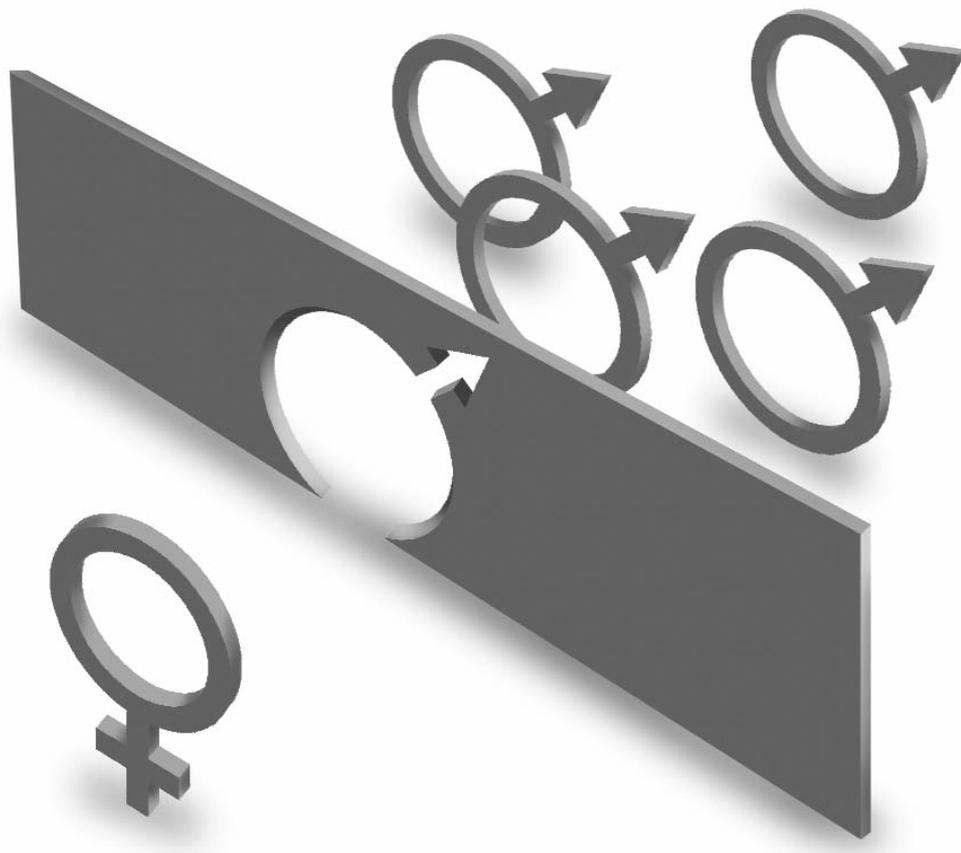
Imaginad que habéis decidido compartir una casa con unos amigos y unas amigas. Cada cual tiene sus gustos y costumbres. A uno le gusta estudiar por la noche con la música alta. Otra necesita silencio para dormir porque si no, se desvela. Otro es muy desordenado y deja todo en cualquier parte, sin embargo al resto del grupo le gusta el orden. Una parte del grupo es vegetariana pero hay otra parte que quiere comer todo tipo de alimentos por lo que ponerse de acuerdo en la lista de la compra es un lío y hay alguien que considera que como es chico no tiene que hacer el trabajo de limpieza en la casa. ¿Cómo hacer para que la convivencia sea posible?

Lógicamente estableceréis unos mínimos en los que todo el grupo estaréis de acuerdo y posiblemente encontraréis soluciones para que cada persona se sienta bien en el piso, como hacer dos listas de la compra, o comprar unos cascos para que estudie sin molestar a los demás. Y no cedéis ante la idea de que las chicas son las encargadas de limpiar, aunque uno de los chicos piense lo contrario.

Lo mismo ocurre con la convivencia intercultural. Es necesario llegar a un entendimiento en el que todas las personas sean respetadas teniendo en cuenta el marco de derechos fundamentales que garantizan la dignidad de todos los seres humanos.

En el caso de las mujeres el marco de derechos humanos es fundamental porque la discriminación muchas veces se justifica por razones culturales o religiosas. Por eso, cuando nos relacionamos, tenemos que saber compaginar el derecho cultural de cada comunidad con los Derechos Humanos Universales, la Constitución y las leyes que defienden los derechos de las mujeres. Y en ningún caso permitir la discriminación contra las mujeres aunque existan tradiciones o costumbres culturales que intenten justificarla.

Recordemos que en todas las sociedades existen situaciones de discriminación contra las mujeres, pero es en aquellas donde se ha conseguido que las leyes garanticen la igualdad entre los sexos donde es posible el amparo legal ante situaciones que atentan contra sus derechos.



# SaBÍAs QUe...

## LAS CULTURAS SON ABIERTAS Y SE ADAPTAN A LOS TIEMPOS Y A LAS CIRCUNSTANCIAS...

Hablar de cultura es mucho más que hacer referencia a las maneras de vestir, de comer, de celebrar momentos relevantes. Tu cultura esta hecha de ideas, creencias, valores, actitudes que compartes con las personas que te rodean. Son esos hilos que entretejen tu forma de ser hombre o muje, que te ayudan a entender lo que ocurre alrededor y explican lo que sientes y vives en cada momento. Son hilos que definen la forma en que te relacionas con los demás. En definitiva, son la tela con la que vistes tu ser individual y social. Posiblemente cuando intentamos explicar cómo es nuestra cultura, nos cuesta encontrar las palabras que la definen, porque todas estas ideas y sentimientos, pertenecen al mundo de lo intangible y de lo invisible.

Lo más importante es que comprendas que tus valores culturales van cambiando y modificándose con tus vivencias y con las distintas circunstancias. Las culturas van transformándose...-piensa en las mujeres en España en los años 50 del siglo XX y compara su situación con la actualidad...si hubieras tenido diecisiete años entonces, seguro que no te hubieras comportado como lo haces hoy. De la misma forma, cuando vamos a otro país o entramos en contacto con personas que tienen otras ideas podemos cambiar nuestra actitud o forma de pensar. Seguro que muchas de vosotras y vosotros, si tenéis familias con otros referentes culturales, os habéis encontrado más de una vez en un cruce de caminos entre las cultura familiar y lo que vivís en esta sociedad con vuestros amigos y amigas...¿no trenzáis vuestras vidas con mimbres de las tradiciones familiares y de lo que vivís actualmente?

## La cultura es vivida de forma diferente por cada ser humano.

Cada realidad cultural es un calidoscopio que encierra una gran diversidad de opciones. En cada sociedad existen grupos y subgrupos que viven la cultura de forma peculiar y diferente. Y cada cual vive la cultura -incluso común- de forma diferente, aportando una visión particular, unas vivencias y experiencias. Con ello queremos decir que cada una y cada uno de nosotros tenemos una visión diferente de nuestra propia cultura, incluso dentro de la comunidad o el grupo al que pertenecemos.

Posiblemente si me pregunta alguien que viene de Japón qué rasgos son los que definen la cultura española, expresaré aquellos que son más significativos para mí y le esbozaré una idea de los valores y costumbres que a mí me parecen relevantes, pero es casi seguro que estos rasgos no coincidirán con los que tú mencionarías. Lo mismo ocurre si has nacido en Marruecos o en República Dominicana: lo que para ti es significativo, puede no

serlo para otra persona. Así, lo que denominaremos cultura de un grupo es la suma de las identidades de todas las personas que forman parte de ella, lo que es una suerte, porque cada uno y cada una podemos vivirla de forma única, a la vez que podemos ayudar a su transformación, incorporar elementos de otras culturas o contribuir a su evolución.

Es decir, las culturas son abiertas y cambiantes. En la medida en que cambian las circunstancias del medio -ya sea por razones objetivas o subjetivas-, los valores, las creencias, las actitudes y costumbres evolucionan.

El significado cultural de las relaciones entre mujeres y hombres cambia con el tiempo y de generación en generación.

Las relaciones de género son cambiantes en el tiempo. Esto quiere decir que no sólo se diferencian de una cultura a otra, sino que en una misma cultura, los códigos relacionados a las mujeres y a los hombres van transformándose con el paso de los años.



Un ejemplo muy gráfico es la evolución histórica de las sociedades. Imaginemos por un momento que podemos trasladarnos como lo hizo Julio Verne con su máquina del tiempo, ahora trescientos años atrás en la Historia, ahora cien, luego cincuenta... ¿reaccionaríamos de la misma manera? ¿Viviríamos de la misma manera? Pensemos: ¿es igual la vida de las mujeres españolas en 1890, 1934, 1960 o ahora? Y sin duda nos identificamos con una misma cultura, pero una cultura que ha ido evolucionando y conquistando cuotas de igualdad y autonomía.

Ahora pensemos, por ejemplo, en las relaciones entre nuestras abuelas y abuelos, así como en las expectativas puestas en las mujeres y los hombres de hace cincuenta años (en su relación de pareja, el trabajo doméstico, el tiempo de ocio, el trabajo laboral, su participación en política, etc.). Nos damos cuenta de cómo en nuestra sociedad estas relaciones se han transformado de manera sorprendente, en un proceso que nunca deja de cambiar.

Muchas veces, estos cambios generan conflictos entre padres y madres con sus hijos e hijas, porque sus maneras de entender los códigos o mandatos de género (lo que se espera socialmente de un niño o niña por el hecho de tener un sexo determinado) son muy distintas. Esto es debido a lo que se llama la brecha generacional, y es un fenómeno que se da en todas las familias, independientemente de su procedencia.

De la misma forma, debemos recordar que a lo largo de la historia mujeres y hombres han influido para que las ideas y valores evolucionaran transformando conceptos culturales que parecían inamovibles. Conceptos como los derechos de las mujeres, la lucha contra la discriminación o la igualdad de género son valores que se están abriendo camino, respondiendo a situaciones de desigualdad, de exclusión o discriminación contra las mujeres. Las culturas cambian o, mejor dicho, podemos y debemos cambiar nuestros modelos culturales para construir una sociedad más justa y solidaria basada en la igualdad.



## La interculturalidad tiene que tener en cuenta los derechos de las mujeres

- Las culturas no son cerradas, homogéneas ni estáticas y no pueden aceptarse o rechazarse en bloque. Por el contrario, están sujetas a influencias, préstamos y cambios de todo tipo. Las culturas son y se hacen, en relación unas con otras. En este intercambio es importante visibilizar las aportaciones que las mujeres han realizado en todos los campos sociales, culturales, económicos, políticos o culturales.

- Las personas que pertenecen a una cultura tienen capacidad para reinterpretar y renegociar sus valores y significados, lo que significa que la cultura no tiene vida propia al margen de los individuos que la desarrollan. Por eso, todas las personas podemos cambiar actitudes y relaciones sexistas por otras de respeto y colaboración.

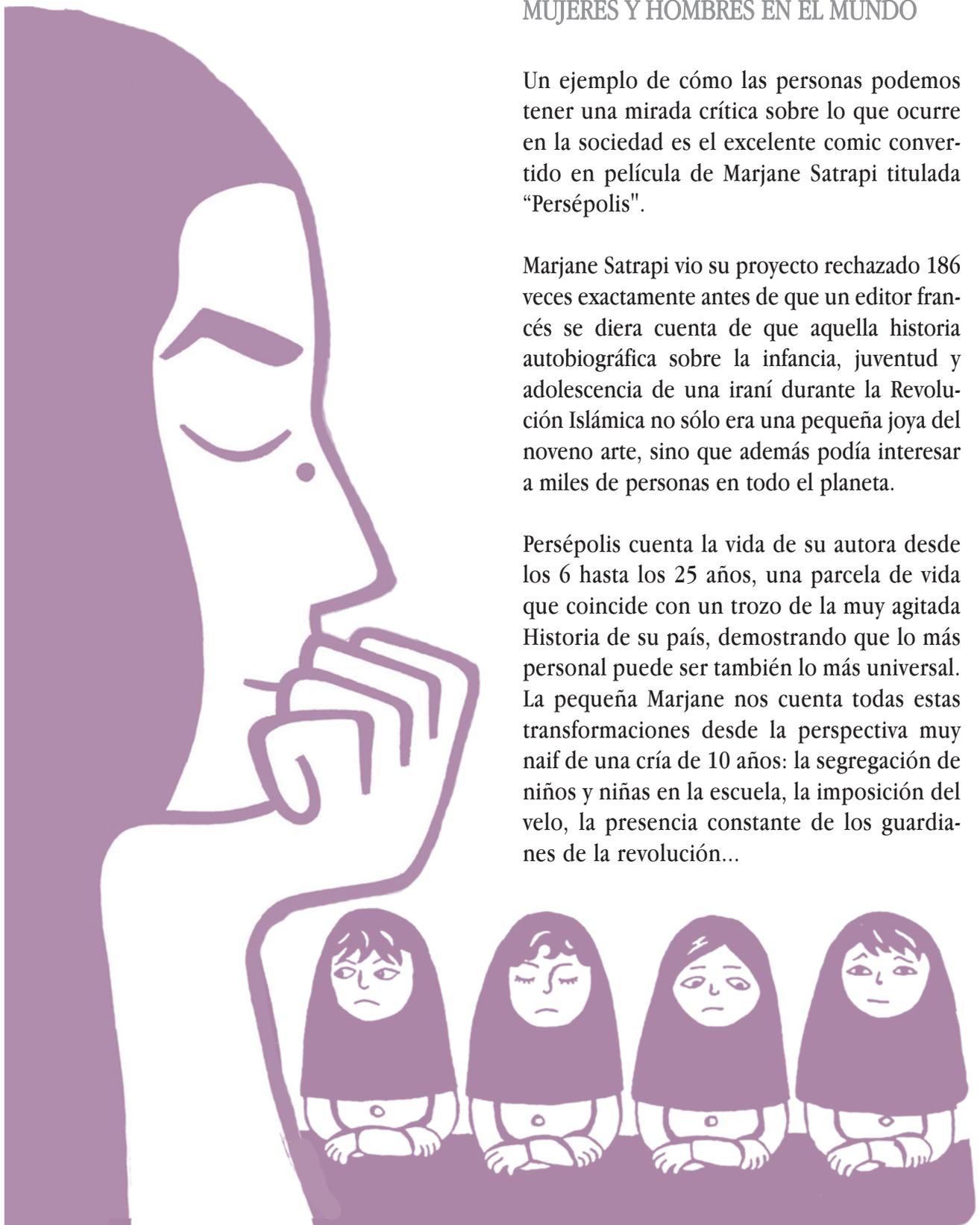
- Las culturas son internamente diversas. No lo olvides cuando conozcas a una chica o un chico de otra cultura, es muy fácil caer en estereotipos y creer que como es de un pueblo determinado va a comportarse como tú esperas.

- Todas las culturas son valiosas. Contrariamente a ver y analizar al mundo de acuerdo con los parámetros de la cultura propia de Occidente, que durante siglos consideró que la cultura occidental era símbolo de progreso por lo que aceptaba un solo modelo de civilización, hoy defendemos el respeto y la riqueza de las distintas culturas. Pero el respeto a la diversidad debe ir acompañado de la mirada

crítica tanto hacia otras culturas como a la de referencia. Es saludable enjuiciar las culturas y considerar sin miedo que no todas las aportaciones son igualmente valiosas para la libertad, la igualdad y el bienestar de la humanidad. Que toda actitud o conducta sexista o discriminatoria que atente contra la dignidad de las mujeres no debe ser considerada valiosa. En esta mirada crítica, todas las culturas, incluida las de la sociedad en la que vivimos, presentan grietas que amenazan los valores de la democracia y la igualdad entre mujeres y hombres.

- Las diferencias culturales no invalidan los derechos universales que compartimos todos los seres humanos. Lo repetimos muchas veces porque nos parece realmente importante reconocer la existencia de unos principios universales en torno a la defensa de los Derechos Humanos y los derechos de las Mujeres que invalidan las opciones culturales que atentan contra éstos. Desde este punto de partida podemos encontrarnos en el camino de la comunicación, el intercambio y la convivencia.

- Por último, es importante recalcar que generalmente los problemas de convivencia intercultural no pertenecen únicamente al ámbito de las actitudes y de las creencias. Tras los problemas de racismo y sexismo se encuentran situaciones de desigualdad, discriminación y explotación de las minorías que obedecen a un orden social y un modelo económico que actúa tanto a escala nacional como internacional.



## MUJERES Y HOMBRES EN EL MUNDO

Un ejemplo de cómo las personas podemos tener una mirada crítica sobre lo que ocurre en la sociedad es el excelente comic convertido en película de Marjane Satrapi titulada "Persépolis".

Marjane Satrapi vio su proyecto rechazado 186 veces exactamente antes de que un editor francés se diera cuenta de que aquella historia autobiográfica sobre la infancia, juventud y adolescencia de una iraní durante la Revolución Islámica no sólo era una pequeña joya del noveno arte, sino que además podía interesar a miles de personas en todo el planeta.

Persépolis cuenta la vida de su autora desde los 6 hasta los 25 años, una parcela de vida que coincide con un trozo de la muy agitada Historia de su país, demostrando que lo más personal puede ser también lo más universal. La pequeña Marjane nos cuenta todas estas transformaciones desde la perspectiva muy naif de una cría de 10 años: la segregación de niños y niñas en la escuela, la imposición del velo, la presencia constante de los guardianes de la revolución...

# El LIBRO de las ACTIVIDADES

## 1.- PARA PENSAR INDIVIDUALMENTE...

### LA MALETA



#### Para reflexionar...

La inmigración es un proyecto que termina en el momento en que la persona forma parte de la comunidad del país en que reside. Por lo tanto no deberíamos hablar de personas inmigrantes sino de proyectos migratorios. Es decir, el ser inmigrante es un proceso que la persona puede vivir en un determinado periodo de su vida y termina cuando sientes que tu vida es parte del lugar en que habitas. Sin embargo, y a pesar de los años transcurridos, muchas veces no es fácil conseguir abandonar la percepción "de fuera". ¿Inmigrantes hasta cuando? Preguntaba una joven marroquí. La respuesta puede encontrarse en los estereotipos y prejuicios que la sociedad mayoritaria detenta contra las personas inmigradas. Incluso aquellas personas que tienen la nacionalidad Española y sus descendientes pueden seguir sintiéndose extranjeros durante varias generaciones. Lógicamente es la sociedad de acogida la que debería dar el primer paso para facilitar su acomodación al nuevo país ¿pero lo hacemos así?. Las personas que inmigran hacen un esfuerzo increíble al separarse de sus seres queridos, los lugares de la infancia, los olores, el idioma... ¿Que te has llevado o que te llevarías si tuvieras que dejar tu país?



#### Para trabajar...

En esta maleta solo caben cinco cosas para tu viaje  
¿Qué es lo que llevarías contigo?

Ahora busca a un compañero si eres chica.  
Busca a una compañera si eres chico.  
Comparar lo que lleváis en vuestras maletas  
y explicar porque lo habéis elegido



#### Para preguntarse...

¿Cuántas cosas dejamos atrás al inmigrar?  
¿Qué encontramos? ¿Qué regalamos a la sociedad que nos acoge? ¿Qué no nos gustaría perder?  
¿Son distintas las elecciones de los chicos y de las chicas?



## 2.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS EN GRUPOS SEPARADOS...

ASÍ CREO QUE SOMOS....



### Para reflexionar...

Cuando nos relacionamos con personas de otras culturas puede interponerse actitudes de rechazo que provienen de falsos prejuicios. SOS racismo advierte de las consecuencias xenófobas de los prejuicios y nos advierte que los prejuicios pueden hacer mucho daño a la comunicación y las relaciones porque nos hacen reaccionar con actitudes hostiles o preventivas hacia personas que pertenecen a un determinado grupo.

¿Por qué reaccionamos con prejuicios? Generalmente porque tenemos miedo a lo desconocido o porque esperamos que la realidad encaje en las ideas preconcebidas que tenemos. Por ejemplo, si pensamos que las mujeres españolas son todas muy apasionadas, esperamos que cualquier chica se comporte como imaginamos. Lo mismo hacemos con las personas de otras culturas y esto puede llevarnos a muchos errores y sobre todo a prejuzgar a las personas. Pensemos en la imagen que tenemos de las mujeres y los hombres que proceden de distintos países ¿Cómo pensamos que son? Vamos a hacer un ejercicio para descubrirlo.



### Comenzamos

- Nos sentamos en grupos de seis personas.
- En un papel haremos un listado de cinco países de los que proceden las personas que inmigran a España. Por ejemplo. República Dominicana, Marruecos, China...
- Las chicas haremos una lista de tres características que imaginamos tienen los chicos de cada uno de estos países.
- Los chicos haremos una lista de tres características que imaginamos tienen las chicas de cada uno de estos países.
- Una vez hayamos trazado el perfil, buscaremos a personas de estos países y conversaremos con ellos y ellas para descubrir si la imagen que teníamos se corresponde con la realidad. Por último las pondremos en común.



### Para preguntarse...

¿se corresponde la imagen que teníamos con la realidad? ¿existen diversas formas de ser hombre y mujer en una misma cultura? ¿es agradable que te encasillen en una forma de ser? ¿que ocurre cuando nos relacionamos desde los estereotipos?

### 3.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS JUNTOS:

#### LA EXTRANJERA



#### Para reflexionar...

Para muchas mujeres la inmigración supone una triple discriminación por el hecho de ser mujer, ser inmigrante y en muchas ocasiones tener menores oportunidades laborales. Las mujeres inmigrantes desarrollan una importante labor en cuanto que son las responsables de mantener las relaciones con las familias que dejaron y la familia que ha migrado.

Las mujeres inmigrantes suelen ser las responsables de la relación con el colegio, los servicios sociales, sanitarios y la comunidad. Además tienen menores oportunidades de inserción en el mercado laboral... con esta actividad vamos a intentar realizar un homenaje a las mujeres que tejen los puentes que unen a las personas desde un punto a otro del mundo porque son las que mantienen vivos los afectos y los recuerdos.



#### Materiales

- Papel continuo
- Papel pinocho
- Periódicos
- Ceras
- Rotuladores
- Tijeras
- pegamento



#### Comenzamos

- Nos dividimos en grupos de cinco o seis personas
- Nos sentamos cómodamente por la sala
- Una persona lee la poesía de la siguiente página en voz alta:

## La extranjera

*Habla con deje de mares bárbaros  
con no sé que algas y no sé que arenas  
Reza oración a dios sin bulto y peso  
envejecida como si muriera.*

*En el huerto nuestro que nos hizo extraño,  
ha puesto cactus y zarpadas hierbas.*

*Alienta del resuello del desierto  
y ha amado con pasión de que blanquea,  
que nunca cuenta y que si nos contase  
sería como el mapa de otra estrella.*

*Vivirá entre nosotros ochenta años.*

*pero siempre será como si llega,  
hablando lengua que jadea y gime  
y que le entienden solo bestezuelas,  
y va a morir en medio de nosotros,  
en una noche en la que mas padezca,  
con solo su destino por almohada,  
de una muerte callada y extranjera.*

Gabriela Mistral



150

A continuación cada grupo busca un rincón para trabajar. Vamos a escenificar una obra de teatro que hable de una mujer extranjera. Nuestra obra tendrá tantas frases como personas haya en el grupo. Si son seis personas, seis frases. Si son cinco personas, cinco frases...

La primera frase dice... A la costa de nuestra aldea llegó una mujer con el pelo del color azulado de la noche, los ojos brillantes del frío, las manos arrugadas de la humedad...

La última frase: ...Y entonces conocimos la sabiduría de lugares lejanos, la voz cálida que cuenta historias al amor de la lumbre, el arte de curar con plantas naturales... Nunca más la volvimos a llamar la extranjera

Con los materiales preparareis el atrezzo y la escena. Cuando todos los grupos estén preparados escenificareis la obra para todos y todas.



Para preguntarse...

¿Es más difícil la migración para las mujeres? ¿Qué dejan las mujeres al inmigrar? ¿Qué encuentran?  
¿Cómo viven la migración las chicas jóvenes? ¿Y los chicos?

# El LIBRO de los PORQUÉS



¿Por qué se habla de los Derechos de las mujeres y las niñas?

La Declaración Universal de Derechos Humanos de 1948 fue completada por la CEDAW (Convención para la eliminación de cualquier forma de discriminación contra las mujeres, año 1979). En Viena en 1993, se celebró la Conferencia Mundial de Derechos Humanos y la comunidad internacional declaró que los derechos humanos de la mujer y de la niña son parte inalienable, integrante e indivisible de los derechos humanos universales.

También empezaron a utilizarse los términos de "indivisibilidad" de los derechos, y "universalización absoluta" de los mismos, no sólo desde una perspectiva jurídica sino también desde un concepto moral y político, como objetivo a alcanzar a largo plazo.

La evolución de las mentalidades ha sido lenta por el simple hecho de que los documentos, tratados y convenios fueran elaborados en foros constituidos mayoritariamente por hombres, representantes de un modelo ideológico patriarcal muy alejado de nuestra forma de vivir y de representar el mundo.

Para incorporar la situación de las mujeres se comienza a hablar de perspectiva de género y se exige que se tengan en cuenta las necesidades específicas del cincuenta por ciento de la población que representan las mujeres. Los derechos, las situaciones y las necesida-

des de las mujeres y las niñas se han colocado en la agenda de las grandes conferencias mundiales.



Gracias a los Derechos de las mujeres y las niñas, mi hija y yo podemos tener el control de nuestras vidas. Ahora más que nunca, la causa de la mujer es la causa de toda la HUMANIDAD

# IDEAS PARA las CHICAS



Eres única y diferente, porque todas y cada una de las mujeres lo somos, vengamos del sur o del norte. Hayamos nacido aquí o allá. Jóvenes o mayores. Blancas, cobriza o negras. Menudas o grandes. Todas únicas y diversas.

Sientes toda la seguridad que dan los derechos reconocidos por las Declaraciones Internacionales y la Constitución. La vida está en tus manos y con ella la libertad y la igualdad.

Tienes tu propia historia, recuerdos, vivencias y experiencias que vas reinterpretando con las historias de tu familia y la voces de tus amigas y amigos. El mundo que conoces.

Explica y defiende como eres y de donde vienes. Todas las personas viajamos en el tiempo y en la geografía. Todos y todas tenemos una parte extranjera que nos conduce a nuevos destinos, haciendonos crecer.

Aprende a respetar y comprender las diferentes formas de entender la vida, pero no aceptas las discriminaciones, la desigualdad o la injusticia ya sea por causas legales, económicas, sociales o culturales.

Valora los aspectos positivos de otras culturas. Te sorprenderas de todo lo que puedes aprender de ellas.

Traza amistades con personas que proceden de otras culturas. En el intercambio y el diálogo nos enriquecemos como personas.

Observa críticamente aquellos aspectos de tu cultura o de otras culturas que discriminan a las mujeres. Recuerda que las costumbres cambian contigo. Tú haces posible que tu cultura esté viva, conserve lo positivo y desheche lo negativo.

Recuerda siempre que detrás de cada mujer y hombre que han inmigrado hay una historia de vida. Que todos y todas somos ciudadanos y ciudadanas del mundo.

Trabaja en la resolución de conflictos interculturales desde una perspectiva constructiva y positiva. No niegues los conflictos, pero aprende a resolverlos de forma positiva.

Y no olvides nunca tu compromiso con la consecución de los derechos humanos. La humanidad necesita que te comprometas en la eradicación del racismo y la xenofobia y en la construcción de la igualdad entre mujeres y hombres.



# IDEAS PARA los CHICOS



Eres único y diferente, porque todos y cada uno lo somos, vengamos del sur o del norte. Hayamos nacido aquí o allá. Jóvenes o mayores. Blancos, cobriza o negros. Menudos o grandes. Como únicos y diversos.

Como miembro de la sociedad tienes capacidad para participar activamente en la construcción de un mundo mejor en el que se respeten los Derechos Humanos y en el que la igualdad entre mujeres y hombres sea una realidad.

Interesate por las causas de las migraciones y su contribución al bienestar de los países a los que llegamos las personas que migramos.

Trabaja por que ninguna persona sea discriminada por causas racistas por ser mujer o por situaciones de legalidad o economías.

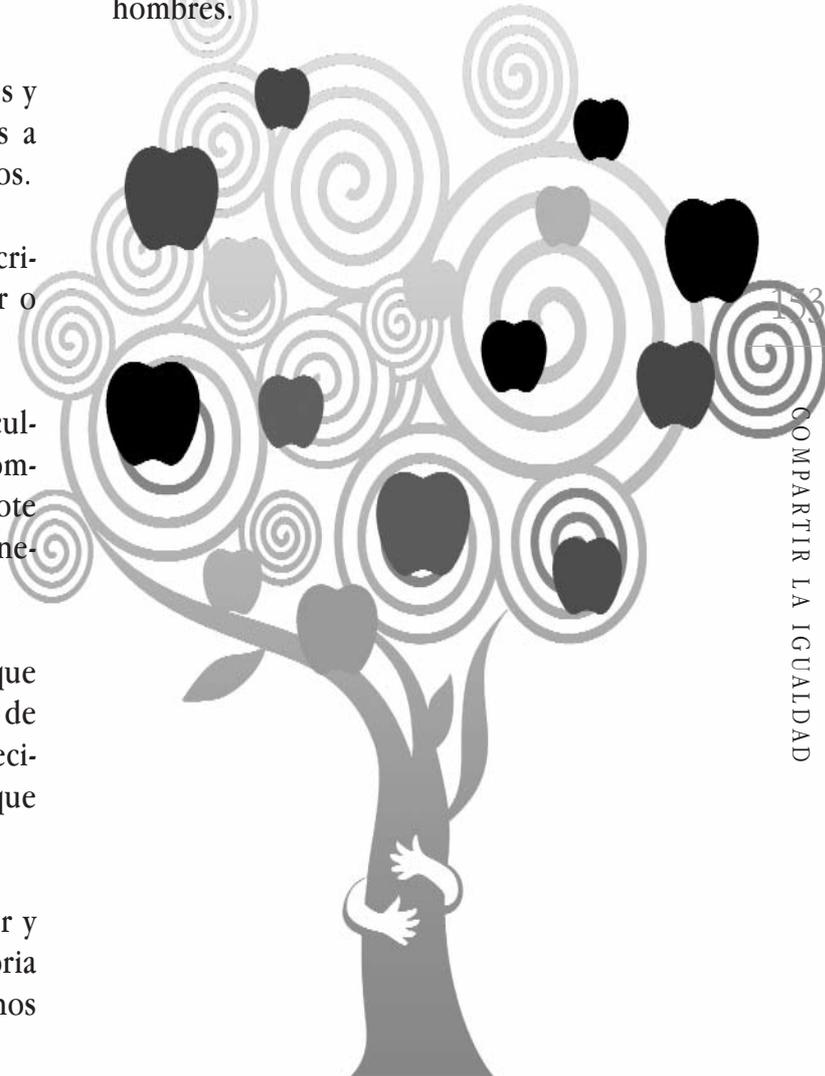
Valora los logros de tu cultura y de otras culturas, trazando puentes, investigando, compartiendo valores, pero siempre oponiéndote a cualquier costumbre o tradición que vulnere los derechos de las mujeres.

Piensa que las cultura se pueden cambiar, que nadie te puede obligar a comportarte de forma intolerante o machista, porque tú decides que valores de tu cultura consideras que son válidos para tí.

Recueda siempre que detras de cada mujer y hombre que han inmigrado hay una historia de vida. Que todos y todas somos ciudadanos y ciudadanas del mundo.

Trabaja en la resolución de conflictos interculturales desde una perspectiva constructiva y positiva. No niegues los conflictos, pero aprende a resolverlos de forma positiva.

Y no olvides nunca tu compromiso con la consecución de los derechos humanos. La humanidad necesita que te comprometas en la eradicación del racismo y la xenofobia y en la construcción de la igualdad entre mujeres y hombres.





10

COMPARTIR los AFECTOS  
en IGUALDAD





## IDEAS para REFLEXIONAR

Los afectos son una caja de hilos de colores. Hilo rojo para el amor. Hilo verde para un amigo que he conocido en el Instituto, hilo violeta para el querer de la abuela, hilo blanco para el respeto que siento por mi profesora. Hilo naranja para el querer de mi padre y el verde bermellón para mi madre. Nuestra vida está tejida de afectos. Desde el momento en que nacemos nos arrojan con una manta cosida con cuidados, aprendizajes y cariño. Y en la medida que vamos conquistando la autonomía vamos llenando la caja con carretes de distintos colores, grosores y tamaños. Aprendemos a hilar los afectos con la expresión de nuestros sentimientos. Igual que si cosieramos botones, vamos poniendo palabras a lo que vivimos y reconociendo nuestras emociones.

Aprender a relacionarnos con las personas que forman parte de nuestra vida es un proceso que comienza en el nacimiento y continúa a lo largo de la vida sin que nunca llegue al fin. Cada experiencia que tenemos, paso que damos o segundo que vivimos va transformando nuestra percepción de quien somos y modificando todo lo que existe en nuestro entorno. A veces sentimos que todo va muy rápido, que apenas tenemos tiempo para encontrar las palabras cuando ya estamos en otro momento. Otras veces el tiempo se detiene como si fuera de plomo. Rápido o lento, siempre estamos en interacción con las personas que forman parte de nuestro universo y en ese encuentro vamos vivenciando las distintas experiencias que intentamos armonizar desde el yo que vamos contruyendo para ser personas autónomas, equilibradas y libres.

Desde siempre las mujeres hemos tenido más libertad para transitar por los telares de los afectos. No es que sintamos más que los chicos sino que podemos expresar y pensar con más libertad sobre las relaciones y nuestras emociones. Desde las primeras civilizaciones el mundo se dividió en el espacio privado y el espacio público. En el espacio privado se ubicó el hogar y en él las mujeres nos ocupamos de todo lo que tiene que ver con las tareas de cuidado. Hemos sido responsables de la crianza de las criaturas, de la alimentación, la salud, el cuidado de las personas que están enfermas o nos necesita, de que se repongan las cosas para que el hogar este confortable, de establecer relaciones con otras personas de nuestra misma comunidad, de mantener los lazos de amistad o afecto con distintos miembros de la familia...pero sobre todo nos ocupamos de los hilos que se entremezclan en el día a día de las relaciones, para que todas las personas se sientan protegidas, seguras y queridas. Y eso, es un trabajo realmente importante. Tan importante que cuando no lo hacemos, muchas personas pueden quedarse a la intemperie.

Del otro lado de las paredes de lo privado, esta el mundo de lo público, donde el trabajo se valora de forma objetiva con dinero...y donde ocurren cosas realmente importantes, tan importantes como lo que vivimos en el mundo privado.

La igualdad ha creado un puente entre los dos mundos porque las mujeres hemos reclamado nuestro derecho a participar en la vida pública sin dejar el espacio de lo privado. Desde entonces entramos y salimos intentando poner orden en uno y otro sitio. ¿y que ha ocurrido con los hombres?.

Las primeras mujeres que acudieron a la universidad o a los talleres de formación profesional eran observadas con cierta expectación porque la sociedad no estaba acostumbrada a la idea de una mujer médico, ingeniera o albañila. Aún hoy hay ciertas profesiones que siguen resultando un tanto extrañas. Pero a pesar de que rompíamos los esquemas de lo que podía hacer una mujer, acudimos a los centros de formación. Algo parecido está ocurriendo con los chicos.

Entrar en el espacio de lo privado es aprender muchas materias y asignaturas por las que no te licencias en una profesión, pero si obtienes los conocimientos necesarios para crecer como persona, aprender a relacionarte y cuidar. En definitiva conocimientos que nos enseñan a vivir tejiendo relaciones de respeto y afecto.

Al igual que ocurrió con las primeras mujeres que comenzaron profesiones tradicionalmente masculinas, aún hoy nos parece raro que un padre lleve a su hijo al parque, que los chicos lloren cuando se emocionan y nos causa cierta extrañeza que un hombre este planchando o anunciando en la televisión, un estupendo producto para limpiar el baño. Aunque, como decíamos el muro que separa lo privado de lo público se ha roto, sigue existiendo una pared simbólica que cuesta saltar, porque para hacerlo hay que romper muchos clichés que siguen existiendo.

Es cosa del pasado!!! estarás pensando mientras lees estas líneas, pero detente un segundo y piensa ¿chicas y chicos expresáis por igual las emociones? ¿que significado tiene para vosotros y vosotras el amor? ¿cuanto tiempo dedicáis las chicas a hablar de lo que sentís? ¿y los chicos? ¿os sentís igual de responsables unos y otras cuando hay que cuidar de un amigo o amiga? ¿a que daís mas importancia en las relaciones las chicas y los chicos?

Si habeís contestado con honestidad seguramente las respuestas son muy diferentes si eres chica o chico porque durante siglos se ha construido una idea de como debemos actuar y sentir los chicos, y de forma muy diferente como debemos actuar y sentir las chicas. Un aprendizaje del que podemos rescatar algunos aspectos estupendos y otros no tanto. Solemos pensar que nos hemos ido construyendo, pero la realidad es que tenemos influencias de todo lo que hay a nuestro alrededor, como la familia, las amistades, la televisión o el instituto. Saber mirar de forma crítica y decidir quien queremos ser en realidad es un ejercicio muy complejo pero enormemente gratificante.

Por ejemplo, Charo Altable nos dice...

Las chicas tenemos que recorrer caminos de autorreconocimiento y autoestima, valorandonos y valorando a las otras, valorando lo que las mujeres han hecho a través de la historia, sus obras y sus inquietudes, su pensamiento y su lucha. Tenemos que saber cuidarnos y defendernos conocernos a nosotras mismas. Tenemos que conocer nuestro deseo y saber defenderlo, porque muchas veces no coincide con el del chico. Y tenemos que saber vencer el peligro de la compasión que nos confunde con el amor, no poniendo los límites necesarios y conduciendo al avasallamiento de nuestro espacio.

Los chicos tenemos que aprender a ser autónomos y cuidarnos de nosotros mismos, saber alimentarnos, vestirnos, ser autónomos en la casa y establecer relaciones emocionales de cuidado y autocuidado, sin arrojar nuestras inseguridades sobre otras personas y sobre todo sobre las chicas.

Mujeres y hombres tenemos que aceptar nuestros sentimientos, saber escucharlos y expresarlos de una forma justa, sin violencia ni chantajes, aceptando los conflictos como posibilidad de crecimiento personal y colectiva.

Aprender a compartir los afectos desde la igualdad es imprescindible para prevenir la violencia y establecer relaciones armoniosas y justas o, a veces, tan sólo justas.



# SABÍAS QUE...

Los afectos son sentimientos positivos o negativos en relación con un objeto, que acompaña a una idea o a una representación mental (amor, odio, celos).

Las emociones tienen un carácter más brusco y de menos duración, como respuesta a acciones o acontecimientos y con una influencia directa sobre la conducta, por ejemplo el pánico, el miedo, la colera...y están asociadas a manifestaciones físicas.

Las pasiones se diferencian de los afectos y de las emociones porque tienen mayor duración y producen una deformación de las ideas del individuo, provocando sobrevaloraciones, exageraciones, sobrecargas, que ocupan la conciencia, el pensamiento y la conducta (celos, desconfianza, codicia..)

Los elementos comunes a todas las formas de amor son el cuidado, la responsabilidad, el respeto y el conocimiento.

A amar se aprende poco, y resulta difícil, a dejarse amar también se aprende poco a poco y también es difícil, pero merece la pena el aprendizaje y el no dejarnos instrumentalizar por la otra persona. Los cuentos siempre terminan en el primer beso, no sabemos lo que ocurre después, cuando el príncipe y la princesa tienen que hacer frente al día a día. Pero cada uno de nosotros y de nosotras podemos continuar la historia y darle el sentido de nuestra propia vida, desde la libertad y la complicidad

## MUJERES Y HOMBRES EN EL MUNDO

El último informe sobre población puso de manifiesto que cuando existe una mayor igualdad entre los hombres y las mujeres, se consigue avanzar más en la causa y la supervivencia del desarrollo de la infancia. Como las mujeres son las cuidadoras principales de los niños y las niñas, el bienestar de la mujer contribuye al bienestar de los hijos e hijas.



# El LIBRO de las ACTIVIDADES



## 1.- PARA PENSAR INDIVIDUALMENTE...

### DESCUBRIR COMO SOMOS



#### Para reflexionar...

La autoestima es una de las cualidades más importantes del equilibrio personal. Cuando nuestra autoestima es positiva podemos querernos y querer sin perder los límites de nuestra realidad. ¿que necesitamos para conseguir un buen nivel de autoestima?

1. Ser conscientes de la propia valía. Desarrollar el autoconocimiento para definir qué áreas se deben trabajar.
2. Proponerte prácticas en ámbitos personales. Metas posibles y valiosas como son:
  - Ser conscientes de las propias actitudes y las de los demás.
  - Aceptarse asumiendo las limitaciones y no culpabilizándose.
  - Buscar el equilibrio de la energía intelectual, emocional, física y de conciencia.
  - Asumir las propias responsabilidades.
  - Reconocer los sentimientos negativos.
  - Autoafirmarse con pensamientos positivos.
  - Vivir con un propósito.



#### Comenzamos

- A. ¿Qué es lo que más me interesa en la vida? Subraya aquellas cosas que consideres más importantes e incluso añade otras.

Dinero

Fama y prestigio

Seguridad

Independencia

Creatividad

Altruismo

Solidaridad

Religiosidad

Relaciones personales

Calidad de vida.

**B.-** ¿Cuáles son mis gustos? Subraya lo que te defina mejor.

Relacionarme con mucha gente	Ser ordenada/o. Saber lo que tengo que hacer
Relacionarme con poca gente	Anarquía
Vivir en contacto con la naturaleza	Dirigir a otras personas
Moverme por la ciudad	Cumplir con mi trabajo
Investigar	Improvisar

**C.-** ¿Cómo soy? Soy una persona. .... Subraya una de las opciones

Tímida/decidida	Imaginativa/normativa
Tranquila/nerviosa	Fuerte/débil
Segura/insegura	Vitalista/escéptica.
Reflexiva/impulsiva	Crítica/apática
Activa/pasiva	Controladora/despreocupada

**D.-** Subraya tus aficciones:

Actividades al aire libre	Actividades deportivas
Manualidades	Actividades musicales
Actividades artísticas	Colecciones
Actividades sociales	Cine
Leer	Asociacionismo

**E.-** Creo que soy una persona que sirvo para...

Dirigir	Pensar	Crear	Investigar
Formar parte de un equipo	Estudiar	Hablar en público	Las relaciones sociales
Organizar	Crear	Negociar	Colaborar en actividades asociativas
Resolver problemas complejos	Diseñar	Liderar	Resolver tareas prácticas
Imaginar proyectos	Comunicar	Escribir	Planificar

A continuación completa las siguientes frases, realiza una descripción personal en forma de autorretrato y comienza la descripción diciendo: "En definitiva, podría decirse que soy una persona que..."



Para preguntarse...

¿Qué importancia tiene el apoyo de otras personas en la realización personal? ¿Por qué es importante la autoestima en el desarrollo personal? ¿Qué se produce cuando una persona confía en tus capacidades?



## 2.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS EN GRUPOS SEPARADOS.

### SIGUIENDO LA HUELLA DE LAS MUJERES A TRAVÉS DE LOS ROMANCES Y CANCIONES



#### Para reflexionar...

A través de los relatos de los romances, las canciones populares, la retahílas, y juegos para niñas, nos podemos hacer una idea muy precisa de cómo se ha ido construyendo la idea del amor romántico, lo que se espera de una mujer e incluso de cómo "conseguir marido". A través de esta actividad "leeremos"



#### Materiales

- Papelógrafo
- Rotulador
- Internet
- Biblioteca



#### Comenzamos

##### Primera Parte

- Formar equipos de seis o siete personas. Cada equipo tendrán que elegir un número total de seis obras, entre romances, canciones, refranes, proverbios, rimas y juegos para niñas de distintas épocas.
- Cada equipo representará ante el resto del grupo, una de las obras invirtiendo el papel de los protagonistas (mujer por varón).
- Al finalizar las representaciones analizar la imagen que se transmite de las mujeres, encuadrando cada obra en el tiempo en el que se realizó.



#### Para preguntarse

¿Cómo crees que se construye la imagen del amor romántico? ¿Qué papel tienen las mujeres en los romances? ¿Qué parte de la historia de los romances pervive en la realidad actual? ¿En que se diferencian los modelos de cortejo de la época medieval y los actuales? ¿La función de las canciones y romances son las mismas que las canciones actuales? ¿Cómo tratan el amor las canciones de los grupos de moda?

### 3.- PARA TRABAJAR CHICAS Y CHICOS JUNTOS.

#### LA LÍNEA DEL AMOR



#### Para reflexionar...

Se ha escrito mucho sobre las trampas del amor...trampas que pueden enredarnos confundiendo la entrega con la pérdida de la dignidad. Y ¿cómo actuar cuando en nombre del amor se nos invita a olvidarnos de nuestros derechos? En esta actividad intentaremos delimitar la línea que separa el amor del abuso y de la pérdida de la dignidad, para así no pisarla jamás.



#### Materiales

- Papelógrafo: 3m.
- Rotuladores de punta gruesa.



#### Comenzamos

- Colocar el papelógrafo en el suelo.
- Dibujar una línea roja a lo largo del papelógrafo que lo divida en dos partes iguales. En una de las partes dibujar el signo más. En el otro lado el signo menos.
- Cada uno y cada una de las participantes escribirán en el lado positivo una idea sobre lo que es el amor y en el lado negativo una idea de lo que no debe permitirse nunca en las relaciones afectivas.
- Al terminar colgar el papelógrafo en la pared y analizar las ideas.



#### Para preguntarse

¿Has vivido situaciones en la que has priorizado la relación de pareja a tus derechos? Por que el amor se confunde con frecuencia con la entrega absoluta y la pérdida de identidad de los integrantes de la pareja? ¿Reaccionan las mujeres de forma diferente?

## El LIBRO de los PORQUÉS



¿Por qué es tan importante la ternura?

Porque la ternura es una actitud afectiva interior, individual e íntima que nos sirve para mostrar y sentir la afectividad. Todas las personas tenemos necesidad de ternura porque a través de ella podemos sentir a otros seres humanos. Con la ternura creamos una atmósfera de entendimiento, de equilibrio, de protección, de seguridad. Mediante ella percibimos que no estamos en soledad y que compartimos con otros seres humanos nuestra experiencia.

¿Por qué es importante tener autoestima?

Cuando tenemos una autoestima positiva creemos en valores y principios y estamos en disposición de defenderlos y modificarlos si nuevas experiencias nos demuestran que estábamos en un error. Empleamos poco tiempo en preocupaciones sobre el pasado o el futuro. Tenemos confianza en nuestra capacidad para enfrentarnos con las dificultades de la vida. Nos sentimos con el mismo valor que otras personas aunque tengan más talento, prestigio o posición. No nos dejamos manipular y estamos dispuestas a colaborar. Reconocemos nuestros afectos y sentimientos, incluso estamos en disposición de revelarlos a otras personas si pensamos que merece la pena. Gozamos con el trabajo, con el juego, con amistades, descansando, ...

"Solo se ve bien  
con el corazón...  
lo esencial  
es invisible  
a los ojos"

El Principito



# IDEAS PARA las CHICAS



Para todas nosotras grandes cantidades de autoestima que nos hagan ser conscientes de nuestro valor, de la sabiduría y la capacidad de cuidado que hemos desarrollado a lo largo de la historia.

Recuerda que cuando el amor viene acompañado de malos tratos, de chantaje o desvalorizaciones no puede llamarse así.

Escapa de los modelos de belleza y de relaciones que nos venden los medios de comunicación. Cenicienta ha cambiado su zapatito de cristal por unas botas con tacones de aguja y la barita mágica por una tarjeta de crédito pero nunca sabremos que ocurrió después del primer beso!

Apoyate en tus amigas para hablar de lo que sientes, poner palabras a lo que vives, a tus dudas e incertidumbres y certezas.

Expresa tus sueños e ideales. Formúloslos en tu mente, en tu cuerpo, en tus días... para que se hagan realidad.

Escucha a tu cuerpo y a tus deseos. Se libre para expresarlos, para decir no o decir si independientemente del deseo de la otra persona.

Crea lazos y pactos desde la flexibilidad y la adaptación a las nuevas circunstancias.

Avanza hacia la autonomía emocional, económica, erótica, para que el encuentro con otra persona sea desde la independencia y la seguridad, no desde la dependencia y el miedo.

No quieras por compasión. No te fundas ni te confundas. No existen las medias naranjas, sino las personas que se encuentran para compartir un camino... a veces un rato... a veces mucho tiempo.



# IDEAS PARA los CHICOS



Aprende a cuidar de ti mismo, a ser autónomo y a encontrarte en el amor desde la independencia.

Explora tus sentimientos, escúchalos y aprende a percibir los sentimientos de las otras personas.

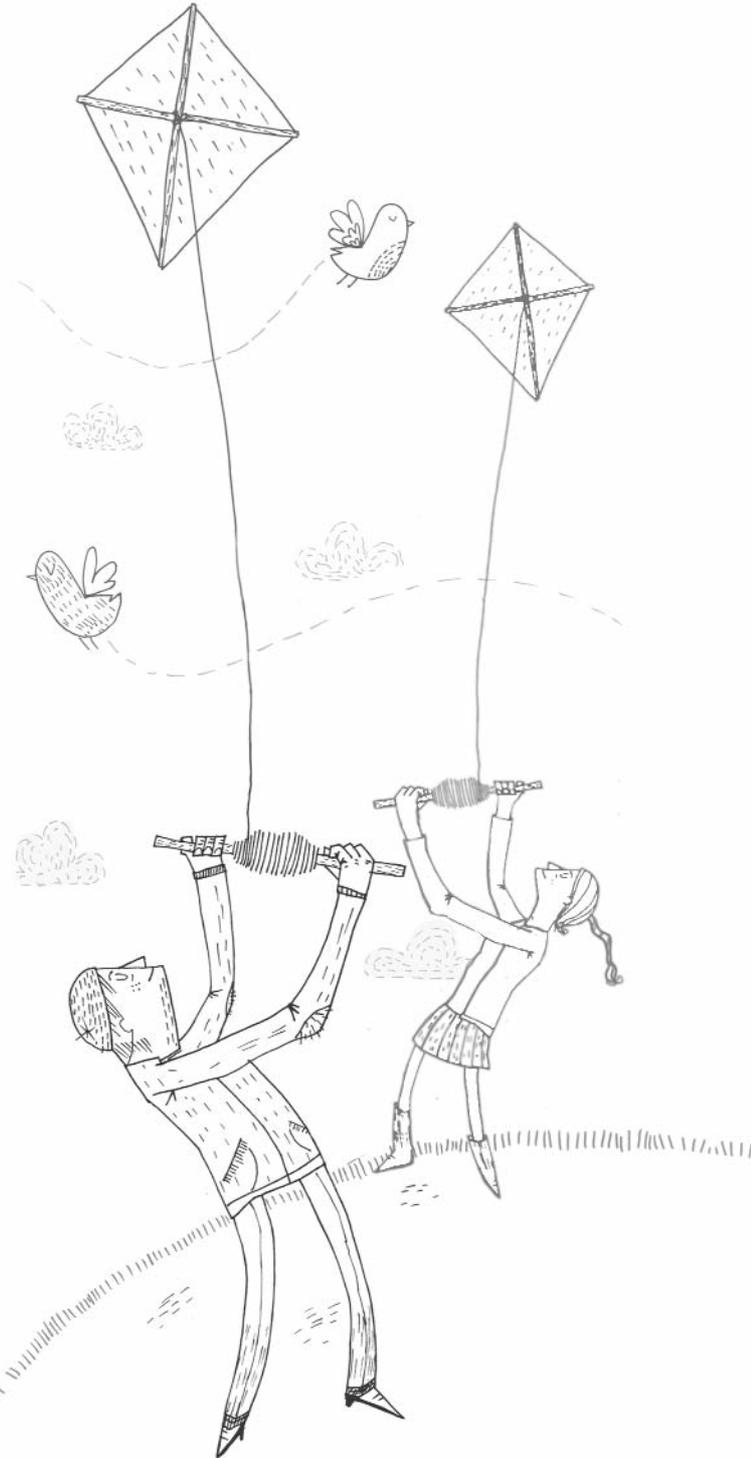
Crea lazos y pactos desde la flexibilidad y la adaptación a las nuevas circunstancias.

Desarrolla la comunicación y el diálogo para expresar las propias necesidades y respetar las de los demás.

Expresa tus deseos desde el respeto, nunca desde la imposición, el chantaje o la violencia.

Desarrolla la capacidad de ternura y de cuidado a las personas que te rodean.

Aprende a expresar lo que sientes, lo que vives, lo que percibes, lo que sueñas...y crea vínculos de amistad con las chicas y chicos desde el respeto y el reconocimiento



## Soluciones del Cuestionario de las páginas 49,50 y 51

1. La reina de Saba
2. Juana de Arco
3. Manuela Malasaña
4. Florence Nightingale
5. Emily Brontë
6. Clara Campoamor
7. Simone de Beauvoir
8. Agatha Christie
9. Petra Nelly
10. Rachel Carson
11. Rosa Luxemburgo
12. Emmeline Pankhurst
13. Rigoberta Menchu
14. Frida Khalo
15. Maria Montessori
16. Melanie Klein
17. Margaret Mead
18. Golda Meir
19. Sor Juana Ines de la Cruz
20. Aurora Dudevant
21. Sarah Bernhardt
22. Maria Zambrano
23. Trotula de Salerno
24. Ada Byron
25. Vandana Shiva
26. Wangari Muta Maathai





## Citas en el texto

- 1 Canciones de amor y desamor, Poemas de otros.1973-1974
- 2 La mujer, el medio ambiente y el desarrollo sostenible: estableciéndolos vínculos
- 3 <http://indigenousandwomenforum.org/outcome-sp.html>
- 4 Vivir ligeramente sobre la Tierra. Premios Nobel Alternativos.Integral, 1992.
- 5 Esta información es de [ww.educarueca.org](http://ww.educarueca.org). Una página estupenda con muchísimos recursos educativos. Este fragmento ha sido traducido por Traducido por Yolanda Juarros Barcenilla del libro de Pax Christi: "Year in Year out- 12 stories about Peacemakers" (Año tras año - 12 historias sobre constructorXs de Paz"
- 6 Podéis encontrar una entrevista a Aminata Dramane Traoré en <http://encontrarte.aporrea.org/media/58/personaje58.pdf>. Es muy interesante las reflexiones que aporta sobre la globalización.
- 7 UNIFEM, 2002; PNUD, 2003.
- 8 (El legado de Luna. Julia Butterfly Hill. Ed. Suma de Letras, 2002.) Esta acción es uno de los ejemplos de "objetivos del milenio" una guía muy práctica para entender los objetivos que escribió José Escudero y que realizaron ISCO y FETE-UGT. Podéis encontrarla en [www.educaciónenvalores.org](http://www.educaciónenvalores.org)
- 9 ([www.hindu.com/thehindu/mag/2002/05/19/stories/20020519\\_00370400.htm](http://www.hindu.com/thehindu/mag/2002/05/19/stories/20020519_00370400.htm)).



