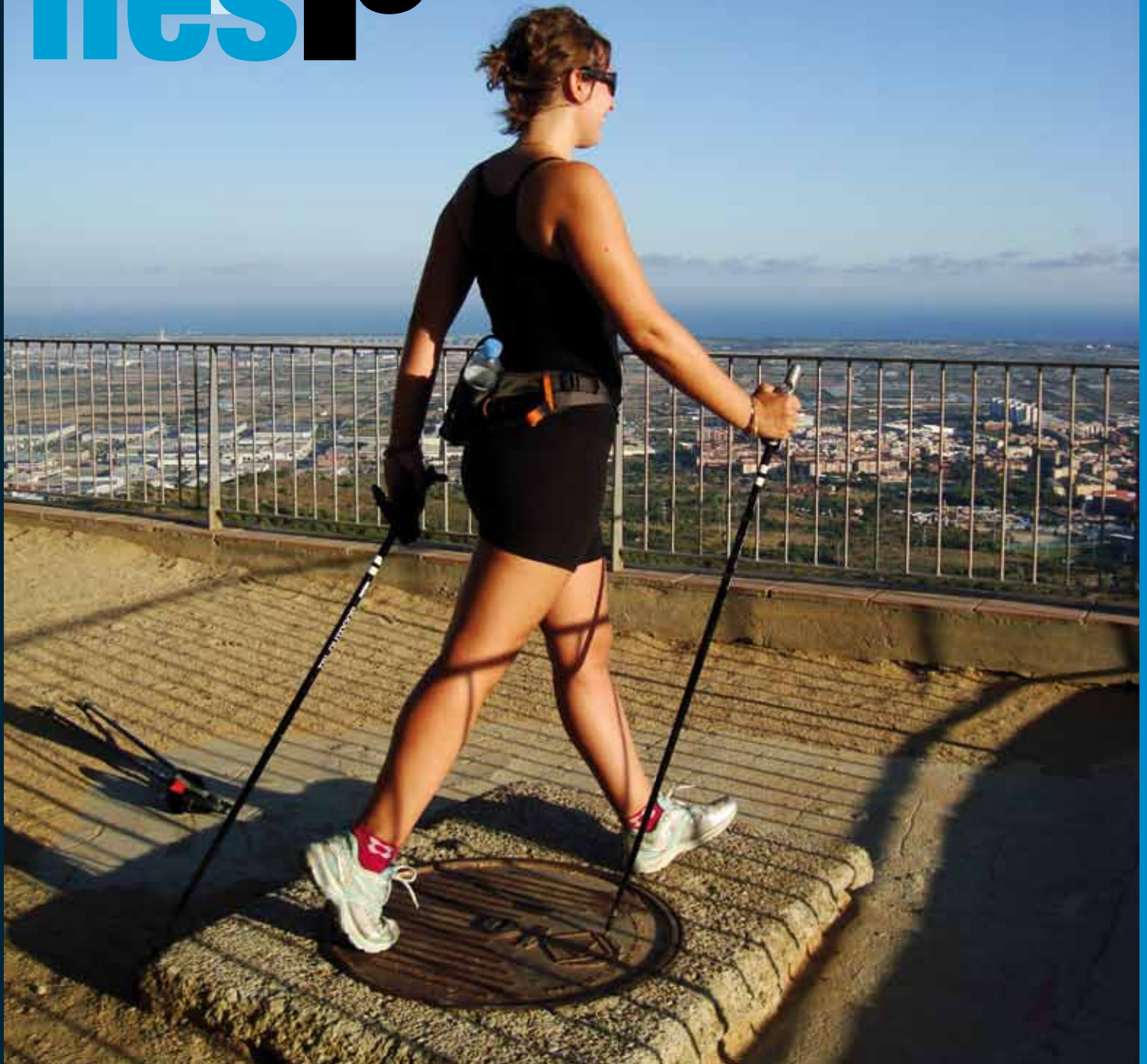


# sa do nes

# u n p



**28 de maig Dia Internacional d'Acció per la Salut de les Dones**

## BONA ACCEPTACIÓ DE LES ACTIVITATS DEL CRDD

Des del mes de gener d'enguany que es va enllestir la programació del Centre de Recursos i Documentació de les Dones (CRDD), més de 150 dones de Sant Boi de Llobregat han participat en les diferents activitats proposades.

En els cursos fets des de l'Escola de Participació, seguim apostant fort per l'alfabetització digital que permeti la incorporació de les dones a la Societat de la Informació i novament s'ha realitzat el curs *d'Introducció a la Navegació per Internet*. Com a novetat s'ha realitzat un curs *d'Introducció al Correu Electrònic*, una eina bàsica per comunicar-se tant per a les entitats que formen part del Consell Municipal de les Dones de Sant Boi com per a les dones en general que participen en les activitats del CRDD, i que a partir d'ara podran rebre notícies i novetats als seus correus electrònics.

A més a més, al gener es va inaugurar el Punt de Suport Informàtic, un espai pensat perquè les dones puguin resoldre dubtes informàtics puntuals en confiança i aprenent les unes de les altres. Aquest servei es porta a terme l'últim dimecres de cada mes de 17 a 20 hores al CRDD, és gratuït i, per venir, només heu de trucar al 93 635 12 00 o enviar un e-mail a [crdones@santboi.cat](mailto:crdones@santboi.cat).

Seguim oferint tallers per al creixement personal de les dones, tallers en què des d'un punt de vista psicològic es tracten



qüestions concretes d'interès per a les dones. Concretament han participat més de 40 dones als tallers *Com controlar l'estrès i l'ansietat*, *Resiliència: la capacitat per a resistir a les adversitats* i el taller *d'Autoestima i apoderament personal*.

D'altra banda, segueixen els tallers per promocionar la salut de les dones que compten amb moltes seguidores: els tallers de *Relaxació i Risoteràpia* que s'han pogut fer en els diferents barris de Sant Boi de Llobregat i on hi ha hagut més de 50 participants. Fins al juliol, el CRDD continuarà oferint activitats diverses com el taller *Viure en parella*, *De compres per Internet* o *Relaxació*.

Les podeu consultar totes al nostre bloc [www.donessantboi.wordpress.com](http://www.donessantboi.wordpress.com) ■

## LECTURES RECOMANADES SOBRE LA SALUT DE LES DONES

A continuació presentem una selecció de llibres que ens ajudaran a saber més sobre la salut de les dones.



- *La conquesta de la llibertat de les dones. Història d'un compromís amb la Planificació Familiar*. Ajuntament del Prat. 2007.

- *Anticoncepció y derecho*. Luís Fernando Barrios Flores - SEC, Sociedad

Española de Contracepción. 2007.



- *Medicines i gènere. El torsimany necessari*. Elisabeth Mora Torres, Albert Gras i Martí (coordinació). *Feminismo/s*. Revista del Centro de Estudios sobre la Mujer de la Universidad de Alicante, núm. 10. 2007.

- *Cooperación en salud con perspectiva de género*. Federación de Planificación Familiar de España. 1997.



- *Una hoja de lechuga. Anorexia, una enfermedad del alma*. Alina Fernández. Plaza y Janés, 2002.

- *Mujeres invisibles*. Carme Valls Llobet. Debolsillo. 2008. ■

### Sumari

02. Bona acceptació de les activitats del CRDD. Lectures recomanades sobre la salut de les dones
03. Hem de recuperar el to reivindicatiu de la commemoració del 28 de maig en defensa de la salut com a valor integral, per Lluïsa Moret
04. 28 de maig, Dia Internacional d'Acció per la Salut de les Dones. Activitats juny 2012 CRDD
05. 10 anys de treball continuat del Punt Jove de Salut
- 06-07. L'atur i la inseguretat laboral, incideixen directament sobre la salut de les persones
08. Es compleixen 2 anys de l'entrada en vigor de la Llei de salut sexual i reproductiva
09. Raquel Parrado del Club Atletisme Sant Boi, guanya la 34ena cursa El Corte Inglés. Judith Corachan, una santboiana apassionada de l'esport
10. 27 de maig: Sant Boi boig per l'esport femení. Què és el Nordic Walking?
11. Sílvia Ferré Ibars: de la fibromiàlgia a l'escriptura



AJUNTAMENT DE  
SANT BOI DE LLOBREGAT

Edita: Ajuntament de Sant Boi.  
Consell Municipal de les Dones.

Redacció i Assessorament:  
Associació de Dones Periodistes  
(Marta Corcoy, Mavi Carrasco).  
Correcció: Alba Besora.  
Fotos: Arxiu Municipal.

Foto de la portada: Club Nordic  
Walking Baix Llobregat  
Disseny i impressió: El Tinter, SAL  
(empresa certificada ISO 9001,  
ISO 14001 i EMAS)

Imprès en paper 100% reciclat

# HEM DE RECUPERAR EL TO REIVINDICATIU DE LA COMMEMORACIÓ

**DEL 28 DE MAIG EN DEFENSA DE LA SALUT COM A VALOR INTEGRAL**



A l'actual context econòmic, social i polític, té més vigència que mai parlar de salut, des de la lògica defensada per l'Organització Mundial de la Salut (en endavant OMS), com a valor integral que inclou les dimensions física, psíquica i social. I si a més, parlem de la salut de les dones encara té més sentit aproximar-nos d'aquesta

laboral en igualtat d'oportunitats. Caldrà tenir present les conseqüències que tindran els patiments emocionals, provocats per la vivència de greus situacions econòmiques, laborals i de risc d'exclusió social de moltes dones.

Quan la salut social femenina està clarament afectada per aquest escenari, automàticament entren en risc els altres aspectes psíquics i fins i tot els físics.

Per tot plegat, aquest 28 de maig, Dia Internacional d'Acció per la Salut de les Dones, és important incorporar

l'anàlisi d'aquesta situació i provocar la reflexió col·lectiva sobre els riscos que suposa. No pot ser que totes les anàlisis i lectures que es fan de la crisi i els seus resultats, estiguin cegues envers el gènere i que no valorin en cap moment l'impacte específic en la vida de les dones. No pot ser que el gruix de les reformes i retallades se centrin en aquells

forma. Actualment al nostre país, assistim a decisions i reformes dels governs, autonòmic i estatal, clarament direccionades cap un canvi de model social, retornant de forma inexorable a plantejaments clàssics i patriarcal. No són casuals ni neutres que els sacrificis pressupostaris més importants se centrin,

per exemple, en les escoles bressol o bé en la implementació de la llei de promoció de l'autonomia personal i atenció a la dependència. Tampoc és improvisada una reforma laboral que precaritza el mercat de treball i que atenta especialment als drets dels treballadors i treballadores a conciliar la seva vida laboral, familiar i social.

Com serà una societat on es dificulta l'accés dels nens i les nenes a l'etapa educativa 0-3?, on sigui quasi impossible aconseguir recursos per a les persones dependents? i on les relacions laborals a l'empresa facin quasi incompatible gaudir en plenitud el fet de ser mare amb ser treballadora?

Estem parlant del retorn a un agreujament dels nivells de discriminació de gènere, en el que les dones retornaran a l'espai privat, obligades a exercir rols de cura, i cada vegada amb més obstacles per accedir al mercat

**Us esperem el diumenge 27 de maig a participar al Nordic Walking a les 10h a la Biblioteca Jordi Rubió i Balaguer (c. Baldiri Aleu 6-8), per gaudir d'aquest esport a l'aire lliure i aprendre els beneficis de la Marxa Nòrdica. També us esperem el mateix dia a la I Trobada Sant Boi boig per l'esport femení, a l'Estadi Municipal Joan Batista Milà (c. Baldiri Aleu, 1-7), des de les 10 fins les 14h.**

serveis públics que tenen a veure amb la vida quotidiana de les persones i pensar que això no té biaix de gènere. Seran les dones les grans damnificades de tot plegat, cobrint les mancances imposades als sistemes de serveis de benestar. Aquesta sobrecàrrega posarà en risc la seva salut i els seus processos de creixement personal, social i laboral.

Ara toca més que mai, recuperar el to reivindicatiu de la commemoració i fer visible la veu de les dones i dels moviments que les representen, en un àmbit fonamental a la vida de les persones com és la salut. ■

**Lluïsa Moret i Sabidó**

Tinenta d'alcaldia de Benestar i Ciutadania  
Regidora de Polítiques per a la Igualtat de Gènere i  
Nous Usos Socials del Temps



## 28 DE MAIG, DIA INTERNACIONAL D'ACCIÓ PER LA SALUT DE LES DONES

Des de l'any 1987 es commemora el 28 de maig com el Dia Internacional d'Acció per la Salut de les Dones com una data per a la mobilització i la reivindicació.

Històricament s'ha accedit a l'avenç mèdic a través d'un model masculí, posteriorment generalitzat al femení. Investigacions demostren que existeixen diferències entre els homes i les dones pel que fa la salut, i que cal fer estudis tenint en compte aquesta variable per tal de garantir la prevenció, la major precisió en el diagnòstic i la igualtat de drets de les dones a ser ateses i tractades eficientment per les seves problemàtiques.

Sant Boi s'afegeix a aquesta commemoració i programa, en aquest sentit, una sèrie d'activitats que detallem tot seguit:

### Nordic Walking

Vine a gaudir d'aquest esport a l'aire lliure i a aprendre els beneficis de la Marxa Nòrdica: un nou estil de vida actiu i saludable, apte per a tothom. Disminueix l'impacte sobre les articulacions dels turmells i genolls. Més efectiva que caminar sense bastons. Treballa el 90% de la musculatura del cos. Redueix els nivells de glucosa i colesterol. Augmenta el subministrament d'oxigen. Millora la coordinació i l'equilibri físic. Millora i preveu l'osteoporosi.

**Dia:** 27 de maig

**Lloc:** Biblioteca Jordi Rubió i Balaguer, c. Baldiri Aleu, 6-8

**Hora:** 10h

**Organitza:** Ajuntament de Sant Boi amb la col·laboració del club Nordic Walking Baix Llobregat



### Alimentació Saludable per a Dones

Taller pràctic de cuina saludable: dieta equilibrada i saludable. Prevenció de l'augment de pes. Importància del calci i prevenció de l'osteoporosi. Excés de colesterol. Hipertensió. Cuina saludable.

**Dia:** 31 de maig de 2012

**Lloc:** CRDD, Can Jordana, c. Ebre, 27

**Hora:** 17,30 a 19,30 h

**Organitza:** Ajuntament de Sant Boi amb la nutricionista i cuinera Cristina Viade ■

## ACTIVITATS JUNY 2012 CRDD

### Dijous 7, 14 i 21 de juny

**Relaxació.**

**Horari:** de 17,30 a 19 h.

**Lloc:** Casal de Barri de Camps Blancs, c. Salvador Seguí, 2

**Inscripcions:** des del 8 de maig

### Dilluns 11 i 25 de juny

**Viure en parella.** *Perquè la convivència funcioni cal tenir clares certes coses. Què podem tolerar. Què no, com afrontem les situacions quotidianes, etc.*

**Horari:** de 17 a 18,30 h.

**Lloc:** Can Jordana, c. Ebre, 27

**Inscripcions:** des del 15 de maig

### Dimarts 12 de juny

**Tallers variats. De compres per internet!**

*Coneix les avantatges que ofereix la xarxa a l'hora de comprar. Descobrirem les pàgines més interessants i aquells elements que hem de tenir en compte per tal de fer una compra segura. Atreveix-te!*

**Horari:** de 17,30 a 20 h.

**Lloc:** Biblioteca Jordi Rubió i Balaguer, c. Baldiri Aleu, 6-8

**Inscripcions:** des del 15 de maig

### Dimarts 19 de juny

**Escola de Participació.** Programació destinada a professionals i a entitats del Consell Municipal de les Dones.

**Eduquem en Igualtat?**

*La Coeducació en l'àmbit familiar és bàsica per a la Igualtat d'Oportunitats entre Dones i Homes.*

**Horari:** de 18 a 20h.

**Lloc:** Can Jordana, c. Ebre, 27

**Inscripcions:** des del 22 de maig

### Dimarts 3 de juliol

**Sigues la teva pròpia agent de viatges!**

*Coneixerem les claus per organitzar un viatge a través d'Internet*

**Horari:** de 17,30 a 20 h.

**Lloc:** Biblioteca Jordi Rubió i Balaguer, c. Baldiri Aleu, 6-8

**Inscripcions:** a partir del 5 de juny

### Dimecres 27 de juny

**Punt de suport informàtic**

Tens dubtes informàtics? Vols passar les fotografies de la càmera a l'ordinador? T'has quedat encallada en alguna cosa? No recordes com havies de... Cada **últim dimecres de mes**, al CRDD trobaràs el **Punt de Suport Informàtic**, un servei gratuït on et donarem un cop de mà amb temes relacionats amb la informàtica. Pots venir amb el teu propi ordinador o utilitzar els que tenim aquí.

**Horari:** de 17 a 20 h.

A més a més, recorda que tenim un **Punt de Consulta a Internet** a la teva disposició i que pots utilitzar-lo en l'horari del CRDD. ■

## 10 ANYS DE TREBALL

### CONTINUAT DEL PUNT JOVE DE SALUT

El proper mes de desembre el Punt Jove de Salut del Servei d'Informació Juvenil El Punt, ubicat a la Factoria Jove de Can Massallera, celebrarà el 10è aniversari. Per aquest motiu hem volgut reflexionar, pensar i avaluar la tasca feta des del seu inici. El Punt Jove de Salut va ser una de les primeres assessories de salut per a joves creades dins dels serveis específicament juvenils a Catalunya. El servei va començar com a projecte pilot ja que es va detectar que els i les joves no s'acostaven a la xarxa normalitzada de salut.

Els i les joves perceben el tema de la salut com un concepte abstracte que no els afecta directament i del qual no solen fer demandes ni reivindicacions. I és precisament durant l'etapa juvenil, quan s'entra en contacte amb una sèrie de factors de risc, quan es posen en marxa un gran nombre d'hàbits i de comportaments que poden condicionar en bona mesura la salut en el futur: relacions sexuals sense protecció, desconeixement dels mètodes anticonceptius, addiccions diverses com el tabac i l'alcohol, sedentarisme, dieta desequilibrada, relacions conflictives, etc.

L'encert d'aquesta assessoria de salut va ser incloure una professional de l'àmbit de la salut i una infermera, en un servei d'informació juvenil, espai de referència entre la població jove pel que fa a la informació i l'assessorament.

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) ha definit la salut com l'estat complet de benestar físic, mental i social, i no només l'absència de malaltia, per tant existeix un vessant ampli de factors socioeconòmics que promouen les condicions per les quals les persones puguin dur una vida sana. A nivell més específic el dret a la salut s'estén a determinants fets com l'accés a l'aigua neta i potable i les condicions sanitàries adequades, el subministrament d'aliments sans, la nutrició i l'habitatge adequat, les condicions de treball segures i sanes, un medi ambient sa, l'accés a la informació i la educa-

ció sobre qüestions relacionades amb la salut, inclosa la salut sexual afectiva i reproductiva. Per tant, la salut la podem interpretar com el **"dret a gaudir d'una varietat, de béns i de serveis, com també de les condicions necessàries per l'obtenció del més alt nivell possible de salut."**

El principal objectiu del Punt Jove de Salut ha estat reduir les dificultats d'accés a la informació sobre temes de salut en general, promoure els hàbits saludables en aquells àmbits que preocupen al jovent, i donar a conèixer els recursos sanitaris de què disposen al seu entorn i el seu ús adequat, des d'una visió pluridisciplinària amb una atenció directa.

Així doncs, el Punt Jove de Salut és un servei capaç d'assumir les demandes, els dubtes i inquietuds juvenils sobre temes de salut, com la prevenció de malalties de transmissió sexual/SIDA, mètodes anticonceptius, anticoncepció d'emergència, embarassos no desitjats, sexualitat, trastorns alimentaris, drogues, etc. sense oblidar que els/les joves no formen grups homogenis ni uniformes.

Pel que fa a les prestacions sobre drets sexuals i

reproductius, l'article 3 de la nova llei 18/2009 del 22 d'octubre de Salut Pública de Catalunya estableix que s'ha de treballar amb la promoció i la protecció de la salut afectiva, sexual i reproductiva, i la prevenció dels factors de risc en aquest àmbit, precisament la tasca que s'ha dut a terme durant aquests últims deu anys.

L'assessoria de salut dins del Servei d'Informació Juvenil El Punt, on es treballa per l'emancipació juvenil de forma interdisciplinària, continua complint allò que està establert a nivell teòric pels màxims estaments internacionals, nacionals i locals com a forma òptima de treballar la informació i l'assessorament als i les joves en l'àmbit de la salut: la disponibilitat, l'accessibilitat, l'acceptabilitat i la qualitat del servei.

Felicitats i per molts anys!!! ■



### CRISI ECONÒMICA I SALUT EN CLAU DE DESIGUALTATS



Lucía Artazcoz

**Dones i joves són els col·lectius més perjudicats per la crisi econòmica i financera que patim des del 2007. En l'àmbit laboral i empresarial persisteixen importants diferències entre dones i homes: la bretxa salarial supera actualment el 20%. Un informe del mes de desembre de 2011 del Consell Econòmic i**

**Social confirma les grans desigualtats que es produeixen en funció del sexe en l'accés a un lloc de treball i a un salari igual per una mateixa feina. La crisi, conclou, està tenint un fort efecte negatiu en les polítiques d'igualtat, i les exigències d'austeritat pressupostària plategen ara mateix seriosos interrogants sobre el futur d'aquestes mesures. La igualtat salarial, per tant, constitueix avui un repte pendent sense el qual no es podrà assolir l'objectiu legítim de la igualtat entre dones i homes i la plena ciutadania.**

**En aquesta ocasió, ens volem centrar en un aspecte concret de les desigualtats salarials i els reptes pendents: l'impacte de la crisi sobre la salut. A tal efecte ens hem posat en contacte amb **Lucía Artazcoz**, metgessa, especialista en medicina preventiva i salut pública la qual ens ha transmès les seves reflexions que presentem tot seguit.**

Des del punt de vista de la salut pública, un dels problemes més preocupants de la crisi econòmica és l'augment de l'atur que s'associa a diferents problemes de salut, sobretot de salut mental, un augment dels suïcidis i un increment de la violència. Les raons són diverses, com ara les dificultats econòmiques, però també la desaparició de la principal raó que estructura el dia, la pèrdua d'estatus social, d'autoestima i d'activitat física i mental.

Hi ha evidència científica que els processos de reestructuració d'empreses en els quals es retallen les plantilles, tenen impacte

sobre la salut, no només de les persones que perden la feina, sinó també de les que continuen treballant. Entre aquestes, s'ha observat un increment de trastorns ansios-depressius relacionats amb la incertesa sobre el futur laboral, un augment de conflictes entre companys/es, un increment del volum de feina en reduir-se habitualment més la mà d'obra que les exigències del treball, del tabaquisme i de problemes amb la parella.

En la crisi actual, a la pèrdua de treball, s'hi afegeixen la incertesa laboral, la reducció dels salaris, les dificultats econòmiques de les famílies, moltes d'elles molt endeutades, i la reducció de prestacions socials, tots ells, determinants de la salut. L'impacte, però, és més alt en els col·lectius més desafavorits.

#### LA CRISI ECONÒMICA, IMPACTA EN ESPECIAL EN ELS COL·LECTIUS MÉS DESAFAVORITS

Estudis recents mostren que els costos de la crisi i de les polítiques que s'estan implantant per afrontar-la i satisfer la banca i les grans empreses recauen principalment sobre les classes treballadores. Als països europeus la crisi ha agreujat les desigualtats i, a més a més, la majoria dels ajustos han afectat treballadors i treballadores amb contractes temporals o d'ETTs. Així, el 90% dels llocs de treball perduts a Espanya han estat de treballadors/es temporals. Els i les joves també s'han vist molt afectades amb un gran augment de les seves taxes d'atur. El major impacte de la crisi en la construcció i la indústria manufacturera, en què tradicionalment predomina la mà d'obra masculina, han estat la causa del major nombre d'homes que han perdut la feina.

Els salaris representen una altra font d'augment de les desigualtats durant la crisi. A tot Europa s'ha produït una caiguda dels salaris i del poder adquisitiu. Les retallades salarials semblen haver estat més importants en el sector públic, almenys en una primera fase. A més a més, les retallades pressupostàries aplicades a l'Administració pública en la majoria dels països aniran seguides –com ja s'ha observat a Espanya, Bulgària, Grècia, Hongria i Irlanda– de més retallades salarials en el sector públic, al costat de reduccions dels llocs de treball, la qual cosa converteix les persones al servei de l'Administració pública en la categoria de treballadors/es més exposada.

### LES RETALLADES EN SANITAT I EDUCACIÓ PERJUDIQUEN EN ESPECIAL LES DONES

La crisi està afectant de manera molt dura les dones, amb un fort increment de les pràctiques discriminatòries. Amb freqüència, les dones que treballen en sectors on predomina la mà d'obra masculina han estat les primeres en ser acomiadades. Elles han sofert més retallades salarials que els homes. La bretxa salarial per raó de sexe segueix sent considerable a la majoria dels països europeus, fet que posa de relleu altres formes de discriminació, com l'accés de les dones a les prestacions d'atur.

La reducció o supressió de les mesures destinades a conciliar la vida laboral i la familiar també ha augmentat el nivell d'estrès a la feina entre les dones treballadores. El canvi de política que es va produir al 2009 –de mesures expansionistes anticrisi a polítiques pressupostàries restrictives– també pot augmentar les desigualtats. En general, les retallades en l'ocupació han estat majors en el sector privat, però recentment s'han estès a les persones empleades del sector públic. Si bé els homes han estat els més afectats durant la primera fase de la crisi, la reducció de llocs de treball i les retallades salarials en el sector públic i en el sector dels serveis, on predomina la mà d'obra femenina, repercutiran principalment en les dones, invertint així la decreixent bretxa salarial per raó de sexe i la bretxa relativa a l'atur que ha generat la crisi fins avui.

La congelació de plantilles en el sector públic a Espanya perjudica especialment les dones per diverses raons. Les dones s'hi incorporen en major nombre i, sobretot, en àmbits més feminitzats com la sanitat i l'educació, en què les retallades estan sent més àmplies. També és negatiu per a les dones el consens dels agents socials per promoure l'ocupació a temps parcial. A Europa, en general, i a Espanya, en particular, el treball a temps parcial es caracteritza per pitjors condicions de treball, contractació temporal, menys ingressos en termes de preu/hora, menys perspectives de promoció i, en tant que les cotitzacions són més baixes, menors pensions de jubilació. D'altra banda, l'augment del treball a temps parcial, que serà assumit fonamentalment per dones, accentua la divisió sexual del treball per tornar a esquemes patriarcals que atribueixen a les dones la responsabilitat del treball domèstic i familiar.

La moratòria en la llei de dependència suposa un perju-

#### EL CONSENS DELS AGENTS SOCIALS PER PROMOURE L'OCUPACIÓ A TEMPS PARCIAL SERÀ ESPECIALMENT PERJUDICIAL PER A LES DONES

dici i una càrrega addicional principalment per a les dones, ja que són, en gran majoria, les que assumeixen la tasca de cuidar les persones depenents. L'ajornament de la millora en la pensió de viduïtat també afecta especialment dones: un 44,5% són vídues enfront un 12,2% dels homes. La pèrdua de poder adquisitiu de les pensions igualment perjudica especialment les dones ja que, com a mitjana, la pensió que reben és més baixa que la dels homes i hi ha moltes més dones pensionistes en situació precària, de pobresa o exclusió: més del 70% de les persones que reben les pensions no contributives són dones. En definitiva, l'impacte de la crisi econòmica i financera actual serà superior en les dones,

- Si estan empleades, perquè tenen més probabilitat de perdre el lloc de treball que els homes, perquè és probable que tinguin més dificultats per trobar-ne un de nou degut a la possible tornada de conceptes sexistes que consideren preferible que en èpoques d'alt atur siguin els homes qui tenen una feina remunerada, i perquè els afectarà en major mesura que a ells la pèrdua de sou i salari.
- Si són pensionistes o reben prestacions socials perquè la pèrdua d'ingressos per les retallades serà major que la dels homes.
- Si només treballen a casa seva perquè la menor provisió de béns públics d'atenció i cura (guarderies, serveis de dependència, etc.), els farà treballar més hores ja que no es fomenta la coresponsabilitat i perquè l'augment de l'atur masculí i tenir al marit a casa en lloc de llevar-li problemes de conciliació els hi pot augmentar.

Tot això tindrà un cost en salut, sobretot, en termes de salut mental. ■



## ES COMPLEIXEN 2 ANYS DE L'ENTRADA EN VIGOR DE LA LLEI DE SALUT SEXUAL I REPRODUCTIVA

El proper 5 de juliol es compliran 2 anys de l'entrada en vigor de la Llei de salut sexual i reproductiva i de la interrupció voluntària de l'embaràs.

Ara el nou govern del PP es planteja modificar-la ja que la considera excessivament avançada. A la revista Dones núm. 35 vam dedicar-li dues pàgines i un article de la llavors diputada al Congrés Lourdes Muñoz.

Passats aquests dos anys i davant la nova realitat hem volgut novament també amb l'opinió de **Lourdes Muñoz**, actualment exdiputada i Presidenta de Dones en Xarxa.

A continuació podeu llegir les seves reflexions i propostes.

### ELS DRETS DE LES DONES NO PODEN RETROCEDIR A L'OMBRA DE LA CRISI

La igualtat no només ha deixat d'estar actualment a l'agenda política sinó que hi ha un perill de retrocés en els drets de les dones. No podem baixar la guàrdia.

La igualtat mai ha estat un valor de la dreta, però en la nostra jove democràcia, anteriors governs de dretes no havien promogut mai una marxa enrere com la d'ara. Quan el ministre Gallardón afirma que la maternitat fa a les dones "autèntiques dones", els està assignant de nou el paper tradicional i exclusiu de mares. Em recorda vells temps de l'Espanya més grisa.

Parlen de llibertat per justificar reculades en els drets conquerits.

Proposen protegir la llibertat de les dones que volen continuar el seu embaràs, la qual cosa implica privar de llibertat a totes les que volen interrompre'l; parlen de suport a la maternitat quan aproven una reforma laboral que elimina les opcions de conciliar la vida familiar i professional de dones i homes.

Em vaig sentir especialment orgullosa de ser diputada al Congrés en moments com el de l'aprovació de la Llei de salut sexual, reproductiva i de la interrupció voluntària de l'embaràs, perquè aquesta Llei suposava avançar en drets per a les dones.

L'objectiu principal de la Llei és reduir el nombre d'avortaments, sobretot en aquells grups de població en què l'índex d'avortaments és més alt: les joves i les ciutadanes d'origen immigrant. La Llei no només "despe-



Lourdes Muñoz

nalitza l'avortament" sinó que incorpora aspectes preventius, informatius i de la salut sexual i reproductiva. Diversos estudis confirmen que en aquests dos anys d'aplicació de la Llei, els avortaments han disminuït.

Era necessari canviar la llei de l'avortament, perquè l'anterior, aprovada al 1985, era una llei desfasada

per a la societat actual. No garantia el dret de les dones a decidir si volien continuar endavant amb un embaràs no desitjat, sense córrer riscos legals i no hi havia garanties d'accés als serveis de salut pública. Aquest va ser el gran canvi: la Llei reconeix el dret a una maternitat lliurement decidida, aposta perquè les dones puguin decidir sobre el seu embaràs i aquesta decisió sigui conscient i respectada.

La reforma de llei de l'avortament anunciada pel ministre Gallardón implica una clara regressió. Proposa tornar a un model de llei de "supòsits" i no de terminis durant els quals les dones puguin exercir el seu dret a decidir sobre la seva maternitat o no.

El ministre ha arribat a afirmar que l'avortament és fruit de la violència estructural sobre les dones, i per tant s'atreveix a barrejar la xacra social de la violència masculista que pateixen les dones com a conseqüència de la discriminació, amb voler limitar el dret a decidir de les dones.

Ara és moment de tornar a mobilitzar les veus de la societat per defensar el nostre dret a la igualtat. La crisi o l'ombra d'aquesta que fa que tot passi a un segon terme, no ha d'obviar que defensem la igualtat com a part de la solució a la crisi, i com a model d'una societat més justa i sostenible. ■



## RAQUEL PARRADO DEL CLUB ATLETISME SANT BOI GUANYA LA 34ena CURSA D'EL CORTE INGLÉS

El diumenge 15 d'abril va tenir lloc la 34ena cursa d'El Corte Inglés amb una participació de 65.453 persones, de les quals un 38% eren dones. És la cursa amb un nombre més gran de dones corredores.

Mohamed Benhmbarka Abderrahim el Jaafari i Raquel Parrado van guanyar la cursa en categoria masculina i femenina respectivament.

Raquel Parrado, que podem veure a la fotografia, membre del Club Atletisme Sant Boi, va ser la guanyadora en femines amb un registre de 39:46.



## JUDITH CORACHAN, UNA SANTBOIANA APASSIONADA DE L'ESPORT

En aquestes pàgines que dediquem a la difusió de l'esport, en especial del femení, ara presentem Judith Corachan Vaquera. Una santboiana de 27 anys. Diplomada en Magisteri d'Educació Especial, però que la seva vocació és l'esport. Treballa des de fa 9 anys com a monitora d'activitats dirigides en un gimnàs.

Tal i com ella manifesta, és una apassionada de l'esport. Fins ara se centrava en una única disciplina i explotava tota les seves aptituds i actituds, però... ha arribat l'hora de provar nous reptes, d'animar-se amb tot.

Des de ben petita ha practicat la natació. Ha estat campiona de Catalunya durant diversos anys i campiona d'Espanya en 50 metres papallona, però ho va haver de deixar perquè no ho podia compaginar amb la feina i els estudis. És un dels problemes de l'esport femení, es queixa la Judith, la falta d'ajudes i la seva infravaloració fa difícil que les noies puguin practicar l'esport de manera continuada.

Després d'uns anys en *standby*, no va poder viure sense l'esport i va tornar a lluitar per estar al calaix més alt del pòdiu amb els duatlons i triatlons. Destaquem alguns dels seus principals èxits:

- Campiona d'Espanya en Duatló per grups d'edats
- Subcampiona de Catalunya en duatló Olímpic
- Campiona d'Espanya Duatló amb la Selecció Catalana
- 5a d'Espanya en Acuatló
- 3a de Catalunya en Triatló
- Campiona Circuit Zoot Triathlon Series 2009
- Participant en el Mundialet de Fast Triathlon 2010 al Brasil amb la selecció espanyola

Després de 2 anys en el món dels triatlons, alguns problemes de salut la van fer baixar el ritme, llavors va decidir provar amb altres coses, que li permetessin continuar fent esport

en els límits imposats. Va provar sort amb les curses verticals: pujar edificis el més ràpid possible. Va guanyar la primera a l'Hotel Hesperia Barcelona l'any 2009. L'experiència li va agradar i ha continuat amb aquesta pràctica esportiva.

Ha guanyat el Circuit Nacional de Pujades Verticals (Sara-gossa, València i Barcelona). Va quedar 2a (la 1a espanyola) a la pujada de la Torre Espacio de Madrid al març del 2012, i aquest mes de maig acaba de conquerir la pujada a l'Hotel Bali de Benidorm, el més alt d'Europa (52 plantes), amb un temps de 6 minuts, revalidant així el títol aconseguit l'any 2011, quan va participar-hi per primera vegada, rebaixant enguany la marca en 48 segons.

Felicitats i que continuïn els èxits. ■



## 27 DE MAIG: SANT BOI BOIG PER L'ESPORT FEMENÍ



L'Ajuntament de Sant Boi de Llobregat, conjuntament amb el FC Santboià, La Unió Esportiva Santboiana i el Club de Beisbol i Softbol Sant Boi, organitzen per al diumenge 27 de maig la **I Trobada: Sant Boi boig per l'esport femení**.

Aquesta activitat s'emmarca dins la política de pràctica i promoció de l'esport femení, concretament, en la commemoració del Dia Internacional d'Acció per la Salut de les Dones.

Aquesta commemoració serveix per fer palesa la necessitat d'introduir la perspectiva de gènere en tot allò vinculat a la salut i així, atendre de manera diferencial les qüestions de salut que es deriven de les diferències biològiques entre dones i homes, però també, per abordar adequadament situacions o problemàtiques directament relacionades amb els rols i els treballs assignats socialment a dones i homes.

En el marc de la salut i el benestar de les persones, enguany a Sant Boi commemorem la diada vinculant-la a la pràctica esportiva i al foment del reconeixement de l'esport femení.

L'objectiu d'aquesta jornada és potenciar i dinamitzar tres modalitats esportives femenines minoritàries, però molt arrelades al municipi: softbol, rugbi i futbol.

La matinal és gratuïta i oberta a totes les noies entre 8 i 20 anys que vulguin participar-hi i provar aquests tres esports.

S'obsequiarà a totes les participants amb una samarreta commemorativa de la trobada.

L'activitat s'enllaçarà amb la caminada de **Nordic Walking**, que començarà el mateix diumenge 27 de maig a la Biblioteca Jordi Rubió i Balaguer i finalitzarà a l'Estadi de Futbol Joan Baptista Milà, a la ronda de Sant Ramon, 159, de Sant Boi de Llobregat.

## QUÈ ÉS EL NORDIC WALKING?



El Nordic Walking o Marxa Nòrdica és un esport relativament nou en la seva concepció moderna, tot i que va néixer els anys 30 del segle XX a Finlàndia com una manera d'entrenament de les persones que practicaven esquí de fons.

Es tracta de caminar amb uns bastons especials, aplicant la tècnica ALFA 247, una tècnica de moviment per posar tot el cos en forma de manera uniforme.

Practicar la marxa nòrdica de manera regular ajuda a posar en equilibri cos i ment, enforteix el rendiment de tot l'organisme i exercita la resistència aeròbica. És un caminar natural i saludable que ajuda a eliminar tensions i a reduir l'estrès.

### Qui el pot practicar?

- Persones de totes les edats
- Persones que no han practicat mai cap esport
- Persones amb problemes d'esquena, osteoporosi o malalties cròniques
- Persones amb sobrepès
- Esportistes
- Qualsevol persona que vulgui fer quelcom per millorar la seva salut, la seva forma física i la seva figura

### Avantatges del Nordic Walking

- És molt més efectiu que caminar sense bastons
- La sobrecàrrega a les articulacions és molt menor que al fúting
- Fa moure el 90% de la musculatura del cos
- Augmenta el subministrament d'oxigen
- Relaxa la tensió del clatell i de les cervicals
- Optimitza el treball del cor
- Reforça el sistema immunològic
- Retarda l'envelliment
- Es realitza a l'aire lliure i és molt divertit!

Un altre dels aspectes importants del Nordic Walking és que permet visitar una ciutat, un poble o un paratge natural d'una manera diferent, divertida i saludable.

Si vols practicar el Nordic Walking pots posar-te en contacte amb el Nordic Walking Baix Llobregat. Un club esportiu obert a tothom. Qui vulgui practicar aquesta activitat, pot contactar a través del Facebook (Nordic Walking Baix Llobregat), nordicwalkingbaixllobregat@gmail.com o al tel. 646004807. ■

## SÍLVIA FERRÉ IBARS: DE LA FIBROMIÀLGIA A L'ESCRITURA

L'Ajuntament de Sant Boi en el marc de la commemoració del 8 de març, enguany va retre homenatge a les dones literates. En el transcurs de l'acte es va reconèixer el treball i l'esforç de les escriptores de Sant Boi. La santboiana Sílvia Ferré Ibars va ser una de les homenatjades per la seva valentia i la seva capacitat de viure i emprendre nous camins creatius.

Sílvia Ferré va néixer el desembre del 1974 a Barcelona. Durant la seva vida i des de ben petita, tal i com explica, "no he tingut massa facilitats, tant a la casa dels meus pares com després, quan vaig anar-me'n pel meu compte".

Es va casar jove, amb 21 anys. Ha treballat d'allò que ha calgut quan ha fet falta. Des de netejar habitacions d'un hotel, fins a fer d'escombriaire, o venedora per les cases del Círculo de Lectores entre d'altres activitats.

L'última etapa de la seva feina abans que li diagnosticuessin fibromiàlgia la va passar treballant a la factoria de Seat a Martorell. Té dos fills, l'Arnau -8 anys- i l'Oriol -11 anys.

El primer que vaig pensar quan em van diagnosticar la malaltia que pateixo va ser que ho tenia magre, explica la Sílvia. No tenia estudis, exceptuant el graduat d'ESO, que es va treure quan estava embarassada del fill petit.



Tirar endavant i emprendre noves iniciatives no ha estat mai una dificultat per a ella. Mai havia treballat en una oficina, diu. "De mica en mica vaig acceptar que tenia la necessitat de superar els obstacles. A l'empresa on treballava em van donar una oportunitat. Em van ensenyar la professió que des de fa més de quatre anys faig a ESCID, una empresa que pertany al Grupo SIFU i que es dedica a la reinserció de persones amb discapacitat al món laboral."

Tot i la nova feina que li agradava, els dolors produïts per la fibromiàlgia eren intensos i moltes nits no aconseguia dormir; això li provocava que durant el dia anés molt cansada i amb dolor. Va intentar pal·liar el dolor amb tot el que

li van receptar però sense èxit. Un dia a les quatre de la matinada, relata la Sílvia, "no podia dormir ni fer soroll per no molestar i se'm va ocórrer posar-me a escriure. De fet, ja feia temps que tenia una història rondant pel cap i aquell va ser el meu moment. En poc temps vaig tenir una novel·la curta escrita."

Una cosa la va portar a l'altra i la Fundación Grupo SIFU li va finançar la primera edició de la seva novel·la: *Destellos de una civilización*. El llibre està al carrer i n'ha fet diverses presentacions, com a l'Fnac de l'Illa Diagonal de Barcelona, a Drac Màgic de Palma de Mallorca, a la Casa Catalana de Saragossa o a l'Abacus Sant Boi.

A més d'entrevistes a TV3, la Ser Mallorca, M80 Ràdio o a la revista bimensual de l'empresa Di Capacidad. També li van fer una entrevista pel Digital Compromiso RSE.

Actualment la Sílvia continua treballant a la mateixa empresa, tenint cura de la seva família i ha trobat la seva passió: escriure. ■

La seva darrera novel·la *Destellos de una civilización*, és una d'aquelles sobre històries que aconseguen fascinar la humanitat durant segles. La ciutat d'Atlàntida és una d'elles, i la possibilitat de la seva existència ha obsessionat des de fa més de 2.500 anys.

Diferents cultures, en diferents moments, han gaudit, escoltat o llegit el mite, mentre uns altres dedicaven la seva vida i el seu temps a estudiar-ho. Sense proves fefaents de la seva existència és, en realitat, la persecució d'un somni, d'un ideal, de l'organització perfecte basada en la justícia i la virtut.

Les vendes del llibre contribueixen a la inserció sociolaboral de persones amb discapacitat, activitat de la Fundación Grupo SIFU.



Sílvia Ferré, la primera per la dreta, acompanyada de l'alcalde Jaume Bosch, la regidora Montserrat Mirabent, i altres dones que van rebre l'homenatge a les dones literates el 8 de març a Sant Boi



## 8 DE MARÇ DE 2012

### HOMENATGE A LES DONES LITERATES

Com cada 8 de març, l'Ajuntament de Sant Boi de Llobregat es va sumar a la commemoració del Dia Internacional de les Dones, símbol de la lluita per la igualtat de gènere, amb diferents activitats i actes. Amb l'objectiu de donar visibilitat a les aportacions femenines en diferents àmbits, l'Ajuntament va iniciar fa uns anys un cicle d'homenatges a dones santboianes. Aquest any va ser el torn de les dones literates.

A continuació presentem una selecció de fotografies que mostren les diferents activitats organitzades en el marc del 8 de març a la nostra ciutat.



#### Dones literates.

L'acte central del 8 de març va tenir lloc a Cal Ninyo, on es va voler homenajar les dones santboianes literates. Aquesta foto mostra un moment de la tertúlia literària amb la participació, d'esquerra a dreta, de Carme Raichs Padullas, Isabel Franc, Jaume Bosch i Pugès, Lluïsa Moret i Sabidó, Ció Lerma Ballo i Georgina Rabassó.



#### Declaració institucional.

En aquestes imatges veiem l'Alcalde, Jaume Bosch i Pugès, a la lectura de la Declaració Institucional del 8 de març amb membres del Consell Municipal de les Dones, en un moment del dinar intercultural celebrat el 7 de març a Can Massallera. I el mateix dia 8 al matí, a la plaça de l'Ajuntament, la lectura conjunta de la Declaració Institucional, en un acte obert a la participació de les persones treballadores de l'Ajuntament i a la ciutadania, al qual es van sumar els grups polítics.



**Batucada.** En el transcurs del dinar intercultural, organitzat per l'Ass. de Dones El Farah amb la col·laboració del Consell Municipal de les Dones, del dia 7 de març va tenir lloc la interpretació de la cançó Mensaje del agua per part de persones participants al taller de batucada, dirigit pel grup Batukats de l'Ala i organitzat pel Consell Municipal de les Dones.



#### Les dones primer.

El 13 de març va tenir lloc l'acte de presentació dels resultats de l'informe elaborat per la Fundació Maria Aurèlia Capmany "Les dones primer... finiquitant els drets laborals" a càrrec de la directora de l'esmentada fundació, Aida Ruiz Franco, acompanyada per la Tinenta d'alcaldia de Benestar i Ciutadania, Lluïsa Moret i Sabidó.



#### Sant Jordi amb la guanyadora del Premi Delta.

El 23 d'abril, dia de Sant Jordi, l'escriptora santboiana Ció Lerma Ballo, guanyadora del VI Premi Delta de Narrativa per a Dones, va signar exemplars del seu llibre a l'estand municipal a la plaça de l'Ajuntament, tal i com es pot veure en aquesta instantània.

[www.donessantboi.wordpress.com](http://www.donessantboi.wordpress.com)