



**CARTAS A LA DIRECTORA** De profesión...enfermera  
Pág. 2

**PASATIEMPOS** Mujeres pioneras. Revisamos el papel de la mujer a lo largo de la Historia.  
Pág. 4



## As que limpan, un espacio para reivindicar los derechos de las limpiadoras

Teranga Vigo

Ailén Kendelman, Areta Bolado y Noelia Castro de A Panadería llevan al escenario la realidad de las mujeres que trabajan en el sector de la limpieza.

Pág. 4

## Igualdad de oportunidades, de derechos y de género

Teranga Ourense

Las claves para las futuras personas profesionales de la Integración Social.

Pág. 3

## Más mujeres empoderadas y menos estereotipos de género

Teranga Ourense

Muchos anuncios continúan reflejando a las mujeres como objeto de deseo.

Pág. 3



Alumnado de CIFP Portovello de Ourense en una formación junto al equipo de Teranga

## 25N “Si tocan a una, nos tocan a todas”

En el Día Internacional Contra la Violencia de Género, las calles de Galicia se han teñido de violeta para luchar contra la violencia machista en todas sus dimensiones.



Teranga Coruña

En A Coruña desde el Proyecto Sensibilización de la Fundación Juan-Soñador se han puesto en pie de lucha con la intención de visibilizar las distintas violencias que sufrimos las mujeres.

Pág. 3



## OPINIÓN

**Yo te escucho, te siento y te veo, hermana**

La responsabilidad social ante las violencias machistas.

Ara Alejandro Ferreiro

Hoy, 25N del año 2022, pese a los avances en el reconocimiento de la violencia contra las mujeres como un mal endémico de nuestras sociedades presentes y pasadas, seguimos reproduciendo aquellos paradigmas de pensamiento que nos evaden de adentrarnos en las profundidades de las lógicas de la violencia patriarcal y la desigualdad.

Sin duda, el hecho de vivir en sociedades frenéticas, sin tiempo para percibir lo esencial del trato humano, para el cuidado de las personas y de la salud ética de la comunidad, nos lleva a transitar en un estado de falta de compromiso y de superficialidad que elude nuestra propia responsabilidad social ante el abuso de poder y la violencia. Por lo que, lejos del debate de si condenamos o no la violencia, deberíamos reflexionar sobre los mecanismos que la sustentan y nuestro papel como reproductores sociales de los mismos. Al fin y al cabo, parece que resulta sencillo condenar la violencia en su forma más visible, la física, al ser generadora de altercados y convulsionar el orden social, pero a su vez, en un ejercicio de hipocresía, legitimamos la violencia simbólica al ratificar y permitir la existencia de estructuras de poder que sustentan la discriminación y la desigualdad social.

Sin embargo, **no debemos tener motivos para perder la esperanza de un cambio social verdaderamente transformador que llegue desde el sentido de colectividad de nuestra esencia humana.**

Por lo que, en lo que a violencia de género se refiere, deberíamos empezar por hacer un ejercicio de conceptualización que nos permita entenderla en relación con las violencias machistas y la sociedad patriarcal que la sustenta. En definitiva, es hablar de violencia contra las mujeres. Es hablar de un tipo de violencia que manifiesta la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres con consecuencias para la integridad física, psicológica, sexual y social de las mujeres víctimas. Por lo tanto, debemos incluir aquellas otras formas de violencia que, aun no siendo exclusivamente ejercidas por hombres hacia mujeres en relaciones sentimentales, implican también una

relación de poder patriarcal como el acoso, el abuso, la agresión sexual, la trata y la prostitución forzosa, entre otras. Pese a que el sistema legislativo no los considere delitos con agravante de género, detrás de los mismos se encuentra la condición de desventaja social que representa el nacer mujer en una sociedad patriarcal. Ya no digamos cuando además de ser mujer, eres migrante, una persona económica y socialmente empobrecida, de una minoría étnica o con alguna diversidad funcional.

Las víctimas de la violencia machista son víctimas de un sistema social que ha formado parte de la agresión pero que no reconoce su papel de agresor en las instituciones, colectivos y grupos que representa.

Por lo que, como sociedad, no podemos hablar de prevención, protección ni reparación si antes no reformulamos las lógicas de la violencia estructural, simbólica y epistemológica en las que asentamos nuestras relaciones. Debemos partir de que **una víctima no es un ser vulnerable, es una persona que ha sido vulnerada en su integridad personal por un abuso de poder.** Por lo que nuestro papel como sociedad no debe ser otro que el reequilibrio del poder, la reparación basada no sólo en la restitución sino en la corrección de la situación discriminatoria.

Pese a todo la violencia de género sigue percibiéndose desde el enfoque de lo privado e individual. Por lo que cae en las mujeres la responsabilidad de su liberación y la reparación de sus vidas.

**¿Cómo nos posicionamos como sociedad ante las violencias machistas? ¿Cómo protegemos, acompañamos y reconocemos a las mujeres vulneradas, violadas y agredidas por la violencia patriarcal? ¿Cuál es nuestra responsabilidad social ante la legitimización de la violencia? ¿Cuál es el papel que tenemos como ciudadanía ante la violencia estructural y simbólica, frente aquella violencia aparentemente invisible con la que convivimos cotidianamente en nuestras relaciones sociales?**



Debemos ir más allá y comprender que las mujeres que denuncian o buscan ayuda no sólo se rebelan contra sus agresores sino contra el sistema patriarcal, sin garantías de encontrar paz ni reparación en instituciones que en demasiadas ocasiones guardan silencio por un tiempo excesivamente largo, llegan tarde o salvaguardan la impunidad.

Si queremos entender los entramados estructurales y la pervivencia de las violencias machistas con el objetivo de confrontarlas no podemos considerar la violencia contra las mujeres como un acto individual sino como un acto social y, por lo tanto, con responsabilidad colectiva que debe ser asumida desde los ámbitos sociales y comunitarios.

**Seguimos necesitando creer en las mujeres que se atreven a dar el paso de denunciar las agresiones machistas pese al riesgo de ser juzgadas, victimizadas y marcadas de por vida.** Sin embargo, también es necesario rebelarse ante la hostilidad de una sociedad a la que le cuesta escuchar, sentir y ver a esas mujeres desde sus propios reflejos de violencia. Estas agresiones de los sistemas e instituciones de protección se perpetúan por la dilución de la responsabilidad y la falta de perspectiva de nuestros actos individuales sobre la vida de las personas. Dejando a la persona que ha sido agredida sola, esta vez ante la violencia institucional y social. Una violencia que genera una profunda indefensión a quien la sufre al sentirse agredida por quien debería protegerla.

**Todas las mujeres somos víctimas de la violencia machista, ya que dicha violencia penetra en nosotras de una u otra forma a lo largo de nuestra vida y de nuestro desarrollo como mujeres.** Como consecuencia acaba limitando el ejercicio de nuestra libertad al condicionar nuestra autodeterminación como personas libres. Por lo que únicamente a través del buen trato, la colectividad y la sororidad como forma de resistencia ante las violencias machistas lograremos adentrarnos en los cimientos que sostienen el patriarcado para llegar a erradicarlo.

## CARTAS A LA DIRECTORA

**De profesión... enfermera**

Vocacional, en la mayor parte de los casos.

**Yo quiero cuidar, pero... y a mí, ¿quién me cuida?**

Nadie me explicó con claridad, cuando elegí esta profesión, el gran sacrificio que iba a suponer.

Nadie me habló de la cantidad de noches que iba a pasar fuera de casa.

Nadie me dijo cuántos fines de semana iba a dedicar al trabajo.

Que por mucho que corra, no llego a tiempo para el beso de buenas noches o para el abrazo energético tan necesario de las mañanas.

Nadie me contó los malabares que tendría que hacer para dejar a mis hijos a salvo mientras yo salvo a otros.

Nadie me comentó que conseguir un puesto fijo iba a costarme más de diez años. Ni que estudiar iba a ser una constante en mi vida.

No oí hablar de la culpa. Esa fiel amiga de la enfermera, que me recuerda cada dos por tres lo **mala madre -compañera- hija que soy por no estar al 100% cuando se presupone debo estarlo.**

El cansancio no es excusa.

Esa misma culpa me susurra tras cada turno que hay que llegar a casa con una sonrisa a pesar de haber conocido el drama hace apenas unas horas.

Pero no importa, pues una vez me quito los zuecos se quedan en el felpudo mis pensamientos, mi ilusión por tener un horario estable y mi idea de cambiar de profesión.

**Cuando atravieso el umbral de la puerta de casa, solo soy "mamá", la que esperan venga de buen humor, pues aún hay que ayudar con los deberes, llegar a tiempo a las actividades extraescolares, hacer la cena y leer tres cuentos atrasados.**

Tengo ganas de contar que hoy he cogido la mano de un paciente y le he acompañado a la muerte. Pero sin embargo, solo soy una enfermera.

Que he abrazado a una madre tras la pérdida de su hijo y sin embargo, solo soy una enfermera.

Que he practicado la reanimación cardiopulmonar gracias a la cual una persona ha podido quedarse entre nosotros. Y sólo soy una enfermera.

Quisiera ser la mujer maravilla. **Pero no tengo ni capa, ni poderes. Solo tengo unos zuecos y una sonrisa, que, aunque a veces cueste mostrarla, es la mejor de las armas.**

De profesión, enfermera.

Eva Cuadrado

**Igualdad de oportunidades, de derechos y de género**

Las claves para las futuras personas profesionales de la Integración Social



Alumnado de CIPF Portovello de Ourense

## DENUNCIA SOCIAL

**Más mujeres empoderadas y menos estereotipos de género**

Muchos anuncios publicitarios continúan reflejando a las mujeres como objeto de deseo.

Teranga Ourense

El equipo educativo de Teranga Ourense junto a un grupo de participantes ha llevado a cabo un trabajo de debate y análisis de diferentes campañas publicitarias. Previamente al desarrollo de esta labor, han desarrollado una inmersión en lo que es la Igualdad de Género y en sus conceptos más determinantes; sororidad, coeducación, machismo y corresponsabilidad, entre otros.

Hablaron sobre la evolución de la igualdad en los últimos tiempos recordando a mujeres relevantes en la historia. Mujeres empoderadas, luchadoras, que se revelaron y lucharon por la abolición de los cánones machistas.

Las campañas analizadas fueron: *300 años de la RAE: Limpia, fija y da esplendor*; *Paco Rabanne PURE XS*; *Sprite: "Las mujeres lloran por todo"*; *Axe Excite*. Después del visionado y estudio de las mismas, se pasó al trabajo de análisis desde los interrogantes planteados en el siguiente cuestionario:

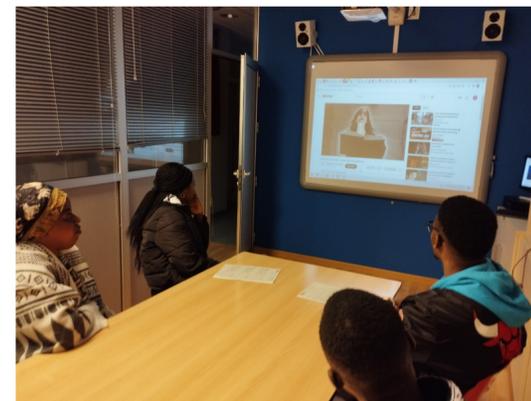
*¿Es sexista el anuncio?*

*¿Se observan roles de género?*

*¿Se representa a mujeres como objetos sexuales?*

*¿Reflejan aptitudes psicológicas generalizadas?*

*¿Hay coherencia entre las imágenes y el objeto publicitario?*



Un grupo de participantes de Teranga Ourense visualizan y analizan diferentes campañas publicitarias.

Como conclusiones se extrajo que se representa a una mujer erotizada, objeto, y superficial. El fin de estos anuncios parece ser el de atraer a hombres heterosexuales. Aparecen roles asociados al género femenino como cuidado, maternidad o sumisión. En estos anuncios el hombre representa la autoridad, el conocimiento y se muestra como sujeto de deseo y la mujer como sumisa y objeto.

Tras este análisis se reflexionó sobre cómo se podrían mejorar estas campañas y se planteó que la mejora de este tipo de campañas pasaría por su diseño desde una perspectiva de género sin estereotipos y roles

Teranga Ourense

El pasado 9 de noviembre, un grupo del equipo educativo de Teranga Ourense compartió parte de la mañana con personas que serán en un futuro profesionales de la Integración Social.

El CIPF Portovello de Ourense abrió sus puertas para intercambiar opiniones con el alumnado de 1º y 2º del Ciclo Superior de Integración Social.

Mouna (antigua alumna del CIPF Portovello que ejerce desde hace 5 años de técnica en Inte-

gración Social en los Programas de JuanSoñador Ourense) se encargó de explicar los Programas y Proyectos que la Fundación lleva a cabo en la ciudad.

En este espacio se compartieron opiniones y experiencias y se habló de la importancia de la igualdad de oportunidades, de derechos y de género así como de la necesidad de aplicar estos conceptos en el trabajo diario

Para finalizar la jornada se realizó un juego de rol en el que cada persona debía buscar oportunidades, proponer soluciones y diseñar estrategias de intervención con el objetivo de practicar la empatía y la capacidad de escucha.

Una jornada que sirve al alumnado para proyectar su futuro en este ámbito laboral y para aprender de la experiencia personal de compañeras que hace unos años estuvieron en su misma situación.

**"Si tocan a una, nos tocan a todas"**

Las calles de A Coruña se tiñen de violeta para luchar contra la violencia machista.

Teranga Coruña

El pasado 25 de noviembre A Coruña, y el resto de ciudades gallegas, se movilizaron en repulsa contra la violencia machista en el Día Internacional para la Eliminación de la Violencia de Género.

Desde el Proyecto Sensibilización de la Fundación JuanSoñador en A Coruña se pusieron en pie de lucha con la intención de visibilizar las distintas violencias que sufrimos las mujeres. En la multitudinaria manifestación, se escuchó el manifiesto leído por la alcaldesa donde de-

cía "la violencia contra las mujeres continúa siendo la máxima expresión de la desigualdad, atenta contra los derechos fundamentales a la vida y a la libertad"

En este día de reivindicación y lucha el feminismo volvió a salir a la calle con el lema de la erradicación de una estructura, la patriarcal, que genera y sostiene la violencia de género.

Desde JuanSoñador redoblamos nuestro compromiso mediante hechos concretos para continuar luchando contra todas las violencias machistas y la discriminación existente hacia las mujeres en la que éstas se sustentan. Hemos realizado un reparto de pegatinas y de chapas como acto reivindicativo y al unísono gritamos:

**¡BASTA YA! SI TOCAN A UNA NOS TOCAN A TODAS.**



Una mujer levanta un cartel en la manifestación del 25N en A Coruña

