

¡Por una vida de cuidado!

PROYECTO CÓRDOBA CIUDAD
CUIDADORA

Manual del profesorado para la implementación
de las unidades didácticas online de
UNIVERSIDAD
"¡Por una vida de cuidado!"





¡POR UNA VIDA DE CUIDADO!

1.- Proyecto Córdoba "Ciudad Cuidadora"

Uno de los objetivos estratégicos para la Igualdad de Género previstos en el II Plan Transversal de género es Integrar el enfoque de sostenibilidad de la vida a la actuación municipal, con el horizonte de Córdoba "Ciudad Cuidadora", con líneas de acción y medidas dirigidas a conseguir:

- *Reconocer y dignificar el valor de los cuidados no remunerados y su incidencia en el progreso y calidad de la vida de nuestra ciudad.* Para ello indagar en quienes cuidan y son cuidados, y en cómo la ciudad puede ser pensada, construida y gestionada para acoger las necesidades de aquellas personas a quienes se les ha asignado culturalmente las tareas de cuidado —esto es, las mujeres—, de manera que puedan ejercer sus derechos y ampliar su autonomía.
- *Favorecer la corresponsabilidad promoviendo una reorganización de tiempos sociales y tiempos de ciudad,* para lo cual es necesario recoger propuestas que contribuyan a nuevas formas en las relaciones de género, en las cuales mujeres y hombres puedan usar y disfrutar del espacio y del tiempo en la ciudad en condiciones de igualdad.

Para alcanzar estos objetivos, desde la Delegación de Igualdad se presenta este material didáctico que nos permitan concienciar a toda la ciudadanía cordobesa sobre la invisibilización de las tareas de cuidado y su desigual reparto entre hombres y mujeres. Para favorecer la igualdad de derechos entre mujeres y hombres y la convivencia posibilitando que Córdoba sea una Ciudad Cuidadora, es necesario contar con materiales pedagógicos adecuados a los ejes de interés y adaptados a los diferentes niveles educativos de la ciudadanía cordobesa.

2.- Desde la Pedagogía de los cuidados...

Adoptamos en este trabajo el significado que la ONGD Interred le da al término "Pedagogía de los cuidados", así en plural y con minúsculas, priorizando las acciones de cuidados, que son todas aquellas actividades orientadas al mantenimiento de la vida, a la sostenibilidad social. Entre otras, estas son: gestar, parir, criar, alimentar, cocinar, lavar, coser, sanar, conseguir agua, enseñar a caminar, atender, escuchar, gestionar el presupuesto del hogar, consolar, enseñar, asistir a personas enfermas o dependientes, acompañar en la muerte, etc.

Si ponemos el foco en estas acciones concretas en lugar de en el valor supremo del Cuidado, lo primero que constatamos es que estas tareas han sido históricamente realizadas por las mujeres en el marco de las relaciones familiares. A continuación, comprobamos que están invisibilizadas y mucho menos valoradas que las acciones productivas que, según la división sexual del trabajo, han recaído tradicionalmente sobre los hombres. De este modo, hacer una Pedagogía de los cuidados es construir un modelo coeducativo que cuestiona el modelo de desarrollo dominante y opta por uno radicalmente diferente que da prioridad a la equidad de

género. Aportamos para desarrollar el concepto un extracto de la publicación Pedagogía de los cuidados. Aportes para su construcción de la Fundación Interred. (Marco Teórico)

3.- ...y la Educación Transformadora

La Espiral Educativa SCA es una cooperativa de educadores y educadoras que diseñan y ejecutan proyectos de educación transformadora, es decir, con una clara intencionalidad de generar cambio social, trabajando por un mundo en el que todos y todas podamos vivir dignamente poniendo en el centro a las personas. Los rasgos metodológicos identificativos de la Educación Transformadora se pueden encontrar en nuestra página web: www.laespiraleducativa.org, pero aquí vamos a centrarnos en la metodología que inspira este material didáctico que es EL TALLER.

Se trata de:

- una opción por trabajar en grupos.
- una valoración de la participación del grupo en sus propios aprendizajes.
- partir de las experiencias personales de cada participante en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- la intencionalidad de que los aprendizajes adquiridos en el Taller influyan en las actitudes de las y los propios participantes.

El taller modifica el rol pasivo del grupo en un rol protagónico. El sujeto participa del grupo para vivir un proceso colectivo de conocimientos tendiente a la comprensión global de la realidad. De esa manera el proceso de conocimiento es asumido por el grupo, el que cuenta con una figura de facilitación que favorece la democracia grupal.

La vivencia puede entenderse como el primer paso. Esta vivencia puede desarrollarse progresivamente desde un escaso compromiso intelectual-afectivo, hasta un momento de alto grado de compromiso. Ello dependerá del tipo de grupo, del grado de confianza e integración de los miembros del mismo.

El segundo paso es la reflexión. En él se repiensa acerca del cómo se sintió la experiencia y qué ideas aporta, desde ese pensar, cada integrante, con lo cual se van hilvanando distintos contenidos más emocionales que conceptuales.

La siguiente etapa es en la que se busca articular aquél hacer con el sentir para producir nuevas hipótesis que llevarán a nuevos conocimientos finales. De esta manera en el taller se van produciendo diferentes aprendizajes. De alguna manera, ese transitar por las diferentes experiencias, nos lleva a ratificar o rectificar modelos aprehendidos, actitudes, comportamientos. También, durante la tarea educativa, se movilizan estructuras personales, rompiendo con los estereotipos que no ayudan a crecer.

Por lo tanto el Taller puede convertirse en un lugar de vínculos, de participación, donde se desarrollan distintos estilos de comunicación y, por ende, un lugar de producción social de objetos, hechos y conocimientos.

Porque creemos firmemente en todo ésto, y aunque la herramienta que presentamos es on line, hemos querido adaptar en la medida de las posibilidades la metodología del taller. Por eso no traemos una propuesta didáctica unidireccional y magistral, sino dinámica y participativa, y también por eso necesitamos y pedimos la inestimable colaboración del profesorado.

4.- Guía de actividades

Antes de comenzar.

Material necesario: sólo necesitaremos contar con un *ordenador y pizarra digital o proyector* en el aula, así como algún dispositivo de sonido. Harán falta también, en algunas de las actividades del taller otros materiales sencillos que enumeraremos al principio de cada

Funcionamiento de las Presentaciones

a) Abrimos con el PC en la pantalla o pizarra digital el enlace de Genially que contiene todas las actividades. Se accede a la presentación copiando en la barra de direcciones del navegador web los enlaces correspondientes:

Presentación del primer eje de contenidos:

<https://view.genial.ly/613b055c3e2c650ddd7bacb7/presentation-cuidados-niversidad>

Presentación del segundo eje de contenidos:

<https://view.genial.ly/618842cbc55ea40d758275af/presentation-universidad-autocuidados>

Presentación del tercer eje de contenidos:

<https://view.genial.ly/61759ec2860dbf0d459e092e/presentation-universidad-ciudad-cuidadora>

Cada diapositiva se presenta sola, pero para pasar de una a otra la profesora o profesor debe darle con el cursor a la flecha que cada una tiene en la parte derecha.



b) Algunas diapositivas llevarán un símbolo de Audio que se debe pulsar para que el grupo escuche las definiciones o indicaciones.



El profesor o profesora puede ir leyendo en alto las preguntas, **que señalaremos en color violeta**, para que el silencio no desmotive, sino que estemos dinamizando la presentación en todo momento. Y en **MAYÚSCULA Y NEGRITA** va indicado todo aquello que es importante que el profesorado tenga en cuenta.

c) ¡Vamos allá!

UNIVERSIDAD

1er EJE: VISIBILIZACIÓN DE LOS CUIDADOS Y DE QUIÉNES LOS SUSTENTAN

1.- OBJETIVOS

- Reconocer los cuidados como pilares invisibles pero fundamentales en el mantenimiento de la vida
- Visibilizar la Deuda de Cuidados que tenemos con las mujeres a lo largo de la historia.
- Descubrir la urgencia de colectivizar los cuidados para poner la vida de todos y todas en el centro.
- Reflexionar sobre la necesidad de modificar nuestros hábitos y maneras de vivir si queremos hacer sostenible la vida.

2.- DESARROLLO

HACEMOS VISIBLE LO INVISIBLE

El principito nos ha brindado múltiples enseñanzas, sin embargo hay una de ellas en la que merece la pena detenernos. Esta es la que dice así:

"Sólo con el corazón se puede ver bien; lo esencial es invisible a los ojos",

Le dice el zorro al Principito en el capítulo 21. ¿Cuántas cosas se nos pasan por alto porque le brindamos una gran importancia a lo que vemos?. Es lo que nos pasa con los *cuidados*, esas acciones orientadas al mantenimiento de la vida, que son invisibles porque se restringen al ámbito de lo privado, de los hogares, en donde las manos, los cuerpos y los tiempos de las mujeres se han encargado históricamente de ellos. Hoy miraremos con el corazón porque es urgente reconocer la importancia de los cuidados y visibilizar a las personas que los ejercen, aquellas que, aunque invisibles, sustentan la existencia de esta sociedad ciega por la productividad y el mercado.

Duración: 1 hora

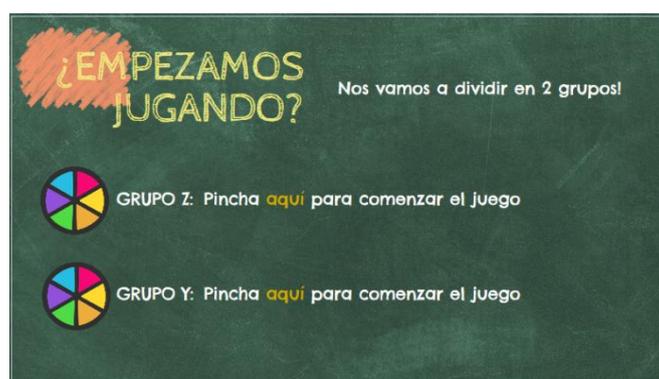
Materiales necesarios:

- Presentación
- Sonido
- Anexos 1, 2 y 3: Historias de vida

1.- Vamos a comenzar este taller Jugando al Trivial de los Cuidados.

INSTRUCCIONES PARA EL JUEGO

Nos dividimos en 2 grupos: el grupo Y y el grupo Z. cada grupo tiene su propio trivial, al que se accede pinchando donde la diapositiva indica.



Cuando pinchemos, cada partida (la del grupo Y y la del grupo Z) se abrirán en ventanas diferentes, con lo que podemos jugar por turnos y todo el mundo ve todas las preguntas y las respuestas. Para jugar tenemos que hacer lo siguiente:

- Pinchar en el dado. Una vez que la ficha se mueve vemos la pregunta que nos ha tocado.
- Para responder la pregunta sólo hay que pasar el cursor por encima de las respuestas y pinchar en aquella que consideremos acertada.

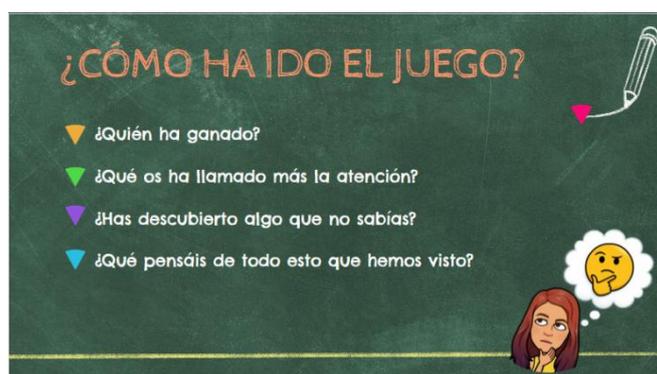
- Al pinchar el mismo juego dirá si hemos acertado o no. Cuando no acertemos tendremos que pinchar en la flechita que nos hace volver, pero tendremos que esperar al siguiente turno.

Para conocer el desarrollo de ambas partidas antes de realizar el Taller podemos pinchar en los siguientes enlaces:

GRUPO Z: <https://view.genial.ly/61766eef2d16df0de530299e>

GRUPO Y: <https://view.genial.ly/617677662d16df0de5302abb>

2.- Hacemos al grupo las siguientes preguntas para reflexionar sobre los resultados del Trivial de Los Cuidados.



3.- Esto que hemos visto sólo en datos se convierte en el día a día en Historias de Vida de personas de carne y hueso como las de Carmen, Blanca y Julia.

PARA TRABAJAR LAS HISTORIAS DE VIDA (Anexos 1, 2 y 3) TENEMOS 3 OPCIONES:

- **OPCIÓN A:** Dividimos al grupo en 3 o más grupos según al número de personas que haya en clase. A cada grupo se le da la copia de una de las Historias de Vida. La leen y la tienen que presentar al resto de grupos.

- **OPCIÓN B:** Se imprimen las Historias de Vida, se amplían a A3 y se cuelgan por las paredes de la clase para que el grupo pueda levantarse y leerlas a modo de exposición.

- **OPCIÓN C:** Se proyectan, aunque esta opción es la menos recomendable porque tienen mucho texto. Aún así, para proyectar sólo hay que pinchar en el cuadrito donde pone + INFO que hay debajo de cada foto y nombre.



4.- ¿Por qué creéis que ocurre todo esto?



PROYECTAMOS EL ICEBERG

- ¿Habíais visto antes esta imagen?
- ¿Sabéis lo que significa?



EL GRUPO CONTESTA SI LO SABE

- Os lo va a contar Astrid Agenjo, Economista Feminista y Profesora de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla

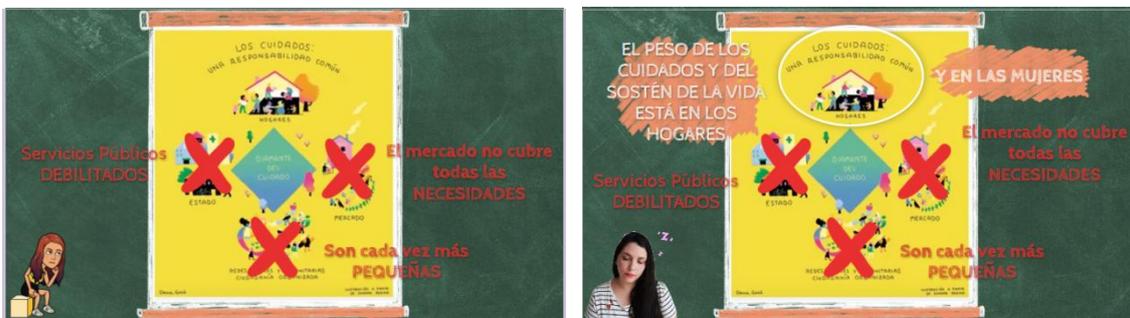


- ¿Qué tiene que ver esto con todo lo que estábamos hablando?, ¿alguien sabría explicarlo?

5.- La Eª Feminista dibuja como un diamante las diferentes esferas en las que se sostiene el cuidado.



Teniendo en cuenta cómo de debilitado están los servicios públicos dependientes del Estado, que las redes comunitarias cada vez son más pequeñas y que el mercado no responde a todas las necesidades, el peso de los cuidados y del sostén de la vida está en los hogares y, por lo explicado, en las mujeres.



6.- ¿De qué manera repartiríais el sostén de la vida entre las 4 puntas del Diamante?, ¿qué exigiríais en cada esfera para acabar con la explotación laboral y vital de las mujeres?



EL GRUPO CONTESTA CON TRANQUILIDAD Y SE VAN APUNTANDO LAS RESPUESTAS

7.- Esto es lo que propone la Eª Feminista.



8.- ¿Qué podríamos hacer desde la Universidad?. ¿Desde qué entidad?. ¿Nos comprometemos a hacerles llegar este mandato?





2º EJE: EL AUTOCUIDADO Y EL CUIDADO DE MIS RELACIONES

1.- OBJETIVOS

- Descubrir la importancia de los pilares que nos sustentan como personas, nuestra esencia, nuestra identidad.
- Incorporar el autocuidado (como cuidado de esos pilares) a nuestra vida cotidiana, como fuente de felicidad.
- Comprender que el respeto a los pilares de las otras personas, y sumar a sus vidas en vez de restar, está en la base de las relaciones sanas.
- Cuestionar los estereotipos y roles de género que están en la base de las relaciones tóxicas.

2.- DESARROLLO

LO PERSONAL ES POLÍTICO

Lo personal es político, también denominado lo privado es político, es un argumento político utilizado como lema del movimiento estudiantil y de la segunda ola del feminismo. Esta frase busca poner de relieve las conexiones entre la experiencia personal y las grandes estructuras sociales y políticas.

Duración: 1 hora

Materiales:

- Presentación
- Sonido

1.- Vamos a plantearnos una afirmación y tenéis que explicar lo que creéis que significa y posicionarnos a favor o en contra.



Vamos a ver qué pasa cuando toméis una serie de decisiones personales:

A.- ABRIMOS UNA NEVERA Y ENCONTRAMOS 2 FOTOS: una hamburguesa y un plato de espinacas:



EL GRUPO DECIDE Y PARA SABER QUÉ PASA PINCHAMOS ENCIMA DE LA ELECCIÓN. CUANDO VEAMOS EL VÍDEO QUE CORRESPONDE A NUESTRA ELECCIÓN LO CERRAMOS PICANDO EN LA CRUZ DE LA ESQUINA SUPERIOR DERECHA



CUANDO HAYAMOS VISTO EL VÍDEO NOS PREGUNTAMOS:

¿Qué estamos poniendo en el centro?, es decir, ¿a qué le estamos dando más importancia?

B.- ABRIMOS UN ARMARIO y hay dos marcas de establecimientos.



HACEMOS LO MISMO QUE CON LOS ANTERIORES VÍDEOS PERO CON UNA PRECAUCIÓN: SI EL VÍDEO ESTÁ SUBTITULADO Y NO SE LEE BIEN LE DAMOS A ABRIR PANTALLA PARA QUE SE VEA



CUANDO HAYAMOS VISTO EL VÍDEO NOS PREGUNTAMOS:

¿Qué estamos poniendo en el centro?, es decir, ¿a qué le estamos dando más importancia?

C.- VAMOS AL SÚPER y elegimos entre un producto emplastificado o uno que no tenga plástico



¿Qué estamos poniendo en el centro?, es decir, ¿a qué le estamos dando más importancia?

D.- DESPLAZAMIENTOS y elegimos entre el coche o la bici.



¿Qué estamos poniendo en el centro?, es decir, ¿a qué le estamos dando más importancia?

E.- RELACIONES: elegimos entre la relación que muestra Maluma en su canción o La Otra en la suya.



¿Qué estamos poniendo en el centro?, es decir, ¿a qué le estamos dando más importancia?

F.- OCIO y elegimos entre DEPORTE o PANTALLA



EN ESTE CASO, SI ELEGIMOS PANTALLA SALDRÁ UN ENLACE QUE DICE ¿UN CAFÉ O UN LIKE?. PINCHAMOS EN ESTE ENLACE Y SALDRÁ UN ARTÍCULO DE COTIZALIA EN EL QUE HAY UN VÍDEO. PINCHAMOS EN EL PLAY DE ESTE VÍDEO Y PODREMOS VER LO QUE PASA CON LAS PANTALLAS

¿Qué estamos poniendo en el centro?, es decir, ¿a qué le estamos dando más importancia?

2.- En cada decisión, ¿de qué estamos más cerca?



3.- Volvemos al debate inicial, a ver qué pensamos ahora



EL GRUPO DEBATE CON TODA LA ARGUMENTACIÓN RECOGIDA



LO PERSONAL ES POLÍTICO, TAMBIÉN DENOMINADO LO PRIVADO ES POLÍTICO, ES UN ARGUMENTO POLÍTICO UTILIZADO COMO LEMA DEL MOVIMIENTO ESTUDIANTIL Y DE LA SEGUNDA OLA DEL FEMINISMO. ESTA FRASE BUSCA PONER DE RELIEVE LAS CONEXIONES ENTRE LA EXPERIENCIA PERSONAL Y LAS GRANDES ESTRUCTURAS SOCIALES Y POLÍTICAS.





3er EJE: CÓRDOBA CIUDAD CUIDADORA

OBJETIVOS:

- 1.- Comprender que los espacios donde transcurre la vida facilitan o entorpecen los cuidados.
- 2.- Visibilizar las desigualdades que se esconden en el diseño y el uso de nuestros entornos, desde los micro (aula) hasta los macro (ciudad).
- 3.- Descubrir la participación como una estrategia colectiva de cuidados del entorno.
- 4.- Vivenciar el cambio y la transformación desde la modificación de los espacios con un enfoque inclusivo y de atención a la diversidad.

DESARROLLO:

¡¡UNA CIUDAD DE CUIDADO!!

Ya hemos hablado de qué son los cuidados, de lo importantes que son, de que tenemos que valorarlos mucho y estar muy agradecidos y agradecidas a las personas, sobre todo a las mamás, abuelas, tías y demás mujeres, que nos cuidan. También hemos hablado de que cada uno, cada una de nosotras tiene que colaborar con esos cuidados para que quien nos cuida tenga más tiempo para hacer cosas que les gusten y se sientan mejor.

Pero una cosa también muy importante es averiguar si los lugares en los que pasamos tiempo, en los que jugamos y nos divertimos, por los que nos movemos y desplazamos, nos hacen sentir a cada uno y cada una de nosotras igual de bien, si son lugares que nos cuidan y que nos ayudan a cuidar de los y las demás. Por ejemplo, un sitio así..... NUESTRA CIUDAD.

Duración: 1 hora

Materiales:

- Presentación.
- Sonido
- Copias del anexo 4: Las personas en el centro

Ya hemos hablado de qué son los cuidados, de lo importante que son, de que tenemos que valorarlos mucho y estar muy agradecidos y agradecidas a las personas que nos cuidan.

También hemos hablado de que cada uno/a tiene que colaborar con esos cuidados para que no los haga una sola persona.

Pero... ¿hemos pensado si los lugares en los que pasamos más tiempo nos cuidan y nos facilitan los cuidados?



El Ayuntamiento de Córdoba está en proceso de convertir nuestra ciudad en una Ciudad Cuidadora, y está pidiendo ayuda a los diferentes colectivos que vivimos aquí, entre ellos los y las jóvenes universitarios y universitarias.

¿Hemos pensado alguna vez si los lugares en los que pasamos más tiempo nos cuidan y nos facilitan los cuidados?

¡Hablemos de nuestra ciudad!



El Ayuntamiento de Córdoba está en proceso de convertir nuestra ciudad en una Ciudad Cuidadora, y está pidiendo ayuda a los diferentes colectivos que vivimos aquí, entre ellos los y las jóvenes.

¿Para quién creéis que están hechas las ciudades?

1.- Vamos a preguntarnos una cosa para empezar ¿PARA QUIÉN CREÉIS QUE ESTÁN HECHAS LAS CIUDADES?

¿Para quién creéis que están hechas las ciudades?



Niños/as y adolescentes?



3ª edad?



Mujeres?



Personas con diversidad?



Personas migrantes?



Identities sexuales diversas?

8.- ¿Para quién entonces?. Vamos a hacer un Experimento:

¿Para quién entonces?



Vamos a hacer un experimento

Busca en google CIUDAD, a ver cuáles son las 5 primeras que salen



- En google las 5 primeras ciudades que salen cuando pones ciudad. ¿Qué ponen en el centro?

Y ahora vamos a investigar sobre los principales urbanistas del último siglo...



¿Cuántos son hombres?

¿Cuántas mujeres?

¿Desde qué enfoque se han diseñado por tanto nuestras ciudades?



- Principales urbanistas del último siglo. ¿Cuántos hombres?, ¿cuántas mujeres?, ¿quién por tanto ha diseñado nuestras ciudades?, ¿desde qué enfoque?

¿Desde qué enfoque se han diseñado por tanto nuestras ciudades?

Hemos pensado alguna vez qué uso prioritario damos a la ciudad y al espacio público? Hombres y mujeres utilizan la ciudad de manera diferente:

- Los hombres se desplazan más por motivos ocupacionales (19,4%)
- Las mujeres mayoritariamente por razones familiares (15,6%) y en segundo lugar ocupacionales.

¿Desde qué enfoque se han diseñado por tanto nuestras ciudades?

Como consecuencia de la dominación patriarcal y de su influencia en la producción del espacio, determinadas actividades son consideradas socialmente más importantes, haciendo prevalecer unas frente a otras dedicándoles más espacio, mejores localizaciones y conectividad.

Históricamente, las calles y los transportes de las ciudades se han pensado poniendo el foco en el mercado laboral y en la economía más que en los servicios públicos, las tiendas, las escuelas o los centros de asistencia primaria, entre otros.

- ¿Desde qué enfoque se han diseñado por tanto nuestras ciudades?

“ La ciudad que tenemos es la materialización territorial de un modelo social y económicamente injusto, por lo que para acabar con las desigualdades sociales y económicas es imprescindible un cambio estructural de paradigma”.
Blanca Valdivia Socióloga. Colectiu Punt 6

2.- ¿Qué son entonces las Ciudades Cuidadoras?

Ciudades Cuidadoras son:

- Te cuida
- Cuida del entorno
- Permite cuidarte
- Permite cuidar a otras personas

Las que ponen la Vida de las personas (desde la Diversidad) en el centro de las decisiones urbanas

- Las Ciudades Cuidadoras tienen 5 cualidades urbanas



3.- Sabiendo todo ésto, ¿cómo podemos poner la vida en el centro en nuestra ciudad? Colectivo 6 nos propone algunas preguntas para comenzar a pensar



4.- Para ponernos manos a la obra, nos vamos a dividir por grupos de 5 ó 6 personas. Cada grupo decidirá en qué tipo de entidad social se convierte: partido político, colectivo social de cualquier índole... para saber el lugar desde donde miramos la ciudad, siempre desde las diversidades.

Manos a la obra

Nos vamos a dividir por grupos y a convertir en Colectivos vinculantes para la política de Córdoba:

1. Elegimos elemento cuidado
2. Elegimos cualidades urbanas
3. Elegimos preguntas útiles
4. Hacemos una PROPUESTA DE CIUDAD lo más concreta posible

5.- Si ya sabemos lo que somos ahora vamos a tomar una serie de decisiones:
a) Elegimos el o los elementos cuidadores sobre las que queremos proponer.

SI NO LOS RECORDAMOS PINCHAMOS LA FLECHA INTERACTIVA QUE ESTÁ AL LADO DEL PUNTO 1 DE LA DIAPOSITIVA

b) Elegimos las cualidades urbanas que queramos trabajar

SI NO LAS RECORDAMOS PINCHAMOS LA FLECHA INTERACTIVA QUE ESTÁ AL LADO DEL PUNTO 2 DE LA DIAPOSITIVA

c) Elegimos preguntas útiles

SI NO LAS RECORDAMOS PINCHAMOS LA FLECHA INTERACTIVA QUE ESTÁ AL LADO DEL PUNTO 3 DE LA DIAPOSITIVA

d) Hacemos una propuesta para que Córdoba sea una Ciudad Cuidadora

UNA VEZ QUE CADA GRUPO HAYA DISEÑADO O PLANTEADO SU PROPUESTA LA PONEMOS EN COMÚN.



CUANDO TENGAMOS TODAS LAS PROPUESTAS PODEMOS LEER EL TEXTO "LAS PERSONAS EN EL CENTRO" (Anexo 4: extracto de **Hacia un cambio de paradigma: la ciudad cuidadora** de Blanca Valdivia. Socióloga. Col·lectiu Punt 6). PODEMOS FOTOCOPIAR EL DOCUMENTO (Bibliografía) Y REPARTIRLO O LEERLO EN LA PANTALLA, PINCHANDO EN EL ELEMENTO INTERACTIVO DEL FINAL DEL PÁRRAFO

- ¿Cumple con algo de todo esto lo que hemos propuesto para nuestra Ciudad?

- ¿Y ahora qué?, ¿cómo vamos a hacer llegar nuestras propuestas al Ayuntamiento?

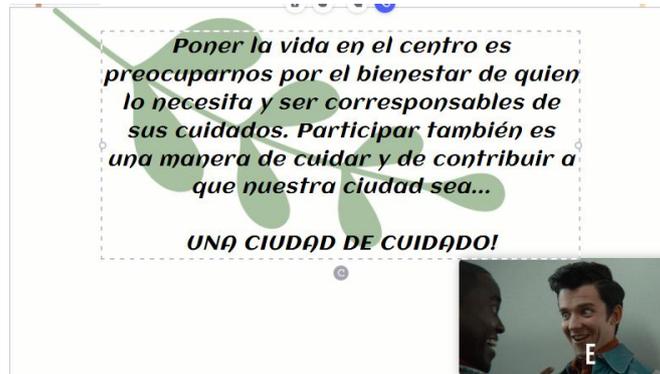


- **OPCIÓN A:** Elegimos a 2 representantes de la clase para que vayan a presentarlo, un chico y una chica, y preparamos entre todos y todas lo que tienen que decirles. Se le pide al grupo que

proponga a compañeros y/o compañeras porque crean que tienen cualidades. Se le pregunta a esas personas si estarían dispuestas y si la respuesta es sí se vota.

- **OPCIÓN 2:** Escribimos entre todos y todas una carta y se la hacemos llegar.

- **OPCIÓN 3:** Invitamos a alguien del Ayto. a clase para que escuche nuestra propuesta de cambio.





LISTADO DE ANEXOS

- ANEXO 1: Historias de Vida: Blanca Coronel
- ANEXO 2: Historias de Vida: Carmen Espina
- ANEXO 3: Historia de Vida: Julia Martín
- ANEXO 4: Las personas en el centro

EL TRABAJO DE CUIDADOS

HISTORIAS DE VIDA



Blanca Coronel

Soy Blanca. Tengo 72 años, 3 hijas, una aquí y dos en Paraguay, y tengo 4 nietos. En el 2006 me vine para trabajar acá como empleada de hogar y cuidados.

"No he podido acceder al subsidio porque no tengo contrato de trabajo"

Vine a España porque mi marido se quedó sin trabajo allá, por la edad. En mi país no tenemos jubilación, los que son autónomos, que son la mayoría, no tienen jubilación, por eso yo vine a trabajar acá.

Estuve trabajando hasta que empezó la cuarentena del coronavirus. Estaba trabajando de interna con una mujer joven que está enferma, no puede estar sola, entonces yo estaba ya 3 años con ella. Anteriormente trabajé en una familia, 9 años, desde que vine hasta que me enfermé y salí por reposo. Como las trabajadoras de hogar no tenemos baja una tiene que salir y estar sin trabajar y vivir como se pueda durante ese tiempo. Menos mal que sólo estuve sin trabajar 3 meses y luego encontré el otro trabajo.

Ahora otra vez estoy sin trabajar, -por el coronavirus-, aunque posiblemente dentro de 15 días o un mes volveré a trabajar con la misma persona, cuando pase la cuarentena.

A mí los fines de semana me gusta salir y en la cuarentena si estaba ahí no podía.

No he podido acceder al subsidio porque no tengo contrato de trabajo, eso es para las que tienen contrato y hay que presentar unos papeles inmensos...

Yo tengo mis papeles pero no me hace contrato porque yo ya no voy acceder a la jubilación por mi edad. Hay unas cláusulas de x años que tienes que trabajar para poder acceder a la jubilación. Las trabajadoras del hogar no tienen derecho al paro.

Los otros 9 años sí tuve contrato. Yo tramité la no contributiva, y seguramente en cualquier momento me llega.

"EL TRABAJO DE CUIDADOS NO SE VALORA CASI NADA, MUY MAL, POR ESO NO LUCHAN POR NOSOTRAS"

"NOSOTRAS MISMAS NO NOS VALORAMOS MUCHAS VECES."

En mi trabajo hago todo, completito, cocinar, limpiar, pasear al perro, todo, planchar, todo lo de la casa...estar con ella, cuidarla, como está enferma...

Yo digo que si toditas las que trabajamos así dejáramos de trabajar, si un día amanecemos y no trabajamos, hacemos brazos caídos... la sociedad va a parar, todo va a parar totalmente; los que están trabajando en las oficinas, los hospitales etc., que tienen sus cuidadoras para sus hijos, sus mamás... no podrían salir a trabajar.

"La causa de que no se valore es la educación. Anteriormente, hasta ahora, las mujeres estaban en la casa y los varones afuera a traer el sustento... eso arrastramos de atrás."

Nosotras mismas muchas veces no ponemos un horario de trabajo. Yo por ejemplo, en la entrevista, yo ya pongo todo lo que tiene que ser conmigo... y si no se respeta... yo soy una persona respetuosa y cumplo con mis obligaciones.... no quiero que me reprochen mi forma de trabajar, si ellos se sobrepasan sobre mí, yo les tengo que decir hasta aquí, esto, esto y esto es mi forma de trabajar y ustedes estuvieron de acuerdo.

Pero la mayoría no hacen eso porque tenemos miedo de quedarnos sin trabajo. La justicia es difícil de practicar.



La gente no nos respeta, los patrones, los empleadores, tanto mujeres como hombres no respetan a las personas que trabajan con ellos... tienen que ser 8 horas diarias... nunca, nunca, se cumplen esas horas, y más con las personas que no tienen documentos, que no tienen permiso; aquí tienes que estar 3 años y tener un contrato para tener el permiso, y hay muchos que no quieren darle el contrato, y como le pagan bien, ellas creen que le tratan bien, y entonces continua así, pero el contrato es muy importante... pero ellos no quieren hacer, esas son las injusticias. Tenemos que trabajar de más y no te lo pagan.

Muchas vienen con estudios en su país, abogadas, médicas, enfermeras, profesoras... yo por ejemplo soy profesora de cocina, enseñaba en mi país a personas pobres, me contrataba el Ministerio.

Cuando llevaba un año y pico aquí, cuando salía al parque a sacar a los niños, había muchas cuidadoras, y ahí conocí a María, ella me invitó, para irme a Pachamama, y de ahí salió después SEDOAC. SEDOAC (Servicio Doméstico Activo) ya lleva 10 años enseñando a la mujeres a defenderse... a muchas les faltan al respeto, algunos quieren tener sexo con las chicas... ese es el colmo de los colmos... Hay gente que no les da de comer a las internas y les dice que tienen que llevar su propia comida para comer. Hay muchas que les maltratan. Vienen los fines de semana y se ponen a llorar y a contar las cosas.

Las entidades como SEDOAC son muy importantes porque enseñan como ir a la entrevista, los requisitos, los derechos de ellas y del empleador y entonces ya sabes como defenderte, te enseñan cuando tienes problemas en tu trabajo... Yo por mi carácter no paso cosas que otras chicas pasan.

Antes cuando nos juntábamos los fines de semana y venían de muchos países, Ecuador, Perú... yo les decía: en la entrevista, vos tenés que entender y saber lo que te están diciendo y tenés que saber poner lo que quieres.

Las mujeres sufrimos mucho al venir, porque allí dejamos nuestros amores y nuestros afectos... nuestros hijos... por eso lloran mucho y por eso aguantan muchas cosas. Me gustaría que las otras mujeres también vengan y se junten.



"TENEMOS QUE SER COMO LAS HORMIGAS O LAS ABEJAS QUE CUIDAN SU COLMENA TODAS JUNTAS TRABAJANDO. NOSOTRAS LAS MUJERES TENEMOS QUE JUNTARNOS PARA DEFENDER NUESTROS DERECHOS...."

EL TRABAJO DE CUIDADOS

HISTORIAS DE VIDA



Economistas
sin Fronteras



Carmen Espina

Me llamo Carmen, tengo 70 años. Tengo dos hijos y una hija, ya mayores. Estoy casada y mi marido es dependiente. No estoy jubilada, es una de las cosas que tengo pendientes...

"Tengo 2 años en el servicio especial de cuidadoras y 5 en industria... pero dicen que no me pertenece nada."

A mi marido le llevo cuidando desde hace 13 años que tiene el parkinson, y anteriormente estuve 10 años con mi padre; 3 años estuvo en su casa con mi madre, a los 3 años murió mi madre y yo les cuidaba a los dos en su casa, con una pequeña ayuda que venía de Bienestar Social a levantarlo y acostarlo, el resto era yo: les hacía la compra, la comida, todo... tenía 3 hijos pequeños y trabajaba... Así estuvimos 3 años.

Murió mi madre de repente y me lo traje a mi casa porque solo no podía estar. En mi casa estuvo siete años, siete años que lo estuve cuidando; me apoyaron muchísimo mi marido y mis hijos y bueno pues... era un hombre dependiente. Entonces no había (ayuda a la) *dependencia*, entre todos lo fuimos llevando. Estuvo 7 años, era un hombre muy bueno, muy querido.

Justo venían a acostarlo y levantarlo y le aseaban, el resto del día... darle de comer, si se hacía caca etc., todo yo... venían media hora a la mañana y media a la tarde. Entre medias tuve 5 años, mi padre se murió en el 2001 y en el 2006 empezó mi marido. La enfermedad de mi marido al principio no fue como ahora... ha ido progresando y la situación ahora es muy delicada. Tengo cotizado de antes del... no me pertenece nada... y ahora en el convenio de cuidadoras, desde el año pasado en abril la seguridad social está cotizando por mí para ver si puedo conseguir algo.

"A MI ME DIO UN GIRO LA VIDA...YO TENÍA AMIGOS, SALÍAMOS AL CAMPO...TODO AQUELLO LO TUVE QUE DEJAR, PORQUE NO PODÍA DEJAR A MI PADRE CON NADIE..."

Tengo 2 años en el servicio especial de cuidadoras y 5 en industria... pero dicen que no me pertenece nada... eso de que no me pertenece nada lo dicen ellos, claro...

La no contributiva no me dan tampoco... pero ahora lo voy a mirar a ver si ya la consigo... como ya llevo desde el 2019 cotizando por el convenio de trabajadoras de cuidadoras... a ver si conseguimos algo... un poco tarde...

"Mi principal queja es que te reconozcan y te den la pensión, ya no por el dinero, sino porque te reconozcan y porque te reconozcan un derecho."



Están cotizando por mí, se llama persona cuidadora no profesional... en el año 2014 nos dijeron si nos queríamos inscribir, pero pagando nosotras, es un convenio de cuidadoras no profesionales, en *dependencia* te dan la opción, un convenio especial, entonces tenía que pagar, yo dije que no, pero el año pasado en abril, me vino que me inscribían en el convenio de cuidadoras de la seguridad social y recibo ahora... a mi marido le han dado ahora el tercer grado de gran dependiente... a mí me aportan 433 €. Primero empezó con el grado 1, 100 y pico, luego el 2, 200 y pico y luego el 3, 400 y pico... pero qué poco te aporta eso para la situación....

El impacto mas grande es un poco de soledad... aunque he tenido mucho apoyo de mis hijos, pero la lucha, lo que es la lucha, la lucha es sola, tener que tomar muchas decisiones sola...

La sociedad lo ve como que lo debemos de hacer... es tu padre y tu marido, te ha tocado, pues oye hay que hacerlo, es la forma que me transmite la sociedad: *"Te ha tocado, lo tienes que hacer y punto..."* y nada más... no se valora nada.

Cuando mi padre no había *dependencia*, cuando le dio el infarto cerebral nos reunió la asistente social, a mi marido y a mí... porque bueno, yo tengo un hermano, pero para todo esto como si no lo tuviera... ahí nos dijo la asistente, ¿estais seguros de que lo queréis llevar a casa? Era algo que lo tenía tan metido dentro de mí... me encontraba en el deber de tenerlo que cuidar.

Si se lo hubieran llevado los Servicios Sociales pues les hubiera costado mucho más... pues mira todo lo que yo he aportado al Estado, y no te reconocen encima para darte una pensión digna, ese es el tema.

Mi marido hacia una gimnasia en un sitio donde van enfermos de *parkinson*, pulmón... de todo tipo, y allí sí que hablaba con otras personas que están en esta situación. Esto lo que produce es mucha tristeza, muuuucha tristeza, tener que repetir tanto las cosas, no te entiende, es un desgaste uuuufffff. Ahí estábamos 5 mujeres y todas coincidíamos en el desgaste, es una lucha, todas coincidíamos, eso te mina, termina minándote, en la tristeza, no te aportan nada... ni conversación, ni alegrías...

Para mí la gran dificultad es tener que luchar, levantarte y ver lo que tienes ahí... venga a por ello... Os agradezco este trabajo... porque es importante que se haga ver, que se haga ver todo esto... porque hay gente que te dice: *"paciencia"* y ... ay, la paciencia, la paciencia...!



"SI LAS ADMINISTRACIONES SE HUBIESEN HECHO CARGO DEL CUIDADO QUE YO HE HECHO HUBIESE SUPUESTO UN COSTE MUCHO MAYOR."

EL TRABAJO DE CUIDADOS

HISTORIAS DE VIDA



Economistas
sin Fronteras



Andecha

Julia Martín

*Me llamo Julia. Tengo 47 años y dos hijos de 9 y 4 años.
Actualmente estoy desempleada.*

"En cuanto a la carrera profesional, te afecta mucho la jornada reducida"

Siempre he trabajado en el sector tecnológico, los últimos 12 años en una empresa, que es cuando tuve a mis hijos.

Allí estaba en la parte de operaciones, un trabajo muy masculinizado, todo casi siempre han sido hombres, que eso luego en crianza se nota mucho.

Cuando tuve a mis hijos, con el primero no noté mucho cambio. Trabajaba de noche. Ahí no pedí reducción ni nada porque el horario me venía bien.

Luego cuando llegó la niña ahí ya fue el cambio en el trabajo. Cuando estaba de baja de maternidad, ya terminándola, me llamó el jefe, y me dijo que había un puesto que le parecía idóneo para mí.

Me reuní con él y me propuso un puesto, que era de incorporación inmediata, que me vendría estupendo para mi carrera profesional.

Cuando nace la niña y me ofrecen esto, ya no me quedaba más remedio que cogerlo, porque sino piensan que no quieres avanzar.

Cuando hice la entrevista con este hombre me lo vendió fenomenal, que iba a ser una gran oportunidad para mí, pero era incorporación inmediata. Yo le dije que sí, pero que en ese caso me tendría que coger reducción de jornada. Él me dijo que podía cogerla, pero que a ellos les venía fatal, que los clientes querían una persona que estuviera allí por la tarde, que se hacían muchas reuniones por la tarde, que lo valorara, que ellos claro como empresa no me negaban la reducción, pero que profesionalmente me iba a venir fatal.

"COGÍ LA REDUCCIÓN PORQUE NO ME QUEDABA OTRA, A MIS HIJOS LOS QUERÍA CUIDAR YO"

"ÉL ME DIJO QUE PODÍA COGERLA, PERO QUE A ELLOS LES VENÍA FATAL..."

Empecé. Tenía turno de 7 a 14, y bien. La tres mujeres que estábamos, el resto eran hombres, las tres teníamos jornada reducida y estábamos todas por la mañana.

Cuando terminó ese proyecto, porque era una sustitución de dos años, ya me empezó mi responsable a decir que era complicado con la jornada reducida, y me iba poniendo a proyectos, pero las valoraciones... desde que me las empezó a hacer esta persona las valoraciones siempre recogían las pocas horas que trabaja por la reducción de jornada y que no funcionaba por eso.

"A nivel económico cuando pides la reducción de jornada tienes el impacto de la reducción más todo lo que no se ve."

Esto siempre afecta mucho al sueldo, porque si trabajas sólo por la mañana pues ya te olvidas de dietas, viajes...

Yo no tenía coche de empresa, pero la gente que lo tenía pues ya no se lo ponían... Influye económicamente mucho.

Este hombre también quería tocar los tiquet restaurant, que es algo que no tenía sentido y que legalmente no... Y eso le pasaba a todo el mundo que estaba con esta persona con jornada reducida.



En cuanto a la carrera profesional, te afecta mucho la jornada reducida, porque por ejemplo ya no puedes salir de viaje si quieres estar con tus hijos, incluso las reuniones, es muy habitual que fueran a las 16 o 17 de la tarde y eso te lo perdías.

Yo propuse en lugar de hacer reducción de jornada, trabajar de 7 a 15 y hacer un turno entero, pero no, eso no me lo podían asegurar sino era con reducción, porque me planteaban un horario flexible que implicaba trabajar por las tardes. En esas pequeñas cosas te quedas sin proyección profesional, porque no has viajado, porque no has estado en todas las cosas en las que se está, en cenas de empresa y cosas...

Ahí fui cambiando de proyecto en proyecto, y llegó un momento en el que la empresa me dijo que con este tipo de jornada, que no había proyectos para mi perfil.

En ese momento yo pedí la ampliación de jornada. Me mantuvieron en el horario de mañana pero se seguían exigiendo muchas cosas de por la tarde y la cosa no funcionó. Al final me despidieron.

Oficialmente no pudieron alegar la causa del horario de mañana, pero extraoficialmente me lo dijeron, que no tenían perfiles para el horario de mañana porque no se podía ajustar a lo que pedían los clientes. Les da igual que tengas baja o reducción, porque quieren que estés por la tarde y no les interesaba que solo tuviera la mañana.

Fue un despido que no me importó, porque yo estaba viendo que no iba a poder estar en esta empresa mucho más tiempo, y me lo planteé como un tiempo para estar con mis hijos.

Este parón seguramente me afecte también a nivel profesional, aunque creo que personalmente te enriquece muchísimo, también a nivel laboral, porque criando niños aprendes a gestionar muchas cosas a la vez.

Aunque yo había visto todo esto ya, lo había visto en compañeras, pero cuando te pasa empiezas a pensar que tú estás trabajando peor, realmente eso es lo que te están diciendo todo el tiempo, y por mucho que tú tengas claro que no es real, sí que te va minando, y sí que agobia.

Mi trayectoria laboral si no hubiera criado hubiese sido muy distinta.

Hubiese sido como la de cualquier compañero. Mis compañeros entraran en el puesto que entraran, iban avanzando, pero en cuanto se avanza a trabajar por la tarde, si tienes hijos y no puedes, ahí ya no retomas.

Realmente existe en lo laboral una gran diferencia de género.

"A PARTIR DE LOS 5/6 AÑOS YA SE PUEDE CRIAR Y TRABAJAR MÁS ACEPTABLEMENTE, PERO HASTA LOS 4...O CAMBIAMOS ESTO MUCHO O ESTÁ MUY MUY COMPLICADO."

"NO TENEMOS UNA SOCIEDAD ORGANIZADA PARA CRIAR. Y CADA VEZ PEOR."

ANEXO 4:

LAS PERSONAS EN EL CENTRO



Este nuevo modelo urbano ubica a las personas en el centro de las decisiones, teniendo en cuenta la diversidad de experiencias y rompiendo con la estandarización de sujetos, cuerpos, vivencias y deseos. Busca, además, que los espacios estén adaptados a las diferentes necesidades de las personas y no que las personas se adapten a las

condiciones del espacio. Este nuevo paradigma urbano se concreta en el modelo de la ciudad cuidadora, pensando ciudades que nos cuiden, que cuiden nuestro entorno, nos dejen cuidarnos y nos permitan cuidar a otras personas.

En una ciudad que te cuida los espacios públicos transmiten una percepción de seguridad, porque están bien señalizados e iluminados; hay gente alrededor que pueda ayudarte; son visibles, vitales y promueven el apoyo mutuo, por lo que cualquier persona puede caminar tranquila por la calle a cualquier hora del día sin temor a que la acosen o la agredan.

En este modelo urbano no existe un dominio de los vehículos motorizados que producen altos índices de contaminación, accidentes e inseguridad vial especialmente para las personas mayores y los niños y las niñas. La ciudad que te cuida prioriza una red de transporte público accesible, física y económicamente, que conecta con una amplia red peatonal y con diferentes espacios (productivos, reproductivos, espacios de ocio, deporte...) en una variedad de franjas horarias, con espacios de espera seguros y sin obligar a invertir una parte considerable de la jornada en desplazamientos.

Una ciudad que cuida no expulsa a las vecinas de sus barrios por contratos de alquiler abusivos, por la especulación y por regulaciones que solo velan por la propiedad, sino que permite acceder a una vivienda digna en condiciones económicas justas y promueve diferentes modelos de habitar más allá de la convivencia de la familia nuclear heteropatriarcal.

Un paradigma urbano que tiene en cuenta la diversidad y los cuidados asume que las personas somos funcionalmente diversas, que a veces estamos enfermas, tenemos dolores crónicos y que pasamos por diferentes etapas en el ciclo vital que hacen que no encajemos con unos ritmos y niveles de productividad impuestos y que generan frustraciones, miedos y merman nuestra autonomía a la hora de disfrutar de la ciudad.

La ciudad que cuida nuestro entorno no consume recursos territoriales, energéticos y ambientales sin límite. Intenta minimizar los residuos que produce y promueve acciones para limpiar el aire que nos contamina y el agua. Impulsa estrategias para el aprovechamiento de los recursos existentes, por ejemplo utilizando equipamientos y espacios infrautilizados y priorizando la rehabilitación de edificios y espacios frente a la práctica de la tabula rasa, tan

frecuente en urbanismo. Fomenta la distribución equitativa de servicios, equipamientos y comercios de proximidad en los diferentes barrios, lo que da lugar a recorridos funcionales y minimiza el uso del vehículo privado. La ciudad que se preocupa por el entorno construye corredores verdes y desarrolla estrategias para recuperar la flora y la fauna autóctonas.

Una ciudad que permite a las personas cuidarse proporciona espacios equipados para el ocio y la diversidad de prácticas deportivas, y favorece las relaciones interpersonales en espacios públicos exteriores o a salvo de las inclemencias meteorológicas, donde estar, sentarse, charlar y relacionarse, todo ello sin necesidad de mediación de ninguna actividad comercial. Esta ciudad también ofrece espacios para la participación política libres de la instrumentalización de los entes políticos.

Una ciudad cuidadora también te permite cuidar porque te proporciona el soporte físico necesario para el desarrollo de las tareas correspondientes, como hacer la compra, llevar a niños y niñas al colegio, acompañar a personas enfermas al centro de salud... Este soporte físico se concreta en espacios públicos con juegos infantiles para diferentes edades, con fuentes, baños públicos, vegetación, sombra, bancos y mesas y otros elementos, así como con equipamientos y servicios próximos que facilitan las actividades. La ciudad cuidadora favorece la autonomía de las personas dependientes y, además, permite conciliar las diferentes esferas de la vida cotidiana.





MARCO TEÓRICO

Para indagar en los fundamentos teóricos en los que nos hemos basado para la creación de este material didáctico os ofrecemos algunos documentos y algunos vídeos según el eje de contenidos. Posteriormente enumeraremos la bibliografía utilizada para señalar nuestras fuentes y para aquellas personas que quieran profundizar en alguno de los conceptos que aparecen a lo largo de los diferentes cuadernos.

1.- EJE 1: LA VISIBILIZACIÓN DE LOS CUIDADOS

ACTÚA CON CUIDADOS. Interred.

<https://www.youtube.com/watch?v=LZxwFjXvER4>

En este vídeo podéis encontrar el planteamiento general de la Crisis de Cuidados en la que nos encontramos, la urgencia de poner los cuidados en el centro para hacer sostenible la vida y los conceptos que hemos ido desgranando en el material didáctico: QUÉ SON LOS CUIDADOS, DÓNDE Y QUIÉN LOS HACE, QUÉ SON LAS CADENAS GLOBALES DE CUIDADOS, QUÉ ES LA DEUDA DE CUIDADOS Y CUÁL ES LA DEUDA QUE TENEMOS CON LA NATURALEZA

JORNADAS VISIBILIZAR LO INVISIBLE. Ecosfron.

<https://www.youtube.com/watch?v=2ye-xwmfO6A&t=35s>

Este vídeo es de unas jornadas online realizadas durante el confinamiento. La primera parte es un análisis de la crisis de los cuidados. Explica todo el contexto del que surge la metáfora del Iceberg y las propuestas de transformación que se proponen desde la Economía Feminista.

LA PEDAGOGÍA DE LOS CUIDADOS. MARCO TEÓRICO.

Es un documento extraído de la publicación Pedagogía de los cuidados. Aportes para su construcción. Constituye la base fundamental de la que hemos extraído la mayor parte de los contenidos teóricos vertidos en este material didáctico. El documento completo está reflejado en la Bibliografía.

2.- EJE 2: AUTOCUIDADO Y RELACIONES SANAS

¿QUÉ ES EL AUTOCUIDADO?. Grupo Geard

<https://grupoguard.com/blog/autocuidado-importancia/>



LAS RELACIONES, MEJOR SANAS

<https://www.saludterapia.com/articulos/a/3102-las-relaciones-mejor-sanas.html>

«[...] en las relaciones de pareja no hay buenos ni malos, culpables e inocentes, justos y pecadores. Lo que hay son buenas y malas relaciones: relaciones que nos enriquecen y relaciones que nos empobrecen. Hay satisfacción e insatisfacción. Hay buen amor y mal amor. Y es que con el amor no es suficiente para asegurar el bienestar: hace falta el buen amor. El buen amor se reconoce porque estamos exactamente como somos y dejamos que el otro sea exactamente como es, porque se orienta hacia el presente y hacia lo que vendrá en lugar de atarnos al pasado, y sobre todo porque produce bienestar y realización.» Joan Garriga, constelaciones familiares. Gestalt

UBUNTU

<https://elpais.com/planeta-futuro/2021-06-29/ubuntu-la-filosofia-que-ayuda-a-vivir-mejor.html>

UBUNTU es una regla ética o filosofía sudafricana enfocada a la lealtad con las personas y a su manera de relacionarse. La palabra proviene de las lenguas Zulú y Xhosa. Surge del dicho popular «Umuntu, nigumuntu, nagumuntu» que en Zulú significa «una persona es una persona a causa de los demás». Ubuntu es visto como un concepto africano tradicional. Al ser una

palabra que abarca muchos aspectos, creo que una buena manera de explicar su significado es mediante un cuento, que ya otros contaron antes: Un antropólogo que estudiaba los usos y costumbres de una tribu en África del Sur propuso un juego a los niños del lugar. Consiguió una buena porción de frutas y dulces que trajo de la ciudad, y los colocó en una cesta bajo un árbol. Llamó a los niños y les dijo que aquél que llegara corriendo primero al árbol ganaría el cesto con frutas y dulces.

Cuando el antropólogo dio la señal para que corrieran, inmediatamente los niños se tomaron de las manos y corrieron juntos hacia la cesta. Entonces todos se sentaron y repartieron los dulces y disfrutaron de las frutas. Cuando él les pregunto por qué fueron todos juntos, si uno solo podía haber ganado toda la cesta, ellos respondieron: ¡UBUNTU! ¡UBUNTU! ¿Cómo uno de nosotros podría estar feliz si todos los demás están tristes?

3.- EJE 3: UNA CIUDAD DE CUIDADO.

URBANISMO FEMINISTA: REPENSAR ESPACIOS DESDE LA DIVERSIDAD DE NECESIDADES

https://youtu.be/Cot0_cSI440

Se trata de una charla de Adriana Ciocoletto, del Colectivo Punto 6, en la que describe con bastante concreción cómo sería una Ciudad Cuidadora, en el marco del Congreso Virtual Ciudades Comunes celebrado en 2020.

HACIA UN CAMBIO DE PARADIGMA: LA CIUDAD CUIDADORA

<https://www.barcelona.cat/bcnmetropolis/2007-2017/es/dossier/cap-a-un-canvi-de-paradigma-la-ciutat-cuidadora/>

Es un artículo de la **Revista Barcelona Metròpoli, Capital en Transformación**, que plantea que repensar la ciudad desde una perspectiva feminista es dejar de crear espacios con una lógica productivista, social y políticamente restrictiva, y empezar a pensar en entornos que prioricen a las personas que los van a utilizar.

BIBLIOGRAFÍA

1.- Pedagogía de los Cuidados. Aportes para su construcción. Fundación Interred.

<https://www.interred.org/es/recursos/la-pedagogia-de-los-cuidados-aportes-para-su-construccion>

2.- La vida en el centro del CENTRO. Cuidar con el Principito de Antoine de Saint-Exupéry. Itinerario para educarnos en la Pedagogía de los Cuidados. OXFAM Intermón.
<https://www.kaidara.org/recursos/la-vida-en-el-centro-del-centro/>

3.- El trabajo de cuidados - Historias de Vida. Ecosfron
https://ecosfron.org/wp-content/uploads/2021/03/Recursos-Ha-de-Vida_web.pdf

4.- La vida en el centro. Ecotono
<http://www.lavidaenelcentro.org/>
<https://lavidaenelcentro.ecotonored.es/author/ecotono/>

5.- Masculinidades NoViolentas. Guía de Recursos para profesionales que trabajan con adolescentes varones las masculinidades noviolentas. Coral Herrera Gómez. Instituto Canario de Igualdad.
https://inclusio.gva.es/documents/610740/172343377/7241_d_MasculinidadesNoViolentas.pdf/9eccf904-7e74-404b-a804-2f9148efe89d

6.- Apañándonos!. Paradojas de la Conciliación. Orientaciones para la intervención socioeducativa. Carmen Gregorio Gil, Aurora Álvarez Veinguer, Ana Rodríguez Ruano, Nayra García-González y Asociación Alquería. Instituto de Estudios de la Mujer de la Universidad de Granada.

7.- Tanto Monta ¿Monta tanto?, siempre Isabel, a veces Fernando. Material didáctico de Corresponsabilidad Familiar. Proyectos integrales de desarrollo local y urbano “crece” Sierra Norte, Sierra Sur, Janda interior, Janda litoral, Campo de Gibraltar y Bahía Noroeste, cofinanciados en un 80% por el fondo europeo de desarrollo regional. Junta de Andalucía
<https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/web/igualdad/material-didactico/-/libre/detalle/11bpRV9nnK9j/tanto-monta-monta-tanto-siempre-isabel-%C2%BFa-veces-fernando-campana-de-sensibilizacion-sobre>

8.- La ciudad de los niños. Un modo nuevo de pensar la ciudad. Francesco Tonucci

