

ACTUA
FEM COSES AL BAIX SOLSONÈS

Dones i món rural en temps d'incertesa

Revista de retorn del projecte Enfila't 2020
Vincles i pensaments

**Enfila't
2020**

Dones i món rural en temps d'incertesa

de 19 a 21 h

Al Saló de les Homilies
d'Organyà de la
Biblioteca
Carles Morató
de Solsona

Cicle —
Dones vinculades

Cicle de tres tallers per fer una mirada a les dones en base als seus vincles, lligams i relacions, des d'una perspectiva sistèmica, i entendre d'on li ve la força per sostenir-se i sostenir els altres.

**Dijous 22
d'octubre**

**Vinculades als
ancestres i a la terra**

Entendre, mirar, interpretar
el nostre genograma.

A càrrec de **Laura Pont Plana**.
Psicòloga, terapeuta Gestalt,
constel·ladora sistèmica, directora
i coordinadora de Kiona.

**Dimecres 28
d'octubre**

**Vinculades a
les emocions**

El plaer com a brúixola.

A càrrec de **Eva Martínez Pardo**.
Terapeuta, formadora i directora
de l'Associació ARAE.

**Dijous 12
de novembre**

**Vinculades
al treball**

La meua vocació: motivació,
valors, professió i feina.

A càrrec de **Rut Vilella Esteva**.
Llicenciada en Ciències Econòmiques i
Empresarials, Consultora
Organitzacional i Laboral especialitzada
en l'enfocament sistèmic-
estructural.

Enfila't
2020

Per tal de garantir la seguretat a què ens obliga la Covid-19,
l'aforament serà limitat amb inscripció prèvia obligatòria:

✉ actua@larada.coop



o trucant al 672 491 223



ACTUA
FEM COSES AL BAIX SOLSONÈS!

Organitzat:

L'ARADA
CREATIVITAT
SOCIAL



Finançament de:

Generalitat de Catalunya
Departament de Treball,
Afers Socials i Famílies

Generalitat de Catalunya
Departament de Treball,
Afers Socials i Famílies

Col·labora:

Biblioteca
Carles Morató

Ajuntament
de Solsona

Introducció

L'Enfila't va néixer fa ja uns quants anys arrel del projecte **ACTUA - Fem coses al Baix Solsonès**. Després d'un període d'inactivitat, l'any 2018 es reprèn el projecte amb la intenció de crear i consolidar un grup d'interès que aplegui totes aquelles persones i entitats interessades en la qüestió de gènere al Baix Solsonès i des del qual es promoguin activitats de forma participativa per sensibilitzar i formar en qüestions de gènere.

El projecte s'adreça prioritàriament al conjunt de dones d'entre els 16 i els 65 anys de les diferents poblacions del Baix Solsonès (La Molsosa, Riner, Pinell del Solsonès, Pinós, Llobera i Clariana del Cardener), així com de Solsona, per ser els nucli social i econòmic de referència per aquests municipis. No obstant, part de les activitats han estat obertes a tothom, sense restriccions de gènere, edat o lloc, atès que els aspectes de gènere i desigualtat impliquen al conjunt de la societat.

A partir del treball realitzat en l'edició del 2019, enguany s'ha treballat bàsicament a través de dos tipus d'activitats:

- Cicle Dones Vinculades, organitzat amb la col·laboració de Matís – Espai Terapèutic i consistent en tres tallers participatius sobre el vincle i les seves implicacions en la vida de les dones, realitzats entre el 22 d'octubre i el 12 de novembre de 2020.

- Intercanvi de Pensaments sobre igualtat, gènere i violència masclista, amb una trobada per a la posada en comú, visualització d'un teatre-fòrum i tancament del projecte el dia 27 de novembre de 2020, coincidint amb la setmana del 25 de novembre, dia contra la violència masclista.

Inicialment estava previst que totes les activitats (tallers i trobades per l'intercanvi de pensaments)

es duguessin a terme de forma presencial en diferents punts del Baix Solsonès, perquè pensem fermament que en un àmbit rural, on la distància física és el pa de cada dia, és important poder trobar-se per intercanviar no només pensaments sinó també mirades en directe, ni que sigui a 1,5 metres de distància i amagant els somriures darrere una mascareta, o per fer «encaixades» de colze o de mà desinfectada amb gel hidroalcohòlic.

Malauradament, a causa dels nombrosos i constants canvis sobre restriccions d'aforament i distanciament social derivats de l'evolució de la Covid-19, hem hagut de dedicar molt temps a la reorganització i reprogramació de les activitats i, tot i això, finalment no totes les activitats s'han pogut fer presencialment i s'han hagut de repensar per adaptar-les a un format online.

No obstant, estem contentes de la bona acollida i de la participació del públic, així com de totes les idees, emocions, pensaments i coneixements que s'han generat i de les que hem pogut gaudir durant el projecte Enfila't 2020.

La present publicació vol ser un recull de totes elles, per tal de deixar palès el moment tan incert que estem vivint des d'una perspectiva de dona rural, entenent a la dona rural no només com aquella que és pagesa o ramadera sinó com aquella que viu fora de l'àmbit metropolità i de gran ciutat, o que viu a la gran ciutat però encara té fermes vincles en territori rural.

Moltes gràcies per la teva participació, esperem poder seguir comptant amb tu en properes edicions!

Equip de l'ENFILA'T 2020

Cicle

Dones vinculades

Una mirada a les dones en base als seus vincles, lligams i relacions, per entendre d'on li ve la força per sostenir-se i sostenir als altres.

Al llarg de tres tallers conduïts per diferents professionals de la psicologia sistèmica, s'ha tractat el vincle des de diferents perspec-

tives, per tal d'entendre d'on venim, com som i com podem millorar les nostres relacions familiars, d'amistat i de treball.



TALLER 1

VINCULADES ALS ANCESTRES I A LA TERRA

Entendre, mirar i interpretar el nostre genograma.

A càrrec de
Tània Rojo Giménez,
KIONA – 22 d'octubre 2020,
Sala de les Homilies d'Organyà,
Biblioteca Carles Morató de Solsona.

D'on venim? Quin és el nostre genograma? Quines són les lleialtats a la nostra família que assumim com a pròpies?

En aquest taller vam fer una mirada als nostres ancestres més propers: pare, mare, germans i germanes, i vam reflexionar sobre

L'amor és el que fa modelar el teu tu.

com són i com és la família que porta els nostres cognoms, quines «lleis» la regeixen i quines són les que hem interioritzat també com a nostres i quines hem transformat o rebutjat.

Cal posar consciència a les llums i a les ombres de les lleialtats a la nostra família, agrair-les però també qüestionar-les i, si cal, tornar-les humilment. Tan bo és el que fem nosaltres com el que fan els nostres ancestres.

Quan puguem recuperar la criatura, la mare i el pare que portem a dins, ho podrem dur a la societat (Claudio Naranjo).

En els inicis el feminisme reivindicava que els homes i les dones som iguals. Ara, assumim que som diferents i posem la dona al centre.

La família t'estima i també et jutja, té les seves pròpies «lleis».

Dins la família, som diferents perquè posem l'atenció en coses diferents d'un mateix fet. Els fets i la manera com els percebem, fan adaptar i canviar la nostra manera de ser.

Cada família té unes «lleis» i unes jerarquies que la regeixen i que pretenen mantenir una homeòstasi, un equilibri entre tots els seus membres. Cadascú té un lloc i segueix aquestes lleis per amor, encara que no es percebi. Quan no tothom hi pot ser inclòs, hi ha alarma.

Perquè una relació funcioni hi ha d'haver una simbiosi entre donar i rebre. Si s'instal·la una de les dos coses les relacions no funcionen.

Si sempre donem, no deixem espai per a que els altres també puguin donar, i per tant, no rebem.



TALLER 2

VINCULADES A LES EMOCIONS El plaer com a brúixola

👤 A càrrec de
d'Eva Martínez Pardo,
ARAE – 28 d'octubre 2020,
Sala de les Homilies d'Organyà,
Biblioteca Carles Morató de
Solsona.

La creativitat també pot formar part de les relacions personals. Tenim patrons relacionals molt interioritzats que potser no ens fan estar bé, llavors és el moment d'analitzar-los i ser creatives per a transformar-los i canviar-los. A vegades el plaer propi s'entén com a egoisme. Però si no tenim alegria, plaers propis, tampoc no em podrem donar.

Qüestiona't:

- Què és per tu el plaer? Amb què gaudeixes?
- Com reia la teva mare? Què pensava del treball? Com es relacionava amb el teu pare? Com vivia el plaer?
- Quin mandat et va deixar la mare? Els mandats de la mare sovint ens transmeten vulnerabilitat i por a dir el que realment pensem, per por al judici.

«VOLS DIR QUE HO HAS DE FER?»

«VIGILA»

«SOLO SE OBTIENE PLACER A TRAVÉS DE LOS OTROS»

«VOLS DIR QUE HO PODRÀS FER TOT?»

«TOT PELS ALTRES»

«SACRIFICI»

«SIGUES AUSTERA»

«PECAT»

«QUÈ DIRAN?»

«HEM VINGUT AL MÓN A PATIR»

Busca el teu plaer corporal:

explora el cos, balla, mou-te i allibera les teves caderes, energetitza't!

Qüestiona't:

- Com seria la teva vida si la teva mare hagués tingut accés a tot el plaer?



TALLER 3

VINCULADES AL TREBALL

La meva vocació: motivació, valors, professió i feina.

A càrrec de
Rut Vilella Esteva
12 de novembre 2020,
Taller online

Fem una mirada a com ens relacionem amb el treball, quin és el treball, reconegut i no reconegut de la dona i com és l'economia ara, més col·laborativa i femenina.

Com em presento?

Jo sóc...

El treball en la dona s'identifica en múltiples tasques: cuidar fills-néts, "feines domèstiques", cuidar als "grans" - pares, avis, tiets-, gestionar l'economia domèstica, portar un sou a casa, tenir una empresa i equips de treball - famílies que mengen del que tu generes- etc...

Sovint es diferencia entre treball remunerat i treball no remunerat (la feina "invisible" tradicionalment de la dona).

Sovint ens presentem com a «Jo sóc + la feina que fem» Hi ha una tendència a identificar-se amb la feina que fem i per a la que ens paguen, herència del capitalisme patriarcal.

“Jo sóc molt més que la feina que faig”

Prendre consciència de qui som fa canviar les relacions socials, econòmiques, d'intercanvi. Estem passant d'una economia capitalista patriarcal («jo sóc la feina que em paguen») a una economia col·laborativa («jo sóc i apporto a la societat»).

Hi ha dos pols assignats a la dona: fertilitat versus empoderament en el món laboral remunerat, en un equilibri perillós. Però fertilitat no vol dir necessàriament haver tingut fills; fertilitat vol dir també gestar projectes, donar feina a altres, cuidar comunitats, ser creatives per no seguir els patrons del sistema.

Treballar per viure. Viure per treballar.



Il·lustració: Rut Vilella Esteva

Com m'apropo al treball?

(exercici personal)

Il·lustració: Rut Vilella Esteva

1) Marca l'espai del TREBALL al teu futur. Ho pots fer amb una cadira, un paper, un coixí...

Quan col·loquis l'objecte representatiu fes-ho amb intenció: "tu representes el Treball/el meu projecte/ la meva feina/etc..."

2) Col·loca't davant de la representació del TREBALL. A una distància per poder experimentar què sents/penses/et passa quan t'hi apropes.

3) Pren consciència del teu cos. Vés cap al TREBALL. Fixa't com t'hi apropes, què et passa, com et rep el TREBALL. Com et sents tu?



Un camí cap a l'autorealització: troba el teu Ikigai

Per saber-ne més: *El método Ikigai*, de Francesc Miralles i Héctor Garcia. 2018, Ed. Debolsillo.



Il·lustració: Rut Vilella Esteva

Intercanvi de pensaments

Sensibilització i generació de debat sobre el paper de la dona en el món rural, desigualtat i violència de gènere.

Posant a l'abast diferents recursos com lectures i vídeos en format digital, i amb una trobada virtual per a la visualització i debat en forma de teatre-fòrum online, hem convidat a reflexionar i a qüestionar-se sobre el paper de la dona en el món rural, abans i ara, sobre estereotips socials encara estigmatitzats i sobre la violència de gènere, física o psicològica.

ACCEDEIX ALS DIFERENTS VÍDEOS

actua.larada.net/enfilat-2020-cicle-en-linia-intercanvi-de-pensaments/



Querido papa
(2017; 5min)

Ser dona a pagès abans: Vaivens Femensins (Territori de Masies, 2018)

Ser dona a pagès ara: Les pastores, cada vida és 8 de març (L'Arada, 2017; 14min)

Turisme rural i dones
(Territori de Masies, 2019; 15 min)

Violència masclista. Campaña Impensables
(Consell Comarcal Solsonès, 2020)

Teatre-Forum Desigualtat de la dona rural, Marisol Casas (Clownching, 2020)

Cultivando Igualdad – Espacios seguros contra la violencia de género en el medio rural (Fademur, 2020)

Estripant estereotips: Daisy tiene algo que decir sobre la ropa de TESCO (Mujeres sin Permiso, 2019; 2,5min)

Mujeres valientes
(Red Cantabria Rural, 2018; 16 min)

Rural y mujer en cinco voces (Paisaje, Ecología y Género, 2019; (29min aprox.)

Pensaments Dona i món rural en temps d'incertesa

Aquí et deixem alguns dels pensaments que hem recollit fins ara, tant a través de l'Intercanvi digital com en la sessió de teatre-fòrum online. Si vols pots deixar el teu a través d'aquest enllaç:

<https://mailchi.mp/87700c5c-3ce5/important-canvi-de-data-trobada-virtual-teatre-frum-online-sobre-desigualtat-i-violencia-de-gener-al-mn-rural?e=3add7c985c>

[Sobre els recursos digitals] He mirat, llegit, escoltat i interpretat amb afany cadascun dels recursos. He intentat fer-ho des d'una mirada transversal i interseccional, deixant de banda la meua condició com a dona blanca cisheterosexual, i, per tant, intentant empatitzar amb tots els perfils mostrats, totes elles, dones blanques també. He pogut entrar i aprofundir en una realitat amb un punt comú en totes elles: el món rural, si bé cadascuna d'elles con- figura i explica el seu projecte des de la seva veritat, des de la seva realitat. En el cas de "Vaivens femenins", que il·lustra el que era ser dona de pagès abans, m'ha permès viatjar en el temps i inten-

tar vincular la meua realitat amb la de les meves avantpassades i, fins i tot, amb la de la meua mare, totes elles dones de pagès. És evident que el mar de fons és una doble invisibilització: pel fet de ser dones i pel fet de ser de pagès. Ser de pagès és també treballar a pagès, fet que no ha traspasat en el relat de manera natural. Sovint, quan se'ns planteja alguna qüestió relacionada amb el món rural, ens apareix la figura del pagès o bé del pastor. En poques ocasions el nostre cervell és ètic i just com per dibuixar-nos la figura de la dona pagesa i/o pastora. Per això i més, cal seguir amatents, amb els ulls ben oberts, el cor obert i la ment digna, cal seguir llegint, aprofundint, navegant en un oceà que avui és tintat de lila i, a voltes, hi nedem sense saber-ho. Cal preparar i treballar les nostres mentes per arrelar i fixar-hi la figura la dona, no només la de pagès, en tots els nostres pensaments.

👤 **Maria Moreno Viladrich, Solsona.**

[Sobre els recursos digitals] Crec que cal fer més difusió d'aquest tipus i visibilitzar nous projectes.

👤 **Anna Bonet Pelaez, Tragó de Peramola.**

[Sobre el teatre-fòrum] La desigualtat és molt present a tot arreu, tant al món rural com a l'urbà.

👤 **Teresa Corominas Salamero, Vimbodí.**

[Sobre el teatre-fòrum] Al món rural potser el que més pesa és «el què diran» i el fet que qualsevol decisió que pren una persona ja és per tota la vida.

👤 **Manel Capellades Miret.**

[Sobre el teatre-fòrum] El no tenir xarxa i no tenir mitjans econòmics, no només al món rural, condicionen molt la decisió de poder plantar cara.

👤 **Rocío Sánchez, Manresa.**

[Sobre el teatre-fòrum] El segon final és molt valent. El tercer final és el més anguniós, perquè l'home fa petites concessions però en el fons la desigualtat i la violència es perpetua.

👤 **Oriol Bosch, Barcelona.**

[Sobre el teatre-fòrum] Un final alternatiu i utòpic seria que algú fes alguna cosa pel Jaume.

👤 **Rocío Sánchez, Manresa.**

ACTUA

FEM COSES AL BAIX SOLSONÈS!

Organitza:

L'ARADA
CREATIVITAT
SOCIAL



Finançament de:



CoHabora:

