



# Sin Fronteras

# sumario



Revista "Sin fronteras"  
Año 2018.

Edita: Centro Municipal de  
Información a la Mujer.  
Ilmo. Ayto. de El Cuervo de Sevilla.  
C/ 4 de diciembre, 12.  
41749 El Cuervo de Sevilla (sevilla)  
Tfn.: 95 597 60 51  
Email: edorado@elcuervodesevilla.es

- 3** Saluda del alcalde.
- 4** Alfabetismo - Analfabetismo.
- 5** Personajes de El Cuervo: "Domingo el de la silla".
- 6-7** Centro Ocupacional "Germán Gómez Medina".
- 8** Asociación "Andrés Sánchez de Alba".
- 9** Madre por naturaleza.
- 10** A.M.P.A El Tollón "C.E.I.P. El Pinar".
- 11** Participación juvenil.
- 12** ¿Qué es el mindfulness?.
- 13** ¿Tenemos igualdad real?.
- 14-19** Talleres de igualdad.
- 20-22** Poesías.
- 23** Micromachismo: La violencia cotidiana.
- 24** "Vas provocando...".
- 25** Si duele no es amor.
- 26** No te dejes engañar.
- 27** Contraseña.
- 28-29** Concurso gastronómico.
- 30** Reciclaje.
- 31** No te dejes pisar.

# SALUDA



Quiero aprovechar este espacio de la revista "Sin fronteras" para hablar de la Igualdad de Derechos y Oportunidades entre las mujeres y los hombres.

Como Delegado de Igualdad y Alcalde tengo muy presente este último **8 de marzo, Día de la Mujer**, por el calado y repercusión que ha tenido en nuestra sociedad y también la dimensión internacional de este parón realizado por millones de mujeres y hombres.

Las mujeres dijisteis muy claro **iBasta Ya!, iSin nosotras paramos, se para el mundo!**

Este 8 de marzo ha marcado un importante punto de inflexión en la Historia del Feminismo en España. Ha servido para situar en la Agenda Política las reclamaciones -de siglos- de las mujeres y exigir ser parte activa y directa en la toma de decisiones.

Nos habéis lanzado, a los políticos, un mensaje de gran calado: que la invisibilidad a la que habéis sido relegadas, durante siglos, debe desaparecer y que no podemos avanzar sin vosotras.

Hoy se siguen perpetuando las desigualdades como así lo demuestran los datos. Las mujeres seguís teniendo que trabajar 54 días más que los hombres para alcanzar el mismo sueldo. Las mujeres seguís cobrando un 13% menos de salario por hacer el mismo trabajo que los hombres. Las mujeres tenéis menos opciones de acceder a puestos directivos y puestos de toma de decisiones. Se os exige el doble y se os paga menos. Y eso, lamentablemente, repercute en vuestros derechos, en vuestras cotizaciones, en vuestras pensiones que son muy inferiores y que en un porcentaje elevado rozan el umbral de pobreza. En los últimos 100 años habéis conseguido romper barreras, techos de metacrilato, reclamar derechos incuestionables...pero, la realidad muestra que mucho de lo conseguido sigue quedándose en papel mojado.

Ese legado heredado de la lucha de mujeres y hombres tenemos que reclamarlo ante todas las instituciones y trabajar, todos juntos, por una sociedad que reconozca que la mitad de su población la forman mujeres que deben ser visibilizadas y respetadas. Tenemos la obligación de trabajar por una sociedad más justa e igualitaria en derechos que no convierta en ciudadanos de segunda a sus mujeres.

Hoy más que nunca todos debemos hacer un llamamiento unánime y urgente para adoptar nuevas medidas, nuevas leyes que os otorguen los espacios que os corresponden en nuestra sociedad.

Mi obligación, como delegado de Igualdad y Alcalde, es asumir la responsabilidad política que me toca para trabajar y buscar las herramientas que posibiliten la equidad de derechos entre mujeres y hombres. Pero, también, es mi deber y obligación como hombre asumir mi responsabilidad como ciudadano que debe luchar, codo con codo con las mujeres y hombres, por que se dé esa igualdad. Estoy convencido que, más pronto que tarde, lograremos este objetivo.

Francisco Cordero Ramírez  
Alcalde-Presidente  
Delegado de Igualdad y Bienestar Social

## Alfabetismo-Analfabetismo

La definición de la palabra «alfabetismo» es bien sencilla —la capacidad de leer y escribir— pero, sin embargo, su significado exacto es objeto de interminables debates.

Leer y escribir son competencias esenciales. No solo son necesarias para proseguir unos estudios, también son indispensables para comprender el mundo que nos rodea y tomar parte activa de él. En muchos casos se atribuye un sentido más amplio al término.

Por lo tanto debemos distinguir entre analfabetismo, esto es, no saber leer ni escribir, y analfabetismo funcional, que designa a aquellos que, sabiendo leer y escribir, no lo hacen con suficiente destreza como para satisfacer las demandas de su vida diaria. Se dice que un adulto es analfabeto funcional cuando no es capaz de satisfacer las exigencias que le plantea su propio entorno social y profesional. Por descontado, las exigencias a las que deben atender los adultos cambian constantemente; el hecho de saber leer y escribir de forma competente para determinadas circunstancias no garantiza el poder adaptarse a exigencias nuevas y distintas y seguir siendo una persona alfabetizada funcional.

En Andalucía y en El Cuervo existen muy pocas personas analfabetas, especialmente entre las generaciones más jóvenes, en gran medida gracias a la escolarización obligatoria. Pero existen muchas personas que, a pesar de ser capaces de leer y escribir, no pueden satisfacer las exigencias que se les plantean en materia de lectoescritura, o que ven limitadas sus elecciones vitales debido a sus escasas competencias en este ámbito. No son analfabetos, pero sí analfabetos funcionales.

Desde El Centro de Educación Permanente Miguel Hernández ofrecemos un abanico de Planes Educativos con el objetivo de minimizar el número de analfabetos funcionales y mejorar las competencias de la población adulta de nuestra localidad.

*CEPER Miguel Hernández*



## Personajes de El Cuervo: “Domingo el de la silla”



De lo que aconteció a un jornalero al disponerse a tomar el almuerzo de su “capacha” que le había preparado su mujer.

Yo conocí a Domingo, de mayor y después de haber superado parcialmente una hemiplejía derecha, que le dejó mermadas sus facultades físicas. Caminaba despacio ayudándose de un bastón. Empleaba su brazo sano bastante bien, hasta el extremo, que cuando te saludaba dándote la mano te la apretaba fuertemente exclamando: “*Quillo, quillo, no me aprietes tanto*”. Simulaba que el que apretaba fuertemente la mano no era él, si no el saludado.

Ya podemos imaginar su carácter. Guasón hasta la saciedad. Dado a gastar bromas a todo el mundo, conocidos, familiares, a todo el que se le cruzara en su camino. Sus bromas eran tan originales como espontaneas. A veces las improvisaba y otras las preparaba concienzudamente.

Cierto día, él mismo me contó, la siguiente “broma”:

En cierto tiempo trabajé en el cortijo de “La Silla”, de ahí me viene el nombre de mis conocidos –Domingo el de La Silla-. Con el tiempo llegué a ser el “entregao” del cortijo. Organizaba y distribuía las distintas faenas. En la gañanía depositaban sus “capachas” los obreros con sus almuerzos para dar cuenta de ellos una vez acabada la faena. Un día cogí una capacha,

la abrí y vi que contenía una fiambra con una exquisita fritada de “sangre con tomate”. Me decidí a probarla y..., no paré hasta dejar el tomate frito solitario. Cuando acabé –pensé– ¿que hago yo ahora, para que este no se de cuenta? Rápidamente busqué la solución: La suela de goma negra de una zapatilla vieja. La lavé y fui cortándola simulando ser “trocitos de sangre frita” que mezcle bien con el tomate frito, dejándolo todo como estaba en un principio.

Esperé hasta la hora del almuerzo, para observar cómo se desarrollaban los acontecimientos y ver cómo reaccionaba el embromado. Tomo la primera sopa de tomate con un apetitoso trozo de “sangre”. Comenzó a masticarlo, al tiempo que comentaba exclamando:

–¡Qué sangre le habrá “echao” mi mujer al tomate! (Yo me destornillaba de risa) – me decía Domingo--.

Quedose perplejo el embromado hasta darse cuenta del engaño y exclamó: ¡ Ah “chuscón”, que has sido tu el que ha puesto esto!...

Lo acepto como lo que era, una broma más de Domingo

Así era y así había que aceptarlo.

*El Cuervo, Enero de 2018  
Manuel Caparrós Martínez*

## La vida nos ha dado la oportunidad de compartir nuestros corazones con todos los vuestros



¿Te has parado a pensar alguna vez por qué es tan importante el amor? En la vida hay muchos otros sentimientos, como el cariño, la emoción, el miedo o la rabia. Sin embargo, el amor es realmente el sentimiento que unifica tantas emociones y que acaba siendo vital para nosotros.

Porque en realidad, si lo piensas bien, gran parte de las emociones son sentimientos que pueden estar englobados por el amor. El amor impregna de su color a todas las emociones de una manera u otra.

Podríamos decir que el amor lo engloba todo.

Es un sentimiento enorme, de grandes proporciones, que nos permite sentir todo tipo de emociones hasta poder convertirlas en un carrusel, y que da sentido a nuestras vidas desde el primer minuto en el que llegamos al mundo

Así pues, es evidente que el amor es el que mueve la vida de todas las personas. Nunca des la espalda al amor. Déjalo fluir por todos los poros de tu cuerpo. Déjale que insufla vida en tu cuerpo cansado. Déjalo que te haga vibrar, sufrir, sentir, gozar... Déjalo correr, porque él y solo él da sentido a tu existencia. Aprovecha cada día de tu vida como si fuera el último, y ama con todas tus fuerzas, pues solo así conseguirás ser feliz y dar sentido a todo cuanto te rodea.

Por eso este año la FUNDACIÓN GERÓN Uedcto Germán Gómez Medina en las jornadas de sensibilización y concienciación sobre las capacidades diferentes hemos trabajado el proyecto *TE QUIERO MUCHOOO* que los alumnos con mucho entusiasmo han llenado los centros escolares, calles y plazas del pueblo colgando en árboles, puertas y ventanas CORAZONES

con mensajes positivos.

Una manera más de integración y colaboración con la comunidad

¿Por que tú eres diferente cuando me miras? Y sin embargo con tu mirada muere de amor.

¿Por que tú eres diferente cuando caminas? Y sin embargo con tus pasos puedes llegar a lo más alto de la montaña.

¿Por que tú eres diferente a la hora de mirar el reloj? Y sin embargo llegas a los sitios igual o antes que los demás.

La única discapacidad en la vida es no tener CORAZÓN. Ámame como soy no insistas en qué cambie. Soy mariposa ansiosa de volar a otros mundos, a otras latitudes, donde desaparezcan las barreras, donde el límite lo marque el infinito, dónde puede beber de las estrellas y la discapacidad desaparezca. Reinventar un mundo nuevo cada día y vestirse de amor y de esperanza. Todos nosotros podemos mejorar sin límites así el mundo puede ser un lugar más armonioso más generoso y más feliz.

Sin duda alguna, este tipo de actividades son muy necesarias en los centros escolares porque los alumnos deben concienciarse de que debemos aceptar y respetar las diferencias físicas, intelectuales, ideológicas, de género, de raza o de religión.

En ello radica la verdadera convivencia en paz y armonía dentro de una sociedad. En nombre de usuarios/as, monitoras y voluntarias agradecer a la dirección Fundación Gerón por apostar por nuestros proyectos.

## Capacidades diferentes



Hoy quiero hablar sobre el término Discapacidad. Este término ha ido evolucionando hacia una nueva concepción donde se habla sobre Capacidades Diferentes. Si buscas en el diccionario la palabra Diferente, encontrarás un adjetivo definido como diverso, distinto.

Diversas pueden ser las capacidades, de nuestro caso, el grupo de personas con el que trabajamos. Alguno de ellos tienen la capacidad del trabajo, otros la capacidad del orden y de la limpieza, otros la capacidad de las bromas, o incluso la capacidad de sacarnos de nuestras casillas; pero en todos ellos hay una capacidad común, la capacidad de amar, ser y hacer feliz a todo aquel que les rodea. Por eso, con estas palabras quiero que todas las personas tomemos conciencia de que no hay personas con más o menos Capacidades que otras, sino que todos somos personas con Capacidades Diferentes.

*Aída María Campos Romano*

Somos la Asociación de Mayores "Andrés Sánchez de Alba", una asociación sin ánimo de lucro. Desde aquí queremos animar a todos y a todas las personas mayores de El Cuervo a unirse a nosotros. En esta asociación realizamos un gran número de actividades: dominó, tute, cinquillo, petanca, punto, labores, gimnasia, etc. A todo esto le sumamos un grupo de sevillanas llamado "La Segunda Juventud". Queremos añadir además nuevas actividades, entre las cuales destaca una exposición de fotografías de todas las convivencias que hacemos. También queremos hacer viajes, organizar un salón de baile, se celebrará este año el día del ABUELO Y ABUELA, todo lo que nuestros socios y socias propongan (estamos abiertos a todas las propuestas que nos hagan). Le esperamos con mucha ilusión y deseamos que colaboren con nosotros. Un saludo cordial,

Asociación de personas mayores  
"Andrés Sánchez de Alba"



*Directiva de la Asociación de Mayores*  
*"Andrés Sánchez de Alba"*





## Madre por naturaleza

De vez en cuando escuchamos hablar de la “Madre Naturaleza”, de la “Madre Tierra”, incluso a veces escuchamos hablar o simplemente decir la “Madre Patria”, lo que me lleva a pensar en las muchas y diversas connotaciones de la palabra “Madre”.

Madre, qué palabra más grande, pero no por su tamaño –evidentemente- sino por lo que conlleva, por lo que significa en la vida de todos y cada uno de los seres vivos de nuestro planeta, entre los que nos encontramos más de siete mil millones de personas de innumerables y distintas razas repartidas a lo largo y ancho de la geografía de este diminuto astro en medio del Universo, llamado Tierra, sin luz propia pero irradiando vida hasta en el último rincón.

La vida en nuestro planeta se manifiesta en dos formas esencialmente, vegetal y animal, y todas las variedades dentro de ellas están correlacionadas puesto que una depende de la otra y la otra depende de la una y todas, a su vez, han sido engendradas de la misma manera, por una Madre. Todos tenemos una madre y solo una, que es capaz de dar lo más preciado que tiene por sus hijos, su propia vida, -cualquiera no es capaz de darla- sin importarle nada más. La principal motivación de una madre es cuidar de sus hijos como una loba –permítanme la expresión-, que es capaz, por un lado, de dar toda la ternura a sus cachorros y por otro enseñar sus colmillos afilados para defenderlos de cualquier peligro.

Madre se es o no se es por completo, no a medias, no se puede ser madre para unas cosas y para otras desentenderse. Madre se es para lo bueno y para lo malo, por eso jamás he entendido ni entenderé que la mujer que engendre en su vientre una vida voluntaria o involuntariamente y al final dé a luz se deshaga del fruto de su vientre como si fuera un muñeco –y digo bien como un muñeco y no como un animal, porque las hembras no abandonan jamás a sus cachorros- pero parece ser que el ser “humano” es capaz de elegir -algo que nos distingue de los animales irracionales-, aunque en ocasiones seamos nosotros más irracionales que los propios, y que en esa elección, cuando se abandona a un hijo, se abandona una parte de ti misma y eso no lo hace una “Madre”. Por eso opino, y en mi derecho estoy como hijo y padre que soy –no he tenido la suerte de ser madre- que si cometiste un error al engendrar sin pensar o sin prevenir y no deseas a quien has parido, por lo menos ten un poco de corazón y expón tus circunstancias a quien pueda darte norte sobre qué hacer con esa criatura que es la única que no tiene nada de culpa de tus circunstancias y pueda tener una vida digna y un futuro, y antes de tirarlo a un contenedor de basura o dejarlo delante de cualquier puerta a la

intemperie piensa en si te hubiesen hecho lo mismo qué habría sido de ti!?.

No penséis que esto va solo por las “madres”, porque un hijo no lo engendra una mujer sola, es cosa de dos, y los dos tienen toda la responsabilidad de las decisiones que se tomen al respecto, aun dando por hecho de que en muchos casos la crueldad de este abandono comienza por el rechazo del “padre” por miedo a asumir la responsabilidad que conlleva. Pero entre comillas es más asumible, y entiéndaseme bien, no digo que sea correcto ni normal sino asumible, pero una “Madre” que se precie de serlo, como dije al principio es capaz de dar la vida por sus hijos y no quitársela o pretender quitársela nada más nacer.

Afortunadamente este tipo de “madres” son las menos porque, como bien dice el dicho “Como te quiere una Madre, nunca va a quererte nadie”.

*Juan Andrés Racero Escorza*



## A.M.P.A. El Tollón "C.E.I.P. El Pinar".



Los AMPAs son junto al Consejo Escolar, los órganos que representan a los padres y madres dentro de los centros escolares. La actual Junta Directiva de nuestro AMPA se constituyó en 2014 y está formada única y exclusivamente por madres por lo que echamos de menos la participación de más padres implicados en la gestión de nuestro AMPA.

Durante estos casi cuatro años, el AMPA ha participado y organizado distintas actividades tanto dentro como fuera del colegio, entre las que se destacan las tradicionales fiestas de Navidad y fin de curso, talleres de educación emocional, taller de pintura, taller de teatro infantil, fiesta de Halloween, además y conjuntamente con el colegio se celebran anualmente el Día de la Paz y Día de Andalucía donde se reparten desayunos para todos los niños y niñas del centro, también se colabora en las graduaciones de 5 años y sexto curso.

Desde el primer año, nos propusimos como objetivos la instalación de los aires acondicionados en las aulas (hasta día de hoy llevamos 10 instalados) y luchar por la eliminación de las barreras arquitectónicas en los edificios donde se encuentran las clases (instalación del ascensor).

En el año 2017 se pintó en el patio del colegio dibujos y frases para fomentar la igualdad y la educación en valores.

También intentamos como asociación estar allí donde se requiere nuestra presencia, ayuda o apoyo, como realizando recogidas de alimentos y juguetes destinados a cáritas parroquial o participando en concentraciones a nivel local o provincial.

Agradecemos a todos los padres/madres que confían en nosotros ya que sin su colaboración nada sería posible.

*AMPA El Tollón "C.E.I.P. El Pinar."*

El primero en pedir disculpas,  
es el más valiente.  
El primero en perdonar,  
es el más fuerte.  
El primero en olvidar,  
es el más **FELIZ**



## La importancia de la participación infantil y juvenil en las actividades de ocio y tiempo libre

Como trabajadora municipal del Ayuntamiento de El Cuervo de Sevilla, entre mis funciones se cuenta la de organizar actividades de tiempo libre tanto para niños como para jóvenes, entre otras muchas. Gracias a esto, llevo observando desde hace varios años como estas actividades, así como de otras delegaciones, cuentan cada vez con menos participación del colectivo juvenil. Ya hace unos años, escribí un artículo para esta misma revista sobre la apatía en la juventud, y sigo reflexionado sobre las causas de la misma.

¿Porqué a los jóvenes les cuesta tanto participar en actividades de ocio y tiempo libre? Esta reflexión no me la hago yo sola. Profesionales de la enseñanza me lo confirman. Es algo generalizado que los jóvenes no participen en las actividades que se les proponen, ya sean educativas, deportivas, de aventura o culturales.

Soy consciente de que a veces, los estudios y actividades extraescolares les ocupan demasiado tiempo. Pero, en los casos en los que la falta de tiempo libre no es un problema, la apatía por participar en actividades podría deberse, sin embargo, a una "falta de costumbre". Cuando son pequeños ven cómo sus padres prefieren quedarse en casa antes que llevarlos a cualquier actividad organizada, ya sean deportivas o de tiempo libre. Esta falta de interés se hace patente cuando son adolescentes, puesto que ya tienen edad para acudir solos y no lo hacen, simplemente, porque no están acostumbrados.

Otra de las causas podría ser la falta de motivación, ellos no encuentran el sentido de hacer o participar en algo que no pertenece a su rutina diaria. La apatía de los jóvenes es generalizada hacia todo lo que no se encuentre en su zona de confort, es decir, su familia y círculo de amigos.

Uno de los desafíos de muchos padres es lograr que el tiempo libre de los hijos vaya más allá de la tele, la consola o Internet. Sin embargo, los jóvenes no son educados en la participación, en los valores de la sociedad en su conjunto, en la cooperación y el voluntariado.



Jóvenes cuerveños colaborando en el "Encuentro de clubes de lectura de El placer de leer" celebrado en El Cuervo el 23 de abril de 2018.

Se hace entonces necesario un cambio de actitud ante la educación de nuestros jóvenes, ya que las experiencias participativas vividas en la infancia y juventud inciden positivamente en la formación de los futuros ciudadanos.

*Alicia Granado Ramos*  
*Agente de Dinamización Juvenil*  
*Ayuntamiento de El Cuervo de*  
*Sevilla.*



## ¿Qué es el mindfulness?

El mindfulness o atención plena es la conciencia que surge al prestar atención de una manera determinada a propósito, en el momento presente, sin emitir juicios sobre las cosas, viéndolas como son. Esta actitud nos permite ver claramente lo que sucede en nuestras vidas. Estamos constantemente juzgándolo todo, el observar lo que ocurre en nuestra mente sin emitir un juicio, nos hace ver las cosas con más objetividad.

Podemos prestar atención plena a todos y cada uno de los aspectos de nuestra experiencia, en cada momento y en el día a día: nuestra mente y cuerpo están llenos de sensaciones corporales, sentimientos y emociones, sin olvidar los pensamientos que nos acompañan desde que nos levantamos por la mañana, según algunos estudios el ser humano tiene al cabo del día algo más de 50.000 pensamientos, la mente y los pensamientos son como un mono en un árbol, constantemente, va de una rama a la otra, lo mismo que en nuestra mente los pensamientos aparecen y desaparecen sin cesar a lo largo de todo el día. También podemos prestar atención a lo que percibimos por los sentidos: lo que vemos, olemos, escuchamos, tocamos y saboreamos

Mindfulness es un término que no tiene una palabra correspondiente en castellano. Puede entenderse como atención y conciencia plena, presencia atenta y reflexiva. Los términos atención, conciencia y referencia al momento concreto forman parte de su significado.

Para Jon Kabat-Zinn, “Mindfulness es la conciencia que desarrollamos al prestar atención de una forma determinada: en el momento presente, de forma intencionada, sin juzgar y sin reaccionar”

### EFFECTOS QUE PRODUCE EL MINDFULNESS Y/O LA CONCIENCIA PLENA.

La Atención Plena es un estilo de vida basado en la conciencia y la calma que nos permite vivir en el momento presente. El objetivo de la práctica es romper nuestros automatismos, para promover el cambio y mejorar nuestra vida. Entre los efectos beneficiosos están:

- Ø Aumentar nuestra capacidad de concentración.
- Ø Reducir nuestros pensamientos y conductas automáticas.
- Ø Lograr un mejor control de los pensamientos, de las emociones y de nuestras conductas.
- Ø Disfrutar más del momento presente.
- Ø Produce una mayor relajación, mejora nuestra respiración...

*Manuel Gascón Méndez  
Psicólogo Sanitario  
Master en Psicología Clínica y de la Salud  
Instructor de Mindfulness*



## ¿Tenemos igualdad real?

A ciertos políticos se les llena la boca diciendo que vivimos en una sociedad igualitaria, desgraciadamente está muy lejos de ser cierto. El gráfico elaborado por el Instituto de la Mujer y para la Igualdad de Oportunidades a partir de los resultados electorales publicado por la Dirección General de Política Interior del Ministerio del Interior, refleja muy claro el porcentaje de mujeres parlamentarias, dejando de manifiesto que la presencia de las mujeres en estos grupos políticos, que tanto abogan por la igualdad, es menor que los hombres.

Si analizamos los cuatro grupos mayoritarios en la cámara podemos comprobar que Ciudadanos tiene 8 parlamentarias de 32 escaños, PP tiene 55 parlamentarias de 133 escaños, PSOE tiene 35 parlamentarias de 84 escaños y PODEMOS tiene 33 parlamentarias de 66 escaños. La representación de la cámara se distribuye con 142 mujeres de los 348 escaños que la componen.

	% mujeres
EAJ-PNV	0,0
Convergència Democràtica de Catalunya	25,0
Ciudadanos	27,3
Esquerra Republicana	33,3
Partido Popular	38,7
Partido Socialista Obrero Español	43,5
Podemos	49,2
Otros	50,0
Coalición Canaria	100,0



Si nos fijamos en los órganos de poder vemos como en tan solo un grupo político de nuestro Congreso de los Diputados, Coalición Canaria, tiene una mujer al frente. Esto también refleja las desigualdades existentes en nuestra sociedad. Estos hechos se repiten en todos los sectores laborales sin hacer distinción entre los tipos de contrato o si trabajas para una entidad pública o privada.

Según el informe publicado por UGT el pasado 20 de febrero de 2017, donde nos desgranamos los datos de la Encuesta de Estructura Salarial, podemos comprobar como la brecha salarial entre hombres y mujeres asciende al 23,25 % lo que supone que las mujeres españolas cobran 5.982,42 euros menos de media al año.

Por su parte CC.OO. el pasado 8 de Febrero de 2017 revela que, realizando el mismo trabajo que un hombre, una mujer tendría que trabajar 109 días más al año para cobrar el mismo salario. Nos están obligando a trabajar gratis 109 días y este problema no cambia independientemente del color político que gobierne. A este hándicap se le añade que el 27 % de los contratos a mujeres son temporales frente al 8% de los hombres.

Con todas estas cifras podemos ver de primera mano la gran desigualdad existente en todos los aspectos de la vida laborales de las mujeres, sin añadir otros contextos sociales donde la mujer sigue siendo menospreciada. Puede que no se vea a simple vista pero existen micromachismo que van minando la autoestima, valía y autoridad de las mujeres en nuestra sociedad. ¿Después de estos datos sigues pensando que vivimos en una sociedad igualitaria?.

*Estefanía Sánchez González*

# TALLERES D



AEROBIC

# E IGUALDAD

**BATUKA  
Y  
ZUMBA**



**BAILES  
DE  
SALÓN**



# TALLERES D



**CALADO  
PUNTO DE CRUZ  
BORDADO**





# E IGUALDAD



**GIMNASIA  
TERAPÉUTICA**



**YOGA**

# TALLERES D



**CENTRO  
OCUPACIONAL**

**COSTURA**



# E IGUALDAD



SEVILLANAS



PUNTO

*Lo escribe una medio andaluza,  
medio catalana.*

Yo nací en un pueblo de Córdoba,  
a los tres años al colegio yo fui,  
y a los nueve años a Barcelona  
con mi familia me marché.  
Al colegio empecé a ir y el  
graduado me saqué.  
A los catorce a trabajar me fui  
y allí mi juventud pasé.  
Por destino de la vida un Cuerveño  
conocí y con él me casé y  
mi hogar y familia yo formé.  
¿Quién me lo iba a decir a mí?  
Que como las golondrinas a su  
tierra vuelve, yo a mi Andalucía volví.  
Y aquí en El Cuervo mi casita me compré,  
y vuelvo al colegio, a cumplir lo  
que pudo ser y no fue.

*María Jesús Díaz Pontes*

En ti tengo mi familia,  
en ti hijos y mujer.  
Tú que pusiste tus calles  
"pa" que pudiese correr.  
Tú que educas a mis hijos  
para poderse valer.

Sabes que te escribo a ti,  
a ese pueblecito blanco  
en el que vine a nacer.  
A ti, a ti El Cuervo de Sevilla  
que siempre te adoraré.  
No me eches en olvido  
que jamás te olvidaré.

Tú siempre serás mi pueblo,  
con virtudes y defectos,  
con más o menos cartel,  
con tu lenguaje y costumbres,  
siempre con tu buen hacer.  
Tú siempre serás mi pueblo  
y siempre le he de querer,  
¡A ti pueblecito blanco  
en el que vine a nacer!

*Juana Arellano Romero*



# Sin Fronteras Poesías

*Ese pueblecito blanco en el que vine a nacer,  
esa gente con encanto y de tan buen acoger.  
Ese corro de vecinas que solemos criticar,  
por suponer que critican, ya se les castiga igual.  
Esos abuelos paseando por nuestra arteria central,  
y esos niños que jugando con alegre carcajear  
van perfumando el ambiente de inocencia y bondad.*

*Ese pueblecito blanco en el que vine a nacer.  
Ese aroma panadero que nos dio la identidad.  
Sin caer en modernismo ¡Comida tradicional!  
Ese monte casi extinto que nos dio su esparragal.  
Y el flamenco en la laguna nos da su mejor postal,  
cuando el sol se va fundiendo con el vaso lagunar.  
Ese pueblecito blanco en el que vine a nacer,  
ese que sufrió el expolio de quien lo dejó caer.  
Ese que teniendo corta edad, supo salir adelante  
con pujanza sin igual, peleo por lo que es suyo.  
Ese que aguanto en firmeza insultos y desatinos,  
ese que gracias a muchos hoy maneja su destino.  
Y ese que supo alcanzar aquel sueño tan  
lejano de la propia identidad.*

*Sabes que te escribo a ti  
tú que acogiste mi ser.  
En ti tengo mi familia,*

*Esta poesía se escribió cuando la asociación de “Sendero del Cuervo” invitó a la asociación de senderistas “Tirapalante” de Lebrija a una convivencia en El Cuervo y yo pensé que podía ser “el cuervo” (pájaro) quién invitará a “la torre”.*

*Entre el Cuervo y la Torre  
El cuervo subió a la torre  
en una noche de luna  
Y le dijo:  
¿Vienes conmigo a mirarte en mi laguna?*

*Yo te prestaré mis alas  
como buenos compañeros  
Y daremos una vuelta  
por esos bellos senderos.*

*en ti hijos y mujer.  
Tú que pusiste tus calles  
“pa” que pudiese correr.  
Tú que educas a mis hijos  
para poderse valer.*

*Sabes que te escribo a ti,  
a ese pueblecito blanco  
en el que vine a nacer.  
A ti, a ti El Cuervo de Sevilla  
que siempre te adoraré.  
No me eches en olvido  
que jamás te olvidaré.*

*Tú siempre serás mi pueblo,  
con virtudes y defectos,  
con más o menos cartel,  
con tu lenguaje y costumbres,  
siempre con tu buen hacer.  
Tú siempre serás mi pueblo  
y siempre le he de querer,  
¡A ti pueblecito blanco  
en el que vine a nacer!*

**Juana Arellano Romero**

*Anda, no lo pienses tanto  
que Lebrija está dormía  
Y tú estarás en tu sitio  
antes que rompa el día.*

*Que por mucho que se empeñen,  
que nadie pueda quitar  
entre el Cuervo y Lebrija  
los lazos de la amistad.*

**Isabel Gómez Pérez**

---

---

Sin Fronteras  
**Poesías**

---

---

**Princesa sin coronar**

Había una vez que había  
en un lejano lugar,  
una hermosa muchachita  
llamada Natividad.

Era dulce, generosa,  
Princesa sin coronar.  
de una humilde familia,  
llena de felicidad.

Un buen día, ella conoce,  
a un apuesto galán  
que con su mirada y su habla,  
la empieza a conquistar.

Ella loca enamorada,  
y con ganas de volar,  
en un momento decide  
que con él se casará.

Ya juntos, en su nueva casa,  
ella lo pasa muy mal.  
Pues este hombre  
le grita y le grita sin parar.

Luego, le pide perdón.  
Ella lo perdonará.  
Así, pasa un día y otro,  
Ha pasado un año ya.

Cada vez está más triste  
la pobre Natividad,  
pues este hombre le grita  
y le grita sin parar.

Luego le pide perdón,  
y ella, ella lo perdonará.  
Así, pasa un día y otro,  
y pasan dos años ya.

Se siente tan desgraciada  
la pobre Natividad,  
pues antes, fue una princesa,  
Princesa sin coronar.  
Y ahora, es cenicienta,  
maltratada y humillá.

Pero una noche que dormía,  
despierta en la madrugada,  
mira al hombre que está a su lado  
y ya no conoce de ná.

Y decide marcharse lejos,  
para así abandonar,  
este mundo de injusticias y  
buscar felicidad.

Porque el hombre que la quiera,  
La tiene que saber tratar.  
Amar siempre con locura,  
Respetar y valorar.

¡Que ella es una princesa!  
**PRINCESA SIN CORONAR.**

*Pepi Alcón Torrejón*  
*Monitora de Corte y Confección*

**Cárcel de Papel**

El pajarillo miraba para otro lado  
Mientras él le observaba  
Vivía en una cárcel de papel  
De la que no se libraba

La quería destruir  
Librarse del calvario  
Quería huir  
Pero no le salían palabras de los labios

Algo le frenaba  
Le atormentaba en su interior  
Violaciones, golpes, caídas y mucho furor  
Poco a poco se fue alejando de él.

Una luz se escuchaba,  
Más y más cada vez  
Empezaba a quemar  
Y la cárcel empezó a arder

Voló libre el pajarillo  
Ya no tenía dueño,  
Creció y se hizo fuerte  
Le parecía un sueño

*Ángel Carmona García*



## Micromachismo: La violencia cotidiana

Me gustaría que este artículo, fuera un lugar de reflexión acerca de la violencia sexista y una propuesta de recuperación de las mujeres víctimas a través del empoderamiento. El proceso de empoderarse podemos llevarlo a cabo todas las mujeres para continuar nuestro crecimiento en una sociedad en la que aún hay que trabajar por la igualdad efectiva de hombres y mujeres.

Cuando creemos que la sociedad es más igualitaria y las diferencias entre mujeres y hombres ha disminuido, los micromachismos demuestran lo contrario, son tan comunes que pasan desapercibidos, Luis Bonino (Terapeuta Argentino) acuñó el término Micromachismo para describir los pequeños comportamientos de violencia cotidiana que ejercen los hombres para coartar la autonomía personal femenina de manera continuada y sutil. , es un comportamiento de carácter machista pero que pasa desapercibido por considerarse normal en la sociedad. Veamos algunos ejemplos claros de ello:

1 Brecha salarial: En España las mujeres cobran entre un 20-30 % menos, con respecto al hombre por una misma categoría profesional.

2 Ocupación altos cargos directivos: A pesar del aumento de tituladas superiores, el 90 % de los altos cargos están ocupados por hombres.

3 Conciliación familiar: Las políticas de conciliación familiar, rara vez tienen en cuenta al hombre, la mujer lleva el peso del hogar y es doble carga si trabaja fuera.

4 Uso desigual de las tareas domesticas: Las mujeres asumen en el 80 % de los casos, el peso de las tareas del hogar.

5 Uso sexista del lenguaje: Determinados calificativos en género masculino tienen un significado positivo y en género femenino es peyorativo.

6 Baño de mujeres: El símbolo del cambiador de bebés, que no aparece en el de los hombres, dificultando la participación conjunta y dejando la tarea solo a la madre.

7 Importancia de la imagen en los medios y la sociedad Además de la formación y la profesionalidad a las mujeres se les exige “estar guapas” “ser jóvenes y atractivas” aspecto que se

relaciona con el éxito femenino, mientras que a ellos no.

8 Prejuicios entorno a nuestra indumentaria Se nos juzga por nuestra indumentaria, incluso cuando lo relevante sean otras cosas.

9 Campañas publicitarias. A nosotras nos anuncian cosméticos y a ellos coches ...

10 Uso de nuestra sexualidad, las mujeres que expresan abiertamente su vivencia libre de la sexualidad son juzgada de forma diferente, a si es el hombre el que lo hace.

11 Actitudes paternalistas y/o controladoras por parte de la pareja, indicativos que demuestran que es el fuerte y por tanto el que tiene que proteger.

12. Llamar por el nombre y no por el apellido a una mujer. Ej: Rajoy, Sánchez, Iglesias, Rivera frente a Susana y Soraya, pocos titulares venden con un Mariano a secas. Etc...

Lo peor de los micromachismos no es que estén, sino que no llamen la atención por considerarse normales dada su invisibilidad se ejercen con total impunidad, el objetivo de estas conductas es mantener o reafirmar los lugares que tradicionalmente se han asignado a mujeres y hombres, ellos con más derechos y ellas con menos y disponibles para el varón.

La violencia contra las mujeres continúa siendo una epidemia global que mata y perjudica a millones de mujeres, esta presente en todo el mundo, más allá de las diferencias culturales, religiosas, de educación o nivel económico. Ya es hora que tomemos conciencia de que esta no es una cuestión privada que le pasa a otros detrás de las paredes de su casa ,es un problema que nos compete a todas y todos como integrantes de esta sociedad y como testigos que somos del dolor ajeno. Debemos aunar esfuerzos para seguir trabajando aliviando el sufrimiento de las mujeres victimas y también para educar, movilizar conciencias y sensibilizar sobre este tema.

*María Jesús Fernández Cazalla. Psicóloga.*



## “Vas provocando...”



Una chica y un chico, ambos pareja, algo normal ¿verdad? Todo bien, hasta que el chico le dice “Cámbiate de ropa, que vas provocando”, la chica ve algo raro pero cede y se cambia. Al salir, ella está enfadada y comenta que no es normal, pero él utiliza varios argumentos haciendo que su chica cambie de opinión y le dé la razón.

Este puede ser un caso de tantos que hay a diario, un caso que es la base de lo que puede ser algún día mucho peor. Pero un caso de los pocos que nos muestra la televisión y otros medios de comunicación, ya que no se muestra nada hasta que la mujer es realmente una víctima de violencia de género.

Pero, ¿por qué no se detecta la violencia cuando sólo está empezando?

Porque el hombre utiliza argumentos para convencer a la mujer y que “parecen” normales, por ejemplo “vas provocando” o “¿no te das cuenta que sólo tienes que gustarme a mí?, entre muchas cosas más...

Pero pasa un día, un mes, varios años... Una palabra, un golpe...

Mujeres con miedo a denunciar por lo que pueda pasar después, y entonces no será solo la situación del “No te pongas esto, que vas provocando”, sino la de “No te hables más con cierta persona, no salgas de casa sin mi permiso, dime todo lo que compras... Mejor dicho, no hagas nada sin mi consentimiento y como lo hagas, prepárate para la paliza que te espera después”.

En pocas palabras, cada día nos llegan noticias de más y más casos de violencia, los cuales pueden evitarse porque todas las mujeres en el fondo tienen valor y logran imponerse al hombre.

Si pudiera dirigirme a alguna chica a la que su novio le dice “Cámbiate, que vas provocando”, le diría: “Cuando tu pareja te diga lo que tienes que hacer, abre los cinco sentidos y evítalo, y ponte lo que quieras, cuando quieras y donde quieras, sin prestarle atención a nadie y muestra más allá, a donde vayas, la sonrisa que te identifica después de evitarlo todo, la sonrisa de la libertad”.

*Flor Ferrera Amarillo, 2º de Bachillerato B*





## Si duele no es amor

Como bien dijo Eduardo Galeano: "Al fin y al cabo, el miedo de la mujer a la violencia del hombre es el espejo del miedo del hombre a la mujer sin miedo".

La violencia machista no es sino la excusa para oprimir la libertad de la mujer, pues en ella realmente está el mayor temor del hombre. Así pues, lo verdaderamente preocupante es que esta aberración se produce cada vez más en parejas jóvenes. A partir de aquí nos preguntamos: ¿por qué sucede esto?

Los adolescentes vivimos bombardeados de estereotipos y de clichés que nos impiden ver lo que realmente es violencia de género, pues esta se encuentra camuflada bajo los ropajes del amor romántico. Pero el problema comienza desde mucho antes, cuando a través de películas Disney se nos inculca desde la infancia una idea equivocada del amor, de lo que se espera de una mujer, de lo que hay que esperar de nuestro "amado", que casualmente será el amor de nuestra vida y que para colmo, durará para siempre.

Y claro, yo me pregunto: ¿qué tipo de preparación para el mundo de las relaciones amorosas nos pueden proporcionar esta visión desvirtuada del amor? Creo, sinceramente, que ninguna, pues es en ese momento cuando empieza toda una cadena de infortunios que llevará a la mujer a ocupar el lugar que hoy tiene en la sociedad.

La primera pareja' nos hace creer que es nuestro primer amor y que además lo será para siempre, y como consecuencia, nos aferramos a él temiendo perder la felicidad. El caso es que este nos termina en muchas ocasiones anulando, y aquí comienza el problema. La violencia psicológica entra, sin darnos cuenta, envuelta en el concepto tan bonito e irreal del amor romántico. Pero, ¿qué es más grave: dejar que nos manipulen y nos opriman o por el contrario no ser verdaderamente conscientes de ello?.

Que te pida las contraseñas de todas las redes sociales o de tu móvil, no es amor. Que te diga dónde estás, o con quién andas, no significa que te eche de menos. Que te diga que solo quiere estar contigo, no es amor. Pero sin duda alguna, la frase que realmente nos creemos es la de "nadie te querrá como yo". No obstante, esto solo son varios

ejemplos de los miles que irrumpen hoy en día las relaciones de parejas jóvenes. Y es que la solución a este tipo de violencia y concretamente en este contexto, existe.



Tenemos que dejar de creer en ese concepto equivocado e irreal del amor romántico en el que la mujer ocupa un segundo plano. No pertenecemos a nadie. No merecemos ser controladas y mucho menos creernos inferiores, porque la solución solo radica en conocer que nunca la mujer merece tener alguna frontera que la limite, que le impida mejorarse como persona o que le impida algo tan básico como ser feliz. En definitiva, tanto hombres como mujeres, debemos tener una buena educación basada en la igualdad, y será entonces cuando los roles actuales en las parejas jóvenes empiecen a cambiar. El amor que merece tener cabida en esta sociedad, jamás puede hacernos sentir dependientes, infelices o vulnerables. ¿Qué tal si empezamos por ahí?

Ana León Alcón, 2º de Bachillerato A



## No te dejes engañar

“Esa falda es muy corta”, “dame la contraseña de tu móvil para ver con quién hablas”, “hoy no salgas con tus amigas que no me gustan”. Esas frases no pueden venir de alguien que te quiera, sino de alguien que te quiere poseer, que no te respeta. Sabes que muchas personas que conoces sufren esto como tú, y es inadmisibles que siga pasando hoy en día. Es inadmisibles que, como tú, miles de adolescentes y mujeres sufran estos comentarios de sus parejas, de esos mismos que dicen que tanto las quieren y lo hacen por su bien, que al cabo de un tiempo acaban entre rejas, si es que no acaban con su propia vida después de llevarse la de una inocente, poniendo fin a algo que debió acabar mucho antes. Pero debes estar tranquila, con la ayuda de la gente que de verdad te quiere puedes salir de esto y vivir una vida llena de felicidad, porque esto que estás viviendo ahora, aunque te llenen con frases de amor “protector” y demás mentiras, no es felicidad.

Quizás todo empezó cuando tu novio vio cómo su padre trataba a su madre, o cuando oyó, prestando atención como si se tratase de alguien admirable, a su amigo mayor (sí, aquel que no acabó 3º de la ESO) contándole como él revisaba el móvil de su novia todos los días y le elegía su ropa. Todos sabemos que un recién nacido no nace con estos pensamientos, al igual que también sabemos que una persona con una buena educación y respeto hacia todos tampoco acaba con ellos. Todo comienza ahí, en la educación que reciben esos individuos. Si una persona desde pequeño ve cómo en su casa su padre está todo el día en el sofá mientras su madre siempre hace todo, y este la maltrata continuamente tanto física como psicológicamente, pensará que es lo correcto, porque claro, si papá hace esto, será lo que hay que hacer, porque ¿quién tiene más razón que mi papá? Y así pasarán los días hasta que esa persona crece, encuentra a su amor verdadero y a la que tanto quiere y comienza a actuar correctamente, como le ha enseñado su padre.



Aunque creas que yo no puedo sentir lo que sufres, de alguna manera por las noticias y por los casos de violencia de género que ocurren constantemente (también en mi localidad) siento el sufrimiento que las mujeres y las adolescentes como tú padecen; y siento esta injusticia que nunca acaba. Todos tenemos que aunar esfuerzos para que, de una vez, estos casos dejen de aparecer en las noticias y en nuestro entorno. Y es que yo me pregunto por qué sigue habiendo este tipo de violencia, ¿no será que todos somos culpables? Algunos por permitir que pase y volver la cara en vez de actuar, las propias niñas y adolescentes que entre ellas se insultan con palabras machistas por cosas que si las hace un niño es digno de admirar. Este problema está incrustado desde hace siglos en la sociedad y como no nos esforcemos todos y cada uno de nosotros, seguirá existiendo y destrozándonos.

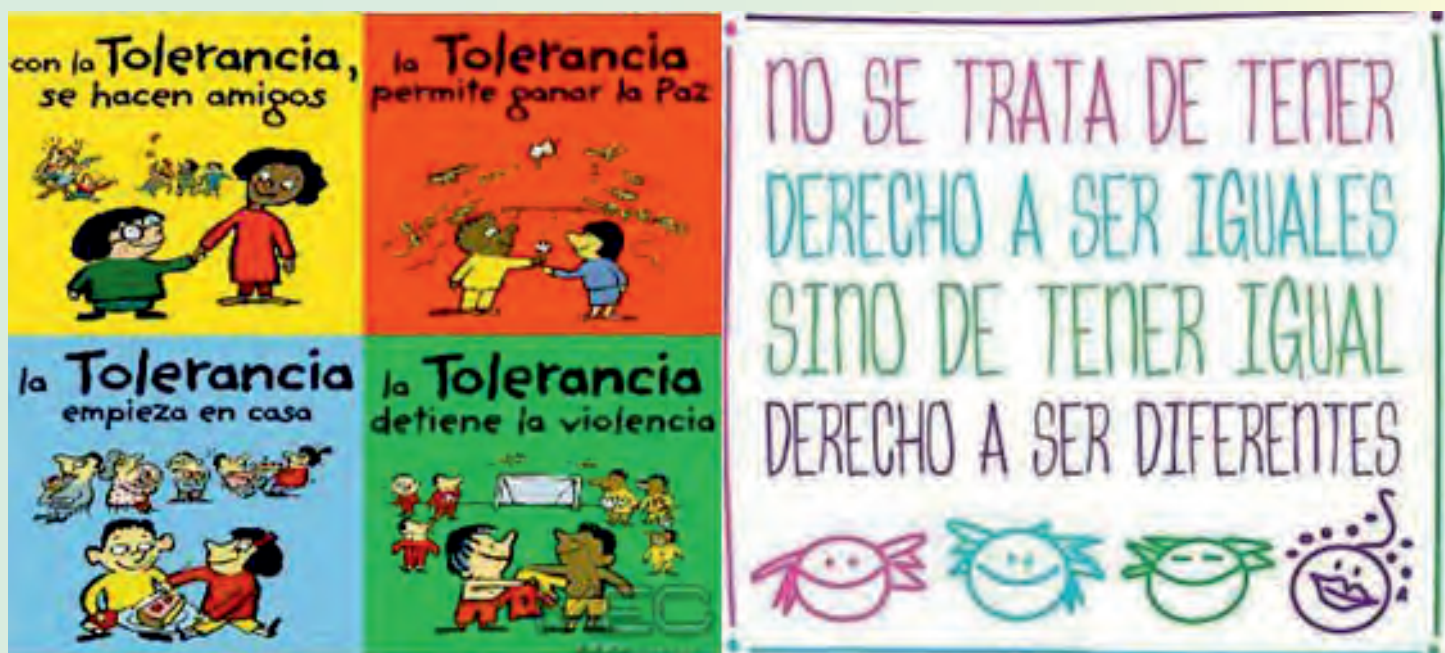
Solo me queda darte ánimos, no te dejes engañar, debes de dar el paso y llamar a ese número que tantas veces se te ha pasado por la cabeza, pero que por miedo se te borraba rápidamente de ella. Reúne valor y acaba con esto. ¡Ah, y que no se te olvide!...VÍSTETE CÓMO QUIERAS, SAL CON QUIÉN QUIERAS Y CUÁNDO QUIERAS PORQUE ERES LIBRE.

*David Ganfornina Alcón, 2º de Bachillerato A*

## Contraseña

Hace falta una pizca de humor y paciencia para demostrar cuánto amas a una persona, o al menos, esa es la creencia de muchos.

Todo comienza con el reflejo en un espejo, perfiles amistosos, riendo y con una gran felicidad, que hace del ambiente un paraíso. Pero, todo llega a su fin, el espejo de la “felicidad” comienza a fracturarse, las grietas que yacen de su centro se extienden lentamente, surge un inconveniente: uno de los integrantes pretende reparar la ilusión de la que todo brota, consiguiendo así enmascarar de nuevo la falsa realidad, pero comete un error. Su ambición por conseguir la contraseña del teléfono de su pareja lo condena a la verdad. La chica es manipulada, mientras que su manipulador tergiversa cualquier argumento para así hacer que se sienta mal y culpable. El dementor absorbe al fin la privacidad de la chica y entonces la mofa contra ella comienza cuando empieza a leer cualquier conversación privada que tuviera.



Pero todo tiene un precio. Su acto impúdico han condenado al espejo a fracturarse de una vez por todas y es entonces cuando la luz acaricia la sincera realidad mostrando una relación falsa y frustrante, donde el único interés que hay es el ego del chico, que usando su mortífera arma, los celos, ha asesinado la bonita relación que un día pudo ser.

Cuando eres parte de una relación debes al menos haber madurado tu pensamiento, sabiendo que en una pareja nadie es esclavo de nadie, que en una pareja el verdadero amor es el que comprende la confianza. Si en una relación existe verdadero amor y no es un espejismo, nada de eso

sucedirá. Los espejos están bien cuando muestran bellos recuerdos, pero la cruda realidad es que a veces, tras esos recuerdos, está la verdadera cara del acosador que te forzaré a hacer cosas que no quieres, destruyendo cualquier atisbo de privacidad que existiera.

No consientas que se destruya la senda que durante siglos la lucha de muchas mujeres han trazado a duras penas, busca la libertad alejada de dementores manipuladores y acosadores.

*Sergio Jiménez Tornero, 2º de Bachillerato B.*

# Concurso



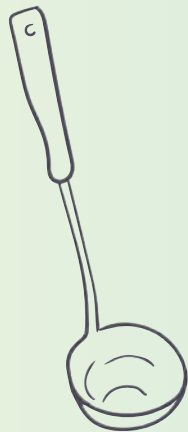
Jurado



Grupo ganador de decoración de mesa



Premio al delantal



# gastro**n**ómico



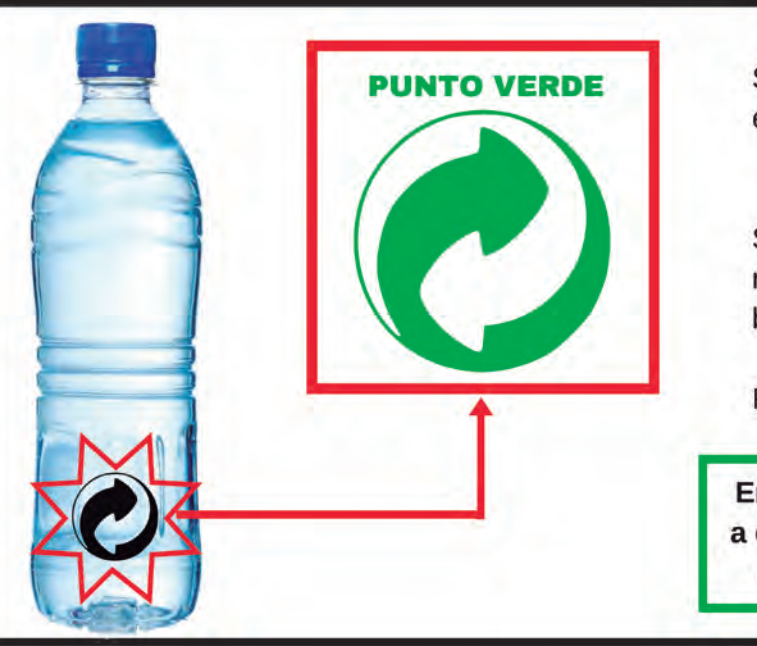
Primer premio



Segundo premio



Tercer premio




**¿Sabéis qué es el Punto verde?**  
Solo tenéis que mirar las etiquetas de los envases y allí os lo encontraréis.

**¿Por qué es MUY IMPORTANTE?**  
Si aparece en el envase indica que la empresa cumple las normas, sobre la recogida selectiva y el reciclado... y esto nos beneficia a todos: CIUDADANÍA Y MEDIO AMBIENTE

Pero lo más **IMPORTANTE!!!!**

**En nuestras manos está darle una segunda vida a estos envases. Realiza un uso correcto de los contenedores y TODOS SEREMOS FELICES**




# #NoTeDejesPisar



## 25 DE NOVIEMBRE

**DIA INTERNACIONAL CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO**





Ilmo. Ayuntamiento de  
El Cuervo de Sevilla

