

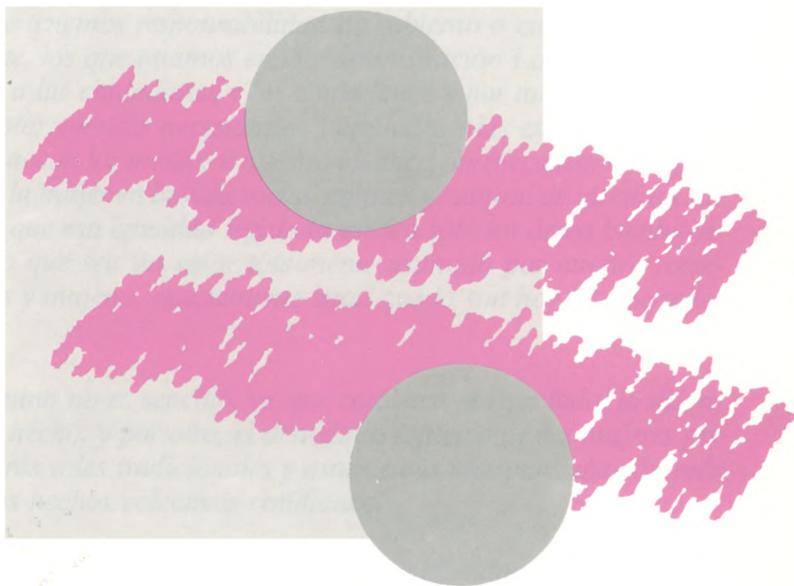
# PLAN DE IGUALDAD DE LA MUJER



*Ni más,  
Ni menos*



# PLAN DE IGUALDAD DE LA MUJER



ARCHIVO MUNICIPAL  
ALCALA DE HENARES

R. 4.954

Edita:

*Excmo. Ayuntamiento de Alcalá de Henares  
Centro Asesor de la Mujer*

Coordina la edición:

*Oficina de Prensa e Imagen  
Alcalá de Henares, 19 de septiembre de 1990*

Cubiertas:

*Dos Puntos, S. L.*

Imprime:

*Gráficas Dégon, S.A.L.*

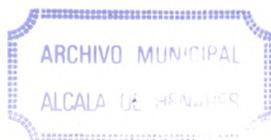
*En nuestro país, la Constitución de 1978 establece un marco que nos posibilita construir una sociedad igualitaria, sin discriminación por razón de sexo, raza o ideología.*

*Realizada en gran parte la reforma legislativa, podemos afirmar que las españolas y los españoles somos iguales ante la Ley. Pero ésta es sólo la herramienta que tenemos que utilizar en la tarea de construir una sociedad más justa; tarea que nos corresponde a todas y a todos, en especial a los que tenemos responsabilidad de gobierno a cualquier nivel, y concretamente, los que estamos en la Administración Local, por ésta la más cercana a las ciudadanas y los ciudadanos y por tanto, la que mejor puede captar vuestras necesidades, inquietudes y las exigencias de poner en marcha, con los medios a nuestro alcance, los mecanismos de participación de la mujer en la vida social, política y cultural de nuestra Ciudad, y lograr que esa igualdad legislada no sea sólo un deseo bienintencionado, sino que sea un valor totalmente asumido por nuestra sociedad, hombres y mujeres, exactamente igual que lo son hoy las libertades públicas.*

*Este camino no es sencillo, ya que coexisten por un lado, la discriminación de hecho, y por otro, el denodado esfuerzo de las mujeres por ir dejando atrás roles tradicionales y asumiendo una participación más efectiva en los hechos colectivos cotidianos.*

*Las acciones necesarias para conseguir la igualdad deben plantearse en todos los ámbitos de la Administración y desde las diferentes áreas de competencia: salud, educación, cultura, empleo, servicios sociales, etc., es por lo que he visto necesario insertar en las áreas de gestión municipal, medidas de acción positiva que generen una cultura de igualdad, y un cambio de actitud, comportamiento y pensamiento en pro de una mejora de la calidad de vida de todas las personas, hombres y mujeres.*

Florencio CAMPOS CORONA  
Alcalde de Alcalá



## **ACUERDO PLENARIO**

A propuesta de la Comisión de Salud, Consumo y Mujer y habiendo sido aprobado previamente por el Consejo Municipal de la Mujer, el Ayuntamiento en Pleno acordó aprobar por unanimidad el Plan para la Igualdad de la Mujer en Alcalá de Henares en la sesión celebrada el día 18 de septiembre de 1990.



**Excmo. Ayuntamiento de Alcalá de Henares**  
**Concejalía de la Mujer**

# PLAN DE IGUALDAD DE LA MUJER

- ✓ PRESENTACION
- ✓ EMPLEO Y FORMACION
- ✓ SALUD
- ✓ CULTURA
- ✓ SERVICIOS SOCIALES
- ✓ EDUCACION
- ✓ INVESTIGACION

# INTRODUCCION

La vida local es el primer eslabón para que la mujer participe en la sociedad y por tanto, el primer espacio político en el que puede practicarse de una forma efectiva el principio de igualdad de oportunidades.

Siendo consciente de este hecho, el Gobierno Municipal, surgido de las elecciones de 1987, crea por primera vez en nuestra Ciudad una Concejalía de la Mujer, con el objetivo de elaborar una política dirigida a hacer real el art. 14 de nuestra Constitución: "Los españoles son iguales ante la Ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social".

Tras mantener una serie de contactos con diferentes asociaciones de mujeres de nuestra Ciudad, que culminaron con la realización de las I Jornadas de la Mujer en Alcalá, se ve la necesidad de crear un Centro Asesor de la Mujer, que elabore programas, impulse y canalice las actividades dirigidas a las mujeres de nuestra Ciudad, y orientada a conseguir la igualdad entre los sexos.

La formulación de todas estas acciones confluye con la elaboración de un Plan de Igualdad para la Mujer de Alcalá, en el que se recogen unas medidas de acción positiva, conscientes de la dificultad que encuentra hoy la mayoría de las mujeres para hacer compatible su vida familiar con una integración profesional y social.

El Plan de Igualdad se elabora de acuerdo con esta realidad y es respaldado por el Pleno del Ayuntamiento, haciendo caso de lo establecido en el art. 9 de la Constitución, que obliga a los poderes públicos a promover las condiciones para que la libertad y la igualdad de las personas y de los grupos en que se integran sean reales y efectivas, a remover los obstáculos que impiden o dificultan su plenitud y a facilitar la participación de todos/as los/las ciudadanos/as en la vida política, económica, cultural y social.

Dicho plan sólo podrá ser una realidad con la colaboración y la acción coordinada de las diferentes concejalías con competencia en la consecución de los diferentes objetos básicos que dinamicen el acceso de las mujeres a todo el acontecer social, y respeten el principio de igualdad entre las personas, indispensable éste para el desarrollo de un país, el bienestar del mundo y la causa de la Paz.

El sistema educativo debe ser uno de los instrumentos fundamentales para corregir la desigualdad social que se deriva por razón del sexo. Por ello la política educativa debe tener como objeto fundamental la coeducación, fomentando un cambio de actitud dentro de la práctica escolar, y preparando al alumnado para asumir solidariamente y en términos de igualdad sus responsabilidades, tanto en la vida privada como en la pública.

Hoy es un hecho constatado que la presencia de niñas es igual que la de niños en los diferentes niveles de la enseñanza obligatoria, sin embargo, esto sólo presenta un avance cuantitativo, no ha supuesto una integración de valores, sino de admisión de niñas en un sistema educativo pensado durante siglos para varones.

Se ha hecho desaparecer del sistema educativo todo lo considerado femenino: cocina, labores, sin analizar si se trataba de conocimientos necesarios para el desarrollo integral de la persona, chico o chica, aunque históricamente hubiera sido patrimonio de la mujer.

## **OBJETIVO 1. COEDUCACION-FORMACION DEL PROFESORADO**

Determinados patrones socio-culturales de contenido sexista se hallan tan arraigados en la sociedad, que afectan a la propia persona dedicada a la enseñanza, lo que, aun de forma inconsciente, contribuye a la transmisión de estereotipos sexistas por los propios centros escolares.

### **ACCION:**

*Reforzar el programa de formación del profesorado sobre coeducación a través del CEP.*

## OBJETIVO 2. ORIENTACION PROFESIONAL

Si bien hoy no existe ninguna traba para que las mujeres accedan a todos los niveles del sistema educativo, éste parece empujar a las jóvenes hacia opciones profesionales de modo diferente, tendiendo las chicas a escoger profesiones en relación con los roles tradicionales de la mujer, sin que esta elección guarde relación con su nivel de capacidad o rendimiento escolar. De esta forma la mujer todavía se encuentra infrarrepresentada en algunas carreras técnicas.

A la hora de optar por una u otra alternativa funcionan los mismos patrones culturales, comportamientos, actitudes y formas de vida en cuya transmisión juega un papel fundamental el profesorado, el material escolar y la orientación profesional.

### ACCIONES:

1.- *Potenciar campañas de información e introducir programas de orientación profesional que faciliten a la mujer la elección de profesiones o carreras no tradicionales, fomentando el interés de las niñas hacia las nuevas tecnologías.*

2.- *Dotación a los centros de enseñanza de bibliografía específica en materia de igualdad de sexos.*

3.- *Promover actividades deportivas que faciliten la participación de chicos y chicas, potenciando la formación de equipos mixtos.*

4.- *Colaboración con los consejos escolares de los centros educativos para impartir dentro de la educación para la salud, la información precisa que permita el desarrollo global de los chicos/chicas y les posibilite unas relaciones afectivas y sexuales no conflictivas.*

5.- *Introducir en los centros escolares actividades que capaciten al hombre para asumir las mismas responsabilidades que la mujer en el mantenimiento del hogar.*

### **OBJETIVO 3. ADECUAR LA FORMACION PERMANENTE A LAS NECESIDADES ESPECIFICAS DE LAS MUJERES**

El 51,6% de las mujeres de nuestra Ciudad no han terminado el grado escolar. En general las mujeres que no realizan un trabajo fuera del hogar no participan en la vida social, cultural y política. Es necesario potenciar programas educativos que fomenten su participación en la vida comunitaria y su formación para incorporarse a la vida social activa, así como para facilitar su inserción laboral y la promoción a otros niveles educativos.

#### **ACCION:**

*Subvencionar y colaborar con los grupos que se encargan de la educación permanente de adultos en nuestra Ciudad*

# INVESTIGACION

A pesar de los cambios ideológicos producidos últimamente en la sociedad con respecto al tema de la discriminación de la mujer, en muchas ocasiones estos no pasan del terreno de lo anecdótico, careciendo de una serie de perspectivas sin las cuales no es posible el conocimiento adecuado de la realidad, por ello es necesario fomentar la realización de estudios sobre el tema, así como la incorporación de la mujer a debates con el fin de que se puedan realizar nuevas aportaciones a la tarea de construir un mundo más igualitario y justo.

## *OBJETIVO 1. DIFUNDIR EL PENSAMIENTO FEMINISTA. CONOCER LA SITUACION DE LA MUJER EN ALCALA. POTENCIAR LA REALIZACION DE ESTUDIOS*

Con este objetivo se trata de potenciar la realización de estudios sobre la situación de la mujer en nuestra Ciudad, así como dar a conocer el estado actual de las investigaciones, que tanto en España como en el extranjero se vienen realizando.

### **ACCIONES:**

- 1.- Organizar jornadas, seminarios y debates sobre la situación de la mujer.*
- 2.- Colaborar con el Hospital de Alcalá y otros organismos con competencia en materia de salud en la investigación de aspectos que afectan directamente a la salud de la mujer.*
- 3.- Realizar estudios de mercado sobre la oferta de puestos de trabajo en las empresas del Corredor del Henares, así como la cualificación solicitada para ocupar los mismos, porcentajes de mujeres de cara a fomentar la formación profesional.*
- 4.- Difundir estudios locales, nacionales o extranjeros que sobre el tema de la mujer se hayan realizado por investigadores/investigadoras en las diferentes disciplinas académicas.*

5.- Garantizar mediante la colaboración con la Comisaria de Policía y Policía Municipal la elaboración de estadísticas referidas a las denuncias por agresiones contra mujeres: agresiones sexuales, malos tratos, etc., especificando la relación de parentesco existente.

6.- Introducir las variables sexo y edad en las estadísticas salariales, a fin de conocer la diferente distribución entre hombres y mujeres.

# SALUD

La mujer por sus especiales características biológicas hace que necesariamente tenga que acudir a los servicios de salud, independientemente de su estado de salud/enfermedad, con motivo de embarazos, planificación familiar. Las mujeres no sólo son transmisoras de vida, y por tanto su estado de salud condiciona el de las generaciones siguientes, sino que tienen un papel fundamental como agentes de salud, por la función que casi siempre desempeñan como educadoras sanitarias en el núcleo familiar.

Por otro lado la alta frecuencia de su asistencia a las consultas de medicina general, se debe en muchas ocasiones a la aparición de síntomas que se agrupan en el llamado “síndrome del ama de casa”. Este malestar a veces impreciso es expresión de una mala calidad de vida y de la ruptura de un aparente equilibrio social que se produce con el desarrollo por parte de la mujer de otros roles, a parte del reproductivo y familiar. La mayoría de las mujeres poseen escasos conocimientos sobre su propio cuerpo y su biología. Ello conlleva una medicalización y un intervencionismo sanitario excesivo en algunos aspectos, y en otros sin embargo muy deficiente: servicios de planificación familiar que cubran a toda la población femenina, escasa o nula información de educación sanitaria, poca dedicación a la investigación de patología específicamente femenina como la mamaria.

La mayor parte de los programas de salud se han centrado en la enfermedad, considerandola como una desviación frente a la norma. De acuerdo con el concepto de la Organización Mundial de la Salud, según la cual la salud es un estado de bienestar físico, psíquico y social no solo la ausencia de enfermedad e incapacidad, la salud es un estado positivo que concierne al individuo en sí mismo en el contexto de su medio ambiente. Esta concepción positiva de salud implica que todas las personas pueden acceder al bienestar, haciendo pleno uso de sus capacidades funcionales existentes.



## **OBJETIVO 1. DESARROLLAR PROGRAMAS DE EDUCACION PARA LA SALUD EN GENERAL Y EN ESPECIAL AQUELLOS DIRIGIDOS A LA MUJER EN SUS MANIFESTACIONES ESPECIFICAS**

La educación es la base sobre la cual se desarrolla el potencial de la persona y sobre la que se establece una participación útil en la vida social. Es también una condición necesaria para que la persona pueda comprender lo que es la salud y escoger con conocimiento de causa su estilo de vida. La mujer es reproductora de esquemas en cuanto a estos estilos, ya que es ella la que cuida de la salud de la familia, de la aplicación de actividades como higiene, alimentación, cuidado de los niños y ancianos, siendo esto decisivo para mejorar el nivel de salud de la comunidad.

### **ACCIONES:**

1.- *Organizar cursillos sobre temas de interés para la salud de la familia: nutrición, medio ambiente, consumo, menopausia.*

2.- *Prevención de embarazo en adolescentes: realización de cursillos en centros de EGB, BUP Y FP en colaboración con APAS, profesores y centros de la juventud sobre diferentes aspectos de la sexualidad: anatomía y fisiología del aparato reproductor, fecundación, embarazo, métodos anticonceptivos, etc.*

3.- *Impulsar campañas de prevención de cáncer de mama mediante la autoexploración mamaria.*

4.- *Colaborar con la Unidad de Salud Mental en la elaboración de programas dirigidos a mujeres con trastornos psíquicos: depresión, ansiedad, etc, reforzando mediante acciones educativas y apoyo social la capacidad de la mujer para afrontar los problemas existentes.*

5.- *Formación de agentes de salud entre las mujeres de la Ciudad, que se conviertan en propagadoras del concepto integral de salud (equilibrio entre medio interno y medio ambiente) así como detectar factores de riesgo para la salud en su entorno cotidiano.*

## **OBJETIVO 2. PONER EN PRACTICA LAS MEDIDAS NECESARIAS QUE PROTEJAN Y MEJOREN LA SALUD DE LAS TRABAJADORAS**

Es un hecho reconocido que el trabajo llevado a cabo en condiciones apropiadas es una fuente de salud y bienestar, pero también lo es que los condicionamientos psicosociales y ambientales son con frecuencia origen de enfermedad para los/las trabajadores/trabajadoras.

### **ACCIONES:**

*1.- Promover y apoyar las iniciativas de los/las trabajadores/as para investigar y denunciar determinadas condiciones de trabajo para su bienestar integral.*

*2.- Informar a los/las trabajadores/as de los riesgos que para su salud en general y para el proceso reproductivo en particular pueden significar determinados trabajos.*

## **OBJETIVO 3. FOMENTAR EL DESARROLLO LA REALIZACION DE EJERCICIO FISICO**

La contribución que la actividad física puede aportar no sólo a la salud, sino también al bienestar de las personas, es indiscutible. Una buena forma adquirida a través de una actividad física regular, favorece la prevención de enfermedades y promueve la salud.

### **ACCION:**

*Realizar campañas tendentes a desarrollar la práctica del deporte y el ejercicio físico en la mujer en colaboración con la Casa del Deporte.*

## **OBJETIVO 4. PREVENCIÓN DE LA PROSTITUCIÓN Y DE LAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL QUE SE PUEDAN DERIVAR DEL EJERCICIO DE LA MISMA**

La prostitución es uno de los aspectos más graves de la discriminación de la mujer. En ella intervienen factores psicológicos, sociales, económicos y culturales. En términos generales no es una opción libremente elegida, incidiendo en este problema, por una parte el paro, especialmente de las mujeres no cualificadas profesionalmente, y por otra el consumo de drogas.

### **ACCIONES:**

*1.- Realización de seminarios para padres, profesores y alumnos sobre la igualdad entre los sexos, enfatizando en el respeto mutuo que debe haber entre ellos.*

*2.- Realización de campañas divulgativas sobre la prostitución como factor de riesgo de enfermedades de transmisión sexual: sida, sífilis, herpes genital, gonococia...*

*3.- Realizar campañas para el control sanitario periódico de las prostitutas.*

# FORMACION Y EMPLEO

La vida laboral en los países europeos de nuestra Comunidad, así como en nuestra Ciudad, está caracterizada por una baja tasa de actividad laboral femenina. Dos de cada tres parados son mujeres.

La mujer se encuentra super representada en la economía sumergida, así como concentrada en un número limitado de profesiones, las más desvalorizadas.

Una de las cosas fundamentales que hace que esta situación se mantenga es la responsabilidad que la mujer tiene en las tareas domésticas y en el cuidado de la familia. Esta situación les obliga en muchas situaciones a abandonar el mercado de trabajo y a desatender a su formación y promoción profesional.

Por un lado es fundamental fomentar la formación ocupacional de las mujeres, ya que un factor que incide de forma importante en el acceso de éstas al mundo laboral, es precisamente su nivel de formación profesional en función de los perfiles formativos demandados por las empresas.

Todo ello debe conducir a emprender programas de acción positiva en materia de empleo, orientados a remover los obstáculos que impiden que la mujer se inserte plenamente en el mundo laboral, así como potenciar el empleo de mujeres en profesiones en las que están subrepresentadas, según establece el segundo programa de acción por la igualdad 1986-90 de la Comunidad Europea y el Plan de Igualdad de oportunidades de la Mujer aprobado por el Consejo de Ministros en 1987.

## *OBJETIVO 1. FOMENTAR LA FORMACION OCUPACIONAL DE LAS MUJERES*

La formación ocupacional es en muchos casos la pieza fundamental para favorecer la inserción en el mundo laboral a aquellas mujeres que han carecido de posibilidades para acceder a una enseñanza reglada, conexiando la formación profesional con la oferta de empleo.

## ACCIONES:

1.- Establecer programas de formación específica de reciclaje encaminados a la inserción profesional de mujeres que, tras una larga interrupción de su actividad laboral, intentan reintegrarse al mercado de trabajo.

2.- Promover módulos de preformación dirigidos a mujeres jóvenes y adultas con niveles bajos de formación y con especiales dificultades para acceder al mundo laboral.

3.- Promover la realización de cursos sobre técnicas de búsqueda de empleo: cooperativismo, autoempleo y gestión de empresas para las mujeres paradas.

4.- Gestionar con las empresas el que las mujeres que se encuentren realizando cursos de formación profesional y no han trabajado nunca, realicen prácticas en las mismas, para así tener un primer contacto con el mundo laboral.

## OBJETIVO 2. FACILITAR EL ACCESO DE LA MUJER AL EMPLEO MEDIANTE MEDIDAS DE ACCION POSITIVA

A los obstáculos que la mujer tiene para acceder al mercado de trabajo: abandono en una edad temprana para hacerse cargo de la familia, así como baja preparación o formación, se añaden los prejuicios sociales sobre la capacidad de la mujer para realizar determinados trabajos, lo que incide para que la discriminación en el campo laboral se perpetúe.

## ACCIONES:

1.- Promover la puesta en funcionamiento de un mayor número de comedores escolares, así como guarderías subvencionadas como medio de adaptar los horarios de los hijos/hijas a las de las madres.

# CULTURA

La tradicional división de funciones establecida dentro de los sexos ha relegado a la mujer al cuidado del hogar, dificultando, y a veces impidiendo su acceso al ámbito cultural, al tener que dedicarse a la familia en las horas que normalmente se desarrolla la oferta cultural.

A pesar de todo las mujeres alcaíñas están empezando a incorporarse, rompiendo las barreras que las mantiene en el hogar y haciéndose cada día más patente su presencia en la vida cultural y social de la Ciudad.

## **OBJETIVO 1. BIBLIOTECAS PUBLICAS. SECCION ESPECIALIZADA**

Los materiales gráficos y audiovisuales son medios importantes de fomento cultural, y para su utilización deben encontrarse en el ámbito más cercano posible de la persona usuaria de los mismos.

### **ACCIONES:**

*1.- Fomentar la creación en todas las bibliotecas públicas de una sección especializada en temas relacionados con la mujer.*

*2.- Acercar la oferta cultural a su entorno más inmediato, para ello instalar un servicio de préstamo de libros, así como de información de la oferta cultural en el Mercado Municipal.*

## **OBJETIVO 2. PARTICIPACION CULTURAL**

La participación de la mujer en la vida literaria, artística, científica y técnica supondrá que se desarrolle y potencie su personalidad, a la vez que incidirá en un enriquecimiento de la sociedad en su conjunto.

## ACCIONES:

1.- Promover la participación de la mujer como miembro de jurados de concursos de premios artísticos, literarios, etc.

2.- Promocionar las actividades culturales desarrolladas por las asociaciones de mujeres mediante la subvención de éstas.

## OBJETIVO 3. ERRADICAR EL USO DE UN LENGUAJE SEXISTA

En el lenguaje, hecho cultural y social, nada es natural o instintivo -ni los fonemas, ni la morfología, ni la sintaxis, ni el léxico-, ya que la gramática es todo un proceso que encierra una determinada concepción del mundo, por ello debe ser objeto de un tratamiento no sexista, ya que es elemento importante en el proceso de transmisión de patrones culturales.

Los presupuestos culturales de los que se parte y los prejuicios enraizados en nuestra sociedad respecto de la mujer, se reflejan en muchas de las formas y expresiones lingüísticas de uso habitual. Ello también puede observarse en las diferentes formas de comunicación de la Administración. Por lo que resultando el uso de un lenguaje sexista un factor de discriminación más, si bien sutil, ha de promoverse su erradicación.

## ACCIONES:

1.- Proceder a la revisión y a la eliminación en su caso, del lenguaje sexista que aún predomina en las disposiciones normativas, expedientes, oficios y demás documentos administrativos, para ello el Pleno del Ayuntamiento dictará las disposiciones necesarias para eliminar la discriminación en el lenguaje.

2.- Adoptar las medidas necesarias para garantizar que las publicaciones que se realicen por el Gabinete de Prensa del Ayuntamiento, o las diferentes Concejalías o Servicios Municipales, no contengan discriminación en el uso del lenguaje.

## OBJETIVO 4. FOMENTAR EL USO NO SEXISTA DE LOS JUGUETES INFANTILES

### ACCION:

*Desarrollar una campaña sobre los aspectos educativos de los juguetes rompiendo los estereotipos sexistas que suele llevar implícita la publicidad de los mismos.*

# SERVICIOS SOCIALES

El bienestar social es uno de los objetivos finales de una sociedad democrática y libre, para ello es necesario articular una serie de servicios que palien los desequilibrios existentes entre los individuos en general y entre las mujeres con respecto a los hombres por razón de su sexo.

## *OBJETIVO 1. DELITOS CONTRA LA MUJER: MALOS TRATOS PSIQUICOS Y FISICOS. AGRESIONES SEXUALES, ACOSO SEXUAL EN EL TRABAJO*

La existencia de malos tratos dentro del hogar afecta a un gran número de mujeres, dadas las relaciones basadas en la subordinación y desigualdad por motivos de sexo. Si bien es un hecho del que cada día se tiene mas conciencia social, se desconoce su magnitud real, al estar arraigada la idea de que se trata de un problema "individual y privado" y no un delito contra la persona.

Igualmente en el ámbito público, con respecto a las trabajadoras, al existir una relación laboral jerárquica generalmente de hombre con respecto a la mujer. Estos escudándose en ella, transgreden la frontera de la relación laboral, pretendiendo en algunos casos, el dominio en razón de su sexo.

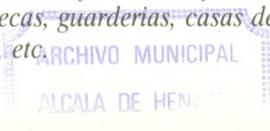
### **ACCIONES:**

1.- *Fomentar la información de los derechos de la persona que sufre estos delitos.*

2.- *Velar por que la mujer que denuncia estos delitos reciba la adecuada asistencia y protección policial.*

3.- *Realizar un seguimiento de las denuncias por agresión sexual, así como investigar y denunciar los casos que se tenga conocimiento de agresión sexual en el trabajo.*

4.- *Facilitar información y orientación sobre recursos existentes en la comunidad: becas, guarderías, casas de acogida para mujeres víctimas de violencia familiar, etc.*



5.- Información sobre derechos de la mujer en materia de separación, custodia de hijos, alimentos, discriminación en el terreno laboral.

## OBJETIVO 2. COORDINACION Y COOPERACION

Una política social que aborde los problemas de discriminación en razón de sexo, debe priorizar los programas de sensibilización y toma de conciencia que facilitan la resolución de los problemas de la mujer.

### ACCIONES:

1.- *Coordinación con los servicios sociales generales del Ayuntamiento para evitar una duplicación en el servicio, así como para que éstos atiendan las demandas sociales existentes en las mujeres en materia de prestaciones económicas en situaciones de emergencia.*

2.- *Promover la integración de la mujer en la vida social, favoreciendo la relación con asociaciones y grupos que desarrollen su actividad sobre temas específicos de mujer.*

## OBJETIVO 3. ATENCION ESPECIAL AL GRUPO DE LA TERCERA EDAD

La mujer, la mayor parte de la vida la pasa trabajando, bien en el hogar, bien en el medio laboral, realizando en este último caso una doble jornada, ya que lo compagina con el cuidado de la familia.

Las actividades de ocio tienden a ocupar un lugar secundario y en la mayoría de las ocasiones están ausentes de su vida.

En la jubilación es cuando puede decir “mi tiempo me pertenece”, las actividades de tiempo libre, ya sean recreativas, educativas o de servicio a los demás deben adquirir una dimensión mucho más amplia y proporcionar a la mujer satisfacción, vitalidad y sentimiento de utilidad. De no ser así la edad madura conduce rápidamente al aburrimiento, la frustración y el aislamiento social.

## ACCIONES:

1.- *Fomento de actividades recreativas como medio para proporcionar un estímulo y el contacto con otras personas: pinturas, visitas a centros de interés cultural, artístico, juegos, etc.*

2.- *Promoción de la salud creando hábitos de comportamiento más saludables.*

La edad cronológica por sí misma es una pauta de lo más imprecisa para determinar el grado de salud y la capacidad funcional de una persona. Nuestra salud viene determinada básicamente por la herencia genética y por la forma de vida. Se puede incidir de una forma activa en lo segundo modificando aspectos físicos, psíquicos y sociales de nuestra vida, promoviendo las capacidades e invitándoles a desarrollar sus actitudes para afrontar las nuevas situaciones de la vida.

- cuidado de la boca
- alimentación adecuada
- ejercicio físico y actividades gimnásticas al aire libre y aseo personal.



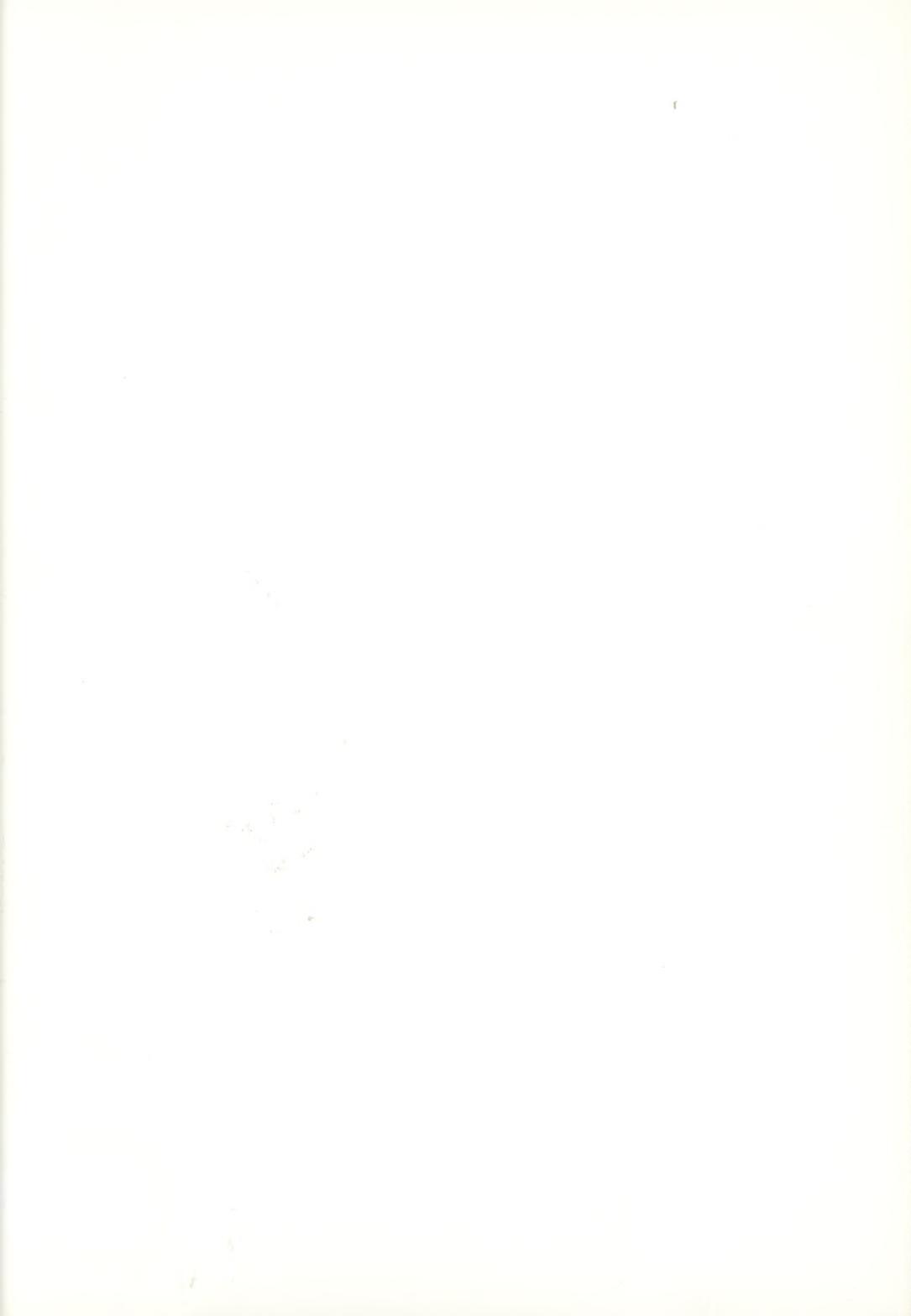
# SEXUALIDAD EN LA TERCERA EDAD

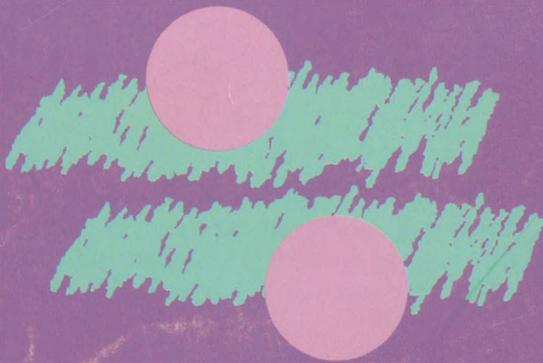
Nuestra cultura orientada hacia la juventud considera el sexo como prerrogativa de los jóvenes. Aunque la edad lleve consigo determinados cambios fisiológicos, la capacidad sexual se mantiene tanto en el hombre como en la mujer.

## ACCION: HABITOS DE COMPORTAMIENTO MAS SALUDABLES.

*La edad cronológica por si misma es una pauta de lo más imprecisa para determinar el grado de salud y la capacidad funcional de una persona. Nuestra salud viene determinada básicamente por la herencia genética y por la forma de vida. Se puede incidir de una forma activa en lo segundo modificando aspectos físicos psíquicos y sociales de nuestra vida.*







**EXCMO. AYUNTAMIENTO DE ALCALA DE HENARES  
CONCEJALIA DE LA MUJER**

**CENTRO ASESOR DE LA MUJER  
C/ San Felipe Neri, n.º 1 - Tel. 881 53 94  
Horario de 10 a 13 horas**