

en pocas palabras...
hitz gutxitan...



LA VACUNA CONTRA EL CÁNCER DE CUELLO DE ÚTERO SE PONDRÁ A LA VENTA EN SEPTIEMBRE

El gobierno del Estado español ha autorizado la venta del medicamento Gardasil, conocido como la vacuna contra el virus del papiloma humano. Este virus está directamente relacionado con el cáncer de cuello de útero, siendo el segundo tumor más frecuente entre las mujeres. Además, origina más de 280.000 muertes al año.

El Papiloma Virus HPV representa una de las infecciones de transmisión sexual más común. Si sus infecciones persisten, puede producir lesiones precancerosas de cuello uterino. Si éstas no se llegan a tratar, pueden evolucionar hacia un cáncer cervical. Pero este virus también está relacionado con otros tipos de cáncer como el de vulva, vagina, ano, y probablemente con otros tumores. Por otra parte, según los expertos, también puede provocar

cáncer de orofaringe en los hombres que practican sexo oral.

La franja de edad con mayor riesgo de contagio del papiloma es, en el caso de las mujeres, entre los 15 y los 25 años, por lo que se aconseja que la vacunación se proceda entre las adolescentes de edades comprendidas entre los 11 y los 14 años, antes del inicio de la actividad sexual. Aún así, sería recomendable que en una segunda fase fueran vacunadas tanto mujeres como hombres de hasta 26 años.

El Estado español recientemente acaba de sumarse a una lista de países que ya suministran la vacuna. El retraso de su incorporación se ha debido a su alto coste -puede alcanzar los 600 €-, ya que, a diferencia de otros países europeos, el Ministerio de Sanidad era partidario de que tuviera financiación pública.

Camisetas contra la violencia sexual en la aste nagusia

El Ayuntamiento de Bilbao repartió 8.000 camisetas contra la violencia sexual en la pasada Aste Nagusia. La campaña de sensibilización tenía como lema "Sólo se toca en clave de sí", siendo ésta su segunda edición.

La iniciativa fue presentada por la concejala del área de Mujer y Cooperación al Desarrollo Nekane Alonso.

El citado acto formaba parte del II Plan Municipal para la Igualdad entre Mujeres y Hombres en Bilbao, que tiene como objetivo incorporar la perspectiva de género a la gestión diaria de todas las actividades municipales.

Según Alonso, se eligieron estas fechas porque "los comportamientos agresivos aumentan durante la semana festiva".

en pocas palabras...
hitz gutxitan...



Gaizkileak kimikoki zikiratzeko proposamena katalunian

Kataluniako batzorde independente batek delitu sexualengatik zigortutako gizonak kimikoki zikiratzeko proposamena aztertuko du. Batzorde Generalitateko Justizia departamenduak eta Kataluniako Auzitegi

Gorenak eratu dute, eta aipatu neurria delitua berriro egiteko arriskua luketen gizonen bakarriz aplikatuko litzaieke.

Ruiz Castañé-k, Puigvert Fundazioko lehendakariordeak aditzera eman duenez, batzordea

datorren irailaren 13an bilduko da eta eztabaidarako gaien artean zikiratzeko proposamena aztertuko da, sustatzen duen interes publikoagatik.

Era berean, Castañé jaunak, Nicolás Sar-

kozy presidentearen azkeneko proposamena izan du abiapuntu, Frantziako presidentea sexu delituak egiten jarraitzen duten gaizkileak kimikoki zikiratzearen alde agertu baita.

Emakume bat gizonentzako igerilekuan

Iruñeko Larraina klubak ezaugarri bitxi bati eutsi dio 75 urtez: igerilekua gizonen soilik erabili dezakete. Joan den abuztuan, baina, emakume batek bainua hartu zuen, bertan zeuden gizonen harridurarako.

Bazkide egitea lortu zuen emakume hura

transexual bat zen, eta bere nortasun agirian oraindik ere bere izen maskulinoa agertzeagatik izan zuen klubeko bazkide egiteko aukera.

Pasartearen erantzulea irekitasuna eskatzen duen bazkide talde bat izan zen. Hauek transexuala bazkide

egitera bultzatu zuten klubaren diskriminazio jarrera salatzeke. Talde horren arabera, klubak daraman politika sexistak bertan behera utzi beharko luke, geroz eta pluralagoa den gure gizartean horrelako jokabideak soberan daudela irizten baitiote.



en pocas palabras...
hitz gutxitan...



Concha Rodríguez,
Responsable de
Intervenciones
Estratégicas de Lan
Ekintza Bilbao

Begoña Kapape

Lanerako Bideak-Caminos hacia el empleo

A mediados de año se presentó el libro Lanerako Bideak-Caminos hacia el empleo, publicado por Lan Ekintza-Bilbao. En el texto se recogen varios artículos sobre las experiencias llevadas a cabo por una serie de empresas que han ayudado a la incorporación de personas con dificultades de integración laboral. Al tiempo que han promocionado nuevas sociedades y han apoyado las ya existentes por su capacidad de generar empleo. La actuación se ha llevado a cabo dentro del Plan Especial de los barrios de Bilbao La Vieja, San Francisco y Zabala.

Hay que destacar la gran colaboración del Ayuntamiento de Bilbao, los departamentos de Empleo del Gobierno Vasco y de la Diputación Foral de Bizkaia, Cear-Euskadi, Emankor, Eudel y la Asociación de comerciantes de la zona, así como el Fondo Social Europeo a través de la Iniciativa Comunitaria Equal.

En estos momentos la Responsabilidad Social de las Empresas (RSE) es un gran reto para las mismas, qué balance hacen las sociedades que han participado en su proyecto Lanerako Bideak-Caminos hacia el empleo?.

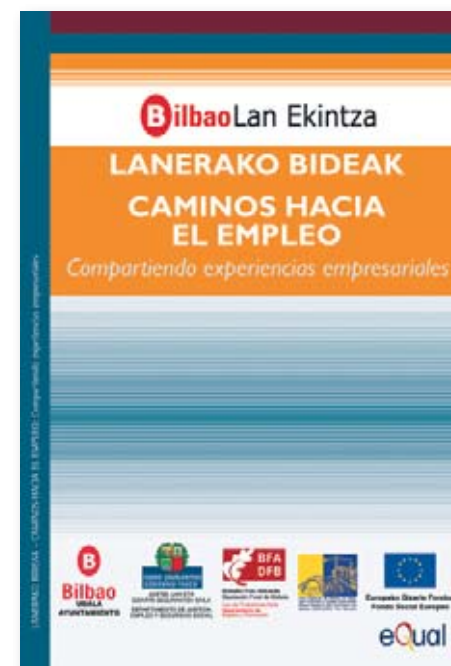
El balance es positivo hasta el momento. Las empresas nos han expresado su satisfacción por participar en un programa que promociona el acceso al empleo de personas que por razones de edad, género y origen encuentran más dificultades en su búsqueda. Creemos que las empresas colaboradoras han comprendido que la RSE no hay que entenderla como un gasto, sino como una inversión. Muchas de las empresas y negocios con las que se ha colaborado ponen de manifiesto que el resultado es positivo, no sólo desde el punto humano sino también desde el punto de vista de la producción.

¿Cuál es actualmente la situación del mercado de trabajo para las mujeres en Bilbao? ¿Ha mejorado sus posibilidades de acceder a un empleo?

El mercado de trabajo para las mujeres está evolucionando de forma positiva, pero no podemos negar que se encuentra todavía en una situación de desigualdad en el mercado laboral. Según los datos del INEM-Servicio Público de Empleo Estatal, el año 2006 se cerró con 14.050 personas desempleadas en Bilbao, con una tasa de paro del 11,7% para las mujeres y del 6,6% para los hombres.

Debemos actuar para paliar esta diferencia que, aun siendo destacable, es menor que en ejercicios precedentes. Sobre todo, debemos incidir en las mujeres con mayor dificultad de acceso al trabajo, como las mayores de 45 años y las que carecen de formación.

Nada menos que cien empresas han colaborado en el Programa "Lanerako Bideak. ¿Cómo lo habéis hecho?



Colaborando y trabajando coordinadamente y en red. En este sentido destacamos, además de la participación de las empresas, el esfuerzo de las personas desempleadas que han trabajado duro por conseguir y mantener los empleos

en pocas palabras...
hitz gutxitan...

Queremos señalar que han demostrado ser muy receptivas. Para reunir a tantas empresas en un mismo programa, hemos realizado un intenso trabajo de difusión, visitas personalizadas a las empresas y seguimiento de los procesos de inserción profesional. No resulta fácil embarcar a empresas de muy distinto signo en un proyecto común, pero creo que podemos estar satisfechos con los resultados cosechados hasta el momento.

¿Cuál ha sido el perfil de las personas desempleadas que se han beneficiado de este programa? ¿Cómo ha sido la participación femenina en el mismo?

Desde junio de 2005 hasta ahora, un total de 173 personas han conseguido algún empleo en el programa 'Lanerako Bideak', de las que 61 son mujeres. Además, queremos destacar que más de 500 personas se han beneficiado de las acciones del programa, bien sea participando en los planes personalizados de inserción laboral o bien en acciones de cualificación profesional, donde la participación femenina ha sido muy importante.

En cuanto al perfil general es muy destacable la inserción laboral de personas inmigrantes. En lo que se refiere a la edad, la gran mayoría (88%) era menor de 45 años. Entre las personas contratadas hay un denominador común: el bajo nivel de formación, pues en el 92% de los casos el nivel de estudios máximo llegaba al certificado de escolaridad.

en pocas palabras...
hitz gutxitan...



Dirigentes indígenas americanas denuncian una triple discriminación

Dentro del marco de la **X Conferencia Regional sobre la Mujer** celebrada en Quito, varias dirigentes latinoamericanas denunciaron la triple discriminación que millones de mujeres sufren en América Latina y el Caribe. El simple hecho de ser indígena, pobre, y mujer repercute de manera negativa en sus derechos políticos, sociales y laborales.

Ante semejante situación, las ponentes subrayaron la importancia del derecho a la participación de la mujer, unido a la lucha por los derechos colectivos del pueblo indígena.

Al mismo tiempo, citaron la necesidad de reestructurar los estados en aras a construir una sociedad igualitaria. Para ello, explicaron que ven necesario la radicación tanto del machis-

mo como del racismo, lacras que, según se expuso, están en la misma base de construcción de los estados nacionales de América Latina y el Caribe.

Por otro lado, las conferenciantes citaron la necesidad de fomentar la formación de las mujeres para poder avanzar hacia unas sociedades justas e igualitarias.

Según un estudio realizado por las Nacio-

nes Unidas, la paridad se podría lograr a través de la reforma de los sistemas electorales, modificando numerosos aspectos de la cultura política (como el acceso no equitativo al financiamiento), y cambiando la influencia desigual de las redes sociales así como el uso injusto del tiempo, que exige a las mujeres centrar su atención en las labores reproductivas.

Egiptoko emakumeen %57a eraso sexualen biktima da maiztasunez

Emakumearen Eskubideen Aldeko Egiptoko Zentroak (ECWR) jakitera eman duenez, herrialdeko emakumeen %57a eraso sexualak jasaten ditu maiztasunez. Horixe ematen du aditzera Egipton jazotzen diren eraso sexualei buruzko lehen txostenak.

Txostena egiteko 2.700 emakume elka-

rrizketatu zituzten, eta bildutako datuetatik ondokoa ondorioztatu zuten: elkarriketaturiko emakume gehienak beren bizitzan gutxienez behin eraso sexualen bat jasandakoak ziren. Dena den, txostenaren arabera erasoak jasandakoen %10ak soilik eskatzen du laguntza, gehienak ingurukoaren iseken beldur direlako.

en pocas palabras...
hitz gutxitan...



URTERO 19 MILIOI ABORTU ARRISKUTSU

Aurreko abuztuan Familia Plangintzako Nazioarteko Federazioak aurkezturiko txostenaren arabera, urtero 19 milioi emakumek abortu arriskutsuak jasaten dituzte. Haietarik %13a hil egiten da. Emakume hauetarik gehienak pobreak dira, eta herrialde azpigaratuetan bizi dira. Gainera, pobrezia gaineratu beharko litzaizkioke bizi diren gizarteetan

dauden eredu kultural-erlijiosoak zein genero desberdintasuna.

Hori gutxi balitz, herrialde horietako legeek abortua delitutzat jotzen dute, heriotz tasa altuaren arrazoi nagusietako bat delakoan. Horren ondorioz, abortuak legez kanpo egiten dira, milaka emakume hiltzeko arriskuan jarritan.

Mujeres de Negro en Valencia

Valencia acogió entre el 16 y el 20 de agosto el **XIV Encuentro Internacional de Mujeres de Negro**, una red internacional de mujeres feministas y antimilitaristas que trabajan por la paz.

Durante el encuentro, 375 mujeres de los cinco continentes compartieron experiencias y hablaron sobre la militarización de la vida cotidiana. Las asistentes

podieron escuchar historias desgarradoras de actuales conflictos como los de Irak, Afganistán e Israel, así como de otros olvidados.

El encuentro lanzó un claro mensaje al mundo: es necesario crear nuevas políticas en las que la mujer participe como ejecutora y no como víctima, aprovechando además su capacidad de gestión.

en pocas palabras...
hitz gutxitan...



BULARREN ZAINKETA

Bularrek zainketa berezia behar dute osasuntsu mantentzeko. Hain zuzen, emakume batek ondoko aholkuak kontuan hartu beharoko lituzke: gorputzaren jarrera egokiak soilik berma dezake bularrak toraxari behar bezala egokituta egotea, eta hori bezain garrantzitsua da bularretako on bat erabiltzea. Era berean, ezinbestekoa da azala hidratatzea, norberak bere bularra

aztertzea eta hilerro, hilekoa izatetik 8-10 egunera bular miaketa bat egitea, beharrezkoak diren azterketa klinikoak betetzearekin batera.

Laxatzen hasitako bularra sendotzeko dutxa hotzak egokiak dira, baina haien eragina indartzeko limoi zukuzko konpresak ere erabil daitezke. Funtsezkoa da, era berean, aldizka ariketa fisiko jakin batzuk egitea.

Bularrak egonkor eusteko lozioa

Gazteak izan arren, bularrak beharrezkoa dute bizigarri baten aplikazioa, bereziki erditze-edoskitze prozesutik igaro badira.

Osagarriak

- Bi litro kolonia ur
- Hosterik gabeko bi apio

Erabiltzeko modua

Apioak kolonia uretan sartu, eta hamabost egunez beratzen utzi.

Behin denbora epea beteta, ukendua bularretan aplikatuko da behetik goranzko masaje birakarien bidez.

Gomendagarria da sostengu oneko bularretakoa erabiltzea, kiroltarako ala edoskitzean erabiltzen diren antzekoak, baina bularrak gehiegi estutuko ez dutenak.

Prozesua bi egunean behin errepikatu behar dago, titietako ehunak sendotzen hasi arte.

en pocas palabras...

hitz gutxitan...

Hiru emakume euskaldun podiumean

Aurreko abuztuan Bangkok hirian antolatutako Munduko Unibertsitate Jokoetan hiru emakume euskaldunek garaipen garrantzitsuak lortu zituzten. Yahaira Agirre getxotarrak zilarrezko domina eskuratu zuen judoan, Leire Herboso santurtziarrak beste horrenbeste egin zuen taekwondoan, eta azken horretan brontzea lortu zuen Elaia Torrontegik.

Unibertsitate Jokoak bi urterik behin antolatzen dituzte, eta mundu osoko unibertsitate ikasleei berdintasunezko egoeran parte hartzeko aukera ematea dute helburu.

Bangkoken izandako txapelketak 150 herrialde inguruko zazpi mila atletatik gora bildu zituen, hoguei diziplinetan lehia zitezten.



GIZENTASUNA ANTZUTASUNAREN ERANTZULE

Australian eta Erresuma Batuan egindako ikerlan baten arabera, Mendebaldeko biztanlerian gertatzen ari den gizentasun kasuen igoyerak emakume an-

tzuen kopurua areagotuko du.

Azterketak esaten duenez, obario polikistikoa (SOP) sindromea duten emakumeen artean gehiegizko pisuak

galtzeko arazoak hantutuko lituzke. Munduko hamabost emakumetatik batek jasaten du sindrome hau, zeina hormona maskulino gehiegi izatearen ondorio den.

Ikertzaileen ustez, hamar urteko epean Mendebaldeko bikoteen %20ak emankortasuna sustatzeko tratamenduak jarraitu beharko ditu.

Un spray nasal contra las jaquecas

Un estudio realizado en Estados Unidos ha demostrado que el **zolmitriptán**, un agente antimigrañas agonista de la serotonina y administrado mediante un spray nasal, es altamente eficaz y seguro en el tratamiento de las migrañas persistentes.

La migraña es una enfermedad un tanto extraña, atribuida a una dilatación de los vasos

craneales producida por la serotonina. Suele provocar intensos dolores de cabeza que pueden llegar a durar varias horas.

La administración del spray de zolmitriptán supera a otros medicamentos en eficacia, ya que en un 63% de los casos, diez miligramos bastaron para eliminar los dolores a los 30 minutos de su aplicación.

en pocas palabras...
hitz gutxitan...



Zazpi emakume arteak batuta

Hondarribin izandako erakusketa batean elkar ezagutu ostean, arteko zenbait arlotan dabil-tzan emakume batzuek "7 emakume" plata-forma eratzea erabaki zuten. Haien hitzetan, beren obrek zubi lana egin zuten euren artean. Orain talde moduan aritzen dira, proiektuak zein erakusketak antolatuz.

"7 emakume" plata-forma ondokoek osatzen dute: Amélia Estévezek, Gotzone Eluk, Laura Ruizek, Maite Biurrarenak, Maite Sagarzazuk, Sylvia Gonzalezek, Txelo Sánchezek eta Vanessa Sondeenek. Informazio gehiagorako taldearen bloga bisita daiteke: <http://7enfemenino.eu.blogspot.com/>.

Las "sorginak" ya tienen su museo en Zugarramurdi

Pasados cuatro siglos desde los terribles hechos que acaecieron en estos parajes, las personas asesinadas en aquella época han recibido, por fin, un homenaje. El pueblo navarro de Zugarramurdi acoge desde julio el nuevo museo de las Brujas, que si bien pudieron no existir, sí que hubo gente que creyó en ellas. Y no sólo creer: también se apañaron para buscarlas, encontrarlas, y exterminarlas.

El nuevo museo se encuentra en el antiguo hospital de la localidad, ubicado cerca de las cuevas y del prado de "Akelarre", uno de los lugares más míticos de la geografía vasca. Todo ello forma un conjunto digno de visitar, ya que mediante la comprensión de sus audiovisuales y los objetos que se exponen se desmitifica la imagen de gorros puntiagudos y verrugas en la nariz, típicos en la caracterización de las brujas, para comprender el alma de una gente que quiso conservar su manera original de interpretar la vida.



Zaha Hadid en Londres

El Museo del Diseño de Londres dedica desde el 29 de junio y hasta el 31 de octubre una exposición a la arquitecta Zaha Hadid. La muestra incluye, entre otros, sus proyectos para Durango y Zorrotzaurre. Zaha Hadid nació en Bagdad en 1950, y su principal hito es el ser la única mujer que ha ganado el prestigioso premio Pritzker de ar-

quitectura, otorgado en el año 2004.

La arquitecta ha recibido un total de tres encargos por parte de las instituciones vascas. En sus manos estarán tanto el diseño urbanístico de la futura isla de Zorrotzaurre, la construcción de la sede de Eusko-tren en Durango, así como la remodelación del barrio bilbaíno de Olabeaga.

en pocas palabras...
hitz gutxitan...



Anaïs Nin



Valérie Valère



Maria Bashkirtseff



Isabelle Eberhardt

EL DIARIO

Skolastika

Cuando se decide comenzar con la búsqueda del significado más profundo de lo que somos y nos acontece, puede que se abran las páginas de un diario. El diario es el lugar donde la hechicera vierte los ingredientes de su vida: Dolor, amor, confusión, odio, inmadurez, risas y lágrimas... Todo sirve. En las páginas en blanco, los sentimientos hechos palabras se transforman en conocimiento nuevo. La alquimia se produce tras la expulsión de los miedos, inseguridades, experiencias vividas. El diario es la manera indirecta de vivir la vida. Es la parte oscura la que cobra luz y regala comprensión a cambio de la entrega de la parte interna del ser: tus secretos. El ansia se convierte en paciencia, el dolor en comprensión. La alegría se transforma en serenidad. La magia del diario forma parte del inconsciente del universo.

La entrega es fundamental, y la fe no es necesaria. Los beneficios son instantáneos a largo plazo. La necesidad de escribir... eterna. El arte es lo de menos. La alquimia interna es lo fundamental.

Donde la vida no ofrece confianza, el diario ofrece cobijo, calor y no censura nada. Te acepta incondicionalmente, y eso transforma la percepción de la escritora. La diarista y su diario son un binomio indisoluble. El cuaderno de hojas en blanco es la cáscara de la fruta, escrita a base de símbolos, en una, dos, tres lenguas... las que se posean. La inmersión, siempre interior, no tiene límites. Las diferentes profundidades de entrega a las que una sea capaz de llegar, dependerá de la calidad del trabajo. La intensidad con la que el alma es expuesta depende del nivel de la persona, del nivel de

entrega y sinceridad que tenga con una misma. La selección obligatoria de ideas, recuerdos, hechos que se debe hacer es fruto de la idea originaria que la autora tenga... o no. Se puede tantear a ciegas también. Esto no es un experimento científico, sino un acontecimiento mágico, de transformación. Se oculta lo que no se quiere o no se puede ver aún. Se realza, se focaliza donde se quiere ver luz, la fotosíntesis de la idea con la hoja de papel: la realidad oculta.

Anaïs Nin, Valérie Valère, María Bashkirtseff, Isabelle Eberhardt, Hanna Lévy – Hass... sinceras y valientes mujeres escribieron lucidos diarios que os invitamos a compartir. Su lectura, tal vez, puede estimular nuestra escritura y sabiduría.

Skolastika ofrece el taller La escritura del Diario los jueves de 17 a 19h.

en pocas palabras...
hitz gutxitan...



Utilizar la red inalámbrica del vecino no es delito

Cada vez más empresas o usuarios privados cuentan con redes inalámbricas para la conexión a Internet. Sin embargo, en cantidad de ocasiones, no son los que pagan los únicos que se benefician de este servicio. Y ante la eterna duda sobre su legalidad, lo cierto es lo siguiente: en el Estado español, la utilización de la red de

los vecinos no es ilegal, ya que no existe ningún tipo penal que se ajuste plenamente a la tecnología de Internet. Bien diferente es la situación de países como Estados Unidos, ya que la ley es mucho más severa. En algunos estados, se contemplan penas de prisión de hasta cinco años y multas superiores a 7000 euros.

www.heterodoxia.net

hombres antimachistas
en la red

Esta web nos presenta a un colectivo de hombres interesados en las reivindicaciones feministas. La página pretende que los hombres hablen sobre sí mismos en primera persona, ofreciendo un foro de debate, una lista de correo, artículos y links.

Los impulsores de la iniciativa afirman tener múltiples objetivos, tales como cuestionar la dominación masculina y el machismo, así como hacer una reflexión sobre el significado de ser hombre en la sociedad actual.

ZATTO: TB ORDENAGAILUAN ETA DOAN

Telebista ordenagailuan ikusteko aukera heldu da gurera, azkenean. Horren eragilea "Zatto" deritzon doako programa da, zeinari esker, Espainian eskaintzen dituzten kate publiko eta pribatu guztiak sarean ikus baitaitezke.

Zattoo programa orain dela urtebete, AEBetan jaio zen eta ordutik mundu osoko beste 60 kate batu zaizkio.

Zerbitzua erabili ahal izateko jarraitu beharreko urratsak oso errazak dira: <http://zattoo.com> webgunean, posta elektronikoko helbidea eta zenbaki ezku bat idatzi beharra dago programa deskargatu ahal izateko. Jarraian, Zatto-ren telebista saioak ordenagailuko idaztokiari txertatuta geratzen den leiho baten bidez ikus daitezke.

