



# Mujeres Rurales



# SUMARIO

	Presentación
<b>1</b>	Entrevista a la Delegada del Gobierno para la Violencia de Género
<b>4</b>	Día Internacional de la Mujer Rural
<b>5</b>	Cooperación Interregional de Voluntariado en el Medio Rural
<b>6</b>	Nuevas Empresarias Agrarias en Nuestra Tierra
<b>6</b>	Emprendedoras en el Mundo Rural
<b>7</b>	FEMUR Firma convenios con Bankia
<b>7</b>	Convenio con Campo de Golf Cuéllar
<b>8</b>	FEMUR Firma un convenio con Tricornios Sin Fronteras
<b>9</b>	Congreso en Toulouse
<b>10</b>	Visita al Parlamento Europeo
<b>11</b>	La Igualdad efectiva de la Mujer en la Actividad Agraria
<b>12</b>	Inauguración del "Hay Festival"
<b>12</b>	Premios Fundación Duque 2013
<b>13</b>	Liderazgo y Participación. Mujer y Cooperativas Agroalimentarias"
<b>13</b>	Mesa de Mujeres del Medio Rural 2013
<b>14</b>	Cursos de Formación
<b>15</b>	APP Rural
	Estamos en la Prensa
<b>17</b>	Día Internacional contra la Violencia de Género
<b>18</b>	No Queremos Violencia para las Más Debiles
<b>19</b>	Rastrillo Solidario
<b>20</b>	Descubriendo Segovia
<b>21</b>	Taller de Empleo Programa Dual
<b>22</b>	Asamble General de la Plataforma del Tercer Sector
<b>23</b>	Programas de Igualdad y Conciliación financiados por el eea grants
<b>24</b>	David Segovia
<b>25</b>	Voluntarias Rurales
<b>26</b>	Sobrepeso Recomendaciones
<b>27</b>	La Botica de FEMUR
<b>28</b>	5 ideas de negocio desde tu casa
<b>30</b>	Consejo para quitar manchas
<b>31</b>	Artesana. Silvia Solans
<b>32</b>	Hablan Nuestras Asociadas
<b>33</b>	Centro de Reconocimiento Médico-Psicotécnico

## **Presentación:**

La Federación Española de la Mujer Rural, tiene como Misión elevar el nivel y la calidad de vida de las Mujeres Rurales, a través del desarrollo de proyectos formativos, educativos, sociales, culturales y de medio ambiente, para favorecer la integración, la inclusión, la promoción, el intercambio y la inserción laboral.

Hemos despedido el 2013 trabajando conjuntamente con todas vosotras, sobre dos ejes importantes y transversales, que son:

1º Eje: Las Nuevas Tecnologías: aprendiendo a utilizar las nuevas herramientas como son las tablets y los Smartphone

2º Eje: La Igualdad de Oportunidades: con los objetivos principales sobre la formación para la incorporación de las mujeres emprendedoras al desarrollo rural, a las explotaciones agrarias, a la agroalimentación y poder asesorar adecuadamente formando su autoempleo, su trabajo, o su empresa.

Agradecer a todas las instituciones y empresas su colaboración.

No hemos podido olvidarnos de la crisis económica y social que aun tenemos, por eso hemos ayudado a personas necesitadas y a las familias que nos lo pidieron.

Ahora, quiero felicitaros el nuevo año 2014, que este lleno de Felicidad, Ilusión, Alegría, Salud y Trabajo.

**Un cariñoso saludo**  
**Vuestra Presidenta Nacional**  
**Juana Borrego Izquierdo**





### ¿Qué novedades tiene previstas la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género para el 2014?

La Delegación del Gobierno para la Violencia de Género va a continuar trabajando por la consecución de una sociedad libre de violencia contra la mujer, realizando actuaciones innovadoras, promoviendo mejoras en los recursos y servicios existentes y reforzando aquello que funciona. Es fundamental dar continuidad a las acciones y servicios ya consolidados. Para ello es necesario poner en marcha nuevas actuaciones, y también seguir de manera sostenida trabajando en todos los ámbitos donde ya lo venimos haciendo: la prevención y la sensibilización social: en este ámbito, cada vez más promovemos actuaciones innovadoras que se apartan de los medios tradicionales de sensibilización: utilizando nuevas tecnologías, colaborando con el tejido empresarial, o promoviendo certámenes y premios que reconocen la labor creadora e investigadora, al servicio de la consecución de una sociedad libre de violencia, y que por su propia naturaleza, siempre son innovadoras. También trabajaremos en mejorar, desde las instituciones, la respuesta integral y personalizada que deben tener las mujeres que sufren violencia y sus hijos e hijas, buscando siempre las oportunidades de mejora y los cambios precisos para que los recursos y servicios funcionen de manera más eficaz. En este ámbito resulta fundamental la coordinación entre todas las administraciones implicadas. En la mejora de esta coordinación la Delegación del Gobierno para la Violencia de género tiene una importante tarea, pues ésta es una de sus competencias fundamentales facilitando así, el trabajo efectivo en red de los agentes implicados en la erradicación de la violencia contra la mujer, y son muchos. Se trabaja en colaboración con las Comunidades Autónomas, a quienes desde la Delegación se ayuda con recursos económicos para hacer efectivo el derecho a la asistencia social integral de las mujeres que sufren violencia y sus hijos e hijas, y en darles una respuesta personalizada. Además se va a trabajar especialmente en visibilizar a los hijos de las víctimas, que expuestos a la violencia, deben ser considerados por todos ciudadanos e instituciones, verdaderas víctimas directas de la violencia de género. También quisiera destacar que se va a incidir especialmente en visibilizar otras formas de violencia contra la mujer, especialmente la mutilación genital femenina y la trata de mujeres y niñas con fines de explotación sexual.



**Blanca Hernández  
Oliver**

### ¿Qué herramientas y ayudas tienen las mujeres que viven en el Medio Rural contra la Violencia de Género?

Las Mujeres que viven en el medio rural no deben por ello tener menos derechos o distintas herramientas de las que disponen mujeres de otros entornos. A este respecto cualquier mujer víctima de violencia de género dispone de un amplio elenco de derechos, que pasan por la asistencia social integral, derechos laborales, y de asesoramiento jurídico, entre otros. Dada su amplitud y para un amplio conocimiento de los mismos les remito a la Guía de Derechos que edita la Delegación del Gobierno para la Violencia de género y que puede ser consultada en la Web de la Delegación:

<http://www.msssi.gob.es/ssi/violenciaGenero/Recursos/GuiaDerechos/home.htm>

No obstante, quisiera destacar por su novedad el derecho a la asistencia jurídica gratuita, con independencia del nivel de renta, que en virtud del RD Ley 3/2013 de 22 de febrero, tiene toda mujer que tenga la condición de víctima de violencia de género, para aquellos procesos que tengan relación con su condición de víctima. También quisiera destacar el servicio ATENPRO, servicio de asistencia y protección disponible a través de las entidades locales para todas las mujeres del medio rural con independencia de su lugar de residencia que fruto de mejoras técnicas promovidas en 2013, dispone de una cobertura casi total en cualquier parte del territorio incluso en zonas geográficas de baja cobertura.

## Entrevista a la Delegada del Gobierno para la Violencia de Género

Blanca Hernández Oliver

### Avances contra la Violencia Machista en la última década

La violencia que sufren las mujeres por el hecho de serlo a manos de sus parejas o ex parejas, es en España un asunto de la mayor importancia política. Afortunadamente, ya no se considera un asunto privado sino al contrario, un problema que nos atañe a todos y cuya solución es un reto que tenemos como sociedad democrática avanzada. Las mujeres que sufren violencia de género deben saber que no están solas en su camino de salida del maltrato. Desde los años ochenta España ha dado pasos por la construcción de un sistema de prevención atención y protección frente a la violencia que sufren las mujeres, que es ejemplo internacional. Disponemos de una de las legislaciones más completas y avanzadas, y de un elenco de derechos que facilitan a las mujeres que sufren violencia la salida del maltrato, y que establecen obligaciones concretas a los poderes públicos en ámbitos que van desde la sensibilización a la sanción penal de los agresores. Todo ello, no obstante, no es suficiente mientras haya una sola víctima. En 2013 y 2012 han sido respectivamente 52 las mujeres asesinadas. Aunque son las cifras más bajas desde que se conocen las asesinadas por violencia de género, es un dato que nos obliga a seguir trabajando.

### ¿Dónde tiene que acudir una mujer que sufre violencia machista?

En primer lugar por su fácil acceso gratuidad y accesibilidad sería conveniente que llamaran al teléfono 016, especializado en el asesoramiento en casos de violencia de género.

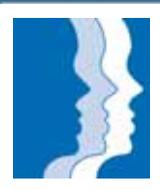
Pero además, existen distintas instituciones a las que las Mujeres que sufren violencia deben saber que pueden acudir: a los servicios sociales de su municipio o comunidad autónoma, a las fuerzas y cuerpos de seguridad, o directamente a los organismos judiciales. Deben conocer que la ley les ampara a ellas y a sus hijos ante al agresor, y que la presentación de la denuncia permite que las autoridades adopten medidas que favorecen su seguridad y protección y abren un camino hacia su recuperación integral.

### ¿FEMUR cómo puede ayudar a erradicar la Violencia de Género?



La labor que pueden realizar, aunque muchas veces ya lo hacen, tanto FEMUR cuanto el tejido asociativo del medio rural en materia de prevención sensibilización y acompañamiento a las mujeres que sufren violencia es de un enorme valor: promover por parte de FEMUR un mensaje de rechazo a la violencia, e implicarse en sensibilización social contra este problema permite que tanto sus integrantes como la sociedad rural, tome conciencia de la violencia de género y se implique en su solución. También esta es una tarea fundamental

a realizar: apoyar y acompañar a las mujeres que deciden romper con el maltrato escuchándolas, comprendiéndolas y haciendo que sientan que no están solas en ese camino.



### NO a la violencia de género

25 de Noviembre DÍA INTERNACIONAL CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

distintos ámbitos desde la prevención a la atención integral, sin olvidar la sensibilización y la investigación en este campo. La recién aprobada Estrategia Nacional para la Erradicación de la Violencia contra la Mujer 2013-2016, dispone de 284 medidas concretas, que se orientan a la consecución de una sociedad libre de violencia contra la Mujer. Son medidas exhaustivas y prolijas entre las que se encuentran también, aquéllas orientadas a mejorar la atención integral dada a las mujeres que sufren violencia. En este punto, se disponen medidas orientadas a la mejora de la respuesta que las instituciones dan a las mujeres que han sufrido violencia y sus hijos/as, teniendo en cuenta distintos ámbitos: los recursos residenciales disponibles, la inserción laboral, los recursos de información y asesoramiento, (especialmente el derecho a la asistencia jurídica gratuita), y medidas orientadas a la mejora de los instrumentos disponibles para garantizar su seguridad y la de sus hijos/as. Quisiera destacar que casi el 80% del presupuesto de la Delegación se destina a servicios que reciben directamente las mujeres que puedan estar sufriendo violencia de género, el servicio telefónico 016, el servicio de asistencia y protección ATENPRO, los brazaletes antimaltrato, las ayudas de pago único recogidas en el art. 27 de la LO 1/2004, y las transferencias con las que ayudamos a las Comunidades Autónomas.

#### ¿Cómo pueden perder las mujeres el miedo a denunciar?

Como ya he dicho, deben tener claro que no están solas en el camino de salida del maltrato, y por ello deben saber que si deciden denunciar, existen instrumentos que los poderes públicos ponen a su disposición para garantizar su seguridad y recuperación y la de sus hijos e hijas. Antes de la denuncia es fundamental que la mujer cuente con toda la información y el asesoramiento necesario, que es muy conveniente para prevenir posibles renuncias o retiradas en el proceso, muchas veces, fruto de la incertidumbre o de la falta de información. Pero también es importante que la mujer que decide denunciar cuente con el apoyo familiar y de sus allegados. Antes de denunciar las mujeres debe sentir que sus entornos les apoyan, pues ello les dar la confianza y la fuerza necesarias para el buen fin del proceso de salida del maltrato.

¿Qué medidas tiene la Delegación del Gobierno para ayudar a las mujeres que sufren violencia machista?

La Delegación del Gobierno para la Violencia de género como ya he mencionado, actúa en



# Día Internacional de la Mujer Rural

Mujer Rural

## Desayunos con la Prensa "Todos contra la Violencia"



Con motivo de la celebración del día Internacional de la Mujer Rural, FEMUR organizó en de Segovia, unos "Desayunos con las Prensa", con la presencia de la Delegada del Gobierno para la Violencia de Género, Blanca Hernández, el Jefe Fiscal de Segovia, Antonio Silva, la Subdelegada del Gobierno de Segovia, Pilar Sanz, la Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego y la Secretaria General, Elena Garcia Gil.

El objetivo de este encuentro fue estudiar y difundir las medidas y buscar herramientas con las que apoyar a las mujeres rurales que son víctimas de violencia de género.





FEMUR celebró el 20 de Septiembre de 2013, un Foro sobre "Cooperación Interregional de Voluntariado en el Medio Rural" en su sede en Hontalbilla, con la asistencia de mujeres procedentes de toda España.

La Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego, fue la encargada de Inaugurar el Foro.

Participaron como ponentes, M<sup>a</sup> Teresa Barrio, miembro de la Junta Directiva de FEMUR, Rosario Martín, Presidenta de la Plataforma del Voluntariado Social en Segovia, May Escobar, Directora de Proyectos de Fundetec, Remedios Serrano, Miembro de la junta Directiva de FEMUR, M<sup>a</sup> Dolores Quiroga Agricultora y Voluntaria y Yolanda Feal, Ex delegada del Comité Internacional de la Cruz Roja.

Se trataron temas de Voluntariado, las TIC y el voluntariado en la sociedad, experiencias de voluntariado etc.

Además se explicó a las asistentes en qué consiste el Proyecto Lagrimas Negras y se las animó a participar.

Por último la Secretaria General de FEMUR, Elena Garcia Gil, clausuró el Foro.





FEMUR celebró el pasado 10 de Octubre, una Jornada en la localidad de Madrid, "Las Nuevas Empresarias Agrarias de Nuestra Tierra". Inauguró la Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego.

Se habló de : "Nuevas Tecnologías como herramienta facilitadora para el éxito en la Empresa en el Mundo Rural", "Dotes de Comunicación y Liderazgo en la empresa", "Igualdad de oportunidades en el Mundo Rural" y "Formas Jurídicas de Constitución de Empresas"

A continuación se debatió y se expusieron las conclusiones de la Jornada, que finalmente fue clausurada por la Secretaria General, Elena Garcia Gil.

## Emprendedoras en el Mundo Rural



FEMUR celebró el 11 de Octubre, un Foro de "Emprendedoras en el Mundo Rural" en Madrid.

Dolores Chiquero Subdirectora General de Modernización de Explotaciones del MAGRAMA, fue la encargada de la Conferencia Inaugural.



Participaron, May Escobar, Directora de Proyectos de Fundetec, Rosa Borrego, Licenciada en Derecho, Carmela de Pablo, Técnico en prevención de Riesgos Laborales, Benjamín Garcia, Catedrático de Sociología, Alejandra Corral, Autora del Proyecto de Lagrimas Negras, Olga Maria Ramos, Emprendedora Cupletista, etc.



Con Jornadas como estas FEMUR quiere aumentar la sensibilidad de la sociedad para que se aprecie el papel tan importante que juegan las mujeres rurales, mejorando las condiciones de vida y de trabajo de las mujeres, así como potenciando la consecución de la igualdad de oportunidades.



### Damos la Bienvenida a Bankia, Entidad Colaboradora con FEMUR

#### Directivos Nacionales de Bankia

D. Jose Manuel Espinosa  
Dña. Isabel Moreno  
Dña. M<sup>a</sup> José Martín

#### Directivos Regionales de Bankia

D. David González  
Dña. Aurora Jofre



## Convenio con Campo de Golf Cuellar

FEMUR ha firmado un convenio con el Campo de Golf Cuellar, para que las mujeres que pertenecen a la Federación de la Mujer Rural junto con sus familias, puedan disfrutar de este deporte a un precio más económico.



# FEMUR Firma un convenio con Tricornios Sin Fronteras

La Federación de la Mujer Rural, firmó un convenio de Colaboración con Tricornios sin Fronteras, con el objetivo de contrubuir a la consecución de los fines de ambas entidades, centrándose en la formación para la prevención de la seguridad ciudadana y la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, el reconocimiento de su trabajo y superar las dificultades que tienen las mujeres del mundo rural, participando en los campos de actividad que le son propios, aportando conocimientos y experiencias que nos conduzcan a una convivencia pacífica y ordenada.



Uno de los principales objetivos, es abordar la discriminación y violencia contra la mujer, al abandono, al desamparo y riesgo del niño adolescente; al adecuado tratamiento de la interculturalidad y las clases desfavorecidas así como la formación en valores éticos y morales en un marco de derechos y deberes de nuestra sociedad.





La Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego, como experta asesora del Comité Económico Social Europeo, participo del 25 al 29 de septiembre de 2013 en un Congreso en Toulouse.

La Presidenta y los Consejeros mantuvieron un encuentro con Jean-Louis CHAUZY, Presidente del Consejo Económico, Social y Medioambiental (CESER) de la región Mediodía-Pirineos, junto con una delegación, para realizar un estudio del presente, pasado y futuro del Mundo Rural.

En el Congreso se visitaron las ciudades de Cascazona y Albi, para conocer a los nuevos emprendedores.

La Secretaria general de FEMUR, Elena García Gil, participo como Colaboradora de organización del evento.

El CESE es un Órgano Consultivo de la Unión Europea. Fundado en 1957, ofrece un asesoramiento especializado a las grandes instituciones de la UE (Comisión Europea, Consejo de la UE, Parlamento Europeo). Esta labor la realiza por medio de "dictámenes" centrados en las propuestas legislativas de la UE, aunque también elabora otros "dictámenes de iniciativa" sobre temas que consideran que deben abordarse. Uno de los cometidos principales es servir de "puente" entre las instituciones de la UE y lo que se denomina "sociedad Civil Organizada".

El CESE fomenta una democracia participativa en la UE y contribuye a reforzar el papel de las organizaciones de la sociedad civil mediante el establecimiento de un "dialogo estructurado" con estos grupos en los Estados Miembros de la UE y en otros países del mundo.



# Visita al Parlamento Europeo

Mujer Rural



En el mes de Octubre, representantes de la Federación de la Mujer Rural, viajaron hasta Bruselas para visitar distintas Instituciones Europeas y exponer en Europa la Problemática de la Mujer Rural Española.

El 17 de Octubre visitaron el Parlamento Europeo, invitadas por Eurodiputados Españoles, donde debatieron e intercambiaron ideas para mejorar la situación de la Mujeres que viven en el Medio Rural. Además se informaron y asesoraron de las ayudas e iniciativas Europeas que pueden beneficiar y optimizar el empleo, el autoempleo, la formación y todo aquello que pueda ayudar a mejorar a los jóvenes, mujeres y a todas la población en general del mundo rural Español.





El día 1 de octubre, se celebró una Jornada sobre “Igualdad Efectiva de la Mujer en la Actividad Agraria” en la sede de la Dirección General de Desarrollo Rural, Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente, en Madrid, a la que acudieron la Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego, y la Secretaria General, Elena Garcia Gil.

La Jornada analizó los perfiles jurídicos del estatuto profesional de quien viene ejerciendo la actividad agraria como cónyuge colaborador de la explotación, en aras de una mejora de las condiciones sociales y económicas de las mujeres en el ámbito agrario, que requiere para su evolución de un marco normativo europeo, que queda por afrontar.

Tanto el Legislador Nacional como el Europeo tienen la convicción de que el desenvolvimiento de este estatuto profesional es un elemento vital con reflejo e incidencia sobre el número de activos agrarios y un factor clave para el desarrollo del sector agrario y el ámbito rural. Circunstancias todas ellas que se valoran tomando como punto de referencia la Ley 35/2011 de titularidad compartida de las explotaciones agrarias, contempladas desde un punto de vista interdisciplinar y transversal, en lo que fue un debate entre el ámbito académico y las instituciones públicas y privadas que tienen como base la promoción de la mujer en la titularidad de las explotaciones agrarias. Se reflexionó sobre la propuesta de soluciones para el reconocimiento del importante papel que desempeña la mujer en el desarrollo sostenible de las zonas rurales y para la promoción de su situación profesional, económica y social.

SI TÚ NOS EDUCAS IGUAL  
SEREMOS IGUALES



# Inauguración del “Hay Festival”

Mujer  
Rural



La Octava Edición del “Hay Festival” tuvo lugar en la ciudad de Segovia del 26 al 29 de septiembre, una gran cita de las artes, las letras y el pensamiento que reunió a más de un centenar de autores y artistas de todo el mundo en 70 eventos: lecturas, debates, exposiciones, talleres, proyecciones, exposiciones, etc.

La Secretaria General de FEMUR, Elena Garcia Gil, y la Presidenta, Juana Borrego, participaron en la presentación del “Hay Festival”

## Premios Fundación Duque 2013

Juana Borrego, Presidenta Nacional de FEMUR, asistió el 16 de septiembre a la VIII Edición de los Premios Fundación Dionisio Duque, en el Museo Esteban Vicente en Segovia, donde se galardonó a personalidades del mundo de la gastronomía.





El pasado 15 de Octubre, se celebró en Villalpando (Zamora) una Jornada de “Liderazgo y Participación. Mujer y Cooperativas Agroalimentarias” donde participaron Petra García, Vicepresidenta 2ª de FEMUR y Esther Muñoz, Experta en Nuevas Tecnologías, presentando el Proyecto APP Rural, que la Federación de la Mujer Rural, ha llevado a cabo durante el último trimestre del 2013 por localidades de Andalucía, Extremadura y Castilla y León.



### Mesa de Mujeres del Medio Rural 2013

Dos representantes de la Federación de la Mujer Rural, acudieron el pasado 26 de Noviembre a la Mesa de Mujeres del Medio Rural con representantes del MAGRAMA y otras entidades.

En la reunión se trataron distintos temas: los Fondos del programa FEADER para el 2014-2020, la Red Rural Nacional, etc.



La Federación de la Mujer Rural como cada año, ha organizado cursos de Formación Subvencionados por el Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente y el Fondo Social Europeo con el Programa Plurirregional de Formación.

Las mujeres adquieren conocimientos e intercambian experiencias que las ayudan a enriquecerse y participar más en la vida social y laboral.

Gracias a estos cursos de formación las mujeres que residen en el medio rural, tienen la posibilidad de formarse en sus propias localidades para poder acceder a un puesto de trabajo, y aumentar así la actividad laboral femenina en los pueblos.





APP RURAL es una iniciativa Innovadora que ha llevado a cabo FEMUR, gracias al Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente, para acercar al colectivo femenino del medio rural el uso y las funcionalidades de las tablets como llave de acceso a la Sociedad de la Información y como herramienta e impulso al autoempleo y el emprendimiento.

FEMUR ha contado con la colaboración de 24 mujeres de diferentes comunidades. Estas mujeres han recibido una formación que les ha permitido a su vez dar formaciones a las mujeres de sus respectivas localidades.

Se ha puesto a disposición de las mujeres rurales una maleta con 10 tablets para que puedan experimentar por ellas mismas la utilidad en su vida cotidiana.

La maleta ha recorrido localidades de Andalucía, Extremadura y Castilla y León,



# App Rural

Mujer  
Rural

Además la maleta integra conectividad a redes de comunicación y a las redes eléctricas de forma que se ha podido usar en lugares donde aun no llega bien internet.

La formación a Formadoras ha permitido multiplicar el efecto de formación hacia muchas otras mujeres en las localidades más alejadas del núcleo urbano, donde el acceso y el uso de estos equipo no es intensivo y representa una herramienta de cambio en la vida cotidiana.

El interés de las mujeres rurales en el uso de las tablets ha sido la clave del gran éxito de este proyecto.

Gracias a ello ciento de mujeres, han aprendido el manejo de estos equipos, mejorando así y facilitando su día a día.



# Femur

## proyecto APP Rural lleva las nuevas tecnologías a las mujeres de los pueblos



Una de las mujeres participantes, con su tablet, en el curso...

## Una tablet para las mujeres rurales

FEMUR y la Fundación Fundem desarrollan un proyecto de formación para el manejo de nuevas tecnologías



Una de las mujeres participantes, con su tablet, en el curso...

## Tecnología para el medio rural

Ocho mujeres de asociaciones rurales de Castilla y León aprendieron a utilizar las tablets gracias al programa App Rural



Una de las mujeres participantes, con su tablet, en el curso...

## NO SOMOS NADIE

Juana Borrero dice que las nuevas tecnologías contribuirán al progreso de las mujeres rurales



Una de las mujeres participantes, con su tablet, en el curso...

## OPINIÓN

### Reconocimiento a todas las mujeres rurales luchadoras por un mundo más justo

El Ayuntamiento de Segovia...

## DELANTADO DE SEGOVIA

Edición: 18 de octubre de 2012 - 120 €

## FEMUR busca herramientas para luchar contra la violencia de género en el medio rural

Blanca Hernández detalló los recursos existentes para víctimas de maltrato



Blanca Hernández detalló los recursos existentes para víctimas de maltrato...

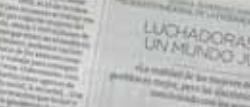
## Arte de Castilla

El CNV ESTIMA UN NUEVO DISEÑO DEL PRODUCTO

CLARA SÁNCHEZ GANA EL PLANEACIÓN DEL CIELO VA RUELTO

## Las mujeres rurales

Fueron reconocidas...



Fueron reconocidas...

## Femur busca herramientas para apoyar a mujeres rurales víctimas de maltrato

La delegada del Gobierno para la Violencia de Género, Blanca Hernández, y el fiscal jefe de Segovia, Antonio Silva, participaron ayer en un acto organizado por esta federación



Blanca Hernández y Antonio Silva...

## Almunia califica de «gran estafa» la venta de preferentes y pide responsabilidad

«No es un producto ni un producto financiero estable y seguro, afecta al consumidor de la Competencia en el Foro Económico de la Norte»



Almunia Calvo...

## Las lágrimas son más amargas en el campo

La Federación de la Mujer Rural reclama fortalecer en los pueblos los servicios de asistencia directa a las víctimas



La Federación de la Mujer Rural...

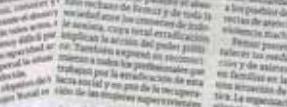
## OPINIÓN

### No queremos violencia para las más débiles

El problema entre los más jóvenes...

## El Ayuntamiento ofrece Federación de Fútbol municipal por 400.000

Investación para La Albuera I (importe de la operación y coste de todo el Ayuntamiento de Fútbol se calcula en...



Investación para La Albuera I...

## El Ayuntamiento ofrece Federación de Fútbol municipal por 400.000

Investación para La Albuera I (importe de la operación y coste de todo el Ayuntamiento de Fútbol se calcula en...



Investación para La Albuera I...

## LUJADORAS UN MUNDO JUSTO

Una manifestación en la que se reivindicó...



Una manifestación en la que se reivindicó...

## El Ayuntamiento ofrece Federación de Fútbol municipal por 400.000

Investación para La Albuera I (importe de la operación y coste de todo el Ayuntamiento de Fútbol se calcula en...



Investación para La Albuera I...





FEMUR celebró el 25 de Noviembre de 2013, el Día Internacional contra la Violencia de Género con medio centenar de mujeres del Medio Rural.

Juana Borrego, dio comienzo a la Jornada inaugurando el acto. Participó Raquel Fernández, Trabajadora Social, habló de "El camino de FEMUR en su lucha contra la Violencia de Género". Más tarde las mujeres vieron un Video sobre Violencia Machista. También hubo testimonios, y por último se dio lectura al manifiesto "Contra la Violencia de las Mujeres"



# No Queremos Violencia para las más Débiles

Mujer Rural

## MANIFIESTO

En primer lugar quiero manifestar desde estas líneas mi más rotunda condena por los asesinatos de mujeres y niños inocentes a manos de hombres “monstruosos” que viven en pareja o ex pareja que se han producido en lo que viene de año.

Quiero manifestar asimismo el absoluto rechazo de FEMUR y de toda la sociedad ante los crímenes, cuya total erradicación, implica la acción del poder público.

En 2º lugar, quiero expresar mi reconocimiento a Todos los Profesionales que trabajan perseverantes, por la erradicación de la violencia, el apoyo y la recuperación de las mujeres supervivientes y por ayudar a conseguir una sociedad libre de violencia en el futuro.

Hay mujeres, que apenas sabemos de sus problemas, y que son invisibles a la sociedad. Son las mujeres con discapacidad.

En España ascienden a dos millones y medio y viven en una situación de subordinación en inferioridad en todos los lugares del mundo, desde los países más empobrecidos hasta en los países más avanzados.

Las mujeres rurales discapacitadas tienen una discriminación triple, una por ser mujer, por ser rural y por ser discapacitada, por ejemplo las niñas con discapacidad no tienen el mismo acceso a la educación que los niños.

La exclusión y la sobreprotección en las niñas hace mella en su autoestima, porque son receptoras de servicios que deben estar sujetas a decisiones de otras personas para después ser incapaces de tomar decisiones por ellas mismas, y no están capacitadas para ser madres.

Desde la Federación de la Mujer Rural, queremos ayudar a las mujeres con discapacidad porque tienen el mismo derecho que las demás a la información administrativa y judicial en caso de violencia de género, por eso solicitamos a los Gobiernos Autonómicos que tengan una ley integral contra la violencia sobre la mujer con discapacidad o que amplíen la ley de violencia de género con artículos especialmente para ellas, garantizándolas los derechos de las víctimas sobre la mujer, realizando acciones de información y sensibilización con campañas específicas para ellas y servicios sociales con acceso a residencias públicas o concertadas, sobre todo cuando son maltratadas o violadas.

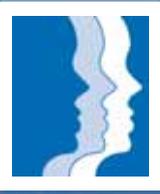
Las mujeres con discapacidad se encuentran en una situación de mayor vulnerabilidad a la hora de padecer comportamientos violentos, solo por el hecho de ser menos capaces de defenderse físicamente del agresor, por tener mayores dificultades para expresar los malos tratos sufridos a veces debido a problemas de comunicación, o por su dependencia. Por todo esto y mucho más, necesitan un apoyo especialísimo de los gobiernos y de la sociedad.

Las personas con discapacidad y sus familias necesitan ser informadas ampliamente de las precauciones que deben de tomar contra el abuso sexual y otras formas de abuso, porque sabemos que las personas con discapacidad son vulnerables al abuso de trato personal en la familia, la sociedad e instituciones y necesitan ser educadas para prevenir, conocer y reconocer cuando existe el abuso y se debe informar de tales actos, aunque creo que es muy difícil para una mujer con discapacidad acreditar en un juicio penal la situación de violencia padecida.

El objetivo de FEMUR, es contribuir, desde sus programas con apoyos suficientes a mujeres, niñas con discapacidad y a sus familias para que tengan mejor calidad de vida, estén informadas de los servicios existentes a la vez que puedan demandar sus necesidades para su inclusión social como ciudadanas de pleno derecho y para conseguir la igualdad en su justa medida.

Existen asociaciones que están realizando actuaciones desde hace años. Desde FEMUR hemos trabajado con la Asociación Nacional Xarxa Dones que este año se ha integrado en la Federación de la Mujer Rural, desde aquí les doy la Bienvenida y las gracias por elegirnos y porque de ahora en adelante lucharemos todas juntas para mejorar una parte de la sociedad que es invisible y olvidada. Son las mujeres rurales y niñas con discapacidad.

Todas unidas lucharemos para que haya un mundo más justo, más solidario y más igualitario.



La Federación de la Mujer Rural, celebró los días 20, 21 y 22 de Diciembre, un Rastrillo Chic Solidario – FEMUR con Filipinas, en la localidad de Segovia, con más de un millar de productos de alimentación, ropa, complementos, velas, productos infantiles etc.

El acto de apertura corrió a cargo del Cónsul General de la Embajada de Filipinas, Catalino Dilem, con el Concejal de Servicios Sociales, Andrés Torquemada, la Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego y la Secretaria General, Elena García.

El rastrillo también conto con un Foto-coll donde los visitantes del rastrillo pudieron retratarse caracterizados como los Reyes Católicos.



# Descubriendo Segovia

Mujer Rural



El pasado 21 de Diciembre, FEMUR organizó un Foro "Descubriendo Segovia" subvencionado por el Ayuntamiento de Segovia.

Donde La Presidenta, Juana Borrego inauguró hablando de "Segovia y sus orígenes".

También se habló de "la Muralla de Segovia", "nuevas formas de conocer la ciudad", "Interpretación de su patrimonio turístico y gastronómico" y "El Esgrafiado Segoviano".

Después de un breve descanso las participantes realizaron una visita turística por la ciudad.





## Parque Ambiental FEMUR II “El Jardín de los Aromas”

Desde el 1 de diciembre de 2013, hasta el 31 de mayo de 2014, se desarrollará en las instalaciones de FEMUR de Hontalbilla (Segovia), un programa DUAL, de formación y empleo, en la especialidad de “Actividades Auxiliares en Viveros, Jardines y Centros de Jardinería”. En él están participando ocho alumnos (cinco mujeres y tres hombres), de edades superiores a los 25 años, y que tras la finalización del mismo, obtendrán la capacitación profesional que les permitan desarrollar una actividad laboral en viveros y empresas de construcción y mantenimiento de parques y jardines.



Los alumnos reciben una formación teórico-práctica en técnicas de reproducción vegetal y viverismo y en construcción y mantenimiento de jardines, además de la realización de una obra real, en este caso la segunda fase de “El Jardín de los Aromas”.



Este jardín, que se enclava en el “Parque Ambiental FEMUR”, quiere ser un muestrario de las plantas aromáticas y medicinales autóctonas, además de un gran número de especies de arbustos y árboles oriundos de la región. Ocupa una superficie que supera los 5000 m<sup>2</sup>, está compuesto por 18 parterres de diferentes tamaños, rodeados de paseos y sendas, que permiten la contemplación de la vegetación y el disfrute del jardín.

Además de en este jardín, los alumnos realizan dentro de su formación, un mantenimiento de los jardines existentes en el parque ambiental y la producción y multiplicación de plantas en el vivero, completándose todo ello con una formación teórica en las aulas.

Este proyecto, promovido por FEMUR, está financiado por el ECYL de la Junta de Castilla y León y el Fondo Social Europeo.





La Plataforma del Tercer Sector se reunió el pasado 12 de diciembre de 2013, en Asamblea General, a la que asistió la Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego, y la Secretaria General, Elena García.

En la Asamblea se trataron diversos temas.

El Presidente de la Plataforma del Tercer Sector, Luciano Poyato, realizó un balance sobre la actividad desarrollada por esta organización en el segundo semestre de 2013.

Se han centrado los esfuerzos en que saliera adelante la convocatoria del 0.7% del IRPF para fines sociales, aprobada por el Gobierno en el mes de Junio.

Se informó también sobre los ejes prioritarios de la organización en los próximos meses centrados principalmente en trabajar por la aprobación del Plan de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social y de la Ley General del Tercer Sector.

Por lo que respecta a 2014, cabe destacar la elaboración de un documento que centra la estrategia de la Plataforma en la consolidación de la misma, mediante la “unidad, cohesión y participación reforzada”, para la defensa del cambio social.



Una representante de FEMUR participó el día 4 de Diciembre en este Seminario con el objetivo de buscar socios por el mecanismo Financiero del Espacio Económico Europeo, para realizar este año Programas de Igualdad y conciliación.

Se abrirá una convocatoria próximamente y la Federación de la Mujer Rural, participará para solicitar estos Programas para todas las mujeres rurales de España.

Los fondos del mecanismo Financiero del Espacio Económico Europeo 2009-2014, tienen por objetivo reducir las desigualdades económicas y sociales dentro del Espacio Económico Europeo, y fortalecer las relaciones bilaterales entre los países donantes (Islandia, Liechtestein, Noruega) y los países beneficiario.

En España se aprobó el pasado 31 de mayo de 2013, el Programa de Igualdad y Conciliación (PIC) y el responsable de su puesta en marcha es la Secretaria de Estado de Servicios Sociales e Igualdad a través de la Dirección General para la Igualdad de Oportunidades.

Los objetivos del programa son:

1. Fomentar la igualdad de mujeres y hombres en el mercado laboral.
2. Promover el emprendimiento Femenino
3. Luchar contra la violencia de Género
4. Impulsar las relaciones bilaterales entre España y países donantes, fomentando el intercambio de buenas prácticas.

- **Lesiones traumáticas y deportivas:** contracturas musculares, roturas fibrilares, esguinces, tendinitis, capsulitis, bursitis, luxaciones, artritis, codo de tenista...
- **Lesiones de la columna:** dolor cervical, dorsal o lumbar, desviación de columna o escoliosis, protusiones o hernias discales, pinzamientos...
- **Alteraciones psicósomáticas:** contracturas por stress, cefaleas tensionales, fibromialgia...
- **Lesiones degenerativas:** artrosis, osteoporosis...
- **Patología pediátrica:** tortícolis muscular congénita, parálisis cerebral, post-inmovilizaciones...
- **Patología geriátrica:** pérdida de movilidad funcional, encamamientos, mejora de la calidad de vida diaria...
- **Patología neurológica:** respiratoria, ginecológica...
- **También tenemos PILATES, para mayores y para niños**
- **Fisioterapia infantil y recién nacidos.**
- **Logopedia**
- En caso de que para tratar tu patología fuera necesario soporte de otra especialidad sanitaria te facilitaremos la especialidad médica más adecuada (climatología, reumatología, podología).



C/ Doctor Tapia, 2, 40006 Segovia, España. (Frente Cuartel de la Guardia Civil)

CLINICA: 921 43 28 20

MÓVIL: 669 35 94 12

DIRECTORA: Elena García



facebook

WEB.: [davidasegovia.com](http://davidasegovia.com)

MAIL: [info@davidasegovia.com](mailto:info@davidasegovia.com)



**10% DE DESCUENTO A TODAS LAS ASOCIADAS DE LA FEDERACION DE LA MUJER RURAL**

**Servicios a Compañías:** Sanitas, Asisa, Adeslas, DKW, Caser, HNA, Cigna, Allianz, Alaris, Generalli, Stramedic, Axa, Activa Mutua.



Las mujeres rurales que componemos la Asociación "La Alegría" de Don Benito somos voluntarias en el Centro de Día ADAT (Asociación Dombenitense de Ayuda al Toxicómano).

Al observar que antiguos alumnos míos estaban teniendo problemas de dependencia de droga, alcohol, juego, etc; me decidí a pedirle a esta asociación que les hablara sobre prevención de estas adicciones, pero al mismo tiempo me presté voluntaria para ayudar en el centro de día que ADAT tiene en Don Benito.

Pero hacían falta más voluntarias y se lo dije a mis compañeras rurales y su colaboración fue rápida. Así, "La Alegría" se vio comprometida y a su vez encantada de poder participar en este voluntariado. Preparamos meriendas, hacemos cursos de jardinería, damos clase de pintura, costura, manualidades, incluso hacemos excursiones de un día a Mérida o a Guadalupe.

A cambio, estas personas nos dan su cariño, su respeto y nos reconfortan de tal forma que recibimos más que damos.

Por todo ello, desde estas líneas quiero agradecer a todas estas compañeras su colaboración como voluntarias y a esta asociación el que nos permita serlo.

Mari Carmen Sanmartín Díaz

Presidenta de Mujeres Rurales

"La Alegría" de Don Benito

Sobrepeso es el incremento del peso corporal por encima de un 15% de lo normal. Se debe a un aumento de la grasa corporal. Las causas más comunes son la sobre ingesta de alimentos y energía, el sedentarismo y, en menor proporción trastornos de la salud (metabolismo, psicológicos, genéticos), y el consumo de medicamentos.

El sobrepeso y la obesidad son un problema de salud no un problema estéticos. Son enfermedades crónicas que deben ser tratadas de forma individual y a largo plazo, teniendo en cuenta factores como el nivel de actividad, tipo de alimentación, motivación, etc., y descartando que sean secundarias a otro problema médico.

Las personas con obesidad presentan mayor riesgo de sufrir enfermedades como: diabetes, aumento de colesterol, hipertensión arterial, enfermedad coronaria e insuficiencia cardiaca, enfermedad vascular cerebral, cáncer y muchas otras.

### RECOMENDACIONES

- **Dieta individualizada**, variada y equilibrada.
- **Cubrir los requerimientos mínimos de energía** y nutrientes.
- **Modificar** los hábitos alimentarios erróneos.
- **Fraccionar la comida diaria en 5 o 6 tomas.**
- **No comer entre comidas**



- Dieta individualizada, variada y equilibrada.
- Modificar los hábitos alimentarios erróneos.
- Fraccionar la comida diaria en 5 ó 6 tomas.
- No alternar periodos de ayuno con comidas abundantes.
- Comer despacio masticando bien los alimentos y dando bocados pequeños.
- Comer sentado, no caminando, en un lugar concreto y no en lugares improvisados o de paso.
- No leer ni ver la televisión mientras se come.
- Dieta rica en fibra: fruta, 2-3 piezas / día, verdura, cereales integrales, etc.
- La dieta debe ser pobre en grasas saturadas y colesterol.

- Controlar los alimentos con hidratos de carbono simples (Azúcar, miel, mermelada, bebidas azucaradas, golosinas, chocolate etc.) y los complejos (Cereales, patatas, legumbres, etc.)
- Para preparar salsa de leche o queso, utilizar leche desnatada y queso tipo parmesano. Usar aceite de oliva o margarina baja en calorías y no consumir salas comerciales.
- Evita los platos preparados o precocinados.
- Tener a mano tentempiés saludables: verduras, lácteos desnatados, fruta, etc.
- Evitar bebidas alcohólicas.
- Métodos para cocinar: cocido, plancha, horno, microondas, mejor que fritos, rebozados, empanados guisos, etc.
- Realice ejercicio moderado.



Ahora que comienza el frío, y que el invierno va haciéndose hueco en nuestros días, es común que pueda aparecer una leve irritación de garganta, que puede llegar a provocar también dolor de garganta.

Casi podemos decir que en esta época del año la irritación de garganta es una afección muy común, y la gran mayoría están causadas por infecciones virales comunes.



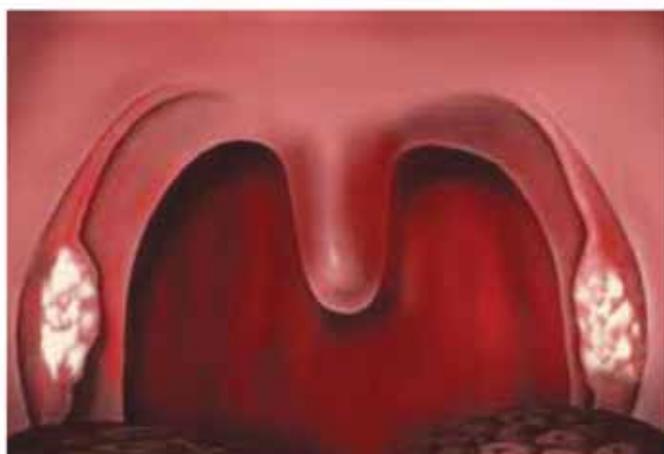
Por ese motivo, no responde a los antibióticos, y por regla general suelen aparecer con una mayor fuerza por la mañana, mientras que va mejorando según transcurre la jornada.

La mayoría de las irritaciones de garganta tienden a ser leves, por lo que suelen desaparecer en pocos días. En cualquier caso, existen una serie de remedios caseros para la irritación de garganta que pueden resultar útiles para mejorar la garganta.



#### Remedios caseros y naturales para la irritación de garganta.

- Hacer gárgaras con agua tibia con sal varias veces al día puede resultar muy útil para suavizar la garganta y aliviar la irritación.
- En algunos casos, salvo que te encuentres con gripe o resfriado, las bebidas frías o heladas pueden ayudar contra diversas irritaciones de garganta.
- Tomar agua templada con limón y un poco de miel varias veces al día ayuda también a suavizar la irritación, además que, con el limón, aportamos a nuestro organismo vitamina C, que ayuda a aumentar las defensas.



# 5 Ideas de negocio desde tu casa

## 1. Fabrica productos caseros.

Una forma económica y conveniente de comenzar un pequeño negocio y ganar dinero extra es fabricar algo. Existen variedad de artesanías y productos que se pueden fabricar con poco dinero y comercializarlos por tu propia cuenta.

- Elaboración de jabón o velas artesanales y aromáticas.
- Piñatas para cumpleaños
- Cajas decorativas
- Arreglos florales
- Muñecos de peluche o móviles para decorar la habitación del bebe
- Canastas de regalos o desayunos



## 2. Diseña bisutería.

Una forma de obtener ingresos adicionales con bajo presupuesto y solo dedicando unas cuantas horas al día, es el negocio de la bisutería. Este negocio consiste en la confección de pulseras, aretes y collares con materiales de adorno que imitan a la joyería pero son materiales no preciosos como piedras de colores, semillas o plata, muchos de los cuales pueden obtenerse a granel y a precios bajos. Esta comprobado que la bisutería trabajada y comercializada con empeño, puede brindar enormes resultados.

## 3. Vende por catalogo.

Desde ropa, artículos para el hogar hasta computadoras, vender por catalogo puede ser la opción ideal para ti. Las empresas de venta directa son cada vez mas y la diversidad de productos es abundante: desde perfumería y zapatos, hasta ropa y productos nutricionales. Existen compañías con excelentes productos y sistemas de compensación que te permitirían iniciar hoy mismo tu propio negocio de ventas por catalogo. Puede que pienses que las ventas no sean tu fuerte, pero todo se aprende. La inversión es mínima ya que consiste solamente en la membresía, tu catalogo y algún capital mínimo para comenzar a mover los primeros productos. Yves Rocher, Jafra, Omnilife, Avon, Marykay, Amway son solamente algunas de las propuestas que puedes considerar inicialmente aunque existen cientos de opciones de venta directa que pueden incluir productos de tu interés.





#### 4. Transforma tu cocina en una empresa.

La comida es un negocio que tiene la gran ventaja de que es muy flexible y te brinda muchas y variadas opciones para comercializarlo. Además te permite crecer gradualmente y llegar a formalizar tu empresa de alimentos o restaurante. Sin embargo, muchas personas piensan que basta con tener buen gusto en la cocina o saber preparar buenas bebidas para montar un negocio de esta clase. Y ese es probablemente el primer error por el cual el 50% de las empresas de comida cierran antes de culminar el primer año. Algunas ideas son:

- Elaboración de pasteles: si la repostería es tu especialidad, puedes ofrecer la preparación de pasteles para ocasiones especiales decorados a medida.
- Preparación de cupcakes: ideal para eventos especiales como bautizos, aniversarios, babyshower o cumpleaños. Puedes hacerlos temáticos y a pedido.
- Recetas de cocina: puedes redactarlas y diseñar un sitio web o blog para venderlas o compartirlas y cobrar publicidad.
- Clases de cocina: si tienes habilidades para transmitir tus conocimientos puedes ofrecer cursos de cocina. Basta con acondicionar tu casa y pedir a tus alumnas los ingredientes de acuerdo a los platos a preparar.
- Antojitos regionales: en todos los países latinos existen distintos platos tradicionales, que son apreciados y degustados por todos. Los dulces o postres típicos originarios de tu región también pueden ser una excelente opción para preparar y vender a pedido desde tu casa.
- Platos de ocasión: a lo largo del año hay distintas celebraciones que muchas veces se acompañan con platos de ocasión. Si tienes buen gusto por la cocina, puedes preparar esos platos y comercializarlos por pedidos o encargos a fin de que puedas tenerlos listos para los días festivos.
- Preparación de platos dietéticos. Muchas personas hoy en día buscan opciones dietéticas para consumir. Ya sea por requerimientos médicos de salud o porque desean bajar de peso, ofrecer una alternativa con platos bajos en calorías puede ser un excelente negocio.



#### 5. Elabora accesorios para mascotas.

Si eres un amante de las mascotas, debes saber que la fabricación de ropa para animales es un negocio que no para de crecer. El negocio consiste en la elaboración y venta de prendas de ropa y accesorios de distintos tamaños y estilos tales como: suéteres, sombreros, correas, juguetes, y hasta disfraces para ocasiones especiales. Los dueños de mascotas gustan de adquirir accesorios y prendas de ropa para sus animales, así que puedes aprovechar tus talentos y conocimiento de confección para incursionar en este negocio.



Estas son solo algunas de las muchas ideas de negocios que puedes implementar desde la comodidad de tu casa y que te pueden generar ese ingreso extra que tanto anhelas.

# Consejos para quitar manchas

## Cola

Remojar con Lejía muy diluida (si el tejido y el color lo permiten) lavar a continuación.



## Chicle

Frotar con benzol. Lavar en agua fría.



## Chocolate

Frotar con amoniaco y lavar a continuación.



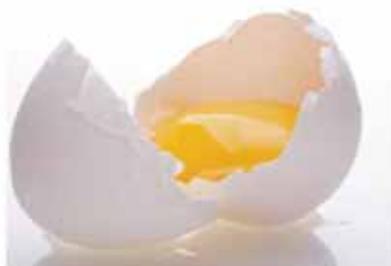
## Fruta

Remojar con lejía diluida (si el tejido y el color lo permiten) lavar en agua templada.



## Hierba

Frotar con alcohol. Remojar con agua fría, sal y detergente. Lavar en agua fría.



## Huevo

Remojar con agua, sal y detergente. Lavar en agua templada.

## Helado

Frotar con amoniaco y lavar a continuación.





Bienvenidos a mi taller de esmaltes al fuego. Soy Silvia Solans, hace más de diez años que trabajo el esmalte, aunque es en los últimos cinco que me he profesionalizado en este antiguo oficio.

Estudie la técnica del esmalte al fuego en la ESCOLA DE LA LLAR de Terrassa e instale mi taller en el pueblo de Sant Quirze de Besora, desde donde creo piezas de joyería y decoración esmaltadas al fuego que posteriormente comercializo en ferias de toda España.

El esmalte al fuego es una técnica milenaria que consiste en la aplicación de pigmentos vítreos sobre metal y su posterior cocción a temperaturas entre 850 y 1100º. Se encuentran obras de esmalte en las civilizaciones egipcias y mesopotámicas, así como en valiosos retablos religiosos de la edad media. En la actualidad, el esmalte se utiliza sobretodo en obras artísticas y en joyería.

En proceso de creación del esmalte consta de numerosas fases. En primer lugar diseñamos la pieza y la dibujamos sobre el metal (generalmente cobre). Después la cortamos, pulimos y moldeamos. A continuación aplicamos una capa de contraesmalte y la horneamos por primera vez.

Tras limpiar la pieza con una solución de ácido nítrico empezamos a trabajar con los esmaltes. Si utilizamos esmaltes opacos aplicamos los colores directamente sobre el metal; en caso de utilizar transparentes previamente hay que aplicar una capa de fundente y hornear nuevamente la pieza.

Los esmaltes pueden aplicarse directamente o utilizando hilo de plata para separarlos, según la técnica del cloissonné. Hay que hornear la pieza cada vez que aplicamos una capa de esmalte, reforzando las zonas allí donde sea necesario, hasta conseguir el resultado deseado.





### Las mujeres del Monte Carmelo -Purchena

La Asociación de Mujeres Monte Carmelo de Purchena fue la primera asociación de la provincia de Almería en unirse a la gran familia de la FEMUR. Su nacimiento se remonta a los primeros años de la década de los noventa, cuando un grupo de mujeres decidieron trabajar en equipo para alcanzar una serie de objetivos compartidos. Elevar el protagonismo y la participación de la mujer en el medio rural eran sus principales metas y así quedaron plasmadas en sus estatutos legalmente constituidos el 15 de abril de 1999. El Monte Carmelo, el lugar más emblemático del municipio almeriense, era así homenajeado por las mujeres tomándolo como nombre de la recién nacida asociación.

#### MUJERES DE BANDERA

Dos mujeres concienciadas y comprometidas con la necesidad de la mujer en seguir avanzando en el camino hacia la igualdad han liderado, con el apoyo de sus socias, este colectivo. Dolores Fernández García desarrolló durante años la labor de su labor como presidenta del colectivo. Después fue Lidia María García Tosar, anteriormente secretaria general, la que ostenta la presidencia hasta la actualidad. Además de la formación para sus socias que viene realizando cada año, gracias a FEMUR, la asociación ha realizado un sinfín de actividades de diversa índole, siempre presente en la vida política, cultural y social del municipio y de la comarca. Monte Carmelo forma parte del consejo provincial de la mujer de la Diputación de Almería y pertenece a la Federación de Asociaciones por la Igualdad del Valle del Almanzora.

#### CULTURA Y SOLIDARIDAD

La cultura y la solidaridad son dos ámbitos que este grupo de mujeres ha tenido siempre presente en sus acciones. Destaca por su singularidad, la participación en la puesta en marcha y consolidación de los Juegos Moriscos de Aben Humeya, evento histórico-deportivo que viene celebrando el municipio desde 1993, declarado de Interés Turístico Nacional por constituir una muestra del legado histórico, con pruebas deportivas, concursos de música, canto y danza, muestras gastronómicas, zoco artesanal, todo ello enriquecido cada noche por las actuaciones de grupos de música y étnica.



Otra de las actividades con mayor seña de identidad, tiene que ver con la recuperación de una costumbre que existía en el municipio, consistente en ir rotando de casa en casa diferentes capillas portátiles con las imágenes más queridas por los purcheneros. El dinero recaudado cada mes es destinado a obras solidarias como la que realiza la Fundación Creando Futuro con sede en Argentina o el destinado a Médicos sin Fronteras, entre otras. La asociación cumple así dos objetivos, la consecución de fondos y la recuperación de tradiciones. Dos citas totalmente ineludibles cada año en el calendario de la asociación Monte Carmelo son el 8 de marzo, Día Internacional de la Mujer y el 25 de noviembre, Día Internacional de la Lucha contra la Violencia de Género. Entre los horizontes del colectivo se encuentra la realización de nuevos proyectos relacionados con la lucha por la igualdad de género, la juventud, el empoderamiento y participación de la mujer en el ámbito rural.



# Femur

## Centro de Reconocimiento Médico- Psicotécnico

Centro de Reconocimiento médico – psicotécnico con un 10% de descuento para las Mujeres de la Federación de la Mujer Rural

### EN VALLADOLID

Centro de reconocimiento médico-psicotécnico Rondilla



VA 0025

N.R.S: 47-C2510-0019

conductores

armas,  
animales peligrosos

c.y f. de seguridad,  
seguridad privada...



Centro de nueva apertura completamente equipado.  
Atención personalizada.  
Equipo profesional: psicólogo, médicos, etc.  
Acceso y equipamiento para minusválidos.



Cardenal Cisneros, 3  
[www.psicotecnicorondilla.es](http://www.psicotecnicorondilla.es)  
983 262842



**DESCUENTOS POR NUEVA APERTURA**

**TODOS LOS TRÁMITES INCLUIDOS**

(Se realizan todos los trámites desde el Centro, no es necesario acudir a Tráfico)



### ASESORAMIENTO ON-LINE ASOCIACIONES

- Constitución
- Redacción Estatutos
- Adaptación Estatutos
- Registro Asociaciones

Envía e-mail:  
[administracion@femur.es](mailto:administracion@femur.es)



### ASESORAMIENTO ON-LINE EMPRENDEDORAS

- Planes de Viabilidad
- Búsqueda de Subvenciones
- Microcréditos
- Fiscalidad

Envía e-mail:  
[administracion@femur.es](mailto:administracion@femur.es)

### ASESORAMIENTO ON-LINE EMPRESARIAS

- Fiscalidad
- Microcréditos
- Subvenciones
- Laboral

Envía e-mail:  
[administracion@femur.es](mailto:administracion@femur.es)

## • BOLSA DE TRABAJO

La Federación de la Mujer Rural sigue facilitando en esta sección información del mercado laboral a todas las Asociaciones. Podéis enviarnos vuestro curriculum para incorporarlo a nuestra bolsa de empleo.

Bankia entidad colaboradora con FEMUR



**C A S A R E S**  
r e s t a u r a n t e

isabel la católica, 1 · 40001 segovia  
tel. 921 461 751  
fax. 921 462 217  
[www.restaurantecasares.com](http://www.restaurantecasares.com)

Los interesados ponerse en contacto con la Federación: **921 12 30 10/06**



## Guardería infantil en Hontalbilla

Centro Infantil acogido al programa "Crecemos"  
de la Junta de Castilla y León, Diputación Provincial de Segovia  
y Ayuntamiento de Hontalbilla.  
Para niños de 0 a 3 años

Infórmate

Ayuntamiento de Hontalbilla. Plaza Mayor 1. Hontalbilla – Segovia  
921 14 81 18 /// 636659816

Las Mujeres que estéis trabajando o seáis artesanas, comunicarlo a la Federación de la Mujer Rural por correo, por teléfono o vía e-mail para poder asesoraros y ayudaros en la búsqueda de ayudas y subvenciones y además, conocer vuestros productos para su presentación en la Feria Internacional de la Mujer Rural. Además podíais participar en la Red de Mujeres Rurales Artesanas que estamos creando.

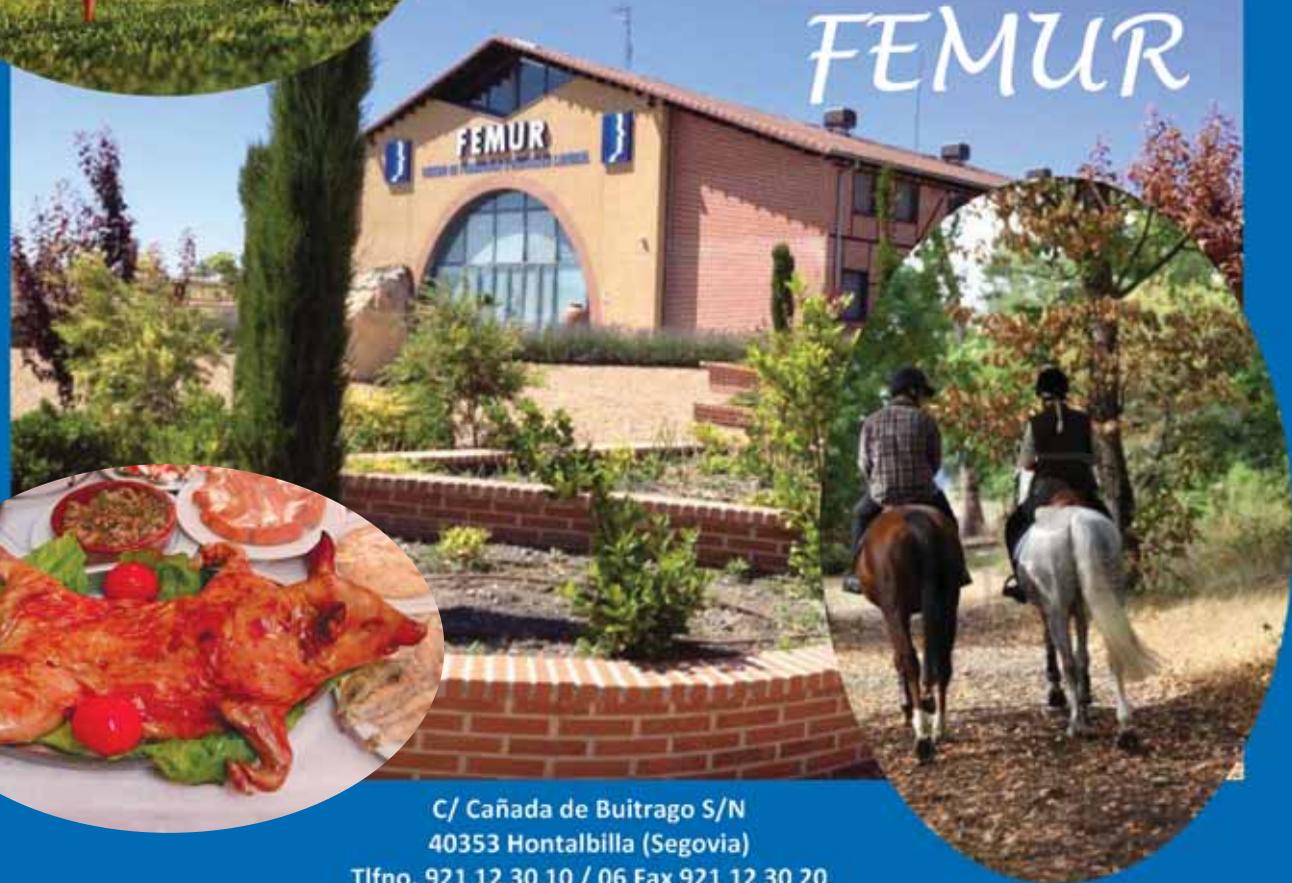
Ven a visitarnos  
Te esperamos!!!



Disfruta de multitud de  
actividades en un  
Mar de Pinares

# Centro

## de Turismo Rural FEMUR



C/ Cañada de Buitrago S/N  
40353 Hontalbilla (Segovia)  
Tlfno. 921 12 30 10 / 06 Fax 921 12 30 20  
e-mail: [administracion@femur.es](mailto:administracion@femur.es)  
[www.femur.es](http://www.femur.es)

