



Mujeres Rurales



SUMARIO

| | |
|-----------|--|
| | Presentación |
| 1 | Seminario Plataforma del Tercer Sector |
| 2 | Las Mujeres Rurales dominan las TIC en Castilla y León |
| 3 | FEMUR realiza una Jornada de Trabajo en ANDALUCIA - Granada |
| 5 | FEMUR lleva La Voz de las Mujeres Rurales a las Cortes de Castilla y León |
| 6 | FEMUR – PRONATURA con los Colegios de Segovia “Ayudando a frenar el Bullying” |
| 7 | FEMUR lleva hasta Murcia - Fortuna “Las Mujeres Rurales Protagonistas” |
| 9 | FEMUR trabaja con las Mujeres Rurales de Cantabria - Reinosa en una Jornada: “Las Mujeres Rurales Protagonistas” |
| 10 | Jornada en Cantabria - Reinosa “Las Mujeres Rurales Protagonistas” |
| 11 | Edición XII – Entrega de Premios Nacionales Mujer 2017 |
| 12 | Premios Nacionales Mujer 2017 Edición XII |
| 13 | FEMUR trabaja con las Mujeres Rurales en el Voluntariado en Andalucía – Granada – Las Gabias |
| 15 | Jornada de Voluntariado Fortuna - Murcia |
| 16 | Compromiso de FEMUR con la Violencia y el Voluntariado en Salamanca |
| 17 | FEMUR quiere Violencia Cero Voluntariado en Salamanca |
| 18 | FEMUR se preocupa por la Formación de las Mujeres Rurales acercando el Programa Plurirregional de Formación a sus municipios |
| | Estamos en la Prensa |
| 19 | El Jardín de los Aromas se está ampliando para poder Reunirnos |
| 21 | FEMUR invitada especial en CHIRIQUI - PANAMA |
| 23 | El Papel del Voluntariado como pieza clave en las Entidades Sociales |
| 24 | FEMUR con la Plataforma de ONG de ACCION SOCIAL |
| 25 | FEMUR firma un Convenio con la UVA |
| 26 | FEMUR se integra en el Pacto de Estado contra la Violencia de Genero |
| 28 | Grupos de Acción Local, Oportunidades para las Mujeres en el Medio Rural |
| 30 | Artesanas de FEMUR Trapitos de Colores Rocio Sánchez del Castillo |
| 32 | La Voz de las Mujeres Rurales de FEMUR |
| 34 | La Botica de FEMUR Consejos para empezar el día con ENERGIA |

PRESENTACIÓN

Queridas amigas:

Hemos visto pasar un año más desde nuestras asociaciones y realizando actividades colaborando con FEMUR.

Empezamos un nuevo año con ilusión y esperanza para seguir luchando por nuestros pueblos, y dar respuesta a algunos de los grandes problemas del momento: la despoblación que sufrimos, día a día, el envejecimiento y el éxodo de los jóvenes a las ciudades.

Estamos trabajando en nuestro Centro de Formación FEMUR, Homologado por la Junta de Castilla y León, con jóvenes rurales formándoles para recibir una Formación Profesional I y II grado, con Certificados de Educación y tener la posibilidad de adquirir los conocimientos necesarios para emprender el camino hacia el mercado laboral, desde FEMUR asesoramos y ayudamos a las emprendedoras para cumplir sus sueños.

En todos nuestros foros y jornadas hemos informado de las medidas 2014 -2020 con la existencia de un presupuesto de mas de 12.300 millones de euros, para favorecer el emprendimiento y el autoempleo en el mundo rural.

Sabemos la importancia que tiene la titularidad compartida, la violencia de genero y la lucha por la igualdad. Debemos tener un equilibrio en todas las responsabilidades con el hombre y poder estar presentes en los puestos de dirección que bien los merecemos.

Pensando en la salud, FEMUR está realizando un proyecto de investigación, para conocer nuestra salud, la calidad de vida, el bienestar, etc. Y podemos lograr la base de un adecuado empoderamiento personal, conociendo la realidad emocional y cognitiva. Seremos protagonistas del Proyecto.

FEMUR ha estado en distintos países, pero fue invitada especial en Chiriqui – Panamá, representando a España, fue una gran oportunidad conocer a las mujeres indígenas y poder exponerlas en varias ocasiones nuestras experiencias.

Desde aquí os quiero animar a seguir trabajando para mejorar la situación de nuestros pueblos, de nuestra familia, de nuestros hijos y de nosotras.

Confío en encontrar oportunidades y nuevos proyectos para trabajar conjuntamente con toda vuestra fuerza, valor y eficacia que siempre habéis demostrado.

Nos veremos pronto.



Juana Borrego Izquierdo

Presidenta Nacional de FEMUR



La Plataforma del Tercer Sector, organizó el pasado 31 de Julio, un Seminario Informativo, al que asistió una representante de la Federación de la Mujer Rural.

Dicho seminario tenía como objeto explicar el nuevo Real Decreto 729/2017, de 21 de julio, por el que se establecen las bases reguladoras de la concesión de subvenciones para la realización de actividades de interés general con cargo a la asignación tributaria del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas, correspondientes a la Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad, y se intentará resolver las dudas que puedan surgir en torno a la nueva convocatoria de ámbito estatal.

Este Seminario se celebró en el Salón de Actos de la Fundación ONCE, en Madrid.

Las Mujeres Rurales dominan las TIC en Castilla y León

Mujer Rural

La Presidenta Nacional de FEMUR presenta EL Proyecto rural patrocinado por la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades, de la Junta de Castilla y León, y organizado por FEMUR que ha permitido poner en marcha 2 fases para mejorar la aplicación de las TIC en las zonas rurales de nuestra Comunidad.

Desde la Federación de la Mujer Rural, vimos la necesidad de acercar esta formación a la población de entornos rurales de Castilla y León, para mejorar el uso y las funcionalidades de los nuevos dispositivos móviles.

Los smartphones y tablets han revolucionado a los usuarios con la tecnología, simplificando al máximo la experiencia de uso al eliminar los elementos periféricos y ofreciéndoles todas las ventajas a la hora de acceder a determinados servicios. Por ello, desde FEMUR se considera que es un soporte ideal para promoverlo entre las mujeres rurales, jóvenes y en general a toda la población a las que pueden brindar interesantes posibilidades.

FEMUR esta luchando desde hace mucho tiempo para que las mujeres de nuestros pueblos tengan las mismas oportunidades sociales y profesionales que las de las ciudades, y mediante el uso de las TIC y de las aplicaciones móviles pueden contribuir a su desarrollo personal y al de sus propios entornos rurales.

El Proyecto, se enmarca en la iniciativa de ámbito Regional pretende aumentar el conocimiento de las aplicaciones móviles entre los diferentes grupos sociales. “La tecnología siempre llega antes a las ciudades que, a las áreas rurales, por eso nos satisface poder realizar este proyecto con los habitantes rurales en Castilla y León”.

El Proyecto, de carácter Regional en Castilla y León, se ha centrado en Segovia, Zamora y Palencia, llegando a multitud de municipios en cada Provincia y las personas que han participado ejercerán posteriormente de prescriptoras en sus respectivos entornos, asesorando y guiando a otras personas, lo que favorecerá el número de usuarios y beneficiarios.

El objetivo es facilitar el acceso dando a conocer herramientas de nuevas tecnologías de fácil de manejo.





Femur

FEMUR realiza una Jornada de Trabajo en ANDALUCIA - Granada

Dinamización del territorio aplicando acciones contenidas en los programas europeos y de interés para el MAPAMA



La Federación de la Mujer Rural, celebró el 30 de septiembre una Jornada de Trabajo con las mujeres en Andalucía – Granada, “Las Mujeres Rurales Protagonistas” – Dinamización del territorio aplicando acciones contenidas en los programas europeos y de interés para el MAPAMA.

Juana Borrego, Presidenta Nacional de FEMUR, y M^a del Mar Fuentes, Coordinadora General de Emprendimiento de la Universidad de Granada, fueron las encargadas de Inaugurar la Jornada.

Seguidamente, participaron como ponentes, Elena Garcia Gil, Secretaria General de FEMUR y Economista, Dolores Santiago, Presidenta de la Asociación AMURA, Concepción Romero, Trabajadora Social y Gloria Muñoz-Campos Coach para emprendedoras.



FEMUR realiza una Jornada de Trabajo en ANDALUCIA - Granada

Mujer Rural

Dinamización del territorio aplicando acciones contenidas en los programas europeos y de interés para el MAPAMA

Madhavi Navarrete y Sheila Martínez, expusieron a las participantes Proyectos Innovadores, como transformar la naturaleza y emprender con ella.

En la Jornada se habló de temas como el “Plan para la Promoción de la Mujer Rural 2015-2018”, la Titularidad Compartida, “La Situación de la Mujer Rural: Pasado, Presente y Futuro”, “Gestión y tramitación de documentos para poner en marcha un negocio” y “Empoderamiento, liderazgo de Mujeres Rurales”.

La Jornada concluyó con una Charla Coloquio donde las mujeres expresaron sus dudas e inquietudes sobre los temas tratados. Finalmente fue clausurada por la Secretaria General de FEMUR, Elena García Gil.





Femur

FEMUR lleva La Voz de las Mujeres Rurales a las Cortes de Castilla y León



Petra García García, miembro de la Junta Directiva de la Federación de la Mujer Rural (FEMUR), participó en la Comisión no permanente de la Cámara Legislativa de las Cortes de Castilla y León, que se celebró el pasado 9 de Diciembre de 2017, para analizar la Ley Autonómica contra la Violencia de Género de 2017 y formular iniciativas contra el maltrato.

La representante de FEMUR, expuso en las Cortes como esta entidad es pionera e innovadora contemplando diferentes formas de violencia de Género, desde la violencia física, psíquica, sexual, económica, acoso laboral, la trata de mujeres y niñas, a otras formas de violencia que dañe la dignidad, la integridad o la libertad de las mujeres. Gracias a esta Ley y el apoyo institucional, se firmó el Pacto de Estado, para llevar una Política de erradicación contra la violencia, por la que todos nos debemos congratular.

Petra García, dejó ver la parte positiva, en la que la Junta de Castilla y León ha estado trabajando con revisiones y evaluaciones, realizando planes de igualdad para luchar contra la violencia, contando siempre con la Sociedad Civil organizada, con las reuniones necesarias y oportunas por parte de la Directora de la Mujer.

Indicó también, que desde nuestra ONG, hemos desempeñado un papel fundamental ayudando y apoyando en la realización de proyectos para atajar la violencia de género con Programas y personal experto.

FEMUR destaca que casi el 56% de las Víctimas de Violencia de Género viven en el Medio Rural.

FEMUR – PRONATURA con los Colegios de Segovia

“Ayudando a frenar el Bullying”

Mujer Rural



Para luchar contra esta lacra, PRONATURA, ha organizado 2 talleres, subvencionados por el ayuntamiento de Segovia, con el objeto principal de contribuir a la prevención, sensibilizando a las mujeres de la Asociación y a los escolares y centrar el principal esfuerzo en conseguir que sean los compañeros que vean el acoso quienes lo denuncien; es decir, que no se callen, que no sean cómplices del acoso escolar, a la vez que proporcionar una capacitación sobre el tema de bullying o acoso escolar y facilitar estrategias de corrección, prevención, logrando que al menos el 70% de los participantes en los talleres puedan realizar una actuación para evitar el bullying.

- Crear un espacio de conocimiento y reflexión sobre el acoso escolar
- Conseguir que los alumnos adquieran conciencia moral mostrar a los familiares los diferentes estilos educativos y correctivos
- Aumentar la confianza de los alumnos en los profesores a la hora de solicitar ayuda en problemas de acoso, agresividad o relacionales.
- Asesorar a las personas que participen en los talleres en técnicas de resolución de conflictos dentro en el seno de la familia.
- Que los alumnos adquieran educación en valores no violentos en el deporte.
- Aumentar las habilidades personales y sociales de los asistentes a los talleres
- Conseguir la participación del alumnado en la gestión de conflictos dentro del aula
- Conseguir un desarrollo en el ámbito social, de la educación, familiar para una mejora de la sociedad segoviana.

Con estos talleres nuestras metas son la de conseguir que tengan un conocimiento de esta lacra y puedan disponer de medios, herramientas para poder actuar y cuenten con el apoyo de la familia y de la sociedad para atajar el problema y sentirse comprendidos.



Femur

FEMUR lleva hasta Murcia - Fortuna

“Las Mujeres Rurales Protagonistas”



El pasado 2 de Octubre, la Federación de la Mujer Rural llevo a cabo en la Región de Murcia – Fortuna, una Jornada de trabajo bajo el titulo “Las Mujeres Rurales Protagonistas” – Dinamización del territorio aplicando acciones contenidas en los programas europeos y de interés para el MAPAMA.

En la Inauguración de la Jornada participaron la Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego, y Jesus Ángel Sánchez Perez, de la Fundación para la Formación e Investigación de la Región de Murcia.



FEMUR lleva hasta Murcia - Fortuna

Mujer Rural

“Las Mujeres Rurales Protagonistas”

El Objetivo de esta Jornada fue informar a las mujeres del “Plan para Promoción de la Mujer Rural”, de las “Necesidades del emprendimiento en el Mundo Rural”, Emprendedoras, la importancia del Asociacionismo de la Mujer Rural y Liderazgo de las Mujeres Rurales.

Participaron como ponentes, Elena García Gil, Secretaria General de FEMUR y Economista, Belén Fernández-Delgado, Ex -Senadora, Catalina Herrero, Abogada, Tomasa Bernal, Presidenta de la Asociación de Mujeres de Fortuna y Gloria Muñoz-Campos, Coah para emprendedoras.

Después de la Charla Coloquio donde las mujeres pudieron expresar todas sus opiniones y dudas, la Secretaria General de FEMUR, Elena Garcia Gil, acompañada por Alicia Barquero, Sánchez, Directora General de Mujer e Igualdad de Oportunidades de la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades de la Región de Murcia, clausuraron la Jornada de Trabajo.





Femur

FEMUR trabaja con las Mujeres Rurales de Cantabria - Reinosa en una Jornada: "Las Mujeres Rurales Protagonistas"



La Federación de la Mujer Rural, trabajo en una Jornada el pasado 7 de Octubre en localidad Cántabra de Reinosa, "Las Mujeres Rurales Protagonistas".

La Jornada de Trabajo dio comienzo con la Inauguración por parte de la Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego, el Concejal del Ayuntamiento de Reinosa, Daniel Santos y la Presidenta de PRODER Araduey-Campos, Petra García.

En el Acto participaron como Ponentes, Marta Martínez, Psicóloga, Beatriz Argüeso, Ganadera, M^a Ángeles Balbás, Ganadera y Coordinadora de FEMUR en Cantabria, Petra García, Presidenta de PRODER, Araduey-Campos, y Gloria Muñoz-Campos, Coach para Emprendedoras.



FEMUR trabaja con las Mujeres Rurales de Cantabria - Reinosa en una Jornada: "Las Mujeres Rurales Protagonistas"

Mujer Rural



Se habló a las mujeres que asistieron de "Emprendimiento desde una perspectiva emocional", "Ser ganadera hoy", "Acceso y medidas para mujeres rurales con ideas en su territorio", "La idea de negocio para generar diversificación de la economía en el medio rural" y "Liderazgo de Mujeres Rurales".

Gracias a estas Jornadas de Trabajo las mujeres obtienen valiosa información para poder poner en marcha sus ideas, emprender, integrarse en el mundo laboral y social, y conocer todas las medidas que tienen a su alcance.

La Jornada finalizó con la puesta en común de los temas tratados.





Femur

Edición XII – Entrega de Premios Nacionales Mujer 2017

FEMUR celebró a nivel Nacional el Día Internacional de la Mujer Rural



La Federación de la Mujer Rural, celebró el pasado 26 de Octubre, en una Jornada de Trabajo en Segovia, “Las Mujeres Rurales Protagonistas” con motivo del Día Internacional de la Mujer Rural y se hizo entrega de los “Premios Nacionales Mujer 2017”.

La Jornada dio comienzo con la Inauguración en la que participaron el Vicerrector de la UVA, Juan José Garcillán, el Teniente Alcalde y Concejal de Servicios Sociales, Igualdad, Sanidad y Consumo del Ayuntamiento de Segovia, Andrés Torquemada y la Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego.

Seguidamente, tomó la palabra la Secretaria General de FEMUR, Elena Garcia Gil, para hablar del “Plan para la Promoción de la Mujer Rural 2015 – 2018” y la “Titularidad Compartida”, a continuación el Investigador y Profesor de la Universidad, Carlos Valiente, habló a las participantes de “La Salud y el empoderamiento de la Mujer Rural”.





Después de un breve descanso, Elena García Gil, Secretaria General de FEMUR, dio lectura del Acta del Jurado de la Concesión de Premios.

Consuelo Berlanga, Presentadora y Periodista, presentó la Gala de Premios Nacionales Mujer 2017, en la que fueron galardonadas:

- EVA ISANTA – Actriz – Por su destreza y arte en el campo de la Interpretación.
- BELINDA WASHINTONG – Cantante – Por su trayectoria en el mundo del espectáculo y su arte en el escenario.
- ANA BELEN ROY – Periodista – por su profesionalidad y dedicación al mundo de la comunicación.
- SHEILA SEQUERA – Artesana – por su trabajo emprendedor y buen hacer.

Las Premiadas hablaron a todas las mujeres participantes de Buenas Prácticas.





Femur

FEMUR trabaja con las Mujeres Rurales en el Voluntariado en Andalucía – Granada – Las Gábias



La Federación de la Mujer Rural, organizó en Andalucía, en Las Gábias (Granada), una Jornada para trabajar con las Mujeres Rurales en el Voluntariado, el pasado 18 de Noviembre.

La Alcaldesa de las Gábias, Vanesa Polo Gil, y la Coordinadora de FEMUR en Andalucía, Concepción Romero Soto, inauguraron la Jornada de Trabajo.

Seguidamente intervinieron, Vicente Ballesteros Alarcón, Profesor Titular de la Universidad de Granada y Miembro de la Plataforma del Voluntariado en Granada, Carmen Gutiérrez Cruz, Licenciada en Ciencias de la actividad física y del deporte, Saray Muñoz López, Terapeuta Ocupacional, Bienvenida Bueno Rodríguez, Licenciada en Psicología, y trabajadora de Cáritas Diocesana y Silvia Rebollo Molina, Voluntaria de Cáritas Parroquial en Iznalloz (Granada).



FEMUR Resolviendo el problema del Voluntariado en ANDALUCIA

Las Gabias - Granada

Mujer Rural



Las Mujeres que asistieron a las Jornada trabajaron sobre los temas, de “La Ley del Voluntariado, Emprendimiento Social en el Ámbito Rural”, “Distintas formas de vivir el voluntariado”, “El Voluntariado como agente de cambio y transformación social”, “Experiencias en Proyectos de Voluntariado”, “El papel del Voluntariado en los Proyectos de Cáritas”.

Encarna Campos Rodriguez, miembro de la Junta Directiva de FEMUR, y Concepción Romero Soto, Coordinadora de FEMUR en Andalucía y Trabajadora Social, fueron las encargadas de clausurar la





Femur

FEMUR habla de Voluntariado con las Mujeres de Murcia - Fortuna



En la Comunidad de Murcia – Fortuna, se ha llevado a cabo una Jornada de Voluntariado el día 27 de Noviembre.

Tomasa Bernal, Presidenta de la Asociación de Mujeres La Purísima, fue la encargada de dar la bienvenida a las asistentes, en la Jornada “Formación de Formadoras”. En dicha Jornada intervinieron, Juan Manuel Soler, Voluntario de Luz en la Oscuridad, Antonia Herrero, Voluntaria de Manos Unidas, Maria Campillo López, Voluntaria de Caritas, Soledad Bermejo, Vicepresidenta Local de la AECC de Fortuna, Encarna Guerrero, Vicesecretaria del Centro de la Mujer de la Arboleja, Jose Antonio Carrillo, Coordinador de Proyectos de Voluntariado de La Caixa.

Se trataron temas como, “El Valor del Voluntariado”, “El trabajo que realiza manos Unidas”, “Como cuidar el Medio Ambiente”, “Líneas de Voluntariado en la Obra Social de La Caixa”.

Miriam Perez, Directora General de Familia y Política Social, fue la encargada de Clausurar la Jornada.



Compromiso de FEMUR con la Violencia y el Voluntariado en Castilla y León - Salamanca



La Federación de la Mujer, celebró el pasado 24 de Noviembre de 2017, un Foro de Violencia Cero – Voluntariado en la localidad de Pedrosillo el Ralo – Salamanca.

En la inauguración participaron la Presidenta Nacional de FEMUR, Juana Borrego, y Carmen García-Agúndez, Jefa del Área de Acción Social de la Gerencia Territorial de Servicios Sociales de Salamanca.





Femur

FEMUR quiere Violencia Cero Voluntariado en Salamanca



A continuación, intervinieron Luis Santamaria del Rio, de la RED Iberoamericana de Estudios de las Sectas. (RIES), “Paralelismos entre el abuso psicológico de las Sectas y la Violencia de Pareja” y Ana Pinillos, Abogada en el Ilustre Colegio de Segovia, “Aspectos esenciales de la defensa Jurídica frente al maltrato. Mecanismos de Protección y Procedimiento”.

Después de un descanso, expusieron Gerardo Rodriguez Herrero, Psicólogo Forense del Instituto de Medicina Legal de Salamanca, “Actuaciones del Psicólogo Forense en Violencia de Género” y Valentina Maya, Profesora de la Universidad de Salamanca, “La Violencia de Género en el Medio Rural”.

En la Clausura del Foro hablaron a las asistentes Jose Maria Sánchez, Diputado de O., Recursos Humanos y C.A. y Eva Picado, Diputada de Bienestar Social, F y J.



FEMUR se preocupa por la Formación de las Mujeres Rurales acercando el Programa Plurirregional de Formación a sus municipios

Mujer Rural

La Federación de la Mujer Rural, ha impartido durante este año 2017, cursos de Formación a través del Programa Plurirregional de Formación del Ministerio de Agricultura y Pesca, Alimentación y Medio Ambiente y el Fondo Social Europeo por toda España.

Para las mujeres que viven en núcleos rurales, es una gran oportunidad para adquirir una formación y especializarse, tener estos cursos a la puerta de su casa.

Además de adquirir conocimientos, las mujeres que participan en los cursos intercambian experiencias que las ayuda a enriquecerse y facilitar la inserción social y laboral.





Mujeres contra la brecha digital

Participantes en uno de los cursos organizados por Femur. EL NORTE

Los alumnos de la UVa podrán prácticas en el centro de FEMUR

La presidenta de la Federación de la Mujer Rural y el vicerrector del campus Mar... un acuerdo de cooperación educativa que vincula al mundo académico con la vic...

SEGOVIA
La Universidad de Valladolid y la Federación de la Mujer Rural (FEMUR) sellan una alianza para la en los pueblos, promoviendo el conocimiento mutuo a través de la formación de jóvenes universitarios.

La presidenta nacional de la Federación de la Mujer Rural, Juana Borrego Izquierdo, y el vicerrector del campus María Zambrano de la UVa, Juan José Garcillán, han firmado un convenio de cooperación educativa para la realización de prácticas para la formación de los estudiantes de esta universidad.



Juana Borrego Izquierdo y Juan José Garcillán simbolizan la alianza entre el mundo académico y el rural. / NEREA LLORENTE

El objetivo es establecer un convenio de colaboración entre las universidades y el mundo rural, conjuntamente prácticas de los estudiantes matriculados en cualquiera de las universidades de la UVa.

El plan de formación en TIC de Femur, llegado a los 400 municipios de Segovia y Zamora y...

El plan de formación en TIC de Femur, llegado a los 400 municipios de Segovia y Zamora y...

SEGOVIA EL ADELANTADO DE SEGOVIA VIERNES 27 DE OCTUBRE DE 2017

...nuevas tecnologías o que tienen bien para su uso y manejo. Patrocinado por la Concejalía de Familia e Igualdad de Oportunidades de la Junta, y después de haberse realizado un proyecto piloto sobre nuevos usos, la Federación de la...

'Las Brujas de San Millán' de Zuloaga se exhibe en la Sala de la Biblioteca del Ayuntamiento.

ECONOMÍA El turismo rural pide medidas. SUCESOS La Guardia Civil investiga varios...

Juana Borrego critica que los ayuntamientos no han difundido la Ley de Titularidad Compartida

...ayuntamientos que ni siquiera se han enterado", afirma la presidenta de Femur, explicando que solo ha habido 241 solicitudes...

considera que las directrices impulsadas desde las administraciones autonómicas y nacionales padecemos tener as en los pueblos".

titularidad compartida de las explotaciones agrarias, tramitada en 2011 y en vigor desde el año 2012.

Según los datos que maneja Femur "solo 241 mujeres —dijo Borrego— de las más de cien mil que hay trabajando en la agricultura y la ganadería se han acogido a esta norma que nació para alentar la equiparación de las y los trabajadores del campo y dar cumplimiento efectivo al principio de igualdad proclamado en la Constitución.

SOLICITUDES EN CASTILLA Y LEÓN La presidenta de Femur asegura que la mayoría de las peticiones de reconocimiento de los derechos económicos de las mujeres que realizan tareas en explotaciones agrarias, se han re...



Juana Borrego, presidenta y fundadora de la Federación de la Mujer Rural.



Belinda Washington se hizo eco de las denuncias de acoso en el mundo del cine que...



Las directivas de Femur y la alcaldesa Clara Luquero posan con las galardonadas de los Premios Nacionales Mujer 2017 y con la presentadora de la...

Las mujeres rurales se reinventan como motor del futuro de España

Presidenta de Femur. Juana Borrego denuncia la falta de medios y los obstáculos para el emprendimiento rural.

TRIBUNA | JUANA BORREGO IZQUIERDO (*)

FEMUR en

son amas de casa. Si trabaja fuera de casa es, a mayores del trabajo doméstico, bien trabajan en el Sector Agrario, en explotaciones agrarias en calidad de ayuda familiar aunque no todas, cada vez menos trabajan en el sector primario. También trabajan en distintos sectores como artesanía, casas rurales, ayuda a domicilio, etc.

FEMUR es una Organización no Gubernamental, sin ánimo de lucro, creada en el año 1.991 a nivel Nacional, Declarada de Utilidad Pública. Está constituida por Asociaciones, Federaciones Regionales, Provinciales y Locales, formando un gran tejido asociativo a Nivel Nacional e Internacional.

Belinda Washington: "Ante el acoso sexual no hay que callar, hay que señalar y acusar"

La actriz asegura que en el mundo de la televisión y el cine hay mucho machismo...

Basta de callarse en estos temas que a veces intentamos tapar para que no se sepan y lo que estamos haciendo es alentar a esas personas a que sigan haciendo daño", señaló la también presentadora de televisión. No presentadora de televisión. No presentadora de televisión. No presentadora de televisión.

EL ADELANTADO DE SEGOVIA



Aspecto del auditorio durante la Jornada del Día Internacional de la Mujer Rural.

2. Belinda Washington (l), Eva Berlanga, Ana Belén Roy, Juana Borbera y Elena García Gil, ayuntamiento de Segovia, en el momento de la entrega de premios. FOTOGRAFÍAS DE ANTONIO TABARDO

3. Aspecto del auditorio durante la Jornada del Día Internacional de la Mujer Rural.

4. Belinda Washington (l), Eva Berlanga, Ana Belén Roy, Juana Borbera y Elena García Gil, ayuntamiento de Segovia, en el momento de la entrega de premios. FOTOGRAFÍAS DE ANTONIO TABARDO

5. Aspecto del auditorio durante la Jornada del Día Internacional de la Mujer Rural.

6. Belinda Washington (l), Eva Berlanga, Ana Belén Roy, Juana Borbera y Elena García Gil, ayuntamiento de Segovia, en el momento de la entrega de premios. FOTOGRAFÍAS DE ANTONIO TABARDO

«El machismo existe y lo fomenta»

Viernes 27.10.17
EL NORTE DE CASTILLA

2 | SEGOVIA

El cuadro fue presentado ayer ante los medios de comunicación para consolidar el sector en la provincia. PÁGINA 13

Robos en Sepúlveda y Pedraza. PÁGINA 17



Acceso a Internet de banda ancha

Una de las acciones previstas en el plan, y una de las demandas de las mujeres rurales, es que continúe la extensión a los pueblos de las infraestructuras necesarias que aseguren el acceso a la banda ancha, para garantizar la igualdad en el acceso respecto a las zonas urbanas y para que organizaciones como Femur puedan desarrollar sus objetivos de formación 'on-line', algo que hoy por hoy no es posible en la práctica, declaró García Gil.



El cuadro fue presentado ayer ante los medios de comunicación para consolidar el sector en la provincia. PÁGINA 13

Robos en Sepúlveda y Pedraza. PÁGINA 17

Femur anima a las mujeres rurales a solicitar la titularidad compartida

la que se han registrado 290 solicitudes en España, 120 en Castilla-La Mancha

Femur finaliza con éxito la formación en nuevas tecnologías en 45 municipios

El proyecto, de carácter regional, se ha desarrollado en Segovia, Zamora y Palencia

acción

que las participen oportuna- económica- igualdad, sidad y a: I. nido. oras Rural- onal de la Menores y e informar

La selección se hace minime, para que la Feria pue diversidad y variedad de pr de todas las CCAA.

Tengo que agradecer a l vianos y a los visitantes la o dad que dan a las artesana- MUR de tener siempre bu sultados, aunque nos acom lluvia o el calor como este a todo un éxito! Aunque siem un 5% que no las salen las cu

Ahora ya estamos fir Convenios con varias Univ des y organizando 80 curs pueblos de toda España si cionadas por el MAPAMA- terio de Agricultura, Pesc mentación y Medio Ambien

Aún tenemos programar rias acciones de Voluntari Murcia, Andalucía y Castilla y Jornadas para celebrar el Día



chen a las ciudad: las mujeres, «que- name herband p

Un total de mujeres rur ha particip durante c meses en program

pulsando así el desan Otros de los obj por este proyec mentar la iniciativ femmina en el mejorar la comuni formación de la m ramientas que ap ys tecnologías, có rir práctica c dispositivos mó búsqueda de info gmas web y proci jeres rurales se de for en el ámbito- cion. Desde la F Mujer Rural valo objetivos muy el conocimiento de las mra de aprender rias tecnologías en el día a día. Los cursos l participación rales en las tencio por las separtida de Fem



Femur

El Jardín de los Aromas se está ampliando para poder Reunirnos

El día 1 de Diciembre de 2017, dio comienzo un nuevo programa de formación y empleo, en el que durante seis meses, un Director, un Profesor y seis alumnos, cuatro mujeres y dos hombres, participaran en el programa gracias al ECYL y a FEMUR, los alumnos, se formarán como oficiales jardineros y podrán obtener un certificado de profesionalidad de nivel 2 en "Construcción y Mantenimiento de Jardines y Zonas Verdes" y así mismo, el carnet de manipulador de productos fitosanitarios de nivel cualificado.



La formación que se llevara a cabo abarca una enseñanza teórica en aula, completada con prácticas en los jardines del centro de formación de FEMUR, y como obra principal la ampliación del jardín de los aromas para reuniones y formar a los jóvenes rurales en Formación Profesional y facilitar así su incorporación al mundo laboral.

El Jardín de los Aromas se está ampliando para poder Reunirnos

Mujer Rural

Ocupara una parte ajardinada de 2.450 m², que ha de servir en las estaciones favorables, a actividades al aire libre en las numerosas jornadas y eventos que se organizan en FEMUR. Constará de cuatro plazas conectadas entre sí, con una fuente central y un espacio circundante alrededor de las plazas salpicado de parterres, provistos de asientos y plantaciones de plantas aromáticas y numeroso arbolado de diversas especies que proporcionarán sombra a todo este espacio.



ASESORAMIENTO

- **Constitución de Asociaciones**
- **Emprendedoras y Empresarias**
 - **Planes de Viabilidad**
 - **Búsqueda de Subvencione**
 - **Microcréditos**
 - **Fiscalidad**
 - **Laboral**

Enviar E-mail:

administracion@femur.es





Femur

FEMUR invitada especial en CHIRIQUI - PANAMA

Panamá es la sede del Encuentro Latinoamericano y del caribe de
Mujeres Rurales.



El IV Encuentro latinoamericano y del Caribe de Mujeres Rurales se llevó a cabo desde el 16 al 20 de octubre en el Valle Escondido en Boquete, Provincia de Chiriqui, Panamá y conto con la presencia de las Representantes de la Federación de la Mujer Rural, la Presidenta Juana Borrego y la Secretaria General, Elena Garcia Gil, que intervinieron con varias ponencias por invitación especial.

Panamá fue escogido por las mujeres latinoamericanas para realizar este encuentro en que se trataron temas como la tierra, ordenamiento territorial, salud reproductiva, micro emprendimientos, producción, comercialización, mercadeo y participación política.

Este encuentro lo coordinó el Ministerio de Desarrollo Agropecuario en conjunto con la Red de Mujeres Rurales de Panamá.

Contó con la participación de la coordinadora internacional Luz Aro, y se incorporó por primera vez Europa con la asistencia de la Federación Nacional de la Mujer Rural – FEMUR.

El objetivo es que cada país discuta temas de importancia en mesas de trabajo, foros, talleres y que al final presenten los resultados de estas reuniones.

En Panamá la Red de Mujeres esta conformada por 600 mujeres. En la provincia Chiriquí esta conformada por 20 organizaciones y más de 300 mujeres.

El fin de esta Red es que las mujeres sean microempresarias. Muchas de ellas producen la tierra y elaboran artesanías, que luego venden en feria.

FEMUR invitada especial en CHIRIQUI - PANAMA

Panamá es la sede del Encuentro Latinoamericano y del Caribe de Mujeres Rurales

La oficina regional de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) destaca que las mujeres rurales son responsables de más de la mitad de la producción de alimentos, además de que desempeñan un papel importante en la preservación de la biodiversidad y garantizan la soberanía y seguridad alimentaria desde la producción de alimentos saludables.

Sin embargo, la FAO también destaca que las mujeres viven en una situación de desigualdad social, política y económica con apenas el 30% de la titularidad de la tierra.

La FAO ha realizado una serie de estudios sobre la situación de las mujeres rurales en Latinoamérica y el Caribe con el objetivo que los responsables de tomar decisiones, tengan información precisa para la planificación de políticas públicas con enfoque de género.





El Papel del Voluntariado como pieza clave en las Entidades Sociales

La Plataforma del Tercer Sector pone en valor el trabajo que desarrollan los voluntarios como “pieza clave” en las entidades sociales, coincidiendo con el Día del Voluntariado que se celebró el pasado 5 de Diciembre. Durante esa Jornada se reconoció la solidaridad de estas personas que responden a las necesidades del momento, apoyando a la dignidad humana y, en ocasiones, salvando vidas humanas.

Además lanza un mensaje para estimular a la sociedad para que ofrezcan sus servicios, tanto dentro de su país como en el extranjero. En relación a esto, la Plataforma del Tercer Sector, se suma a la campaña que ha lanzado la Plataforma del Voluntariado de España (PVE), que bajo el título “**Haz voluntariado, cambia el mundo**”, pretende fomentar entre la ciudadanía el deseo de formar parte activa de la acción voluntaria.

De la misma manera, la Plataforma del Tercer Sector secunda el manifiesto de la PVE en el que se vuelve a reivindicar el poder del compromiso individual para cambiar el mundo, defendiendo al voluntariado como el “motor del cambio imparable”. Además, piden el apoyo a la administración, empresas, universidades y centros de enseñanza para poder llegar a la sociedad a través de campañas e iniciativas de sensibilización.

En el texto se reclama un mundo donde la igualdad entre hombres y mujeres sea un hecho, donde exista respeto a la diversidad humana en todas sus manifestaciones y, en este sentido, defienden que el voluntario puede jugar un papel fundamental como agente de transmisión de valores desde la infancia-

El último informe semestral elaborado por el Observatorio de la Plataforma del Voluntariado desvela que el 8,5% de la población está comprometida con esta labor. Con respecto al perfil, ya no es mayoritariamente femenino, ahora corresponde a un varón de unos 24 años, con estudios universitarios y sin cargas familiares.

Otro de los datos a destacar es el ámbito de mayor demanda. Despunta el voluntariado social (53,1%), le sigue a distancia el voluntariado educativo (11,6%), seguido del socio-sanitario (10,7%).

VOLUNTARIOS





Como ya hemos informado en algún número de nuestra revista, FEMUR está integrada en la PLATAFORMA DE ONG DE ACCION SOCIAL, que es una organización de ámbito estatal, privada y sin ánimo de lucro, que en 2017 ha cumplido diecisiete años trabajando en defender y desarrollar los derechos civiles y sociales de los colectivos más vulnerables y desprotegidos de nuestro país, así como el desarrollo y fortalecimiento del Tercer Sector de Acción Social. La Plataforma está integrada por más de treinta organizaciones, entre ellas FEMUR, que está presente como vocal en la Junta Directiva.

Los principios que mueven a la Plataforma son los mismos que mueven a nuestra Federación, pero a través de la Plataforma de ONG de Acción Social, por medio de su organización, sus estructuras y sus órganos de gobierno pueden generar, promover y defender a sus organizaciones ante los poderes públicos y liderarlos en torno a un proyecto compartido.

En FEMUR no solo compartimos y trabajamos en defensa de los derechos civiles y sociales en favor de la sociedad más desfavorecida, de forma muy especial en el medio rural, con sus mujeres y defendiendo el medio ambiente, sino que además estamos presentes en cuantas reuniones, convocatorias, trabajos y actos oficiales de la Plataforma que requieren nuestra asistencia. También participamos en comisiones y grupos de trabajo, concretamente en la Comisión de Comunicación del Consejo Estatal de ONG de Acción Social, que se encarga, entre otros cometidos, de promover la Campaña de la X Solidaria en el periodo de la declaración de la renta anual.



Femur

FEMUR firma un Convenio con la UVA



La Federación de la Mujer Rural firmó el pasado 14 de Noviembre, un Convenio con la UVA – Segovia, para la realización de Practicas Externas de los estudiantes matriculados en cualquiera de los Estudios Oficiales de la UVA.

Tendrá como objeto completar la formación de los estudiantes mediante su preparación para el ejercicio de actividades profesionales y se concretaran en el correspondiente proyecto formativo.



FEMUR se integra en el Pacto de Estado contra la Violencia de Género

Mujer Rural

La Federación de la Mujer Rural, se integra en el Pacto de Estado contra la Violencia de Género presentando las siguientes propuestas.

AMBITO EDUCATIVO

- Promover en los centros educativos talleres y actividades formativas para la prevención de la violencia sexual, trabajando específicamente con los niños y varones adolescentes.
- Reforzar y ampliar en materia de educación, los valores igualitarios y la educación afectivo-sexual obligatoria en todos los niveles educativos, fomentando que los mismos se aborden de forma integral.
- Incluir en todas las etapas educativas, la prevención de la violencia de género, del machismo y de las demás conductas violentas, la educación emocional y sexual y la igualdad, incluyendo además en los currículos escolares, los valores de la diversidad y la tolerancia. Garantizar su inclusión a través de la inspección educativa.
- Designar en los consejos escolares, un profesor o profesora responsable de coeducación, encargado de impulsar medidas educativas que fomenten la igualdad y prevengan la violencia, promoviendo los instrumentos necesarios para hacer un seguimiento de las posibles situaciones de violencia de género.

CAMPAÑAS

- Tener en cuenta en la realización de las campañas de sensibilización contra la violencia de género, la mayor incidencia de esta en las mujeres que viven en el ámbito rural y sus circunstancias.
- Impulsar Campañas institucionales contra la violencia de género, en colaboración con organizaciones patronales, sindicales y empresas.

- Garantizar el cumplimiento de la Ley Orgánica 3/2007 de marzo, para la igualdad de mujeres y hombres, en la composición de los órganos directivos y colegios preceptivos en el ámbito educativo.

SANITARIO

- Mejorar la detección precoz en los centros sanitarios en colaboración y con respeto a las competencias de las comunidades autónomas, a través de una formación especializada de los y las profesionales sanitarios, difundiendo los protocolos de actuación.
- Establecer un sistema de acompañamiento y de ayuda a la toma de decisiones, con el fin de evitar la desprotección de la mujer y garantizar el derecho a la asistencia social integral. Cubrir la atención urgente e inmediata.
- Diseñar un plan de acompañamiento y asesoramiento de la víctima, implicando a las diferentes Administraciones, que contemplen la asistencia de la víctima y sus hijos e hijas con carácter previo a la interposición de la denuncia y durante el procedimiento, y que ira acompañado de medidas de formación obligatorias especializada en todos los agentes implicados. Para ello se revisara el Protocolo en el ámbito de los Juzgados competentes en violencia de género para hacer accesible la información a las mujeres víctimas de violencia de género, sobre el itinerario y procedimiento, asegurando el conocimiento efectivo del recorrido judicial, desde el momento en el que se interpone la denuncia hasta el final del proceso.

LABORAL

- Establecer el carácter preceptivo de la inscripción registrar o el deposito de los planes de igualdad obligatorios para las empresas de mas de 250 trabajadores/as.



FEMUR se integra en el Pacto de Estado contra la Violencia de Género

- Establecer la obligación de implantar medidas y protocolos contra el acoso sexual o el acoso por razón de género en las empresas, para mejorar la regulación y los derechos de las trabajadoras víctimas, abordando tal cuestión en la normativa de prevención de riesgos laborales.

INSERCIÓN LABORAL

- Potenciar el plan de inserción sociolaboral de Castilla y León, desarrollando mas extensivamente las medidas de actuación sobre víctimas de violencia de género allí recogidas y contemplando asimismo medidas de adaptación a las necesidades individuales de las víctimas, conectándolas con las ayudas económicas existentes y simplificando las condiciones para acceder a estas.
- incrementar la atención a las víctimas en las zonas rurales, con un mayor número de centros de acogida y de información, en coordinación con las Comunidades Autónomas.

INTENSIFICAR ASISTENCIA Y PROTECCIÓN A MENORES

- mejorar la formación específica de los operadores jurídicos, de cara a la atención de menores.
- Realizar estudios sobre la situación de los menores (custodia, régimen de visitas, relaciones con el padre maltratador)

IMPULSO DE FORMACIÓN

- Impulsar la formación especializada en violencia de género para los profesionales de los medios de comunicación.
- Implementar un programa formativo especializado en prevención de la violencia de género a profesionales sanitarios de la educación.

- Especializar en violencia de género, de manera evaluable, a los equipos psicosociales, de cara a mejorar su intervención en materia de derecho de familia y violencia de género.
- Diseñar programas de prevención, detección y protocolos especializados o actualizar los existentes en atención y actuación, adaptándolos a las especialidades de las diferentes violencias sexuales. Asimismo, desarrollar protocolos de intervención y detección precoz en todos los ámbitos de la educación infantil, primaria y secundaria, así como en el ámbito universitario.
- Fomentar la investigación en violencias sexuales: estudios, diagnóstico desarrollo estadístico, unificación de datos y publicidad de los mismos. Realizar estudios de prevalencia y diseño de indicadores para todo tipo de violencia sexuales.



Grupos de Acción Local, Oportunidades para las Mujeres en el Medio Rural

Mujer
Rural

¿Qué son los Grupos de Acción Local?

Los Grupos de Acción Local, también llamados Grupos de Desarrollo Rural, son asociaciones o entidades sin ánimo de lucro cuyo objetivo es llevar a cabo la Estrategia de Desarrollo Local Participativo (EDLP) de un territorio concreto en el medio rural.

Uno de sus principios fundamentales es representar los intereses socioeconómicos locales públicos y privados, para de esta manera, garantizar la participación de todos los sectores en el diseño y desarrollo futuro de su territorio.

Los grupos aplican la metodología Leader (enfoque ascendente) que permite una mayor implicación de la sociedad rural en la solución de los problemas comunes que les afectan, fomentando un mayor compromiso en las actuaciones futuras, lo que se traduce en un aumento de la gobernanza local.

A través de esta metodología y apoyándose en uno de sus principales pilares, la cooperación, se relaciona a colectivos similares de distintos territorios con las mismas necesidades, con el fin de favorecer el aprendizaje mutuo y buscar soluciones comunes a problemas concretos.

En España existen Grupos de Acción Local en todo el territorio rural.

¡Participa en el Grupo de tu territorio!!

¿Quién gestiona un grupo de Acción Local?

Están formados por los órganos de decisión, Junta Directiva y Asamblea General, y por un equipo técnico que se ocupa de la gestión.

Actualmente la representación femenina es desigual en estos órganos: en la Junta Directiva es del 22-30%; en la Asamblea General del 25-30% y en el Equipo técnico varía en función del puesto: personal técnico 56%-73%, gerentes alrededor del 45%, técnicas entre el 67-80% y administrativas del 60-87%.

¿Qué oportunidades y beneficios ofrecen los grupos de Acción Local a las Mujeres?

Puedes optar a:

- Asesoramiento empresarial para:
 - Poner en marcha una idea de negocio
 - o mejorar una empresa rural en funcionamiento
- Formación enfocada al emprendimiento
- Ayuda económica para proyectos
- Información y promoción de la igualdad de género

Puedes participar en el desarrollo y gestión de tu territorio:

- Como miembro de la Asamblea General
- Representando a tu grupo formando parte en la Junta Directiva
- Trabajando en el equipo técnico.





¿Quiénes pueden ser beneficiados por los Grupos de Acción Local?

Cualquier persona física o entidad privada puede beneficiarse de las actuaciones y proyectos de los Grupos de Acción Local: mujeres en activo, en desempleo, emprendedoras, asociaciones, empresas, etc. Además de entidades públicas o los propios grupos.

Los grupos de Acción Local tienen asignados unos presupuestos que gestionan durante este periodo de programación 2014-2020 e irán publicando convocatorias para dar opción a ayudas económicas.

¿Qué tipos de Proyectos son objeto de ayuda?

Existen dos tipologías de proyectos: productivos y no productivos.

Dentro de la estrategia de Desarrollo Local Participativo de cada grupo se determinan que tipo de actuaciones pueden percibir ayuda económica en cada territorio.

En general puede ser financiable cualquier actuación dirigida a mejorar las condiciones económicas, sociales, culturales y medioambientales, así como difundir las opciones turísticas y características naturales e históricas que favorezcan el desarrollo integral del territorio.

¡Localiza tu Grupo mas cercano! ¡Tu idea es importante!

La Red Rural Nacional (RRN) es una plataforma integrada por los principales actores implicados en el desarrollo del medio rural, destinada a fortalecer alianzas, divulgar experiencias y conformar un escenario común para mejorar la aplicación de la política de desarrollo rural, así como para difundir las oportunidades que esta ofrece a las personas potencialmente beneficiarias y al público en general.

Entre su principales objetivos esta:

- Impulsar una mayor participación de las partes interesadas en la aplicación de la política de desarrollo rural.
- Mejorar la calidad de la aplicación de los PDR.
- Informar al público en general y a los potenciales beneficiarios de la política de desarrollo rural y de las posibilidades de financiación.
- Potenciar la innovación en el sector agrícola, la producción alimentaria, la silvicultura y las zonas rurales.

Son miembros de la RRN las administraciones públicas, los agentes económicos y sociales, los representantes de la sociedad civil y las entidades relacionadas con la innovación en el sector agropecuario.



Soy una mujer rural de 40 años, licenciada, artesana y madre, mi marca Trapitos de Colores, nace de la necesidad de pasar tiempo con mis tres hijos, uno de ellos con discapacidad, y realizar un trabajo que me gustase. Además de no tener que desplazarme 80 km de casa todos los días para poder trabajar.

Siempre buscando productos de calidad, diseños originales y deferentes para mis hijos y como me costaba encontrarlos, decidí crearlos. Mis diseños son el reflejo de los deseos de mis hijos, acertando siempre en los que les gusta a mi mejor clientela que son los niños, el material de las prendas para bebe es algodón 100% certificado de comercio justo y todos los productos están hechos con mucho amor. Utilizo una mezcla de técnicas que hace únicos mis productos, aplicaciones en tela pintura a mano y patronaje.

Aunque hago productos textiles, considero que en realidad mis cositas son juguetes con los que los niños y mayores pueden pasar tiempo juntos y disfrutar de sus momentos en común.

Todos mis productos pasan un gran control de calidad y estudio de mercado realizado por mis hijos, que me dicen si les gusta o si por el contrario no son útiles.

La venta esta difícil pero poco a poco hago clientela fiel, que confía en mis productos por la calidad y el diseño que encuentran en ellos.



Femur

Artesanas de FEMUR Trapitos de Colores

Rocio Sánchez del Castillo

Lo peor de este trabajo es la comercialización del producto, teniendo que viajar de vez en cuando a ferias en las que no sabes si venderás y que suponen un alto coste económico. Ojalá hubiese ferias como La feria Internacional de la Mujer Rural – Pronatura en Segovia en la que participo.

Igualmente tenemos una pagina WEB en la que comercializamos y promocionamos nuestros productos, estando en proyecto a medio-largo plazo la apertura de tienda física si fuera posible.

Nuestro objetivo es consolidar la marca, y, si fuese posible, generar oportunidades de empleo a la mujer en nuestro entorno, aunque es difícil debido a las dificultades de crecimiento en el entorno rural.

Aunque echo de menos mas apoyo por parte de las administraciones, soy mujer y lo que me propongo, lo consigo antes o después.



La Voz de las Mujeres Rurales de FEMUR

Mujer Rural



Yolanda Diaz Sánchez
Presidenta de la
Asociación de Mujeres
de "San Marcos"
Paredes de Nava
Palencia



En mayo de 1992 la Asociación de amas de casa de San Marcos va a dar un cambio importante a la asociación desde un punto burocrático y de gestión, no así en cuanto a la función y actividades de la Asociación, que seguirá la misma línea que marcaron las etapas anteriores ya que desde 1974 ya se venían haciendo actividades.

En 1992 hay nuevas elecciones, sale elegida como presidenta D^a Pilar Olaso, que pretende que la asociación pase a ser independiente y no pertenezca a una asociación de mujeres "San Marcos".

El cuatro de Julio de 1992, se constituye la asociación de mujeres San Marcos, con domicilio en Paredes de Nava.



De 1992 a 1999 dirige la asociación D^a Pilar Olaso Antolín de 1999 a 2003 toma el mando D^a Carmina Palacios volviendo en 2003 D^a Pilar Olaso hasta 2011, en esta fecha y por motivos personales D^a Pilar deja la asociación y es cuando vuelve haber elecciones y se presenta una nueva junta directiva de la cual me pongo al frente.

En estos 25 años de historia, la asociación que actualmente presido ha tenido un papel importante en el apoyo al desarrollo tanto cultural lúdico de las mujeres de la villa.





Femur

La Voz de las Mujeres Rurales de FEMUR

En este sentido hemos apostado y seguiremos haciéndolo por el desarrollo, la igualdad, la solidaridad y mejor calidad de vida en nuestro pueblo.

La actividad de la asociación ha sido intensa durante estos años y seguiremos trabajando para poder mejorar y poder afrontar todos los retos que surjan en el cambio.

Desde estas líneas hacer un llamamiento a todas las mujeres para que se asocien y por su puesto a todas las asociaciones la importancia de federarse.

Juntas los conseguiremos!!!

Un abrazo!!!



La Botica de FEMUR

Consejos para empezar el día con ENERGIA

Mujer Rural

Aunque cueste debes empezar el día pensando en algo que harás hoy y que te hará feliz. Puede ser el café que te tomas en cuanto llegas a la oficina, el rato en el bus en el que aprovechas para leer tu libro o revista favorito, o estrenar ese vestido que tanto andabas buscando.

Por si no acabas de buscar ese pequeño “momento”, tenemos 5 trucos que te ayudaran a empezar el día con energía sí o sí. Si quieres volver a estar activa de buena mañana, aplica estas recomendaciones a partir de hoy mismo.

1. *Un simple vaso de agua tibia*

Después de unas 8 horas de sequía, el cuerpo, y sobre todo el cerebro, necesita hidratarse. Un vaso grande (300 ml) de agua tibia con unas gotas de limón ayuda a poner en marcha el metabolismo. De hecho, el cansancio que a veces notas por la mañana, puede ser debido a la falta de hidratación.

2. *Un café temprano*

El café solo aumenta un 30% la agudeza mental en tan solo 15 minutos. Luego el efecto se desvanece, por lo que si tienes un despertar lento, tómate el café cuanto antes. Eso sí, no te pases con el azúcar



3. *Tomar frutos secos*

Un estudio de la Universidad de Harvard ha demostrado que comer frutos secos sirve para controlar el peso. Mientras otro de la Universidad Rovira i Virgili de Tarragona afirma que mejoran el ánimo, así que son todo ventajas. En el desayuno puedes sustituir embutidos, margarinas o lácteos grasos por almendras, avellanas, nueces o semillas de lino.

4. *Los copos inflados, mejor sin azúcar*

Si te has aficionado al tazón de leche con cereales, piensa que estos suelen tener azúcar y suman calorías. Además, a media mañana sentirás un bajón, por lo que es mejor elegir copos inflados de arroz, trigo, mijo, maíz, o cereales mas exóticos, como quinoa, espelta o amaranto, pero sin azúcar.

5. *Queso con nueces y manzana*

Elige un queso fresco – Burgos, ricota o requesón -, añade unas nueces, un toque de miel y acompáñalo con una manzana asada (no te pierdas la receta en el enlace). El contraste de texturas y temperatura despierta el paladar. Es un desayuno super equilibrado, porque aporta hidratos de carbono, proteínas, fibra y grasas.



Hotel

de Turismo

Rural Femur



C/ Cañada de Buitrago S/N
 40353 Hontalbilla (Segovia)
 Tlfno.+34 921 12 30 10 / 06 Fax + 34 921 12 30 20
 e-mail: administracion@femur.es
www.femur.es

