



Fundación Luis Vives

Fundación Luis Vives
Plaza de Oriente, 7 - Bajo izqda.
28013 Madrid
Tel.: 915 400 878
Fax: 915 419 052
E-mail: luisvives@fundacionluisvives.org
Web: www.fundacionluisvives.org



2010
Año Europeo
de Lucha contra
la Pobreza y
la Exclusión Social



GOBIERNO
DE ESPAÑA

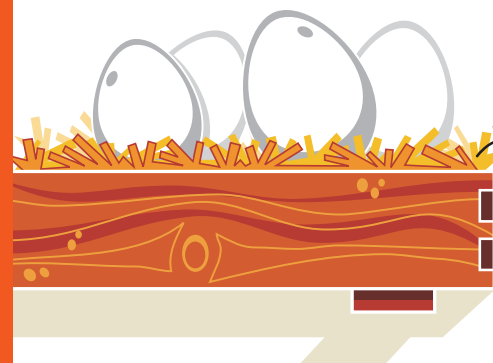
MINISTERIO DE SANIDAD
Y POLÍTICA SOCIAL

OBRA SOCIAL CAIXA GALICIA

MINICOMUNICACIÓN

Gratuito legalca: M-14177-2010

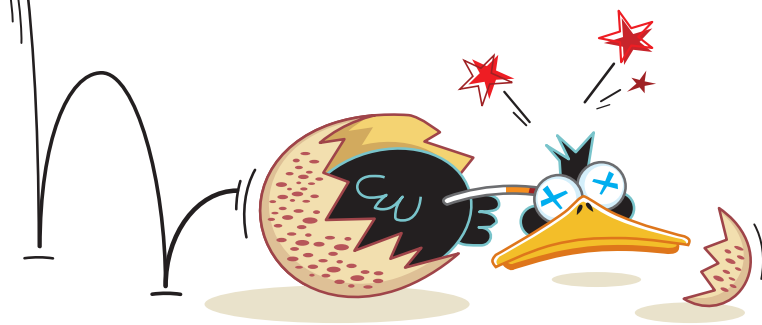
Pobreziaren eta gizarte bazterketaren aurrean zer egin dezaket?



Super Integro Actúo
naiz, gizarteratzearen
heroia



Fundación Luis Vives



Argitalpen honek finantzazioa jaso du Enplegu eta Gizarte Solidaritatearen (2007-2013) aldeko Europar Erkidegoko Programaren esparruan. Europar Erkidegoko Lan, Gizarte Gaiak eta Aukera Berdintasunerako Zuzendaritza Nagusiak programa kudeatu du. Hura sortu zen Europar Erkidegoko helburuak lortzearen alde egiteko, lan eta gizarte gaietarako eremuari dagokionez, Gizarte Agendan ezarritakoari jarraiki, eta, era horretan, Lisboako Estrategiaren helburuak lortu ahal izateko, adierazitako eremuetan.

Zazpi urteko programa zuzentzen zaie enpleguko lege eta gizarte politika egokiak eta eraginkorrak osatzearen alde egin dezaketen alderdi interesatu guztiei, EBeko hogeita zazpi Estatu kideetan, AELC-EEEko herrialdeetan eta EBi atxikitzeko izangaiak eta aurre izangaiak diren herrialdeetan.

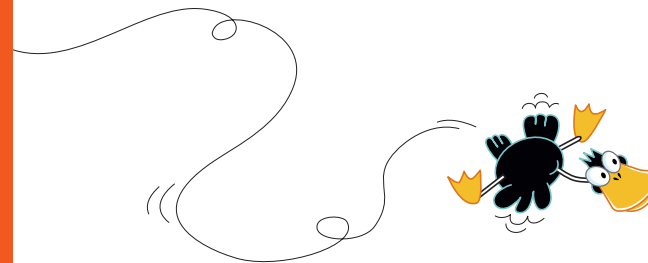
PROGRESS programaren zeregina EBak egindako ekarriera sendotzea da, lanpostu gehiago eta hobeak sortzearen aldeko Estatuaren konpromisoak eta esfortzuak laguntzeko, eta gizarte kohesiboagoa eratzeko. Horri dagokionez, PROGRESS programa honako helburu hauek lortzeko erabiliko da:

- Azterketa eta aholkularitza politikoa eskaintzea PROGRESS programaren jarduera arloei buruz;
- PROGRESS programaren jarduera arloetan aplikatutako legeei eta erkidego politikei buruz ikuskatzea eta informatzea;
- Estatu kideen artean politiken transferentzia, ikaskuntza eta laguntza sustatzea, erkidegoko helburuei eta lehentasunei dagokienez; eta
- Alderdi interesatuen ikuspegiak zabaltzea, baita gizarte orokorrenak ere.

Horri buruzko informazio gehiagorako, kontsultatu: http://ec.europa.eu/employment_social/progress/index_en.html.

Egilea: Lorena Álvarez de Sotomayor.
Integro Actuo-ren sorkuntza ideia: Miss Boule.
Editzio urtea: 2010.

Gizarte guztietan zisneak, ahateak eta super heroiak daude. Zer izan nahi duzu?



Irakurle maitea,

Nire izena *Integro Actúo* da eta gizarteratzearen heroi naiz. Hala ere, onartu behar dut heroi atipikoa naizela, ez baitut super botereri, baizik eta, nire indarra aldaketan datza.

Nahiz eta arraroa iruditu, duela denbora gutxi arte, zisne bat nintzen, familia, lagunak eta inguruan neukan jende gehiena bezala, baina nire bizitza aldatu zen lagunik kuttunena aldatzen hasi eta ahate bilakatu zenean.

Ez zen bat-batean gertatu, denboraren poderioz eman zen, baina aldaketaren hasieran, bere bizitza markatu zuen zenbait gertakari jazo zen: arazo familiar larriak eduki zituen eta horren ondorioz, depresio handia hartu eta lana galdu zuen. Hain triste zegoen ezen ez zuen inorekin hitz egin nahi eta eguna



bere baitan murgilduta ematen zuen. Egoera horrek asko kezkatzen gintuen arren, pentsatzen genuen aurrera egingo zuela, baina, azkenean, bere kanpo itxurak adierazi zigun aldaketa guk uste baino sakonagoa zela.

Horrek gauzei buruz hausnartzea eragin zidan. Une horretara arte inoiz ez nuen pentsatu zergatik gizartearen izaki gehienak zisneak ziren eta gutxi batzuk, berriz, ahateak. Uste dut beti pentsatu izan nuela



jaiotzez gertatzen zerbait zela, nire lagunari hura gertatu arte.

Gauzei erreparatzen hasi eta konturatu nintzen espezien artean, gure itxuratik haratago dagoen funtsezko desberdintasun bat dagoela. Gure egunerokotasunaren, hezkuntzaren, lanaren eta aisialdiaren bitartez, zisneok gizartean parte hartzen dugu eta hura eraikitzen laguntzen dugu eta ahateak, berriz, kanpo gelditzen dira hainbat zio dela eta: fisikoak, psikologikoak, hezkuntza esparrukoak, ekonomikoak...

Adibidez, batzuei dendetan eta olgetarako tokietan sartzea debekatzen zaie, euren ezaugarri fisikoak direla eta, ezin dutelako sarrerako eskailera-mahaia gainditu edo ezin dutelako proiektatzen diren irudiak ikusten, beraz, zisne lagunak bazkaltzeko geratzen diren edo ikusi duten pelikula bat komentatzen duten bakoitzean, horiek, automatikoki, baztertuta geratzen dira.

Beste batzuk berriz, urrutiko herrialdeetatik datozenez eta, dagoeneko hemen gaudenon hizkuntzaren, kulturaren edo ideologiaren hesiarekin topo egiten dutenez, lan merkatutik eta gizarte harremanetatik kanpo geratzen dira.

Gauza horiei guztiei erreparatu nienean, estutzen hasi nintzen. Ez nekien aldaketa hura behin betiko zerbait izango zen ala ez eta nik ez nuen nahi nire laguna betirako baztertuta geratzea.

Ikertzen hasi nintzen eta zorionez, jakin nuen lan gogor eginez, guk geuk gauzak aldatu ditzakegula egunetik egunera, ekintza handiak egin edo urrutira joan beharrik gabe.

Borrokan hasi nintzenean, neu ere aldatu nintzen: Super Heroi bilakatu nintzen. Horregatik, zurekin batera aztertu nahi ditut aldaketa hau eragin zuten giltzarriak.

Orain zure txanda da.
Nahi al duzu gizarte bazterketaren
hurrengo heroia izan?

Pobreziaren eta gizarte bazterketaren aurrean
zer egin dezaket?

Etxean



Eraiki ahal izateko urratsez urrats joan behar gara eta hasteko, gauzak aldatu behar ditugu gertuen dugun eremuan, horregatik, gizarteratzearen alde egin nituen lehenengo ekintzak familiarengan egin nituen. Nire inguruarekin dudan harremana aztertzen hasterakoan, konturatu naiz jarduera asko aldatu behar ditudala...

Txikienen heziketa: anaiak, arrebak, semeak, alabak...

Familia oso faktore garrantzitsua da nortasuna eta etorkizunean bereganatuko ditugun balioak eratzerakoan. Nola lortuko dugu seme-alabak gizarteratzearen super heroiak izatea, aurretik ez badiegu horrelakorik irakatsi?

Ikusi dut hurrek inguruan duten guztia barneratzen dutela eta entzuten duten edozein gauza markatuta geratu dakieke eta bere baitan gorde dezakete, benetako esanahia ezagutzen ez badute ere.

Kide guztien errespetuaren eta aukera berdintasunaren aldeko apustua egiten duen gizarte baten etorkizuna dira, horregatik funtsezkoa da balioetan hezteak. Ezagupenarekiko euren interesa piztu behar dugu, euren zalantzak argitu eta hitzen ez ezik gure jardueren bidez ere irakatsi behar diegu:

- *Hesi ideologikoen aurkako borrokaren garrantzia (homofobia, xenofobia, arrazakeria, matxismoa, autoritarismoa, diskriminazioa...) baita arkitektonikoen aurka ere (irigarritasuna minusbaliatuentzat).*
- *Berdintasuna. Adierazi bikoteek erabakiak batera hartzen dituztela eta etxeko lanak modu parekatuan egin behar direla.*
- *Gainontzekoenganako errespetua. Adinduenganakoa, beste kultura edo etniakoak direnenganakoa, minusbaliotasun fisikoa edo adimen urritasuna dutenenganakoa, modu desberdinean pentsatzen dutenenganakoa...*
- *Solidaritatea. Irakatsi dutena baloratzen eta besteekin konpartitzen.*
- *Kontsumo erantzulea eta birziklapena. Ez utzi gauzak suntsitzen, janaria botatzen eta jostailuez eta apetat inguratuta bizitzen.*

Borrokatu hesi ideologikoen
aurka, berdintasunaren,
errespetuaren, solidaritatearen
alde...



Adinduenganako errespetua: aitak, amak, aitonak, amonak...

Nire bizitza erritmoa oso frenetikoa da eta batzuetan, ez dut astirik nire aitona-amonei entzuteko, euren premiak asetzeko edo zein garrantzitsuak diren adierazteko. Eta are gehiago, konturatu gabe, euren pentsamoldea zaharkituta geratu dela pentsatzera iritsi naiz eta horrenbestez, euren iritziak ez du balio egungo errealitatearekin bat egiten ez duelako.

Zorionez, garaiz ohartu naiz, ni baino lehen, horiek egon zirela eta horregatik bizitza-esperezia gehiago dute, eta txikia nintzean eta neure buruaz arduratzeko gai ez nintzenean ni zaindu nindutela.

Orain horiek dira behar gaituztenak. Ezin ditugu bazterrean utzi. Iraganean eman ziguten arreta eta zaintza itzuli behar dizkiegu.

Eguneroko denbora-aldi bat erabili haiei entzuteko, eskatu zure Autonomia Erkidegoari zaintzaile profesionala izatea eta zure lana dela eta, ezin badiezu merezi dituzten zaintzak eman, harremanetan jarri gizarte langile batekin, eskatu etxeko laguntza edo bilatu eguneko zentro bat edo euren premietara egokitzen den egoitza bat.

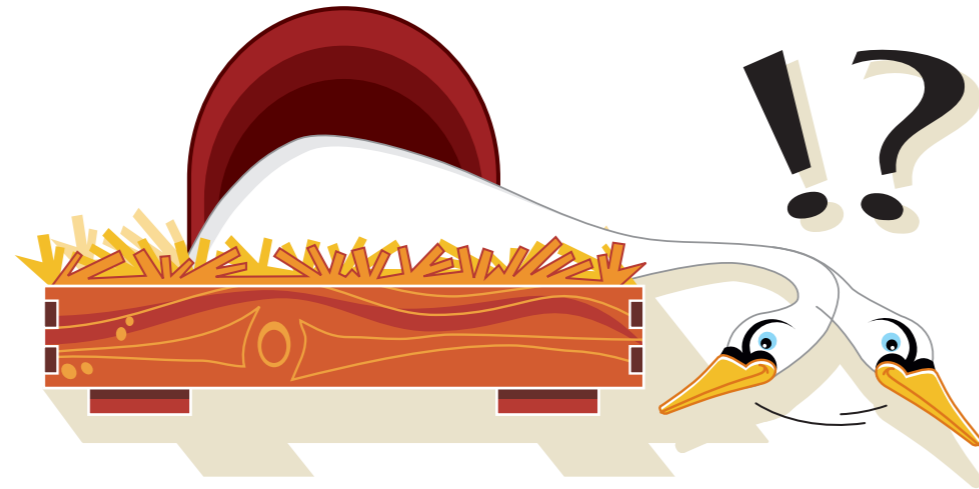
Pobreziaren eta gizarte bazterketaren aurrean
zer egin dezaket?



Nire bizilagunen
komunitatean



Nire janaria gazia zegoen. Ez al dakizu ezer egiten?!



!?



Eta nori aginduko diot ogia ekartzeko...?



Nola iritsiko naiz etxera?!



Ziur aski, arreta jartzen hasiz gero, konturatuko zara zure bizilagunen artean batzuk ahateak direla edo ahate bilakatu direla.

Bilakaera horren arrazoiak bestelakoak izan daitezke, esate baterako; adina, istripu bat edo gaixotasun bat dela eta mugikortasuna galdu izana eta horrenbestez, dagoeneko, ezin dira kalera atera norbaitek lagundu gabe edo agian gurpiletako aulki bat edo eskorga bat behar dute mugitu ahal izateko.

Horrez gain, gerta daiteke, itxura arrunt baten azpian, hormen artean, tratu txar fisikoak edo psikologikoak ezkutatzea edo pertsona bat bakarrik bizitzea eta bere buruaz arduratu ezin izatea.

Ez gelditu kanpoan. Aztertu zure komunitatearen premiak eta konponbideak proposatu: sarbide arrapala bat, Braille hizkuntzan dagoen igogailu bat, larrialdietarako argiak, garaiz egindako salaketa bat edo arreta pixka bat, besterik gabe.

Pobreziaren eta gizarte bazterketaren aurrean
zer egin dezaket?



Nire auzoan

Pelikula ikusi gabe
geratu naiz



Hona hemen neure buruari egin nizkion galderene-tariko bat, ikertzen hasi nintzenean zergatik batzuk ahate ziren eta beste batzuk, berriz, zisne: "Nire auzoak betetzen al ditu gizarteratutako elkar bizitza bat bermatzen duten funtsezko baldintzak?".

Hura egiaztatzeko, hurrengo alderdiei erreparatu nien:

Hezkuntza eta prestakuntza eskura izatea

Erreza al da doaneko oinarrizko hezkuntza eta lanbide heziketa eskura izatea, inor gizartetik at gelditu ez dadin eta pertsona oro lehian izan daitezen baldintza berdinetan?

Laguntza eman langabetuentzako eta minusbaliatuentzako lanbide heziketako ikastetxe publikoak eraikitzearen alde, proposatu zure kultur etxean ikurren hizkuntzako eta etorkinentzako gaztelaniako ikastaroak antolatzea, baita informatikako eta interneten nabigatzeko ikastaroak ere...

Haurrak eta adinduak zaintzea

Zure auzoan ba al dago haurtzaindegi edo adinduentzako egoitza publikorik?

Halakorik ez badago zure bizilagunekin bat egin hura sortzearen alde egiteko eta, dagoeneko, existitzen badira, euren egoera aldian-aldian egiaztarazi.

Azpiegiturak

Mundu guztiak ez du adin berdina edo ezaugarri berdinak. Irigarritasuna dago zure auzoan?

Hona hemen, ziur aski, aurretik erreparatu ez diezun gauza asko aditzera emango dizkizun ariketa bat.

Hemendik aurrera, zure kaleetatik pasatzen zarenean, zintarrietako altuerari erreparatu, ea autorik aparkatuta dagoen oinezkoentzako pasabideetan, ea semaforo guztiak soinu desberdina egiten duten oinezkoei pasabidea irekitzen edo ixten zaien bakoitzean eta ea erortzea eragin ditzaketen askatutako lauzak edo erliebeak dauden.

Begiratu ea zenbat zine, antzerki, museo, denda, jatetxe eta hotel egokituta dauden gurpiletako aurkidun pertsonak, sehaskadunak edo mugikor-tasun murriztua duten pertsonak sartu ahal izateko, eta autobusetan eta lokaletan instalatutako arrapalak erabiltzeko moduan dauden edo erabiliz gero erortzeko aukera dagoen.

Horrez gain, egiaztatu dezakezu haur parkeetan instalatutako jolasak garbiak eta seguruak diren ala ez.

Hori guztia egitean, ziur aski, gauzak beste moduan ikusiko dituzu. Ez gelditu besoak uztarturik. *Zure Udalari jakinarazi zer aldatu behar den, horrek konponbide egokiak har ditzan.*

Baina hori ez da nahikoa, zure auzoan irigarritasuna egon dadin zer egiten duzunari ere erreparatu behar diozu. Egitura egokiak edukitzea alferrika-koa izango da, beharrezko gizalegezko jarrerarik adierazten ez badugu.



Ez aparkatu oinezkoentzako pasabideetan edo ibilgailu bereziei erreserbatutako plazetan, zure negozioa erreformatzen baduzu, ziurtatu sarbide arrapala bat edo igogailu bat duela, laguntza eskaini, ez galdu pazientziarik zu baino motelago ibiltzen direnekin eta adinduei, haurdun dauden emakumeei eta minusbaliotasunaren bat dutenei pasatzen utzi eta eserlekua eskaini.

Esfortzu txiki batekin, zure auzoa eredugarri bilakatu dezakezu. Mobilizatu eta jendea mobilizatu lortzeko!

Pobreziaren eta gizarte bazterketaren aurrean
zer egin dezaket?



Nire lanpostuan

Bai arduradunak eta bai langileek errespetuzko eta elkar bizitzako oinarritzko zenbait arau aplikatzea nahitaezko faktore bat da lan-giro osasuntsua sortzeko. Baina berriak entzuterakoan, konturatu naiz, tamalez, hori ez dela beti hala ematen, horregatik garrantzitsua da geure buruari galdetzea ea gure enpresan txertatzearen alde egiten ari garen ala ez.

Arduradun gisa

Praktikan jartzen al duzu Enpresako Gizarte Erantzukizuna (EGE)?

Galdera horri erantzuteko, lehenik eta behin, hainbat gai aztertu behar duzu:

- Kontratatzerakoan, kontuan hartzen dituzu bakarrik izangaiaren gaitasunak edo bestelako aldagaiei ere erreparatzen diezu?
- Zure enpresak 50 langile baino gehiago baditu, betetzen al duzu legeak ezarritako langileen %2a minusbaliatua izateari dagokion baldintza?
- Soldata duinak ezartzen dituzu? Eta zeregin berdinak egiten dituzten langileek sexuaren arabera soldata desberdina jasotzen dute?
- Zer gertatzen da langileenetarikoa bat haurdun gelditzen denean?
- Errespetatzen al duzu amatasun eta aitatasun baimena? Eta medikuaren bajak?
- Langile guztiei bizitza pertsonala eta laborala adiskidetzea bermatzen diezu? Ordaintzen dituzu aparteko orduak?
- Giro osasuntsua eskaintzen diezu?



Langile gisa

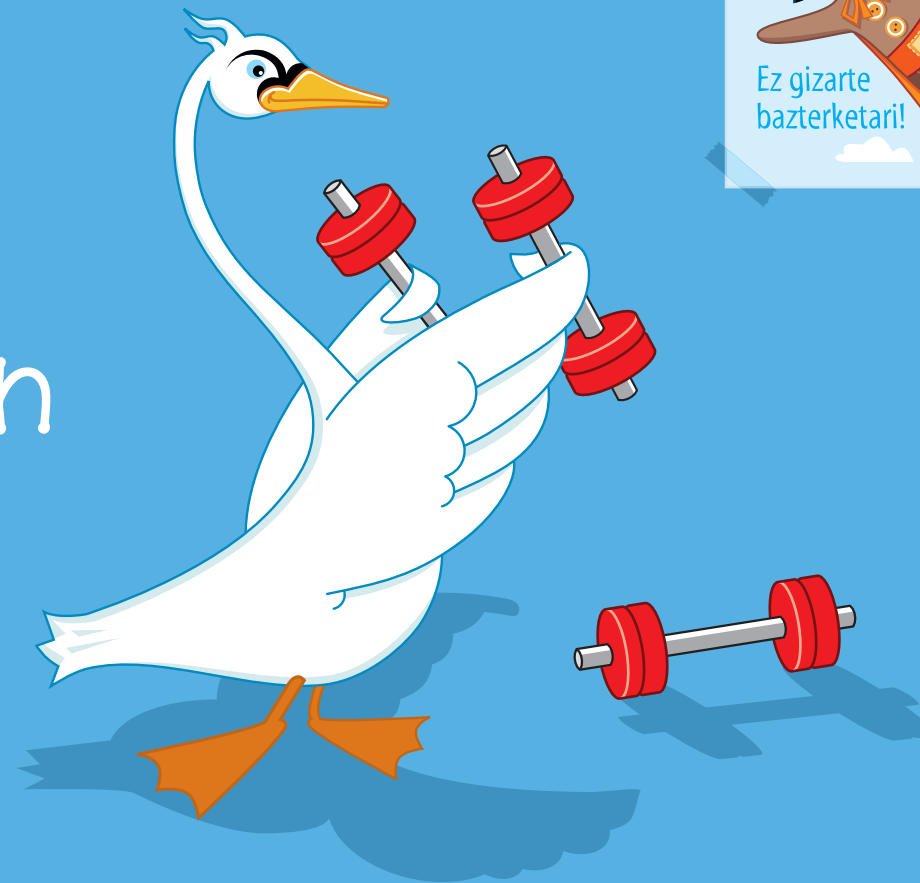
Ohartu naiz, batzuetan, ezinbestekoa dela rola ezartzea eta lankideak bertan sailkatzea. Eta are gehiago: euren lana ebaluatzen dugu, profesionaltasuna zalantzan jartzen dugu eta botere-borrokak garatzen ditugu, giro tirabiratsua eta lehiakorra sortuz. Eta hori guztia eragin ordez, geure buruari galdetu beharko genioke ea gure lanpostua minusbaliotasun fisikoren bat dutenentzat egokিতa dagoen ala ez.

Ez diskriminatu lankideak jatorria, gaitasun fisikoak eta psikoak, orientazio sexuala edo erijio sinesmenak direla eta. Ziur horiengandik zerbait ikasiko edo irakatsiko diezula.

Zeregin-banaketak eta lankidetzak lana errazten du. Eta egunaren zati handian inguruan dituzun horiek gertutik pixka gehiago ezagutuz gero, lagundu ahal izango diezu premia zehatzen arabera.

Pobreziaren eta gizarte bazterketaren aurrean
zer egin dezaket?

Nire
aisialdian



Informatu

Diskriminazioaren jatorria eta arrazoiak aztertu ondoren, konturatu naiz hainbat egoera eta kolektibo gaitzestearen arrazoi asko informazioz ezari eta tradizioz hedatutako rolak eta kliseak barneratzeari dagokiela.

Garrantzitsua da ezagutzen ez duzun zerbaiti buruzko iritzia eman edo alde batera utzi aurretik, lehen eskutik informatzea, hesiak apurtzea eta gauzak zuk zuek egiaztatzea. Beste kulturak aztertu, bisitatu zure hirian kokatutako beste herrialdeetako etxeak, izena eman euren ekintzetan, proiektioetan, jaialdietan, ... Aberasteaz eta zure mentalitatea irekitzeaz gain, ziur aski gauza askori buruzko iritzia aldatuko duzu.

Sentsibilizatu

Ikasitakoa zure ingurukoekin konpartitu, beste errealitatea erakutsi.

Erantzukizunez kontsumitu

Lehen, denda batera joaten nintzenean, zerbait gustatzen bazitzaidan eta erosteko dirua baneukan, erosten nuen, produktu hura sortzeko egindako esfortzuari erreparatu gabe, edo hura landu edo egin zuenaren eskubideak errespetatu ziren ala ez kontuan hartu gabe.

Gero, ezagutu nuen nekazariak eta abeltzainek fruta eta barazki kilo bakoitzeko edo esne litro bakoitzeko jasotzen duten ehunekoa, helduek eta haurrek moda kate eta enpresa ospetsuetarako arropa eta zapatilak zein baldintza penagarrietan egiten dituzten eta horietako prozesu askok ingurumena nola kutsatzen duten.

Orain, erosi aurretik informazioa biltzen dut.

Ba al dakizu zer diren txertaketa enpresak?, ezagutzen dituzu bidezko merkataritzako dendak?, dastatu al duzu nekazaritza ekologikotik eratorritako produkturik?

Lankidetzan aritu kanpaina solidarioekin

Urteen joan-etorriarekin, arropa, oinetakoak, eskola materiala eta egoera onean egon arren, dagoeneko, erabiltzen ez ditudan jostailuak pilatu ditut. Ez dit ezertarako balio hori guztia kutxa batean edukitzeak, hautsa eragiteko ez bada.

Birziklatze solidarioa aukerarik hoberena da. Zuk leku gehiago edukiko duzu eta birziklatzearen pertsona hartzaileentzat lana lortzeko edo eskolara joateko aukera bat izango da.



Borondatezko lanak egin

Erabat harrituta geratu naiz, garatu daitezkeen borondatezko lan desberdinen aukera zabala dagoela jakitean. Lagundu nahi zaien kolektiboen arabera ez ezik, lana eskaini dezakezun era desberdinetan ere.

Zaren modukoa zarela eta daukazun denbora erabilgarria daukazula, beti, gutxienez, zure neurria egindako borondatezko lan mota bat aurkituko duzu.

- Denbora erabilgarriarekin: borondatezko lan tradizionalena. Zure hirian, era desberdinetan, lankidetzan aritu zaitezkeen ehunaka kolektibo daude.
- Denborarik gabe: interneten bidezko borondatezko lana. Zereginak hautatu zure gaitasunen arabera eta ordenagailuaren bidez egingo dituzu 15 eta 120 minutu arteko denboraldi batean.
- Errutinatik ateratzeko eta beste herrialdeak ezagutzeko interesarekin: rallyak eta opor solidarioak. Abenturari eta babesleak bilatzeari ekin edo zure oporretako zati bat erabili GKE desberdinek Afrikako, Asiako eta Latin Amerikako herrialde desberdinetan abian jarritako nazioarteko lankidetzako proiektuetako batean lankidetzan aritzeko.

Internet oso erreminta erabilgarria da eskaintzen diren direktorioak eta Espainian eta atzerrian lankidetzan aritu daitezkeen entitateak aurkitzeko.