



Asociación Socio Cultural Radio

ΗΙΚΟΣΙΑ

**PLAN IGUALDAD
2020**



Asociación Socio Cultural Radio
ηΙΚΟΣΙΑ

Asociación Socio Cultural Radio Nikosia

NIF: G-64778962

Tel: **656991816 - 675404595**

E- mail: info@radionikosia.org

web: www.radionikosia.org – www.redsingravedad.org

Sede Social: Centro Cívico Convent de Sant Agustí

(Calle Comerç 36, 08003, Barcelona)



SIN GRAVEDAD

red de espacios de encuentro,
arte y experimentación

Organización del plan:

1. La entidad Radio Nikosia y el proyecto “Red Sin Gravedad”. Perspectiva de género en la entidad.
2. Autodiagnóstico de género. Cuestionario y resultados con relación al funcionamiento de la entidad. Medidas de igualdad.
3. Recursos existentes y buenas prácticas. Grupo de mujeres.
4. Acuerdos de Futuro para la mejora de la igualdad.

El presente plan de abordaje de género a la **Asociación Socio Cultural Radio Nikosia**, entidad promotora y coordinadora del proyecto “**Red Sin Gravedad**”, ha sido elaborado a partir de la propuesta ofrecida por el “**Manual sobre la incorporación de la perspectiva de género y medidas de igualdad para entidades**” promovido por Torre Jussana – Centro de Servicios a las Asociaciones – juntamente con el Centro para la Igualdad y Recursos de las Mujeres (CIRD), que tiene la autoría del manual, el servicio del Departamento de Transversalidad de Género del Ayuntamiento de Barcelona, y el consejo de Asociaciones de Barcelona (CAB), cogestores de Torre Jussana Centre de Serveis a les Associacions <http://tjussana.cat/genere.php>. También nos hemos basado en las propuestas de la plataforma para la elaboración de planes de igualdad publicadas en la web del Departamento de Trabajo de la Generalitat de Catalunya, y en las recomendaciones de la FEAFES (Confederación Salud Mental de Catalunya España) presentadas en 2015 en el estudio “Salud mental e inclusión social. Situación actual y recomendaciones contra el estigma.”

1. Breve descripción de la entidad:

Actualmente la Asociación Socio Cultural Radio Nikosia se ha consolidado como la primera entidad fundamentalmente dedicada a desarrollar proyectos y actividades comunitarias i colectivas en el campo de la Salud Mental. Hablamos de actividades de apoyo, promoción de derechos y sensibilización; actividades culturales y artísticas, de ocio y educación entre otras, actividades que evitan la “guetificación” y que promueven la participación e implicación ciudadana. El factor diferencial de la entidad lo otorga el lugar central que ocupan las personas diagnosticadas de problemas de salud mental en la creación y puesta en funcionamiento de acciones y propuestas. Siendo este el ADN de la entidad es una de las únicas que funciona desde una **dinámica asamblearia, de manera totalmente participativa y horizontal entre personas con problemas de salud mental y un equipo** de antropólogos, psicólogas, educadores sociales y artistas. En esto, Nikosia ha sido una entidad pionera a nivel estatal. Es una de las primeras entidades, cuya tarea se centra exclusivamente en la dimensión comunitaria y social del cuidado y la recuperación en salud mental. De alguna manera, la ASCRN se aparta de toda lógica asistencialista y trabaja poniendo énfasis en la creación de dinámicas y procesos participativos, de construcción colectiva, de actividades y propuestas en el campo de la salud mental en la comunidad.

Objetivos y valores de la entidad:

- Intervenir en los medios y las tecnologías de la comunicación social con el objeto de socializar y compartir otras maneras de explicar, problematizar y pensar el sufrimiento psíquico y las diversidades corporales.
- Crear, producir, realizar programas de radio con tal objetivo.
- Generar, producir, habilitar dispositivos de acogida que sean a la vez en tanto contexto de posibles para la articulación de procesos de re-subjetivación junto a personas con itinerarios de sufrimiento medicalizado, personas con diversidad funcional y la comunidad en general.
- Contribuir a la de-construcción del estigma asociado a las categorías diagnósticas en salud mental: las personas no son sus diagnósticos. En ámbitos comunitarios las identidades, han de volver a ser sociales y flexibles, no patológicas. Los marcos de relación intersubjetiva no deberían ser capturados por las lógicas biomédicas.
- Pensar. Generar espacios e instancias assemblearias y dialógicas desde donde detenernos a pensar el mundo y el tiempo en el que estamos inmersos. Pensar la alegría, el dolor, la aflicción y las estrategias posibles para un mejor estar.
- Habilitar y acompañar la generación –participativa y colectiva- de una red de dispositivos y contextos que habiliten el desarrollo de una consciencia política desde y para las personas con itinerarios de sufrimiento medicalizado, personas con diversidad funcional y la comunidad en general. En Nikosia, el denominado “activismo” que marca la agenda actual en salud mental, no es una premisa orquestada institucionalmente sino la consecuencia natural de un hacer político que va gestándose a través de meses y años en largos procesos individuales y colectivos. A nuestro entender el devenir “activista” tiene más sentido, honestidad y efectividad cuando es en tanto resultado propio de diferentes itinerarios de re-subjetivación que ante el reclutamiento animado de las instituciones hegemónicas.
- Desarrollar instancias y procesos de elaboración colectiva, de soporte, de promoción de la autonomía y acompañamiento a la vida cotidiana con y para personas con experiencias de sufrimiento mental.
- Acompañar y promover procesos individuales y colectivos para la recuperación de un mejor-estar social, identitario y emocional en las personas participantes.
- Promover procesos e itinerarios de autoatención, cuidados comunes y apoyo mutuo entre y para personas con sufrimiento psíquico y diversidad funcional.
- Desarrollar actividades y encuentros con perspectiva de género interseccional en el ámbito de la salud mental y la diversidad funcional.
- Coordinar y desarrollar espacios culturales, sociales, deportivos, saludables, etc. en centros culturales, sociales, cívicos y casales. Talleres y laboratorios desarrollados desde una predisposición sensible hacia personas con sufrimiento psíquico y diversidad funcional, y abiertos enfáticamente a la comunidad y al barrio. Coordinar la “Red sin gravedad” www.redsingravedad.org
- Diseñar e impartir formaciones y seminarios en este campo. Formaciones que deriven en parte del saber adquirido en la experiencia y en la teorización sobre lo vivido en el campo de la salud mental y las diversidades, y en parte de las teorizaciones que sobre ello pueden realizarse desde diferentes disciplinas tales como la antropología, la psicología, la sociología, el trabajo social, la psiquiatría, etc. Nikosia ha desarrollado un “saber hacer”

que es flexible, abierto, poroso a las transformaciones, y se comparte.

- Acoger a estudiantes universitarios y secundarios en itinerarios de prácticas en los diferentes espacios e instancias de Nikosia a través de nuestro dispositivo de Formación Situada. La Formación situada es un campo de producción y operacionalización de saberes y conocimientos. Una instancia que cuestiona y confirma, acompaña y re-piensa lo aprendido. En Nikosia, la Formación Situada es menos una práctica que un otro comienzo, una invitación al pensamiento lateral, abierto, flexible. Un territorio para acercarnos a profundizar en los saberes relacionales, de tecnologías vivas e itinerarios colectivos. Es un proceso desde donde volver a pensar lo pensado, reinventarlo. En cierta manera, es el lugar en donde se recuesta lo aprendido sobre el fondo material de la intervención: y se transforma.

Misión de la entidad

La asociación nace con la voluntad de desarrollar instancias y procesos de elaboración colectiva, de apoyo y promoción de la autonomía y acompañamiento a la vida cotidiana para las personas con problemas de salud mental. Al mismo tiempo es una entidad que trabaja en la creación de nuevos **espacios de socialización e inclusión social** desde donde trabajar para la de-construcción del estigma. Es una asociación que trabaja poniendo el énfasis en las actuaciones locales, en la construcción de redes de proximidad y contactos entre personas con problemas de salud mental y la ciudadanía.

Sus objetivos se centran en la necesidad de generar instancias para la re-socialización, el restablecimiento de redes sociales de las personas afectadas, así como la **recuperación de un rol activo con sentido, dentro de la comunidad y de sus dinámicas**. Hablamos de la generación colectiva y compartida de instrumentos y dispositivos de contención afectiva y anímica que faciliten un mejor estar a la vida cotidiana. Al mismo tiempo, la acción se centra en una tasca conjunta para, con y hacia la sociedad, delante la necesidad de la de-construcción del estigma en tanto generadora de un tipo de sufrimiento social. En estos últimos 12 años se ha transformado en una asociación de referencia en el ámbito de la inclusión social activa y el empoderamiento a través de instrumentos como la cultura, las artes, la intervención comunitaria y la comunicación.

Desde la A.S.C. Radio Nikosia se trabaja la salud desde una perspectiva de la Salud Global definida recientemente por la OMS: “La salud global es una manera de ver y abordar la salud como un bien global, como un tema de justicia social y como un derecho universal. Un abordaje multidimensional, dinámico e interdependiente que responde a riesgos locales y globales en salud y que tiene como ejes la equidad, la ética y el respeto a los derechos humanos. “Del que se entiende que para el bienestar social y cotidiano de las personas hace falta abordar sus derechos desde una perspectiva absolutamente comunitaria y participativa pues según numerosos estudios, una mejor calidad de vida en las personas con problemas de salud mental está directamente relacionada y de manera proporcional a sus posibilidades de estar y sentir-se integradas socialmente. La integración, que desde Nikosia no se considera una cuestión pasiva y asistencial, sino que son las propias personas diagnosticadas que proponen, trabajan y desarrollan proyectos para su integración y la de otros colectivos desfavorecidos de manera activa y responsable. Se entiende así que la integración debe ser participativa, activa y resulta del encuentro en simetría entre personas.

Funcionamiento de la entidad

Organigrama

Junta directiva:

Presidente: Marcos Obregón López
 Vicepresidenta: Micaela Rosa Mahí Cuyami
 Secretario: Ignacio Faustino Cuadras Labera
 Tesorero: David Gascón Argila
 Y vocales.

Voluntarias y voluntarios:

135 personas diagnosticadas y **15** profesionales que participan activamente.

Socias y socios:

150 personas diagnosticadas, y no diagnosticadas que participan de las actividades de las actividades y dan apoyo a la entidad.

Personas asalariadas:

5 profesionales contratados y
20 profesionales talleristas

Principales proyectos y servicios que desarrolla la entidad

Durante los últimos años se han consolidado los diferentes proyectos y espacios de la entidad como a ámbitos de trabajo a favor de la de-constucción del estigma y la promoción de la ciudadanía y el bienestar de las personas atendidas. Al mismo tiempo se han constituido como instancias de creación colectiva y puesta en marcha de herramientas y dispositivos de acompañamiento y apoyo a la vida cotidiana para las personas con problemas de salud mental. A Nikosia, la salud y la estabilidad emocional son realidades y horizontes de posibles alcances que se elaboran colectivamente y que tiene un impacto positivo individual día a día, proyecto a proyecto, acción tras acción.

La propuesta es consolidar y desarrollar nuevas herramientas y dispositivos articulados, en un proyecto que se estructura a partir de dos líneas centrales de actuación:

- 1) La articulación de prácticas y espacios específicamente dedicados a la **construcción colectiva** y participativa de instancias de soporte psicosocial para la vida autónoma de las personas con problemas de salud mental y diversidad funcional.
- 2) La generación de **prácticas de sensibilización, intervención y participación comunitaria** a través de las herramientas de la comunicación, las artes y la cultura.

Ambas líneas de trabajo se materializan en prácticas relativas a dos líneas transversales a todas las acciones – Construcción de puentes, lazos e intersecciones entre colectivos vulnerables a través y a partir de la cultura y perspectiva de género – y seis ejes de actuación que son interdependientes y se interrelacionan continuamente.

Líneas transversales:

Construcción de puentes, lazos e intersecciones entre colectivos vulnerables a través y a partir de la cultura: Este eje de trabajo se propone como objetivo la producción de una

transversalidad desde donde generar encuentros y prácticas más allá de las fronteras que suelen instalarse entre las problemáticas de salud, diferentes situaciones de vulnerabilidad y exclusión social, y las disciplinas e instituciones que las tratan. Es un eje desde donde se trabaja para generar espacios, territorios de enlace, creación y cuidados entre personas de diferentes colectivos en situaciones de vulnerabilidad, vulneración y exclusión, tomando la cultura y la interculturalidad como elementos centrales.

La metodología de trabajo de la entidad se fundamenta en poner en valor la reproducción social, material y simbólica que viven los participantes cotidianamente. Subjetividades que nutren el espacio colectivo y miradas que facilitan recrear lecturas de la realidad. Políticas sociales pensadas a su vez como estrategia para ampliar el concepto de cultura, la visión del mundo, los sistemas relacionales, etc. Una propuesta de participación que además de generar un espacio colectivo, una cultura del lugar, dónde queda todo incluido, facilita la participación ciudadana entendida como aquella que parte del reconocimiento de ser sujeto de derechos y deberes. Hablamos de espacios que promuevan la posibilidad de ser en tanto ciudadanos y sentimientos de pertenencia a espacios naturales de la vida social de las ciudades. Un eje que evita la guetificación y la segmentación de los colectivos vulnerables en post de generar espacios de encuentros, socialización y acompañamiento junto a la sociedad en general.

Perspectiva de género: Implica una mirada atenta a las desigualdades de género naturalizadas en la construcción de roles y vínculos sociales y culturales, para trabajar por la elaboración compartida de nuevos equilibrios en todos los espacios y acciones desarrolladas en y a partir del proyecto.

Ejes de actuación:

Eje A- De- construcción del estigma a partir de la intervención y participación en medios de comunicación: Se promueve la utilización e intervención de medios de comunicación y nuevas tecnologías de la comunicación por parte de las propias personas afectadas, con el objetivo de de-construir la imagen negativa y contribuir a la consolidación de una imagen social y más real y cercana de la realidad cotidiana de estas personas. Al mismo tiempo y con relación a los y las participantes, el uso de los medios de comunicación, la posibilidad de articular un discurso propio y de tomar espacio para la propia visión del mundo es un medio de comunicación, se transforma en una herramienta continua de empoderamiento y esfuerzo de la autoestima y de un lugar social activo. Los medios de comunicación ofrecen la posibilidad de ser escuchados y escuchadas más allá de la etiqueta diagnóstica, como ciudadanas/os de derecho, como personas activas y partícipes del juego social. A nivel de lenguaje y comunicación la entidad ofrece activamente una perspectiva inclusiva a nivel de género y otras particularidades a todos los canales de comunicación de la entidad Facebook. Web, Twitter, Instagram, comunicación interna y externa en papel, memorias anuales, etc.

Eje B - Soporte y promoción participativa de la autonomía en salud mental: Articulación y generación de espacios, instancias y dispositivos des de las cuales acompañar a los itinerarios de salud de las diferentes personas con diagnóstico de salud mental que se acerquen a formar parte de la experiencia. Dispositivos de reflexión y atención continuada, creados a partir del saber compartido para cada uno de los participantes, que se transformen en herramientas de soporte a la vida cotidiana, apoderamiento y promoción de la autonomía. En un colectivo de grandes problemas de soledad y aislamiento, crear procesos de

socialización y colectivización de sufrimiento se ha evidenciado como una dinámica generadora de salud y un mejor estar individual. Numerosos trabajos así lo confirman (Correa-Urquiza M: 2015; Breilh J:2003; Cessim R:2007). Se materializa en un Grupo de Cuidados y Apoyo Mutuo, un Grupo de Mujeres y un Grupo de Hombres y salud mental. Una comisión de bienvenida a las nuevas participantes y Asambleas como a nivel personal en situaciones en las que las y los participantes solicitan un soporte más cercano y cuidadoso.

Eje C – Pedagogía social y sensibilización: Se trata de organizar y se celebran conferencias, charlas y seminarios de sensibilización en escuelas, institutos universidades, congresos, jornadas, etc. donde los ponentes son los propios afectados, en este caso, las redactoras y los redactores de Radio Nikosia. Cada año se realizan alrededor de 45 charlas, seminarios e instancias de sensibilización.

Eje D – Arte, cultura y ocio en comunidad como herramientas para la promoción de la autonomía: se organizan y desarrollan talleres artísticos para personas con problemas de salud mental abiertos también a la participación de la ciudadanía en general. Se trabaja así para la integración plena y real en espacios de ciudadanía como Centros Cívicos, centros culturales, etc. Este proyecto titulado Red Sin Gravedad es una iniciativa presentada al 2016 y que actualmente seguimos desarrollando. Actualmente es una red de servicios/dispositivos abiertos a la comunidad orientada a la inclusión de las personas diagnosticadas y coordinadas conjuntamente cómo las mismas.

Eje E – Promoción de derechos y participación ciudadana en salud mental y diversidad funcional: Creación de espacios de reflexión y análisis sobre reivindicaciones de derechos y participación en salud mental y diversidad funcional. Son espacios/actividades colectivas que enlazan con el Observatorio de Derechos de la Federación Veus de Entidades en Primera Persona y con múltiples espacios de participación ciudadana.

Eje F – Asesoramiento, formación y consultorio en el ámbito educativo: la entidad se ha consolidado como un espacio de referencia en el ámbito de la salud mental para estudiantes, investigadores y profesionales. Es decir, Nikosia se ha transformado en una entidad donde diferentes estudiantes, profesionales y miembros de entidades del ámbito de la salud mental, la comunicación y la intervención social realizan sus prácticas y reciben asesoramiento permanente por parte del equipo de participantes Nikosianas/os afectadas/os de problemas de salud mental. La asociación ha establecido acuerdos de colaboración con más de 20 programas y asignaturas de diferentes universidades e institutos de Cataluña y el mundo.

Perspectiva de género de la entidad

La asociación Socio Cultural Radio Nikosia es constituye como un espacio horizontal de participación por parte de mujeres y de hombres que forman parte, sosteniendo una firma promoción de un lugar activo de las mujeres implicadas como agentes de cambio y transformación de sus condiciones de vida y de su incidencia social, así como la de otras personas que conforman la entidad, cualquiera sea su identidad de género. Como parte de este compromiso para la incorporación de una perspectiva de género a las prácticas de la entidad, tres integrantes del equipo técnico realizaron la formación organizada por el Pla Barcelona Interculturalitat i el *Circuit Contra la Violència de Gènere* titulado “Eines per introduir la perspectiva de gènere en el disseny i gestió de projectes de serveis socials”

organizado por la Generalitat de Catalunya impartido por la Fundació Surt. A partir de estas formaciones hemos afianzado la incorporación de elementos transversales a los espacios y proyectos de la Asociación tomando en cuenta las particularidades de cada persona participante respecto a su edad, etnicidad, clase social, su recorrido vital, sufrimiento mental, creencias religiosas, orientación sexual, identidad de género, origen biográfico, educación recibida, etc. Dentro de una práctica continuada que se define como una política que busca transformar la mirada social sobre el sufrimiento mental, reconociendo las relaciones de poder y desigualdades dentro de una sociedad profundamente implicada en el origen del malestar. Cuando hablamos de desigualdades sociales no sólo nos referimos a las conceptualizaciones sobre desigualdades de género dentro de una sociedad patriarcal, sino que pensamos en las multiplicidades de opresiones que confluyen en cada persona. Siguiendo a las feministas afrodescendientes de los Estados Unidos a los años 70, entendemos que diferentes fuentes de malestar de entrelazan en alguna de las identidades de manera más visibles que en otras, de igual manera entre diferentes identidades reconocidas dentro del imaginario de “mujer” i de diferentes formas de vida como a mujer. Esta confluencia de múltiples situaciones de opresión y desigualdad pueden definirse con el concepto de interseccionalidad, que apunta también a la evidencia de la construcción dinámica, cultural, desigual y también persona-subjetiva de las identidades sociales.

El diseño global de la entidad Radio Nikosia contempla unos objetivos, acciones y resultados sensibles a la diferenciación por géneros con una mirada interseccional a la vez que fomenta la participación y beneficio en condiciones de igualdad de todos y todas las participantes dentro de las diferentes fases del proyecto. Se contemplan metodologías cualitativas y participativas de recogida de información relativas al grado de satisfacción de todas las personas participantes, en las diferentes fases de los respectivos proyectos. Esta participación contempla una promoción específica del relato y discurso propio de las mujeres que resulta activamente reconocido y valorado. Se promueven las diversidades subjetivas de todas las personas participantes apuntado a cuestiones estereotipadas de géneros binarios i de imaginario de ‘normatividad’ incorporando miradas y practicas más allá de las ideas de ‘heteronormativitat’ del modelo de ‘blanquitud’ o de ‘normalidad blanca occidental para dar espacio y hacer difusión a otras maneras de habitar las identidades y las propias vidas, y entender y narrar el mundo. La entidad tiene en cuenta los roles respecto a las tareas de cura a las actividades según los géneros, el uso de los espacios públicos y privados de las instalaciones, el uso de los turnos de palabra a los espacios asamblearios, etc. con perspectiva interseccional contemplando también el ciclo de la vida.

La entidad promueve a la vez la igualdad interna dentro del equipo técnico a partir de una contratación paritaria de dos mujeres y dos hombres, contemplando la conciliación de tiempos según la estructura de vida/laboral/social de cada profesional, la equidad salarial, la no discriminación directa ni indirecta, la participación real en la toma de decisiones y la no segregación horizontal ni vertical.

2. El autodiagnóstico de género

A partir de la lectura del “Manual sobre la incorporación de la perspectiva de género y medidas de igualdad para entidades” se decido elaborar un autodiagnóstico de género para continuar trabajando en este sentido, tanto a la entidad Radio Nikosia como especialmente en el proyecto de la Red Sin Gravedad.

Algunos de los criterios para trabajar con perspectiva de género en los proyectos son:

- Identificar las desigualdades de género que se quieren reducir
- Definir las personas beneficiarias y visualizar sus necesidades teniendo en cuenta la perspectiva de género (uso del tiempo, roles, uso de los espacios, acceso y control de recursos, entre otros.)
- Visibilizar mujeres y hombre en los diferentes niveles de decisión y los roles previstos en el proyecto.
- Establecer los objetivos y en qué medida contribuyen a favorecer la igualdad.
- Identificar los medios con los cuales se realiza el proyecto, y los necesarios para avanzar en la igualdad.
- Determinar cual y cómo se hace el seguimiento continuo y evaluación.

Se ha realizado en la entidad, a mes de un autodiagnóstico que detallamos a continuación, el cuestionario realizado por la Generalitat de Catalunya para entidades de menos de 25 trabajadores y trabajadoras ofertado a la página web del Departament de Treball en el ámbito específico de “igualtat d’oportunitats de dones i homes”: <https://treball.gencat.cat/ca/ambits/igualtat/> pero este cuestionario ha sido implementado de manera orientativa ya que la realidad de la Asociación Radio Nikosia es muy diferente a la que se ilustra en esta propuesta. Radio Nikosia es una entidad pequeña con un equipo formado de manera paritaria por 5 profesionales y con un recorrido ya trazado en materia de perspectiva interseccional incorporada a sus prácticas, proyectos, ejes y discursos.

Cuestionario de autodiagnóstico

1. ¿La igualdad de género forma parte de los objetivos de la entidad? Si/no? ¿En qué medida?
- **Si forma parte de manera continua y transversal.**
2. ¿Cuántos hombres y mujeres la componen? (Mayoritariamente hombres/mayoritariamente mujeres) – **un número similar de hombres y mujeres.**
3. ¿Qué lugares ocupan las mujeres en la organización? ¿hay una participación igualitaria entre hombres y mujeres en los espacios de decisión? – **la organización de la asociación es horizontal por lo que la participación es paritaria.**
4. ¿Se organizan las reuniones y encuentros en horarios y lugares donde pueda asistir todo el equipo? – **si**
5. ¿Se realizan jornadas parciales? (Mayoritariamente hombres / mayoritariamente mujeres / un número similar de hombres y mujeres) – **los contratos de 4 personas del equipo técnico de la entidad son a jornada completa, uno es a tiempo parcial de mutuo acuerdo.**
6. ¿La imagen de la entidad, tanto interna como externa, transmite los valores de igualdad entre hombres y mujeres? (si/no) **Si** ¿Por qué criterio? ¿Cómo lo demuestra? – **la entidad busca transmitir valores de igualdad entre mujeres, hombres y otras identidades de**

género, así como promueve los derechos humanos y las singularidades de las maneras de vivir más allá de ciertas ideas de 'normalidad'. Se trata de una entidad y un colectivo ya reconocido para su imagen y sus discursos que promueven activamente la inclusión, el respeto, la construcción compartida de pensamiento y de un lugar político y social que promueve otras miradas evitando los exclusivismos identitarios forzados para abrirse a la pluralidad necesaria de todo encuentro que intente abordar aquello complejo. Da cuenta de ello también el uso de la comunicación de la entidad que se hace evidente en las redes sociales propias (tweeter, Facebook, instgram, webs, flyers, redactado de los proyectos y comunicación impresa) como el lenguaje usado en los programas de radio semanales en directo y los espacios asamblearios.

7. ¿Las personas miembros de la entidad están sensibilizadas con la igualdad de género? Si/no. **Si** ¿en qué medida? **La igualdad de género es un campo de pensamiento y una mirada de la complejidad que se va incorporando activamente y de manera transversal a todos los proyectos y ejes de la entidad, teniendo en cuenta a la vez las diferentes realidades de estas personas participantes, de sus capacidades e intereses para incorporar perspectivas críticas sobre la construcción cultural de género. En este sentido son espacios fundamentales el Grupo de Mujeres y el Grupo de Hombres, así como el Grupo de Curas (mixto de género) como espacios de apoyo mutuo, reflexión compartida y cuestionamiento sobre la incorporación de una mirada de género en el ámbito del sufrimiento mental en la biografía de cada persona participante.**

8. ¿Hay alguna práctica en materia de igualdad de género que se haya desarrollado o se esté desarrollando en la entidad? - **Si. El Grupo de Mujeres que se puso en marcha en 2014 y el Grupo de Hombres que comenzó el 2018 por demanda e interés de las propias personas participantes en la entidad. También el Grupo de Cuidados o Comisión de Cuidados Comunes, espacio mixto de género donde se trabaja desde el apoyo mutuo, la reflexión compartida y la posibilidad de cuestionar con mirada de género interseccional las propias vivencias al ámbito del sufrimiento mental.**

9. **¿Cuáles se considera que son los puntos fuertes y los puntos a mejorar en materia de igualdad dentro de la entidad?** Nos encontramos con muchos puntos positivos en materia de igualdad a la entidad y al proyecto de la Red Sin Gravedad. El hecho de tratarse de una entidad pequeña, con "escala humana" y con un equipo de coordinación conformado por solo por 5 profesionales de manera paritaria (3 mujeres y 2 hombres, 1 mujer y 1 hombre con experiencia migratoria y 2 mujer y 1 hombre de origen autóctono) facilita la concreción de la incorporación de prácticas interseccionales de manera transversal. Consideramos que podemos mejorar en algunos aspectos, por lo que el equipo de coordinación participará de una formación en el año 2020 impartida por una profesional especializada en interseccionalidad desde una mirada crítica.

Medidas de Igualdad

En el caso de todas las entidades se recomienda tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Ordenación de los tiempos para favorecer, en términos de igualdad entre mujeres y hombres, la conciliación laboral, personal, familiar y de participación social. **La entidad promueve de manera permanente una ordenación del tiempo realmente conciliadora a**

nivel laboral, personal, familiar y de participación social para las 5 personas que forman el equipo técnico. De estas 5 personas profesionales, dos mujeres y dos hombres tienen hijos a cargo menores de edad por lo que se prioriza la ordenación del tiempo de crianza con el laboral, así como el de otros intereses vitales de cada profesional.

- Prevención del acoso sexual y del acoso por razón de sexo. **La entidad promueve la prevención de cualquier tipo de acoso mediante la evaluación continua y participativa del funcionamiento de cada actividad y / o espacio durante las reuniones semanales de equipo, las reuniones mensuales de supervisión con una profesional externa y el seguimiento de la situación personal de cada persona participante desde el Eje E de trabajo a la entidad para el desarrollo y puesta en práctica de procesos de construcción colectiva y participativa en salud mental.**
- Crear y / o mejorar el canal de comunicación para que cualquier persona miembro de la entidad suba denunciar o consultar sobre la temática. **Los canales de comunicación tanto internos como externos son directos y participativos, lo que facilita ampliamente la comunicación de posibles situaciones de acoso o malestar relacionado con el género o con otros tipos de fuentes de sufrimiento. La disponibilidad del equipo de profesionales en todas las tareas del Eje E de trabajo a la entidad para el desarrollo y puesta en práctica de procesos de construcción colectiva y participativa en salud mental.**
- Realizar acciones de formación o de información sobre el acoso. **Se realizan actividades de reflexión sobre acoso y otras posibles situaciones de opresión tanto a nivel colectivo como del equipo de trabajadores y trabajadoras. Se realiza una intensa labor preventiva en los espacios grupales de Grupo de Mujeres, Grupo de Hombres y Grupo de Cuidados Comunes e incluso durante los programas de radio en directo en los que se abordan diferentes temas relacionados con la perspectiva de género, los puestos de desigualdad de las identidades "no hegemónicas" en nuestra cultura y en el mundo, la sociedad patriarcal y su influencia en nuestras vidas, las luchas contra las violencias de género en el mundo, etc. Se puede acceder a los podcasts con el enlace <https://radionikosia.org/radio/>**
- Establecer el protocolo de acoso sexual y por razón de sexo. **No tenemos establecido un protocolo pero como ya hemos indicado realizamos diversas tareas de prevención de acoso sexual y por razón de sexo y de otros tipos.**

Acceso i permanencia en materia de participación:

- Eliminar las barreras internas para la incorporación de personas con el sexo menos representado en los puestos de decisión de la entidad. **Al tratarse de un equipo paritario esta recomendación ya ha sido tomada en cuenta. Se ha buscado explícitamente que el equipo de trabajo sea esté formado por 3 mujeres y 2 hombres. De igual manera se ha hecho con los cargos de la Junta Directiva de la entidad.**
- Ofrecer formaciones de empoderamiento de las mujeres en todas las miembros de la entidad. **Como se detallará más adelante como buenas prácticas de la entidad, tanto en el Grupo de Mujeres como al Grupo de Hombres y al Grupo de Cuidados Comunes se**

realiza, desde hace años, esta tarea de sensibilización concreta, continua y transversal en materia de género, así como en muchos otros temas relacionados con la vida humana.

Utilización de lenguaje, imagen y comunicación no sexista

- Realizar y difundir una guía de uso del lenguaje, imagen y contenidos no sexistas y inclusivos. **Usamos la "Guía de Comunicación Inclusiva" del Ayuntamiento de Barcelona para mantener una comunicación libre de estereotipos y prejuicios sobre los colectivos oprimidos y / o vulnerabilizados en todos los Canales de comunicación de la entidad.** <https://ajuntament.barcelona.cat/guia-comunicacio-inclusiva/>
- Ofrecer formaciones a las personas miembros de la entidad sobre el uso del lenguaje no sexista. **Reflexionamos y cuidamos de manera continua el tipo de lenguaje que usamos como entidad. A las personas que realizan prácticas formativas en la entidad también les damos esta guía para que puedan entender y utilizar el lenguaje inclusivos nivel de género y otras situaciones de vulnerabilización.**
- Velar por que la comunicación de la entidad, tanto interna como externa, tanto oral como escrita (incluyendo las imágenes y contenidos), transmita valores de igualdad entre mujeres y hombres. **Esta tarea ya forma parte del trabajo de la entidad de manera transversal.**

3. Recursos existentes y buenas prácticas.

Sobre el grupo de Mujeres de Radio Nikosia

Desde 2005 la Comisión de Derechos de la Mujer e Igualdad de Género del Parlamento Europeo advierte sobre el riesgo de excluir la perspectiva de género de los diferentes abordajes de recuperación de la salud mental. Las mujeres enferman y pueden reencontrar su salud de maneras particulares, que en muchos sentidos son maneras diferentes a las de los hombres. La concepción de una "normalidad masculina, blanca y heterosexual" debe poder ser cuestionada por la inclusión de otras perspectivas y experiencias de vida a los relatos socialmente validados. Entendemos que la salud es salud en sentido global, también en relación con la participación de las mujeres en la vida pública, en los movimientos asociativos y en la vida política. Mediante este proyecto proponemos un trabajo de empoderamiento, acompañamiento personal y socialización de estrategias personales y colectivas que permitan promocionar la participación de las mujeres con problemas de salud mental, o racializadas, en los diferentes ámbitos públicos y procesos de toma de decisiones, siempre que ellas lo deseen, pero entendiendo, también, que a veces la falta de representación de mujeres en espacios públicos es producto de múltiples condicionantes sociales y culturales que disminuyen su autonomía y participación, aumentando las discriminaciones y invisibilizaciones de género. Las desigualdades de género no se dan aisladas de otras formas de desigualdad, y la discriminación y estigmatización que pueden sufrir las personas con un trastorno mental, o racializadas, se añade como otro elemento que genera desigualdad y sufrimiento. Entendemos que la igualdad de género conlleva una visibilidad equitativa, un empoderamiento y una participación activa tanto por parte de mujeres como de hombres en

todos los ámbitos de la vida pública y privada el cual implica la aceptación y la valoración de manera equitativa de las diferencias entre las mujeres y los hombres, así como de los diversos roles que tienen en la sociedad (Consejo de Europa, 1998: 7-8). Tal y como proponen Booth y Bennet (2002) la perspectiva de tratamiento equitativo, la perspectiva de las mujeres y la perspectiva de género se conceptualizan mejor como componentes interconectados y que se necesitan entre sí. Paralelamente, hay que recordar que las desigualdades de género no se dan aisladas de otras formas de desigualdad, la discriminación que pueden sufrir las personas con un trastorno mental se añade como otro elemento que produce desigualdad de manera interseccional con su clase social, origen cultural y racial, religión, orientación de género, etc.

La Asociación Socio Cultural Radio Nikosia tiene interés especial en los procesos de participación democrática y de inclusión real que permitan incorporar los diferentes intereses y percepciones políticas, dando voz a las personas con sufrimiento mental como personas que previamente se encontraban fuera de los ámbitos privilegiados de la planificación de las políticas que los y las afectan. Mediante este proyecto, la Asociación tiene el objetivo de promover la inclusión de las mujeres con sufrimiento mental y/o racializadas en la dinámica participativa y democrática de la asociación y como un ejercicio previo y experiencial para fomentar la inclusión de las mujeres y de sus proyectos vitales y políticos en los procesos de elaboración de las políticas ciudadanas que las afectan. La intención es que la participación en el Grupo de Mujeres llegue a ser el vehículo para la consolidación de la participación de mujeres con sufrimiento mental y/o racializadas de espacios de decisión y participación ciudadana. El Grupo de Mujeres surgió a partir de la demanda de las mismas mujeres participantes de la Asociación Radio Nikosia el año 2014. El Grupo de mujeres fue planteado como una instancia que permitiera a las participantes -todas mujeres- a acompañarse en la vida diaria y cotidiana, reflexionar y crear herramientas y dispositivos de contención afectiva y anímica que faciliten un mejor estar en la vida cotidiana. Se busca promocionar la implicación activa y reflexiva de las mujeres afectadas tanto a nivel personal como político y promover así la participación activa y comprometida de las participantes en la comunidad y en el proceso de su propio itinerario terapéutico. Los espacios de encuentro sostenidos durante todo el año han facilitado la continuidad de las relaciones de confianza, solidaridad y cooperativismo entre las participantes potenciando las capacidades personales y disminuyendo el aislamiento y el estigma que han facilitado el empoderamiento y vitalización de cada una de las mujeres, alcanzando los objetivos propuestos a nivel interno y también los que tenían relación con la incidencia política al participar de diferentes espacios de organización de mujeres como de la Huelga de mujeres del año 2018, de la movilización del día 8 de Marzo de 2019 y de diferentes espacios y propuestas relacionadas con los feminismos.

Destinatarias del Grupo de Mujeres

Las participantes son mujeres adultas con problemas de salud mental, diversidad funcional que quieran participar. Algunas de ellas son mujeres migrantes y la mayoría se encuentran en situación de dependencia económica con familiares directos y conviviendo con su familia. El grupo está abierto a las mujeres de la comunidad, estudiantes y profesionales. El Grupo de Mujeres se reúne con frecuencia quincenal -los lunes de 16 a 18 h- y tiene una duración de 2 horas. Es un grupo abierto en el que se acoge a las mujeres que comienzan a participar de la Asociación Nikosia, y donde se involucran las participantes en la medida que quieren y lo desean, con una media de 13 mujeres por encuentro, y donde forman parte también las mujeres que realizan prácticas profesionales en la entidad, un mínimo de 7 (una de ellas con su hija de 9 meses que estuvo totalmente integrada dentro del grupo) y otros que asisten

puntualmente.

Objetivos alcanzados del Grupo de Mujeres

El grupo de Mujeres es el espacio a la entidad que responde -desde sus inicios- al objetivo de contemplar específicamente el relato y discurso propio de las mujeres, reconociéndolo y valorándolo para su promoción e implicación activa y reflexiva a nivel personal y político. Se ha consolidado un año más como un espacio de encuentro, socialización y construcción de red social en la que, mediante la comunicación y elaboración compartida, ha generado procesos de elaboración colectiva de apoyo, promoción de la autonomía y acompañamiento a la vida cotidiana de las participantes.

Se ha trabajado sobre la identidad, los itinerarios vitales, amorosos, sexuales, profesionales y asociativos relacionados - y no siempre- con el sufrimiento mental. Ha permitido el reconocimiento específico del relato y discurso de las mujeres. Estos procesos de elaboración colectiva de debates y reflexiones compartidas sobre las relaciones de poder y de desigualdad de género dentro de una sociedad patriarcal, cuestionando los estereotipos de género y haciendo difusión de otros modos de habitar las identidades, los roles sociales vinculados al género, al uso de los espacios públicos y privados, etc. han facilitado el empoderamiento y vitalización de cada mujer y un mayor saberse responsables de su propio itinerario terapéutico.

De otra parte, la disposición de un "espacio de promoción de respeto y afecto, confianza y alegría en el que poder reflexionar de forma compartida ha promovido la diversidad subjetivas de las participantes ha permitido la potenciación de las capacidades personales, y por tanto la disminución del aislamiento y el estigma, empoderando y potenciando la vitalidad de cada participante que han promocionado a su vez la participación en espacios de reflexión y debate con carácter público y en relación con otras entidades y colectivos.

Se ha fomentado y valorado el debate colectivo como objetivo del Grupo, se ha incentivado la participación de todas las mujeres para la toma de decisiones sobre los encuentros del mismo grupo, la participación de espacios comunitarios como la manifestación multitudinaria del día 8 de marzo, se participó de un encuentro con entidades feministas del barrio del Poble Sec y se hicieron actividad reflexivas propuestas por las propias participantes.

Como ejemplo del trabajo realizado, resumimos algunos temas sobre los que se trabajó en el Grupo: Se dialogó en torno al significado de la femineidad, el femenino, las "feminismos", nuestro cuerpo, el "ser mujer", "la energía femenina", la dimensión corporal y los límites para explicarla, las diferencias entre ser una mujer negra / racializada o una mujer blanca. La mujer negra como figura con más libertad en el plano de la sexualidad dentro del imaginario occidental pero marginada de las estructuras de privilegio. Se habló también de la dicotomía naturaleza / cultura, como la mujer siempre ha sido asociada como más cercana a la naturaleza. Una compañera dijo "Eres todo lo que queda por venir" y fue el resumen de uno de los encuentros. El cuerpo, como se expresa la unión entre cuerpo y mente, como vivimos y procesamos lo que vivimos también desde el cuerpo. ¿Qué nos dice el cuerpo, como lo escuchamos y lo sentimos? La rabia: ¿qué hacemos con la rabia que las mujeres sentimos, a menudo, con mucha intensidad? Mediante la noticia de que una tenista había sido sancionada por unas muestras de rabia en la pista -y que posteriormente se mostró como las mismas acciones realizadas por un jugador masculino no habían sido motivo de sanción- se nos puso

en evidencia las exigencias de las buenas conductas que tenemos, socialmente, las mujeres a diferencia de los hombres con respecto a expresión de las emociones "fuertes" como el enojo y la rabia.

El Amor de pareja, ¿qué es el amor? Como hay, en el vínculo con la otra persona, de actitud de compartir y cuánto de llenar el vacío de estar sola o como respuesta a una tendencia social que es parte del camino vital de una persona con el hecho de tener una pareja. La mujer en la pareja: peso de la relación, reparto de tareas considerando que pensar, organizar y tener cuenta y cuidado de las relaciones sociales son tareas. "Calendario" de la vida: estudiar, casarte, tener hijos ... ¿Qué pasa pues cuando te desvías de este calendario? Presión social a propósito del hecho de tener pareja. El tema de la pareja nuclea mucho las conversaciones; la identidad parece girar en torno a lo que somos y dejamos de ser cuando compartimos vida con una pareja, como máximo espacio de realización y explicación personal. Cuántos otros contextos y actividades nos siguen motivando, entregando, ilusionando, realizando fuera del espacio de la pareja.

En el Grupo se habla también de violencia de género: una persona del grupo vive la muerte de una anciana vecina del barrio de Poble Sec: su marido la mató. Charlamos de las muertes por asesinato y de la violencia que sufren las mujeres, qué pasa con la justicia, como nos sentimos, cómo nos impacta en recibir estas noticias. ¿Se puede hacer algo para ser conscientes de que nos maltratan? ¿Hay indicios antes? ¿Puede una mujer darse cuenta en el inicio de una relación? ¿De la sutileza de algunos malos tratos y cómo salir de esto? ¿Con qué recursos se puede contar para hacer frente a estas situaciones?

Estos y otros temas fueron algunos de los trabajados al Grupo de Mujeres, alcanzando los objetivos propuestos a nivel internet y también los que tenían relación con la incidencia política de las mujeres participantes de la entidad.

Resultado del Grupo de Mujeres

El Grupo de Mujeres desde 2014 sigue siendo un espacio dinámico y vivo en el que las mujeres asisten voluntariamente con el deseo de compartir y repensarse con otras compañeras. Se pone de manifiesto la trascendencia del espacio en cuanto a gestión de dificultades y malestares individuales en tan saberse acompañadas, y este saberse acompañada resulta en un contexto que capacita a las mujeres para afrontar los acontecimientos vitales propios con más fortaleza y entereza, desde la posibilidad de compartir y recibir apoyo a la vez que alegría, buen estar y complicidad en un entorno grupal. Es evidente el compromiso de las mujeres con el grupo y un ser solidario con las compañeras que genera dinámicas de complicidad y generosidad, facilitando el desarrollo de las capacidades propias a favor de su desarrollo individual y social. Desde su comienzo el grupo ha sido formado por al menos 73 mujeres, aproximadamente la mitad ha vivido experiencias de psiquiatrización y de diagnóstico de salud mental. La otra mitad no ha vivido directamente estas experiencias o no ha sido diagnosticada, pero sí ha atravesado experiencias de sufrimiento, muchas de ellas vinculadas a la condición de mujer, mujer migrante, mujer joven, mujer racializada, mujer con personas a cargo, etc. El origen biográfico de las participantes se sitúa en diferentes lugares de Cataluña, Andalucía, Valencia, Colombia, Venezuela, Brasil, México, Argentina, Uruguay, Costa Rica, Francia, Italia, Polonia y Estados Unidos.

Los debates, las reflexiones y repensar conjuntamente los malestares, sensaciones, dudas propias en tan mujeres ha posibilitado la formación de nuevas miradas a partir de la propia identidad -que inicialmente se percibía como personal e individual- para pasar a ser

comprendidas en clave grupal, colectiva, social e incluso política. Una nueva mirada que facilita a cada una de las participantes el reconocimiento subjetivo como sujeto político y crítico participante del entramado de la sociedad de la que formamos parte. Finalmente este saberse parte del grupo ha facilitado la participación en otros proyectos tanto de perspectiva de género como salud mental: el proceso grupal de organización política reflexiva para participar de la huelga internacional de mujeres y la manifestación del 8 de marzo, se producir encuentros con entidades feministas de BCNA, participación de nuevas mujeres con y sin experiencia en salud mental, encuentros con colectivos de feminismos y diversidad funcional de la ciudad, coordinación de programas de radio en directo y participación con la realización del documental independiente " la vulnerabilidad como territorio de resistencia " disponible en <https://youtu.be/vjMZV5QRmWE> y www.zauriakdokumentala.weebly.com

El Grupo participó también del segundo encuentro de Mujeres y Salud Mental organizada por la Federación Salud Mental Cataluña el 03/12/19: <http://www.salutmental.org/2019/12/05/la-federacio-smc-organiza-la-segunda-sesion-de-trabajo-del-proyecto-mujer-y-salud-mental/>

A nivel de evaluación del Grupo, se ha medido:

-La participación activa de cada mujer, que tiene su propio proceso de apertura al grupo. Son observables los cambios en las dinámicas de participación de cada mujer en el transcurso del tiempo. Atendiendo a los ritmos individuales de cada una es posible atender como la acogida y respeto que se tienen entre las integrantes genera una esfera de confianza que permite una apertura y predisposición a compartir y participar creciente.

-También la profundidad de reflexión: durante el curso se ha ido reflexionando sobre temas que a menudo se repiten o se van entrelazando (feminidad, relaciones de pareja, calendario de vida, el duelo, la maternidad, el trabajo / empleo, la relación con una misma , etc ...) y se hace patente como las reflexiones toman esferas de pensamiento más reflexivas, instancias en las que se puede trabajar aquello personal con aquello social y político a la vez.

-Los vínculos de solidaridad y de compañerismo: la vinculación en la intimidad de las mujeres ha generado un espacio en el que las participantes pueden acceder, también en el tiempo fuera de los encuentros quincenales, comparten tanto sus necesidades en momentos de fragilidad como informaciones o documentos que piensan pueden ser de interés para todas.

-Se ha hecho una valoración de las dinámicas: es habitual hacer una valoración de las dinámicas generadas una vez terminada la sesión o empezar haciendo una valoración de la sesión anterior con la voluntad de ir atendiendo aquellos aspectos que no han tenido una buena acogida y tomar conciencia a favor de hacer el espacio el más inclusivo y cuidado posible. Tanto se valoran las dinámicas del grupo en general (días de dispersión o elementos distractores) como actitudes o percepciones individuales de cada una de las participantes.

Cabe destacar también la promoción del **Grupo de Hombres** de la entidad como buena práctica ya implementada. Hace dos años ya partir de la demanda de los hombres participantes de la asociación se ha puesto en marcha un grupo de conversación y trabajo desde donde reflexionar sobre otras maneras de ser y estar en la cuestión masculina, sobre otras masculinidades más allá de las hegemónicas. En este espacio grupal se habla sobre la influencia del sistema sexo-género y los modelos que incorporan los hombres a lo largo de su vida, sobre diferentes estereotipos y roles sociales existentes sobre hombres y mujeres,

también los roles implícitos en las relaciones sexo- afectivas con mujeres, el lenguaje que usamos cotidianamente, el peso y el impacto del diagnóstico de salud mental en la propia vida en tanto hombres, etc. Es un espacio de formación y promoción de respeto, escucha, confianza y alegría donde se potencian y comparten capacidades personales y grupales por tanto disminuye el aislamiento y el estigma a la vez que se incorporan nuevas miradas y experiencias.

Acuerdos de Futuro para la mejora de la igualdad

Propuestas de mejora:

-Incorporar de cara al 2020 la evaluación de los riesgos laborales con perspectiva de género. Por este objetivo contamos con la Cooperativa SEpra ya contratada que nos ofrecerá en el 2020 jornadas formativas en prevención de riesgos laborales con esta mirada de género desde su departamento de Trabajo y Salud. <https://sepra.coop/>

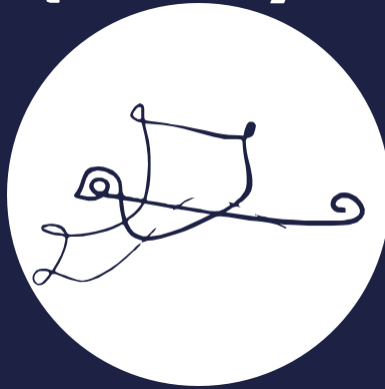
- Mejorar la organización del tiempo para continuar con la conciliación personal / familiar / social de las personas del equipo de profesionales de la entidad.

-Realizar una formación sobre perspectiva interseccional con mirada decolonial y situada en el ámbito del trabajo comunitario por parte del equipo de profesionales de la entidad.

-Continuar con la realización del Grupo de Mujeres y del Grupo de Hombres como espacios de buenas prácticas sobre los géneros para generar reflexión compartida sobre problemáticas de género e interseccionales, es decir, tanto a nivel personal, social, cultural, etc. como de acompañamiento en materia de igualdad y perspectiva de género para todas las personas miembros de Radio Nikosia y de las personas participantes que forman parte de las actividades de la Red Sin Gravedad y que se encuentren interesadas en estos ámbitos de reflexión.

Asociación Socio Cultural Radio

ηικσζια



SIN GRAVEDAD

red de espacios de encuentro,
arte y experimentación