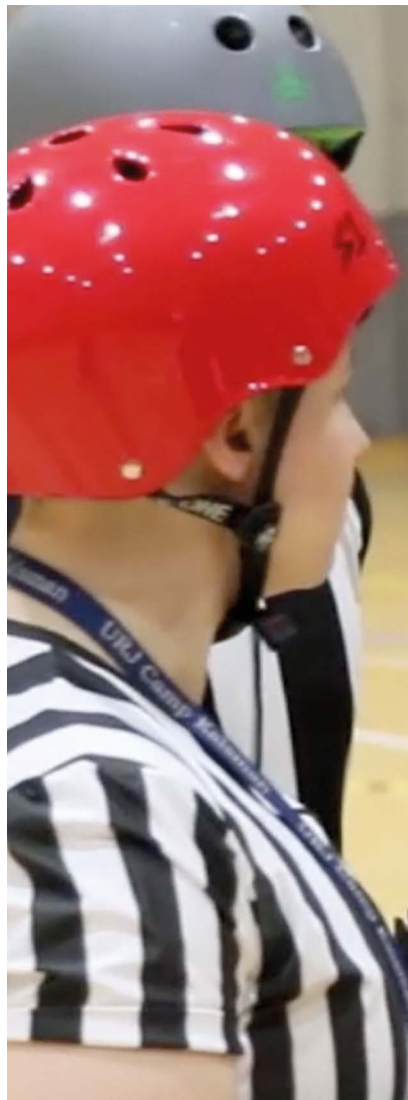


Recomanacions de l'informe

Dona i esport a la Comunitat Valenciana: gènere, desigualtats esportives i bones pràctiques per a la igualtat

Les recomanacions que plantejarem a continuació estan dirigides a tota aquesta varietat de dones esportistes i a totes les que encara no han accedit a l'esport. Articularem aquest apartat entorn de **2 recomanacions transversals** i **3 d'específiques lligades a les tres fractures que hem descrit i investigat en l'apartat 4**. En cada recomanació recollirem mesures concretes a manera de desenvolupament de les recomanacions. Recordem que les tres fractures a les quals ens referim ens han servit per a organitzar el diagnòstic sobre els problemes de l'esport de les dones. En cadascuna d'aquestes fractures es produeixen problemes específics que reprenem en aquest apartat de recomanacions per a aportar idees més concretes sobre la seua solució o millora. Les tres fractures són:

1. **La fractura de l'adolescència**, amb un intens abandó esportiu que es perllonga al llarg de la joventut.
2. **La fractura de la transició a la vida adulta**, quan les dones en la trentena sacrifiquen l'esport davant d'una intensificació del treball assalariat i de les atencions familiars
3. **La fractura en les edats de la maduresa**, entre 45-55 anys, sobretot entre els estrats i condicions socials més desfavorits —mestresses de casa, baixos nivells d'estudi, extracció social modesta. En aquests grups es troben les dones amb taxes més baixes d'activitat físicoesportiva.



Abans de desglossar les recomanacions, per a cadascuna d'aquestes, recollim les 2 propostes transversals necessàries per a un enfocament integral per a l'avanç de la igualtat de gènere i que són beneficioses i necessàries per a totes.

1a RECOMANACIÓ TRANSVERSAL:

Avançar en l'aplicació de les propostes d'actuació elaborades per les grans organitzacions internacionals: Unió Europea i Consell d'Europa

Un punt de partida per a promoure la igualtat de gènere en l'esport és avançar en l'aplicació de les propostes d'actuació ideades per les grans organitzacions internacionals. Aquestes propostes s'han elaborat perquè els països tinguin marcs comuns d'actuació, terminis i objectius compartits i instruments per a aconseguir-los. Es tracta de propostes que tenen una vocació integral, que aborden diferents eixos amb la intenció que es traslladen progressivament als diferents marcs legals i normatius. Algunes de les mesures han començat ja a desenvolupar-se a Espanya i en algunes comunitats autònomes, que s'estan dotant de plans estratègics sobre l'esport, i fins i tot de plans específics per a l'esport de les dones, en els quals s'inclouen mesures per a recollir informació sistemàtica i desagregada sobre el lloc de la dona en l'esport; supervisar els avanços en igualtat de gènere de les entitats que reben subvencions públiques; conscienciació i visibilització de les esportistes en els mitjans de comunicació; incorporació de la igualtat de gènere en la formació, entre altres.

Les dues propostes que especifiquem a continuació estan dirigides al conjunt de països europeus i incumbeixen a Espanya i a les seues comunitats autònomes. El Consell Superior d'Esports i les administracions públiques que gestionen l'esport a les regions són, sens dubte, conscients de la necessitat de traslladar aquests plans integrals als seus àmbits territorials. El grau d'abstracció en què es mouen les pro-

postes fa, a voltes, difícil l'execució i posada en marxa de les mesures. No obstant això, en les pàgines web de les institucions responsables hi ha documents de caràcter més pràctic per a facilitar la posada en marxa. S'hi pot accedir seguint els enllaços que s'aporten en cadascuna de les dues propostes que assenyalarem a continuació:

1. Unió Europea: *Gender equality in sport. Proposal for strategic actions 2014–2020*

Aquesta proposta és la base d'actuació de la Unió Europea. Conté les línies d'acció i els objectius per a 2020. Així mateix, aporta eines per al disseny de plans d'igualtat en l'esport de cara a l'aplicació en els països membres. De manera molt resumida, les recomanacions que inclou la proposta són:

- 1- Igualtat de gènere en la representació en òrgans de presa de decisions.
- 2- Representació equitativa en càrrecs tecnicoesportius i en el professorat d'ensenyaments esportius.
- 3- Prevenció i lluita contra la violència de gènere en l'esport.
- 4- Lluita contra els estereotips negatius de gènere en l'esport i promoció, des dels mitjans de comunicació, de models positius.

2. Consell d'Europa: Recomanació CM/Rec (2015)2

Aquesta proposta naix en el si del Consell d'Europa. Desglossem en la següent fitxa totes les seues mesures concretes:

Requadre 6: Recomanació CM/Rec (2015)2 del Comité de Ministres als estats membres sobre la incorporació de la perspectiva de gènere en l'esport (adoptada pel Comité de Ministres el 21 de gener de 2015)

Aquesta recomanació és una de les principals propostes institucionals en el marc europeu per a promoure la incorporació de la perspectiva de gènere en l'esport de manera sistemàtica i integrada. El Consell d'Europa té una llarga experiència en l'estudi de l'esport i les desigualtats sexuals. La intenció de la recomanació, que ha sigut emesa pel



comité que agrupa els ministres dels estats membres que treballen en l'àmbit de l'esport, és que les seues pautes s'estenguen a tots els països europeus en els seus diferents marcs territorials —nacionals, regionals, locals. Atesa la coincidència entre el COE i la Unió Europea quant als continguts de la recomanació, és particularment important que els governs territorials els coneguen i apliquen. En aquesta fitxa presentarem una síntesi de les seues línies principals.

El Comitè de Ministres parteix de la constatació que les dones pateixen en l'esport un dèficit d'igualtat que cal compensar per a aprofitar els avantatges que l'esport pot aportar a la millora de la seua salut, el seu benestar i les seues relacions socials. Aquest dèficit té un caràcter estructural que hauria de ser abordat pels governs dels països membres amb una estratègia d'acció integral que contindria les següents línies:

1. Avanços en la legislació

- Integrar el principi d'igualtat entre dones i homes en tota la normativa relativa a l'esport i avaluar possibles impactes sobre el principi d'igualtat de futures lleis.

2. Posada en marxa de polítiques i programes d'actuació

- Avançar en la presència de dones en els òrgans de presa de decisions en matèria esportiva.
- Elaborar plans d'actuació que aconseguisquen la igualtat *de facto* entre homes i dones en l'esport, amb especial incidència en els grups desfavorits i sotmesos a discriminacions múltiples.
- Adoptar estratègies de lluita contra els estereotips sexistes en la pràctica de l'esport.
- Avançar en una estratègia de gènere aplicada al repartiment equitatiu dels pressupostos i els recursos en l'esport (fons, instal·lacions, mitjans humans, etc.).
- Concebre instal·lacions esportives segures i accessibles per a les dones de totes les edats
- Prioritzar en els criteris de subvencions i ajudes les organitzacions esportives que respecten els criteris d'igualtat.
- Concertar en els marcs territorials de cada país els diferents actors (tercer sector, universitats i investigació) que puguem posar en marxa plans integrals en l'esport i avaluar els diferents programes esportius.

3. Programes i polítiques específiques en el marc de l'escola

- Integrar el principi d'igualtat en el marc de les activitats escolars i extraescolars.
- Formar el professorat específicament en aquest principi.

4. Programes i polítiques específiques en el marc de la violència sexista

- Abordar polítiques de prevenció i lluita contra la violència sexista, la intimidació, l'assetjament, les amenaces i els abusos sexuals en l'esport.

5. Campanyes de sensibilització i formació

6. Investigació i recollida de dades

- Impulsar la investigació i la producció d'estadístiques i dades que prevegen els problemes diferencials de les dones en l'esport, les raons de les seues desigualtats i els condicionants per a la seua participació igualitària en l'esport i el seguiment per part de les autoritats públiques de tots els resultats d'investigació i avaluació de programes.

7. Millora de les polítiques de les federacions i organitzacions nacionals de l'esport

- Instar aquestes organitzacions a adoptar un llenguatge no sexista en les seues comunicacions; a equilibrar l'ús igualitari dels recursos que administren; a sensibilitzar els seus inscrits sobre les desigualtats, i a previndre comportaments sexistes.

8. Millora en el tractament de la igualtat per part dels mitjans de comunicació

- Instar els mitjans de comunicació a incrementar la visibilitat de les dones en els diferents mitjans; a no reproduir els estereotips sexistes; a introduir dones en les plantilles de professionals de la comunicació, i a millorar la formació d'aquests professionals.

9. Seguiment i intercanvi de bones pràctiques a escala internacional



2a RECOMANACIÓ TRANSVERSAL:

Sistematitzar la investigació sobre esport, dona i igualtat de gènere

Les fonts estadístiques per a mesurar la pràctica esportiva a Espanya i a les comunitats autònomes són insuficients i fragmentàries. Com hem argumentat en l'apartat de metodologia d'aquest informe, l'Enquesta d'hàbits esportius 2015 ha canviat moltes preguntes del qüestionari i la forma de mostreig respecte a edicions anteriors de l'enquesta. Això dificulta fer una sèrie cronològica llarga sobre la pràctica esportiva a Espanya amb garanties de precisió i rigor. Hi ha hagut una millora amb l'agrupació de les estadístiques esportives en Deportedata —la base de dades amb sèries estadístiques del sector esports accessibles per Internet—, però segueixen sent moltes les necessitats d'informació que no cobreixen les dades existents. Algunes comunitats autònomes han fet una enquesta d'hàbits esportius per a analitzar aquesta qüestió en el seu territori, i caldria que tots aquests esforços econòmics es coordinaren per a traure'n el major partit i fer homogènia la informació. És per aquest motiu que es proposa una recomanació transversal que podria desglossar-se en les següents mesures:

- *Homogeneïtzar i assegurar la continuïtat de l'Enquesta d'hàbits esportius (EHD) estatal i coordinar les enquestes similars realitzades en altres àmbits territorials.* És també prioritari disposar d'una enquesta d'hàbits esportius en edat escolar que cobrisca l'àmbit estatal.
- *Afavorir les metodologies qualitatives per a captar problemes emergents i dimensions profundes de la pràctica esportiva.* Propiciar les dinàmiques de participació en barris i la investigació-acció per a involucrar la ciutadania en el disseny de polítiques esportives.
- *Afavorir en els barris els programes de desenvolupament comunitari i la innovació social basada en l'esport per part dels serveis socials i el tercer sector.*
- *Investigar sobre disseny d'equipaments esportius amb enfocament de gènere.* Els equipaments esportius urbans a penes són freqüentats per les dones. És precisa una reflexió sobre el seu disseny amb criteris

d'igualtat i pensat per a noves necessitats i usuaris més enllà dels joves homes habituals.

- *Establir convenis amb les universitats per a estimular la realització de treballs de fi de grau i de fi de màster orientats cap a temàtiques d'investigació centrades en dona i esport.* Establir incentius: premis, publicacions.
- *Orientar les pràctiques curriculars de graus i màsters en activitat física i esport a satisfer necessitats socioesportives prioritàries de la ciutadania a través de modalitats com, per exemple, l'aprenentatge servei.* Desenes de joves en les universitats podrien millorar el seu aprenentatge i integrar-lo en la pràctica dels problemes socials.
- *Recollir dades amb precisió que permeten gestionar els fons públics destinats a federacions i clubs a través de pressupostos de gènere.* Cal conèixer l'ús d'aquests fons per a poder objectivar les possibles discriminacions cap a les dones i decidir la seua redistribució per a afavorir la igualtat dels recursos.

1a RECOMANACIÓ ESPECÍFICA:

Abordar la fractura esportiva en l'adolescència

La fractura esportiva que es produeix en l'adolescència respon a una conjunció de causes complexes amb diferents actors implicats. En aquestes edats, la reproducció d'estereotips i barreres condueixen a les adolescents a l'allunyament de l'esport. Si ens centrem en les barreres i els estereotips esportius, la investigació acadèmica i els casos que hem estudiat en aquest informe confirmen que segueixen produint-se amb força hui dia. Lluny de la percepció que tot està canviant, les





adolescents segueixen constatant-ho en diferents àmbits d'interacció esportiva (amb els objectius competitius de l'esport, amb els entrenadors i la seua interpretació de la competitivitat i amb les actituds dels seus companys adolescents homes). La reproducció dels estereotips segueix creant una bretxa que allunya i provoca que les adolescents en edats escolars abandonen l'esport. És per això que parlem en aquest informe de fracàs escolar aplicat a l'esport, amb l'agreujant que les xiquetes que comencen a allunyar-se de l'activitat física als 10 anys tenen unes possibilitats molt reduïdes de ser físicament actives quan siguen adultes. Tan sols un 10 %, segons les dades de l'informe canadenc "Women in Sport: Fuelling a Lifetime of Participation" (Canada's dairy farmers & Canadian Association for the Advancement of Women and Sport and Physical Activity, 2016).

Interpel·lades sobre què és el que fa l'esport atractiu per a elles, les adolescents esmenten que és necessari que l'activitat siga divertida, que el grup tinga una dinàmica positiva, que s'impose el sentiment de pertinença i acceptació. Quan això ocorre, millora el seu rendiment i creixen les seues ganes d'introduir la competitivitat. Aquestes demandes de les xiques són, d'alguna manera, inverses a les quals tenen els xics: volen ser els millors i els més competitius, i amb això guanyen acceptació en el grup i es diverteixen. Aquestes postures contraposades han de ser equilibrades, ja que quan les adolescents no troben en l'esport un atractiu, se'n allunyen. Aquest allunyament planteja l'interrogant de si són les xiques les que fracassen a adaptar-se al model esportiu o és el model el que fracassa a adaptar-se a les demandes de les xiques.

El sistema esportiu necessita un procés d'autoreflexió que partisca d'aquest interrogant que planteja canvis lligats al gènere. Si les regles del joc a penes canvien, els estereotips seguiran anquilosats i, per tant, també el paper esportiu subaltern de les dones i el seu abandó de l'esport. Es fa, per tant, necessari un lot de mesures dirigides a afavorir la reflexió de cadascun dels actors que participen en la fractura esportiva de l'adolescència. Mesures que requereixen que cada actor avalue la seua responsabilitat en la pervivència dels estereotips, des de la família a l'escola, passant per l'esport federat.



1.1. Reforç en continguts formatius sobre igualtat en l'esport i creació de figures educatives i professionals d'expert o experta en igualtat de gènere en l'esport

Necessitat de formar professorat, monitores i monitors i entrenadors i entrenadores que guien l'activitat esportiva de les adolescents, siga en l'escola, en les activitats extraescolars o en els equips federats. En primer lloc, aquesta formació implica introduir a curt termini continguts sobre igualtat de gènere en els graus universitaris i els cicles formatius de Formació Professional orientats a l'esport, davant de l'evidència que els titulats i titulades d'aquests nivells educatius manquen de formació sistemàtica en matèria de gènere. En segon lloc, a mitjà termini, les universitats haurien d'impulsar noves figures educatives i professionals d'expert o experta en igualtat de gènere en l'esport, que pogueren posteriorment introduir canvis de manera progressiva en els diferents àmbits esportius, des de l'escola fins a l'esport federat.

1.2. Aprofundir en una educació física crítica en l'escola

Una millor formació del personal tècnic pot ser el primer pas per a seguir aprofundint en una educació física escolar crítica, que no reduísca el paper de l'ensenyant al de *coach* o monitor, que no entenga el paper de l'alumne o alumna com el d'un campió en potència amb un cos que ha de ser entrenat per a guanyar, que no limite el cos a la pura motricitat buscant el millor rendiment. Hi ha moltes experiències d'aplicació d'aquest enfocament crític, però cal seguir progressant en les classes d'educació física com a espai per a promoure actituds positives d'aprenentatge sobre el cos i dissenyar activitats unisex basades en la coeducació. En capítols anteriors (4.1) s'ha aportat documentació per a seguir pistes en aquestes vies d'innovació de l'educació física.



En conjunció amb aquest procés d'innovació, i d'orientar aquesta amb un enfocament de gènere, seria pertinent ampliar el programa actual de "Centres promotors activitat física i esports" (CEPAFE) amb un subprograma específic de "Centres promotors d'igualtat de gènere en l'esport escolar".

Per a completar aquest esforç d'innovació, seria molt positiu aprofundir en els mecanismes de coordinació entre tots els àmbits de l'Administració pública amb competències en l'educació física en les escoles.

1.3. Campanya dirigida a pares i mares per a informar i sensibilitzar sobre la seua important funció en la promoció de l'esport de les seues filles



Atés el paper determinant dels pares i mares en l'inici i en la continuïtat esportiva de les seues filles, seria altament recomanable una campanya que guiara els pares i mares des de la introducció i primers passos en l'esport de les xiquetes, fins a les recomanacions de com no reproduir estereotips, motivar, ajudar a triar esport, continuar-lo i fins i tot interessar les adolescents en estudis esportius posteriors, o per complir funcions tècniques o seguir interessades en l'esport com a àrbitres, etc.

1.4. Frenar l'abandó de les joves en els primers passos de l'esport federat

L'abandó de l'esport federat de les xiques es dispara en la categoria de cadet, entorn dels 14 anys. Per a frenar aquesta tendència, les federacions han d'abordar una reforma profunda, amb mesures en diferents fronts. Entre al-



tres:

- En primer lloc, en el front de les estructures de govern, en què cal renovar els punts de vista i les sensibilitats, predominantment masculines, per a resoldre problemes vinculats a les categories femenines. Aquesta arribada de noves responsables federatives pot integrar en l'organització la prioritat dels problemes de gènere.
- En segon lloc, cal obrir una reflexió sobre l'equilibri entre competició i recreació en les categories d'infants i cadets. Aquest és un debat complex que implica les xiques, les famílies, els tècnics i l'escola, ja que l'abandó està causat a voltes per la sensació d'estar descurant els estudis. La gamma de factors és complexa i han de ser sospesats per unes federacions renovades, que a més pateixen una falta considerable de recursos.
- En tercer lloc, cal fomentar els entrenaments mixtos, uns espais no competitius, sinó de preparació i tecnificació, que poden ajudar a compartir experiència esportiva entre xics i xiques.
- En quart lloc, conèixer i distribuir els recursos financers públics en el si de les federacions és fonamental per a emprendre la posada en marxa de pressupostos de gènere que promoguen la igualtat en la distribució.

2a RECOMANACIÓ ESPECÍFICA:

Intervindre en la fractura de l'esport en la transició a la vida adulta de les dones

En deixar arrere la joventut, les dones d'edats intermèdies, entre 30-45 anys, veuen reduïdes les seues possibilitats de mantindre una pràctica esportiva continuada. Aquestes edats representen un moment en el qual s'intensifica la seua implicació en el treball assalariat i les atencions familiars. Això marca un canvi de prioritats, que, a més, estan acompanyades per una desigualtat respecte als homes quant als usos del temps. La seua dedicació al treball domèstic dobla en temps la dels homes. Les seues possibilitats de temps lliure queden restringides i, per



tant, la pràctica esportiva es ressent per aquesta situació. A la falta de temps, s'afigen unes altres barreres que hem identificat en l'informe: dificultats de conciliar temps laborals, familiars i esportius; limitacions a l'activitat física que poden comportar l'embaràs i la criança; canvis físics i aparició de molèsties associades a l'edat; dificultats quant al desplaçament als llocs de pràctica; el cost de les activitats esportives i la falta d'informació sobre oferta esportiva. No és senzill trobar activitats gratuïtes o poc costoses amb horaris adaptats a les exigències laborals i familiars, i més quan el temps i les distàncies són una limitació determinant. Caldria afegir que, en aquestes edats, el cos comença a apartar-se de l'ideal estètic esportiu que transmeten els mitjans de comunicació, la qual cosa provoca que moltes dones que practiquen esport es vegien incomodades per aquesta distància amb la imatge idealitzada de bellesa femenina —pes, enrogiment, suor— i les reaccions que susciten en els homes.

Atés que no hi ha recursos específics adequats i suficients per a fer front a totes aquestes barreres, l'abandó de l'activitat física d'aquestes dones és un fet que seguirà avançant. La bretxa esportiva s'ampliarà, ja que els homes redueixen molt menys els seus nivells de pràctica en aquestes edats i conserven un temps lliure lligat a l'esport major que les dones. Per tant, per a la igualtat de gènere en l'esport, és imprescindible afrontar aquestes situacions.

Les recomanacions i mesures que poden establir-se per a atendre aquesta segona fractura esportiva de les dones es despleguen en dues grans àrees, que estan relacionades amb els dos blocs de temps en els quals aquestes dones passen la major part de la jornada: el temps de treball i el temps d'atencions. Qualsevol millora dels nivells de la seua pràctica esportiva passa per intervencions en aquests dos temps.

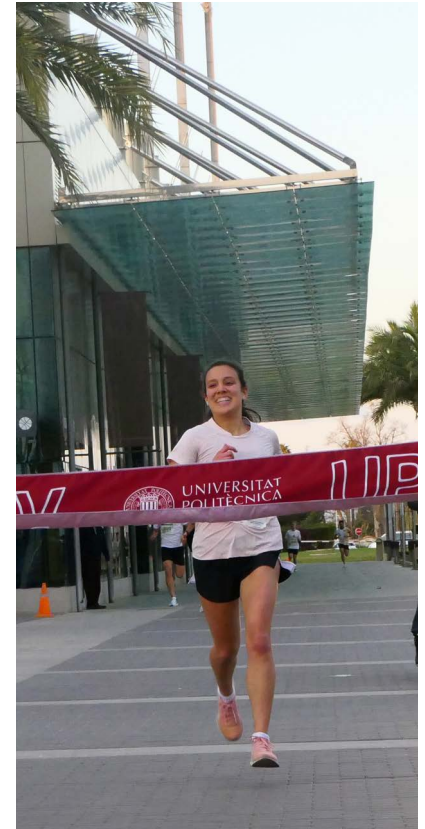
1. Fomentar la responsabilitat social esportiva de l'empresa

Quant al temps de treball, seria desitjable que les empreses augmentaren la seua implicació en la promoció de l'activitat física i l'esport entre la plantilla. Hem analitzat en l'apartat 4.2 la situació actual i les possibilitats de l'empresa quant a aquesta tasca de promoció. En aquest apartat de recomanacions, es tractaria de concretar la proposta, per a articular-la amb el conjunt de recomanacions d'aquest capítol.

En línies generals, no es tractaria tant de promoure "l'esport d'empresa", sinó d'aconseguir que l'empresa es

convertisca en un actor que facilite, cree oportunitats, incentius perquè les dones puguin practicar activitat física i esport en l'àmbit laboral. Les empreses són un espai en el qual les dones podrien trobar solucions al principal problema que els impedeix practicar esport: la falta de temps. A més, tindrien l'incentiu afegit de fer-ho en grup, amb companys i companyes de treball. Per a les dones, l'empresa podria ser un espai en què conciliar temps de treball, temps d'atencions i temps esportiu. En països d'Europa del Nord i de l'àmbit anglosaxó, aquesta funció de l'empresa està molt difosa i pren formes molt variades, entre altres:

- Informació, sensibilització i promoció de l'activitat física i l'esport, mitjançant cursos o sessions informatives.
- Creació de centres de *fitness*, gimnasos, en les instal·lacions de treball o suport financer de l'empresa per a accedir a clubs.
- Promoció dels desplaçaments a peu o amb bicicleta al centre de treball.
- Muntatge de dutxes o taquilles en les instal·lacions per a comoditat de qui decidisca aprofitar esportivament moments lliures o intermedis de la jornada laboral.
- Entrenar equips de treballadors i treballadores que s'impliquen en carreres solidàries i altres esdeveniments esportius. Aquesta dimensió solidària acompanyada d'un entrenament subvencionat per l'empresa resulta un incentiu per a practicar esport.
- Dedicar fons i cobertures de les mútues per al desenvolupament de programes vinculats a l'activitat física.







- Crear guardons o reconeixements a “empreses actives” acompanyats d’incentius
- Introduir el sedentarisme i la baixa activitat física com a problema de salut laboral. Un alt percentatge de treballadors/es passen llargues jornades asseguts.
- Incloure en els processos de negociació col·lectiva continguts lligats a la salut laboral mitjançant l’activitat física i l’esport.
- Considerar el sedentarisme i la baixa activitat física en les avaluacions de riscos laborals.

És cert que la realitat de les empreses espanyoles o valencianes és diferent de la de les escandinaves o les d’Europa Central, on preval menys la presència en el lloc de treball i hi ha més temps lliure. També és un fet que implantar programes i objectius com els anteriors requereix una gran concertació entre actors socials —empreses i sindicats— liderats per les administracions públiques. Molts dels programes anteriors tenen exempcions fiscals, premis, normatives, etc. Per tant, són iniciatives destinades a introduir-se en una agenda a mitjà termini, amb la col·laboració de tots els actors socials.

No obstant això, a curt termini, podrien posar-se en marxa dues mesures eficaces per a les dones.

1.1. Creació per part de grans empreses (més de 250 treballadors/es) de gimnasos en el centre de treball o facilitar suport financer a les treballadores per a inscriure’s en gimnasos propers

En les investigacions consultades, aquesta és una de les mesures més eficaces per a les dones. Iniciar programes d’aquest estil en les empreses de més de 250 treballadors/es suposaria arribar a més de 5,5 milions de treballadors/es. Més d’un 25 % del total a Espanya. Les opcions podrien ser molt variades per a



aconseguir que el cost no fora un obstacle insalvable: acords amb instal·lacions municipals; sales cofinançades per grups d'empreses en zones urbanes d'alta concentració d'empreses; bons en gimnasos; activitats en grup en parcs propers guiades per un entrenador o entrenadora, etc.

1.2. Emprendre un estudi sobre les possibilitats de vincular estratègies d'activitat física i esport en l'àmbit empresarial

A Espanya i a la Comunitat Valenciana, les experiències en aquest terreny no són molt abundants i caldria disposar d'informació per a recopilar experiències nacionals i internacionals i valorar-ne la viabilitat i ampliació al conjunt del teixit empresarial. Aquesta recomanació podria immediatament aportar informació per a posar en marxa programes pilot, ja que en aquest terreny hi ha poca experiència i molt de retard sobre altres països.

2. Fusionar temps d'atencions i temps esportius

Les dones d'aquestes edats s'ocupen majoritàriament del treball domèstic i de les atencions. Una política esportiva basada en la igualtat ha d'analitzar la jornada domèstica i fer un seguiment dels llocs pels quals transiten les dones en els seus temps d'atencions. És necessari conèixer els trajectes i els blocs de temps de què disposen i crear oportunitats perquè puguin convertir algun d'aquests en temps esportius. Socialment, aquesta possibilitat es considera perduda de manera anticipada i hi ha poques experiències. Per tant, cal acceptar el caràcter experimental de qualsevol mesura que es propose, mesures que han de ser imaginatives i audaces.

Hi ha almenys tres moments en els quals es podrien introduir parèntesis esportius per a acompanyar els moviments de les dones i generar ocasions d'activitat física. Això obri tres mesures possibles.

2.1. Creació d'activitats esportives lligades al moment de portar els xiquets al col·legi



Les dones són majoritàries en les portes dels col·legis per a deixar-hi els seus fills. En els moments d'entrada o eixida de les escoles, moltes d'elles conversen en la porta, s'entretenen una estona o es dirigeixen als seus domicilis. Si es promoguera una oferta d'activitats esportives a les escoles, o en llocs propers, podrien trobar aquesta oferta atractiva i decidir usar un temps per a l'activitat física junt amb altres mares. Per al grup de dones que puga trobar-se en aquesta situació i no haja d'eixir a tot córrer cap al seu centre de treball, aquestes activitats podrien representar una oportunitat.

Som conscients de les dificultats dels centres escolars quant a la saturació dels seus espais. No obstant això, la concertació entre les institucions responsables de les polítiques educatives i esportives i la participació de les associacions de pares podria recrear una xarxa de projectes instaurats per les administracions públiques amb aquesta finalitat. Un dels casos estudiats en aquest informe —les Mamis de l'hoquei—, va estar associat en origen al temps buit que quedava quan les mares portaven els xiquets i xiquetes a l'entrenament i havien d'esperar fins que acabaren. Omplir aquest temps amb una activitat esportiva va constituir una bona oportunitat per a fer esport.

2.2. Creació d'activitats esportives en parcs i equipaments esportius annexos

Mares i pares passen, quan acaben les classes de la vesprada, un temps considerable amb els fills en parcs. Molt sovint, parcs en els quals hi ha equipaments esportius o zones verdes, fins i tot dotats amb circuits de *running* o amb aparells d'exercicis gimnàstics. Aquest seria un moment per a planificar programes, que podrien incloure activitat física de pares o mares amb els menuts o activitats guiades en els equipaments esportius annexos, sense necessitat de desplaçar-se, assegurant l'atenció dels menuts amb activitats de ludoteca a l'aire lliure en el mateix parc, fins i tot en llocs contigus on es practica l'activitat física. Certament, aquest tipus d'ofertes seria una alternativa perquè no passen assegudes en un banc de fusta 60-80 minuts vigilant els xiquets. Sens dubte, per a moltes dones representaria un xicotet pas en la igualtat quant a poder practicar activitat física. Tampoc hi ha dubte que, novament, cal posar en marxa la



innovació i encertar amb el tipus d'activitats proposades, segurament molt basades en jocs amb contingut físic o xicotetes activitats de gimnàstica no intensiva, en sessió continuada, per a acollir les mares o pares que s'hi vagen incorporant; animacions i demostracions de clubs esportius. Convertir aquestes pràctiques en un hàbit per als pares amb xiquets d'entre 4-8 anys no és un impossible.

2.3. Organització d'activitats esportives en família en cap de setmana

Aquest tipus d'activitats en família no són una novetat, es plantegen sovint en els plans estratègics, encara que no sempre s'hi especifica detalladament com es duran a terme. Són una proposta atractiva, prometedora, factible, però no sempre fàcil de concretar. En aquest informe, s'aporta una precisió per a aquestes activitats esportives en família. Es tracta de la realització en cap de setmana. Hem vist en apartats anteriors com les enquestes d'hàbits esportius revelen que l'activitat esportiva de les dones es redueix durant els caps de setmana. La presència de les xiquetes i xiquets i la posada al dia de les tasques domèstiques s'intensifiquen en aquests dies. És per tant un moment crucial per a actuar. D'altra banda, com que tots els membres de la família es troben lliures d'activitats escolars i laborals, augmenta la possibilitat de combinar junts una activitat esportiva. És un moment propici per a compartir temps d'esport i d'atencions tots els membres de la família. Compartir aquest temps esportiu, amb implicació de tots, podria ser un esperó perquè totes les persones perceben la necessitat de compartir també la resta de tasques que la casa reclama. L'ús conjunt de temps en l'esport podria despertar la pregunta sobre l'ús conjunt del temps en altres tasques, sobre la corresponsabilitat. Amb confiança i optimisme, l'esport podria ser un vehicle per a la igualtat o, almenys, per a pensar-hi. Aquesta mesura seria més propícia quan els xiquets i les xiquetes es troben en edats d'ensenyament primari. Els programes podrien ser molt variats quant a les activitats i esports triats. Entre les dificultats principals: el finançament i l'obertura d'instal·lacions en diumenge amb la corresponent implicació de monitors i altre personal.

En resum, aquesta segona recomanació i les seues mesures encaren la limitació principal de temps que

Fitxa 14

Nogent-sur-Marne: Esport dominical en família: un impuls per a la igualtat (França)



Nogent-sur-Marne, és una ciutat de 30.000 habitants situada en el Departament de Val-de-Marne a 15 km de París. L'ajuntament està molt motivat amb la idea d'oferir l'esport com un mitjà de millora de l'oci saludable familiar. El servei d'esports ofereix, des de 2006, una activitat que consisteix a obrir el poliesportiu municipal i organitzar diferents pràctiques esportives dirigides al conjunt de la família. Poden practicar conjuntament majors i xicotets o separadament en les diferents activitats organitzades, encara que sempre de manera simultània en el temps. Tots els anys, des de setembre a abril, un diumenge al mes, els monitors del servei d'esports organitzen aquesta activitat gratuïta durant tota la vesprada. Les activitats inclouen gimnàstica o minibàsquet per als xiquets més xicotets; bàdminton i tenis de taula per als de Secundària i gimnàstica rítmica per a pares i mares. Les activitats varien al llarg d'aquests anys i sempre estan guiades per monitors i monitores d'esports. Es fan, puntu-

alment, demostracions per part d'esportistes federats per a presentar esports i també activitats organitzades per associacions esportives instal·lades a Nogent-sur-Marne. Al llarg d'aquests anys, la demanda ha estat creixent i les famílies repeteixen.

De fet, l'activitat ha servit, segurament, d'inspiració a iniciatives empresarials que han sorgit recentment a Nogent-sur-Marne i que han captat l'interès de proposar una oferta d'activitats esportiva en família. En concret, el club de *gym* Family Move impulsat en 2014 per un jove emprenedor —Jérôme Fortunato— que va començar amb la idea de crear un *baby-gym*, per als més menuts, però que hi ha estat incorporant una oferta de cursos (*gym*, zumba, cardio, pilates, *stretch*...) per a pares i mares de totes les edats, que poden compartir-les amb els xiquets. Aquest jove emprenedor ja està fent una franquícia amb la innovadora idea de Family Move perquè siga replicada en altres ciutats.

El programa "Sport en famille" a Nogent-sur-Marne va obtenir en 2008 el prestigiós premi Fais-Nous Rêver que atorga l'*Agence pour l'Éducation par le Sport* (APELS), gràcies als assoliments d'aquesta iniciativa a favor de l'esport en família i la igualtat de gènere.

Font:

-Programa "Sport en famille" a Nogent-sur-Marne: https://ville-nogentsurmarne.com/nsm_agenda/sport-en-famille-8/
-<https://www.familymove.fr/>



conduïx a l'abandó de l'activitat física de moltes dones. Per això, poden oferir alternatives en un terreny poc transitat ara com ara.

3a RECOMANACIÓ ESPECÍFICA:

Actuar davant de la fractura de l'esport de dones madures (45-55 anys) allunyades de la pràctica esportiva

Aquesta tercera recomanació es dirigeix a un tercer grup de dones que acumula problemes greus d'allunyament i no participació en l'activitat física i esportiva. Es tracta d'un grup nombrós de dones, amb edats al voltant dels 45-55 anys, que pertanyen als estrats socials més modestos i amb dedicació d'ama de casa compatibilitzada, a voltes, amb treballs assalariats desqualificats a temps parcial. Aquest grup concentra les taxes de pràctica esportiva més baixes i configura la tercera fractura esportiva que hem analitzat amb detall en aquest informe en l'apartat 4.3. Les dades mostren que el seu nivell quant a l'activitat física és el de més baixa freqüència de tota la població. Presenten un perfil per davall fins i tot de les persones incloses en la 3a edat. La seua situació ha empitjorat entre 2013-2017 i la necessitat de polítiques orientades a augmentar el seu nivell d'activitat física és urgent.

Si parlem d'igualtat de gènere en l'esport, aquest grup de dones presenta una situació molt desfavorida. L'acumulació de desigualtats de gènere les ha arraconades als marges de l'esport i, pràcticament, s'han vist excloses de la pràctica esportiva. No han pogut participar del model que, no sense dificultats, s'ha difós en els últims trenta anys al nostre país al voltant de l'esport. Un model en el qual cada vegada més dones han pogut trobar un espai per a estar en forma, cuidar el seu benestar mitjançant una activitat física saludable i tindre un temps d'oci esportiu propi per a la vida quotidiana. Aquest model no ha arribat a les dones en pitjors situacions socials, aglutinades generalment en la categoria d'ama de casa. Aquesta situació, que s'acosta a l'"exclusió esportiva", ha repercutit en les seues condicions de salut, amb una incidència major de sobrepès o de malalties cròniques. Accedir a l'activitat fisicoesportiva reportaria a aquestes dones grans avantatges quant al seu benestar físic i mental, les seues relacions de sociabilitat i una millora de la qualitat de vida.



No és una tasca senzilla atraure aquestes dones no practicants a l'activitat esportiva. La principal dificultat és que les desigualtats de gènere han provocat que no es representen a si mateixes com a esportistes. L'esport és una esfera aliena per a elles i recuperar aquest espai o fer els primers passos cap a una identitat esportiva, fins i tot modesta, requereix desmuntar els estereotips esportius lligats a la imatge, al pes i a l'estil de vida esportiu.

A més d'aquesta dificultat principal, caldria superar-ne moltes altres: falta d'antecedents esportius; falta d'una oferta d'activitats apropiada; cost d'inscripció en activitats; dificultat d'accés a informació; temps obligats a les tasques familiars; resignació davant del seu estat de baixa forma física; automenyspreu davant de la seua imatge; indiferència cap a l'esport.

Aquestes són les raons de l'abandó que tradicionalment ha acompanyat aquests grups i dones. No obstant això, en alguns països s'ha començat a afrontar aquestes dificultats i a integrar aquestes dones en les polítiques esportives nacionals i en les estratègies d'activitat física. Cal començar amb objectius modestos i assequibles per a elles, amb professionals preparats per a motivar-les i retindre-les, i que facen de l'activitat física un lloc possible per a elles.

Per a aquestes dones, tan oprimides per la definició exclouent de passivitat construïda des dels estereotips masculins, accedir a l'esfera de l'esport permetria situar, incloure, el seu cos actiu en la mateixa esfera esportiva dels homes. Ocupar aquesta esfera suposa, almenys, una xicoteta subversió simbòlica de l'ordre de la dominació. Per afegiment, la pràctica esportiva i l'activitat física generen canvis en l'expressivitat i en les percepcions sensorials sobre el nostre cos i el dels altres. L'esport podria enriquir la sociabilitat d'aquestes dones. En tot cas, la igualtat de gènere en l'esport no seria un concepte inclusiu si deixa fora del seu desenvolupament aquest grup de dones.

Considerem que les dues mesures següents podrien avançar en aquesta direcció d'un esport inclusiu per al qual és necessari un fort suport i coordinació de les administracions públiques.

3.1. *Redefinir la promoció de l'activitat física: materials de difusió, estratègies, campanyes*

Fins ara, les campanyes de promoció de l'activitat física no han aconseguit els seus objectius entre els col-



lectius més allunyats de la pràctica físicoesportiva entre els quals es troben aquestes dones d'edats madures (45-55 anys). Allunyades de la idea d'esport i activitat física en un gimnàs, fins i tot allunyades d'una activitat de marxa moderada, o de representar-se a si mateixes en roba esportiva, no se senten interpel·lades pels missatges de les campanyes que les animen a practicar esport i ser actives. O els resulta inassolible o no pensen que estan dirigides a elles.

Caldria trobar enfocaments diferents, menys imperatius i més propers a aquestes realitats, i que reformulen l'activitat física cap a accions o exercicis que elles practiquen en la seua vida quotidiana (pujar escales, desplaçar-se a peu a activitats quotidianes, passejos, treballs domèstics de més càrrega física), o que podrien practicar sense sentir-se estranyes. Els missatges d'aquestes campanyes haurien de transmetre's a través d'educació per persones en la mateixa situació o per persones de confiança de l'entorn (treballadors i treballadores socials, metges, que ja juguen aquest paper, però que el podrien ampliar més enllà dels pacients), sense exigències desmesurades i mostrant els avantatges que s'aconseguirien simplement intensificant les seues activitats quotidianes. Presentar com a exemples esportistes consagrats o cossos prims és aprofundir en l'allunyament. Les figures que han de presentar-se són persones com elles, que segueixen els consells, que caminen per la ciutat o que van amb bicicleta. Aquest podria ser el primer pas per a augmentar l'activitat física. Sense culpabilitzar, sense fer pensar que no hi tenen dret.

Hi ha ja exemples d'aquest gir en la promoció d'una activitat física inclusiva per a dones allunyades de la pràctica esportiva. Van des de grans campanyes nacionals



(en el nostre informe hem detallat la campanya anglesa “This Girl Can” (p.142), fins a estratègies o materials de difusió més senzills, que poden emprendre’s implicant els que tenen responsabilitat en les polítiques esportives, d’igualtat i de salut. Més enllà dels resultats positius d’aquestes experiències en termes del creixement de la pràctica esportiva, cal valorar el que suposen quant a l’accés a un nou dret a l’esport saludable per a aquestes dones.

3.2. Creació de projectes d’intervenció socioesportiva i convocatòria d’ajudes a projectes sobre activitat física i esport per a les dones allunyades de la pràctica esportiva

Així com les campanyes de promoció de l’esport no estan pensades per a aquestes dones, tampoc l’oferta esportiva convencional resulta assumible per a elles. Això imposa dissenyar programes d’intervenció, en general de caràcter experimental, que puguin afavorir la seua implicació. Es detallen a continuació alguns exemples d’aquest tipus d’intervencions, que podrien servir d’orientació per al disseny, encara que les característiques de cada lloc i tipus de problemes recomanarien dissenys particularitzats.

A Berlín, educadors/es d’esports organitzen cursos en zones de jocs per a acostar l’activitat física a les dones d’origen immigrant. En barris francesos, s’han programat activitats gratuïtes i obertes guiades per monitors en els parcs, que aconseguixen un bon nombre d’assistents. Al Canadà i també a França alguns ajuntaments han promogut mesures com les *marches exploratoires*, que conjuguen l’activitat física i la participació de les dones en el diagnòstic dels problemes del barri, mitjançant el passeig a peu de grups de dones del barri que assenyalen els problemes i els punts de millora de la zona. En moltes ocasions, aquesta mesura ha servit per a certificar els usos masculinitzats dels equipa-





ments esportius, la falta de seguretat que limita els moviments de les dones o la pràctica esportiva i *running* de les dones més joves. Les *marches exploratoires* disposen d'experiència, guies metodològiques que en faciliten la realització i combinen política urbana i política d'igualtat i fomenten entre les dones l'activitat física compartida en grup. Els exemples podrien ampliar-se amb iniciatives que han promocionat l'activitat física practicada conjuntament, per mares i filles, en instal·lacions municipals o en projectes del món associatiu. Algunes iniciatives han promogut uns altres tipus d'exercici físic com els horts de dones, que són abundants en ciutats africanes o d'Amèrica del Sud, i també n'hi ha exemples a València. La llista podria estendre's amb multitud de xicotetes iniciatives, el principal problema de les quals és la falta de continuïtat i els escassos recursos. Per això, per a fer prevaldre aquest tipus d'iniciatives, s'hauria d'afavorir una convocatòria d'ajuda a les associacions que emprenguen projectes sobre activitat física i esport per a les dones allunyades de la pràctica esportiva.

Les característiques comunes de totes aquestes experiències són, en primer lloc, la implicació i coordinació de les administracions públiques esportives i del teixit associatiu del territori, la qual cosa comporta la necessitat de treballar en xarxa per a evitar els compartiments estancs que normalment funcionen entre diferents estructures socials i esportives —clubs, federacions. En segon lloc, la versatilitat dels projectes, que relacionen l'activitat física amb uns altres objectius (participació ciutadana, polítiques urbanes, atenció als immigrants, polítiques de salut, serveis socials). En tercer lloc, la varietat de les activitats plantejades, en les quals l'esport és només una de les formes en què es pot aconseguir augmentar l'activitat física. Qualsevol activitat esportiva dirigida a aquestes dones ha de parar esment en la tria d'un lloc idoni, un tipus de pràctica adaptada, uns objectius factibles, uns horaris adequats a les necessitats de les dones; unes fases i seqüències que permeten fidelitzar aquestes dones i evitar-ne l'abandó. El personal encarregat, predominantment femení, ha de tindre una capacitat destacada per a motivar i crear una afinitat de les dones cap a l'activitat física, els jocs o els esports seleccionats. Encara que la gratuïtat és l'opció més freqüent, la participació funciona millor i s'aconsegueix una major implicació de les dones quan darrere de l'activitat planificada hi ha un objectiu —millora de la vida local, participació, cura del medi ambient, integració social— o quan s'imposa una lògica en què les dones

Fitxa 15

TouteSport! L'esport de les dones, una prioritat en els barris d'acció prioritària a França (QPV)



El projecte *TouteSport!* tracta d'augmentar l'autonomia i la confiança en si mateixes de les dones a través de l'esport. És un projecte que du a terme la Fédération Nationale des Centres d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles (FNCIDFF) en col·laboració amb el Secrétariat d'État chargé de l'Égalité entre les Femmes et les Hommes, Ministère de la Justice. L'FNCIDFF és una fundació creada per iniciativa estatal en 1972 i hui té 114 centres locals en tota França.

El projecte *TouteSport!* es desenvolupa en els barris definits com d'acció prioritària (QPV) per part del Govern. El projecte concep l'esport com una eina en mans de les dones que permet un millor coneixement del cos, resistir a la desvaloració i no culpabilitzar-se per prendre un temps

lliure esportiu per a elles. El projecte ha reunit 70 dones en 7 barris QPV i zones rurals on la pràctica esportiva de les dones és molt baixa.

La primera edició del projecte es va dur a terme entre 2016 i 2018. La segona edició, que va començar en 2018, s'estendrà fins a 2020 i ha implicat sis noves ciutats. La primera edició es va tancar amb una exposició fotogràfica que il·lustrava els assoliments de les dones. En la segona, l'FNCIDFF ha inclòs una periodista-documentalista per a realitzar un documental que seguirà el recorregut d'aquestes dones.

El projecte s'inicia amb la sensibilització a les dones sobre l'interès de la pràctica esportiva. Posteriorment, es fa un diagnòstic, per part de les mateixes dones, sobre els frems a aquesta pràctica i, finalment, s'acompanya les dones a la realització d'una pràctica esportiva que impulse els objectius esmentats anteriorment —cura del cos, xarxa de contactes, temps lliure propi. El projecte aposta també per un impuls a la inserció professional d'aquestes dones i al desenvolupament local, amb l'organització d'actes esportius en els quals puguin col·laborar les dones.

Font: <http://www.infofemmes.com/v2/p/Nous-connaetre/Le-CNIDFF/Partenariats-nationaux/TouteSport/3173>

RESUM DE RECOMANACIONS I MESURES DE L'INFORME

“Dona i esport a la Comunitat Valenciana: gènere, desigualtats esportives i bones pràctiques per a la igualtat”



1 RECOMANACIÓ TRANSVERSAL:

Avançar en l'aplicació de les propostes d'actuació elaborades per les grans organitzacions internacionals: Unió Europea i Consell d'Europa

- 1.- Unió Europea: *Gender equality in sport. Proposal for strategic actions 2014–2020*
- 2.- Consell d'Europa: Recomanació CM/Rec (2015)2



2 RECOMANACIÓ TRANSVERSAL:

Sistematitzar la investigació sobre esport, dona i igualtat de gènere

- 1 - *Homogeneïtzar i assegurar la continuïtat de l'Enquesta d'hàbits esportius (EHD) estatal i coordinar les enquestes similars realitzades en altres àmbits territorials.*
- 2 - *Afavorir les metodologies qualitatives per a captar problemes emergents i dimensions profundes de la pràctica esportiva.*
- 3 - *Afavorir en els barris els programes de desenvolupament comunitari i la innovació social basada en l'esport.*
- 4 - *Investigar sobre disseny d'equipaments esportius amb enfocament de gènere.*
- 5 - *Establir convenis amb les universitats per a orientar treballs de fi de grau i de fi de màster cap a la relació entre dona i esport.*
- 6 - *Orientar les pràctiques curriculars de graus i màsters en activitat física i esport a satisfer necessitats socioesportives prioritàries amb modalitats com la d'aprenentatge servei.*
- 7 - *Recollir dades amb precisió que permeten gestionar els fons públics destinats a federacions i clubs a través de pressupostos de gènere.*



1 RECOMANACIÓ ESPECÍFICA:

Abordar la fractura esportiva en l'adolescència

- 1.1.- Reforç en continguts formatius sobre igualtat en l'esport i creació de figures educatives i professionals d'expert en igualtat de gènere en l'esport.*
- 1.2.- Aprofundir en una educació física crítica en l'escola.*
- 1.3.- Campanya dirigida a pares i mares per a informar i sensibilitzar sobre la important funció que tenen en la promoció de l'esport de les seues filles.*
- 1.4.- Frenar l'abandó de les joves en els primers passos de l'esport federat.*



2 RECOMANACIÓ ESPECÍFICA:

Intervindre en la fractura de l'esport en la transició a la vida adulta de les dones

- 1.- Fomentar la responsabilitat social esportiva de l'empresa*
 - 1.1.- Creació per part de grans empreses (més de 250 treballadors/es) de gimnasos en el centre de treball o bé oferir suport financer a les treballadores per a inscriure's en gimnasos propers.*
 - 1.2.- Emprendre un estudi sobre les possibilitats de vincular estratègies d'activitat física i esport en l'àmbit empresarial.*
- 2.- Fusionar temps d'atencions i temps esportius*
 - 2.1.- Creació d'activitats esportives lligades al moment de portar els xiquets i xiquetes al col·legi.*
 - 2.2.- Creació d'activitats esportives en parcs i equipaments esportius annexos.*
 - 2.3.- Organització d'activitats esportives en família en cap de setmana.*



3 RECOMANACIÓ ESPECÍFICA:

Actuar davant de la fractura de l'esport de dones madures (45-55 anys) allunyades de la seua pràctica

- 3.1.- Redefinir la promoció de l'activitat física: materials de difusió, estratègies, campanyes.*
- 3.2.- Creació de projectes d'intervenció socioesportiva i convocatòria d'ajudes a projectes sobre activitat física i esport per a les dones allunyades de la pràctica esportiva.*

Palestina: Els altres murs del futbol femení

©Johanna de Tessières/Collectif HUMA



La pràctica esportiva de les dones en el món àrab ocupa un capítol a part en el camp de les desigualtats i discriminacions esportives. Tradicionalment, quan arriben als 13 anys no està ben vist que les xiques juguen al carrer. Si volen fer esport, han de trobar llocs lluny de la vista dels homes. Una part molt considerable de la comunitat no veu amb bons ulls la pràctica esportiva. A partir d'aquesta edat, s'alcen murs que fan molt difícil l'esport de les dones. No obstant això, a poc a poc, els temps estan canviant i la lenta obertura conjugada amb l'impuls individual d'algunes dones molt apassionades i convençudes dels avantatges del futbol comença a veure la seua expansió. A Ramallah, articulats entorn de l'esport escolar, deu equips de xiques adolescents practiquen el futbol i n'han creat una lliga. Alguns d'aquests equips són dirigits per dones que, des del seu lloc com a entrenadores, estan obrint fissures en les restriccions co-

munitàries i religioses.

A Cisjordània i a la Franja de Gaza, l'ocupació d'Israel genera una tensió i una violència contínues. Per a aquestes responsables esportives dels clubs, el futbol és una vàlvula que alleugereix la pressió, "és una escapadòria", "dona un sentiment de llibertat i de control sobre la pròpia vida" i "permet sentir normalitat". Mantenen el discurs sobre els valors integradors i educatius de l'esport: el futbol enriqueix la personalitat de les xiquetes, els dona autonomia, respecte pels altres i els capacita per a resistir l'opressió.

Al començament de 2019, un club esportiu de la Franja de Gaza —el Champions Club de Gaza City— ha decidit, com a iniciativa de les famílies de les xiquetes, crear un equip femení, que ja entrena dues vegades per setmana en espais condicionats per al futbol femení. Té 15 jugadores entre 8 i 18 anys. Les dificultats són múltiples: les autoritats públiques no els concedeixen cap subvenció, l'activitat és, per tant, pagada només pels pares, cosa que dificulta l'accés dels que tenen pocs mitjans econòmics. Algunes bones jugadores són convidades a participar tot i no poder pagar. L'organització de partits és molt complicada per les dificultats de mobilitat a la Franja, però totes somien a poder representar algun dia Palestina en un campionat internacional.

Font: Valentine Van Vybe (2019): *Faire exploser les talents, les barrières et la colère*, La Libre Belgique, 2019

