

ENFOQUE 1**1 Enfoque 1, Ejercicio 7**

Mónica tiene apenas 15 años, pero dice que lleva toda la vida esperando por este momento. Es un sábado caluroso en la ciudad de Los Ángeles y la adolescente por fin se ve convertida en lo que anhelaba ser, así fuese por un día: una princesa. Lleva un vestido abultado de tul celeste, su pelo está arreglado con minuciosas ondas y el maquillaje la hace ver mayor. Mientras entra a la capilla, turistas y caminantes le piden sacarse fotos con ella. Pero ser "princesa" viene con un precio, a menudo sobre los miles de dólares. Tra

"Gastamos casi 9.000 dolares y trabajamos horas extra durante un año completo para esto", cuenta su madre, Adriana, que es gerente en una empresa de préstamos a corto plazo. "Es una tradición hispana que tenemos de nacimiento y cuando tenemos hijas celebramos sus quince", dice con una sonrisa.

A esa tradición le llaman "Quinceañera" y se celebra con distintos matices en la mayoría de los países latinoamericanos. Pero en México es especialmente rimbombante y además de la fiesta se celebra una misa católica en la que el sacerdote bendice a la adolescente en su camino hacia la adultez. En Estados Unidos, lejos de perderse, la costumbre está muy vigente, especialmente en el oeste y centro-oeste del país, donde las comunidades mexicanas y centroamericanas son numerosas.

En el país norteamericano, además, se ha desarrollado una industria millonaria en torno al festejo que, según señalan conocedores, supera a la existente en México.

"El gasto promedio de una sola celebración está entre los 10.000 y 15.000 dolares", apunta Norma Capitanachi, directora en Los Ángeles de la revista Quinceañeras Magazine, quien además organiza una feria anual de productos dedicados exclusivamente a este evento. Con esa suma, podría invertirse en un automóvil o en un fondo para la matrícula universitaria en el futuro, pero muchos prefieren destinarlo a este evento.

"La propia industria ha inventado nuevas tradiciones: carruajes con caballos, robots, *djs* con bailarinas, arreglos florales carísimos. Quien tiene más dinero, pues invierte más", explica Norma.

Fuente: BBC NEWS MUNDO: „"Quinceañeras": cómo Estados Unidos adaptó la tradición de México y la convirtió en un negocio millonario", in: <https://acento.com.do/bbc-news-mundo/quinceaneras-como-estados-unidos-adapto-la-tradicion-de-mexico-y-la-convirtio-en-un-negocio-millonario-8601397.html> (30/08/2018; letzter Zugriff 24/01/2022)

2 Enfoque 1, Repaso 1**¿Cuándo es el Día de la Madre en tu país?**

El Día de la Madre es una celebración que está presente en gran parte del mundo, pero el día en que se lleva a cabo varía según las tradiciones e historia de cada país.

Las primeras celebraciones oficiales

Si bien las primeras celebraciones del Día de la Madre se remontan a la antigua Grecia con las celebraciones en honor a Rhea, la madre de los Dioses. El origen contemporáneo de esta celebración es de la activista Julia Ward Howe quien en 1872 sugirió la creación del Día de la Madre como una forma de unir a las mujeres y abogar por la paz.

Sin embargo, el reconocimiento oficial del Día de la Madre se logró gracias a Anna Jarvis, pues fue ella quien realizó el primer Día de la Madre en honor a su propia madre, Ann Reeves Jarvis, mujer que dedicó gran parte de su vida a trabajar con varias organizaciones de mujeres promoviendo cuestiones de salud y seguridad social.

Tras el fallecimiento de su madre en 1905, Jarvis realizó un pequeño tributo a su madre el 12 de mayo de 1907 en la Iglesia Metodista Episcopal Andrews ubicada en la ciudad de Grafton, Virginia Occidental en Estados Unidos. Un año más tarde, Jarvis hizo una campaña para que se reconociera esta festividad. Sin embargo, no fue hasta el año 1914 que el entonces presidente de Estados Unidos, Woodrow Wilson, firmó un proyecto de ley para reconocer el Día de la Madre de Jarvis como fiesta nacional.

Día de la madre en la actualidad

Aunque en muchos países de América Latina el Día de la Madre se celebra en mayo, la ONU proclamó el 1 de junio como el Día Mundial de las Madres y los Padres. Algunos países como Albania, Rumania y Montenegro festejan el Día de la Madre en el Día Internacional de la Mujer; mientras que otros países como Costa Rica o Paraguay eligieron fechas según sus propias tradiciones.

Fuente. CNN: „¿Cuándo es el Día de la Madre en tu país?“, in: <https://cnnespanol.cnn.com/2021/05/02/cuando-dia-de-la-madre-pais/> (02/05/2021; letzter Zugriff 24/01/2022)

Enfoque 2

3 Enfoque 2, Ejercicio 7

El frío, el idioma y la cultura europea son algunos de los factores que más impactan al latinoamericano cuando cambia su país de residencia, sin embargo, nuestros entrevistados confirman que vale la pena afrontarlos.

Laura Cortés Moreno, colombiana, estudiante de violonchelo, tiene dos años y medio viviendo en Austria, se mudó con la finalidad de encontrar mejores oportunidades de estudio. Dice que ha encontrado gente local muy amable, muy poca con la que no, “me ha tocado vivir las dos caras, en mi opinión la gente de aquí siempre ha sido muy positiva”. “A pesar del idioma – la verdad – yo estoy muy feliz aquí. Culturalmente hablando Austria tiene mucho que ofrecer”, dijo Cortés Moreno.

Por último, comentó que ha conocido varias partes de Austria y enfatiza en que son lugares hermosos para conocer y explorar.

Ximena Rodríguez Bernal, mexicana, joven cantante, profesional de ópera, vive en Austria desde hace 11 años, al principio vino sólo a estudiar. “Es una de las mejores ciudades para ejercer mi carrera. Austria te permite vivir una vida digna. A veces puede ser difícil entender la mentalidad que tienen los austriacos en cuanto a la privacidad y silencio. Esto es muy diferente en América Latina. La gente en el continente tropical es muy abierta, alegre, ruidosa y confianzuda.”

Para Rodríguez Bernal, al igual que para casi todos los entrevistados, el idioma es complicado. “Es difícil de aprender, pero una vez que lo llegas a conocer, resulta un idioma hecho para la poesía con un lado muy interesante, existen palabras que por sí solas, expresan todo un sentimiento o concepto existencial, como: *“Weltschmerz”*.”

“Hay muchas cualidades que los latinos podemos aportar a Austria”, dijo Rodríguez Bernal quien siente un gran agradecimiento por este país. Ella como muchos otros anhelan una oportunidad para desarrollarse “y ser unos ciudadanos ejemplares”. Ella reitera que es importante que nosotros como extranjeros nos adaptemos al país que nos ha abierto las puertas para realizarnos como personas y profesionales. Rodríguez Bernal comenta que le gusta mucho vivir en Viena, pero nos dice lo difícil que fue entender la esencia del ciudadano austriaco y poder adaptarse. La vida puede ser muy solitaria para un Latino, sin embargo, no la cambiaría por nada”.

Erik Zott, chileno-austriaco, ex funcionario de las Naciones Unidas, amante de las artes. Erik Zott vive en Austria desde 1976, para él Austria es un país que ofrece múltiples atractivos como la cultura y su geografía. “A Austria solo le falta el mar para completar un perfil idóneo”, nos menciona que la música clásica tiene aquí históricamente una de las cunas más importantes y destacadas a nivel mundial. Zott quien actualmente se dedica al negocio culinario nos menciona que, si a comida se refiere, Austria es diversa y recoge influencias desde los sabores turcos hasta los de Europa central, ofreciendo variedad en la comida internacional. Para Zott Viena ya es su casa, “de allí, mi gran motivación por apoyar la modesta influencia de alegría que nuestra cultura le puede aportar a los residentes”.

Para él es importante contagiar a los lugareños con un poco de felicidad. Al igual que Rodríguez Bernal, Zott piensa que el idioma es de una grandeza maravillosa, que, a pesar de carecer de un canto como el italiano, sus palabras encierran “una riqueza de expresión que hace vibrar al mundo”. La mayoría concuerda que el idioma alemán es complicado tomando en cuenta la dificultad de cada región y sus dialectos. Sin embargo, afirmaron que es un lenguaje muy interesante que resalta por la belleza de su expresión, por su exactitud y por su estilo poético.

Fuente: Laura Espinoza García: „“La vida como extranjero puede ser muy solitaria“ ...sin embargo, no la cambiaría por nada!”, in: <https://www.culturalatina.at/es/cronica/item/1111-la-vida-como-extranjero-puede-ser-muy-solitaria-sin-embargo-no-la-cambiaría-por-nada> (04/01/2018; letzter Zugriff 24/01/2022)

4 Enfoque 2, Repaso 1

Para Laura Martínez, la gran ciudad de Nueva York dejó de tener sentido con la llegada de la pandemia. La luminosa vida de la Gran Manzana se apagó. Teatros y bares bajaron las persianas, mientras los números de muertos y contagios no paraban de crecer. La angustia era asfixiante. “Mi vida era estar encerrada en el departamento en Manhattan. Salíamos con pánico al supermercado, vivimos en un edificio y solo estábamos pensando en que nos íbamos a contagiar”, cuenta. Laura y Pierre estuvieron presos por el estado de alarma durante dos meses. “Algún colega de mi novio murió y tuvimos nuestro primer funeral por Zoom. Abril y mayo fueron meses terribles”. Así que la periodista mexicana y el profesor universitario francés hicieron las maletas y partieron hacia el norte del Estado de Nueva York.

La primera parada fue en Groton, a las afueras de Ithaca, en la región de los Lagos Finger, cerca de la frontera con Canadá. El verde del campo les devolvió la vida y volvieron a respirar. “Tuvimos paz mental”, recuerda Laura. Allí alquilaron una casa y volvieron a disfrutar de los pequeños placeres: comer y beber. La mexicana comenzó a subir fotos a su cuenta de Instagram con valles verdes, lagos y pequeños detalles, como un cesto de fresas comprado a una comunidad amish. “Hay más espacio y la gente es súper disciplinada, no sé si era un asunto de esa zona, pero seguían las recomendaciones mejor que en la ciudad”, recuerda.

Ambos continuaron trabajando desde casa, pero se olvidaron de las prisas. Recuperaron la salud y el buen sueño. Después de un mes se mudaron a otra casa en Corning, en el Estado de Nueva York, y pasado el segundo mes decidieron explorar Vermont y se hospedaron unos días en una villa en Londonderry, con modestas vistas a un pequeño lago. No necesitaban más. En toda la travesía, han vuelto un par de veces a la ciudad de Nueva York para hacer algunos recados, pero cada vez están más convencidos de que la vida plena está fuera de Manhattan. “En el futuro, no me veo en la ciudad”, reconoce la mexicana, que ha vivido casi 20 años en Nueva York.

Fuente: Ana Alfageme/Sonia Corona: „Laura Martínez | Londonderry (New Hampshire): De Manhattan a Ítaca“, in: <https://elpais.com/revista-de-verano/2020-08-05/la-ciudad-ya-no-es-para-mi.html> (06/08/2020; letzter Zugriff 24/01/2022)

Enfoque 3

5 Enfoque 3, Ejercicio 6

¿Por qué decidiste estudiar derecho?

Mi primera idea era estudiar periodismo, pero no me llegaba la nota para la universidad que me gustaba y no le acababa de ver suficiente salida. Por lo tanto, me decanté por estudiar derecho o ADE en función de que nota sacara en selectividad. Finalmente, después de selectividad, decidí estudiar derecho.

¿En qué curso estás?

Ahora mismo voy a empezar tercero, ya he hecho la mitad de la carrera.

¿Te gusta lo que estás estudiando?

Sí, la verdad es que sí, la cogí sin saber muy bien que me iba a encontrar, y la verdad es que me estoy llevando una buena sorpresa. Me han gustado mucho los dos años que llevo.

¿Qué es lo que más te gusta de tus estudios?

Lo que más me gusta de derecho es la incidencia que tiene en la sociedad actual, en cualquier aspecto, ya sea desde los temas más personales como, por ejemplo, comprarte una casa o comprarte un coche. Y también la incidencia que tiene en el panorama internacional.

¿Qué es lo que has aprendido hasta ahora?

Pues he tocado todo tipo de ramas de derecho, he tocado derecho civil, público, internacional, administrativo, penal, he hecho un poco de cada. Sobre todo, he entrado más en profundidad en derecho internacional, derecho en la unión europea, penal y administrativo. El curso que viene, por ejemplo, se hace especial incidencia en el derecho mercantil.

¿Crees que has o estás desarrollando habilidades para el mundo laboral?

Considero que no es especialmente lo que más estoy desarrollando, pero sí que estoy desarrollando algunas habilidades que me van a ser útiles, gracias a las clases de seminarios o clases prácticas.

¿Has trabajado ya en algo relacionado con lo que estudias?

No, aún no.

¿Tienes pensado hacer prácticas?

Me gustaría hacerlas, aún no sé cuándo las voy a hacer, porque se pueden hacer a partir de tercero y luego también se pueden hacer en cuarto o en el verano entre tercero y cuarto. Pero sí que me gustaría hacerlas, porque es una manera de poner en práctica todo lo que estoy aprendiendo.

¿Qué te gustaría hacer durante tus prácticas?

Teniendo en cuenta que lo que más me ha gustado ha sido el derecho penal o el constitucional, cualquier tema que esté relacionado cualquiera de esas dos ramas, me gustaría. No obstante, también me han llamado otras ramas como el derecho internacional o el derecho civil. También me gustaría poner en práctica todo lo que he aprendido, sobre todo en el aspecto más procesal: ir a un juicio y tratar con otros abogados, con fiscalía, con jueces... sería una cosa que me llama bastante la atención.

¿Crees que es fácil encontrar trabajo relacionado con tus estudios?

No creo que sea fácil, pero tampoco creo que sea difícil porque derecho es una carrera que te abre muchas posibilidades y te permite trabajar en distintas áreas que pueden ser completamente distintas. Además, siempre tienes la vía de poder prepararte unas oposiciones con las que vas a tener un trabajo fijo.

¿Hay diferencia entre cómo te esperabas la carrera y cómo está siendo?

Cuando empecé no sabía muy bien cómo sería y las pocas expectativas que tenía, más o menos se están cumpliendo e incluso superando. Sobre todo, en el aspecto de la cantidad de estudio y la cantidad de trabajo que hay que hacer.

¿Qué consejo le darías a alguien que quiere estudiar derecho?

Que no le dé pereza estudiar, y también que tenga claro que es una carrera para la que vale. No es una carrera que cualquier persona pueda estudiar. Si no te gusta lo que estás estudiando, se te va a hacer muy duro.

Fuente: Nuria Macías: „14 preguntas a un estudiante de derecho“, in: <https://dada.career/14-preguntas-a-un-estudiante-de-derecho/> (04/09/2018; letzter Zugriff 24/01/2022

6 Enfoque 3, Repaso 3

¿Por qué decidiste estudiar un grado superior?

En realidad, esta no era mi primera opción, yo quería hacer una carrera y no me llegó la nota. Entonces pensé que grado superior era la mejor opción para que después me llegase y pudiera entrar. A parte, este grado superior en concreto, me gusta, porque me gustan mucho los niños.

¿Te gusta lo que estás estudiando?

Sí.

¿Por qué?

Porque siempre me han gustado los niños y este grado me ha dado la oportunidad de acercarme un poco más a ellos y ver como son.

¿Qué es lo que más te ha gustado?

Lo que más me ha gustado han sido las prácticas.

¿Crees que has desarrollado habilidades para el mundo laboral?

La creatividad y la imaginación, he notado que las he podido desarrollar porque era una cosa que a mí me costaba bastante y las he trabajado mucho en este ciclo. Y bueno, las prácticas son lo que más me ha ayudado a acercarme a esta vida laboral.

¿Has trabajado ya en algo relacionado con tus estudios?

Sí, donde hice las prácticas. Al finalizarlas me preguntaron si quería quedarme, así que he estado trabajando en una escuela infantil.

¿Qué crees que has aprendido en tus prácticas?

En prácticas es donde más he aprendido. Por ejemplo, a llevar una clase, a enseñarles a desarrollar nuevas habilidades y, sobre todo, he crecido como persona y profesional.

¿Crees que es fácil encontrar trabajo relacionado con tus estudios?

No, porque creo que mucha gente se decanta por estos estudios y entonces, hay una gran competencia. A la vez, la tasa de natalidad es más baja y, por lo tanto, cuesta más encontrar trabajo.

¿Hay diferencia entre cómo te esperabas el ciclo y cómo está siendo?

Me esperaba que iba a ser muy dinámico, pero también he podido ver que hay mucha parte teórica.

¿Qué consejo le darías a alguien que quiere estudiar un ciclo superior de educación infantil?

Que lo aprovechen al máximo, porque es un ciclo que se puede disfrutar mucho. Eso sí, que busquen un buen centro de prácticas, ya que las prácticas son el 90%.

¿Qué te gustaría hacer el año que viene?

Este año empezaré criminología que es lo que quería hacer desde un principio, y gracias al ciclo, siempre que quiera trabajar con niños podré hacerlo.

Fuente: Nuria Macías: „Entrevista a una estudiante de educación infantil“, in: <https://dada.career/entrevista-a-una-estudiante-de-educacion-infantil/> (28/08/2018; letzter Zugriff 24/01/2022)

Enfoque 4**7 Enfoque 4, Ejercicio 4**

Los españoles derrochamos hasta el 10% de la energía que se consume en el hogar. En cifras significa pagar hasta 600 € de más en tu factura anual de electricidad. Esta factura es la que más se ha encarecido los últimos años y hablemos claro, ni siquiera comprendemos bien los datos que desglosa la factura. Los impuestos fijos hacen que el importe a pagar sea alto, consumas electricidad o no. ¡Vamos a ver lo que puedes hacer en casa para ahorrar un buen dinero al año! Dale un uso lógico a la energía de tu casa.

- Compra electrodomésticos con una buena eficiencia energética, con etiqueta A.
- Aprovecha la luz natural y apaga las luces de las habitaciones en las que no estés.
- Utiliza bombillas de bajo consumo.
- Desconecta totalmente los aparatos que no estés utilizando, no los dejes en stand-by.
- Evita abrir y cerrar con frecuencia el frigorífico y el congelador.
- Evita malgastar agua e instala controladores de presión y alcachofas de ducha eficientes.
- No utilices la secadora si tienes la posibilidad de secar la ropa al sol o al aire libre.
- Algo tan simple como la decoración de tu vivienda con colores claros hará que tengas que utilizar menos luz.
- Las ventanas y cristales con un buen aislamiento térmico son clave para no perder el calor y el frío. Revisa las ventanas de tu casa, es una inversión que merece la pena.

Coge todos estos consejos y lléalos a la práctica. Son fáciles de realizar y con constancia empezarás a ahorrar en tus facturas de luz, gas, agua, etc. para llegar a fin de mes sin agobios.

Fuente: Amalia Guerrero: „Cómo ahorrar energía en casa: lo que nadie te cuenta.“, in: <http://www.finanzascasa.com/como-ahorrar-energia-en-casa-lo-que-nadie-te-cuenta/> (14/08/2020; letzter Zugriff 24/01/2022)

8 Enfoque 4, Repaso 2

Ahorrar energía está al alcance de cualquiera, basta con tener actitud y marcarse unos hábitos que nos permitan ser más eficientes energéticamente. Esta forma de actuar solo puede reportarnos buenas noticias, como ahorrar dinero en la factura de luz o ayudar a que el medioambiente sufra menos. ¿Tú también quieres ser eficiente?

El tipo de bombillas que utilicemos en casa puede marcar grandes diferencias en nuestro consumo energético. En la actualidad lo más recomendable es usar bombillas de bajo consumo o LED, puesto que consumen 10 veces menos que las lámparas halógenas.

Pasar de las halógenas a los tipos que os hemos comentado puede suponer un ahorro del 90% en la factura de la luz, cifra que asegura una rápida recuperación de la inversión. Como valor añadido, las bombillas LED producen una pérdida mínima por calor, lo que reduce las emisiones de CO₂, algo que agradecerá nuestro planeta.

Lo ideal es mantener la calefacción entre los 18 y 22 grados, además de cerrar puertas y ventanas para evitar fugas de calor y gastar energía en vano. Tampoco hemos de olvidar que al dejar la calefacción o el aire acondicionado encendidos durante horas estamos gastando una gran cantidad de dinero, por lo que lo mejor es organizarnos bien y usarlo solo cuando lo vayamos a necesitar de verdad.

Muchos ciudadanos no terminan de ser del todo conscientes de la importancia de tener un buen aislamiento en sus hogares. Aunque muchos no lo sepan, puede suponer una diferencia significativa en los resultados ofrecidos por la calefacción o el aire acondicionado.

Lo recomendable es sellar huecos alrededor de puertas y ventanas para impedir la formación de corrientes y reducir la infiltración de aire, polvo, humedad e insectos. De este modo, evitarás que la energía se "escape" por donde no debe.

Si vas a estar fuera de casa durante períodos largos de tiempo no te olvides de desconectar de la toma de corriente los dispositivos que tengas enchufados. Dicha acción también contribuirá a evitar el desgaste de los equipos.

Fuente: Alex Branco: „10 consejos para ahorrar energía en casa y reducir la factura de la luz“, in: https://www.elespanol.com/omicrono/20190822/consejos-ahorrar-energia-casa-reducir-factura-luz/416708623_0.html (22/08/2019; ; letzter Zugriff 24/01/2022)

Enfoque 5

9 Enfoque 5, Ejercicio 8

Que el ejercicio físico es bueno para la salud es algo que nadie discute. De ahí la importancia de animar a los niños a practicarlo, desde pequeños. Hoy en día, cuando nuestros hijos dedican tantas

horas a ver la tele, a jugar con videoconsolas, a navegar por Internet... – aficionarlos a los deportes es la mejor vacuna contra el sedentarismo.

¿Qué beneficios aporta?

Una actividad deportiva continuada fomenta un desarrollo equilibrado: una mayor resistencia física, una mejor coordinación y un buen equilibrio. El deporte fomenta la sociabilidad, mejora la autoestima y estimula el afán de superación. Y se sabe que los niños que hacen deporte disfrutan de un mayor rendimiento intelectual y una mejor capacidad de concentración.

¿Cómo practicarlo?

Ha de plantearse siempre como una actividad lúdica, libre de presiones y competitividad. Para que se aficionen de verdad, han de pasarlo bien. No ha de entrañar peligros ni provocar el agotamiento. El esfuerzo debe ir en relación con las capacidades del niño.

¿Cuál es el adecuado?

Todos los deportes aeróbicos, o sea, aquellos en los que no hay que perder el aliento o contener la respiración, y los que fomentan un desarrollo global, tanto en coordinación y capacidad respiratoria como en equilibrio. Y mejor si se practican al aire libre. Natación, atletismo, gimnasia, ciclismo y fútbol son ejemplos de deportes óptimos.

¿Hay contraindicaciones?

Solo estarían desaconsejados los deportes peligrosos, como la escalada, y las modalidades que requieran desarrollar una fuerza excesiva – ejercicios con pesas, squash...

¿Es mejor jugar en equipo?

Sí, porque aprenden a trabajar con otros, crean lazos de compañerismo y comparten éxitos y responsabilidades. Los deportes que se practican en solitario ayudan a desarrollar la tenacidad y el afán de superación, lo cual también es recomendable a estas edades.

¿Debemos permitir los deportes arriesgados?

En la habilidad del niño y sus capacidades de ser responsable tenemos la clave de qué actividades puede realizar y cuáles no. En cualquier caso, los padres han de supervisar las condiciones en las que su hijo practica un deporte. Por ejemplo, aunque el esquí o la hípica pueden entrañar riesgos, se consideran seguros si se toman precauciones: monitores expertos, equipo adecuado, instalaciones en un buen estado, etc. Si tenemos dudas, quizá podamos convencerles de que esperen hasta que tengan 11 o 12 años.

¿Cuánto tiempo dedicarle?

No es preciso poner límites. El propio organismo regula la cantidad de ejercicio que necesita. Desde un mínimo de tres o cuatro horas semanales (por la tarde o los fines de semana), dejemos que el niño decida cuándo está cansado.

¿Qué pasa si no quiere hacer deporte?

Podemos animarle, sin presiones. El ejemplo familiar es fundamental. Será difícil convencerle de lo divertido que es el ejercicio si nosotros no lo practicamos. A veces los padres pretenden que su hijo haga lo que ellos no pudieron. Es un error. Hay que dejarle elegir, y no hacer del deporte una obligación penosa.

¿Y si se transforma en una obsesión?

No pasa nada, salvo que detectemos signos alarmantes: si no dedica tiempo a cosas necesarias, como comer, hacer los deberes o descansar, y el tema crea conflictos con sus amigos o la familia, ahí debemos actuar y ofrecerle alternativas que desvíen su atención hacia otros entretenimientos.

¿Cómo prevenir lesiones?

El calzado es importantísimo. Los niños deben usar las zapatillas adecuadas al deporte en cuestión. También deben hacer estiramientos musculares y calentamiento previos.

¿Le dejamos abandonar?

Es normal que quiera apuntarse a distintas actividades, y después las vaya dejando decepcionado. Debe encontrar el deporte que se adapte a sus gustos y características físicas y psicológicas. Y es él quien debe escoger, no nosotros. Tengamos paciencia.

¿Qué hacer con los torpes?

A los que el deporte se les da mal o temen que sus compañeros se rían por su torpeza o aspecto hay que enseñarles a aceptarse y fomentar en ellos el afán de superación, sin forzar ni criticar.

Fuente: Marta Peirano: „12 preguntas sobre el deporte y los niños“, in: <https://www.serpadres.es/mas-6-anos/articulo/12-preguntas-sobre-el-deporte-y-los-ninos-731462291006> (30/01/2020; letzter Zugriff 24/01/2022)

10 Enfoque 5, Repaso 1

Las competencias son las capacidades, conocimientos, habilidades y valores que tiene cada persona en su vida tanto profesional como personal. En una entrevista laboral, muchas veces los reclutadores se centran en ellas y suelen preguntar: ¿cuáles son tus puntos fuertes?, ¿qué cualidades destacarías de ti mismo? o ¿qué valor crees que puedes aportar a la compañía? A continuación, las diferentes competencias que aportan cada interés o pasatiempo favorito.

La cocina ha dejado de ser una rutina para convertirse en un arte. Cada vez más personas se interesan por innovar y hacer nuevas recetas, y comparten en común muchas cualidades: creatividad, emprendimiento, sentido de la responsabilidad, pasión, perfeccionismo, templanza y vocación de servicio; tendrán tendencia a estar siempre dispuestos para otros.

Leer es un pasatiempo cada vez más exclusivo, que se ha ido sustituyendo por otros hábitos como el cine, las series o el celular. Las siguientes competencias son comunes en los que todavía eligen la literatura como pasatiempo: capacidad de análisis, curiosidad, empatía, espíritu reflexivo y habilidades de comunicación.

Realizar deporte, ya sea individual, en equipo o de aventura, tiene en común las siguientes competencias: superación, capacidad de trabajar bajo presión, constancia, disciplina, esfuerzo, orientación a resultados, pensamiento estratégico y resiliencia, es decir, tendrá mayor capacidad de afrontar las situaciones de conflicto y estrés.

Los que escuchan música en cada actividad que realizan se pueden identificar con la imaginación, sensibilidad y asertividad. Esta habilidad ayudará a expresar una opinión y entender la de los demás sin ser excesivamente agresivo o pasivo. Y si además tocan un instrumento se identifican por ser creativos, tener concentración, disciplina, pasión y perseverancia.

Los que son amantes de los animales se identifican con las siguientes: compañerismo, empatía, sentido de la responsabilidad, vocación de servicio y fidelidad al proyecto, ya que le resultará más fácil identificarse con la tarea y defenderla con firmeza para cumplir los objetivos propuestos.

Por último, también hay personas que participan de voluntariados y acciones solidarias para ayudar a la gente que más lo necesita. Tienen habilidades valiosas para el ámbito laboral como el compañerismo, dinamismo, entrega, optimismo, sensibilidad, tolerancia y trabajo en equipo.

¿Ya sabes cuáles son tus competencias y puntos fuertes?

Fuente: Redacción Vía Córdoba: „Lo que te gusta hacer en tu tiempo libre indica también cuáles son tus competencias laborales“, in: <https://viapais.com.ar/cordoba/265478-lo-que-te-gusta-hacer-en-tu-tiempo-libre-indica-tambien-cuales-son-tus-competencias-laborales/> (21/11/2017; letzter Zugriff 24/01/2022)

Enfoque 6

11 Enfoque 6, Ejercicio 6

¿Cómo era tu situación laboral antes de la pandemia?

Nací en Torres, es barrio, periferia. Empecé a trabajar desde que estaba en la primaria porque mi mamá no tenía para darnos dinero, así que con lo que me pagaban por ayudar en un local de dulces me pagaba lápices, monografías, cartulinas y eso. Desde entonces no dejé de trabajar. Fui ayudante en una tortillería, en una cooperativa escolar, en una tienda de carpetas y así.

Cuando terminé el bachillerato me metí a estudiar un curso de inglés para poder aprobar el examen de la licenciatura enseñanza de inglés y entonces tomé un empleo de tiempo completo en una maquila de cartón. Eran mil cincuenta pesos semanales por nueve horas trabajadas. Pero como mi mamá se enfermó y ya no pudo trabajar, tuve que aplazar mi entrada a la universidad otro medio año porque no hay quien cubra los gastos.

¿Cómo perdiste tu último trabajo?

En cuanto empezó la pandemia dividieron la plantilla de trabajadores a la mitad y nos rolaban en tres turnos según “para no estar hacinados”, pero usaron eso de pretexto para decir que como no trabajaríamos las nueve horas, nos iban a rebajar el sueldo. Entonces era trabajar siete horas por 950

pesos o doblar turnos. Luego empezaron los descansos y ya trabajábamos hasta media semana nada más y constantemente nos amenazaban con despedirnos si mostrábamos inconformidad con las medidas que nos imponían. No teníamos contrato, ni vacaciones, seguro médico, aguinaldo, utilidades ni mucho menos jubilación. A la larga tuve que renunciar porque no me alcanzaba; tan solo de puros pasajes a la semana me llevaba 120 pesos, con lo cual venía ganando 830 pesos. Me tuve que ir de ahí porque gastaba más en llegar, la comida me llevaba a casa. Aparte era desgastante.

¿Cuáles son los límites a los que te enfrentas al conseguir trabajo en medio de la pandemia?

Primero que casi no hay puestos disponibles. Segundo que los lugares que hay son pésimos. No hay trabajo y hay muchos desempleados, eso hace que se abarate la mano de obra; creen que porque estás desesperado debes aceptar la basura que tienen para ofrecerte.

Por lo regular los trabajos que he visto que podrían contratarme son en fábricas por Villas de la Hacienda pero es rolar turnos, no tienes prestaciones de ley y te pagan menos de 1200 pesos semanales. Hay otros trabajos, como los call center que te pagan una miseria, no tienes descansos y la capacitación – te la tienes que costear tú. Prácticamente la capacitación es trabajar un mes completamente gratis.

¿Tu familia cuenta con algún otro ingreso?

Mis tres hermanos y yo somos los que trabajamos, pero estamos regados por empleos informales. Mi hermana mayor trabaja en una tienda de zapatos, pero no tiene prestaciones ni vacaciones. Mi otra hermana atiende un local de dulces, pero le pagan cien pesos al día.

Y mi hermano más joven es tatuador, aunque últimamente la gente ya no quiere hacerse tatuajes. Ninguno de nosotros estudia, más que mi hermana gemela, pero tendrá que repetir el año escolar porque como no tenemos computadora no pudo tomar las clases en línea. Pasarse horas en un café internet es caro y prefiere usar ese dinero en comprar cosas para la casa.

¿Tienes alguna garantía de seguro médico?

No. De hecho, ni siquiera tenía en el trabajo del que me fui. Tramité mi seguro popular en noviembre, pero me dijeron que caducaría en enero. Caducó, lo volví a tramitar, pero no pueden operar a mi madre (tiene piedras en la vesícula) porque dicen que no hay camas en la clínica que le toca.

Ante esta situación, ¿has recibido alguna ayuda o compensación del gobierno?

Uy, ya parece. Lo único que mi familia y yo hemos recibido del gobierno son disculpas. Ah, y el conocimiento de que el pico más alto de la pandemia será siempre la próxima semana.

Fuente: Elin Guerrero: „PRECARIZACIÓN LABORAL. [Entrevista] Joven y desempleado: la otra cara de la pandemia“, in: <https://www.laizquierdadiario.mx/Entrevista-Joven-y-desempleado-la-otra-cara-de-la-pandemia> (04/07/2020; letzter Zugriff 24/01/2022)

12 Enfoque 6, Repaso 2

Si quieres tener una idea de lo difícil que está el mercado laboral en este momento, pregúntale a la británica Hannah Webb que la despidieron durante la pandemia y tuvo 280 intentos para conseguir un nuevo trabajo. El trabajo anterior de Hannah Webb era en el área de asesoramiento profesional, algo que puede resultar un poco irónico para ella. "Después de haber estado trabajando en asesoramiento profesional, estaba cuestionando mi capacidad para ayudar a las personas a trabajar cuando yo estaba batallando por encontrar trabajo", reflexiona. Naturalmente ella empezó a postularse para roles dentro de esa área. "Pero me di cuenta de que el mercado era muy difícil y estaba recibiendo rechazo tras rechazo", describe. Fue entonces cuando decidió ampliar la búsqueda, postulando a todo, a cualquier cosa. "Desde ventas minoristas y puestos en tiendas, hasta entregas de productos, lo que sea y yo me presentaba", dice.

La "devastación" de Webb por los constantes rechazos empeoraba con los meses y su angustia aumentaba ya que tenía dos hijos pequeños que mantener. "No puedo contar la cantidad de veces que lloré hasta quedarme dormida preocupándome por cómo haría la compra de alimentos la próxima semana", recuerda. Pero esa desesperación por "proveer" la hizo confiar en que encontraría trabajo en algún momento. "No hubo nada a lo que hubiera dicho que no en ese momento, en el fondo estaba haciendo todo lo que podía por ellos", asegura. "Lo único que podía hacer era asegurarme a mí misma de que encontraría trabajo y ser constante con las postulaciones", añade.

Quizás te preguntes qué cambió para que Hannah Webb finalmente consiguiera un trabajo tras 280 solicitudes. Después de pedir una evaluación posterior – algo que ella misma recomendaba a todos – la joven se dio cuenta de que se estaba subestimando. "Al principio, estaba ansiosa y tensa, tratando de retratarme como una súper profesional. No estaba dejando que mi personalidad brillara", detalla. "Y no me contrataban porque yo no creía lo que estaba diciendo en la entrevista", reconoce. Para mejorar la confianza en sí misma, comenzó a enumerar cinco cosas en las que era buena y por qué las hacía bien. "Fui amable conmigo misma y eso hizo que supiera en lo que soy buena", dice. Ese cambio le funcionó. Finalmente consiguió un trabajo, de nuevo en el asesoramiento profesional. "Lo mejor de las entrevistas de Zoom es que puedes tener tus notas a un lado", asegura. El proceso de búsqueda de trabajo de Hannah Webb fue positivo en su nuevo rol, le dio ideas en las que ahora se basa regularmente. "Me dio una experiencia práctica de cómo decae nuestra salud mental, la duda en uno mismo que se infiltra", describe. ¿Qué consejo le da ahora a las personas que acuden a ella? "Sé lo que se siente ser rechazado. Así que se trata de seguir adelante y saber que puedes hacerlo", recomienda. "Sé amable con tú mismo porque tiene las habilidades y experiencias para los puestos que está solicitando", agrega.

Fuente: Manish Pandey: "Coronavirus y empleo: conseguí un trabajo después de que me rechazaran 280 veces", in: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-54172171> (16/09/2020; letzter Zugriff 24/01/2022)

Enfoque 7**13 Enfoque 7, Ejercicio 7**

Sin lugar a duda los latinoamericanos no tienen problemas con la comida austriaca. El latino siempre ha sido de buen comer, pero les gustaría encontrar más diversidad como la que hay en América Latina. No hubo alguien que no recitara la frase "Extraño la comida de mi país" o "¡Faltan frutas!". La riqueza frutal en Latinoamérica es extensa y muy económica, cosa que en Austria no es posible. Esto hace que la comida se vuelva un poco monótona y deban buscar opciones internacionales. Actualmente hay más de 30 establecimientos culinarios latinoamericanos sólo en la ciudad de Viena. Viena es una de las ciudades con mejor calidad de vida en el mundo en cuanto a seguridad se trata. El hecho de poder viajar solo por todo el país y sentirse seguro, no sólo en auto o en tren, sino también en bicicleta a través de las extensas "bici-rutas", posiciona a Austria como uno de los países más destacados, en especial para ciclistas mundiales que quieren recorrer los maravillosos paisajes que parecen salidos de un cuento, sus majestuosas montañas y sus lagos de aguas cristalinas. Nuestros entrevistados concuerdan: la belleza geográfica es un factor clave.

En resumen, vivir en Austria es una experiencia maravillosa no sólo para los Latinoamericanos sino para el resto del mundo. Es un país que merece ser tratado con respeto, merece ser cuidado y sobre todo merece preservar sus tradiciones culturales. Por su parte los latinos se adaptan sin olvidar su propia cultura, sus valores y sus creencias, aprenden una nueva y conviven con ambas, de esta manera trasciende una interacción que desemboca en un enriquecimiento individual cultural.

Fuente: Laura Espinoza García: „La vida como extranjero puede ser muy solitaria“ ...sin embargo, no la cambiaría por nada!”, in: <https://www.culturalatina.at/es/cronica/item/1111-la-vida-como-extranjero-puede-ser-muy-solitaria-sin-embargo-no-la-cambiaría-por-nada> (04/01/2018; letzter Zugriff 24/01/2022)

14 Enfoque 7, Repaso 2

Tomás Mateos García nació en Madrid a mediados de noviembre de 1936. Con una infancia difícil debido a la guerra civil, pasó sus tres primeros años de vida en San Lorenzo de El Escorial. Después se trasladó a Cebreros y vive aquí desde entonces. Trabajador y carismático, Tomás es un amante de la música folclórica y los bailes tradicionales de su pueblo, como la jota. En esta entrevista, nos cuenta cómo era la vida de un humilde pueblo de antaño y nos acerca un poco más a ésta.

¿Cómo fue tu infancia?

Nací el 14 de noviembre de 1936. Quiero decir con esto que fue en plena Guerra Civil de España. Mis tres primeros años de vida fueron duros, los pasé junto con mi familia en San Lorenzo de El Escorial. Luego toda mi vida la he pasado aquí en Cebreros. Pero nací en Madrid, puesto que mi madre viajó desde El Escorial a Madrid para que yo naciera.

En mi niñez, a los seis años, empecé a ir a la escuela; la cartera que llevaba era de una sencilla tela que bien mi madre o mi abuela me confeccionaban ellas porque ni había carteras, ni dinero para comprar una. No teníamos ni bicicleta, ni moto, ni juguetes, a no ser aquellos carritos de madera que me hacía mi tío Román, él mismo.

¿Qué fiestas se celebraban cuando eras joven? ¿Qué trajes se usaban en esas fiestas? ¿Qué instrumentos se tocaban?

Las primeras fiestas de Cebreros eran los Carnavales, puesto que los Reyes Magos entonces casi no existían. Después del Carnaval, teníamos el Domingo de Resurrección, la Empanada; fiesta en la que subía la banda de música al Mancho y teníamos tres días de limonada.

La Semana Santa, que se consideró fiesta típica del pueblo por ser fiesta religiosa. Teníamos la Romería, esta era más bien una fiesta familiar como lo es ahora; o sea que los niños que íbamos a Valsordo no era para visitar a la Virgen, sino para jugar en el recinto de la Ermita.

Las bodas que se celebraban antes de Carnaval, digamos de noviembre al mes de febrero, las gentes en las bodas, ya cuando íbamos al baile de esta, se vestía y hacía carnavales, con los trajes con los que se casaron nuestros abuelos y nuestros padres.

Las Fiestas de Agosto siempre han sido populares, por sus encierros, los toros, la procesión, la célebre leche helada como refresco popular.

Cebreros tenía del 14 al 16 de noviembre la Feria, fiesta en la que venía gente de toda la comarca a vender o comprar cerdos, vacas, cabras, burros, etc. Y como fin de Fiestas eran las Navidades, que eran tan famosas como los son hoy. También se podía considerar Fiesta el día o días en que se hacía la matanza del cerdo o cerdos casera.

Fuente: Beatriz Perez Arellano: „Entrevista sobre música y costumbres tradicionales“, in: <https://cebrerosliterario.wordpress.com/2014/03/06/entrevista-sobre-musica-y-costumbres-tradicionales/#respond> (06/03/2014; letzter Zugriff 24/01/2022)

Enfoque 8

15 Enfoque 8, Ejercicio 11

Señor Vázquez, hoy en día el uso de móviles sigue creciendo. Especialmente los jóvenes usan sus móviles excesivamente. ¿Cómo es la situación actual?

Pues, la dependencia de los jóvenes españoles al móvil ha crecido en los últimos años. Los móviles se han convertido en compañeros indispensables para muchos y los consideran más valiosos que otros aspectos de su vida.

¿Y cómo se nota esta dependencia?

Un estudio muestra que el 98 por ciento de los jóvenes de toda Europa duerme con los móviles en la misma habitación y el 80 por ciento no puede dejar pasar más de veinte minutos después de levantarse para revisar las notificaciones de su móvil.

Se puede decir que los jóvenes sufren de una adicción, ¿no?

No se habla de una adicción, es más un sobreuso.

¿Y qué diferencia hay?

La mayoría de los jóvenes utiliza las redes sociales como *WhatsApp*, *Telegram* o mira *Instagram*. Claro que sí, pasan mucho tiempo en los móviles, pero no sufren de síndromes de abstinencia si no tienen acceso. Las conductas adictivas que se ven mayoritariamente en los hospitales son a juegos.

Pero ¿cómo se puede superar el sobreuso respecto a la adicción al móvil? ¿Tiene algunas sugerencias?

Es una pregunta difícil de contestar. Hay varios métodos, pero cada uno, cada una tiene que encontrar su camino. Normalmente recomiendo a los jóvenes que pongan sus móviles en modo avión por lo menos cuatro horas al día. Además, deberían borrar las aplicaciones que no les aportan algo. Y mi consejo favorito: ¡Llama en lugar de enviar mensajes!, porque con los mensajes se tiran horas sin decir nada en absoluto. Además, una conversación telefónica es más agradable y humana.

Estas sugerencias me encantan. En casa hablaré con mis hijos sobre sus ideas.

Jejeje, pero no estoy seguro si les va a gustar.

16 Enfoque 8, Repaso 2

Mi mejor amiga me acosó por internet

Tasha y yo vivíamos en la misma calle y fue mi mejor amiga durante algún tiempo. Pero, en un momento dado, nos pusieron en grupos separados y ya no pude verla tanto como antes, así que hice nuevos amigos. Unas semanas más tarde recibí una invitación para ir a una fiesta de Halloween. Ella no recibió ninguna. Tasha se sintió disgustada y me dijo que no fuera. Pero a mí eso no me pareció justo, y decidí ir de todas formas. Después de eso, las cosas se pusieron muy feas en el colegio.

Mis compañeros comenzaron a evitarme y a reírse a mis espaldas. Entonces vi mi nombre escrito en una página web en las paredes del baño de chicas de la escuela. Cuando eché un vistazo al sitio web, tuve una enorme sensación de malestar. Estaba lleno de mensajes que yo le había escrito en secreto a Tasha. Pero también había algunos mensajes falsos escritos por ella misma. Me hizo quedar muy mal. Durante semanas y semanas continuó añadiendo más material, y cada vez lograba más repercusión (y más "me gusta" en las redes sociales). Un día en clase de informática me encontré a todos mis compañeros riéndose de una foto de mí, en la que aparecía dormida en el autobús con la boca abierta. Y ya no pude soportarlo más. Salí corriendo de la escuela y me fui a casa, llorando.

Mi madre llamó al director de la escuela y él le obligó a Tasha cerrar la página web. Los padres de Tasha le hicieron ir a mi casa y pedirme disculpas. Sería bonito poder decir que la perdoné. Pero mucha gente vio esa página web y todavía puedes encontrar esas fotos si las buscas en Internet. Por culpa de Tasha, me preocupo sobre esas cosas constantemente.

Fuente: Redacción BBC Mundo: „10 consejos para luchar contra el ciberacoso“, in: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-38000157> (17/11/2016; letzter Zugriff 24/01/2022)

Enfoque 9

17 Enfoque 9, Ejercicio 7

Andrés Hernández tiene 25 años y vive en Bogotá, la capital de Colombia. Él trabaja como analista de Calidades y profesor de baristas. Él tiene junto con su hermano una empresa dedicada a la comercialización del café, buscando oportunidades de mejora en precios y la producción de calidad. Cree que el *Relationship Coffee* es bueno y dice «Quiero acercar al productor y al consumidor».

¿Qué te conecta con el café? ¿Por qué trabajas con él?

Soy parte de la cuarta generación de una familia caficultora del Municipio de Garzón, Huila. De aprender y compartir con mi familia se generó una pasión particular que me llevó a involucrarme más en todo el mundo de la producción del café. Trabajo con café porque me apasiona poder aportar a toda una comunidad cafetera desde los campos de finca y consumo de café, poder crear relaciones de trabajo colaborativo entre muchas personas para mejorar la sostenibilidad de la producción y comercialización del café.

¿Qué hiciste antes de trabajar con café?

Inicié mi carrera profesional en café.

¿Qué es lo más importante del café para ti? ¿Qué es el buen café para ti?

Lo más importante del café para mí son las personas que trabajan en toda la cadena de valor para producir una buena taza, es muy importante resaltar el trabajo de cada uno de ellos y destacar a través del valor compartido todo el esfuerzo por seguir aportando a una cultura cafetera. Un buen café para mi es un café con historia, con enfoque para aportar a la comunidad cafetera, un café que edifique a las personas y que desarrolle una taza con balance y notas sensoriales placenteras.

¿Cuál es tu forma favorita de tomar tu café? ¿Cómo tomas tu café?

Mis formas favoritas de consumo son el Espresso y el V60, son mis dos métodos preferidos para la preparación.

¿Qué opinas sobre el comercio justo?

Considero que es una de las maneras más justas de relacionarse comercialmente con los productores; aun así, pienso que falta mucho desarrollo.

¿Hay algo más que te gustaría contar?

Me gustaría que las personas enfocarán sus campos de acción en el mundo de café hacia la educación, la educación propia y la educación del consumidor para potencializar la cultura de consumo en el mundo.

Stefanie Schöler: „Entrevista con Andrés Hernández de Bogotá (Colombia)“, in: <https://fairtradeajourney.org/es/2020/03/19/entrevista-von-andres-hernandez-de-bogota-colombia/> (06/11/2020; letzter Zugriff 24/01/2022)

18 Enfoque 9, Repaso 2

Ariane es una cantante y compositora que vive en Aguascalientes, México. Ella tiene la conexión con América Latina a través de su padre argentino. La conocí cuando vino a Berlín en una gira de conferencias por Alemania. Con un café me contó sus proyectos y planes, que me inspiraron tanto que le pedí una entrevista. Puedes encontrar sus respuestas aquí.

¿Qué te conecta con el café? ¿Por qué trabajas con café?

Me conecta un gran respeto y amor por el café. Me considero muy afortunada de haber tenido la oportunidad de conocer el mundo de café. Las personas – y quisiera mencionar a mis compañeros de nuestra iniciativa *Asociación Proyecto Café* – que me han compartido sus conocimientos, me han enseñado a ver el café con otros ojos, y también de ver el arte de servir una taza de café. Tuve la oportunidad de ver el café crecer en Chiapas y en Uganda y me cambió la vida. Me fascinan las historias que cuenta una sola taza de café y justo eso es a lo que me dedico: a compartir las historias de una taza de café; hacer visibles las manos invisibles que contribuyen a una taza de café.

¿Qué hiciste antes de trabajar con café?

Soy cantautora y desde siempre ha sido un gran placer compartir mi música, y más, usar mi voz para mover el enfoque a temas como la equidad de género, la diversidad o la sustentabilidad. Estudié Relaciones Internacionales y Literatura Inglesa en la Universidad de Aberdeen, Escocia, y el Trinity College Dublin, Irlanda. Durante mis estudios trabajaba para varias empresas de emprendimiento social en Relaciones Públicas, Marketing, Comunicación. También publiqué artículos en varias revistas sobre el tema sustentabilidad y diversidad, y escribí un libro como co-autora sobre el tema de liderazgo y empoderamiento de mujeres.

¿Qué es lo más importante del café para ti? ¿Qué es el buen café para ti?

Un buen café para mí es uno que asegura que cada persona que contribuye de alguna manera a este mismo café en la cadena de producción sea tratada de manera justa. Lo más importante para mí es que se tome de manera consciente, que los y las consumidores sepan que con sus decisiones pueden hacer una diferencia, y últimamente, pueden romper el desequilibrio que sigue existiendo entre los y las que producen, y los y las que consumen.

¿Cuál es tu forma favorita de tomar tu café? ¿Como tomas tú el café?

Para mí el café son historias, es amor, es un momento, es reflexión. Mi forma favorita de tomar café es con amigos, o en la terraza de un café en Aguascalientes, mirando hacia el atardecer. Es magia.

¿Qué opinas sobre el comercio justo?

No debería existir – debería ser “normal” que los y las productores de café reciban un precio justo para su esfuerzo. Lamentablemente, estructuras discriminatorias siguen existiendo y creo que el comercio justo – hablando de la Organización *FairTrade* – es importantísimo, también para crear conciencia sobre este tema en países consumidores. Hablando del negocio entre regiones en el planeta en general, con o sin “placa” de FairTrade, espero que dejemos atrás el robar y explotar, y empecemos a comerciar de manera justa para todas y todos involucrados.

¿Hay algo más que te gustaría contar?

Me gustaría compartir nuestra iniciativa *Asociación Proyecto Café Aguascalientes*. Somos un grupo de baristas y cafeterías, fomentamos la cultura de café en Aguascalientes, y en México. Compartimos el mundo del café, apoyando a nuestros productores en México, promoviendo el consumo local.

Stefanie Schöler: „Entrevista con Ariane Vera de Aguascalientes (Mexico)”, in: <https://fairtradeajourney.org/es/2020/04/07/entrevista-con-ariane-vera-de-aguascalientes-mexico/> (07/04/2020; letzter Zugriff 24/01/2022)

Enfoque 10

19 Enfoque 10, Ejercicio 5

La mujer ha evolucionado mucho en los últimos años, ha mejorado su presencia en instituciones y empresas, pero todavía no es suficiente. España está lejos de los objetivos marcados por la Comisión Europea del 30% de las consejeras sean mujeres ¿cómo ve esta evolución?

La evolución la veo positiva, insuficiente, pero positiva. En el caso de España, hay que tener en cuenta que no hace ni 50 años fue cuando se nos permitió el poder abrir una cuenta corriente, tener un negocio, poder votar. 50 años es un tiempo importante, pero no suficiente. Así que estamos en una evolución positiva, insuficiente, y lo que tenemos que hacer es mejorar para que esto vaya más rápido.

¿Se puede llegar a la igualdad real?

Yo creo que sí. Además, ahora tenemos algo a nuestro favor. Con la crisis mucho talento femenino se quedó en la calle y tuvo que emprender para poder tener un sueldo y un trabajo. La emprendedora con el tiempo se consolida y se convierte en empresaria. Desde el 2007 hoy en día nos encontramos que en el sector del emprendimiento hay 49% mujeres y 51% hombres. Vía emprendimiento, la brecha salarial disminuye.

Desde la Asociación de Mujeres Empresarias ¿cómo se ve el papel de la mujer al frente de las empresas?

Lo veo muy positivo. Si el mundo está dividido en 50% mujeres y 50% hombres es muy positivo que las mujeres estén en los puestos en los que se toman decisiones, porque así podemos influir en que todos cambien el paradigma respecto a la mujer.

¿Y el de las instituciones respecto al liderazgo de las mujeres? ¿Cómo ve el papel del gobierno y de las administraciones respecto a la igualdad?

Muy lento e insuficiente. Una cosa son las leyes, cada dos por tres tenemos leyes nuevas para garantizar la igualdad, pero la aplicación de las leyes a día de hoy es insuficiente. Desde la Unión Europea recomiendan que se fomente el emprendimiento como un empoderamiento para la mujer, para mejorar el PIB de los países. Lo mejor para llegar a este 50/50.

Muchos hombres y mujeres se muestran en contra de las cuotas porque aseguran que perjudican más que beneficiar, ¿qué opina de ellas? ¿Y de la discriminación positiva?

Yo creo que el talento no entiende de género. Las cuotas pudieron ser necesarias para un problema que teníamos, pero creo que ya no estaríamos hablando de igualdad si impusiéramos a una mujer por el mero hecho de serlo. Hay que fomentar el talento. Hay que dejar de considerar que la mujer es una víctima, yo no me considero como tal. El victimismo no nos lleva a ningún lado.

En España la brecha salarial entre hombres y mujeres sigue siendo muy grande (superior al 20%) ¿qué medidas hay que tomar para que se vaya cerrando?

Se debe tener en cuenta qué factores han hecho que se llegue a esa situación. Hay que tener en cuenta el tipo de contrato, porque hay más mujeres a tiempo parcial, por lo que la brecha nunca desaparece. Hay que educar a la sociedad sobre la importancia de tu primer contrato. Hay que fomentar que no sea a tiempo parcial, fomenta que puedes tener un desarrollo. Si en tu casa pides una corresponsabilidad, es más fácil tenerlo en tu empresa y en la sociedad.

Hay que tener en cuenta en una pareja que si la mujer se queda embarazada es el hombre el que sigue trabajando y el que recibe las mayores recompensas laborales. Así que ... así que hay que decir que si se queda embarazada una se queda el otro también. O también en el caso de los dependientes, que muchas veces nos olvidamos de ellos. Las mujeres como suelen tener contratos a tiempo parcial son las que se suelen quedar en casa cuidando de ellos.

¿Queda mucho camino para lograr la igualdad? ¿Cree que llegará un día en el que esta entrevista nos parecerá de un pasado muy lejano porque ya habrá igualdad real?

Yo creo que es día llegará porque la nueva generación, de 12, 13 años, es diferente. En una entrevista juvenil la segunda pregunta me hicieron fue que por qué somos tan pesados con el tema de la igualdad. Ellos tienen otro paradigma. Hay muchas cosas que ellos dan por hecho. Es normal que hombres y mujeres sean iguales, que puedas jugar con cualquier juguete, pero para que eso ocurra, todos tenemos que trabajar, hombres y mujeres.

Fuente: Marta Gracia: „Cada dos por tres tenemos leyes nuevas para garantizar la igualdad, pero la aplicación es insuficiente“, in: <https://www.elperiodico.com/es/activos/valores/20190315/entrevista-igualdad-genero-eva-serrano-7341901> (15/03/2019; letzter Zugriff 24/01/2022)

20 Enfoque 10, Repaso 2

Hola a todos. Hoy entrevistamos a 2 mujeres que se prestaron para el rodaje de nuestras campañas y nos dijeron qué significa el día internacional de la mujer para ellas. ¿Qué significa para vosotras el Día Internacional de la Mujer? Empezamos con Carmen.

En el Día Internacional de la Mujer celebramos la diversidad femenina. La imagen "ideal" de la mujer ya no es importante en estos días. Nos aceptamos unas a otras y nos tratamos unas a otras con respeto, ya seamos delgadas o rellenitas, alta o baja, con tatuajes o sin ellos. Hoy en día eso no importa.

Muy bien, Carmen. ¿Y qué significa para ti, Maite?

Desde mi niñez recuerdo celebrar el Día de la Mujer con mi madre, mi hermana y mi abuela. Nos hacemos pequeños regalos, flores y dulces unas a otras. Para mí este es un día para pensar en ellas, en las mujeres de mi familia y amigas.

Carmen, ¿quién ha sido la mujer que más te ha inspirado?

Mi abuela. Ella es mi mujer favorita. Tiene 80 años y nació en Lituania. Ha vivido 2 guerras, 3 sistemas políticos, pero siempre se ha mantenido fiel a sí misma, nunca perdió su alegría de vivir y fue siempre feliz y positiva. Es feliz con poco y nunca juzga. Me hace poner los pies en la tierra y me muestra lo que realmente es importante en la vida. La amo.

¡Qué bien! En mi caso mi madre es una inspiración porque es tan fuerte y lista, es una gran madre y esposa. Creo que todas las mujeres que pueden dar armonía y paz, aquellas que construyen sus propios negocios o familias sólidas, todas las mujeres que se aman a sí mismas y a todo aquél que las rodea. Todas esas mujeres son una inspiración para mí.

Continuamos con otra pregunta: ¿Cuál crees que es el mayor reto de ser mujer en estos tiempos?

Encontrar el balance ideal entre la familia, hijos, trabajo, marido y amigos. Es ahora mucho más complicado que antes porque ahora la mujer hace más cosas.

Yo personalmente creo que hoy todos compartimos el mismo reto. Encontrar la felicidad y crear. Todos estos retos no dependen del hecho de ser mujer u hombre.

Ah, interesante. ¿Cuál creéis que es la mejor parte de ser una mujer hoy?

Hoy la mujer es independiente. Puede tener una familia y aun así tener sueños. ¿Qué piensas tú, Maite?

Creo que cada faceta es buena, pero sobre todo ser mujer, ser amable y dulce y disfrutar esa naturaleza femenina ... también me fascina la ropa, y bolsas y zapatos de mujer... poder usar todas esas cosas hermosas es realmente maravilloso.

Acabamos con una pregunta en cuanto al futuro: ¿Qué consejo le daríais a las mujeres del futuro, Carmen?

Solo sé tú misma, sigue tus sueños y aprende a escuchar tu corazón, sé fuerte y feliz todos los días. Mantenerse un poco anticuada, amable y tolerante con otros, dar amor y belleza a este mundo. Ahora cuando todos pensamos solo en la carrera, es realmente importante ser una mujer en letras mayúsculas.

Fuente: www.zalando-privé.es: „Día De La Mujer – Entrevista Especial“, in: <https://www.zalando-privé.es/magazine/dia-internacional-de-la-mujer/#/> (letzter Zugriff 24/01/2022)