PRATENC ASSOCIACIÓ D'ATLETISME

PLA D'IGUALTAT SOBRE LA PERSPECTIVA DE GÈNERE

Igualtat i perspectiva de gènere en l'àmbit esportiu

El Prat de Llobregat

Des del Pratenc Associació d'Atletisme entenem l'esport com una eina social transformadora que pot ajudar-nos a fomentar societats més igualitàries. Volem difondre una sèrie de recomanacions amb l'objectiu de continuar construint una cultura igualitària en l'àmbit esportiu.

Garantir un entorn de treball i ensenyament esportiu productiu/a, segur/a i respectuós/a per a totes les persones, combatre qualsevol tipus de discriminació i avançar en la igualtat efectiva entre homes/nens y dones/nenes, és una prioritat i un compromís actiu i explícit.

Guia de consulta

Apartat	Pàgina
TÍTOL I. DISPOSICIONS GENERALS.	3
TÍTOL II. MARC LEGAL.	3
TÍTOL III. ESPORT I GÈNERE, CONCEPTES BÀSICS.	4
TÍTOL IV. ÀMBIT D'APLICACIÓ.	6
TÍTOL V. OBJECTIUS.	6
TÍTOL VI. COMUNICACIÓ.	7
TÍTOL VII. COMISSIÓ DE SEGUIMENT.	7
TÍTOL VIII. VIOLÈNCIA DE GÈNERE.	8
TÍTOL IX. ANÀLISI DE LA SITUACIÓ ACTUAL EN LA TEMPORADA 2022-23 (data 22/11/2022)	10
TÍTOL X. PLA ESTRATÈGIC DEL PLA D'IGUALTAT.	21
TÍTOL XI. ACCIONS DE TREBALL MULTIDISCIPLINAR.	22
TÍTOL XII. CALENDARI DE XERRADES.	22
TÍTOL XIII. SISTEMA D'ADHESIÓ.	22

TÍTOL I. DISPOSICIONS GENERALS.

Des del Pratenc Associació d'Atletisme entenem l'esport com una eina social transformadora que pot ajudar-nos a fomentar societats més igualitàries. Volem difondre una sèrie de recomanacions amb l'objectiu de continuar construint una cultura igualitària en l'àmbit esportiu.

Garantir un entorn de treball i ensenyament esportiu productiu/a, segur/a i respectuós/a per a totes les persones, combatre qualsevol tipus de discriminació i avançar en la igualtat efectiva entre homes/nens y dones/nenes, és una prioritat i un compromís actiu i explícit.

Així mateix, la nostra entitat, no tolera cap comportament contrari a la llibertat, la dignitat, i la integritat física i psíquica dels i les atletes socis i sòcies, proveïdors/as, i qualsevol altra persona vinculada d'alguna forma amb l'Entitat.

Es tracta d'un projecte que persegueix corregir els desequilibris detectats, aconseguint una participació equilibrada entre dones/nenes i homes/nens en tota l'estructura i les pràctiques de l'entitat.

La implementació d'un pla per a la igualtat de dones/nenes i homes/nens és un dels objectius fixats pel club, per això l'entitat es compromet a implantar unes polítiques d'igualtat, tant a nivell intern com extern que contemplin, entre altres qüestions, la conciliació de la vida personal, familiar i laboral, i la prevenció de la discriminació i l'assetjament per raó de gènere o orientació sexual.

El pla recull i ratifica els principis i valors, que són contraris a qualsevol forma de discriminació.

En tots ells es disposaran els recursos disponibles humans i materials, per a assegurar que es respectin les disposicions normatives l'objecte de les quals és eliminar totes les formes de discriminació contra la dona. No s'admetrà cap desequilibri entre els avantatges per als homes/nens i per a les dones/nenes.

Motius perquè s'ha de treballar el gènere en l'actualitat?

1. Per promocionar la participació de dones/nenes en l'activitat esportiva (entrenaments i competicions).
2. Perquè representa un valor afegit de l'entitat.
3. Per anar en consonància amb els plans i/o accions de l'Ajuntament del Prat de Llobregat.
4. Per a trencar els estereotips i la segregació d'esports feminitzats i masculinitzants.
5. Per a augmentar la representació femenina en càrrecs directius i tècnics.
6. Per a prevenir, detectar i actuar enfront de les violències sexuals i les violències LGTBI-fòbiques en el món de l'esport.
7. Per a augmentar la presència femenina en mitjans de comunicació i xarxes socials.
8. Per a garantir espais segurs per a les dones/nenes i les persones LGTBI.

TÍTOL II. MARC LEGAL.

Llei Orgànica 3/2007 per la igualtat efectiva de dones/nenes i homes/nens i el Real Decreto 901/2020 que regula els plans d'igualtat.

Per l'altra banda, la Llei 17/2015, del 21 de juliol, d'igualtat efectiva de dones i homes de la Generalitat.

TÍTOL III. ESPORT I GÈNERE, CONCEPTES BÀSICS.

Gènere: conjunt de característiques culturals, socials, polítiques i jurídiques que cada societat assigna a les persones en funció del seu sexe. El gènere no sols fa referència a desigualtats entorn del sexe, sinó també entorn de la identitat de gènere, l'expressió de gènere i l'orientació afectiu-sexual.

Coeducació: Educació integral de nenes i nens al marge del gènere femení o masculí. És una educació en igualtat i per a la igualtat, partint del fet de la seva diferència de sexe, però sense tenir en compte els papers que se'ls exigeix complir des d'una societat sexista.

Corresponsabilitat domèstica: Repartiment equitatiu de les responsabilitats entre dones i homes.

Discriminació de gènere: Situació de marginació sistemàtica cap a les dones, està profundament arrelada en la societat patriarcal. Implica que no s'atorguen iguals drets, responsabilitats i oportunitats a homes i dones.

Estereotip sexual: Construcció cultural que un grup o una societat assigna a homes i dones, establint per a cada sexe diferents papers, actituds, comportaments i característiques.

Igualtat de gènere: Igualtat de drets i oportunitats entre dones i homes suposa l'absència de tota discriminació, directa o indirecta, per raó de sexe.

Igualtat d'oportunitats: La igualtat és un dret que implica que tots els éssers humans han de tenir les mateixes oportunitats per a aconseguir equivalents condicions de vida a nivell personal i social, independentment del seu sexe, ètnia, religió, opinió o qualsevol altra condició.

Llenguatge sexista: Ús del llenguatge que utilitza exclusiva o majoritàriament un dels dos gèneres (habitualment el masculí) per a referir-se a tots dos. Aquesta forma de llenguatge exclou sistemàticament a un dels dos gèneres i fomenta la discriminació.

Prejudici: Idea basada en estereotips socialment adquirits, i que culturalment és acceptada com a veritat. Implica l'elaboració d'una opinió sense abans tenir cap experiència directa o real, per la qual cosa està íntimament relacionada amb la discriminació.

Rols de gènere: Actituds, capacitats, comportaments, funcions socials i limitacions diferenciades per a homes i dones, adquirides socialment per mitjà de la socialització i l'educació en un entorn determinat. Arriben a considerar-se com a naturals malgrat tenir un origen cultural.

A continuació s'exposa una gràfic elaborat per l'Ajuntament de Barcelona amb els estereotips amb els quals s'ha de treballar.





TÍTOL IV. ÀMBIT D'APLICACIÓ.

El treball en equip, la disciplina, la qualitat tècnica i els coneixements tècnics i tàctics són algunes de les habilitats que no depenen del gènere, per la qual cosa tant els nens com les nenes poden desenvolupar-les en practicar el nostre esport, l'atletisme. A més, tampoc existeixen diferències a l'hora d'aprendre el gest tècnic. Per tant, l'atletisme és un esport en el qual es pot millorar i créixer tant nois com noies, ja que el talent i la capacitat de millora és una cosa que no depèn del gènere.

D'aquesta manera, l'atletisme ha ajudat en gran part a visibilitzar que és necessari un canvi de mentalitat en relació a la percepció de la dona en aquest i altres esports.

Aquest protocol s'aplica a totes les situacions derivades de qualsevol activitat que tingui lloc a l'entorn del Pratenc Associació d'Atletisme.

És aplicable a totes les persones treballadores, a tots i totes els/as jugadors/as, entrenadors/as, i també s'aplica a qualsevol persona que, encara que sota la dependència d'un tercer, dugui a terme activitats o presti serveis en el nostre club.

TÍTOL V. OBJECTIUS.

General

Incrementar l'afiliació femenina en la nostra entitat i augmentar la seva participació a tots els nivells i amb totes les funcions i rols.

Específics

1) Informar, formar i sensibilitzar a tot el personal en matèria d'assetjament sexual, assetjament per raó de sexe i assetjament psicològic.

2) Vetllar per un entorn on les dones i els homes respectin mútuament la seva integritat i dignitat.

3) Establir les mesures preventives necessàries amb la finalitat d'evitar que es produeixin situacions d'assetjament.

4) Disposar del procediment d'intervenció i d'acompanyament amb la finalitat d'atendre i resoldre les possibles situacions amb la màxima celeritat.

5) Garantir els drets de tracte just i la confidencialitat de les persones afectades.

6) Animar a les dones a començar o continuar amb la pràctica esportiva promocionant els beneficis al desenvolupament personal i a una vida sana sense importar l'edat.

7) Incrementar la participació femenina en la competició.

8) Assegurar la pràctica esportiva en un ambient adequat i segur, que les secundi i que conservi els drets, la dignitat i el respecte de l'individu.

A nivell intern (actuacions)

El club disposa d'un reglament intern que promou un enfocament integral de convivència sustentada en valors, vigent per a directius, jugadors, empleats, socis/es i seguidors/es.

Es promourà la igualtat d'oportunitats en tots els àmbits:

1r Participació esportiva en totes les seves categories.

2n La formació i la titulació de tècnics.

3r La gestió interna de l'entitat.

TÍTOL VI. COMUNICACIÓ.

1. Es revisarà i corregirà si és necessari el llenguatge i les imatges que s'utilitzen en les comunicacions internes i externes a fi que sigui un llenguatge no sexista i inclusiu.

2. Formar al personal que tracten els nostres mitjans de comunicació en matèria d'igualtat i utilització d'un llenguatge no sexista i inclusiu.

3. Fer ressó i donar suport els dies 8 de març Dia Internacional de la Dona i 25 de novembre Dia Internacional de l'Eliminació de la Violència contra la Dona.

4. Difusió de missatges d'igualtat promovent la informació i sensibilització de tota l'entitat a través de les xarxes socials.

5. Traslladar el nostre compromís amb l'Ajuntament del Prat de Llobregat.

6. Facilitar la comunicació perquè les persones que formen part de l'entitat puguin realitzar suggeriments o propostes de millor a les persones responsables de la Igualtat.

7. Comunicar l'existència de les persones responsables del Pla d'Igualtat.

TÍTOL VII. COMISSIÓ DE SEGUIMENT.

El seguiment i avaluació del Pla el realitzarà la Comissió de seguiment i avaluació i que crea per a aplicar el contingut del Pla i avaluar el grau de compliment d'aquest.

Composició: La Comissió de seguiment del Pla d'igualtat serà paritària, formada per 4 persones.

Funcions:

1. Seguiment del compliment de les mesures previstes en el Pla.

2. Assessorament en la forma d'adopció de les mesures.

3. Avaluació de les diferents mesures realitzades.

4. Fer una avaluació una avaluació que haurà de tenir en compte:

a. El grau de compliment del Pla.

b. El nivell de millora de la reducció de possibles desigualtats detectades.

c. El nivell de desenvolupament de les mesures empreses.

Competències:

1. Interpretació del Pla d'Igualtat.

2. Seguiment de la seva execució.

3. Coneixement i resolució de conflictes derivats de l'aplicació i interpretació del present Pla d'Igualtat. En aquests casos serà preceptiva la intervenció de la Comissió.

4. Els acords adoptats per la Comissió es consideraran part del present Pla i gaudiran de la seva mateixa eficàcia obligatòria.

Funcionament:

La Comissió es reunirà cada sis mesos podent haver-hi reunions extraordinàries sempre que sigui necessari, i dins d'un termini que les circumstàncies l'aconsellin en funció de la importància de l'assumpte, que en cap cas excedirà de 15 dies següents ala recepció de la sol·licitud o intervenció o reunió. La comissió s'entendrà vàlidament constituïda quan a ella assisteixi la majoria. Els acords de la Comissió requeriran per a la seva validesa el vot favorable de la majoria.

TÍTOL VIII. VIOLÈNCIA DE GÈNERE.

1. Elaboració d'un protocol específic de violència de gènere.
2. Xerrades de conscienciació.
3. Realitzar una campanya específica el dia Internacional de la violència de gènere.

Amb quines accions podríem contribuir a reduir les desigualtats de gènere en el Pratenc?

Comunicació.

- Ús del llenguatge inclusiu i no sexista a través dels diferents canals (xarxes socials, presencial, xats, cartells, pàgina web, correu electrònic i telèfon) i dels entrenadors/es cap als nens i nenes.
- Imatge equilibrada eliminant estereotips a la cartelleria dels nostres esdeveniments.
- Música no sexista durant les activitats esportives, competicions i/o actes social.

Administració i recursos humans.

- Paritat en els perfils de personal d'atenció a l'usuari/usuària.
- Formularis d'inscripció o carnets amb l'opció de nom sentit.
- Dades segregades per sexe i indicadors de gènere.

Accions i projectes.

- Fer ressó i donar suport els dies 8 de març Dia Internacional de la Dona i 25 de novembre Dia Internacional de l'Eliminació de la Violència contra la Dona.

Espais.

- Visibilitat, eliminació de zones fosques i racons ocults.

Quins canvis podríem fer en el llenguatge?

En la comunicació, utilitzar genèrics o col·lectius i alternatius, recórrer al doble gènere o a la barra inclinada.

Quins canvis podríem fer en la imatge?

Valors i recomanacions.

1. Impulsar una educació en igualtat que sigui transversal i implementi accions positives.
2. Fomentar el nostre esport de l'atletisme des de l'educació formal i no formal que evitin l'exclusió per raons de sexe, gènere i/o condició física.
3. Eliminar els estereotips de gènere per a no obstaculitzar les pràctiques esportives de les dones.
4. Visibilitzar i reconèixer a les dones esportistes com a punt de partida per a la creació de referents.

5. Distribuir equitativament els espais esportius per a aconseguir un ús i gaudi igualitari d'aquests.

6. No establir judicis de valor.

7. Evitar actituds paternalistes cap a les dones esportistes ja que suposen una infravaloració dels seus mèrits i no reflecteixen les seves veritables capacitats.

8. Cuidar l'espai de treball (pistes atletisme i gimnàs) perquè siguin segurs per a la pràctica esportiva.

9. Facilitar el disseny i creació de dispositius de seguretat per part de l'organització que afavoreixin un entorn lliure de violències.

10. Establir un protocol amb eines amb l'objectiu de prevenir, detectar i actuar davant les violències sexuals. Fer visible el compromís de l'entitat. Designar la figura de referent de protecció o delegat/a de protecció.

Metodologia i activitats.

Mitjançant els entrenaments diaris, tractem de fomentar el joc i esport cooperatiu, "jugar amb uns altres millor que contra uns altres, superar desafiaments; no superar a uns altres; i ser alliberats per la veritable estructura dels jocs per a gaudir amb la pròpia experiència del joc" sobretot amb els més petits de l'escola.

Característiques principals d'aquesta metodologia:

- Els i les atletes entrenen junts sense gran oposició entre això/as.
- S'aprèn a valorar als altres jugadors i jugadores com a companys/es i no com a rivals.
- Fomenten el treball en equip i l'empatia.
- Tots els i les atletes són imprescindibles per a superar el desafiament proposat.

Amb tot això, aconseguim:

- El nen/a participa pel simple fet d'entrenar i no per guanyar.
- Garanteixen la diversió perquè desapareix la por de no aconseguir l'objectiu.
- Fomenten la participació de tots els i les atletes sense cap mena d'exclusió.
- Afavoreixen la superació personal i no el superar als altres companys.

Els principis metodològics que regiran la nostra actuació són els següents:

- Entrenament: el i la esportista deixen de ser un mer receptor/a passiu per a convertir-se en el motor del seu propi aprenentatge.
- Individualització: en tot moment s'intenta atendre les necessitats d'aquells/es atletes que individualment necessiten una atenció més personalitzada.
- Socialització: es treballarà en grups mixtos amb l'objectiu d'afavorir la cooperació.
- Motivació: afecta directament al rendiment esportiu dels i de les atletes, per la qual cosa hem de plantejar les tasques com a desafiaments o reptes amb un cert grau de dificultat però assequibles al mateix temps.

D'altra banda, és necessari que l'entrenador/a dugui a terme les següents intervencions durant els entrenaments:

– Dirigir i dinamitzar les sessions

– Formar grups heterogenis (mixtos), evitant ajuntar els i les atletes líders en el mateix grup de treball.

– Mediar davant els conflictes, intentant que siguin els propis participants els que els resolguin.

– Motivar en tot moment a tots els participants.

TÍTOL IX. ANÀLISI DE LA SITUACIÓ ACTUAL EN LA TEMPORADA 2026-27 (data 16/10/2026)

PERSONAL HUMÀ

Junta directiva:

Presidència: Home.

Composició: 8 membres (3 dones i 5 homes).

Equip tècnic:

Direcció tècnica: Dona.

Coordinador general i administració: Home.

Entrenadors: Homes 9.

Entrenadores: Dones 3.

PERCENTATGES PER SEXE

ESCOLA	Dones	%	Homes	%	Total
Sub8 (Prebenjamins) 2 dies/set. d'entrenament	5	27,78%	13	72,2%	18
Sub10 (Benjamins) 2 dies/set. d'entrenament	22	62,86%	13	37,1%	35
Sub12 (Alevins) 2 dies/set. d'entrenament	13	54,17%	11	45,8%	24
Sub14 (Infantils) 3 dies/set. d'entrenament	7	46,67%	8	53,3%	15
Sub16 (Cadets) 4 dies/set. d'entrenament	20	47,62%	22	52,4%	42

	Dones	%	Homes	%	Total
SubTOTAL	67	50,00%	67	50,0%	134

CLUB	Dones	%	Homes	%	Total
Sub18 (Juvenils) 4 dies/set. d'entrenament sense llicència Pratenc	19	61,29%	12	38,7%	31
Sub20 (Juniors) 4 dies/set. d'entrenament sense llicència Pratenc	5	31,25%	11	68,8%	16
Sub23 (Promesa) 4 dies/set. d'entrenament amb llicència Pratenc	0	0,00%	5	100,0%	5
Sénior i masters 4 dies/set. d'entrenament amb llicència Pratenc	2	16,67%	10	83,3%	12
Sénior i masters 2 dies/set. d'entrenament amb llicència Pratenc	3	27,27%	8	72,7%	11
Grup manteniment físic 2 dies/setmana d'entrenament	14	87,50%	2	12,5%	16
Amb accés a pistes i gimnàs sense entrenador	9	18,37%	40	81,6%	49
Amb accés a pistes i gimnàs sense entrenador. Gestió de club.	4	33,33%	8	66,7%	12
Grup de mitg i fons	5	21,74%	18	78,3%	23
Soci simpatitzant	1	50,00%	1	50,0%	2
Soci honorífic	1	16,67%	5	83,3%	6
Col·laboradors	3	50,00%	3	50,0%	6

	Dones	%	Homes	%	Total
SubTOTAL	66	34,92%	123	65,1%	189

Usuaris instal-lació	Dones	%	Homes	%	Total
Sub18 (Juvenils) 4 dies/set. d'entrenament sense llicència Pratenc	1	100,00%	0	0,0%	1
Sub20 (Juniors) 4 dies/set. d'entrenament sense llicència Pratenc	1	100,00%	0	0,0%	1
Sub23 (Promesa) 4 dies/set. d'entrenament amb llicència Pratenc	0	0,00%	1	100,0%	1
Sénior i masters 4 dies/set. d'entrenament amb llicència Pratenc	1	50,00%	1	50,0%	2
Sénior i masters 2 dies/set. d'entrenament amb llicència Pratenc	1	50,00%	1	50,0%	2
Sénior i masters per lliure	4	14,29%	24	85,7%	28

	Dones	%	Homes	%	Total
SubTOTAL	8	22,86%	27	77,1%	35

	Dones	%	Homes	%	Total
TOTAL	141	39,39%	217	60,6%	358

Massa de social del club	Dones	%	Homes	%	Total
Equip directiu (Junta Directiva)	3	37,50%	5	62,5%	8
Equip gestor (coordinació i direcció tècnica)	1	50,00%	1	50,0%	2
Equip tècnic (tècnics i entrenadors)	2	20,00%	8	80,0%	10
Escola de promoció	67	50,00%	67	50,0%	134
Club	66	34,92%	123	65,1%	189
Usuaris instal-lació	8	22,86%	27	77,1%	35
					378

Aspectes rellevants de valor i a millorar:

1. La Director Tècnica és dona.

3. En la Junta Directiva no s'assoleix el 50%, per tant, no s'aconsegueix la paritat.

4. Equip tècnic manca més presència d'entrenadores, el club continua treballant en aquest tema.

5. Escola de promoció:

- Presència major de nenes que de nens a les categories prebenjamí, infantil i cadet. Hem crescut un 11%.

- A les categories de benjamí o aleví no s'assoleix el 50%.

LLICÈNCIES FEDERATIVES:

LLICÈNCIES FEDERACIÓ CATALANA		
Total llicències masculí	192	58%
Total llicències femení	139	42%
	331	**100%**

LLICÈNCIES DEL CONSELL DEL BAIX LLOBREGAT:

LLICÈNCIES CONSELLS ESPORTIU		
Total llicències femení	122	43%
Total llicències masculí	162	57%
	284	**100%**

ALGUNS EXEMPLES DE IMATGES COORPORATIVES I D'ESDEVENIMENTS ON ES TREBALLA LA IGUALTAT DE GÈNERE COM A MITJA D'IMPACTE VISUAL:






40a EDICIÓ
TROFEU PRATENC
34a Edició Memorial Mònica Gregorio
DIUMENGE DIA 1 DE MAIG 2022
A PARTIR DE LES 10H A LES PISTES
D'ATLETISME MOISES LLOPART
Organitzadors:
Patrocinadors:
Col.laboradors:


PORTA UN AMIC
QUI TÉ UN AMIC TÉ UN TRESOR
AVANTATGES:
1
EL TEU AMIC I/O AMIGA TINDRÀ UN 50% A LA SEVA MATRICULA.
2
TU PODRÀS GAUDIR D'UN DESCOMPTE DEL 5% EN LA TEVA QUOTA D'AQUESTA TEMPORADA*
AJUDAN'S A FER MÉS GRAN EL NOSTRE CLUB


V2
Sempre endavant!!
PRATENCAA.NET


CONTROL DE PROVES COMBINADES DE PROMOCIÓ
Pista d'atletisme Moises Llopart
CEM SAGNIER
Dissabte 26 de març 2022
15:30 h
Organitza:
Amb el suport de:
Patrocinadors:


Feliç Aniversari!
Gràcies per formar part de la família esportiva del Pratenc


Associació
d'Atletisme Pratenc
CASAL
D'ESTIU
PRATENC
Activitats multiesportives,
aquàtiques, gincanes, tallers,
sortides. CEM Sagnier.
Del 29 juny al 31 de juliol
De 9 a 13:30h
De 9 a 15h (dinar inclòs)
De 9 a 17h (dinar inclòs)


Ajuntament del
Prat de Llobregat
Fitxes d'entrenament
Abdominals
Balanceig (swing)
Anelles
Sentadetes
Dominades
Inici Velocista
Onades alternes
Pilota medicinal
Rem d'esquena
Salts de banc
Abdominals
Aperturesper espatlla en T
Flexió de cames
Inici Velocista
Pas amb braç
Press de pit
Push-up amb Bosu
Rem
Sentadetes
Superman amb fitball

IMATGE DE L'ENTRADA A LES NOSTRES OFICINES.



XARXES SOCIALS I REPORTATGES FOTOGRÀFICS:



Ver insights Promocionar publicación

Les gusta a **esportselprat** y **173 personas más**

pratencaa Gran emoció la que es va viure ahir a les pistes d'atletisme de La Nucia , proclamant-se Sub Campiones d'Espanya de Clubs de la categoria... más



Ver insights Promocionar publicación

Les gusta a **izancobo_** y **174 personas más**

pratencaa Aquest darrer diumenge es va arribar a la 40à edició del nostre trofeu emblemàtic i la 34è edició del Memorial Monica Gregorio, una festa esportiva plena d'emocions. Tot plegat en un dia magnífic amb molt bona participació i representació amb 34 clubs.



Ver insights Promocionar publicación

Les gusta a izancobo_ y **152 personas más**

pratencaa Campionat de Catalunya de relleus de promoció a Tarragona.

🔷3x600mll Sub 12 Masculí 1️⃣ posició de Catalunya .
🔷3x600mll Sub 12 Femení 5️⃣es de Catalunya .
🔷4x60mll Sub 12 Femení semifinalistes de Catalunya.
🔷4x80mll Sub 14 Masculi 8️⃣ens de Catalunya.



Ver insights Promocionar publicación

Les gusta a izancobo_ y **188 personas más**

pratencaa Bona jornada la d'avui per els nostres atletes ,al Campionat de Catalunya de combinades disputat a Serrahima .
Destaquem a l'atleta Ainhoa Pinilla que s'ha proclamat Sub Campiona de Catalunya de Combinades 🥈 Sub 18 i Roger Siles medalla de Bronce 🥉 en la categoria Sub 14 .

RECOLÇAMENT EN DATES SIGNITFICATIVES:

25 NOVEMBRE. Dia Internacional de l'eliminació de la violència de gènere.



8 MARÇ. Dia Internacional de la dona.





L'equipació de les entrenadores i els entrenadors es va voler fer de color rosa independentment si era un entrenador o entrenadora.



TÍTOL X. PLA ESTRATÈGIC DEL PLA D'IGUALTAT.

FASE Preliminar	F.Pr.0. Analitzar la situació actual del Pratenc al respecte. Auto diagnòstic.	Març - juliol
	F.Pr.1. Diagnosi i plantejament del projecte.	Setembre
FASE Planificació	F.Pl.1. Elaboració del Pla d'Igualtat .	Octubre
	F.Pl.1.2. Motivacions, necessitats i raons.	Octubre
	F.Pl.1.3. Revisió dels protocols actuals.	Octubre
	F.Pl.1.4. Revisió de la comunicació interna i externa, tant oral com escrita.	Octubre
	F.Pl.1.5. Establiment d'objectius.	Octubre
	F.Pl.2. Presentació del Pla d'Igualtat.	Desembre
FASE Execució	F.Ex.1. Constitució de la Comissió de Seguiment.	Gener
	F.Ex.2. Actuació sobre els canals de comunicació escrits (documentació administrativa).	Gener
	F.Ex.3. Reunió internes amb l'equip de treball.	Febrer
	F.Ex.4. Xerrades formatives i educatives als nens/es de l'escola de promoció.	Maig - Juny
	F.Ex.5. Reforç de missatges a través de les xarxes socials i a les sessions d'entrenament.	Temporada
FASE Avaluació	F.Av.1. Reunió comissió seguiment i entrenadors/es.	Juny
	F.Av.2. Reformulació del Pla d'Igualtat.	Juliol

Aquest Pla d'Igualtat, serà revisat anualment, fent seguiment periòdic per part dels responsables, i fent una valoració a final de cada any del procés, resultat i impacte.

TÍTOL XI. ACCIONS DE TREBALL MULTIDISCIPLINAR.

Analitzar i detectar possibles desequilibris de gènere en els entrenaments i/o competicions.
Promoure la participació activa de les nenes als entrenaments i a les competicions.
Cuidar el llenguatge dispensat per els membres del club, sent inclusiu, integrador i no sexista.
Analitzar , prevenir i corregir immediatament actituds no acceptables.
Portar a terme sessions a mode de xerrades educatives amb cada grup/categoria per sensibilitzar.
Transmetre i potenciar l'empoderament femení.
Exportar una imatge equilibrada eliminant estereotips a les publicacions de xarxes socials i cartells.
No posar cançons amb lletres sexistes durant els entrenaments.
Incorporar personal femení per assolir una millor paritat en l'equip humà del club.
Dinamitzar els entrenaments sense segregacions de gènere.
Establir un protocol d'atenció personalitzada i confidencial a l'esportista.
Establir un feedback entre la comissió de seguiment i les nenes del club.
Revisar la documentació administrativa d'impresos informatius i d'inscripció del club.
Reforçar missatges i/o campanyes externes.
Exposar i mencionar atletes dones com a referents esportius femenins.

TÍTOL XII. CALENDARI DE XERRADES.

Als mesos de maig i juny es farà les xerrades a les diferents categories.

TÍTOL XIII. SISTEMA D'ADHESIÓ.

A designar.

Recursos web que s'han consultat per l'elaboració d'aquest pla d'igualtat.

• Guia Equitat, Ajuntament de Barcelona.

• Guia per a la incorporació de la perspectiva de gènere a la gestió esportiva local, Federació Espanyola de Municipis i Províncies Àrea d'Esports i Oci i Àrea d'Igualtat Subdirecció de Dinamització Sociocultural i Consell Superior d'Esports Subdirecció General de Promoció Esportiva i Esport Paralímpic.