

CONCILIACIÓ DE LA MATERNITAT I L'ESPORT D'ALT RENDIMENT

L'EXCLUSIÓ QUE PATEIXEN LES DONES EN PROCÉS
DE MATERNITAT EN EL MÓN ESPORTIU

Universitat
de Girona



Laia Baldevell Comajuan

Treball Final de Grau 2024

Grau de Treball Social

Tutor: Jose Antonio Langarita

RESUM

La conciliació de la maternitat i l'esport d'alt rendiment, és un repte que s'han d'enfrontar les dones esportistes mundialment. A Espanya encara no hi ha els recursos suficients per fer front a l'exclusió que pateixen les dones en el món esportiu.

En primer lloc, s'ha realitzat una recerca teòrica, per poder contextualitzar el gènere i l'esport d'alt rendiment, apuntar breument la història de l'esport femení, la normativa legal que regula l'esport, l'escletxa salarial entre gèneres i l'impacte psicològic. En segon lloc, s'ha elaborat el projecte "*SportsMother: Igualtat d'oportunitats per a les mares esportistes*", amb l'objectiu de sensibilitzar entorn els estereotips de gènere que s'han d'enfrontar les dones en procés de maternitat en l'àmbit esportiu, dirigit als quadres polítics, institucions esportives i dones esportistes.

En conseqüència, s'ha evidenciat com a ple segle XXI continua perpetuant-se l'estereotip de gènere. Per tant, és imperatiu explorar i analitzar com el procés de maternitat en l'esport d'alt rendiment pot arribar a ser sinònim d'exclusió i estigma.

Paraules Clau: Esport d'alt rendiment, Maternitat, Conciliació, Esport femení, Estereotips, Exclusió, Sensibilització, Treball Social.

ABSTRACT

Conciliating maternity and high-performance sports is a challenge that women athletes face worldwide. In Spain, there are still not enough resources to deal with women's exclusion from the sports world.

First, theoretical research has been carried out to contextualise gender and high-performance sports, briefly pointing out the history of women's sports, the legal regulations that regulate sports, the gender pay gap, and the psychological impact. Second, the project "*SportsMother: Equality of opportunities for sports mothers*" aims to raise awareness about gender stereotypes that women in the maternity process in the sports field must face. It is aimed at political cadres, sports institutions, and women athletes.

Consequently, gender stereotyping continues to be perpetuated as a whole 21st century. Therefore, exploring and analysing how the maternity process in high-performance sports can become synonymous with exclusion and stigma is imperative.

Key words: High-performance Sport, Maternity, Conciliation, Female sport, Stereotypes, Exclusion, Sensitization, Social Work.

ÍNDEX

RESUM.....	1
ABSTRACT	1
1. INTRODUCCIÓ	3
2. MARC TEÒRIC.....	4
2.1. Contextualització del gènere i l'esport d'alt rendiment	4
2.2. Breu història de l'esport femení a Espanya	5
2.3. Marc legal que regula l'esport femení	7
2.4. Escletxa salarial i maternitat en l'esport.....	8
2.5. Impacte psicològic i rendiment esportiu	11
3. NECESSITATS	14
4. OBJECTIUS DEL PROJECTE	15
5. SPORTSMOTHER: Igualtat d'oportunitats per a les mares esportistes.....	16
5.1. Justificació del projecte	16
5.2. Població diana.....	16
5.3. Àmbit d'actuació	16
5.4. Metodologia.....	17
5.5. Activitats	19
5.6. Sistema de qualitat.....	20
5.7. Gestió de Riscos	21
5.8. Sistema d'avaluació	22
5.9. Cronograma d'activitats.....	24
5.10. Recursos	25
5.11. Finançament.....	26
5.12. Pressupost	26
5.13. Difusió i comunicació	27
6. CONCLUSIÓ	29
7. REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES	31
8. ANNEX	34
8.1. ANNEX 1: ACTIVITATS	34
8.2. ANNEX 2: SISTEMA D'AVALUACIÓ DE LES ACTIVITATS.....	46
8.3. ANNEX 3: CALENDARI D'ACTIVITATS.....	49
8.3. ANNEX 4: INFOGRAFIA	53

1. INTRODUCCIÓ

El present Treball Final de Grau posa de manifest els estereotips de gènere i les barreres a les quals s'han d'enfrontar les dones en procés de maternitat en l'esport d'alt rendiment. A ple segle XXI la maternitat dins l'àmbit esportiu està atapeït d'esquerdes: es perpetuen la desigualtat salarial entre gèneres, la implementació de clàusules anti-embaràs en els contractes laborals, l'escassetat de subvencions i beques, manca de visibilitat en els mitjans de comunicació, d'entre d'altres. Aquest biaix de gènere forma part del constructe social, perpetuant els estereotips de sexe-gènere.

Així doncs, mitjançant la recerca documental es pretén explorar i analitzar l'exclusió que experimenten les dones en aquest context, donant protagonisme a la primera pregunta plantejada “*Com influeixen els estereotips de gènere en l'exclusió de les dones en el procés de maternitat en l'àmbit esportiu?*”. La investigació exhaustiva permetrà realitzar una anàlisi de la situació i identificar les necessitats de les dones esportistes amb perspectives maternals, per tal, de proposar entorns esportius més inclusius i equitatius, i en conseqüència combatre una de les formes específica de discriminació per raó de gènere. Tot i que és crucial abordar totes les necessitats identificades en aquest treball, s'ha considerat incidir en la necessitat de sensibilització, específicament dirigit als quadres polítics, a les institucions esportives i a les dones esportistes. Aleshores s'ha plantejat el projecte “*SportsMother: Igualtat d'oportunitats per a les mares esportistes*” per donar resposta a la segona qüestió plantejada “*Com es poden abordar aquestes barreres per a promoure una major inclusió?*”. Per tal de promoure un canvi, s'ha de sensibilitzar als agents involucrats i tanmateix, a la societat.

És imperatiu que des del Treball Social s'abordi aquesta problemàtica interessadament invisibilitzada. El Treball Social ofereix una perspectiva centrada en els drets humans, respecte, igualtat i reflexiona èticament vers les problemàtiques socials, essent així una figura imprescindible en la lluita contra la repressió exercida sobre les dones en procés de maternitat en l'esport d'alt rendiment.

Per tant, aquest TFG sobre la **conciliació de la maternitat i l'esport d'alt rendiment**, té una doble finalitat. D'una banda, analitzar els efectes de l'heteropatriarcat en la conciliació de la maternitat i l'esport d'alt redimint i d'altre proposar una mesura d'intervenció per a transformar aquesta situació a través d'un projecte d'intervenció.

És un repte personal arribar als màxims lectors i lectores, i en conseqüència remoure sentiments i pensaments d'aquestes.

2. MARC TEÒRIC

2.1. Contextualització del gènere i l'esport d'alt rendiment

A ple segle XXI, l'esport d'alt rendiment continua sent un àmbit el qual persisteix la discriminació per raó de gènere. Tot i els avenços nacionalment sobre la igualtat de gènere, encara es perpetua una desigualtat observable en diversos aspectes de l'esport.

En aquesta línia és fonamental contextualitzar alguns conceptes clau per a proporcionar un marc interpretatiu sòlid i coherent.

Primerament, és primordial destacar com la Reial Acadèmia Espanyola l'any 2023 defineix el terme gènere femení:

“Propi de la dona o que posseeix característiques atribuïdes a ella” (Femenino, na, 2014)

“Dit d'un ésser: Dotat d'òrgans per a ser fecundat” (Femenino, na, 2014)

Aquestes són dues de les set formes que la RAE defineix el terme gènere femení. Ambdues definicions són especialment rellevants en el present TFG, ja que, aborden el terme “gènere femení” tant culturalment com biològicament.

La primera definició, *“Propi de la dona o que posseeix característiques atribuïdes a ella”*, associa al gènere femení característiques atribuïdes socialment a les dones, per tant, pot contribuir a reforçar el rol de gènere estereotipat culturalment.

La segona definició, *“Dit d'un ésser: Dotat d'òrgans per a ser fecundat”*, en el qual, vincula el gènere amb la capacitat reproductora com a factor definidor. És problemàtica ja que, pot ser objecte d'exclusió d'aquelles persones que no volen ser mares, d'altres que no poden tenir fills per diverses raons biològiques, dones transsexuals que no poden gestar un nadó, d'entre d'altres. Per tant, aquesta definició de la RAE no és objectiva, ja que la realitat social posa en manifest que el concepte gènere és molt més complex del que esmenta la present descripció, basada exclusivament en el potencial reproductiu.

Segons Butler (1999) el gènere es constitueix, no en un acte fundacional sinó en la repetició de patrons regulats de comportament. A més, l'autora assenyala el gènere com una construcció social es consolida a través d'una matriu heteropatriarcal. En conseqüència, les normes socials controlen, determinen i reproduïxen els patrons de gènere.

Una altra perspectiva a considerar sobre el gènere, és com el defineixen Flores, Chávez, Mier i Obregón (2022) "el gènere com a construcció social, està representat pel conjunt d'idees, creences i atribucions construïdes en cada cultura sobre

la base de la diferència sexual" (p.810). Aquesta definició apunta que el gènere no és inherent, sinó una construcció cultural que varia segons la societat o moment històric.

En aquesta línia la construcció social, és una de les raons per les quals hi ha estereotips de gènere i exclusió de les dones, pel sol fet de ser dones, la qual, crea una imatge que el gènere masculí és dominant i fort, mentre que el gènere femení és submís i delicat.

Altrament, és rellevant fer esment als termes esport i maternitat, ja que, aquesta recerca se centra precisament en aquestes dues àrees.

Segons Flores, Chávez, Mier i Obregón (2022):

Encara que s'han dut a terme esforços per a garantir la igualtat de gènere, els processos socials i culturals converteixen la diferència sexual en la base de la desigualtat, limitant l'accés equitatiu de dones i homes cap a algunes activitats esportives determinades pel seu gènere. (p.808)

Es posa en manifest una realitat transcendental, ja que, a "Espanya ser dona i esportista suposa ser doblement discriminada: els clubs no desitgen jugadores embarassades o mares que poden veure reduït el seu rendiment físic o la seva dedicació i, per consegüent, minorin els seus èxits professionals" (Conde, 2018, p.175).

Endemés cal fer esment, que els homes en alguns esports considerats tradicionalment femenins també s'han vist en una posició de desigualtat, enfrontant-se a estereotips de gènere arrelats a la societat. Com és el cas de la gimnàstica rítmica, natació sincronitzada, ballet, d'entre d'altres.

2.2. Breu història de l'esport femení a Espanya

Per contextualitzar la temàtica, s'ha plantejat un recull breu de la història de l'esport femení a Espanya. Aquest només pretén il·lustrar alguns dels esdeveniments de la història, tot i que, hi ha aspectes molt rellevants que no es plasmen en el present Treball Final de Grau.

L'esport havia esdevingut un terreny prohibit per a les dones, inclús com espectadores. Quan finalment se'ls va permetre assistir en el món esportiu, només podien ser dones solteres, ja que, quan es casaven havien de dedicar-se plenament a la cura de la llar, dels fills i dels seus marits (del Río, 2019).

A finals del segle XIX, les dones van començar a formar part d'algunes activitats esportives. L'inici de la industrialització del segle XX va suposar un canvi en la vida de les persones, modificant els costums i la perspectiva sobre el rol de la dona en la societat. En conseqüència, es va produir un canvi significatiu en la percepció de l'esport

femení: es va modificar la imatge, es va desmitificar i va augmentar la participació, tant de manera recreativa com competitiva (del Río, 2019).

La segona República a Espanya va suposar un període d'avanç en les llibertats femenines, incorporant el dret al sufragi, avortament, divorci, d'entre d'altres. Esportivament, no hi havia competicions per a les dones, sinó que l'esport era una activitat recreativa per a elles, dirigida concretament a la classe alta. En aquella època es van crear les primeres associacions femenines esportives (del Río, 2019).

No obstant això, amb l'inici de la Guerra Civil espanyola el 1936, els drets obtinguts de les dones es van veure perjudicats, ja que, els homes van haver d'anar al capdavant a lluitar i les dones van quedar-se assumint la cura de la llar, les responsabilitats familiars i del seu propi manteniment (del Río, 2019). La dictadura franquista va repercutir a l'esport femení espanyol, pel fet que, la dona que volia practicar esport no era una bona dama i, per tant, no complia amb el seu rol de gènere establert, que era romandre a casa, ser bona cristiana i una esposa exemplar (Baldevell, 2022). Això requeria gran dedicació i no els hi deixava espai per a dedicar-se a l'esport (Pujadas Martí et al., citat per Baldevell, 2022).

Per tant, donades les circumstàncies de l'època, els drets de les dones en el món esportiu no van començar a assolir-se fins a la finalització de la dictadura franquista. En el segle XX, es va passar d'un règim dictatorial franquista a una democràcia en la qual, es va aprovar la Constitució del 1978, amb aquesta, van néixer les lleis que legisaven aspectes de la vida quotidiana, entre ells, l'esport (del Río, 2019). No obstant això, la legitimació de la Constitució no va ser suficient per eliminar totalment les empremtes de la mentalitat franquista, tot i que aquest succés històric no va ser només conseqüència de l'opressió de les dones, va suposar un gran impacte en la societat espanyola.

A finals de segle, encara es percebia la influència franquista i aquesta es manifestava fins i tot, en els mitjans de comunicació, els quals, no retransmetien els partits de futbol de la selecció espanyola femenina. Aquesta absència de la visibilitat era una de les raons pel qual, l'esport femení no interessava a la població pel fet que, gran part de la societat, desconeixia l'existència d'un equip de dones que representava a Espanya en els mundials (Boronat, citat per Baldevell, 2022).

Així doncs, malgrat els avenços de l'època, en l'àmbit esportiu sempre s'ha prioritzat el gènere masculí. Des d'algunes perspectives masculistes s'ha considerat a les dones com "objecte decoratiu", fràgil i bonic, la qual, no es contemplava que pogués ser partícip de qualsevol activitat física competitiva. Durant molts anys, es reafirmava la creença que el cos de la dona no estava capacitat per a fer esforços atlètics (del Río, 2019).

2.3. Marc legal que regula l'esport femení

En l'esport professional és imperatiu establir un marc legal amb perspectiva de gènere, especialment en relació amb la maternitat en l'esport, però malauradament en l'actualitat hi ha una escassetat de lleis, decrets, reglaments de federacions esportives, protocols, d'entre d'altres, que abordin adequadament aquesta qüestió.

La llei que ha regulat l'esport a Espanya durant trenta anys ha estat la Llei 10/1990, de 15 d'octubre, de l'Esport (a partir d'ara L 10/1990), la qual, actualment està derogada.

Tanmateix, cal fer esment a l'article de López (2014) sobre "*L'embaràs com clàusula de penalització en un marc normatiu discriminatori*", posant en manifest l'escassa existència de lleis que regulen adequadament temes relacionats amb la maternitat en l'esport d'elit. Conseqüentment, es destaca l'assumpte de l'embaràs com a clàusula condicionant i penalitzadora en l'àmbit laboral com a problemàtica real. Tal com, apunta López (2014), "és la Sentència del Tribunal Constitucional de 17/2003 que va establir de manera inequívoca el que representa la rescissió - sempre unilateral- d'un contracte que té com a clàusula penalitzadora l'embaràs" (p.4). Aquest error ha provocat la discriminació i l'exclusió de moltes dones dins el món esportiu.

A partir de la STC 17/2003, de 30 de gener del 2003; López (2014) afirma que "se segueix sense donar una resposta jurídica a tots aquells contractes que contenen la clàusula de la ruptura unilateral, justificada per part del club davant l'embaràs de la jugadora, admetent una discriminació de fet i de dret, malgrat tot" (p.5). Les esportistes d'elit es veuen obligades a firmar aquestes clàusules en el seu contracte, ja que, són innegociables i irrevocables. Per tant, es troben endinsades en una situació de vulneració dels seus drets.

D'altra banda, cal fer esment a la Constitució espanyola (2018) concretament a l'Article 14, el qual, menciona que "els espanyols són iguals davant la llei, sense que pugui prevaler cap discriminació per raó de naixement, raça, sexe, religió, opinió o qualsevol altra condició o circumstància personal o social". Aquest dret també és tractat de manera específica en **Llei orgànica 3/2007, de 22 de març, per a la igualtat efectiva de dones i homes (a partir d'ara LO 3/2007)**.

El reconeixement del principi d'igualtat formal en la Constitució Espanyola així com l'aprovació de la Llei orgànica 3/2007, de 22 de març, per a la igualtat efectiva de dones i homes, malgrat ser avanços inqüestionables, no han posat fi a la discriminació que sofreixen les dones en el món de l'esport. Encara que la Llei 3/2007 incorpora directrius per a garantir el principi d'igualtat formal i material en l'àmbit esportiu, les mesures previstes han demostrat ser insuficients fins a la data. (Proposició de Llei per a

l'erradicació de la discriminació que sofreixen les dones i l'equiparació dels seus drets als dels homes en l'esport 167/2021, de 8 d'abril, p. 2).

Per tant, és evident que la Llei de la Igualtat presenta desafiaments vers la discriminació de les dones en l'àmbit esportiu i que aquesta ha resultat insuficient per garantir la igualtat plena entre gèneres.

Finalment, l'1 de gener del 2023 va entrar en vigor la nova **Llei 39/2022, de 30 de desembre, de l'Esport (a partir d'ara L 39/2022)**, la qual estableix un nou marc jurídic de l'esport femení espanyol, substituint així la L 10/1990.

D'acord amb l'establert amb l'article 4 de la L 39/2022, s'estableix que les polítiques previnguin, identifiquin i sancionin el minvament de drets o que esdevinguin situacions de discriminació contra les dones esportistes en les relacions laborals. Per tant, es vol eliminar les conductes discriminatòries.

La L 39/2022, l'Art. 4.2 apunta que "...es consideren nul·les de ple dret les clàusules contractuals tendents a permetre o afavorir la rescissió unilateral del contracte per raó d'embaràs o maternitat de les dones esportistes". Com a resultat, a partir de l'1 de gener del 2023 la L 39/2022 prohibeix a les entitats esportives la inclusió de clàusules anti-embaràs.

Endemés, la L 39/2022, l'Art. 4.7 menciona que "les federacions esportives espanyoles i les lligues professionals estaran obligades a elaborar un pla específic de conciliació i corresponsabilitat amb mesures concretes de protecció en els casos de maternitat i lactància, que hauran de posar a la disposició de les entitats esportives integrants de la federació".

2.4. Escletxa salarial i maternitat en l'esport

Al segle XXI persisteix una gran bretxa salarial que perjudica les dones que somien dedicar-se plenament a l'esport. A més, encara és notable el sostre de vidre, que es manifesta en les directives dels clubs esportius a on apreciablement s'observa un biaix de gènere, limitant les oportunitats de les dones en el món esportiu. Endemés les dones en un procés de maternitat han d'enfrontar-se a reptes afegits que dificulta una igualtat plena, a causa de la societat masclista actual.

La periodista Sonia Mochón el 2019 va publicar en el diari l'AS una notícia sobre "*la bretxa salarial entre homes i dones en l'esport*" la qual, destaca la desigualtat salarial existent entre gèneres a l'àmbit futbolístic.

Mochón (2019) realitza una comparativa salarial entre homes i dones, la qual evidencia la bretxa salarial que pateixen les dones respecte dels seus companys homes. En la gràfica següent es realitza un estudi comparatiu entre la Lliga Santander (primera divisió del futbol masculí a Espanya) i la Lliga Iberdrola (primera divisió del futbol femení a Espanya):



Fuente: FIFPro (sindicato internacional de futbolistas) y AFE (Asociación de Futbolistas Españoles) / Comité técnico de árbitros

Font: Mochón, 2019, Imatge 3

Així doncs, a través d'aquesta gràfica s'evidencia l'escletxa salarial entre gèneres. Mentre que els jugadors de la Lliga Santander perceben un sou mínim de 155.000€, les jugadores de la Lliga Iberdrola es troben en una situació de desavantatge econòmic considerable, amb sous perceptiblement inferiors, amb contractes de temps parcials amb una remuneració de 400€.

Endemés, es posa en manifest el gran estereotip de gènere entre els àrbitres i jutges de línia d'ambdues lligues, ja que, els àrbitres de la Lliga Santander reben 3.685€ per partit i els jutges de línia 1.544€ mentre que les arbitres de la Lliga Iberdrola reben 167€ per partit i 80€ per les jutges de línia.

D'aquesta manera, és observable que en l'esport hi ha una escletxa salarial que minva les oportunitats de les dones esportistes, aquesta diferència salarial generalitzada entre gèneres persisteix més enllà del món esportiu. Així doncs, la discriminació retributiva que afecta el gènere femení té un impacte a la vida quotidiana de les persones, ja que, elles no tenen les mateixes oportunitats que els homes. Per tant, la infravaloració del treball i, tanmateix, l'escletxa salarial femenina propícia que les dones percebin salaris més baixos, amb dificultats de cobrir les seves despeses i les dels familiars a càrrec, d'entre d'altres (Hernández, 2018).

No obstant això, és essencial fer esment que el finançament de l'esport d'elit depèn majoritàriament de beques i patrocinis, però és clau mencionar que les dones esportistes s'enfronten a desavantatges significatius respecte dels seus companys homes en l'obtenció de recursos financers. La major part de la societat femenina que decideix

dedicar-se a l'àmbit esportiu, experimenten dificultats econòmiques per poder sobreviure només de l'esport, per aquesta raó generalment les dones esportistes han de tenir una segona feina, estudis universitaris, d'entre d'altres per poder cobrir les despeses personals i/o familiars (Martínez Abajo et al., 2021). Hernández (2020) destaca aquest escenari, afirmant que “no es precisarien d'ajudes, si hi hagués drets que impedissin realment el tracte lesiu cap a la dona” (p.22).

Martínez Abajo et al., (2021) han entrevistat a divuit esportistes d'elit de diverses modalitats, com el futbol, handbol, ciclisme, d'entre d'altres. Les divuit esportistes asseguren que l'accés a les ajudes econòmiques van associades als resultats esportius. A més, ressalten que aquestes ajudes sovint arriben tard i endemés són escasses. Per tal, de poder entrenar i competir es veuen obligades a buscar ajudes, però les beques no sempre arriben i això dificulta l'accés a les dones al món esportiu. Conseqüentment, les beques solen arribar després d'un llarg recorregut de treball i constància, per tant, la recompensa més gran per a les dones esportistes són els triomfs assolits i alguna de les vegades van acompanyats de les beques. Cal subratllar la gran dificultat que s'enfronten les dones joves per poder obtenir ajudes, ja que, com afirma aquesta investigació, només sis de les divuit participants parlen de les beques.

Segons Martínez Abajo et al. (2021) “practicar esport d'alt rendiment és car, unes poques esportistes aconseguen un sou digne de l'esport, la resta ha de pagar-se les seves competicions i material” (p.293). Per tant, les dones esportistes han de carregar amb l'estigma que les dones esportistes no venen, ja que, tenen menor representació en els mitjans de comunicació que els equips masculins, i endemés s'han de buscar altres mitjans i alternatives per poder complir el seu somni.

Per tant, és evident que malgrat les ajudes proporcionades en l'àmbit estatal, aquestes no són suficients per satisfer les necessitats, cobrir despeses o inclús que les dones esportistes puguin dedicar-se plenament a l'esport. Endemés, hi ha una gran dificultat per conciliar la vida personal i laboral de les dones esportistes, ja que, a Espanya moltes dones que es dediquen al món esportiu no poden gaudir d'una baixa de maternitat (Martínez Abajo et al., 2021).

Per donar més pes al relat esmentat anteriorment López (citada per Martínez Abajo, et al, 2022), apunta que “l'embaràs, la maternitat o la lactància exigeixen el respecte dels drets de les dones, però sent l'àmbit de l'esport especialment androcèntric, algunes institucions han incorporat en els seus contractes clàusules anti-maternitat” (p.307). Per tant, moltes de les esportistes d'elit no inicien el procés de maternitat fins que no han

finalitzat la seva carrera professional, per temor que la seva trajectòria com a esportista conclogui abans d'hora pel sol fet de ser mares.

Un exemple que posa en manifest aquesta discriminació per raó de gènere, és el testimoni de l'atleta Felix Allyson, com destaca Hernández (2020) seguidament:

Allyson en la seva lluita contra la marca esportiva Nike. La qual, es dedicava a reduir els salaris fins a un 70% menys a aquelles esportistes que es quedessin embarassades, prorrogant aquesta situació desfavorable una vegada que ja fossin mares (p.22).

Finalment, Nike va rectificar aquesta negligència i va comprometre's no reduir la retribució salarial de les esportistes.

Per Conde (2018) "les clàusules anti-embaràs són només la punta de l'iceberg d'una problemàtica de major importància" (p.6). Ja que, les dones esportistes es veuen implicades a la falta de reconeixement en les lligues professionals, economia submergida, d'entre d'altres. Això afecta el fet que no hi hagi una igualtat d'oportunitats entre gèneres. Per tant, a través d'aquestes clàusules esdevé una vulneració del dret fonamental de la igualtat, la qual, evidencia que la LO 3/2007 protegeix només de manera superficial els drets de les dones en l'àmbit esportiu (Conde, 2018).

Malgrat les adversitats que han hagut de superar les dones esportistes durant els últims anys, amb l'entrada en vigor de la nova L 39/2022, suposa un canvi significatiu en la millora de les condicions i oportunitats per a les dones en l'àmbit esportiu. Un aspecte rellevant de l'entrada en vigor de la nova llei, és que legalment no es podrà aplicar la clàusula anti-embaràs sobre les dones esportistes. Això serà un punt d'inflexió per a totes aquelles dones i nenes que es vulguin dedicar al món de l'esport.

2.5. Impacte psicològic i rendiment esportiu

L'esport és un element clau per a la salut, tal com afirmen Iglesias, Lozano i Machado (2013) "l'esport és una activitat essencial per a la salut física i psíquica de l'ésser humà" (p.76).

Malgrat aquest reconeixement, les dones esportistes han de fer front a l'impacte físic i psicològic que pot esdevenir durant el transcurs de la maternitat. Tot i que, ser mare sovint és un desig, el problema principal està en les narratives que es generen entorn la maternitat de les dones esportistes, que les fa sentir com si aquesta voluntat no sigui correcte, quan en realitat estar embarassada és absolutament normal i bonic.

En aquest context, la maternitat és un dels àmbits on es reflecteix la clara desigualtat entre homes i dones, ja que, en molts casos hi ha un abandonament de les entitats esportistes quan aquestes decideixen tenir un fill o inclús, post maternitat no s'obtenen

els resultats esperats (Selva, Pallarès i González, 2013). Per tant, les dones que volen iniciar el procés de maternitat poden veure afectat el seu futur laboral. En aquesta línia, López (citada per Martínez Abajo, et al, 2022) apunta que “les dones esportistes eviten quedar-se embarassades perquè pot suposar el final de la seva carrera esportiva” (p.313).

Tal com apunten Iglesias, Lozano i Manchado (2013) al finalitzar la seva investigació, demostren que la vida d'una esportista d'alt rendiment implica una dedicació total als seus entrenaments, amb una gran dificultat de compaginar-ho amb la formació acadèmica o amb la maternitat, ja que, el cicle biològic d'una dona coincideix quan aquesta està en creixement com a esportista d'elit. Cal afirmar que Espanya no disposa dels recursos suficients per fer front a la conciliació de la vida familiar i l'esport professional. Per tant, un nombre elevat de dones, sacrifiquen la maternitat a la seva professió, o a la inversa. Aquest fet causa repercussions a nivell psicològic, ja que, aquestes com que no disposen d'opcions per a la conciliació de la vida familiar i laboral, pot comportar sentiments de culpa, sensació de perdre's moments importants en la vida, pèrdua d'independència econòmica (en el cas de voler ser mares), d'entre d'altres. Aquests dilemes interns pot afectar negativament a la salut psicològica, a la salut mental i emocional de la dona.

Segons, confirmen Martínez Abajo et al. (2022) que les federacions i les associacions esportives no conceben que les dones puguin compaginar l'esport amb la maternitat i per això, les esportistes decideixen sovint posposar la maternitat. En aquesta línia, una esportista d'elit participant de la investigació va expressar el següent “m'hauria agradat ser mare jove, però amb el meu treball, òbviament, ser mare en aquesta professió suposa un o dos anys d'aturada, si pares no hi ha cobrament, no tens de què viure” (entrevista personal, p.311. 160509_E10). Tanmateix, les veus entrevistades argumenten que després de l'embaràs experimenten canvis significatius en el seu cos, i pot resultar dur reincorporar-se a l'esport d'elit. Per tant, és d'especial rellevància esmentar l'impacte físic i psicològic que la maternitat pot tenir durant la carrera esportiva. En aquesta línia Rivas Vallejo (citada per Moreno, 2019) destaca la dificultat que pot comportar “d'una banda, la recuperació física després de l'embaràs i, d'altra banda, les possibles conseqüències psicològiques derivades per la pressió de tornar a competir i de l'autoexigència per a recuperar el nivell de competitivitat prèvia a la maternitat” (p.93).

En conseqüència, durant el transcurs de la carrera esportiva la maternitat pot impactar negativament en el rendiment de les participants, dificultant l'obtenció de resultats desitjats, i com a resultat, implicant la impossibilitat d'obtenir beques. Endemés, existeix

la possibilitat que la vida professional s'estanqui esportivament (Selva, Pallarès i González, 2013).

En el seu estudi, Selva, Pallarès i González (2013) esposen el següent:

Una esportista que vol tenir un fill, a una edat de 27 anys, i que esportivament pot tenir un rendiment fins als 35, hauria de poder fer una baixa dins de la seva carrera i no ser penalitzada sense el recolzament de recursos i suport, perquè per tots és sabut que no hi haurà resultats esportius en aquella fase de la seva vida. (p.74)

Aquesta situació és una de les raons per les quals les esportistes d'alt rendiment decideixen posposar la maternitat.

Tanmateix, és essencial considerar els avantatges que tenen els homes en vers les dones, ja que, aquest benefici també es manifesta en la paternitat dels esportistes. En el procés de paternitat, els homes poden continuar entrenant i competint, la qual, el seu rendiment esportiu i la seva carrera professional no es veu afectada de la mateixa manera que en el cas de les dones. A més, biològicament no experimenten cap canvi significatiu, que els ofereix una continuïtat en la seva trajectòria esportiva (Moreno, 2019). En el cas de les parelles del mateix sexe, la dona que decideix ser mare no gestant, es troba en una situació similar als homes, en termes d'avantatges relacionats amb la maternitat.

Així doncs, és evident que les esportistes d'elit endemés d'haver de carregar en les seves espatlles el biaix de gènere, la història masclista, l'estat patriarcal, l'escletxa salarial, d'entre d'altres, han de fer front en silenci de l'impacte psicològic que causa la maternitat en aquest àmbit laboral, discriminador per a elles.

3. NECESSITATS

Per poder fer front a les barreres associades a la maternitat en l'esport d'alt rendiment, és imperatiu detectar les necessitats específiques, amb la finalitat de promoure entorns esportius més inclusius i equitatius, i en conseqüència combatre la discriminació per raó de gènere.

- **Necessitat 1: *Sensibilització.*** És imperatiu sensibilitzar a través de l'educació per tal, de conscienciar als clubs esportius, directives, entrenadors/es, mitjans de comunicació, d'entre d'altres, per poder combatre els estereotips de gènere i la discriminació en l'esport en el procés de la maternitat.
- **Necessitat 2: *Marc legal amb perspectiva de gènere.*** És palès que les polítiques i la legislació que regulen l'esport a Espanya, són escasses per fer front a la realitat de les mares esportistes. Per tant, és clau la implementació d'un marc legal amb perspectiva de gènere, per poder protegir els drets de les dones embarassades i mares esportistes. Actualment, amb l'entrada en vigor de la L 39/2022, s'ha prohibit incloure en els contractes laborals les clàusules anti-embaràs. Tot i que formalment s'ha generat un canvi, es necessita també una transformació culturalment.
- **Necessitat 3: *Regulació salarial.*** Actualment, persisteix una gran escletxa salarial entre gèneres dins de l'esport. Endemés les dones en el procés de maternitat han d'enfrontar-se a reptes afegits que dificulta una igualtat salarial i condicions laborals considerables. És clau abordar-ho per tal de poder crear un entorn laboral més igualitari i equitatiu entre gèneres. D'altra banda, és imperatiu considerar la necessitat de regular el salari en tots els entorns laborals, és a dir, abordar la disparitat salarial en el món de l'esport per crear una societat més equitativa.
- **Necessitat 4: *Conciliació familiar i laboral.*** Les dones que es veuen endinsades en el procés de la maternitat en l'àmbit esportiu, s'enfronten a barreres per poder-ho fer. Així doncs, és crucial un canvi de paradigma perquè les dones esportistes puguin conciliar la vida familiar i laboral, que els permeti continuar amb la carrera professional després de la baixa de maternitat.
- **Necessitat 5: *Suport psicològic i emocional.*** Les dones esportistes han d'enfrontar-se soles a l'impacte físic i psicològic que pot esdevenir durant el transcurs de la maternitat, a causa de la desigualtat existent i del constructe social discriminador. Per tant, és primordial assessorar adequadament a les esportistes per tal, de poder fer front als reptes associats a la maternitat.

4. OBJECTIUS DEL PROJECTE

És crucial abordar les cinc necessitats identificades anteriorment, per promoure entorns esportius més equitatius i inclusius per a les dones en procés de maternitat.

En el present Treball Final de Grau s'abordarà la necessitat de sensibilització, específicament dirigida als quadres polítics, a les institucions esportives i a les dones esportistes. Aquesta decisió és considerada, pel fet que, la resta de les quatre necessitats, recauen en competències d'altres agents i per tant, no s'abordaran en el projecte presentat a continuació.

Objectiu General:

Sensibilitzar entorn els estereotips de gènere que s'han d'enfrontar les dones en procés de maternitat en l'àmbit esportiu, i abordar la necessitat de crear entorns esportius més inclusius i equitatius.

Objectius Específics:

Dirigit als quadres polítics:

- Sensibilitzar els quadres polítics respecte les barreres i limitacions que s'han d'enfrontar les dones en procés de maternitat en l'esport d'alt rendiment, amb la finalitat de reformar el marc legal que el regula actualment

Dirigit a les institucions esportives:

- Conscienciar a les institucions esportives respecte la importància de construir entorns segurs i equitatius per a les dones en procés de maternitat
- Implementar programes de sensibilització per abolir la implementació de les clàusules anti-embaràs imposades per les institucions esportives

Dirigit a les dones esportistes:

- Sensibilitzar a les dones esportistes respecte els seus drets, proporcionant informació i recursos per poder fer front a les negligències dels contractes laborals en matèria de la maternitat.
- Activar xarxes de suport entre les esportistes i ex-esportistes, per tal, d'oferir-se suport mutu, compartir experiències relacionades amb el procés de maternitat i proporcionar eines per afrontar els reptes.

5. SPORTSMOTHER: Igualtat d'oportunitats per a les mares esportistes

5.1. Justificació del projecte

El projecte "*SportsMother: Igualtat d'oportunitats per a les mares esportistes*" neix amb el propòsit de fomentar la igualtat d'oportunitats i generar espais més inclusius i equitatius per a les dones esportistes en procés de maternitat. Amb la implementació d'aquest projecte, es pretén sensibilitzar, formar i oferir suport als tres agents principals que engloben l'esport femení, aquests són: els quadres polítics, les institucions esportives i les dones esportistes. Així doncs, la finalitat d'aquest projecte és poder abordar les barreres i limitacions que s'enfronten a ple segle XXI les dones esportistes d'alt rendiment en el procés de maternitat.

La justificació es fonamenta mitjançant la recerca documentada del marc teòric del present TFG. Com s'evidencia, actualment persisteix la discriminació per raó de gènere observable en diversos aspectes de l'esport, com l'escletxa salarial, l'escassetat de subvencions i beques, el marc legal amb escassetat de perspectiva de gènere, la manca de suport psicològic, d'entre d'altres. Aquestes barreres afecten negativament la participació de les dones esportistes que volen dedicar-se plenament en aquest àmbit.

Per tant, és essencial abordar aquest biaix de gènere i discriminació per raó de sexe que s'enfronten les dones esportistes d'alt rendiment en procés de maternitat, i en conseqüència crear espais més igualitaris i segurs per a elles.

5.2. Població diana

Aquest projecte està destinat a tres col·lectius específics: els **quadres polítics** encarregats de regular el marc legal esportiu, les **institucions esportives**; que engloben els clubs esportius, directives, entrenadors/es, d'entre d'altres, aquestes són rellevants per perpetuar o abolir les desigualtats de gènere, ja que, les institucions esportives són les que inclouen en els contractes laborals de les esportistes les clàusules anti-embaràs, i per últim les **dones esportistes**, per tal de conscienciar-les entorn els seus drets i deures, la il·legalitat de la implementació en els seus contractes laborals de la clàusula anti-embaràs, d'entre d'altres, aquesta sensibilització és essencial per empoderar-les.

5.3. Àmbit d'actuació

El projecte es desenvoluparà en diversos àmbits d'actuació, ja que, la població diana del present projecte inclou a tres col·lectius específics esmentats anteriorment. Per tant, la implementació de les activitats es duran a terme en les esferes següents:

- i. **Àmbit polític:** concretament incidir a l'administració autonòmica, local i regional, ja que, totes tres tenen influència en les polítiques que regulen la maternitat en l'esport. Com a resultat, la professional que implementarà el projecte accedirà a les instal·lacions proporcionades de l'àmbit polític per informar del projecte.
- ii. **Institucions esportives:** aquesta tercera esfera engloba clubs esportius, directives, entrenadors/es, federacions, àrbitres, d'entre d'altres. Per tant, les activitats de sensibilització destinades a aquest grup es duran a terme en les sales de les institucions esportives, d'arreu d'Espanya.
- iii. **Entorns esportius:** per dur a terme les activitats amb les dones esportistes, s'utilitzaran espais esportius, com el mateix camp d'entrenament del club, pistes d'entrenament, recintes esportius, sales de les institucions esportives, d'entre d'altres, d'arreu d'Espanya. Per tant, hi haurà activitats que s'implementaran al terreny de joc i d'altres que s'implementaran a sales de les institucions esportives.

5.4. Metodologia

Aquest projecte s'implementarà mitjançant set activitats que ens permetran assolir els objectius plantejats.

Primerament, per donar a conèixer el projecte i poder garantir el màxim nombre de participants, es duran a terme les següents accions:

- Presentació del projecte a través del correu electrònic
- Accedir a les instal·lacions de l'àmbit polític, institucions esportives i entorns esportius per informar respecte del projecte
- Material promocional: Vídeo sobre la *"Conciliación de la maternidad y el deporte de alto rendimiento"*
- Elaborar un compte de X (Twitter)
- Creació d'una infografia informativa

Tanmateix, per contactar amb la població diana, la treballadora social encarregada de liderar el projecte es posarà en contacte amb totes les agents implicades per presentar el projecte i explicar com es durà a terme. La participació és voluntària, però és crucial que participin el màxim nombre d'agents possibles. Per apuntar-se podran fer-ho a través del correu sportsmother2025@sportsmother.com o a través del número de telèfon 659.673.291.

Un cop els tres col·lectius específics s'hagin inscrit i les places estiguin cobertes, s'iniciarà la implementació de les activitats, aquestes seran desenvolupades a partir del gener del 2025, amb una temporalitat d'un any.

Per tal que la població diana sigui sensibilitzada amb èxit, s'han establert cinc objectius específics esmentats anteriorment, els quals es presentaran a l'inici de les sessions. Per garantir que aquests objectius siguin assolits adequadament, s'han elaborat set activitats, les quals, s'utilitzen una pluralitat de mitjans i estratègies per abordar les diverses dimensions del projecte. Així doncs, s'implementaran reunions per sensibilitzar la població diana, s'organitzaran sessions de formació i conscienciació, es duran a terme xerrades i seminaris en format webinar, s'organitzaran activitats presencials com xerrades i dinàmiques grupals i s'elaborarà un manual formatiu sobre els drets laborals de les mares esportistes. Aquesta participació activa dels tres col·lectius específics proporcionarà una intervenció completa, equitativa i eficaç per promoure la igualtat de gènere en el món esportiu i acabar amb els estereotips associats al sexe.

Així doncs, per garantir la implementació efectiva del projecte, es comptarà amb una pluralitat de professionals crucials per assolir els objectius plantejats i en conseqüència, assegurar la seva eficàcia. Per tant, és primordial la col·laboració heterogènia de professionals de diversos àmbits com treballadores socials, advocades especialitzades en drets laborals esportius, coordinadores territorials, integradores socials, psicòlogues, d'entre d'altres. La cooperació efectiva d'aquestes agents és determinant per dur a terme les activitats i que els continguts siguin abordats de manera adient. D'aquesta manera, cada una de les expertes proporcionarà el seu coneixement i experiència, donant veracitat a la problemàtica que s'han d'enfrontar les dones en procés de maternitat en l'àmbit esportiu. Tanmateix, per a cada comunitat autònoma es comptarà amb una coordinadora territorial, elles seran les encarregades de gestionar i organitzar les activitats adaptant-les a la seva comunitat autònoma. Totes les professionals estaran en contacte a través del correu electrònic o bé via telèfon mòbil.

Endemés, "*SportsMother*" planteja activitats amb un alt grau d'adaptabilitat i flexibilitat, ja que, tres de les activitats plantejades, s'implementen presencialment a cada comunitat autònoma, oferint major accessibilitat. Per dur a terme aquestes activitats, es comptarà amb una coordinadora territorial a cada comunitat autònoma, la qual, s'encarregarà de gestionar l'activitat corresponent, millorant d'aquesta manera la proximitat i facilitant un seguiment més proper i exhaustiu. En el cas de les dues activitats dirigides a les dones esportistes, el fet d'organitzar-les en múltiples ubicacions facilita l'assistència i augmenta la probabilitat que puguin participar, ja que, les dones esportistes i a més en procés de

maternitat, presenten més dificultats per poder-se desplaçar a llargues distàncies, la qual, pot ser una barrera per realitzar les sessions.

En aquesta línia, l'empoderament de les dones esportistes és crucial perquè elles mateixes puguin fer front a les negligències exercides, i tanmateix que disposin dels coneixements adients sobre el marc legal per poder defensar els seus drets, els quals sovint es veuen vulnerats. Tot i que l'empoderament de les dones és imperatiu, la conscienciació dels agents polítics i de les institucions esportives és rellevant. Si s'aconsegueixen abolir les negligències i les barreres imposades, es crearan entorns esportius més equitatius i igualitaris.

Un cop finalitzades les activitats s'han creat uns indicadors d'avaluació per poder comprovar l'impacte de les activitats, crítiques, aspectes a millorar, d'entre d'altres. Aquesta informació pot recopilar-se de manera qualitativa o quantitativa, depenen de l'activitat en qüestió.

5.5. Activitats

Mitjançant la implementació de les activitats presentades a continuació, es pretén abordar els objectius específics. Cada activitat plantejada està desenvolupada amb perspectiva de gènere, amb la finalitat de sensibilitzar els quadres polítics, les institucions esportives i les dones esportistes, sobre les adversitats que han de fer front les dones embarassades en l'esport d'alt rendiment.

Dirigit als quadres polítics:

- **Activitat 1: Sensibilitzem-nos, la doble cara de la moneda**
Desenvolupar reunions en format Webinar amb els polítics de l'administració autonòmica i l'administració estatal, per conscienciar envers les barreres i les dificultats que s'enfronten les dones esportistes en procés de maternitat.
- **Activitat 2: Drets laborals i maternitat en l'esport, és compatible?**
Planificar un seminari formatiu dirigit als quadres polítics. En aquest, s'abordarà i conscienciarà dels drets laborals i maternals de les dones esportistes en procés de maternitat.

Dirigit a les institucions esportives:

- **Activitat 3: Construir entorns equitatius per a les mares esportistes**
Organitzar sessions de formació i conscienciació a cada comunitat autònoma dirigides a les directives, entrenadors/es, referents de les federacions, àrbitres, d'entre d'altres. Amb la finalitat de sensibilitzar sobre la importància de construir entorns més segurs i equitatius per a les dones en procés de maternitat.

- **Activitat 4: Les clàusules anti-embaràs són justes?**

Desenvolupar jornades de sensibilització en format Webinar, dirigides als quadres directius de les institucions, per tal de debatre i prendre consciència respecte de les clàusules anti-embaràs i en conseqüència derogar-les.

Dirigit a les dones esportistes:

- **Activitat 5: Tenim drets laborals i maternals?**

Elaboració d'un manual formatiu sobre els drets laborals de les mares esportistes, per tal que aquestes puguin enfrontar-se a les negligències dels contractes. La presentació del manual formatiu serà en format Webinar.

- **Activitat 6: Xerrades d'empoderament maternal**

Organitzar xerrades i taules rodones a cada comunitat autònoma dirigides a les dones esportistes i ex-esportistes. En conseqüència, crear espais de suport i de posada en comú d'experiències presents i passades, per tal, d'empoderar a les presents i futures generacions.

- **Activitat 7: Juntes som més fortes**

Dur a terme dinàmiques grupals a cada comunitat autònoma, per tal, de cohesionar l'equip i en conseqüència poder-se donar suport enfront les negligències exercides.

A l'annex 1 es recull amb més detall les activitats

5.6. Sistema de qualitat

Es posarà en pràctica un sistema de garantia de qualitat, per assegurar que la implantació d'aquest projecte és adient i eficaç.

Aquest sistema de qualitat estarà definit per un **pla de qualitat**, el qual es desenvoluparà per assegurar que les activitats plantejades anteriorment s'implementin correctament i de manera eficaç. Així doncs, es descriurà un sistema de monitoratge del projecte, el seguiment dels indicadors, riscos potencials i mesures de contingència, gestió de les dades, pla de treball i orientacions generals per a la implementació del projecte. Per tal, que es dugui a terme correctament, aquest pla estarà supervisat i validat per un equip de tres expertes que revisaran la implementació del projecte i el contingut de les accions més rellevants. Aquest equip d'expertes està compost per una professional especialitzada en dret esportiu, una professional especialitzada en gestió política i una professional especialitzada en igualtat de gènere i maternitat.

5.7. Gestió de Riscos

Durant el transcurs de la implementació del projecte, poden sorgir diversos riscos, els quals s'ha detallat un pla d'acció per poder fer front a les problemàtiques que puguin esdevenir. Aquestes amenaces són detallades a la següent taula de gestió de riscos:

RISC	IMPACTE	SERVERITAT	PLA D'ACCIÓ
Identificació del risc	Si es produeix, impacte que pot provocar al projecte Alt/Mitjà/Baix	Si es produeix, quan greu pot ser pel projecte Alt/Mitjà/Baix	Pla d'acció per a la gestió de riscos, perquè no arribi a materialitzar-se.
Escassa participació dels quadres polítics a les activitats 1 i 2	Mitja	Alt	A l'hora de donar a conèixer el projecte, informar detalladament sobre els seus beneficis
Resistència per part dels quadres polítics a modificar el marc legal	Alt	Alt	Organització de reunions, oferint informació detallada de les conseqüències i repercussions de no modificar el marc legal
Comentaris masclistes per part dels directius i de les institucions esportives	Mitjà	Alt	Establir un codi de conducta d'igualtat de gènere. Intervenir adequadament quan esdevingui
Resistència de les institucions esportives per abolir les clàusules anti-embaràs	Alt	Alt	Organitzar reunions, oferint informació detallada de les conseqüències i repercussions de les clàusules anti-embaràs. Socialment pressionar a les institucions esportives
Poca col·laboració i participació de les institucions esportives	Alt	Mitjà	Oferir incentius dirigits als assistents que participin activament a les sessions
Escassa participació de les dones esportistes	Alt	Alt	Crear entorns segurs. Oferir horaris flexibles, sessions on-line i implementar les sessions presencials a ubicacions properes i accessibles
Dificultats logístiques en les activitats presencials	Mitjà	Alt	Planificar les sessions anticipadament i reservar els espais necessaris
Problemes de connectivitat en les sessions Webinar	Mitjà	Alt	Mitja hora abans de les sessions comprovar la connectivitat de la xarxa i tanmateix, que els recursos tecnològics disponibles funcionin correctament. Disposar d'un segon dispositiu tecnològic per emergències.
Barreres lingüístiques	Mitjà	Alt	Oferir els materials en diversos idiomes i si és al cas, adaptar la sessió a l'idioma corresponent
Incidents durant la implementació de les sessions	Mitjà	Mitjà	Disposar d'un pla d'actuació i formar els professionals de riscos laborals que poden sorgir i protocols d'actuació
Cancel·lació d'assistència d'últim moment	Mitjà	Mitjà	Oferir un llistat d'assistència. En el cas que es cancel·li a últim moment, informar anticipadament de l'impacte de la cancel·lació. Endemés disposar d'una llista d'espera, per reclutar altres assistents

5.8. Sistema d'avaluació

Per avaluar l'assoliment dels objectius del projecte "*SportsMother: Igualtat d'oportunitats per a les mares esportistes*", s'han establert una sèrie de mecanismes d'avaluació.

En primer lloc, s'ha creat un pla de qualitat supervisat per tres expertes externes especialitzades en la temàtica del projecte. Aquest comitè supervisarà que la seva implementació es dugui a terme correctament de manera crítica, objectiva i imparcial. Tanmateix, també avaluaran i supervisaran que els objectius establerts, s'assoleixin adequadament. El pla de qualitat, permet seguir els procediments que s'han de seguir en totes les etapes del projecte per garantir l'eficàcia i l'assoliment dels objectius i abordar de manera eficaç el propòsit del projecte.

D'altra banda, és imperatiu que el mateix equip intern, realitzi una avaluació exhaustiva i continuada, per poder realitzar les modificacions pertinents a mesura que es vagi implementant el projecte.

És crucial que els objectius establerts siguin assolits amb èxit, pel fet que, aconseguir-los significarà que s'ha sensibilitzat a la població diana envers les barreres i les dificultats que s'enfronten les dones esportistes en procés de maternitat, els estereotips de gènere que continuen latents en l'àmbit esportiu, la manca de perspectiva de gènere en marc legal, la gran escletxa salarial entre gèneres, la manca de suport emocional i psicològic que disposen les dones durant el procés de maternitat, l'escassetat de recursos per conciliar la vida laboral i familiar, d'entre d'altres.

Veure annex 2: Sistema d'avaluació de les activitats

OBJECTIU GENERAL	OBJECTIUS ESPECÍFICS	ACTIVITATS	INDICADORS D'AVUACIÓ
Sensibilitzar entorn els estereotips de gènere que s'han d'enfrontar les dones en procés de maternitat en l'àmbit esportiu, i abordar la necessitat de crear entorns esportius més inclusius i equitatius.	Sensibilitzar els quadres polítics respecte les barreres i limitacions que s'han d'enfrontar les dones en procés de maternitat en l'esport d'alt rendiment, amb la finalitat de reformar el marc legal que el regula actualment	Activitat 1: Sensibilitzem-nos, la doble cara de la moneda	Percentatge de representants polítics participants del projecte, que han reformat les polítiques relacionades amb la maternitat de l'esport d'alt rendiment un cop concloses les sessions.
		Activitat 2: Drets laborals i maternitat en l'esport, és compatible?	Nombre de participants que han reconegut com a mínim quatre barreres o limitacions que han d'enfrontar-se les dones esportistes en procés de maternitat.
		Activitat 3: Construir entorns equitatius per a les mares esportistes	Grau de compromís de les institucions esportives per generar un ambient més equitatiu per a les mares esportistes
		Activitat 4: Les clàusules anti-embaràs són justes?	Percentatge d'institucions esportives que han derogat les clàusules anti-embaràs dels contractes laborals
		Activitat 5: Tenim drets laborals i maternals?	Grau d'utilitat de la informació proporcionada al manual formatiu per fer front a les negligències dels contractes laborals entre les 1.190 dones
		Activitat 6: Xerrades d'empoderament maternal	Nombre de dones que perceben més seguretat per fer front als desafiaments de la maternitat en l'àmbit esportiu
		Activitat 7: Juntes som més fortes	Grau de sentiment de pertinença després de desenvolupar les dinàmiques grupals

5.9. Cronograma d'activitats

La implementació del projecte es durà a terme durant l'any 2025. El qual abastirà des del mes de gener fins al mes de desembre.

A continuació es presenta el cronograma d'activitats que es duran a terme durant aquest període de temps:

ACTIVITATS	GENER					FEBRER				MARÇ				ABRIL					MAIG					JUNY			
	Nº setmana					Nº setmana				Nº setmana				Nº setmana					Nº setmana					Nº setmana			
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4
Sensibilitzem-nos, la doble cara de la moneda																											
Drets laborals i maternitat en l'esport, és compatible?																											
Construir entorns equitatius per a les mares esportistes																											
Les clàusules anti-embaràs són justes?																											
Tenim drets laborals i maternals?																											

ACTIVITATS	JULIOL					AGOST				SETEMBRE					OCTUBRE					NOVEMBRE				DESEMBRE					
	Nº setmana					Nº setmana				Nº setmana					Nº setmana					Nº setmana				Nº setmana					
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	
Xerrades d'empoderament maternal																													
Juntes som més fortes																													

Tot i que el present cronograma d'activitats abasti des del mes de gener fins al mes de desembre del 2025, el projecte s'iniciarà el setembre del 2024 amb l'objectiu de captar a la població diana i presentar-los el projecte. Finalitzarà el gener del 2026.

Veure annex 3: Calendari d'activitats

5.10. Recursos

La persona encarregada de coordinar i liderar el projecte és una professional del treball social.

Per dur a terme el projecte amb èxit, és imprescindible comptar amb una pluralitat de professionals qualificades i d'un conjunt adient de recursos materials. Aquesta combinació d'ambdós és crucial per garantir l'assoliment dels objectius establerts.

RECURSOS HUMANS

Treballadora social que lidera el projecte
Advocada especialitzada en drets laborals esportius
Psicòloga esportiva especialitzada en matèria de la maternitat d'alt rendiment
17 Coordinadores territorials
17 psicòlogues esportives especialitzades en temes de gènere i maternitat
17 treballadores socials especialitzades en suport emocional
17 integradores socials que duguin a terme les dinàmiques
Editora del manual formatiu
Redactora del manual formatiu
3 testimonis de dones esportistes
5 testimonis de dones esportistes per sessió

RECURSOS MATERIALS

Ordinador, tauleta o telèfon mòbil amb connexió a internet
Càmera Web
Micròfon i altaveu
Projector i pantalla, per la presentació del suport audiovisual i visual
Suport audiovisual: Vídeo "*Conciliación de la maternidad y el deporte de alto rendimiento*"
Suport visual: material el qual es presentarà de forma dinàmica i estadística les barreres, les quals s'enfronten les dones esportistes, manual formatiu i altres recursos necessaris
Impresos del manual formatiu
Orinadors portàtils, tauletes o paper i bolígraf (el que la persona participant cregui adient per recollir la informació)
Espai adaptat, amb taules i cadires
Càtering amb menjar i beguda (es proporcionarà un bufet)
Materials per realitzar la dinàmica (activitat 7): pilotes, mocadors, cordes, cons, barres, d'entre d'altres
Paper i bolígraf, per les activitats que comportin escriure

5.11. Finançament

El projecte “*SportsMother: Igualtat d’oportunitats per a les mares esportistes*” és finançat a través de la següent **subvenció pública** de l’estat espanyol “Extracte de la Resolució de 21 de març de 2024, de la Secretaria d’Estat d’Igualtat i per a l’Erradicació de la Violència contra les Dones, per la qual es convoquen subvencions públiques destinades a programes i projectes per a la conscienciació, prevenció, sensibilització, recerca i innovació per a l’erradicació de les diferents formes de violència contra les dones”, amb una quantia total de la subvenció rebuda de 19.000€.

Així com, d’un seguit de **donacions privades** d’esportistes masculins que s’han solidaritzat amb la causa i recolzen a les seves companyes, amb un total de suport econòmic de 200.000€

5.12. Pressupost

Taula 1: Personals

RECURSOS PERSONALS	COST MENSUAL (€)	NOMBRE DE MESOS	TOTAL PRESSUPOST (€)
Treballadora social que lidera el projecte	1.900€	1 any i 5 mesos	36.100€
Advocada especialitzada en drets laborals esportius	2.000€	4 mesos	8.000€
Psicòloga esportiva especialitzada en matèria de la maternitat d’alt rendiment	1.800€	1 mes	1.800€
17 Coordinadores territorials	425€ setmanals (cada coordinadora)	9 mesos	72.420€
17 psicòlogues esportives especialitzades en temes de gènere i maternitat	150€ per sessió (cada psicòloga)	3 mesos	2.550€
17 treballadores socials especialitzades en suport emocional	400€ setmanals (cada TS)	5 mesos	6.800€
17 integradores socials que duguin a terme les dinàmiques	275€ setmanals (cada IS)	5 mesos	4.675€
Editora del manual formatiu	4.000€	1 mes	4.000€
Redactora del manual formatiu	1.500€	4 mesos	6.000€
3 testimonis de dones esportistes	800€ per sessió (cada testimoni)	8 hores	2.400€
5 testimonis de dones esportistes per sessió	300€ per sessió (cada testimoni)	1 setmana	4.500€
TOTAL			149.245€

Taula 2: Viatges, desplaçaments i dietes

VIATGES, DESPLAÇAMENTS I DIETES	COST (€)	QUANTITAT	TOTAL PRESSUPOST (€)
Viatges	150€	17	2.550€
Desplaçaments locals	15€	86	1.290€
Dietes	75€ mensuals	17	1.275€
TOTAL			5.115€

La Treballadora Social encarregada de la coordinació i el lideratge, serà l'única professional que viatjarà amb l'objectiu de presentar el projecte a les comunitats autònomes i requerirà de dietes.

Taula 3: Altres despeses

ALTRES DESPESES	COST (€)	QUANTITAT	TOTAL PRESSUPOST (€)
Lloguer Paratgea	900€	1	900€
Càtering	20€ per persona	1.600 persones	32.000€
Ordinador portàtil	800€	1	800€
Tauleta	400€	1	400€
Telèfon mòbil empresa	650€	1	650€
Manual formatiu	15€	1.100	16.500€
Infografia informativa	0,15€	2.750	412€
Material d'oficina (paper i bolígraf, activitat 7)	3€	680	2.040€
Altres despeses	370€	1	370€
TOTAL			54.072€

La suma total del pressupost ascendeix a 208.438€, la qual, s'assumeixen totes les despeses previstes, incloent-hi els "overheads". Per tal, de poder fer front als imprevistos que puguin sorgir en el futur, com viatges addicionals, renovació de l'ordinador portàtil, contractació d'una figura professional no complementada prèviament o d'altres adversitats que puguin manifestar-se, s'han reservat 10.562€ permetent abordar la situació de manera eficient.

5.13. Difusió i comunicació

Per donar a conèixer el projecte i poder garantir el màxim nombre de participants, es duran a terme un seguit d'estratègies de difusió.

S'enviarà un **correu electrònic** concís, explicant el projecte, la justificació i els objectius. Es personalitzaran els correus per a cada grup diana.

Tanmateix, es realitzaran **reunions o xerrades informatives** presencials o on-line als tres col·lectius de la població diana per informar respecte del projecte. Cada reunió o xerrada s'adaptarà a la població diana que s'adreça, per fomentar la participació.

Per tal, de conscienciar els tres col·lectius i tanmateix, a la societat, s'ha creat un **contingut audiovisual** sobre la "*Conciliación de la maternidad y el deporte de alto rendimiento*", el qual, el seu objectiu és ocasionar un impacte vers les barreres i les dificultats que s'han d'enfrontar les dones esportistes en procés de maternitat en l'esport d'alt rendiment. Aquest contingut audiovisual està disponible a la plataforma de

YouTube, en l'enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=uugeN4nbVXI&t=3s> públic a l'abast de tota la població.

D'altra banda, s'ha elaborat un compte de **X (Twitter)**, per publicar tweets que difonguin informació vers el projecte, publicar notícies rellevants, testimonis de mares esportistes, consells i recursos per conciliar la vida familiar i laboral, informar de canvis legislatius, d'entre d'altres.

Finalment, s'ha elaborat una **infografia informativa** per presentar la problemàtica a la població diana de manera clara, concisa i visual.

Veure annex 4: Infografia informativa

GRUP DIANA	ACTIVITAT	INDICADORS
QUADRES POLÍTICS	Correu electrònic	Enviar 150 correus
	Reunions presencials o en format on-line	Realitzar 17 reunions amb (una a cada comunitat autònoma)
	Material promocional	Distribuir 150 infografies i compartir el vídeo
	Xarxes socials: X (Twitter)	Publicar 10 tweets
INSTITUCIONS ESPORTIVES	Correu electrònic	Enviar 600 correus
	Reunions presencials o en format on-line	Realitzar 17 reunions (una a cada comunitat autònoma)
	Material promocional	Distribuir 600 infografies i compartir el vídeo
	Xarxes socials: X (Twitter)	Publicar 20 tweets
DONES ESPORTISTES	Correu electrònic	Enviar 2.000 correus
	Xerrades informatives presencials o en format on-line	Realitzar 34 xerrades (una a cada comunitat autònoma)
	Material promocional	Distribuir 2.000 infografies i compartir el vídeo
	Xarxes socials: X (Twitter)	Publicar 40 tweets

6. CONCLUSIÓ

El desenvolupament del present Treball Final de Grau ha possibilitat comprendre en profunditat l'exclusió que pateixen les dones en procés de maternitat en el món esportiu. És crucial un canvi de paradigma per abolir totalment la desigualtat de sexe-gènere en aquest àmbit masculinitzat i discriminador per a les dones. Permetre que el gènere femení estigui avui en dia en condicions de desigualtat, és reconèixer que la societat espanyola actual està conformada també per la discriminació que limiten les oportunitats a les esportistes d'alt rendiment i tanmateix, a les dones en termes globals.

Així doncs, mitjançant la recerca documentada s'ha posat en manifest com els estereotips de gènere, la gran escletxa salarial, les dificultats per fer front al procés de maternitat, l'escassetat de subvencions i beques, d'entre d'altres, continuen latents a la nostra societat, perpetuant la desigualtat de gènere i minvant les oportunitats d'empoderar a les dones en aquest àmbit socialment i culturalment masculinitzat.

Per tant, a través del Marc Teòric s'ha donat resposta a la primera pregunta plantejada *“Com influeixen els estereotips de gènere en l'exclusió de les dones en el procés de maternitat en l'àmbit esportiu?”*. Aquesta primera qüestió està composta per una resposta breu i clara, pel fet que, els estereotips de gènere i les estructures institucionals tenen un impacte significatiu en les dones en procés de maternitat. Per una banda, és pales que l'herència de la dictadura franquista continua present en la nostra cultura i societat, potenciant i sustentant una construcció social del gènere estereotipat. D'altra banda, les estructures institucionals són una de les grans causants de la perpetuació de la discriminació per raó de sexe-gènere, incloent-hi clàusules anti-embaràs en els contractes laborals de les dones esportistes, fomentant la bretxa salarial entre gèneres, persistint el sostre de vidre, que es manifesta en les directives dels clubs esportius a on apreciablement s'observa un biaix de gènere, abandonament de les entitats esportistes quan aquestes decideixen ser mares o inclús, post maternitat no s'obtenen els resultats esperats, d'entre d'altres.

Tanmateix, cal apuntar que actualment el marc legal que regula l'estat espanyol, està ple de buits legals. El clar exemple és l'error comès a la Sentència del Tribunal Constitucional de 17/2003 que va determinar inequívocament la rescissió del contracte laboral que contingués la clàusula anti-embaràs. Per tant, urgeix establir un marc legal amb perspectiva de gènere, especialment en relació amb la maternitat en l'esport. Però malauradament en l'actualitat hi ha una escassetat de lleis, decrets, reglaments de federacions esportives, protocols, d'entre d'altres, que abordin adequadament aquesta qüestió.

Amb relació a la segona pregunta plantejada “*Com es poden abordar aquestes barreres per a promoure una major inclusió?*”, s’ha donat resposta elaborant un projecte de sensibilització amb la finalitat de promoure entorns esportius més inclusius i equitatius, i en conseqüència combatre la discriminació per raó de gènere. D’aquesta manera neix el projecte “*SportsMother: Igualtat d’oportunitats per a les mares esportistes*”, la qual, amb la implementació d’aquest s’aborda la necessitat de sensibilitzar i poder trencar i abolir les barreres associades a la maternitat en l’esport d’alt rendiment.

L’èxit de “*SportsMother: Igualtat d’oportunitats per a les mares esportistes*” s’obté gràcies a la seva capacitat de conscienciar correctament a la població diana. Un canvi veritable i permanent de les estructures esportives, condicions laborals, normativa legal, d’entre d’altres, permetrà a les dones esportistes en procés de maternitat poder conciliar la vida familiar i laboral favorablement i dignament.

Així doncs, en finalitzar el Treball de Final de Grau s’ha evidenciat com la presència de la treballadora social és essencial en aquest àmbit estigmatitzador per a tantes persones del gènere femení. A través de la professional del Treball Social pot fomentar-se entorns esportius més equitatius, ja que, aquestes abasten la identificació de barreres i necessitats que s’enfronten les dones esportistes, i en conseqüència plantejar programes, projectes, materials formatius, d’entre d’altres per abordar la problemàtica eficaçment i fomentant la igualtat de gènere.

Les treballadores socials, amb la seva tasca poden promoure el canvi per construir un món més just i equitatiu per a les minories i col·lectius discriminats pel constructe social patriarcal. Per aquesta raó, la mencionada figura professional és determinant que la seva presència sigui activa, eficaç i eficient.

Per concloure, aquest treball proporciona al lector o lectora una visió amb perspectiva de gènere sobre aquesta problemàtica latent a la societat actual. Ofereix la capacitat de comprendre les condicions les quals s’enfronten les dones esportistes, des d’una mirada realista i feminista. Creure que a ple segle XXI hi ha una igualtat entre gèneres, és una il·lusió, ja que, tot i els progressos obtinguts gràcies a la lluita i sacrifici de moltes dones, encara perpetua una desigualtat de sexe-gènere que afecta una multitud de dones en tots els àmbits de la vida. Per tant, s’ha examinat i evidenciat com les estructures institucionals, el marc legal, el constructe social, els estereotips de gènere, d’entre d’altres perpetuen la desigualtat de gènere en l’esport.

7. REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

Baldevell, L. (2022). *Lluitem per la igualtat dins el terreny de joc*. Manuscrit inèdit. Universitat de Girona, Girona.

Boronat, D. (2021). *No las llames chicas, llámalas futbolistas: Del maltrato al reconocimiento: la lucha por la igualdad en el fútbol*. Editorial Planeta.

Butler, J. (1999). *El género en disputa. El feminismo y la subversión de la identidad*. Ediciones Paidós Ibérica.

Conde Colmenero, P., (2018). "Cláusulas antiembarazo. ¿Cómo afrontar la erradicación de prácticas discriminatorias en el deporte femenino". *Revista de Trabajo y Seguridad Social*. CEF, (427), 171-184. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6606383>

Constitución Española (2018). (2a ed.). Tirant lo blanch

Del Río Cañadas, P. (2019). *El papel de las mujeres en el deporte*. Editorial Santillana.

Espanya. Extracto de la Resolución de 21 de marzo de 2024, de la Secretaría de Estado de Igualdad y para la Erradicación de la Violencia contra las Mujeres, por la que se convocan subvenciones públicas destinadas a programas y proyectos para la concienciación, prevención, sensibilización, investigación e innovación para la erradicación de las distintas formas de violencia contra las mujeres. (BOE [en línia], núm. 77, 28-03-2024, pàg. 16500-16501). <<https://www.boe.es/boe/dias/2024/03/28/pdfs/BOE-B-2024-11222.pdf>>. [Consulta: 1 abril 2024].

Espanya. Ley 10/1990, de 15 de octubre, sobre la Ley del Deporte. (BOE [en línia], núm. 250, 17-10-1990, pàg. 30397-30411). <<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1990-25037>>. [Consulta: 12 febrer 2024].

Espanya. Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres. (BOE [en línia], núm. 71, 23-03-2007, pàg. 12611-12645). <<https://www.boe.es/boe/dias/2007/03/23/pdfs/A12611-12645.pdf>>. [Consulta: 12 febrer 2024].

Espanya. Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte. (BOE, [en línia], núm. 314, 31-12-2022. Pàg. 193306-193397). <<https://www.boe.es/boe/dias/2022/12/31/pdfs/BOE-A-2022-24430.pdf>>. [Consulta: 14 febrer 2024].

Espanya. Proposición de Ley para la erradicación de la discriminación que sufren las mujeres y la equiparación de sus derechos a los de los hombres en el deporte 167/2021,

de 8 de abril. (BOCG [en línia], núm.167, 08-04-2021, pàg 2-10). <https://www.senado.es/legis14/publicaciones/pdf/senado/bocg/BOCG_D_14_167_17_05.PDF>. [Consulta: 13 febrer 2024].

Femenino, na. (2014). En *Diccionario de la lengua española*. Recuperat el 12 de març de 2024 de <https://dle.rae.es/femenino?m=form>

Flores, Z., Chávez, B., Mier, R., & Obregón, K. (2022). *Violencia de género en el deporte*. *Retos* (43), 808-81. doi.org/10.47197/retos.v43i0.85842

González-Abrisketa, Olatz (2013). Cuerpos desplazados. Género, deporte, y protagonismo cultural en la plaza vasca. *AIBR: Revista de Antropología Iberoamericana*, vol. 8 (1), 83-110. <https://www.redalyc.org/pdf/623/62327445004.pdf>

Hernández, C. (31 d'agost de 2020). Desigualdad por razón de sexo en el deporte profesional. *Iusport*. <https://www.iusport.es/opinion/Cristina-Hernandez-Arbones-Desigualdad-2020.pdf>

Hernández, M. M. (2018). La desigualdad Salarial entre hombres y mujeres: una cuestión pendiente. *Cultura para la esperanza: instrumento de análisis de la realidad*, (109), 8-10. <https://www.accionculturalcristiana.org/html/revista/r109/109desi.pdf>

Iglesias Martínez, M. J., Lozano Cabezas, I., & Manchado, C. (2013). Deporte e igualdad: las voces de las deportistas de élite. *Feminismo/s* (21), 71-90 <http://dx.doi.org/10.14198/fem.2013.21.05>

López González, M. J. (2014). *El embarazo como clausula de penalización en un marco normativo discriminatorio: X Congreso de Asociación de Derecho Deportivo*. <https://www.unav.edu/documents/5028199/5146436/embarazo-penalizacion.pdf>

Martínez Abajo, J., Vizcarra Morales, M. T., Lasarte Leonet, G., & Aristizabal Llorente, M. P. (2021). La financiación del deporte de alto rendimiento femenino en la CAPV (The financing of women's high performance sports in the Basque Country). *Retos* (39), 289–297. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.77883>

Martínez Abajo, J., Lasarte Leonet, G., Vizcarra Morales, M. T., & López de Arana Prado, E. (2022). El cuerpo en la construcción de la identidad. Las mujeres deportistas de alto rendimiento. *Cuestiones de género: de la igualdad y la diferencia*, (17), 304-317. <https://doi.org/10.18002/cg.i17.7214>

Mochón, S. (06 de març del 2019). La brecha salarial entre Hombres y mujeres en el deporte. AS.

https://as.com/masdeporte/2019/03/06/reportajes/1551893219_629877.html

Moreno, V. R. (2019). La problemática derivada del descanso obligatorio por nacimiento y cuidado de menor en el deporte profesional. *Revista de Derecho de la Seguridad Social, Laborum*, (20), 91-104.

<https://revista.laborum.es/index.php/revseqsoc/article/view/366>

Pujadas, X., Garay, B., Gimeno, F., Llopis, R., Ramírez, G. & Parrilla, J.M. (2012). Mujeres y deporte durante el franquismo (1939-1975): Estudio piloto sobre la memoria oral de las deportistas. *Materiales para la historia del deporte*, (10), 0-14.

https://polired.upm.es/index.php/materiales_historia_deporte/article/view/4148

Selva Olid, C., Pallarès Parejo, S., & González, M. D. (2013). Una mirada a la conciliación a través de las mujeres deportistas. *Revista de psicología del deporte*, 22 (1), 69-76.

https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep_a2013v22n1/revpsidep_a2013v22n1p69.pdf

Sentencia del Tribunal Constitucional de 17/2003, de 30 de gener del 2003.
<<https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-T-2003-4480>>

8. ANNEX

8.1. ANNEX 1: ACTIVITATS

Aquest annex recull amb més detall les activitats que es duran a terme en el projecte.

DIRIGIT ALS QUADRES POLÍTICS:

ACTIVITAT 1:

Nom de l'activitat	Sensibilitzem-nos, la doble cara de la moneda
Professionals	Treballadora social, advocada especialitzada en drets laborals i esportius i psicòloga esportiva especialitzada en matèria de la maternitat d'alt rendiment
Durada	Es duran a terme tres sessions, les quals, tindran una durada de dues hores cadascuna. Horari de cada sessió: 10:00h a 12:00h
Lloc	Webinar en línia (on-line)
Objectiu	Sensibilitzar els quadres polítics respecte les barreres i limitacions que s'han d'enfrontar les dones en procés de maternitat en l'esport d'alt rendiment, amb la finalitat de reformar el marc legal que el regula actualment
Descripció	<p>Es desenvoluparan reunions amb els polítics de l'administració autonòmica i local, i l'administració estatal, per tal de conscienciar envers les barreres i les dificultats que s'enfronten les dones esportistes en procés de maternitat.</p> <p>En aquestes reunions es posarà en èmfasi les següents qüestions: els estereotips de gènere, la manca de perspectiva de gènere en marc legal, la gran escletxa salarial entre gèneres, la manca de suport emocional i psicològic que disposen les dones durant el procés de maternitat, l'escassetat de recursos per conciliar la vida laboral i familiar, d'entre d'altres.</p> <p>Així doncs, aquestes qüestions seran abordades amb detall i profunditat, per tal de sensibilitzar i motivar als quadres polítics a modificar les polítiques per millorar la qualitat de vida de les dones dedicades al món d'alt rendiment.</p> <p>Per tal de fomentar la participació, l'activitat "<i>Sensibilitzem-nos, la doble cara de la moneda</i>" tindrà un format webinar en línia (on-line), perquè els participants no s'hagin de desplaçar.</p>

	Es duran a terme dues sessions dirigides a l'administració autonòmica i local; i una dirigida a l'administració estatal. (20 participants per sessió; on-line)
Recursos	<p>Personals:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Treballadora social encarregada de liderar el projecte - Advocada especialitzada en drets laborals i esportius - Psicòloga esportiva especialitzada en matèria de la maternitat d'alt rendiment <p>Materials:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ordinador, tauleta o telèfon mòbil amb connexió a internet - Càmera Web - Micròfon i altaveu - Suport audiovisual: Vídeo <i>“Conciliación de la maternidad y el deporte de alto rendimiento”</i> - Suport visual: material el qual es presentarà de forma dinàmica i estadística les barreres, les quals s'enfronten les dones esportistes

ACTIVITAT 2:

Nom de l'activitat	Drets laborals i maternitat en l'esport, és compatible?
Professionals	Treballadora social, advocada especialitzada en drets laborals esportius i testimonis de dones esportistes
Durada	El seminari es durà a terme al llarg d'un sol dia, amb una durada de 8h, amb diverses pauses. Horari de la sessió: 9:00h a 17:00h
Lloc	Paratge B-510, Llinars del Vallès
Objectiu	Sensibilitzar els quadres polítics respecte les barreres i limitacions que s'han d'enfrontar les dones en procés de maternitat en l'esport d'alt rendiment, amb la finalitat de reformar el marc legal que el regula actualment
Descripció	Es durà a terme un seminari formatiu dirigit als quadres polítics. L'objectiu d'aquest és abordar en profunditat els drets laborals i maternals de les dones esportistes en procés de maternitat. Tanmateix, també és crucial formar i conscienciar sobre els

	<p>estereotips de gènere, la manca de perspectiva de gènere en marc legal, la gran escletxa salarial entre gèneres, la manca d'ajudes per conciliar la vida familiar i laboral, d'entre d'altres.</p> <p>Per tant, és imperatiu que els polítics de l'administració autonòmica, local i estatal prenguin consciència i reformin el marc legal existent, per garantir la protecció dels drets de les dones.</p> <p>És essencial que totes les participants del seminari participin activament, per tal d'escoltar les seves veus i els seus arguments. Es crearà un entorn el qual, es pugui debatre assertivament, respectant és torns de paraula, escoltant activament i respectant els diversos punts de vista.</p> <p>(30 participants; Llinars del Vallès)</p>
Recursos	<p>Personals:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Treballadora social encarregada de liderar el projecte - Advocada especialitzada en drets laborals i esportius - Testimonis de dones esportistes <p>Materials:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Projector i pantalla - Orinadors portàtils, tauletes o paper i bolígraf (el que la persona participant cregui adient per recollir la informació) - Espai adaptat, amb taules i cadires - Càtering amb menjar i beguda (es proporcionarà un bufet)

DIRIGIT A LES INSTITUCIONS ESPORTIVES:

ACTIVITAT 3:

Nom de l'activitat	Construir entorns equitatius per a les mares esportistes
Professionals	Treballadora social, psicòloga esportiva especialitzada en temes de gènere i maternitat i coordinadora territorial
Durada	Cada sessió durà 4 hores, amb dues parades de 10 minuts cadascuna. Horari de cada sessió: 9:00h a 13:00h

Lloc	Les sessions es duran a terme en ubicacions específiques que varien segons la comunitat autònoma corresponent, poden dur-se a terme en una institució esportiva amb els espais adaptats per a realitzar sessions de formació i conscienciació o sales de conferències.
Objectiu	Conscienciar a les institucions esportives respecte la importància de construir entorns segurs i equitatius per a les dones en procés de maternitat
Descripció	<p>S'organitzaran sessions de formació i conscienciació dirigides a les directives, entrenadors/es, referents de les federacions, àrbitres, d'entre d'altres. Amb la finalitat de sensibilitzar sobre la importància de construir entorns més segurs i equitatius per a les dones en procés de maternitat.</p> <p>Amb el desenvolupament d'aquestes sessions de formació i conscienciació, es vol sensibilitzar sobre les dificultats i les barreres que s'enfronten les dones en l'esport d'alt rendiment, així com aquests agents de les institucions esportives poden contribuir a crear entorns més segurs, equitatius i fora de negligències que afecten el col·lectiu.</p> <p>En aquestes sessions, es presentaran dades reals de l'escletxa salarial entre gèneres, es conscienciarà sobre la vulneració de drets que suposa implementar les clàusules anti-embaràs en els contractes laborals, l'impacte físic i psicològic que s'enfronten les mares esportistes, la dificultat de conciliar la vida familiar i laboral, d'entre d'altres.</p> <p>Es duran a terme 17 sessions de formació i conscienciació. Una a cadascuna de les comunitats autonòmiques d'Espanya. Aquest plantejament de realitzar-les presencialment a cada comunitat autònoma, permet establir un contacte més proper i directe amb els participants. Per executar l'activitat, cada comunitat autònoma comptarà amb una coordinadora territorial que s'encarregarà de gestionar l'activitat, això millorarà la proximitat i facilita un seguiment més proper i exhaustiu.</p> <p>Tanmateix, la informació principal presentada serà la mateixa per a totes les comunitats autònomes, però la informació</p>

	<p>específica pot variar depenent la normativa i les condicions laborals de cada una d'elles.</p> <p>(30 participants; comunitat autònoma (a concretar))</p>
Recursos	<p>Personals:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Treballadora social encarregada de liderar el projecte - Psicòloga esportiva especialitzada en temes de gènere i maternitat - Coordinadora territorial <p>Materials:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Projector i pantalla, per la presentació del suport audiovisual i visual - Suport audiovisual: Vídeo <i>“Conciliación de la maternidad y el deporte de alto rendimiento”</i> - Suport visual: material el qual es presentarà de forma dinàmica i estadística - Orinadors portàtils, tauletes o paper i bolígraf (el que la persona participant cregui adient per recollir la informació) - Espai adaptat, amb taules i cadires - Càtering amb menjar i beguda (es proporcionarà un bufet)

ACTIVITAT 4:

Nom de l'activitat	Les clàusules anti-embaràs són justes?
Professionals	Treballadora social, advocada especialitzada en drets laborals i drets esportius i testimonis de dones esportistes
Durada	Es duran a terme tres sessions, les quals, tindran una durada de tres hores cadascuna. Horari de cada sessió: 9:00h a 12:00h
Lloc	Webinar en línia (on-line)
Objectiu	Implementar programes de sensibilització per abolir la implementació de les clàusules anti-embaràs imposades per les institucions esportives
Descripció	Es duran a terme tres jornades de sensibilització, dirigides als quadres directius de les institucions, per tal, de debatre i

	<p>prendre consciència respecte les clàusules anti-embaràs i en conseqüència derogar-les. Cada una de les sessions es durà a terme amb 30 participants diferents. En realitzar-les en petit comitè es promou la interacció i la participació activa.</p> <p>Durant les jornades, es posarà en especial èmfasi a les conseqüències que suposa per a les dones esportistes la implementació de la clàusula anti-embaràs en els seus contractes laborals, la vulneració de drets que suposa aquesta implementació, així com els impactes psicològics i emocionals que aquestes clàusules tenen sobre la salut mental de les dones esportistes en procés de maternitat.</p> <p>Per cada sessió, hi haurà 5 testimonis de dones esportistes defensant els seus arguments, oferint una visió amb perspectiva de gènere, exposant com les clàusules anti-embaràs són una barrera injusta que afecta les dones que volen ser mares i seguir exercint com a professional d'alt rendiment, la dificultat que tenen per conciliar la vida familiar i laboral, d'entre d'altres.</p> <p>Es fomentarà un diàleg constructiu i respectuós entre els diversos components de la sessió, per tal, de buscar solucions conjuntes, equitatives i justes per a les dones esportistes.</p> <p>Així doncs, es proporcionarà un espai obert per escoltar totes les veus, opinions, relats de les mares esportistes que s'han empoderat i les dones que estan travessant les dificultats del procés de maternitat.</p> <p>Per tal de fomentar la participació, l'activitat "<i>Les clàusules anti-embaràs són justes?</i>" tindrà un format webinar en línia (on-line), perquè els participants no s'hagin de desplaçar.</p> <p>(30 participants per sessió; on-line)</p>
Recursos	Personals: <ul style="list-style-type: none">- Treballadora social encarregada de liderar el projecte- Advocada especialitzada en drets laborals i drets esportius- 5 testimonis de dones esportistes per sessió Materials: <ul style="list-style-type: none">- Ordinador, tauleta o telèfon mòbil amb connexió a internet

	<ul style="list-style-type: none"> - Càmera Web - Micròfon i altaveu - Suport audiovisual: Vídeo <i>“Conciliación de la maternidad y el deporte de alto rendimiento”</i> - Suport visual: material el qual es presentarà de forma dinàmica i estadística
--	--

DIRIGIT A LES DONES ESPORTISTES:

ACTIVITAT 5:

Nom de l'activitat	Tenim drets laborals i maternals?
Professionals	Treballadora social, una advocada especialitzada en drets laborals esportius i redactora del manual formatiu
Durada	Es duran a terme trenta-quatre sessions, les quals, tindran una durada de quatre hores cadascuna, amb dues parades de 10 minuts. Horari de cada sessió: 9:00h a 13:00h
Lloc	Webinar en línia (on-line)
Objectiu	Sensibilitzar a les dones esportistes respecte els seus drets, proporcionant informació i recursos per poder fer front a les negligències dels contractes laborals en matèria de la maternitat.
Descripció	<p>S'elaborarà un manual formatiu sobre els drets laborals de les mares esportistes, per tal que aquestes puguin enfrontar-se a les negligències dels contractes.</p> <p>Conscienciar-les de les negligències exercides per part de les institucions i del marc legal, farà que siguin realment conscients que els seus drets són vulnerats, ja que, la implementació de les clàusules anti-embaràs és una vulneració dels drets de totes les dones.</p> <p>Per tant, junt amb l'advocada especialitzada en drets laborals esportius, una redactora i una editora, es crearà un manual formatiu amb la informació detallada, per tal, que elles puguin defensar els seus drets front l'abús de poder de les institucions esportives.</p> <p>Aquest manual inclourà:</p>

- Presentació del manual
- Introducció
- Objectius
- Coneixements bàsics sobre drets laborals en l'àmbit esportiu
- Seguretat, salut i condicions de treball
- Marc legal bàsic en matèria drets laborals i maternitat
- Aspectes legals específics de l'esport
- Anàlisi de les polítiques existents sobre la maternitat i l'esport
- Contractació i clàusules laborals
- Prevenció de riscos laborals en perspectiva de gènere (igualtat i perspectiva de gènere)
- Estratègies per fer front a les negligències: consells teòrics i pràctics de com les dones esportistes poden abordar les adversitats imposades en els contractes laborals, com la clàusula anti-embaràs.
- Consells pràctics per poder fer front a la conciliació laboral i familiar
- Exemples de casos reals empoderats
- FAQs (Preguntes freqüents): es realitzarà un recull de FAQs sobre els drets laborals de les mares esportistes i es donarà una resposta concisa
- Recursos addicionals
- Referències bibliogràfiques
- Annexos

Empoderar-les és imperatiu per defensar els seus drets laborals i contribuir a la construcció d'entorns laborals més segurs i equitatius.

La presentació del manual formatiu, és dura a terme en format Webinar en línia (on-line). Amb una durada de quatre hores cadascuna, amb dues parades de 10 minuts.

Es duran terme 34 sessions, per tal, de poder arribar al màxim de dones esportistes d'alt rendiment que compateixen en lligues espanyoles.

(35 participants per sessió; on-line)

Recursos	<p>Personals:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Treballadora social encarregada de liderar el projecte - Advocada especialitzada en drets laborals esportius - Redactora del manual formatiu - Editora del manual formatiu <p>Materials:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ordinador, tauleta o telèfon mòbil amb connexió a internet - Càmera Web - Micròfon i altaveu - Suport audiovisual: Vídeo <i>“Conciliación de la maternidad y el deporte de alto rendimiento”</i> - Suport visual: manual formatiu i altres recursos necessaris
-----------------	--

ACTIVITAT 6:

Nom de l'activitat	Xerrades d'empoderament maternal
Professionals	Treballadora social, treballadora social especialitzada en suport emocional i coordinadora territorial
Durada	Es duran a terme trenta-quatre sessions, les quals, tindran una durada de tres hores cadascuna. Horari de cada sessió: 10:00h a 13:00h
Lloc	Les sessions es duran a terme en sales de les institucions esportives o espais comunitaris adaptats per fer seminaris i/o taules rodones, la ubicació concreta dependrà de la comunitat autònoma corresponent
Objectiu	Activar xarxes de suport entre les esportistes i ex-esportistes, per tal, d'oferir-se suport mutu, compartir experiències relacionades amb el procés de maternitat i proporcionar eines per afrontar els reptes.
Descripció	S'organitzaran xerrades i taules rodones destinades a les dones esportistes i ex-esportistes. En conseqüència crear espais de suport i de posada en comú d'experiències presents i passades, per tal, d'empoderar a les presents i futures generacions.

	<p>Aquesta activitat serà complementària a l'activitat 5 "<i>Tenim drets laborals i maternals?</i>", és a dir, a l'inici de la sessió es farà un petit incís al manual formatiu per recordar els temes tractats en aquest, i per les dones que no hagin pogut assistir se'ls farà un breu resum.</p> <p>Durant el transcurs de les sessions, les participants tindran l'oportunitat de compartir amb les seves companyes les experiències viscudes i com les han afrontat.</p> <p>L'espai de les taules rodones, servirà per crear un diàleg obert sobre les diverses barreres i desafiaments que s'han enfrontat o s'estan enfrontant durant el procés de maternitat, per tant, és crucial que les dones relatin les seves històries de vida, per així oferir-se suport mutu, adonar-se que no estan soles i que juntes poden fer més força.</p> <p>Es duran terme 34 sessions, per tal, de poder arribar al màxim de dones esportistes d'alt rendiment que compateixin en lligues espanyoles. Dues a cadascuna de les comunitats autonòmiques d'Espanya. Aquest plantejament de realitzar-les presencialment a cada comunitat autònoma, permet establir un contacte més proper i directe amb les participants. Endemés organitzar les sessions en múltiples ubicacions facilita l'assistència i augmenta la probabilitat que puguin participar, ja que, les dones esportistes i a més en procés de maternitat, presenten més dificultats per poder-se desplaçar a llargues distàncies, la qual, pot ser una barrera per realitzar les sessions. Per executar l'activitat, cada comunitat autònoma comptarà amb una coordinadora territorial que s'encarregarà de gestionar l'activitat, això millorarà la proximitat i facilita un seguiment més proper i exhaustiu.</p> <p>(30 participants per sessió; a concretar)</p>
Recursos	Personals: <ul style="list-style-type: none">- Treballadora social encarregada de liderar el projecte- Treballadora social especialitzada en suport emocional- Coordinadora territorial Materials: <ul style="list-style-type: none">- Projector i pantalla, per la presentació del suport visual

	<ul style="list-style-type: none"> - Suport visual: manual formatiu i altres recursos necessaris - Impresos del manual formatiu - Orinadors portàtils, tauletes o paper i bolígraf (el que la persona participant cregui adient per recollir la informació) - Espai adaptat, amb taules i cadires - Càtering amb menjar i beguda (es proporcionarà un bufet)
--	---

ACTIVITAT 7:

Nom de l'activitat	Juntes som més fortes
Professionals	Treballadora social, integradora social encarregada de dur a terme les dinàmiques i coordinadora territorial
Durada	Es duran a terme trenta-quatre sessions, les quals, tindran una durada de tres hores cadascuna. Horari de cada sessió: 10:00h a 13:00h
Lloc	Camp d'entrenament del club o pistes d'entrenament, dependent el grup esportiu que s'implementi l'activitat, la ubicació concreta dependrà de la comunitat autònoma corresponent
Objectiu	Activar xarxes de suport entre les esportistes per tal, d'oferir-se suport mutu, compartir experiències relacionades amb el procés de maternitat i proporcionar eines per afrontar els reptes.
Descripció	<p>En aquesta activitat, es duran a terme dinàmiques grupals, per tal de cohesionar l'equip i en conseqüència poder-se donar suport enfront de les negligències exercides.</p> <p>Les dinàmiques tenen la finalitat de cohesionar el grup i/o equip incloent activitats relacionades amb el treball en equip, posada en comú d'experiències viscudes, reflexionar entorn les negligències exercides per les institucions esportives, proporcionar eines i recursos per afrontar els reptes sorgits durant el procés, dubtes, d'entre d'altres.</p> <p>Es busca crear un entorn segur per a elles, implementant activitats interactives i cooperatives perquè les dones puguin</p>

	<p>evadir-se de la problemàtica i endemés, empoderar-se col·lectivament i en conseqüència disposin de la capacitat d'enfrontar-se juntes als reptes, ja que, per a moltes esportistes la problemàtica de la maternitat no els toca en primera persona, però a la companya del costat està patint les negligències, dificultant-la conciliar la vida laboral i familiar.</p> <p>Es duran terme 34 sessions, per tal, de poder arribar al màxim de dones esportistes d'alt rendiment que competeixin en lligues espanyoles. Dues a cadascuna de les comunitats autonòmiques d'Espanya. Aquest plantejament de realitzar-les presencialment a cada comunitat autònoma, permet establir un contacte més proper i directe amb les participants. Endemés organitzar les sessions en múltiples ubicacions facilita l'assistència i augmenta la probabilitat que puguin participar, ja que, les dones esportistes i a més en procés de maternitat, presenten més dificultats per poder-se desplaçar a llargues distàncies, la qual, pot ser una barrera per realitzar les sessions. Per executar l'activitat, cada comunitat autònoma comptarà amb una coordinadora territorial que s'encarregarà de gestionar l'activitat, això millorarà la proximitat i facilita un seguiment més proper i exhaustiu.</p> <p>(20 participants per sessió; a concretar)</p>
Recursos	Personals: <ul style="list-style-type: none">- Treballadora social encarregada de liderar el projecte- Integradora social que dugui a terme les dinàmiques- Coordinadora territorial Materials: <ul style="list-style-type: none">- Materials per realitzar la dinàmica: pilotes, mocadors, cordes, cons, barres, d'entre d'altres- Paper i bolígraf, per les activitats que comportin escriure

8.2. ANNEX 2: SISTEMA D'AVALUACIÓ DE LES ACTIVITATS

Aquest annex recull amb profunditat el sistema d'avaluació de les activitats

Per avaluar l'eficiència de cada activitat, s'establirà un indicador d'avaluació que mesuri el grau d'assoliment dels objectius establerts i el grau de satisfacció de la població diana.

Activitat 1: Sensibilitzem-nos, la doble cara de la moneda

- **Pregunta 1:** Els representants polítics participants del projecte han incorporat reformes a les polítiques relacionades amb la maternitat de l'esport d'alt rendiment?
- **Indicador 1:** Percentatge de representants polítics participants del projecte, que han reformat les polítiques relacionades amb la maternitat de l'esport d'alt rendiment un cop concloues les sessions.
- **Fórmula 1:** (Percentatge de representats polítics que han reformat les polítiques relacionades amb la maternitat de l'esport d'alt rendiment / 60) · 100.
- **Valor de referència 1:** 50% dels representants polítics participants han implementat reformes a les polítiques

Activitat 2: Drets laborals i maternitat en l'esport, és compatible?

- **Pregunta 2:** Les 30 persones participants de l'activitat, han pres consciència respecte de les barreres i limitacions que s'han d'enfrontar les dones en procés de maternitat en l'esport d'alt rendiment?
- **Indicador 2:** Nombre de participants que han reconegut com a mínim quatre barreres o limitacions que han d'enfrontar-se les dones esportistes en procés de maternitat.
- **Formula 2:** Suma total de participants que han identificat almenys quatre barreres o limitacions
- **Valor de referència 2:** 80% dels participants han reconegut com a mínim quatre barreres o limitacions.

Activitat 3: Construir entorns equitatius per a les mares esportistes

- **Pregunta 3:** Després de la realització de l'activitat, les institucions esportives s'han compromès a crear entorns esportius més equitatius?
- **Indicador 3:** Grau de compromís de les institucions esportives per generar un ambient més equitatiu per a les mares esportistes
 - o **Escala 3:** de l'1 (compromís baix) al 5 (compromís molt alt)
- **Valor de referència 3:** 4
- **Instrument 3:** Anàlisi documental i entrevistes individuals

Activitat 4: Les clàusules anti-embaràs són justes?

- **Pregunta 4:** Els quadres directius de les institucions esportives, han derogat les clàusules anti-embaràs dels contractes laborals de les dones esportistes?
- **Indicador 4:** Percentatge d'institucions esportives que han derogat les clàusules anti-embaràs dels contractes laborals
- **Fórmula 4:** $(\text{Nombre d'institucions esportives que han derogat les clàusules anti-embaràs dels contractes laborals} / 90) \cdot 100$.
- **Valor de referència 4:** 70% quadres directius de les institucions esportives, han derogat les clàusules anti-embaràs dels contractes laborals de les dones esportistes

Activitat 5: Tenim drets laborals i maternals?

- **Pregunta 5:** Les 1.190 dones esportistes manifesten que la informació proporcionada al manual formatiu és útil per fer front a les negligències dels contractes laborals?
- **Indicador 5:** Grau d'utilitat de la informació proporcionada al manual formatiu per fer front a les negligències dels contractes laborals entre les 1.190 dones
 - o **Escala 5:** de l'1 (molt baix) al 5 (molt alt)
- **Valor de referència 5:** 4
- **Instrument 5:** Entrevistes individuals i enquestes

Activitat 6: Xerrades d'empoderament maternal

- **Pregunta 6:** Les 1.020 participants perceben estar més empoderades després de la implementació de les xerrades?
- **Indicador 6:** Nombre de dones que perceben més seguretat per fer front als desafiaments de la maternitat en l'àmbit esportiu
- **Formula 6:** Suma total de participants que se senten més segures per afrontar els reptes
- **Valor de referència 6:** 70% de les participants se senten més segures per afrontar els reptes

Activitat 7: Juntes som més fortes

- **Pregunta 7:** A través de les dinàmiques grupals, s'ha aconseguit cohesionar a l'equip?
- **Indicador 7:** Grau de sentiment de pertinença després de desenvolupar les dinàmiques grupals
 - o **Escala 7:** de l'1 (cohesió molt baixa) al 5 (cohesió molt alta)

- **Valor de referència 7:** 4
- **Instrument 7:** Entrevistes individuals i observació directa

8.3. ANNEX 3: CALENDARI D'ACTIVITATS

Aquest annex recull amb profunditat el calendari d'activitats del projecte

SportsMother: Igualtat d'oportunitats per a les mares esportistes

Calendari 2025

GENER

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Sensibilitzem-nos, la doble cara de la moneda; Webinar en línia (on-line); 10:00h - 12:00h
Drets laborals i maternitat en l'esport, és compatible?; Paratgea B-510, Llinars del Vallès; 9:00h - 17:00h

FEBRER

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

Construir entorns equitatius per a les mares esportistes; 9:00h - 13:00h
4/2: Catalunya 7/2: Comunitat Valenciana
11/2: Regió de Múrcia 14/2: Andalusia
18/2: Extremadura 21/2: Castella-la Manxa
25/2: Comunitat de Madrid 28/2: Catella i Lleó

MARÇ

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Construir entorns equitatius per a les mares esportistes; 9:00h - 13:00h
4/3: Galícia 7/3: Principat d'Astúries
11/3: Cantàbria 14/3: País Basc
18/3: La Rioja 21/3: Comunitat Foral de
25/3: Aragó Navarra

SportsMother: Igualtat d'oportunitats per a les mares esportistes

ABRIL

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Construir entorns equitatius per a les mares esportistes; 9:00h - 13:00h

1/4: Canàries

7/4: Illes Balears

Les clàusules anti-embaràs són justes?;

Webinar en línia (on-line); 9:00h - 12:00h

Tenim drets laborals i maternals?;

Webinar en línia (on-line); 9:00h - 13:00h

MAIG

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Tenim drets laborals i maternals?;

Webinar en línia (on-line); 9:00h - 13:00h

JUNY

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Tenim drets laborals i maternals?;

Webinar en línia (on-line); 9:00h - 13:00h

SportsMother: Igualtat d'oportunitats per a les mares esportistes

JULIOL

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Xerrades d'empoderament maternal; 10:00h - 13:00h

Juntes som més fortes; 10:00h - 13:00h

CATALUNYA	 1/7 al 4/7
COMUNITAT VALENCIANA	 8/7 al 11/7
REGIÓ DE MÚRCIA	 15/7 al 18/7
ANDALUSIA	 23/7 al 31/7

AGOST

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

VACANCES D'ESTIU 

SETEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Xerrades d'empoderament maternal; 10:00h - 13:00h

Juntes som més fortes; 10:00h - 13:00h

EXTREMADURA	 2/9 al 5/9
CASTELLA-LA MANXA	 9/9 al 12/9
COMUNITAT DE MADRID	 16/9 al 19/9
CASTELLA I LLEÓ	 23/9 al 26/9

SportsMother: Igualtat d'oportunitats per a les mares esportistes







OCTUBRE

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

	Xerrades d'empoderament maternal; 10:00h - 13:00h
	Juntes som més fortes; 10:00h - 13:00h
GALÍCIA	 7/10 al 10/10
PRINCIPAT D'ASTÚRIES	 14/10 al 17/10
CANTÀBRIA	 21/10 al 24/10





NOVEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

	Xerrades d'empoderament maternal; 10:00h - 13:00h
	Juntes som més fortes; 10:00h - 13:00h
PAÍS BASC	 4/11 al 7/11
LA RIOJA	 11/11 al 14/11
COMUNITAT FORAL DE NAVARRA	 18/11 al 21/11
ARAGÓ	 25/11 al 28/11

DESEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

	Xerrades d'empoderament maternal; 10:00h - 13:00h
	Juntes som més fortes; 10:00h - 13:00h
CANÀRIES	 4/12 al 10/12
ILLES BALEARS	 16/12 al 19/12

8.3. ANNEX 4: INFOGRAFIA

Aquest annex recull la infografia informativa

SPORTSMOTHER: IGUALTAT D'OPORTUNITATS PER A LES MARES ESPORTISTES



MARC LEGAL AMB PERSPECTIVA DE GÈNERE

És palès que les polítiques i la legislació que regulen l'esport a Espanya, són escasses per fer front a la realitat de les mares esportistes.



REGULACIÓ SALARIAL

Actualment, persisteix una gran escletxa salarial entre gèneres dins de l'esport. Endemés les dones en el procés de maternitat han d'enfrontar-se a reptes afegits que dificulta una igualtat salarial i condicions laborals considerables.



CLÀUSULES ANTI-EMBARÀS

Les clàusules anti-embaràs són una realitat oculta en els clubs esportius espanyols. Aquestes clàusules anti-embaràs permeten als clubs acomiadar a les esportistes sense indemnització, quan aquestes es quedin embarassades.



CONCILIACIÓ FAMILIAR I LABORAL

Les dones que es veuen endinsades en el procés de la maternitat en l'àmbit esportiu, s'enfronten a barreres per poder-ho fer.

