

mujeremprendedora



Entrevista a Inmaculada Álvarez

Vicepresidenta de la Confederación
Española de la Pequeña y Mediana Empresa

8 de marzo, Día de los
Derechos de la Mujer

Guía para emprender, Dónde buscar ayuda

MASAJES
a
1.000
€
DE BUISQUETS
BELLEZA Y BIENESTAR



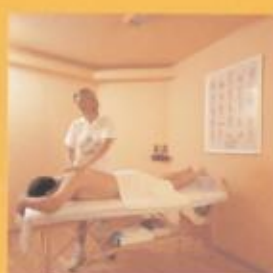
peluquería



manicura



maquillaje



masajes en camilla



depilación y
decoloración mujer



pedicura



depilación masculina



masajes en silla



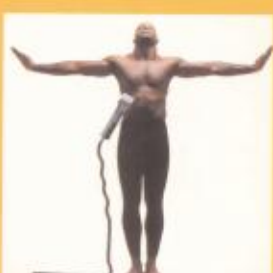
limpieza de cutis



bronceados



masaje corporal
5 estrellas



moto rapid



siestas



peeling + hidratación
corporal



anticelulítico reductor



masaje edad de oro



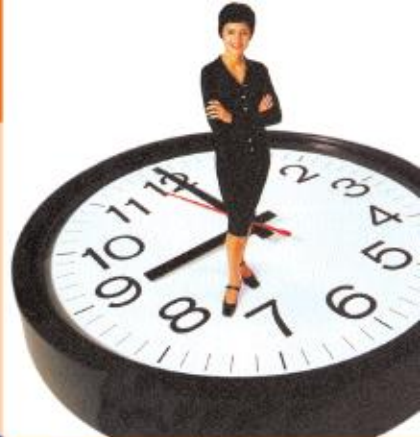
si lo pruebas estás perdido

Dr. Ordóñez de la Barrera, 2 Sevilla (junto apeadero San Bernardo) Tel. 95 498 87 94
Sin reserva de hora • Abiertos Domingos y festivos • Horario de 7 a 24 horas

Sumario

- 04 En este número Editorial
- 05 Cartas
- 06 Entrevista a Inmaculada Álvarez
- 10 Emprender en 2001. ¿Dónde buscar ayuda?
- 18 Master Quality, la calidad en su máxima expresión
- 20 Opinión M^a Ángeles Tejada *Las buenas directivas*
- 21 Consultoría Inmaculada Díaz *Sobre la polémica ley del menor*
- 22 Noticias
- 25 Actividades en torno al Día de la Mujer
- 26 Psicología: Fobias
- 27 Estética: Cuándo caducan los cosméticos
- 28 Salud: Celulitis
- 29 Nutrición: Pescado azul
- 30 El ojo de la lun@. Marianela Nieto. Libros
- 31 Opinión Carmen Espinosa *Turismo rural: vivir en el campo*
Crítica de cine de Carmen Jiménez *Billy Elliot: todo por un sueño*
- 32 Tendencias
- 36 Estilo
- 38 Pincelada Final. Carmen Ramírez. *"Pilar García, empresaria y viuda de Juliá opina sobre la mujer en el mundo de la restauración"*

10 Aquí encontrarás una recopilación de algunos de los programas y ayudas más importantes que se están poniendo en marcha para apoyar la creación de empresas



25 El 8 de marzo se celebra el Día de la Mujer, ocasión alrededor de la cual se organizan múltiples actividades en las que puedes participar

6 La vicepresidenta de la Confederación Española de la Pequeña y Mediana Empresa analiza la situación del modelo de empresa más extendido en España



28 La celulitis afecta al 95% de las mujeres. Una vez que ha aparecido es muy difícil de eliminar pero con algún cambio de hábito se puede conseguir frenar su extensión

STAFF

Modelo: Lola Cabra, Foto portada Martín Okuennotto
Estilista: Juan Carlos Carranza, Agencia: Carifit



EDITORA: M^a José Bonilla García **COORDINADORA:** Belén Góngora
REDACCIÓN Y COLABORADORES: M^a Ángeles Tejada, Carmen Espinosa Sierra, Inmaculada Leiva, Inmaculada Díaz, Victoria Cabrera, Marianela Nieto, Carmen Ramírez, Carmen Jiménez
DIRECTORA DE ARTE: Clara Alonso Campillo
DIAGRAMACIÓN Y DISEÑO: SiGraf **FOTOGRAFÍA:** Julio Figueroa, Archivo A.E, Agencias
JEFA DE PUBLICIDAD: Conchita Pando
EJECUTIVA DE CUENTAS: M^a del Mar Serrano, Bella Molina **ADMINISTRACIÓN:** Ana García
Dirección, Administración y Publicidad: Recaredo, 20, 2^o- 4, 5 y 6. 41003 Sevilla Tel.: 954 53 98 47 / 98 72 22 / 98 84 38 Fax: 954 53 31 43 **Fotomecánica:** Filma & Diseño
ISSN 1575-9377 Depósito Legal: SE-3043-99
Mujeremprendedora en Internet: <http://www.mujeremprendedora.net>
E-mail: mujeremprendedora@mujeremprendedora.net
Edita: GRUPO ALLIVESVER
Presidente: Manuel Bellido Bello

Mujeremprendedora es una publicación plural, los artículos y comentarios que en ella aparecen reflejan las opiniones de las respectivas autoras/es. Mujeremprendedora expresa su opinión en la editorial. Los comentarios de la publicación pueden ser reproducidos, citando las fuentes.



Belén Góngora, Coordinadora

número

De reivindicaciones y celebraciones

La empresa está cambiando. Aunque realmente esta afirmación pueda parecer de perogrullo, puesto que el proceso de cambio es inherente al mundo empresarial (el estatismo en este ámbito desemboca irremediabilmente en la obsolescencia y ésta, a su vez, en el fracaso), me refiero a un cambio más sutil, concretamente en el empresariado

El *mare-magnum* de organismos autonómicos y estatales, instituciones y otras entidades que ofrecen algún tipo de iniciativa de apoyo a la creación de empresas, la cantidad de programas formativos, los innumerables puntos de información y las numerosas ayudas y subvenciones a las que pueden acogerse las mujeres que tengan previsto iniciar una actividad económica este año son el eje central del mes de marzo en *Mujeremprendedora*. Aunque por supuesto no aparecen todos, en el reportaje central encontrarás una recopilación de lugares a los que puedes dirigirte si, entre tus proyectos para 2001, se incluye el autoempleo. La entrevista a nuestra protagonista de este mes, Inmaculada Álvarez, mujer con un amplio bagaje empresarial, también te ayudará en el empeño. Esperamos con ello continuar con la máxima de *Mujeremprendedora*: que cada página sea de utilidad para alguna de sus lectoras. □

femenino. Cierto es que siguen existiendo los típicos sectores en los que la presencia de las mujeres al frente de las empresas es mayoritaria, y que éstas siguen siendo pymes en un altísimo porcentaje, una debilidad que se irá superando a medida que se consolida la cultura empresarial entre las mujeres. Pero, al margen de estas peculiaridades, se está produciendo un relevo generacional que está marcando el cambio.

Se trata de las jóvenes emprendedoras que, además de hacer gala de una gran motivación e ilusión - actitudes que se presuponen indisolubles de la juventud pero que en realidad cada vez son más escasas-, llegan con una sólida formación de base, encaminada de forma específica a la gestión de la empresa. En muchos casos estas jóvenes proceden de familias en las que ya tienen el ejemplo de una mujer empresaria, pero cuyo modelo no van a seguir a rajatabla porque las circunstancias son completamente diferentes. Estas mujeres, las madres, tías o abuelas de las que ahora llegan, trillaron el camino poco a poco, aprendiendo de la experiencia diaria y abriéndose

puertas a base de romper barreras. Ahora habrá que romper otras a las que les ha llegado el momento.

Ahora las barreras que nos encontramos en el camino son, en muchos casos, más sutiles pero no por ello más frágiles. Resulta curioso ver cómo reaccionan las jóvenes que están completando su formación académica, si les preguntamos sobre la necesidad de establecer políticas concretas para facilitar el acceso de las mujeres al mundo laboral y para garantizar el respeto a su derecho a ser tratadas y valoradas con igualdad en el trabajo. Muchas de ellas responderán que no las ven necesarias. Eso significa que, afortunadamente hasta ese momento, no han tenido que vivir ninguna situación de desigualdad por su condición de mujeres.

Pero al dar el salto al ámbito laboral las cosas cambian, sólo que ahora, las situaciones discriminatorias se camuflan, pueden justificarse con otros argumentos y son difíciles de demostrar. Esto no significa que hayamos conseguido desterrar todavía las demostraciones evidentes y crudas del machismo más enraizado pero se podría decir que ahora, éste se expresa de



forma más sibilina. El 8 de marzo se celebra el Día de las Naciones Unidas para los Derechos de la Mujer, fecha clave en la agenda de todas las mujeres, fecha reivindicativa por excelencia. Un día que nos recuerda que todavía nos queda mucho camino por recorrer para alcanzar el lugar que nos corresponde en todos los ámbitos de la sociedad. Un día que nos recuerda que el cariz reivindicativo podrá tornarse en celebración cuando la conmemoración de un día así no sea necesaria. Eso será una buena señal. □

En este

Escribenos

Tu opinión es muy importante para nosotras. Cuéntanos tus experiencias, tus ideas y sugerencias: ésta es también tu página. Puedes enviar una carta con tu mensaje a *Mujeremprendedora*, c/ Recaredo, 20, 2º, 4, 5 y 6, 41003 (Sevilla), al fax 954 53 31 43 o por correo electrónico. Las cartas podrán ser editadas o abreviadas por necesidades de claridad o espacio.

Estimada Belén:

Quiero felicitarte personalmente por la publicación que diriges, ha llegado el número de febrero a mis manos por casualidad. Me la ha traído una amiga que es asidua lectora. Es una revista "distinta", llena de vida, que transmite ganas de emprender. Me ha gustado mucho tu artículo: "Qué pasa con los Bancos" ya que he visto la fotografía de algunos episodios que he vivido personalmente. Quiero animarte a difundir *Mujeremprendedora* entre las mujeres andaluzas, ya que sus contenidos pueden ayudar a resolver problemas concretos que se presentan en el mundo laboral y sobretodo puede transmitir optimismo en la lenta batalla hacia la igualdad que estamos librando las mujeres de nuestra tierra.

Mari Carmen Nieto Fernández
Málaga

Sólo un apunte a la carta que os escribía Isabel Mañas de Cádiz, sobre los malos tratos a mujeres. Isabel decía que la mayoría de las mujeres que reciben malos tratos son de clase baja o están en paro. Nada más lejos de la realidad. De los malos tratos y fruto de ese machismo que está tan arraigado en nuestra tierra, no se libran las mujeres de las clases media y alta. Quizá no aparece reflejado en los medios de comunicación, pero las apariencias engañan. Las mujeres tenemos a veces una "abnegación" irracional que esconde, tapa y soporta situaciones aberrantes, a veces se hace por los hijos, a veces por "el que dirán", a veces por los familiares, a veces por el acomodo a una situación económica que se teme perder. Habría que preguntar a muchos abogados especialistas en estos temas lo que se esconde detrás de tantas separaciones de gente con dinero. Una cosa es lo que se cuenta y otra cosa es la realidad querida Isabel.

Maria Eugenia Fernández P.
Correo electrónico



Taller de peinas para mantillas y complementos de flamenco

Peinas de corales

ARTESANÍA TRADICIONAL

Don Pedro Niño, 17 - 41003 Sevilla - Tel.: 954 58 16 07



Material Eléctrico Aire Acondicionado
Electrodomésticos Obra y Mantenimiento

Avda. Roberto Osborne, 149 P.I.C.A.
Tel.: 954 25 12 00 - Fax: 954 67 68 20



Exclusivamente para mujeres

Especial despedida de soltera y cumpleaños

Polígono Industrial Store
C/B. 25-1 14008 SEVILLA
Tel.: 954 35 12 54 / 954 35 95 15
www.andalunet.com/paladium

SALA PALADIUM STORE



Inmaculada Álvarez

Vicepresidenta
de la CEPYME
y Presidenta
de OMEGA

La amplia experiencia asociacionista de Inmaculada Álvarez le lleva a afirmar que ésta es precisamente una de las asignaturas pendientes del empresariado femenino. En esta entrevista plantea además, el pequeño tamaño de las empresas promovidas por mujeres como uno de los principales retos a superar y destaca las nuevas tecnologías como el factor que marca la diferencia en la competitividad de las PYMEs.

Belén Góngora

La mujer empresaria actual suele aceptar muy bien los nuevos retos tecnológicos

me ¿Cómo ve en la actualidad, el estado de salud de la cultura emprendedora en España?

Inmaculada Álvarez: La veo muy bien. En pocos años hemos pasado de tener un 9% de mujeres empresarias a un 33%, un porcentaje que va en aumento. Estos son unos datos magníficos si pensamos que nos hemos equiparado a países europeos. Hace 25 años la mujer española tenía muy poca presencia en el mundo empresarial, y ya por entonces, países de Europa tenían porcentajes muy altos de emprendedoras y empresarias. En Andalucía también se está extendiendo la cultura emprendedora, allí tenemos representación desde OMEGA (Organización de Mujeres Empresarias y Gerencia Activa) y los datos son muy positivos.

me ¿Qué falta en las políticas de gobierno para potenciar el tejido empresarial y la cultura emprendedora?

IA: Falta potenciar el espíritu emprendedor desde la educación y no fomentar, bajo ningún punto de vista, el espíritu funcionarial, porque es el esfuerzo conjunto de empresarios y trabajadores hacer que la economía española funcione. De hecho, actualmente más del 99% de las empresas españolas son pequeñas y medianas empresas, y suponen el 65% del empleo.

me La mayoría de las empresas gerenciadas por mujeres son PYMEs. ¿Qué retos debe afrontar a corto y largo plazo, la pequeña y mediana empresa en España?

IA: El principal reto con el que se encuentran las PYMEs es la modernización y la adaptación a las nuevas necesidades del mercado. Para ser competitivo un empresario debe saber cuándo es el momento de cambiar formas de producción, de venta, de marketing, etc. Esto lo hacen muy bien las

grandes empresas, y esas ideas son las que el pequeño empresario debe copiar.

Otro reto, no menos importante, es la adaptación al euro. Es una asignatura que tenemos que aprobar tanto los pequeños y medianos empresarios como los grandes. Con respecto a Andalucía los retos son exactamente los mismos porque la economía es globalizadora y afecta por igual a todos.

me Y ¿qué papel juegan en todo esto las nuevas tecnologías?

IA: Las nuevas tecnologías son muy importantes para el desarrollo de las PYMEs porque es lo que las está convirtiendo en empresas competitivas. La mujer empresaria de hoy suele aceptar muy bien los nuevos retos tecnológicos como pueden ser la realización de comercio electrónico, el lanzamiento de iniciativas como portales web, servidores de contenido, consultorías, etc. De entre nuestras asociadas, un 15% se dedica a dar servicios relacionados con las nuevas tecnologías, y creemos que ese porcentaje va a ir en aumento.

me ¿Cuáles son actualmente los objetivos prioritarios de la Confederación Española de la Pequeña y Mediana Empresa (CEPYME)?

IA: El principal objetivo de CEPYME es atender a las necesidades de información y asesoramiento de las organizaciones y empresas miembros. Estudiamos los temas que sean relevantes y que afecten a la pequeña y mediana empresa, y se dan soluciones prácticas a este colectivo. Actualmente se están tratando temas como la modernización del comercio, las mejoras sobre los impuestos que gravan a las PYMEs, etc.

me ¿No cree que las mujeres podrían conseguir muchos más logros si emplearan su energía en integrarse



“Cuando una mujer consigue un crédito y empieza a funcionar con una entidad bancaria es muy cumplidora en el ejercicio de sus obligaciones y suele ser muy leal a esa entidad”

en asociaciones empresariales y organismos relacionados con el mundo empresarial, sin distinción de género?

IA: Por supuesto que sí. La mujer es mucho más fuerte y cuenta con muchos más recursos cuando participa en asociaciones empresariales. De esta forma está representada en una serie de organismos que le facilitan información y no se siente sola a la hora de poner en marcha su iniciativa empresarial.



Decisión y Valentía

Le apasiona su trabajo y le ilusiona la labor que desempeña por y para las mujeres empresarias. La visión de futuro de esta mujer y su perspectiva empresarial le empujaron a abandonar sus estudios de derecho, ante la convicción de que el mundo de la empresa era terreno abonado para su desarrollo y realización profesional y personal. Se introdujo en el sector empresarial en 1976 al frente de una empresa de construcción. Poco tiempo después es nombrada vicepresidenta de Construcción de la PYME. En 1979 empieza a tener contacto con mujeres empresarias y en 1980 es nombrada vicepresidenta de OMEGA, entidad que preside desde 1985.

Pero esta jiennense afincada en Madrid ostenta una larga lista de cargos, además de las citadas presidencias. Es vocal de Pleno de la Cámara de Comercio e Industria de Madrid, vocal del Consejo Rector del Instituto de la Mujer del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, presidenta de la Asociación Española de Mujeres Empresarias de Madrid (ASEME), y secretaria ejecutiva de España de la Federación Iberoamericana de Mujeres Empresarias (FIDE), entre otros.

me La cuestión que quiero plantear es si sería posible que las asociaciones femeninas tuvieran una especie de efecto rebote al diferenciar entre un mundo empresarial masculino y uno femenino, y fomentar de esta forma la separación y la consideración de que la mujer empresaria está "a otro nivel".

IA: Como es lógico, yo no considero que la mujer empresaria esté a otro nivel. Las asociaciones de mujeres empresarias ayudan a participar a las empresas promovidas por la mujer en sus sectores y en las organizaciones territoriales que, a su vez, están plenamente integradas en sus propias confederaciones empresariales.

me Como presidenta de OMEGA, ¿cuáles son las excelencias más destacables del empresariado femenino?

IA: Yo destacaré su constancia, la manera en que emprende y su capacidad para ir superando barreras por mucho esfuerzo que le cueste. Ponen gran entusiasmo cuando quieren algo y sobre todo, destacaré lo bien que están llevando los temas de personal.

me Por el contrario, ¿cuáles son las asignaturas pendientes de este colectivo, que considera que necesitan acciones inmediatas para su superación?

IA: Una de las asignaturas pendientes es la falta de asociacionismo, que es un hecho en la realidad de la sociedad española. Si fuéramos más numerosas podríamos afrontar mejor los problemas del colectivo de empresarias. Otro reto a superar es el pequeño tamaño de las empresas promovidas por mujeres. Hay que incentivar a la mujer y animarla para que desarrolle su negocio, para que intente ampliar sus miras y expectativas. También hay que decir que en todo el empresariado, tanto masculino como femenino, tenemos carencias en

formación sobre las nuevas tecnologías. Desde las asociaciones hay que crear los planes suficientes para formar a las mujeres en estos sectores, sobre todo a las mujeres que viven en zonas alejadas de las urbes.

me Continuando en la línea de la pregunta anterior, ¿cómo se está enfocando el trabajo de OMEGA en este sentido?

IA: OMEGA es una Federación Profesional de ámbito estatal que se fundó con la idea de coordinar los esfuerzos de las dispersas asociaciones de mujeres de España. Entre los objetivos primordiales que OMEGA persigue destacan favorecer la creación de estructuras que amplíen el papel de la mujer en el desarrollo, mediante la mejora de sus condiciones de vida y la oferta de medios para participar en las actividades de producción y desarrollo comunitario y estimular la cantidad y calidad de la actividad empresarial y profesional de las mujeres, potenciando su profesionalización y su organización. Para nosotros es fundamental formar a las mujeres en este campo y dar a conocer la actividad empresarial y profesional de otros países, potenciando la colaboración entre las asociadas. Por último queremos defender los intereses determinados por la actividad económica de quienes la constituyen desde la representación de OMEGA en los distintos organismos estatales.

me Desde distintos ámbitos se pide a la Administración que articule medidas que faciliten a la mujer la conciliación del trabajo dentro y fuera de casa. ¿No cree que medidas de este tipo lo único que conseguirán será perpetuar el tradicional reparto de roles?

IA: Yo creo que desde esos ámbitos no se pide la conciliación para la mujer de su vida familiar y laboral, sino que se la piden por igual al hombre y la mujer. De hecho, la legislación actual,

en algunas leyes de referencia, como la Ley de permisos por paternidad/maternidad o la ley de excedencia, lo que trata es de poner en igualdad las condiciones en las que tanto hombre como mujeres pueden pedir determinados permisos.

me El 50% de las empresas gerenciadas por mujeres no tiene asalariados. Me gustaría que me comentase brevemente su opinión sobre el problema con el que se encuentran estas mujeres para mantener su negocio cuando quedan embarazadas, al ser muy escasa la aportación que reciben por baja maternal.

IA: Normalmente la mujer es autónoma. En determinadas épocas se organiza como mejor puede para cubrir las obligaciones en su condición de mujer al frente de su negocio. He conocido muchos casos y en todos, la mujer tras su maternidad se reincorpora la más rápidamente posible a su trabajo.

me Una de las principales dificultades con las que se encuentran las emprendedoras para poner en marcha su proyecto empresarial es conseguir los recursos económicos debido al escaso apoyo que reciben de las entidades financieras. ¿Qué piensa con respecto a la afirmación de que, en igualdad de condiciones, los bancos todavía son más reacios a conceder un crédito a una mujer que a un hombre?

IA: Es verdad. Yo lo digo muy a menudo. También es cierto que cuando una mujer consigue un crédito y empieza funcionar con una entidad bancaria determinada, es muy cumplidora en el ejercicio de sus obligaciones y suele ser muy leal a esa entidad. Lo que estamos haciendo en este sentido desde OMEGA es firmar convenios con entidades bancarias que permitan a nuestras asociadas acceder a créditos con condiciones preferentes y ventajosas.

me ¿Podría concretar alguno de estos convenios?

IA: Pues estamos negociando con Caja Madrid, el Central Hispano, el Banco Popular, y las condiciones son variables pero casi siempre es el Mibor más un punto o más dos puntos. Son siempre condiciones muy ventajosas con respecto a lo que hay normalmente. Y sobre todo, lo mejor para la mujer es no tener la necesidad de buscar abales propios, ya que ésta es una de las principales dificultades que encuentran a la hora de tener que solicitar un crédito.

“Desde las asociaciones debemos crear planes suficientes para formar a las mujeres en los sectores de las nuevas tecnologías, sobre todo a las que viven en zonas alejadas de las urbes”

me ¿Cuáles considera en la actualidad los sectores con más futuro para las emprendedoras?

IA: Los sectores de futuro son los relativos a las nuevas tecnologías. Las consultorías, las empresas de servicios informáticos, de diseño web, etc. Son negocios en los que la mujer está subiendo mucho. Yo misma me he lanzado en un proyecto en Internet que se llama Doctusnet.com. Consiste en un portal de vanguardia creado para satisfacer necesidades de comunicación y

de formación de personas, empresas e instituciones.

me ¿Existe alguna iniciativa que se vaya a poner en marcha con respecto a las empresarias o las emprendedoras en alguna de las múltiples asociaciones a las que pertenece de la que desee hacer especial mención?

IA: Desde OMEGA estamos a la espera del EQUAL en el que esperamos entrar en los diversos programas de las comunidades autónomas



para el periodo 2001-2006. También estamos desarrollando un programa llamado Plan de Consolidación y Competitividad de la PYME (PCCP) que dará especial cobertura a los proyectos dirigidos a colectivos de autónomas, artesanas y mujeres empresarias. Estamos intentando que sean beneficiarias el máximo número de empresarias y estará dirigido sobre todo a innovación y nuevas tecnologías. Todavía no está todo concretado pero es algo con lo que estoy muy ilusionada. □

Emprender en el 2001

Existe una amplia variedad de servicios y ayudas a los que se puede recurrir para abrir un negocio o iniciar una actividad empresarial. En estas páginas recogemos una muestra de algunos de los programas e iniciativas más interesantes para este año

Iniciar una actividad empresarial es siempre un proceso complejo que necesita tiempo, formación e información sobre aspectos tan diversos como figuras jurídicas, recursos económicos, planes estratégicos, nuevas tecnologías, o normativas vigentes en materias contractuales, medioambientales o fiscales por citar algunos. Existen numerosos organismos y entidades que ofrecen apoyo a la creación de empresas ya sea a través de actividades formativas, servicios de información, tutorías individualizadas o ayudas económicas. La dispersión de lugares a los que poder dirigirse para obtener la información es muy amplia. Para que no te pierdas, aquí te ofrecemos una recopilación de los lugares que ofrecen programas, iniciativas, actividades y ayudas a los que podrás recurrir si estás pensando en la opción del autoempleo.



Centro para mujeres emprendedoras

Dependiente del Área de Economía y Empleo del Ayuntamiento de Sevilla, este servicio se crea para fomentar el autoempleo y la cultura empresarial femenina. Tras la finalización de la iniciativa comunitaria 'Euroemprender en femenino', en junio de 2000, el Consistorio retoma la idea y "apuesta por las mujeres con fondos exclusivamente municipales", según su responsable, M^a Ángeles Martín.

Formación personalizada

El centro se adapta a las necesidades de las mujeres que demandan estos servicios, tanto en contenidos como en horarios y metodologías, por lo que serán ellas las que pidan qué necesitan. Aquí reciben información y formación totalmente personalizada en función de su actividad empresarial. "Si alguien desea hacer un curso sobre una técnica que debe conocer por las características de su negocio, viene aquí lo pide y se le financia parte de ese curso", explica la responsable del centro.

Han diseñado un itinerario empresarial al que se puede acceder de dos formas:

- a) A través de una convocatoria pública que finalizó el 23 de febrero, por la que se seleccionarán 13 proyectos empresariales a los que se les concederá una subvención a fondo perdido de 650.000 pesetas, además de formación, tutorías y otras actividades.
- b) A través de la base de datos en la que quedan registradas todas las usuarias de cualquier servicio del centro. Como explica Martín, "no tienen ayuda económica pero las beneficiarias deben saber que el coste de los servicios y la formación que reciben es superior a las 650.000 pesetas".

Ayudas para cuidar personas a su cargo

Otro interesante servicio que ofrece el centro es la posibilidad de recibir ayudas para el cuidado de personas dependientes de esa mujer (ascendientes o descendientes) mientras asisten a los servicios del centro. Cuando la empresa ya está constituida ofrecen un apoyo empresarial más directo a través de la publicidad. Por ejemplo, el pasado año se editó un catálogo y la fórmula que se use este año será consensuada por todas las interesadas. □

Para más información: Tfno: 954 590 927

Maria Gallego Jimenez. Pintora



C/ Campos Blancos, 10 - 3^oD. Tel: 958 32 12 02 - 18300 LOJA (Granada)

"8 de marzo, día de las mujeres"

Servicios que ofrece el Centro

1 Información - Animación
Asociacionismo
Información General
Actividades desde la
Perspectiva de Género

2 Asesoramiento Jurídico
Separación, Divorcio,
Malos Tratos,
Coacción,
Agresiones Sexuales

3 Formación y Empleo
Información laboral
y formativa
Cursos de:
Preformación,
Orientación
Profesional,

T.B.E.
y Animación nuevas
Tecnologías
Orientación
para el autoempleo
y dinamización

Excmo. Ayuntamiento de Loja,
Centro de la Mujer
C/ Duque de Valencia, 1
18300 LOJA Granada
www.aytoloja.org
centromujer@aytoloja.org



AYUNTAMIENTO DE LOJA

Del 5 al 22 de marzo. Del 5 al 22 de marzo. Del 5 al 22 de marzo.

Confederación de Empresarios de Andalucía (CEA)

La CEA cuenta con varios servicios y programas de los que pueden servirse los promotores para recibir asesoramiento y formación de personas con gran experiencia en el mundo empresarial.

SERVICIOS:

A) Unidad de Creación de Empresas

La Unidad de Creación de Empresas es un servicio permanente de la CEA para promover la aparición de nuevas empresas en Andalucía. Las principales líneas de actividad de este servicio incluyen:

- El asesoramiento y apoyo técnico a las iniciativas empresariales. Para ello organizan cursos de técnicas de gestión y creación de empresas, ofrecen ayuda en la elaboración del proyecto de empresa o el plan de viabilidad y dan respuesta en consultas puntuales.
- Una vez constituidas las empresas ofrecen tutorías empresariales.
- Fomentan la cooperación interempresarial a través de manuales de cooperación, el Boletín de Oportunidades

de Cooperación en Internet (www.cea.es) y una línea de asesoramiento técnico.

En la pasada edición el número de empresas creadas a través de este servicio fue de 75, más 96 proyectos a la UE.

B) Unidad de Empresa Joven

Esta unidad ofrece prácticamente los mismos servicios que la anterior pero está dirigida de forma específica a los promotores menores de 35 años. Las principales líneas de actividad son la promoción, asesoramiento, apoyo técnico y tutorías empresariales.

PROGRAMAS

Enmarcada en las líneas de trabajo de promoción y asesoramiento, cada año se desarrollan dos programas:

A) Fomento de Vocaciones Empresariales

Dirigido a los alumnos de los últimos años de Formación Profesional. La dinámica del programa incluye: visita a los centros de FP de la provincia para impartir charlas de motivación empresarial en las que se invita a los alumnos a presentar ideas de empresas, convocatoria para explicar a los alumnos cómo realizar un proyecto de empresa, asesoramiento en la elaboración del proyecto y celebración de un concurso en toda Andalucía. Este programa está dotado con un premio para el proyecto ganador consistente en una semana de formación para la gestión de la empresa y un premio en metálico para ayudar al inicio de la actividad.

B) Universidad Emprende

En este caso se dirige a los alumnos

universitarios. A grandes rasgos, las fases del programa incluyen:

a) Difusión del programa y celebración de unas jornadas sobre oportunidades de negocio en la provincia.

b) Desarrollo de un 'Seminario sobre Creación de Empresas'. Posteriormente se asesora individualmente a los interesados sobre la elaboración de un plan de empresa y se estudia la viabilidad del negocio. Los promotores que lo deseen recibirán apoyo técnico sobre exigencias legales y administrativas y podrán contar con un Comité de Asesoramiento formado por consultores de pymes.

c) Fase de lanzamiento: la CEA seguirá apoyando al emprendedor a través del Departamento de Pequeñas y Medianas Empresas.

El programa prevé la celebración de un Certamen de Creación de Empresas dotado con premios en metálico que, en la edición de 2000, han oscilado entre 500.000 y 1.500.000 pesetas.

Por último, y al margen del certamen, todos los proyectos presentados y considerados viables podrán participar en un Foro de Inversores en el que los emprendedores podrán contactar con los apoyos necesarios para su puesta en marcha.

RED DE COOPERACIÓN EMPRESARIAL

De reciente creación, esta red está integrada por empresas que llevan poco tiempo en funcionamiento. Su objetivo es que la colaboración entre promotores pueda servir para superar ciertos obstáculos que, de forma habitual, dificultan la consolidación de las empresas. □

(Para más información: 954 488 900)

Cámaras de Comercio

Las Cámaras de Comercio desarrollan múltiples iniciativas orientadas al fomento de la creación de empresas mujeres.

A) Programa de Apoyo Empresarial a las mujeres

Recientemente clausurada la edición de este año, al cierre de este número aún no estaba convocada la de 2001. No obstante, fuentes del Concierto de Cámaras Oficiales de Comercio, Industria y Navegación de Andalucía han adelantado que es muy probable que vuelva a renovarse este año. Está dirigido a mujeres con una idea o proyecto de negocio y/o con un plan de modernización o ampliación. Este programa se ha realizado hasta la fecha en colaboración con el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales y el Fondo Social Europeo. En la provincia de Sevilla, por ejemplo, han participado 19 mujeres con una media de edad de 34 años, y en el 100% de los casos han creado la empresas. Los sectores de actividad han sido servicio (78%), hostelería (11%) y textil (11%).

Almería

La Cámara de Almería, a través del Instituto de Creación y Desarrollo de Empresas, ha comenzado en febrero la selección para participar en un programa dirigido tanto a emprendedoras que quieran crear su propia empresa y dispongan de un proyecto, como a empresarias que deseen mejorar la rentabilidad de su empresa o abordar proyectos de expansión.

Se trata de un curso de 350 horas de duración con el que se pretende proporcionar una visión global de las áreas funcionales de la empresa para poder determinar oportunidades de mercado. Las participantes elaborarán un proyecto de empresa que además les servirá para argumentar su viabilidad ante entidades públicas y financieras.

Las distintas fases que abarca el proyecto son:

1. De la idea al proyecto: tutorización activa e individualizada y formación general en gestión empresarial.
2. Del proyecto viable a la apertura de empresa: seguimiento de los proyectos por parte de un consultor.
3. De la apertura a la consolidación: inclusión en 'Redempresa', una red cuya finalidad es fomentar



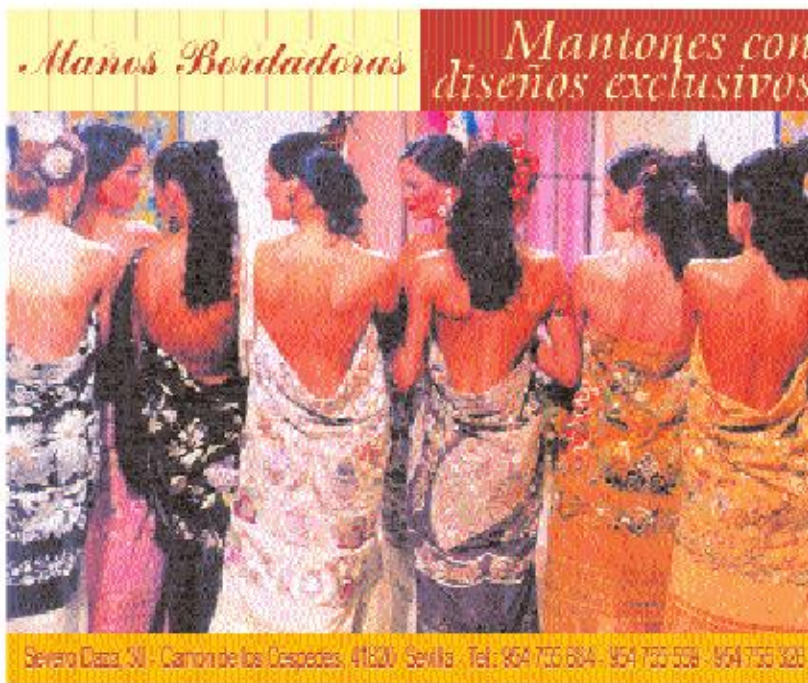
**Artesanía Floral
ARTELIZ**

Realice cuadros elaborados con flores y plantas naturales de la Comarca del Poniente Granadino recolectadas, prensadas y dispuestas en pasaportout artesanalmente por Emilia y Lucía Lizana

ARTELIZ les ofrece exclusivas láminas diseñadas a su medida

Trabaja por encargo sin ningún tipo de compromiso

C/Carretera de los Angeles, nº 1, 6º C.
18300 LOJA (Granada)
Tel.: 958 320 603 - 958 138 291
arteliz@terra.es - www.infgranada.es



Mantones con diseños exclusivos

Manos Bordadoras

Severo Díaz, 31 - Canon de los Osceles, 41800 Sevilla - Telf: 954 733 684 - 954 733 538 - 954 733 928

contactos entre empresas de sectores comunes o complementarios.

Las participantes recibirán formación en el área de marketing, estados financieros -familiarizándose con conceptos como balance, cuenta de resultados o amortización-, aspectos jurídicos, fiscales y laborales, aplicaciones informáticas y comercio exterior.

B) Otros programas

Las Cámaras de Comercio desarrollan otros programas no específicos para mujeres pero de los que, por supuesto, también pueden beneficiarse. En Sevilla, por ejemplo, se ha celebrado el 'Programa de Apoyo a los Autónomos de Sevilla' por el que se han creado 19 empresas, (15 hombres y 4 mujeres), con una formación media-alta y una media de 39 años. □

(Para más información: Concierto de Cámaras de Comercio, Industria y Navegación. Tfno: 954 211 005)



Instituto de Fomento de Andalucía

La Consejería de Empleo tiene en el IFA el instrumento para favorecer la creación de tejido empresarial. Entre la variedad de programas y ayudas (articuladas a través de los propios programas) que gestiona el Instituto destacan varios por su utilidad para las emprendedoras.

Programa Empresa Joven. Destinado a personas menores de 35 años y personas jurídicas en las que el 75% de los socios sean menores de esa edad, que quieran iniciar una actividad que exija una inversión de menos de 75 millones de pesetas, en los sectores turístico, industrial o de servicios. Serán susceptibles de recibir ayudas las actividades derivadas de los estudios empresariales para la elaboración del plan de empresa, las inversiones en activos fijos material e inmaterial y los costes de servicios de asesoramiento externo en el primer año de actividad. Las ayudas directas máximas podrán ascender al 46% de la inversión del proyecto, 2 millones de pesetas para el plan de empresa, y 1 millón para la línea de tutoría.

Convenio anual entre la Junta de Andalucía y Entidades Financieras. Creado para facilitar el acceso a financiación preferente de las pymes andaluzas de los sectores de indus-

tria, los servicios ligados a empresas, los proyectos del programa Empresa Joven y las empresas de la economía social.

Las ayudas de apoyo a la inversión empresarial.

Destinadas a facilitar la creación y modernización de las empresas andaluzas (industriales y de servicios) a través del apoyo a la inversión en activos materiales e inmateriales. Los jóvenes que participen en el Programa Empresa Joven gozarán de tratamiento preferente en esta línea de ayudas.

A pesar de que para la concesión de cada ayuda se requieren unos requisitos específicos existen unas condiciones y criterios de valoración básicos para acceder a ellas que cualquier interesado puede consultar en la página web del IFA (www.ifa.es).

Los instrumentos financieros con los que cuenta este organismo para articular los programas que a su vez articulan las ayudas pueden ser de dos tipos. Para las inversiones de inmovilizado se usan ayudas reembolsables, ayudas directas y subsidiaciones de intereses. En cambio para la contratación de servicios se utilizan las ayudas directas de servicios. □

Consejería de Empleo y Desarrollo Tecnológico

Las medidas de apoyo al autoempleo permiten la constitución en trabajadoras autónomas de las mujeres que se encuentren desempleadas, a través del apoyo a un proyecto viable en los aspectos técnicos, económicos y financieros. Las ayudas pueden llegar a las 750.000 pesetas a fondo perdido, subvenciones para bonificación de los tipos de interés y ayudas reintegrables a la inversión.

En cualquier caso, en las distintas políticas de fomento de empleo de la Consejería se establece como principio el de la discriminación positiva a fin de favorecer la integración en el mercado laboral de colectivos tales como los jóvenes y las mujeres. □

(Para más información tño: 955 048 500)

Instituto Andaluz de la mujer: Centros VIVEM

Desde 1995, el IAM desarrolla el programa VIVEM, una iniciativa por la que, en los últimos cuatro años, se han creado más de 1.000 empresas en toda Andalucía, en el marco de la iniciativa comunitaria NOW.

Se trata de un programa que ofrece asesoramiento, formación y tutorización a todas las mujeres que deseen poner en marcha su propia empresa, sea cual sea el grado de maduración en el que tienen la idea, desde las que ya llegan con todo pensado, pasando por las que lo único que tienen es un local y no saben qué hacer con él, hasta las que ya son empresarias y desean formación

o asesoramiento en cualquier tema relacionado con la empresa: ampliación del negocio, créditos ayudas y subvenciones, etc. Tal y como detallamos ampliamente en el número de febrero de Mujerempresadora, consta de 4 fases pero el itinerario a seguir se diseña de forma totalmente individualizada y la fase a la que acceden depende del perfil de cada una. □



Armas de Mujer

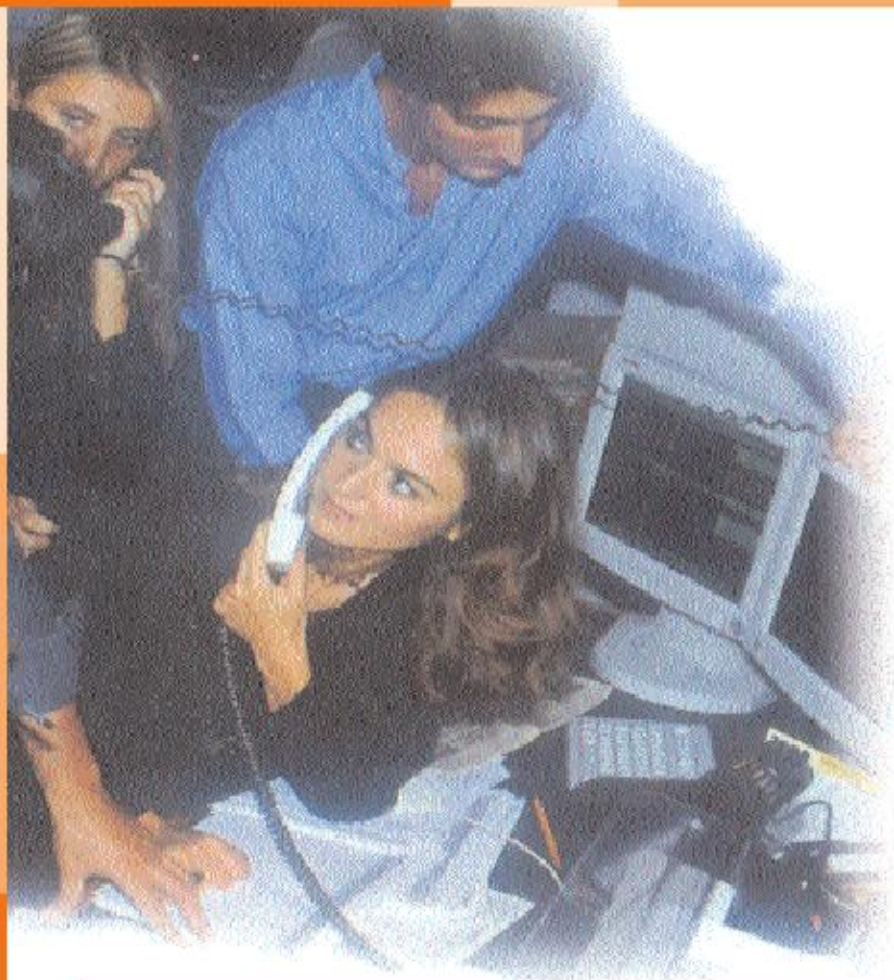
Nuestro propósito es que te sientas informada de verdad en todo momento. Diariamente te ofrecemos la mejor y más completa información para que conozcas todo aquello que necesitas saber para afrontar cada nuevo día.

Y además, todos los sábados, "Mujer de Hoy", un especial con el que pretendemos dar respuesta a tus inquietudes e intereses sobre las relaciones familiares, laborales, el hogar, la belleza...



Los Sábados con Diario de Sevilla





Instituto de la Mujer (Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales)

A) Programa de Emprendedora a Empresaria

A través de este programa, las mujeres pueden disponer de información socioeconómica, financiera y legal, asistencia técnica, formación en cuestiones puntuales de gestión empresarial y estrategias comercia-

les y organización de encuentros interempresariales. Este programa se ha ejecutado en el 2000 con el desarrollo del Programa de Apoyo Empresarial a las Mujeres, en colaboración con el Consejo Superior de Cámaras de Comercio, Industria y Navegación y las Cámaras de Comercio.

B) Programa de Formación de Emprendedoras

Llevado a cabo en colaboración con las Escuelas de Organización Industrial, se ha realizado en algunas provincias españolas como Madrid o Sevilla. Está dirigido a la creación de nuevas empresas y potenciación de las ya existentes. Son cursos de gestión empresarial y se adaptan a las necesidades industriales, tecnológicas y medioambientales. También se ofrecen planes estratégicos para pymes a medio y largo plazo.

C) Iniciativas Empresariales de Mujeres en el Medio Rural (Red GEA)

Impulsado en colaboración con la Junta de Andalucía y la Federación Nacional de la Mujer Rural, se trata de una red integral de servicios de asistencia técnica individualizada y formación para la creación y gestión de empresas en todos los sectores potenciales del medio rural. Esta red recoge la posibilidad de optar a premios en metálico para las iniciativas más innovadoras por un importe máximo de hasta 30 millones de pesetas. GEA también ofrece la detección de nuevos yacimientos de empleo para su activación por mujeres en el medio rural.

Está dirigido a mujeres autoempleadas o con una actividad complementaria a la explotación agraria o ganadera, a mujeres que deseen iniciar una actividad económica o poner en práctica un negocio.

Pepa Garrido

Trajes de Flamenca

D) Ayudas al Empleo

'Emprender en femenino'

Aún no se ha publicado la convocatoria para este año. Es un programa de apoyo a la actividad en los nuevos yacimientos de empleo (especificados en el *Libro Blanco de crecimiento, competitividad y empleo* de la Comisión Europea) dirigido a mujeres constituidas como autónomas, a través del que se conceden subvenciones a fondo perdido de hasta 1 millón de pesetas.

E) Convenio entre el BSCH y el Instituto de la Mujer

Línea específica de financiación para la concertación de créditos a proyectos empresariales para mujeres. El importe del crédito podrá cubrir hasta el 70% de la inversión prevista y se establecen periodos de carencia para la amortización de los créditos y tipos de interés más favorables. El convenio prevé la concesión de un crédito rápido y una línea de descuento de papel comercial de hasta 50 millones de pesetas.

Todas estas iniciativas quedan pendientes de la convocatoria para el nuevo marco 2001-2006, si bien, desde el Instituto de la Mujer confirman que, en el caso de no conseguir financiación europea para estas actividades, el interés y utilidad de muchas de ellas, justifican la búsqueda de nuevas formas de financiación. □

Ayuntamiento de Jerez

El CEM es un proyecto puesto en marcha por el Instituto de Promoción y Desarrollo de la Ciudad en colaboración con el Área de Salud y Género del Ayuntamiento y la Asociación de Empresarias 2000. Su objetivo es promover la igualdad en el sector empresarial. El CEM cuenta con un amplio programa formativo y servicios de formación y asesoramiento gratuitos. Tienen prevista la impartición de los siguientes cursos de formación para empresarias: Fiscalidad y Tributos (5, 9, 12 y 16 de marzo), Gestión informática (19, 23, 26 y 30 de marzo), Finanzas para no Financieros (16, 18, 21 y 23 de mayo). El CEM tiene previstas ayudas económicas para las emprendedoras para las inversiones necesarias en la creación de sus empresas y para las empresarias que tengan planes de expansión, innovación y generación de empleo femenino. □

Federación Provincial de Comerciantes de Sevilla (APROCOM)

La Federación de Comerciantes de Sevilla, ha puesto en marcha en febrero, el 'Programa de Apoyo a la Creación de Comercios', pionero en España por su grado de especialización. Financiado por la Consejería de Empleo y Desarrollo Tecnológico, el programa está dirigido a todos los que quieran montar su propio negocio y tendrá 6 meses de duración. Los participantes realizarán un curso y podrán conocer los problemas reales con los que tendrán que enfrentarse cada día. Además, asistirán a ferias y certámenes donde conocerán de primera mano la situación del sector escogido. □

(Para más información: 954 560 312. Srta. Salud)



Master System Quality 2000, la calidad en su máxima expresión



Cualquier empresa que tenga un contacto directo con el consumidor final es susceptible de contratar los servicios de esta consultoría, gerenciada por dos emprendedoras que, viendo las deficiencias en los servicios de atención al cliente en todos los sectores, deciden arriesgarse y montar un negocio en el que la máxima es que sus empresas-clientes consigan ofrecer los más altos niveles de calidad

Tras un amplio proceso de investigación que les llevó ocho meses, en diciembre de 2000 abrieron su negocio M^a José La Cuesta, licenciada en derecho, y Lizbet Pratt, relaciones públicas. La idea no tiene precedentes en toda España. Se trata de un servicio de consultoría de control de calidad y atención al cliente. A través del

que siguiendo un procedimiento creado por estas dos empresarias, se pueden alcanzar excelentes niveles de calidad en el servicio al cliente.

Luchando contra viento y marea decidieron autoemplearse motivadas por la difícil situación del mercado laboral y "porque sólo nos ofrecían trabajos basura", comenta Lizbet Pratt, "pero si fuera por las opiniones que hemos reci-

bido seríamos una bonita idea que nunca se habría puesto en marcha. Ha sido muy duro convencer".

La investigación desarrollada les confirmó que existe una tremenda fuga de dinero porque no se ofrece un buen servicio de atención a los clientes. "Esta situación no sólo es culpa de la persona que atiende al cliente, sino de los empresarios que no quieren gastar dinero en este tipo de formación". Por ello su propuesta se centra en convencer al empresario de que el dinero que emplee en sus servicios regresará en forma de clientes satisfechos y fidelizados.

Diagnóstico y control

Su trabajo se desarrolla en varias fases. "En la primera fase -de diagnóstico- nuestro grupo de colaboradores se hace pasar por clientes, y en la empresa que nos ha contratado no saben que se les está auditando". Posteriormente se comunica a la plantilla en pleno los resultados de este primer análisis y se da comienzo al periodo de formación, "y a partir de ahí ya trabajan bajo nuestro concepto".

"La segunda fase es prácticamente una labor de espionaje", explica Pratt. Se trata de otra serie de auditorías mediante las que los colaboradores controlan si se están poniendo en práctica los parámetros de calidad marcados por Master Quality. "En esta fase otorgamos un cierto margen de error porque

El dinero que el empresario gasta en nuestros servicios regresa en forma de clientes satisfechos y fidelizados

somos conscientes de que no se pueden cambiar rápidamente todos los malos hábitos cultivados a lo largo de muchos años". No obstante, matiza Lizbett, "hay aspectos en los que no admitimos fallos. Por ejemplo, en un camarero es imprescindible la pulcritud en su aspecto físico y que emplee siempre expresiones como *por favor* o *gracias*".

Certificación

Si en la fase de control todo ha ido correctamente, Master Cuality otorga su certificación al local, con la que garantizan que ese negocio tiene la capacidad para atender con excelencia al cliente. "A partir de este momento, nosotras nos responsabilizamos de cualquier problema con los clientes de esa empresa". Para ayudarse en su labor, esta consultoría cuenta en cada caso, con un profesional relacionado con el sector de cada cliente.

Los servicios que ofrece esta empresa incluyen un servicio de guardia de 24 horas, mediante el cual queda totalmente garantizado el cuidado del cliente. Además de otorgar el certificado a la empresa, los empleados de la misma también reciben un diploma y pasan a formar parte de la bolsa de trabajo de Master Cuality, a través de la cual las empresas interesadas podrán recibir información fiable y veraz de las cualidades profesionales de esa persona. "Ofreceremos la información sobre los trabajadores de forma clara y sin tapujos, es decir, expondremos tanto sus habilidades como sus defectos, si los tiene", explica Pratt.

Posteriormente se llevan a cabo la cuarta y quinta fase en la que se realizarán auditorías de seguimiento y corroboración del control en la que se mantiene un diario de cada cliente. "En este informe reflejamos el estado de la empresa y los empleados, y confirmamos que nuestra garantía termina al

Convencer a un camarero con 20 años de profesión de que tú le puedes enseñar cómo hacer mejor su trabajo es muy difícil y más si eres una mujer joven

año de haber formalizado el contrato, que por supuesto puede ser renovado. A partir de aquí ya no podemos responsabilizarnos de sus clientes y retiramos nuestro sello con el objetivo de poder garantizar que dónde esté habrá calidad".

Si bien se han encontrado con muchas puertas cerradas y dudas sobre su proyecto, las dos socias de Master Cuality también han encontrado apoyos. "En la Cámara de Comercio nos han tratado muy bien", comentan, "nos pusieron un tutor que todavía tenemos, que te orienta sobre los pasos que debes dar y cuándo". Allí realizan además un seguimiento posterior de la empresa y le ofrecen la posibilidad de recibir cursos de formación.

Otro de los lugares del que se muestran especialmente satisfechas es de la Sociedad para el Desarrollo Económico y Fomento del Empleo (SODEFESA) en Mairena del Aljarafe (Sevilla). "Con ellos hemos tenido un tutor técnico estupendo que nos asesoraba sobre qué tipos de subvenciones había, cuál nos convenía, los plazos, etc."

No obstante, las trabas encontradas en el camino han sido duras y numerosas, y aún ahora, con su empresa en marcha, continúan las dificultades. "Es muy difícil convencer a un camarero con 20 años de experiencia de que tú, una mujer joven, le puedes decir cómo hacer mejor su trabajo", explican. "Pero cuando tienes la información para argumentar que el servicio puede ser mejor y lo entienden, hacen todo lo que le digamos".

Master Cuality ofrece otros dos servicios adicionales de asesoramiento, uno de imagen y otro jurídico. El departamento de imagen es responsabilidad de Lizbet. "Hay empresas donde tienen dinero pero no consideran estos aspectos como algo fundamental de su negocio. Nosotras les ofrecemos un proyecto de decoración e imagen de los empleados, en fun-

ción de los medios de los que dispongan. Este servicio se puede contratar de forma esporádica o a través de una iguala y durante todo el año, le cambiaremos la decoración del local en fechas especiales, sin ninguna molestia para ellos ya que llegamos por la noche con nuestro equipo, y a la mañana siguiente ya está todo montado". Del servicio jurídico se encarga M^{ra} José La Cuesta. Las empresas suelen trabajar con su propia gestoría pero "hay muchos aspectos que el gestor no conoce sobre asesoramiento legal. Por ejemplo, nos hacemos cargo si un cliente hace una reclamación o les pone una demanda". Master Cuality acaba de empezar pero su sensibilización con respecto al desempleo les lleva a afirmar que quieren generar empleo y apostar por las mujeres. Entre sus proyectos más inminentes se incluye la participación en el Foro de la CEA, organización de la que han recibido un gran apoyo, y orientar su negocio hacia el sector turístico público. □



FICHA TÉCNICA

Nombre de la empresa:

Master System Cuality 2000 S.L.

Actividad:

Auditoría de control de calidad y atención al cliente

Número de trabajadores:

2 fijos y 15 colaboradores

Dirección:

Amor de Dios, 38. Sevilla

Tel: 954 380487

Web:

www.mastercuality@yahoo.es



M^a Ángeles Tejada,
Consejera Delegada de SELECT. RRHH

Las buenas directivas

No sé cuántos años llevamos las mujeres buscando el simple reconocimiento profesional, explicando que estamos hartas de dirigir pymes tan complejas como una familia, con su área de administración, transporte, aprovisionamiento, gestión de compras, almacén y stocks y, encima, organizar recursos humanos con un equipo poco colaborador y a menudo no preparado para las funciones encomendadas.

Por tanto, me parece que la capacidad y la competencia está demostrada hace siglos y de la actitud y la motivación teniendo en cuenta que según dicen los expertos está vinculada al reconocimiento, y éste más bien escasea, es milagroso que sepamos sobreponernos animándonos frente al espejo sin esperar que nadie valore nuestro trabajo.

De lo que se trata ahora es de demostrar que además de trabajadoras y gestoras todoterreno, también podemos ser capaces de aportar nuestra granito de sentido como directivas.

Que las estadísticas nos coloquen con menos de un 15 % sobre el total de mandos directivos, más que un dato es una vergüenza de la que no cabe alardearse sino resolver por el camino de la cualificación y el mérito profesional.

Para aquellas lectoras directivas que quieran seguir siéndolo y para las

aspirantes les diría que existen unos requisitos básicos que merece la pena ser utilizados.

De entrada la titulación es básica, aunque no imprescindible, pero si piensas ascender o acceder a un puesto directivo, es muy importante poseer los conocimientos solicitados, o por lo menos un 'titulín' que presuma que los tienes.

El otro punto importante, probablemente mucho más que el anterior, es la experiencia. Si quieres dirigir tienes que conocer y sólo se conoce lo que se ha aprendido y practicado. Deberás acreditar experiencia en el tema principal y en aquellas áreas que lo comprenden pues normalmente no se empieza a trabajar dirigiendo.

No olvidarnos de la componente humana, la directora es la que mejor sirve a los demás y el camino es la comunicación. La buena dirigente sabe llegar a la gente para poder obtener lo mejor de cada uno y esto es una habilidad que se posee o se aprende, de lo contrario es imposible organizar el trabajo de un equipo, por tanto tu perfil humano es muy importante.

También tu visión sobre las cosas, sobre el futuro, la capacidad de innovar. La dirección no es sólo una oportunidad sino una vocación y como tal



se cultiva constantemente y se proyecta hacia delante. En esta faceta nuestra intuición será sin duda nuestra mejor aliada, pero perdiendo el temor a defender lo que "puede ser", la directiva siempre va por delante.

Todo esto no te garantiza un puesto directivo, pero sin duda puede ayudarte o por lo menos si lo cultivas puedo asegurarte que trabajarás más satisfecha, mucha suerte. □

PLAN DE FOMENTO DE LA CULTURA EMPRESARIAL DE MUJERES

Mujer Empresaria:

El Área de la Mujer del Excmo. Ayto. de Utrera, te ofrece los siguientes servicios gratuitos:

Proporcionamos información-orientación sobre:

- Creación de Empresa
- Asesoramiento sobre actividad empresarial
- Formación



Excmo. Ayuntamiento de Utrera

Área de la Mujer

Plaza de Gibaxa, 1 - 41710 - Utrera (Sevilla)
Tel.: 955 865 706 - Amutrer@dipusevilla.es



Inmaculada Díaz López, Abogada

Sobre la polémica ley del menor

De vez en cuando nuestra sociedad se ve sobrecogida por trágicos y violentos sucesos protagonizados por menores de edad. Al estupor propio de quienes contemplamos impotentes como jóvenes adolescentes, aparentemente normales y rodeados de un ambiente familiar, social y económico estables son capaces de cometer actos de una violencia sin límites, hemos de unir el que está produciendo la entrada en vigor de la Ley del Menor en determinados casos.

Esta Ley, que desde enero es de obligada aplicación a todas aquellas personas entre 14 y 18 años que cometan actos delictivos, está siendo objeto de muchas críticas por la colectividad, pero entiendo que no todas son fundadas.

La Ley del Menor surge como un intento de proteger a aquellos jóvenes que han delinquido ofreciéndole la posibilidad de ser reeducados, de orientar su vida de forma que se adapten a las exigencias de la convivencia social y así evitar en lo posible que vuelvan a delinquir. Para ello, se parte de la base que no debe tratarse a un menor de edad como si fuera un adulto por muy grave que haya sido el delito cometido, entre otras causas, porque no tienen completamente desarrollada, entre otras, la capacidad de comprensión, la de discernimiento entre lo lícito y lo ilícito, ni la capacidad de autodeterminación, es decir, para dirigir sus propios actos.

De este modo, se contemplan una serie de medidas sancionadoras que van desde la amonestación por el Juez o lo que es lo mismo, una especie de regañina encaminada a advertirle que no debe volver a comportarse mal, hasta la medida de internamiento en un centro vigilado, pasando por las prestaciones en beneficio de la comunidad o la realización de tareas socio

educativas, como p.e asistencia a talleres ocupacionales.

Pero volviendo al planteamiento inicial, la sociedad ha de tener claro que en el caso de un asesinato cometido por un menor éste no va a quedar impune, aunque sí es preciso señalar que, lógicamente, las penas son muy inferiores a las que establece el Código Penal.

En primer lugar, el Juez tiene la facultad de adoptar unas medidas cautelares antes de que se celebre el juicio, es decir de prevención y que será el internamiento para los delitos muy graves. El internamiento como medida cautelar tendrá una duración de tres meses que podrá ser prorrogada durante otros tres más.

Hay que diferenciar entre los menores de 14 a 16 años y los de 17 a 18 años. Los primeros sólo podrán ser condenados a una medida de internamiento de dos años y los segundos hasta cinco años. Sin embargo para los delitos graves o muy graves, se puede complementar esta medida por otra de libertad vigilada con asistencia educativa hasta otros cinco años. Si ha cometido varios delitos podrá ser condenado con otras medidas que se cumplirán de forma simultánea o sucesiva según los casos.

Resaltar que cuando la persona que haya sido juzgada con arreglo a esta Ley alcance los 23 años de edad sin que haya cumplido en su totalidad la medida, pasará a un centro peniten-

ciario conforme al régimen ordinario, es decir que

ingresará en prisión hasta que finalice la condena.

Durante el tiempo de cumplimiento de la medida, la entidad pública de la que dependa el centro emitirá unos informes periódicos sobre la evolución del menor. Igualmente señalar que los menores internados tendrán unos derechos, de entre los que es destacable el derecho a una formación laboral adecuada, a comunicarse libremente con sus padres, familiares y otras personas, a recibir enseñanza básica obligatoria o recibir una formación educativa adecuada a sus circunstancias.

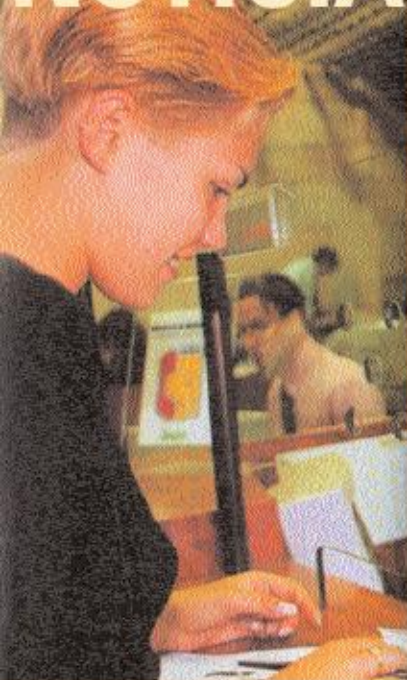
Los centros no son prisiones pero tampoco son residencias de descanso. Existen obviamente medidas de vigilancia y seguridad, así como un régimen disciplinario que establece sanciones a las conductas que infrinjan las normas del centro.

Por último, reflejar que si la acción delictiva ha originado daños y perjuicios serán los padres o tutores quienes respondan junto con ellos y con sus bienes de la indemnización a la que sus hijos sean condenados.

En resumen, si bien es cierto que lo que llega al gran público como aspectos noticiables son aquellos más morbosos o sangrantes, la realidad suele ser otra y afecta a una generalidad de casos a todos los cuales intenta dar respuesta esta Ley aunque, en último término, como suele suceder en todos los órdenes de la vida, su eficacia dependerá de la aplicación efectiva de la misma. □

A CUADROS

TALLER DE ENMARCACIÓN



Fomento del empleo femenino desde la Universidad de Almería

Diez alumnas de la Universidad de Almería realizarán prácticas laborales en empresas de distintos países de la UE, gracias

al programa 'Univertecna', que se desarrolla en la Unidad de Fomento al Empleo en colaboración con el Instituto Andaluz de la Mujer (IAM). Este programa ofrece un itinerario para las universitarias de carreras técnicas y experimentales, que abarca distintos ámbitos: orientación laboral, formación en idiomas, informática y habilidades directivas, prácticas en empresas de la provincia de Almería, así como viajes de investigación y prácticas en un país de la UE. 'Univertecna' se encuentra actualmente en su fase final, en la que las alumnas participantes comenzarán las prácticas profesionales. Para los viajes de investigación y prácticas en la Unión Europea se han seleccionado los diez mejores proyectos de entre las veinte participantes del programa, que recogen información sobre la investigación que han estado realizando en relación con los objetivos profesionales.

Los viajes de investigación consisten en estancias de un mes de duración en un país de la UE. Las alumnas podrán conocer el tipo de tareas que se desarrollan en los puestos de trabajo relacionados directamente con sus titulaciones. De las diez participantes, seis se dirigirán a Viena (Austria) y dos a Montpellier (Francia). El destino definitivo de las dos plazas restantes aún está por decidir. □

La Diputación onubense y el IAM firman un convenio para mejorar las oportunidades de inserción laboral en la Cuenca Minera

El Instituto Andaluz de la Mujer ha firmado un convenio con la Diputación de Huelva al objeto de proporcionar a las mujeres de la zona de la Cuenca Minera, los instrumentos necesarios para que ellas mismas diseñen y desarrollen su propio itinerario de inserción de empleo.

El convenio, dotado con 7 millones de pesetas, proporcionará a las mujeres un acompañamiento individualizado en todo el itinerario y desarrollar cursos para mejorar sus oportunidades de inserción laboral, sobre todo en materias como las nuevas tecnologías y la creación de empresas. Con el acuerdo suscrito, las instituciones implicadas pretenden, asimismo, analizar las oportunidades de empleo y autoempleo en las zonas de actuación, en su mayoría pequeños municipios. □

La franquicia 'Retoucherie de Manuela' fija su sede en Madrid

La expansión experimentada en los últimos años por la franquicia pionera de arreglos y transformaciones en prendas de vestir, 'Retoucherie de Manuela' ha aconsejado el traslado de su sede central de Marbella a Madrid. El objetivo de la firma es facilitar la gestión centralizada del fuerte crecimiento previsto para 2001, tanto en número de establecimientos como en resultados.

En esta línea se enmarca la inclusión en su plantilla de ejecutivos con experiencia, iniciada con la incorporación de Alberto Baena (en la imagen) como director de expansión del grupo.

Los planes de expansión de la franquicia para este año incluyen la apertura de 15 establecimientos en Madrid, además de continuar con el fuerte ritmo de implantación mantenido durante los tres últimos años en el resto de España, Reino Unido, Francia, Portugal y Venezuela. Asimismo, la firma está negociando actualmente con inversores americanos la apertura de masters en el resto de Iberoamérica, Canadá y EEUU. En Europa negocia también en estos momentos, la constitución de masters franquicia para Francia y Reino Unido. 'Retouchene de Manuela' comenzó a ser franquiciado en 1998 y entre sus logros destacan la creación de empleo para mujeres. □



Extremadura en Sevilla

Bajo este título, la Casa de Extremadura celebró en febrero su semana cultural en la capital andaluza, con el objetivo de dar a conocer las excelencias de esta región. En este contexto se enmarca la conferencia de la directora general de la Mujer de la Junta de Extremadura, Josefa Saavedra, quien expuso la evolución que la mujer ha protagonizado en la sociedad extremeña en los últimos años. En su intervención, Saavedra destacó la gran labor que el movimiento asociativo está realizando como elemento dinamizador de las zonas rurales. "Desarrollan programas muy importantes en colaboración con las instituciones. Su papel ha sido además fundamental en los programas de educación para adultas, y ahora podemos decir que el índice de analfabetas en Extremadura se ha igualado con el resto de España".

La directora general se mostró especialmente satisfecha por la próxima creación del Instituto Extremeño de la Mujer (IEM), lo que implicará que todas las Consejerías destinen parte de sus presupuestos al desarrollo de políticas de igualdad. El IEM contará además con una bolsa de empleo. En los últimos años, el paro femenino ha descendido un 18% en Extremadura, pero aún existen problemas como la desigualdad en los salarios y el acoso sexual. Para paliar estas desigualdades están potenciando el autoempleo. "El perfil de emprendedora es una mujer con 40 años que abandonó los estudios para casarse y que ahora necesitan formación. A través de programas europeos



están accediendo más fácilmente a la educación y las subvenciones". La asignatura pendiente de la Administración ahora es, según Saavedra, ayudar a la comercialización. Para ello abrirán un espacio -La Casa del Comercio probablemente- donde se analizarán los productos y se determinará si tienen que mejorar. Asimismo también proporcionarán un mínimo de contactos comerciales, no sólo en España, sino fuera de nuestras fronteras. □

ACTIVIDADES QUE REALIZA EL C.M.I.M DE BRENES

Talleres

Estar en forma: Andar es saludable
2ª Quincena de Enero de 2001

Informática Básica
Febrero 2001

Cómo utilizar el "Euro"
2ª Quincena de Marzo de 2001

Cómo hacer guiones para el cine
Marzo 2001

Comparte tus aficiones, (Croché, Punto de Cruz,...) entre amigas/os
2ª Quincena de Enero de 2001

Planificación Estratégica de Asociaciones y movimientos de voluntariado
Febrero de 2001

Aprender a vivir mejor
Marzo de 2001

Autoexploración mamaria
Abril de 2001

Menopausia: el antes y el después
Abril de 2001

Orientación Profesional
Por determinar

Jornadas

I Jornada de Cine Cubano
Febrero de 2001

II Jornadas Feministas de la Mujer en el Cine
8, 15 y 22 de Marzo de 2001

Jornadas de Prevención de los Accidentes de Tráfico
Abril de 2001

Actividades conmemorativas del Día Internacional de la Mujer
1ª Semana de Marzo de 2001

Semana de Cine y Literatura
Abril de 2001

Charlas - Coloquio

Ciclo de Derecho: Laboral, de Familia y Penal
Desde Febrero a Junio de 2001

Ciclos de Charlas sobre Salud y Bienestar
Desde Febrero a Junio de 2001

Charlas y Visitas socioculturales
Por determinar



Mujer al volante

La mujer conductora española mantiene un comportamiento vial menos infractor que los hombres, según un estudio realizado por la compañía de seguros Línea Directa Aseguradora. Los resultados de este estudio arrojan una puntuación media en la realización de infracciones de 1,89 para la mujer, frente a los 2,42 puntos de los hombres (siendo 0 la ausencia total de infracciones).

Las mujeres respetan más las normas de velocidad que los hombres.



M^o Dolores Dancusa, Secretaria General de Línea Directa Aseguradora

Jornada sobre la integración laboral de los discapacitados en la economía social

El pasado 22 de febrero se celebró en el Pabellón Fundación ONCE, la 'I Jornada sobre Economía Social e Integración Laboral de Discapacitados', una iniciativa de CEPES-A, la Fundación ONCE, Fundosa Social Consulting y CEPES España.

La sesión, que contó con la presencia del consejero de Empleo de la Junta de Andalucía, José Antonio Viera, se centró en orientar e informar sobre los incentivos a la creación de empleo en Andalucía para las personas que sufren alguna discapacidad. A este respecto, en la normativa andaluza existen los Programas de Promoción de la Economía Social que fomentan la actividad empresarial y el autoempleo colectivo a través de cooperativas y sociedades laborales. Dichos programas no contienen especificidades para discapacitados pero éstos, sí son beneficiarios de sus medidas, entre las que se encuentran las subvenciones reintegrables de entre el 20% y el 50% de la inversión, o las subvenciones de intereses con un límite de 500.000 pesetas por socio trabajador y avales financieros. En la empresa ordinaria, la Junta contempla ayudas y subvenciones que pueden alcanzar las 500.000 pesetas para la contratación específica de discapacitados en las modalidades de indefinidos a tiempo completo o parcial y contratos de duración determinada.

Entre la documentación editada con motivo de la jornada se incluyen dos folletos en los que se recopilan todos los incentivos a la creación de empleo en la economía social y en empresas ordinarias, tanto en el ámbito estatal como regional, y las medidas alternativas a la obligada cuota de reserva del 2% a favor de trabajadores discapacitados en empresas de 50 o más trabajadores. Estas otras medidas a las que pueden acogerse las empresas son, por un lado, la contratación de un trabajador autónomo discapacitado o de un Centro Especial de Empleo (CEE) para realizar servicios ajenos o suministros a la empresa y, por otro, la realización de donaciones o patrocinios relacionados con la inserción laboral y la creación de empleo en favor de los discapacitados. No obstante, la excepcionalidad para poder acogerse a las alternativas sólo se concederá en los casos en los que los Servicios Públicos de Empleo no puedan atender las ofertas de empleo para este tipo de trabajadores o cuando las empresas acrediten razones que dificultan la incorporación de discapacitados en sus plantillas. □

Concretamente, la media de velocidad de la mujer en una autovía es de 115,7 km/h, mientras que los hombres alcanzan los 124,33km/h. Esto se traduce en que un 19% de las mujeres y un 38% de los hombres superan el máximo de la vía. Según este estudio "el perfil de la mujer conductora española dibuja a una persona práctica, que trabaja fuera de casa, con unos valores y una visión de la vida que marcan las diferencias entre el hombre y la mujer". En cuanto al uso del vehículo, el 66% de las conductoras lo utilizan a diario y fines de semana, con una media de 73 minutos los días laborables y 86 los fines de semana. La cifra aumenta hasta el 75% cuando se hace referencia a mujeres que trabajan fuera de casa. Entre los hombres en cambio, el 76% utiliza el coche todos los días, con 99 minutos de media diaria y 109 los fines de semana.

Entre ambos sexos, a medida que desciende el nivel socioeconómico es mayor el deseo de cambiar de coche, pero las mujeres son las menos interesadas en prescindir de otras cosas por un coche ostentoso (el 1,38% frente al 1,50% de los hombres), algo coherente con la afirmación de que el hombre presenta una elevada capacidad de proyección de su imagen a través del vehículo. □

8 de marzo

Actividades del día 8 de marzo

Ayuntamiento de Camas (Sevilla)

El Centro Municipal de Información a la Mujer ha organizado las siguientes actividades en torno a la fecha del 8 de Marzo:

Lunes 5 de marzo:

Charla-coloquio 'Municipalismo y Mujer'. Salón de Actos del Ayuntamiento. 18,00 h

Martes, 6 de marzo

Cine-forum: proyección de la película 'Solás' de Benito Zambrano. Salón de Actos del Ayuntamiento. 17,00 h

Miércoles, 7 de marzo

Programa de radio 'Nosotras' De 11,00 a 12,00 h. Invitadas Estrella Borrero, delegada de la Mujer del Ayuntamiento de Camas, Montserrat Aránzazu, asesora jurídica del CMIM y Amanda Copete, animadora-informadora del CMIM.

Actividades organizadas por distintas asociaciones de mujeres del municipio. Salón de Actos del Ayuntamiento. A partir de 17,00 h.

Jueves, 8 de marzo

Marcha de Mujeres: 'Caminemos hacia la igualdad'. Salida: Pza. Nuestra Señora de los Dolores. 11,00 h.

Ayuntamiento de Sevilla

II Feria de las Mujeres. Organiza la Delegación de la Mujer del Ayuntamiento de Sevilla. 3 y 4 de marzo.

Foro de encuentro debate de los distintos colectivos de mujeres. Objetivo: sensibilizar hacia la problemática y la desigualdad, aislamientos y desconocimiento real que afecta a las mujeres.

Instituto Andaluz de la Mujer (IAM)

4ª edición de los premios Meridiana, destinados a distinguir la labor desarrollada por personas, colectivos o instituciones en la defensa de la igualdad de derechos entre mujeres y hombres. Se convocan cuatro modalidades: medios de comunicación social, proyecto empresarial de mujeres, persona o colectivo que destaque en la defensa de la igualdad y proyecto educativo.

IAM-Jaén

2 de marzo: Exposición fotográfica '10 años después de la guerra'. Hace referencia a la guerra de Afganistán y es un recorrido por la situación de las mujeres. Palacio de Villardompardo

8 de marzo: Manifestación de mujeres. Salida: Pza. Batallas. Llegada: Universidad. Allí tendrá lugar a las 18,30 h, la representación de la obra de teatro *Máquina Diabólica*.

10 de marzo: entrega Premios Meridiana. Hospital San Juan de Dios. 12,00 h.

15 de marzo: *Diálogos con autoras jiennenses*. Homenaje a Mercedes Rueda. Salón de actos de la Delegación de Educación y Ciencia. 18,30 h.

Día 22: Mesa redonda 'La difícil tarea de participar en lo público'. Participarán, entre otras, la vicerrectora de la Universidad de Jaén y la presidenta de la Asociación de Mujeres Empresarias de Jaén. Salón de actos de la Delegación de Educación. 18,30 h.

Día 28: Encuentro provincial de asociaciones de mujeres de la provincia. Centro Carmen de Burgos (Baeza). 21,30 h.

IAM-Málaga

7 marzo: Entrega Premios Meridiana. Sede del IAM (C/San Jacinto, 7). Hará la entrega el consejero de Agricultura, Paulino Plata. 12,00 h.

IAM-Cádiz

Día 9 marzo: Entrega de los Premios Meridiana. Delegación del Gobierno en Cádiz. 12,00 h. □

UNA VEZ A MÍO
SU TRATAMIENTO

SI ALGO NO TE GUSTA ¿POR QUÉ NO LO VAS A CAMBIAR?

Tratamientos Corporales y Faciales

Avanzado, 2 2 1ºB. 41011 Sevilla. Tel.: 954 27 14 56

Dr. José Manuel Cam Cordero. Pl. Príncipe de Asturias, 70. 41940 Tomares (Sevilla). Tel.: 954 15 19 92



Centro de Medicina y Cirugía Estética





Todo el mundo siente miedo de algo. Es

un mecanismo normal y necesario que prepara nuestra mente y nuestro cuerpo en situaciones que consideramos peligrosas. Pero cuando ante determinados objetos o situaciones se pierde el control sobre el miedo de forma injustificada, y se acaba convirtiendo en algo irracional e ilógico que provoca ataques de angustia, ansiedad o pánico estamos ante una fobia.

El afectado entra en una especie de círculo vicioso que no hará sino empeorar la situación puesto que para que la crisis no vuelva a repetirse se afanará en evitar el estímulo que la activó, de tal forma que acabará por no realizar una vida normal. Las conductas de evitación no hacen sino reforzar la fobia.

Las personas que sufren una fobia suelen ser conscientes de que no hay proporción entre su reacción y lo que la provoca, puesto que su percepción del peligro real no está distorsionado.

Tipología

Las fobias más conocidas son la claustrofobia, la acrofobia (miedo a las alturas) o las fobias a los insectos o a cualquier otro animal. Las mujeres son especialmente sensibles a esta última y suponen entre el 80 y el 90% de los afectados. Todas se enmarcan dentro del grupo de las llamadas fobias específicas cuyos síntomas sólo se presentan ante la exposición del individuo al estímulo que se la provoca. En estas fobias, que son las más frecuentes entre la población, los estímulos pueden ser tan distintos entre sí como las propias personas. Cualquier cosa, por extraña que parezca, puede erigirse en un momento determinado como el resorte que hace exteriorizar

Tengo mucho miedo

El miedo es un mecanismo de defensa del ser humano. Cuando éste se convierte en algo irracional y obsesivo estamos ante un trastorno fóbico que necesitará del tratamiento adecuado

una fobia, desde el miedo a una araña hasta a desarrollar un cáncer.

Existe un segundo tipo de fobia denominada social, que podría definirse como aquella en la que el estímulo que provoca la crisis está relacionado con situaciones en las que el individuo se encuentra en el ámbito público. En

estos casos, el perfil del paciente

suele responder a una persona con baja autoestima, muy susceptible y en cuya actividad profesional está expuesto al trato con el público.

El tercer y último tipo de fobias es también la más grave. La sensación de angustia se manifiesta cuando la persona se expone a espacios despejados en los que se encuentra indefenso en el caso de que le asalte una crisis. No tiene por qué tratarse de espacios abiertos. Según los expertos, este es el tipo de fobia que más incapacita a los que la padecen ya que altera total y profundamente el normal desarrollo de las actividades cotidianas como por ejemplo ir a trabajar. Las mujeres son especialmente proclives a sufrir este tipo de fobias

¿Tienen solución?

Si, las fobias pueden superarse con la ayuda y los tratamientos adecuados. Éstos pueden variar en función del tipo de fobia, el paciente y el terapeuta. Suele ser frecuente complementar la terapia de exposición, en la que el paciente debe enfrentarse paulatinamente y de forma muy controlada al estímulo que le provoca los ataques fóbicos, con la medicación para controlar la ansiedad, depresión o pánico. A medida que se tolera mejor la exposición se va retirando la medicación. También pueden emplearse terapias que reeduchen al paciente en sus relaciones sociales u otras en las que se intenta conseguir la disociación entre el estímulo y el ataque de pánico. □

¿Estará Caducado?

Cuántas veces, al abrir un tubo de maquillaje olvidado en una bolsa de aseo durante meses, te has preguntado si estaría en buen estado. Lo hueles, te pones un poco en la mano, le das mil vueltas y acabas por dejarlo porque no quieres sorpresas en forma de irritación, alergia o granitos

Existe un tiempo más o menos genérico sobre la duración de los productos cosméticos que depende, entre otras cosas, de su composición y textura. A partir de ese momento pueden empezar a perder sus cualidades. Pero recuerda que hay factores externos que, sin duda, acortarán ese plazo.

Pistas que pueden ayudarte

Si cuando vayas a usar un producto de cosmética observas que alguno de los siguientes supuestos se ha producido, no lo dudes, está caducado. Usarlo podría provocarte reacciones inesperadas.

Duración aproximada

Laca de uñas: Sin abrir un año, pero una vez que empieces a usarla su duración dependerá del color.

Barras de labios: suelen mantener su estabilidad unos tres años pero será imprescindible que te deshagas de ellas si has padecido alguna infección labial o bucal.

Sombras: En crema, sin abrir dos años y abiertas seis meses. En polvo, sin abrir tres años y abiertas un año.

Colorrete: Se pueden aplicar los mismos plazos que con las sombras.

Polvos compactos y sueltos: Sin abrir tres años. Abiertos un año.

Maquillajes y fondos de maquillaje: Los primeros son más duraderos. Sin abrir pueden durar hasta tres años mientras que los fondos sólo alcanzan el año y medio. Con estos productos hay que tener un cuidado especial ya que son muy frágiles y bastante sensibles a los cambios de temperatura.

Eye liner y rimel: Sin abrir seis meses. Abiertos tres meses. Al igual que con los productos labiales deberás deshacerte de ellos si has tenido alguna infección ocular.

Uno de los síntomas más claros de que el producto ha perdido sus propiedades es el cambio de textura. En el caso de las cremas será bastante evidente porque lo más probable es que la parte superior se haya vuelto acuosa a causa de la separación de sus componentes. Otra de las pistas que te puede dar la textura es la aparición de grumos o gránulos. Los cambios de olor o de color también son indicadores de caducidad. No obstante, y sin tener que esperar a que ocurra alguno de los casos expuestos anteriormente, puesto que no tienen por qué aparecer necesariamente, existen unos plazos teóricos de estabilidad del producto con los que podrás orientarte. En general, un cosmético debe durar

entre tres y cinco años sin abrir, desde la fecha de fabricación, pero las firmas no están obligadas a indicar ninguna fecha en el envase si la vida del producto es igual o superior a los tres años. Pero este plazo depende mucho del producto del que estemos hablando, si es en crema, en polvo, líquido, etc. Para mantener tus productos en perfecto estado el mayor tiempo posible puedes adoptar una serie de precauciones: cierra perfectamente los envases después de cada uso, lávate las manos antes y después de utilizarlos y mantén limpios los pinceles, brochas, borlas y espátulas ya que pueden ser un foco de infecciones. Por último, evita guardar tus cosméticos cerca de focos de calor. □





Si bien las personas obesas son más propensas a sufrir celulitis debido a la relación de ésta con los adipocitos (células grasas), todos estamos expuestos a ella, pero muy especialmente las mujeres, que son el 95% de las afectadas por esta enfermedad. Si, has leído bien, la celulitis es algo más que un problema estético o de moda. Es una enfermedad que, en ocasiones excepcionales puede alcanzar grados de gravedad que degeneran en procesos infecciosos que necesitan de la medicación con antimicrobianos.

Lo que todas vemos de la celulitis es el

estado externo en el que queda la piel una vez que está afectada. Pero este síntoma esconde realmente un proceso en el tejido celular subcutáneo. Es un aumento del volumen de las células adiposas, con un cúmulo excesivo de grasa que comprime los vasos sanguíneos y hace que se retengan los líquidos en esa zona. Esto provoca unos nódulos de grasa que pueden llegar a ser dolorosos.

Pero, ¿qué es exactamente lo que causa la celulitis?. Se trata de un conjunto de factores entre los que se incluyen los hormonales y los hereditarios pero también los psicológicos, los tóxicos y los hábitos de conducta.

Una desagradable compañera de viajes

La mayoría de las mujeres sabe lo que es tener celulitis ya que, en un estadio u otro, afecta al 95% de las féminas. Una vez que ha aparecido es muy difícil eliminarla pero se puede prevenir, retardar y atenuar si ponemos en práctica los hábitos correctos. Y dejemos la piel de naranja para los reposteros

Hormonas

Los cambios hormonales no ayudan en la lucha contra la celulitis por eso, ésta suele hacer su aparición o empeorar durante la pubertad, un embarazo o la menopausia.

Herencia

Desgraciadamente esto también se puede heredar, así que si en tu familia hay antecedentes deberás aplicarte concienzudamente para evitarla.

Psicología

Los estados de nerviosismo, el estrés, la ansiedad o cualquier otro tipo de alteración del estado de ánimo ayudan a su formación y extensión.

Vicios

Sí, el tabaco y el alcohol también son malos compañeros para esto ya que afectan a la circulación. Ello provoca

carencias en la nutrición celular que favorecen su aparición y su empeoramiento.

Otros malos hábitos

El sedentarismo, la mala alimentación y la ropa excesivamente ajustada provocan celulitis, y en general, cualquier hábito que afecte a la circulación.

Cómo combatirla

Lo mejor es llevar una dieta equilibrada, lo que además te servirá para controlar tu peso. Es conveniente obtener los hidratos de carbono de las hortalizas, las verduras y los cereales. La carne, fuente de proteínas, debe ser escasa en grasa, como el pollo o la roja. Con el pescado tienes total libertad. Evita el azúcar, la miel, el exceso de grasas, café o té. Si complementas la correcta alimentación con la práctica de ejercicio físico mejorarás tu circulación y aumentarás tu capacidad pulmonar lo que te ayudará a prevenir y combatir la celulitis. □



Las ventajas que el consumo del pescado azul puede aportarnos van desde la prevención contra el infarto hasta el alivio del reuma o de problemas dermatológicos

Una buena sardinita asada no es sólo una delicia sino una fuente inagotable de beneficios para la salud. El pescado azul (salmón, atún, boquerón, arenque, sardina, trucha, caballa) contiene proteínas de la misma calidad que las de la carne, vitamina B12 que actúa sobre el sistema nervioso, yodo que influye en el buen funcionamiento del tiroides y la estrella del plato: los ácidos grasos poliinsaturados Omega 3.

Los Omega 3 son una excelente protección contra los infartos de corazón y cerebrales, pues aumentan la elasticidad de las arterias y evitan la formación de coágulos. Otra de sus virtudes conocidas es la antiinflamatoria. Al parecer puede bloquear la producción de sustancias causantes de daños e inflamación en las articulaciones. Esto beneficiará a las personas que sufren poliartritis reumatoide. La psoriasis y el lupus eritematoso también mejoran con la acción de estos ácidos grasos.

Por si todo esto te parece poco, los Omega 3 previenen la depresión,

aumentan la capacidad de memoria y su consumo se recomienda muy especialmente a las mujeres gestantes por ser esencial en el desarrollo de los ojos y el cerebro del feto.

En referencia a las dietas hipocalóricas, es cierto que los pescados azules son más grasos que los blancos, aunque este último también tiene grasa. Pero, la elección del pescado no debe hacerse pensando en que una variedad tiene grasa y la otro no. En primer lugar, las grasas son necesarias para transportar las vitaminas liposolubles (A, D, E, K), pero además, las grasas procedentes de los pescados son distintas al resto de las de origen animal. Las grasas de pescado no aumentan el colesterol y son beneficiosas si se incluyen en la alimentación de forma natural, nada de

Pescado Azul, un buen aliado

¿Cómo saber si el pescado está fresco?

Si el cuerpo del pescado es rígido y con brillo está fresco. Con el tiempo la rigidez va desapareciendo

Los ojos deben ser claros, vivos, brillantes y abombados.

Si el ojo es cóncavo por el centro no debe consumirse

Las escamas deben estar bien adheridas

Al presionarlo con el dedo no debe quedarse marca en la carne.

Si el abdomen está blando el pescado está en el límite para su consumo

Debe oler a mar o algas, siempre de forma agradable

Y recuerda, la captura de inmaduros y su venta está prohibida, por lo que su consumo puede entrañar riesgos para tu salud al no haber pasado los controles sanitarios oportunos.

preparados comerciales.

Ya sea fresco o congelado -si se ha respetado la cadena de frío, tiene todas las ventajas nutritivas del fresco- para obtener todos los beneficios del pescado azul se deben comer entre 3 y 4 veces por semana. □

Fuente: Cocina andaluza/Dieta mediterránea. Consejería de Salud. Junta de Andalucía



Marianela Nieto,
licenciada en Ciencias de la Información

Tertulias (I)

Querida Carol:

No puedo evitar acordarme del Museo Guggenheim de Bilbao cada vez que mis ojos se escapan detrás de la postal que enviaste. La culpa de esta asociación mental tiene dos caras. Por una parte, un paralelismo arquitectónico que mi imaginación dibuja con subjetividad, sin un ápice de rigor científico. Por otro lado, tú misma como enlace entre un enclave museístico que adoras y esa casa de la ópera que domina de forma poderosa tu ciudad.

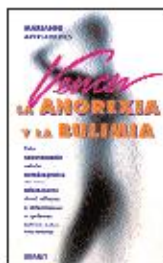
Miro la imagen de esa "caja de música" poderosa mientras Daniel me lee una amalgama de palabras que hablan de ti, de tus recuerdos de España, de tu alma viajera con los pies en el sureste de Australia y de esa investigación sobre la mujer en la cultura española en la que intentamos ayudarte.

En honor a tu pasión por la España decimonónica y para hablar un poco de tertulias, según nos solicitabas en tu carta, Daniel ha rescatado para ti una documentación interesante. Aquí puedes encontrar, por ejemplo, a Frasquita Larrea. Es una de las anfitrionas de estas tertulias, con un vínculo muy especial a una localidad marinera que adoraste en tu visita: El Puerto de Santa María. En este municipio de la provincia de Cádiz -que olía a sal y a pescaito frito, según contabas en los recuerdos que despiertan ahora de tu postal- vivió sus últimos años de 1821 a 1838. Por cierto, Berta me apunta desde aquí que esta dama era madre de la novelista Cecilia Böhl de Faber, porque sabe que has leído "Eliá" y te cautivó que la autora firmara como Fernán Caballero.

Pero esto es sólo un aperitivo. Sólo un apunte para despertar tu curiosidad, con la promesa de seguir hablando de tertulias en el próximo mensaje.

Gracias por regalarnos un rincón de Sidney en tu postal. Te seguimos mirando desde el ojo de la lun@. ☐

LIBROS



Vencer la anorexia y la bulimia

Marianne Apostolides Urano
Barcelona, 1999

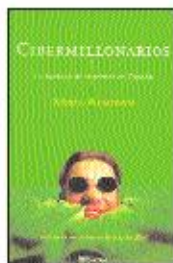
La historia real de una mujer que pasó por la tortura de los trastornos de la alimentación. Pretende ser un instrumento de ayuda para quienes se encuentren en una situación similar.



Guía para la redacción de cartas e informes en la empresa

W. Himstreet y M. Baty Deusto. Bilbao

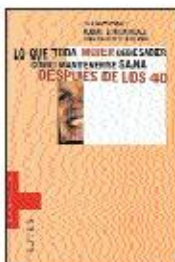
Recursos prácticos para utilizar correctamente todas las posibilidades que nos ofrece el lenguaje empresarial de forma que podamos obtener la reacción deseada.



Cibermillonarios

Nuria Almiron
Planeta
Barcelona, 2000

Un recorrido detallado por las vertiginosas carreras de los nueve españoles que han visto en los negocios virtuales de Internet, el terreno ideal para amasar rápidamente grandes fortunas.



Lo que toda mujer debe saber. Cómo mantenerse sana después de los 40

L. y R. Nachtigall / J.R. Rattner. Granica. Barcelona, 2000

Una recopilación de todas las claves para mantener una vida saludable durante las etapas premenopáusicas, menopáusicas y climaterio.



La mujer y el deseo

Polly Young-Eisendrath Kairós
Barcelona, 2000

La psicóloga Young-Eisendrath indaga en el deseo femenino partiendo de la base de que sólo a partir del conocimiento del verdadero deseo se puede dar sentido a la vida.



Los cinco primeros minutos. Juzgar, hablar, ganar

S. Peltant y G. Grzybowski Deusto. Bilbao

Una obra que describe la importancia del aspecto no verbal durante los primeros instantes de un encuentro profesional para el desarrollo posterior de la relación.



El zen del trabajo. Del tedio al placer

J. Willis y M. Toms Oniro. Barcelona, 2000

El matrimonio Toms proporciona una ayuda para transformar nuestra visión del trabajo a fin de convertirlo en una fuente de alegría y disfrute, a la vez que mejora el rendimiento.



Creación de empresas

F.J. González Pirámide Madrid, 2000

Un itinerario por todas las fases para crear una empresa, así como por los aspectos legales, laborales y financieros necesarios para tener éxito en la iniciativa.



Habitar el cuerpo

Christine Caldwell Urano Barcelona, 1999

La psicoterapeuta Cadwell nos propone un método práctico y sencillo con el que se conseguirá un equilibrio psicológico a través de la conciencia y el control sobre nuestro cuerpo y nuestra mente.

Carmen Espinosa Sierra, Directora del Centro de Formación Montesierra y licenciada en Derecho



Turismo rural: vivir en el campo

La sociedad andaluza ha entrado en el siglo XXI con problemas básicos sin resolver que plantean muchos interrogantes sobre la solidez de su economía. Uno de los más acuciantes es la búsqueda de soluciones para encontrar un modelo de desarrollo sostenible para el medio rural.

Los expertos hablan de una sociedad de metrópolis de varios millones de habitantes donde la gran ciudad acaba materialmente con la identidad de las pequeñas poblaciones de su entorno.

Al final esas ciudades son un conjunto nada homogéneo de personas que se mueven entre los barrios ricos del centro y los pobres de la periferia y los

datos nos dicen que los desequilibrios aumentan.

En Andalucía, los movimientos migratorios de los años 50 y 60 hacia Madrid, Cataluña y el País Vasco, con toda la problemática social que ello plantea, han originado en el último decenio una corriente en sentido contrario. Y lo hacen con un bagaje cultural, de formación y de iniciativa empresarial mucho más acrecentada por el roce con otras sociedades más vertebradas que la nuestra.

Son una estirpe de nuevos empresarios que tratan de plantar en Andalucía una nueva semilla de progreso. Y muchos de ellos conscientes de las ventajas comparativas de vivir bajo este sol emprenden una nueva vía de negocio: el turismo rural.

Estos proyectos empresariales generan la desconfianza y el desconcierto de ayuntamientos e instituciones a los que se dirigen con sus idas novedosas. Pero ellos siguen adelante.

Sin saberlo han dado con una idea original: ¿cómo vivir en el campo sin vivir de la agricultura?. Y son esos andaluces que buscaron fuera una vida mejor los que vuelven a ser emprendedores. Ellos enriquecen esa nueva vía de negocio que mezcla lo tradicional con la innovación: tradiciones gastronómicas, canciones olvidadas, recorrer senderos, pasear a caballo y tantas otras actividades que se realizaban años atrás y que han sido sustituidas por el progreso y por la supuesta calidad de vida de la gran ciudad.

Y todo ello, visto desde el prisma del negocio y de la cultura empresarial: el turismo rural es, en definitiva, una nueva forma de buscarse la vida. □

"Billy Elliot": Todo por un sueño

El debutante Stephen Daldry aborda con maestría la conmovedora historia de la pasión por la danza de un niño de diez años -cuyo nombre titula el filme- en un entorno de bronca masculinidad y abierto machismo -junto a otras durísimas condiciones objetivas- nada proclive a inclinaciones artísticas.

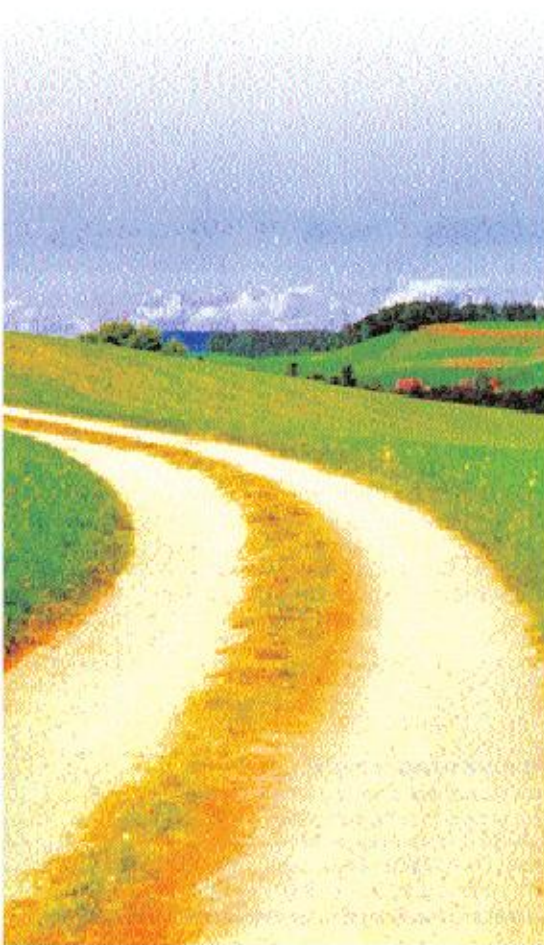
En efecto, la peripecia de nuestro personaje se desenvuelve durante la huelga -tristemente desactivada por el Thatcherismo- de los mineros del condado de Durham, dos de los cuales -de los más batalladores y radicales- son su padre y su hermano.

Huérfano de su madre y cómplice en el terreno de la sensibilidad musical -aunque su abuela, enferma de Alzheimer, le proporcione apoyos inesperados- a Billy lo "destinan" al boxeo pero el azar quiere que coincida su entrenamiento con la clase de danza de unas niñas. Y será la profesora -una espléndida Julie Walters- quien le allanará, con fuerza, tesón y disciplina, el camino hacia su objetivo.

¿Cómo se puede bailar -¡y de qué manera!- en unas calles tomadas por la policía, cómo hacerlo ante un padre intransigente a quien se le revela la ternura, cómo abordar la sensibilidad "diferente" de tu mejor amigo y la inocente procacidad de una chiquilla?.

La danza y la música son -junto a la lucha sin cuartel de los heroicos mineros- los instrumentos liberadores de apertura al mundo y crecimiento personal de los que se sirve el realizador -junto a un extraordinario equipo técnico y artístico- para mostrarnos la emocionante hasta las lágrimas y durísima odisea de la consecución de un sueño. De visión obligada. □

Carmen Jiménez



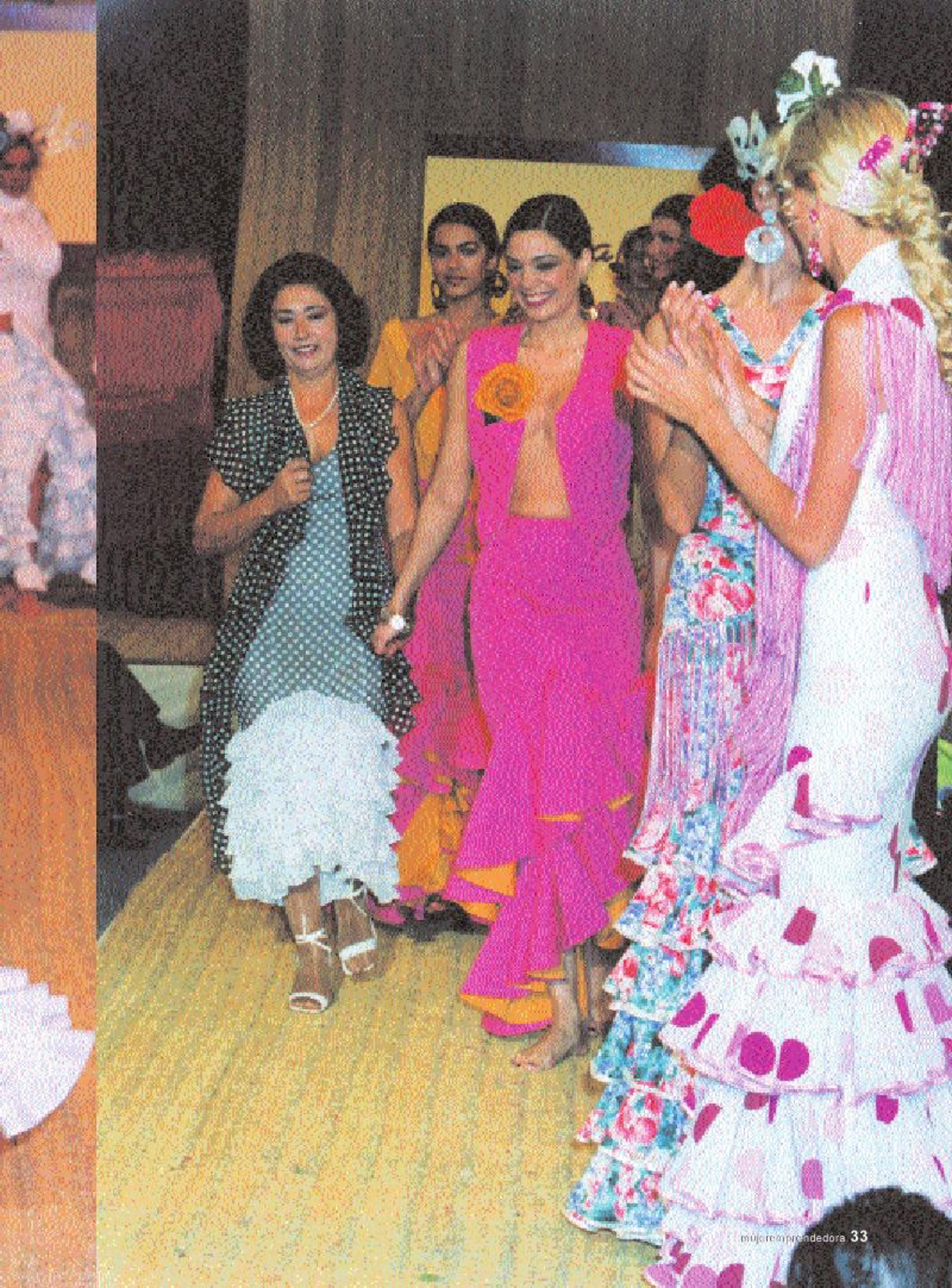
Llega la Feria a tu aire

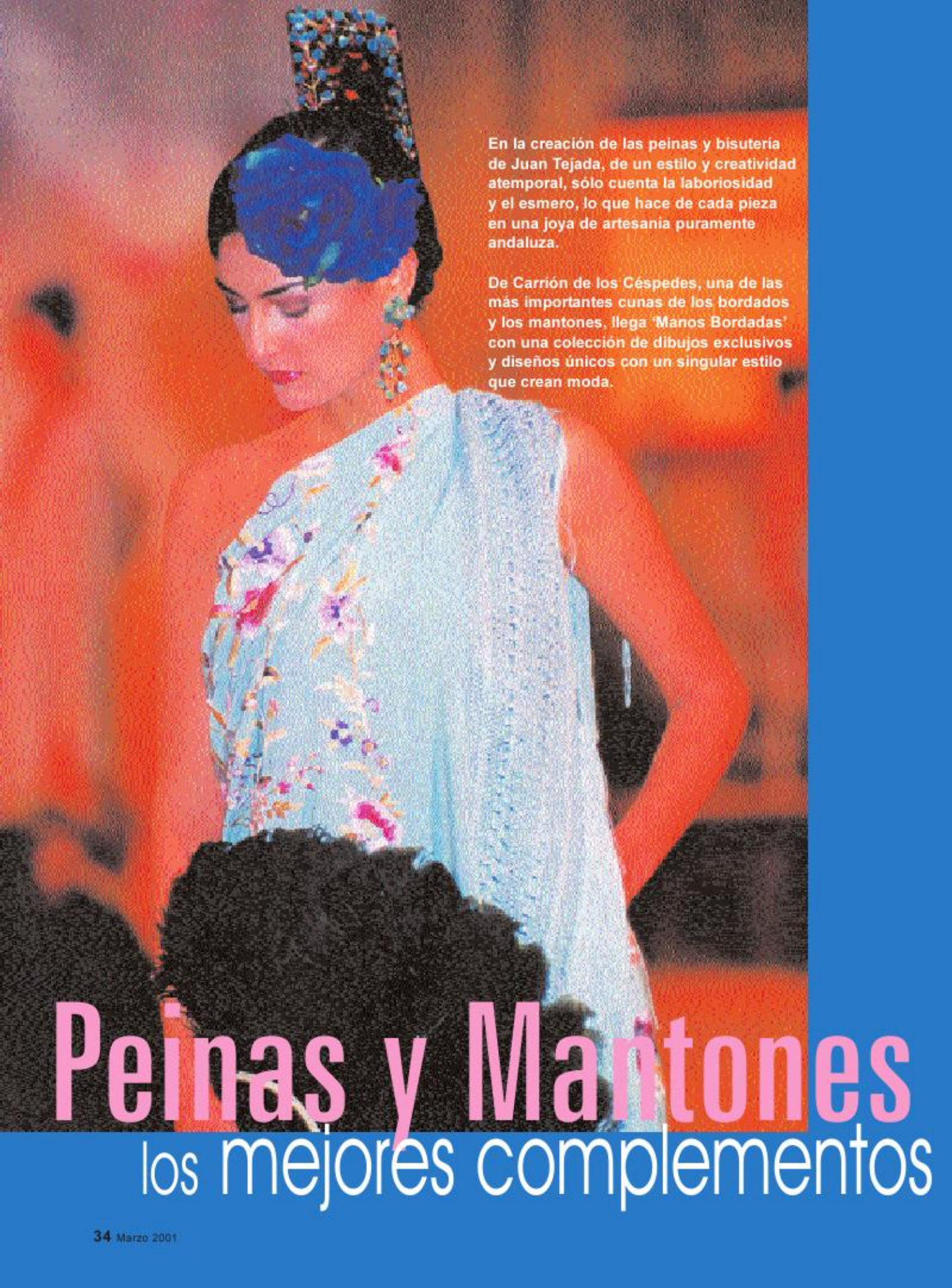
'A tu aire', ese es el lema de la diseñadora Pepa Garrido en su colección 2001, caracterizada por la variedad de tejidos como la seda, el crespón y el popelín, con cortes que buscan, como siempre, que el traje favorezca.

En sus vestidos, adaptados a la figura de la mujer que lo viste, mangas a la sisa o al codo con volante, a elegir entre los tradicionales lunares y favorecedores estampados floreados.

El color por excelencia: el blanco. Eso sí, combinado con una infinidad de alegres tonalidades que darán a un más color a cualquier recinto ferial.







En la creación de las peñas y bisutería de Juan Tejada, de un estilo y creatividad atemporal, sólo cuenta la laboriosidad y el esmero, lo que hace de cada pieza en una joya de artesanía puramente andaluza.

De Carrión de los Céspedes, una de las más importantes cunas de los bordados y los mantones, llega 'Manos Bordadas' con una colección de dibujos exclusivos y diseños únicos con un singular estilo que crean moda.

Peñas y Mantones

los mejores complementos





First, la eterna primavera

El último perfume de la firma del prestigioso joyero de la Place Vendôme,

Van Cleef & Arpels, evoca el eterno regreso a la inspiración, el espíritu de la eterna juventud y la perpetua renovación. *First* es una intensa vibración de lujo y elegancia. Suntuoso y a la vez desenvuelto, tiene el tono del glamour moderno. Una armonía radiante y ligera, situada en el universo de la primavera vegetal, con una imagen sencilla y depurada que evoca el placer de captar el instante presente, lleno de mil promesas para mañana. □

Tez resplandeciente con vitaminas

Los efectos de las vitaminas sobre la piel son espectaculares. Con *Eclat du Jour* de Clarins, además, comprobarás su eficacia complementada con siete



extractos de frutas, cuatro oligoelementos que fortalecen la piel y el complejo anticontaminación ambiental. Usado cada mañana, este producto es capaz de devolver a la piel la vitalidad, la frescura y la luminosidad. Las líneas de expresión y las imperfecciones se atenúan gracias al complejo multivitamínico, lo que a su vez dota a la tez de una mayor resistencia a la contaminación ambiental y al cansancio. Clarins ha conseguido descubrir el modo de conservar las vitaminas para que lleguen a la piel con todas sus cualidades intactas, gracias a un tarro 'airless' que las conserva naturalmente. □

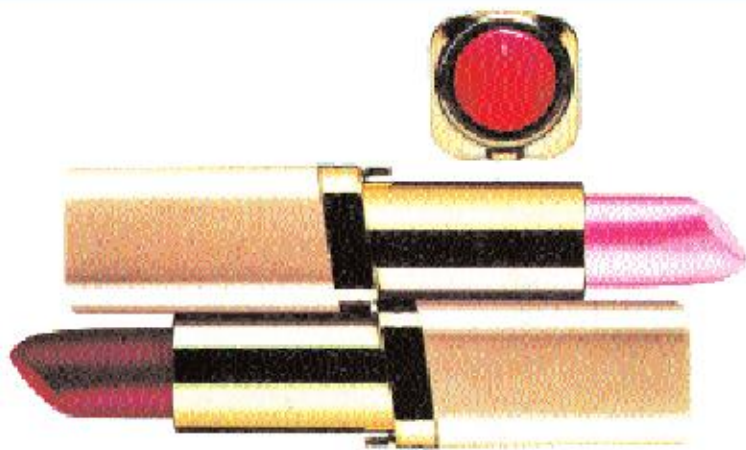
Un poderoso flujo de juventud

El Ganoderma Lucidum es la estrella de este producto. Una sustancia legendaria que domina toda la farmacopea oriental. La creencia de su capacidad para retrasar el envejecimiento, estimular el cuerpo y el espíritu y prolongar la vida viene respaldada por siglos de experiencia. Este extracto vegetal posee sustancias activas únicas en la naturaleza, tan valiosas y escasas que, en la antigua China, se le dotó de un aura casi mística. Temps Majeur concentra ahora toda la riqueza de su composición en la fórmula que Yves Saint Laurent ha elaborado para modelar el rostro, reducir las arrugas y mejorar de forma espectacular la calidad de la piel.

Entre otras muchas cualidades, el Ganoderma Lucidum contiene los polisacáridos más activos de todas las plantas medicinales, es el único que contiene la proteína LZ8 de importancia decisiva en la producción de mensajeros de información celular, y aumenta poderosamente la calidad de la comunicación entre las células debido a una enorme activación de regeneración celular. □

PVP: 30.000 pesetas. En Grandes Almacenes y perfumerías de prestigio





Máximo confort en tus labios

Nuevo Color Riche de L'Oréal, un lápiz de labios cremoso que aporta la máxima hidratación y comodidad, y da a tu maquillaje el toque de color. La amplitud de la carta de colores te garantiza que encontrarás lo que buscas. Desde los rosas a los beige/ marrones, pasando por los rojos y los naranjas, con esta gama estarás a la última, con la seguridad de estar cuidando tus labios ya que van enriquecidos con vitamina E. □

Una mirada radiante

Di adiós a las antiestéticas bolsas y ojeras con el tratamiento microdrenante detoxificante de Hydra-Detox Yeux un gel suave y muy fresco de Biotherm con el que apreciarás una atenuación significativa en delicada zona del contorno de los ojos gracias a su acción drenante que ayuda a la eliminación de las toxinas. Biotherm ha dotado a este producto de un potente acción ultra-hidratante con la que conseguirás eliminar las pequeñas arrugas causadas por la falta de humedad en tu piel. □



Atrévete con un aroma innovador

Ruy Perfumes presenta su gama de productos para la temporada primavera/verano 2001. Entre sus fragancias para la mujer podrás encontrar 'Nike Woman', una línea pensada para la mujer actual, activa e innovadora. Se presenta en dos packs promocionales. En uno podrás encontrar el agua de colonia acompañada por un frasco de leche corporal perfumada de 100 ml. y en el otro el desodorante, también en el mismo tamaño. Ruy Perfumes cuenta con una amplia gama de productos entre los que se incluyen también líneas masculinas como 'NK Nike' o 'Nike Classic', el detalle perfecto para una ocasión como el Día del Padre. PVP recomendado para los packs promocionales: 5.025 ptas. (Nike Woman), 3.975 ptas. (Nike Classic y NK Nike). □

Nueva línea de jabones tratantes de Body Shop

Siete nuevos jabones de una gama de cuidado corporal que ofrecen propiedades relajantes, revitalizantes, exfoliantes e hidratantes. La firma de cosmética natural Body Shop lanza su nueva línea de jabones entre cuyos ingredientes podremos encontrar aceite de babassú de Brasil y aceite de sésamo de Nicaragua, con reconocidas propiedades hidratantes. Se pueden encontrar en pastillas de 150 gramos, el revitalizante y el relajante, y de 100 gramos el resto, y sus precios son de 810 pesetas los primeros y 730 los demás. En la gama encontraremos jabón hidratante con aroma a rosa o gardenia, exfoliante, de algas y lufa y sin fragancia, éste último adecuado para pieles muy sensibles. Estos productos contienen ingredientes de proyectos 'Ayudar Comerciando'. □





Carmen Ramírez Escritora, socióloga y pedagoga

Doña Pilar García, Viuda de Juliá Empresaria opina sobre la mujer en el mundo de la restauración



Pilar García Alonso, nació en Santiago de Compostela, pero muy pronto vino a Sevilla, donde se casó, tuvo sus cuatro hijos y ha desarrollado su labor como empresaria, por cuya trayectoria profesional ha recibido la Medalla de Plata al Mérito en el Trabajo.

En el "Café de París", en la Ciudad de la Giralda, comenzó su aprendizaje, ya que era de su padre. Ella me dice tenía paredes cubiertas de espejos, sillones rojos, mesas de mármol y allí solían reunirse médicos, tratantes, comerciantes y comediantes.

Doña Pilar, está titulada en Dirección de Empresas Turísticas, y es Presidenta de Honor de la Asociación Empresarial de Hostelería de Sevilla.

Conversar con ella es todo un privilegio, es revivir la historia de la restauración, ya que a sus 96 años, aún continúa al frente de la Empresa JULIA y pasa en su despacho de las doce de la mañana a las nueve de la noche.

Con su espíritu emprendedor y su gran capacidad de comunicación, ella ha sido y sigue siendo el alma de su empresa.

Recién casada abrió la "Terraza de la Cruz Campo" en la calle Oriente donde daba comidas y cerveza en jarras alemanas de litro tapadas. Seguidamente inauguró la Cervecería Oriental en calle Gallegos (Sagasta). Allí servía tapas variadas y de aquí pasó al bar de Gibraltar en la Plaza de América (hoy conocido como Alfonso).

Y esto que era un bar de paseo para dar limonadas, cervezas, cafés, se convirtió por causa de la Guerra Civil en una cantina para los soldados que tenían allí sus cuarteles: italianos, alemanes, falangistas y requetés, cosa que ella no tenía previsto. Pero no se arredró y empezó a aprender alemán e italiano. Me cuenta riéndose que para decir pollo o huevo, al principio tenían que "cacarear".

Después vinieron la "Hostería del Prado"; un bar pequeño, frente al Cine Coliseo. En 1957 abrió la cafetería Juliá en el Edificio

Elcano y como era la posguerra, sus clientes eran americanos y tuvo que aprender inglés. En 1963 se quedó con el "Puesto de los Monos", que era una venta de la afueras y le dio un cambio total, solo dejó la "Jaula del Mono" que daba nombre al lugar y lo convirtió en un Bar-Cafetería y Restaurante concurrido y prestigiado hasta hoy.

Todo lo que se ha propuesto en la vida lo ha conseguido, sin que el ser mujer haya sido un obstáculo.

Sosegada, inteligente y equilibrada es un ejemplo de la mujer emprendedora del siglo XX.

Me comenta con gran cariño como se desenvuelve su hijo menor, Rafael Juliá, que ha sido pionero en el "catering" o como él prefiere decir "servicio en la calle especializado en restauración" y donde ha introducido junto con Rocío Silva, las "azafatas-camareiras" famosas ya por su elegancia y estilo.

Doña Pilar García es una sevillana de adopción con un gran bagaje cultural, un

concepto moderno de la gestión empresarial y unas ideas claras sobre la eficacia, clave de una empresa de servicios.

Ha tenido el honor de servir a S.S.M.M. los Reyes de España; los banquetes del Excmo. Ayuntamiento, Junta de Andalucía, Parlamento y a las familias reales extranjeras.

Cuando salía del Puesto de los Monos, donde había tenido lugar mi encuentro con Doña Pilar García Alonso, pensé que esta gran señora que ha dedicado su vida a la restauración, es como ese agua silenciosa que riega los campos y los hace fértiles; como ese rayo de sol que hace fructificar la simiente y recordé unos versos de José María Pemán.

¡Todo el milagro se hizo con solo un rayo de sol! □

8
D
E
M
A
R
Z
O

Día Internacional de la Mujer

Del 5 al 10 de Marzo de 2001

*"Soplan nuevos tiempos.
Tiempos de igualdad"*



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE DOS HERMANAS
DELEGACIÓN DE LA MUJER

Instituto
Andaluz de la
Mujer

ACTO INSTITUCIONAL

Conferencia:

**"Hacer efectiva la Igualdad:
Una tarea de todas y todos"**,
a cargo de Dña. Teresa Jiménez Vilches,
Directora del Instituto Andaluz de la Mujer

DÍA 7 DE MARZO. Hora: 19,00 h.

TEATRO MUNICIPAL "Juan Rodríguez Romero"

Entrada libre hasta completar aforo

VI MARCHA DE MUJERES

DÍA 10 DE MARZO. Hora: 11:00 h.

SALIDA: Delegación de la Mujer,
Huerta Palacios, s/n

C I N E

Película: FUGITIVAS

Lunes, día 5 de Marzo a las 18:00 h.

Martes, día 6 de Marzo a las 11:00 h.

Película: AIMEÉ Y JAGUAR

Martes, día 6 de Marzo a las 18:00 h.

Miércoles, día 7 de Marzo a las 11:00 h.

Película: TODO SOBRE MI MADRE

Viernes, día 9 de Marzo a las 11:00 h. y a las 18:00 h.

CONCIERTO

CRISTINA DEL VALLE en concierto con su último trabajo
"El Dios de las pequeñas cosas"

DÍA 8 DE MARZO. Hora: 21:00 h.
TEATRO MUNICIPAL "Juan Rodríguez Romero"

8 MARZO

DÍA de La mujer Trabajadora

DÍA de La mujer Trabajadora

8 MARZO

DÍA de La MUJER Trabajadora

DIPUTACION
DE
SEVILLA