

mujeremprendedora

**El delito de abandono
de familia**

La reforma laboral

Entrevistas

Montserrat Badía

**Portavoz del Gobierno,
de la Junta de Andalucía**

Pilar Távora

Cineasta y Productora

**Las nuevas tecnologías
al servicio de tu empresa**

Reciclar está en tus manos

Si no sabes qué hacer
con tu papel,
NO lo tires a la basura.
Llévalo a:



Recicladados y Servicios GRAMA, S.L.
Pol. Ind. "Juncaril" Parcelas 115I 115J - Albalate (Granada)
Tel.: 958 46 79 90 - 958 46 78 58

Los mejores precios del mercado

Sumario

- 04 En este número
Editorial
- 06 Cartas
- 08 Las nuevas tecnologías
al servicio de tu empresa
- 18 Emprendedoras
- 22 Opinión. M^a Ángeles Tejada
Las mujeres en oferta
- Consultoría. Inmaculada Díaz
El delito de abandono de familia
- 24 Noticias
- 28 Psicología: Vive feliz
- 29 Estética: Muestra tu mejor cara
- 30 Salud: En brazos de Morfeo
- 31 Nutrición: Pescado azul, un buen aliado
- 32 El ojo de la lun@. Marianela Nieto
Libros
- 33 Opinión Carmen Espinosa
La reforma laboral
Crítica de cine de Carmen Jiménez
Chocolate, sí, gracias
- 34 Entrevista a Pilar Távora
- 36 Tendencias
- 40 Estilo
- 42 Pincelada Final. Carmen Ramírez
*"Laura Gómez, empresaria, opina sobre la mujer
en la hostelería"*

08

Las nuevas tecnologías se adaptan a tu empresa. Aprovecha las posibilidades que te ofrecen para mejorar la gestión y facilitar la captación y fidelización de clientes



14

La portavoz del Gobierno de la Junta de Andalucía define las líneas de ejecución de su departamento y aporta su visión sobre la mujer y el mundo laboral

31

Los ácidos grasos del pescado azul proporcionan protección frente a los infartos. Descubre todos sus beneficios

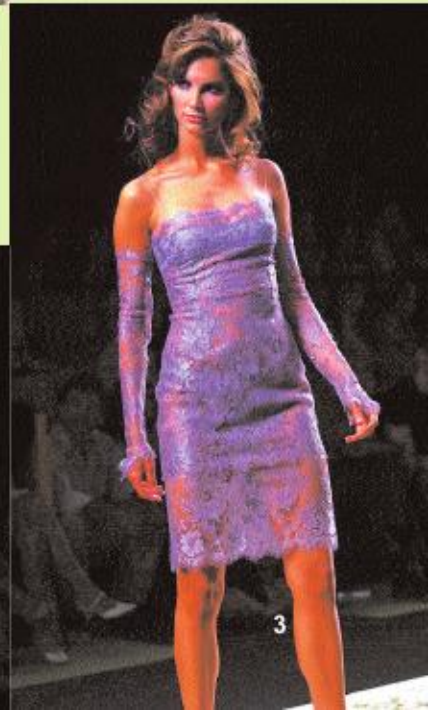
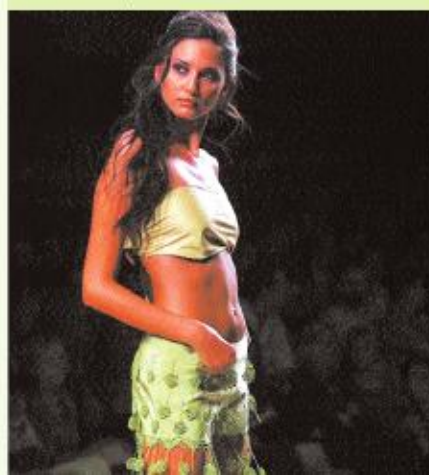


34

La cineasta y productora, Pilar Távora, nos cuenta su proyectos

36

Los diseñadores sevillanos Victorio & Lucchino ofrecen atractivas propuestas en su colección primavera-verano 2001





Belén Góngora, Coordinadora

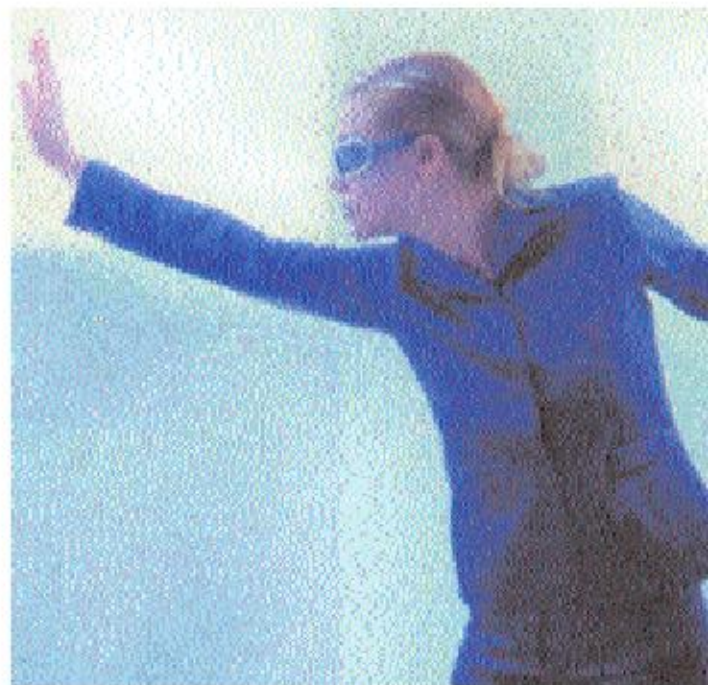
Comunicación, televisión y roles

Desde que el hombre es hombre, y la mujer mujer, la información y la comunicación han gozado de un papel privilegiado y protagonista en el devenir de los tiempos. Gracias a estos dos elementos se ha consolidado el progreso y se han enriquecido las culturas. Por culpa de estos dos elementos ha habido persecuciones, prohibiciones, asesinatos y luchas de poder. Pero sin duda, nunca como ahora, la comunicación ha gozado de la dimensión adquirida desde que el mundo digital invadió nuestras vidas. Se han roto las limitaciones espaciales y nuevas formas de comunicación han colonizado nuestras casas de manera que estamos permanentemente conectados con amigos y familiares, con la empresa, con el banco, con nuevas formas de ocio y incluso con desconocidos. Hoy como nunca somos bombardeados continuamente con mensajes de todo tipo que intentan conseguir que hagamos algo, que lo dejemos de hacer, convencernos, entretenernos, sorprendernos y hasta aburrirnos.

Dentro del grupo de los denominados medios de comunicación de masas o mass media, destaca, por su influencia, la televisión. Ninguno como la televisión para crear o destruir "verdades" que impactan en las masas. Todas las culturas han elaborado roles a través de los que se definían con exactitud, no sólo lo que deben hacer las personas en función de su sexo, sino lo que son y lo que se espera de ellos. Estos conceptos excluyen por definición, comportamientos que no se consideran apropiados para cada uno de los sexos. Son los llamados estereotipos de rol.

La televisión no queda al margen de ellos. El tratamiento dado a los personajes que aparecen en televisión está condicionado, de una forma o de otra, por los roles sociales y de género que tengan asignados. De las mujeres se siguen destacando rasgos como la sociabilidad, sensibilidad o seducción, a través de los que se siguen potenciando, consciente o inconscientemente, los roles de rasgo. ¿Cómo puede comprobarse?. Sólo hay que prestar atención a los motivos por los que las mujeres son protagonistas de las informaciones en este, o en cualquier otro medio de masas. Hay dos grandes razones. Una: son mujeres tremendamente importantes. Y dos: son el punto de referencia de algún problema, llámese malos tratos, problemáticas sociales, o cualquier otro tema con connotaciones por lo general negativas. Sin duda estamos de acuerdo en que este último motivo es mucho más frecuente.

Pero a mi juicio, el peor de los roles que pueden perpetuar los medios de comunicación en general, y la poderosísima televisión en particular, es el que confunde y mezcla lo biológico con lo social. De esta forma, una mujer, sólo por el hecho de serlo, debe asumir que su sitio en la sociedad está en un lugar determinado debido a sus características biológicas, o que por ser mujer



u hombre has de desarrollar una forma de ser concreta. De ahí que las mujeres tengamos asignado el papel de educadoras de los hijos por excelencia. ¿Dónde está escrito eso?.

Tenemos tan interiorizados esos roles que muchas veces, incluso con el objetivo de defender lo contrario, basamos en estas creencias los mensajes relacionados con temas de mujeres porque es una parte de la herencia cultural de la que es muy difícil abstraerse.

Precisamente por ese poder del que goza la televisión, y por ser lugar de referencia social, su responsabilidad es doble. Por un lado, las formas deben cuidarse mucho más, y el discurso debe ser revisado para evitar que se sigan 'filtrando' estereotipos que impiden terminar con esa herencia cultural. Por otro, su influencia debe aprovecharse y canalizarse de forma que se potencien las acciones positivas que nos sitúen a todos en un punto de partida de igualdad ante los géneros. □



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



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.

Actualmente nos encontramos las mujeres no en una sino en varias encrucijadas. La sociedad a través de los medios de comunicación han ido forjando un modelo de mujer, fabricado a la carta de las necesidades de los hombres. Primer listón, atender todas las tareas familiares sin ayuda alguna, segundo listón: trabajar fuera de casa pero seguir atendiendo las labores del hogar, y por último tercer listón, tener una figura impecable tipo "top model", por tanto acudir al gimnasio, etc, etc. ¿Cuál será el próximo listón? Hasta cuando vamos a tener que correr detrás de los modelos que los medios de comunicación nos imponen. Espero que al menos vosotras nos sugiráis ideas para salir de este torbellino a salvo y no sigáis poniendo también listones nuevos que superar.

María Eugenia Gallardo
Sevilla

¿Cómo podremos prepararnos para un futuro tan diferente a la realidad que ahora vivimos?. Con las nuevas tecnología quizás nos sentiremos atrapados en un torbellino de cambios vertiginosos en el que solo las personas muy preparadas podrán hacer frente a estos retos y triunfar. Me preocupa que desaparezcan puestos de trabajos, que muchas personas sean sustituidas por máquinas. Me preocupa la avalancha de información que se nos ofrece cada día y que no podemos contrastar. Me preocupan los nuevos modelos de vida para adaptarse al caos creciente de la estresante vida cotidiana. Me preocupa un futuro vivido a alta velocidad en el que no podamos gozar de las cosas sencillas de la vida.

Angela Romero
Motril

STAFF



Foto cedida por Doble Erre

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: M^a Luisa Gómez Molero
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, 2º- 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.

dos nuevos socios para tu empresa

www.agendaempresa.com
www.mujeremprendedora.net

NIKE

WOMAN

EAU DE PARFUM

NIKE[®]
PERFUMES
since 1929



EAU DE
PARFUM

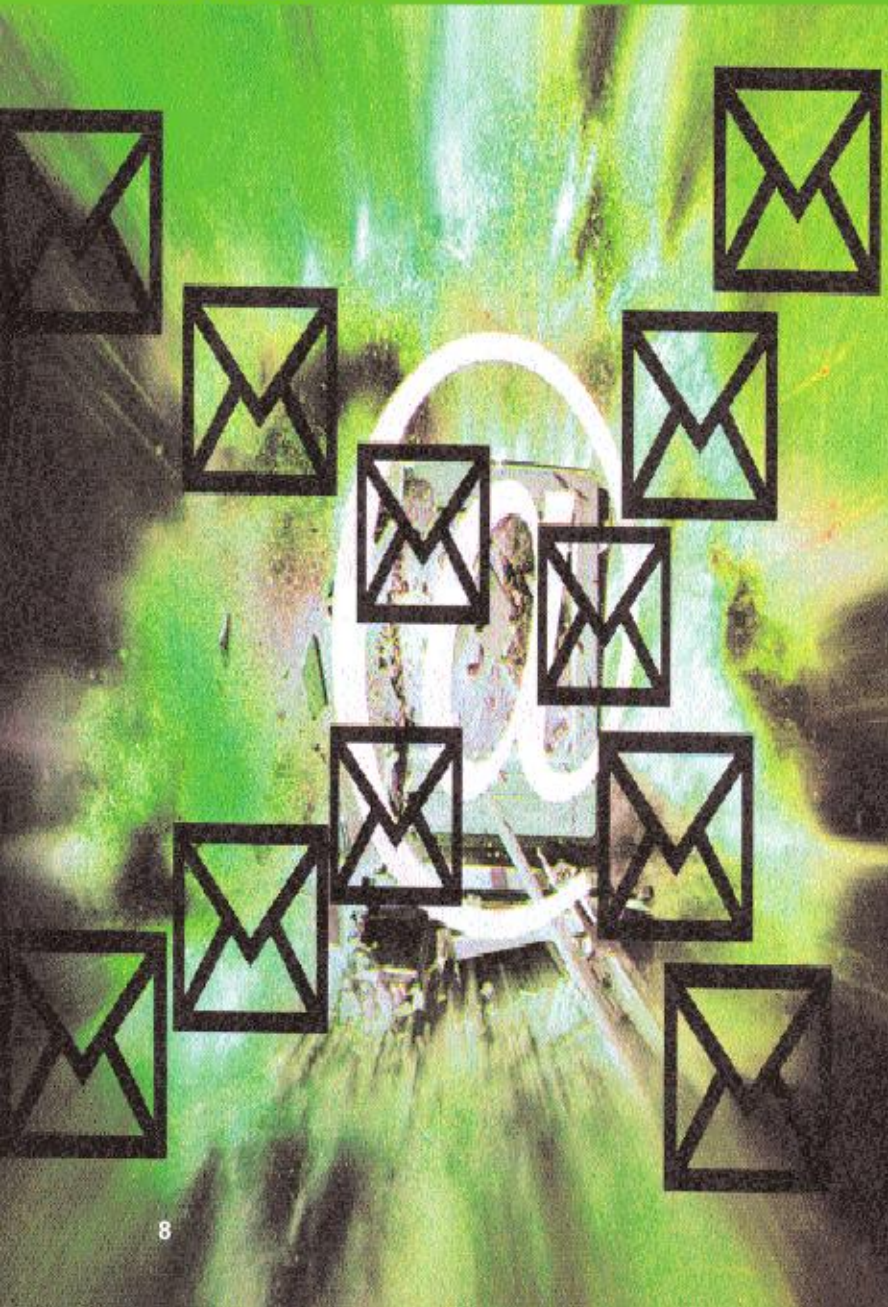
www.deruy.com

N A T U R A L E V O L U T I O N

Las nuevas tecnologías al servicio de tu empresa

El e-mail, el comercio electrónico, Internet o los chats se han convertido en instrumentos de uso diario en muy distintos ámbitos. Si tu empresa aún no se ha subido al carro de las nuevas tecnologías, o hay alguna a la que todavía le tienes cierto respeto, en las próximas líneas encontrarás algunas ideas con las que conseguirás aprovechar las posibilidades que te ofrecen para mejorar la gestión.

Belén Góngora



Las innovaciones tecnológicas han hecho posible que las limitaciones presenciales hayan dado paso a una situación en la que el trabajo puede desarrollarse desde prácticamente cualquier lugar, y permiten mantener una comunicación fluida con los clientes sin que los parámetros espacio-tiempo sean tan definitivos.

El rápido intercambio de información, tanto interna como externa, se ha convertido en algo absolutamente necesario para la supervivencia de las empresas, en las que la competición debe dejar paso a la colaboración, y la imposición debe sustituirse por el convencimiento.

Todas las empresas, al margen de su tamaño, están obligadas a integrar las nuevas tecnologías de forma sistemática en su día a día. Pero esta cuestión no debe verse como una imposición sino como una forma de mejorar la competitividad y agilizar la gestión empresarial. Las nuevas tecnologías deben adaptarse a cada empresa y no al revés. Es decir, deben ser un instrumento más que se pone al servicio de la empresa para ayudar a directivos y empleados a mejorar la productividad y a alcanzar los objetivos empresariales con un esfuerzo menor.

Pero si bien el protagonismo de la información en la época actual es indiscutible, se introduce un matiz que hace variar su valor. Ahora lo importante no es el "tener" la información -su accesibilidad le ha desposeído de este valor- sino el uso que se le dé y el saber transmitirla de la forma más correcta posible.

E-mail, la estrella

El correo electrónico se ha convertido en el sistema de comunicación no presencial más utilizado.

El cliente que utiliza el e-mail lo hace por su propia comodidad. Eso no significa que vaya a tolerar la pérdida de las ventajas que le otorga la comunicación personal o presencial. Por tanto deberá tenerse en cuenta que la personalización de cada comunicación tendrá que realizarse con detalles distintos a los tradicionales. Por ejemplo, el tono amable y cálido a través de un e-mail deberá reflejarse de alguna forma en las palabras que utilicemos para escribirlo. Para ello nada mejor que evitar siempre el anonimato, comunicar sin ambigüedades y ser sincero. El lenguaje debe ser lo más claro y sencillo posible ya que las palabras rebuscadas y los tecnicismos innecesarios disminuyen la atención del receptor.

Las respuestas deben ser ágiles. No quiere decir que se deban hacer de forma apresurada, pero hay que evitar que el cliente piense que su mensaje ha caído en saco roto o que no ha sido atendido por nadie. Un plazo razonable para responder sería el comprendido durante las 24 horas siguientes a la recepción del mensaje.

En la preparación de un e-mail debe haber dos premisas básicas: por un lado, hay que tener muy claro qué se quiere conseguir y cómo conseguirlo, y por otro, que los detalles de la personalización deben hacer pensar al receptor que el mensaje está creado exclusivamente para él. Con ello conseguirá atraer su atención y que el mensaje sea efectivamente leído.

Rentabiliza el tiempo con tu e-mail

Uno de los principales inconvenientes del correo electrónico es el tiempo que se utiliza para leerlos y las auténticas inundaciones que sufren los buzones con correos basura. Para que no se

Chat y videoconferencia

La diferencia fundamental con el e-mail estriba en que a través del chat puedes conectarte en la red con un amplio número de personas a la vez y la información llega en tiempo real a todos los conectados. Se trata de un encuentro de grupo en un espacio virtual. Es una herramienta ágil y barata y permite el contacto inmediato sea cual sea la distancia entre los interlocutores. Ofrece dos formas de comunicación: a través de texto escrito o a través de la voz.

En la empresa, el chat puede tener gran utilidad en las reuniones de grupo. Ofrece las ventajas de éstas, con interactividad, dinamismo, un gran intercambio de información e incluso un cierto grado de caos aparente que puede ser muy productivo y no necesita de desplazamientos.

La videoconferencia resulta aún demasiado cara para la mayoría de las empresas. Consiste en un encuentro a través de la voz y la imagen de dos o más personas, sin necesidad de desplazamientos pero con todas las ventajas y características de la comunicación presencial. Cada uno puede estar en su lugar de trabajo y ver en una pantalla al resto de los participantes con las ventajas de una reunión tradicional. Además existe la posibilidad de ofrecer la imagen de documentos o cualquier otro elemento que se necesite para la reunión gracias a una cámara dedicada en exclusiva a esta función. Existen dos modalidades para celebrar una videoconferencia. Una en la que se visualiza en la pantalla sólo a la persona que está interviniendo en ese momento y otra en la que aparecen todos los participantes en una pantalla parcelada en cuadros.

acumulen cantidades ingentes de mensajes en nuestro buzón, lo mejor es dedicar cada día un periodo fijo de tiempo a la lectura y respuesta del correo electrónico. Esto nos servirá para seleccionar los más importantes y para contestar los más urgentes. Una buena manera de ahorrar tiempo es no contestar a los correos que no piden una respuesta explícita.

Cómo conseguir que lean tus e-mail

- Rellenar siempre la casilla de asunto: dos o tres palabras que indiquen el contenido del mensaje servirán.
- Firma siempre el mensaje: ayuda a evitar confusiones posteriores.
- Concreta: no sólo es oro nuestro tiempo, también el de los demás. No les obligues a perderlo y ve a lo esencial. Lo mejor es que la extensión del mensaje no sobrepase una pantalla.

Los anexos, sólo cuando sean absolutamente necesarios.

- Lenguaje: debe estar adaptado al receptor.
- Es mejor escribir en minúscula. Las mayúsculas dan la sensación de exigencia o agresividad.
- Evita las fórmulas de cortesía rimbombantes y desfasadas. Hay que ser educado pero sencillo. Un simple "hola", "buenos días" o "estimado señor X" no te harán quedar mal. La fórmula a elegir dependerá del grado de confianza pero recuerda: es mejor no ser relamida.
- Está aceptada de forma generalizada la inclusión de expresiones menos rígidas y más espontáneas que aporten dinamismo a la comunicación y la hagan más agradable. Algo impensable en las estereotipadas fórmulas epistolares de la época pre-digital. □





Internet

Una de las herramientas más prácticas para la empresa por permitir múltiples formas de comunicación y transmisión de todo tipo de información en los más variados formatos. El volumen de información presente en la Red es ingente, por lo tanto se debe modificar su manejo. Ahora el objetivo no debe ser el control toda la información que haya sobre el tema que nos interesa sino aprender a gestionarla eficazmente. Para ello será de gran ayuda saber manejar con soltura

los buscadores más habituales como 'Yahoo' (www.yahoo.es), 'Olé' (www.ole.es), 'El índice' (www.elindice.com), 'Lycos' (www.lycos.es), 'Excite' (www.excite.es), 'Ozú' (www.ozu.es) o 'Biwe' (www.biwe.es). Si bien todos comparten características y ofrecen servicios comunes, cada uno goza de sus particularidades. Yahoo es el original, el padre de todos los buscadores pero se ha quedado un poco lento; Olé es el buscador en español por excelencia; El índice es el más apropiado para realizar búsquedas sobre temas comerciales; Lycos ofrece la posibilidad de la búsqueda por término, muy útil; y Excite es un buscador muy interesante a través del que se puede acceder a una enorme cantidad de información.

En la página inicial de los buscadores aparece una opción de ayuda en la que se ofrecen información para aprender a manejarlo y donde se pueden encontrar consejos y trucos para mejorar y optimizar tus búsquedas.

En un nivel por encima de los buscadores se sitúan los metabuscadores. Instrumentos a través de los que se realizan búsquedas en varios buscadores a la vez. Un ejemplo de metabuscador podría ser 'All4one' (All4one.com) en el que de una sola vez realiza una búsqueda en Lycos, Yahoo, Excite y Altavista. Algunos buscadores ofrecen directamente la posibilidad de utilizar un metabuscador, como por ejemplo Navegalia.□

Búsquedas en Internet

A) Cuando encuentres demasiadas entradas:

- Realiza la búsqueda añadiendo más palabras sobre el tema de interés. En función del buscador podrás utilizar distintas opciones para restringir las entradas. Normalmente se puede usar el signo "-" para descartar entradas.
- Ejemplo: 'mujer -violencia' descartará todas las entradas que contengan mujer y eliminará las que incluyan la palabra violencia. En cambio de 'mujer + violencia' resultarán todas las entradas que contengan la palabra mujer y violencia.
- Escribe la palabra objeto de búsqueda en mayúscula, bien completa, bien sólo la primera letra. Con esto se forzará que la palabra encontrada sea exactamente la que tú pones, sin ninguna variación.

B) Cuando el resultado de la búsqueda es demasiado escaso:

- El signo "+" te puede servir para ampliar el resultado de tu búsqueda. En la ayuda del buscador te ofrecerán más opciones.
- No utilices mayúsculas ni acentos.
- Prueba con otro buscador.

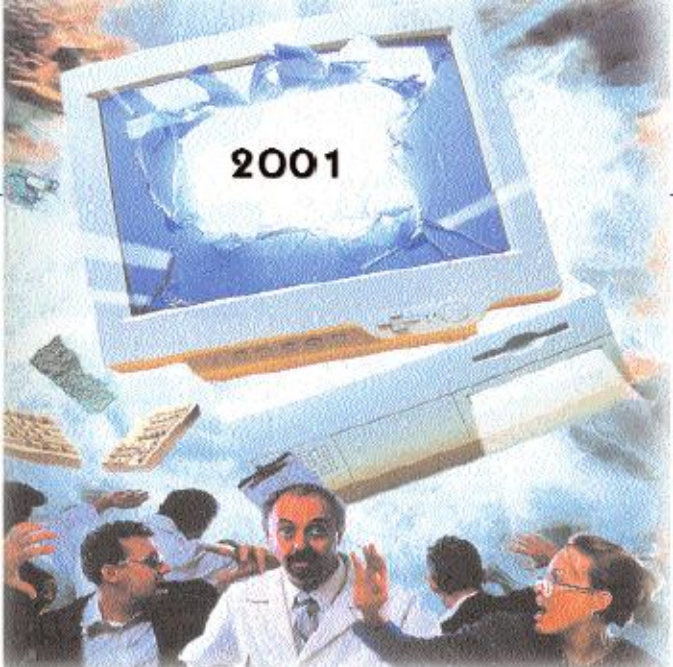
Comercio Electrónico

Las previsiones de ingresos procedentes del comercio en la red para el año actual ascienden a más de 74.000 millones de pesetas, según la Asociación Española de Comercio Electrónico. Esa cifra supone un incremento del 151% con respecto a los ingresos de 2000, algo que no sorprende si lo comparamos con las previsiones de la AECE para el 2002, año en el que se calcula que se podrían alcanzar más de 336.110 millones de pesetas en nuestro país.

¿Qué supone esto? Pues ofrece una idea de las posibilidades que proporciona la red para el mundo empresarial. En España, todavía son minoría las empresas con presencia en la red, un 32,4% pero está demostrado que son las que conjugan venta electrónica y tradicional las que obtienen mayores beneficios y mejores resultados al poder explotar una ventaja competitiva con respecto a sus competidoras.

Saber qué espera un cliente de su compra a través de Internet puede ayudarte a ofrecer un servicio adecuado. En primer lugar y sobre todo buscan comodidad. La que le ofrece poder realizar la compra en su propia casa y a la hora que le apetezca -otra de las ventajas que espera obtener. Por otra parte, el precio del producto suele ser un poco más bajo que si se adquiere a través de los métodos tradicionales, y por último, también influye en el grado de satisfacción del cliente, la rapidez para recibir el producto. Según un estudio realizado por Ernst&Young, la clave está en adelantarse a las expectativas de los consumidores y mejorar la atención al cliente.

Es evidente que la mayoría de las empresas todavía no consideran el comercio electrónico como algo necesario para ellas. En función de los resultados del estudio de la consultora, el motivo más frecuente es que todavía no han averiguado en qué podría serle útil Internet, argumento esgrimido por el 32% de las



empresas españolas, mientras que el 28% considera que no obtendrían beneficios con el comercio electrónico. Por supuesto que el carecer de la tecnología adecuada es un freno importante a la hora de ofrecer este tipo de servicios, algo que le ocurre al 13% de las empresas. En este caso sería interesante evaluar la inversión necesaria y analizar la rentabilidad. Es destacable también el hecho de que un 9% no se ha embarcado en este negocio porque aún no lo considera seguro.

Negocios con futuro

El universo de los artículos con los que de forma más habitual se comercia a través de Internet se amplía cada día, pero actualmente son los productos de ocio y cultura los que lideran la lista. El 35,2% de los productos más vendidos en la red son libros, seguidos de música, con un 35,1%, artículos de imagen y sonido, con un 31,3% y reservas de viajes un 29,1%. A pesar de esto, no son las empresas que se dedican a la venta de los llamados productos estándar (no personalizados), ya sean tangibles (libros, juguetes, etc.) o intangibles (música, noticias) las más importantes en la red en función de su credibilidad, orientación hacia Internet, tamaño, y con cla-

ras perspectivas de generar beneficios. Según el e-50, un índice creado por la revista Fortune para medir el impacto de Internet en la economía de Estados Unidos, entre las 50 empresas más importantes sólo 5 se enmarcan en esta categoría. A la cabeza se encuentran las empresas de software y servicios, seguidas de las de fabricación de hardware. Tal y como se reseña en 'La

Sociedad de la Información en España. Presente y Perspectivas 2000, editado por Telefónica, es destacable que 31 de estas 50 compañías se dediquen a la creación y operación de infraestructuras sea fabricando o dando servicios imprescindibles para que Internet siga funcionando. Esto viene a demostrar que las oportunidades de negocio son bastante mayores que en el sector de contenidos en el que se enmarcan las restantes (servicios financieros, intangibles, tangibles, infomedia-

La importancia de la imagen en la comunicación es tal que tan sólo el 7% de lo que es comunicado proviene del significado de las palabras. Del resto, el 55% nos llega a través de la imagen y el 38% de la manera en que se trasmite

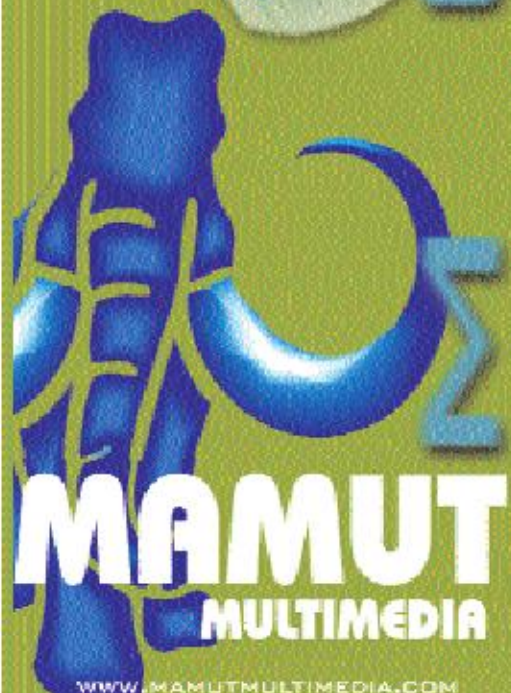
rios y empresas que dan acceso a Internet además de otros servicios relacionados). En conclusión, los negocios que en principio presentan mejores perspectivas de futuro a través del comercio electrónico serían los de venta de productos estándar -si su oferta es amplia y los precios bajos-, productos personalizables -sobre todo equipamiento para Internet y material informático- servicios financieros e infomediación -entendida como portales y buscadores de ayuda a la navegación y comunidades de intereses para compraventa. □

MEDI@

DISEÑO WEB

CD-TARJETA

CD-ROMS



WWW.MAMUTMULTIMEDIA.COM
CONSULTAS@MAMUTMULTIMEDIA.COM

TLF/FAX 958 535883

C/ALHONDIGA, 9
GRANADA

Saca el máximo partido a las llamadas telefónicas

Hablar por teléfono es algo cotidiano. Tanto que a veces no le damos la importancia que puede tener, puesto que es una de las más importantes vías de transmisión de la imagen de empresa

El teléfono es, junto con las relaciones interpersonales y el e-mail, el principal medio de comunicación empresarial, y por tanto uno de los principales indicadores de la imagen y calidad de la empresa. Todo el mundo sabe hablar por teléfono, pero hacerlo de un modo correcto y eficiente puede marcar la diferencia entre cerrar o no una operación comercial. Para que puedas sacar partido de todas tus llamadas, a continuación te ofrecemos algunos detalles que deberás tener en cuenta. □

Consideraciones generales

- El teléfono no debería sonar más de tres veces, de lo contrario la persona que llama recibirá una impresión de dejadez e ineficacia.
- La modalidad manos libres es muy incómoda para el interlocutor ya que no sabe quién puede estar escuchando la conversación. Por lo tanto, ante la duda de si a la otra persona le puede molestar o no, opta por evitar esta modalidad.
- No se debe comer, ni tener nada en la boca mientras se mantiene una conversación.
- No debes obligar a nadie a tener su línea ocupada durante más tiempo del necesario.

Saludo

- Lo más correcto cuando se contesta a una llamada es identificar a la empresa y después saludar. Todo con un tono amable y sonriendo ya que la voz es más agradable.
- Si eres tú la que llama y conoces a la persona que contesta, lo correcto es saludarlo aunque nuestra llamada no esté dirigida a él.
- Cuando en la empresa se recibe una llamada y la persona a la que va destinada no puede atenderla lo mejor es advertírselo al interlocutor y pedirle que vuelva a llamar más tarde, o comunicarle que la llamada le será devuelta lo antes posible.

Conversación

- El ritmo de las conversaciones debe ser lento y vocalizando.
- Carmen Cuadrado, experta en protocolo, apunta un buen consejo para cortar una conversación telefónica demasiado larga. Se trata de decirle al interlocutor algo así como "no me gustaría hacerle perder más su valioso tiempo".
- En las conversaciones profesionales hay que evitar en la medida de lo posible los términos coloquiales y cariñosos.

Despedida

- Amable y tranquila; una buena medida será no colgar hasta que lo haya hecho tu interlocutor. No hay nada peor que la otra persona sienta que estás deseando terminar la conversación.

Los contestadores automáticos

- Lo correcto es identificarse con el nombre, cargo y nombre de la empresa, explicar brevemente el asunto del que quieras hablar, dejar un número para localizarte y despedirte.

Fuente: Protocolo y comunicación en la empresa y los negocios. Carmen Cuadrado. FC Editorial. Madrid, 2000.



Net: intra y extra

La intranet es una red interna desarrollada dentro una organización. La conexión de varias de estas redes constituye la extranet. Una red interna abre todo un mundo de posibilidades para desarrollar aplicaciones muy rentables para una empresa como acceso a bases de datos, distribución de software, correo electrónico interno y externo, opción para compartir información entre el personal y con otras personas que nos interesen tales como proveedores o clientes, etc. Además la seguridad en estas redes es bastante alta ya que se pueden crear canales de acceso públicos y privados de forma que se selecciona la información que se pone a disposición de unas u otras personas.

Con la participación en una extranet se agilizan los procesos de gestión empresarial puesto que se puede estar conectado de forma permanente con las redes de proveedores, clientes, colaboradores, distribuidores, o cualquier otro contacto que la empresa necesite. □

Atención al cliente

En la atención al cliente, las nuevas tecnologías pueden ser un arma de doble filo que hay que saber utilizar con cautela. Si bien es cierto que otorgan una amplia flexibilidad, también pueden crear una forma de comunicación totalmente estereotipada y despersonalizada que cree una falsa sensación de desinterés por parte de la empresa y con ello la insatisfacción del cliente. No se debe olvidar lo fácil que puede resultar para un cliente abandonar un producto y cambiarlo por otro con tan solo un movimiento del ratón. Por tanto, éste debe ser uno de los aspectos a los que se le debe prestar más atención.

Las nuevas tecnologías te pueden ayudar, no obstante, a fidelizar a los clientes si pones empeño e interés. Hay varias reglas que puedes seguir y que te ayudarán en esta labor. Mantener canales abiertos de manera que para el cliente sea cómodo, fácil y rápido ponerse en contacto con nuestra empresa y ser atendido en el momento en que le interese. De esta forma se consiguen dos cosas: personalizar la relación (algo que puede perderse muy fácilmente en la comunicación no presencial) y ayudarle a resolver de forma inmediata cualquier cuestión que pueda surgir en relación con tu producto o servicio.

Por otro lado habrá que realizar un esfuerzo en mantener un seguimiento de los clientes para poder adelantarse a sus necesidades y para poder informarle de nuestras novedades.

Asimismo, hay que tener en cuenta que las nuevas tecnologías no son la panacea y que habrá ocasiones en que no sea ni rentable ni apropiado hacer uso de ellas. Todo depende de las circunstancias. □

Para ampliar la información:

WHELAN, Jonathan. (2000).

E-Mail en el trabajo. Madrid. Prentice Hall.

MONTANER, Ramón. (2001). Dirigir con las nuevas tecnologías. Barcelona. Gestión 2000.com

Elaborado por
VITICULTORES Y PRODUCTORES DE ACENAL
S.R.L. LUGAR ANA
P.O. Box 10000
RUE S. J. DE LOS REYES
ALICANTE - 03017 ALICANTE
N.I.C. 21-001-10000
CONSEJO REGULADOR DENOMINACIÓN DE ORIGEN
D.O.P.

ACENAL

N.R. 21-001-10000

Al estilo tradicional de Alicante

Producto Natural

Sonicolor

Emisoras - Telefonía - Antenas TV - Sonido Profesional
Accesorios Audio - Video - Informática
TU TIENDA PROFESIONAL

Portátiles de Uso Libre
No necesitan licencia
(0) Plus (mensual)

Car Audio y Sonido Profesional

Emisoras: Radioaficionado, Marinas, Aéreas y Profesionales

Telefonía Móvil / Fija e Inalámbricas y Accesorios

Receptores de Satélite Libres: Digitales y Analógicos

Antenas Parabólicas
Antenas TV
Antenas Radioaficionado

Tel.: 954 630 514 - Fax: 954 661 884 - Web: www.sonicolor.es - E-mail: sonicolor@sonicolor.es



Montserrat Badía

Portavoz del Gobierno de la Junta de Andalucía

“Un gobernante debe tener la sensibilidad para saber qué es lo que demanda el ciudadano”

Montserrat Badía, ocupa el cargo de portavoz del Gobierno de la Junta desde hace seis meses. En esta entrevista explica a *Mujeremprendedora* la importancia de su trabajo, define las líneas de ejecución y aporta su visión sobre la mujer en el mundo laboral.

B. Góngora

Poco queda por decir sobre la importancia de la comunicación. Más aún en una sociedad como la actual, totalmente mediaticizada en la que ha adquirido un peso específico sin parangón en la historia. Siempre es complicado coordinar los mensajes y la imagen que se proyectan hacia el exterior, máxime cuando se hace desde la responsabilidad de la acción de gobierno.

me ¿Cómo se definen las principales líneas de trabajo de la Oficina del Portavoz?

Montserrat Badia: La Oficina tiene fundamentalmente un trabajo: facilitar información del Gobierno a todos los medios de comunicación. Nosotros somos el vehículo de todo lo que hace el Gobierno, entendido por el presidente y por todos los consejeros. A su vez, lógicamente tiene que coordinar distintas informaciones que dependen de departamentos diferentes para que haya la misma visión por parte del Gobierno. Hay materias como por ejemplo la encefalopatía espongiforme bovina en el que intervienen tres departamentos y, lógicamente toda la información que está vinculada con este tema, aunque ha estado coordinada por la Consejería de Agricultura, se está llevando desde nuestras delegaciones.

Por otra parte están los gabinetes de prensa que dependen directamente de nosotros, son personal de la Oficina del Portavoz. En este aspecto hay que cuidar mucho cuando se convoca una rueda de prensa para que no se solapen. Lo mismo ocurre con el tema de los viajes de los consejeros a las provincias, aunque no es fácil porque sus agendas son complicadas pero intentamos, en la medida de lo posible que tengan la información para saber cuándo es más conveniente.

me A pesar de que usted no ha trabajado nunca en la empresa privada, si ha tenido un contacto permanente y directo con ellos desde los puestos que ha ocupado en la Administración. ¿Cree que existen muchas diferencias entre coordinar los temas de comunicación institucional y hacerlo en una empresa privada?

M.B.: Por mi trabajo mis "clientes" han sido los empresarios, con los que he tenido mucha relación. Han sido todo tipo de empresas, desde los vendedores ambulantes que eran competencia mía cuando estaba en la Dirección General de Comercio, pasando por las pymes, hasta las grandes empresas multinacionales que se han instalado en nuestro territorio y con las que hemos tenido que trabajar todo el tema de ayudas, tanto a la inversión como a la formación, etc. Es decir, que conozco el mundo empresarial pero desde fuera.

En cuanto a la diferencia fundamental entre la comunicación institucional y la privada creo que está en la homogeneidad de mensajes. La empresa privada los tienen más estereotipados, pero también lo tiene más fácil porque debe poner un producto o servicio a la venta, algo para lo que tienen sus estudios de mercado y saben a qué cliente se dirigen, a qué población, conocen los hábitos de los consumidores y saben si lo que exigen es calidad, diseño, etc. Con todo eso es más fácil determinar un mensaje único y una imagen de empresa. Las empresas deben preocuparse por estos temas porque en una economía tan globalizada está claro que si uno no cuida a sus clientes vendrá otro y se los llevará. Hay que estar abierto a conseguir nuevos mercados o mejorar gamas de productos que vayan dirigidos a otros clientes, porque el mercado es lo suficientemente dinámico como para que uno no se pueda conformar con algo que ya hizo él o su padre.



" En el mundo empresarial cuanto más vendas mejor. En la Administración en cambio, debes crear las expectativas justas porque los presupuestos no son ilimitados "

me ¿Y qué se hace en el ámbito público?

M.B.: En el mundo de la acción de gobierno ser capaz de dar un mensaje único es más complicado. Primero porque tienes que ser consciente de que estás gobernando para toda la población, para tus votantes y para los que no lo son. Es por tanto mucho más complicado trasladar nitidamente el mensaje que tiene que dirigir un gobierno. Primero el gobernante debe tener la sensibilidad para saber qué es lo que el ciudadano le está demandando, cuáles son sus necesidades de todo tipo, y una vez conseguido esto, ser capaz de trasladársela a la ciudadanía. Pero hay limitaciones. Es decir, no puedes darle mucha publicidad a una línea de ayudas porque a lo mejor es perjudicial. Tienes que comunicar que esas líneas existen pero no intentar venderlas, sino que si el empresario las necesita, debe saber buscarlas, porque tampoco puedes crear una expectativa y luego no tener suficiente presupuesto para poder atenderlo. Eso no es bueno ni para la Administración ni para el empresario. Hay que crear las expectativas justas

y dentro de las limitaciones que tienen las instituciones públicas y que comprende los presupuestos que no son ilimitados. Todo el mundo agradece, que se les explique que existe una línea de ayudas pero que el presupuesto está agotado ese año y mucho más el mundo empresarial que tiene que hacer sus ajustes económicos, y no puede contar con una ayuda que luego no llega.

Por eso digo que no es lo mismo la forma de comunicar que en la empresa porque ahí cuanto más vendas mejor, y la Administración en cambio, cuenta con unos recursos limitados. Hay que tener en cuenta que la imagen es más difícil recuperarla que ir haciéndola poco a poco.

me Estamos en la era de la comunicación, y para la población lo que no aparece en los medios de comunicación es como si no existiera. ¿Qué peso específico le otorga a la Oficina del Portavoz con respecto al funcionamiento y la labor de Gobierno?

M.B.: Por un lado la Oficina es un instrumento de servicio a los medios de comunicación. En los últimos años se ha hecho un esfuerzo importante de organización y de profesionalización de la Oficina, no tanto porque esté yo aquí, sino por los profesionales que trabajan en ella que son prácticamente todos del mundo de la comunicación. Se hace un servicio muy profesional, intentando dar un tratamiento de objetividad y de igualdad de información a todos los medios.

Por otro lado, la Oficina tiene que facilitar una presencia adecuada del Gobierno con todos sus miembros en los medios de comunicación para que los ciudadanos conozcan la labor. Esto se refleja



“Desde la Oficina del Portavoz se hace un trabajo muy profesional, intentando dar un tratamiento de objetividad y de igualdad de información”

en las informaciones que se hacen del Consejo de Gobierno, directamente desde aquí. En el caso de temas puntuales de interés de un determinado departamento intentamos que sean los propios consejeros quienes los trasladen para que se visualice lo que es la labor del Gobierno.

me Entonces, cuando se trata de temas polémicos se cambia la dinámica.

M.B.: Hay que estar pendiente de la información que circula fuera. A veces somos los creadores de la información pero otras veces viene de fuera y nosotros la tenemos que interpretar. Tenemos que estar posicionados ante determinados temas porque creamos opinión y para ello hay que estar muy al tanto de la información que se está generando en el exterior porque es normal que la gente pregunte la posición del Gobierno en distintas materias tanto fuera como dentro de nuestro territorio.

Mujer triunfadora

me La mayoría de las mujeres que ha llegado a alcanzar puestos de la responsabilidad de los que usted ha ocupado afirman que ha sido necesario un sacrificio en su ámbito familiar que les obliga a renunciar a determinados aspectos de tu vida personal.

M.B.: Indiscutiblemente por la trayectoria cultural tiene muchas más dificultades para moverse en el mundo laboral en igualdad de condiciones que los hombres. En los últimos años ha habido unas mejoras sustanciales pero con todo, todavía sigue habiendo muchas diferencias que se demuestran en los datos del paro, el doble en Andalucía entre mujeres y hombres, o los salarios. Es decir, la mujer sigue siendo discriminada laboralmente, no ya desde el punto de vista legal porque las leyes le amparan, pero digamos que en el que hacer diario necesita todavía de algunos avances importantes. Las mujeres de mi generación y de después de la mía han tenido que realizar un esfuerzo importante de dedicación de horas de trabajo para poder compaginar los dos ámbitos, porque la mayoría de mujeres que están trabajando fuera debe a su vez hacer frente a la responsabilidad de la organización doméstica. En mi generación somos de las que nos ha gustado vivir las casas igual que a nuestras madres, pero con la diferencia de que no hemos estado en ellas. Somos de comida casera, y de una serie de gustos tradicionales pero vividos de otra manera y con un mayor esfuerzo personal. Es decir que sí requiere un sacrificio.

me ¿Y que es lo que tendría que pasar para que las mujeres llegaran por fin de forma masiva a la alta dirección?

M.B.: En la Administración no es el

sitio en el que está peor porque aquí las mujeres están superando con creces el número de ingresos.

Lo mismo que ocurre en la judicatura o en los MIR. Cuando a la mujer la ponen en igualdad de condiciones de acceso, igualdad en el sentido de objetividad, va copando los puestos. Ahora, por supuesto que es llamativo que, por ejemplo, en el mundo financiero no haya ninguna mujer ocupando un puesto importante -excepto la hija de Botín.

Te pones a mirar el organigrama del Consejo de Administración de cualquier gran banco o caja y es un poquito sorprendente que en el mundo financiero no haya entrado la mujer. Lo mismo ocurre en las cúpulas empresariales. En la representación empresarial andaluza, ¿qué mujer ocupa algún puesto?.

En las Cámaras de Comercio ocurre lo mismo y la única mujer rectora la tenemos en Andalucía pero fíjate si hay universidades en España. A la mujer le es difícil llegar a esos puestos. Le es difícil no porque ella no esté dispuesta sino porque todavía se necesita una discriminación más positiva.

me **Sí, pero el problema llega cuando los criterios de selección no son tan objetivos.**

M.B.: Sí, las mujeres tenemos que demostrar mucho más que el hombre nuestra capacidad para ocupar un puesto. Por tanto creo que primero se deben adoptar medidas incentivadoras para la contratación de la mujer ya que muchas veces, sus propios méritos no son suficientes para que en distintos ámbitos pueda acceder a los puestos de trabajo. Teniendo en cuenta el nivel de paro de la mujer en Andalucía, el establecer medidas de discriminación de este tipo es absolutamente oportuno.

me **En este sentido, la Administración andaluza tiene la mayor responsabilidad, tanto por su capacidad para adoptar medidas al respecto como por su papel de ejemplo.**

M.B.: El Gobierno andaluz es un magnífico ejemplo de la voluntad política de llegar a esa igualdad de oportunidades del hombre y la

mujer. Chaves se comprometió en su programa electoral a que si él era presidente iba a crear un gobierno paritario y así lo ha hecho.

Ahora mismo, el Gobierno andaluz es el que cuenta con más mujeres de todo el territorio nacional y esto es una demostración de su voluntad de incentivar eso.

Luego, además de ponerlo en práctica en sus propios órganos, con respecto a las políticas de empleo se deben potenciar medidas que incentiven la contratación de mujeres.

Ya existen algunos programas pero personalmente creo que se deben incrementar.

Cuando se nos transfieran las políticas activas de empleo, algo de lo que estamos deseosos por la tardanza que estamos sufriendo, el Gobierno tendrá la capacidad para poner en marcha este tipo de medidas de apoyo para la mujer.

Estos temas ya se están trabajando tanto por parte del Instituto Andaluz de la Mujer, como por parte de la Consejería de Empleo y Desarrollo Tecnológico. □



Una vida al servicio público

Madrileña de nacimiento y manchega de adopción, esta Licenciada en Económicas por la Universidad Complutense de Madrid ha desarrollado toda su carrera profesional en las instituciones públicas. Empezó en el Ministerio de Agricultura desde donde pasó al de Sanidad y Consumo. En el año 1981 se trasladará a Andalucía para ocupar el puesto de jefa de servicios en temas de consumo, un periodo en el que estuvo viajando diariamente de Huelva a Sevilla. Cinco años más tarde, en 1986, es nombrada directora de Consumo y a partir de aquí irá ocupando distintos puestos de responsabilidad en la Administración andaluza. Tras este cargo pasó a encabezar la Dirección General de Comercio, a la que luego le unieron la Dirección General de Cooperación Económica que se encargaba de los instrumentos de incentivación a la localización de la inversión. En la actualidad es portavoz del Gobierno, cargo que ocupa desde hace seis meses.

El Universo multimedia en femenino



FICHA TÉCNICA

Actividad:

Servicios multimedia

Nº trabajadores: 5

Dirección:

C/ Alhóndiga, 9

Oficina 6

18001- Granada

Las cinco socias de Mamut Multimedia saben que su principal baza es la calidad, entendida como saber ofrecer a los clientes un servicio personalizado, acorde con sus necesidades

En abril de 2000, el proyecto de lo que hoy es Mamut Multimedia recibe el primer premio en el Concurso de Iniciativas Empresariales organizado por la Fundación Empresa-Universidad de Granada. Este fue el empujón definitivo que estas cinco jóvenes emprendedoras necesitaban para lanzarse en firme a la creación de su propia empresa.

Mamut se constituyó oficialmente como sociedad laboral limitada a mediados de diciembre del pasado año, aunque Hortensia, Lola, Teresa, Paz y Cristina llevaban un año trabajando juntas. "Comenzamos reuniéndonos en nuestras casas para desarrollar el plan de trabajo. De ahí surgió la idea de presentarnos al concurso de iniciativas empresariales", explican.

A pesar de que ninguna tenía experiencia laboral previa en multimedia, (aunque sí en áreas afines) la sólida formación con la que cuentan y la fuerza que proporciona el sentirse apoyada por un grupo con tus mismos intereses, les aportó la seguridad necesaria para afrontar el reto de convertirse en empresarias. "Sabemos que además de los conocimientos adquiridos, nuestra formación deberá ser continua ya que este sector está en constante cambio y crecimiento". Lo fundamental para ellas es saber adelantarse a las necesidades del

cliente para ofrecerle un servicio personalizado y acorde con sus necesidades. A pesar de que todas estaban en situación de desempleo, esta no fue la única razón que les hizo decidirse por el autoempleo. Hortensia explica que querían trabajar en algo que les gustara y para lo que estuvieran suficientemente capacitadas, y además "porque a todas se nos había pasado alguna vez por la cabeza la idea. En nuestro caso hemos unido nuestra formación y experiencia para crear una empresa que requiere todas nuestras aptitudes y actitudes".

Su primer proyecto fue un CD-ROM turístico del barrio granadino del Albayzín en el que se cuenta su historia, leyendas y permite visitar sus monumentos y calles, además de ofrecer otros servicios como horarios de museos, links a páginas web de interés, etc. "Vendimos copias a la Fundación Albayzín y a la Delegación de Turismo del Ayuntamiento de Granada y a partir de este trabajo decidimos constituir una sociedad".

Ahora, entre sus proyectos más inmediatos se encuentran la creación de portales temáticos, así como embarcarse en más proyectos turísticos.

Desde el ámbito personal consideran la experiencia muy gratificante. "Hemos aprendido mucho y nos ha ayudado a tener más confianza en nuestro trabajo, aunque también hay que decir que desde el punto de vista estrictamente empresarial hemos tenido muchas dificultades a la hora de encontrar las ayudas y subvenciones institucionales que tanto promocionan".

La falta de dinero para el inicio de la actividad y para poder invertir en publicidad, y las características propias del

empresariado granadino -muy cerrado aún a las nuevas tecnologías- han sido, a juicio de estas empresarias, las trabas más importantes en un camino duro en el que se corre mucho riesgo "pero que nos proporciona muchas satisfacciones personales y profesionales".

Además consideran que las perspectivas laborales que ofrece el campo de las nuevas tecnologías de la información "pueden ser muy adecuadas para la forma de vida de la mujer actual ya que permite compaginar perfectamente el trabajo con la vida familiar e incluso se puede trabajar desde casa o desde cualquier otro lugar con un ordenador portátil". □



Cuento roto

llega el cd. el
miércoles por la
mañana

Spa Internet, visión de negocio

A mediados de los 90, Irene Ruiz, consciente de las posibilidades de negocio que ofrece Internet, funda su propia empresa. Cinco años después, Spa Internet es líder en el sector de turismo de Andalucía en la red.



Con una plantilla de 22 personas formada en un 90% por mujeres y con una media de edad de 23 años, Spa Internet se ha consolidado después de cinco años de trabajo como la empresa líder en el sector turístico de Andalucía en Internet. Irene Ruiz, su consejera delegada y *alma mater* de la empresa se muestra orgullosa de lo conseguido. "En nuestra plantilla todos tienen un denominador común: son jóvenes, andaluces, hablan más de un idioma y saben muy bien cómo desarrollar su trabajo".

El modo en que ha conseguido llegar hasta aquí no tiene truco. "Han sido muchas horas de trabajo y de dejar las pestañas en la pantalla de mi ordenador para tener el primer portal de información turística de mi tierra". La filosofía de Irene es simple: para triunfar en Internet hay que aplicar la consideración de que es una economía igual que la tradicional, lo que prima es la profesionalidad. "Es diferente en la dimensión de los negocios pero la base es la misma de siempre: 'antes de gastar o invertir, mira dónde está el retorno' y 'no gastes aquello que no tienes o que no puedes devolver'. "Cuando regresé a España tras estudiar en Estados Unidos en 1995, aquí todo estaba por hacer con respecto a Internet", explica. "Le propuse a mi padre que, como empresario, me ayudara a enfocar este negocio y a llevarlo a la práctica". De esta forma comenzó con un tutor comercial (su padre), un técnico que conocía Html, un nombre comercial 'SPA', un préstamo de su familia y el apoyo del IFA a través del programa Empresa Joven.

Aprovechar la experiencia

Hoy, en su Consejo de Administración tienen representación los sectores más dispares, desde un ganadero y dos abogados, pasando por Unicaja y un directivo de una aerolínea, hasta el presidente de la Asociación de Empresarios de Telecomunicaciones. "La forma tradicional de ver el negocio de mi Consejo me ayuda al extrapolarlo al mío". La clave del

FICHA TÉCNICA

Actividad: Información turística y de interés sobre Andalucía en Internet

Nº trabajadores: 22

Dirección: Edificio Eurosevilla.

Módulo 2. Planta baja.

Tfno: 954 999 253

E-mail y web: irene@spa.es

www.spa.es

triunfo en este sector está en "no perder el norte de que una empresa así, sólo es diferente de las tradicionales en la velocidad en que se mueven. Es necesario un buen plan de negocio y contar con el empuje de la juventud pero también con la experiencia de los que han llevado empresas tradicionales".

En sus comienzos su principal preocupación fue conseguir clientes. Irene reconoce que "lo más difícil fue explicar a los clientes potenciales qué era Internet porque tratábamos con gerentes de empresas de una generación que no había nacido con los ordenadores. Lo que veían era a una mujer joven con una empresa que no sabían de qué trataba". En la actualidad Spa Internet ofrece presencia en Internet para empresas relacionadas con el sector turístico y servicios para que obtengan rendimiento y negocio con su web. A este respecto, Ruiz aclara que para ellos "es fundamental que una empresa que está en Internet entienda que es otra vía de negocio e ingreso".

Spa publica la información de la disponibilidad hotelera de España (www.lasttime-es.com). "En Andalucía tenemos 430 hoteles y más de 250 en el resto de España. Ellos mismos actualizan la disponibilidad de su hotel desde una página web por un sistema totalmente innovador aquí, el ASP". De hecho es la primera empresa española que lo usa de forma operativa. Se trata del primer paso para realizar las reservas on-line del que ya están lanzando el sistema www.reserva-es.com y que esperan que sea usado por más de 2000 hoteles de España antes de fin de año. En su curriculum también cuentan con la primera experiencia de web de compras entre empresas que ya es una realidad con la Asociación de Hoteleros de la Costa del Sol. □

El Correo

¿?



M^a Ángeles Tejada,
Dra. General de SELECT. RRHH

Las mujeres en oferta

Con la nueva reforma laboral parece que por primera vez en muchos años nos empieza a bendecir la virgen a todas las que no necesitamos ningún otro permiso para ganarnos honradamente el pan, más que nuestra ilusión y ganas. Por tanto nos satisface que se haya iniciado un programa de bonificaciones a la Seguridad Social para las empresas. Eso sí, el atractivo es creciente después de la maternidad, y la bonificación llega a un 100% en el primer año.

Parece que aunque no estemos en época de rebajas, las mujeres estamos en el cartel de las ofertas, porque además se instrumentan nuevas bonificaciones: en este caso de un 25% durante un período de 24 meses para los grupos comprendidos entre los 16 y 45 años y para las mayores de 55 años se establecen bonificaciones incluso del 60%.

Eso sólo debe ser el principio hacia la normalización de derechos y obligaciones para la mujer trabajadora. Creo que de la misma forma que la libertad no se obtiene nunca a golpe de ley también la eliminación del agravio comparativo no debe ser fruto ni de la negociación, ni puede proclamarse por otra ley que no sea la del sentido común.

Nos cansamos de invocar el redescubrimiento del llamado factor humano, como generador del conocimiento y auténtico focalizador de los valores añadidos de toda empresa. Todos estamos subyugados a un mercado en el que la competitividad y el talento marcan las diferencias. Por una vez, mejor que sea un buen precedente y aunque no nos gusta la forma, parece que se empieza a pensar que las mujeres también formamos parte de este factor humano.

Por ello, deberíamos interpretar la intervención del gobierno, como facilitador de caminos, bien trazados, delimitados y señalizados, aunque dejando que las partes circulen en ellos en la medida en que quieran hacerlo, sin que haga falta imponer el diálogo.

Probablemente lo mejor que tenía la anterior reforma era la dinamización del diálogo colectivo dejando que sea cada empresa quien determinara las condiciones más convenientes para pactar una relación en la que cada una de las partes necesita a la otra. Pensemos que antes de cinco años las relaciones laborales se habrán transformado y apenas habrá jerarquización en la empresa porque al compartir la información, ésta carecerá de poder. Lógicamente la potenciación del trabajo en equipo eliminará las prerrogativas individuales, incluso la retribución y la jornada laboral se deberán sublimar al proyecto concreto. No sé si esta forma de trabajar será mejor o peor pero debería permitir como mínimo superar las discriminaciones, sin necesidad de acudir al decreto. Otro tema será que la sociedad y los políticos faciliten los medios para que se mantenga la total ocupación, se conjugue el estado de bienestar con asistencia pública y se garantice el tiempo de ocio para obtener una sociedad sana.

No parece bueno que ningún gobierno imponga más allá del orden público y el marco legal garantizando los derechos de los ciudadanos. En el mejor de los casos, sería lo deseable, que esta última reforma no trascendiera más allá de labrar el surco por el que debería discurrir el fluido de la inteligencia y el sentido común de las personas a fin de que podamos compartir nuestro conocimiento con el objetivo de asegurarnos nuestro propio futuro. Necesariamente debemos entendernos. □



Inmaculada Díaz López, Abogada

El delito de abandono de familia

En artículos anteriores he tratado el tema de la pensión por alimentos y la pensión compensatoria, hoy retomo esta cuestión ciñéndome al carácter delictivo que conlleva su impago en determinadas ocasiones, pero antes, permítanme recordarles que la Ley entiende por alimentos todo lo que es indispensable para el sustento (alimentación), habitación (un lugar digno en el que vivir), vestido y asistencia médica (incluidos los gastos de embarazo y parto, en cuanto no estén cubierto de otro modo). En los alimentos se incluye la educación e instrucción del que haya de ser alimentado, no sólo mientras sea menor de edad sino hasta que termine su formación.

A este respecto, estoy segura que todos conocemos a alguna mujer con hijos a su cargo, separada o divorciada, sin trabajo o con escasos recursos y cuyo esposo (por regla general es el marido el que tiene que satisfacer la pensión) no le da el dinero que se estableció para alimentos en la sentencia de separación o divorcio.

Efectivamente, estos casos no son puntuales y, desafortunadamente, tampoco lo son aquellos en que el cónyuge abandona un puesto de trabajo estable, con alta en la seguridad social para pasar a formar parte de la "economía sumergida", con unos ingresos difíciles de controlar y cuya existencia es prácticamente imposible de demostrar. El motivo de esta manera de actuar es tan simple como despreciable: eludir la obligación de contribuir al sostenimiento económico de su familia.

La mayoría de las veces la esposa y los hijos deben ser auxiliados por sus familiares más próximos, incluso por amigos. Tal llega a ser el desamparo y la necesidad acuciante de obtener ingresos, que algunas mujeres sin preparación y sin medios, se ven forzadas a realizar tareas ingratas, cuando no repudiadas por nuestra sociedad, para subsistir y ofrecer sustento a sus hijos.

No es mi intención dramatizar sino contar una realidad que a muchos se les escapa. Precisamente por la gravedad del asunto y de sus consecuencias, el Código Penal contempla el Delito de Abandono de Familia que condena a la pena de arresto de ocho a veinte fines de semana de prisión al que deje de pagar durante dos meses consecutivos cualquier tipo de prestación económica a favor de su cónyuge o de sus hijos, establecida en convenio judicial aprobado o resolución judicial, en los supuestos de separación legal, divorcio, declaración de nulidad del matrimonio, procesos de filiación, o proceso de alimentos a favor de sus hijos, además de pagar las cuantías adeudadas.

Es importante destacar que estos hechos tendrán que ser denunciados por el propio perjudicado, por su representante legal o bien, por el Ministerio Fiscal cuando haya menores de edad, incapaces o personas desvalidas.

Por otra parte, es requisito indispensable que el obligado al pago de las prestaciones impuestas judicialmente actúe de forma maliciosa, voluntaria y reiterada, o lo que es lo mismo, que sea plenamente consciente de que está faltando a una obligación legal, quiera hacerlo y además lo haga en repetidas ocasiones.

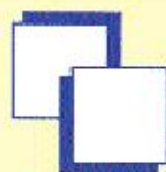
Detectar esta intencionalidad es fácil cuando no se satisface la pensión a pesar de tener unas prestaciones con las que poder afrontar el pago de los alimentos. El problema para que haya una condena por un delito de Abandono de Familia se plantea cuando se finge un estado de insolvencia (es frecuente que el esposo simule un despido, esté en paro, o en el mejor de los casos tenga un contrato a tiempo parcial percibiendo un salario cuya cuantía es inembargable. También nos encontramos casos en los que, por "arte de magia", bienes de los que era titular pasen a ser propiedad de familiares y amigos, o que, por no tener, el obligado al pago diga que no tiene ni para comer). Por fortuna, a pesar de la lamentable situación que pretende presentar el denunciado y que según él le impide cumplir sus obligaciones pecuniarias para con la familia, hay signos externos de que todo ello no es más que una farsa montada a su medida para defraudar a la Ley. Entre estos signos externos están la ropa que lleva, los lugares que frecuenta como p.e bares, restaurantes, hoteles, etc, los vehículos que conduce, los viajes que realiza. Son estos signos externos los que delatan al infractor y los que hay que mostrar al Juez que conozca del caso, además de solicitar una investigación judicial de su patrimonio, siendo verdaderamente clarificadores los movimientos de cuentas corrientes o cartillas de ahorro de los que es titular, en los que pueden aparecer entradas sustanciosas cuyo origen es inexplicable de ser cierta la falta de ingresos con las que se intenta justificar el impago.

Para concluir tengo que decirles que, si bien no es tarea fácil ni agradable denunciar penalmente al ex marido o al padre, la mayoría de las veces es el único camino para que se haga efectivo el derecho que la Ley nos ha otorgado y en última instancia, quien permite intencionadamente que su familia pase penurias no es más que un delincuente y como tal tiene que ser tratado. □

A CUADROS

TALLER DE ENMARCACIÓN

Plaza de IV. Xa de - Tel. y fax: 95 477 89 45 - 41011 SEVILLA, SA
e-mail: matorquevad@imclia.es



ÁLVAREZ ÁVILA ASESORES

Gestoría Administrativa: tráfico, transporte
Asesoramiento a empresas y subvenciones
Centro de formación de mercancías peligrosas

C/ Imagen, 1, 4º C- 41003 SEVILLA - Tel.: 954 56 35 10 - Fax: 954 22 49 69
www.empresariasnowsevilla.org e-mail: alvarezavila@eresmas.com

¿Quién le ha dicho que no existen

INVERSIONES SEGURAS?

INVIERTA EN ARTE Y NATURALEZA



www.arte-y-naturaleza.com

y empiece a disfrutar de SU DINERO

Obtenga una elevada rentabilidad a partir de **200.000 Pts.**,
con Inmejorable garantía y gran liquidez.



INVERSIONES EN ARTE Y NATURALEZA

Avda. de la Constitución, 27, 4º E
41004 - SEVILLA

Tel./Fax: 954 21 48 43



Madrid de Honorios • Barcelona • Bilbao • Logroño • Madrid • Móstoles • Pozuelo
Sta. Cruz de Tenerife • Valencia • Valladolid • Zaragoza



Encuentro entre las empresarias iberoamericanas

Una delegación de la Asociación de Mujeres Empresarias de Almería, ALMUR, ha regresado recientemente de Uruguay, país en el que ha tenido lugar el XII Congreso Internacional de Mujeres Empresarias (CIME), ocasión que han aprovechado para presentar oficialmente el XIII Congreso Iberoamericano que tendrá lugar en la provincia almeriense en el próximo año. Encabezada por la presidenta de ALMUR y de la Federación Andaluza de Mujeres Empresarias, M^{ra} José Navarro, la delegación ha

mantenido un encuentro con el presidente de Uruguay, Jorge Batlle y su esposa, Mercedes Menafrá, reconocida empresaria hasta su entrada en el mundo de la política, en el que se les dio a conocer las líneas generales y el programa del próximo congreso. Asimismo, las empresarias almerienses han organizado distintos encuentros con las delegaciones del resto de países participantes, México, Perú, Argentina, Guatemala, Portugal, Estados Unidos, Canadá, Caribe y países africanos de habla portuguesa, al objeto de promocionar

Almería como sede de la próxima edición de CIME.

Los encuentros mantenidos por los miembros de ALMUR han estado enfocados hacia la intensificación de las relaciones comerciales entre empresarias iberoamericanas e incrementar la competitividad mediante la ampliación recíproca de mercados y proyectos en los sectores de turismo, textil y confección, comercialización y ventas de alimentos, consultoría de software, regalos corporativos, informática y telecomunicaciones, muebles, artículos de regalo, etc. □

Comverse presenta el gestor de llamadas móviles

La empresa de suministro de software y sistemas de comunicación de redes y servicios multimedia avanzados, Comverse, ha presentado su nueva solución para la gestión inteligente de llamadas, ofreciendo a los usuarios la capacidad para filtrar, bloquear, aceptar, reenviar o responder llamadas de una

manera personalizada. Actualmente, los usuarios de Internet móvil se enfrentan a la limitación de poder gestionar sus llamadas telefó-

nicas cuando ellos están conectados a Internet. Las llamadas entrantes pueden también impedir las transacciones seguras a través de Internet.

La solución de MCM Comverse dirige estas limitaciones permitiendo el control de los usuarios sobre sus llamadas de voz. Las notificaciones inteligentes de llamadas permiten a los usuarios priorizar y manejar sus llamadas en tiempo real, o los usuarios podrán disponer de MCM para que filtre, bloquee reenvíe o maneje las llamadas. De manera más específica, los usuarios podrán optar por la no notificación mientras está navegando y permita que las llamadas entrantes vayan directamente al buzón de voz o aparezca una notificación que, por ejemplo diga, "inténtalo en 15 minutos". Otra opción sería que el usuario simplemente ignorara la notificación WAP con lo que la transacción segura podrá desarrollarse sin ninguna interrupción. □

La Diputación onubense organiza un taller sobre la gestión doméstica

El Área de Servicios Sociales de la Diputación de Huelva han iniciado durante el pasado mes de abril un taller en la localidad de Rociana del Condado dedicado a las amas de casa del municipio y encaminado a ayudar a las mujeres en temas tales como la administración de la economía familiar, la comunicación con los hijos y la mejora de la autoestima, entre otros asuntos.

El taller, denominado, 'El peso de la casa', tendrá como alumnas a las madres de las familias con las que los Servicios Sociales están trabajando en el programa de intervención en familias con dificultades.

El objetivo es ofrecerles las pautas y aquellas claves necesarias para una buena organización doméstica, en las que se tendrá en cuenta la preparación de las comidas, la realización de las compras y la gestión de los gastos principales del hogar. Además se les proporcionará ayuda a través de técnicas para poder compatibilizar el trabajo con la atención de la casa y de los propios hijos.

La actividad ha sido organizada por los Servicios Sociales Comunitarios del Condado Sur en colaboración con el Ayuntamiento de Rociana del Condado. Por otra parte, la Institución Provincial onubense ha clausurado un curso de alemán turístico para mujeres que se ha venido celebrando en el municipio de Ayamonte desde el pasado mes de octubre. La aceptación del curso ha sido excelente debido al auge del turismo en la zona y la ampliación de la oferta hotelera que supondrá mayores posibilidades de empleo para aquellas personas que conozcan idiomas. La diputada del Área de la Mujer, Laura Pichardo, anunció durante el acto de clausura la convocatoria de un nuevo curso, también financiado por la diputación, dedicado a la formación de mujeres para hablar en público. □





Mª Ángeles Cózar, reelegida presidenta del CERMI andaluz

La presidenta de la Confederación Andaluza de Minusválidos Físicos, CAMF, Mª Ángeles Cózar ha sido reelegida por unanimidad presidenta del Comité de Entidades Representantes de Minusválidos de Andalucía, CERMI-Andalucía, que representa la totalidad de andaluces con discapacidad física, psíquica y sensorial. Asimismo quedó fijado el plan de actuación para 2001, en el que está previsto la participación del Comité en el desarrollo del programa europeo Equal, que se llevará a cabo en colaboración con el Instituto Andaluz de Servicios Sociales (IASS) y las mancomunidades del Bajo Guadalquivir de Sevilla y Cádiz, la Vega Media de Sevilla y la de Islantilla en Huelva.

Las actuaciones a este respecto girarán en torno al eje 'Igualdad de oportunidades para mujeres y hombres', mediante el área temática de 'Conciliar la vida familiar y profesional'.

Cózar se ha distinguido durante toda su carrera por apostar por la integración laboral, insistiendo en el empleo y la formación como actores fundamentales para la inserción, y por desarrollar una labor de concienciación de la sociedad sobre las capacidades del colectivo. □

Efectos de la publicidad en el menor

La Unión de Consumidores de Andalucía-UCE, en colaboración con la Universidad Pablo Olavide y el Instituto Superior de Ciencias de la Familia de la Universidad de Salamanca, tiene previsto organizar unas jornadas entre el 10 y 12 de mayo bajo el título 'Los Efectos de la Publicidad en el Menor'.

El encuentro analizará la influencia y el papel de los medios de comunicación y la publicidad en los jóvenes menores de edad, y se abordará el tema del consumo, en función del efecto que los mensajes publicitarios ejercen sobre los menores.

Entre los participantes se encuentran el fiscal jefe de la Audiencia Provincial de Sevilla, Alfredo Flores, la directora general de Consumo de la Consejería de Gobernación de la Junta, Elia Rosa Maldonado y el secretario general de la UCE, Juan Moreno. □



Taller de peñas
para mantillas
y complementos
de flamenco

Peñas de corales



ARTESANÍA TEJADA

Don Pedro Nño, 17 - 41005 Sevilla - Tel.: 954 58 14 07



SNOOPY

Centro de Educación Infantil

Horario ininterrumpido de 7 a 22 horas

- Snoopy 2** → C/ Ntra. Sra. de la Consolación (Los Mares) Pino Montano
Tel.: 954 94 71 92
- Snoopy 5** → C/ Fray Alonso nº 3
Tel.: 954 54 12 72
- Snoopy 6** → C/ Sábalo nº 5 (San Jerónimo)
Tel.: 954 90 50 10
- Snoopy 7** → Plaza del Cabildo nº 2 (Alcalá de Guadaira)
Tel.: 955 68 36 94
- Snoopy 8** → C/ San Roque nº 6 y 8 (esquina San Eloy)
Tel.: 954 54 12 72



Disponemos de personal altamente cualificado:
Maestros, Pedagogos, Psicólogos y Logopedas



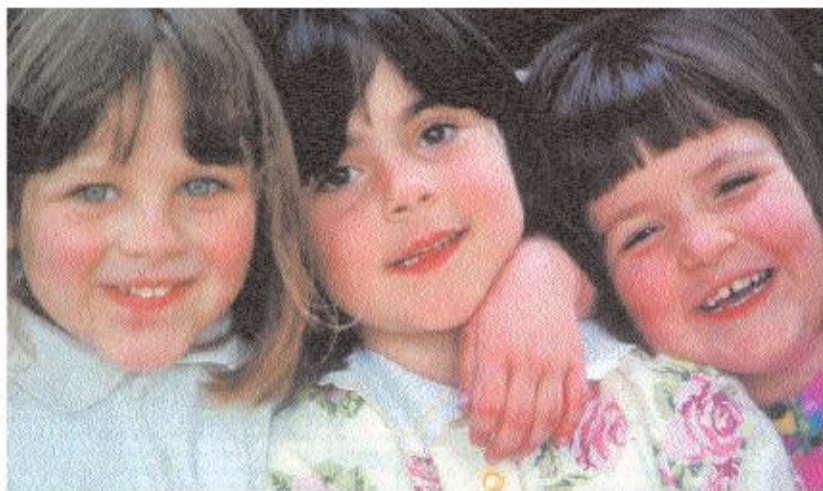
'Masajes a 1.000' abre su tienda número 26

La franquicia 'Masajes a 1.000 by Busquets' ha inaugurado un nuevo centro en Barcelona con lo que la cadena se compone en la actualidad de 26 locales. La trayectoria de la firma está siendo inmejorable y entre sus próximos proyectos está prevista la apertura de 4 centros más en Marbella, Las Palmas de Gran Canaria, Aravaca (Madrid) y Benidorm. La fórmula de esta franquicia ha conseguido consolidarse gracias a una oferta variada de servicios

de salud y estética y unos amplios horarios ininterrumpidos desde las 7 de la mañana hasta pasada la medianoche durante los 365 días del año. Desde el pasado mes de octubre todos los centros incorporan además, líneas de servicio de peluquería y maquillaje, completando un amplio abanico de servicios dedicados al cuidado personal. □

Fiesta Fácil se une al canal de compras de Secretariaplus.com

Fiesta Fácil, primera empresa española que ofrece todo lo necesario para la organización de fiestas infantiles temáticas, ha anunciado la firma de un acuerdo estratégico con el portal www.secretariaplus.com, gracias al que los usuarios de este portal para profesionales podrán acceder directamente a la web y los servicios de Fiesta Fácil. Esta firma ofrece 25 ideas temáticas para la organización



de fiestas infantiles, que incorporan como valor añadido la imaginación de los diseñadores y la selección y empaquetado de todo tipo de productos necesarios para la celebración de una fiesta, tales como platos, manteles, decoración, e incluso regalos para los asistentes a la fiesta. La oferta de esta empresa se completa con una selección de piñatas, papel de regalo e invitaciones para imprimir o mandar por email. Asimismo, también facilita servicios relacionados como animación, catering, repostería, etc. a través de su tienda virtual en www.fiestafacil.com. Todos los servicios se solicitan a través de la web o por teléfono y se envían por servicio de mensajería antes de 4 días.

Por su parte, secretariaplus.com, cuenta ya con 30.000 secretarias inscritas en su base de datos y desde el pasado mes de enero ha iniciado su internacionalización con la implantación de su web en Alemania. Está ultimando además su presencia en México, Francia, Inglaterra e Italia, y tienen previsto continuar su expansión en Argentina y Brasil. □

SIERRA PRIETA

SDAD. COOP. ANDALUZA

TRABAJOS FORESTALES, JARDINERÍA Y
CONSTRUCCIONES EN GENERAL

Sólo el 40% de los ocupados europeos son mujeres

La tasa de paro que afecta al colectivo femenino se ha convertido en el principal problema de las sociedades desarrolladas con respecto al empleo. Así lo atestigua el estudio 'La mujer en el mercado de trabajo', presentado en el marco de la II conferencia Internacional 'Empleo e Innovación', el pasado 20 de abril por la diputada por Málaga en el Congreso y exdirectora del Instituto Andaluz de la Mujer (IAM), Carmen Olmedo Checa. El estudio ha sido editado por el Instituto de Desarrollo Regional y la Junta de Andalucía y en él se constata que sólo 4 de cada 10 ocupados en Europa son mujeres, a lo que hay que añadir que son ellas las que acaparan la inmensa mayoría de los contratos a tiempo parcial.

No obstante, la incorporación de la mujer al mercado laboral no ha supuesto en medida alguna el reparto de responsabilidades domésticas. Esta situación ha provocado que la jornada laboral de la mujer prácticamente doble a la de los hombres, según datos del IAM. Puede decirse por tanto, que las mujeres están alcanzando entre las 30 y 40 horas más de trabajo a la semana que los hombres.

Andalucía es una de las regiones más discriminantes con respecto a las mujeres. En los últimos años, la población activa femenina ha aumentado en 20 puntos. Es decir hemos pasado de representar el 16% al 30% de la población activa en Andalucía, lo que supone que se han incorporado unas 500.000 mujeres frente a 50.000 hombres. En la actualidad trabajan 600.000 mujeres frente a las 300.000 de hace diez años. En lo que respecta al empresariado, las mujeres representan ya el 22% del colectivo empresarial andaluz, con un crecimiento en los últimos 10 años de un 30%.

Sin embargo, lo positivo de estos últimos datos puede quedar empañado si finalmente se consolida la tendencia iniciada hace unos dos años, por la que el índice de población ocupada femenina se ha estancado. Esto significa que a pesar de los logros conseguidos con respecto a la igualdad en el mercado laboral, las situaciones de discriminación se mantienen, si no de forma legal, sí en la práctica, algo que está desanimando a muchas de ellas. □

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

Montaner & Asociados

SELECCIÓN, FORMACIÓN Y CAMBIO ORGANIZACIONAL

La Clave está en el Servicio

NUEVOS PRODUCTOS

SOLUTEATRO:

Poner el impacto del teatro al servicio de la empresa creando formación acontecimientos y acciones totalmente impactantes y diferentes de lo existente hasta el momento

LEONARDO DA VINCI:

A través del ejemplo de este genio del renacimiento, el seminario tiene como objetivo principal ayudar a superar las competencias de eficacia personal.

LAS CLAVES DE LA NUEVA ERA:

Este programa conduce a descubrir y potenciar el valor añadido de las personas.

e-DIRIGIR:

Ser capaz, utilizando las herramientas y los medios que nos proporcionan las Nuevas Tecnologías, de movilizar ideas y valores que transmitan energía en cualquier momento y lugar del mundo, a otras personas, para conseguir sus objetivos

Miembros de la E.F.Q.M.

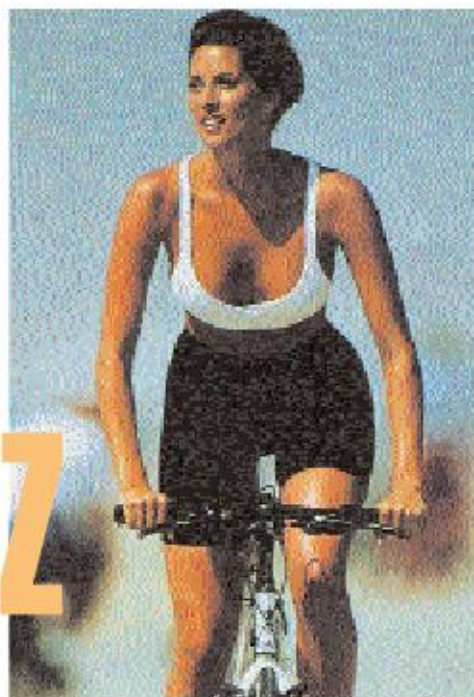


Avda. San Francisco Javier, nº 9, pl. 2, mod. 29-30
41018 Sevilla

Tel.: 954 92 16 72 - Fax.: 954 92 17 05
andalucia@montaner.com www.montaner.com

Todos buscamos la felicidad aunque para cada persona es algo distinto. No es una misión imposible pero hace falta una mínima predisposición para encontrarla

Vive Feliz



Podría definirse como un estado en el que el individuo se encuentra en una situación placentera con él mismo y con los demás, si bien esto es muy subjetivo. La predisposición que cada uno tenga para ser feliz es determinante ya que simplemente un estado de relajación y paz puede ser para algunas personas suficiente para considerarse felices, mientras que otros no se considerarán felices hasta que todos y cada uno de los aspectos de su vida sean perfectos, algo bastante improbable.

Claves

A pesar de que la felicidad consiste en realidades distintas dependiendo del individuo, la mayoría de la gente que se considera una persona feliz presenta características comunes. Normalmente son personas con confianza en sí mismas, y con una autonomía personal destacada. La inseguridad y la baja autoestima minarán muy fácilmente tus posibilidades de alcanzar la felicidad. Para tener confianza en uno mismo es necesario conocerse a fondo, saber por qué somos como somos, y aceptarse. Las personas que se aprecian a sí mismas no necesitan el reconocimiento de los demás para sentirse bien y aceptan mejor las opiniones de los otros sobre su persona.

Proporcionalidad

La búsqueda de la felicidad debe basarse en un principio de proporcionalidad. Esto quiere decir que cada uno debe esperar de la vida cosas que estén dentro de una mínima lógica y acorde con sus posibilidades ya que fijarse metas o hacerse ilusiones sobre algo que es totalmente ajeno a nuestro mundo desembocará en un sentimiento negativo. Ya sabes, pon en práctica el dicho: 'no desees lo que no puedas tener'. Es un tanto radical pero su mensaje puede ser muy beneficioso.

Pensamientos y sentimientos negativos

Desterra de tu mente los pensamientos negativos que no te aporten nada, del tipo 'esto no tiene arreglo'. Si realmente no lo tiene, seguir machacándolo con eso sólo será un sufrimiento gratuito. Por otra parte, si tú puedes hacer algo, no te laments y pon manos a la obra: seguramente no tienes nada que perder por intentarlo. Asimismo, tampoco te reportará nada bueno sentirte siempre culpable ante las situaciones que no salen como tú esperabas. Habrá momentos en los que, por supuesto, te hayas equivocado (todo el mundo lo hace) pero anali-

zando la situación detenidamente podrás averiguar en qué medida ha influido realmente tu comportamiento. Si no ha sido determinante asume la cuestión y sigue adelante.

Vida social

Relacionarte con los demás y hablar con tus amigos puede tener un efecto terapéutico a considerar, ya que codificar nuestros pensamientos y dar nombre a los problemas nos ayuda a conocerlos. Ese es el primer paso para ponerles solución. □

Optimismo

Ante los aspectos negativos de la vida, lo mejor es relativizar la situación. No se debe caer en la generalización y pensar que tu vida es un desastre porque tengas preocupaciones puntuales o contratiempos. A todo el mundo le ocurren estas cosas pero darle más importancia que la que realmente tienen sólo servirá para que no disfrutes de los aspectos buenos que tiene tu vida.

Reír ayuda a establecer un equilibrio entre las células de nuestro organismo y tiene múltiples consecuencias positivas como oxigenar la sangre, potenciar el sistema inmunitario y estabilizar la presión sanguínea.



Muestra tu mejor cara

Los últimos avances en cirugía estética incorporan técnicas innovadoras, más eficaces y rápidas y cada vez menos agresivas que ayudan a una mejor recuperación en un periodo de tiempo más corto.

El rostro es una de las zonas del cuerpo que más agradece este tipo de intervenciones puesto que, en muchas ocasiones, con pequeños retoques se consiguen resultados espectaculares. Según el doctor en Medicina y Cirugía Estética, José Manuel Caro, propietario de la Clínica Centro de Medicina Estética, los nuevos implantes ofrecen múltiples posibilidades, desde eliminar las arrugas por envejecimiento o expresión, los pliegues y los surcos hasta aumentar los labios o modificar su forma.

El doctor Caro puntualiza que el uso de un producto u otro se estima "en función de la zona a tratar, dependiendo de que la intervención se realice por vía subcutánea o en zonas más superficiales de la dermis". Productos como el metacrilato, los biopolímeros o el 'artecoll' están siendo los más utilizados en las zonas más profundas, mientras que para las más superficiales está por ejemplo el 'new fill'. "Se pueden usar todos en distintas zonas, la diferencia está en el material y en el tiempo de duración de los resultados", aclara el doctor Caro.

Arrugas y líneas de expresión

Para los surcos nasogenianos (los que van desde las aletas de la nariz hasta la comisura de los labios) que



A casi todo el mundo le gustaría cambiar algo de su cuerpo, aunque no todos están dispuestos a someterse a una intervención quirúrgica. Con los nuevos implantes y el perfeccionamiento de las técnicas, cada vez es más fácil tener la imagen que deseas

tanto marcan la expresión del rostro se están usando implantes subdérmicos de metacrilato o 'artecoll', que duran hasta tres años.

Las arrugas periorculares, las odiasdas patas de gallo, se corrigen con implantes más superficiales de productos como el 'new fill', al igual que ocurre con las arrugas peribuciales, localizadas como su propio nombre indica alrededor de los labios y que

son muy frecuentes en las mujeres fumadoras.

Los resultados en estos casos se mantienen hasta dos años.

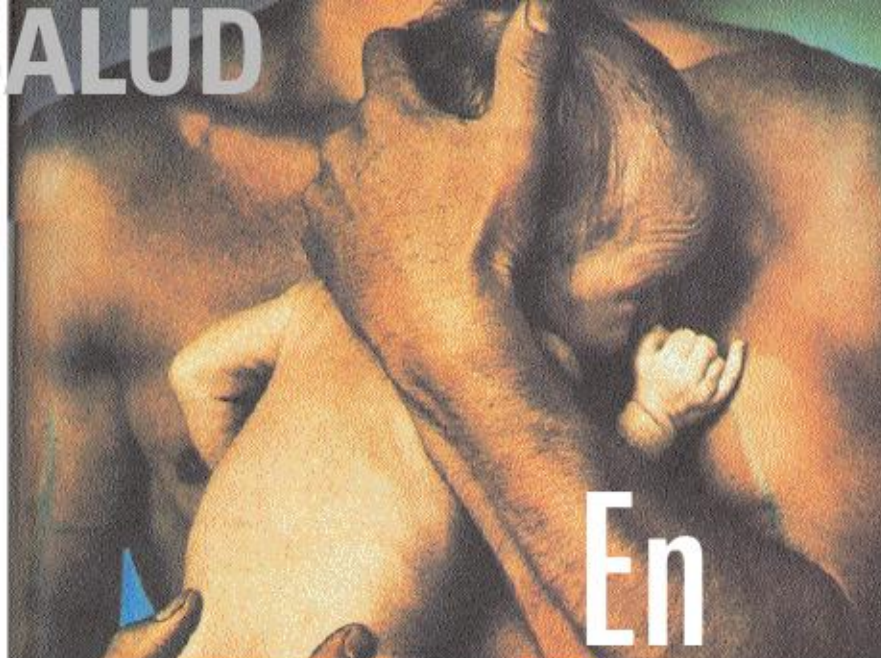
Labios

Otro de los servicios que solicitan muy frecuentemente los pacientes que acuden al citado centro es la modificación de los labios ya sea para aumentar su grosor, o su perímetro o para modificar y redefinir su forma o su contorno. "Con el 'dermalive' o los biopolímeros estamos consiguiendo muy buenos resultados, además en el caso de este último producto la duración es más larga y puede alcanzar los tres años".

Para efectos más duraderos se puede recurrir a popular silicona. A este respecto, Caro explica que esta operación no tiene por qué notarse, ni los labios deben quedar con ese aspecto de "morcilla" tan característico en muchas de las personas que se someten a una intervención de este tipo.

"Cuando la operación está bien hecha y se emplea la técnica correcta no tiene que notarse y los labios pueden quedar con una forma muy bonita, acorde con el rostro del paciente". El problema en los casos de los labios que quedan sin forma está, por lo general, en que los clientes piden un implante excesivo.

Como norma general, en la cirugía estética debe primar la proporción y la armonía. De nada sirve tener una nariz que queda perfecta en la cara de otra persona, sin no encaja de ninguna manera en el rostro del que lo está pidiendo. □



Si te pasas todo el día cansada y cuando llega la hora de irte a la cama, los ojos se te ponen como platos, la desazón te invade y eres incapaz de dormir, aquí encontrarás algunos consejos que pueden ayudarte a conseguir un sueño reparador

Los expertos aseguran que para empezar el día en perfectas condiciones es necesario dormir como mínimo ocho horas pero son muy pocos los que lo cumplen. En muchas ocasiones es por falta de tiempo, pero en muchas otras, el nerviosismo nos invade al ver que no nos dormimos y a la vez es mismo estado nos incapacita para conciliar el sueño. La falta de sueño tiene efectos muy evidentes como el cansancio y la dificultad para concentrarse, y otros de los que a lo mejor no te has dado cuenta o no has relacionado con este motivo, como fallos de memoria, nerviosismo, mal humor o aumento del tiempo de reacción.

Antes de recurrir a algún producto farmacológico puedes poner en práctica algunas pautas de comportamiento que pueden ayudarte.

Técnicas de relajación

Sería bueno que aprendieras alguna técnica de relajación.

Para empezar puedes comenzar practicando la respiración consciente. Se trata de una técnica sencilla con la relajarás tu cuerpo y tu mente y que consiste en inspirar (por la nariz) y espirar (por la boca) profunda y tranquilamente a la vez que te concentras en el aire que pasa a través de ti.

Para obtener mejores resultados puedes combinarlo con una visualización mental del cuerpo que empezará por la

En brazos de Morfeo



cabeza y continuará en dirección descendente hasta llegar a los pies. Debes fijar tu atención en un punto concreto de tu cuerpo en cada momento, cabeza, brazos, abdomen, etc. y sentir cómo se relaja.

Actividad física

Está comprobado que la actividad física durante el día favorece un sueño de más calidad por la noche.

Si tienes una vida demasiado sedentaria incluye el ejercicio en tu agenda dia-

ria. No se trata de moverte como una loca por la oficina o ir a todos los sitios corriendo, sino dedicar entre 20 y 30 minutos a practicar algún ejercicio específico para tonificar tu musculatura y mejorar tu condición física.

Masajes

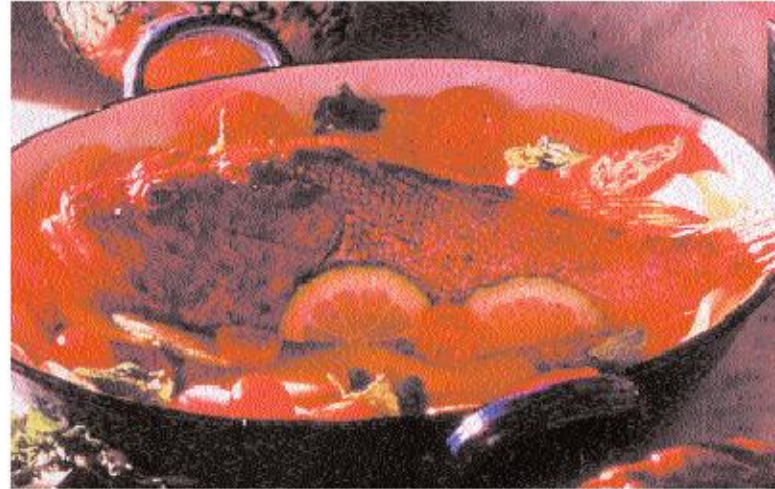
Los masajes ayudan a eliminar la tensión física. Uno muy sencillo de realizar es el automasaje en la cabeza. Lo puedes realizar tú misma empezando por la zona del pelo y continuando por detrás de las orejas para terminar en la parte posterior del cuello.

Por último, intenta mantener unos horarios fijos con respecto a las horas de sueño de forma que tu cuerpo se adecue a unas pautas estables y que no sean excesivas. Es decir, si duermes siesta y luego por la noche no tienes sueño prueba a suprimirla. Y no olvides cenar de forma ligera y esperar entre una hora y media y dos antes de irte a la cama. □



Pescado Azul, un buen aliado

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 la 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. Así, la elección del pescado no debe hacerse pensando en que una variedad tiene grasa y la otra 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 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. □

¿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.



Marianela Nieto,
licenciada en Ciencias de la Información

Tertulias (III)

Querida Carol:

"Yo sé que existo / porque tú me imaginas". Esos son los dos versos que comienzan el poema "Muerte en el olvido", de Ángel González, que nos pediste en tu último mensaje y te enviamos ahora en archivo adjunto, destino Sidney. Alejandro te sugiere desde aquí que puede ser el título idóneo para tu último poemario, porque al fin y al cabo los componentes del ojo de la luna@, e incluso tú misma, no "somos" hasta que alguien nos dedica un pensamiento, una sensación que nos dé un nombre. Considéralo.

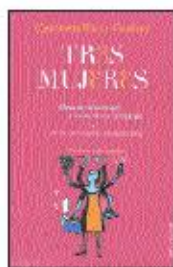
Por cierto, hemos decidido a partir de ahora despedir cada uno de estos mensajes con estrofas de poemas presentes en nuestras memorias, miradas... En definitiva, en nuestro tiempo. Empieza Dani, ya que es quien te añora de un modo más personal. Pero comencemos por las tertulias, como nos solicitabas.

Nos sumergimos en la España decimonónica y nuestras protagonistas son Frasquita Larrea y Margarita López de Morla, dos auténticas dinamizadoras de la actividad sociocultural gaditana. A sus tertulias acudían intelectuales atraídos por un ambiente burbujeante, de continuo cambio en Cádiz durante esa época. Por este motivo los encuentros promovidos por ellas no se ceñían en exclusiva a contenidos literarios o artísticos, sino que eran también un espejo de la efervescencia política de ese tiempo. A estas citas acudían desde escritores como José María Blanco White a intelectuales de la talla de Antonio Alcalá Galiano. Incluso se habla de la presencia del joven Lord Byron en alguna reunión de la jerezana López de Morla.

Si necesitas más datos, no dudes en pedirlos al ojo de la luna@.

"Pensar en ti es azul, como ir vagando por un bosque dorado al mediodía: nacen jardines en el habla mía y con mis nubes por tus sueños ando".
(Poema "Azul de ti", de Eduardo Carranza) □

LIBROS



Tres mujeres

Carmen Rico-Godoy.
Temas de Hoy, Madrid, 2001

Acertada recopilación de best sellers de esta magistral escritora, llevados al cine por Ana Belén y por Enrique Urbizu: 'Cómo ser una mujer y no morir en el intento', 'Cómo ser infeliz y disfrutarlo' y 'Cuernos de mujer'.



Aprender a comunicarse en público

José Mª Martínez.
Paidós.
Barcelona, 2000

Martínez Selva, catedrático de psicología recoge en este libro una síntesis de las técnicas más útiles para hablar en público, ya sea por razones profesionales o personales.



E-mail en el trabajo

Jonathan Whelan.
Prentice Hall, Madrid, 2000

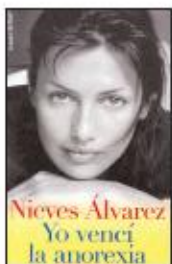
Con el subtítulo "evite los inconvenientes y explote el potencial" se puede resumir la esencia de esta obra, en la que Whelan, reconocido experto en las tecnologías de la información, aporta consejos muy útiles para los usuarios de esta herramienta.



PNL y relaciones humanas

J. O'Connor y R. Prior.
Paidós. Barcelona, 2001

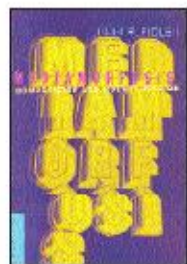
Último título de la colección 'Saberes Cotidianos'. En este caso se centra en la relación que nuestra programación neurolingüística (PNL) tiene en las relaciones personales que establecemos con los demás.



Yo vencí a la anorexia

Nieves Álvarez.
Temas de Hoy, Madrid, 2001

Relato autobiográfico de la top model, Nieves Álvarez, en el que narra su experiencia como enferma de anorexia, un trastorno alimentario que afecta cada vez a más personas en el mundo desarrollado.



Mediomorfosis

Roger Fidler. Granica.
Buenos Aires, 1998.

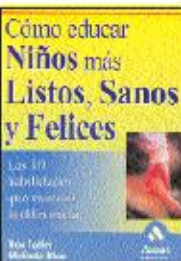
Esta obra ofrece un análisis del proceso de transformación que han sufrido en pocas décadas los medios de comunicación, así como un adelanto de por dónde puede ir el futuro en este sentido.



El masaje sentado

Tony Neuman. Paidós.
Barcelona, 2000

Basado en el arte japonés del amma, el masaje sentado ofrece múltiples ventajas frente a los sistemas tradicionales ya que se practica vestido, en poco tiempo y se puede realizar en cualquier parte. Perfecto para la vida actual.



Cómo educar niños más listos, sanos y felices

R. Taffel y M. Blau. Amat.
Barcelona, 2001

En la actualidad, los niños pasan cada vez menos tiempos con sus padres. Esto les hace pensar que el desarrollo de los hijos, en ocasiones escapa a su control. Esta obra explica qué se puede hacer para evitarlo.



De la vigilancia tecnológica a la inteligencia competitiva

P. Escorsa y R. Maspons.
Prentice Hall.
Madrid, 2001

Este tomo es una obra de referencia para ejecutivos y directivos de empresas con la que aprenderán a usar los nuevos instrumentos de análisis para prever oportunidades y amenazas.

Carmen Espinosa Sierra
Licenciada en Derecho



La reforma laboral

Las modificaciones introducidas en la normativa laboral tras la entrada en vigor del Real Decreto-Ley 5/2001 de 2 de marzo, han provocado la contrariedad de los Sindicatos y la calificación por parte de los mismos de "reforma impuesta", que empobrece la negociación colectiva, desregula la contratación laboral, debilita la estabilidad en el empleo y beneficia los intereses empresariales.

Algunos de los cambios que se han introducido en la nueva regulación legal afectan a cuestiones tan básicas que puede decirse que el Real Decreto-Ley marca un antes y un después en las relaciones laborales. Para ello, nos fijaremos en la nueva situación de los contratos a tiempo parcial y los de formación.

Antes de este polémico Decreto-Ley el contrato a tiempo parcial, establecía un número de horas complementarias que no podía exceder del 15% de las horas ordinarias de trabajo objeto del contrato. Por convenio colectivo ese porcentaje se podía ampliar hasta el 30% de las horas ordinarias contratadas. Tras la reforma el porcentaje máximo puede llegar al 60% de las horas ordinarias contratadas. Esto va a ocasionar en la práctica que un trabajador contratado a tiempo parcial por cuatro horas diarias, deba trabajar casi siete horas. Por otra parte el nuevo contrato a tiempo parcial contempla que la empresa modifique el horario cada día, cada semana, cada mes, estableciendo un horario variable. Con ello la empresa encuentra más facilidades para reducir el empleo sin pasar por los expedientes de regulación. Los trabajadores a tiempo parcial tendrán dificultades para compatibilizar dos ocupaciones porque su horario podrá variar tantas veces como sea necesario.

Los contratos de formación establecían con anterioridad al Decreto en cuestión que se podían firmar con trabajadores

mayores de 16 y menores de 21 años sin titulación requerida para realizar un contrato en prácticas. Este límite de edad no existe para un trabajador minusválido.

Ahora la reforma incluye nuevos colectivos como: trabajadores extranjeros durante los dos primeros años de vigencia de su permiso de trabajo, desempleados que lleven más de tres años sin actividad laboral, desempleados en situación de exclusión social y desempleados que se incorporen a programas de escuelas taller, casas de oficios y talleres de empleo. Este tipo de contrato tiene establecido un nivel de remuneración acorde con el salario mínimo interprofesional, sin derecho a prestaciones por desempleo y con costes muy bajos para la empresa.

El contrato ya no es en realidad de formación, porque muchas empresas tendrán a trabajadores formados para ocupaciones que no requieren formación por el ahorro que supone para el empresario. Un camarero puede ser contratado con un contrato de formación, con lo cual su retribución será el salario mínimo interprofesional y no el salario que esté vigente en el convenio colectivo del sector hostelería.

Con este panorama la situación laboral de los trabajadores queda en manos de la negociación colectiva que siempre puede mejorar lo establecido en la ley. En los modelos de contratos citados el convenio colectivo es la única arma que pueden emplear los asalariados para mitigar los efectos regresivos de unos derechos adquiridos que pueden pasar a mejor vida cuando aún no se han cumplido 21 años desde la aprobación del Estatuto de los Trabajadores.

El tiempo demostrará si este Real Decreto realmente incrementa el empleo y mejora la calidad del mismo, tal y como asegura su enunciado. □



Chocolate, sí, gracias

Estos días coinciden en nuestras carteleras dos películas radicalmente distintas pero con el denominador común de tener como ingrediente básico a esa deliciosa y adictiva sustancia llamada chocolate y como realizadores a dos europeos, aunque en el caso del sueco -cuya cinta reseñamos primero- su integración en la industria hollywoodense es total.

"Chocolat", de Lasse Hallström, es una bonita fábula sobre una pequeña, reprimida y represora comunidad que ve rotos sus esquemas y sus deseos y conflictos al descubierto con la llegada de una encantadora pastelera, que sabe ofrecer a cada cual el dulce o confitura que requiere. Se deja ver con agrado pese a su blandura y simplismo en ciertos retratos masculinos y en la resolución de algunas crisis. El trío de damas, soberbio. Juliette Binoche, Judi Dench y Lena Olin bordan sus personajes.

El francés Claude Chabrol convierte una inocente taza de esta bebida en un arma mortal en "Gracias por el chocolate", hurgando en las miserias de la burguesía y de la institución familiar.

Pero tras un prometedor arranque y un desarrollo interesante en su primera parte, el tramo final es decepcionante, precipitado y carente de ritmo la catarsis resolutoria. Pero, tratándose de él, incluso sus obras menores tienen interés y más si nos deparan un recital interpretativo de la inmensa Isabelle Hupert. Pues, eso... Chocolate, sí, gracias. □

Carmen Jiménez



Entrevista a **Pilar Távora,** cineasta, productora y coreógrafa



Cineasta, guionista, productora, coreógrafa, directora de algún montaje teatral, miembro de la Academia de las Artes y Ciencias Cinematográficas de este país y de la Federación de Asociaciones de Productores Audiovisuales Españoles, la sevillana Pilar Távora -mujer emprendedora donde las haya- aún tiene tiempo para formar parte de los Comités Asesores de los Festivales de Cine de Huelva y Sevilla.

Sus ocho cortos, programas y series de televisión, dos largometrajes y futuros trabajos están impregnados

del andalucismo de izquierdas y el feminismo consecuentes que la caracterizan.

Carmen Jiménez: El que realizadores de cine y televisión formen su propia productora, como es tu caso, está a la orden del día. ¿Qué te llevó a hacerlo?

Pilar Távora: Pues, mira, precisamente la necesidad de hacer cosas que estuvieran en la línea que yo quería. Normalmente los productores no invierten en cortos por no ser rentables y menos si están impregnados de una visión específica como andaluza y como mujer. Entonces, la única forma de tener la libertad para realizar

mis proyectos era arriesgarme y crear mi propia productora.

C.J.: Te pregunto como amante y gran conocedora del flamenco, ¿cuál es tu favorito entre todos los "palos" que tocas en tu actividad profesional?

P.T.: Fundamentalmente, dos. El de la creación, desarrollar la idea, el guión y el montaje. Yo odio rodar, no me gusta nada. Es el momento en el que peor lo paso, no por inseguridad sino por tener que hacerlo con mucha gente a mi alrededor. Me gusta trabajar sola, en un ambiente íntimo y concentrado y eso el rodaje no te lo permite. Así que prefiero el



“Hay que conquistar nuestro espacio”

Távora rodará ‘Tatuaje’, inspirado en la copla, con una revisión del personaje

trabajo creativo y, sobre todo, el montaje.

C.J.: Has revisitado a heroínas trágicas lorquianas como Yerma y a las de “Bodas de sangre” en “Nanas de espinas”. ¿Y ahora?

P.T.: Sí, las mujeres tienen que ser heroínas en esta sociedad... Ahora tengo dos proyectos que las tienen como protagonistas. Uno de ellos es “Tatuaje”, inspirado en la copla pero haciendo una revisión del personaje con unas connotaciones mucho más profundas e intensas. El otro es experimental, rodado en formato digital y luego pasado a cine, de menor riesgo económico, de gran riesgo artístico y posiblemente poco

comercial. Te lo doy como primicia: se llama “Interiores” y tiene como protagonistas únicas y absolutas a cuatro mujeres. Va a ser un intento de trasladar al cine el concepto y la estética del monólogo en el teatro.

C.J.: Y en televisión, ¿qué preparas?

P.T.: Un magazine nocturno para Canal 2 Andalucía, “De arte”, sobre teatro, danza y artes plásticas. Las vivencias y vida íntima de trabajadores de un tablao; el papel de la mujer en la historia de Al-Andalus, en colaboración con Marruecos; la historia del feminismo a nivel mundial y la del comportamiento de los gitanos en diferentes países.

C.J.: ¿Hay lugar para una realizadora andaluza de izquierdas y feminista en ejercicio en el panorama cinematográfico español?

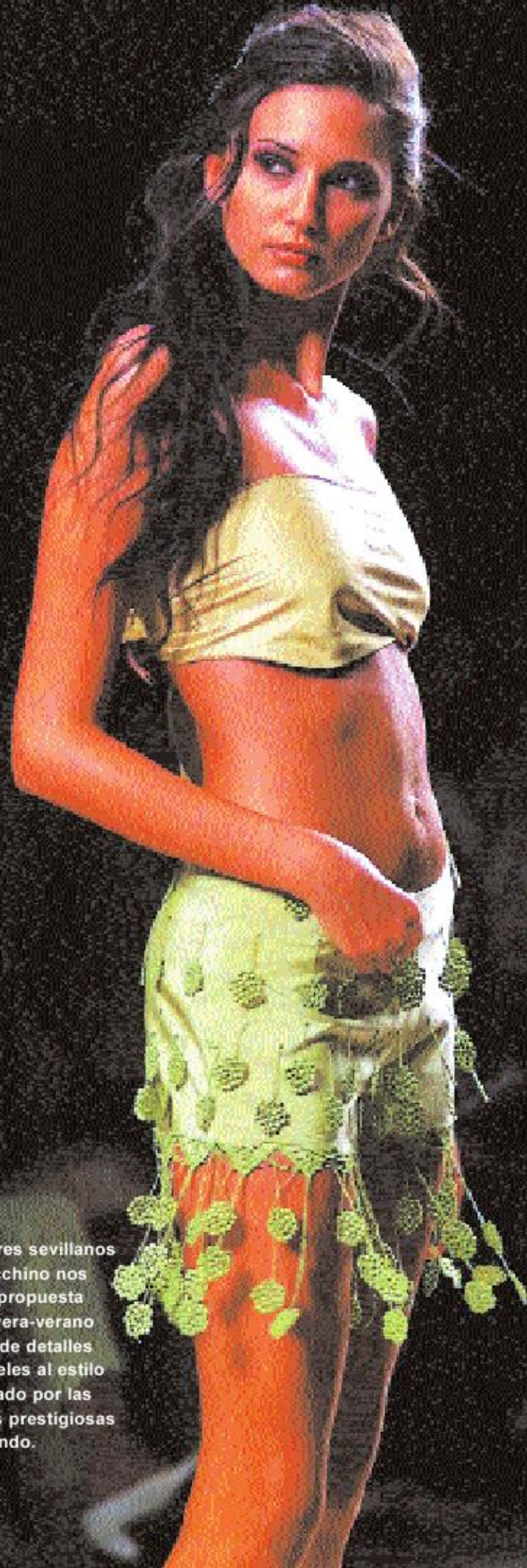
P.T.: Siendo defensora de la causa andaluza, sin pertenecer a ningún partido concreto, feminista y de izquierdas, es muy difícil encontrar un sitio en éste y en cualquier país.

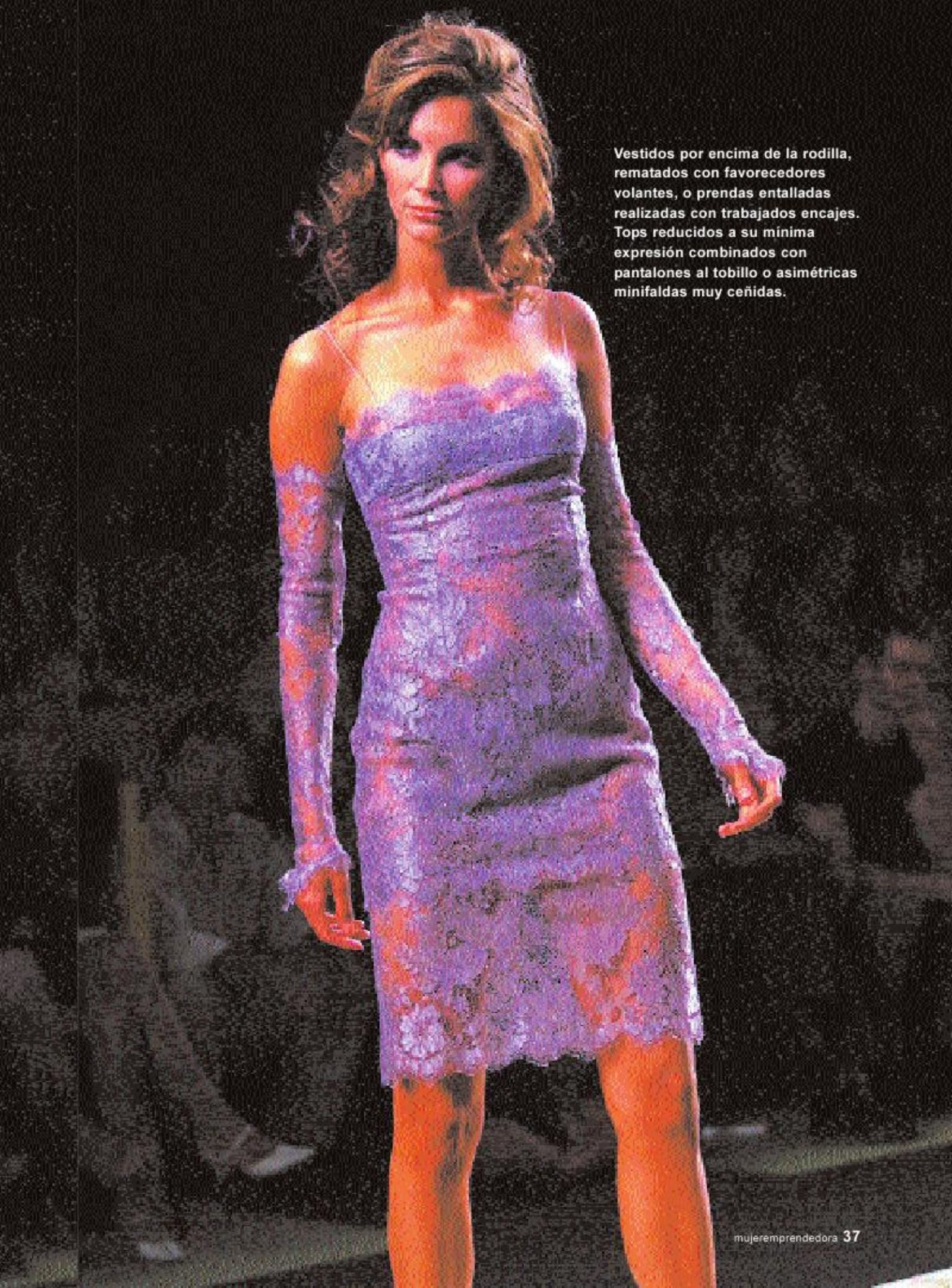
Pero pienso, y cerramos así el ciclo abierto con la primera pregunta, que produciendo mis propios proyectos puedo involucrar a gente que se arriesgue conmigo para que salgan adelante. Debe haber un hueco. Hay poco espacio, pero hay que conquistarlo y defenderlo. □

Carmen Jiménez

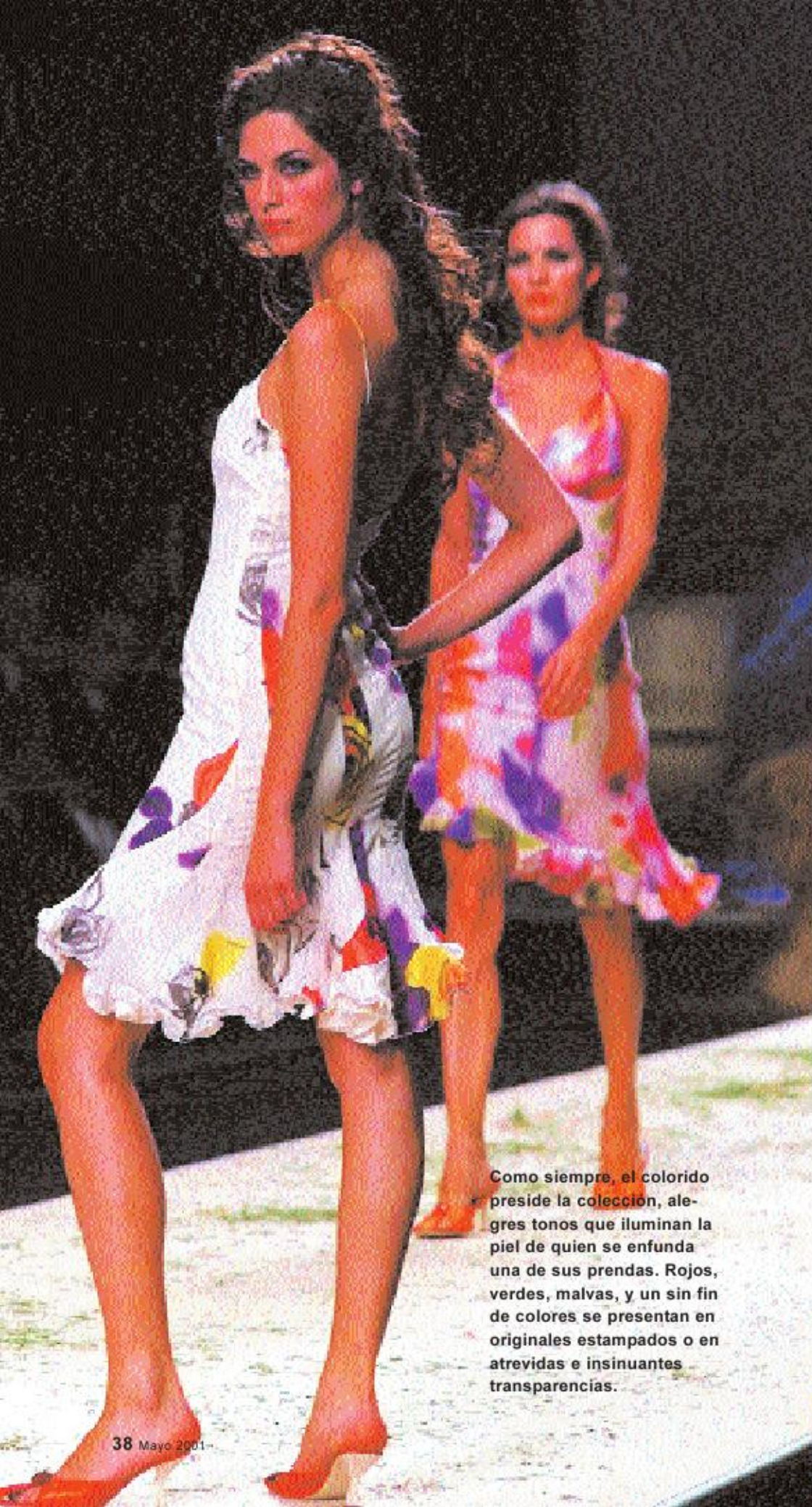
Victorio & Lucchino

Los diseñadores sevillanos Victorio & Lucchino nos presentan su propuesta para la primavera-verano 2001 cargada de detalles originales y fieles al estilo que han paseado por las pasarelas más prestigiosas de todo el mundo.



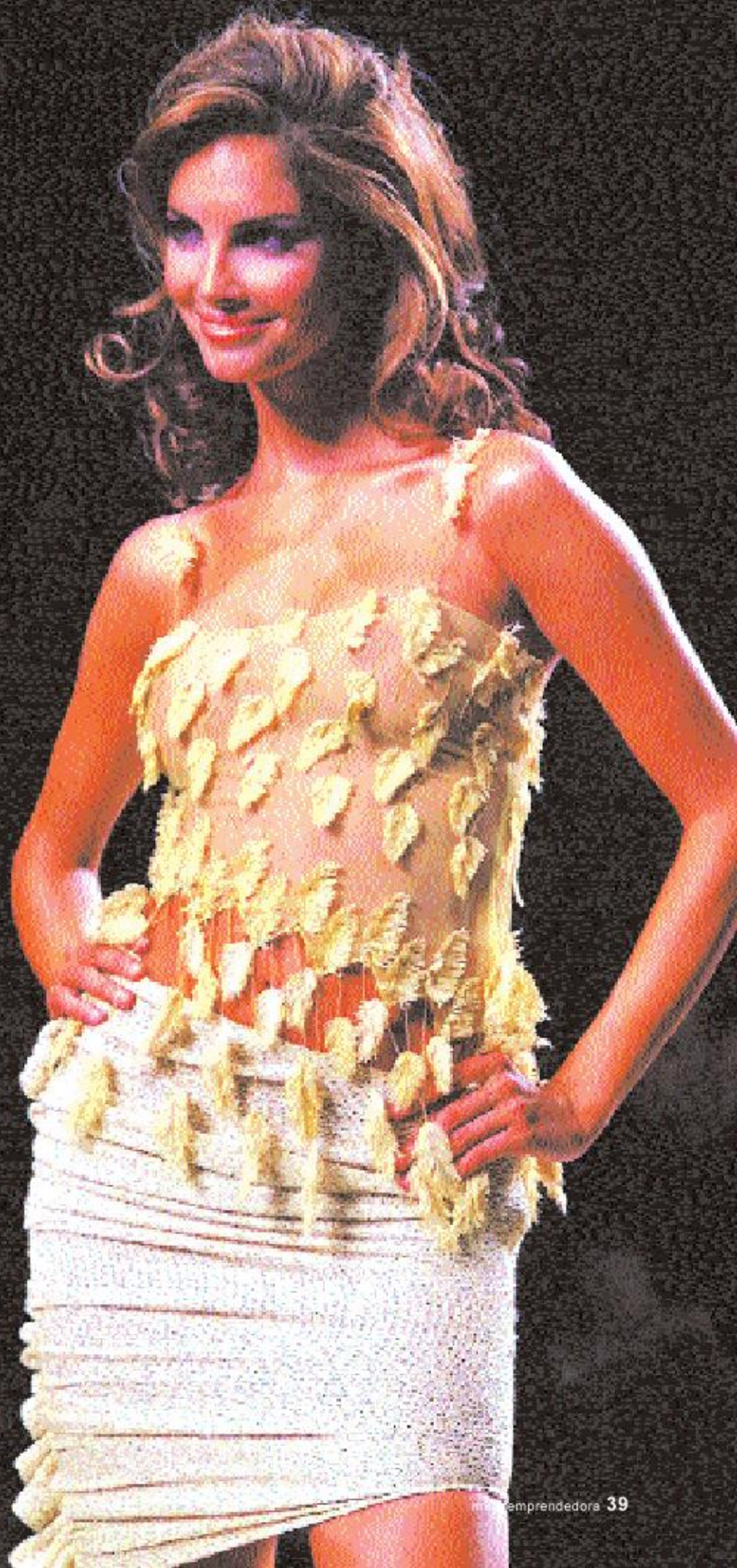
A woman with long, wavy brown hair is wearing a purple lace dress. The dress is strapless, long-sleeved, and knee-length. It features intricate lace detailing throughout. She is standing against a dark, textured background. The lighting is dramatic, highlighting the texture of the lace and the contours of her body.

Vestidos por encima de la rodilla, rematados con favorecedores volantes, o prendas entalladas realizadas con trabajados encajes. Tops reducidos a su mínima expresión combinados con pantalones al tobillo o asimétricas minifaldas muy ceñidas.



Como siempre, el colorido preside la colección, alegres tonos que iluminan la piel de quien se enfunda una de sus prendas. Rojos, verdes, malvas, y un sin fin de colores se presentan en originales estampados o en atrevidas e insinuantes transparencias.







Día de la Madre

Para esta ocasión tan especial, *Ives Saint Laurent* ha concebido regalos de nueva generación. Una colección compuesta por *coffrets* con las fragancias más femeninas de la firma, presentados en luminosos colores y pensados para

coleccionar, decorar cualquier rincón de la casa o para guardar objetos.

Estética pura que transmite un mensaje de amor y frescura a través las notas de *Opium* (rojo bistre), *Paris* (rosa), *Baby Doll* (rosa chocante) y *Rive Gauche* (azul). Para todos los gustos.

PVP: *Rive Gauche*: 7.000 ptas., *Opium*: 9.000 ptas., *Paris* y *Baby Doll*: 7.500 ptas. □



Aromas para el bienestar

La aromaterapia está consiguiendo cada vez más adeptos. Está demostrado que los olores se relacionan y despiertan recuerdos y emociones. Por el mismo mecanismo podemos conseguir un estado de relajación, tonificación o estimulación dependiendo el aroma que se utilice.

Body Shop te ofrece la posibilidad de preparar tu propio aceite de baño y masaje utilizando la base de aceite y añadiéndole una gotas de aceite puro de ilang-ilang, lavanda, eucalipto, limón, bergamota o naranja dulce. Si lo prefiere puede utilizar la base de aceite sin fragancia.

PVP: Aceites puros 5 ml.: 560 ptas. Base de aceite 125ml. 800 ptas. □

Color natural para el cabello

La henna es una sustancia de coloración del cabello 100% natural que no contiene productos químicos ni colorantes artificiales. *The Body Shop* la presenta ahora con nuevo formato en cuatro tonos:

castaño, castaño rojizo, caoba y extra rojo. La clave de este producto está en la lawsonia, una sustancia proveniente de la planta *Lawsonia Inermis* que da al pelo reflejos rojos. La presentación de *Body Shop* incluye además del sobre de henna en forma de pasta, un gorro con el que se debe tapar el cabello única y exclusivamente para obtener reflejos rojizos, nunca para los tonos marrones. Este producto es efectivo en cabellos que tengan hasta un 30% de canas.

PVP: Envase 400ml. : 1.695 ptas. □



Directo al corazón

La última propuesta de la línea *Chanson*, *Chanson d'Amour*, un agua que expresa los sentimientos más preciados de ternura, sensibilidad y afecto

y que transmite el rostro de la fragancia enamorada de la vida. Su frasco encierra la esencia de la naturaleza a través de un bouquet repleto de hierbas, flores y especias. Todo envuelto en un diseño tierno, con una caja en rojo intenso con corazones troquelados, en un pack anudado con un exquisito lazo de seda roja.

PVP: recomendado: Frasco vaporizador 100 ml. 1.625 ptas. □



¿Piel sedienta?
Nunca más.



Piel 100% hidratada

El agua es fundamental para mantener la piel en perfectas condiciones. Cuando la hidratación no es la adecuada, la sensación de tirantez y la apariencia apagada y áspera del rostro nos delatan. Para evitarlo, *Estée Lauder* nos ofrece 100% *Time Release Moisture Creme*, una revolucionaria crema hidratante con un sistema exclusivo que libera durante 12 horas y de forma continuada un manantial de agua biomíneral. Se puede adquirir en dos versiones, una para pieles normales y mixtas y, ahora también una para pieles secas. □

Brilla con luz propia

Puzzlemania es la apuesta de la casa *Coty* para ofrecer a las más jóvenes una fragancia para cada momento. *Redmania*, *Greenmania* y *Lilmania* son aromas atrevidos mezclados con micropurpurina suave, extrafina y muy sedosa que deja la piel con un brillo satinado. El rojo es la fragancia adecuada para los momentos más impulsivos y pasionales, el verde para los instantes frescos y divertidos y el lila para aparecer misteriosa y sensual. *Puzzlemania* puede adquirirse en perfumerías en packs de dos y de tres frascos.



PVP: Packs de dos: 2.095 ptas.

Packs de tres: 2.695 ptas. □

Ponle sabor y luz a tus labios



La propuesta de la línea



cosmética de *Ruy*

Perfumes para esta primavera es la nueva gama de brillo labial hidratante con sabores, 'Atrevida' para mantener tus labios en perfectas condiciones a la vez que disfrutas con el frescor del melón, la piña, la fresa, la mandarina o el kiwi, el exotismo del coco o la vainilla, la dulzura del plátano o la exquisita delicadeza de las frutas del bosque o la frambuesa. Con sólo una aplicación de 'Atrevida' obtendrás un brillo excepcional en tus labios, a la vez que aportarás el grado de hidratación que necesitan. □

Puro diseño italiano



La colección 2001 de *Polaroid Eyewear* se



caracteriza por la variedad en los diseños, la calidad de los acabados y el uso de las nuevas tecnologías en la fabricación de sus lentes con filtro polarizante altamente eficaz, filtros



UV y revestimiento exclusivo resistente a las rayas aplicado en ambas superficies exteriores. En la gama femenina destaca la línea *Italy Desing*, con modelos sofisticados que evocan los diseños más clásicos de este estilo pero perfectamente actualizados y adaptados al siglo XXI. Todos los modelos se presentan en varios colores con lentes en gris oscuro o marrón oscuro, en función de la montura. □



Carmen Ramírez Escritora, socióloga y pedagoga

Laura Gómez Empresaria Opina sobre la mujer en la Hostelería

Laura Gómez, Licenciada en Ciencias Empresariales, nació en Palma de Mallorca, pero se considera hija adoptiva de Sevilla en cuya Universidad estudió. Al terminar la carrera hizo un Master en Dirección de empresas en el Instituto de empresa de Madrid.

Domina el francés y el inglés y tiene conocimientos elevados de informática a nivel de gestión empresarial.

Ha trabajado un año para Argentaria haciendo estudios y análisis de nuevos desarrollos en Ahorro-Previsión y ha impartido cursos de Formación a gestores comerciales de la citada entidad.

Ha participado durante dos años como consultora especializada en organización, diseño y definición de puestos de trabajo con la Hay Management Consultants.

En 1996 estuvo dos meses en Nicaragua con el Consorcio Cincorp-Hay trabajando en el Proyecto de diseño e implantación de sistemas de gestión de recursos humanos para la

Administración Pública de Nicaragua (financiado por el Banco Mundial).

Considera muy útiles para su cargo actual en la empresa familiar los ocho años que en verano hizo prácticas en diversos puestos, en los muy prestigiados Hoteles Meliá de Sevilla, Cádiz y Málaga. Laura que tiene gran preparación y mucho entusiasmo es gerente de las cafeterías San Bernardo y Santa Justa en Sevilla. Empresa propiedad de sus padres María Antonia Ruiz y Rafael Gómez, junto con otros socios.

Dice que la hostelería es un sector algo machista, en donde todos han sido hombres y les cuesta que haya una mujer que les mande. Me contó la siguiente anécdota. Un proveedor le preguntó: niña, aquí ¿quien decide?. Y rápidamente le contestó, "primero no soy niña y segundo decido yo". En la Pastelería tiene una encargada. Dedicada especial atención a la repostería, se ha especializado en tartas y puedo dar fe de que son exquisitas. Se ha

propuesto rescatar los guisos tradicionales de las abuelas.

Comentamos que se habla mucho de los grandes cocineros, pero muy poco o nada de las "cocineras". Hay más mujeres que hombres en las plantillas de sus cafeterías porque asegura que cuando son buenas profesionales, se preocupan mucho del negocio y cuidan más los detalles. Todavía cree que hay muy pocas jefas de Cocina, de Barra o de Sala.

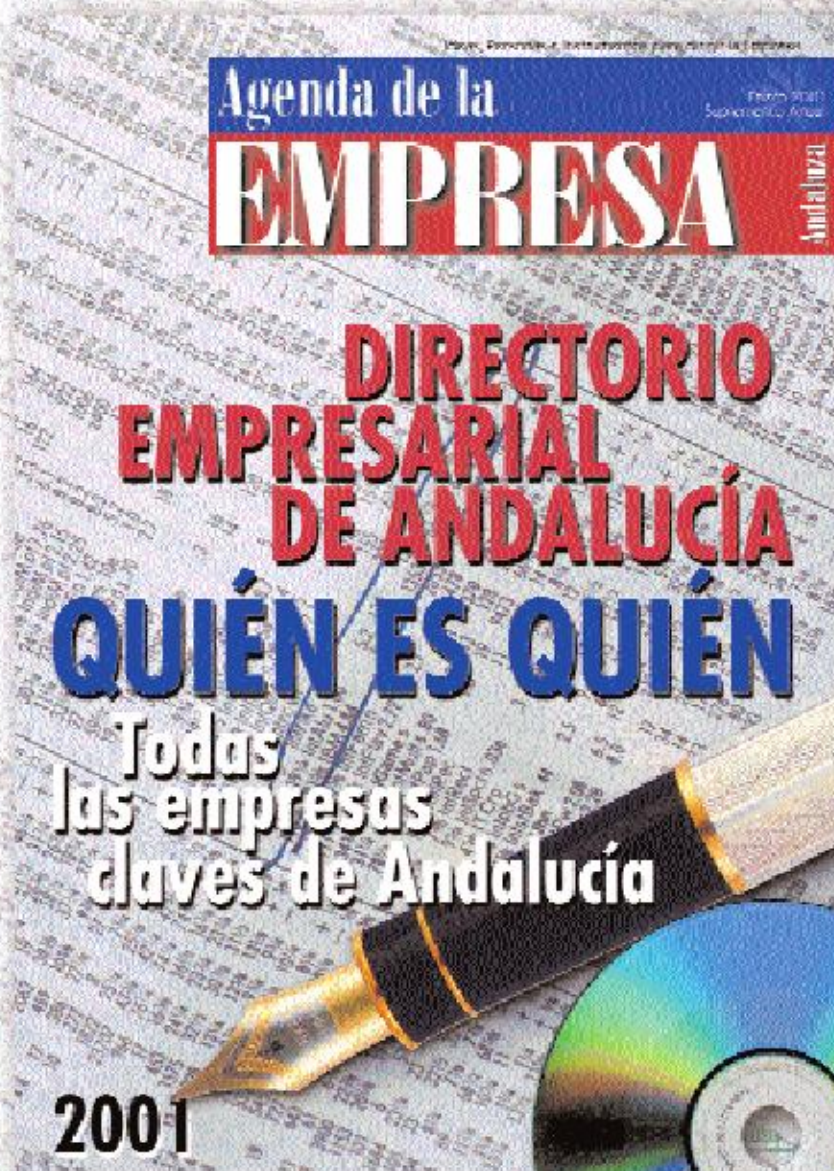
Laura Gómez Ruiz dice que le apasiona su trabajo, la cocina, la pastelería todo, porque si no es imposible, por tratarse de un servicio permanente que no tiene horarios, ni festivos. Actualmente es profesora del Área Económico- Financiera de la Escuela de Hostelería de Sevilla (Taberna del Alabardero). Entre sus proyectos empresariales para

el futuro están el abrir una tercera cafetería y tener un centro de cocina y un obrador, necesarios, si tienen más puntos de venta. Empresaria humanista, en su tiempo libre, además de escuchar música, jugar al tenis, ir al cine, etc. colabora activamente con la Fundación Santa Marta (de la Hermandad del mismo nombre) donde se han unido la Patronal de Hoteles y la de Hostelería, para hacer obras sociales en beneficio de los más necesitados.

Laura Gómez, experta en temas económicos, que camina con paso seguro en sus empresas y muy responsable, es un ejemplo de mujer emprendedora, en el nada fácil mundo de la hostelería. Al despedirme de Laura pensé que como decía Ortega y Gasset: "ella opone a la gris teoría de la vida, el palpitante arco iris de la existencia". □



**Agotada
la 1ª edición...**



...la 2ª ya en su kiosco
Directorio + CD Rom por sólo 500 ptas.



“DEDICATORIA”

AL INCOMPARABLE EQUIPO DE MARÍA MERLO

Cada día que acontece, amanece en mi interior la semilla del agradecimiento, y tal vez me pierda en la relatividad del tiempo, para proyectaros desde el espejo de mi alma lo maravillosos que sois todos y cada uno en su género.

Y de puntillas os vislumbro sintiendo esa inmensa entrega que me llena cada una de mis células muertas. ¿Acaso sois el cirio que alumbrá mi caminar? ¿O tal vez la campanilla que alegría mi soledad?

Es tanta la satisfacción, que os siento portadores del sueño que durante tantos lustros he perseguido perdiéndome en las brumas del silencio.

Y seguiremos creciendo, custodiando la entrega y desvelos por este sendero de, a veces, amargos intentos, pero la fuerza interior os guía portando sobre vuestros hombros ese inmenso alborozo.

Sois el requiebro del sentimiento desplegando al aire ese afán tremendo que lleváis dentro.

Os quiero



JEREZ
Tlfs.: 956 30 44 61-30 13 35

EL PUERTO DE SANTA MARÍA
Tlfs.: 956 87 54 08 - 87 48 37

SAN FERNANDO
Tlfs.: 956 88 77 40 -88 08 50