

U-Jvn

USO Joven

La revista de Juventud de la Unión Sindical Obrera

Número 21 * Año 2019

Ilustración de Zaira Rivero Gómez. Instagram: @galaxydreamer_art



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL

injuve

Juventud

USO



Edita:

**UNIÓN SINDICAL OBRERA.
DEPARTAMENTO
CONFEDERAL DE JUVENTUD**

Plaza de Santa Bárbara, 5 - 6º
28004 Madrid
Tfno.: (34) 91 577 41 13
E-Mail: uso@uso.es
Web: www.uso.es
Facebook: Juventud USO
Twitter: @JuventudUSO

DIRECCIÓN:

Dulce Mª Moreno Hernández,
secretaria confederal de
Formación Sindical e Igualdad.

REDACCIÓN:

Pablo Trapero Salguero,
Departamento Confederal de
Juventud.

MAQUETACIÓN:

Maite Rozas Rodríguez.

IMPRESIÓN:

Taller Imagen

AGRADECIMIENTOS:

Consejo de la Juventud de
Extremadura - CJEX,
Juan María Murillo Caldera,
Santiago Caamaño,
Ian Sua,
Idoia Cabrera Muñoz,
Alba García Fernández,
Mario Portela Macías,
Itahisa Torres Hernández,
Gazteria LSB-USO,
Chema Ortín Hidalgo,
Cristina Albaladejo de la Fuente,
Ángel Felipe Palacios.
Eneko, Dayana, Sergio, Emely,
Álvaro.
Zaira Rivero Gómez.
Laura Estévez Fernández y
Ester Peyró Galdrán.



“Este documento ha sido elaborado con la ayuda financiera del Instituto de la Juventud. Su contenido es responsabilidad exclusiva de: autores, nombre del autor, entidad, etc. y en ningún caso se debe considerar que refleja opinión del Instituto de la Juventud”.

Editorial

Pág. 3

MEYTUN, un espacio de participación para jóvenes sindicalistas

Pág. 4

Tareas pendientes para un futuro mejor

Pág. 5

Soy de pueblo

Pág. 6

Formación Profesional: un gran paso hacia el futuro

Pág. 7

Juventud y ludopatía. Una realidad invisible, pero normalizada

Pág. 8

Libertad de ser

Pág. 9

La única discapacidad es la actitud negativa

Pág. 10

El deporte femenino, cada vez más visible, pero queda por hacer

Pág. 11

Escuela Sindical de Verano 2019

Págs. 12 y 13

No dejes pasar la oportunidad

Pág. 14

Estamos en el tiempo de descuento

Pág. 15

Zaindu maite duzun hori

Pág. 16

Examen de conciencia (de clase)

Pág. 17

Cumplir los 18 años y nuestro deber como electores y electoras

Pág. 18

¿Qué puede tener en común una mujer española del siglo XIX con una niña sueca del siglo XXI?

Pág. 19

Ergonomía y uso de dispositivos móviles

Pág. 20

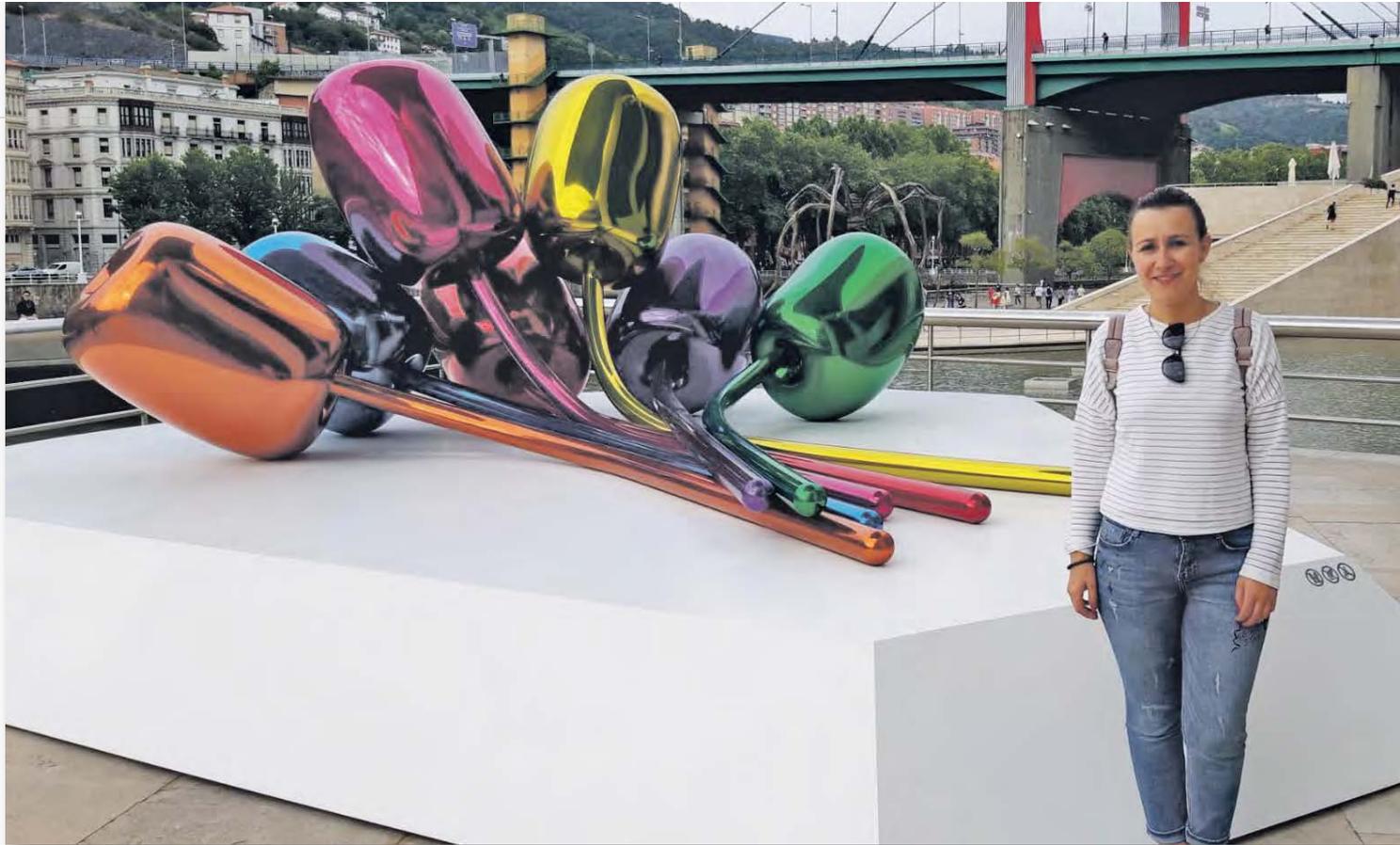
Jóvenes de USO

Pág. 21

Juventud USO. Instantáneas de nuestra actividad en 2019

Págs. 22 y 23





Editorial

Do s años después de nuestro 11º Congreso Confederal, desde USO continuamos apostando por la juventud en nuestras bases, incorporándolos en las candidaturas en las elecciones sindicales en las empresas y, posteriormente, haciéndoles partícipes en nuestros órganos de toma de decisiones. Continuamos trabajando en la resolución especial “Por la implicación y participación de la juventud en el sindicato”, con el fin de continuar acercándonos a las personas jóvenes, abrir nuestra organización y conseguir una mayor implicación de ellos en nuestro trabajo sindical diario y poder ofrecer una garantía de futuro a nuestra organización. Debemos tener en cuenta que, con la tasa de desempleo juvenil actual de menores de 35 años, y con el desconocimiento de los derechos laborales, la gente comprendida entre los 18 y los 35 se afilia cada vez más tarde al sindicato, o quizá no se afilie debido a la inestabilidad laboral y la temporalidad

que sufren en el mercado de trabajo.

Según la macroencuesta de Global Shapers, una iniciativa del Foro Económico Mundial, en la que se entrevistó a casi 25.000 personas de entre 18 y 35 años de 186 países en 2017, los temas que más preocupan a los jóvenes son el cambio climático, por encima de las guerras o la desigualdad, que se encuentran en segundo y tercer lugar. Además, preocupan la pobreza; los conflictos religiosos; la corrupción y la falta de transparencia política; preocupando mucho menos temas como el envejecimiento de la población o la falta de privacidad en internet. A los jóvenes españoles, lo que más les preocupa es la corrupción, la falta de oportunidades laborales y la desigualdad. Según este foro, en 2018 el 50% de la población mundial tenía 30 años.

En nuestra organización, contamos actualmente con un aumento

del 14,15% en afiliación joven con respecto al año anterior. Actualmente, las personas jóvenes necesitan respuestas a los temas que les preocupan, reivindicaciones que probablemente han ido cambiando para el sindicalismo tal y como lo hemos venido conociendo hasta la actualidad. Por ello, necesitamos ese *feedback*, esa interacción con ellos para sumar sus inquietudes a nuestro trabajo diario, animándolos, por tanto, a organizarse con nosotros para reivindicar y tratar de dar solución a todos estos temas que les preocupan.

En estas páginas, podréis encontrar diferentes artículos sobre temas e inquietudes que tiene la juventud de hoy, y en las que trabajamos desde Unión Sindical Obrera con mucha ilusión para dar respuestas a las mismas.

Dulce Mª Moreno Hernández,
secretaria de Formación
Sindical e Igualdad.

MEYTUN, un nuevo espacio de participación para jóvenes sindicalistas



It is of great honour to present to you the establishment of a new international network- MEYTUN (Mediterranean European Young Trade Union Network) that aims to empower our structures and strengthen the values trade unions represent.

Es un gran honor presentaros el establecimiento de una nueva red internacional: MEYTUN (Red Europea de Jóvenes Sindicatos del Mediterráneo), que tiene como objetivo potenciar nuestras estructuras y fortalecer los valores que representan los sindicatos.

MEYTUN was set up a few years ago as to strengthen the trade union movement with young people in the Mediterranean region. Trade Union membership decline has been growing in the region due to the severe austerity measures that took place during the years of recession. The aftermath has left countless young people unemployed and a deteriorating social system in many countries. The region has suffered the most in Europe, thus leaving a feeling of uncertainty. Multi-national companies, as well as government bodies, have pounced on the vulnerable workers, giving them precarious working conditions and unacceptable terms of contracts. Because of this, young people are facing challenges in solving their housing situation and start their own life. Such contracts are also destroying the social fabric of society, which is impacting mostly young people in transition from education to the labor market. This is resulting in precarious life for young people, brain drain and inability to plan their future.

MEYTUN se creó hace unos años para fortalecer el movimiento sindical con los jóvenes en la región mediterránea. El declive de la afiliación sindical ha ido creciendo en la región debido a las severas medidas de austeridad que tuvieron lugar durante los años de recesión. Las secuelas han dejado a innumerables jóvenes desempleados y un sistema social en deterioro en muchos países. El área del Mediterráneo es la región que más ha sufrido en Europa, por lo que deja un sentimiento de incertidumbre. Las compañías multinacionales, así como los organismos gubernamentales, han atacado a los trabajadores vulnerables, dándoles condiciones de trabajo precarias y contratos

inaceptables. Debido a esto, los jóvenes se enfrentan a muchos desafíos para resolver su situación de emancipación y comenzar su propia vida. Dichos contratos también están destruyendo el tejido social de la sociedad, que está afectando principalmente a los jóvenes en transición de la educación al mercado laboral. Esto se traduce en una vida precaria para los jóvenes, la fuga de cerebros y la incapacidad de planificar su futuro.

The rise of Far Right populism is being felt across southern Europe with various parties being established. In return, many people are following such ideologies which disrupt the fundamental pillars of European solidarity.

El aumento del populismo de extrema derecha se está sintiendo en todo el sur de Europa con la creación de varios partidos de esta ideología que hace tambalear los fundamentos de los pilares de la solidaridad europea.

MEYTUN is a large structure consisting of 13 countries, Portugal, Spain, France, Italy, Belgium, Malta, Croatia, Serbia, Turkey, Greece, North Macedonia, Cyprus and Slovenia.

MEYTUN es una gran estructura compuesta por 13 países: Portugal, España, Francia, Italia, Bélgica, Malta, Croacia, Serbia, Turquía, Grecia, Macedonia del Norte, Chipre y Eslovenia.

Based on the conversations of a group of trade union colleagues from countries of South Europe, we found out that challenges young people are facing in our countries are similar and we decided to act together to address them. MEYTUN and its representatives are committed to strengthening the trade union movement within our respective countries by setting up collaborative projects and initiatives.

En conversaciones entre un grupo de compañeros y compañeras de sindicatos de países del sur de Europa, descubrimos que los desafíos que enfrentan los jóvenes en nuestros estados son similares y decidimos actuar juntos para abordarlos. MEYTUN y sus representantes están comprometidos a fortalecer el movimiento sindical dentro de nuestros respectivos países mediante la creación de proyectos e iniciativas de colaboración.

The combined strength of this region will allow us as young trade unionist leaders to influence and strengthen young people, help them organize and become stronger, also by increasing their representation inside our Trade Union structures in our respective countries.

La fuerza combinada de esta región nos permitirá, como jóvenes líderes sindicales, influir y fortalecer a la juventud, ayudarlos a organizarse y a fortalecerse, y también a aumentar su representación dentro de nuestras estructuras sindicales en nuestros respectivos países.

Graham Sansone,
MEYTUN

Tareas pendientes para un futuro mejor

Un año más, el conjunto de la Unión Sindical Obrera lo estamos haciendo bien, ya que la afiliación joven en nuestro sindicato ha aumentado un 14,15% en el último año, dato más que reseñable, así como el crecimiento en un 17,79% de los delegados y delegadas de personal, miembros de comité de empresa y juntas de personal. La juventud en la USO pasa por un buen momento, que es un claro reflejo del buen estado de salud de nuestra organización, ya que, a nivel general, hemos aumentado en afiliación y representatividad en el último año.

Como habréis visto, la portada de este año está dedicada a la *app* que, desde USO, hemos lanzado en los últimos meses. La compañera Zaira Rivero, ilustradora y afiliada a USO, ha sido la encargada de diseñar la portada de 2019. En ella hemos querido plasmar que nuestra organización ha dado un paso más en la digitalización y que, desde ya, puedes llevar al sindicato en tu bolsillo. Si aún no te la has descargado, no sabemos a qué estás esperando.

Al hacer este artículo, me he encontrado en la misma situación que hace un par de años, con un Gobierno en funciones y con una repetición de elecciones generales. No me voy a detener mucho sobre las razones del porqué el país está en funciones, mientras la desigualdad social aumenta y la juventud seguimos acarreado las peores consecuencias de la crisis. La juventud, por mucho que se suela decir, sí nos preocupamos por la política, participamos en los comicios y lo que más deseamos es que este tapón legislativo acabe y, por fin, se empiece a pensar en nosotros y nosotras, y en el presente y futuro del país.

Este año hemos sido testigos de cómo esa España vaciada ha tomado las calles y ha reclamado sus derechos y sus oportunidades. Son muchas las zonas del país que ven con cierta incertidumbre su futuro. La emigración hacia otras ciudades más grandes y con más oportunidades está despoblando muchas zonas del país y la juventud, ante la falta de oportunidades, se ve en la necesidad de tener que irse.

No debemos mirar hacia otro lado en la despoblación de las zonas rurales. Aunque España sea uno de los líderes en turismo, este sector esconde altos índices de precariedad y está condenado a la estacionalidad, por lo que quizás ha llegado el momento de convertirse en un país puntero y referente en renovables. No es concebible que países con menos horas de sol que España apuesten por la energía solar y aquí no, o no se sepa aprovechar el viento para generar una energía limpia. La implantación de este tipo de energías en zonas que están sufriendo la despoblación, acompañada de una nueva política industrial para el país, haría que mucha gente no se viese obligada a dejar sus raíces e irse a otros sitios.

Otro de los fenómenos de los últimos meses ha sido la movilización joven a nivel mundial en la lucha contra el cambio climático. Las personas jóvenes hemos here-



dado un planeta que no goza de buena salud. No somos los y las responsables de ese deterioro, aunque sí somos una de las piezas claves para revertir la situación. Pero solos y solas no podemos hacerlo: necesitamos de la ayuda de toda la población y, cómo no, del compromiso de los gobiernos de todo el mundo que cumplan los acuerdos sobre cambio climático. Que, por una vez, dejen de mirarse su ombligo y miren más allá y vean que, o se toman medidas, o no hay un planeta Tierra B.

Como jóvenes, tenemos grandes retos por delante; por un lado, seguir liderando esa lucha contra el cambio climático e intentar revertir una situación que no hemos provocado nosotros y nosotras; por otro, evitar el despoblamiento de zonas rurales, apostando por empleos en esas zonas y diciendo con orgullo, como la campaña del Consejo de la Juventud de Extremadura: #SoyDePueblo. No dejemos morir los pueblos, porque, si mueren los pueblos, nos perdemos una parte muy importante de nuestra esencia y forma de ser.

Y, en el ámbito laboral y sindical, tenemos que seguir luchando por nuestros derechos como trabajadores y trabajadoras jóvenes, y para el conjunto de la sociedad trabajadora. Somos el presente y el futuro del país, somos los cimientos de una sociedad más justa e igualitaria para construir un futuro mejor.

Por eso, no dudes en afiliarte a USO y presentarte con nosotros a las elecciones sindicales en tu centro de trabajo. Porque podemos presumir de tener unas señas de identidad únicas en España, que nos llevan diferenciando desde hace más de 50 años y nos sitúan como la única alternativa real al bisindicalismo, además de ser el único sindicato a nivel confederal con la mejor herramienta sindical posible: la Caja de Resistencia y Solidaridad.

#DaElPaso con la USO y súmate a ser uno de los motores para construir un futuro mejor.

Pablo Trapero Salguero,
responsable confederal de Juventud-USO.

La historia reciente del Consejo de la Juventud de Extremadura demuestra cómo, desde aquí, hemos intentado siempre llegar a cada una de las personas jóvenes de la región. Para quien no sea de Extremadura puede parecer un objetivo fácil de conseguir, pero las personas que vivimos aquí, comprendemos la complejidad territorial de Extremadura, que es a la vez una de las cosas que la convierten en una comunidad extraordinaria.



Somos población fundamentalmente rural, que vivimos mayoritariamente en municipios de menos de 2.000 habitantes. Por eso, la historia reciente también nos ha demostrado que una de las mejores herramientas que tenemos las personas jóvenes para estar conectadas es el asociacionismo, especialmente cuando sufrimos el déficit de infraestructuras y comunicaciones.

Así que, cuando el Grupo de Trabajo del CJEx quiso reivindicar, entre otras cosas, su cultura, sus raíces o reclamar los derechos de los que aún no disfrutaban (como el mencionado hace unas líneas), pensó que la mejor manera de hacerlo era a la vez la más sencilla; una declaración de "Soy de Pueblo".

Porque, a diferencia de lo que ocurría hace una década, las personas jóvenes no queremos irnos de nuestros pueblos; al contrario, queremos crecer y queremos trabajar en ellos, contribuir al desarrollo y mejorar, si cabe, nuestra cultura, transmitirla y hablar del legado de nuestros abuelos y nuestras abuelas.

Pero nos vamos de estas localidades. Al cierre de 2018, los datos eran estos; al mes, 223 jóvenes se iban de Extremadura. En el VI Plan de Juventud del Instituto de la Juventud de Extremadura, del que también formamos parte como grupo de debate, y tras un proceso participativo, la juventud identificó como dificultades del medio rural; falta de infraestructuras, falta de espacios de ocio, falta de acceso a la cultura, diseño de programas sin las personas jóvenes, problemas de comunicación, falta de confianza en la juventud, dificultades económicas, sistema de becas, oferta educativa, difícil acceso a sanidad en los pueblos pequeños, etc.

La situación no mejora para la persona joven que se queda, ya que ocupamos los primeros puestos a la hora de hablar de tasas de pobreza y exclusión social. Según el 9º Informe Arope de EAPN publicado recientemente, Extremadura se encuentra entre las comunidades con mayor tasa de pobreza (44,6%), y esta aumenta cuando hablamos de pobreza infantil, subiendo al 52,3% de los menores de edad. Lamentablemente, también lideramos los *rankings* de desempleo juvenil y precariedad laboral.

Junto a esto, unos estereotipos que parecen alimentarse de algún tipo de leyenda manuscrita por alguien que poco o nada conoce de Extremadura, como la infravaloración de nuestras señas culturales.

Por eso, "Soy de Pueblo" nos sirve para reclamar lo que necesitamos para quedarnos y para poner en valor todo lo que apreciamos. Nos vemos reforzadas por un compromiso internacional, como es el que recoge la Unión Europea en los *Youth Goals*, donde hace un reconocimiento explícito a impulsar a la juventud rural. Instamos a los poderes políticos de nuestra región a que tomen cuenta de este reconocimiento. En las pasadas elecciones, las políticas de juventud rural ocuparon un 18% en los programas de los partidos con representación en la Asamblea de Extremadura. Paradójico, cuando somos, como decíamos al principio, una región y una juventud, por definición, rural.

Formación Profesional: Un gran paso hacia el futuro



Hace unos años, decidí darle un giro a mi vida como estudiante y empecé a estudiar Formación Profesional. Siendo sincero, lo relacionaba con muchos estereotipos; como, por ejemplo, que era para gente que no tenía visión de futuro, o con desganadas de estudiar y que estaban allí por obligación. He de reconocer que me equivoqué. Y mucho.

Estudí en un instituto especializado en formación profesional y de ámbito público, el IES Benjamín Rúa, en Móstoles, Madrid, y la verdad es que, desde que entré en el centro, mi opinión acerca de este tipo de estudios cambió por completo hasta el día de hoy, que lo considero una muy buena opción que hay que tener en cuenta, sobre todo si el objetivo es empezar en un ámbito laboral específico cuanto antes.

Realmente, empecé a estudiar la carrera de Ciencias Biológicas en la Universidad Complutense de Madrid, pero a veces nos educan insistiendo en realizar este tipo de estudios, a los que tenemos muy venerados, y, sin embargo, la presión social a veces no nos deja ver más opciones de estudio, muchas veces por falta de información.

Al tercer año de carrera, muy desmotivado porque en mi caso la parte teórica tenía mucha más carga que la práctica dentro de ella, tuve información de forma completamente fortuita sobre el ciclo de formación profesional que al final realicé: laboratorio de diagnóstico clínico y biomédico.

Desde el primer momento en que entré en contacto con esta formación profesional, mi motivación fue máxima, las clases eran muy teórico-prácticas. Desde mi punto de vista, más organizadas que en un curso de titulación superior, y eso fue algo que me impactó y, a la vez me conquistó desde el principio.

Tras dos años intensos estudiando esta materia, pude realizar mis prácticas en una de las cadenas de hospitales privados más reconocida a nivel nacional, la empresa Hospitales de Madrid, para la cual trabajo actualmente, concretamente, en el hospital HM Puerta del Sur, en Móstoles.

En mi opinión, la parte más atractiva de una Formación Profesional es la puesta en marcha de todos esos conocimientos adquiridos durante dos años en una empresa concreta donde te enseñan realmente el sentido y la responsabilidad de la profesión elegida. En mi caso, fueron muy intensas, aproveché cada minuto en el laboratorio, sabía que podría ser una salida profesional muy importante para mí, pues así fue finalmente.

Actualmente, soy técnico especialista en laboratorio y me gusta mucho mi profesión. Para mi es de gran responsabilidad, con un amplio grado de especialización, ya que, como técnico existen muy diferentes ramas en el laboratorio a las que te puedes dedicar (hematología, bioquímica clínica, microbiología...) y, por supuesto, siempre teniendo en cuenta el estar continuamente estudiando, pues es una profesión que sufre una continua renovación debido a los constantes avances médicos que existen.

Solo puedo dar las gracias a las personas que en aquel momento me enseñaron todo lo relacionado con este ciclo profesional, y he de afirmar rotundamente que fue y sigue siendo mi futuro, un futuro que me cambió la vida por completo.

Juan María Murillo Caldera

Juventud y ludopatía. Una realidad invisible, pero normalizada



Soy Santiago Caamaño y soy ludópata. Estoy rehabilitado desde hace un año y medio y, desde entonces, me dedico a concienciar a la gente sobre la epidemia que están creando las casas de apuestas con su publicidad abusiva y su apertura discriminada en los barrios más humildes.

Empecé con 14 años y a los 22 toqué fondo. Llegué a pedirme en voz alta, entre llantos, que por favor no fuera a jugar. Todo esto mientras iba de camino a la sala de juegos. Pensé que me había vuelto loco, pensé que no había solución, hasta quitarme la vida se me pasó por la cabeza. Hoy, puedo decir, que hay salida. Pedir ayuda no es ninguna vergüenza, es un orgullo.

Pienso que hay tres puntos clave para parar esta lacra: la prevención, la rehabilitación y la regulación.

La última es muy difícil cambiarla, ya que mucha gente que vive del juego, está en los gobiernos y van de la mano, así que hay que centrarse en prevenir y concienciar, así como en invertir en la rehabilitación de las personas adictas.

Es una vergüenza que no sea obligatorio un control de accesos en un salón de juegos o que en muchas Comunidades existan máquinas de

apuestas en los bares, sin ningún tipo de control. La regulación del juego online se hace a nivel estatal, mientras que la del juego presencial se rige de manera autonómica. Las empresas juegan con esto. Un ejemplo:

En Galicia, con la nueva Lei do Xogo, el Deportivo no podrá llevar la marca comercial de una conocida casa de apuestas en su camiseta. Sin embargo, sí podrá llevar el dominio web de esa casa de apuestas.

Se rien de nosotros, así que, si ellos no lo cambian, tendremos que ser nosotros los que levantemos la voz. Desde mi cuenta de Twitter, @ludopataR, intento concienciar sobre todos los problemas que trae este sector y, sobre todo, ayudar y guiar a quien pide ayuda.

Sé que no es fácil, ya que luchamos contra gigantes, pero nada es imposible y, con una persona que gracias a este movimiento se pueda rehabilitar, ya vale la pena. Cuando el trabajo me lo permite, siempre hago iniciativas para llegar a más gente y, así poder ayudar más si cabe. Yo llegué a tocar fondo y sé lo que se sufre.

Santiago Caamaño

Libertad de ser



Antes que nada, me gustaría decirnos quién soy y por qué estoy aquí.

Mi nombre es Ian (más conocido como Ian Sua), aunque no siempre tuve este nombre. De hecho, llevo un año y tres meses con él, teniendo la sensación como si lo hubiera llevado toda la vida.

Es alucinante cómo se adaptan las cosas cuando de verdad son de nosotrxs.

Soy un chico transexual de 29 años de edad, que hago visible mis experiencias y mi transición (de mujer a hombre) de la forma más natural que sé y llevándolo con un toque de humor (porque, si no, no sería yo).

Y... ¿por qué estoy aquí? Porque necesitamos ser visibles para llegar a ser indiferentes.

¿Indiferentes? Somos personas que realmente no buscamos ser especiales, ni que nos traten de diferente manera que al resto. Buscamos lo mismo que los demás; Ser alguien. De una manera igualitaria. Buscando la felicidad dentro de nosotrxs mismxs.

No es que no nos quisimos y por eso “cambiamos”, es todo lo contrario. Aprendemos a querernos y entendemos que nos amamos lo suficiente como para querer ser feliz.

Como ya habréis visto en el título, esto ha sido lo que he querido destacar de todo el artículo. Voy a empezar desde lo que, para mí, es lo principal para poneros en nuestra piel y empatizar con nosotrxs.

¿Qué es para vosotrxs la libertad? Antes de hacer y tener, la libertad para nosotrxs es, principalmente SER. Tener la valentía y el coraje suficiente como para enfrentar(te) a lo que esta fuera de la norma, para llegar a ser lo que siempre nos hemos sentido.

A día de hoy, hay muchas personas que mueren siendo inconscientes, son lo que deberían ser y no lo que realmente sienten ser.

La transexualidad me he enseñado a ser consciente de lo que siento, de lo que soy y de todo lo que puedo llegar a ser.

Gracias a esta libertad de identidad, del ser, nos vemos en el espejo

y nos gustamos porque hemos aprendido a querernos desde dentro.

TRANSEXUALIDAD “TÉCNICA”

Para poder entender la transexualidad mejor, debemos saber diferenciar estos cuatro tipos de conceptos que son:

Sexo biológico: el género con el que nacemos (no significa que nos tengamos que sentir identificadxs).

Identidad de género: cómo nos sentimos. Por ejemplo: yo me siento hombre y nací mujer “física-mente” (digo “físicamente” porque las personas transexuales no cambiamos, siempre nos hemos sentido así. Cambiamos el exterior para sentirnos acorde con lo que sentimos dentro).

Gusto sexual: aquí no tiene nada que ver que seas mujer u hombre. Por ejemplo, puedes ser hombre transexual pero tu gusto sexual puede ser homosexual.

Comportamiento: cómo te expresas, cómo te vistes, tu forma de ser. Por ejemplo, que un hombre sea afeminado no significa que sea gay. O, si una mujer es más masculina “de lo que la norma” considera, no significa que sea lesbiana.

La única persona que sabe quién es, cómo se siente, quién le gusta o cómo es es esa persona y nosotrxs, por mucho que veamos por fuera, solo veremos una portada que no nos debe decir nada. Porque, cuando señalamos a alguien “suponiendo” lo que es, realmente es nuestra limitación hablándonos en voz alta.

Tan solo nos han educado con un patriarcado, y debemos desaprender para aprender bien sin hacer daño por falta de información.

Podéis contactarme para cualquier duda a i4nsua@gmail.com; podéis encontrarme en www.instagram.com/sapodecara o en www.youtube.com/i4nsua

La única discapacidad es la actitud negativa

Nadie sabe cuándo le puede dar un vuelco la vida y cambiarlo por completo. Me sonó el despertador a las 07:00, podría ser un día de instituto cualquiera, pero no. Tenía 14 años y llevaba aproximadamente 7 de ellos yendo cada 6 meses a revisiones de traumatología por un tumor benigno que me detectaron cuando era más pequeña. Me llamo Idoia, tengo 23 años y padezco una enfermedad rara llamada Charcot-Marie-Tooth (CMT), la cual afecta a 1 de cada 2.500 personas. Empecemos con mi historia.

Yo pensaba que esa mañana iba a ser la misma rutina que hace años, pero un montón de radiografías y esguinces en mis pies dieron un vuelco a mi vida, cambiándola casi por completo. Llevaba muchísimos años rompiéndome el pie izquierdo simplemente caminando o subiendo un escalón, o cada 2 meses tenía un esguince nuevo sin hacer nada.

Para mi sorpresa, mi traumatólogo no era el mismo de hacía años, el que me decía que mi único problema y el porqué de todo era porque simplemente yo era torpe. La nueva profesional se sorprendió con tantas radiografías e informes médicos, y pasó a la acción mirándome con un gran interés los pies torpes de los que hablaba mi madre. Me acuerdo de aquel momento como si hubiese sido ayer: la médica no dudo ni medio segundo en decirme que lo más seguro era que padeciese una enfermedad llamada CMT. Os podéis imaginar la situación, mi madre y yo mirándola con cara de no entender nada de lo que nos estaba contando. ¿Qué era el CMT? ¿Por qué existía en mi cuerpo? ¿Soluciones? ¿Cómo iba a cambiar mi vida a partir de entonces?

Después de varios meses, una prueba genética confirmó lo que la traumatóloga me había dicho desde el principio; tenía un fallo genético en la mielina de mi sistema nervioso, lo que hacía que mis músculos se debi-

litasen y mis pies fuesen adoptando una deformidad muy severa. Es verdad que yo era joven para entender todo lo que me intentaban decir, yo quería entender el porqué de todo esto, quería saber qué podía ocurrir más adelante y quería saber si había una cura para toda esta sorpresa. Y no, no la había y tampoco la hay a día de hoy.

Pasaba el tiempo y mi pie izquierdo iba a peor, la doctora me recomendó una cirugía para mejorar mi calidad de vida y aliviar los dolores que tenía al andar. Recuerdo que yo tenía 15 años cuando entré por primera vez en un quirófano, y no voy a mentirosos, tenía muchísimo miedo. Pasé tres meses de posoperatorio horribles, con muchísimos dolores, heridas, úlceras, ampollas... Muchas horas muertas en casa, o simplemente la incapacidad de estar meses sentada en una silla de ruedas. Pero... ¿qué es una incapacidad? ¿Cuáles son los límites?

Yo sé que desde aquel diagnóstico mi vida cambió, pase de ser una chica vulnerable a todo a ser una mujer con una energía y fuerza que muchas veces no me lo creo ni yo. La segunda vez que me operé, sentía muchísimo miedo por volver a vivir todo el calvario que pasé con 15 años, pero sabía que mi calidad de vida iba por delante de todos esos miedos. Con un montón de fuerza y motivación, me recuperé en mes y medio, cuando los profesionales me habían advertido de que iba a estar unos 6 meses en silla.

A día de hoy, con 23 años, llevo a mi espalda dos operaciones quirúrgicas y un montón de visitas hospitalarias. Es cierto que cuando te dicen que tienes una enfermedad rara te asustas, porque no se sabe casi nada sobre ella, era una desconocida rodeada de información que me costó bastante entender. Por suerte, tuve y tengo, a día de hoy, el apoyo



de mi familia; mis amigos; mi fisioterapeuta, que hace que mi enfermedad no vaya a peor; y una asociación llamada BENE (Asociación de enfermos neuromusculares de Bizkaia), que siempre ha luchado por una vida digna y una clara investigación para poder encontrar la cura de un montón de personas que vivimos con este tipo de problemas en nuestro cuerpo.

Como diría Irene Villa, la única discapacidad es la actitud negativa. Y yo tengo que autoagradecerme el haber tenido siempre una actitud positiva, una fuerza que ni yo me la creo cuando miro atrás y veo todo lo que he pasado. Gracias al Charcot soy valiente, fuerte y rompo día a día un montón de obstáculos que me pone la vida. Hay que estar siempre arriba, siempre fuerte. Lo importante y la mejor terapia es quererse a uno mismo y decir: "voy a por todas, esto no va a limitar mis sueños ni mis metas". Los límites no nos los tiene que poner un médico, un fisioterapeuta, nuestro alrededor... Los límites los ponemos nosotros mismos y muchas veces hay que romperlos para darnos cuenta de que, con fuerza y ganas, la incapacidad y la discapacidad no pararán nunca la alucinante vida que nos queda por delante. Por eso, otra vez, gracias CMT por hacerme ser como soy a día de hoy, por hacerme ver que, si algo no sale bien hoy, mañana saldrá con actitud y constancia.

Idoia Cabrera Muñoz

El deporte femenino, cada vez más visible, pero queda por hacer

Mi nombre es Alba García Fernández y he jugado en la obra social de Unicaja, en categorías inferiores (infantil y cadete). A partir de júnior, he jugado con el Club Baloncesto Almería en Primera Nacional Femenina. Ascendimos el equipo y llegué a jugar en Liga Femenina 2.

También he jugado con la Universidad de Almería, yendo a los campeonatos universitarios de Andalucía y de España Universitarios.

Actualmente, he vuelto a jugar en Primera Nacional con el equipo de Roquetas.

Creo que el baloncesto, a nivel nacional, es uno de los deportes primarios, lo posiciono en el segundo escalón, teniendo por encima solo el fútbol masculino.

Considero que es un deporte que se cuida, que avanza y mejora, tanto a nivel de juego como arbitral, adaptándose a los tiempos. Hoy en día, hay muchísimas facilidades para poder practicarlo, ya que desde pequeños podemos formar parte del equipo del *cole*.

En cuanto a mi experiencia, yo como jugadora no he sufrido ninguna desigualdad ante un jugador o equipo masculino. Incluso he llegado a vivir años en los que el equipo femenino era más cuidado por los futuros logros que podía conseguir, llegando a tener más atracción para el público que el masculino.

Pero, si miro más allá de lo vivido, veo diferencias claras en la élite entre el baloncesto femenino y masculino. Sin ir más lejos, los partidos retransmitidos en la televisión, el sueldo de los jugadores, la repercusión, la popularidad, etc. Hace unos meses, fuimos espectadores del Mundial de Baloncesto retransmitido en abierto en una televisión generalista, donde todos los españoles estábamos volcados con la selección masculina. En cambio, a duras penas nos enteramos de cuándo juega la Selección Española Femenina.

En cuanto a la cantera, en el club donde yo “me he criado”, se cuidan la rama masculina y la femenina por igual. Ya que tienen equipos sénior en ambas ligas.

Pero creo que esto es algo personal, dependiendo del club del que estemos hablando. Creo que siempre se cuidará más la rama del equipo sénior profesional que tenga ese club. Conozco clubes que se involucran más la rama masculina porque es la cantera del equipo sénior o viceversa. Pero no creo que, a día de hoy, se le siga proporcionando más facilidades al masculino que al femenino en cuanto a cantera. Incluso diría que, cada vez más, los clubes apuestan por la rama femenina, ya que, al haber menos equipos, es más fácil llegar a la élite.

Alba García Fernández,
jugadora de baloncesto.



Se ha formado a 17 jóvenes de 9 Uniones y cuatro Federaciones

1 al 3 de julio de 2019. Bilbao

Juventud USO



Escuela Sindical de Verano 2019

Al ser en Bilbao, no podía faltar visita al Guggenheim... y una palmera tamaño vasco.



Juventus USO

Programa

Jueves 1 de julio

11:00 Recepción y acreditación de participantes a partir de las 10:00 horas.

11:00 Inauguración de la Escuela Sindical de Verano de Juventud USO

- Inés Pérez de Siles, secretaria general de USO
- María Muñoz Arbizu, secretaria general de USO-UIO Euzkadi.
- Dulce Moreno Hernández, secretaria confederal de formación sindical e igualdad de USO.
- Pablo Trapano Salguero, responsable confederal de Juventud USO.

11:30 Dinámica de grupo.

12:00 Historia de la USO: vicisitudes en primera persona.

- Ludiano Pérez Iglesias, secretario de organización de USO y militante histórico.

13:00 USO con la Salud laboral.

- Diego de Miguel Herrera, gabinete de salud laboral de USO.

14:00 Comida.

15:30 Elecciones sindicales.

- Sara García de las Heras, secretaria confederal de acción sindical y salud laboral de USO.

16:30 Desayuno.

17:00 Narración y hábitos saludables.

- Sabela Gómez Zavala, investigadora del CIBERobn.

18:00 Cena.

19:00 Presentación pública documental "Hacer en la batalla" en el BilbaoBak

Viernes 2 de julio

9:30 Juventud USO en el ámbito nacional e internacional

- Pablo Trapano Salguero, responsable confederal de Juventud USO.
- Santiago Díaz Hurtado, delegado.
- Santiago Díaz Hurtado, delegado.

11:05 Desayuno.

11:45 Situación sociolaboral de la juventud, los mal formados "sini"

- Alejandro Delgado Bueiro, Irea sociolaboral del CE.

12:45 Empleo joven y nuevos modelos de contratación.

- Thomas Prosser, profesor de la Univ. de Cardiff, Reino Unido.

13:00 Comida.

15:00 La lucha contra la violencia de género: vicisitudes de un Pallete

- Álvaro Buita Benedit, especialista en familia y mujer, escritor e Inspector de la Policía Nacional.

16:30 La CIS. La herramienta sindical de la USO

- Lola Nobles Rodríguez, responsable de la CIS.

21:00 Cena.

Miércoles 3 de julio

10:00 Taller "Impulso y visibilidad de Juventud USO"

11:00 El asociacionismo juvenil como base de una sociedad cambiante.

- Xabier Zubiria Elvege, USC.
- Iñaki Pérez Frases, Juventud Estudiante Católica.

12:00 Desayuno.

12:15 Taller "USO, unido es joven"

13:00 Evaluación jornadas.

13:15 Cierre de las jornadas y entrega de certificados de formación.

- Dulce Moreno Hernández, secretaria confederal de formación sindical e igualdad de USO.
- María Cabrera Muñoz, responsable de Gestión LIS-UIO Euzkadi.
- Pablo Trapano Salguero, responsable confederal de Juventud USO.
- Xabier Zubiria Elvege, USC.

14:00 Comida y regreso de participantes.

Acto de apoyo al compañero Mikel, condenando la agresión homófoba que sufrió y le impidió ir a la Escuela.

Juventud USO

Qué nos esperará en la III Escuela Sindical de Verano en 2020, a dónde iremos

No dejes pasar la oportunidad



Apenas llevo un par de años en el sindicato y, como aquel que dice, estoy aterrizando un poco en cuanto a las oportunidades que te dan dentro de USO.

Aparte de acudir a diferentes manifestaciones del sindicato, este año me han dado la oportunidad de participar en la II Escuela Sindical de Verano que el Departamento Confederal de Juventud se ha organizado en Bilbao.

Mi experiencia en la Escuela Sindical ha sido muy gratificante en todos los aspectos.

A nivel educativo, me ha hecho ver y conocer cosas internas del sindicato que desconocía y son importantes a la hora de intentar que gente que busca afiliarse a un sindicato, lo haga con USO.

Por otra parte, a la hora de conocer y convivir con compañeras y compañeros del sindicato de diferentes lugares de España, no hubo ningún tipo de problema; es más, todo lo contrario, se creó un grupo muy uniforme en el que cada pieza era importante.

Y, a nivel personal, fue una experiencia muy reconfortante en todos los sentidos. Aprendí mucho, conocí gente, una ciudad nueva, disfruté al máximo de la experiencia y me lo pasé muy bien.

Previo a la Escuela, como he dicho antes, he participado en diferentes actos del sindicato y, dentro de la Unión de USO-Madrid, acudí a un monólogo de Pamela Palenciano sobre la violencia de género entre personas jóvenes que me hizo recapacitar sobre muchas cosas. En ese acto, tuve la oportunidad no solo de pasar un rato interesante, sino también de mantener conversaciones con gente de otras entidades que ya conocía del Consejo de la Juventud de España, pues desde USO apostaron por mí para ser uno de los representantes del sindicato en la última asamblea general ordinaria del CJE, asamblea en la que tuve la oportunidad de conocer a Damana de USO-Canarias, Yago de USO-La Rioja y Marta de USO-Andalucía. Esas cuatro personas, algunas con poca experiencia en el sindicato y otras, con un poco más, formamos la delegación de USO.

Mi primer gran acto con el sindicato fue el 1º de Mayo en Santander. Fue toda una experiencia el poder compartir el viaje en autobús con otros compañeros y compañeras de USO-Madrid y, al llegar a Santander, poder reencontrarme con algunos compañeros y compañeras de USO de otras Uniones, que ya conocía de compartir vivencias en el CJE. La verdad es que el madrugón para ir a la *mani* no pesó nada al ver tanta gente en Santander con camisetas de USO, banderas de nuestro sindicato y viviendo una jornada única en la defensa de los derechos laborales y sociales. Además, tras la *mani*, tuvimos la oportunidad de estar un rato en la gran familia que somos la USO, comiendo todos y todas en el Palacio de los Deportes de Santander. Más de 1.500 personas del sindicato, juntas bajo el mismo techo... todavía tengo esas agradables imágenes en mi retina.

Totalmente recomendable participar con USO en todo lo que se pueda. La experiencia de estar en este gran y a la vez cercano sindicato es difícil de contar. Para sentirla, hay que vivirla y, para vivirla, hay que afiliarse e involucrarse en el sindicato.

Cuando descubres las ventajas de estar afiliado y ves la calidad humana de la gente que trabaja en él, piensas “¿por qué no lo he hecho antes?”. Así que, no te lo pienses: por tus derechos laborales y sociales, porque juntos y juntas podemos conseguir más cosas, afíliate a USO y vive la gran experiencia de ser parte de esta gran familia. ¡Ah! y si aún no has participado en la Escuela Sindical de Verano, ¿a qué esperas para apuntarte a la de 2020?

Mario Portela Macías
Juventud USO-Madrid

Estamos en el tiempo de descuento

La Amazonia, Alaska, África Subsahariana, Siberia, Tailandia, Islas Canarias o Portugal son algunos de los puntos del Planeta que han sido o siguen siendo arrasados por las llamas en este año 2019.

El Planeta se quema y no podemos atribuirlo a una sola razón, pero lo que sí podemos decir sin miedo a equivocarnos es que nosotros, los seres humanos, somos los principales responsables de esta tragedia.

El África Subsahariana arde y, según los expertos, la explicación más probable es el tipo de práctica agrícola que se emplea: usan los incendios organizados para que los campos de cultivos se renueven y esto lleva a que muchas veces crezcan fuera de control. Sea por este motivo o no, lo que sabemos es que África ha estado ardiendo durante más de un mes seguido en este año.

Las políticas contra incendios practicadas actualmente por algunos gobiernos como los de Rusia o Brasil han influido negativamente en el control y eliminación de los incendios. En Rusia, por ejemplo, han decidido que sean las autoridades quienes opten si extinguen o no un incendio, dependiendo del coste económico. Eso nos ha llevado a que los incendios en Siberia ocupen el 45% del país y sigan sin extinguirse. Según Greenpeace, "los incendios en los bosques siberianos son especialmente peligrosos para el clima, ya que son la fuente de carbono negro que se deposita en el hielo del Ártico y acelera su fusión".

Europa no se salva de esta "plaga". Hasta septiembre de 2019,

en la Unión Europea ya se han registrado 1.600 incendios de más de 30 hectáreas, una cifra completamente alarmante.

Si seguimos dando una vuelta por el mundo, vemos que este año, en Tailandia, se han destruido más de 2.300 hectáreas. Esto se ha debido a la combinación entre la sequía, los incendios provocados y la falta de medios de extinción.

Y, sin irnos tan lejos, podemos ver el gran incendio forestal que ha asolado este año a la isla de Gran Canaria. Ha sido el incendio más grave en la isla de los últimos 12 años, ha afectado a más de 9.000 hectáreas y han tenido que evacuar a unas 15.000 personas.

Como ya hemos visto antes, muchos de estos incendios han sido provocados por el ser humano, pero también hay que tener en cuenta que el cambio climático y el éxodo de la vida rural a la ciudad han influido de forma muy negativa en el aumento de los incendios en los últimos años.

Y es ahora cuando nos planteamos qué podemos hacer nosotros, los jóvenes, qué papel tenemos en el mundo para contribuir al control de los incendios y del cambio climático.

Somos los que vamos a tener que lidiar con esta cruda realidad el día de mañana, y no podemos quedarnos sentados viendo cómo "matamos" nuestro Planeta día tras día. Se ha creado un movimiento juvenil potente, con energías, fuerzas y muchas ganas de hacer ver a



todos y todas que solo tenemos un planeta y que, o lo cuidamos, o no habrá un mañana.

Aún estamos a tiempo de frenar esta locura del cambio climático y de revertir en gran parte los efectos negativos que estamos viendo, como la proliferación de incendios.

El pasado 27 de septiembre, se celebró una Huelga Mundial por el Clima, con un gran éxito. Conseguimos que se hablara de los problemas reales del planeta, con más de 300 organizaciones participando en la misma. La sociedad salió en masa a defender nuestro hogar, a exigir a los gobiernos de todo el mundo medidas efectivas ante la emergencia climática que estamos viviendo. Los y las jóvenes del mundo hemos conseguido dar un gran paso, concienciar a una gran mayoría de la población de que nuestro planeta se muere, pero aún tenemos tiempo de revivirlo y eso es cosa de todos y de todas.

Ya estamos en el tiempo de descuento.

Itahisa Torres Hernández.
Departamento de Juventud
de USO-Canarias

Zaindu maite duzun hori

En la época en la que nos toca vivir, con una sociedad completamente globalizada, muchas veces vamos dejando atrás ciertas cosas que merecen la pena conservar. Este es el caso de los idiomas, y, en concreto, de los idiomas minoritarios.



Cada dos semanas, muere un idioma en algún lugar del mundo, y es probable que, para finales del siglo en el que estamos, se pierdan la mitad de las 7.000 lenguas que se hablan hoy en día. Existen al menos 160 idiomas en el mundo con menos de 10 hablantes, lo que demuestra la dificultad de mantenerlos con vida.

Aquellos que tenemos más de un idioma materno ya sabemos que el idioma es mucho más que unas expresiones y unas palabras. Es el retrato de una cultura, una tradición y una manera diferente de ver las cosas.

Pero, aún sabiendo el peligro que sufren estas lenguas, nosotros y nosotras somos también culpables de que desaparezcan, porque en muchas ocasiones no hacemos uso de ellos. Este es el caso del euskara, catalogado como idioma minoritario con sus 1,5 millones de hablantes.

El euskara es un idioma que ha sufrido mucho a lo largo de su historia. Durante la dictadura, estaba terminantemente prohibido hablarlo, ni siquiera en casa, puesto que aquello podía suponer pena de cárcel. Por suerte, en la

historia reciente de la democracia se aprobó como lengua oficial del Estado.

No obstante, la historia de persecución que sufrió el euskara ha hecho mella en su situación a día de hoy. Hace tan solo 3 años, el euskara solo lo hablaba asiduamente un 28% de la población vasca, aunque esta ha aumentado al 40% gracias a diversas campañas a favor del mismo llevadas a cabo por diversas instituciones.

Por desgracia, el euskara no es el único caso de idiomas que se encuentran en peligro; existen muchas lenguas indígenas que no corren con la misma suerte de que haya instituciones que se preocupen por ellas. Poco a poco, la globalización y el turismo salvaje en zonas recónditas hacen que estas lenguas se vayan perdiendo. Es el caso del kaixana.

El kaixana es uno de los idiomas con menos hablantes en el mundo. Su último estudio, que data de 2008, contabilizaba a solamente una persona capaz de hablarlo con fluidez, por lo que, a día de hoy, con bastante probabilidad será uno de esos a añadir a la lista de lenguas muertas. La causa de su extinción fue muy simple: la adopción del portugués por parte de los miembros de la tribu tras la colonización de los europeos.

No nos damos cuenta, pero, con la pérdida de estos idiomas, el mundo pierde algo más que lenguas: perdemos culturas y riqueza. Los idiomas hay que preservarlos por su historia, por su impacto en la sociedad, por ser una herramienta de nuestro día a día, porque son parte de la cultura tan rica que tienen las diversas regiones del mundo y, sobre todo, porque son un legado que no nos podemos permitir el lujo de perder.

Es probable que muchos y muchas de los que han leído estos párrafos no hayan entendido su título, pero es la reflexión final que queremos hacer con este artículo: no podemos dejar morir los idiomas minoritarios, son parte de nosotros y nosotras. “Zaindu maite duzun hori”, cuida aquello que amas. Cuidemos nuestros idiomas, cuidemos nuestra cultura, cuidemos nuestro legado.

**Departamento de Juventud
de LSB-USO Euskadi**

Gazteria LSB-USO Euskadi

Examen de conciencia (de clase)

Hay una pregunta que, cuando la hago en mi círculo cercano, provoca bastante incomodidad. La suelo lanzar cuando no me gusta el rumbo que está tomando una conversación sobre temas políticos o sociales, ya que sé que con esta se va a producir, como poco, un giro interesante. Soy consciente de su fuerza porque a mí mismo me atormenta muchas veces, ya sea porque me la hayan hecho o porque me viene a la cabeza mientras expongo mis quizá no tan firmes principios. La pregunta es sencilla y exige una respuesta breve y directa, pero no todo el mundo es capaz de contestarla. No, al menos, sin agachar la cabeza o sin tener que obsequiarse con unos incómodos segundos de margen para pensar la manera más favorable de darle respuesta. La pregunta es la siguiente; ¿hace cuánto que no vas a una manifestación?

Quizá no sea tu caso y tú seas el ejemplo de persona comprometida, luchadora y convencida de que hay que seguir ocupando las calles periódicamente para demostrar tu descontento por todo aquello que lo merece. Al fin y al cabo, cada vez quedan menos motivos por los que no protestar, aunque nos intenten convencer de lo contrario. Si es así, y para ti esa pregunta tiene un “unas semanas” por respuesta, lo primero que quiero hacer es felicitarte; lo segundo, es pedir que mires a tu alrededor y que cuentes con los dedos el número de personas con tus mismos ideales. Lo sé. Te sobran dedos. Y eso, si es que has tenido la fortuna de poder bajar alguno.

¿Cuál es la causa de esta desafección? Sin duda, es una suma de muchas cosas; pereza (ese pecado capital tan atemporal), desencanto con los agentes sociales tradicionales, miedo a las posibles consecuencias... pero creo que hay un motivo que sobresale del resto; la pérdida de la conciencia de clase. Y es que hay que reconocer que lo han conseguido. Nos tienen tal y como querían: anestesiados, estresados y confusos. No somos capaces de unirnos, porque desconocemos qué nos une; en cambio, cuando tenemos el valor para denunciar una injusticia, lo hacemos individualmente y a puerta cerrada. Y



solo si nos afecta a nosotros directamente, claro. Nos avergüenzan las expresiones “pueblo obrero” y “clase baja”; no sabemos qué somos, pero desde luego somos algo muy distinto a esos calificativos. Nos han logrado inocular la idea de que estábamos mejor que la media, al mismo tiempo que destruían todo aquello que hacía que la media fuese mínimamente habitable.

Queda mucho por hacer por parte de sindicatos como el nuestro para recuperar el crédito perdido; no reconocer los errores cometidos en los últimos años no sería sino otro error más que añadir al saco. No obstante, también es de recibo que, individualmente, reflexionemos hasta qué punto no ha sido el propio sistema neoliberal el que nos ha empujado a que buena parte de los ciudadanos, sobre todo los más jóvenes, dejemos de ver las manifestaciones, las concentraciones y las huelgas —salvando la honrosa excepción de las del 8 de marzo— como instrumentos útiles para el progreso colectivo. Quizá, si somos capaces de recordar en qué lado del tablero nos encontramos, podamos reconducir la situación y volvamos a concebir la solidaridad entre iguales como la mejor herramienta para el cambio.

Alberto Salazar Peso
Juventud USO-La Rioja

U-Jvn

CUMPLIR LOS 18 AÑOS Y NUESTRO DEBER COMO ELECTORES Y ELECTORAS

Las elecciones del pasado 26 de mayo fueron las primeras en las que ejercieron su derecho a voto 1.784.641 personas jóvenes.

¿Pero cuántas de esas personas jóvenes ejercieron su derecho a voto? Según el CIS, el 85% de los jóvenes han decidido ir a votar, pero estos y estas jóvenes que hicieron uso de su derecho a elegir representantes nacionales, regionales, locales y europeos no se decidieron por ningún partido político hasta el último momento.

Esto se debe a que el 67,5% de la juventud entre 18 y 24 años no siente simpatía por los partidos políticos y el 36,8% considera que ningún partido es cercano a sus ideas. Este dato es el más alto de todas las franjas de edad. Tres de cada diez jóvenes (un 31%) asegura que la democracia se podría mantener si no existieran los partidos políticos. El porcentaje de defensa de los partidos políticos aumenta con la edad, siendo un 76% entre los 35 y los 54 años y de un 81% entre los 55 y los 64 años.

Estos datos dejan entrever que la política no ha sabido adaptar su mensaje con el tiempo, o, lo que es más preocupante, no ha sabido evolucionar con los tiempos para conectar con las últimas generaciones. Tal vez la muy renombrada regeneración democrática no haya llegado todavía, por mucho que distintos políticos enarbo-len esa bandera en sus discursos.

Cosa más sorprendente, conociendo los siguientes datos; España es el segundo país de la Unión Europea (después de Croacia), que tiene los líderes más jóvenes al frente de los principales partidos políticos.

Pedro Sánchez (46), Pablo Casado (37), Pablo Iglesias (39) y Albert Rivera (38) dirigen las cuatro mayores fuerzas políticas españolas, lo que supone una media de 40 años, solo por encima de los 37,7 años de media en los cuatro partidos más importantes de Croacia.



Una cosa que sí tienen claro los jóvenes españoles que tiene que haber mayor diálogo en el marco del territorio español. Así, mientras solo un 43% del conjunto de los españoles se plantea votar a partidos que propongan opciones de diálogo, esa cifra supera el 53% entre los jóvenes. Y a la inversa: más del 36% del total dice que apostará por partidos que defiendan opciones más radicales y duras frente al conflicto catalán, pero esa tasa cae al 25% entre los electores de entre 18 y 21 años. En realidad, solo un 12% de los jóvenes consideran que la “mano dura” es la solución a la crisis territorial. El resto se reparten entre los partidarios del diálogo (un tercio) o del diálogo combinado con el cumplimiento de la ley (casi la mitad).

Todo esto le pasa a unas generaciones que son las más preparadas de la historia, que se ven envueltos en un paradigma político que no los satisface, ni les atrae, como si pudieron hacerlo con las generaciones pasadas, pero que tienen claro cuáles son sus valores y su ética en la vida. Generaciones que siguen esperando que alguna formación política se acuerde de este olvidado segmento de la sociedad y se preocupe de sus dificultades y lleve medidas específicas para ellos a las Cámaras.

Chema Ortín Hidalgo,
Departamento de Juventud de
USO-Región de Murcia.



¿Qué puede tener en común una mujer española del siglo XIX con una niña sueca del siglo XXI?

Una se preocupó de la pobreza entre otras muchas luchas, la otra dejó de ir al colegio porque un vídeo sobre el cambio climático la dejó muy angustiada.

Una no fue muy popular en su tiempo, no se relacionaba alegremente, pero sí tuvo amistades profundas; en Potes vivió una temporada recluida en un retiro de reflexión tras quedarse viuda y con 2 hijos, tapando los barrotos del balcón para que nadie la viera cuando salía a tomar el sol; la otra es una niña con el Síndrome de Asperger, que hace que tenga algunas dificultades en las relaciones sociales, al no firmar entre sus preferencias quedar bien, sino decir lo que realmente piensa.

La mujer del siglo XIX fue pionera del feminismo en España. Para poder estudiar derecho y asistir a tertulias de intelectuales de la época, se tuvo que vestir de hombre; la otra sabe que su lucha tiene que ver mucho con el feminismo, y con el ecofeminismo que nació en los años 70, liderado por mujeres que protestaron por la guerra nuclear.

La primera hizo muchísimo por la lucha contra la pobreza, por la reforma penitenciaria, por la promoción de la mujer, por la igualdad, etc., y, aunque se dice que fue la persona más sabia de España, sufrió como mujer el desvalor general de la época y de la historia acerca de todo lo que venía de las mujeres. Fue la primera mujer premiada por la Academia de Ciencias Morales y Políticas, un premio que firmó su hijo de 5 años; una mujer incómoda, eso no le trajo muy buena prensa, y nuestra niña sueca también es incómoda; enfrentarse a los grandes hombres que manejan el mundo tampoco le está trayendo muy buena prensa, de ella se están sacando todos los trapos sucios familiares.

Plantar cara a los grandes mandatarios del mundo, para los que los derechos de las personas como sujetos de dignidad humana no es una preferencia en sus vidas no debe de ser fácil.

Ambas estaban desencantadas con la realidad: la primera hizo muchas cosas por cambiarla desde la investigación y la práctica desde el estudio de la realidad; la otra se ha encontrado con una realidad que ya está investigada y, si no hacemos nada para cambiarla desde la práctica, seguramente todo por lo que todas las mujeres como ellas han luchado ya no tendrá sentido. Ambas comparten deseos, el deseo de una sociedad más justa y la necesidad de mejorar el mundo.

Ojalá tuviéramos la capacidad de ver las cosas a través de esa mujer sabia, hecha a sí misma, en momentos muy difíciles para las mujeres, como fue Concepción Arenal, “Doña Concha”, y de los ojos de una niña sin filtros como Greta Thunberg, para poder hacer cada una de nosotras como personas de este planeta único que compartimos un lugar donde la dignidad de las personas estuviera por encima de todo, con verdadera justicia social. Porque, cuando algo es bueno para el mundo, debe ser compartido por todo el mundo.

Una de las tantas frases célebres de Concepción Arenal resume todo: “Sustituir el amor propio con el amor a los demás es cambiar un insufrible tirano por un buen amigo”.¹

Cristina Albaladejo de la Fuente,
técnica de Igualdad de USO.

¹ Obras completas de Concepción Arenal, Volumen 21. Concepción Arenal de García Carrasco. Editorial V. Suárez, 1901, p. 112.



La pervivencia en el mercado laboral constituye todo un reto para cualquier persona en los tiempos presentes, marcados por una gran competitividad y altas exigencias en el acceso a un puesto de trabajo. Hoy en día es frecuente ver en los portales de empleo cómo a las pocas horas de publicarse una oferta laboral, hay muchísimas candidaturas inscritas en ella.

Titulaciones, idiomas y experiencia son requisitos comunes a muchas de las vacantes que se ofrecen, sin que contar con ellos suponga una garantía para estabilizarse laboralmente.

REFLEXIONES PREVIAS

¿Has pensado cuánto tiempo utilizas el móvil, la tablet o el portátil? ¿Crees que tus posturas son las correctas o se podrían mejorar? ¿Utilizas el manos libres mientras realizas otras actividades? ¿Te duelen la muñeca o los pulgares al utilizar las aplicaciones de mensajería instantánea?

Cada vez pasamos más tiempo con móviles y tablets. Según estudio de GWI Device del año 2015, ya pasábamos más de tres horas frente a estos. Con la actual oferta de gigas de datos móviles, el uso se ha multiplicado por dos. De ese tiempo que pasamos delante, no cambiamos la postura de la espalda, incluso la forzamos por los reflejos de la luz indirecta: obligamos a los pulgares a llegar a los botones de la aplicación, además de repetir esos

movimientos hasta pasarnos la fase del juego y mantenemos una tensión desorbitada en las muñecas.

Los principales problemas osteomusculares registrados en menores de edad por el uso de dispositivos móviles son dolor de espalda, Síndrome del Túnel Carpiano y dolor lumbar o cervical.

PERSPECTIVA DESDE LOS RIESGOS: ¿LABORALES?

Desde el ámbito de la prevención de riesgos laborales, aquellos trabajadores que usan pantallas (técnicamente denominadas PVD, pantallas de visualización de datos) durante más de 4 horas al día o 20 horas a la semana, deben ser sometidos a pautas de vigilancia de la salud específicas y su puesto de trabajo, examinado y adecuado. Ello es porque se considera que esa dosis puede causarles daños con el tiempo si no hay condiciones adecuadas.

Para este tipo de trabajadores, se establecen, en el R.D. 488/1997, las disposiciones mínimas de seguridad y de salud para la utilización por su parte de equipos que incluyan pantallas de visualización, que podéis consultar para comprobar cómo deben ser la silla, teclado, ratón y la pantalla.

RECOMENDACIONES VS MEDIDAS PREVENTIVAS

A continuación, se van a enumerar una serie de medidas correcto-

ras que pueden mejorar nuestro bienestar:

- Utiliza una silla ergonómica, las de *gaming*, y mantén una buena postura sentado. Un correcto apoyo lumbar para poder descansar nuestra espalda de la mejor manera posible, manteniéndola recta, pies apoyados en el suelo y mantener nuestras rodillas al mismo nivel o por encima de las caderas. De esta forma, evitarás inclinar la cabeza hacia delante. La postura correcta del uso del móvil se encontraría a la altura del pecho.
- Utiliza las dos manos y usa varios dedos; así evitaremos sobrecargar las articulaciones y repartimos el esfuerzo entre ambas manos.
- Controla tu descanso: resultan más eficaces las pausas cortas y frecuentes que las pausas largas y escasas. Por ejemplo, dependiendo del dispositivo, se recomienda realizar pausas de 10 minutos por cada hora de uso, o de 2-3 minutos cada 15-20 minutos, para descansar tu vista y permitir una adecuada recuperación muscular y postural.

Por último, hay que incidir en la ergonomía del propio dispositivo. Todavía existen fallos de los fabricantes, que anteponen el diseño a la manejabilidad. Por poner un ejemplo, el Google Nexus 4 es demasiado grande como para poder ser utilizado con una sola mano con facilidad y sin que se caiga al suelo.

Desde USO, consideramos que, en nuestra sociedad, en las familias y los centros educativos, no existe suficiente conocimiento y comprensión sobre esta cuestión que afecta a los menores. Por lo que una campaña de sensibilización sobre los riesgos ergonómicos, sin olvidar los psicosociológicos, para prevenir estos sería bien aceptada por todos los agentes implicados.

Ángel Felipe Palacios,
técnico de Prevención de USO.



EMELY – 23 AÑOS – LOGROÑO – ADMINISTRATIVA POR LAS MAÑANAS, PROMOTORA COMERCIAL POR LAS TARDES

Soy de la USO porque considero que el apoyo sindical es necesario ante cualquier conflicto laboral. Una vez dentro de la USO, te das cuenta de que no solo es un sindicato, sino una gran familia dispuesta a ayudarte en lo que más pueda.

ÁLVARO - 26 AÑOS – MÁLAGA (AUNQUE NACIÓ EN OVIEDO) – DELEGADO SINDICAL EN NORWEGIAN



Conocí a Pablo, el responsable de Juventud, hace algún tiempo en una conferencia. A partir de ahí, una vez incorporado a trabajar, tuve que recurrir un par de veces al sindicato para asesoramiento. La primera vez, me atendieron sin estar afiliado, pero al ver la calidad humana de las personas que trabajan en él y conocer los valores y principios de USO, vi que el sindicato me representa y decidí dar el paso de afiliarme a la USO. Sin duda, ha sido lo mejor que he podido hacer, porque están cuando los necesitas.



ENEKO - 31 AÑOS – BERNEDO (ARABA), TRABAJADOR DE MICHELIN VITORIA

Decidí afiliarme a USO porque un buen amigo me describió cómo funcionaba este sindicato y he encontrado todo lo que estaba buscando en él. Lo que nunca imaginé es que aquí iba a encontrar esta gran familia, comprometida con los trabajadores, con los jóvenes y con la lucha diaria de todos sus afiliados. Cada día que pasa aprendo más gracias a ellos y cada vez estoy más convencido de formar parte de este sindicato USO.

DAYANA – 33 AÑOS – TENERIFE – MIEMBRO DE COMITÉ DE EMPRESA EN ENCUENTRO MODAS



Conocí USO a través de una compañera de trabajo. Cuando busqué información y vi que la política no marca su camino, que es un sindicato igualitario y solidario, sin dudar lo elegí.



SERGIO – 34 AÑOS – BILBAO – MIEMBRO DE COMITÉ DE EMPRESA EN SERWISECURITAS

En un primer momento, decidí unirme a LSB-USO por la labor que ejercían los compañeros dentro de la empresa, pero lo que de verdad ha terminado de convencerme a quedarme e implicarme en profundidad ha sido ver cómo, desde varios departamentos, sobre todo el de juventud, estaban comprometidos con varias causas sociales como la igualdad de derechos, tanto de la mujer como del colectivo LGTBI+, como con la lucha por blindar las pensiones.

LSB-USO no solo se está convirtiendo en parte de mi familia, sino que da gusto ver a gente que se preocupa por todo lo que le rodea.

Instantáneas de muestra actividad en 2019



Formación nacional e internacional

Institucional

Participación en actos y reivindicaciones del sindicato

Participación en el CJE

Reunión responsables de juventud



Primer concurso de cortos



12 de agosto de 2019

www.uso.es

@JuventudUSO

Día Internacional de la Juventud



Oferta de empleo:

**SE BUSCA
EMANCIPACIÓN**

Ofertas

Vivienda en albilmler