

Anexo 10: Cuadros de categorización

	PARTICIPACIÓN SOCIAL DE LA MUJER MAYOR	TIPOS, FORMAS Y CAUCES DE PARTICIPACIÓN			
	Participación comunitaria	Iglesia	Actividades formativas y de ocio	Asociaciones y voluntariado social	Red social
MUJER 1 GF 79 Años P	<i>“Hay mucha gente mayor de mi barrio, sobre todo mujeres, que participan en varias actividades y entidades de la comunidad”</i>	<i>“Mis amigas de la infancia participan en la iglesia y yo también (...) hay mucha gente mayor del barrio, sobre todo mujeres, que siguen muy metidas”</i>		<i>“También hay muchas mujeres mayores en la ayuda al reparto de comidas, en el trabajo solidario en los barrios y en todo ese tipo de cosas...”</i>	
MUJER 2 GF 66 Años P	<i>“La gente que ha sido activa de joven, o que ha podido ser activa de joven, de mayor quiere seguir teniendo esa actividad”</i>	<i>“Yo creo que la iglesia es un espacio de participación de la mujer mayor. Hay más mujeres que hombres”</i>	<i>“Hay muchas mujeres mayores que se apuntan a grupos de gimnasia y a la EPA de Iturribide. En mi clase hay 10 mujeres y dos hombres”</i>		<i>“Yo creo que el participar, el ser una persona activa, que el intelecto te funcione, el físico que también este bien es muy importante y, sobre todo, el tener unas buenas relaciones personales”</i>
MUJER 3 GF 66 Años P	<i>“Yo creo que en general existe muy poca participación en la esfera pública por parte de las personas mayores, y de las mujeres menos”</i>	<i>“Hay muchas más mujeres que hombres, pero muchísimas más en la iglesia y en cuestiones de acción social”</i>	<i>“Ocupamos los espacios de formación intelectual, porque los hombres creen que ya lo saben todo. Somos las mujeres las que vamos a la Escuelas de Personas Adultas a formarnos”</i>	<i>“En Hartu-emanak y en Bagabiltza participan muchísimas mujeres. Y en los gimnasios también, es decir, en el tema de cuidarse más físicamente de mantener un poco esa juventud por fuera, hay muchas más mujeres”</i>	
MUJER 4 GF 69 Años P	<i>“Las mujeres mayores participan, participamos en la sociedad, pero quizá menos que los hombres”</i>			<i>“En Caritas hay muchas mujeres mayores participando en cuestiones de voluntariado y acción social”</i>	<i>“Las relaciones sociales, la red social, es muy importante. Creo que este es un aspecto que cuidamos más las mujeres, nosotras necesitamos cuidar más las amistades creo yo...”</i>

NOTA: GF= Grupo Focal, EP= Entrevista en Profundidad, P= Participante, P.NO= No Participante

	PARTICIPACIÓN SOCIAL DE LA MUJER MAYOR	TIPOS, FORMAS Y CAUCES DE PARTICIPACIÓN			
	Participación comunitaria	Iglesia	Actividades formativas y de ocio	Asociaciones y voluntariado social	Red social
MUJER 5 GF 67 Años P	<i>“Yo creo que hay hombres que participan y mujeres mayores que participan, pero los espacios de participación son diferentes (...) las mujeres, yo pienso, que participamos más en lo social y en aprender más, y los hombres quizá más en la política o en ir al monte...”</i>		<i>“Cuando empecé a ir yo a la EPA había muchas más mujeres mayores en las clases que hombres, y actualmente las sigue habiendo”</i>	<i>“En el voluntariado social pienso que hay más mujeres que hombres mayores”</i>	<i>“Creo que nosotras damos más importancia a las relaciones personales. Yo veo cuando voy a comer fuera que siempre hay más grupos de mujeres mayores que de hombres, es raro ver igual a una cuadrilla de más de cinco hombres”</i>
MUJER 6 EP 75 Años P. NO	<i>“Yo por lo que veo, puedo decir que hay mujeres mayores comprometidas, pero tampoco son muchas”</i>	<i>“En la parroquia hay muchas más mujeres que hombres”</i>	<i>“Yo pienso que hay más mujeres mayores que quieren aprender que hombres. Tengo amigas que van a clases para aprender a utilizar el ordenador y el teléfono”</i>		<i>“Pienso que las mujeres de los pueblos se ayudan más entre ellas, es más fácil que se relacionen y que formen redes. Aquí en la ciudad es más complicado, es que un pueblo es diferente un pueblo no es Bilbao”</i>
MUJER 7 EP 68 Años P	<i>“Pienso que ni las mujeres ni muchos hombres participan, pero si tuviera que hablar de lo que conozco...si tú tienes una forma de vivir al final actúas condicionado por ello. A mí alrededor yo tengo a personas muy inquietas, mujeres que hacen muchísimas cosas. Pero, también es cierto que hay gente con la que he tratado que no hace nada”</i>	<i>“un sitio de participación de la mujer mayor es la iglesia. Las mujeres participan desde poner los santos, pasar el cesto, colaborar en las acciones sociales, hasta limpiar”</i>	<i>“Tengo amigas de 80 años que están en la EPA. Yo creo que la EPA ha sido un descubrimiento para un montón de mujeres, que con menos vergüenza que los hombres, han ido a alfabetizarse. También a la Universidad de mayores van más mujeres que hombres”</i>	<i>“Las mujeres mayores participan mucho en cuestiones sociales. Yo creo que las mujeres tenemos más actitud para aprender y hacer cosas”</i>	
MUJER 8 EP 88 Años P	<i>“Hay un sector de mujeres mayores que participa mucho y hay otro sector de mujeres mayores que está muy cogido por su propia familia, es decir, abuelas con los nietos, muchísima mujeres hay ahí”</i>	<i>“Hay bastante gente colaborando a través de las parroquias, hay mucha gente comprometida, mujeres mayores más que hombres.”</i>		<i>“Existe un sector de mujeres mayores más concienciado desde la perspectiva sociopolítica”</i>	

NOTA: GF= Grupo Focal, EP= Entrevista en Profundidad, P= Participante, P.NO= No Participante

BARRERAS Y DIFICULTADES A LA HORA DE PARTICIPAR EN LA SOCIEDAD					
	Actitudinales	Estereotipos de género	Edadismo	Tarea de cuidados	Activismo
MUJER 1 GF 79 Años P		<i>“Una barrera son los estereotipos de género que siempre han predominado en la sociedad, por eso yo creo que las mujeres van a colaborar en tareas de ayuda a la comunidad. El tema es que la tarea de cuidados, de apoyo y de servicios sigue estando muy asociada a la mujer”</i>		<i>“A mí me encantaría que me dieran una lista de actividades, y yo me organizo mi lista, pero si luego tengo un nieto, tengo una hija con necesidades, pues estoy limitada de lo que creo que puedo hacer”</i>	<i>“Yo no estoy de acuerdo con el concepto de envejecimiento activo. Parece que tienes que estar haciendo cosas constantemente...”</i>
MUJER 2 GF 66 Años P	<i>“A veces nos ponemos barreras nosotras mismas. Por ejemplo, lo de ir a participar a cuestiones sociales o alguna actividad de Hartu-emanak nadie te va a poner ninguna barrera, sino que igual eres tú la que dices ¿qué voy hacer yo allí si no sé nada? ¿Qué voy aportar?”</i>	<i>“Yo creo que todo ello responde a la educación que la mujer ha recibido y que contribuyó a fijar unos roles de género que poco han cambiado actualmente. Se han ido rompiendo moldes pero muy poco a poco...”</i>	<i>“La imagen social de las personas mayores siempre es la del dependiente, la de estar muy limitados físicamente y mentalmente, es la de la persona mayor deteriorada. Y si no es la imagen de las personas mayores que no están tan deterioradas y se van de viaje con el IMSERSO. Esos son los dos tópicos”</i>	<i>“Yo estoy limitada de querer estar en las cosas...quiero decir, si no tienes que preocuparte de mil cosas que me ocupo yo de familiares y demás, pues sí que puedes participar más”</i>	<i>“Miro la agenda y la tengo completa, y es que a veces también me apetece estar incluso sola, tomarme un café sola...y claro a veces llega lo que se llama el estrés del jubilado de hacer y hacer cosas sin tener tiempo para una misma”</i>
MUJER 3 GF 66 Años P		<i>“Yo conozco varias asociaciones en las que gran parte de los dirigentes, por no decir todos, son hombres y tienes que estar peleándote por tu espacio, a veces parece que somos chicas de los recados. Es un problema del mundo de los hombres y que los hombres son los que tienen el rol de ser jefes.”</i>	<i>“Yo pienso que la edad también es una barrera, pero en nuestra edad se agudiza más porque llevamos a nuestras espaldas una trayectoria muy larga que las más jóvenes igual estáis rompiendo ahora”</i>		<i>“Yo creo que también esta sociedad, este grupo de ahora de gente mayor hemos caído en el activismo”</i>
MUJER 4 GF 69 Años P	<i>“Nosotras mismas nos ponemos las barreras muchas veces”</i>	<i>“Creo que para realizar funciones relacionadas con la tarea de cuidados no hay barreras. Pero, para escalar hacia arriba, para estar en las tomas de decisión sí que las tenemos y, fundamentalmente, están asociadas a los estereotipos de género”</i>		<i>“Casi todas las tardes me toca ir donde las nietas, y varios fin de semanas andamos entre Navarra y la Rioja porque tengo dos hijos allí (...) A veces veo anunciar una película o un concierto interesante, pero miro la agenda y me doy cuenta que tengo todos los días ocupados”</i>	

BARRERAS Y DIFICULTADES A LA HORA DE PARTICIPAR EN LA SOCIEDAD					
	Actitudinales	Estereotipos de género	Edadismo	Tarea de cuidados	Activismo
MUJER 5 GF 67 Años P		<i>“Yo pienso que no somos tan líderes, es decir, nuestro trabajo es más de ayuda y de colaboración, pero no de liderazgo, no de tomar decisiones. Además, no se nos pregunta sobre qué tema nos gustaría trabajar, se toman las decisiones desde arriba”</i>	<i>“Hay más barreras si eres mayor y mujer. Además, la imagen de la mujer mayor es aquella que está en casa, incapacitada y si no que cuida a los nietos, que se dedica a cocinar... “la comida de la abuela” como se dice. Yo estoy aburrida de ver los letreros esos de la comida de la abuela en anuncios, parece que solo sabemos cocinar bien”</i>		<i>“No me gusta estar haciendo cosas solamente para mí, creo que hay que hacer para los demás. Lo que pasa que hay que ver hasta dónde. Entonces si al final no puedes ir a tomar un café con una amiga o un día a dar una vuelta...no sé hay que pensar también en una misma”</i>
MUJER 6 EP 75 Años P. NO	<i>“Yo creo que la principal barrera es el no querer, algo actitudinal. El no verte capaz, el no estar a la altura, las barreras que tú misma te marcas (...) Si yo no sé nada, no puedo aportar, es decir, yo voy a la parroquia a escuchar y aprender de otros que saben mucho”</i>	<i>“Cuando te casabas te daban un finiquito pequeño, que era como un premio por el matrimonio y te ibas a casa. No te dejaban quedarte trabajando, porque se entendía que la mujer una vez casada tenía que quedarse en casa a cuidar del marido y de los hijos (...) A mí un día me dijo mi cuñado que el marido esta para traer el dinero y la mujer para estar en casa. (...) Todo esto, va en nuestras mentes, en nuestra educación. Nos han enseñado eso. Yo tampoco he dejado a mis hijos hacer nada.”</i>	<i>“Hay una serie de barreras que no dependen de una misma, digamos que son barreras que marca la sociedad, es decir, igual te apetece participar en alguna actividad de la comunidad y por la edad que tienes te miran raro o dicen que a dónde vas con casi ochenta años, que lo mejor es que te vayas a los viajes del IMSERSO.”</i>	<i>“Yo tengo un problema: mi yerno y mi hija trabajan mucho y él, especialmente, viaja mucho. Entonces, en el momento que mi yerno está de viaje ayudo a mi hija con las niñas y, claro, cuando me dedicaba a bordar tenía el tiempo justo para atender a lo mío y siempre corriendo. Ahora ya no bordo ni hago nada de eso.”</i>	
MUJER 7 EP 68 Años P	<i>“Las barreras muchas veces nos las ponemos las propias mujeres de tipo: ay que ya estoy mayor, psicológicas, de que no puedo... es que ¿qué puede impedir a una mujer mayor de 65 años querer participar o hacer cosas? Pues las trabas que ella misma se ponga”</i>	<i>“Yo creo que las barreras de género vienen determinadas por el ambiente social que se impone; que si la edad, que si eres mujer y deberías de...Y luego también el culto este a la juventud que parece ser que debemos de cuidar las mujeres mayores”</i>	<i>“Mira cuando haces los sesenta y cinco años hay gente que empieza a decir que eres mayor, y yo digo: ¿mayor para qué? Pepe Mújica, Manuela Carmena y Hilary Clinton son mayores que yo...el tener años, lógicamente el físico se nota, te da una cosa que con otras edades no tienes; libertad de pensamiento”</i>		<i>“Esos palabras que utiliza la gente de envejecimiento activo...bien, digo una cosa, si una persona a lo largo de su vida no ha sido activa, cuando lleguen a los sesenta y cinco años no lo va a ser de repente. Con el termino de envejecimiento activo parece que llega la jubilación y tienes que estar haciendo cosas todo el rato”</i>

NOTA: GF= Grupo Focal, EP= Entrevista en Profundidad, P= Participante, P.NO= No Participante

<p>MUJER 8 EP 88 Años P</p>	<p><i>“Para la gente, algunas veces, puede a ver conciencia de no preparación, de no estar suficientemente preparada para desempeñar una función”</i></p>	<p><i>“Yo pienso que puede existir algo de sentirnos menospreciadas las mujeres mayores, menos valoradas en alguna ocasiones. Yo tengo la experiencia del partido político, ya que cuando se pedían personas para ocupar cargos, las mujeres siempre nos considerábamos como no preparadas, como no estar a la altura (...) también he estado en movimientos sociales de base en los que consideraban más válidos y más listos a los hombres que a las mujeres, ellos siempre tenían más voz”</i></p>		<p><i>“Muchas veces las mujeres se ven condicionadas por la familia; los hijos las cogen mucho. En el momento en el que trabajan las dos personas y tienen niños la mano que se les echa es desde la abuela. Ven la necesidad de involucrar a los padres en el cuidado, pues no tienen recursos económicos suficientes para buscar otra alternativa. Yo tengo amigas que ven recortado su espacio porque tiene que asumir esta tarea”</i></p>	
---	---	---	--	---	--

NOTA: GF= Grupo Focal, EP= Entrevista en Profundidad, P= Participante, P.NO= No Participante

RECONOCIMIENTO Y APORTACIONES		
	Reconocimiento del papel de la mujer mayor	Aportaciones de las mujeres mayores a la sociedad
MUJER 1 GF 79 Años P		<i>“Las mujeres mayores podemos aportar a los más jóvenes experiencia, sabiduría, consejos y más tranquilidad”</i>
MUJER 2 GF 66 Años P	<i>“Es caer en esos roles que están tan arraigados, pero no sé por qué no se divulga nuestro papel”</i>	<i>“Hay que dar, hay que contar nuestra historia y hay que estar también actualizado para poder compartir más entre todos”</i>
MUJER 3 GF 66 Años P	<i>“Igual no nos hemos adecuados a que ahora tenemos una vejez mucho más prolongada y hasta los ochenta u ochenta y cinco años todavía estamos en una edad en la que no es vejez del todo. Luego estamos nosotras, las mujeres de sesenta y cinco y setenta y muchos años, que somos las intermedias. Pero, no se nos ve, no se ve a ese tipo de mujer”</i>	<i>“Yo pienso que las mujeres mayores podemos aportar democracia. El poder ha estado y sigue en los hombres y en la medida en la que lo compartamos con ellos vamos a hacer una sociedad más democrática e igualitaria”</i>
MUJER 4 GF 69 Años P	<i>“No hay un reconocimiento social, es invisible nuestro papel. Se ha dado por hecho que la mujer tiene que estar en la ayuda a los mayores, a los padres, a los hijos y hasta los nietos. Se da por hecho que eso es lo que nos toca”</i>	
MUJER 5 GF 67 Años P	<i>“La publicidad y los anuncios están enfocados a ese rol de mujer mayor... vamos que cuesta mucho cambiar. La sociedad va cambiando pero a paso lento y esto no ayuda a que se vea nuestro verdadero papel en ella, la pluralidad de mujeres mayores que hay en ella”</i>	<i>“Es importante relacionarte con la generación más joven que nunca puedes estar a ese nivel, pero sí que puedes aportar y que te aporten”</i>

NOTA: GF= Grupo Focal, EP= Entrevista en Profundidad, P= Participante, P.NO= No Participante

RECONOCIMIENTO Y APORTACIONES		
	Reconocimiento del papel de la mujer mayor	Aportaciones de las mujeres mayores a la sociedad
MUJER 6 EP 75 Años P. NO	<i>“¿Pero de verdad pensamos que se nos va a reconocer algún día algo? Buf no queda nada, mucho tiene que cambiar la cosa”</i>	<i>“¿Qué puede aportar una mujer mayor? Pues cuidar nietos, orientarles bajo tu experiencia de vida...”</i>
MUJER 7 EP 68 Años P	<i>“No existe un reconocimiento y ni siquiera un apoyo hacia nosotras (...) si las amamas no cuidaran en este momento de los nietos, si no les atenderían y no les pasarían parte de la pensión estarían ardiendo ya muchos sitios. Porque somos nosotras, en parte, las que estamos contribuyendo a que esta sociedad avance”</i>	<i>“Yo creo que las mujeres mayores pueden aportar una visión histórica, siendo capaces de ver la evolución y para aprender de los errores, para que haya cosas que no vuelvan a ocurrir”. A mí me preocupa la chavalitas que con catorce años permiten que el novio las controle ¿qué educación hay ahí? Esas madres esas amamas ¿qué se ha transmitido? ¿Dónde están todos esos valores? ¿Dónde está la lucha que hemos hecho las mujeres de nuestra época?...”</i>
MUJER 8 EP 88 Años P	<i>“Yo pienso que no es que no se reconozca, sino que no lo quieren reconocer para no tener que pagar y así se quitan una preocupación de encima. Por ejemplo, ¿Cuántas mujeres mayores viven con pensiones bajísimas a pesar de haber estado trabajando en casa? Esto es un problema de la sociedad que ahí está, pero que queda aparcado”</i>	<i>“Podemos aportar nuestro testimonio de vida, transmitir la lucha por una sociedad mejor. Nuestra conciencia social no finaliza con una edad determinada, somos una sociedad, somos comunitarios y tenemos unas relaciones con unas comunidades diferentes a la nuestra y tenemos que tener preocupaciones por lo que pasa a nuestro alrededor. La generación joven me puede dar a mi unos valores, pero yo también puedo aportar otros valores (...) la vida no se acaba con las edades. Eso es lo que hay que transmitir. Debemos compartir nuestra historia, lo que hemos vivido para que se pueda comprender lo que vivimos ahora”</i>

NOTA: GF= Grupo Focal, EP= Entrevista en Profundidad, P= Participante, P.NO= No Participante

PROPUESTAS DE ACTUACIÓN			
	A nivel social e institucional	A nivel formativo	Otros espacios de participación y empoderamiento
MUJER 1 GF 79 Años P	<i>“Que se cuide la publicidad que se da de la mujer mayor, que se desarrolle una publicidad en la que se elimine esa imagen de la mujer ama de casa, cuidadora de la familia y buena cocinera...que se proyecte la diversidad de mujeres mayores, por ejemplo, hay mujeres mayores más activas y las hay menos activas.”</i>		<i>“Primero yo creo que debemos de reflexionar y ver, entre nosotras, cuáles son nuestras necesidades e intereses, y luego ya reivindicar y proponer cosas concretas. Yo creo que eso es importante, es decir, primero reflexionar nosotras mismas para poder actuar. Porque el tema es ese, no se reflexiona suficiente sobre el papel de las mujeres mayores”</i>
MUJER 2 GF 66 Años P	<i>“Yo creo que es importante que la mujer mayor este en puestos de liderazgo y que la valoren por lo que sabe, por su experiencia. Yo pienso que se han de plantear acciones concretas para este fin o hacer algo para que la mujer mayor también pueda liderar asociaciones”</i>	<i>“Talleres en los que la mujer pueda aportar a otros grupos, inmigrantes, jóvenes u otras mujeres, sus experiencias de vida y sus saberes”</i>	<i>“Es importante empoderar a la mujer para que sepa que no solamente sirve para cuidar nietos dentro del hogar”</i>
MUJER 3 GF 66 Años P	<i>“Yo creo que se debería de desarrollar, desde las instituciones, más programas de participación y de empoderamiento, para darnos cuenta del papel tan importante que hemos desarrollado y que seguimos desarrollando en la sociedad”</i>	<i>“Talleres específicos para mujeres mayores en los que se trabajen sus necesidades e intereses”</i>	<i>“Otra cosa importante, que creo que puede ser una buena iniciativa, es lo de la casa de las mujeres. Hay pueblos donde existe la casa de las mujeres. Es como un sitio, para mujeres de todas las edades, de encuentro donde se puede, por ejemplo, reflexionar o hacer grupos de debate sobre diferentes temas”</i>
MUJER 4 GF 69 Años P		<i>“Desarrollar iniciativas, contando con nosotras, que ayuden a visibilizar el mundo de las mujeres mayores”</i>	
MUJER 5 GF 67 Años P	<i>“Se pueden hacer campañas en las que se visualice que hacen las mujeres mayores...que se dignifique la imagen social de la mujer mayor”</i>	<i>“Talleres en los que poder compartir nuestras experiencias y conocimientos y, sobre todo, en los que estemos en contacto con otras generaciones para volcar nosotras pero también para poder recibir algo de esta nueva sociedad en la que mandan las nuevas tecnologías”</i>	<i>“Es importante también que las mujeres mayores que estemos participando animemos también a otras mujeres a participar”</i>

NOTA: GF= Grupo Focal, EP= Entrevista en Profundidad, P= Participante, P.NO= No Participante

PROPUESTAS DE ACTUACIÓN			
	A nivel social e institucional	A nivel formativo	Otros espacios de participación y empoderamiento
MUJER 6 EP 75 Años P. NO	<i>“Yo pienso que, desde las instituciones, nos deberían de escuchar y nos deberían de tener en cuenta a la hora de hacer las cosas”</i>		
MUJER 7 EP 68 Años P	<i>“Yo primero quitaría lo de mujeres mayores, quitaría la coletilla de “mayores”. Yo diría mujeres a partir de los sesenta y cinco años o de cierta edad. Porque para muchas tiene una connotación peyorativa, mayor es como que ya no vales nada”</i>		<i>“Pienso que se ha de tener un poco más de inventiva, por ejemplo, el Ayuntamiento de Bilbao ha programado unos paseos en el que se agrupa la mayoría de mujeres en la Arriaga y se van a pasear. Yo pienso que las mujeres mayores deberíamos de crear algo que nos llamase la atención (...) La mayoría de las mujeres mayores han tenido que hacer reglas de tres para que las llegase el dinero y poder mantener a los hijos.”</i>
MUJER 8 EP 88 Años P		<i>“Yo creo que hay acciones importantes para las mujeres que se promueven a través de los centro cívicos (...) se hacen cantidad de actividades en la que la mayoría participan mujeres, hablo de un 90%. Ahí, en este lugar, hay mucha comunicación y es un espacio bonito que ha dado cabida a la mujer mayor (...) quizá no se le da suficiente publicidad para que se vea el auge que tienen estos centros”</i>	<i>“ En la parroquia de los Franciscanos se reúnen mujeres mayores que viven solas en sus casas y se les proporciona un espacio, varios días a la semana, para que tengan la oportunidad de cambiar impresiones con otras gentes, de poder participar en distintas asociaciones”</i>

NOTA: GF= Grupo Focal, EP= Entrevista en Profundidad, P= Participante, P.NO= No Participante