



**Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Empresa y Comunicación**

INTEGRARSE COCINANDO

PROYECTO DE INTEGRACIÓN DE MUJERES INMIGRANTES

Trabajo fin de grado presentado por:
Micaela Badía Pastor

Titulación: Curso de Adaptación al
Grado de Trabajo Social

Línea de investigación: Intervención
Social

Director/a: Dr. Santiago Prado Conde

Ciudad: Palma de Mallorca
24 de junio de 2014
Firmado por

CATEGORÍA TESAURO: 3.4. Trabajo Social y Educación Social.

3.4.4. Intervención Social.

AGRADECIMIENTOS

A Agustín, mi gran amigo, que me hizo creer en el enfoque elegido para desarrollar el tema de este trabajo cuando yo sólo veía incertidumbre.

A mis compañeros de la Regiduría de Bienestar Social del Ayuntamiento de Palma por facilitarme documentación no publicada.

Y, obviamente, a Santiago Prado, mi director de trabajo, que, con gran paciencia y dedicación, me ha permitido llevarlo a buen puerto con rigor y técnica.

ÍNDICE

Resumen.....	5
1. Introducción.....	7
1.1. Justificación del tema	7
1.2. Planteamiento del problema	10
1.2. Objetivos	11
1.2. Objetivo general	11
1.2. Objetivos específicos	11
2. Marco Teórico	13
2.1. Concepto de Sociedad Multicultural	14
2.2. Conceptos de integración	15
2.3. La exclusión social: cómo combatirla	17
2.4. Redes sociales del Inmigrante	19
3. Marco Empírico	23
3 .1. Detección del problema	23
3 .2. Objetivos del proyecto	25
3 .3. Contextualización del proyecto	26
3 .4. Diseño del proyecto	27
3 .4. 1. Metodología	28
3 .4. 2. Actividades a desarrollar	29
3 .4. 3. Recursos	33
3 .4. 4. Cronograma	34
3 .5. Diseño de la evaluación del proyecto	35
4. Conclusiones	38
5. Limitaciones	41
6. Prospectiva	43

7. Referencias bibliográficas	45
8. Bibliografía	47
9. Anexos	49
9.1. Anexo 1	49
9.1. Anexo 2	50

RESUMEN:

El objetivo de este trabajo es realizar un proyecto de intervención social destinado a mujeres inmigrantes de la zona de Levante-Sur de Palma de Mallorca, para lograr un mejor/mayor integración en la sociedad de acogida.

Para ello elaboraremos un programa de intercambio de experiencias culinarias con la idea de que, mientras se cocina, se produce un acercamiento y conocimiento de otras realidades socio-culturales (incluyendo, por supuesto, la local) para rodear a cada una de las mujeres participantes de las suficientes redes y herramientas sociales como para eliminar su exclusión social.

El proyecto pretende poner de manifiesto los problemas ante los que se encuentran las mujeres inmigrantes al intentar rehacer su vida en nuestro país, así como las diferentes percepciones que se pueden hallar ante esa misma cuestión, la de la integración social del inmigrante.

Palabras clave: inmigración, mujer inmigrante, aislamiento social, integración, red social.

ABSTRACT:

The aim of this coursework is to make a social intervention project destined to immigrant women in the South east of Palma de Mallorca, to get a better integration into the host society.

To do that, we will make an interchange of cooking experiences with the idea of, while cooking, an approach is made, and also other sociocultural realities (of course including the local one) to get to include every single woman taking part in the social networks and tools so the social exclusion can be deleted.

The project aims to highlight the challenges facing the immigrant trying to rebuild their lives in our country are women, and the different perceptions that can be found with the same issue, the social integration of immigrants.

Keywords: immigration, immigrant women, social isolation, integration, social network.

1.- INTRODUCCIÓN

1.1.- Justificación del tema

Nos hallamos inmersos en la llamada sociedad del bienestar, un modelo socioeconómico keynesiano implantado tras la Segunda Guerra Mundial, y en el que las instituciones garantizan la inclusión social del individuo.

Nuestras sociedades, las del bienestar, nos han convertido pues, en habitantes de un mundo, el primer mundo, que, al menos hasta ahora, resulta deseable para muchos habitantes del llamado tercer mundo, y hasta de un supuesto *segundo mundo*. Somos, en definitiva, receptores de un gran número de personas que dirigen sus esperanzas de futuro hacia nuestras sociedades, y eso nos convierte a todos, profesionales del Trabajo Social o no, en corresponsables de su integración. Por tanto, “la inmigración es, en nuestras sociedades, un “hecho social” (...), es, por tanto, una realidad que nos afecta a todos, seamos o no inmigrantes, tengamos o no relación directa con los inmigrantes” (Cachón, 2008, p. 211).¹

Es en este marco en el que las anteriores palabras de Cachón cobran sentido: la integración de los/las inmigrantes es una labor que nos afecta a todos, en tanto que convivimos en el mismo entorno social, pero muy especialmente a las instituciones públicas.

Es éste un punto clave. En palabras de Labrador (2004), “hay un desconocimiento de los códigos de uso cotidiano en el nuevo medio social, sobre todo en lo que se refiere a la administración y la burocracia” (p. 8). Aquí la labor del trabajador social es clave, pues debe paliar la inferioridad de condiciones que la situación de asimetría social entre los residentes y los inmigrantes provoca en la población recién llegada. Debemos intervenir para

¹ Las comillas y la cursiva pertenecen a la publicación original del autor

favorecer una mejor integración del inmigrante creando iniciativas que le pongan en contacto con nuestra realidad, tanto social como burocrático-administrativa.

En este sentido, me ha resultado determinante mi experiencia como Trabajadora Social en el Ayuntamiento de Palma, ya que me ha permitido sensibilizarme de forma especial con el colectivo de las mujeres inmigrantes. El gran número de horas que deben dedicar al empleo o la imposibilidad de acceso a él, los altos niveles de marginación, por su condición de mujeres, a que se ven sometidas, muchas veces desde sus mismos entornos familiares, son algunas de las dificultades que redundan en las carencias lingüísticas, sociales y culturales (desde el punto de vista del país receptor) que ya padecen. Un proyecto que permita un mejor conocimiento del idioma, de la sociedad que las rodea, de su entorno, además de lograr crear a su alrededor una red de contactos sociales, tanto de inmigrantes como de residentes, permitiría la adquisición de un mayor estatus de seguridad personal y profesional que, sin duda, se reflejaría en una mayor integración global. En definitiva, un proyecto que otorgue a la mujer inmigrante las armas necesarias como para luchar contra un mal con el que, a buen seguro, ya se han encontrado: la aceptación social del inmigrante.

En suma, teniendo en cuenta el gran número de mujeres inmigrantes, y atendiendo a los niveles de desigualdad a que se ven sometidas muchas de ellas en función de las relaciones socio-familiares y religiosas que padecen en alguno de sus países de origen, se hace necesaria la elaboración de proyectos de integración socio-cultural que permitan a la mujer inmigrante la adquisición de habilidades sociales en el entorno del país de acogida para un mejor y más equilibrado desarrollo personal y profesional. De ahí la importancia de proyectos del calibre del que se propone.

El proyecto, a modo de columna vertebral, se centraría en un aspecto aparentemente sencillo: crear un taller en el que mujeres inmigrantes y nacionales (siempre localizadas éstas de entre la población local que se halle en situación de necesidad de intervención social) intercambien experiencias culinarias en un espacio común de cooperación y colaboración. Y ¿por qué

tomar la cocina como elemento vertebrador? Al ser la alimentación una necesidad básica y cotidiana, puede ser utilizada como elemento de contacto y difusión de las diferentes culturas que puedan participar en el proyecto, así como, por supuesto, de la cultura de nuestro país como lugar receptor. Darle un aire, permítaseme la licencia, folklórico a este proyecto puede facilitar una mejor predisposición de las personas que participen en él y una forma más lúdica y entretenida de conseguir los objetivos que se pretenden

El proyecto incluirá también otros objetivos, como el correcto aprendizaje de las dos lenguas cooficiales en nuestra comunidad (castellano y catalán), un mínimo conocimiento de la cultura balear y de sus costumbres, la creación espontánea entre las participantes de una necesaria red social imprescindible para cualquier proceso integrador, colaboración de mediadores culturales en algunas sesiones y participación de las enfermeras de pediatría y ginecología para trabajar aspectos básicos de salud.

Atendiendo a las ventajas que me otorga mi actual empleo de Trabajadora Social en el Ayuntamiento de Palma de Mallorca, el proyecto ***Integrarse Cocinando*** podrá ser llevado a la práctica en el contexto de otras muchas dinámicas de acción social que nuestro municipio, y en concreto nuestra oficina de Levante Sur, llevan a cabo.

Debemos tener presente que el barrio de Levante de Palma de Mallorca se ha convertido en los últimos diez o quince años en un barrio de acogida y vivienda de numerosos grupos de inmigración, procedentes de destinos tan diversos como China, África Sahariana y Subsahariana y América Latina. De hecho, se ha producido un paulatino abandono de la población local de sus antiguas residencias en este barrio, con el consiguiente aislamiento vecinal ocasionado en estos nuevos barrios de recién llegados. Sin duda, la conversión de este barrio en una especie de *gueto* inmigrante dificulta la consecución de objetivos tan necesarios como la obtención de una necesaria cobertura social variada que permita al inmigrante integrarse con éxito en nuestra sociedad, que le aleje del peligroso desconocimiento de la realidad local que le rodea, en todas sus vertientes. El desconocimiento derivado del aislamiento suele conducir al miedo, a la xenofobia y, en definitiva, a la exclusión social.

1.2.- Planteamiento del problema

Las Islas Baleares se han convertido en uno de los principales destinos de la inmigración, tanto interior como exterior. Del crecimiento vegetativo de la población balear en los primeros años del siglo XXI, un alto porcentaje corresponde a la inmigración, especialmente a la inmigración extranjera. Evidentemente, este flujo migratorio tendría una intencionalidad laboral y, por tanto, llevaría implícito el deseo, o más bien la necesidad, de hacer de estas islas un lugar de residencia y convivencia.

Podríamos hablar de tres grupos de inmigrantes, en función de su origen geográfico. Por un lado, los inmigrantes procedentes de otras comunidades autónomas de dentro del Estado español; por otro, los inmigrantes procedentes del este de Europa, de países recientemente incorporados a la Unión Europea y cuya situación económica no es aún la idónea y, por tanto, la inmigración supone una oportunidad de búsqueda de mejora de posibilidades económicas; finalmente, los inmigrantes procedentes del flujo migratorio llamado norte-sur y que está formado mayoritariamente por ciudadanos del continente africano, especialmente del Magreb, y de Latinoamérica. Según datos del Observatorio Permanente de la Inmigración perteneciente al Ministerio de Empleo y Seguridad Social (2013), Baleares presentaba a mediados de 2013 un total de 239.286 extranjeros con permiso de residencia, de los que un 41'53 % serían extracomunitarios. Aproximadamente la mitad serían mujeres.

Como se demostrará más adelante, la zona de Palma en la que desarrollo mi labor, la zona de Levante-Sur, está compuesta por una serie de barrios que, debido a circunstancias socio económicas, se han convertido en barrios receptores de población inmigrante, encontrándonos en ellos verdaderos guetos que, si bien sería arriesgado calificarlos de marginales, sí podrían tacharse de agrupaciones étnico-culturales en las que, en ocasiones, las condiciones sociales, educativas, familiares y religiosas de los lugares de procedencia se mantiene con tal vigencia que complican seriamente la integración de la población inmigrante, tanto en lo que respecta a otras

realidades étnico-religiosas de la misma zona, como a la integración en la sociedad receptora, la balear, en este caso.

Y esta problemática se acentúa de forma especial con la población inmigrante femenina, que comprende casi la mitad de la población inmigrante de la zona de Levante-Sur.

1.3.- Objetivos

1.3.1.- Objetivo general

Lograr una mejor integración general de las mujeres inmigrantes de diferentes procedencias étnicas y religiosas para evitar su posible aislamiento social.

1.3.2.- Objetivos específicos

El primer objetivo sería analizar a la población que será susceptible de participar en el proyecto específico y sobre la que se aplicarán los objetivos del mismo. La población objeto de estudio serán mujeres inmigrantes adscritas a la zona dependiente del Ayuntamiento de Palma, concretamente de la zona Levante-Sur. Dadas las características del proyecto, será necesario que estas mujeres inmigrantes se ajusten a ciertos indicadores que permitan deducir que se hallan en riesgo de exclusión social: exclusión del mercado laboral; ausencia de un entorno familiar y social que le otorgue un apoyo de integración; desconocimiento básico de las dos lenguas cooficiales en nuestra comunidad autónoma (castellano y catalán); desconocimiento de costumbres socioculturales relacionadas con la sociedad balear; posible alejamiento de elementales medidas higiénico-sanitarias.

También serán incluidas mujeres de nacionalidad española que se hallen inmersas en procesos de ayuda social por parte del Ayuntamiento de Palma.

Este proceso de selección de las mujeres participantes en el proyecto se realizará para poder dar un soporte de realidad al mencionado proyecto, así

como para permitir la obtención del siguiente objetivo específico que a continuación se detalla.

El segundo objetivo específico es el de construir un proyecto de integración social para mujeres inmigrantes, un proyecto que aporte a estas mujeres las habilidades y herramientas suficientes como para luchar contra los problemas de inserción y sentirse integradas en la sociedad receptora.

Ambos objetivos nos llevarán a la consecución del objetivo general: Lograr una mejor integración general de las mujeres inmigrantes de diferentes procedencias étnicas y religiosas para evitar su posible aislamiento social.

2.- MARCO TEÓRICO

Es obvio que son numerosas las publicaciones recientes acerca del problema que plantea la inserción de la mujer inmigrante en las sociedades de acogida. Y ésta se debe a los numerosos problemas que plantea el acercamiento a esta realidad, la de la mujer inmigrante, que generalmente ha sido considerada un elemento secundario en el proceso de inmigración. Los inmigrantes aparecen “como colectivo abstracto y, por tanto, susceptible de recibir todos los atributos que el “sentido común” (es decir, la ideología dominante, cargada de connotaciones patriarcales) le otorgue” (Actis, 1996, p. 2), sin tener presente que las mujeres han tomado protagonismo propio como agentes activos de la inmigración.

Y ¿por qué han tomado ese nuevo protagonismo? Porque en los últimos tiempos se ha venido generando algo que podríamos dar en llamar feminización de la pobreza. Este concepto, que ya aparece en la bibliografía especializada en los años 70, pretende definir un proceso que se caracteriza por la toma de protagonismo de la mujer en las relaciones socio familiares y, por tanto, su inserción de lleno en el mundo de la carencia, de la pobreza debido a factores que se analizarán a continuación.

Según la IV conferencia de las Naciones Unidas sobre la mujer, realizada en Pekín en 1995, el “70% de los pobres del mundo eran mujeres” (Aguilar, 2011, p. 128), y, por tanto, se llegó a la conclusión de que debe ser uno de los campos de acción en los que se debían implicar los organismos internacionales. Pero, ¿cuáles son las causas de este creciente fenómeno? El incremento de ciertas situaciones vinculadas a la sociedad actual, como el aumento de la esperanza de vida de las mujeres o del número de divorcios, ha llevado a muchas mujeres, incluso en países desarrollados, a situaciones cercanas a la pobreza. Si a esto le añadimos la delicada situación política y social de algunos países del llamado tercer mundo, situación que en ocasiones conducen a la asunción por parte de la mujer de toda la responsabilidad familiar por la ausencia del marido, podremos entender el terrible dato aportado por la ONU ya en 1995. Debemos tener presente, además, que el acceso de

las mujeres a la pobreza no se basa sólo en sus ingresos, sino que existen otras consideraciones que pueden abocar a la mujer a esa dimensión de pobreza y, por tanto, a la marginalidad. Son, por ejemplo, la falta de acceso a recursos, especialmente económicos, especialmente en los países en vías de desarrollo, en los que la mujer tiene muy difícil el acceso a créditos o ayudas económicas, lo cual resulta, cuando menos, curioso si atendemos al hecho de que la mujer es la que mejor ha respondido económicamente ante programas experimentales de microcréditos que ciertas organizaciones han puesto en marcha en varios países de África o Asia.

Sin embargo, el principal problema que surge al afrontar la cuestión de la integración de la mujer inmigrante es la posible confusión que puede surgir al enfrentarnos a diversos conceptos que son esenciales a la hora de elaborar un proyecto de estas características.

2.1.- Concepto de sociedad multicultural

El primer concepto ante el que es necesario enfrentarse es el de sociedad multicultural o multiculturalidad, un fenómeno que está caracterizando a las sociedades del siglo XXI, pero que ciertamente no es un concepto nuevo. Sin embargo, es un fenómeno que se ha hecho patente en la actualidad de una forma especial producto de la llamada globalización o generalización de la forma de vida de las sociedades del bienestar, una sociedades que actúan como reclamo ante realidades socio culturales ciertamente más problemáticas que acaban provocando la necesidad de un cambio de residencia de millones de personas que buscan mirarse en el espejo de nuestro modo de vida.

La multiculturalidad se entiende como “la presencia en una misma sociedad de grupos con diferentes códigos culturales” (Cobo, 1999, p. 53), y, sin duda, está directamente vinculado a la presencia entre nosotros de grupos sociales que han dejado de ser invisibles y que luchan por mejorar sus derechos y su situación socio económica en el seno de unas sociedades que los rechazan, probablemente por el desconocimiento que de ellos tienen. Se trata de grupos como el de gays y lesbianas, el de las mujeres o el de los

inmigrantes que, en los últimos años, se han desplazado a las sociedades desarrolladas en busca de una mejora de sus condiciones económicas y sociales.

El multiculturalismo supone el fin de la homogeneidad de las sociedades contemporáneas, supone una reacción de estos grupos minoritarios ante el temor a perder su identidad y ante los evidentes ataques que reciben por parte de la sociedad mayoritaria que les rodea, una sociedad cuyos principios de igualdad y democracia, principios surgidos tras la revolución francesa, han regido los destinos de occidente durante más de trescientos años. ¿Quiere eso decir que nuestro modelo social se encuentra en quiebra? Es probable que resulte complicado responder a esa pregunta, pero sí parece claro que la única manera de enfrentarse a esta nueva (o no tan nueva) situación social es la de enfrentarse a la multiculturalidad sin prejuicios ni temores, y no pretender que el modelo social, económico y político de las sociedades desarrolladas, sea un modelo exportable cueste lo que cueste. Debemos flexibilizar nuestra realidad y proceder a la integración de todas las minorías que, ya integradas físicamente entre nosotros, sufren, en realidad, comportamientos excluyentes.

Está claro que no todas las aportaciones que puedan surgir de grupos multiculturales deben ser aceptadas o protegidas. Nuestro ordenamiento jurídico debe marcar las pautas para la aceptación o no de las diferentes aportaciones étnico-sociales que incluya cada realidad cultural. No obstante, la marginación que sufren estos colectivos sociales provoca una reacción de rechazo general a la mayor parte de la realidad que los nuevos grupos multiculturales nos plantean. Sólo desde la integración y el combate de la exclusión social lograremos que no se vea la multiculturalidad como una amenaza, sino como un enriquecimiento de nuestro propio entorno.

2.2.- Conceptos de integración

Hablar de integración de la población inmigrante es adentrarse en un tema que, debido a la cantidad de acepciones o matices que el concepto puede padecer, más aún si añadimos el juego político que este tema provoca, en

ocasiones de forma demagógica. El problema se complica cuando atendemos a la visión que de él tienen los propios protagonistas implicados, los inmigrantes, especialmente cuando se trata ya de segundas o terceras generaciones. Así pues, no sólo resulta interesante definir qué es integración, sino intentar establecer cuándo acaba ésta, es decir, cuándo se puede considerar a un grupo de residentes extranjeros en un país integrados en él.

Muchas son las cuestiones que se antojan difíciles de responder al enfrentarse a intentar definir el término integración. ¿Se trata de un proceso o de un resultado? ¿Afecta a cuestiones objetivas (trabajo, situación legal...) o subjetivas (percepción, sensación de integración social)? ¿Es una cuestión que afecta al individuo/a inmigrante o a un colectivo, o a toda la sociedad que le envuelve?

Según indica Cachón, los autores Penninx y Martinello conciben la integración como “el proceso a través del cual uno se convierte en una parte aceptada de la sociedad” (2008, pág. 213). Se trata, sin duda, de una definición muy directa y práctica, ya que no implica ningún límite temporal y permite introducir diversos parámetros (legal, cultural, económico, religioso...), dejando pues el proceso abierto, nada encorsetado.

Sin embargo, el proceso de integración es mucho más complejo de lo que podría dar a entender esta definición:

La discusión sobre la integración de/con los inmigrantes había que hacerla, tanto desde la perspectiva analítica como desde la normativa, como una reflexión sobre el conjunto de la sociedad: si la inmigración es, en nuestras sociedades, un “hecho social” (...), es, por tanto, una realidad que nos afecta a todos, seamos o no inmigrantes, tengamos o no relación directa con los inmigrantes, y que afecta al conjunto de la sociedad y a todas las instituciones, especialmente a las instituciones públicas (Cachón, 2008, p. 211).

En definitiva, somos todos los sujetos sociales los que deberíamos implicarnos en el proceso de integración de la población inmigrante, pero de forma muy especial a las diferentes administraciones que componen el Estado, que debería ofrecer o facilitar una eficaz manera de hacer que el inmigrante se sienta parte de la sociedad que le acoge.

2.3.- La exclusión social: cómo combatirla

La exclusión social, entendida como la situación límite a nivel de recursos económicos de una persona hasta el punto de que no alcance los mínimos aceptables de vida para el entorno social que le rodea, es uno de los graves problemas ante los que se encuentra la población inmigrante.

Se trata de un concepto muy vinculado a la pobreza y que no sólo afecta a la población inmigrante, obviamente, pero dadas las dificultades económicas que suelen presentar los hogares inmigrantes y debido a los altos porcentajes de inmigración que se han estado dando en los últimos años en nuestro país, sí incide de una forma especial en ella.

La exclusión social presenta varias dimensiones, esto es, afecta de muy diversas formas, y todas ellas negativas, a la población que la sufre. Para empezar, la más obvia: los sectores de población que sufren de exclusión social se encuentran con serios problemas a la hora de acceder a recursos educativos, sanitarios y económicos básicos, con el consiguiente riesgo incluso para su vida. Pero además, las personas excluidas socialmente tienen también menos habilidades y posibilidades de acceder a las diferentes instituciones que otorgan estos servicios básicos, con lo cual su desnudez en lo que respecta a este tipo de infraestructuras sociales, educativas y sanitarias es aún mayor. Esta exclusión a nivel social lleva sin duda a otro tipo de exclusión: la política, es decir, la de los derechos esenciales del ciudadano. En definitiva, la exclusión social deja inerte al sujeto excluido ante las diferentes veleidades de la sociedad que le rodea y sin habilidades para combatirlas.

La exclusión social es especialmente grave en el caso de la población inmigrante, ya que a los problemas anteriormente citados y derivados de la

ausencia de recursos económicos, hay que añadir los provenientes del desconocimiento del idioma o de la existencia de costumbres sociales y religiosas diferentes que, muy especialmente en el caso de las mujeres inmigrantes, agravan aún más la situación.

Obviamente, la exclusión social no es un fenómeno nuevo, pero hay que destacar un hecho ciertamente curioso: la cuestión de la aceptación social del inmigrante por parte de la sociedad receptora varía en virtud de los condicionantes socioeconómicos de cada período histórico. Actualmente nos hallamos en un período de crisis general, no sólo económica. La que hasta ahora creíamos intocable y eterna sociedad del bienestar, parece amenazada por factores que en ocasiones se escapan a nuestro entendimiento cotidiano; por aspectos que, si bien poco tienen que ver con el fenómeno de la inmigración, hacen tentadora la búsqueda de respuestas, en ocasiones de culpables, que se hallen a nuestro alcance. El riesgo de hallar en la población inmigrante el tan ansiado responsable responde, sin duda, a un desconocimiento mutuo de nuestras cercanas pero distantes realidades. Se hace pues más necesaria que nunca una aproximación socio-cultural entre las poblaciones receptoras y las recién llegadas, basadas en que el conocimiento mutuo nos conducirá a la aceptación social del inmigrante y a su integración.

Así pues, debemos evitar el tan temido aislamiento social del inmigrante, o como suele estar más en uso desde finales de los años 90, luchar contra la *exclusión social* del inmigrante. Pero, ¿contra qué debemos luchar exactamente? O dicho de otra manera, ¿qué factores determinan que una persona sufra de exclusión social? Arriba (2002), citando a su vez a Room, primer coordinador del Observatorio de Políticas Nacionales de Lucha contra la Exclusión Social, indica:

(los individuos)... sufren exclusión social cuando: (a) sufren desventajas generalizadas en términos de educación, habilidades, empleo, vivienda, recursos financieros, etc.;(b) sus oportunidades de obtener acceso a las principales instituciones que distribuyen esas oportunidades de vida son sustancialmente menores que las

del resto de la población;(c) esas desventajas y accesos disminuidos persisten a lo largo del tiempo (Arriba, 2002, p. 10).

Se antoja pues de enorme interés ofrecer al inmigrante las herramientas necesarias para combatir esta exclusión social procurando una mejora en los indicadores sociales que la causan, tales como el entorno laboral, familiar, las habilidades socio-afectivas o las competencias de carácter lingüístico-cultural.

Este problema se nos revela como particularmente grave en el caso de la mujer inmigrante, en tanto que sufre una triple discriminación, “en base a las dimensiones de la clase social, el género y la etnia” (Parella, 2003, p. 11). Tradicionalmente se había venido considerando a la mujer como una especie de inmigrante secundario, es decir, que inmigraría siguiendo a sus maridos, siendo esposas, madres, amas de casa, etc., pero no como elementos laborales autónomos. En los últimos años se ha superado este concepto y ya se habla de feminización de los flujos migratorios como una de las características de los modernos movimientos migratorios.

Si damos como cierto que la obtención de un trabajo es un elemento clave en el combate de la exclusión social, deberemos atender a dos aspectos determinantes: la situación familiar y los modelos socio-culturales imperantes en el entorno en el que se mueve esta mujer; es decir, qué papel juega la mujer en la realidad social de la sociedad de procedencia de la mujer inmigrante (no será lo mismo que el lugar de procedencia sea Bulgaria, el Mahgreb o Bolivia, por poner tres ejemplos de zonas clásicas de emigración), y si este papel le dificulta su posible inserción en el mundo laboral y, por tanto, en su proceso de inserción social en el país de acogida.

2.4.- Redes sociales del inmigrante

Muy en relación con el punto anterior, esto es, evitar la exclusión social de los inmigrantes, y más concretamente de las mujeres inmigrantes, se halla un elemento que debemos también analizar: las redes sociales.

Tanto en las zonas de origen como en las de acogida de los inmigrantes tiene que haber aspectos que explique que unos emigren y otros no (desde el punto de vista de la zona de origen) y que unos se integren en la zona de acogida y otros no. Estos aspectos, más allá de otros evidentes tales como el nivel educativo, son las llamadas redes sociales, tanto de la zona emisora como de la receptora de las migraciones.

En palabras de Actis (1996), las redes sociales son “micro estructuras que conectan entre sí a personas ubicadas en distintos espacios y lugares de la pirámide social” (p. 18), actuando de escalón intermedio entre las cualidades personales y las condiciones macroeconómico-sociales de carácter coyuntural. El punto más fuerte de estas redes sociales son los hogares, ya que los procesos migratorios suelen estar caracterizados por ser estrategias familiares en busca de un mejor acomodo socio-económico. No olvidemos que las propias estructuras familiares crean su propia demanda de nuevos inmigrantes. En este sentido, la mayoría de inmigrantes llega a España sin el acompañamiento de familiares, lo cual no quiere decir que no dispongan de una red familiar en el país de acogida. Muy al contrario, según datos de la Encuesta Nacional de Inmigrantes de 2007, el 79 % de los inmigrantes que llegan a nuestro país cuenta con algún contacto aquí que le permite la puesta en marcha de su nueva vida. Pero este tipo de contacto puede ser de muy diversa índole: el inmigrante puede contar con algún vínculo familiar o de amistad con algún residente en España, pero el más frecuente es el tener a simples conocidos viviendo aquí, y esa opción es, obviamente, la más débil en lo que respecta al apoyo tan necesario de las redes sociales para la integración del recién llegado.

¿Por qué resulta tan importante contar con una red social de apoyo entre los inmigrantes? En primer lugar, es determinante para la adaptación psicológica del inmigrante. Tener una red de apoyo familiar o social en el país de acogida permite entrar menos en fases depresivas personales, y ello se manifiesta también en la salud física y en el bienestar general del inmigrante. Todo ello permite el refuerzo de la autoconfianza, de la visión positiva de los problemas ante los que se encuentre, y en una mejor predisposición ante la

posible incorporación al mundo laboral. Según indica Maya en su interesante proyecto sobre las redes sociales de inmigrantes en Andalucía:

(...) se ha documentado la influencia de las redes de apoyo en indicadores objetivos de adaptación. En concreto, existen evidencias al respecto de la inserción laboral (...), la rentabilidad de los pequeños negocios de inmigrantes (...), la intención de desplazarse a otro destino laboral (...), las calificaciones en inglés y matemáticas (...), el ajuste académico autoinformado (...), la segregación de roles en la toma de decisiones (...), la calidad de las relaciones padres-hijos (...), los casos de maltrato infantil (...), la percepción del rol de madre (...), y el peso del hijo al nacer, entre otros (Maya, 2002, p. 1).

Podemos pues hacernos una idea de hasta qué punto afecta la posesión o no de una más o menos compleja red social de apoyo en el entorno del inmigrantes, afecta a aspectos secundarios que ni remotamente imaginamos.

Obviamente, el principal eslabón de esta cadena social de apoyo es el familiar, que, como ya se ha indicado más arriba, en numerosas ocasiones aparece parcialmente cubierto. No obstante, existen otros componentes de estas redes sociales que deben ser cuidados igualmente, tales como redes de compañeros laborales, redes de otros inmigrantes con mayor experiencia, pero también debería incluir, si buscamos el éxito en la integración, elementos sociales del entorno del país de acogida que permitan al inmigrante aprovechar todos los recursos de su entorno y adquirir gran destreza social para evitar la exclusión social.

Si concretamos más, podríamos establecer unas tipologías básicas de redes sociales de apoyo:

- Redes formadas por familiares exclusivamente, que la ya aludida ayuda básica y que se antoja insuficiente, más aún cuando los propios familiares, al tener la misma procedencia, pueden hallarse igualmente en situación de exclusión social.

- Redes formadas por amigos, que pueden ser particularmente interesantes en función del grado de unión y de la procedencia de los amigos.
- Redes formadas por familiares y amigos, que es evidentemente la más deseable, siempre y cuando entre los miembros de la red hallemos residentes en España o inmigrantes bien adaptados.

3.- MARCO EMPÍRICO

El proyecto *Integrarse cocinando* ha sido diseñado para propiciar la integración de mujeres inmigrantes del barrio de Levante-Sur del Ayuntamiento de Palma de Mallorca, una zona que, según se verá más abajo, ha ido recibiendo en los últimos años numerosa población inmigrante de diversa procedencia.

3.1.- Detección del problema

Como ya se ha explicado en el marco teórico del proyecto, dos han sido las fuentes inspiradoras que han permitido detectar los numerosos problemas que sufre la población inmigrante en general, y la femenina en particular: la lectura y consulta de la documentación bibliográfica aportada y mi experiencia profesional como trabajadora social del Ayuntamiento de Palma de Mallorca, concretamente del sector de Levante-Sur de nuestro municipio.

Llevo desarrollando mi labor como trabajadora social en el Ayuntamiento de Palma desde el año 2002. Obviamente, la problemática de la zona de Levante-Sur, en la cual estoy trabajando desde el año 2003, ha hecho que los proyectos y diferentes problemáticas personales en las que he intervenido sean de muy variada índole. Sin embargo, en los últimos años, y debido a los cambios sufridos en esta zona de Palma (cambios a los que ya he hecho referencia en otro apartado), gran parte de la labor de los trabajadores sociales de este entorno se centra en la problemática de la población inmigrante que, por motivos básicamente económicos y de efecto llamada, se ha ido concentrando en esta zona. La sensibilización y toma de conciencia de los problemas de integración de la población inmigrante, muy especialmente de las mujeres, ha sido pues consustancial al desarrollo de mi labor profesional.

Además, en nuestras oficinas hemos podido detectar que desde el advenimiento de la grave crisis económica allá por los años 2007 y 2008 la situación socioeconómica de la población inmigrante ha empeorado

considerablemente. La falta de empleo, la ausencia de una red social de apoyo, la creación de guetos socioculturales cada vez más aislados de la población nativa, guetos en los que las mismas mujeres inmigrantes también se hallan aisladas en ocasiones por las propias costumbres de su cultura de origen, el despojo de ciertas coberturas socio sanitarias elementales son graves problemas que en los últimos tiempos se han hecho especialmente latentes en la zona de Levante-Sur.

Sin duda, la situación explicada en las líneas precedentes se ve avalada por las numerosas lecturas que se han ido consultando durante el desarrollo del proyecto. Y amén de encontrar en ellas un marco teórico que corrobora los argumentos expuestos en líneas precedentes, los textos consultados sugieren también otras cuestiones a tener en cuenta respecto a la búsqueda de nuevas maneras de afrontar este problema. Así, Roncal y Gordillo (2002) exponen que los intentos llevados a cabo para lograr una mayor inserción social de la población inmigrante se han llevado a cabo hasta ahora “sin que en la mayoría de los casos los interesados participen activamente en la concreción de los mismos” (p.236). Por tanto, resultará más efectivo realizar proyectos de integración que supongan una implicación directa de las personas implicadas.

Además, a la ya de por sí problemática situación del recién llegado (o en ocasiones no tan recién llegado) hay que añadir la crisis económica iniciada en el año 2007, y que, además de cebarse especialmente en la población inmigrante en lo que respecta a la precariedad del empleo y de los salarios, ha llevado a muchos Estados a iniciar una política de austeridad y recortes auspiciados por supuestas necesidades presupuestarias. En definitiva, como indica Arriba, el inmigrante ha experimentado “el recorte y la orientación disciplinaria que han experimentado las políticas sociales tras la crisis fiscal de los estados occidentales y la influencia de los planteamientos neoliberales” (2002, p.4).

3.2.- Objetivos del proyecto

El intercambio de experiencias culinarias se nos presenta como una excusa para la obtención de unos objetivos concretos más ambiciosos. A saber:

- Ofrecer a las mujeres participantes conocimientos de cocina variada y saludable y que adquieran hábitos en ese sentido aplicables a su entorno familiar.
- Paliar el déficit que estas mujeres presentan en lo que respecta a la obtención de redes sociales de apoyo. Tengamos presente que la población inmigrante suele disponer de una menor red familiar de apoyo, por lo que lograr una adecuada red de contactos sociales de apoyo se antoja imprescindible para poder combatir la tan temida exclusión social.
- Extender a su entorno social todas aquellas habilidades que hayan podido adquirir a través de este proyecto, una vez creada o ampliada la red de apoyo social de las mujeres inmigrantes participantes.
- Elevar de la autoestima de las mujeres participantes para alcanzar la completa autonomía en la resolución de los diferentes conflictos sociales que se presenten y en la mejora de sus condiciones de vida. Para ello se ofrecerá apoyo psicológico en la asimilación de su doble realidad como mujeres inmigrantes.
- Obtener la adecuada competencia lingüística tendrá un papel esencial, ya que un básico dominio del castellano y del catalán es primordial para una completa inserción en la sociedad de acogida. Situaciones de empleo, de colegio de los hijos, de resolución de cuestiones de carácter normativo ante la administración, serán afrontadas con mayor porcentaje de éxito si la mujer inmigrante adquiere un cierto dominio de las dos lenguas mencionadas.
- Provocar una interrelación cultural entre las participantes, para lo cual se incluye en el proyecto la colaboración de un mediador sociocultural.
- Adquirir hábitos de salud elementales que por cuestiones sociales, culturales y económicas no se encuentran en su lugar de procedencia.

- Adquirir un conocimiento básico de nuestras costumbres y nuestra cultura, al mismo tiempo que dar un proceso natural de aceptación de diferentes aspectos socioculturales en base a las diferentes procedencias de las mujeres participantes. Interactuando, cocinando, hablando, paseando, aprovechar hasta los tiempos de descanso, para intercambiar experiencias, realidades, que coadyuvarán al proceso de integración y aceptación mutua.
- Por último, adquirir igualmente ciertas habilidades para paliar su desconocimiento acerca del funcionamiento de la administración pública, de los procedimientos y tipos de gestión. Buscamos así evitar un innecesario trasiego por las diferentes instituciones con la consiguiente pérdida de tiempo y el incremento de la frustración derivada de la no consecución de algún objetivo de carácter legal.

3.3.- Contextualización del proyecto

Como ya se ha indicado anteriormente, mi trabajo como trabajadora social en el Ayuntamiento de Palma me ha permitido detectar el problema existente en el seno de una barriada que ha aumentado mucho en los últimos años su aporte de población inmigrante al contexto de la sociedad mallorquina.

Son numerosas las instituciones que aportan los datos básicos que permiten definir claramente que uno de los problemas de la zona de Levante-Sur es la inserción social de los numerosos inmigrantes que allí se han desplazado.

Según el Padrón Municipal de Palma de Mallorca (2014), de un total de población residente en la zona de Levante Sur que alcanza los 34.175 habitantes, 7.369 son de nacionalidad extranjera, y de ellos, 3.491 son mujeres. Es decir, el 21'5 % de la población residente en la zona de Levante-Sur es de procedencia extranjera, y de este porcentaje, el 47'37 % son mujeres. Atendiendo a los datos generales del padrón, la edad media de población de este barrio se hallaría en una franja de entre 30 y 45 años, con muy baja incidencia de niveles de estudios superiores y muy alta de analfabetización, destacando, en este último supuesto, la población femenina.

Según el Informe-Memoria Anual del Ayuntamiento de Palma, zona Levante-Sur, del año 2013, se han abierto un total de 1.095 expedientes, de los cuales 203 pertenecen a inmigrantes. Sin embargo, el número de personas inmigrantes atendidas es superior al que aparece en la memoria, dado que muchos de ellos, al conseguir la nacionalidad aparecen bajo el epígrafe de *familia*, y lo mismo sucede con otros casos atendidos, que aparecen también bajo epígrafes como minorías étnicas, marginados sin hogar y transeúntes, refugiados y asilados. Es por ello que el número de casos atendidos correspondientes a familias inmigrantes es muy superior al que aparece inicialmente.

La misma Memoria indica que de la totalidad de los expedientes de inmigrantes atendidos, 153 son mujeres, de las cuales 115 son mujeres inmigrantes y, de ellas, 91 tienen un diagnóstico definido como de Dificultades de Integración Social-Aislamiento Social.

Debido a todo ello, el proyecto va dirigido a la integración socio-cultural de la población femenina inmigrante de la zona de Levante-Sur de la ciudad de Palma de Mallorca. Se trata de una zona de la ciudad con una alta densidad de población inmigrante concentrada en guetos en base a la procedencia de las personas que los habitan. Son personas de muy diversa procedencia, especialmente subsaharianos, latinoamericanos y magrebís, y que, por tanto, generan realidades socio-culturales muy diferentes. Este agrupamiento por nacionalidades provoca en muchos casos un alto desconocimiento de la realidad de la ciudad en la que residen y, por tanto, un alto grado de incomunicación y falta de integración en su entorno.

3.4.- Diseño del proyecto

El proyecto ***Integrarse cocinando*** ha sido diseñado para propiciar la integración de mujeres inmigrantes del barrio de Levante-Sur de Palma de Mallorca creando sinergias de acercamiento con otras realidades socioculturales en base a compartir experiencias culinarias, integrando también otros aspectos que permitan un mayor índice de integración.

Debido a que se ha valorado que para la efectividad del proyecto no podrán participar un elevado número de mujeres, se deberá realizar una selección previa de las candidatas de la forma en que se indicará en el apartado de Metodología.

El proyecto se realizaría en los locales que la oficina de Levante Sur del ayuntamiento de Palma tiene en ese mismo barrio (uno de ellos cuenta con cocina usada por el centro de día). El personal dedicado a desarrollar el proyecto sería de procedencia variada. Por un lado, la aportación de las propias mujeres inmigrantes que, con sus intercambios culinarios, fundamentarían la verdadera esencia del proyecto.

Por otro lado, intervenciones voluntarias de colaboradores que ya han participado en proyectos de este municipio en otras ocasiones, tales como un profesor de Castellano y Catalán, así como otro de historia que podrá aportar, de forma ligera pero eficaz, puntos de contacto histórico-cultural entre las diferentes mujeres participantes entre sí y para con su entorno de acogida y por último un mediador cultural y dos enfermeras del centro de salud. Igualmente será necesario, para la correcta consecución de los objetivos marcados, la participación de un psicólogo colaborador.

3.4.1.- Metodología

Se realizaría una selección de entre 30 mujeres inmigrantes, para formar un grupo final de no más de 15, por cuestiones de espacio y porque considero que trabajar con grupos más reducidos puede facilitar la percepción de una mayor familiaridad por parte de las mujeres participantes y crearse así una mejor interacción entre ellas y para con los responsables del proyecto.

Para proceder a su selección, la herramienta utilizada será una ficha de recogida de datos (anexo 1) que se irá cumplimentando durante la entrevista a modo de guion de la misma. Los datos recogidos en esta ficha serán datos personales, país de procedencia, núcleo de convivencia (casada, con hijos, personas con quién vive, etc.), dinámicas y roles familiares, dominio de las lenguas cooficiales en Baleares, años de residencia aquí, con qué redes

sociales cuenta (relaciones sociales en el barrio, búsquedas de trabajo, etc.), costumbres socio sanitarias. Como he indicado, esta entrevista y su correspondiente ficha serán realizadas a 30 mujeres inmigrantes, para finalmente seleccionar un máximo de 15, en las que incluiré tres mujeres de nacionalidad española, aunque siempre seleccionadas de entre los programas de ayuda social de nuestro Ayuntamiento.

Sin embargo, la intención es que no todas las mujeres participantes sean inmigrantes. De las 15, incluiremos tres mujeres de nacionalidad española, insertas siempre en los programas de ayuda social, con la intención de lograr con mayor facilidad la consecución de varios de los objetivos enumerados más arriba. .

Las sesiones tendrían una duración de dos horas, dos días por semana. Es una duración adecuada para la adquisición de los objetivos generales y específicos que se detallan abajo.

3.4.2.- Actividades a desarrollar

A continuación se detallan las diferentes actividades que el proyecto establece:

Actividad	Responsable	Horario	Lugar de desarrollo
Cocinar	Trabajadora social, trabajadora familiar, mediador cultural	Dos horas semanales	Centro de Día
Hablar castellano	Voluntario	Una hora semanal	Centro de Día
Hablar catalán	Voluntario	Una hora semanal	Centro de Día
Educación sanitaria	Enfermeras	Una hora	Centro de Día

		mensual *	
Visitas/charlas histórico-culturales	Voluntario, mediador cultural	Una hora mensual *	Salida programada del centro
Intervención psicológica	Psicólogo	Dos horas al mes *	Centro de Día

*El desarrollo de estas sesiones implicará la disminución de las horas que aquella semana estarían dedicadas a la impartición/conversación de lenguas.

Las actividades arriba descritas buscan la consecución de los objetivos marcados y han sido, por tanto, seleccionadas con la idea de lograr el objetivo general de mejorar el proceso de integración social de las mujeres participantes. A continuación, se desplegará con detalle el desarrollo de cada actividad con el objetivo que pretende cumplir:

- Cocinar:
 - Objetivo: obtener por parte de las mujeres participantes conocimientos y hábitos culinarios nuevos y saludables para que puedan ser extrapolados a su entorno familiar. Al participar tanto mujeres inmigrantes como nacionales, se pretende lograr una interacción de todas ellas y una puesta en contacto para generar una ampliación de sus redes de apoyo social. Al compartir experiencias de trabajo con mujeres de otras realidades, entre las que incluimos españolas, el objetivo de lograr una mayor y mejor cobertura de redes sociales de apoyo queda cubierto de forma satisfactoria, si bien es cierto que la obtención del máximo rendimiento de este objetivo dependerá, en última instancia, del aprovechamiento que la propia mujer inmigrante haga del mismo. La propia convivencia de las mujeres participantes en el proyecto, especialmente a medida que interactúan entre ellas permite el correcto cumplimiento de otro

objetivo importante: crear un proceso natural de aceptación de diferentes aspectos socioculturales en base a las diferentes procedencias de las mujeres participantes.

- Contenido: en cada sesión se llevará a cabo, por parte de todas las mujeres participantes, una receta aportada por alguna de ellas, tanto de las inmigrantes como de las nacionales participantes.

- Hablar castellano y catalán:
 - Objetivo: Obtener la adecuada competencia lingüística en las dos lenguas oficiales de la comunidad autónoma balear es primordial para una completa inserción en la sociedad de acogida. Al mejorar sus habilidades de expresión, tanto oral como escrita, mejoraremos la capacidad de resolución de cuestiones de tipo normativo, legal, escolar (en lo que respecta a sus hijos), etc. Además, esta mejora lingüística, sin duda, revertirá en un aumento de la autoestima y la confianza de las mujeres participantes, al encontrarse ellas mismas más autónomas. El cumplimiento del anterior objetivo, junto con la colaboración de nuestro mediador sociocultural, hará posible el cumplimiento de otro objetivo importante: provocar una interrelación cultural entre las participantes.
 - Contenido: dos profesores, concretamente talleristas, uno de castellano y otro de catalán, realizarán clases básicas en las que se repasarán y explicarán las normas elementales de cada lengua, y se realizarán prácticas orales de las mismas.

- Educación sanitaria:
 - Objetivo: reforzar los hábitos básicos de higiene y prevención sanitaria de las mujeres participantes que, en función de la

procedencia de cada una de ellas y, por tanto, del modo de vida que llevaban, puede ser un aspecto que no cuidaran mucho, con el consiguiente riesgo higiénico-sanitario para ellas y su entorno familiar.

- Contenido: enfermeras de pediatría y ginecología, aportadas por el centro de salud del barrio, ofrecerán a las mujeres participantes una serie de conocimientos básicos en lo que respecta a higiene y sanidad a nivel cotidiano y familiar.

- Visitas y charlas histórico-culturales:
 - Objetivo: adquirir un conocimiento básico de nuestras costumbres y nuestra cultura, así como de nuestra ciudad, para promover una mayor comprensión y acercamiento de las diferentes mujeres participantes respecto al entorno de acogida.
 - Contenido: un colaborador voluntario realizará una visita al mes por el centro histórico de la ciudad de Palma o por sus barrios más significativos mientras va explicando el origen histórico de cada uno de esos barrios, de sus construcciones más características, y mientras comenta posibles costumbres o acontecimientos relacionados con esos lugares.

- Intervención psicológica:
 - Objetivo: elevar de la autoestima de las mujeres participantes para alcanzar la completa autonomía en la resolución de los diferentes conflictos sociales que se presenten y en la mejora de sus condiciones de vida. Igualmente, las sesiones con el psicólogo pueden ayudar a que las mujeres participantes tomen conciencia de que su realidad socio-familiar puede mejorar, en el sentido de ser conscientes de que tienen una serie de derechos,

más allá de su estatus de mujer en el difícil contexto cultural que algunas realidades étnicas plantean para ellas.

- Contenido: se trata de dos sesiones mensuales de charlas entre el grupo de mujeres y el/la psicólogo colaborador sobre diferentes cuestiones relacionadas con la realidad social y personal que envuelve a cada una de las participantes. Las sesiones con el psicólogo incluirán explicaciones o aclaraciones sobre ciertas cuestiones de tipo legal, con lo que se pretende cubrir ese vacío que, en materia de cuestiones legales con las diferentes administraciones, existe entre la mujer inmigrante, vacío que les sitúa en una situación de indefensión y desamparo legal muy perjudicial.

3.4.3.- Recursos

- Recursos humanos
 - Por un lado, intervenciones voluntarias de colaboradores desinteresados que ya han participado en proyectos de este municipio en otras ocasiones, tales como dos enfermeras (de pediatría y ginecología) y un profesor colaborador de historia y, por último, un mediador cultural y dos enfermeras del centro de salud del barrio (Centre de Salut Emili Darder). Igualmente será necesario, para la correcta consecución de los objetivos marcados, la participación de un psicólogo colaborador.
 - Por otro lado, talleristas remunerados de Talleres de Promoción Social, concretamente, un profesor de Castellano y Catalán
 - Las responsables del proyecto serán dos: una trabajadora familiar y una trabajadora social.

- Recursos materiales
 - Local (Centro de Día Can Riba) que la oficina de Levante Sur del Ayuntamiento de Palma dispone en ese mismo barrio, el cual cuenta con cocina.
 - Presupuesto de 1.200 euros, aportado por la Regiduría de Bienestar Social, para la realización de talleres de promoción social.
 - Presupuesto de 600 euros, aportado por el propio centro de Levante-Sur, para el material básico que se utilice en el proyecto: materia prima y enseres para la cocina, transporte, salidas y material vario a utilizar (carpetas, bolígrafos, etc.).

3.4.4.- Cronograma

La duración del proyecto en sí sería de 8 meses, coincidiendo con el calendario escolar; es decir, de octubre a junio, con dos descansos, en Navidad y Semana Santa, dando facilidad de asistencia a las mujeres con cargas familiares. No obstante, deberemos dedicar un espacio de tiempo previo y posterior a realizar el proceso de selección y la elaboración de conclusiones, respectivamente.

La temporalización vendría marcada por los siguientes ítems:

Fases	Temporalización
Proceso selección mujeres participantes	Septiembre 2014
Intervención	Octubre 2014 –Junio 2015 *
Evaluación final	Junio 2015

Elaboración conclusiones	Julio 2015
--------------------------	------------

*Con dos momentos de descanso coincidiendo con las vacaciones escolares de Navidad y Semana Santa.

3.5.- Diseño de la evaluación del proyecto

Por parte de los responsables del proyecto, se tendrá en cuenta la evaluación por objetivos y la valoración del proceso.

- Valoración por objetivos
1. La propia evolución en la práctica culinaria de cada una de las mujeres nos irá indicando si han adquirido o no hábitos saludables de cocina que puedan aplicar a su entorno familiar y, a la vez, si han aportado una mayor variedad en su día a día culinario.
 2. El objetivo de lograr redes sociales de apoyo deberá valorarse durante el proyecto atendiendo a la capacidad comunicativa que las diferentes participantes demuestren entre ellas y para con todos los participantes en el proyecto, tanto durante las sesiones de intercambio meramente culinario, como al resto de sesiones o experiencias que incluya el proyecto.
 3. El logro de aumentar la autoestima para potenciar la autonomía de acción en las participantes se valorará a través de el correcto manejo de la información que se les vaya otorgando en lo que respecta a diferentes aspectos sociales, culturales y legales que se les vaya dando.
 4. La competencia lingüística se valorará también durante el desarrollo de las sesiones en virtud de la capacidad de comunicación tanto verbal como no verbal que demuestren las mujeres implicadas.
 5. Provocar una interrelación cultural entre las participantes será medurado por los mediadores socioculturales así como el resto de responsables del proyecto en aspectos como la asimilación y aprendizaje de costumbres y

folklore culinario tanto español como de los lugares de procedencia de las participantes.

6. La adquisición de hábitos de salud diferentes a los de su lugar de procedencia será evaluada a través de la asimilación de los mismos durante la duración del proyecto.
7. También deberemos calibrar la adquisición de habilidades que potencien un correcto uso de las herramientas que ofrece la administración y el cuerpo legal en lo que respecta a la inmigración en España, a base de comprobar la correcta asunción de los derechos y deberes del inmigrante y de los diferentes recursos legales de que disponen.
8. Finalmente, me parece de especial interés cara a futuros y posibles proyectos de estas características, que en la evaluación final del proyecto se consignen una serie de aspectos de carácter más práctico (instalaciones utilizadas, presupuesto dedicado al proyecto, adecuado o no número de participantes, nivel de profesionalidad y empatía de los profesionales implicados) con la finalidad de una futura mejora. Para ello, en cada sesión se llevará un registro de asistencia de la misma en el que se incluirá en grado de participación de cada usuaria. Unido a esto, al concluir el proyecto se cumplimentará por parte de las participantes un cuestionario de satisfacción en el ellas indicaran los logros alcanzados (anexo 2). En definitiva, trataremos de analizar y detectar los puntos fuertes del proyecto, sus puntos débiles y propuestas de mejora.

- Valoración del proceso

1. Idoneidad de las actividades: En la medida en que las diferentes actividades desarrolladas (cocina, salud, lengua, etc.) permitan el correcto cumplimiento de los objetivos marcados, se considerarán idóneas.
2. Idoneidad de los espacios y del trabajo en equipo: se considerarán adecuados en virtud de la valoración que las mujeres participantes ofrezcan en los cuestionarios de satisfacción.

3. Idoneidad de los recursos utilizados: se considerarán adecuados en virtud de la valoración que las mujeres participantes ofrezcan en los cuestionarios de satisfacción.
4. Suficiencia o no del presupuesto utilizado: El dinero y presupuesto asignado ha sido suficiente para llevar a cabo el proyecto. Ninguna actividad u objetivo del proyecto ha quedado huérfano por cuestiones de presupuesto.
5. Valoración de los plazos de la intervención: el plazo temporal marcado en el proyecto será suficiente para el desarrollo de las diferentes actividades en base a los objetivos marcados.
6. Implicación de diferentes servicios complementarios (transporte, entradas en instituciones culturales, centro de salud, etc.): se valorará el grado de colaboración de las diferentes instituciones que se deberán ir implicando en el proyecto.

4- CONCLUSIONES

El presente proyecto ha pretendido poner de manifiesto los diferentes problemas ante los que se encuentran las mujeres inmigrantes al intentar rehacer su vida en nuestro país, así como las diferentes percepciones que se pueden hallar ante esa misma cuestión, la de la integración social del inmigrante.

La realización de sesiones conjuntas intercambiando experiencias de cocina, así como la participación de todas las mujeres en todas las actividades descritas durante el proyecto, permitirán la consecución del objetivo general de este trabajo, que es lograr una mejor integración general de las mujeres inmigrantes de diferentes procedencias étnicas y religiosas para evitar su posible aislamiento social.

Si profundizamos más en el análisis del trabajo y el posible cumplimiento o no de los objetivos específicos propuestos en él, podremos concluir que éstos quedan cubiertos de la forma y manera que se pasa a describir.

El primer objetivo específico es el de analizar a la población susceptible de participar en el proyecto específico y sobre la que se aplicarán los objetivos: mujeres inmigrantes del barrio de Levante-Sur del Ayuntamiento de Palma. El proyecto se halla específicamente diseñado para ser aplicado a mujeres inmigrantes que se ajusten a ciertos indicadores que permitan deducir que se hallan en riesgo de exclusión social: exclusión del mercado laboral; ausencia de un entorno familiar y social que le otorgue un apoyo de integración; desconocimiento básico de las dos lenguas cooficiales en nuestra comunidad autónoma (castellano y catalán); desconocimiento de costumbres socioculturales relacionadas con la sociedad balear; posible alejamiento de elementales medidas higiénico-sanitarias.

En la planificación de las diferentes actividades, especialmente el compartir experiencias culinarias, se han incluido mujeres de nacionalidad española que se hallen inmersas en procesos de ayuda social por parte del Ayuntamiento de Palma. La idea es que la interacción entre estas mujeres y

las inmigrantes permita una permeabilización de hábitos entre todas ellas y un intercambio natural de experiencias que aleje el desconocimiento que suele imperar entre las realidades de las mujeres inmigrantes y las nacionales.

El segundo objetivo específico es el de construir un proyecto de integración social para mujeres inmigrantes, un proyecto que aporte a estas mujeres las habilidades y herramientas suficientes como para luchar contra los problemas de inserción y sentirse integradas en la sociedad receptora. Pues bien, el trabajo expone un proyecto que, al tratar cuestiones lingüísticas, refuerzos psicológico y legal (en las sesiones con los psicólogos se tratarán temas de carácter administrativo), visitas explicativas del entorno social e histórico que rodea a las mujeres participantes como nuevas residentes de Palma, cumple con este ambicioso objetivo, o, al menos, intenta que las participantes en el proyecto adquieran durante su realización las herramientas básicas como para que la integración en su entorno no deje de producirse por su falta de habilidades.

Queda patente, sin duda, que las mujeres inmigrantes se encuentran ante importantes problemas de adaptación social en su proceso de integración en una sociedad receptora, en este caso la mallorquina. Estos problemas no sólo vienen dados por su condición de inmigrante, sino por su condición de mujer y, en ocasiones, de madre, siendo estos dos últimos de creciente importancia en función de la sociedad de procedencia de estas mujeres.

Con este proyecto se ha intentado atacar de forma directa ciertos aspectos que retrasan, si no impiden abiertamente, a las mujeres inmigrantes su integración social, aspectos tales como el dominio de las dos lenguas cooficiales de nuestra comunidad autónoma, ambas utilizadas de forma cotidiana por la población balear nativa, la creación de redes sociales de apoyo, algo fundamental en su proceso de inserción social, la adaptación a costumbres socio-culturales nuevas, tanto a las referidas a las de la sociedad balear como a las de otras realidades que, en virtud de la multiculturalidad que preside los tiempos actuales, se desarrollan en nuestro y en su entorno habitual. Todo ello se ha desarrollado bajo el paraguas de una actividad de aparente banalidad, la de realizar actividades culinarias, pero que esconde la

intención de una obligada e inconsciente puesta en común de aspectos de muy diversa índole.

5.- LIMITACIONES

Las limitaciones en lo que respecta a la elaboración de este Trabajo de Fin de Grado han venido marcadas por la dificultad en hallar documentación e información actualizada en lo que respecta a una realidad tan voluble, tan variable, como la de la población inmigrante, y muy especialmente de la mujer inmigrante.

Debemos tener presentes los cambios, los profundos cambios, que se están produciendo en los últimos años. La sociedad del bienestar, esa sociedad que ha actuado de reclamo de millones de inmigrantes durante tanto tiempo, ha entrado en crisis desde el año 2008. Se trata de una crisis económica generalizada, pero que ha tenido especial incidencia en España, y que está cambiando las estructuras laborales, En definitiva, ha generado una crisis en todas las administraciones, lo cual está afectando a servicios esenciales, como los servicios sociales, y está provocando cambios en los movimientos migratorios. Es por ello que no resulta fácil encontrar documentación que incorpore datos y reflexiones que puedan resultar válidas para esta nueva e imprevisible coyuntura.

La escasez de proyectos de estas características es un arma de doble filo. Por un lado, otorga a este trabajo una cierta originalidad a la hora de atacar la problemática de la mujer inmigrante, pero por otro lado, hace que cualquier equipo de trabajo que se acerque a esta realidad con un proyecto como el presente, no tenga muchas referencias acerca de su posible desarrollo.

Pero ahora pasemos a analizar los obstáculos o limitaciones que pueden aparecer en la puesta en marcha del proyecto, limitaciones que, sin duda, habrá que tener presentes a la hora de implementar este proyecto.

El principal problema ante el que se encuentra cualquier proyecto de esta índole es de tipo económico. Las instituciones no siempre ofrecen las partidas presupuestarias suficientes como para llevarlo a cabo. Tengamos presente que, al tocar aspectos culinarios, sanitarios, visitas con transporte,

etc., requieren utilización de recursos económicos que en muchas ocasiones la Administración no posee.

Otras limitaciones vendrían dadas por la inexistencia de proyectos similares. Al no ser frecuentes este tipo de proyectos, no es fácil que los responsables de la Administración encargados de dar el visto bueno, crean en él.

El volumen de trabajo individual que los diferentes perfiles profesionales llevan a cabo, puede ser un obstáculo a la hora de dedicar el tiempo necesario que este tipo de proyectos requieren.

Lograr colaboraciones altruistas imprescindibles para este proyecto (enfermeras, mediadores culturales y otros) no es, en ocasiones, un trabajo fácil, debido al propio volumen de trabajo de estos colaboradores y su escasa disposición horaria. Además, es importante que estos colaboradores se sientan motivados para intervenir en el proyecto.

Finalmente, una de las limitaciones más importantes es la resistencia que puede oponer la propia mujer inmigrante. El grado de implicación de las mujeres inmigrantes en el proyecto debe ser alto, además de exigirse, por parte de la entidad organizadora, unos niveles de compromiso en cuestiones que, a posteriori también se valorarán, tales como participación en programas laborales. Además, no olvidemos que un proyecto de estas características requiere que las participantes aporten tiempo, algo muy valioso, ya que tiene sus propias actividades cotidianas, familiares, etc. Romper con esta resistencia es una de las cuestiones más importantes ante las que se encontrará un proyecto de estas características, un proyecto largo e intenso, y que exige continuidad en el tiempo de todas las mujeres que participen, y un compromiso suyo en ese sentido.

6.- PROSPECTIVA

Es evidente que aún queda mucho por hacer en el terreno de la intervención social para favorecer la inserción social de los/las inmigrantes, aunque el problema se agrava especialmente en el caso de la mujer inmigrante.

Probablemente este proyecto no ha trabajado más que con la punta del iceberg. Aun habiendo intentado trabajar cuestiones como la adopción de una base lingüística, de seguridad personal frente a cuestiones legales y de la adopción del necesario entorno social para llegar a la tan deseada inserción de la mujer inmigrante, queda un aspecto esencial sobre el que trabajar: su inserción laboral. Siendo realistas, el campo profesional al que acceden la mayoría de estas mujeres es el del trabajo doméstico. Y es este un campo profesional que debe ser revisado legalmente para equipararlo al régimen general en lo que se refiere a derechos, no sólo porque se trata de un régimen discriminatorio para las personas que a él se acogen, si no porque contribuye a ahondar todavía más en el desprestigio y desvaloración social de estas actividades, desarrolladas casi siempre por mujeres. Es apremiante garantizar, tanto en el sector público como privado, una oferta suficientemente amplia de cursos formativos que afiancen la profesionalización del sector. De estas maneras, las mujeres inmigrantes que lleguen a España podrían acceder a una cualificación profesional que sea reconocida por el mercado de trabajo, posibilitando su inserción laboral en el sector formal de la economía, a la vez que el goce de los derechos laborales y sociales que ello conlleva.

Es importante reseñar las dificultades que, por cuestiones meramente políticas y coyunturales, en ocasiones interponen las Administraciones públicas. Por ello, uno de los campos en los que se debería mejorar más es en no interponer cuestiones partidistas e interesadas en la consecución de objetivos de esta índole.

En relación con esto, es importante trabajar en otro campo: cómo ven la labor, desconocida en muchas ocasiones, del trabajador social tanto el ciudadano común, como el político. Durante muchos años, años en los que el

trabajo social era puramente asistencial y el problema de la inmigración no era tal, la labor de los Servicios Sociales era una labor desconocida para el ciudadano común, y era algo bastante descuidado y casi minusvalorado por la clase política en general. A partir de los años 2000, cuando Europa en general, y España en particular, se convierten en receptores de un alto número de inmigrantes, el Trabajo Social empieza a dedicar numerosos recursos a la resolución de problemas derivados de este nuevo fenómeno. Aun así, la percepción que de esta labor tiene la sociedad en general sigue siendo muy dispersa y, por tanto, es importante incidir en la mejora de esta visión, incluyendo aquí la toma de conciencia por parte de la clase política de lo necesario que es, actualmente, el trabajo de los Servicios Sociales en un mundo cada vez más plural.

Finalmente, y es esta una labor en la que debería implicarse numerosos agentes sociales, desde los mismos profesionales de la ayuda social a los profesionales de la política o los mismos medios de comunicación, hay un tema esencial en el que trabajar: la sensibilización de la sociedad ante los problemas de integración de los inmigrantes y, de forma muy especial, de las mujeres inmigrantes.

7.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Actis, W., de Prada, M. A. y Pereda, C. (1996). *Procesos de inserción y exclusión social de las mujeres inmigrantes no comunitarias -Informe de Investigación-*. Madrid: Colectivo loé.
- Aguilar, P. L. (2011). La feminización de la pobreza: conceptualizaciones actuales y potencialidades analíticas. *Revista Katal*, 14, 126-133.
- Arriba, A. (2002). El concepto de exclusión social. *Revista Trabajo Social Hoy*, 34, 47-76.
- Ayuntamiento de Palma de Mallorca (2013). *Informe-Memoria Anual de la zona Levante-Sur*. Material no publicado.
- Cachón Rodríguez, L. (2008). La integración de y con los inmigrantes en España: debates teóricos, políticas y diversidad territorial. *Revista Política y Sociedad*, 45 (1), 205-235.
- Cobo, R. (1999). Multiculturalismo, democracia paritaria y participación política. *Revista Política y Sociedad*, 32, 53-65.
- Labrador Fernández, J. (2004). Intervención Social e Inmigración. *Revista Portularia*, 4, 7-18.
- Maya Jariego, I. (2002). Tipos de redes personales de los inmigrantes y adaptación psicológica. *Revista Redes*, 1, 1-12.
- Parella, S. (2003). *Mujer, inmigrante y trabajadora: la triple discriminación*. Barcelona: Anthropos.

Roncal Vargas, C. M. y Gordillo Sevaes, M. (2002). Mujeres inmigrantes: una experiencia hacia la integración. *Cuadernos de Trabajo Social*, 15, 235-248.

Secretaría General de Inmigración y Emigración. Portal de la Inmigración. Ministerio de Trabajo. *Extranjeros con Certificado de Registro o tarjeta de residencia en vigor*. Material no publicado. Recuperado el 08 de marzo de 2014 de <http://extranjeros.empleo.gob.es/es/Estadisticas>.

8.- BIBLIOGRAFÍA

- Alarcón, A., Gilbert, F., Parella, S. y Ribas, N. (2000) Políticas de formación para mujeres inmigrantes. El caso de ciudad de Barcelona. *Revista Papers*, 60, 365-379.
- Arango, J. (2002). *¿De qué hablamos cuando hablamos de multuculturalismo?* Material no publicado. Recuperado el 09 de marzo de 2014 de <http://www.aulaintercultural.org/spip.php?article362>.
- Ballester Brage, L. y Oliver Torelló, J.L. (2002-2003) Necessitats i processos. La mediació com a eina pedagògica en els processos d'inserció sociocultural dels immigrants internacionals. *Revista Temps d'Educació*, 27, 193-205.
- Bernárdez Rodal, A. (2007). *Mujeres inmigrantes en España*. Madrid: Fragua.
- Fernández, Mercedes (2007). *Encuesta Nacional de Inmigrantes 2007: el mercado de trabajo y las redes sociales de los inmigrantes*. Madrid: Observatorio Permanente de la Inmigración.
- Jansà, J. M. y García de Olall P. (2004). Salud e inmigración. Nuevas realidades y retos. *Revista Gac Sanit*, 18 (Supl), 207-213.
- Oliver Perelló, M.A. y Caro Blanco, F. *Incidencia de los cambios en las políticas sociales entre los colectivos de inmigrantes y posibles efectos en los procesos de integración*. Material no publicado. Recuperado el 09 de marzo de 2014 de www.uah.es/congresoreps2013/Paneles/.../
- Porthé, V., Amable, M. y Benach, J. (2006). La precariedad laboral y la salud de los inmigrantes en España: ¿qué sabemos y qué deberíamos saber? *Arch Prev Riesgos Labor*, 10 (1), 34-39.

Ripoll Martínez, A. (1992). Distribució espacial de la immigració femenina a Palma. *Rev. Treballs de Geografia*, 44, 63-76.

Salvà T. Les Illes Balears: un espai de cruïlla de fluxos immigratoris. *Revista Llengua i ús*, 4-11.

9.- ANEXOS

9.1.- Anexo 1: Ficha de la entrevista

Nombre y apellidos de la entrevistada		
Fecha de nacimiento		
Lugar de procedencia		
Años de residencia en España		
Estado civil		
Número de hijos		
Núcleo de convivencia		
Nivel de estudios		
Dominios de las lenguas cooficiales a nivel hablado	Castellano:	Catalán:
Dominios de las lenguas cooficiales a nivel escrito	Castellano:	Catalán:
Redes sociales de apoyo entre la población local		
Redes sociales de apoyo entre la población inmigrante		
Roles familiares (participación en la toma de decisiones)		
Periodicidad de visitas al centro de salud		

9.2.- Anexo 2

CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN Y APROVECHAMIENTO

Puntúa del 1 al 5 cada pregunta, siendo 1 la valoración mínima y 5 la máxima

OBJETIVO A VALORAR	1	2	3	4	5
¿Has ampliado tus conocimientos en cocina de manera que puedas cocinar de forma más variada y saludable?					
¿Crees que este curso te ha permitido entrar con personas de diferentes procedencias y entornos?					
¿Podrías aplicar experiencias y conocimientos adquiridos a otras personas de tu entorno?					
En base a las experiencias vividas en el curso, ¿te sientes más segura a la hora de enfrentarte a problemas sociales o legales?					
Respecto al castellano, ¿consideras haber adquirido conocimientos suficientes como para relacionarte socialmente?					
Respecto al castellano, ¿consideras haber adquirido conocimientos suficientes como para enfrentarte a trámites legales?					

Respecto al catalán, ¿consideras haber adquirido conocimientos suficientes como para relacionarte socialmente?					
Respecto al catalán, ¿consideras haber adquirido conocimientos suficientes como para enfrentarte a trámites legales?					
¿Crees haber mejorado tus hábitos sanitarios gracias a los consejos que has recibido en el curso?					
¿Has tenido la ocasión de conocer costumbres y aspectos socio culturales que antes no conocías?					
¿Piensas que lo que has aprendido aquí te puede servir para futuros trámites legales en la Administración?					
¿Qué valoración le darías a los espacios (cocina, sala de merienda, aulas, etc.) utilizados?					
¿Qué valoración te merecen los profesionales implicados en el curso?					
Finalmente, y de forma general, ¿te ha parecido útil este curso y lo que has aprendido en él?					