



MANIFEST PER A LA IGUALTAT I PARTICIPACIÓ DE LA DONA EN EL MÓN DE L'ACTIVITAT FÍSICA I/O L'ESPORT

L'activitat física i/o l'esport, per la seva força educativa i mediàtica, constitueixen un important motor de canvi social i contribueixen des de fa temps a promoure la igualtat entre dones i homes.

Per això, des del projecte ONA, apostem per un futur amb més dones que gaudeixin de l'activitat física i/o esport i els beneficis que aquests impliquen, garantint la plena igualtat d'accés, participació i representació de les dones, de totes les edats i condició, en tots els àmbits i a tots els nivells: com a practicants, gestores, dirigents, entrenadores, tècniques, àrbitres, jutgesses, periodistes i investigadores.

Dins aquesta línia de treball, ONA REIVINDICA:

1. Un nou paradigma, una nova actitud i **ESTIL DE VIDA** saludable on la figura femenina té cura del seu benestar físic, psíquic, emocional i social.
2. L'**EQUITAT** en el món de l'activitat física i/o l'esport, tenint en compte les diferències existents entre homes i dones, però sense que aquestes limitin les seves possibilitats.
3. Ser **EXEMPLE** i inspiració per a moltes dones amb l'objectiu de millorar la seva qualitat de vida, despertant en elles l'esperit de lluita, superació i creixement personal.
4. El **SUPORT** i la **COORDINACIÓ** amb institucions o entitats que s'encarreguin de promoure la igualtat entre dones i homes, amb la finalitat d'optimitzar els programes i les accions.



CONSELL INSULAR
DE MENORCA
DEPARTAMENT D'Ocupació, PROJECCIÓ
ECONÒMICA, JOVENTUT I ESPORTS



ONA

DONA
ACTIVITAT
FÍSICA
ESPORT
MENORCA

5. **RESSALTAR** en els mitjans de comunicació una imatge positiva de les dones en l'activitat física i/o l'esport, diversificada, exempta d'estereotips de gènere i com a models d'èxit personal, professional i social.

6. La **DIFUSIÓ**, sensibilització i mobilització del major número de persones possible per tal que s'adhereixin al moviment ONA i contribueixin de manera lliure a la realitat de qualsevol dels punts abans esmentats.

Gràcies a persones com tu, cada dia l'ONADA arriba més lluny.

Moltes gràcies.