

## Que queremos?

- Denunciar que se asigne o traballo de coidados ás mulleres e se exima aos homes deles coma se tratácese da orde “natural” das cousas.
- Facer notar que o traballo nos fogares, invisibilizado pola súa gratuidade, é a base de todo este sistema.
- Pór o mantemento da vida no centro.
- Redistribuír e colectivizar os coidados.
- Rematar cos mercados financeiros porque non teñen en conta ás persoas, nin o ritmo da vida, NON responden as nosas necesidades e están a acabar co planeta.
- Denunciar a plusvalía emocional, afectiva e sexual das mulleres nos fogares.
- Recoñecer o que supón a crianza/educación.
- O dereito a coidar e a non coidar.
- O dereito ao autocoidado e ao coidado.

## Como facer FOLGA DE COIDADOS



Estas son algunhas ideas que podemos seguir, ao mellor despois de polas en práctica non quereremos abandonalas ;D

- Falar coas persoas da túa contorna, amizdes, familia, sobre como distribuír o traballo de coidados e doméstico, a partir da semana do 8, de forma equitativa.
- Organizar o coidado colectivo das e dos pequenos para o día 8.
- Non encargarte de levar aos nenos e nenas ao colexio.
- Non encargarte de lavar, tender, pasar a ferro...
- Non encargarte de preparar a comida para outras persoas.
- Non responsabilizarte de limpar, nin de coidar aos netos e netas.
- Non atender o teléfono na túa asociación nin encargarte da loxística, nin tomar acta nin recoller os vasos de auga.

Este é o eixo máis difícil porque as mulleres paramos pero non poden parar os coidados xa que son imprescindibles para a vida. Para isto, son os homes os que deben asumilos (parella, amigos, familiares...) para que nós poidamos parar.



# marzo

**FOLGA XERAL  
FEMINISTA**  
COIDADOS | CONSUMO | LABORAL | ESTUDANTIL

**Non tires este folleto, pásao a outras  
mulleres e axúdanos a difundir a  
Folga Feminista**

## O sistema do iceberg

O QUE SE VE

MERCADO FINANCIERO  
BANCO BOLSA  
GRANDES EMPRESAS  
ESTADO  
CLASE TRABALLADORA  
PYMES (AUTÓNOMOS/AS)

O QUE NON SE VE

TRABALLO NOS FOGARES  
REPRODUCCIÓN  
PASAR A FERRO  
COCIÑAR  
LAVAR  
COIDADADO PERSOAS MAIORES  
COIDADADO PERSOAS DOENTES  
VESTIR AOS FILLOS E FILLAS  
DISPOSICIÓN SEXUAL E AFECTIVA

### E que é isto do iceberg?

Todo sistema de explotación baséase na plusvalía, é dicir, o que outros gañan cun traballo que ti fas e non che pagan.

#### Mercado financeiro

A súa misión é tirar o máximo beneficio no menor tempo posible.

#### Empresas e estado

Responden ás necesidades do mercado financeiro e oprimen á clase traballadora.

E o ESTADO que fai? Reforma laboral, recortes sociais, en educación, en sanidade, en casas de acollida, en loita contra a violencia machista... para responder á punta do iceberg, é dicir, ao sistema financeiro onde se enriquecen uns poucos.

O Euro ou a vida, señoras!

#### Clase traballadora

Oprimida polas empresas e o estado que chega ao seu posto de traballo como un champiñón, chamémoslle traballador(a) champiñón.

E todo iso á conta de...

#### O TRABALLO OCULTO: Os coidados

Traballo que realizamos nos fogares, nomeadamente as mulleres, para que a traballadora e traballador champiñón vaia comido, lavado e coa roupa pasada a ferro a responder á empresa e o Estado e que á súa vez estes respondan o mercado financeiro.

Sosteríase todo isto sen estes traballos de balde nos fogares?



#### Traballador(a) champiñón

Persoa que de forma case máxica aparece vestida, comida, descansada e coidada cada mañá na porta do seu traballo. Brota todos os días plenamente dispoñible para o mercado, sen necesidades de coidados propias nin responsabilidades sobre coidados alleos, e desaparece unha vez fóra da empresa.

A división sexual do traballo converteuse no segredo da produtividade capitalista, é dicir, conseguir que a metade da humanidade traballe de forma invisible e desvalorizada mentres a outra metade faino asalariadamente e con dedicación completa.

E que pasa cando as mulleres non poden ou non teñen tempo para facerse cargo dos coidados? Trasládase ás avoas ou a persoas inmigrantes se teñen cartos para comprar os coidados no mercado de traballo (moi precario, por certo).