

## Postres i autoestima, dos tallers del Pla local de Política de Dones

Dintre de les activitats que ve organitzant l'àrea de Qualitat de Vida de l'Ajuntament tot seguint el Pla local de Política de Dones, a principis de maig va celebrar-se una sessió de treball entre dones sobre la necessitat de sentir-se a gust amb elles mateixes i evitar tensions associades al fet de no agradar-se. El taller, titulat *Sóc dona iestic bé amb el meu cos*, va plantejar estratègies per millorar l'autoestima i l'acceptació de la pròpia imatge corporal, i també va fer reflexionar sobre el seguiment de dietes miraculoses, el consum de productes d'estètica, la pressió social per tenir un cos extremadament prim i jove, i el risc d'acabar patint trastorns del comportament alimentari. Dirigit per la psicòloga Clàudia Truzoli, el taller va mostrar com, amb la satisfacció del propi cos, el paper de la dona en l'àmbit públic millora considerablement. El fet de sentir-se bé i no patir complexos reforça el paper de cadascuna en l'entorn social i permet ampliar els límits de la llibertat personal.

### DOLÇOS DEL MÓN

D'altra banda, a finals de maig va tenir lloc la cloenda del taller de cuina multicultural que va celebrar-se els mesos d'abril i maig al local de l'Associació de Dones de Roque-



tes, al centre cívic; un acte que va consistir en elaborar uns dels dolços més representatius de les nostres terres: els pastissets.

Aquest taller de reposteria, en què van col·laborar la pròpia Associació i les dones de l'associació Sanad (novingudes procedents de diversos països), va néixer amb l'objectiu d'esdevenir un espai d'intercanvi de coneixements culinaris i culturals entre les dones de la població. Les dones assistents van elaborar dolços típics de la nostra cuina i de les cuines marroquina, gallega, equatoriana i peruana, amb les receptes dels quals, l'àrea de Qualitat de Vida va editar-ne un llibret que es va poder trobar a la tercera edició de la Fira d'Entitats, celebrada el 26 de juny. (Veure pàgina 47.)

## Iniciació a la fotografia, al casal de joves

Dissabte 15 de maig va començar, al casal de joves de Roquetes, un curs d'iniciació a la fotografia, que va ser impartit pel fotoperiodista esportiu Antolí Ortiz. Organitzat per l'àrea de Joventut de l'Ajuntament i adreçat a aficionats al món de la fotografia (amb formació prèvia o sense), el curs formava part de la programació estable de formació continuada que té lloc al casal al llarg de l'any, i va néixer amb l'objectiu que els assistents treguessin el màxim rendiment a les seves fotografies tot aplicant-hi els coneixements més bàsics.

El curs va prioritzar l'aprenentatge a través de la pràctica, per a la qual cosa les classes van tenir lloc al casal de joves, però també al carrer i al camp i en horaris diversos, amb la finalitat de poder treure imatges tant diürnes com nocturnes. El curs, d'una durada de trenta hores, va tractar temes tan diversos com ara el funcio-



nament d'una càmera, tècniques de composició, lents i filtres, el color, el blanc i negre i la llum, o retocs bàsics de fotografia amb programa informàtic.

El curs d'iniciació a la fotografia va celebrar-se els dies 15, 22 i 29 maig i 5, 12 i 19 de juny, i va comptar amb una vintena d'alumnes. Val a dir que els treballs del curs seran exposats al públic durant la setmana de Festes Majors de Roquetes, al casal municipal Hort de Cruells.