

# MARXA PACTE PALMA CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE



PACTE PALMA  
CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE



## 1r NORDIC WALKING CIUTAT DE PALMA

# OXIDOC

**27 de novembre de 2011**  
Plaça de Cort - El Molinar - Platja de Palma  
Sortida: 11h

**Inscripcions gratuïtes als  
centres d'El Corte Inglés**



Informació:  [facebook.com/imepalma](https://www.facebook.com/imepalma) · [www.pactepalma.com](http://www.pactepalma.com) · 971 281 870



Ajuntament  de Palma



## MARXA PACTE PALMA CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE

L'Ajuntament de Palma organitza el proper **diumenge 27 de novembre la Marxa Pacte Palma Contra la Violència de Gènere i el 1r Nordic Walking Ciutat de Palma**, una marxa de caire popular amb tres nivells de distància perquè cadascú es posi la seva fita i expressi el seu rebuig contra la violència de gènere. Els que ho desitgin podran utilitzar els bastons per practicar la modalitat de "caminar-nordic" (també anomenat "Nordic walking", NW), sense que l'ús d'aquest material sigui obligatori pels participants.

El **Pacte Palma Contra la Violència de Gènere** és una iniciativa de compromís social i institucional promoguda per l'Ajuntament de Palma, que té com a objectiu principal avançar cap a l'erradicació de la violència de gènere i cap a una societat basada en els valors de la igualtat entre dones i homes.

Les inscripcions són totalment gratuïtes, i podran inscriure's a la marxa totes aquelles persones que ho desitgin, sense límit d'edat i independentment de les seves condicions físiques, ja que el caràcter de la marxa és popular. Els participants hauran de tenir en compte les distàncies que es proposen per a cada tram de la Marxa i triar el que sigui més adequats a les condicions físiques de cadascun. Les inscripcions es podran realitzar en la pàgina web, les oficines de l'IME i els centres d'El Corte Inglés de Palma:

- **Inscripcions a la web:** a través de la pàgina web [www.pactepalma.com](http://www.pactepalma.com), emplenant un formulari amb un correu electrònic de referència. Les persones que facin la inscripció per web, hauran de passar a recollir el dorsal presencialment per les oficines de l'IME, al Palau d'Esports Son Moix, pels centres d'El Corte Inglés (Avingudes o Jaume III), entregant el comprovant que se'ls enviarà al correu electrònic.
- **A les oficines de l'IME – Palau d'Esports Son Moix:** presencialment, emplenant el formulari amb un correu electrònic de referència. Allà mateix se'ls entregarà el dorsal.
- **Inscripcions Centres El Corte Inglés:** presencialment, emplenant el formulari amb un correu electrònic de referència. Allà mateix se'ls entregarà el dorsal. A més, qui ho desitgi, podrà fer un donatiu de 5 € pel que rebrà un tiquet amb el qual podrà recollir un joc de bastons de Nordic walking, dia 27 a la Plaça de Santa Eulàlia, de les 9,00 fins a les 10,30 hores. Aquest donatiu anirà destinat a "Temps per tu" departament contra la violència de gènere de la Creu Roja.

- Els donatius per a obtenir els bastons només es podran fer als centres d'El Corte Inglés. Hi ha un màxim de 500 jocs de bastons, per tant es donaran tiquets fins a la finalització d'aquesta quantitat.
- Inscripcions en el punt de sortida: les inscripcions també es podran fer el mateix dia de la Marxa, a la Plaça de Santa Eulàlia, a partir de les 9 hores i on es rebrà el corresponent dorsal.

### Mapa del recorregut



### Recorregut i punts d'avituellament

S'han establert 3 nivells de distància:

- 1) Plaça de Cort – Platja del Molinar (3,5 km).
- 2) Plaça de Cort – Ciutat Jardí (5,5 km).
- 3) Plaça de Cort – Platja de Palma (av. de Son Rigo) (12 km).

Els participants podran recórrer el nivell que considerin més convenient per els seus interessos o possibilitats. A cada un dels tres nivells hi haurà un arc d'arribada, amb un punt d'avituellament i d'atenció al participant. De la mateixa manera, el participant tindrà gratuït el transport amb l'EMT, línies que recorren Palma – Platja de palma, amb els dos sentits i des de qualsevol lloc, mostrant el dorsal de participant de la Marxa.





### Recollida de dorsals de darrera hora

Lloc: Plaça de Santa Eulàlia.

Hora: a partir de les 9 hores.

S'habilitaran carpes per a inscripcions de darrera hora i entrega de dorsals.

### Recollida de bastons

Lloc: Plaça de Santa Eulàlia.

Hora: A partir de les 9,00 hores fins a les 10,30 hores (30 minuts abans de la sortida).

S'habilitaran carpes específiques per a l'entrega de bastons.

Per recollir-los serà imprescindible l'entrega del tiquet rebut a qualsevol dels dos centres d'El Corte Inglés a canvi del donatiu de 5 € anteriorment esmentat.

Serà imprescindible l'entrega del corresponent tiquet per a poder rebre els bastons.

### Sortida

Serà a la Plaça de Cort, a les 11 hores.

Abans hi haurà animació, música i missatges informatius sobre el Pacte Palma contra la violència de gènere. També es donaran recomanacions sobre la marxa i les seves característiques.

A les 10,30 hores es farà un reconeixement a totes les entitats col·laboradores amb el Palma Pacte i es farà la lectura del **MANIFEST contra la violència de gènere**.

A l'hora esmentada es donarà la sortida oficial de la Marxa.

### Arribada

Els participants poden arribar a qualsevol dels tres punts abans esmentats: fins a la Platja del Molinar (3,5 km), Ciutat Jardí (5,5 km) i a la Platja de Palma-Restaurante Asadito (12 km).

En arribar al final del recorregut total (Platja de Palma - Restaurante Asadito) es trobaran amb música, atraccions infantils i per majors, exhibicions de Kangoo i Zumba. Es farà entrega dels premis als dos grups inscrits i participants més nombrosos, que seran dos vals d'El Corte Inglés de 200 i 100 € canviabls per material esportiu. També hi haurà un refrigeri gentilisa del Restaurante Asadito.



## Transport gratuït

L'EMT posa a disposició el transport gratuït de la línia Palma - Platja de Palma, en ambdós sentits, amb la presentació del dorsal. Des de qualsevol dels punts del recorregut es podrà agafar l'autobús públic i desplaçar-se fins el punt d'interès.

## Premis

S'atorgarà el premi al dos col·lectius més nombrosos.

Per a optar a aquests premis en el moment de la inscripció individual s'haurà d'apuntar el grup al qual es pertany. En tot cas l'associació o entitat que vulgui participar haurà de entregar a la organització la relació de les persones del grup que s'han inscrit a la marxa.

## Serveis metges, ambulàncies i seguretat

Totes les persones participants estaran cobertes durant la Marxa per una assegurança d'assistència mèdica in situ o en un centre hospitalari, per les lesions que es puguin produir a conseqüència de la seva participació; i una altra assegurança de responsabilitat civil. Hi haurà serveis metges i ambulàncies assistencials de Creu Roja en diferents punts del recorregut. La Policia Local de Palma se encarregarà de vetllar per la seguretat de les persones participants durant el recorregut.

## Guarda-roba

A la plaça de Cort s'instal·larà un servei de guarda-roba on les persones participants podran deixar les seves bosses i pertinences. Tan sols es podrà recollir a l'arribada de Platja de Palma (Restaurant Asadito).

## Recomanacions

- Aquesta Marxa Palma pacte contra la violència de gènere no és una cursa competitiva si no una passejada que té com a objectiu l'adhesió al Manifest Palma Pacte i gaudir d'una jornada activa i saludable en companyia d'altres persones.
- En arribar a Cort dirigiu-vos a la Plaça de Santa Eulàlia si heu de recollir, dorsals, bastons o per a inscripcions de darrera hora.



- És imprescindible entregar el tiquet del donatiu efectuat en algun dels centres d'El Corte Inglés per a recollir el joc de bastons.
- No és obligatori l'ús de bastons per participar en aquesta marxa, en cap de les seves distàncies.
- Aproveiteu els punts d'avituallament per prendre líquids i fruita i mantenir les forces per a continuar fins la pròxima fita d'arribada.
- Es prega **NO CAMINEU PEL CARRIL BICI** que està senyalitzat durant tot el recorregut. Penseu que aquest espai és per ús exclusiu de les bicis i caminar o creuar-los pot provocar accidents.
- Porteu calçat i roba còmoda i adequada a la climatologia del dia.
- Adapteu la distància a recórrer segons les vostres capacitats, possibilitats i interessos. Ja sabeu que podeu arribar a la meta final utilitzant el transport públic gratuïtament.
- Penseu que no podreu recollir allò que hagueu deixat en el servei de guarda-roba fins arribar a la meta final de la Platja de Palma.

### Otras actividades

Paral·lelament a la celebració de la Marxa Pacte Palma contra la Violència de Gènere i 1r Nordic Walking Ciutat de Palma 2011 se celebraran uns actes per donar a conèixer aquesta nova activitat esportiva anomenada Nordic Walking.

El 24 de novembre, al **Centre de Cultura de Sa Nostra** (carrer Concepció, 12, Palma), es realitzarà una xerrada sobre els seus beneficis en una jornada que portarà per títol "Palma Nordic walking: activitat saludable". En concret, José Manuel Fernández, entrenador internacional de Nordic walking, parlarà sobre el present i futur d'aquest esport; Teo Cabanes, metge responsable del Servei de medicina esportiva del Consell de Mallorca, explicarà el valor saludable i accessible que suposa la seva pràctica; Edu Gaviño, responsable de l'Associació Nòrdic walking Palma, exposarà les seves possibilitats turístiques, i Neus Mateu, gerent d'Esports de l'Ajuntament de Sant Antoni d'Eivissa, comentarà l'interès municipal per aquesta activitat.



Durant els dies 25 i 26 de novembre, també es realitzaran unes **jornades d'iniciació a la tècnica del Nordic Walking** per a principiants i per a aquells que vulguin participar en la 1r Nordic Walking Ciutat de Palma 2011.

Hi haurà sessions teòriques bàsiques seguides de la seva corresponent pràctica, impartides per monitors de les associacions participants. Així, divendres 25, José Manuel Fernández, de NPWEA, donarà la seva classe al Parc de sa Riera de 10.30 a 12 hores, i Xisco Fiol, de NWSALUT, farà el mateix al Parc de ses Estacions de 18 a 19.30 hores.

El dissabte 26 les classes d'aprenentatge es traslladaran al bosc del Castell de Bellver de 10.30 a 12 hores i seran impartides per Rafa Porcel, de NWCIUTAT, i Edu Gaviño, de NWPALMA.

**Més informació: [www.pactepalma.com](http://www.pactepalma.com) – [www.facebook.com/imepalma](https://www.facebook.com/imepalma).  
Telèfon: 971 281 870.**

Programa de la MARXA PACTE PALMA CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE  
i del 1r NORDIC WALKING CIUTAT DE PALMA 2011

**JORNADA PALMA NORDIC WALKING: ACTIVITAT SALUDABLE**

**DATA:** 24 de novembre de 2011.  
**HORARI:** de 19 a 21 hores.  
**LLOC:** Centre de Cultura de Sa Nostra. Aula 1.  
Carrer de la Concepció, 12. Palma.

- 19.00 **Acte d'inauguració de la jornada:** sr. Fernando Gilet Sancenon, Tinent de batlia de Cultura i Esports de l'Ajuntament de Palma.
- 19.10 Ponència: "**Present i futur del nordic walking**", sr. José Manuel Fernández, Coach internacional de nordic walking.
- 19.30 Ponència: "**NW, activitat saludable i accessible per a tothom**", sr. Teo Cabanes, Metge responsable del Servei de Medicina Esportiva del Consell de Mallorca.
- 19.50 Ponència: "**Possibilitats turístiques del NW a Palma**", sr. Edu Gaviño, Responsable de l'Associació Nordic Walking Palma.
- 20.10 Ponència: "**NW, una activitat social d'interès municipal**", sra. Neus Mateu, Gerent d'Esports de l'Ajuntament de Sant Antoni d'Eivissa.
- 20.30 **Taula rodona dels ponents i col·loqui amb els assistents.**

**INICIACIÓ AL NORDIC WALKING PER A DEBUTANTS**

**DATA:** 25 i 26 de novembre de 2011.

25 de novembre al Parc de sa Riera, de 10.30 a 12 h. Sr. José Manuel Fernández, de NPWEA.  
25 de novembre al Parc de ses Estacions de 18 a 19.30 h. Sr. Xisco Fiol, de NWSALUT.  
26 de novembre al Bosc de Bellver, de 10.30 a 12 h. Sr. Rafa Porcel, de NWCIUTAT, i Edu Gaviño, de NWPALMA.

Iniciació a la tècnica del nordic walking per a persones debutants en aquesta activitat.  
Sessió teòrica bàsica, seguida de la corresponent pràctica.  
Activitat oberta a tothom que hi vulgui participar. Activitat gratuïta, inscripció al mateix lloc.  
Cessió gratuïta de bastons d'NW per a fer les pràctiques.



**MARXA PACTE PALMA CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE I 1r NORDIC WALKING  
CIUTAT DE PALMA 2011**

**DATA:** 27 de novembre de 2011.  
**HORARI:** 11 hores a la plaça de Cort.  
**RECORREGUT:** Plaça de Cort - platja del Molinar (3,5 km) - Ciutat Jardí (5,5 km)  
- Platja de Palma: avda. de Son Rigo, Rest. Asadito (12 km).

**PROGRAMA:**

**Marxa Pacte Palma contra la Violència de Gènere:** marxa de caire popular amb tres nivells de distància perquè cadascú es posi la seva fita i expressi així el seu rebuig contra la violència de gènere.

**1r Nordic Walking Ciutat de Palma - Oxidoc:** jornada per a tots els practicants i els possibles interessats a conèixer aquesta activitat que emergeix amb gran força dins els hàbits esportius de la ciutadania. Es podrà realitzar l'activitat com a passejada sense ser obligatori l'ús dels bastons.

**Transport gratuït** de l'EMT (línia Platja de Palma) amb la presentació del dorsal.

**Arribada:** Platja de Palma. Restaurant Asadito. Fi de festa.

**INSCRIPCIÓ:**

- Per internet a [www.pactepalma.com](http://www.pactepalma.com).
- A les oficines de l'IME. Palau d'Esports Son Moix (9-14 hores).
- Centres El Corte Inglés d'Avingudes i Jaume III (horari comercial):  
l'organització posarà fins a 500 parells de bastons de NW a disposició dels interessats, a canvi d'un donatiu de 5 € destinat a "Temps per Tu" (atenció a víctimes de la violència de gènere) de Creu Roja.

Es posaran fins a 500 parells de bastons de NW a disposició dels interessats abonant un donatiu de 5 € destinats a "Temps per Tu" (contra la violència de gènere) de Creu Roja.

**Més informació:** [www.pactepalma.com](http://www.pactepalma.com) – [www.facebook.com/imepalma](http://www.facebook.com/imepalma).  
**Telèfon:** 971 281 870.



## **PACTE PALMA CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE**

### **PACTE PALMA CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE**

Les persones, associacions, entitats públiques o privades i l'Ajuntament de Palma, signants d'aquesta crida "Pacte Palma contra la violència de gènere" volem treballar per una ciutat sense violència de gènere i amb una atenció de qualitat a les persones que en pateixen.

Sabem que:

- La violència que s'exerceix contra les dones pel fet de ser-ho, és un fenomen mundial, que constitueix una causa de mort de primera magnitud i un atemptat contra la dignitat humana.
- Té la seva arrel en la desigualtat històrica entre dones i homes, i la seva manifestació, mitjançant la violència física, psicològica o sexual, els abusos, l'assetjament, o la prostitució..., és present en molts d'àmbits de les relacions personals i socials, també a la ciutat de Palma.
- Gràcies al canvi de valors que comportà la democratització de la societat, i a la tasca inicial del moviment feminista, la violència cap a les dones ha passat de ser considerada una circumstància privada a ser considerada una qüestió pública, ja que tant les causes com les conseqüències tenen un abast que afecta el conjunt de la societat.
- Actualment aquesta forma greu de desigualtat té la contestació del marc legal, de la iniciativa de les administracions, de l'acció de col·lectius socials que hi treballen seriosament en contra, i de la ciutadania, la qual cosa possibilita la millora en la intervenció i la implicació de tothom cap a la tolerància zero.

L'Ajuntament de Palma, com a administració propera i competent, prioritza tant les accions destinades a la prevenció i eradicació, com aquelles de protecció i atenció integral de les persones que n'han patida, per fer que guanyin terreny els models de convivència basats en el respecte i la col·laboració entre dones i homes.

Conscients que serà el compromís, la suma d'esforços i la col·laboració de tothom el que facilitarà l'avenç, es plantegen les següents fites comunes:

- Fer visible la realitat de la violència contra les dones, condemnar les seves manifestacions i donar a conèixer la vertadera dimensió del problema i les conseqüències sobre les víctimes directes i indirectes (filles i fills).
- Donar suport a les víctimes mitjançant les accions i actuacions necessàries per superar la situació de violència, respectant les seves decisions i iniciatives, i facilitant els mitjans i l'accés als recursos.



**PACTE PALMA  
CONTRA LA VIOLÈNCIA  
DE GÈNERE**

- Divulgar els recursos, accions i mesures que afavoreixen l'eradicació de la violència contra les dones, i reforçar els models socials que permetin la resolució de conflictes de forma no violenta, fomentant l'educació per a la pau.
- Assolir el compromís d'actuar contra tot tipus de violència, fomentant i transmetent models no sexistes i de respecte a la igualtat de dones i homes.

L'adhesió suposa el compromís amb aquestes fites. La unió de compromisos per assolir-les, mitjançant el pacte, farà possible el canvi progressiu de la situació a Palma, i construir una societat on dones i homes puguem desenvolupar-nos, participem i tinguem accés a la presa de decisions en termes d'igualtat.

Serveis municipals:

- Servei d'atenció social integral a víctimes de violència de gènere.
- Projecte Mentories.
- Servei municipal d'atenció a persones maltractadores dins l'àmbit de la relació de parella.
- Serveis residencials per a víctimes de violència de gènere intervencions grupals i tallers per a víctimes de violència de gènere.

**CONTACTE**

**c/ Ferreria, 10, 3r pis.**

**T. 971 227 400.**

**Fax: 971 721 628.**

**Adreça electrònica: [violenciagenere@a-palma.es](mailto:violenciagenere@a-palma.es)**

**Web: [www.pactepalma.com](http://www.pactepalma.com)**

**Horari d'atenció:**

**De dilluns a divendres, de 9.00 a 14.00 h.**

**Dimarts, de 16.00 a 18.30 h, o un altre horabaixa per necessitats de l'atenció.**