

BOLETÍN DE EMPLEO E IGUALDAD

SOIB - ORIENTACIÓ ITINERARIS INTEGRALS D'INSERCIÓ

HA ESTAT PROMOIGUT PEL SOIB I HA COMPTAT AMB EL COFINANÇAMENT DE LA UNIÓ EUROPEA (FSE+)

ORIENTA-USO

ESPECIAL NAVIDAD

COMUNIDAD ORIENTA

ENTREVISTAS A PARTICIPANTES

RESUMEN DE ACTIVIDADES

INFOGRAFÍAS IGUALDAD-MEDIO AMBIENTE

CONVENIOS CON EMPRESAS Y ENTIDADES

AGRADECIMIENTOS



NÚMERO XVII

ORIENTA

SOIB-ITINERARIOS INTEGRALES DE INSERCIÓN

Los Itinerarios Integrales de Inserción que desarrollamos desde el programa ORIENTA – SOIB Orientació Itineraris Integrals d'Inserció, ha sido promovido por el SOIB y ha contado con la cofinanciación de la Unión Europea (FSE+), están dirigidos a personas que afrontan especiales dificultades de acceso al empleo. Ofrecemos un acompañamiento individual, personalizado e integral.

A través de diversas actuaciones, cada participante construye su proyecto profesional, integrando sus necesidades personales con las demandas del mercado laboral. **El objetivo final es facilitar su inserción en el mercado de trabajo de forma estable y sostenible.**

¿Qué ofrecen los Itinerarios Integrales de Inserción?

Un conjunto coordinado de acciones orientadas a mejorar las oportunidades de empleo:

- Orientación laboral personalizada, flexible y adaptada a cada situación.
- Entrenamiento en técnicas de búsqueda de empleo: elaboración de currículums, preparación de entrevistas, uso de portales de empleo, derivaciones a entidades y empresas.
- Acompañamiento y apoyo durante todo el proceso de inserción.
- Formación específica para el empleo, ajustada a los perfiles y necesidades detectadas.
- Talleres de empoderamiento, motivación, autoestima, igualdad, derechos y deberes laborales, mantenimiento del puesto de trabajo, proyecto de vida, entre otros.

En **ORIENTA entendemos la Orientación Laboral como un proceso de desarrollo tanto profesional como personal.** Por ello, facilitamos herramientas, competencias y recursos que permiten avanzar con seguridad, siempre desde la escucha activa, la empatía y el respeto hacia cada persona participante.

Asimismo, consideramos fundamental atender la dimensión sociofamiliar, económica, formativa, educativa y motivacional de cada participante. Esta visión global nos permite diseñar Itinerarios Integrales realmente personalizados, capaces de favorecer una inserción laboral eficaz y en el menor tiempo posible.

orienta.usoib.es

Coordinación:

Raquel Hernández Adrián

Equipo Técnico:

Emma Sabio Domínguez

Patricia Mizrahi Cengarle





ORIENTA-USO ESPECIAL NAVIDAD

Un año más, desde **ORIENTA** queremos cerrar este ciclo con un pequeño regalo:

Nuestro tradicional BOLETÍN ESPECIAL edición NAVIDAD de Empleo e Igualdad dedicado, sobre todo, dirigido hacia quienes dan sentido a nuestro trabajo. Este espacio pretende ser un homenaje a todas las personas que han confiado en nosotras, un lugar donde poner rostro y voz a quienes han formado parte de esta comunidad que crece y se transforma.

Porque cada una de vosotras y vosotros importa.

Importan quienes estáis hoy, y también quienes pasasteis por aquí en algún momento.

Son ya más de ocho años acompañando procesos vitales complejos, recibiendo a personas que se encuentran temporalmente en situación de desempleo y que, con el apoyo de un equipo especializado, convierten un momento difícil en una oportunidad para reconstruir, reinventarse y volver a empezar.

Miramos hacia el próximo año con la misma ilusión.

Seguiremos abriendo nuestras puertas para ofrecer una atención integral, cercana y profesional a todas las personas que lo necesiten. ORIENTA evoluciona cada año: incorporamos una mirada más global, herramientas más innovadoras y metodologías que ponen el foco en el empoderamiento personal, para que la experiencia sea realmente transformadora.

Queremos estar a tu lado cuando lo necesites, pero sobre todo queremos ayudarte a fortalecer tu autonomía. Nuestro objetivo es que puedas avanzar con seguridad hacia tus metas, con recursos que te permitan caminar por ti mismo/a, sin depender de apoyos externos.

En ORIENTA trabajamos para que puedas hacer frente a las circunstancias adversas y aprender a generar escenarios más favorables para tu bienestar personal y profesional.

Queremos acompañarte en la construcción de un proyecto propio, sólido y optimista.

Si deseas formar parte de un programa consolidado, que ofrece una atención personalizada, integral y orientada al crecimiento profesional y personal, puedes solicitar tu cita llamando al **971 27 79 14** o escribiendo a **orienta@usoib.es**.

Requisitos de acceso:

- Tarjeta de demanda de empleo actualizada (DARDE-SOIB)
- DNI / NIE

Recordamos que ORIENTA es un programa dirigido a personas que, por distintas circunstancias, se encuentran en situación de especial vulnerabilidad en su acceso al mercado laboral.

Nuestro equipo valorará tu perfil para ofrecerte la atención más adecuada a tus necesidades.

COMUNIDAD ORIENTA

En ORIENTA, las personas participantes sois el auténtico motor que da vida al programa.

Cada logro, cada avance y cada pequeño paso forma parte de vuestro propio camino, y queremos celebrarlo. Detrás de cada una de vosotras hay una historia única: trayectorias diversas, retos personales y decisiones valientes que, de una manera u otra, os han traído hasta aquí.

Nuestro propósito es ofreceros un espacio donde vuestra voz pueda escucharse y donde vuestro esfuerzo se haga visible.

Compartir estas experiencias nos permite conocernos mejor y, al mismo tiempo, inspirar a otras personas que puedan beneficiarse de programas como ORIENTA-USO y de los Itinerarios Integrales de Inserción, posibles gracias a la colaboración del SOIB y a la financiación del FSE+.

Deseamos que disfrutéis de estas páginas, llenas de testimonios reales de compañeras y compañeros que han querido abrirnos una ventana a su recorrido personal y profesional.

**A todas y todos vosotros, con gratitud y admiración:
GRACIAS.**

**Este año queremos hacer una mención especial a
nuestro apreciado**

Juan Carlos Carretero Rodríguez

Una persona que ha demostrado una constancia ejemplar. Con esfuerzo y determinación ha logrado un empleo fijo, y lejos de detenerse, sigue formándose para mejorar sus condiciones laborales, sin dejar que la edad o las dificultades limiten sus metas.

Gracias por tu valentía, por tu compromiso y por recordarnos que nunca es tarde para avanzar.

Enhorabuena por tus logros Juan Carlos.

Tu ejemplo inspira.





EVA SANTIAGO GALERA

Me llamo Eva y, si algo define mi camino, es que nunca me he rendido. A lo largo de mi vida he trabajado de casi todo: en cocinas, como camarera, dependienta... y hasta en el sector náutico, donde llegué a ser oficial de 3ª en mantenimiento de embarcaciones. En un equipo de 80 hombres, yo era la única mujer. Y lejos de intimidarme, fue una de las mejores etapas de mi vida. Aprendí muchísimo, me sentí apoyada y descubrí que puedo con cualquier reto que se me ponga por delante.

Hoy trabajo en limpieza en uno de los hospitales más importantes de Mallorca, y estoy feliz. Ese era mi objetivo y lo conseguí gracias a mi empeño y también al acompañamiento de Orienta, que no solo me ayudó a encontrar el trabajo, sino a prepararme, a confiar y a impulsarme cuando más lo necesitaba.

Nací en Mallorca, aunque he vivido gran parte de mi vida en Sevilla. Por eso me siento muy andaluza: ese carácter alegre, cercano, lleno de risas y buen humor... eso



me representa. Porque claro que la vida tiene penas, pero yo elijo vivir con una sonrisa. Soy sociable, me gusta bromear, y al mismo tiempo sé ponerme seria cuando toca trabajar. El humor es mi motor, y también lo comparto con mi amiga Paola, a la que quiero muchísimo y que siempre ha estado ahí desde que volví de Sevilla.

Ahora estoy en otro momento. Tranquila, centrada, con un trabajo estable y sabiendo lo que valgo. He aprendido a animarme sola, a mirar hacia adelante y a confiar en mi fuerza. Y si tengo que hablar de mi mayor motivación, esa es mi hijo, Jose David. Él es mi alegría, mi orgullo y mi impulso. Nos encanta ver series juntos —*La que se avecina*, *Goku* y muchas más— y esos ratos son mi tesoro.

Mis objetivos hoy son: que a mi hijo nunca le falte nada, educarlo en mis valores y construir una vida estable, con tranquilidad, trabajo y hogar. Paso a paso, con esfuerzo, humor y corazón. Y, por supuesto, gracias al equipo de Orienta por caminar conmigo. Porque no solo me ayudaron a encontrar un empleo, sino a encontrar también una parte de mí que hoy me hace sentir fuerte y capaz.



SOLANGEL TEJADA DE LOS SANTOS

Mi nombre es **Solangel Tejada de los Santos** y soy de la **República Dominicana**, un país precioso con paisajes maravillosos.

Tenemos un clima tropical siempre cálido, ideal para disfrutar de nuestras playas, ríos y cascadas en las montañas que atraen visitantes de todo el mundo.

La comida dominicana es otro orgullo: carnes asadas, sazón triturado parecido a vuestro sofrito, cilantro que realza el sabor y, por supuesto, las habichuelas guisadas con arroz y pollo, un plato delicioso que recomiendo a todos.

Aunque adoro mi país, España también es un lugar precioso. **Mallorca me enamoró desde el primer día:** sus playas, su tranquilidad, su gente y su forma de vivir hicieron que decidiera quedarme. Aquí he formado mi vida, rodeada de mis hijos y nietos.

Pronto se cumplirán 27 años que estoy viviendo en España. Llegué primero con mi hija pequeña, que hoy tiene 31 años, y con esfuerzo logré traer más adelante a mis hijos mayores. Mi hijo menor nació ya en España y pronto cumplirá 17 años.

Aquí nos sentimos bien recibidos y, gracias al turismo, siempre hay oportunidades para quienes desean trabajar. **Yo creo firmemente en el esfuerzo, en ganarse el pan con dignidad y en “doblar el lomo” cuando hace falta.**



Deseo que disfruten de la Navidad en familia, con salud, armonía y mucho cariño. Con trabajo, perseverancia y la ayuda de Dios, todo es posible.

Suerte y felices fiestas.



Estoy profundamente agradecida a mi orientadora y a todo el equipo de Orienta-USO.

Desde el primer día me han tratado con cariño, paciencia y una humanidad que no se olvida. Ellas nos acompañan de verdad: ofrecen orientación, talleres, actividades, formación, competencias digitales e incluso inglés. Estudiar mientras se trabaja y se lleva una casa no es fácil, pero gracias a su apoyo siento que puedo avanzar poco a poco.

Este año he trabajado unos cinco meses y aunque pronto finalizará mi contrato, no tengo miedo a que termine, porque sé que con esfuerzo y con el apoyo de Orienta volveré a encontrar una nueva oportunidad. Mi objetivo es lograr un contrato indefinido, y confío en conseguirlo.

Para mí, las orientadoras de USO son como mi familia en España, mis hermanas, mis amigas. Me enseñan a superarme, a luchar, a no rendirme y a caminar con dignidad y profesionalidad. Han estado a mi lado en momentos en los que me sentía desanimada. Ellas creen en mí, y eso me ha ayudado a creer también en mis capacidades y en lo que puedo ofrecer en cualquier empresa.

Mi fe en Dios es un pilar fundamental en mi vida. Él me guía por el camino del amor, el perdón y la bondad. **Creo que tratar a los demás con cariño y respeto puede transformar corazones** y mejorar la actitud de las personas. Dios me ayuda cada día a ser mejor y a mirar a todos con igualdad y compasión.

Agradezco de corazón a Orienta-USO por su cariño, su apoyo incondicional y su profesionalidad. Gracias por levantarnos cuando caemos, por enseñarnos a mirar hacia adelante y por acompañarnos siempre con tanto amor.



JACQUELINE GUEYE

Me llamo **Jacqueline Gueye** y vengo de **Senegal**. Tengo dos hijos, que dejé allí al cuidado de mi madre. Decidí venir a España buscando una vida mejor para nosotros. En África hay trabajo, sí, pero los salarios son muy bajos y es difícil salir adelante. Además, el padre de mis hijos falleció, y ese momento marcó mi vida.

Me dije: **“¿Por qué no ir a España? ¿Por qué no intentar construir un futuro mejor para mí y para mis hijos?”**

España es un país que quiero mucho. Aquí he encontrado personas buenas, amables, y también oportunidades laborales. El salario permite vivir y, además, enviar dinero a la familia en África, algo muy importante para mí.

Cuando llegué, conseguí trabajo enseguida, pero después de terminar ese primer contrato me quedé sin contactos y no lograba encontrar otro. Enviaba mi currículum, pero nadie me llamaba. Entonces escuché hablar de **USO y su programa ORIENTA**, y me inscribí gracias a mi amiga Dounia, quien me ayudó desde el principio.

Fue entonces cuando conocí a mi orientadora. No es solo una orientadora, es una buena mujer, una amiga y una hermana. Me ha ayudado muchísimo, tanto en el trabajo como en mi vida diaria. Gracias a su acompañamiento y a su apoyo constante, hoy tengo dos trabajos, uno por la mañana y otro por la tarde.

Cada vez que me quedo sin empleo, le escribo y ella siempre busca soluciones, llama a empresas, envía mi currículum y habla bien de mí. Y lo noto, porque en cada trabajo nuevo lo primero que me dicen es: **“Nos han hablado muy bien de ti, eres una buena persona.”**



No me arrepiento de haber venido a España. En África trabajaba, sí, pero el sueldo no era suficiente. Aquí, aunque la vida también tiene sus dificultades y algunas cosas son caras, puedo vivir bien y ayudar a mi familia. Además, aquí he vuelto a casarme. Mi marido es un hombre bueno que me apoya mucho, trabaja y me comprende. No me arrepiento de formar una nueva vida aquí.

Al hamdoulilah, gracias a Dios.

También quiero agradecer a USO y a su orientación. Siempre que termino un contrato, gracias a su apoyo encuentro otro. Me siento acompañada, valorada y respetada. Y no puedo dejar de mencionar las **formaciones**, que para mí han sido muy importantes: clases de inglés, de español y formación laboral. Todo esto me ha ayudado a crecer, aprender y seguir avanzando. Estoy muy feliz de formar parte de este programa. Aquí encontré información, orientación y oportunidades. Solicité trabajo y hoy puedo decir que me siento **realmente satisfecha y muy feliz**.

A todas las personas que me han acompañado en este camino, especialmente a las orientadoras de ORIENTA. **Muchísimas gracias, de corazón.**



La vida nos conduce por caminos insospechados.

Mi nombre es Rodi, soy cubano y estoy radicado en Mallorca.

En Cuba fui profesor desde muy temprana juventud, impartiendo clases en los lugares más necesitados de profesores dado su lejanía y ausencia de escuelas.

De este modo hice mis estudios de pedagogía y dediqué toda mi vida a la educación, pasando por los diferentes niveles hasta jubilarme en la Universidad de la Habana.

Entonces decidí explorar nuevos horizontes pensando en la cercanía de mi hijos y ayudar en el logro de sus sueños. Así llegué a Mallorca.

Llegamos en febrero del 2019, y decidí invertir en un negocio, lo cual llegué a hacer en diciembre de ese año, en el mercado de Pere Garau. Aquí empezaron a frustrarse los sueños; llegó el COVID, y además para colmo los resultados de mis analíticas confirman que padecía de un cáncer.

El mundo se me cayó encima, pero pude operarme y lo fundamental, **"estoy vivo"**.

Después de esto la convalecencia y a buscar trabajo, desafortunadamente fueron de corta duración.

Este año en un encuentro en el SOIB, una funcionaria muy amable **me recomendó el programa ORIENTA, en USO.**



Eso fue genial, desde el momento en que me recibieron **me sentí muy acogido y me orientaron en todo lo que debía hacer para encontrar trabajo, me hicieron sentir que todavía podía.**

En estos andares fuí llamado por la Fundación ASPACE, que se dedica a la atención de personas con parálisis cerebral. Fui contratado como monitor.

Entonces sucedió algo que no esperaba, los chicos y chicas que cuidamos a pesar de sus limitaciones, son capaces de expresar su cariño de forma tal, que me han robado el corazón y llenado de alegría esta etapa de mi vida.

Moraleja: Todos somos útiles.

Gracias a la Vida.

Gracias USO

GRACIAS ORIENTA



NANCY E. VENEGAS GUERRERO

Mi nombre es Nancy.

Soy una persona alegre, humanitaria y solidaria. Me encanta ayudar a los demás, también me gusta dar y recibir consejos. Soy cariñosa, noble y creo que eso es parte de la esencia que me mueve en la vida: trabajar, ser feliz y compartir con otros todo lo que sé y lo que he aprendido.

De pequeña soñaba con ser cocinera y tener mi propio restaurante... ¡y lo conseguí!

También cumplí el sueño de mi madre, que siempre quiso verme como auxiliar de enfermería. He tenido una vida llena de metas, pero si hay algo que considero un verdadero logro es haber superado un matrimonio de 25 años. Fue un proceso duro, pero salí adelante con más fuerza, más claridad y más amor propio.

Hoy trabajo, estoy estable y he conseguido algo que nunca pensé: **tener mi propia casa**, gracias a las oportunidades que este país me ha dado y al esfuerzo de cada día. Mi objetivo siempre ha sido hacer las cosas bien y estar bien con todos.



Pasar por ORIENTA ha sido muy positivo para mí. He aprendido muchísimo: desde manejar mejor internet, hasta mejorar mi inglés y estar al día con todo lo relacionado con el mundo laboral. Me ha dado herramientas, conocimientos y, sobre todo, confianza.

Un sueño que deseo con fuerza es reencontrarme con mis hermanos, que están en Perú. Hace casi 10 años que no los veo. Me encantaría volver a reunirnos, recordar nuestra infancia —tan bonita a pesar de las necesidades— y abrazarlos como antes.

Hoy doy gracias a Dios por tener salud, por todo lo que he conseguido y por las personas que han aparecido en mi camino.

Solo deseo que haya paz, unión en las familias y amor, a pesar de las diferencias. Y que nunca falte trabajo para nadie.



ANA LETIZIA CALLEJAS

En **El Salvador** vivíamos una situación muy difícil y complicada, marcada por las pandillas y la delincuencia.

Los jóvenes, al ir creciendo, eran amenazados para unirse a las maras. En el caso de mi hijo y mi sobrina no pasó exactamente eso, pero sí nos presionaban para cobrar la llamada "renta", amenazándonos con matar a mi sobrina.

Estábamos aterrados y muy preocupados; necesitábamos salir del país. Ir a Estados Unidos era muy difícil, y venir a España también parecía complicado porque no conocíamos a nadie. Sin embargo, al ver en YouTube que la Cruz Roja ofrecía ayuda y refugio, pensamos que tal vez tendríamos más apoyo. Además, viajar a España era posible con pasaporte, mientras que para Estados Unidos necesitábamos visa.

Teníamos miedo de que no nos dejaran entrar o de ser deportados. Finalmente, hablando con una amiga, decidimos venir como turistas. Para hacerlo, tuvimos que vender todo lo que teníamos: muebles y pertenencias, todo.

Al llegar a España, pedimos refugio. Mi hermana y sus dos hijas fueron al exconvento de San Juan de Dios, y mi hijo y yo a ca l'Ardiaca. Durante un tiempo nos fueron cambiando de refugio y fue muy difícil, sobre todo porque coincidió con la pandemia.

Desde que llegamos, una de las cosas que más valoramos es el apoyo que hemos recibido en España.

Hemos trabajado, aunque muchas veces sin estar dados de alta, porque no había otra opción. Yo sufrí muchos dolores de cabeza y migrañas, pero tuve la suerte de recibir una atención sanitaria excelente que me ha ayudado mucho, algo que en mi país nunca pude conseguir.



Al cumplir tres años en España, pudimos presentar los documentos para el arraigo social y, gracias a Dios, **ahora tenemos nuestro permiso de residencia y trabajo.** Mi hijo y yo hemos iniciado también el proceso de nacionalidad y seguimos trabajando y buscándonos la vida de la mejor manera posible.

Quiero destacar especialmente la labor de ORIENTA-USO, cuyo equipo me ha ayudado enormemente en la búsqueda de empleo.

Gracias a ellas he encontrado muchas oportunidades de trabajo y he podido escoger entre diferentes opciones.

También **destaco el papel del SOIB, que financia estos programas** y permite que el apoyo al empleo y la inserción laboral funcione de manera efectiva.

Creo que venir a España ha sido la mejor decisión de nuestra vida.

Estamos muy agradecidos con Dios y con las leyes españolas, que nos han brindado apoyo y nos han acogido.



NADIA MARÍA CASANOVA GUTIÉRREZ



Mi nombre es Nadia y vengo de Venezuela. Soy enfermera, divorciada y madre de dos hijos. Aquí en España vivo con mi hijo mayor, mi Albertico. Llevo ya dos años en el país y hoy trabajo con una familia mallorquina que siento como parte de la mía.

Decidí emigrar por razones políticas y sociales, por la inseguridad y la insalubridad que se vive en mi país. Como enfermera, veía esa realidad todos los días: hospitales sin recursos, un sueldo que no alcanzaba y un coste de vida imposible. A eso se sumaba la descomposición social, la pérdida de valores y la corrupción de cuerpos policiales que en vez de proteger, generaban miedo. Son temas duros, y prefiero no volver a ellos.

Elegí España porque compartimos idioma y porque veía un país en evolución, donde podía tener un futuro estable y cumplir mis metas profesionales. **En mi caso, quiero trabajar como profesional de la salud.**

Desde pequeña quise ser enfermera. Mi madre lo era, y también mi tía Alicia.

Crecí acompañándolas en su trabajo: resolvían problemas, hacían curas, atendían a quien lo necesitaba. Recuerdo que con 9 años cosí una herida grave de mi perrito. Es una profesión hermosa; muchas veces los pacientes no solo necesitan medicinas: necesitan sentir una mano, una voz que diga "todo va a estar bien".

Mi familia es mi motor. Pienso mucho en mi papá, que ya falleció; en mi mamá, de 86 años, que vive con mi hijo menor en Michelená, en la frontera con Colombia. A quienes somos de allí nos llaman "gochos", y yo soy orgullosamente gocha. También pienso en mis hermanos: somos cuatro, yo soy "la cría", y todos tenemos profesiones que hemos desarrollado con esfuerzo.

Agradezco a España por abrirme las puertas y a organismos como SOIB y USO, que me han orientado para seguir avanzando.

Gracias a Orienta, con su acompañamiento tan empático y resolutivo, ahora estoy buscando acreditar mis competencias para conseguir un trabajo estable. Empiezo a ver la luz al final del túnel, aunque aún quede camino por recorrer.



BABACAR NDIAYE

Soy un chico senegalés que llegó a Mallorca en 2006... y desde entonces no me he movido de aquí. Vine buscando lo que en mi país no tenía: un trabajo estable, un futuro más seguro.

Con el tiempo he podido traer a mi familia y construir una vida. **Mis hijos han nacido aquí y, aunque no lo sea de nacimiento, me siento “casi” mallorquín.**

De pequeño soñaba con hacer el servicio militar. Hice primaria y secundaria, pero en el fondo siempre me tiró el trabajo de campo, la naturaleza, la vida al aire libre.

Gracias a mi relación con **USO**, un sindicato que siempre me ha apoyado y al que estoy muy agradecido, conocí el programa **ORIENTA**. Ellos fueron quienes, al ver mis intereses, me animaron a hacer un curso de jardinería... y fue todo un acierto.

El curso me ha parecido maravilloso: he aprendido muchísimo, he conocido a gente increíble y a profesores que de verdad transmiten su pasión. Este curso me ha permitido profundizar en el mundo vegetal, algo que ya me gustaba desde niño, y ahora me están llegando muchas ofertas laborales en este sector.

Espero poder seguir creciendo en este camino y dedicarme a lo que realmente me gusta: el campo, las plantas y la naturaleza. Porque aquí, en esta isla que ya siento como mi hogar, he descubierto una vida que florece día a día.

Hoy miro al futuro con ilusión.





ELENA NAVARRO MALDONADO



Me llamo Elena y mi ciudad natal es Barcelona, aunque podría decir que soy de muchas partes. Vengo de una familia migrante, de Andalucía, que también se desplazó por España e incluso en el extranjero, en Alemania, en busca de de un futuro.

Ahora que reviso mi historia, creo que es de ellos de quienes he sacado esta actitud mía tan enérgica, tan inquieta, de reiventarme constantemente donde fuera. Porque he vivido en distintas ciudades de España.

Hace 11 años llegué a Mallorca, como tantas personas, buscando el paraíso.

Me fui de donde estaba Barcelona porque sentí que la ciudad me echaba, las cosas se pusieron difíciles: me quedé sin trabajo. Y en lugar de aceptar un 'No' de la vida decidí marcharme y buscar un nuevo horizonte donde establecer mi vida desde cero.

Aquí conocí a personas que hoy forman parte de mi vida, que son como esa 'familia elegida', gente que te apoya y que está ahí para cuidarte.

Me encontré con gente con la que compartía experiencias similares, y que se encontraban en una etapa similar. Y aunque ellos venían de lugares más lejanos del mundo que yo, yo también sentí esos prejuicios por no ser de aquí. Cuando esto pasaba yo salía a defenderlos, la verdad es que no puedo con la injusticia.

Ahora estoy aprendiendo a echar raíces, estoy en un momento en que entiendo que no puedo marcharme dejando las cosas de cualquier manera, que toca afrontarla.

Este año ha sido un año de muchos aprendizajes, de replantearme mi vida, mi manera de pensar... esas cosas que me llevaban a actuar muchas veces de forma inconsciente. Ha sido el año de la humildad.

Antes pensaba: "si las cosas no van bien cambio de aire, cambio de trabajo"... Pero este año estas cosas que me funcionaban ya no eran suficientes, necesitaba aprender, dotarme de herramientas nuevas.

Aprender a pedir ayuda, a mis amistades, a mi familia, etc. Y cuando he visto que mi familia no podía ayudarme como yo lo necesitaba, he descubierto que existe todo un sistema social muy fuerte.

Me he rodeado de una serie de mujeres que me han ayudado mucho, y he aprendido sobre todo de mí, porque este año he tenido que descubrir quién soy más allá del trabajo, cuando no encontraba trabajo, sin esa estructura económica que me daba tranquilidad, he resignificado mi dignidad como persona, como mujer...

¡Y aún me queda mucho por aprender!

M^a DEL PILAR OZONAS SUREDA



Quiero empezar dando las gracias a todo el equipo de **ORIENTA-USO** por su acogida, su orientación y su dedicación. Quiero destacar a las orientadoras por su valía, su paciencia infinita y por acompañarme paso a paso en este proceso.

Llegué al programa a través del centro de formación Kaizen, y reconozco que al principio me costó. Entre la elaboración del currículum, los talleres de orientación laboral y las competencias transversales, hubo momentos desafiantes.

Pero con paciencia, constancia y sin rendirme, fui avanzando. Y al final, conseguí mi objetivo: **encontrar empleo**.

Han sido meses de mucho trabajo, en los que seguir adelante no era solo una opción: era una necesidad, un compromiso conmigo misma.

Hoy, mirando atrás, me doy cuenta de que con orientación, creatividad, hobbies y una buena actitud, se puede salir adelante incluso en los momentos de mayor incertidumbre.

Como ejemplo de esa creatividad, quiero dejar uno de mis pequeños proyectos personales: **una cestita hecha para las velas de tartas de cumpleaños**. Así que decidí buscar “lo sagrado en lo ordinario”, crear belleza con lo que ya tenía a mano.



Hoy soy una mujer con coraje, una mujer más fuerte, más resiliente ante los golpes de la vida y felizmente reincorporada en el mundo laboral.

Y si algo he aprendido en este proceso es que la actitud lo es todo.

Esa es la llave que abre nuevas oportunidades, la fuerza que te lleva a salir adelante incluso cuando el camino se complica.



Como decía un viejo eslogan de Nueva York de los años 40 y 50:

“La actitud es el destino”

Una mentalidad positiva y la aceptación de cada etapa son esenciales para avanzar.

TERESA POVEDA



Hola, soy Tere.

Hace dos años me despidieron después de 20 años trabajando como técnica de farmacia, tras un cambio de propietario. El nuevo farmacéutico quería una plantilla completamente nueva.

Al principio pensé: "Bueno, unas vacaciones..." Pero a medida que pasaban los días, semanas y meses, entré en una etapa de ansiedad y depresión. Pedí ayuda profesional, y gracias a esa persona pude superar la angustia.

Fue ella quien me habló del programa ORIENTA en USO, y así llegué a este equipo que, sinceramente, me ha ayudado mucho. Nuevos currículums, cursos, charlas, visitas, orientación... que me han aportado conocer nuevos caminos y nuevos amigos.

Quiero dar las gracias a mi orientadora especialmente y todo el equipo porque hacen un buen trabajo.

SA INDIOTERIA, EL MEU POBLE, T'ESTIM.

Mi vida comunitaria empezó hace muchos años, en el **Club d'Esplai Jovent Sa Indioteria**, donde fui monitora. Allí conocí a Tomeu Suau, el párroco que tenía un don especial: conseguía que los jóvenes estuviéramos siempre en marcha en la barriada.

En Semana Santa siempre estábamos liados con reuniones, preparativos, montar, desmontar... pero todos juntos, creando algo especial para el barrio.

Conseguía motivar a tantos jóvenes ayudando a mejorar la convivencia y haciendo que los niños vivieran una infancia más feliz.

Siempre me ha gustado apoyar a la parroquia, participar en procesiones, actividades, incluso peregrinar a la Catedral para protestar por un mundo mejor. Todo eso nos hace sentir parte de algo grande.

Y estos últimos dos años, gracias al consejo pastoral, he encontrado un lugar donde seguir adelante, donde no sentirme parada, donde ayudar a quien lo necesita junto con acción social.

Entre todos hemos organizado actividades que llenan el barrio de vida: buñuelos en octubre, un mercadillo navideño, la Diada solidaria, un Belén precioso (que invito a visitar), una plaza llena de luces... y una cabalgata de Reyes que ha salido en las noticias de toda Palma, porque realmente llena de ilusión y magia el barrio.

Gracias al esfuerzo de todos conseguimos "un Nadal especial", un barrio que brilla y que da motivos para sonreír a niños, mayores y a cualquiera que pase.

Bones Festes ✨



ALEJANDRO DOLZ CAPOTE

Cuando llegué a Mallorca, nunca imaginé todo lo que me esperaba aquí. Mi vida laboral empezó en el mundo de la construcción, participando en obras tan importantes como el aeropuerto de Son Sant Joan, desde aquella pequeña terminal inicial hasta la gran ampliación de 1995. Después vinieron el túnel de Sóller y la actual prisión. Aprendí el oficio de la mano de encofradores y embaldosadores, y me quedo con el compañerismo y las buenas personas que conocí, tanto mallorquines como peninsulares que venían a ganarse la vida.

Con el boom del turismo decidí probar suerte en otro sector, y empecé a trabajar en el restaurante La Pedriza, el punto de encuentro por excelencia de los vecinos de Can Pastilla. Allí descubrí lo que significaba ser camarero: empecé desde cero, pero poco a poco le fui tomando gusto a mi trabajo. Disfrutaba del trato con la gente, de intentar dar siempre lo mejor, y además fue una experiencia que me ayudó a conectar con el idioma y las raíces mallorquinas. Fueron años muy bonitos, llenos de aprendizaje y buenas amistades.

Más tarde pasé al restaurante Sandra, otra etapa fantástica tanto por el ambiente como por todo lo que aprendí de las personas con las que trabajaba.

Después el destino me llevó al mundo del rent a car, trabajando con el fundador de Hiper Rent a Car. Fue alguien muy especial para mí, que me echó una mano cuando más lo necesitaba. Lo recuerdo con mucho cariño: era una persona directa y exigente, pero de gran corazón.



Una de mis experiencias más recientes fue en Porreres, donde gracias al programa Reactiva pude trabajar durante seis meses como parte de la brigada municipal. Aquello fue una de las mejores experiencias de mi vida: el ambiente, la gente, las fiestas del pueblo... Me sentí uno más. La alcaldesa y los concejales nos trataron con un cariño enorme, como si fuéramos familia. Ojalá pueda repetirlo algún día.

Miro atrás y me doy cuenta de que cada etapa ha tenido algo bueno.

En todos mis trabajos he intentado quedarme con lo positivo, con las personas y las experiencias que me han hecho crecer. No siempre ha sido un camino fácil, pero sí muy enriquecedor.

Hoy puedo decir con orgullo que disfruto del presente, agradecido por todo lo vivido y por todas las manos amigas que he encontrado en esta isla que ya siento como mi hogar.

DIENABOU YANKATT EP NDONGO



Llegué a España en 2012 con mis dos hijas mayores. Mi marido ya llevaba aquí unos veinte años, así que **el reencuentro fue muy emocionante.** Ahora tengo 44 años y tres hijos: dos chicas de 18 y 15 años y un niño de 10. Todos estudian aquí y les encanta el colegio.

Cuando llegué, lo que más me costó fue aprender el idioma. Tardé casi dos años en empezar a hablar castellano con soltura. He ido a clases y todavía sigo asistiendo un día a la semana. Me gustaría mejorar mi expresión y seguir formándome.

Para mí, trabajar es lo más importante. Actualmente limpio en tiendas de moda. También estuve muchos años trabajando en la limpieza de aviones, un empleo que disfrutaba muchísimo. He trabajado también en lavandería y otros sectores.

De Mallorca me enamoran la seguridad y la tranquilidad con las que se vive. Aquí no hay problemas de violencia y eso me da mucha paz. El clima también me gusta, aunque en invierno lo paso un poco mal por el frío. Lo mejor primavera y otoño.

Vivo en un piso de alquiler con mi marido, mis hijos y un primo. Todos colaboramos en la limpieza y el mantenimiento del hogar, algo que creo que es muy positivo para la familia. Los hombres trabajan hasta tarde entre semana y ayudan sobre todo los días libres.

Me encanta cocinar. Hago una paella muy buena y, en casa, solemos preparar comida senegalesa, aunque también cocino pasta, tortilla, hamburguesas... Intentamos que nuestros hijos mantengan el idioma y las costumbres de nuestro país, pero les cuesta un poco. Aquí hablan español, catalán e incluso inglés. **Están muy integrados**, pero me da pena que se alejen de nuestras raíces, y sueño con llevarlos a Senegal para que conozcan su cultura.

Vinieron muy pequeñas, con 5 y 2 años, y el pequeño nació aquí. Nunca han vuelto a Senegal.

Sí hemos viajado a Francia, donde vive parte de mi familia: mi padre, una hermana y mis sobrinos, pero no a mi país.

La comunidad senegalesa en Mallorca es muy fuerte: somos como una gran familia y nos apoyamos mucho. Tengo pocas amigas españolas, pero para mí lo son las orientadoras de USO y mi jefa, Lina, que es una gran persona.

Estoy muy **agradecida a USO** por el trato y el apoyo que siempre nos dan. Son personas muy buenas y generosas. Quiero mandar un saludo especial a las orientadoras y al recepcionista Pedro, que era una persona muy cariñosa y lamento mucho que ya no esté.

De cara a 2026, le pido a la vida salud y un trabajo estable a jornada completa. Aunque ahora tengo empleo, no es horario completo y a nivel económico me ayudaría mucho. También deseo poder llevar a mis hijos a Senegal para que no pierdan sus raíces.

FELICES FIESTAS A TODOS/AS



ELIANA CAROLINA CASTRILLÓN ROJO

Me llamo Carolina y soy de Colombia. Jamás pensé que tendría que dejar mi país, mi casa y la vida tranquila que llevaba con mi esposo y mis dos hijos. Trabajaba como higienista dental, tenía estabilidad, buen salario... hasta que la violencia tocó a nuestra puerta y entendí que quedarme ya no era una opción.

Salí por supervivencia, no por elección.

Decidí venir a Mallorca gracias a lo que veía en redes: oportunidades laborales, un clima amable, el mar... En Colombia apenas pude verlo unas cuantas veces por lo costoso que es viajar a la costa.

Al llegar, lo primero fue buscar trabajo. Vi videos con testimonios, preguntaba, investigaba. Un día, conocí a una chica que me presentó a la que hoy es mi mejor amiga, que tampoco tenía papeles. Ella me conectó con la mujer que me dio mi primer empleo. El problema es que pagaba tarde o ni pagaba. Aun así seguí, porque era lo único que tenía.

Intenté alquilar una habitación, pero no podía permitírmela. Terminé trabajando como interna en dos casas. Sin descanso, pero con la esperanza de ahorrar para mis hijos.

La primera luz llegó con la carta blanca de la



solicitud de asilo, sobre todo, con el permiso de trabajo que llegó 6 meses después. La familia con la que estaba me dio de alta y por fin, dadome estabilidad y seguridad. Más tarde entré a trabajar en Burger, donde aprendí de todo. Me volví “bilingüe del Burger”, pues era urgente que aprendiera inglés para hacer el trabajo. Incluso aprendí algunas palabras en alemán y francés. Me encantaba conocer gente de tantos lugares distintos. Hacía noches, cubría bajas y ahorraaba con un propósito: traer a mis hijos. Y lo conseguí. Hoy vivo con ellos, compartimos piso con otra familia y mis niños van a la escuela felices, haciendo amigos y adaptándose con una facilidad que me emociona cada día. Ellos son mi fuerza, mi razón y mi inspiración diaria.

Ahora mis sueños son claros: estabilizarme, conseguir un trabajo que me permita un hogar propio y estudiar un grado superior en laboratorio médico. Sigo firme, construyendo y avanzando.





Mi nombre es Mónica, y hace cinco años comencé una nueva etapa en España. Cinco años que han sido un auténtico viaje profesional: retador, interesante y lleno de descubrimientos.

En este tiempo he pasado por trabajos muy distintos entre sí. Empecé ayudando a personas a dar sus primeros pasos en informática; también fui promotora de cápsulas de café; colaboré en la organización de eventos musicales tan increíbles como **Mallorca Live Festival** y **Es Jardí**; y participé como voluntaria en el **Mallorca Olympic Triathlon** y en el **Open Masters 2024** de natación.

Cada experiencia me dejó aprendizajes nuevos, amigos inesperados y un cariño especial por esta isla.

El 2025 me trajo un cambio valiente: mi primera oportunidad en hostelería. Entré sin saber muy bien qué esperar y he acabado sorprendida —para bien— al descubrir desde dentro cómo funciona el mundo hotelero. Ha sido una experiencia totalmente nueva para mí, atrevida y muy enriquecedora.

MÓNICA ROSSOVA

Durante mucho tiempo sentí pena por no poder homologar mis estudios y trabajar en lo que había hecho en mi país. Pero gracias a este camino me he dado cuenta de que **todo lo aprendido sigue viviendo en mí**: mis estrategias psicológicas, mis herramientas pedagógicas, mi manera de comunicarme con personas adultas, adolescentes e infancia, mi capacidad de resolver situaciones con calma, y mi gusto por el trabajo en equipo. Todo eso lo he aplicado sin darme cuenta, incluso en sectores completamente diferentes.

Y lo mejor de todo: me he sentido parte de **una gran familia**. He disfrutado de cada día, de cada reto y, sobre todo, de las personas maravillosas que he tenido la suerte de conocer.

Mallorca me ha regalado experiencias que jamás imaginé... y este camino, aunque diferente al que soñaba al llegar, se ha convertido en uno del que me siento profundamente orgullosa.



Natalia Díaz Torres

Mi nombres es Natalia y soy de Palma. Cuando llegué a USO no había trabajado nunca fuera de casa y vine buscando ayuda. La verdad es que tenía miedo porque no sabía muchas cosas, entre ellas no sabía usar bien el móvil ni cómo buscar trabajo, menos por internet. Pero mi orientadora y el resto del equipo me han ayudado muchísimo.

Gracias a ellas he aprendido a hacer búsquedas de empleo, a enviar currículums y a moverme mejor en el mundo digital, pero también a tener confianza en mí misma y a no tener tanto miedo como tenía antes.

Soy viuda, tengo seis hijos y once nietos. El más pequeñito, con solo cuatro meses, tuvo que ser operado del corazón en el Hospital Vall d'Hebron, en Barcelona. Fue un viaje duro, pero ahora ya tiene diez meses y está muy bien, gracias a Dios. Cuidar de mis nietos es lo que más disfruto en la vida.

Desde que estoy en orienta he podido trabajar y también formarme.

He conseguido varios certificados de profesionalidad, entre ellos el camarera de pisos y el de limpieza de grandes superficies (comercios, oficinas, restaurantes y bares), y también tengo varios módulos completados de un certificado de jardinería.



Me encantaría encontrar un buen trabajo, estable y seguir superándome.

De pequeña siempre soñé con ser niñera, y en el colegio la asignatura que más me gustaba era gimnasia.

Por contaros algo más personal os diré que mis comidas favoritas son la paella, la fideuá y la tortilla de patatas. Mi película preferida es *Dirty Dancing*, y entre mis cantantes favoritos están Alejandro Sanz, El Barrio y Beret.

Sigo adelante con ganas, aprendiendo y buscando un futuro mejor para mí y para mi familia y doy las gracias de corazón por toda la dedicación y respeto que he recibido desde USO así como por el resto de compañeros y compañeras del programa que he ido conociendo a lo largo del tiempo.

Felices fiestas y próspero año 2025.



CONVENIOS DE COLABORACIÓN RECIENTES CON EMPRESAS



**GRUPO
EULEN**

Renovamos colaboración con el Grupo EULEN

El Programa ORIENTA ha renovado su convenio con el Grupo EULEN, fortaleciendo una relación de años y ampliando las oportunidades de inserción laboral para nuestros/as participantes. EULEN, con más de 60 años de trayectoria y presencia internacional, destaca por su compromiso con las personas, la promoción interna y el desarrollo profesional basado en el mérito. Agradecemos su confianza y celebramos esta alianza que seguirá generando nuevas oportunidades de empleo.

Grupo EULEN.

Dirección: C/ Gremi de Passamaners, 3, Nord - Palma

Tel.: +34 971 22 00 75 – 900 355 366



ORIENTA-USO firma un acuerdo con Muévete Formación

ORIENTA-USO ha establecido un nuevo convenio de colaboración con Muévete Formación, centro formativo de Palma de Mallorca especializado en cursos subvencionados y privados en áreas como informática, transporte o docencia para la formación. La entidad, con amplia experiencia trabaja para mejorar la empleabilidad mediante una formación práctica y orientada al mercado laboral. Esta alianza refuerza nuestro compromiso con la colaboración local y la creación de nuevas oportunidades formativas y laborales para las personas participantes del programa.

Muévete Formación – Palma de Mallorca

Tel.: 971 07 50 32 · 689 26 77 56 · 630 72 70 95

info@mueveteformacion.com



Acuerdo de colaboración entre ORIENTA-USO y el Centro de Terapia y Pareja Palma

Se trata de una entidad con casi 30 años de experiencia en educación afectiva-sexual, prevención y bienestar relacional. El centro destaca por su enfoque integrador de la educación social y la sexología, así como por técnicas innovadoras como el Focusing y la Terapia de Reencuentro, de la que es pionero en Baleares. Esta colaboración permitirá desarrollar acciones conjuntas dirigidas a las personas participantes del programa reforzando la igualdad de género, la educación afectiva-sexual y el desarrollo personal.

Centro de Terapia y Pareja Palma

Tel.: +34 696 18 47 40 (Contestador)

C/ Eusebi Estada, 43, 4º – 07004 Palma

info@sexologateresaramos.com

CONVENIOS DE COLABORACIÓN RECIENTES CON ENTIDADES



Acuerdo de colaboración con la Asociación GIRA-SOL

ORIENTA-USO ha firmado un convenio con la Asociación GIRA-SOL, referente en la atención integral a personas con diagnóstico de salud mental y sus familias en Baleares.

GIRA-SOL ofrece apoyo socioeducativo, rehabilitación comunitaria, orientación laboral, viviendas supervisadas, programas especializados y actividades culturales y formativas, promoviendo la integración, autonomía y bienestar de unas 550 personas al año en Mallorca.

Esta alianza refuerza nuestro compromiso con la inclusión social y la atención integral, optimizando recursos y ampliando las oportunidades de apoyo para los participantes del programa.

Asociación GIRA-SOL – Palma de Mallorca

Tel.: 971 285 123

Carrer Manacor, 140, 1r pis – 07007 Palma

gira-sol@gira-sol.com



Acuerdo con la Fundación Deixalles

ORIENTA-USO ha firmado un nuevo acuerdo con la Fundación Deixalles, referente en economía circular y en la inserción laboral de colectivos vulnerables en Baleares. Esta colaboración, enmarcada en el programa SOIB Orientación Itinerarios Integrales de Inserción, nos permitirá difundir sus ofertas formativas y laborales y derivar participantes a sus proyectos.

El acuerdo refuerza nuestro compromiso con la sostenibilidad, la inclusión social y un modelo de desarrollo que pone a las personas y al medio ambiente en el centro.

Fundació Deixalles

c/ Son Gibert, 8 A – 07008 Palma (Illes Balears)

online@deixalles.org



ORIENTA-USO y SES VELES refuerzan su colaboración en el barrio.

El Servicio de Orientación Laboral ORIENTA-USO ha firmado un acuerdo de colaboración con la Asociación Vecinal SES VELES, una entidad feminista y sin ánimo de lucro, con fuerte participación femenina. Ambas organizaciones, muy próximas territorialmente, ya colaboran a través de la Taula Comunitària de Foners.

SES VELES trabaja en la defensa de los derechos y necesidades del barrio, promoviendo la igualdad de oportunidades, el asociacionismo, la participación ciudadana y hábitos saludables.

El acuerdo permitirá desarrollar acciones conjuntas para fortalecer el tejido social, impulsar la igualdad y mejorar el bienestar de la comunidad.

ASOCIACIÓN SES VELES:

Tel.: +34 695 959 650


C/ Pérez Galdós, 14 bj 1º – Palma

<https://avesveles.com/>



TALLERES Y ACCIONES GRUPALES ORIENTA 2025

Durante todo el año, las personas participantes de Orienta **han podido disfrutar de una amplia variedad de acciones grupales y talleres** sobre diferentes temáticas, tales como motivación, entrevista e imagen personal, mantenimiento del puesto de trabajo, empoderamiento y autoestima, derechos y deberes laborales e igualdad, diario de ocupación y recursos web.

De manera especial, hemos **potenciado los talleres de Competencias Digitales**,  con el objetivo de que todas las personas que participan en Orienta adquieran una base sólida de habilidades tecnológicas que les permitan desenvolverse de manera eficaz, tanto en la búsqueda de empleo como en otros ámbitos de su vida.

Para facilitar la participación, estas actividades se **han ofrecido de manera semanal, en horario de tarde, a lo largo de todo el año**.

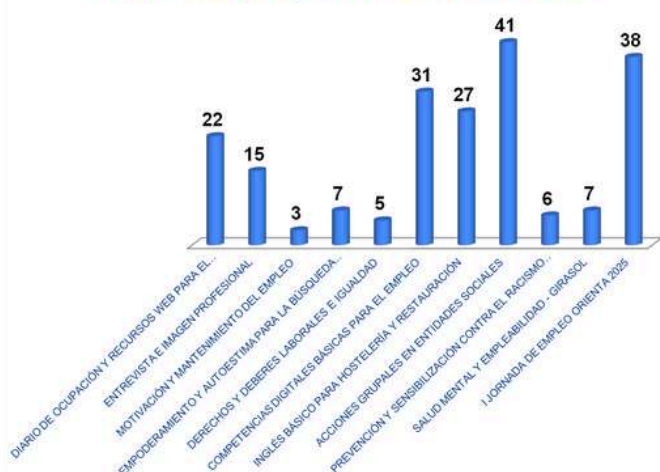
Como novedad, este año **hemos implementado dos cursos completos de inglés básico para hostelería y restauración** con una duración de 8 horas cada uno. La respuesta de nuestros/as participantes ha sido muy positiva, y estamos seguros de repetir esta experiencia en 2026.

El próximo año contaremos con la **II Jornada de Empleo en USO**, donde nuevas y destacadas empresas presentarán sus vacantes y requisitos de acceso. Además, **lanzaremos una experiencia piloto de empoderamiento dirigida a mujeres participantes del programa**. Esta iniciativa consistirá en la creación de un grupo autogestionado de mujeres, que recibirá formación y pautas para lograr objetivos comunes, compartir experiencias en comunidad y fortalecer una red de apoyo sostenible.

Podéis consultar los datos detallados
en el **INFORME COMPLETO DE
RESULTADOS del PROGRAMA**
en la **WEB orienta.usoib.es** a partir del
17 de diciembre



Nº de personas participantes en talleres ORIENTA 2025



**202 Personas han participado en
ACCIONES GRUPALES en 2025**





LA COMUNIDAD ORIENTA EN ACCIÓN: UN RECORRIDO POR NUESTRAS ACTIVIDADES 2025

A lo largo de todo el año hemos llevado a cabo una amplia variedad de actividades en las que nuestras participantes han podido aprender, disfrutar y compartir en comunidad. En ORIENTA construimos Comunidad ORIENTA, porque estamos convencidos de que lo verdaderamente importante son las personas.



La I Jornada de Empleo ORIENTA 2025 se celebró el 19 de febrero en USO-Illes Balears con un gran éxito de participación. Los asistentes conocieron ofertas laborales de cuatro empresas invitadas. EULEN abrió las presentaciones con información sobre sus procesos de selección. HOTEL OLEANDER y HOTEL RURAL SA CABANA expusieron sus vacantes y consejos para aspirantes. SALVAMENT AQUÀTIC detalló requisitos y oportunidades en su sector y MITIE cerró la jornada explicando sus perfiles y necesidades de contratación. Las empresas realizaron entrevistas breves y recogida de CV. Hubo un espacio de networking con café y merienda para facilitar el contacto profesional. USO-Illes Balears agradeció la colaboración de todas las entidades por impulsar la inserción laboral.



Otras actividades realizadas junto a entidades y empresas desde la Comunidad Orienta.
Nuestra comunidad participa activamente en cada iniciativa.



Visita guiada al CASAL DE
LES DONES



APROPA CULTURA - Acto
de presentación
programación cultural
primavera/verano 2025



Taller de
SALUD MENTAL y
Empleabilidad con
Asociación GIRA-SOL



NUESTRAS ACTIVIDADES 2025



Taller de Prevención contra
el Racismo de la mano de
Cruz Roja



III FERIA DE EMPLEO Y
FORMACIÓN
Mancomunitat
Pla de Mallorca



APROPA CULTURA
Acto de presentación
programación cultural 2025



Participación en Jornadas
Intersección 4 APROPA
CULTURA



Participación en las jornadas
INTEREXIT
Organizadas por el COE-Balears



Visita guiada a AMADIBA
CENTRO DE FORMACIÓN



DÍA INTERNACIONAL POR EL
MEDIO AMBIENTE
Taula Comunitària de Foners



Actividad por el
Día Mundial contra el Maltrato de
las personas MAYORES
Taula Comunitària de Foners



Visita guiada a la LONJA DEL
PESCADO



Celebración del Día
Internacional del LIBRO



Acto de presentación
del Centro Especial de Empleo
de MITIE



Día Internacional contra la
Violencia Machista



Visita al Centro de Orientación,
Emprendimiento, Acompañamiento e
Innovación para el Empleo de Balears
(COE Balears)



Acto de presentación
campana
Parlem-ne sense filtres
Apropa Cultura



Visitas guiadas al Casal de
les Dones



Visitas a FUNDACIÓN
DEIXALLES

NUESTRAS ACTIVIDADES
2025



Convenios de Colaboración con Entidades 2025



SES VELES
associació de veïns



**Inter
media**

Convenios de Colaboración con Empresas 2025



IGUALDAD-USO ORIENTA - SOIB Orientación Itinerarios Integrales de Inserción

El programa SOIB Orientación Itinerarios Integrales de Inserción está promovido por el SOIB y lo co-financia la Unión Europea (FSE+)

PERMISOS Y MECANISMOS DE CONCILIACIÓN LABORAL Y FAMILIAR

1

Permisos Retribuidos según el Estatuto de los Trabajadores/as (Artículo 37.3):

Matrimonio, accidente o enfermedad graves, hospitalización o intervención quirúrgica sin hospitalización de cónyuge o familiares hasta 2º, fallecimiento de cónyuge o familiares hasta 2º, cumplimiento de deber público, funciones sindicales o representación del personal, exámenes prenatales y preparación al parto, adopción/guarda.

2

Permiso de maternidad-paternidad (Artículo 48.4,5 y 6) y de Lactancia (Artículo 37.4):

Permiso de maternidad-paternidad: 16 semanas (primeras 6 obligatorias tras el nacimiento)
Derecho a 1 hora de ausencia (divisible) hasta los 9 meses del lactante o reducción de jornada.
Permiso extendido hasta los 12 meses con reducción proporcional de salario.

3

Otros Permisos:

Nacimiento prematuro de hijo/a, guarda legal para menores de 12 años o personas dependientes, cuidado de menores con enfermedades graves, víctimas de violencia de género o terrorismo, excedencia por cuidado de hijos/as.

4

Causa de Fuerza Mayor (Artículo 37.9):

Permiso por urgencias familiares o de convivencia.

5

Adaptación de Jornada (Artículo 34.8) y excedencia (Artículo 46.3):

Derecho a solicitar adaptación de jornada y distribución del tiempo de trabajo, sin reducción de salario.
Se puede solicitar hasta los 12 años del hijo/a o cuando existan necesidades de cuidado para otros familiares.
Excedencia: se debe solicitar antes de que el menor cumpla los 3 años.

6

Teletrabajo/Trabajo a Distancia:

Buenas opciones para la conciliación, reguladas por el artículo 38.4 y 13 del Estatuto de los Trabajadores/as.

LA CONCILIACIÓN LABORAL Y FAMILIAR SE PUEDE GESTIONAR MEDIANTE PERMISOS RETRIBUIDOS, REDUCCIÓN DE JORNADA Y ADAPTACIONES EN EL TRABAJO, PROMOVRIENDO LA CORRESPONSABILIDAD.

USO
UNIO SINDICAL OBRERA
DE LES ILLES BALEARS

orienta.usoib.es



#IBfonsEU #OrientacioSOIB #FormacioSOIB @SOIB

INFOGRAFÍAS IGUALDAD

ORIENTA

SOIB - Orientació Itineraris Integrals d'Inserció

ha estat promogut pel SOIB i ha comptat amb el cofinançament de la Unió Europea (FSE+)

SUELO PEGAJOSO

Concepto

Barreras invisibles que impiden a las mujeres avanzar profesionalmente desde los niveles más bajos.
A diferencia del techo de cristal, que limita el ascenso a cargos altos, el suelo pegajoso impide el despegue desde el inicio.

Características

- Tareas de cuidado **no remuneradas** o mal remuneradas
- **Carga doméstica** desproporcionada
- Menor disponibilidad de **tiempo**
- Empleos **precarios**, a tiempo parcial o informales
- **Brechas salariales** desde niveles básicos
- **Falta de tiempo** para formación o promoción laboral
- **Escasa flexibilidad laboral**
- **Subrepresentación** política, sindical, etc.

¿Por qué hablar de ello?

Porque sin igualdad en la base, no puede haber igualdad en la cima.

Romper el suelo pegajoso es el primer paso para lograr equidad de género real.

Cómo combatirlo

- Políticas de corresponsabilidad
- Acceso igualitario a formación y capacitación
- Promoción del empleo formal y con derechos
- Sensibilización y medición del impacto

#IBfonsEU #OrientacioSOIB #FormacioSOIB @SOIB

MICROMACHISMOS EN EL EMPLEO

#IBfonsEU #OrientacioSOIB #FormacioSOIB @SOIB

ORIENTA USO



¿QUÉ SON?

Son conductas sutiles, normalizadas e invisibilizadas que refuerzan la desigualdad de género en el entorno laboral.

Aunque parezcan inofensivas, perpetúan roles de género y afectan la autoestima, oportunidades y bienestar de las mujeres.

ÁMBITOS DONDE SE PRESENTAN

1. Reuniones y comunicación

- Interrumpir constantemente a mujeres (manterrupting).
- Repetir ideas expresadas por mujeres y adjudicarse el crédito (bropropriating).
- No dirigirse a ellas directamente o asumir que son asistentes.

2. Distribución de tareas

- Encargar tareas administrativas o de cuidado (organizar cafés, cumpleaños) sólo a mujeres.
- Asumir que ellas deben encargarse de tomar notas en reuniones.

3. Evaluación y promoción

- Juzgar la ambición o liderazgo femenino como "agresivo" o "mandón".
- Considerar la maternidad como un obstáculo profesional.
- No ofrecerles los mismos retos que a sus colegas varones.

4. Lenguaje y estereotipos

- Usar diminutivos o un tono condescendiente (nena, cariño, niña).
- Hacer comentarios sobre su apariencia en lugar de su desempeño.
- Asumir que no entienden temas técnicos o financieros.



CONSECUENCIAS

- Menor desarrollo profesional de las mujeres
- Desgaste emocional
- Clima laboral injusto
- Desigualdad sostenida
- Desvalorización
- Depresión, ansiedad, baja laboral



QUÉ PODEMOS HACER



- Escuchar activamente y no interrumpir
- Valorar las ideas sin importar quién las exprese
- Revisar prejuicios al asignar tareas o evaluar desempeño
- Fomentar un lenguaje inclusivo y respetuoso

SOIB ORIENTACIÓN ITINERARIOS INTEGRALES DE INSERCIÓN

El programa SOIB Orientación Itinerarios Integrales de Inserción está promovido por el SOIB y ha contado con la cofinanciación de la Unión Europea (FSE+).

INFOGRAFÍAS
IGUALDAD

MEDIO AMBIENTE Y SOSTENIBILIDAD



Cofinanciado por
la Unión Europea
Cofinanciat per
la Unió Europea



MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



Fondos Europeos
Fons Europeus



Govern de les
Illes Balears
Conselleria de Treball,
Funció Pública i Diàleg Social



soib
formació
i ocupació



ORIENTA-USO Itinerarios Integrales de Inserción

ORIENTA-USO, desarrolla el programa SOIB Orientación Itinerarios Integrales de Inserción, ha sido promovido por el SOIB y ha contado con la cofinanciación de la Unión Europea (FSE+).

Beneficios de la MOVILIDAD Sostenible



Todo son VENTAJAS



- Reduce la contaminación (menos CO₂ y otros tóxicos)
- Ahorro económico (- combustible, - mantenimiento)
- Mejora la salud (más ejercicio, menos estrés, + SALUD).
- Ciudades más habitables (menos tráfico, más espacio público, menos ruido).



Opciones sostenibles para tu día a día

- Caminar - ideal para trayectos cortos, saludable y gratis.
- Bicicleta / patinete - rápido, sin emisiones, perfecto en ciudad.
- Transporte público - menos coches, menos atascos, más eficiencia.
- Coche compartido o carpooling - reduce gastos y emisiones.
- Vehículos eléctricos - opción limpia para cuando no hay alternativa.
- Teletrabajo: evita desplazamientos innecesarios.



¿Sabías qué...?



- 30 min caminando al día = +10 años de salud cardiovascular.
- Un coche emite en promedio 120 g de CO₂ por km
- Usar bici en vez de coche en trayectos cortos reduce hasta 90% de emisiones.



#IBfonsEU #OrientacioSOIB #FormacioSOIB @SOIB

GUÍES Y MANUALES ELABORADOS



NUESTRO AGRADECIMIENTO A LAS EMPRESAS COLABORADORAS



Y CÓMO NO...

NUESTRO AGRADECIMIENTO A LAS ENTIDADES SOCIALES COLABORADORAS



“QUE LA LUZ DE ESTA NAVIDAD INSPIRE NUEVOS
COMIENZOS
Y EL PRÓXIMO AÑO
TRAIGA CAMINOS QUE VALGA LA PENA
RECORRER.”



EL EQUIPO ORIENTA Y USO
OS DESEAN
FELICES FIESTAS

ORIENTA-USO



SERVICIO DE ORIENTACIÓN LABORAL
DE USO-ILLES BALEARS
ORIENTA



C/ CIGNE, 17 - 07006 - PALMA



971 27 79 14



ORIENTA@USOIB.ES



orienta.usoib.es



UNIÓ SINDICAL OBRERA
DE LES ILLES BALEARS

ISO 9001

BUREAU VERITAS
Certification

