

PROTOCOL DE CURES

CUCHARA ASSOCIACIÓ D'EMANCIPACIÓ ALIMENTÀRIA

Mai estem soles, un dels postulats des dels que s'articula Cuchara, es desenvolupa en aquest document amb mesures per a defensar i garantir que **ens tenim les unes a les altres**.

- Cuchara és un organisme complex on totes les components es tenen en compte i s'acullen com a parts vitals de l'entitat. Per això celebrem la diversitat i posem les circumstàncies de cadascuna de nosaltres a l'agenda comuna. Tot és personal. Per a garantir-ho fem:
 - Ronda de sentirs en totes les nostres reunions.
 - Reunions periòdiques de cures.
 - Espais periòdics fora de l'entorn habitual de feina per donar espai a la cura mutua, la creativitat i els processos.
 - Sempre que sigui necessari les treballadores poden demanar espais de cura per a tractar els temes que recull aquest protocol.
- Quan en una de les trobades anteriors o en qualsevol altre moment es detecta una dificultat o problema de la dimensió de les cures es tracta immediatament i de manera prioritària, i s'acorden, entre les persones que hi intervenen, les mesures a adoptar *ad hoc*.
- Es considera primordial a l'entitat de donar els espais per a cura del cos (física, mental, emocional) que siguin necessaris en cada moment, entenent que el continuum salut-malaltia és un procés dinàmic. Es posen les mesures necessàries per a tractar la malaltia com un assumpte col·lectiu.
- Les necessitats bàsiques corporals (menjar, dormir i resta de necessitats fisiològiques) són primordials i passen per davant de qualsevol encàrrec. Descansar és una necessitat i no un dret que es guany a través del treball.
- Les treballadores de Cuchara són al mateix temps les treballadores principals de cures de les seves unitats familiars, tasques que no tenen remunerades (i sovint tampoc reconegudes). Aquesta consideració es té present sempre, tant en la divisió de tasques dins l'entitat, en les hores de treball (que s'intenta que no superin les 20h.), com en la flexibilitat interna per a assumir tasques.

- Es prioritza la conciliació sempre que és pot: el teletreball, les reunions efectives, minimitzar les hores de transport, i acabar la jornada d'hora, d'acord amb els horaris familiars. Atendre les comunicacions en horari laboral i no en horari de descans. Quan hi ha una activitat tardana, l'endemà es descansa.
- Cobrar un salari just per les tasques desenvolupades forma part també de les cures dins la organització i cal abordar-ho tant internament com quan es formulen pressuposts a clients o col.laboradors.
- Totes les mesures d'aquest protocol s'expliciten a les col.laboradores de Cuchara, a més de per transparència per a fer pedagogia de les cures i blindar aquests espais, tan necessaris.
- Prioritzem treballar amb persones i entitats que treballen des del mateix enfocament de cures i/o que també son persones que siguin treballadores principals de cures o que per la seva diversitat vulguem recolzar.