

Todos estos aspectos que proporciona el deporte son imprescindibles en la vida de las mujeres, y en especial, en la vida de las víctimas de violencia de género, puesto que, estas mujeres suelen padecer cuadros de depresión, estrés postraumático y baja autoestima. Además, tienden a ser mujeres sedentarias, porque, normalmente, se han encontrado importantes limitaciones para trabajar o, en muchos casos, han tenido que dejar de hacerlo por mandato de sus parejas -para así hacerlas dependientes, económicamente, de ellos-, y, porque, la situación de maltrato en la que viven, les hace generar una tensión que les provoca sensación de cansancio, debilidad física y trastornos del sueño.

Por otro lado, debemos saber que, originariamente, el deporte fue ideado por y para hombres, para el desarrollo de sus capacidades físicas y como vía de transmisión de determinados valores, como la competencia, la supremacía, la fortaleza física o la agresividad. La mujer, sin embargo, tenía tradicionalmente asignado un determinado rol en la familia que era incompatible con otro que supusiera la posibilidad de participar en ese mundo deportivo, puesto que la concepción social mayoritaria es que los deportes atentaban contra la femineidad de la mujer.

Por todo ello, la Ciudad Autónoma de Melilla, aboga por la mejora de la calidad de vida de las mujeres melillenses, así, como por una participación equilibrada en el deporte de mujeres y hombres, desterrando estereotipos.

Para llevar a cabo tales propósitos, esta Ciudad desarrolla los siguientes objetivos:

7.1. Objetivo Estratégico: Promover la actividad física y el deporte para mejorar la salud, la calidad de vida de las mujeres y la igualdad.

7.2. Objetivos Operativos:

- 7.2.1. Fomentar programas de salud que mejoren la calidad de vida de las mujeres atendiendo a cada etapa de su vida.
- 7.2.2. Impulsar una participación equilibrada de mujeres y hombres en la actividad física y el deporte.

## **6. EQUIPO RESPONSABLE DEL DESARROLLO Y EVALUACIÓN DEL PEIO.**

Para el cumplimiento del Plan Estratégico de Igualdad de Oportunidades que la Ciudad Autónoma de Melilla presenta, y por lo tanto, para la puesta en marcha y desarrollo de los objetivos propuestos, se precisa de una Comisión Técnica que se encargará del seguimiento de los mismos. Esta Comisión estará formada por el siguiente personal técnico de la Viceconsejería de la Mujer de la Ciudad Autónoma:

- Agentes de Igualdad del Observatorio de Igualdad.
- Técnicos/as del Centro de Información y Asesoramiento de la Mujer (CEM).

De otro lado, este Plan de Igualdad deberá someterse a una evaluación continua para estudiar los objetivos propuestos y la consecución de los mismos, a fin de incorporar posibles mejoras. Así pues, la Comisión Evaluadora encargada de ello estará compuesta por:

- La Viceconsejera de Mujer y Juventud, como Presidenta de la Comisión.
- La Jefa de la Unidad de Coordinación contra la Violencia de Género en Melilla, como representante de la Delegación del Gobierno.
- Un/a representante de la Dirección Provincial del Ministerio de Educación en Melilla, responsable de los programas de igualdad de la Unidad de Programas.
- El Secretario Técnico de la Viceconsejería de la Mujer, encargado de levantar Acta de las comisiones.
- Dos técnicos y/o Agentes de Igualdad de la Viceconsejería de la Mujer.
- Dos personas elegidas por sorteo de entre los miembros de Consejo Sectorial.

## **7. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO.**

La implementación del Plan requiere, como ya mencionamos con anterioridad, un proyecto de evaluación paralelo en el que se establezcan las pautas a seguir para el buen desarrollo del mismo.