



~~BENVINGUTS~~
US DONEM LA
BENVINGUDA



GUIA D'ÚS NO SEXISTA DEL LENGUATGE

10 PUNTS PER VISIBILITZAR LES DONES EN EL LENGUATGE



Ajuntament de
Barcelona

Utilitzar de manera no sexista el llenguatge és important: visibilitza les dones i trenca els estereotips que fomenten la desigualtat.

És un gest que ens ajudarà a construir un món més just i igualitari.

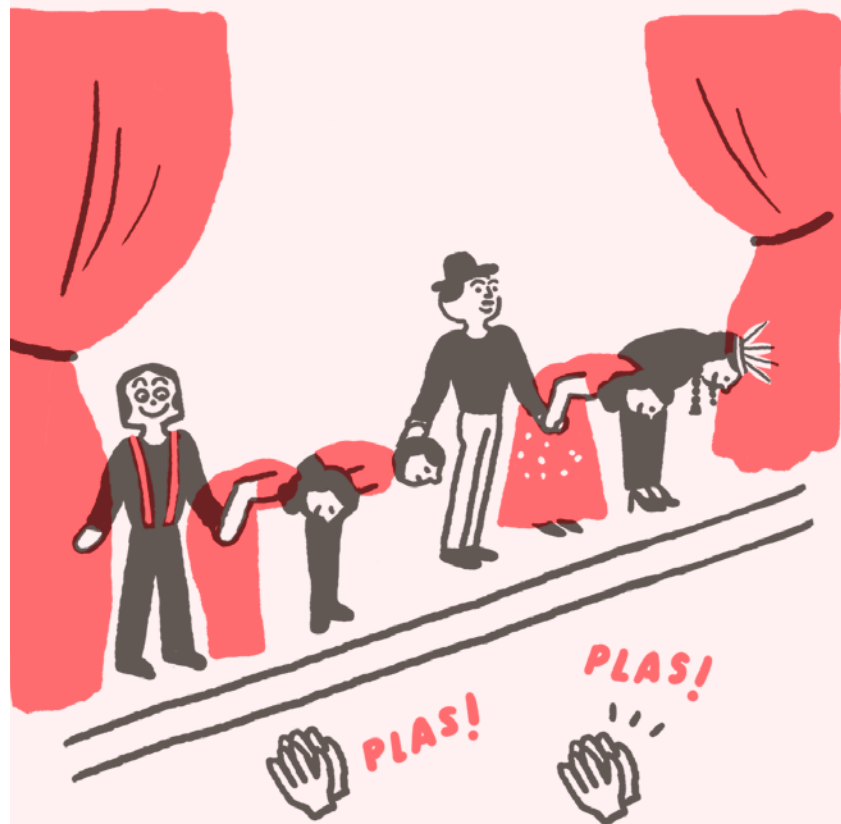
Nosaltres t'ajudem a fer-ho!



**Sí, hi ha policies que són dones.
Esmentem-les!**

1. Si parles sempre en masculí genèric, invisibilitzes les dones i reforces els estereotips. Evita-ho!

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|-------------------------|-----------------------------|--|
| alumnes | alumnat | Fem ús de substantius genèrics, col·lectius o abstractes. |
| professors | equip docent | |
| actors | repartiment | |
| destinatari | persona destinatària | Anteposem la paraula <i>persona</i> o <i>part</i> a la particularitat. |
| demandant | part demandant | |
| els representants de... | representants de... | Ometem o substituïm l'article o el determinant. |



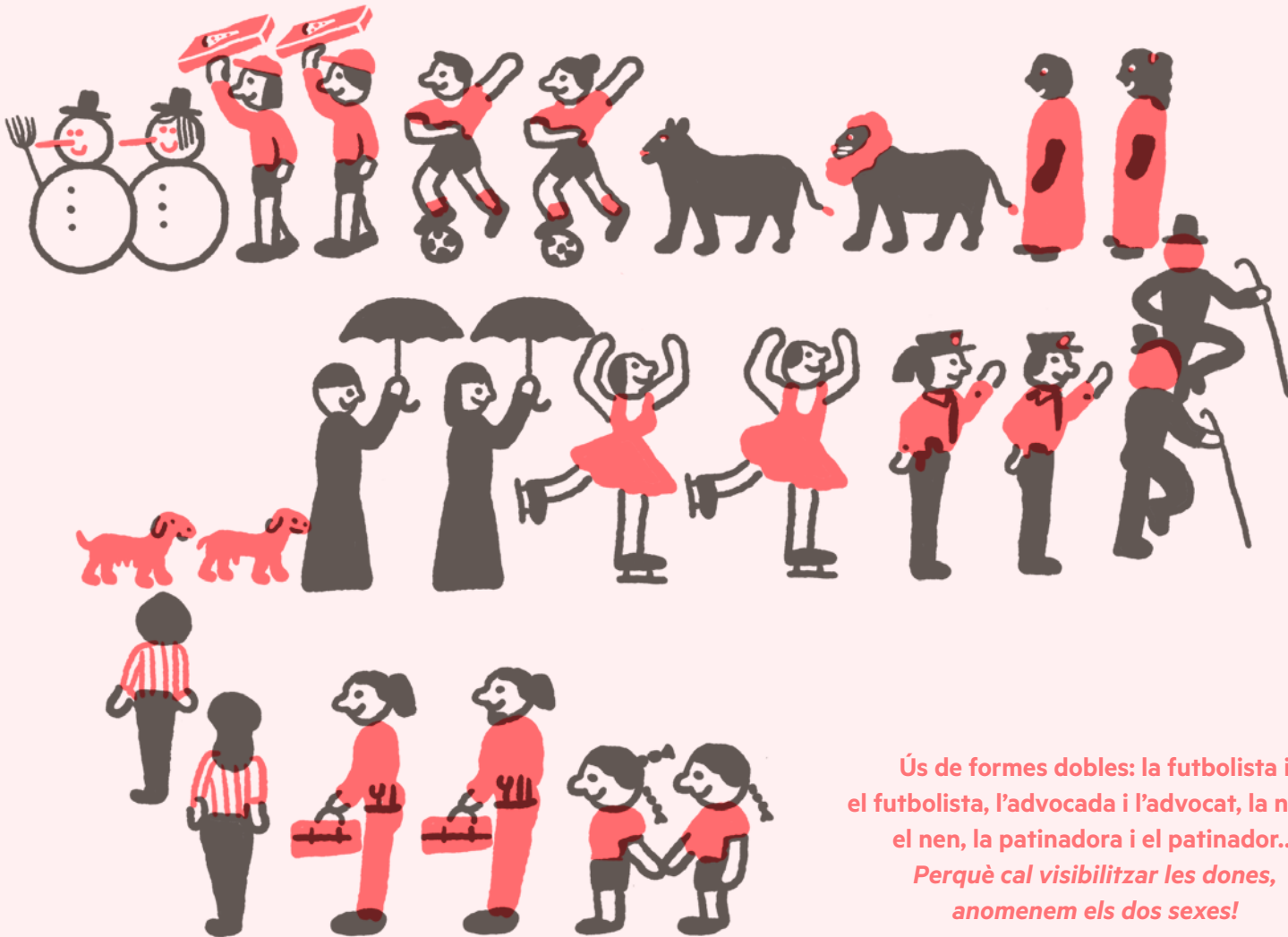
“El públic va dedicar un aplaudiment ~~als actors~~ a tot el repartiment”

2. Hi ha vegades que cal utilitzar els dos sexes... però val la pena!

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|------------------------------|--|---|
| els treballadors | les treballadores i els treballadors | Desdoblem el terme. |
| els funcionaris | els i les funcionàries <i>(Menys recomanat.)</i> | |
| els delegats o les delegades | els delegats o delegades | Amb la conjunció o recomanem doblar el nom però no l'article per evitar que es puguin interpretar dos col·lectius diferenciats. |

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|-------------|---|--|
| candidat | candidat/a | Utilitzem barres inclinades per separar la forma masculina de la femenina (útil en cas de formularis). |
| usuari | usuari/ària* | |
| rei | rei/reina <i>(Si l'estalvi d'espai no és significatiu, utilitza les formes senceres.)</i> | |
| pares | mares i pares | Utilitzem les formes senceres, que no presenten la paraula femenina com a accessòria o com a afegida (més adient per a textos llargs o que hagin de ser locutats). |
| el director | el director o directora | |

*Si la forma femenina presenta diferències ortogràfiques respecte a la masculina que no consisteixin només a afegir o canviar una lletra, s'ha d'escriure la terminació femenina des de la vocal tònica incloent-hi aquesta!



Ús de formes dobles: la futbolista i el futbolista, l'advocada i l'advocat, la nena i el nen, la patinadora i el patinador...
Perquè cal visibilitzar les dones, anomenem els dos sexes!

3. En una junta directiva hi ha lloc per als directors i les directores

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|-----------------------|---------------------------|---------------------------------------|
| informe del metge | informe mèdic | Substituïm substantius per adjectius. |
| la junta de directors | la junta directiva | |
| coneixement de l'home | coneixement humà | |

4. Si tens un *tothom* per què utilitzes sempre *tots*?

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|----------------------------|---|--|
| tots fan el que volen | tothom / cadascú fa el que vol | Utilitzem <i>tothom</i> , <i>algú</i> , <i>cadascú</i> , <i>qualsevol</i> , <i>qui...</i> en comptes de <i>tots</i> , <i>el</i> , <i>els</i> , <i>aquells...</i> |
| el sotasignat | qui signa | |
| la dedicació de tot atleta | la dedicació de qualsevol atleta | |

5. Utilitza per a les dones el mateix tractament que fas servir per als homes

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|---|--|---|
| senyor López i esposa, senyora Laura Puig | senyor Joan López i senyora Laura Puig | Utilitzem el mateix tractament tant per a dones com per a homes. L'asimetria o la referència de la dona envers l'home és discriminatòria. |
| Marc Ribó, economista, i Marta Pla | Marc Ribó, economista, i Marta Pla, jurista | |
| Angela Merkel i Trump | Angela Merkel i Donald Trump | |
| La Merkel i Trump | Merkel i Trump | |
| La senyora Merkel i Trump | Merkel i Trump | |
| senyoreta Canals | senyora Canals | |

6. Si saps que és una dona, usa el femení!

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|--------------------|---------------------|---|
| advocat | advocada | Utilitzem la forma femenina o l'article femení sempre que es conegui la persona destinatària. |
| alcalde | alcaldessa | |
| les dones policies | les policies | Evitem fer ús d'apocosisms que tenen com a nucli el terme <i>dona</i> seguit de les denominacions que n'indiquen la posició pública. En aquests casos, la identificació social o professional de la dona passa a un segon terme i és la seva condició sexual la que preval. A més a més, és redundant. |
| la dona gerent | la gerent | |

7. Però compte, no pressuposis coses com aquestes:

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|------------------------|------------------------------|--|
| les dones de la neteja | el personal de neteja | No hem d'associar determinades professions a les dones perquè sovint s'utilitza el femení per designar feines desprestigiades i el masculí per designar feines amb prestigi. |
| hostesses de vol | auxiliars de vol | |
| infermeres | personal d'infermeria | |
| les seves dones | les seves parelles | No hem de tenir com a norma que la persona a qui ens referim és heterosexual. |
| les seves mullers | els seus cònjuges | |

8. Com ho pots fer en documents oficials i formularis?

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|--------------------|-----------------------------|---|
| està empadronat a | amb empadronament a | Modifiquem la fórmula “estar + adjectiu” per un substantiu no sexuat. |
| està domiciliat a | amb domicili a | |
| està llicenciat en | amb llicenciatura en | |

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|-----------------------------|----------------------|---|
| el sol·licitant ha d'omplir | cal omplir | Utilitzem formes no personals o amb el pronom es. |
| | s'ha d'omplir | |

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|---------------------|-----------------------------|--|
| el convidem | us convidem | Utilitzem el tractament de vós en els escrits. |
| em plau convidar-lo | em plau convidar-vos | |

9. Amb enginy trobaràs alternatives

| En lloc de | Proposem | Què fem? |
|--------------------|--------------------------------|--|
| molt agraïts | us agraïm | Fem ús de perífrasis per no concretar el subjecte. |
| han estat premiats | han rebut un premi | |
| col·laboradors | amb la col·laboració de | |

10. Vigilem les expressions amb connotacions sexistes

Expressions amb connotacions sexistes

Què fem?

“Aquest noi és tan fresc”

Sovint la mateixa paraula té connotacions negatives quan ens referim a un dona i positives en l'home. Compte!

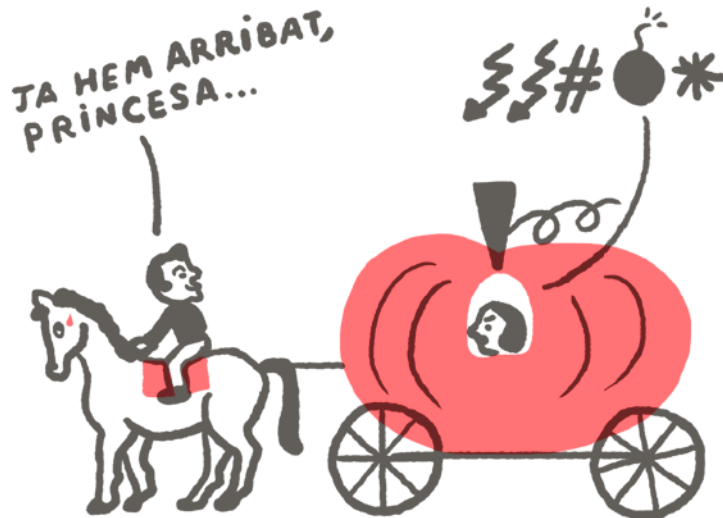
“Aquesta noia és tan fresca”

“M’heu fet emocionar. Heu fet que sortís la meva part femenina”

Relacionar allò femení amb una cosa emocional, intuïtiva, relacionada amb cures i família... i allò masculí amb una cosa d'acció, pràctica, relacionada amb el camp laboral, els esports... reforça els estereotips sexistes i genera desigualtat. Hem d'evitar-ho.

“Juga a futbol tan bé com un home”

“Tan fort que és, i ha cridat com una nena”



Les expressions sexistes són discriminatòries i generen desigualtat. Un home li diria a un altre home: “Ja hem arribat, príncep”?

Per acabar, és important allò que diem i com ho diem.

A banda de la llengua i les imatges, quan generem continguts, han de ser inclusivament per fomentar la participació femenina i corregir la tendència a un enfocament androcèntric dels relats.

Hem de donar visibilitat a les aportacions i als èxits aconseguits per les dones, a les seves necessitats i expectatives i promoure les relacions igualitàries.



**Androcentrisme:
Visió del món i de la cultura centrada en
el punt de vista masculí.**



COMPARTEIX AQUESTA GUIA!

barcelona.cat/guia-llenguatge-no-sexista

ENS AJUDES A TRENAR ESTEREOTIPS AMB L'ÚS DEL LLENGUATGE?