

# Guia de llenguatge NO sexista i inclusiu

2024



# Índex

01 Contextualització

02 Conceptes

03 Consells

04 Expressions que cal evitar

05 Llenguatge visual

06 Llenguatge escrit

07 Formularis

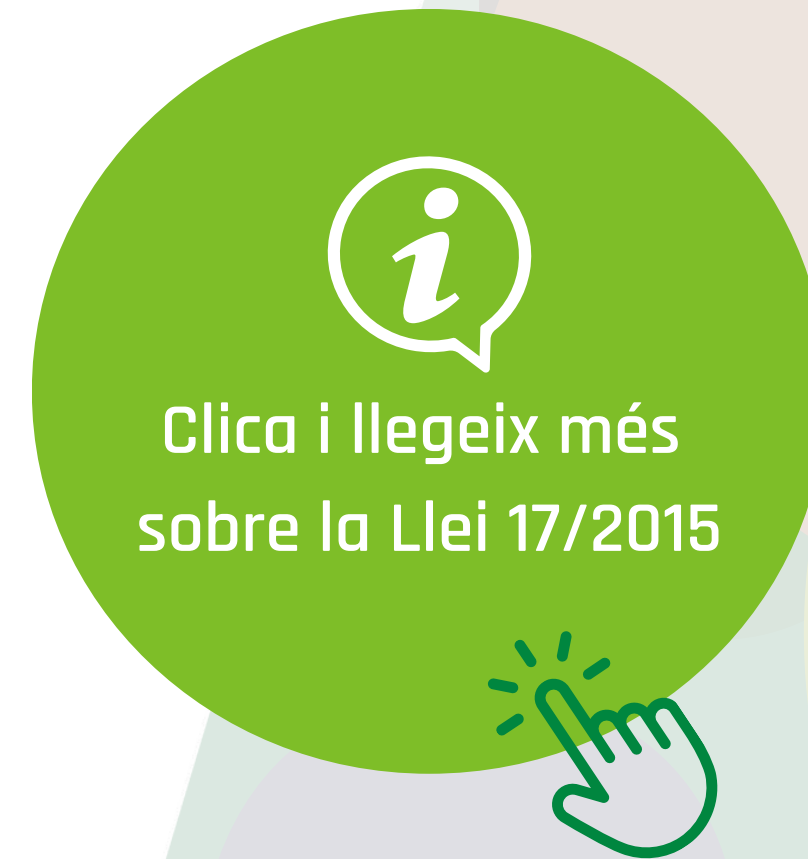
08 Guia de llenguatge general i específic



# Contextualització

La **Llei 17/2015, del 21 de juliol, d'igualtat efectiva de dones i homes** parla de la necessitat d'utilitzar un llenguatge inclusiu en diversos àmbits.

Aquesta guia és resultat de les accions a desenvolupar pel **Pla d'Igualtat del Consell Esportiu del Pla de l'Estany**, aprovat per Junta Directiva el 2022.



# Conceptes

## Forma doble

Repetició dels noms i/o els adjectius en tots dos gèneres gramaticals.

Aquest recurs que es pot aplicar de dues maneres: amb les formes senceres (el director o la directora, els consellers i les conselleres) i amb les formes abreujades (benvolgut/uda).



## Forma genèrica

Quan no volem referir-nos a una persona determinada i volem fer servir recursos inclusius, és a dir, que incloguin tots dos sexes, utilitzem formes genèriques, com ara els mots col·lectius, les expressions formades a partir de la paraula persona, els noms d'unitats administratives, les expressions despersonalitzades, etc.

Aquestes formes tenen l'avantatge que permeten evitar les marques de gènere gramatical en la redacció i per tant l'especificació de sexe.

El gènere gramatical de les formes genèriques pot ser femení o masculí, i aquest fet no té cap relació amb el sexe del referent. Per exemple: la ciutadania (femení), l'alumnat (masculí).



# Consells

Hi ha paraules que ens ajuden a trobar formes genèriques, com és el cas d'**equip, gent i persones**.

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



En lloc de...

Membres de la comissió

Treballadors

Usuaris

Convidats

Professor



Proposem...

Persones que conformen la comissió

Persones treballadores

Persones usuàries

Persones convidades

Equip docent

S'han de prioritzar recursos que no comportin l'ús de formes dobles i limitar-les als casos en què es vulgui fer visibles les dones.

**“L'ús de formes dobles abreujades només és adequat en textos breus i esquemàtics, ja que dificulten la lectura, com per exemple en formularis.”**

Font - Guia d'usos no sexistes administració GenCat i ICF



# Expressions que cal evitar

## Comunicació inclusiva



En lloc de...

Una feina de xinos

Treballar com un negre

Immigrant de segona generació

Un/a negret/a o persona de color

Raça gitana/gitano

Moro / paki



Proposem...

Una feina feixuga / Una feinada

Treballar molt

Persones que van migrar o fill/a d'immigrant

Persona negra/racialitzada

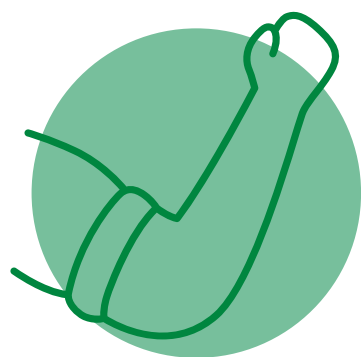
Ètnia gitana/poble gitano

Persona marroquina / Pakistanesa



# Llenguatge visual

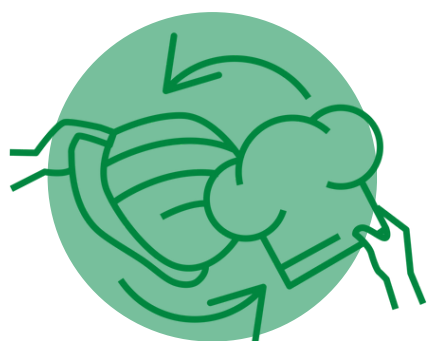
Comunicació inclusiva a les xarxes socials, documents, cartells, pàgines web i altres suports comunicatius.



**Eliminem** representacions que il·lustrin les dones com a persones dependents.



**Incorporem** la diversitat de manera transversal a les imatges.



**Evitem** imatges o missatges que reproduïxin els rols i estereotips assignats tradicionalment.



**Representem** tot tipus de persones i creuem la diversitat.



**Evitem** l'objectivització de les dones.



**Fomentem** la representació de dones i homes en àmbits invisibilitzats fins ara.



# Llenguatge escrit

Àmbits on podem aplicar la comunicació inclusiva escrita.

Àmbit intern	Àmbit extern	
Contractes	Formularis	Notes de premsa
Correus electrònics	Correus electrònics	Premis
Convenis	Informes	Invitacions
Projectes	Butlletí digital	Xarxes Socials
Nòmines	Memòries	Imatge corporativa
Normatives	Normatives	Normatives





# Formularis

 En lloc de...

Sr./Sra.:

---

El/la sol·licitant:

---

Sexe: (Home / Dona)

---

Nascut/uda a:

---

Domiciliat/ada a:

---

Graduat/ada en:

---

Originari/ària de:

 **Proposem...**

Nom i cognoms:

---

Nom sentit:

---

Gènere: (Home / Dona / No binari)

---

Lloc de naixement:

---

Domicili:

---

Amb el grau de:





---

País d'origen:



# Guia de llenguatge general

## Forma genèrica

 En lloc de...	 <b>Proposem...</b>	 En lloc de...	 <b>Proposem...</b>
Joves	<b>Jovent/joventut</b>	Amics	<b>Amistats</b>
Alumnes	<b>Alumnat</b>	Nombre d'alumnes	<b>Nombre d'alumnat</b>
Nens	<b>Infants/infància/mainada/quitxalla</b>	Tots	<b>Tothom</b>
Professors	<b>Professorat/equip docent/comunitat educativa</b>	Benvinguts	<b>Us donem la benvinguda</b>
Proveïdors	<b>Proveïdoria</b>	Dones de la neteja	<b>Personal de neteja</b>
Treballadors	<b>Personal/plantilla/persones treballadores</b>	Col·laboradors	<b>Amb la col·laboració de</b>
Voluntaris	<b>Persones voluntàries/voluntariat/personal voluntari</b>	Pares	<b>Famílies</b>
Alcaldes i regidors	<b>Autoritats municipals/alcaldia/regidoria</b>	Discapacitats	<b>Persones amb diversitat funcional</b>
Avis/àvies o tercera edat	<b>Persona gran/gent gran/ancians</b>	Proveïdor	<b>Persona o empresa proveïdora</b>
Ciudadans	<b>Ciudadania</b>	Immigrants	<b>Població migrant</b>
Veïns	<b>Veïnat</b>	Immigrant	<b>Persona migrant</b>



# Guia de llenguatge general

## Forma doble



En lloc de...



**Proposem...**

Els nens participants

Les nenes i els nens participants (millor infants)

Els treballadors

Les treballadores i els treballadors (millor persones treballadores)

### Formes dobles abreujades per a textos breus:

1) Si la forma femenina i la masculina presenten diferències ortogràfiques que no consisteixin només a afegir o canviar una vocal, s'ha d'escriure la terminació femenina des de la vocal tònica incloent-hi aquesta.

**Per exemple:** Usuari/ària, administratiu/iva, directors/ores, secretari/ària, psicòleg/òloga.

2) Quan la forma femenina i la masculina presenten diferències ortogràfiques que no consisteixen només a afegir o canviar vocal i l'estalvi d'espai de la forma abreujada resultant no és significatiu, escriurem les dues formes senceres.

**Per exemple:** Grec/grega, soci/sòcia, nois/noies, rei/reina.



# Guia de llenguatge específic

Forma genèrica - Esportiu



En lloc de...

Esportistes

Tècnic

Han estat premiats

Àrbitres



**Proposem...**

Comunitat esportiva/persones que practiquen esports

Personal tècnic

Han rebut un premi

Equip arbitral



# Guia de llenguatge específic

Forma doble

Singular	Plural
Educador i educadora	Educadors i educadores
Tutor i tutora	Tutors i tutores
Monitor i monitora	Equip de monitoratge
Àrbitre i àrbitra	Equip arbitral
Entrenador i entrenadora	Entrenadors i entrenadores
Jugador i jugadora	Jugadors i jugadores



# Guia de llenguatge específic

Forma doble - Càrrecs Consell Esportiu del Pla de l'Estany

## JUNTA DIRECTIVA

President o presidenta	Presidència
Vicepresident o vicepresidenta	Vicepresidència
Tresorer o tesorera	Tresoreria
Secretari o secretària	Secretaria
Vocal	Vocalia

## EQUIP DE DINAMITZACIÓ

Personal d'intervenció	Coordinació d'activitats
	Coordinació de grups
	Personal de dinamització
	Tutorització de joc

## EQUIP DE GESTIÓ I COORDINACIÓ

Personal directiu	Direcció
Personal de gestió i coordinació	Cap de l'àrea d'administració
	Cap de l'àrea de comunicació
	Cap de l'àrea de programes
	Coordinació de projectes
Personal d'administració	Personal tècnic de gestió
	Oficial d'administració





# CONSELLESPORTIU

## PLA DE L'ESTANY



Diputació  
de Girona



Generalitat  
de Catalunya



esportcat

---

CONSELL ESPORTIU DEL PLA DE L'ESTANY

C. DEL NOC, 42 · 17820 BANYOLES · T 972 581 344 · CONSELLESPORTIU@CEPLAESTANY.CAT

**WWW.CEPLAESTANY.CAT**