

Bombrera, deportista y madre

EL ARTE DE CONCILIAR

Emma Roca se pasa el día apagando fuegos y no solo porque sea bombera, sino porque tiene que compaginar el trabajo con sus otras dos grandes pasiones: el deporte y sus hijos.



Emma es la capitana del equipo de raids Buff®, en el que participan también tres hombres

Compartiendo triunfos

Siempre que puede, Emma se lleva a su hija de tres años y sus gemelos de año y medio a las competiciones



CARLES MARTÍN

A punto de cumplir los 37 años, esta vitalista catalana, que vive en un pueblecito de los Pirineos, es la impulsora del WIAR (Women Internacional Adventure Raid), el raid de aventura exclusivamente femenino y por parejas que este año, en su 6ª edición, se

celebrará el 3 de julio en la Cerdanya (www.raidwiar.com). Para aquellas que no estén familiarizadas con los raids, se trata de competiciones que suelen combinar carrera, bicicleta, natación, escalada y otras disciplinas en plena naturaleza. Una actividad que requiere, por lo

tanto, estar muy en forma. Y ¿cómo se las apaña Emma siendo madre de tres niños? Aparte de la valiosa ayuda de los abuelos y su marido (también deportista), al ser bombera trabaja 24 horas seguidas y descansa 72, lo que le permite entrenar y disfrutar de su familia.



BIBLIOTECA

- Narradas por 15 autores, "En el andén de los sueños" recoge 15 historias de autosuperación de mujeres menores de 30 años que recibieron la ayuda de la Fundación Maite Iglesias Baciana, 20€.
- En "Una casi eternidad", Antonella Moscati nos presenta a medio camino de la novela, el ensayo y la autobiografía una emotiva meditación sobre el envejecimiento desde el punto de vista de la mujer (Editorial Alfabet, 14€).



LAS MUJERES EN EL MUNDO



• Una visión diferente del cáncer de mama

Y no solo porque se aborde el problema en formato cómic, sino porque la guionista, Isabel Franc, narra su propia experiencia, con ironía y procurando desdramatizar todo el proceso de su enfermedad: desde la localización del tumor, los tratamientos químicos y la extirpación de un pecho a las consecuencias anímicas y personales. Ilustrado por Susanna Martín, lo ha publicado Norma Editorial, 16€.

• Mujeres más altas

La gran mayoría de españolas de más de 40 años no alcanza el 1,60 m de estatura. Para ellas, la firma www.masaltos.com ha creado una línea de calzado con alzas invisibles, que les permiten acercarse al 1,70 m sin necesidad de soportar enormes tacones. La empresa, que desde hace años comercializa a través de internet calzado masculino que aporta 7 centímetros extra a la estatura de los hombres, ha decidido lanzar ahora una colección femenina.



ILUSTRACIONES: JESSICA VON HELMOLT