

# betano black jack - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: betano black jack

---

## Saúde e Autonomia Reprodutiva: Uma História de Mudança betano black jack Gana

Em um dia ocupado no Centro de Saúde Kwapong no Gana rural, Beatrice Nyamekye, enfermeira comunitária, colocou implantes contraceptivos no braço de algumas mulheres e deu injeções hormonais a outras oito ou nove para prevenir a gravidez. Algumas procuravam preservativos ou pílulas anticoncepcionais, mas a maioria queria algo de longa duração. "Eles gostam dos implantes e injeções melhor do que qualquer outra coisa", disse a Sra. Nyamekye. "Isso os liberta da preocupação e é privado. Elas não precisam sequer discuti-lo com um marido ou parceiro."

O bulício na clínica Kwapong é ecoado **betano black jack** todo o Gana, e **betano black jack** grande parte da África Subsaariana, onde as mulheres têm a menor taxa de acesso à contracepção do mundo: Apenas 26 por cento das mulheres **betano black jack** idade reprodutiva na região estão usando um método contraceptivo moderno - algo diferente dos métodos de ritmo ou de abstinência - de acordo com o Fundo das Nações Unidas para a População, conhecido como UNFPA, que trabalha **betano black jack** saúde reprodutiva e materna.

Mas isso está mudando à medida que mais mulheres tiveram acesso a métodos que dão a elas um rápido, acessível e discreto impulso de autonomia reprodutiva. Em uma década, o número de mulheres na região que usam contracepção moderna quase dobrou para 66 milhões.

## Concurso Internacional de "Space-Out" en Seúl: la importancia de hacer nada

En el centro de Seúl, frente al emblemático palacio de Gyeongbokgung, decenas de personas de todas las edades se sientan en esteras mojadas, mirando al vacío. Algunos visten uniformes de médicos y dentistas, mientras que otros llevan el atuendo de trabajadores de oficina y estudiantes. Bienvenidos al concurso internacional de "space-out".

Las reglas son sencillas: no hacer absolutamente nada. Dormirse, sin embargo, lleva a la descalificación. Los organizadores supervisan las frecuencias cardíacas de los participantes; el concursante con la frecuencia cardíaca más estable gana.

Comenzado en 2014 por el artista local Woopsyang, el concurso de space-out ha ganado popularidad a lo largo de los años. Descrito como arte visual, el rendimiento tiene como objetivo crear una mini-ciudad de personas que no hacen nada entre aquellos que están ocupados trabajando, enfatizando así que hacer nada no es una pérdida de tiempo.

Corea del Sur es conocida por su cultura laboral exigente, con algunas de las horas laborales más largas en el mundo desarrollado. A pesar de la introducción del límite de trabajo semanal de 52 horas en 2024, el exceso de trabajo y el agotamiento aún no son infrecuentes. En 2024, el gobierno propuso aumentar el tiempo máximo de trabajo semanal a 69 horas, lo que provocó una fuerte reacción y una eventual reversión.

Los estudiantes también enfrentan altos niveles de estrés, viviendo con la llamada "fiebre de la educación", caracterizada por largas horas de estudio y la asistencia a academias privadas en la esperanza de asistir a una universidad prestigiosa y obtener un trabajo en una de las principales empresas del país.

Una encuesta gubernamental de 2024 dirigida a personas de 19 a 34 años encontró que una de cada tres personas jóvenes había experimentado agotamiento en el último año, con razones

citadas que incluyen ansiedad laboral en un 37,6%, sobrecarga de trabajo en un 21,1%, escepticismo sobre el trabajo en un 14,0%, y desequilibrio trabajo-vida en un 12,4%.

## Un momento para desconectar

Contra este fondo, el evento del domingo fue una oportunidad para desconectar de todo.

El concurso de space-out se ha llevado a cabo previamente en ciudades como Tokio, Taipei, Beijing, Rotterdam y ahora Seúl. Los participantes de este año vinieron de casa y del extranjero, incluidos Francia, Nepal, Sudáfrica, Vietnam y Malasia.

La lluvia no desalentó a los participantes, la mayoría de los cuales usaron sombrillas y ponchos desechables. Algunos yacían boca abajo, mirando al cielo, mientras que otros asumían posiciones meditativas. Algunos vestían atuendo tradicional coreano, incluidos un 'gat' sombrero, un símbolo de la alta sociedad durante la era preindustrial, cuando el tiempo de ocio a menudo se asociaba con la nobleza y la intelectualidad.

"De cierta manera, esto hace que las condiciones sean ideales para desconectarse," dijo el presentador.

La ganadora del primer lugar, Valentina Vilches, originaria de Chile pero residente en Corea del Sur y trabajando como consultora psicológica, dijo que vino a divertirse pero también quería compartir su experiencia con sus pacientes.

"Quiero recordarles la importancia de desconectarse y relajarse y cómo esto positivamente afecta su salud mental," dijo después de recibir su trofeo dorado en forma inspirada en El Pensador de Rodin y el Bodhisattva Pensativo, un tesoro nacional surcoreano.

Kim Ki-kyung, un trabajador de oficina surcoreano que estuvo a punto de llegar tarde al evento después de ser obligado a trabajar en domingo por la mañana, dijo que fue una pequeña oportunidad para tomarse un respiro.

"La sociedad coreana es muy competitiva, así que a veces hacer nada es esencial," dijo.

"Creo que hemos olvidado cómo hacerlo."

---

### Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: betano black jack

Palavras-chave: **betano black jack - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-27