«As mulheres somos, as mulheres estamos, as mulheres podemos em África»

Material para o empoderamento das mulheres

«As mulheres somos, as mulheres estamos, as mulheres podemos em África»

Material para o empoderamento das mulheres

Direcção:
Cristina García Comas. Fundación Mujeres

Elaboração:
Textes: Módulo 1: Cristina García Comas. Fundación Mujeres / Diana Raznovich
Módulo 2: Eva de la Peña Palacios. Fundación Mujeres / Diana Raznovich
Módulo 3: Cristina García Comas. Fundación Mujeres / Diana Raznovich
Módulo 4: Cristina García Comas. Fundación Mujeres / Diana Raznovich
Módulo 5: Guiomar Montes Román. Fundación Mujeres
Módulo 6: Guiomar Montes Román. Fundación Mujeres

Desenhos: Diana Raznovich
Projeto gráfico: Pablo Hueso & ACsl

Financiamento:
Elaboração financiada pela AECID e AEXCID

"Esta publicação foi realizada com o apoio financeiro da Agência Espanhola de Cooperação Internacional para o Desenvolvimento (AECID) e a Agência de Cooperação Internacional para o Desenvolvimento de Extremadura (AEXCID). O seu conteúdo é responsabilidade exclusiva da Fundación Mujeres e não reflecte necessariamente a opinião da AECID ou AEXCID".

Todos os direitos reservados. É autorizada a sua reprodução e distribuição, por qualquer meio, desde que mencionados os nomes dos seus autores, sendo vedada a sua utilização para fins comerciais ou qualquer alteração ao conteúdo da sua informação.

2011

Sommaire

Apresentação 3

Módulo 1
Os direitos das mulheres 5

Módulo 2
A educação das mulheres 47

Módulo 3
A participação das mulheres na economia 85

Módulo 4
A participação das mulheres na política 135

Módulo 5
Direitos sexuais e reprodutivos 171

Módulo 6
A prevenção da violência contras as mulheres 209

Glossário 247

Apresentação

"As mulheres somos, as mulheres estamos, as mulheres podemos em África" é um material de reflexão e trabalho dirigido às mulheres da África Subsaariana para conhecer os nossos direitos, reflectir sobre o que representa para as nossas vidas o uso desses direitos e pôr em valor o papel que as mulheres temos no desenvolvimento das nossas comunidades.

Trata-se de um material de apoio para que possamos reflectir conjuntamente sobre os efeitos positivos que o uso dos nossos direitos tem para o desenvolvimento das nossas comunidades e promover a nossa liderança na divulgação e defesa destes direitos, através do nosso compromisso e actividade diária na comunidade.

O material é constituído por seis módulos os quais contêm os direitos das mulheres e facilitam a reflexão sobre o modo da sua utilização.

Módulo 1. Os Direitos das mulheres. Realiza uma revisão dos direitos das mulheres reconhecidos internacionalmente com a finalidade de dá-los a conhecer e reflectir sobre os efeitos positivos da sua utilização pelas mulheres.

Módulo 2. A educação das mulheres. Reflecte sobre a importância das meninas e das mulheres estudarem e os efeitos que a educação tem na vida das mulheres, ao melhorar a sua autonomia pessoal para tomar decisões e proporcionar as capacidades necessárias para desenvolver a sua liderança na comunidade.

Módulo 3. A participação das mulheres na economia. Realiza uma reflexão sobre a importância do trabalho realizado pelas mulheres, com a finalidade de reconhecer o seu papel como agentes de desenvolvimento e promover a sua participação nos espaços de decisão.

Módulo 4. A participação política das mulheres. Realiza uma reflexão sobre o contributo das mulheres na comunidade, com a finalidade de reconhecer o seu papel como agentes de mudança e promover a sua participação e liderança nas decisões da comunidade.

Módulo 5. Direitos sexuais e reprodutivos. Dá a conhecer estes direitos e reflecte sobre como o seu uso melhora a saúde e a vida das mulheres, ao prevenir as doenças, assédio e violência sexual e facilitar a tomada de decisões em relação aos seus projectos de vida.

Módulo 6. A prevenção da violência contra as mulheres. Analisa a manifestação da violência contra as meninas, adolescentes e mulheres, e reflecte sobre o modo como qualquer tipo de violência é uma violação dos direitos humanos, com a finalidade de identificar os diferentes tipos de violência contra as mulheres e promover a sua erradicação através do uso e defesa dos direitos das mulheres, a denúncia e o apoio às mulheres que a sofrem.

Módulo 1

OS DIREITOS DAS MULHERES

Sobre este módulo

Conheces os teus direitos?

Neste caderno vamos analisar os direitos das mulheres reconhecidos a nível internacional.

Sabes o que é a *Convenção sobre a eliminação de todas as formas de discriminação contra as mulheres?*

É um tratado internacional, em vigor desde 3 de Setembro de 1981, sobre os direitos das mulheres e incluindo um programa de acção para que os Estados que o ratifiquem, isto é, se comprometam com o mesmo, garantam o exercício destes direitos.

Sabes quais os países africanos comprometidos com esta Convenção?

Países	Data de ratificação	Países	Data de ratificação
Benim	1992	Madagáscar	1989
Burundi	1992	Mali	1985
Camarões	1994	Nigéria	1985
Congo	1982	Republica Dem. do Congo	1986
Costa de Marfim	1995		
Egipto	1981	Ruanda	1981
Etiópia	1981	Senegal	1985
Gabão	1983	Serra Leoa	1988
Gâmbia	1993	África do Sul	1995
Gana	1986	Tanzânia	1985
Guiné	1982	Tunísia	1985
Guiné-Bissau	1985	Uganda	1985
Lesoto	1995	Zâmbia	1985

Porquê a Convenção?

Porque "…a máxima participação das mulheres, em igualdade de condições com os homens, em todos os campos, é indispensável para o desenvolvimento pleno e completo de um país, o bem-estar do mundo e a causa da paz".[1]

O que é que irás encontrar neste módulo?

Poderás conhecer os principais direitos das mulheres reconhecidos pela *Convenção sobre a eliminação de todas as formas de discriminação contra as mulheres* e realizar uma primeira reflexão sobre o modo como o uso destes direitos melhora a vida das mulheres.

1. Convenção sobre a eliminação de todas as formas de discriminação contra as mulheres.

Os nossos direitos abrangem todos os âmbitos da nossa vida. Usar os direitos torna-nos a vida mais fácil porque facilita que possamos tomar decisões pessoais e defender os nossos interesses.

O primeiro passo para usar os nossos direitos é conhecê-los. Conhecer quais são os nossos direitos alarga o nosso modo de ver e fazer na nossa vida, de defender os nossos interesses e os das outras pessoas.

O uso dos nossos direitos torna-nos iguais porque promove o respeito pela dignidade humana e evita as discriminações, especialmente entre as mulheres e os homens.

Não só conhecê-los, mas também usá-los. O respeito pelos direitos faz que os defendamos, leva-nos a modificar costumes que limitam o nosso desenvolvimento e permite-nos trabalhar em prol de uma sociedade mais justa e igualitária.

MÓDULO 1
Os direitos das mulheres

Se temos direito à educação,
porquê abandonar os estudos?

Se temos direito ao trabalho,
porquê não escolher em quê queremos trabalhar?

Se temos direitos civis e económicos,
porquê não os exercer?

Se temos direitos sexuais e reprodutivos,
porquê não decidimos sobre o nosso corpo?

Se temos direito à participação política,
porquê não representamos a nossa comunidade?

Tenho direito a conhecer os meus direitos

Se conheço os meus direitos posso fazer que se cumpram

Todas e todos somos iguais e temos os mesmos direitos e as mesmas obrigações

Direito à educação

As nossas filhas irão à escola dentro de pouco

e não a abandonarão pelo menos até não acabarem a formação básica

DIREITO À EDUCAÇÃO E À FINALIZAÇÃO DOS ESTUDOS BÁSICOS

Estamos a estudar na universidade. A duas vamos ser médicas

DIREITO À EDUCAÇÃO UNIVERSITÁRIA E PROFISSIONAL

Eu estudei na universidade porque queria ser advogada

Eu, pelo contrário, não acabei os meus estudos, María, mas gostaria de ter sido professora primária

DIREITO À ESCOLHA DOS ESTUDOS

Direito ao trabalho

Sabes Linda?
Contrataram-me para trabalhar no banco

fico muito contente, eu, há um ano, criei uma cooperativa de trabalho têxtil com outras mulheres da minha aldeia

DIREITO AO TRABALHO

Trabalho numa cooperativa. Sou responsável pelo controlo de qualidade da produção

Escolhi a minha profissão porque me gostava dela e encontrei o emprego que queria

DIREITO A ESCOLHER UMA PROFISSÃO E UM EMPREGO

Estamos muito contentes, conseguimos ser contratadas num hospital

Apresentaram-se muitos candidatos e candidatas e conseguimos a melhor pontuação

DIREITO ÀS MESMAS OPORTUNIDADES DE EMPREGO

Trabalhamos numa empresa e o nosso salário é igual ao dos nossos companheiros

DIREITO A UMA REMUNERAÇÃO IGUAL

Outros Direitos civis e económicos

DIREITO A CASAR LIVREMENTE

Vendi a casa da minha avó

Não tem nada a dizer. A propriedade era minha

O que é que o teu marido disse?

DIREITO A DISPOR DOS PRÓPRIOS BENS

O meu marido está a preparar o almoço para os nossos filhos
Eu deixei-o com a menina

MESMOS DIREITOS E RESPONSABILIDADES NO CASAL

Depois de ter conseguido a terra a nossa cooperativa funciona muito melhor

DIREITO À PROPRIEDADE DA TERRA

Estou muito contente, acabam de conceder-me um empréstimo bancário

Agora poderemos comprar mais frangos e aumentar as vendas

DIREITO A EMPRÉSTIMOS BANCÁRIOS

Amanhã assinamos o contrato de aluguer do albergue que o nosso pai tinha

fico muito contente de voltar a estar em funcionamento

DIREITO A ASSINAR CONTRATOS E ADMINISTRAR BENS

Temos que criar a nossa empresa para facilitar a comercialização das ostras

Vamos ao Ministério/ departamento público para obter informação sobre o modo de o fazer

DIREITO À INFORMAÇÃO E SERVIÇOS

Direitos sexuais e reprodutivos

Sofia estás outra vez à espera de um filho?
Eu decidi esperar até acabar os meus estudos

DIREITO A DECIDIR LIVRE E RESPONSAVELMENTE A MATERNIDADE

Engravidei outra vez

Eu decidi esperar que a minha filha seja um pouco mais velha

Eu decidi não ter mais

DIREITO A DECIDIR O NUMERO DE FILHOS E O INTERVALO ENTRE OS NASCIMENTOS

Doutora fátima desejo a sua assessoria para não engravidar novamente

Passa ao consultório, informar-te-ei para poderes planificar a tua maternidade

DIREITO À INFORMAÇÃO E ACESSO A SERVIÇOS DE PLANIFICAÇÃO FAMILIAR

Desta vez vou ter o meu filho no hospital

Acabo de lá estar, a minha gravidez está correr bem

A mim atenderam-me muito bem depois do parto

DIREITO A ASSISTÊNCIA SANITÁRIA DURANTE A GRAVIDEZ, PARTO E PÓS-PARTO

Direito à participação

Sou Célia Margarida, candidata pela minha comunidade para as próximas eleições. Comprometo-me a lutar pela igualdade de direitos entre mulheres e homens. Vota-me pelo teu próprio interesse

DIREITO A SER ELEGÍVEL

Amanhã celebram-se as eleições e todas iremos votar

DIREITO A VOTAR

Como representante política da comunidade estou a trabalhar para conseguir creches, escolas, hospitais...

DIREITO A OCUPAR CARGOS PÚBLICOS

Pertencemos a uma rede de mulheres a trabalhar para o melhoramento dos serviços de saúde sexual e reprodutiva, assim como o acesso da população à assistência sanitária

DIREITO A PARTICIPAR EM ASSOCIAÇÕES COM INCIDÊNCIA POLÍTICA

Pertencemos à rede de apoio à vacinação infantil. Gostarias de colaborar?

Acho muito interessante

DIREITO A PARTICIPAR EM ACTIVIDADES COMUNITÁRIAS

Consegui incluir os meus quadros na exposição anual de jovens pintores. Estou muito contente

DIREITO A PARTICIPAR EM ACTIVIDADES CULTURAIS

Sabes Verônica, inscrevi-me em atletismo, quero treinar para correr

Muito bem Carme, eu inscrevi-me para conhecer percursos turísticos

DIREITO A PARTICIPAR EM ACTIVIDADES DE LAZER E DESPORTIVAS

Notas

O que é que me pareceu mais importante?

O que é que me proponho fazer?

Módulo 2

A EDUCAÇÃO DAS MULHERES

Sobre este módulo

Conheces o Direito das mulheres à Educação?

Neste caderno vamos analisar a importância da educação das mulheres como direito reconhecido na *Convenção sobre a eliminação de todas as formas de discriminação contra as mulheres.*

A educação, para além de ser um direito humano, é um elemento indispensável para o progresso económico e social de um país.

Sabes porquê é importante a educação das mulheres?

A educação, para além de nos ajudar a melhorar pessoalmente, proporciona os recursos e conhecimentos para superar as situações de pobreza e discriminação das mulheres.

A educação facilita-nos os conhecimentos que tornam as mulheres mais livres, mais independentes e mais seguras de nós mesmas.

MÓDULO 2

A educação das mulheres

O que é que irás encontrar neste módulo?

Poderás conhecer os principais direitos das mulheres relacionados com a participação na educação.

Também poderás reflectir sobre a importância e os benefícios que a formação e a adquisição de novos conhecimentos irão proporcionar às mulheres em qualquer idade.

E, para além disso, reflectir sobre o modo como a educação nos permite aumentar a participação das mulheres na actividade económica e política da nossa comunidade.

A Educação das mulheres

A educação das mulheres é reconhecida como a chave fundamental para potenciar e pôr em valor as mulheres no mundo.

Graças à educação, as mulheres somos cientes dos nossos direitos e desenvolvemos a auto-estima e autoconfiança necessárias para os exercer e possuir um maior controlo das nossas.

Também, neste percurso direccionado para a igualdade e a liberdade das mulheres, a educação é o primeiro passo que é necessário dar para sair de situações de pobreza e marginalidade e atingir situações de autonomia e maior participação das mulheres.

Este desenvolvimento pessoal proporcionado pela educação das mulheres beneficia também o desenvolvimento económico e social da nossa comunidade e do nosso país.

Como a educação permite que as mulheres tenhamos mais oportunidades é importante aprender e estudar a qualquer idade e trabalhar nas nossas comunidades para acabar com o analfabetismo das mulheres e com o abandono das jovens dos estudos primários ou médios, assim como para aumentar o número de mulheres na educação superior.

MÓDULO 2
A educação das mulheres

Se temos direito à educação,
porquê impedir que as meninas frequentem a escola?

Se temos direito a uma educação em igualdade
porquê não educar da mesma forma, na escola e na família, os meninos e as meninas?

Se temos direito à livre escolha dos estudos
porquê não escolher a profissão de que gostemos mais?

Se sabemos o importante que é a nossa educação
porquê abandonar os estudos?

Se sabemos que a educação é importante a qualquer idade
porquê não decidir voltar a estudar?

Se sabemos que graças aos estudos teremos mais oportunidades de trabalho
porquê não especializar-nos e continuar a estudar?

Se contribuímos para desenvolvimento económico da nossa comunidade
porquê não estudar para melhorar a nossa actividade produtiva?

Se queremos participar na nossa comunidade
porquê não formar-nos para poder tomar decisões?

As meninas e as mulheres temos direito a ESTUDAR e a uma EDUCAÇÃO EM IGUALDADE

PARTICIPAÇÃO DAS MULHERES NA EDUCAÇÃO

A EDUCAÇÃO DAS MULHERES... É um DIREITO

Vamos ver quais são os nossos direitos na educação...

DIREITO À EDUCAÇÃO

Eu não pude estudar, mas tenho muito claro que a minha filha frequentará a escola, tem todo o direito!

DIREITO AO ACESSO DAS MENINAS À EDUCAÇÃO

Como pai, defendo que as nossas filhas também devem ir à escola

DIREITO AO ACESSO DAS MENINAS À EDUCAÇÃO

Meninas e meninos devemos ter a mesma educação na escola

DIREITO A UMA EDUCAÇÃO EM IGUALDADE

Na nossa família educamos de um modo igual as nossas filhas e filhos

DIREITO A UMA EDUCAÇÃO EM IGUALDADE

Sabes que a minha filha irá deixar a escola?

Não faça isso, a educação é muito importante para o seu futuro!

DIREITO A ACABAR OS ESTUDOS

Linda e eu atrasamos o nosso casamento para continuar a estudar

Consideramos injusto que as mulheres tenham de abandonar os estudos!

DIREITO A ACABAR OS ESTUDOS

DIREITO AO ACESSO À EDUCAÇÃO A QUALQUER IDADE

DIREITO À EDUCAÇÃO A QUALQUER IDADE

DIREITO À EDUCAÇÃO A QUALQUER IDADE

DIREITO A LIVRE ESCOLHA DE ESTUDOS

Aprendi que podia escolher a profissão que eu quisesse
Agora faço artesanato de madeira

DIREITO À LIVRE ESCOLHA DE PROFISSÃO

A EDUCAÇÃO DAS MULHERES... É IMPORTANTE

Vamos ver qual é benefício proporcionado...

Os estudos permitiram-nos ter mais possibilidades para escolher na vida

Eu sou advogada

Eu sou artesã!

E eu criei a minha própria cooperativa têxtil!

MAIS POSSIBILIDADES

Sabes Lia? Desde que aprendi a ler e a somar sinto-me mais segura, sobre tudo no mercado

Pois eu ainda não sei ler, mas penso aprender

MAIS SEGURANÇA

MAIS AUTONOMIA PESSOAL

MAIS INDEPENDÊNCIA

MAIS OPORTUNIDADES DE TRABALHO

MAIS OPORTUNIDADES DE RELACIONAMENTO E COMUNICAÇÃO

Aprendi informática e agora estou a fazer as contas da cooperativa no computador

Eu também fiz uma base de dados com os clientes da minha loja

MELHOR ORGANIZAÇÃO

Telma deverias fazer o curso de contabilidade, a minha frutaria funciona muito melhor depois de o ter feito

Tens razão, eu também quero aprender a melhorar as minhas vendas

MELHOR GESTÃO

A EDUCAÇÃO DAS MULHERES... TEM RESULTADOS

Vamos lá ver quais são...

Após a minha formação criei a minha empresa de tecidos

PARTICIPAMOS NA ACTIVIDADE ECONÓMICA

Sabes que sou a única médica da zona?

Certamente com o tempo haverá mais mulheres

PARTICIPAMOS NO MUNDO DO TRABALHO

Aprendi muitas coisas e agora ensino outras mulheres

PARTICIPAMOS NA COMUNIDADE

Graças aos nossos estudos, as mulheres participamos na tomada de decisões da nossa comunidade

PARTICIPAMOS NA COMUNIDADE

Agora que acabei os meus estudos, dedico-me a defender os direitos da mulheres do meu país

E nós queremos que nos ensines a defendê-los

PARTICIPAMOS POLITICAMENTE

Os meus estudos permitiram-me ser líder da minha comunidade

TEMOS POSTOS DE RESPONSABILIDADE

A educação torna-nos mais livres e seguras!

Notas

O que é que me pareceu mais importante?

O que é que me proponho fazer?

Módulo 3

A PARTICIPAÇÃO DAS MULHERES NA ECONOMIA

Sobre este módulo

Sabes que as mulheres têm um papel muito importante na sua comunidade?

Neste caderno vamos analisar os diferentes contributos que as mulheres realizamos à nossa comunidade, através dos trabalhos que assumimos.

Sabes que as mulheres em África são um motor de mudança e desenvolvimento económico dos seus países?

Os trabalhos que as mulheres realizamos para procurar o sustento das nossas famílias contribuem para a economia do país. Se estes trabalhos são realizados dentro de uma actividade produtiva, como por exemplo, a transformação de peixe, e em empresas formalmente constituídas e orientadas para ganhar mais dinheiro do que o necessário para cobrir as nossas necessidades de subsistência, transformamo-nos em agentes chave do desenvolvimento do nosso país.

Sabes que em África existem cada vez mais mulheres que lideram as suas próprias empresas e participam em espaços de decisão?

Esta liderança contribui para a visibilização do papel protagonista que as mulheres temos no desenvolvimento económico, dado que criamos as nossas próprias empresas, tomamos as nossas próprias decisões sobre a sua gestão e trabalhamos para que funcione.

O nosso compromisso para levar adiante as nossas empresas leva-nos a defender os nossos interesses nos espaços públicos, a agrupar-nos e a estabelecer relações com outras empresas, com a comunidade, com as autoridades ou com outras empresárias.

O que irás encontrar neste módulo?

Poderás conhecer como os diversos trabalhos que as mulheres realizamos, contribuem para melhorar a vida das nossas famílias e da nossa comunidade e como somos parte activa do desenvolvimento económico.

Além disso poderás reflectir sobre a importância de que mulheres e homens contribuamos da mesma forma para a comunidade, para que as mulheres tenhamos mais oportunidades na vida, e conhecer o modo como podemos converter-nos em protagonistas do desenvolvimento da nossa comunidade, liderando as nossas empresas.

A participação das mulheres na economia

As mulheres trabalhamos para conseguir que a nossa família e a nossa comunidade vivam melhor.

Realizamos trabalhos domésticos para a sustentação da nossa família, trabalhos voluntários para a comunidade para melhorar a vida de todas as pessoas que pertencem à mesma, e actividades económicas para manter a família, mas que também beneficiam a comunidade.

As actividades económicas costumam ser produtivas baseadas nos recursos da zona, como por exemplo, transformação de frutas e hortaliças, de peixe e ostras, colheita e embalagem de mel…. A sua transformação gera riqueza, a qual promove o desenvolvimento económico.

As mulheres participamos activamente na actividade económica através da transformação desses recursos. Ao agrupar-nos e criar as nossas próprias empresas transformamo-nos em agentes chave do desenvolvimento económico.

MÓDULO 3
A participação das mulheres na economia

Como agentes chave devemos participar em espaços que nos permitam dar a conhecer as nossas empresas, conseguir mais mercado e, em definitivo, fazer que a empresa funcione bem. Isso supõe a nossa visibilização e a ocupação de espaços onde defender os nossos interesses e tomar decisões que irão afectar as empresas do nosso sector de actividade.

Para melhorar o nosso contributo para o desenvolvimento da comunidade devemos ter a oportunidade de estudar, trabalhar e decidir o que queremos ser e fazer na vida. E, com essa finalidade, mulheres e homens devemos assumir as mesmas responsabilidades e compromissos na nossa família e na nossa comunidade.

MÓDULO 3
A participação das mulheres na economia

Se efectuamos actividades produtivas
porquê não criamos a nossa empresa?

Se várias mulheres fazemos as mesmas actividades produtivas
porquê não criamos juntas uma empresa?

Se temos uma empresa…

porquê não a gerimos nós próprias?

porquê não tomamos nós próprias as decisões sobre o seu funcionamento e gestão?

porquê não pensamos em fazer uma empresa forte e sustentável?

porquê não nos agrupamos com outras empresárias para defender os nossos interesses?

porquê não participamos na tomada de decisões da comunidade?

Se temos falta de tempo para a empresa
porquê não distribuímos as responsabilidades da família?

As mulheres somos o suporte económico e afectivo da nossa sociedade.

Cuidamos dos nossos filhos e filhas, cozinhamos para toda a família, participamos na nossa comunidade, trabalhamos no mercado, no campo...

O nosso trabalho é muito importante para a comunidade

Vejamos porquê...

Ser mãe é um trabalho que beneficia a toda a comunidade

CUMPRIMOS UMA FUNÇÃO SOCIAL

Criamos os nossos filhos, mantemos a casa limpa e, além disso, trabalhamos todo o dia no campo

SUSTENTAMOS A FAMÍLIA

Com o nosso trabalho damos educação, saúde e alimento às nossas famílias

PROPORCIONAMOS OS CUIDADOS À NOSSA FAMÍLIA

O trabalho doméstico sustenta a família

Amanhã tenho que ir à cidade para efectuar algumas gestões

Eu ficarei com as meninas, não te preocupes

APOIAMOS AS OUTRAS MULHERES

Somos da comissão de festas da comunidade. Ocupamo-nos de organizar as actividades culturais das próximas festas

PROMOVEMOS RELAÇÕES

Pertencemos à rede de serviços de saúde da região. Participamos todos os anos na vacinação de meninos e meninas

REFORÇAMOS OS CUIDADOS SANITÁRIOS

O trabalho voluntário efectuado para a nossa comunidade beneficia a todas as pessoas

Dirijo a minha empresa e mantenho os meus seis filhos com o meu trabalho

TRABALHAMOS PARA MANTER A NOSSA FAMÍLIA

Nós dirigimos a nossa empresa têxtil e damos trabalho e muita gente

DAMOS TRABALHO

As actividades económicas que realizamos beneficiam a nossa comunidade

Somos o suporte da nossa comunidade

Mulheres e homens devemos contribuir da mesma forma para o desenvolvimento da nossa comunidade

Vejamos como...

Trabalho muitíssimo no campo, cuido dos meus quatro filhos, cozinho para toda a família...
Homens e mulheres deveriam distribuir de igual modo estas responsabilidades

DISTRIBUINDO RESPONSABILIDADES

Desde pequenas aprendemos as nossas obrigações domésticas e familiares

É certo Sabela, e não deveriam ser diferentes das dos homens

ASSUMINDO AS MESMAS RESPONSABILIDADES

O tempo nunca é suficiente para trabalhar na casa e no campo

Preciso conseguir que os homens se responsabilizem das tarefas domésticas e do cuidado das crianças

COMPROMETENDO OS HOMENS

Mulheres e homens podemos fazer todas as classes de trabalhos

ACEDENDO AO TRABALHO

Mulheres e homens podemos trabalhar em qualquer actividade produtiva

PARTICIPANDO NA ACTIVIDADE ECONÓMICA

Mulheres e homens somos capazes de dirigir empresas e de criá-las

DESENVOLVENDO AS NOSSAS CAPACIDADES

As mulheres devemos ter as mesmas oportunidades que os homens para realizar qualquer trabalho

TENDO AS MESMAS OPORTUNIDADES

Sofia se as mulheres e os homens distribuíssemos as nossas responsabilidades familiares, domésticas e produtivas da mesma forma, as mulheres teríamos mais oportunidades para estudar, trabalhar... e contribuir melhor para o desenvolvimento da nossa comunidade

Sim, Noela Elisabete, e seria mais fácil utilizar os nossos direitos

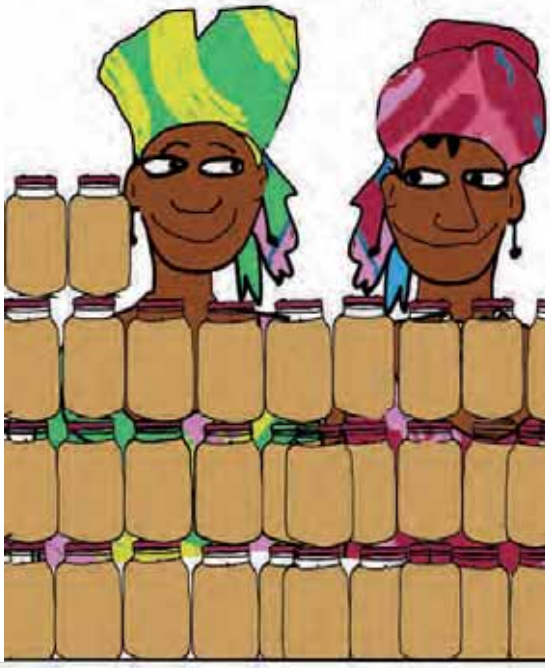
As mulheres somos parte activa do desenvolvimento económico da nossa comunidade

Vejamos porquê...

Antes, parecia-me impossível ser dona da minha própria empresa e agora estou muito contente

CRIAMOS AS NOSSAS EMPRESAS

Antes, trabalhávamos para subsistir. Agora vendemos mel a muitos lugares

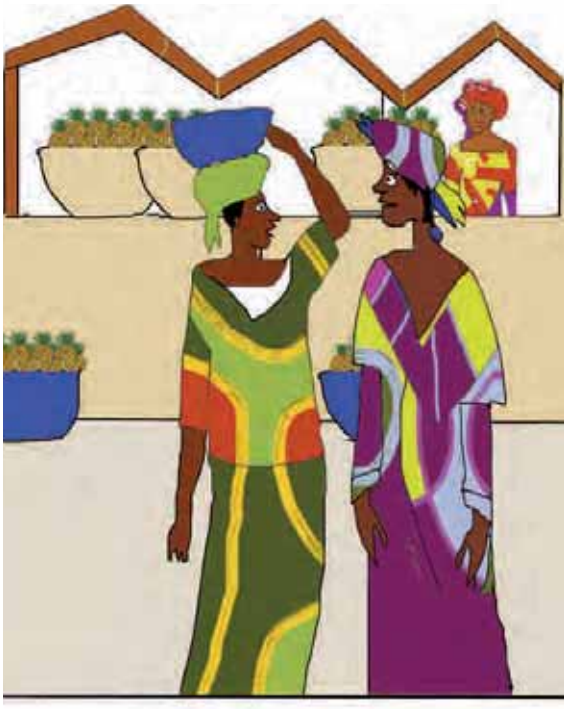


FAZEMOS MELHORES NEGÓCIOS

Em breve teremos bastante produção própria para vender em várias aldeias vizinhas

QUEREMOS EMPRESAS SUSTENTÁVEIS

Temos bons preços porque os produtos são nossos



FAZEMOS EMPRESAS RENTÁVEIS

Sou a nova directora da empresa de venda de frutas

LIDERAMOS AS NOSSAS EMPRESAS

Sou responsável pelas contas da nossa empresa

GERIMOS AS NOSSAS EMPRESAS

A partir de ter assumido a responsabilidade da minha empresa tenho estado a dar trabalho a muitas mulheres

CRIAMOS EMPREGO

Estou a receber assessoria para que a minha empresa melhore e cresça

QUEREMOS EMPRESAS FORTES

Estou a receber formação em gestão empresarial para saber tomar as melhores decisões na minha empresa

TOMAMOS AS NOSSAS PRÓPRIAS DECISÕES

As mulheres somos protagonistas da mudança e do desenvolvimento económico. E devemos visibilizá-los e participar nos espaços de decisão

Vejamos como...

Sabes Ndiaye? Não me deram o crédito que pedi no banco para a reforma do meu albergue

Devemos agrupar-nos para ser mais fortes

PARTILHANDO INTERESSES

Amanhã, às dez, temos uma reunião marcada com a associação de empresárias da região

Lá estarei

PARTICIPANDO EM REUNIÕES

Dirigimo-nos à feira internacional de produtos do campo. Vamos em representação da associação de recolectoras

PARTICIPANDO EM REDES E ESPAÇOS PÚBLICOS

Tatiana sabes que a Madalena foi designada vice-presidenta da associação de artesanato da região?

Sim, estou muito contente de que uma mulher tenha entrado no comité de direcção

OCUPANDO POSTOS DE RESPONSABILIDADE

Estou a receber formação para saber defender os nossos interesses empresariais no nosso sector de actividade

É muito importante ser ouvidas e conseguir que as associações do nosso sector incluam as nossas propostas

TENDO INCIDÊNCIA POLÍTICA

Notas

O que é que me pareceu mais importante?

O que é que me proponho fazer?

Módulo 4

A PARTICIPAÇÃO DAS MULHERES NA POLÍTICA

Sobre este módulo

Conheces os nossos direitos de participação política?

Neste caderno vamos analisar os direitos reconhecidos pela *Convenção sobre a eliminação de todas as formas de discriminação contra a mulher* para participar nas decisões políticas e a importância de os utilizar.

Sabes que a participação de mulheres e homens nas decisões políticas é um sinal de desenvolvimento de um país?

Mulheres e homens temos um papel essencial nas nossas comunidades e partilhamos o compromisso para melhorar a vida das nossas famílias e das pessoas que fazem parte da nossa comunidade. Por esse motivo, mulheres e homens devemos participar nas decisões políticas da comunidade.

Sabes que as mulheres em África são agentes de mudança e desenvolvimento e, por isso devem participar nas decisões políticas da sua comunidade?

O conhecimento que as mulheres possuímos das necessidades e interesses da nossa comunidade, assim como os trabalhos que realizamos para melhorar a vida das pessoas que a constituem, convertem-nos em agentes de mudança e desenvolvimento. Podemos melhorar o nosso contributo para a comunidade liderando a mudança através da nossa participação nos espaços de decisão política.

O que é que irás encontrar neste módulo?

Poderás conhecer os direitos que nos permitem participar na actividade política da nossa comunidade e do nosso país e reflectir sobre a importância de usarmos estes direitos para melhorar o nosso contributo para a comunidade.

Além disso, poderás conhecer o modo como podemos participar nas decisões políticas da nossa comunidade.

A participação das mulheres na política

As mulheres tomamos decisões continuamente. Fazemo-lo na nossa família, no nosso trabalho, nas actividades que fazemos na comunidade.

O nosso contributo para a comunidade faz-nos conhecer as suas necessidades e interesses e, por tanto, o modo como poderíamos solucioná-los. Por isso, é muito importante que possamos transferir o que sabemos às autoridades políticas.

Fazer ouvir a nossa voz melhora as decisões políticas porque contam com maior informação para poder dar resposta às necessidades da população.

Para nos fazer ouvir é necessário participar nos espaços políticos, mas não só para transferir o que sabemos, mas também para tomar as decisões que beneficiam melhor os nossos interesses e os da nossa comunidade.

Se realizamos melhoras a partir do nosso compromisso habitual com a nossa comunidade, participando activamente na política podemos ser mais eficazes,

liderando as mudanças necessárias para o desenvolvimento das nossas comunidades.

Mulheres e homens podemos e devemos tomar decisões conjuntas que melhorem a nossa comunidade.

MÓDULO 4
A participação das mulheres na política

Se temos o direito de participar na vida política
porquê não o usamos?

Se podemos participar nas decisões políticas
porquê não estamos nos espaços políticos?

Se sabemos o que melhora a nossa comunidade
porquê não trabalhamos na actividade política para que o conseguimos?

Se sabemos que participando na actividade política temos mais influência para mudar as coisas
porquê não o fazemos?

Se as mulheres nos preocupamos pela nossa comunidade
porquê não lideramos as mudanças?

Gosto de tomar decisões.
Quero fazê-lo em benefício
da minha
comunidade

Mulheres e homens temos
direito a participar na vida
política da nossa comunidade

Vejamos
porquê...

Temos direito a escolher os
representantes

PODEMOS ESCOLHER O VOTO

Votaram-me para representar a
minha comunidade

TEMOS DIREITO A SER ELEGÍVEIS

Pertencemos a um agrupamento de mulheres com personalidade jurídica que defende os direitos das mulheres

PODEMOS PARTICIPAR EM ASSOCIAÇÕES COM INFLUÊNCIA POLÍTICA

Fui designada delegada da nossa comunidade junto do Ministério

Com o teu cargo poderás melhorar os serviços sanitários

PODEMOS OCUPAR CARGOS PÚBLICOS

Sou líder política da minha comunidade

PODEMOS SER REPRESENTANTES DA NOSSA COMUNIDADE

Mulheres e homens devemos participar da mesma forma na política

Vejamos como...

Na nossa comunidade a maioria dos nossos representantes são homens

Deveria haver mais mulheres representando-nos

MAIS MULHERES ACEDENDO À REPRESENTAÇÃO POLÍTICA

As mulheres temos trabalhado sempre em benefício da comunidade

Sim, Madalena, conhecemos muito bem as suas necessidades

Deveríamos ser representantes também da nossa comunidade

ASSUMINDO A RESPONSABILIDADE POLÍTICA

Mulheres e homens contribuímos muito para a comunidade e temos direito a ser representadas quer pelas mulheres quer pelos homens

PARTILHANDO A RESPONSABILIDADE POLÍTICA

Gostaria de ser representante da minha comunidade

Eu apoiar-te-ia

DECIDINDO PARTICIPAR EM ESPAÇOS POLÍTICOS

Se quisermos que sejam admitidos os nossos interesses e necessidades, temos que participar na política

As mulheres devemos ter as mesmas oportunidades que os homens para participar na actividade política

PARTICIPANDO NA ACTIVIDADE POLÍTICA

A nossa comunidade tem progredido muito desde a intervenção das mulheres e dos homens na política

As mulheres preocupamo-nos pela nossa comunidade e trabalhamos para o seu melhoramento

Sim, e podemos liderar as mudanças

Vejamos como...

AGRUPANDO-NOS

UNINDO FORÇAS

PARTICIPANDO EM REDES

TRANSMITINDO OS NOSSOS INTERESSES E NECESSIDADES

Como representante do governo trabalho para que as mulheres e os homens tenham os mesmos direitos

DEFENDENDO OS NOSSOS DIREITOS

Somos líderes políticas de diferentes comunidades e vamos discutir assuntos que nos afectam a todas

FAZENDO LOBBY

Sou representante da minha comunidade no Conselho Regional. Trabalho para erradicar a pobreza da população

OCUPANDO CARGOS PÚBLICOS

Se tivermos mais poder político teremos mais influência para mudar a sociedade

Gosto de tomar decisões, não quero
que ninguém decida por mim

Notas

O que é que me pareceu mais importante?

O que é que me proponho fazer?

Módulo 5

DIREITOS SEXUAIS E REPRODUTIVOS

Sobre este módulo

Conheces os teus direitos sexuais e reprodutivos?

Neste módulo vamos analisar os direitos sexuais e reprodutivos, reconhecidos pela *Convenção sobre a eliminação de todas as formas de discriminação contra as mulheres.*

Sabes o que são os direitos sexuais e reprodutivos?

São aqueles que proporcionam às mulheres a possibilidade de tomar decisões sobre o nosso corpo, especialmente nos âmbitos sexual e reprodutivo.

Porquê é que são importantes os direitos sexuais e reprodutivos?

Porque permitem cuidar da nossa saúde e participar de forma mais activa na nossa comunidade, dando-nos a oportunidade de desenvolver as nossas capacidades nos espaços sociais e económicos comuns.

O que irás encontrar neste módulo?

Poderás conhecer quais são os teus direitos sexuais e reprodutivos, e reflectir sobre como o seu uso melhora a saúde e a vida das mulheres.

Os direitos sexuais e reprodutivos dão-nos a opção de tomar decisões sobre o nosso corpo: decidir sobre a nossa sexualidade e cuidar da nossa maternidade.

Devemos ser cientes das consequências destas decisões na nossa saúde e na nossa vida.

Usar os direitos sexuais e reprodutivos pode evitar as gravidezes prematuras que provoquem doenças decorrentes da mesma como o problema das fístulas ou outro tipo de infecções ao dar à luz em condições sanitárias não adequadas.

Dão-nos a oportunidade de defrontar a violência sexual e o assédio por parte dos homens que consideram que os nossos corpos lhes pertencem.

Além disso, melhoram as nossas expectativas de vida permitindo-nos continuar com os nossos estudos ou conseguir melhores oportunidades de trabalho.

MÓDULO 5
Os direitos sexuais e reprodutivos

Se temos direitos sexuais e reprodutivos
porquê não decidimos sobre o nosso corpo?

Se temos direito a decidir com quem ter relações sexuais
porquê não escolhemos com quem casar?

Se temos direito a decidir quando ser mãe
porquê não controlamos a nossa maternidade?

Se temos direito a assistência médica
porquê não evitamos doenças decorrentes da gravidez?

Se temos direito ao uso dos profilácticos
porquê não prevenimos as doenças de transmissão sexual?

Se somos donas do nosso corpo
porquê não escolher uma vida livre de violência sexual?

Tomar decisões sobre o nosso corpo é um direito

Para tomar decisões devemos conhecer os nossos direitos sexuais e reprodutivos

Vamos ver quais são...

Eu escolhi com quem queria casar

Nós temos direito a escolher a pessoa que queremos, não nos podem obrigar a fazer coisas que não gostamos

DIREITO A ESCOLHER COM QUEM TER RELAÇÕES SEXUAIS

Recorda que ninguém nos pode obrigar a ter relações sexuais

DIREITO A DECIDIR QUANDO E COMO TER RELAÇÕES SEXUAIS

Sou nova para ser mãe, vou esperar alguns anos mais para ter filhas/os

DIREITO A DECIDIR QUANDO SER MÃE

Sofia, quantos filhos quer ter?

Decidi ter um único filho

DIREITO A ESCOLHER O NÚMERO DE FILHAS/OS

Amamo-nos e nenhum dos dois obriga o outro a fazer coisas que não quer

DIREITO A TER RELAÇÕES EM IGUALDADE

Ontem, no centro médico, uma mulher explicou-nos a importância do uso dos anticoncetivos

Sim, e hoje distribuem informação sobre as doenças de transmissão sexual

DIREITO A DISPOR DE INFORMAÇÃO E EDUCAÇÃO SEXUAL

DIREITO À ASSISTÊNCIA MÉDICA

DIREITO DE ACESSO AOS MEIOS ANTICONCEPTIVOS

DIREITO A NÃO SOFRER MUTILAÇÃO GENITAL FEMININA

DIREITO A NÃO SOFRER VIOLÊNCIA SEXUAL

Ninguém nos pode obrigar a manter relações sexuais com outras pessoas

DIREITO A NÃO SOFRER EXPLORAÇÃO SEXUAL

Se as mulheres decidimos sobre a nossa sexualidade e cuidamos da nossa maternidade, melhoramos a nossa saúde

Vejamos porquê...

Não deveríamos permitir que as nossas filhas engravidem sendo ainda umas meninas

Sim, é preciso aguardar o desenvolvimento do seu corpo

PERMITIMOS O DESENVOLVIMENTO DO NOSSO CORPO

A minha irmã teve a menina demasiado jovem, hoje tem problemas de fístula

EVITAMOS PROBLEMAS DE SAÚDE DECORRENTES DE UMA MATERNIDADE PRECOCE

Informaram-me no centro médico e posso dar à luz no hospital com os meios sanitários adequados

Assim tens a certeza de que não terás problemas quando o bebé nascer

EVITAMOS PROBLEMAS DECORRENTES DA GRAVIDEZ, PARTO E PÓS-PARTO

Recorda filha que o teu corpo é teu, não deixes que ninguém faça alguma coisa com ele que tu não queiras

TEMOS UMA VIDA LIVRE DE VIOLÊNCIA SEXUAL

Esse homem persegue-me e olha para mim de um modo esquisito, tenho medo

Deverias denunciá-lo

EVITAMOS O ASSÉDIO DOS HOMENS

Cuida do teu corpo e da tua saúde

Tens razão, as relações sexuais sempre com métodos profiláticos

PREVENIMOS O VIH E OUTRAS DOENÇAS DE TRANSMISSÃO SEXUAL

Gostava de decidir quando ser mãe

E a mim quantos filhas/os ter

Para isso é preciso usar métodos anticoncetivos

CONTROLAMOS A NOSSA MATERNIDADE

Se decidimos sobre o nosso corpo, decidimos sobre a nossa saúde

As decisões tomadas sobre o nosso corpo melhoram a nossa vida

Vejamos como...

Atrasei o momento de ser mãe porque queria continuar a estudar, hoje sou mãe de duas meninas e advogada

PODEMOS CONTINUAR OS NOSSOS ESTUDOS

Decidi ter apenas dois filhos e tive tempo suficiente para criar a minha própria empresa

Eu acabei os meus estudos e agora trabalho num banco

TEMOS MAIS OPORTUNIDADES DE TRABALHO

Graças aos anticoncepticos, não tenho a preocupação de ficar grávida

Sim, além disso sem medo de contágio do VIH

TEMOS UMA VIDA SEXUAL SEGURA E RESPONSÁVEL

Não podemos permitir que os homens tirem proveito dos nossos corpos

Tens razão, devemos informá-los, não vamos permitir nenhuma violação mais

Temos que levantar a nossa voz, gritar NÃO! E denunciar

LUTAMOS CONTRA A VIOLÊNCIA SEXUAL

Agora és nova, é o momento de pensar em ti e no que queres fazer com a tua vida

Terás tempo de casar e ter filhas/os, agora é o momento de decidir sobre o teu futuro

DECIDIMOS SOBRE O NOSSO PROJECTO DE VIDA

Tenho corpo e tenho voz

Notas

O que é que me pareceu mais importante?

O que é que me proponho fazer?

Módulo 6

A PREVENÇÃO DA VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES

Sobre este módulo

Sabes o que é a violência contra as mulheres?

É uma violência dos homens contra as mulheres devido ao convencimento de que as mulheres valem menos do que eles.

Sabes que a violência contra as mulheres é uma violação dos Direitos Humanos?

A violência contra as meninas, adolescentes e mulheres é provavelmente a violação dos Direitos Humanos mais habitual no mundo. Vulnera direitos tão fundamentais como o direito à dignidade, o direito à integridade ou o direito à liberdade.

Conheces os tipos de violência contras as mulheres existentes?

Existem muitos tipos de violência contra as mulheres: violência física, psicológica, sexual, social, económica... É importante conhecê-las para preveni-las.

MÓDULO 6

A prevenção da violência contra as mulheres

O que é que irás encontrar neste módulo?

Poderás conhecer os diferentes tipos de violência contra as mulheres, assim como reconhecer situações de maus-tratos e aprender o que é devemos fazer para lutar contra as mesmas.

A prevenção da violência contra as mulheres

A violência contra as mulheres, conhecida também como violência de género, é uma vulneração dos direitos das mulheres, que afecta, diariamente, uma grande parte de meninas, adolescentes e mulheres no mundo.

As mulheres temos o direito de ter uma vida livre de violência, temos muitas oportunidades para a defrontar, precisamos apenas conhecê-las.

Educar de forma igual as meninas e os meninos irá ajudar-nos a prevenir a violência contra as mulheres. Se lhes ensinamos que os homens e as mulheres são iguais e possuem os mesmos direitos, aprenderão que as relações entre elas e eles são baseadas no respeito mútuo.

Reconhecer os diferentes tipos de violência contra as mulheres, irá proporcionar-nos a oportunidade de poder actuar face às mesmas. Identificando as situações poderemos saber o que é que temos que fazer.

Denunciar os abusos cometidos pelos homens contra as mulheres, é um dos passos que é preciso dar. Não devemos tolerar os maus-tratos por parte dos homens.

Defrontar a violência de forma conjunta, apoiando-nos e ajudando-nos entre nós é outra das formas para a sua eliminação.

Se os homens exercem a violência contra as mulheres
Porquê a permitimos?

Se sabemos identificar as situações de violência
Porquê não a denunciamos?

Se queremos que as mulheres não sofram a violência
Porquê não a prevenimos?

Se conhecemos outras mulheres que sofrem a violência
Porquê não as apoiamos?

Se queremos eliminar a violência contra as mulheres
Porquê não a defrontamos?

A violência contra as mulheres é provavelmente a violação dos Direitos Humanos mais habitual

As mulheres podemos sofrer muitos tipos de violência

Vejamos quais...

O teu marido voltou-te a bater?

¡Isso não pode ser, nenhum homem tem direito a maltratar-nos!

VIOLÊNCIA FÍSICA

O Érico estava sempre a dizer-me que não prestava para nada. Cheguei a acreditar

Menos mal que aquilo acabou, não podias consentir isso

VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA

Ninguém te pode obrigar a ter relações sexuais se tu não quiseres, nem sequer o teu marido!!!

VIOLÊNCIA SEXUAL

Há muito tempo que não vejo a Luzia, Sabes se lhe aconteceu alguma coisa?

Está em casa, o seu marido quase não a deixa sair

Está a perder o contacto com a sua família e as suas amigas

Não devemos permitir que fique isolada, devemos apoia-la!

VIOLÊNCIA SOCIAL

O meu marido tirava-me o dinheiro que ganhava porque dizia que ele sabia guardá-lo melhor

Depois gastava em álcool. Não podias permitir isso

VIOLÊNCIA ECONÓMICA

Não quero que ninguém obrigue a minha filha a casar com um homem mais velho do que ela

Tens razão, além disso ela é ainda uma menina

CASAMENTO FORÇADO

Vi na televisão que um pai matou a sua filha

Mas porquê?

Dizia que ela tinha desonrado a família

Esse género de coisas é intolerável

VIOLÊNCIAS POR HONRA

Lurdes, as violações são uma arma de guerra

São uma violação dos direitos humanos

VIOLÊNCIA EM CONFLITOS ARMADOS

Uns homens chegaram e levaram com eles as moças mais novas. Obrigaram-nas a manter relações sexuais com outros homens

Não podemos permitir que isso volte a acontecer!

EXPLORAÇÃO SEXUAL E ESCRAVATURA

Não queremos que as meninas da comunidade sofram uma mutilação genital

É perigoso e uma violação dos direitos das mulheres

MUTILAÇÃO GENITAL FEMININA

A violência que os homens exercem contra as mulheres tem a finalidade de controlar-nos e submeter-nos

Qualquer tipo de violência contra as mulheres é uma violação dos Direitos Humanos

Para evitar a violência é preciso identificá-la

Podemos reconhecê-la através dos seguintes passos...

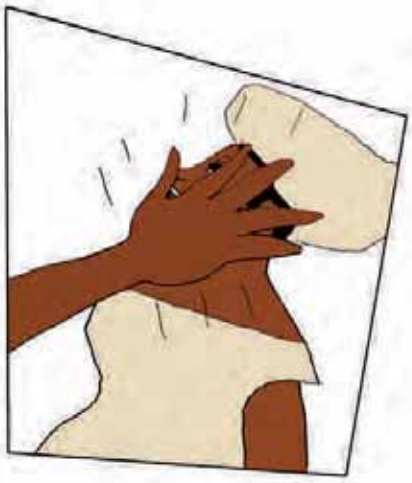
Modesto e Lurdes conheceram-se, apaixonaram-se e casaram

Em breve, ela deixou de ver as suas amigas e só saía de casa com ele

COMEÇA O ISOLAMENTO (VIOLÊNCIA SOCIAL)

Algumas vezes ele zangava-se com ela e gritava por qualquer parvoice.
Ela tentava acalmá-lo e culpava se de o ter feito zangar

CONTINUA COM SITUAÇÕES ISOLADAS DE VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA



Um dia Modesto gritou muito e bateu-lhe.
Lurdes esteve a chorar todo o dia, sem perceber o que é que ela tinha feito mal

CONTINUA COM A VIOLÊNCIA FÍSICA

No dia seguinte Modesto pediu-lhe perdão, prometeu-lhe que não voltaria a acontecer e comprou-lhe uma presente.
Lurdes naquela altura pensou que ele mudaria

SURGE O ARREPENDIMENTO E A CHANTAGEM EMOCIONAL

Mas voltou a acontecer, cada vez mais frequentemente.
Lurdes vivia preocupada se o Modesto voltava a zangar-se e lhe batia, já nem sequer pedia perdão depois de o fazer

TODOS ESTES PASSOS VOLTAM A REPETIR-SE

Lurdes vivia assustada e tinha vergonha de contar a alguém

A MULHER SENTE MEDO, CULPA E VERGONHA

Mas... é possível sair da violência!!!

Um dia Lurdes contou à sua irmã porque tinha medo. Ela obrigou-a a sair da sua casa e ir à polícia para denunciar o Moddesto

A MULHER ACEITA O PROBLEMA

Lurdes voltou a viver com a sua família. Hoje tem um trabalho e um novo sorriso

E RECUPERA-SE

Preciso parar a violência contra as mulheres

Vejamos como...

Temos que educar os meninos e as meninas em igualdade

Sim, os meninos não devem aprender a crer que são superiores às meninas

PREVENINDO A VIOLÊNCIA

Procuremos obter informação sobre o que é a violência para poder reconhecer se estamos a viver essa situação

Não é fácil de saber, pois acreditamos que é uma coisa normal

IDENTIFICANDO A VIOLÊNCIA

Apesar de sentires vergonha e acreditares que ninguém irá ajudar-te, tens de ir à polícia e denunciar

Não podemos consentir que os homens façam o que quiserem connosco. Somos pessoas com direitos!!

DENUNCIANDO A VIOLÊNCIA

Madalena não quer denunciar, não quer que toda a comunidade saiba...

É preciso convencê-la, temos que nos apoiar entre nós

APOIANDO AS OUTRAS MULHERES

Existe uma associação de mulheres onde nos podem dar informação sobre o que é a violência contra as mulheres

Sim, além disso, contam com advogadas e psicólogas que nos podem ajudar a denunciar e reconstruir a nossa vida

CONSULTANDO AS ASSOCIAÇÕES DE MULHERES

Notas

O que é que me pareceu mais importante?

O que é que me proponho fazer?

Glossário

MÓDULO 1. Os direitos das mulheres

Dignidade humana: A autovalorização e o respeito que cada pessoa merece receber e deve conceder ao resto das pessoas.

Direito: Conjunto de leis e regulamentos de cumprimento obrigatório para todas as pessoas com a finalidade de garantir a boa convivência entre elas.

Direitos civis: Aqueles que são reconhecidos pelas leis de um país e que protegem as liberdades das pessoas.

Direitos reprodutivos: Aqueles que permitem decidir livremente quando ser mãe e quantas/os filhas/os ter, assim como dispor de informação e meios nesse sentido.

Direitos sexuais: Aqueles que permitem controlar a sexualidade de forma livre, satisfatória e sem riscos.

Discriminação: Situação na qual uma pessoa ou grupo é tratada de forma desfavorável por motivos injustos como o seu sexo, nacionalidade, orientação sexual, etc.

Igualdade: Tratamento idêntico que um estado, empresa, grupo ou indivíduo brinda às pessoas. Ausência de discriminação entre os seres humanos, no que diz respeito aos seus direitos."

Planificação Familiar: Direito a poder decidir de forma livre e responsável quer o número de filhas e filhos que se quer ter, quer quando serão tidos.

Ratificar um direito: Confirmar e aprovar um direito considerando-o válido.

Remuneração: Pagamento total efectuado às pessoas que trabalham em troca dos seus serviços.

MÓDULO 2. A educação das mulheres

Actividade produtiva: Acções com as que se obtêm produtos, bens e serviços para satisfazer as procuras da população, das empresas, etc.

Autoconfiança: Sentimento de saber que podes superar possíveis dificuldades por ti própria.

Auto-estima: Valoração que fazemos de nós próprias.

Autonomia pessoal: Capacidade de decidir por nós próprias.

Contabilidade: Sistema para efectuar as contas e despesas numa empresa ou para particulares.

Educação em igualdade: Formação dada nas escolas e nas famílias quando são ensinados os mesmos conhecimentos e é dado o mesmo tratamento quer às meninas quer aos meninos.

Internet: Rede que estabelece a ligação entre os computadores para, por exemplo, procurar informação ou poder comunicar com pessoas à distância.

Participação política: Qualquer actividade intencionada orientada para gerir, tomar decisões, resolver conflitos… cuja finalidade é o desenvolvimento e a organização da comunidade.

MÓDULO 3. A participação das mulheres na economia

Agente chave: pessoa, homem ou mulher, que pode contribuir a uma comunidade valor e exercer influência nas decisões, quer seja pelos seus conhecimentos, os trabalhos que realiza, as relações que possui ou o papel que desempenha numa comunidade.

Actividade económica: Conjunto de bens e actividades que constituem a riqueza de uma comunidade, país….

Actividade produtiva: Acções com as que se obtêm produtos, bens e serviços para satisfazer as procuras da população, das empresas, etc.

Desenvolvimento económico: Avanço progressivo de uma economia vocacionada para melhores níveis de vida.

Trabalho doméstico: O que é realizado para a sustentabilidade da família. Abrange os trabalhos de limpeza da casa, elaboração de refeições, atendimento da família e educação das crianças.

Trabalho produtivo: O que é realizado em troca de dinheiro dentro da actividade económica.

Trabalho voluntário: O que é realizado para ajudar a outras pessoas ou para melhorar a comunidade, sem esperar nada em troca.

MÓDULO 4. A participação das mulheres na política

Actividade política: A que é realizada pelas pessoas para administrar os assuntos públicos. Também é aquela que as pessoas realizam quando intervêm nos assuntos públicos com a sua opinião, com o seu voto, ou de qualquer outro modo.

Decisões políticas: Aquelas que se tomadas para a gestão dos assuntos públicos.

Direitos: Conjunto de princípios e regras que regulam as relações humanas em qualquer sociedade.

Espaços políticos: Lugar no qual são tomadas as decisões políticas.

Fazer lobby: Quando um grupo organizado de pessoas influentes pressiona a favor de determinados interesses.

Influência política: Quando se possui poder ou autoridade para intervir na gestão dos assuntos públicos.

Liderança: Quando a uma ou várias pessoas lhes é reconhecida a capacidade de dirigir, promover e viabilizar os meios para conseguir determinadas coisas.

MÓDULO 5. Direitos sexuais e reprodutivos

Direitos reprodutivos: Aqueles que permitem decidir livremente quando ser mãe e quantas/os filhas/os ter, assim como dispor de informação e meios para isso.

Direitos sexuais: Aqueles que permitem controlar a sexualidade de forma livre, satisfatória e sem riscos.

Doenças de transmissão sexual: Doenças adquiridas durante um contacto sexual sem protecção.

Exploração sexual: Quando o corpo de uma mulher é utilizado para obter um benefício económico e/ou sexual.

Fístula: Abertura anormal situada entre a vagina e o recto, pode provocar incontinência. Decorrente da gravidez precoce.

Meios anticonceptivos: Aqueles que impedem ou reduzem as possibilidades de gravidez numa relação sexual.
Métodos profilácticos: Aqueles que servem para proteger de uma doença.

Mutilação genital feminina: Remoção de parte dos genitais femininos decorrentes de motivos culturais ou religiosos.

Violência sexual: Acto pelo qual uma pessoa obriga a outra a manter relações sexuais não consentidas.

MÓDULO 6. A prevenção da violência contras as mulheres

Exploração sexual: Quando o corpo de uma mulher é utilizado para obter um benefício económico e/ou sexual.

Mutilation génitale féminine: Élimination d'une partie des organes génitaux féminins pour des raisons culturelles ou religieuses.

Violência económica: Controlo dos bens comuns e dinheiro por parte do homem no seio de um casal.

Violência em conflitos armados: Violência física ou sexual contra as mulheres utilizada como arma de guerra com a finalidade de desalentar os homens do outro bando.

Violência física: Qualquer acção que provoque dano físico nas mulheres (pancadas, empurrões, bofetadas, etc.)

Violência por honra: Assassinato de uma mulher por parte de um parente por ter "desonrado a família".

Violência psicológica: Qualquer acto que implique humilhações, desvalorizações ou chantagem emocional.

Violência sexual: Acto pelo qual uma pessoa obriga a outra a manter relações sexuais não consentidas.

Violência social: Acções encaminhadas a provocar o isolamento da mulher da sua família e amizades.

FUNDACIÓN mujeres

AEXCID cooperación extremeña

MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES Y DE COOPERACIÓN

aecid