



PROGRAMA CHANGE MAKERS MANUAL

Um programa criado e desenvolvido por Latin American Women's Aid (LAWA)



Latin American Women's Aid

A LAWA é liderada e voltada para mulheres latino-americanas, negras e outras da maioria global*. A LAWA foi fundada em 1987 por mulheres latino-americanas refugiadas políticas que se estabeleceram no Reino Unido. Durante mais de 30 anos, a LAWA tem trabalhado incansavelmente para tornar o mundo um lugar onde mulheres e crianças estejam livres da violência e da opressão, podendo alcançar o seu direito à autodeterminação.

lawadv.org.uk

Change Makers Manual do Programa

Este manual foi publicado originalmente em Abril de 2022 como parte do projeto 'Women Weaving Change' (Mulheres Tecendo Mudanças) liderado pela Latin American Women's Aid e com o suporte da National Lottery à iniciativa Women and Girls. O programa foi executado durante cinco anos, de 2016 a 2021.

Esta versão está sendo publicada em dezembro de 2023.

Créditos

Concepção: Yenny Tovar, Diretora Executiva LAWA.

Edição geral versão original em inglês: Jael de la Luz García.

Edição geral versão em português: Daniela Londoño e Julia Dantas.

Traduções do inglês para o português: Fernanda Harumi Martins, Julia Dantas, Krysly Danielle de Amorim Cabral, Thais Rodrigues Pitombo, Maria Luiza Menezes de Oliveira.

Edição e revisão de textos em português: Fernanda Harumi Martins.

Coordenadora Change Makers grupo Brasileiro: Carolina Cal Angrisani.

Design: Marga RH.

Para ver os créditos da versão original, clique [aqui](#)

* Por maioria(s) global(is) entendemos os grupos populacionais que têm sido amplamente denominados "minorias étnicas". Reconhecemos que as pessoas de origem africana, asiática, indígena ou mista não são uma minoria e que, na realidade concreta, a experiência da brancura não é a norma para as maiorias do planeta. Ao usar esse termo, também reivindicamos a complexidade dos grupos sociais que o compõem, recusando-nos a reduzir sua identidade a características raciais. Esperamos que seu uso ao longo deste texto seja entendido como uma resposta política à marginalização social, política e econômica de grupos que, a partir de uma perspectiva colonial, foram tratados como "minorias".

Change Makers grupo em Espanhol

Mirta Osorio, Betty Zapata, Martha Hinestroza, Damaris Hernández, Nelly Mosqueira, Juliana Salgado, Ornella Ospino, Mirian Codiscopi, Angie Farfán, Nereida Gómez, Angie Herrera, Andrea Moreno, Bianca Pinto Borges, Diana Perea, Jeane Correa, Nancy Mu, Limita Lima, Margarita Azapata, Rosa Heimer, Marta Nuñez, Samira Khoele, Shanelle Callaghan, Silvia Obleas, Soraya DF Fernández, Bélgica Guana, Liliana Díaz-Ramírez, Claudia Tubert-Delof, Ingrid Vietinghoof-Scheel, Zoé Clark, Yadira Sánchez, Aida Hernández, Kenia Ramos, Lorena Gallego, Ana María Reyes, Jahel Guerra, Rosana Alves, Macarena Gafardo, Paloma Rubín, Emma Brujes, Lalys Mendoza, Graciela Etcheverry, Carolina Gómez, María Victoria Cristancho, Andrea Kropman, Liliana Colorado Montoya, Moira Ahern, Ángeles Reyes, Paulina Arce-Casillas, Marcela Paz, Ally Azue Hale, Nina Franco, Carolina Luna, Marisol Guzmán, Clara González, Liliana Colorado Montoya, Dennise Vargas-Bolaños, Sofia Velenzuela, Laura Chaparro.

Change Makers grupo Brasileiro

Carolina Cal, Sylvia Morgado, Eliete Reis de Olveira Negre, Luana Kademabek, Leticia Goncalves, Simone Amorim, Aline Santos, Louise Carpenedo, Simone De Souza Smith, Laura Carniel, Renata Pepl, Marisa Olavo, Nara Cristina Camaira Souza, Graziela Carvalho de Mereiros, Michelle Nicoletti, Izabel Freitas, Marcia Bonotto, Glaucia Orlandin, Isadora Garcia, Lais Zimmerman, Maria Fernanda Porto Alves, Amanda Kirsche, Marilia Calcia, Kia Philips, Karina Sgarbi, Giulia Gravia, Gabriela Sarmet, Taline Schubuch, Liz Giaretta, Mariana Pinho, Rosa Goncalves, Nina Franco, Carolina Abbott Galvao, Alba Cabral, Bea Shantifa, Ana Luiza Toledo, Virna Teixeira, Marcia Alves, Luciana Duailibe.

Agradecimento especial para Claudia López-Prieto e St. Gabriel's College, localizado no bairro de Lambeth, por todo o suporte para realizar por quatro anos consecutivos o programa "Chavitas", também parte do Change Makers. Agradecemos a todas as meninas e jovens da comunidade de migrantes latino-americanas do St. Gabriel's College. A LAWA é muito grata e tem certeza de que o futuro pertence a elas.

ISBN: 978-1-7396246-8-2

© Latin American Women's Aid (LAWA). All rights reserved.



Conteúdo

Seção I. O que é o programa Change Makers?

- 4 Apresentação
- 5 Programa Change Makers
- 6 Estrutura
- 6 Módulo 1. Autoconhecimento
- 6 Módulo 2. Pensamento crítico
- 7 Módulo 3. Cura
- 8 Jornada do programa
- 9 Metodologia
- 9 1. Educação popular feminista
- 10 2. Suspeita como prática
- 10 3. Pensamento decolonial
- 10 4. Teatro do oprimido/Teatro aplicado
- 11 5. Narrativa pública
- 11 6. Diálogos transformadores
- 11 7. Afrofuturismo e futurismo indígena
- 12 Sobre esse manual e como usá-lo
- 13 Glossário
- 14 Bibliografia

Seção II. Entendendo Poder e Mudança Social

- 17 Introdução
- 17 Poder e suas expressões
- 19 Empoderamento no programa Change Makers
- 20 Glossário
- 21 Bibliografia

Seção III. Implementação do Programa

- 23 Recursos
- 23 O papel da facilitadora
- 24 Planejamento
- 24 Carta descritiva
- 26 Módulo 1. Autoconhecimento
- 27 1.1. Grupo focal
- 29 1.2. Eu sou uma mulher e esse é o meu poder
- 33 1.3. Conectando-NOS
- 36 1.4. Genealogias feministas
- 39 Glossário
- 40 Módulo 2. Pensamento crítico
- 41 2.1. A violência que nos fere
- 43 2.2. Oficina de contação de histórias de migrantes
- 45 2.3. Diáspora e memória
- 47 2.4. Interseccionalidade e privilégio



- 50** Glossário
- 51** Bibliografia
- 52** Módulo 3. Cura
- 53** 3.1. Sororidade e pactos entre mulheres
- 56** 3.2. Cura decolonial
- 58** 3.3. Ecofeminismo, soberania alimentar e *Buen Vivir*

Seção IV. Trajetória do Programa

- 61** Notas da editora
- 62** **Change Makers Brasileiras**
- 62** Introdução
- 64** Notas e reflexões
- 64** 1. O poder das mulheres
- 65** 2. O papel das mulheres na história do Brasil
- 66** 3. Mulheres e a confecção do fuxico
- 66** 4. O que é empoderamento?
- 67** 5. Migração, memória e diáspora
- 68** 6. Poesia e Feminismo
- 68** 7. O poder das nossas ancestrais
- 69** 8. Violência de Gênero
- 70** 9. Como transformar a dor em arte?

- 71** 10. Cartas de amor para mim mesma
- 71** 11. Como podemos nos cuidar durante a pandemia?
- 71** 12. Dinâmicas de poder através da lente feminista
- 72** Encerramento do Programa Change Makers, Formatura
- 72** Glossário
- 73** Bibliografia
- 75** **Change Makers para garotas e mulheres jovens migrantes**
- 75** Introdução
- 76** Change Makers “Chavitas”
- 77** Metodologias
- 77** Estrutura
- 77** Módulo 1. Quem sou eu?
- 77** Módulo 2. Navegando entre culturas
- 77** Módulo 3. As fontes do meu poder
- 77** Módulo 4. Ser ou não ser?
- 78** **Change Makers Online**
- 78** Introdução
- 79** Quebrando o isolamento, somando nossas vozes em tempos de pandemia
- 79** 1. Quem cuida de quem cuida? Uma discussão online sobre como a pandemia afetou a vida das mulheres

- 80** 2. Um novo tipo de futuro: encontrando esperança no caos
- 80** 3. Introdução ao feminismo interseccional e privilégio
- 82** 4. Colonialismo, herança e violência
- 83** 5. Conversa sobre espiritualidade, ancestralidade e resiliência (convidada: Phaxsi Coca, Andean curandeira residente em Londres)
- 84** 6. Justiça social e diálogos transformadores

Seção V. Nós somos Change Makers

- 86** O que é cocriação?
- 87** Performance: O poder das nossas ancestrais
- 87** Discussão coletiva - Construtoras da paz no exílio: Solidariedade além das fronteiras
- 88** Árvore em florescimento das Mulheres: Coletivo Têxtil



SEÇÃO I: O QUE É O PROGRAMA 'CHANGE MAKERS'?

Apresentação

Esse manual é resultado dos 5 anos do programa de engajamento comunitário e de educação popular da LAWA (#LAWAChangeMakers). Centrado nos nossos valores, posicionamentos e nas práticas cotidianas que defendemos nesse caminho desafiador, mas, esperançoso, que é o da luta pelo fim da violência contra mulheres e crianças.

Em números, o programa foi responsável por mais de 100 oficinas que impactaram mais de 300 mulheres e garotas. Todavia, o legado do programa vai além dessas atividades práticas. Sua própria existência criou espaços e recursos para desenvolver uma estrutura pautada por comunidades feministas e pela educação popular. Estas por sua vez, nos ajudaram a articular e aprimorar práticas institucionais como uma instituição criada por e para mulheres da América Latina e das maiorias globais no Reino Unido.

Esse manual é um livro aberto e um arquivo de conceitos previamente discutidos, métodos e lições aprendidas dentro do programa. Ele é uma prova da nossa jornada e daquelas que dela participaram, assim como um legado para as que futuramente irão se juntar ao projeto. Mais que isso, é um convite à reflexão, a nos entendermos e a fazermos aquilo que é necessário (mas facilmente esquecido) ou seja, estabelecermos uma conexão entre a nossa mudança pessoal e a mudança coletiva.

Essa jornada ainda está em andamento e, por isso, queremos dedicar essa publicação às nossas irmãs das comunidades negras e outras pertencentes às maiorias globais no Reino Unido e mundo afora, que se encontram fazendo perguntas similares em suas próprias comunidades, vendo além da intersecção entre opressão e privilégio que nós vivemos e respiramos. Este é um recurso dedicado a elas (e a nós) e às futuras gerações das nossas famílias de escolha, para que continuemos construindo um coletivo sustentável, curando traumas coletivos e pessoais que precisam ser revisitados para que não sejam reproduzidos.

A aprendizagem nunca acaba, e, por isso, a proposta desse manual é que você leia como uma peça de um quebra-cabeça, que vai te auxiliar a entender e valorizar como as mulheres das maiorias globais constroem conhecimento juntas e compartilham-no, criando comunidades baseadas na confiança, cuidado e cura coletiva.

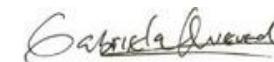
Equipe de gerenciamento da LAWA
Abril 2022



Yenny Tovar
Executive Director



Angie Herrera
Deputy Director



Gabriela Quevedo
Advocacy,
Community and
Learning Director

Programa 'Change Makers'

Esse programa tem sido um espaço de autodescoberta pessoal e coletivo, criado por e para migrantes da América Latina vivendo no Reino Unido. Algumas de nós não tinham muito conhecimento da cultura e do nosso país de destino, por essa razão, criamos altas expectativas. Contudo, quando se trata de colocar em prática nossos direitos, habilidades ou construir nossa vida, algumas de nós se deparam com desafios que nunca tinham vivenciado.

Algumas de nós precisam falar sobre: experiências e percepções ao tentar se comunicar com a sociedade britânica, ou então, sobre a falta de informação a respeito das condições de trabalho e baixos salários que nos mantém dependentes de trabalhos e relacionamentos abusivos, ou, como simplesmente não entendemos como fazer valer nossos direitos e vivermos livre de todas as formas de violência. Nessa jornada pessoal, questionamos a definição do papel da 'mulher' e 'migrante' com o objetivo de nos reeducar sobre o feminismo e nossa essência.

Buscando nosso lugar nesse novo território, a LAWA criou o programa 'Change Makers'.

Esse programa encoraja um encontro entre mulheres de origens diversas a quebrar as barreiras do isolamento e da solidão, decorrentes da migração, a aprender com suas experiências de vida, a adquirir novos conhecimentos para autorreflexão, e para desempenharem um papel ativo nas lutas em que estão envolvidas.

Interseccionalidade e feminismos não hegemônicos como o feminismo comunitário, o feminismo radical de Abya Yala estruturam o programa. A partir dessas referências, podemos discutir tópicos como o patriarcado, violência de gênero, feminismos, interseccionalidade e privilégio, colonialismo, genocídio e traumas históricos, miscigenação e identidade decolonial; migração, memória e diáspora, liberdade e artesanato para cura, feminilidade, feminismo solidário, eco feminismo, diversidade sexual, ancestralidade, espiritualidade e resiliência e a participação da mulher migrante em movimentos de base.

O programa também foi uma cocriação pensado a partir de metodologias populares. Cada atividade possibilita às participantes dividirem suas experiências, criando um coletivo de narrativas e um canal de informações consensual compartilhado. O objetivo é equilibrar as relações de poder existentes, sem ceder à censura, tendo sempre espaço para a dissidência, respeito e compaixão.

Esse programa pode ser adaptado a diversas circunstâncias. Originalmente, ele consiste em doze oficinas e atividades presenciais a serem realizadas ao longo de um ano. Porém, durante a pandemia, experimentamos um modelo online e atualmente adotamos um modelo híbrido, que conta com atividades presenciais e online. Durante cada oficina, são disponibilizados conhecimentos práticos e reflexivos, para que cada participante seja capaz de analisar sua própria realidade e, compartilhar ideias que promovam ações libertadoras sob uma perspectiva global e local.



Estrutura

Com a intenção de compartilhar nossa jornada coletiva, dividindo o conhecimento adquirido a partir de nossa experiência migratória para o Reino Unido, nós procuramos encontrar um eco.

Para isso criamos esse manual. Nesta seção explicaremos como o programa é dividido, a descrição de cada módulo e o conteúdo das oficinas.

Módulo 1. Autoconhecimento

O primeiro passo do programa visa proporcionar um encontro entre as participantes. Este módulo inclui de quatro a seis sessões em grupo, comprometidas a estabelecer dinâmicas em grupo, despertar o interesse em aprender e gerar um senso de comunidade através de uma abordagem divertida ou corporal e do trabalho em equipe.

Analisar e problematizar as generalizações sobre feminismos: patriarcado, gênero, violência de gênero, feminilidade e uma breve introdução ao feminismo decolonial, interseccional e comunitário. Os tópicos propostos são:

1. Grupo focal
2. Conectando-NOS (oficina de Biodança, teatro do oprimido e movimentos livres)
3. Eu sou uma mulher e este é meu poder (introdução ao patriarcado, binarismo e papel de gênero).
4. Genealogia feminista (introdução ao feminismo decolonial, interseccional e comunitário de Abya Yala).

Módulo 2. Pensamento crítico

Esta é uma introdução às origens da violência de gênero e à matriz colonial moderna e suas ligações com certos tipos de feminismo convencionais. O módulo também explora a análise da interseccionalidade e do privilégio, a partir de ferramentas práticas e teóricas do feminismo decolonial, interseccional e comunitário de Abya Yala (em especial as categorias de memória, corpo, território e movimento) para examinar as diversas formas de violência e opressão sofridas por migrantes, mulheres de maiorias globais, indivíduos não normativos e comunidades excluídas no contexto de mudança social.

Os tópicos propostos são:

1. Violência que nos fere (os efeitos do colonialismo moderno em nossos corpos)
2. Oficina de contação de histórias de migrantes (experiências de exploração do feminismo comunitário abordando as seguintes categorias: memória, corpo, tempo, território e movimento e suas ligações com a ancestralidade)
3. Diáspora e memória (introdução ao pensamento decolonial e diáspora cultural)
4. Interseccionalidade e privilégio (introdução ao feminismo interseccional e privilégio para entender os efeitos da supremacia branca).

Módulo 3. Cura

Com o intuito de promover mudanças, as participantes colocam em prática sua criatividade, conhecimento e iniciativas descobertas durante esta jornada coletiva. Este é um convite a viver em solidariedade, reencontrando-se e elaborando receitas ancestrais para curar o corpo e a alma, vivenciando relacionamentos amorosos e modos de vida mais inclusivos.

Os tópicos propostos são:

1. Sororidade e pactos entre mulheres (uma abordagem à solidariedade feminista a partir de desafios globais em prol da liberdade coletiva).
2. Cura decolonial (curar-se e preservar tradições culturalmente e familiarmente herdadas).
3. Ecofeminismo, soberania alimentar e *Buen Vivir* (o exercício de meios alternativos para viver com dignidade).

Ao final deste processo, chegamos à formatura! Todas as participantes devem planejar o tipo de graduação que desejam ter. Elas devem decidir também como divulgar o evento para convidar seus familiares, amigos e comunidades para concluir essa jornada de empoderamento.

Anteriormente, ao longo das sessões, a coordenadora do programa deverá ter dado algumas sugestões sobre a formatura: uma festa convencional

acompanhada de uma exibição dos retratos das participantes do programa 'Change Makers', um evento aberto para mostrar seus trabalhos, ou um projeto artístico (seja através do teatro, artesanato ou performance). Uma vez que o grupo e a coordenadora chegarem a um consenso sobre a formatura, suas atividades e responsabilidades serão divididas e todas serão convidadas a fazerem parte da celebração.



Trajectoria do programa

Durante dois anos, o programa Change Makers foi realizado em espanhol, contando com uma média de 10 a 18 participantes por sessão. No terceiro ano foi realizado em português para mulheres brasileiras. Em sua quarta edição, devido à pandemia do COVID-19 e às quarentenas, o programa retomou suas atividades em espanhol de modo online, reduzindo o número de oficinas e mesclando-as com atividades ao ar livre.

Somando-se ao programa oficial, os tópicos e metodologias foram adaptados para meninas latino-americanas entre 13 e 16 anos. Nós denominamos esta parte do programa de Change Makers “Chavitas”, com o intuito de honrar e celebrar todas as jovens da América Latina que vivem divididas entre culturas e línguas. As oficinas e suas atividades foram criadas para adquirir conhecimento e habilidades, sendo inspiradas em reflexões da pensadora e escritora chicana Gloria Anzaldúa. Em seu livro ‘The borderlands. La Nueva Mestiza’, ela escreve: “haverá jovens mulheres que serão a ponte entre culturas, as sementes de uma nova cultura, elas não terão medo de caminhar entre duas ou mais culturas e falar duas ou mais línguas”.



Assim, a adaptação do programa permitiu que meninas e jovens mulheres em nossa comunidade pudessem compreender a complexidade de ser uma mulher latina no Reino Unido, contribuir para sua autoestima, para a capacidade organizacional dos espaços comunitários além de alterar estereótipos. Por este motivo a co-facilitação foi feita por outras mulheres baseando-se na metodologia do modelo/exemplo (‘role model’) que permite a partilha de experiências entre gerações.

Como nossas leitoras podem perceber, o programa ‘Change Makers’ é um processo, uma jornada coletiva inacabada.

Metodologias

As metodologias que constituem esse programa são parte de uma educação performativa, de base e de co-criação, onde elementos práticos e teóricos permitem a colaboração ou reprodução de cada contribuição ao programa. Ao final de cada ciclo, mulheres e meninas adquirem novos conhecimentos e ferramentas para compreender os novos desafios enfrentados. Enquanto celebrando sua existência, aproveitando a companhia umas das outras, elas criam uma comunidade representativa, tanto no cenário local, quanto no global.

Um dos desafios desta metodologia em programas feministas e de empoderamento coletivo é baseado na diferença de idade, sexualidade e/ou etnia indenitárias. Entretanto, esse programa considera a fala da feminista afroamericana Bell Hooks: “Feminismo é para todas”.

Idade, classe, status socioeconômico, identidade sexual e status de imigração não deveriam ser obstáculos para articulação.

Cada oficina é desenvolvida seguindo a metodologia e recursos do programa. Entretanto, essa metodologia é transversal e baseada no feminismo interseccional e comunitário, na educação popular, na suspeita como práxis e na descolonização do conhecimento, que serão explicados a seguir.

1. Educação popular feminista

A educação popular, também conhecida como educação libertadora é uma metodologia criada pelo educador e filósofo brasileiro Paulo Freire (1921-1997). De seu trabalho com comunidades camponesas no Brasil, o educador reconheceu que cada indivíduo é capaz de produzir conhecimento e fazer política, independente de qual seja o assunto (não precisando estar dentro da sala de aula). Para o autor, o processo de aprendizado é ativo e horizontal, em que a figura do professor e do estudante não existem. O poder deve ser balanceado permitindo-nos pensar sobre as causas da opressão e as alternativas que podemos criar para nos libertarmos. Duas de suas mais importantes contribuições desse método são:

1. Reconhecimento de que a educação não é neutra, objetiva ou racional, uma vez que sempre há uma intenção política subentendida.
1. Educação é um processo de aprendizado ativo e uma ferramenta de articulação entre atores que buscam sua liberdade.

Parte do feminismo tradicional da América Latina e do Caribe no século 21, que conta com uma abordagem libertadora tem optado por essa metodologia para tratar de questões sobre o poder e a opressão de gênero, associando a educação popular com análises interseccionais feministas.

Nesse contexto, a interseccionalidade é uma ferramenta analítica para estudar e compreender como gêneros se cruzam com outras identidades, e como essas interseções contribuem para experiências únicas de opressão e privilégio. Para forjar um novo conhecimento coletivo para ação e mudança, a interseccionalidade da origem às estratégias transformadoras, discernindo as práticas de poder escondidas em estruturas históricas que preservam a opressão.

As propostas de comunidades feministas indígenas e pretas, ou **feminismos populares** na América Latina (recentemente retomado Abya Yala por mulheres indígenas) também são ferramentas metodológicas participativas. Aquelas que participam iniciam por sua rotina e sentimentos atuais, e em seguida traçam o futuro em que querem viver. A memória de seus ancestrais ou de suas comunidades são elementos cruciais para uma resistência milenar. Eles oferecem novos meios para entender lugares físicos e simbólicos, gênero, justiça, sustentabilidade, poder e outras formas de existência.

2. Suspeita como prática

Suspeita como prática é uma metodologia popular para ler a realidade como um “texto”. Amplamente usada em oficinas sobre consensos políticos na América Latina. Essa prática inicia com questões básicas para que as participantes respondam de acordo com sua realidade, contexto e território, que por sua vez, podem se relacionar à realidade global. A suspeita como prática possui três perguntas: O que nos preocupa? O que pensamos e acreditamos que poderia ser diferente? O que podemos mudar?

Essa metodologia parte da experiência de validação do que é vivido, pensado e sentido, detectando elementos comuns a outras histórias de vida, que também são coletivas. No centro da reflexão, selecionam-se experiências e silêncios destacados por pessoas que participaram dessa análise da realidade, com o intuito de dismantlar o conhecimento hegemônico ou, como chamamos, senso comum. Assim, levanta-se uma suspeita sobre o conhecimento e identidades universais.

As experiências de mulheres e comunidades historicamente marginalizadas são o ponto de partida para fazer e produzir conhecimento. Nesse contexto, as mulheres podem e devem recuperar seus conhecimentos, aprendendo umas com a outras, questionando e levantando suspeitas ao transmitirem conhecimentos entre gerações.

3. Pensamento decolonial

As abordagens decolonizadoras têm origem na América Latina e Caribe. Elas visam estabelecer um diálogo entre a África, o Oriente e a Ásia, a partir do compartilhamento de suas experiências ao longo da história com a colonização dos países Europeus. Tal pensamento e práticas decoloniais nos permitem examinar criticamente a matriz de dominação do Ocidente, levando em consideração o seu modelo de Modernidade e suas múltiplas relações com o racismo, classismo, identidade/diferenças, conflitos territoriais e dominação de corpos racializados dentro do capitalismo. Também questiona a linguística e a subordinação de gênero para buscar alternativas ao modelo de vida ocidental fora desse eixo eurocêntrico do conhecimento.

Em meio a pandemia global de Covid-19, o assassinato de George Floyd por um policial branco nos Estados Unidos nos alertou da necessidade de adotar mais ferramentas para analisar o impacto do racismo estrutural. Nesse contexto, movimentos antirracistas e liderados por pessoas racializadas no Reino Unido revelaram a importância de falar sobre o legado do colonialismo e imperialismo, educando-nos em práticas

4. Teatro do oprimido/Teatro aplicado

O Teatro do Oprimido é um método criado pelo diretor de teatro brasileiro Augusto Boal como objetivo de que grupos marginalizados (os oprimidos) sejam responsáveis por suas próprias histórias, sua produção cultural, conhecimento e pelo “direito de ser si mesmo”. Boal também criou uma série de jogos de encenação que permitem que atores e não-atores construam um diálogo, troquem experiências e discutam ações para mudança social. Tal como o teatro dos oprimidos, o teatro aplicado é feito com, por, e para uma comunidade. Esse termo descreve uma ampla gama de práticas e processos engajadores e conscientes que remetem às pessoas comuns e as suas histórias, cenários locais e prioridades. Ele usa métodos ativos e abordagens de teatro comprometidas em promover a participação, autonomia e justiça.

antirracistas e reconhecendo a liderança de mulheres e da comunidade LGBTQIA+. Experiências similares ocorrem na comunidade latino-americana no Reino Unido, onde mulheres afro latinas, descendentes de indígenas e mestiças que são das periferias das cidades latino-americanas priorizaram suas preocupações com as comunidades a que representam. As novas metodologias respondem a essa urgência.

5. Narrativas públicas

Começa-se contando uma história pessoal em dois a três minutos, incluindo os seguintes critérios:

1. Identificar um desafio de vida;
2. A decisão feita perante aquele desafio;
3. O resultado ou aprendizado que se conecta a outras histórias em comum com a própria.

Através dessa metodologia, pretende-se conectar as participantes e destacar aquilo que é comum e desconfortável, o que marginalizamos em nossas histórias pessoais, ou o que temos orgulho de entender em termos da nossa formação e as várias estruturas de poder. Nós podemos desenvolver confiança sem medo de falar livremente sobre poder, privilégio e opressão com outras participantes desta narrativa pública e chegarmos a um consenso sobre o que queremos fazer com o nosso conhecimento comum pessoal.

6. Diálogos transformadores

A ênfase é dada na responsabilidade pessoal e autoconhecimento para permitir que participantes possam se envolver em uma conversa honesta com segurança. A abordagem enfatiza:

1. Escuta respeitosa e atenta;
2. Aproximar as participantes, não pelo confronto, mas com confiança para resolver necessidades envolvendo a comunidade;
3. Procurar soluções sobre uma perspectiva holística;
4. Construir relacionamentos fora da zona de conforto;
5. Honrar cada pessoa, ressaltar as melhores qualidades de cada uma e revogar estereótipos;
6. Assumir responsabilidade em áreas onde a mudança é necessária;
7. Reconhecer a contribuição de cada participante.

7. Afrofuturismo e o futuro indígena

Afrofuturismo é definido como uma tentativa de narrar e transmitir através de novas tecnologias a história, mitologias e presença de comunidades africanas e indígenas cujo passado foi deliberadamente apagado pelo colonialismo. Diz respeito àquelas cujas energias foram consumidas na procura por sua história, e, aquelas que imaginam um futuro enraizado em suas práticas.

Uma das maneiras de recuperar essas práticas é através da ficção especulativa (O que poderia ter sido?) para lidar com assuntos relacionados à descendência africana e indígena. Através da arte, da escrita, uso de tecnologias, pessoas dessas comunidades podem abordar suas preocupações dentro do contexto atual de tecnologia cultural do século XXI, assim como projetar horizontes de vida que foram negados a elas no passado.



Sobre esse manual e como usá-lo

Este manual é um guia prático, material de referência, metodologia guiada, e/ou uma ferramenta de trabalho. Ele é o resultado de cinco anos de pesquisa, leituras e sistematização de experiências pessoais e coletivas. Além disso, esse material celebra e reconhece o trabalho daquelas que fizeram parte do programa 'Change Makers', incluindo facilitadoras e convidadas.

Esse guia apresenta uma visão ampla de como desenvolver uma abordagem coletiva para promover mudanças a nível global, a partir do ponto de vista de mulheres da América Latina e mulheres do hemisfério sul vivendo na diáspora. Os conceitos se desenvolveram durante oficinas e atividades e seguiram a tradição decolonial e humanitária, abordando a comunidade feminina da América Latina, o feminismo interseccional e feminismos do hemisfério sul, dentro de um diálogo com feministas e movimentos radicais afro e asiáticos em diáspora no Reino Unido.

Pensando em possíveis processos e contextos quando planejando e/ou reproduzindo o programa, o próximo capítulo explica como preparar cartas descritivas para cada oficina. Isso é, como implementar o programa passo a passo, suas metodologias e como co-criar.

Nós também oferecemos uma breve reflexão das experiências das participantes. Para documentar esse processo coletivo e pessoal, nós sugerimos que as participantes completem o 'Diário da mudança': um caderno pequeno onde possam registrar suas reflexões e aprendizados a cada oficina.

Nós da LAWA esperamos que aquelas que lerem esse guia prático possam dar opiniões e compartilhar suas perspectivas sobre os resultados do programa. Nós adoráramos ouvir de vocês por email: info@lawadv.org.uk

Esse manual é um convite e um guia, não um plano definitivo.

Glossário

Abya Yala. Termo usado por pessoas nativas da comunidade Andina que se refere a uma parcela do continente americano, sul dos Estados Unidos até as ilhas Maldivas na Argentina. Chamado de território Abya Yala, a denominação é considerada uma atitude ética que reconhece o direito de pessoas indígenas de existir e preservar sua história, território, locais sagrados, além de fronteiras do Estado-nação. Abya Yala significa terra e maturidade absoluta, nome dado por Guna Yala às pessoas que ancestralmente viveram no Panamá e na Colômbia.

Antiracismo. Confrontar e questionar o sistema de opressão, filosofias e práticas que negam os direitos às pessoas negras e racializadas. O primeiro passo é educar sobre a herança da escravidão, seu legado, o impacto na construção da consciência coletiva para dismantelar ideias e políticas que sustentam o racismo estrutural. O segundo passo é questionar a branquitude e os privilégios de pessoas brancas, para entender como eles se beneficiam de uma sociedade racista que sustenta sua posição, e entender como esse é o resultado de um sistema estrutural, não individual de opressão.

Feminismos comunitários.

Reconhece que os corpos das mulheres são o primeiro território de defesa contra a colonização. Criando uma memória da organização pautada na resistência à invasão, genocídio e colonização em face do avanço de projetos extrativistas transacionais que buscam se apropriar da natureza e recursos do comércio global, as mulheres e suas comunidades resistem. Elas vêem esses territórios como uma casa comum, um espaço sagrado, como seus corpos.

Sentindo/pensando. O conceito forjado dentro do feminismo comunitário de Abya Yala em que é permitido que grupos de mulheres indígenas, camponesas e afrodescendentes falem sobre o que viveram e suas consequências/reflexões – isto é chamado processo de sentir/pensar. Dentro de visões de vida e mundo originadas do feminismo comunitário, não há separação entre mente, sentimento e corpo. Tudo está interligado.

Feminismo. De acordo com bell hooks, este movimento busca acabar com o machismo e todas as suas maneiras de opressão. Isso inclui reflexões e teorias de experiências pessoais e coletivas onde sexo, raça e classes são eixos dentro do trabalho político, social e ideológico que torna o feminismo um projeto transformador para todas.

Interseccionalidade.

Conceito forjado em 1989 pela ativista afroamericana e advogada Kimberlé Williams Crenshaw, que reconhece como todos os elementos indeníveis atuam ao mesmo tempo. Sendo assim, opressão, dominação e discriminação são definidos por elementos como gênero, raça, classe social, deficiências físicas, orientação sexual, religião, idade, nacionalidade, status de imigração e outros. Esses elementos, assim como outros, atuam simultaneamente de acordo com o lugar que o indivíduo ocupa dentro de relações de poder.

Mestizaje.

O produto histórico da invasão e poder imposto por corpos ocidentais sob corpos indígenas e nativos, para explorar e manter instituições coloniais nos territórios hoje conhecidos como latino-americanos e caribenhos. A mestiçagem como ideologia pregou a neutralização da estratificação da raça, sendo usada como emblema de identidade nacional da América Latina e Caribe numa tentativa de normalizar as diferenças de corpos oprimidos pelo racismo, e, como forma de priorizar relações sociais, de trabalho e socioeconômicas. O resultado foi a negligência da violência histórica sofrida por descendentes indígenas e afrodescendentes em nome do estado-nação e da civilização.

Feminismo de base ou popular

Movimentos de base territoriais em que mulheres indígenas, negras, mulheres marginalizadas da periferia, junto com dissidentes das convenções de gênero se unem para exigir o fim do patriarcado, da exploração e a descolonização.

Historicamente identificados como um projeto político de esquerda, o feminismo desenvolveu pedagogias que questionam hierarquias de poder na política, a instrumentação da solidariedade, apostando em projetos em que o trabalho coletivo, criativo e comum sejam a base para um novo sistema socioeconômico.

Bibliografia

Ahmed, Sara. *Vivir una vida feminista*. Espanha: Traficantes de sueños, 2018.

Anzaldúa, Gloria. *Borderlands/La Frontera: La nueva mestiza*. Espanha: Capitán Swing, 2016.

Carruthers, Charlene A. *Sin concesiones. Preceptos negros, queer y feministas para movimientos radicales*. Bilbao: Consonni, 2019.

Eddo-Lodge, Reni. *Why I'm no longer talking to white people about race*. Londres: Bloomsbury, 2017.

Espinoza Miñoso, Yuderkys, Diana Gómez e Karina Ochoa Muñoz. *Tejiendo de otro modo: feminismo, epistemología y apuestas decoloniales en Abya Yala*.

Colombia: Editorial Universidad del Cauca, 2014. Disponível em:

https://www.escuelaformacionpolitica.com/uploads/6/6/7/0/66702859/01_tejiendo.pdf

Fanon, Franz. *Los condenados de la tierra*. 4th ed., México: FCE, 2018.

Santos-Lyons, Aimee, Robin Taubenfield. *Feminist Realities. Our Power in Action. An Exploratory Toolkit*. AWID, 2019. <https://www.awid.org/resources/feminist-realities-our-power-action-exploratory-toolkit>

Freire, Paulo. *La pedagogía del oprimido*. Montevideo: Tierra Nueva, 1970.

Freire, Paulo. *Pedagogía de la autonomía: saberes necesarios para la práctica educativa*. México-Argentina: Siglo XXI Editores, 2006.



SI: O que é o Programa 'Change Makers'?

Hill Collind, Patricia and Sirma Bilge. *Interseccionalidad*. Espanha: Editorial Morata, 2016.

hooks, bell. *El feminismo es para todo el mundo*. Madrid: Traficantes de Sueños, 2018.

Disponível em

https://www.traficantes.net/sites/default/files/pdfs/TDS_map47_hooks_web.pdf

Lorde, Audre. *Dream on Europe. Selected Seminars and Interviews, 1984-1992*. Editado por Mayra A. Rodríguez, Kennig Editions, 2020.

Frazier, Demita, Beverly Smith, e Barbara Smith. *Manifiesto Combahee River Collective*, 1977.

Mohanty, Chandra Talpade e Linda E. Carry. *Feminist, Freedom Warriors, Genealogies: Justice, Politics, and Hope*. Canadá: Haymarket Books, 2018.

Moore Torres, Catherine. "Feminismos del Sur, abriendo horizontes de descolonización. Los feminismos indígenas y los feminismos comunitarios". *Estudios Políticos Universidad de Antioquia*, 53, 2018, p. 237–259. <http://doi.org/10.17533/udea.espo.n53a11>

Rogers, Patricia. "La Teoría del Cambio". RMIT University - International Initiative for Impact Evaluation-Better Evaluation-Unicef, Itália, 2014.



SEÇÃO II. ENTENDENDO PODER E MUDANÇA SOCIAL

Introdução

A escritora afro americana Alice Walker uma vez disse: ‘A forma mais comum em que as pessoas abrem mão de seu poder, é quando pensam que não tem poder nenhum’. Essa frase ecoa quando pessoas vivenciam violência e opressão pessoal e coletiva de forma sistemática e intergeracional, a ponto de normalizá-las. Dentro de um cenário de mobilidade transnacional, pessoas que migraram cultivam o imaginário de que migrar para países considerados mais desenvolvidos, como é o caso da Europa, Estados Unidos e Canadá, será melhor do que viver em seus países de origem. Nesse imaginário, pensa-se que, ao chegar ao norte global, migrantes podem exercer seus direitos e atingir seus objetivos. Entretanto, o ambiente hostil de políticas contra migrantes no Reino Unido tem colocado barreiras crescentes a essas comunidades, dificultado que elas possam exercer sua ‘cidadania cosmopolita’, prometida pelo multiculturalismo¹. Ao contrário, desigualdades estruturais continuam alargando a distância entre o discurso progressista no norte global e as experiências vividas por minorias.

É por isso que comunidades migrantes precisam ter um entendimento claro do papel desempenhado pelas questões de gênero, classe social, status migratório ou/e identidade sexual nesse contexto de mobilidade transnacional. Assim, revelando também tensões de poder e os relacionamentos resultados disso. Como mulheres e dissidentes das convenções de gênero, precisamos entender como o poder nos torna conscientes da posição que temos perante a subordinação, e quais atitudes de resistência, colaboração e transformação podemos tomar.

¹Veja as Pesquisas Anuais da LAWA em lawadv.org.uk/en/about/

Poder e suas expressões

Considerando a complexidade do poder e as suas diversas fontes, é importante saber que nem todas as suas expressões são visíveis ou reconhecíveis. Seguindo o Action Guide for Advocacy and Citizen Participation (‘Guia de Ação para Advocacia e Participação na Cidadania’), nós distinguimos a seguintes demonstrações de poder:



Poder sobre

Este tipo de poder tem muitas conotações negativas, pois é expresso através de repressão, do uso de força, coerção, discriminação, corrupção e abuso. O *poder sobre* é visto como um relacionamento antagonico: ganhar/perder ou tudo/nada. Sob essa visão, o poder é um instrumento que domina e impede que outras pessoas o tomem.

Na política, aqueles que controlam recursos e tomadas de decisão têm poder sobre aqueles que não controlam, ou resistem ao controle. Esse poder nega as maiorias o acesso a recursos importantes como terra, reconhecimento, saúde, trabalho, entre outros. O poder sobre perpetua desigualdades, injustiças e pobreza.

Poder interior

Está associado ao valor que cada pessoa dá a si mesma (amor próprio, autoestima, autoconhecimento) e inclui a habilidade de reconhecer diferenças individuais, enquanto mantém o respeito pelos outros. O *poder interior* oferece a habilidade de imaginar e almejar, reafirmado a busca humana por dignidade e satisfação.

Poder com

Está associado a identificar referências dentro de interesses diversos e construir uma força coletiva. Esse poder é baseado no apólio mútuo, solidariedade e colaboração, multiplicando talentos individuais e conhecimento, e reforçando a ligação entre interesses diferentes para transformar ou reduzir conflitos sociais e promover relacionamentos igualitários. Assim, grupos comunitários de ativistas públicos buscam construir alianças baseadas na noção de *poder com*.

Poder para

Refere-se ao potencial único de cada pessoa de moldar sua vida e mundo. Em oposição ao individualismo, ele permite que cada pessoa desenvolva suas habilidades e conhecimento único para se colocar a serviço de outras. Esse poder é construído do apoio mútuo, e possibilita uma ação conjunta. Cidadania, educação, e desenvolvimento de liderança para o ativismo são baseados na crença de que cada pessoa tem o poder de fazer diferença.

No contexto da América Latina e Caribe, partilhamos os padrões históricos de colonização e opressão, que se alinham ao modelo de poder político sobre. Nesse modelo, políticos e governantes unem-se com a elite local para distribuir recursos e o capital nacional sem beneficiar a maioria. Portanto, conceber outros tipos de poder num âmbito privado, ou de espaços locais, tem sido uma tarefa difícil.

Na ausência de modelos e relações de poder alternativos, o padrão de *poder sobre* se repete em relacionamentos pessoais, comunitários e institucionais. Isso também é verdade para pessoas que vem de países marginalizadas, ou para grupos desprovidos de poder. Quando esses ascendem ao poder, ocupando cargos de liderança, muitas vezes acabam imitando o opressor por desconhecerem outro modelo para o exercício do poder.

Resistir e imaginar outros meios de exercer poder é a tarefa de hoje. Por essa razão, é importante que no espaço coletivo de que participamos nossas vozes, preocupações e como imaginamos nossas vidas sejam ouvidas.

Quando refletimos sobre o poder a partir da nossa condição de mulher migrante, decidimos que é importante ter em cada oficina ou sessão a oportunidade de

ressignificar como entendemos e exercemos poder em todos os tipos de relacionamento, e, se possível, promover um afastamento de visões de poder sobre, fortalecendo formas mais participativas.

Um aspecto fundamental é monitorar se as atividades e experiências contribuem para uma vida mais justa e para formas igualitárias de poder. Se a maioria das participantes conseguir reconhecer que exercem ou vivenciam relacionamentos de *poder sobre*, e forem capazes de mudar para *poder com*, *poder para*, e *poder interior*, isso será um indicador positivo do programa.

Empoderamento no programa 'Change Makers'

No programa 'Change Makers', nós acreditamos que quando mulheres e dissidentes das convenções de gênero migram, elas deveriam ter voz mais ativa na sua libertação. Migrar não é uma opção fácil, ou parte de um plano de uma trajetória de vida. A integração a um novo país pode ser mais difícil, mas não é impossível. Residir num novo lugar, formar uma comunidade e preservar elementos de nossa cultura e origens nem sempre é fácil. Porém, nós temos o direito de mudar nossos pontos de vista, nos reeducar em relação a questões que são tabus, ou tratados como estereótipos em nossos países, e assim, adquirir novas experiências para ativamente nos integrarmos a um novo país.

É por isso que acreditamos na autodeterminação de cada mulher e de dissidentes das convenções de gênero na construção de uma vida livre de violência. Nós acreditamos na autorrepresentação (agência), em ter voz, nas capacidades e habilidades que cada pessoa desenvolve em sua vida para nutrir-se emocionalmente, afetivamente, materialmente e espiritualmente.

Ao desenvolverem seu poder como agentes de mudança, mulheres e dissidentes das convenções de gênero aumentam sua autoestima, validando, reconhecendo, e celebrando suas jornadas de vida. Elas também criam narrativas potentes, ações para impulsionar a transformações e assim, conquistar melhores condições de vida para si mesmas, suas famílias e comunidades. A partir dessas ações, podemos entender o conceito de empoderamento.

Baseando-se numa perspectiva holística, mulheres e dissidentes das convenções de gênero criam espaços seguros e desmantelam poderes assimétricos como um exercício da igualdade e poder entre mulheres, onde ninguém se sinta acima das outras, ou assuma uma posição de neutralidade, ou autoridade em relação a problemas que afetam a todas.

Nós tentamos construir tópicos políticos, críticos e de compromisso para eliminar elementos culturais, sociais e simbólicos que nos separam de nossas subjetividades ou emoções, reconciliando sentimentos, ações, pensamentos e corporalidades. Por isso, erradicar a violência que nos afeta, os obstáculos que nos fazem competir entre nós mesmas, especialmente entre aqueles que compartilham heranças históricas comuns.

Quando construir, facilitar ou/e coordenar o programa, deve-se ter em mente esses fatores para tentar, na medida do possível, responder a esses desafios. Por essa razão, o programa abrange a confiança pessoal e coletiva, e promove desde a autoestima ao apoio mútuo, a partir de campanhas, projetos em prol de mudanças sociais e auto apresentação.

O programa é enriquecedor porque permite que participantes conheçam e manejem seu poder, habilidades e conhecimento, desde as abordagens interseccional, comunitária e decolonial. Assim como, seus recursos, redes sociais e/ou espaços onde o exercício de seus direitos políticos, sociais e culturais pode tornar-se realidade, bem como seu objetivo de estar livre de qualquer forma de violência.

Glossário

Cidadanias cosmopolitas

Frase cunhada pelo filósofo alemão Immanuel Kant no século XVIII, em que ele expressa um mundo ideal em que todos são tratados como cidadãos. Este é um projeto educacional a longo prazo que associa justiça a solidariedade. Atualmente, em cenários de mobilidade humana e políticas de desumanização de migrantes e refugiados, a ideia de ser um cidadão do mundo é cada vez mais inalcançável.

Norte Global. Conceito que reconhece que os países europeus após a Segunda Guerra Mundial começaram um processo econômico de reconstrução de seus territórios, tendo em comum um legado histórico de serem um império colonial e pós capitalista. Com suas políticas de bem-estar social, o Reino Unido, Espanha, Itália, França, Suíça, Áustria e Alemanha tornaram-se atrativos e passaram a competir com o Canadá e os Estados Unidos para definir a geopolítica mundial.



Bibliografia

Berth, Joice. *O que é empoderamento?* Belo Horizonte: Letramento, 2018.

Cronin-Furman, Kate, Nimmi Gowrinathan e Rafia Zakaria. “Emissaries of Empowerment”. New York: The City College of New York-Colin Powell School for Civic and Global Leadership, 2017.

Miller, Valerie, Lisa Veneklasen e Molly Reilly. “Haciendo que el cambio sea una realidad 3: el poder. Conceptualizando el poder para avanzar la justicia y la equidad”. JASS Asociadas por lo Justo - People Unlimited Hivos, 2006-2008.

Rogers, Patricia. “La Teoría del Cambio”. Itália: RMIT University - International Initiative for Impact Evaluation-Better Evaluation, Unicef, 2014.

Zakaria, Rafia. *The Myths of Women's Empowerment*. New York Times, 10 de outubro de 2017. <https://www.nytimes.com/es/2017/10/10/el-mito-del-empoderamiento-de-la-mujer/>





SEÇÃO III. IMPLEMENTAÇÃO DO PROGRAMA

O papel da facilitadora

Dado que queremos promover relacionamentos horizontais em espaços femininos e, cada oficina como uma atividade igualitária, a facilitadora como parte desse processo deve saber balancear o poder e suas responsabilidades. Idealmente uma equipe pequena distribuirá tarefas ou poderá ser flexível o suficiente para alternar responsabilidades e, portanto, oferecer uma experiência única em cada oficina.

A facilitadora deve planejar detalhadamente todos os requisitos técnicos e materiais para assegurar a participação equilibrada, criativa e lúdica das participantes e, acima de tudo, lidar com os desafios envolvidos, encorajando, convocando e acompanhando cada mulher, bem como facilitando as oficinas e atividades. É válido pedir ajuda ou remarcar oficinas, se necessário.

A facilitadora também promove respeito mútuo, apoia a negociação de tensões existentes entre as participantes e estabelece limites para garantir que o espaço seja seguro e ético. Como a líder da oficina, a facilitadora deve oferecer conhecimento, ferramentas práticas e teóricas para que as participantes afirmem seu conhecimento, analisem problemas e preocupações para descobrir suas respostas como parte de um processo de empoderamento. Ao fazer parte do processo, a facilitadora reconhece suas capacidades físicas, emocionais, intelectuais e limitações.

Recursos

Um dos maiores desafios para desenvolver programas como esse é especificar os recursos humanos, materiais e financeiros disponíveis durante todo o programa e suas atividades. Isso também depende do número de participantes, sua continuidade como grupo, as necessidades e o espaço para realizar as atividades. Considere as seguintes questões:

Dinheiro:

Quando dinheiro é alocado ao programa em geral, considere os tipos de atividades que serão realizadas e quais materiais precisam ser comprados para isso.

Pessoal:

Considere se a facilitação será desenvolvida pela equipe da organização, ou por um grupo. Talvez algumas oficinas, ou atividades específicas necessitem de facilitadoras externas, artistas ou especialistas.

Experiência e habilidades:

A organizadora, coordenadora ou facilitadora deve ter experiência teórica e treinamento prático em educação popular e atividades de base. Ter uma perceptiva de gênero decolonial, interseccional, antirracista, ligada aos feminismos comunitários, ou então, o conhecimentos

e habilidades para trabalhar com diferentes grupos, necessidades e abordagens metodológicas para enriquecer o programa e tomar decisões quando o conteúdo, tema, metodologia ou abordagem precisam ser alterados.

Informação e conhecimento:

Quem coordena e facilita o programa deve saber quais informações são importantes para incluir nas oficinas e atividades, sejam elas práticas e/ou teóricas.

A oficina é participativa e busca cocriação:

Sempre esteja aberta a ouvir a contribuição daquelas que participam e se beneficiam do programa. Se for necessário alterar a ordem de algumas oficinas, ou metodologias para conseguir uma melhor compreensão do tema abordado, seja flexível.

Planejamento

O planejamento ajuda a desenvolver o pensamento e ação estratégicos. É importante que quem projeta, coordena e/ou facilita tenha uma ideia clara do processo a ser seguido, seus possíveis obstáculos e desafios, e as alternativas disponíveis para que o programa possa ser implementado, desenvolvido, monitorado e replicado.

Prioridades devem ser estabelecidas para dar sequência a um bom resultado do programa, constantemente pesquisando tópicos que compõem o conteúdo, oferecendo informações pertinentes às participantes e tomando decisões se o conteúdo precisar ser reestruturado.

O planejamento tem três funções:

É uma ferramenta de suporte:

Ele ajuda no alinhamento de tópicos com a metodologia relevante, mantendo o controle do tempo e, acima de tudo, assegurando que os objetivos e processos sejam atingidos para o resultado desejado.

Fortalece a visão institucional:

Faz parte do pensamento estratégico da organização ou grupo porque, além de colocar em prática os princípios, visão e missão coletiva, constrói uma narrativa onde a equipe, membros do grupo colaboradores e doadores possam ver a eficácia de um projeto como esse.

É o resultado do conhecimento único:

Aquelas que se beneficiam do programa criam suas narrativas no centro de sua experiência e descobrem que o que elas viveram e aprenderam impactou suas vidas positivamente.

Carta descritiva

A carta descritiva é o documento utilizado para desenvolver as oficinas. É uma ferramenta que fornece orientação sobre as atividades, metodologias, recursos e resultados das oficinas. Estabelece o passo a passo de um curso ou oficina, facilitando a observação e a ordem dos diferentes processos de planejamento.

Através dessa carta descritiva, diferentes estágios que marcam o desenvolvimento do projeto serão explicados, objetivos definidos, assim como o conteúdo e o que a facilitadora e as participantes têm que fazer. Ao final da oficina, a carta descritiva torna-se o documento que sistematiza e coleta as experiências coletivas para dar continuidade ao processo e ajudar na avaliação final.

A carta descritiva auxilia o desenvolvimento de uma visão geral sobre o que é a oficina e do processo gerado ao longo do programa quando os objetivos são atingidos, especialmente para se realizar uma análise organizacional, se necessária. Além disso, as participantes que desejarem replicar as oficinas em seus próprios espaços terão um guia.

Aqui temos um exemplo o exemplo que usamos em cada oficina:

Carta Descritiva

Nome da oficina		Lugar:	
Data		Hora:	
Facilitadora			
Objetivo geral			

Módulo 1.

Seção 1.

Objetivos específicos	Conteúdo	Atividades a serem desenvolvidas	Metodologia	Recursos	Atividades da Facilitadora	Atividades das Participantes	Resultados / Opiniões / Avaliação

Módulo 1.

Autoconhecimento

Resumo

A análise e problematização de tópicos gerais sobre feminismos são introduzidos: patriarcado, gênero, violência de gênero, a condição feminina, sororidade, com uma breve introdução aos feminismos decoloniais, interseccionais e comunitários.

Os tópicos a serem desenvolvidos nas oficinas são:

Oficina 1.1.

Grupo focal

Oficina 1.2.

Eu sou uma mulher e este é o meu poder (Introdução ao patriarcado, binarismo e papéis de gênero).

Oficina 1.3.

Conectando-NOS (Oficina de Biodança, Teatro do Oprimido, Movimentos Livres).

Oficina 1.4.

Genealogias feministas (Introdução aos feminismos decoloniais, interseccionais e comunitários de Abya Yala).

Oficina 1.1: Grupo focal

Introdução

Antes de começar as sessões, é necessário ter um encontro prévio para conhecer o grupo, ouvir as preocupações das participantes e as propostas de como elas gostariam de organizar o espaço. Chamamos isso de grupo focal.

Objetivo geral

Reunir mulheres interessadas em fazer parte do programa para aprender sobre os módulos, tópicos e informações gerais, com a ideia de fornecer sugestões, criar uma cultura de grupo e pontos de concordância.



Objetivos

- Fornecer informações gerais sobre o programa.
- Reconhecer a nossa necessidade de fazer parte de uma comunidade.
- Gerar empatia e diálogo.
- Dar nossa voz e contribuição para refletir o desenvolvimento do programa.

Material didático



Papelaria: ata de presença, post-its coloridos, marcadores, canetas e etiquetas.

Folhetos impressos com o conteúdo do programa com espaços para anotações.

Para a facilitadora:

- Ser muito clara sobre os objetivos e importância do programa.
- Observar as reações das participantes e motivá-las a interagir apresentando as suas ideias, fazendo perguntas ou comentários sobre o conteúdo do programa.
- Ter habilidade de trabalhar com um grupo de 10-12 pessoas por 2 horas e gerenciar expectativas. Motivar a participação de todas.
- Colher os resultados e suas futuras análises.

Não criar um grupo focal quando:

- Quando não há clareza sobre o conteúdo do programa e seus processos.
- Sua audiência/público/beneficiárias não está definida. Por causa disso, é importante mapear previamente os possíveis lugares onde você pode encontrar o seu público-alvo.
- Você não tem um espaço preparado para realizar as atividades planejadas.



1. Preparação do espaço

A oficina deve ser realizada em um ambiente limpo e sem distrações.

O espaço deve ter uma mesa com lanches e um outro espaço com o material de papelaria.

2. Atividade para quebrar o gelo e apresentação das participantes

Algumas das participantes podem já se conhecer e, então, sentarem-se perto umas das outras. Todavia, devemos criar uma dinâmica para aquelas que chegam sozinhas se integrem e se sintam incluídas. Quando todas estiverem prontas, a facilitadora dá as boas-vindas e as convida para fazer parte de uma dinâmica de alongamento. Enquanto elas se alongam, podem olhar umas para as outras e ficar em silêncio por um tempo. Nesse momento, a ideia é que elas pensem em como gostariam de se enxergar: com mais amor, mais paz de espírito, mais bondade ou menos cansaço, etc.

No final do exercício, a facilitadora pede que descrevam como se sentiram com uma única palavra enquanto se apresentam.

3. Introdução ao programa

Ao final da introdução, os folhetos são distribuídos e as participantes são convidadas a conhecer o programa. Uma apresentação em PowerPoint pode ser preparada para detalhar o programa, os objetivos, os benefícios de fazer parte dele e os resultados esperados.

Logo após a apresentação, convide as participantes a darem a sua opinião sobre o programa e a participar com opiniões e sugestões.

4. Participações do grupo

A facilitadora mostra o folheto e explica brevemente em que consiste cada oficina e porque elas seguem essa sequência. Se necessário, ela usará estudos de caso específicos e próximos à realidade das participantes e ouvirá suas opiniões, levando em consideração, para a análise final, quais questões coletivamente geram mais consenso do que outras.

O grupo decide que tipo de atividades externas e quando desejam que elas ocorram. Dessa forma, essas informações são incluídas no programa.

5. Considerações coletivas

As anotações feitas são escritas em ordem em um quadro branco/negro ou em um quadro sob os seguintes eixos:

1. Conteúdo do Programa
2. Frequência e Horários
3. Canal de Comunicação do Grupo
4. Tipos de Resultados esperados e como imaginam sua formatura

Esse momento é concluído com a formação de um círculo. A facilitadora pergunta: “O que vocês estão levando daqui hoje?” Por favor, responda com uma palavra.

6. Considerações finais

Enfatizar a importância de terem participado dessa oficina e como as considerações que fizeram contribuíram para o enriquecimento do programa. Os acordos são reafirmados e a data e local para o primeiro encontro são definidas.

Oficina 1.2.

Eu sou uma mulher e esse é o meu poder

Introdução

Essa oficina dará a oportunidade de revisitar as histórias das mulheres participantes e suas memórias ancestrais, a origem da desigualdade e da violência de gênero. Será uma breve introdução ao **patriarcado, binarismo, papéis de gênero** e suas consequências.

As participantes da oficina redescobrirão as habilidades e estratégias para transformar o seu ambiente de violência e buscarão alternativas para o reconhecimento e visibilidade, aprendendo como reconhecer o seu poder pessoal e coletivo, e, como administrá-lo para transformar estruturas de dominação e exclusão.

Objetivo geral

Revisar o conceito binário baseado em gênero, nos papéis de gênero e na ideia da essência feminina. Além disso, rever as ideias sobre feminilidade, realçando a importância de nomear as opressões diárias e as estratégias que as mulheres desenvolveram, tanto no presente, quanto no passado, para afirmar sua voz, presença e poder transformador.

Objetivos

- Discutir o binarismo em nossas vidas e como isso tem nos afetado quando vivemos papéis de gênero e a ideia de feminilidade.
- Rever as relações de poder que construímos diariamente nas quais as desigualdades em relação às mulheres e às diferenças sexuais são baseadas.
- Apresentar a matriz da opressão e privilégios do feminismo interseccional.
- Exercitar e imaginar formas pelas quais as mulheres podem exercer o seu poder em diferentes cenários.
- Aumentar a confiança pessoal e coletiva no grupo.

Material didático

Papelaria: lista de presença, formulário de avaliação da oficina, papel cartão colorido, marcadores, canetas, linha do tempo (feita manualmente ou em apresentação em PowerPoint), revistas e jornais, cola, marcadores e materiais para fazer artesanato.

Para a facilitadora

- Ter uma ideia geral da idade das participantes, para que, ao coordenar a elaboração da linha do tempo, as mulheres identifiquem lutas e resistências constantes travadas em gerações específicas, de geração em geração e no âmbito local e global.
- Encorajar as mulheres a exercitarem a sua criatividade.

Metodologia

Educação Popular

VER: Observar e refletir internamente sobre como as mulheres têm se tornado visíveis, invisíveis, violadas, celebradas, ouvidas e silenciadas. Atenção voltada para a matriz de opressão e privilégios.

JULGAR: Fazer um relato coletivo e pessoal que conecte a nossa história com o coletivo, movendo-se no tempo e no espaço, realçando a experiência de ser mulher, e questionando tal conceito.

ACTUAR: Fazer uma linha do tempo individual, identificando os desafios enfrentados por mulheres que são atravessados por relações de poder, seja com base em gênero, classe e raça, educação ou em seus papéis nos espaços em que habitam (casa, família, comunidade religiosa, comunidade, ambiente de trabalho, etc.) e o que foi aprendido ao exercer o poder pessoal.

1. Preparação do espaço

A oficina deve ser realizada em um ambiente limpo e livre de distrações. As cadeiras devem estar posicionadas em círculo com uma folha de papel A3 com alguns marcadores coloridos e uma caneta em cima de cada uma delas.

Há uma mesa com lanches e um outro espaço com os materiais de papelaria.

2. Atividade para quebrar o gelo e apresentação das participantes

Algumas das participantes podem já se conhecer e, portanto, sentarem-se perto uma da outra. Todavia, devemos criar uma dinâmica para que aquelas que chegam sozinhas se integrem e possam, assim, se sentir incluídas. Quando todas estiverem prontas, a facilitadora dá as boas-vindas e as convida a se sentarem e pegarem o material deixado na cadeira para o desenvolvimento da oficina.

A facilitadora faz uma introdução e pergunta: “Para você, o que significa ser mulher?” Enquanto elas falam, a facilitadora anota as palavras-chaves da fala de cada uma em post-its. No final, todos os post-its são colocados em um quadro branco/negro e, então, começam as reflexões teóricas sobre o tema.

3. Atividade

Os post-its são colocados em um quadro branco/negro e a facilitadora pede para que as participantes observem o que elas falaram e ajudem a colocar em ordem as palavras relacionadas ao corpo da mulher (cabelos longos, quadris, barriga, etc.) com os papéis da mulher (mãe, esposa, filha, trabalhadora, etc.), com os papéis sociais (dona de casa, empregada doméstica, estudante, etc.) e com as ideias de feminilidade (beleza, juventude, bons hábitos, etc.)

No final desse primeiro exercício, a facilitadora pergunta:

- Quem nos disse que isso é o que significa ser mulher?
- Com quais desses papéis nos identificamos?
- Quais desses papéis nos prejudicam, ou não queremos assumir?
- Você acha que é difícil ser mulher? (essa última pergunta deve ser feita considerando a intersecção das questões de raça, classe, situação socioeconômica, origem social, status de imigração, religião e outras variáveis que fornecem pontos de vista diversos).

Essas perguntas guiarão o grupo a uma melhor compreensão da matriz de opressão e privilégios, a qual será apresentada, impressa ou em uma apresentação de slides.

A facilitadora explica que o segundo módulo inclui uma oficina completa introduzindo o feminismo interseccional, então, que nesse momento, só será feita uma breve referência sobre o assunto. É importante saber que nem toda mulher compartilha das mesmas opressões e privilégios, porque isso depende de sua posição relacional na estrutura de poder. A interseccionalidade é explicada brevemente, assim como por que é importante analisar nossa presença à luz dessa categoria. Em seguida, as participantes são convidadas a participar de um exercício pessoal que cada uma desenvolverá.

Por quinze minutos, cada participante irá trabalhar na sua própria linha do tempo/história. Ela vai escrever o nome dela no papel com o sobrenome por parte de pai e de mãe, e, no caso de ter mudado de sobrenome devido ao estado civil, deverá adicioná-lo após os sobrenomes da família.

Com um outro marcador, elas escreverão no topo da folha uma palavra-sentimento que as conectam com seus nomes, seus sobrenomes paternos e maternos, e se aplicável, com o nome de seu marido. Com uma outra cor, elas desenharão na parte inferior da folha, um símbolo que as conectam com todas as instituições que as formaram e sem as quais elas acreditam que não poderiam viver ou existir. (pode ser a sua casa, a família, o país de origem, tradição religiosa, um esporte, uma atividade de lazer, etc.). No final do exercício individual elas compartilharão seu trabalho com o grupo em um grande círculo.

4. Participações do grupo

A facilitadora dá a palavra às participantes para que elas se apresentem brevemente, incluindo o nome completo. Enquanto ela escuta cada participante, a facilitadora traça uma linha do tempo dividida em três momentos: passado, presente e futuro.

No passado, a facilitadora coloca palavras-chaves do que cada mulher falou sobre seus nomes paternos e sobrenomes; no presente, ela faz a mesma coisa, mas leva em consideração o que cada uma falou sobre seu sobrenome materno e o sobrenome de casada (se aplicável).

A facilitadora explica quantas conectaram seus nomes a alguma preferência pessoal ou evento que a mãe, pai, ou família consideram inesquecível, e a razão pela qual elas decidiram chamá-las dessa forma.

Quando as participantes falam sobre seus sobrenomes paternos, a facilitadora enfatiza o impacto do patriarcado, partindo do fato de que, institucionalmente e culturalmente, um sobrenome nos torna dependentes ou “propriedade” de alguém, um homem, que em seu exercício de paternidade talvez tenha sido violento, amoroso, proibicionista ou paternalista quanto tentaram aconselhar sobre como ser uma “mulher digna”.

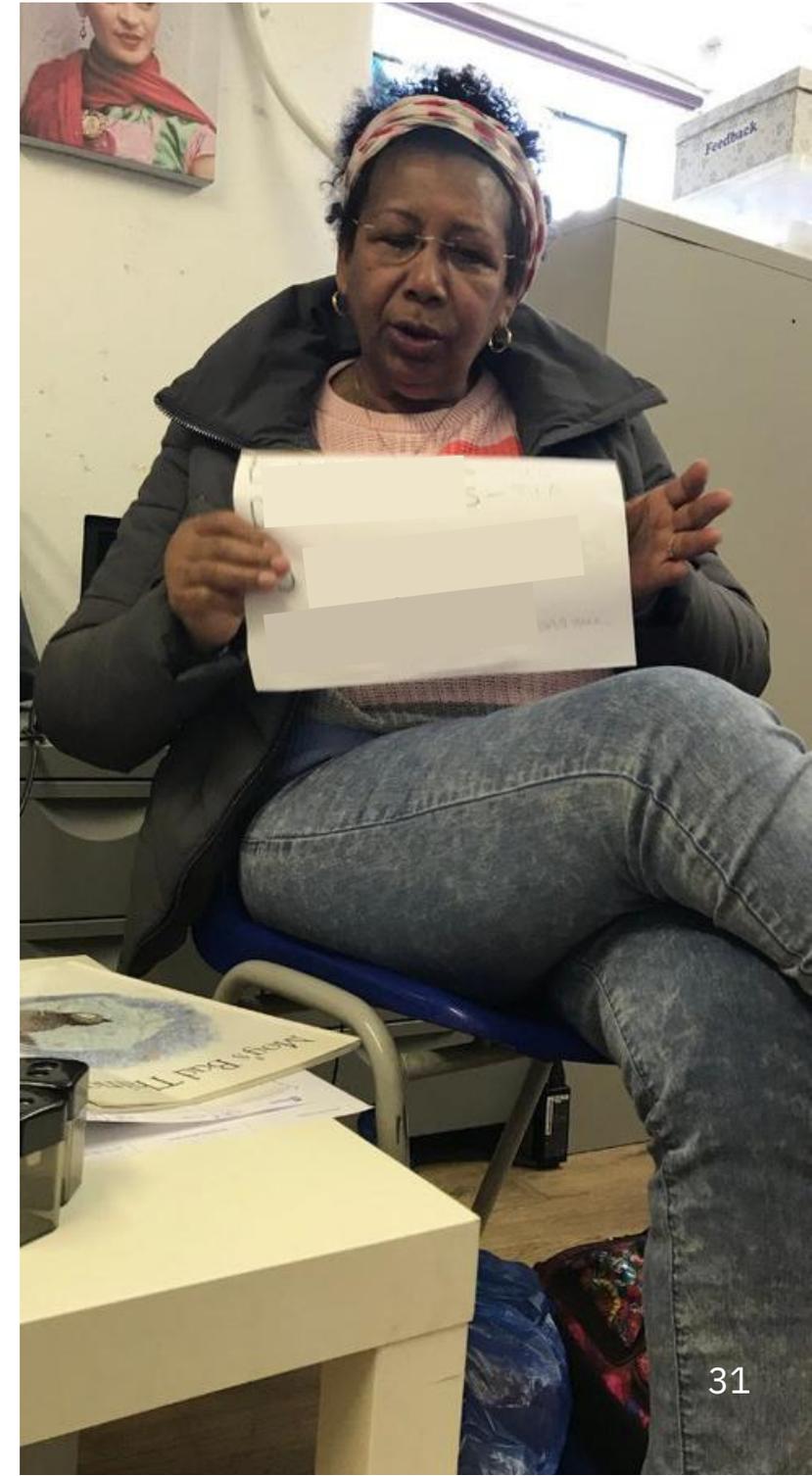
Abre-se um espaço para comentários.

Avançando para o presente, a facilitadora fala sobre o que as participantes ligaram os seus sobrenomes maternos, tentando refletir sobre as relações e conflitos com as mães pelo fato de serem mulheres. É importante entender certos padrões que são reproduzidos na vida adulta e como eles podem nos ajudar a nos entender, ou a nos rejeitar, assim como compreender as relações que construímos com outras mulheres que não são parte da nossa família. A ideia é notar como o patriarcado tem carregado frutos do ambiente doméstico para os espaços públicos e a necessidade de romper com esse padrão.

Para aquelas que estão casadas, ao levar em consideração o sobrenome de seus parceiros, observe que, embora as mulheres tenham conquistado muitos direitos, para algumas instituições, ainda é importante apresentá-las como mulheres “de” porque isso dá uma ideia de ser uma mulher “boa” do ponto de vista conservador, e é também algo usado para facilitar o acesso a outros privilégios.

Abre-se um espaço para comentários e dá-se uma pausa para que todas preencham a seção sobre o futuro na linha do tempo.

Nesse ponto da oficina, pede-se para que elas falem sobre os símbolos que elas vincularam às instituições com as quais elas se identificam e sentem que não podem viver fora. A facilitadora faz uma lista.



No final, a facilitadora guia as reflexões sobre como as instituições públicas e privadas restringiram historicamente a participação e os direitos das mulheres, e como elas reforçam os papéis de gênero e o valor do homem sobre a mulher. Porém, é ressaltado como é possível mudá-las em favor das mulheres e gerações futuras.

Para mostrar a mudança, a facilitadora pode citar histórias de mulheres que conseguiram quebrar barreiras institucionais e deixaram o legado que hoje podemos desfrutar. Portanto, o convite está aberto para que as participantes pensem em outras mulheres em sua comunidade, em suas linhagens familiares ou modelos que as inspiram a lutar, com a seguinte afirmação:

“Se (o nome da mulher que admira) conseguiu quebrar ou mudar (cite uma situação de injustiça), quando em sua época (coloque-a no tempo e no espaço) era difícil fazer isso, hoje EU, (insira o seu nome completo), posso mudar (a estrutura à qual pertencço ou que não é concebida para viver sem ou fora dela), a meu favor e em prol das futuras gerações.”

Essa declaração será a primeira coisa escrita no “Diário de Mudanças”. No final desse exercício, as afirmações são entregues à facilitadora, que irá trazer em outra oficina.

5. Considerações coletivas

Cada mulher irá guardar o seu exercício e integrá-lo com a sua afirmação em seu “Diário de Mudanças” que será preparado no início do segundo módulo.

Se alguma experiência dolorosa for compartilhada, a facilitadora deve lembrá-las que esse é um ambiente seguro e livre de julgamentos, o que é falado ou expressado na oficina é confidencial.

6. Consideração final

Lembre-se de não ter medo de se reconhecer pelo próprio nome, de reconhecer suas opressões, mas também se lembre de seu poder ao reconhecer seus desejos e ambições. Lidere a mudança em sua vida e busque uma melhoria pessoal e social.



Se _____
conseguiu quebrar ou mudar
_____,
quando em sua época
(_____) era
difícil fazer isso, hoje EU

_____,
posso mudar _____
_____, a
meu favor e em prol das
futuras gerações.

Oficina 1.3. Conectando-NOS

Introdução

Nosso corpo é o nosso altar, nosso território de lutas, nosso campo de batalha. Muitas vezes, nós não fomos capazes de integrar nossas experiências corporais aos nossos pensamentos, e até perdemos a nossa capacidade de nos conectar fisicamente com outras pessoas, incluindo nossos parceiros, filhos e parentes. Essa vida agitada e suas mudanças constantes carregam efeitos no nosso corpo e na nossa corporalidade. Explorar nossos corpos, nossas emoções e os nossos sentimentos através de movimentos livres nos permitirá conectar conosco e com as energias de outras mulheres.

Objetivo geral

Vivenciar sensações onde o estresse, dores, preocupações e o luto possam ser liberados através do contato humano. Através de toques suaves, movimentos, abraços e momentos de silêncio, sentir o próprio afeto e a compaixão.



Objetivos

- Desenvolver a criatividade por meio do corpo.
- Incentivar a autodescoberta e a descoberta em grupo.
- Aprimorar a autoestima pessoal

- Ampliar o espírito de amizade, solidariedade, afeto e amor.

Metodologia

A Biodança é um método abrangente de movimentos livres do corpo que proporciona a conexão entre o corpo, emoções, sentimentos e espiritualidade. É uma jornada de autodescoberta. O método proporciona integração humana, renovação orgânica, reeducação afetiva e reaprendizado das funções primárias da vida.

Materiais didáticos

- Roupas Confortáveis
- Um pouco de areia e pedras
- Um pequeno tapete ou toalha
- Água e frutas para hidratação
- Trazer para a oficina algum pertence feito de material orgânico: uma escultura de madeira, colar de semente, roupas feitas ou bordadas à mão, etc (algo não muito grande)
- Flores, sementes e frutas



Para a facilitadora

- A facilitadora deve adotar uma postura natural sem mistificação, permitindo a criação de um vínculo espontâneo, afetivo, aberto, respeitoso e encantador, sem criar expectativas.
- A facilitadora não deve fazer distinção entre as participantes do grupo.

Que tipo de Biodança é usada na oficina?

Para esta oficina, trabalharemos com as linhas de experiências de afetividade e transcendência, a partir de uma perspectiva feminista interseccional e comunitária: todos os ritmos são permitidos, todos os corpos são bem-vindos.

Condições

- As participantes devem estar abertas a criar um ambiente seguro, ético e divertido.
- Cada uma é responsável pelo seu aprendizado.
- É um espaço de liberação e autodescoberta
- Ninguém vai julgar o que você faz com seu corpo e através dele.

Sugestões de música para a oficina:

Na playlist foram incluídas músicas em espanhol, português e inglês, já que são línguas da comunidade latino-americana com a qual nós trabalhamos no Reino Unido. Músicas locais, étnicas, culturais e de gosto pessoal podem também ser incluídas.



1. Preparação do espaço

A oficina deve acontecer em um espaço limpo e sem distrações.

No local haverá: uma mesa com lanches e um outro espaço para colocar tudo relacionado à papelaria e a lista de músicas que será usada durante a sessão com um bom sistema de som.

Em um outro espaço, toalhas espalhadas sobre as pedras e areia.

2. Atividade para quebrar o gelo e apresentação das participantes

Todas as participantes se sentam em círculo sem sapatos. Elas se sentam confortavelmente e observam ao redor. A facilitadora pede a cada participante que se apresente e faça um alongamento com alguma parte de seu corpo.

No final de suas apresentações, a facilitadora faz uma breve explicação sobre o que é a biodança.

Fases da oficina:

1. Música ambiente

As participantes se levantam e caminham em círculo, alongando suavemente e concentrando-se nas partes do corpo que estão cansadas, tensas ou doloridas. Enquanto caminham, relaxam os ombros, pescoço e quadris, tentando pensar em uma paisagem que evoca tranquilidade. Esse exercício é realizado ao longo de duas músicas (aproximadamente 10 minutos).

2. Música para o encontro

São formadas duas filas de mulheres com uma de frente para a outra, formando duplas. A música começa e as filas movem-se uma em direção à outra, com cada mulher de uma fila passando entre as mulheres da fila oposta. Então, elas repetem o mesmo exercício três vezes, tocando levemente as mãos enquanto o fazem.

No final, cada mulher retorna para a sua fila original, e faz uma reverência à nova parceira que se encontra à sua frente. A facilitadora pede que as filas se dispersem e andem pela sala em movimentos livres. Enquanto caminham, são convidadas a refletir sobre as emoções sentidas e transmitidas (aproximadamente 20 minutos).

3. Música de vitalidade e criatividade

Aqui as participantes são convidadas a improvisar movimentos que as façam sentir alegria, transcendência e empatia. Elas podem se abraçar, acariciar o cabelo ou os ombros umas das outras, ou oferecer uma massagem. Antes de exercícios que envolvem toques mútuos, é fundamental obter o consentimento das participantes. Somente se todas as pessoas envolvidas concordarem é que os exercícios serão realizados.

Aquelas que quiserem continuar explorando suas emoções podem alternar o grupo, participando das atividades, ou podem procurar o espaço onde as toalhas estão com as pedras e areia e, assim, vivenciar como a natureza impacta seus corpos. Elas podem também apenas caminhar no espaço ou dançar.



4. Encerramento: massagem coletiva

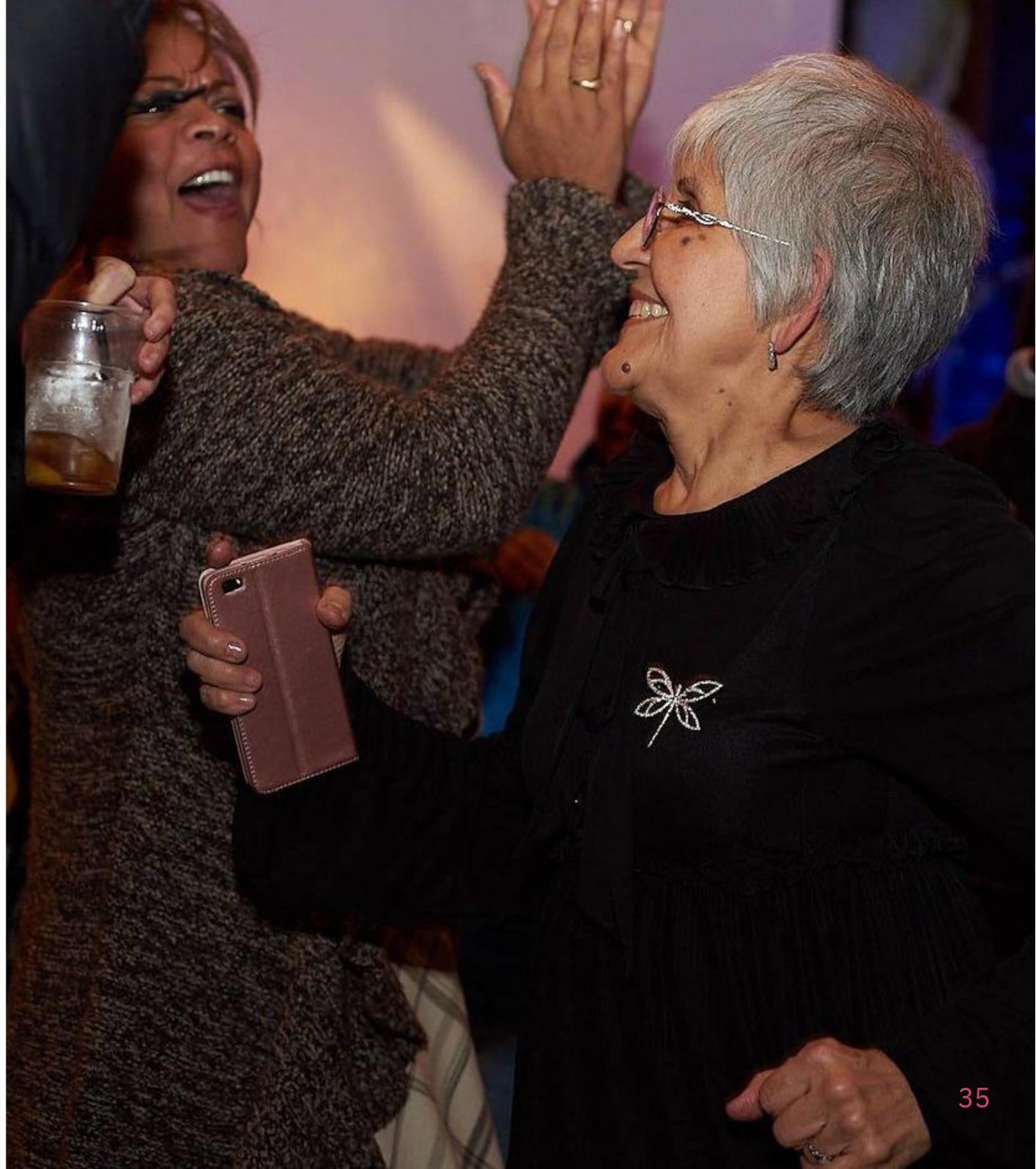
A intensidade da música é diminuída e são feitas séries de respirações conscientes.

Um círculo é formado e a facilitadora distribui alguns lenços para a limpeza das mãos, e então, coloca óleo na mão de cada uma para que elas massageiem suas mãos e as mãos daquelas que estiverem à sua direita e esquerda.

Para encerrar, a facilitadora convida todas as participantes a construir um altar onde elas oferecem flores, sementes, ou algum objeto pessoal feito de material orgânico. As experiências e o aprendizado coletivo são compartilhados. No final, há um breve silêncio para agradecer o momento.

5. 1. Considerações finais

A oficina é muito importante para se reconectar fisicamente. No Reino Unido, não é comum para as pessoas, além do círculo familiar e de amigos próximos, expressarem empatia fisicamente. Algumas vezes, as migrantes adaptam-se a esse tipo de distância física. Reconectando-se, olhando pessoas estranhas nos olhos e trocando gestos, traz de volta o sentimento de ser vista e apreciada.



Oficina 1.4. Genealogias feministas

Introdução

Com a migração, as experiências de vida que acumulamos são um recurso poderoso para não perder a autenticidade e o senso de pertencimento diante de mudanças inesperadas.

Essas “marcas” ocupam um lugar em nossas emoções e corpos. Quando falamos sobre o que tem definido nossas vidas e como nós temos tomado consciência de nossas necessidades e capacidades, frequentemente nos referimos às lutas de nossas ancestrais. Nomear as mulheres de nossa linhagem familiar, aquelas que inspiram nossa luta, ou nos proporcionam conhecimento reflexivo e/ou um comprometimento político, ou então, as mulheres com as quais construímos uma comunidade.

Objetivo geral

Reafirmar as fontes de nosso poder pessoal e coletivo recontando, através de palavras e elementos simbólicos, quem somos e de onde nós viemos, transmitindo a luta de nossas ancestrais e o quanto elas nos enriquecem.

Objetivos

- Explorar a memória e ensinamentos de nossas ancestrais, querendo conhecer e comunicar esse conhecimento com nossas próprias palavras.
- Repensar as estruturas de opressões que têm sido vivenciadas desde a antiguidade nos corpos e emoções de mulheres, mapeando isso a partir do que nomeamos, conhecemos e queremos saber.
- Visualizar-se como Agente de Mudança
- Contar nossas histórias coletivamente como um ato de resistência, com um discurso que vai além do tempo-espaço

Metodologia

Narrativas transformadoras para mudança social*. Palavras são poderosas quando constroem uma história com uma mensagem que transforma vidas ou que pode influenciar a vida daquelas que a escutam atentamente. Se adicionamos um elemento visual e participativo à narrativa, a história deixa de ser pessoal e passa a ser coletivizada.

Alguns dos métodos através dos quais as histórias podem ser transmitidas: um fórum, um teatro, um programa de rádio participativo, narrativa baseado(a) no local, photovoice, narrativa digital e vídeos participativos, artesanato, fanzines e mapas simbólicos.

Métodos criativos de Narrativas para mudança social são:



Multiníveis

Incorporam diferentes formas de comunicação e expressão criativa, incluindo drama, fotografia, cinema, desenho, design, escrita criativa, e música.

Orientada pela narrativa e baseada em histórias

A produção é guiada pela articulação de uma história potente (oposta àquelas produções bonitas ou apelativas).

Cocriada e colaborativa

Todo o processo é colaborativo, no qual as participantes e facilitadoras participam na criação conjunta do conteúdo e da forma. A forma do produto é resultado da interação entre perspectivas diferentes. A articulação de uma narrativa poderosa é relacionada aos processos de produção.

Podem constituir a base para ação cidadã e defesa de direitos

Esses métodos lidam com a reflexão sobre diferentes realidades sociais e a projeção delas em espaços onde elas não são frequentemente reconhecidas ou ouvidas, e, também, na criação de oportunidades para o diálogo dentro do processo.

Para a facilitadora

Construir uma árvore genealógica em um cartaz ou em um quadro branco/negro com uma imagem ou símbolo no centro que faça com que as participantes lembrem de parte do legado de suas famílias.

Preste muita atenção ao que cada participante fala, anote as palavras-chave de cada participante. Do símbolo central, quatro ramos surgem:

Pessoal: Colete as experiências das participantes a partir do que seus corpos e emoções lhes dizem, e observe se essas falas corporais e emocionais estão relacionadas com os ancestrais de suas linhagens pessoais.

Coletiva: Uma breve revisão das contribuições de mulheres dentro do movimento feminista, movimentos sociais e do ativismo, e como suas lutas têm nutrido a minha luta.

Estrutural: Refletir sobre como o patriarcado tem se manifestado em minhas genealogias (narrativas pessoais e coletivas) e o que minhas ancestrais tiveram que superar.

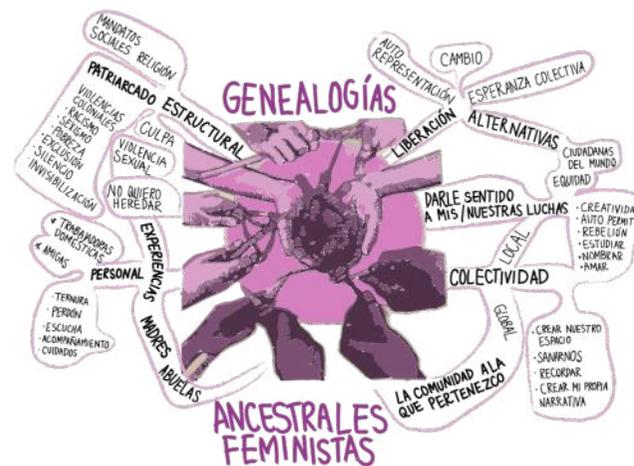
Alternativas de libertação: Como eu e as mulheres em minha comunidade, elas podem gerar alternativas de libertação para o presente, futuro e legados intergeracionais.

Materiais didáticos

Papelaria: lista de presença, post-its coloridos, marcadores de texto, canetas e etiquetas.

Se você optar por elementos simbólicos, disponibilize revistas, imagens diversas, marcadores coloridos, tesouras, cola, papéis brancos e coloridos. Fotografias e curtas biografias de mulheres feministas conectadas ao feminismo negro, feminismo interseccional, feminismo chicano, movimento Queer, feminismo comunitário e movimentos sociais de libertação. Preferencialmente, essas feministas devem ser familiares às participantes da oficina.

Por exemplo, se a oficina está sendo realizada em uma comunidade Afro-colombiana em Chocó, região da Colômbia, a facilitadora deve saber um pouco sobre a história do lugar e discutir algumas personalidades chaves para honrar o legado dessas mulheres. Tudo isso depende do contexto em que a oficina é realizada e da necessidade do grupo. Ou então, para lembrar de mulheres da comunidade local que permanecem na memória coletiva e que podem não ter uma foto, a imagem pode ser feita através do simbolismo dos materiais disponíveis.



Condições

Quando cada participante estiver contando brevemente sobre a sua história, pode acontecer de referências serem feitas a momentos tristes e traumáticos. Se isso acontecer, a facilitadora deve saber quando é conveniente para a pessoa continuar ou parar.

O objetivo da oficina não é despertar dores ou memórias que são difíceis de conter, mas criar um espaço seguro e lúdico para a transferência do conhecimento.



1. Preparação do espaço

A oficina deve acontecer em um espaço limpo e sem distrações.

Haverá uma mesa com lanches e um outro espaço com todo o material de papelaria.

2. Atividade para quebrar o gelo e apresentação das participantes

Todas as participantes se sentam em círculo. A facilitadora entrega um post-it colorido e uma caneta a cada uma para que elas escrevam os conceitos com os quais elas construíram a genealogia. Ela pede para que se apresentem e mencionem uma qualidade que aprenderam através do exemplo de uma outra mulher e que foram desenvolvendo com o tempo através de várias experiências.

3. Criando a árvore genealógica

A partir dessa apresentação, a facilitadora pega os conceitos chave e os coloca no ramo **PESSOAL** da árvore.

Para o trabalho **COLETIVO**: sobre uma mesa, são colocadas as biografias das mulheres previamente selecionadas. Cada participante pode escolher biografias por terem se identificado fisicamente, por causa de falas que as tocam, ou porque elas estão curiosas para aprender mais a respeito da vida dessas mulheres. São formados grupos de três participantes e

cada grupo compartilhará informações sobre as biografias das mulheres escolhidas. Essa atividade durará 15 minutos.

A facilitadora pede para que cada grupo nomeie uma representante para preencher o ramo **COLETIVO** da árvore com os conceitos chave que cada grupo destacou de cada biografia.

4. Considerações coletivas

Todas as participantes retornam aos seus lugares e a facilitadora preenche o ramo **ESTRUTURAL** da árvore, começando com a pergunta: O que essas mulheres têm em comum com as ancestrais da nossa linhagem familiar e com a nossa própria vida? Convide-as a refletir.

O objetivo de preencher esse ramo é para tornar-se consciente de como o sistema patriarcal ao longo da história tem se manifestado e violado mulheres próximas e distantes de nós. Refletindo que ser uma mulher implica o risco de estar dentro de estruturas de dominação, mas que também há possibilidades de libertação.

5. Pensando na libertação da nossa genealogia

As participantes serão convidadas a pensar em uma história criada com as "marcas" que seus antepassados deixaram como legado. A história deve carregar uma mensagem universal que resgate valentia, coragem ou resistência.

A história pode ser feita em forma de colagem, fanzine, símbolo, peça teatral, etc., de acordo com a metodologia de narrativas transformadoras para mudança social. Essa atividade pode ser realizada individualmente ou coletivamente, dependendo do número de participantes. Este exercício será concluído em trinta minutos.

6. Encerramento: apresentação dos trabalhos

Uma mesa vazia é colocada no centro de um espaço para que elas possam mostrar e explicar o trabalho. Cada participante ou grupo apresenta seu trabalho e conta a história muito brevemente. Cada história deve tomar no máximo 5 minutos. Esse limite de tempo permitirá que todas foquem na mensagem. A partir desse exercício, a facilitadora anota as palavras-chave para preencher o ramo **LIBERTAÇÃO** da árvore.

A facilitadora encerra a oficina com a árvore, refletindo sobre a importância de resgatar o que as nossas ancestrais e outras mulheres no passado e presente fizeram, ou estão fazendo, em prol de nossa autodeterminação.

Analisar a árvore genealógica a fim de compreender a complexidade que perpassa tanto o âmbito pessoal, quanto o coletivo. Dessa forma, quando nos questionarmos: 'Por que isso está acontecendo comigo?', nossa perspectiva seja transformada, deixando de ser uma questão individual para se tornar uma reflexão sobre o que nós temos enfrentado, vitórias conquistadas e derrotas sofridas em conjunto.

Glossário

Ancestrais. Isso se refere ao reconhecimento feito pelos feminismos comunitários de Abya Yala e pelos feminismos negros radicais às pessoas que nos antecederam e cujo legado perdurou ao longo de gerações. Muitas dessas mulheres ou pessoas do passado foram preservadas na memória coletiva devido à tradição oral. Cada geração ou indivíduo que lembra o legado desses ancestrais pode redefinir a narrativa, agregando valor às ações e realizações dessas mulheres, vistas como exemplos a seguir.

Binarismo. É o sistema que defende a ideia de que sexo é igual a gênero. Portanto, aqueles que se definem dentro do binarismo reconhecem apenas dois gêneros: masculino e feminino, e dois pontos de vista (preto/branco).

Feminidad. Construção social atribuída às mulheres para defini-las como o sexo mais fraco, como pessoas que devem ser protegidas e cuidadas sob os papéis de filha, mãe, santa ou mulher virtuosa, enfatizando virtudes que definem a moralidade, como pureza, virgindade, temperança, bondade, instinto materno e beleza angelical.

Gênero. Construção social e cultural historicamente atribuída a homens e mulheres em associação com seu sexo biológico. Por outro lado, a identidade de gênero é a experiência das pessoas conforme a sentem, podendo, ou não corresponder ao sexo atribuído ao nascimento. A expressão de gênero é como nos mostramos ao mundo por meio de nossa personalidade, linguagem, comportamentos e escolhas políticas. A orientação sexual é a atração física, erótica, sexual, carnal, afetiva, intelectual e espiritual que sentimos em relação a outra ou outras pessoas.

Libertação. Um projeto político que coloca no centro as comunidades historicamente marginalizadas que resistem e buscam a libertação coletiva das opressões. Esse projeto requer o tempo e o espaço necessários para realizar um trabalho contínuo de autocuidado e cura, permitindo compartilhar valores e visões para empreender ações em direção à libertação coletiva.

Espaço-tempo. Termo utilizado dentro dos feminismos comunitários para fazer uma menção holística ao território habitado desde tempos imemoriais por suas comunidades. A visão de fronteiras e tempo linear não se encaixa em sua estrutura e forma de organização. As pessoas de

origem latino-americana na diáspora usam essa categoria hoje em dia.

Patriarcado. É um sistema histórico de opressão que prioriza as necessidades e privilégios dos homens sobre as mulheres para manter o poder simbólico, econômico, social, cultural, religioso e material nas instituições que governam nossas sociedades. Atualmente, falamos do patriarcado machista, racista, colonizador e capitalista para nos referirmos ao sistema de cultura global em que as mulheres vivem e as pessoas LGBTQIA+ são alvos de violência.

Genealogias. Um exercício imaginativo dentro da diáspora que nos permite conectar com pessoas e comunidades que nos forneceram recursos e sabedoria para enfrentar a migração, o deslocamento territorial e a assimilação cultural. Dar nomes e posicionar cada pessoa em um local real ou imaginário, como se fosse uma constelação, cria um horizonte para transformar as relações intergeracionais e curar os vínculos que precisam ser restaurados.

Módulo 2

Pensamento crítico

Resumo

Explora as origens da violência de gênero, a matriz moderna-colonial e suas ligações com certas correntes predominantes do feminismo. Aprofunda-se na análise interseccional, no privilégio e fornece ferramentas teóricas e práticas para que os feminismos interseccionais, decoloniais e comunitários da América Latina enfrentem as mais diversas formas de violência ou opressões que mulheres migrantes e racializadas, dissidentes sexuais e comunidades excluídas vivenciam em contextos de mobilidade social.

Os tópicos sugeridos são os seguintes:

Oficina 2.1.

A violência que nos fere (análise dos efeitos da modernidade e do colonialismo em nossos corpos- territórios).

Oficina 2.2

Oficina de contação de histórias de migrantes (exploração do feminismo comunitário por meio de suas categorias de memória, corpo, tempo, território e movimento).

Oficina 2.3.

Diáspora e memória (introdução ao pensamento decolonial e à cultura da diáspora).

Oficina 2.4.

Interseccionalidade e privilégio (introdução ao feminismo interseccional e ao privilégio para entender o efeito da supremacia branca).

Oficina 2.1.

A violência que nos fere

Introdução

Feministas comunitárias em Abya Yala resgatam experiências indígenas, camponesas e negras para reconhecer as lutas travadas hoje por mulheres e pessoas não binárias. Batalhas que são travadas a partir de nossos corpos-territórios e dentro do conhecimento que historicamente nos foi imposto como verdade. A partir dessa abordagem feminista, lembrar o trauma que a colonização deixou em nossos corpos, emoções e vida deve nos levar a reivindicar nossas vidas livres de violência e com espaços de libertação, saúde e cuidado.

Nesta oficina, trabalharemos a partir do feminismo comunitário, do trauma histórico e da influência no bem-estar de pessoas e comunidades na diáspora, como é o caso das comunidades latino-americanas no Reino Unido.

Objetivo geral

Discutir como a conexão entre o trauma histórico e as experiências atuais de estresse, ódio em relação aos nossos corpos, distúrbios alimentares, competição entre mulheres e pessoas racializadas são resultados da colonização, genocídio e políticas globais racistas. Recuperar parte das estratégias de cura e resiliência que nos conectam com nossas linhagens ancestrais.

Objetivos

- Promover uma reflexão sobre quais são as estruturas culturais que ferem nossos corpos-territórios.
- Vincular narrativas pessoais a um sentimento comum que nos permita falar com confiança e sem tabus sobre as questões que nos machucam.
- Fornecer uma leitura libertadora e curativa de nossa história, identificando o que é nossa responsabilidade e o que não é.
- Celebrar nossos corpos e sua diversidade.

Metodologia

O mapeamento do corpo-território busca evidenciar as opressões sentidas a partir desses corpos como um território de disputa.

Materiais didáticos

- Cavaletes com papel para anotação ou cartazes
- Marcadores coloridos
- Adesivos e outros materiais de papelaria decorativos
- Para montar o altar: flores ou plantas naturais, sementes, plantas aromáticas ou qualquer outro elemento natural.



Para a facilitadora

Ter a capacidade de orientar a participação quando as participantes estiverem compartilhando experiências pessoais, que podem variar desde serem sobreviventes de violência sexual, até aquelas que foram forçadas ao exílio após um ataque armado, tentando assim ajudá-las a compreender como toda essa violência está interconectada.

Passo a Passo



1. Preparação do espaço

O espaço deve ser amplo e limpo, com um altar no centro, onde as participantes possam dedicar pensamentos, juntamente com um elemento natural com o qual se sintam conectadas.

2. Atividade para quebrar o gelo e apresentação das participantes

O altar é a atividade que convida à apresentação e a quebrar o gelo. Quando todas as participantes terminam, são convidadas a fazer um minuto de silêncio para lembrar que este é um espaço seguro onde podemos falar sobre tópicos que nos interessam e encontrar alternativas juntas para nos fortalecer.



3. Atividade

A facilitadora faz uma breve descrição de como a violência contra a mulher e comunidades vulneráveis é uma constante relacionada ao processo histórico de colonização para a maioria daquelas que migraram, e que reconhecem a nossa presença como um produto de mestiçagem. É importante tornar-se consciente de como o colonialismo foi imposto por meio da violência contra corpos-territórios ancestrais e, como resultado, foram atribuídas uma classificação e valor a certos corpos em detrimento de outros.

Nessa dinâmica, os corpos de mulheres com características mais indígenas, afrodescendentes, corpos com excesso de peso, corpos com deficiência ou modificados não são valorizados ou considerados bonitos, produtivos ou atraentes. Após essa reflexão, a silhueta de um corpo é desenhada no quadro ou em uma folha de papel para que os participantes possam nomear as partes de seus corpos-territórios que mais as afligem, a fim de identificar um sentimento comum.

4. Participações do grupo

As participantes são convidadas a dizer brevemente quais partes de seus corpos elas não consideram bonitas, atraentes ou produtivas e a dizerem em poucas palavras o motivo. Após as participantes compartilharem seus pensamentos ou indicarem as partes de seus corpos, elas são convidadas a observar a silhueta do corpo mapeada e modificada com base no que todas disseram.

A facilitadora as convida a trabalhar em equipe para ouvir umas às outras compartilhando suas experiências relacionando à violência que as machuca e que deixou traços reais ou simbólicos em seus corpos-territórios, com os seguintes temas:

- Violência estrutural: agressões físicas e verbais por parte de desconhecidos; violência estatal devido à falta de aplicação da lei ou de justiça; experiências em contextos violentos e armados.
- Violência exercida em espaços comunitários: ataques e agressões físicas e verbais por parte de parentes ou conhecidos; perseguições.

Em seguida, conectar essa violência estrutural com as experiências pessoais de ter sobrevivido ao estupro, à violência doméstica, à violência religiosa, a ataques armados, a esterilizações forçadas, a abortos ou gravidez/maternidades complicadas.

Posteriormente, propor alternativas sob a pergunta: O que preciso mudar? O que posso mudar a partir desta experiência, o que aprendi?

5. Considerações coletivas

As equipes apresentam o que trabalharam em outro cartaz ou no quadro branco/quadro de giz. A facilitadora desenha outra silhueta de um corpo e a preenche com as ideias-chave das participantes para reconhecer e curar a violência que as machuca.

As respostas podem variar desde a mudança das leis sobre como as mulheres devem ser tratadas ao escolher o nascimento de seus filhos, cuidar de seus corpos, até a exposição de estupradores ou agressores dentro da família e a ruptura de todos os tipos de relacionamentos com essas pessoas.

Elas são convidadas a pensar de qual forma nós queremos intervir ou trabalhar para que essa violência não tenha mais um efeito devastador em nossas vidas e, como tudo isso pode ser erradicado nas futuras gerações. Refletindo sobre isso, a oficina termina com as participantes retornando ao altar para reafirmar seu compromisso de erradicar a violência de gênero e educar as novas gerações para que não reproduzam a violência em nenhum nível.

6. Considerações finais

Essa oficina refletiu sobre o quanto da violência vivenciada é às vezes lembrada em nossos processos como mulheres migrantes ou como experimentamos outras formas de violência aqui, que às vezes estão relacionadas com os traumas que já carregamos.

Entre as respostas, as histórias variam desde a lembrança de violência doméstica e tentativas de suicídio, até o sentimento de nostalgia e impotência por não estar com a família em momentos de doença e crise humanitária (como no caso da Venezuela hoje).

Oficina 2.2.

Oficina de contação de histórias de migrantes

Introdução

Tornar visíveis as histórias de mulheres migrantes, especialmente aquelas que não encontramos nos jornais ou nas notícias. Quando escritas e contadas, essas histórias podem romper com estereótipos e ideias sobre migração, mobilidade social, direitos humanos e solidariedade internacional.

No Reino Unido, a comunidade latino-americana é "invisível" porque ainda não é considerada um grupo étnico no país; apenas em alguns bairros de Londres. A maioria da sociedade britânica não sabe muito sobre nossa história, presença e desafios. É por isso que, contando nossas histórias, podemos desafiar as narrativas que foram criadas sobre nós, reivindicando um lugar, visibilidade e respeito nas sociedades às quais pertencemos.

Objetivo geral

Desconstruir as narrativas oficiais contadas sobre o que é ser mulher migrante dos países do Sul Global para os países do Norte Global, a partir da experiência das próprias mulheres.

Objetivos



- Propor maneiras alternativas de nos colocarmos na narrativa como agentes ativos de nossa história, a partir da proposta do feminismo comunitário com suas categorias de memória, tempo, corpo, território e movimento.
- Identificar, por meio de pequenos contos, as fontes de nossa sabedoria como mulheres migrantes.
- Valorizar nossas palavras sobre os desafios que superamos ao migrar.

Metodologia

Usando o conto “Ventana sobre la Palabra” do escritor uruguaio Eduardo Galeano, serão criados testemunhos breves ou pequenas histórias para trabalhar com as categorias de memória, tempo, corpo, território e movimento que relatam as experiências vividas como migrantes.

Materiais didáticos



- Cópias impressas do conto “Ventana sobre la Palabra” para distribuir às participantes.
- Envelopes coloridos para colocar as palavras selecionadas pelas mulheres.
- Envelope vermelho: palavras de raiva.
- Envelope verde: palavras amorosas e de cuidado.
- Envelope azul: palavras neutras.
- Envelope amarelo: palavras tristes.
- Envelope transparente: palavras mágicas.
- Jornal ou revistas, tesouras, cola, folhas coloridas, canetas e marcadores coloridos.

Para a facilitadora

Ter lido o texto "Feminista Siempre" de Lorena Cabnal* (disponível apenas em espanhol e gratuitamente online) e anotado os conceitos-chave para orientar os exercícios e a montagem.

*<https://porunavidavivible.files.wordpress.com/2012/09/feminismos-comunitario-lorena-cabnal.pdf>



1. Preparação do espaço

Uma mesa grande com todos os materiais a serem utilizados é colocada no centro do espaço onde a oficina acontecerá.

2. Atividade para quebrar o gelo e apresentação das participantes

A facilitadora convida as participantes a se sentarem e se apresentarem. Elas são convidadas a dizer o que tem sido difícil para elas se adaptarem ou aprenderem na cultura e sociedade em que agora vivem. A facilitadora faz anotações e para depois retomá-las.

3. Atividade

A facilitadora dará uma breve visão geral de como, ao longo das décadas, a questão da migração tem sido muito destacada na mídia e repleta de histórias drásticas. Será enfatizado que isso é apenas uma parte da história, e a oficina é dedicada precisamente para narrar o que as mulheres vivem, sentem e experimentam.

Será realizada uma reflexão muito breve com uma explicação do que é o feminismo comunitário e sua contribuição: as mulheres criam comunidade ao falar sobre suas vidas, abrangendo desde o pessoal

até o coletivo, referindo-se a como seus corpos experimentam a vida cotidiana e como seus territórios mudaram devido à construção de novos edifícios, etc. Elas falam sobre como são fortes por causa das memórias passadas de geração em geração e como, para certos processos, não há uma temporalidade específica (este é um exemplo, mas a partir da leitura de 'Feminista Siempre', a facilitadora terá anotações e saberá como contextualizá-las).

Depois disso, elas são convidadas a conectar essa reflexão com o exercício que será feito após a leitura de "Janela sobre a palavra". Cada participante será convidada a examinar os jornais e revistas e a selecionar palavras para cada envelope de acordo com seus sentimentos e pensamentos.

4. Participações do grupo

Quando cada participante terminar o exercício, elas se reunirão em pequenos grupos para compartilhar um pouco sobre a escolha das palavras e o motivo para colocá-las em cada envelope. Elas tentarão encontrar pontos em comum para determinar que tipo de palavras podem ser as melhores para escrever um pequeno relato pessoal de sua experiência como migrante. Em seguida, em grupos, cada uma escreverá sua pequena história que será lida posteriormente.

5. Considerações coletivas

Elas retornam à mesa e quem quiser compartilhar sua pequena história pode ficar à vontade.

Para encerrar, a facilitadora as convida a lembrar que suas histórias e experiências como migrantes são importantes, e que elas têm o direito de usar sua voz sempre que ideias ou narrativas são impostas, ou quando se sentirem invisíveis ou violadas.

6. Considerações finais

Esta oficina foi muito libertadora para algumas das participantes que vieram para o Reino Unido como refugiadas políticas ou exiladas, pois elas puderam reconhecer que não deveria ser a violência a razão que leva as pessoas a se mudarem de um lugar para outro, mas o desejo, a curiosidade de conhecer a diversidade e se maravilhar com o que outros países e culturas têm a oferecer. Portanto, suas histórias se concentraram mais em trabalhar com as palavras mágicas.

Outras mulheres que experimentaram a política migratória hostil no Reino Unido focaram mais em trabalhar com palavras tristes, neutras ou raivosas, porque falam das dificuldades de viver em um país contraditório. Londres, conhecida por sua diversidade cultural, onde pessoas de diferentes partes do mundo vivem, às vezes trata mal os migrantes.

Oficina 2.3. Diáspora e memória

Introdução

Quando comunidades de migrantes se deslocam de um território para outro, elas carregam elementos simbólicos que as ligam à sua cultura, preservando suas tradições e fortalecendo os laços com o que consideram belo e poderoso de sua cultura.

Esta oficina foi preparada para explorar as memórias geradas por portarmos duas ou mais culturas, por viver fora de nosso país de origem, a nostalgia que isso nos traz e o que aprendemos na dispersão ou diáspora.

Objetivo geral

De forma lúdica, criar objetos que nos tragam boas lembranças de nossos países de origem, dando a eles um sentido de transcendência e um uso emocional e de bem-estar.

Objetivos



- Aprender ou desenvolver novas habilidades artísticas para trabalhar em objetos altamente carregados emocionalmente, que remetem a memórias pessoais e coletivas.
- Através de um objeto criado, compartilhar os elementos que nos dão força para resistir e continuar nosso processo migratório e que fazem parte de nossa memória coletiva.
- Compreender a importância da palavra diáspora e o que ela implica, refletir sobre nossa identidade, os efeitos da migração e como nossas vidas foram transformadas na dispersão.

Metodologia

Artes e artesanato sobre a autorrepresentação.
É sugerido que elas façam:

- Peças de cerâmica que evoquem o pessoal, o familiar e a ideia de lar.
- Colagens onde a identidade é refletida e o processo de mudanças notáveis pode ser rastreado.
- Tecidos que refletem simbolicamente uma nova dimensão de estar na diáspora.

Materiais didáticos



- Se a cerâmica for escolhida: argila, tintas a óleo ou vinil e pincéis.
- Se a colagem for escolhida: revistas, jornais, folhas coloridas, folhas brancas, cola, tesoura, lápis de cor, canetas e marcadores coloridos.
- Se os tecidos forem escolhidos: tecidos de várias texturas, cores e origens; fios coloridos, agulhas e algumas pequenas peças de decoração ou tintas têxteis para decorar.

Para a facilitadora

Realizar uma reflexão geral utilizando um breve testemunho ou poesia que contenha uma perspectiva diaspórica para que as participantes comecem a se preparar emocional e espiritualmente para o exercício que irão realizar.



1. Preparação do espaço

A mesa com todos os materiais deve estar no centro.

2. Atividade para quebrar o gelo e apresentação das participantes

As participantes são convidadas a fazer uma pausa para relaxamento caminhando pelo espaço. No final deste exercício, a facilitadora pergunta o que elas lembram de seu local de origem (pode ser uma comida, festa, anedota familiar) e seus pensamentos sobre a ideia de migrar: quais sonhos as levaram a pensar que poderiam se reinventar em outro lugar e que aspectos de sua cultura ou tradições sustentaram parte desse sonho.

3. Atividade

A facilitadora fornece alguns post-its ou papel com canetas para que as participantes possam escrever brevemente parte do que pensaram. O objetivo é desenvolver essa ideia em sua arte.

4. Participações do grupo

Será dada uma hora para fazer a arte, e depois disso, elas podem compartilhar o que criaram.



5. Considerações coletivas

A mesa comum é limpa e todas as obras são exibidas. Dessa forma, cada participante terá a oportunidade de apresentar e explicar seu trabalho. Se desejarem, essa exposição pode ser realizada em outro local, ou, em outro momento, para que a seja compartilhada a importância de fazer algo criativo com um público mais amplo, discutindo assim questões difíceis, como: identidade, mudança, diáspora e dispersão.

6. Considerações finais

Na primeira vez em que realizamos esta oficina usamos cerâmica. Uma ceramista compartilhou seu conhecimento conosco e deu uma breve explicação sobre os vínculos históricos entre a cerâmica e as mulheres. Fazer potes ou objetos de cerâmica não era apenas para o lar, mas expressões artísticas que contavam histórias da vida diária dessas mulheres ou como viam seu entorno. Após a introdução e alguns conselhos técnicos sobre como fazer cerâmica, a oficina permitiu que as mulheres se divertissem enquanto conversavam.

Algumas das participantes reconectaram-se com eventos passados que envolviam cerâmica com suas avós, mães ou até mesmo irmãos. A arte da cerâmica passou a ter significado, oferecendo uma visão diferente do que o barro poderia significar para elas. Outras traçaram seus vínculos simbólicos com as mulheres de sua família e seus ancestrais. Para algumas, o barro trouxe de volta memórias da terra natal e o que as bananeiras significam.

Algumas participantes conseguiram pintar uma paisagem da terra natal, transformando o barro em pátria e território. Para outras, se adaptar à cidade significava praticar novas atividades, como esportes, aprender um novo idioma ou desfrutar de espaços abertos e instalações, como piscinas públicas.

Oficina 2.4. Interseccionalidade e privilégio

Introdução

Uma das contribuições mais importantes do feminismo negro ao pensamento e ação feminista é a perspectiva ou análise interseccional. Essa oficina reflete o impacto do feminismo liberal e eurocêntrico nas nossas vidas e assume uma nova forma de interpretação que abandona o ponto de vista conhecido centrado no gênero, em favor de uma abordagem mais abrangente, que revela o racismo e a colonialidade, e como eles afetam as pessoas racializadas nas relações estruturais de poder.

Objetivo geral

O nosso objetivo geral é aprofundar o nosso conhecimento do feminismo interseccional de uma maneira geral, explicando as origens e as causas desse conceito, sua utilidade e implementação, além de revisar a ideia de privilégio.



Objetivos

- Conhecer a origem e o impacto da interseccionalidade como uma categoria de análise.
- Explorar, por meio do corpo, nossa relação com o privilégio, a opressão e o racismo internalizado, e reconhecer os sentimentos-pensamentos que isso evoca.

- Desenvolver estratégias para o fortalecimento pessoal e coletivo, a partir do pensamento interseccional.
- Ter clareza sobre o vocabulário e as leituras básicas para abordar esses tópicos.

Metodologias

Narrativa pública: A história pessoal começa com a narração de uma história em dois ou três minutos, que deve considerar: 1. Identificar um desafio em minha vida; 2. A escolha feita para responder a esse desafio; e 3. O resultado do aprendizado que me conecta com outras histórias em comum.

Participação corporal experimental e Montagem de Conhecimento: A partir de exercícios corporais, o grupo é convidado a se conectar através da escuta ativa. Isso é, através do silêncio e da observação consciente temos a oportunidade de revisar nós mesmas, pensar sobre opressões e privilégios ao longo de nossas vidas, como eles foram transformados, assim como os ensinamentos eles nos deixaram.

Materiais didáticos

- Cópias do texto escrito para essa sessão.
- Cópias da Matriz de Opressão¹
- Materiais para fazer o fanzine: folhas brancas, jornal, revistas, cola, tesouras, canetas coloridas e marcadores.



Para a facilitadora

A pessoa que orienta ou coordena essa oficina deve ser uma pessoa racializada que tenha autoconsciência de seus privilégios e opressões para orientar a reflexão, extrair da escuta exemplos claros do funcionamento da dominação eurocêntrica e o que fazer para se afastar das crenças normalizadas sobre raça, classe, gênero e deficiência etc.

Essa pessoa deve conhecer o debate atual sobre interseccionalidade, feminismo, práticas antirracistas e as realidades mais imediatas do grupo com o qual isso será compartilhado. Responder às dúvidas ou reflexões da forma mais clara possível ou, se for o caso, sugerir alguma bibliografia básica.

Observação e sensibilidade para saber o que está incomodando as participantes são importantes ao realizar a parte corporal. É essencial que, ao final dos exercícios, a facilitadora as convide a formar um círculo, ou assembleia, em que o microfone seja dado àquelas que têm menos representatividade em espaços mais genéricos.

Se um fanzine coletivo ou um diário de mudança com os sentimentos-pensamentos do grupo for feito em outro formato, os materiais devem ser fornecidos, bem como algumas ideias de como o resultado poderia ser, convidando as participantes a usarem sua criatividade.

¹ Página 49



1. Preparação do espaço

Deve haver um espaço amplo e livre para a realização do exercício físico que dará início à oficina.

2. Atividade para quebrar o gelo e apresentação das participantes

Convide as participantes a refletir sem vergonha ou culpa. Este não é um exercício de avaliação ou julgamento, mas convide-as a enfrentar o desconforto e a ser o mais honestas possível. Todas formam uma linha horizontal e, de acordo com a resposta que derem à pergunta, elas se movem, ou permanecem onde estão.

3. Atividade

Questionário: Exercícios práticos (privilégios)

Esse recurso propõe colocar em prática a matriz de opressões por meio de um método lúdico. O objetivo é conscientizá-las de como suas jornadas e a comunidade à qual pertencem são definidas por uma tensão constante, e por relações de poder estruturais determinadas pelas condições políticas, geográficas e materiais.

O exercício a seguir é um exemplo desenvolvido especificamente com mulheres migrantes latino-americanas em

mente, mas as perguntas podem ser reformuladas de acordo com o grupo com o qual você está trabalhando.

Questões

1. Dê um passo à frente se sua família de origem tiver desfrutado de bem-estar financeiro e educacional por mais de duas gerações (privilégio social e econômico).
2. Dê um passo para trás se a sua família de origem for monoparental e sem muita presença de sua família extensa (opressão por gênero).
3. Dê um passo atrás se seus pais ou responsáveis forem migrantes do campo para a cidade (opressão de classe).
4. Dê um passo à frente se você for uma pessoa heterossexual e tiver tido mais de um relacionamento amoroso estável (com mais de um ano de duração) (privilégio heterossexual).
5. Dê um passo à frente se você acha que a cor da sua pele o beneficiou no acesso às oportunidades de trabalho, emocionais, educacionais e na vida cotidiana (privilégio branco / racismo / eurocentrismo).
6. Dê um passo atrás se você for bilíngue, mas um dos idiomas que domina é considerado minoritário e não ocidental (pode ser um idioma nativo ou indígena) (opressão eurocêntrica).

7. Dê um passo à frente se você for uma pessoa com deficiências invisíveis (opressão capacitista).

8. Dê um passo para trás se você teve a oportunidade de se educar em escolas particulares desde a sua infância (privilégio econômico e elitismo).

9. Dê um passo atrás se você pôde sair de férias ou passar um fim de semana fora da cidade pelo menos uma vez nos últimos três anos (autocuidado, opressão eurocêntrica).

10. Dê um passo à frente se antes dos 25 anos de idade você obteve um bacharelado ou uma graduação (privilégio de classe/elitismo).

Após esse exercício, a facilitadora convida as participantes a formarem um círculo e compartilha a matriz de opressões que explica a interseccionalidade: quem desenvolveu o conceito, sua utilidade e seu escopo dentro das práticas feministas e dos movimentos sociais que lutam pela justiça social e racial.

As participantes dão seus pontos de vista e, posteriormente, a facilitadora as convida a trabalhar em grupos.

4. Participações do grupo

Cada uma das participantes visualiza o lugar que ocupa e compartilha como se sente em relação ao exercício. Depois disso, as reflexões sobre a participação corporal serão discutidas em pequenos grupos para criar confiança e identificar elementos comuns em nossas narrativas. A assembleia será o espaço onde todas as participantes ouvirão com confiança, compaixão e sem julgamento. Uma atividade lúdica é uma boa ferramenta: um fanzine coletivo pode ser desenvolvido como uma sistematização da experiência.

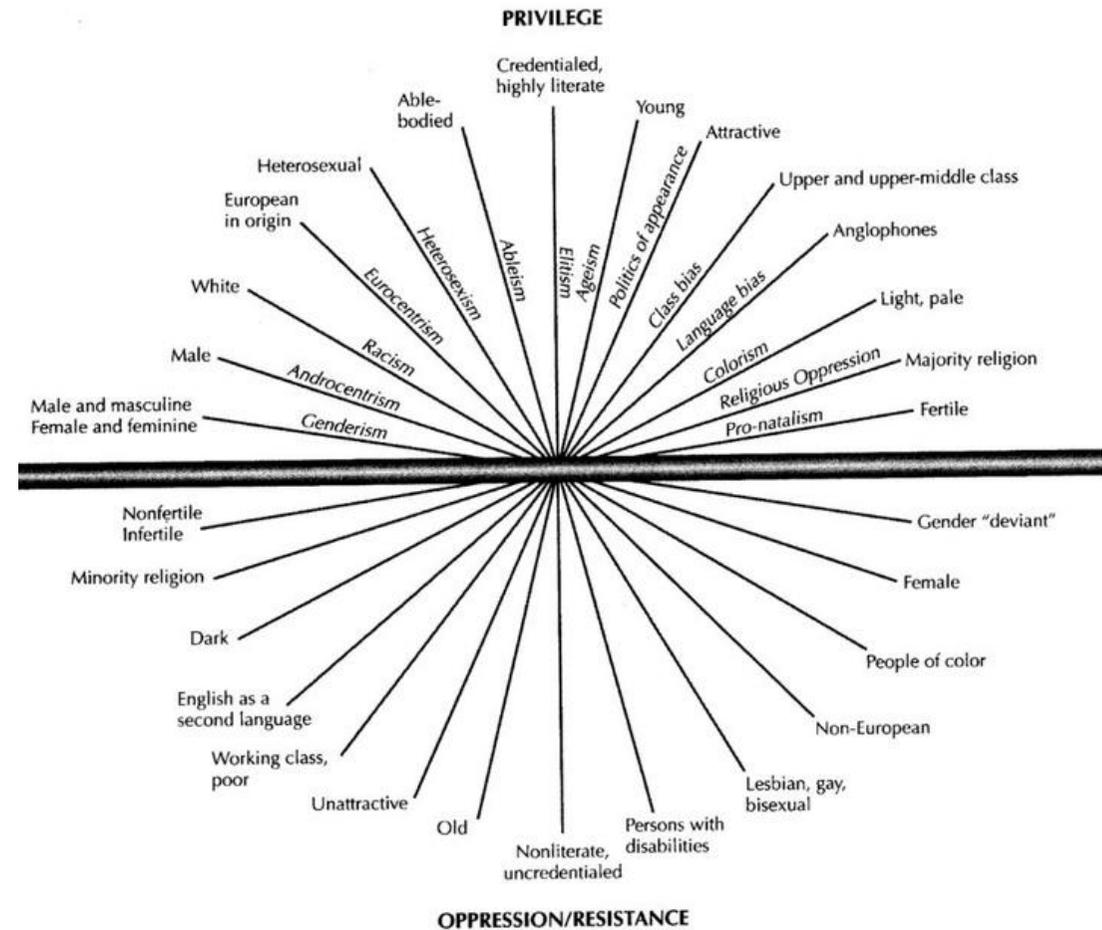
5. Considerações coletivas

É convocada uma sessão de assembleia em que aquelas que quiserem compartilhar seus pensamentos e o que fizeram no fanzine são bem-vindas. Elas reservam um tempo para olhar e ler os fanzines que cada uma elaborou sobre as ideias de como usar uma análise interseccional a partir das práticas feministas de cada uma.

6. Considerações finais

De acordo com as participantes, a oficina foi muito potente e as fez refletir sobre como as mulheres de sua linhagem familiar experienciaram opressões e privilégios dos quais não se davam conta. Elas também perceberam que as comunidades às quais pertencem foram sistematicamente violadas pelo racismo, pelo capacitismo ou por outros elementos que fazem parte de sua existência no mundo.

Nessa oficina, as mulheres que participaram reconheceram que padrões comuns, como a opressão sexual, cultural e racial são realidades que precisam ser combatidas.



Oppression Matrix, do *Oppression Monitor Daily*

Glossário

Colonialismo, genocídio e trauma histórico

A colonização do ocidente imposta ao que hoje chamamos de América Latina e Caribe foi realizada por meio da força e das armas. Os conquistadores dominaram territórios nativos e povos que consideravam inferiores para explorar e destruir física e materialmente qualquer forma de resistência das populações subjugadas. Os massacres indiscriminados e as punições exemplares geraram medo e obediência; mulheres e meninas eram estupradas e levadas como conquistas de guerra; a visão de mundo e as espiritualidades indígenas foram silenciadas e proibidas em nome do cristianismo, impondo assim novas formas de entender o mundo.

Por meio da catequização e da educação oferecidas pelos missionários, os sobreviventes de genocídios e massacres foram forçados a odiar suas raízes e cultura, fazendo-os acreditar que a única ciência, sabedoria e civilização vinham do Ocidente, e que seus modos de vida não passavam de práticas e rituais, o que a antropologia do século XIX chamaria mais tarde de folclore.

Assim, a colonização não teve apenas um efeito físico, mas também construiu formas históricas de ordenar o mundo e atribuir a cada grupo humano o lugar de acordo com sua condição de colonizado. Ao fazer isso, o patriarcado colonizador ocidental justificou sua posição de levar a civilização a territórios sem lei. Ao instituir práticas e instituições que rejeitavam os corpos racializados como produto da miscigenação, prevaleceu a ideia de que a educação, o status social e a cor da pele eram indicadores de "melhoria da raça". Essas ideias foram transmitidas de geração em geração entre os povos colonizados, produzindo o que hoje é chamado de trauma histórico.

Política de hostilidade aos migrantes e comunidades de refugiados

Alguns usam o termo "ambiente hostil" para descrever todas as políticas que dificultam a vida dos migrantes que vivem no Reino Unido, tratando-os como menos merecedores de dignidade e humanidade do que os cidadãos britânicos. Trata-se de um conjunto de políticas introduzidas em 2012 pela então Ministra do Interior Theresa May para tornar a vida insuportavelmente difícil no Reino Unido para aqueles que não podem apresentar a documentação correta. Ou, como ela disse na época, "O objetivo é criar, aqui na Grã-Bretanha, um ambiente realmente hostil para os imigrantes ilegais".

Para isso, o governo decidiu impedir que os imigrantes sem documentos usassem serviços essenciais, incluindo o NHS e a polícia, proibir o trabalho, ou então que proprietários aluguem um imóvel. Médicos, proprietários de imóveis, policiais e professores são encarregados de verificar o status de migração, e as pessoas que parecem ou soam "estrangeiras" são frequentemente solicitadas a mostrar seus documentos para alugar uma casa ou receber tratamento médico.

Racialização.

O processo pelo qual as comunidades passam a ser designadas como parte de uma determinada raça e sujeitas a tratamento desigual. Embora os brancos também sejam racializados, esse processo geralmente se torna invisível ou normativo para aqueles designados como brancos (supremacismo/privilégio branco). Como resultado, os brancos não se veem como parte de uma raça, mas mantêm a autoridade para nomear e racializar os outros. Historicamente, são os brancos que têm o poder social, político e econômico de nomear e categorizar as pessoas de cor e os povos indígenas devido à história colonial. Em muitos países, a branquitude continua sendo a norma pela qual outras etnias são avaliadas.

Racismo. A crença de que os grupos humanos possuem diferentes traços comportamentais correspondentes à

aparência física e que podem ser divididos com base na superioridade de uma raça sobre outra. É expressa por meio de preconceito, discriminação ou antagonismo direcionado às pessoas por serem de uma raça ou grupo étnico diferente. As variantes modernas do racismo geralmente se baseiam em percepções sociais de diferenças biológicas entre as pessoas. Isso é chamado de preconceito racista.

Estruturalmente, o racismo é expresso por preconceitos, práticas ou leis que promovem o nacionalismo, a xenofobia, a alteridade, a segregação, a hierarquia e a supremacia. O racismo está intimamente ligado à ideia de anti-negritude, que é um sistema de crenças e práticas que destroem e desumanizam as pessoas negras e racializadas.

Bibliografia

Arellano, Ángel, coord. *Florecer lejos de casa. Testimonios de la diáspora venezolana en Alemania*. Uruguay: Konrad Adenauer Stiftung, 2018.

De la Luz, García Jael. 'Taller 2. Introducción al Feminismo Interseccional y al Privilegio'. Londres: LAWA, 2021.

Lorde, Audre. *Dream of Europe. Selected Seminars and Interviews, 1984-1992*. Editado por Mayra A. Rodríguez, Kennig Editions, 2020.

Mohanty, Chandra Talpade and Linda E. Carry. *Feminist, Freedom Warriors, Genealogies: Justice, Politics, and Hope*. Canadá: Haymarket Books, 2018.

Carruthers, Charlene A. *Sin concesiones. Preceptos negros, queer y feministas para movimientos radicales*. Bilbao: Consonni, 2019.

Hill Collins, Patricia and Sirma Bilge, *Interseccionalidad*. Espanha: Editorial Morata, 2016.

Módulo 3. Cura

Resumo

Seu objetivo é promover ações para mudança. As participantes são convidadas a colocar em prática sua criatividade, aprendizagem e iniciativas que elas têm descoberto ao longo desta jornada coletiva. Elas são incentivadas a viver em solidariedade, a recuperar e elaborar receitas ancestrais para curar a alma e o corpo, experimentando modos de vida e relacionamentos mais inclusivos e amorosos.

Os tópicos propostos são:

Oficina 3.1

Sororidade e pactos entre mulheres (aprofundamento da solidariedade feminista e exercício de formas de cidadania global).

Oficina 3.2

Cura Decolonial (recuperar e preservar tradições que nos foram cultural e familiarmente herdadas).

Oficina 3.3

Ecofeminismo, soberania alimentar e *Buen Vivir* (exercitando formas alternativas de viver com dignidade).

Oficina 3.1

Sororidade e pactos entre mulheres

Introdução

As feministas afro-americanas Bell Hooks e Audre Lorde refletem sobre a ideia de feminilidade, expressando que não pode haver verdadeira feminilidade sem antes analisarmos como a raça, a classe e outras interseções fazem com que nós, mulheres racializadas, tenhamos prioridades que não são necessariamente prioridades, ou experiências da maioria dos movimentos feministas.

Conhecer a feminilidade e os desafios que isso implica nos ajudará a entender as lutas que partilhamos com outras mulheres, o uso político e compassivo da feminilidade e, acima de tudo, a reconhecer as oportunidades de sermos aliadas, de fazermos pactos entre mulheres como um convite para lutar por uma libertação comum.

Objetivo geral

Questionar a origem de nossas diferenças como mulheres, a partir das experiências pessoais e coletivas que nos atravessam por raça, classe, gênero e deficiência, e analisar o escopo e as limitações que o conceito de feminilidade e mulherismo oferecem para transformar as relações entre as mulheres.

Objetivos

- Analisar o patriarcado por meio do sexismo e da misoginia como elementos-chave da competição entre as mulheres.
- Refletir sobre nossos relacionamentos como mulheres e entre mulheres, perguntando em que eles se baseiam.
- Explorar novas formas de solidariedade e amizade entre as mulheres.



Metodologia

Artesanato e artes de auto-representação: Por meio de um **Polo de Fitas**, as participantes levarão uma fita colorida que girarão cada vez que participarem, criando um pedaço de tecido, ou rede entre todas elas.

Justiça transformativa. Uma abordagem libertadora em que as participantes podem compartilhar suas experiências de dor com outras mulheres. Trazer de volta essas histórias para curar e assumir a responsabilidade pelos atos cometidos sem recorrer à marginalização, à punição ou à violência.

Materiais didáticos

- Fitas coloridas
- Uma vara longa com uma base suficientemente forte
- Marcadores e canetas pretas
- Post-its
- Cartões brancos



Para a facilitadora

Ter lido previamente o ensaio de Audre Lorde: “The master's house is not destroyed with the master's tools”, e a introdução do livro de bell hooks “Feminism is for Everybody”. Prepare algumas breves reflexões sobre porque é importante falar sobre a questão da feminilidade entre as mulheres como um projeto de liberação política, mas tendo em vista as diferenças que isso implica por serem mulheres migrantes e racializadas.

Ser capaz de ouvir e se conter-se quando histórias de dor ou perda forem compartilhadas, convidando-as a não julgar.

Essa oficina permitirá que a facilitadora compartilhe uma anedota pessoal de como seu relacionamento com outras mulheres pode não ter sido fácil, mas que há sempre possibilidades de mudança.



1. Preparação do espaço

O espaço deve estar limpo e um poste deve ser colocado no seu centro. Se o número de participantes for conhecido, uma fita para cada uma já estará atada a essa estrutura. As cadeiras devem estar organizadas em círculo. Há uma outra mesa com aperitivos e materiais para o trabalho em grupo.

2. Atividade para quebrar o gelo e apresentação das participantes

As participantes são recebidas com um exercício de relaxamento corporal e em seguida, convidadas a olhar para o Poste das Fitas para explicar que a oficina vai trabalhar com essa forma milenar de comunicação.

3. Atividade

A facilitadora explica que o Polo das Fitas faz parte das celebrações milenares e dos carnavais. Embora a sua origem seja europeia, de onde hoje é conhecido como Baviera na Alemanha, a tradição chegou à América Latina e ao Caribe pela mão dos missionários anglicanos, e os povos e comunidades dos nossos territórios adaptaram-na aos seus costumes. Tem origem numa antiga tradição pagã germânica que celebra a chegada da primavera. As participantes dançam à volta

de um mastro com fitas brancas e azuis. Quando chegou ao caribe Mexicano e à América Central, essa demonstração celebrava a primavera e a união entre a comunidade. Após esta breve introdução, as participantes são convidadas a deixar as suas cadeiras, pegar numa fita e andar à volta tentando cumprimentar todas as mulheres.

4. Participações do grupo

Com este exercício, as participantes vão formar uma rede ou um tecido. No início, isso vai parecer um pouco caótico. A facilitadora convida-as a retornarem aos seus lugares e a expressarem as suas reflexões sobre o exercício, e também o que veem a partir de onde estão. As participantes são ouvidas.

Depois disso, a facilitadora pergunta como se sentiram ao interagir quando o seu caminho foi bloqueado, a sua fita ficou presa, ou então, quando sentiram alguma dificuldade no exercício. As participantes são ouvidas.

A partir das respostas das participantes, a facilitadora introduz o tema da feminilidade e do mulherismo. Num quadro branco/preto ou em um cartaz, escrever a palavra **patriarcado**. De um lado, o conceito de **misoginia** e, do outro, o de





competição. Explique rapidamente estes conceitos no âmbito do feminismo e a importância de não perpetuar estas práticas entre as mulheres. Numa outra folha de papel, escreva os conceitos de **feminilidade** e **mulherismo** para criar um quadro comparativo ou um mapa conceitual onde se explique a diferença entre estes conceitos e a sua importância para enfrentar o patriarcado.

Com esta explicação, as participantes trabalharão em grupos para tentar responder ao seguinte:

1. Como é que eu reconheço que o patriarcado me prejudicou nas minhas relações com outras mulheres da minha família e da minha comunidade?
2. Se fui eu quem causei danos a outras mulheres, o que posso fazer para reparar essa situação?
3. Como é que eu gostaria de me relacionar com outras mulheres?

Após 30 minutos de trabalho coletivo, as participantes regressam à assembleia para partilharem as suas reflexões.

5. Considerações coletivas

Voluntariamente as mulheres falam, limitando a sua participação à partilha das respostas sobre o que trabalharam, evitando anedotas para não se desviarem do objetivo.

Assume-se um compromisso pessoal e coletivo de reconhecimento dos danos que causamos, ou que nos foram causados. De agora em diante, tentaremos estabelecer relações mais saudáveis e justas com as mulheres que nos rodeiam e com as quais formamos uma comunidade.

6. Considerações finais

A facilitadora regressa ao Polo das Fitas para fazer a última reflexão: não há relações perfeitas, talvez possamos ver a rede ou tecido que fizemos aqui como algo emaranhado, mas ao olharmos para ele à distância ou de outra perspectiva, podemos apreciar a sua beleza. Em qualquer altura, podemos intervir para melhorar o tecido ou a rede. Todavia, não somos capazes de o fazer sozinhas, precisamos umas das outras, por isso cada uma pega a sua fita colorida e volta a entrelaçá-la com as demais fitas.

Oficina 3.2. Cura Decolonial

Introdução

Nossos corpos têm memória. Lembram-se de quando foram consolados, amados, rejeitados ou interpelados por algo que nos deixou dores ou cicatrizes físicas difíceis de falar. Outras mulheres sofrem com distúrbios alimentares e falta de autoestima porque, desde pequenas, nos ensinaram a odiar o nosso corpo e a intervir para torná-los agradáveis dentro dos padrões de beleza "universal". Isso traz consigo traumas mentais ou episódios de ansiedade.

Objetivo geral

Nos reconectar com o nosso ser sem desconectarmos do corporal, o mental e o espiritual para reconhecer a importância de nos habitarmos e curarmos.



Objetivos

- Relembrar os recursos naturais que a nossa linhagem familiar utilizou no passado para curar as dores físicas e da alma, os quais iremos honrar.
- Trabalhar na área do nosso ser que precisa de ser curada, amada e restaurada.

- Experimentar diferentes formas de nos curarmos diariamente.

Metodologia

Tianguis ou mercado de rua: No México pré-hispânico, chamava-se **tianguis** as pessoas que iam ao mercado e traziam frutos da sua colheita, àqueles que tinham um talento, faziam arte, ou ofereciam ervas, massagens ou conselhos em troca de outro bem imaterial. A isso chama-se trueque. Nesta oficina, cada uma partilhará coisas que as curam e trocará os seus dons, capacidades e recursos, dando os conselhos adequados para ser curada.

Materiais didáticos

As participantes podem trazer chás aromáticos, ervas medicinais, sabonetes artesanais e essências. Se tiverem habilidade para fazer massagens, maquiagem, cozinhar ou oferecer outros serviços, todas são bem-vindas.



Para a facilitadora

Construir um altar de flores e sementes para que, durante o trueque, as mulheres possam oferecer o que quiserem trocar ou trocar como oferta a todas as mulheres migrantes que precisem de uma palavra de encorajamento.

Passo a passo



1. Preparação do espaço

Coloca-se uma mesa comprida no centro e coloca-se tudo como se fosse um balcão. Serão feitas algumas anotações sobre o nome do produto, os seus benefícios curativos e a origem dessa cura.

2. Atividade de quebra gelo e apresentação das participantes

Todas se cumprimentam afetivamente e a facilitadora convida-as a refletir: O que é que temos para curar? Quais são os fardos e as doenças que nos ligam às nossas linhagens familiares e comunitárias que queremos curar?

3. Atividade

A facilitadora convida as mulheres a partilhar os seus pensamentos em círculo, a mostrar o seu produto de cura e a mencionar aqueles que lhe recomendaram.

4. Participações do grupo

As mulheres têm de interagir umas com as outras, oferecendo massagens, partilhando receitas ou dizendo como funcionam as essências. É uma atividade de partilha.

Como sugestão, pode ser feito um livro de receitas, uma fanzine; ou um blogue para não perder o conhecimento que foi partilhado e que as curou.

5. Conclusões coletivas

É feita uma reflexão sobre a importância da comunicação dos conhecimentos e das curas. Cada uma começa a sentir-se valorizada e apoiada nesse processo de cura.

6. Conclusões finais

Se foi feito um altar, todas podem colaborar na limpeza e levar um pouco desse altar para ter sempre em mente que outras mulheres em outras partes do mundo também estão curando umas às outras, simplesmente partilhando espaços como essa oficina.



Oficina 3.3.

Ecofeminismo, soberania alimentar e *Buen Vivir*

Introdução

Uma das questões de emergência global é a mudança climática e seus efeitos sobre nossa qualidade de vida, o uso indiscriminado dos recursos naturais e o utilitarismo da vida animal. Para essa emergência global, as vozes e as lutas das mulheres de diferentes partes do mundo se concentram em tornar visível que "a Terra e nossos corpos não são territórios de conquista".

Nessa oficina, analisaremos os pensamentos e as ações de mulheres e coletivos que, a partir de uma visão de mundo ancestral, propõem alternativas para tornar nossa casa comum, a Terra, um lugar abundante para todas.

Objetivo geral

Introduzir o ecofeminismo como um compromisso de transformação social radical para cuidar da Terra como a Casa Comum e sua importância na solidariedade internacional entre mulheres e movimentos sociais que buscam justiça social.



Objetivos

- Aprender sobre as estratégias que outras mulheres em outras partes do mundo adotam para deter as mudanças climáticas a partir de uma abordagem anticolonialista e antirracista.
- Homenagear os defensores da terra que foram assassinados por defenderem seus corpos e territórios. Ter clareza sobre algumas ações para aumentar a conscientização nos espaços e com as pessoas com quem interagimos.

Metodologia

O Ecofeminismo é uma estrutura para estudar a intersecção de problemas ambientais e feministas atuais e em andamento em diversas áreas geográficas da América Latina, especialmente na neocolonização que muitos países do Sul Global querem implementar em áreas onde a água e os recursos naturais estão em perigo.

O Ecofeminismo pode ser usado para entender as políticas de gênero que acompanham as lutas pela gestão justa dos recursos naturais, conforme demonstrado em territórios como o Brasil, o Equador e a Amazônia, bem como as questões industriais e urbanas em Porto Rico, no México e no sul do Brasil.

Materiais didáticos

- Sementes, flores, frutas ou algum objeto feito de materiais naturais.
- Vandana Shiva, "Ecofeminism against Capitalism" (Ecofeminismo contra o capitalismo) para montagem ou discussão. Disponível em youtu.be/tAYoGLcss7I
- "All nations Rise", de Lyla June, para reflexão coletiva ou parte do ritual coletivo. Disponível em youtu.be/nr2VLI8jKww



Passo a passo



Iniciamos a oficina com uma oração aos quatro pontos cardeais, mencionando o significado de cada um deles (Norte, Sul, Leste e Oeste)¹. A facilitadora pede que cada uma das participantes se apresente e diga seu nome e qual parte da natureza ou elemento é importante para elas, e, sem o qual não poderiam viver.

Para algumas participantes, a água é o elemento mais importante porque, sem ela, não há vida. Algumas disseram que o sal é o mais importante, porque permite que você sinta o sabor dos alimentos, ao mesmo tempo que faz parte de um estado de água. Outras mencionaram o ar, o mar e as florestas. Todos esses elementos naturais são uma parte essencial, pois tornam a vida humana possível.

Depois de apresentar e mencionar a importância da mudança natural para cada uma das Change Makers, a facilitadora apresenta o tema do Ecofeminismo através de um vídeo de Vandana Shiva: "Ecofeminism against Capitalism" (<https://www.youtube.com/watch?v=tAYoGLcss7I>).

Shiva é uma das principais pioneiras da Física na Índia e uma importante ativista ambiental, ganhadora do Prêmio Nobel da Paz e autora de vários livros, incluindo *Soil not Oil* (North Atlantic Books, 2015), *Making Peace with the Earth* (Pluto, 2013) and *Water Wars* (Pluto, 2002).

Ela também contribuiu com o prefácio de *Nature for Sale* (Pluto, 2013).

As perguntas que surgiram depois de assistir ao vídeo foram:

- Como o capitalismo viola a vida natural e a vida das mulheres?
- Qual é a relação entre o uso de bens naturais e os corpos das mulheres?
- Como as mulheres sustentam a vida e a natureza? Por quais meios?

Com essas perguntas, foram formados grupos para discutir e compartilhar ideias. Para reforçar o exercício, a facilitadora deu a cada Change Maker uma ilustração sobre a rede da vida, que é um recurso visual do feminismo comunitário a partir da perspectiva de Lorena Cabnal. Ao compartilhar o que foi abordado em grupos, foi discutido o seguinte:

- Os corpos das mulheres como espaços ocupados e colonizados pelas necessidades dos homens, primeiro para serem tomados sexualmente, depois pela imposição de papéis de gênero.
- Os corpos das mulheres como mapas de experiências vividas, com traços profundos de violência, mas também de regeneração, como às vezes acontece nos ciclos naturais.
- O consumo de bens naturais não permite que toda a humanidade tenha acesso a alimentos e sustento.

Para encerrar as reflexões, a facilitadora faz duas perguntas do livro de Vandana Shiva "Making Peace with the Earth":

- Os mercados agrícolas e ecológicos podem ajudar a resolver todas as necessidades?
- O comércio justo fornece sustento e alimentos a toda população?

Considerações finais

Pensamos em como gerar conscientização e ter um consumo mais consciente e solidário. Fizemos um exercício baseado em trocas que girou em torno da ideia de que dar não significa desapropriação, mas um ato para o bem comum. Para encerrar a oficina, a facilitadora presenteou as participantes com parte do material e se despediu com um abraço.

¹ Os quatro pontos cardeais da visão de mundo maia são:

Norte/Ar/Mente/Cor branca
Leste/Água/Emoções/Cor vermelha
Sul/Fogo/Espírito/Cor amarela
Oeste/Terra/Coração/Cor preta



SEÇÃO IV. TRAJETÓRIA DO PROGRAMA



Notas da editora

Quando pensamos em criar o Programa Change Makers, queríamos que as mulheres brasileiras de nossa comunidade tivessem a oportunidade de se reunir em um espaço criado para elas e falar sobre as coisas que as preocupam como mulheres migrantes, a partir de sua particularidade como brasileiras.

Durante um ano, o Programa Change Makers foi adaptado para mulheres brasileiras. Na época, Carolina Cal, uma mulher migrante brasileira era a coordenadora do espaço. Suas habilidades e talentos como coordenadora do MinA Teatre* permitiram que ela combinasse metodologias participativas do teatro, com metodologias e temas propostos no Programa. As mulheres brasileiras construíram juntas um espaço para falar em português, compartilhar histórias de forma criativa e refletir sobre suas escolhas. No final, elas fizeram uma performance coletiva e documentários curtos sobre suas vidas como mulheres migrantes vivendo em Londres.

A seção a seguir é uma breve introdução de como é formada a comunidade de mulheres brasileiras em Londres e os desafios e oportunidades que elas têm. Depois dessa seção, você encontrará uma adaptação do Programa Change Makers e as reflexões que as mulheres brasileiras fizeram juntas.

Com relação ao glossário desta seção, as leitoras perceberão que a identidade latino-americana do Brasil é singular, pois ele é o único país da região que foi colonizado por Portugal quando era um império. Mais tarde, alemães, italianos e outras comunidades europeias se estabeleceram onde historicamente viviam comunidades nativas.

O Brasil também é marcado pela escravidão e pelos assentamentos livres de pessoas de origem africana que, após a abolição da escravidão, trouxeram vida e herança cultural. Para abordar a complexidade da história do Brasil, é necessário conhecer mais sobre as questões que definem a identidade de ser brasileira e suas ideias sobre o que é ser latino-americana e, em contextos transnacionais, o que é ser uma migrante.

Más información sobre MinA en facebook.com/MinAmigrantsinaction



Change Brasileiras

Makers

Introdução

No Reino Unido, 1 em cada 4 mulheres sofre violência de gênero durante a vida. Acredita-se que a violência contra mulheres e meninas (VAWG) seja mais prevalente entre mulheres negras e de minorias (BMW) no Reino Unido do que entre a população como um todo.

A maioria das pesquisas com grupos de mulheres negras e de maiorias globais concentrou-se na violência de gênero no sul-asiático, sendo assim, há ainda poucas pesquisas sobre VAWG entre migrantes latino-americanas, embora elas sejam uma das populações que mais crescem em Londres.

Os brasileiros são o maior grupo de migrantes latino-americanos no Reino Unido e, de acordo com a pesquisa desenvolvida pela Dra. Cathy McIlwaine, do King's College, a VAWG é uma das questões ainda pouco reconhecidas e que afeta profundamente a comunidade em Londres. A pesquisa mostra que 82% das mulheres brasileiras entrevistadas sofreram alguma forma de violência de gênero em sua vida, totalizando 48% das mulheres que sofreram violência no Reino Unido. Outro dado relata que 56% das mulheres nunca relataram um episódio de violência em Londres, principalmente por acharem que nada seria feito a respeito e/ou por vergonha, falta de informação e medo de deportação devido à insegurança do status de imigração.

A falta de conhecimento do idioma inglês, o status de imigração inseguro, a falta de informações sobre violência de gênero e a falta de rede de apoio são alguns dos fatores de risco que tornam as mulheres brasileiras e as mulheres migrantes em geral em Londres mais vulneráveis e suscetíveis a abuso e violência. Com foco na etnia, vale a pena observar que a raça e as experiências de VAWG estão ligadas de forma interseccional. Por exemplo, com base na pesquisa, as mulheres de raça mista tinham maior probabilidade de sofrer violência (64%) do que as mulheres brancas (44%).

O não reconhecimento da comunidade latino-americana como uma categoria distinta no censo nacional ou em outros formulários oficiais aumenta imensamente as dificuldades de acesso a apoio, resultando no fato de que as mulheres latino-americanas são agredidas 60 vezes antes de chamarem a polícia pela primeira vez, em comparação com 35 agressões entre as mulheres em geral.

Em termos do perfil dos brasileiros em Londres, as mulheres representam 53% da comunidade, de acordo com o censo de 2011. 83% delas têm menos de 40 anos de idade. Quase metade dos brasileiros é casada em Londres (46%), enquanto 39% são solteiros. Pesquisas mostram que os brasileiros que vêm para o Reino Unido tendem a ter um bom nível de escolaridade e são de classe média ou média baixa e,

embora a maioria venha em busca de melhores oportunidades financeiras, muitos também vieram para estudar. No entanto, embora as taxas de emprego sejam muito altas, entre 70% e 71%, respectivamente, na Inglaterra, País de Gales e em Londres, um quarto dos brasileiros trabalha nos setores elementares da economia. Isso reflete em uma acentuada mobilidade descendente no mercado de trabalho, onde as únicas opções disponíveis são trabalhos pouco qualificados e mal remunerados, em grande parte como resultado das restrições de visto e do conhecimento limitado do idioma inglês.

Os brasileiros em Londres são muito diversos e dispersos devido à migração de diferentes regiões, classes, idades e etnias. As brasileiras são bastante ativas nos grupos do Facebook, muitos deles com foco em maternidade, dicas de migração, anúncios de trabalho e empoderamento feminino. O consulado brasileiro tem um órgão interno chamado CCRU, que é dividido em alguns setores, como cultura, carreira e gênero. Eles produzem e promovem eventos no consulado e na embaixada, e recebem brasileiros e brasileiras.

O Grupo Mulheres do Brasil é um grupo exclusivo para mulheres que se divide em temas de carreira, violência contra a mulher, cultura e outros, mas que não costuma se envolver com mulheres da classe trabalhadora.

O Encrespa é um coletivo de mulheres negras brasileiras que se concentra na experiência da diáspora negra no Reino Unido. Elas também promovem eventos (on-line e presenciais) para capacitar as mulheres negras brasileiras em Londres, que muitas vezes são deixadas de lado na sociedade brasileira/latino-americana como um todo.

O grupo "Change Makers" oferece um espaço igualitário para as mulheres brasileiras em Londres, com uma abordagem intergeracional e interseccional da experiência das mulheres brasileiras na diáspora. Seguindo o programa original, algumas das oficinas foram reestruturadas de acordo com as necessidades e o contexto das mulheres brasileiras.

Mais do que um guia de trabalho, o que as leitoras encontrarão aqui é uma compilação e reflexões sobre o que as oficinas do programa "Change Makers" nos deixaram.

Notas e reflexões sobre o programa Change Makers Brasileiras

1. O poder das mulheres
2. O papel das mulheres na história do Brasil
3. Mulheres e a confecção do fuxico
4. O que é empoderamento?
5. Migração, memória e diáspora
6. Poesia e Feminismo
7. O poder das nossas ancestrais
8. Violência de Gênero
9. Como transformar a dor em arte?
10. Cartas de amor para mim mesma
11. Como podemos nos cuidar durante a pandemia?
12. Dinâmicas de poder através da lente feminista

Oficina 1

O poder das mulheres

Para as mulheres migrantes, é muito importante criar um espaço seguro onde elas possam se sentir à vontade para serem elas mesmas, compartilhar opiniões e experiências de vida sem julgamentos próprios ou de terceiros. Esta oficina tem como objetivo reunir uma gama diversificada de participantes de diferentes idades e origens para criar esse espaço.

Objetivos

- Refletir sobre os estigmas sociais, culturais e religiosos atribuídos às mulheres.
- Enfrentar o machismo cotidiano.
- Criar estratégias para superar os obstáculos. As participantes são incentivadas a fazer com que suas vozes sejam ouvidas e a encontrarem sua força pessoal e coletiva.



Metodología

Educação popular por meio de assembleias.

Durante a oficina

As participantes talvez não consigam reconhecer o sistema patriarcal em que vivem e a violenta história colonial brasileira, que resultou em diferenças de raça e classe. É por isso que é importante ter uma gama diversificada de participantes para que elas possam aprender com as experiências umas das outras.

Considerações finais

Algumas das reflexões sobre o binarismo de gênero abordaram o que é ser mulher no passado/presente e apontaram papéis e expectativas de gênero. Por esses motivos, na oficina seguinte, você poderá aprofundar esse e outros tópicos relacionados.

Oficina 2

O papel das mulheres na história do Brasil

Para dar continuidade à reflexão sobre o que é ser uma mulher brasileira e questionar o binarismo de gênero, a ideia é discutir os papéis femininos no Brasil colonial para criar um vínculo com a vida das mulheres brasileiras contemporâneas na diáspora.



Objetivos

- Desvendar conceitos-chave como patriarcado, colonialismo, capitalismo, gênero-sexo, binarismo.
- Discutir gênero versus raça no Brasil - todas as mulheres sofrem opressão da mesma forma?
- Destacar a perspectiva eurocêntrica na qual a história é contada e como isso nos afeta.

Metodologia

Narração de histórias transformadoras para mudança social.

Para a facilitadora

Preste atenção às participantes menos vocais, certifique-se de dar a todas a

chance de falar e forneça material visual de apoio, como um resumo no quadro.

Durante a oficina

Leia e discuta materiais com os tópicos que serão discutidos na oficina como este:

Judith Butler:

"Se o gênero é construído, ele poderia ser construído de forma diferente, ou sua construção implica alguma forma de determinismo social, excluindo a possibilidade de agência e transformação?"¹

Carta de Pero Vaz datada de 1500:

"Entre eles [os indígenas do sexo masculino] havia também quatro ou cinco moças [...] bastante jovens e dóceis, que estavam assim nuas e não tinham mau aspecto [...] uma dessas moças estava toda pintada de alto a baixo, [...] e era tão bem formada e arredondada, e sua parte vergonhosa (da qual não [se] envergonhava) era tão bela que tantas mulheres de nossa terra, vendo tais feições, se envergonhariam de não ter nenhuma como a dela".²

Frase de Gilberto Freyre sobre as mulheres no Brasil: "Mulher branca é para casar, mulata é para fornicar e negra é para trabalhar".³

Considerações finais

As mulheres brasileiras refletiram sobre como a colonização foi um processo muito doloroso, que negou as identidades e experiências das mulheres indígenas/nativas e das mulheres que foram escravizadas na África. No entanto, a reflexão sobre essa história e como ela afeta os corpos femininos nos permitiu falar sobre os papéis de gênero, os estereótipos que devem ser demolidos e a esperança trazida pela conexão com as experiências das mulheres que, no Brasil e no Reino Unido, tornam visíveis outras narrativas.

¹ Butler J. Gender Trouble, 1999.

² Myscofski, 2013: 25-26.

³ Freyre, G. Casa Grande & Senzala, São Paulo, Global, 2013.

Oficina 3

Mulheres e a confecção do fuxico

Aumentar o senso de companheirismo e, por meio da confecção de artesanato, demonstrar que tudo é possível. A atividade é adaptada com base em dois dos quatro estágios do empoderamento citados no livro *O que é empoderamento?* de Joice Berth

Objetivos



- Aprender uma nova técnica de artesanato
- Conectar-se com as tradições brasileiras
- Socializar
- Compartilhar histórias de seus antepassados

Metodologia

Artesanato e artes de autorrepresentação. Cada cultura tem formas diferentes de transmitir de geração em geração a sabedoria coletiva, o reconhecimento, as lutas, a resistência e o orgulho. No caso do Brasil, o fuxico é um tipo de padrão que tem sido transmitido a gerações de mulheres.

Fuxico, em português, significa fofoca, e recebeu esse nome porque as mulheres se reuniam para falar sobre suas vidas, chefes e famílias, enquanto costuravam.

Durante a oficina

Esta oficina ensina as participantes a fazerem fuxico, um artesanato tradicional brasileiro feito com retalhos de tecido, enquanto as mulheres falam sobre o que as inspira e a importância da criação coletiva.

Para a facilitadora

Para essa oficina, a facilitadora fez uma colaboração com uma artista têxtil com conhecimento sobre têxteis e artesanato. Além disso, ao final da atividade foi formada uma ciranda para aumentar o senso de comunidade entre as participantes.

Oficina 4

O que é empoderamento?

Nas últimas décadas, em espaços feministas e de mulheres, o empoderamento é uma palavra que faz parte do vocabulário comum. Mas será que todas as mulheres conhecem esse conceito? Como elas o entendem? Como elas o vivem? Nessa oficina, a ideia é discutir os quatro estágios do empoderamento citados no livro *O que é empoderamento?* de Joice Berth:

1. Cognitivo: a capacidade de pensar crítica/
2. Psicológico: o sentimento de autoestima

3. Político: compreender a dinâmica do poder, as desigualdades e a capacidade de trabalhar em prol de mudanças sociais
4. Econômico: capacidade de gerar renda de forma independente.

Objetivos

Discutir o empoderamento por meio de lentes feministas interseccionais, pensando em identidades brasileiras, classe, raça, orientação sexual, localização geográfica e todos os antecedentes pessoais e coletivos com as novas mudanças que as mulheres vivem no Reino Unido.

Metodologia

A Pedagogia do oprimido facilita a conversa com honestidade e compaixão, e sem julgamento.

Durante a oficina - Reflexões

Incentive as participantes a trazerem alimentos ou outros itens que gostariam de compartilhar. Faça anotações sobre a discussão no quadro para ajudar a orientar a conversa. Apresente os quatro estágios do empoderamento às participantes. Discuta os tópicos e faça anotações em pequenos grupos antes de reunir as participantes para compartilhar com o resto do grupo. Isso permite que aquelas que são menos vocais falem sobre suas ideias e experiências de capacitação.

Oficina 5

Migração, memória e diáspora

Após a última oficina, a ideia deste encontro é que as participantes se conectem com seu legado, cultura e com as tradições brasileiras que preservaram durante o processo de migração e residência no Reino Unido. Essas memórias são recursos poderosos para resistir à hostilidade, e para que as mulheres possam tomar decisões sobre quais mudanças desejam em suas novas vidas.

É recomendado que para esta oficina que o espaço físico ou a localização seja um espaço convencional, onde a comunidade migrante não tenha muito acesso ou representação, para que de uma forma simbólica e real as Change Makers reafirmem sua presença no país onde residem agora.

Neste caso, a oficina foi realizada no Tate Modern, um símbolo da arte contemporânea no Reino Unido, e um espaço de difícil acesso para a realização de atividades comunitárias. Obter este espaço foi um desafio que, no final, contribuiu para o processo de empoderamento pessoal e coletivo das Change Makers.

Objetivo geral

Criar narrativas pessoais como mulheres migrantes brasileiras e latino-americanas e estabelecer solidariedade dentro do grupo e da comunidade.



Metodologia

Teatro do oprimido

Durante a oficina

Na primeira parte, a facilitadora convida as participantes a se movimentarem pelo espaço, olhando umas às outras. Em seguida, individualmente, enquanto caminham, as participantes refletem sobre o cotidiano e escolhem três movimentos. Depois, em grupos de três, elas criam uma coreografia simples usando esses movimentos. No final desta parte, em círculo, os grupos compartilham o seu trabalho.

A facilitadora cria quatro grupos, e as participantes discutem os seguintes temas:

- Entre espaços: Eu não pertencço aqui
- Contribuições brasileiras para o Reino Unido
- Tradições que ainda mantenho do Brasil na diáspora
- O que aprendi morando no Reino Unido?

Cada grupo compartilha suas discussões com o grupo todo.

Considerações finais

Uma das participantes comentou sobre a oficina:

As Change Makers se encontraram no Tate para discutir migração, memória e diáspora. No começo da sessão, nós colocamos música e realizamos uma série de atividades corporais. Enquanto nos levantávamos e movíamos nossos corpos, também éramos encorajadas a refletir sobre nossas vidas cotidianas, bem como nossas trajetórias mais amplas. Depois, trabalhamos em grupos criando uma série de coreografias que refletissem esses momentos, o que pareceu uma experiência muito legal para todas envolvidas. Em seguida, nos sentamos em círculo para discutir os tópicos nos quais havíamos baseado a sessão.

Através dessas discussões, surgiram uma variedade de tópicos e reflexões diferentes. As mulheres refletiram sobre suas próprias experiências migratórias e trajetórias como migrantes, recorrendo às suas memórias. Alguns temas que surgiram em vários momentos foram a capacidade de enxergar a ‘terra natal’ mais claramente à distância, incluindo questões/privilégios estruturais relacionados à raça e à classe social. Uma participante disse:

É preciso sair da ilha para ver a ilha ”

Muitas mulheres mencionaram que quando falam português aqui, instantaneamente se sentem mais à vontade. Às vezes, isso as faz criar amizades com outras pessoas- a língua nos faz sentir mais confortáveis. Outras têm saudade do seu país, sem necessariamente quererem voltar; por essa razão, elas mantêm laços com o Brasil na vida cotidiana. Além disso, refletimos sobre como as pessoas se relacionam com a cultura de maneiras diferentes, e como a cultura brasileira é inerentemente mais calorosa que a britânica.

Todas as experiências migratórias são diferentes. É importante entender as trajetórias de cada pessoa por meio de uma abordagem interseccional. Precisamos estar conscientes de nossos privilégios e das diferentes formas como múltiplos pontos de opressão se cruzam. No geral, pareceu ser uma experiência muito positiva para todas envolvidas. Muitas deixaram comentários dizendo que estavam muito felizes por ter encontrado esse espaço, e mencionaram que acreditam que ele é construtivo e curativo.

Oficina 6

Poesia e feminismo

Uma poeta é convidada para discutir o seu trabalho, a lê-lo com as participantes e criar poemas com o grupo.

Objetivo geral

Utilizar a poesia para explorar temas como feminilidade, migração e feminismo.



Para a facilitadora

Convide uma poeta para fazer parte da sessão e peça que ela selecione três de seus poemas para compartilhar com o grupo.

Durante a oficina - Reflexões

A poeta e as participantes leem e discutem os poemas. Em seguida, as participantes escolhem um dos poemas, fazem a leitura e, em grupos diferentes, escrevem coletivamente uma resposta ao poema.

Atividade de Escrita: em grupos de 5-8 pessoas, cada participante escreve frases sem ler as das outras. Quando todas tiverem escrito sua parte, o poema coletivo é formado.

Oficina 7

Performance 'O poder das nossas ancestrais'

Uma performance imersiva realizada por mulheres migrantes latino-americanas para compartilhar suas histórias de migração e feminilidade, e celebrar seus ancestrais por meio de cantos tradicionais, dança e poesia autobiográfica.

Objetivo geral

Celebrar a vida e as contribuições das mulheres que vieram antes de nós.

Objetivos

- Utilizar as artes como ferramenta para dar visibilidade à comunidade feminina latino-americana em Londres.
- Fazer com que as mulheres sejam protagonistas de suas histórias. Aumentar o senso de comunidade, fazendo com que as participantes se sintam mais próximas de casa e orgulhosas de suas culturas.
- Utilizar a arte para expressar temas como desigualdade de gênero e interseccionalidade; feminilidade e autocuidado; migração, diáspora e identidades raciais; diversidade sexual; espiritualidade e resiliência, entre outros.

Metodologia

Estética e práticas decoloniais, seguindo perspectivas feministas interseccionais e comunitárias.

Durante a oficina

Estabeleça a performance como um espaço seguro, sem hierarquias. O espaço da performance é moldado como um círculo com um altar de frente para a porta principal. Intérpretes e não intérpretes têm o mesmo tempo e liberdade para responder ao tema da forma e utilizando a linguagem que desejarem.

Comece a performance com músicas tradicionais, permitindo que as participantes dançam e cantem. Introduza outras artes tradicionais, como poesias ou tricô. No final de cada ato, as participantes podem colocar uma vela no altar em memória aos seus ancestrais. Após as performances ritualísticas, peça o feedback das participantes sobre como elas se sentiram presenciando os sons, as cores e os movimentos da América Latina.

Considerações finais

Identifique como cada mulher foi capaz de expressar criativamente suas experiências como mulheres migrantes. Se alguém desejar reproduzir a performance, considere os desafios de preparar uma performance dessa escala ou atividades semelhantes.

¹ “The power of our ancestors”. Disponível em youtu.be/fFmdWBNQicY

Oficina 8

Violência de gênero

Descrição

Apresentamos informações em português do Instituto Maria da Penha, no Brasil, sobre formas de violência e como identificá-las, além de incluir informações do TeSer e da LAWA sobre onde e como conseguir ajuda em Londres.

Metodologia

Aprendizado participativo e escrita em um caderno.

Para a facilitadora

Em tópicos como este, se a facilitadora não tiver conhecimento suficiente ou experiência no domínio da violência doméstica, é necessário colaborar com um especialista que possa fornecer todas as informações da melhor maneira possível. Esta oficina é um exemplo desse tipo de colaboração.

É importante apresentar o material visual e incentivar as participantes a compartilharem suas experiências e a fazerem perguntas. Como essa oficina foi realizada com um grupo pequeno, as mulheres se sentiram confortáveis fazendo perguntas. Foi uma sessão muito intensa, que destacou as barreiras e dificuldades na abordagem do tema.

NÃO. NÃO SOU DIFERENTE.
SOU IGUAL A TODAS AS OUTRAS
SOU A PUTA, A PSICOPATA E A AGRESSIVA

essencial e imesi

fe fazem 2 anos, e ele sempre dizia: ve
sabe que a culpa disso tudo é sua. Já

AS MULHERES SÃO O
QUEREM SER E
DESEJAM SER

NÃO A BELEZA que nada me
falta A INTELIGÊNCIA, porque
mulheres. Ah! delas sou comple

NESSE IMENSO PROCESSO
NÃO QUERO RETROCE
SÓ QUERO PAZ



Objetivos

Discutir formas de violência de gênero, como identificá-las e como/onde conseguir ajuda.

Considerações finais e sugestões

Em tópicos como este, peça para que as participantes acompanhem as emoções desencadeadas pela sessão. Escrevendo essas emoções em um diário durante a semana seguinte, elas podem fazer anotações sobre seus sentimentos e reflexões. Sugerimos que respondam às seguintes perguntas:

Dia 1: Como você se sentia antes da oficina? O que chamou sua atenção durante a oficina? Como você se sentiu depois da oficina?

Dia 2: Como o tema da violência de gênero me afeta? Em que parte do meu corpo essa sensação ecoa? Como posso aliviar essa dor?

Dia 3: O que aprendi nesta oficina? O que aprendi com minhas colegas que também participaram da oficina?

Oficina 9

Como transformar a dor em arte

Objetivos

Apresentar mulheres e artistas não binários que utilizam as artes como veículo para se curar da violência e conscientizar sobre o assunto.

Metodologia

Educação Popular

Durante a oficina

Inicie a oficina com um 'check-in' (como você está se sentindo hoje?), e durante a sessão incorpore pequenos intervalos com exercícios de respiração e alongamentos. Continue verificando se as participantes se sentem confortáveis com a discussão antes de introduzir o tópico. A jornada como um processo de transformação: para sentir, identificar, entender e curar.

- Discutir o tempo necessário para processar eventos traumáticos.
- Discutir a importância de ouvir a si própria primeiro: esperar, sentir, analisar e depois criar.
- Pergunte para as participantes como elas costumam lidar com a dor emocional.

Encerre a sessão perguntando para as participantes como estão se sentindo após a discussão. Isso permite que elas expressem suas emoções e garante que saiam da oficina com a oportunidade de refletir sobre o que foi discutido.

Reflexões da facilitadora

As últimas duas oficinas focaram na violência contra as mulheres, mais especificamente contra mulheres brasileiras em Londres. Primeiramente, é importante mencionar que o tópico foi uma solicitação das participantes, e não uma proposta da facilitadora. As duas oficinas foram programadas juntas, ou seja, sempre que uma era divulgada, a seguinte também era incluída. O foco sempre foi em como as participantes podem identificar e se curar de eventos traumáticos, e nunca no fato em si (elas nunca narraram o fato/fatos).

Considerações finais

A oficina foi facilitada por Nina Franco. Ela é uma artista brasileira negra e queer em Londres. Nina liderou a oficina mostrando e discutindo o trabalho de artistas- incluindo o seu próprio- que sofreram diferentes formas de violência e a transformaram em arte.

Além disso, ela compartilhou o trabalho das artistas Elza Soares e Doris Salcedo. Nina também conversou sobre o seu próprio processo criativo e a maneira como transformou suas próprias experiências traumáticas em arte.

Oficina 10

Cartas de amor para mim mesma



Objetivo

Escrever uma carta celebrando a si mesma para refletir sobre suas jornadas pessoais e reconhecer pequenas conquistas.

Metodologia

Aprendizado participativo

Passo a passo

Convite às participantes a um minuto de atenção plena: para estar aqui, estar presente.

Atividades de escrita:

1. Brainstorming de palavras: em 2 minutos, escreva qualquer coisa que vier à sua mente, e depois compartilhe com o grupo
2. Em 10 minutos, escreva uma carta de amor para si mesma, resgatando porque é 'bom ser eu'. Esteja ciente da sua força interna, qualidades e propósito de vida. Leve um tempo para pensar na sua vida com amor e carinho. Peça que as participantes compartilhem.
3. Peça que as participantes escrevam uma palavra amorosa para uma outra participante. As palavras são colocadas em uma jarra para serem abertas quando desejarem.

Oficina 11

Como podemos nos cuidar durante a pandemia?

Descrição

As participantes compartilham seus sentimentos em relação à pandemia. Perguntas são feitas sobre solidão, medo de perder entes queridos no Brasil, ansiedade, como lidar com o vazio, medo de cair em depressão, perder o emprego e sentir-se sobrecarregada pelo gerenciamento intensivo da casa/família.

Metodologia

Diálogos Transformadores

Objetivos

Nos conectarmos e criar espaços seguros durante a pandemia.

Considerações finais

Esta foi a nossa primeira oficina online, participaram mulheres que estavam na Itália, no Brasil e no Reino Unido. As mulheres compartilharam seus sentimentos em relação à pandemia. Sentimentos sobre solidão, medo de perder entes queridos no Brasil, ansiedade, como lidar com o vazio, medo de cair em depressão, perder o emprego e sentir-se sobrecarregada pelo gerenciamento intensivo da casa/família foram frequentemente compartilhados.

Permita que cada participante tenha tempo para falar. Em seguida, guie-as por uma atividade, incentivando-as a manter uma rotina de autocuidado, pensamentos positivos e produtividade.

Oficina 12

Dinâmicas de poder através da lente feminista

Objetivos

Discutir as dinâmicas de poder utilizando uma perspectiva feminista, considerando o contexto atual: como a crise do coronavírus afetou mulheres, especialmente comunidades negras e outras minorias étnicas.

Metodologia

Educação popular

Durante a oficina

Peça que as participantes discutam:

- Você sabia que os brasileiros são considerados uma minoria étnica no Reino Unido?
- Como ser de uma origem minoritária afeta nossa comunidade?
- Como a invisibilidade da nossa comunidade afeta as mulheres?

Encerramento do Programa Change Makers: Formatura!

Construindo a partir da nossa performance no Tate Exchange em março, na qual a intenção era ocupar um espaço convencional e, considerando a crise da pandemia que estamos atualmente vivendo, nestes próximos e últimos 3 meses do projeto, focamos em reconhecer as nossas forças e criar arte a partir delas.

Dez mulheres que têm participado do programa desde o início, mostraram interesse em fazer parte do nosso projeto final.

Devido às restrições da pandemia, tivemos que adaptar uma performance ao vivo para a produção de quatro pequenos documentários contando histórias de migração e locais de resistência das mulheres (tanto físicos quanto emocionais).

Louise Carpenedo, cineasta e participante do programa e Alba Cabral, musicista, foram importantes na criação do projeto. Durante uma atividade ao ar livre, uma das participantes expressou sua paixão pela pintura. Ela mencionou que costumava pintar telas antes de migrar para Londres, mas devido a um evento traumático,

ela havia parado de pintar. Ela concluiu dizendo que, a partir de seu envolvimento no programa, voltou a querer pintar.

Outra participante que mora em Brixton, disse que sua primeira residência em Londres parece seu lar. Após discutir sua experiência como uma mulher brasileira negra em Londres, ela mencionou sua maneira de manter as tradições vivas e transmiti-las às próximas gerações ao cozinhar pratos típicos da Bahia, a cidade onde nasceu e morou até se mudar para a Europa. Nesse dia, decidiram filmá-la preparando feijoada, prato típico brasileiro.

Encontramo-nos online e discutimos o tema da migração. Com a ajuda da facilitadora e colaboradoras, as participantes criaram uma música sobre suas experiências migratórias. Elas se encontraram várias vezes, tanto online, quanto presencialmente para ajustar a melodia, a letra e a composição artística. As autoras da música estavam morando em locais diferentes da Europa (em Londres e Lisboa) e da América Latina (Salvador, Bahia no Brasil) durante e depois do isolamento do COVID, o que adicionou um importante significado à riqueza de suas experiências no programa. A composição final foi um vídeo criativo que simbolizou sua formatura no programa Change Makers e está disponível nas redes sociais¹.

¹ Our stories, Change Makers Programme youtu.be/iNYFIFvvZYY

Glossário

O feminismo negro a partir de uma perspectiva brasileira

O Brasil produziu sua abordagem colonial de buscar referências fora do país, mesmo dentro do movimento feminista. Angela Davis uma vez perguntou: “Por que vocês ainda querem que eu fale, quando há intelectuais importantes negras como Lélia Gonzalez, que já falaram sobre interseccionalidade?” O processo de silenciar a voz do feminismo negro no Brasil é impulsionado pelo isolamento linguístico. Gonzalez propôs a desestabilização da língua-padrão e sugeriu o pretoguês (português negro) como uma forma de criticar a norma acadêmica.

Atualmente existem referências de feministas negras que inspiram novas gerações: Marielle Franco, uma lésbica negra nascida na favela, ativista contra a violência de gênero e pelos direitos humanos assassinada em 2018. Além de Marielle, Djamila Ribeiro, filósofa e jornalista que escreveu vários livros sobre a importância da interseccionalidade.

Negritude a partir da experiência brasileira

O Brasil tem a maior população negra de toda a América Latina, e a diversidade do seu povo levou ao mito da ‘democracia racial’, onde ninguém sofre discriminação pela cor de sua pele.

Mas esta não é a realidade. Zumbi dos Palmares, que liderou uma resistência dos quilombos contra a escravidão no século XVII, continua a inspirar a luta contra o racismo no Brasil. A década de políticas de ação afirmativa no início dos anos 2000 mudou o perfil social e racial da população que tem acesso à educação universitária, promovendo uma mudança sistemática na sociedade brasileira.

Racialização. Assim como em outros países da América do Sul, a população brasileira é uma mistura de indígenas, negros e colonizadores brancos. De acordo com os últimos dados oficiais, 42,7% das pessoas no Brasil se declararam brancas, 46,8% pardas (mestiças), 9,4% pretas (negras) e 1,1% como asiáticas ou indígenas. A palavra "mulato" tem sido usada há muitos anos para descrever pessoas mestiças, especialmente aquelas com pele mais escura. Esta palavra vem de "mula" e está profundamente enraizada no racismo. Nos últimos anos, houve um movimento para substituir a palavra por "mestiço" ou "pardo".

Espiritualidade da herança afro-brasileira

A espiritualidade no Brasil também é uma mistura de crenças e é influenciada por religiões europeias e africanas. O Candomblé, por exemplo, é uma religião diaspórica africana que se desenvolveu no Brasil durante o século XIX, em um processo de sincretismo entre as religiões tradicionais da África Ocidental e o cristianismo. Durante as últimas décadas, houve um aumento crescente das igrejas evangélicas, que muitas vezes são críticas em relação à espiritualidade influenciada pela cultura africana. Atualmente, as próximas gerações de afrodescendentes reivindicam sua herança e sua espiritualidade como parte de suas raízes, deixando para trás o estigma social e a vergonha que a colonização criou em torno das religiões africanas.

Bibliografia

Almeida, Silvio. *Racismo estrutural*. São Paulo: Sueli Carneiro; Pólen, 2019.

Baim, Clark. *Staging the Personal*. Londres: Palgrave Mcmillan, 2020.

Berth, Joice. *O que é empoderamento?* Belo Horizonte: Letramento, 2018.

Boal, Augusto. *Games for Actors and Non-Actors*. Routledge: Londres, 1992.

Butler, Judith. *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. Routledge: Londres, 1999.

Carneiro, Sueli. *Racismo, sexismo e desigualdade no Brasil*. São Paulo: Selo Negro, 2011.

Carneiro, Sueli. *Pensamento Feminista: Conceitos fundamentais*. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2019.

Evans, Yara e Cathy McIlwaine. *Supporting Brazilian Women in London: Service provision for survivors of Violence Against Women and Girls (VAWG)*. Londres: Queen Mary University of London, 2017.

Evans, Yara e Cathy McIlwaine. *'We can't fight in the dark': Violence Against Women and Girls (VAWG) among Brazilians in London*. Londres: Queen Mary University of London, 2018.

Freire, Paulo. *Pedagogy of the Oppressed*. Londres-New York: Continuum, 1970.

Freyre, Gilberto. *Casa Grande & Senzala*. 52 ed. São Paulo: Global, 2013.

Herr, Ranjoo Seodu. "Reclaiming Third World Feminism: Or Why Transnational Feminism Needs Third World Feminism". *Meridians*, Vol. 12, No. 1: 1-30, Duke University Press (22-09-2018), 2014.

hooks, bell. *Ain't I a Woman: Black Women and Feminism*. Routledge: New York, 2015.

Krenak, Ailton. *Ideias para adiar o fim do mundo*. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

Metcalf, Alida C. in Jaffary, Nora E. (ed). *Gender, Race and Religion in the Colonization of the Americas: Women and Gender in Early Modern World*. Canadá: Ashgate, p. 15-28, 2017.

Myscofski, Carole A. *Amazons, Wives, Nuns, and Witches: women and the Catholic Church in Colonial Brazil, 1500-1822*. Texas: University of Texas, 2013.

Ribeiro, Darcy. *O Povo Brasileiro: A formação e Sentido do Brasil*. São Paulo: Global, 2017.

Ribeiro, Djamila. *O que é lugar de fala?*. Belo Horizonte (MG): Letramento, 2017.

Rosado Nunes, Isabella e Constância Lima Duarte. *Escrevivencia: a escrita de nós: Reflexão sobre a obra de Conceição Evaristo*. Itaú Social, 2019.

Schwarcz, Lila Moritz e Heloisa Murgel Starling. *Brasil: Uma Biografia*. São Paulo: Companhia das Letras, 2015.



Change Makers para garotas e mulheres jovens migrantes

Introdução

Com o apoio que a LAWA tem fornecido às mulheres e famílias da nossa comunidade, temos observado que além de serem afetadas pela violência de gênero estrutural, ao chegarem no Reino Unido, muitas mulheres latino-americanas enfrentam os desafios de adaptação cultural e aprendizado de um novo idioma.

Muitas delas buscam segurança ao enfrentarem violência doméstica, abuso no trabalho, relacionamentos pessoais e sociais de dependência emocional ou condições de moradia precárias. Outras têm trajetórias de compromissos sociais, ou trabalhos comunitários e procuram criar ou apoiar espaços onde possam contribuir, estabelecendo conexões entre culturas. Algumas, devido à sua classe, educação ou situação econômica, integram-se mais rapidamente à vida deste país.

Neste contexto, as meninas, adolescentes e mulheres jovens da nossa comunidade enfrentam desafios particulares. Algumas sentem o impacto migratório em suas emoções. Elas podem experimentar a ilusão de morar em um país com uma cultura e língua diferente, mas, durante o processo de integração, podem sentir-se expostas à raiva e isolamento. Raiva, se a decisão de migrar foi feita por seus parentes ou responsáveis, sentindo que não foram levadas em consideração; ou um sentimento de impotência pode invadi-las, levando à indiferença e ao isolamento em seu ambiente familiar.

Se vivem em contextos de violência doméstica, as meninas e adolescentes encontram-se na posição desconfortável de serem mediadoras entre seus pais ou acabam sendo totalmente ignoradas. Se os pais não moram juntos, substituir

a ausência com presentes e prêmios é outra possibilidade. Algumas assumem o papel de cuidadoras e ajudam nas tarefas domésticas se os pais ou responsáveis trabalham em turnos com poucas folgas nos fins de semana, ou trabalham em horários irregulares durante a semana. Esses ambientes familiares e sociais podem levá-las a pensar que não há certezas para o futuro, porque também não veem ou conhecem outras pessoas de sua comunidade que se destacam em espaços mais visíveis ou no ambiente inglês.

Algumas dessas meninas e jovens migrantes têm interesses nas artes e várias formas criativas, porém, por não terem referências ou recursos para explorar essas capacidades, pensam que esta não é uma possibilidade. Às vezes, ter alguém por perto que as oriente sobre como escolher uma profissão e as acompanhe no processo de aprender inglês como segunda língua pode ser fundamental para mudar suas vidas e seus futuros.

Change Makers: garotas e mulheres jovens migrantes

O Change Makers foi adaptado para atender às necessidades e preocupações das novas gerações de meninas migrantes de origem latino-americana. Ele propõe que as meninas e adolescentes desenvolvam autoconfiança e se sintam estimuladas a aprender com suas experiências de vida e necessidades, reconheçam a importância de suas habilidades e decisões para cuidar de si mesmas, defenderem-se e trabalharem por seu bem-estar pessoal e coletivo; e com isso compreendam como o poder e as identidades sociais estão estruturados no exercício de seus direitos humanos. Todas essas questões estão

interconectadas como uma forma de abordar a violência de gênero e fornecer ferramentas para sua erradicação.

O programa foi projetado para falar de forma lúdica e profunda sobre autocuidado, integridade, segurança e empoderamento, quebrando as barreiras culturais que impedem sua integração na vida inglesa sem renunciar à sua identidade e legado latino-americano. Da mesma forma, reúne mulheres com trajetórias e influência entre culturas nas áreas de artes, empreendedorismo, ciência e tecnologia para colaborações e breves mentorias, incentivando as meninas e jovens mulheres de nossa comunidade a se tornarem “Change Makers”.



Metodologias

As oficinas e as atividades são realizadas em espanhol, com duas facilitadoras da LAWA coordenando o grupo dentro da escola, com o apoio e a supervisão de quem gerencia a iniciativa. Cada atividade é projetada para trabalhar com a metodologia popular de aprendizado: o conhecimento é construído através das experiências e intervenções de todo o grupo. Será possível contar histórias, explorar através de assembleias, diálogos, brincadeiras, artesanato, jogos e a projeção de vídeos curtos para discussão.

Com essas metodologias participativas, pretende-se que as meninas e jovens reconheçam o processo pelo qual estão passando, desenvolvam e aprimorem suas habilidades e conhecimento sobre si mesmas e seu ambiente, e aprendam a trabalhar coletivamente para aumentar sua autoestima, habilidade de tomar decisões e discernir sobre suas experiências pessoais e coletivas como mulheres jovens. Essa abordagem é holística e interseccional, onde identidade, etnia, idade, interesses comuns e realidades relacionadas à idade podem ser abordadas de maneira criativa para facilitar seu processo educacional ao longo da vida.

Para a facilitadora

Este programa com garotas e adolescentes é uma adaptação do programa em geral, portanto, para organizar uma oficina ou

atividade, você pode usar o conteúdo dos Módulos que compõem todo o programa e readaptar ou reformular as oficinas, de acordo com os tópicos sugeridos abaixo.

Estrutura

Composto por 12 oficinas/ atividades, o programa é dividido em quatro módulos ou linhas de trabalho com atividades recreativas e experimentais, oficina de reflexão e colaboração com breve mentoria. Estes são os módulos:

Módulo 1. Quem sou eu?

Objetivo: Reconhecer a importância de cuidar e defender seus corpos e integridade contra todos os tipos de violência.

- Reconhecer nossos corpos como nossos territórios
- Violência Contra Mulheres e Meninas e sua prevenção
- Seguridade, poder e consentimento

Módulo 2. Navegando entre culturas

Objetivo: Desenvolver habilidades e ferramentas para fazer parte de diferentes culturas.

- Introdução à intencionalidade e privilégio
- Culturas em movimento
- Manifesto: uma oficina de narrativas



Módulo 3. As fontes do meu poder

Objetivo: Canalização criativa de emoções: raiva, fúria, paixões e frustrações.

- Transformar a raiva em poder
- Eu sou o meu próprio lar

Módulo 4. Ser ou não ser?

Objetivo: Criar boas práticas e espaços seguros para o futuro.

- Solidaridade entre mulheres
- Quem são nossas aliadas (introdução à consciência antirracista)



Change Makers online

Introdução

Durante o confinamento do Covid-19 no Reino Unido, o Programa Change Makers teve de se adaptar ao novo contexto político-social e às novas condições de conectividade. Uma chamada foi feita para iniciar um novo ciclo de oficinas e atividades online, para que as participantes pudessem continuar se comunicando. Mulheres migrantes latino-americanas de várias partes do Reino Unido, da Europa e da América Latina participaram das atividades.

Devido à pandemia global e à quarentena a qual a maioria das sociedades foi submetida, o sentimento de isolamento e incerteza nos permitiu compartilhar nossas preocupações, emoções e realidades. Por sua vez, a morte do afro-americano George Floyd nos Estados Unidos pelas mãos da polícia, que foi amplamente divulgada por diversos vídeos online, mostrou-nos a brutalidade racial e policial que havia sido denunciada por muito tempo e que precisava ser erradicada. Ficou evidente que estávamos diante de um novo cenário político e social que precisávamos entender.

Por isso, no ano da pandemia, as oficinas foram projetadas para continuar refletindo sobre o feminismo, intencionalidade, solidariedade entre mulheres, espiritualidade e cuidado, incorporando temas que abordassem práticas antirracistas ligadas a temas de colonização. Da mesma forma, metodologias afrofuturistas e indígenas permitiram-nos pensar no futuro que queremos viver, onde a justiça social e racial seja uma realidade.

A adaptação do Programa foi chamada de "Quebrando o Isolamento, somando nossas vozes". Aqui, compartilhamos um resumo geral dessas oficinas e das reflexões que alcançamos juntas como grupo.

Quebrando o isolamento, somando nossas vozes em tempos de pandemia

1. Quem cuida de quem cuida? Uma discussão online sobre como a pandemia afetou a vida das mulheres.
2. Um novo tipo de futuro: Encontrando esperança no caos
3. Introdução ao feminismo interseccional e privilégio
4. Colonialismo, herança e violência
5. Conversa sobre espiritualidade, ancestralidade e resiliência (convidada: Phaxsi Coca, curandeira andina residente em Londres)
6. Justiça social e diálogos transformadores

Oficina 1

Quem cuida de quem cuida?
Uma discussão online sobre como a pandemia afetou a vida das mulheres.



Objetivos

- Restabelecer o grupo como Change Makers
- Dar continuidade ao programa
- Fortalecer o sentimento de ser um espaço comunitário.
- Abrir-nos como uma comunidade transfronteiriça de acompanhamento virtual para outras mulheres migrantes

Metodologia

Ênfase é dada à responsabilidade pessoal e autoconsciência para permitir que as participantes se envolvam de forma segura com outras pessoas em conversas honestas.

Passo a passo



A discussão será focada nos seguintes tópicos:

- Cuidado e maternidade durante o confinamento
- Vida cotidiana
- Nossos espaços seguros ainda são seguros?

Nesta oficina, conversamos sobre como, durante o confinamento, o trabalho físico e emocional das mulheres aumentou, tanto como mães, quanto cuidadoras e com membros da família. Também discutimos como nossa capacidade/oportunidade de viver nossas vidas em espaços livres de violência e sem precariedade econômica foi reduzida pela COVID-19. Compartilhamos os aprendizados e as medidas que tomamos para sobreviver.

Considerações finais

A maioria das participantes pode reconhecer que o cuidado e o tempo são fundamentais para melhorar ou deteriorar a nossa qualidade de vida e, por sua vez, nossa política de desejo (esta ideia do desejo vem de Audre Lorde). Ou seja, tomar consciência de como o tempo pode ser usado para autocuidado ou para aprender coisas novas é essencial para as mulheres se sentirem seguras, felizes e empoderadas durante os períodos de confinamento, visando o futuro. Também houve um reconhecimento sobre como é empoderador ver um futuro com esperança, algo que pode não ser possível para outras mulheres que, apesar de desejarem, suas condições atuais não permitem. Assim, encontrar o "equilíbrio" que o capitalismo tanto promove, pelo menos nessa oficina, mostrou-se algo que só poucas conseguem atingir.

Oficina 2

Um novo tipo de futuro: encontrando esperança no caos



Objetivo

Imaginar como podemos criar o mundo em que queremos viver com dignidade, mantendo uma relação justa com cada ser vivo e com a Terra que habitamos.

Metodologia

Afrofuturismo e Futurismo Indígena através da ficção especulativa (O que aconteceria se...?), que trata de questões afro-americanas e indígenas, abordando suas preocupações no contexto da cultura tecnológica do século XX e imaginando horizontes de vida que lhe foram negados no passado.

Passo a passo



Algumas participantes expressaram como o contexto atual faz com que seja impossível que elas pensem no futuro, especialmente com uma visão otimista. Através de discussões de ideias e esperanças sobre como imaginamos nosso futuro, pedimos que as participantes criassem um símbolo ou manifesto sobre quem são, e como desejam viver o futuro. Algumas já estavam trabalhando em seus manifestos há muito tempo, reconhecendo

as mudanças que as capacitaram a serem as mulheres que são hoje.

Foi muito ilustrativo como o processo de cada mulher é diferente e sua habilidade de se reinventar em tempos de crise às vezes não é vista como uma oportunidade. Incentivá-las a usar a imaginação foi um desafio, sendo que normalmente somos muito racionais. Uma das participantes disse:

O capitalismo me impediu de pensar no futuro. Não posso, estou meio bloqueada.

Considerações finais

Capitalismo, o patriarcado, o racismo, o sentimento anti-indígena e a supremacia branca trabalham juntos para destruir o que as pessoas precisam para levar vidas dignas com compaixão. É difícil imaginar e replicar o tipo de mundo que queremos e precisamos viver - um mundo onde todos são tratados com respeito e em harmonia com o resto dos seres da Terra.

Bibliografia

“Rethinking the Apocalypse: An Indigenous Anti-Futurist Manifesto”. Indigenous Action. Disponível em: <https://www.indigenousaction.org/rethinking-the-apocalypse-an-indigenous-anti-futurist-manifesto/>

Awid, Women’s Rights, e Fearles Futures. “A feminist cartographers toolkit”, 2017.

Oficina 3

Introdução ao feminismo interseccional e privilégio

Objetivo



Como a raça, origem social, religião, gênero, identidade sexual e educação desempenham um papel fundamental para entender nosso lugar no mundo como mulheres migrantes morando no Reino Unido?

Como entendemos o feminismo a partir das opressões que sentimos, analisando também nossos privilégios?

Baseando-se nessas perguntas, analisamos o que é o feminismo interseccional, suas origens, utilidade e prática, e revisamos a ideia do privilégio. Contextualizando esse conhecimento dentro de nossas próprias experiências como mulheres migrantes e diversas da América Latina.

Metodologia

Narrativa pública

Começamos a atividade contando uma história pessoal em dois ou três minutos, levando em consideração:

1. Identificar um desafio em minha vida
2. A escolha que fiz para lidar com esse desafio
3. O resultado ou aprendizado que me conecta com outras histórias em comum.

Durante a oficina

Depois de explicar o que é interseccionalidade, sua origem como um conceito que vem das experiências das mulheres afrodescendentes, lemos um pouco do material da bibliografia. Foram realizados alguns exercícios para identificar nossos privilégios e as opressões que enfrentamos.

As participantes disseram:

Este foi um bom texto para aprender sobre interseccionalidade. Foi como uma bússola que me trouxe de volta ao centro do porquê a dominação é tão forte.

Gostei porque nos fez refletir sobre privilégio, alguns conceitos relacionados e como entender melhor minha própria história.

Li coisas que já tinha esquecido e me lembrei de novo. Eu sou negra e chegou o dia em que cansei de justificar quem eu sou, uma mulher que estuda, que trabalha, mas quando migrei tive que recomeçar. Tentei esquecer, mas na Espanha me questionaram novamente sobre tudo. Embora eu também reconheça meus privilégios, como por exemplo, viajar com passaporte europeu ou espanhol me fez sentir bem, pois a imigração não me perguntou nada.

Há muitos estereótipos sobre Latinas. Isso é colorismo. Quanto mais branca você for, as pessoas não acham que você é latino-americana.

Gostei muito das leituras porque explicam tudo sobre o conceito e a história da interseccionalidade muito bem. Me fez pensar que no Equador me chamam de eurocêntrica, enquanto no Reino Unido me questionam por ser uma mulher migrante.

A interseccionalidade me ajudou a entender as contribuições e as lutas das mulheres negras e indígenas.

Considerações finais

As mulheres de nossa comunidade estão sempre felizes em aprender coisas novas, ter acesso a textos que, em linguagem simples, ajudam-nas a aprender mais sobre feminismo e entender melhor suas experiências como migrantes da América Latina. Essas questões foram exploradas a partir de nossas próprias experiências de vida, e aprendemos conceitos sobre o feminismo interseccional e suas contribuições.

Bibliografia

Lorde, Audre. *Dream on Europe. Selected Seminars and Interviews, 1984-1992*. Editado por Mayra A. Rodríguez, Kennig Editions, 2020.

Anzaldúa, Gloria. *Bordelands/La Frontera. La nueva mestiza*. Espanha: Capitán Swing, 2016.

Frazier, Demita, Beverly Smith, e Barbara Smith. *Manifiesto Combahee River Collective*. 1977.

Hill Collins, Patricia e Sirma Bilge. *Interseccionalidad*. Espanha: Editorial Morata, 2016.

Eddo-Lodge, Reni. *Why I am no longer talking to white people about race*. Londres: Bloomsbury, 2017.

Oficina 4

Colonialismo, herança e violência



Objetivo

Através de uma reflexão pessoal e coletiva como mulheres migrantes morando no Reino Unido e/ou na Europa, analisamos como o processo de colonização nos foi contado. Questionamos o que sabemos sobre o papel dos colonizadores, a resistência de nossos povos, a violência contra os corpos das mulheres, como podemos ter uma visão mais clara sobre o processo de mestiçagem para entender o nosso lugar transnacional como mulheres racializadas e, nas lutas que nos unem globalmente.

Metodologia

Diálogos restaurativos

Para abordar a violência estrutural que nos machuca, devemos estar dispostas a dialogar e abrir nossos corações para ouvir e trilhar o caminho da autorreflexão, fazendo-nos perguntas-chave. Nesta ocasião, as perguntas foram:

- Que problemas você identificou como padrão em sua família ou comunidade?

- Posso identificar algum trauma colonial relacionado à ideia de cuidado?
- Como posso falar, escrever ou trabalhar sobre os efeitos do colonialismo e transformá-los em um projeto de cura?
- Que estratégias posso criar para curar de forma intergeracional?

Durante a oficina

Após explicar o que é colonização como um discurso e a maneira como afeta os territórios colonizados, vimos alguns casos de mulheres e povos que foram despojados de suas terras e de suas tradições, e como isso foi estabelecido como uma política global. Analisamos histórias de mulheres de origens nativas para refletir sobre o trauma generacional. A respeito disso, elas disseram:

Não sinto que eu pertenço. Nos anos 90, tudo era ilógico e inatingível em relação aos modelos que víamos da televisão. Talvez seja por isso que tenho muitos traumas.

Na Argentina, eu não estava ciente do espaço que ocupava na sociedade. Ao migrar, percebi que ser branca me ajudou a não ser discriminada, mas aqui no Reino Unido, me incomoda o fato de que as pessoas não saibam quem eu sou ou minha história. A insistência na branquitude ainda me afeta muito.

Como uma colombiana de Cali, e afrodescendente, sempre tive baixa autoestima por causa do eurocentrismo que existe nos nossos países. Ser uma pessoa com uma pele mais escura é como se não fôssemos o suficiente.

Vejo padrões em minha família de querer estar ausente das realidades do país. Você não conhece sua história por causa do colonialismo, porque contam a história de forma linear e escondem a verdade que existe nas comunidades.

Considerações finais

Essa oficina foi muito emocionante. Ao ouvir suas participações, concordei em reconhecer que, ao migrar, trazemos muitas ideias sobre quem somos. Os discursos e narrativas que nos formaram não ajudam a explicar o mundo diverso, cheio de tensões e hierarquias sociais, no qual passamos a viver no Reino Unido ou na Europa.

Foi observado que há um grande desejo de nomear as coisas como são e romper com palavras ou comportamentos tabu. Há uma grande força nas narrativas pessoais — está claro que muitas mulheres conseguiram refletir sobre suas jornadas e nomear o que lhes aconteceu.

Bibliografia

Dunbar-Ortiz, Roxanne. *La historia popular indígena de los Estados Unidos*. Espanha: Capitán Swing, 2018.

Cabnal, Lorena. *Feminista siempre. Feminismos diversos: el feminismo comunitario*. ACSUR - Las Segovias, 2010.

Campbell, Maria. *Mestiza*. Espanha: Tránsito Editorial, 2020.

Life story of Zinkála Nuni, Lost Bird (Lakota origin, USA), 1890-1920. https://es.wikipedia.org/wiki/Zintkala_Nuni

Oficina 5

Conversa sobre espiritualidade, ancestralidades e resiliência (convidada: Phaxsi Coca, curandeira andina residente em Londres)

Foi importante criar um espaço de confidencialidade para conversar sobre a diversidade de nossas experiências religiosas e espirituais, ou nossa transição de instituições religiosas conservadoras para espiritualidades livres. Para discutir isso, a artista Phaxsi Coca (em língua aymara, Phaxsi significa lua e coca vem da folha de coca), uma boliviana baseada em Londres, nos acompanhou. Conhecida por sua música e habilidade com instrumentos de sopro andinos, ela é uma curandeira ancestral e guardiã da memória da cosmologia andina.

Entre as coisas que compartilhou, ela disse:

Nossos povos têm vivido sob submissão, racismo e discriminação. Por exemplo, meus pais não tiveram tempo para se questionar, eles só queriam que saíssemos da opressão que os povos de nossos territórios enfrentam. Através da música, pude me conectar com minhas raízes e espiritualidade. E isso se fortaleceu quando migrei da Bolívia para o Reino Unido, e ainda mais agora que sou mãe.



Aquelas de nós que tocam instrumentos e músicas de nossos ancestrais têm um nome dado pela folha de coca, pois é através dela que conhecemos nosso destino. Quando cheguei ao Reino Unido, outro músico mencionou que a folha de coca lhe disse que eu tinha um espírito masculino. Por isso, sou Phaxsi Coca, que na língua aymara significa lua, e coca vem da folha de coca. Devo dizer que minha espiritualidade foi reafirmada aqui, porque este país também faz parte da Pachamama. Afinal, Pachamama é tudo.

Oficina 6

Justiça social e diálogos transformadores



Objetivo

Conscientizar sobre os efeitos do racismo e da criminalização de pessoas negras e racializadas que, ao exercerem seus direitos de mobilidade social, trabalho ou autonomia são violadas discursiva e fisicamente, sem levar em consideração suas necessidades mais imediatas, ou o contexto de onde vêm.

Compreender como o sistema social e político em que vivemos tem uma ideia de punição, onde as liberdades individuais e comunitárias são restringidas em nome da lei e da justiça. Especialmente, se alguém de nossa comunidade cometeu um 'crime', o que devemos fazer? Qual é a nossa responsabilidade comum?

Metodologia

Diálogos restaurativos.

Para abordar a violência estrutural que nos atinge, devemos estar dispostas a abrir nossos corações para ouvir e percorrer o caminho da autorreflexão.

As perguntas-chave são:

- Como pensar sobre justiça, dano e possíveis reparos, especialmente se nossa comunidade ou família que foi atingida?
- Como alcançar um diálogo que permita a resolução de um conflito em vez de punição?
- Quais ferramentas podemos gerar para facilitar conversas restaurativas, estratégias de resolução de conflitos e práticas de cura?

Durante a oficina

As participantes falaram sobre como experimentaram, testemunharam ou souberam de atos violentos e das ideias que foram construídas em torno dos perpetradores. Esses foram exemplos retirados do cotidiano, geralmente relacionados à violência sexual, doméstica ou de gênero. Algumas denunciaram, e outras apenas se afastaram de espaços e pessoas que estavam ao redor e não fizeram nada para evitar a situação. Elas imaginaram cenários possíveis em que aqueles que cometeram os atos violentos ou os "crimes" pudessem ser responsabilizados.

Considerações finais

Como migrantes, tivemos que enfrentar a violência de gênero por sermos mulheres, e outros tipos de violência que deixaram suas marcas em nossas jornadas pessoais e coletivas. Algumas dessas experiências violentas nos levaram a refletir profundamente sobre a justiça e as alternativas para ver os conflitos como espaços nos quais a própria comunidade se integra e decide participar do que considera ser o bem comum antes de pensar em criminalizar.



SEÇÃO V: NÓS SOMOS CHANGE MAKERS

O que é Cocriar?

Cocriação é um processo criativo ativo no qual as participantes desempenham um papel ativo no desenvolvimento de um produto, ideia, história ou artesanato em relacionamentos iguais, mútuos e consensuais para possibilitar mudanças. Como a AWID afirmou em seu toolkit:

A cocriação derruba as barreiras entre 'especialistas' e pessoas com experiência vivida, fornecendo processos nos quais diferentes tipos de conhecimento são valorizados¹



No final do Programa Change Makers, surgiu a oportunidade para algumas participantes facilitassem oficinas ou palestras sobre assuntos e conhecimentos que elas haviam desenvolvido anteriormente e, nos quais fortaleceram seu conhecimento ao longo do programa.

Como a maioria das participantes são mulheres migrantes, antes de migrar, algumas trabalhavam em um emprego que tiveram que adiar ou transferir essas habilidades para novas oportunidades. Outras, que estão vivendo no exílio por terem que deixar seu país para se proteger, continuam apoiando campanhas internacionais de solidariedade e compartilharam seus sonhos e trabalhos de cocriação além das fronteiras.

Na cocriação da mudança, as participantes tiveram a oportunidade de recuperar sua paixão e compartilhar conhecimentos úteis de maneira criativa com outras mulheres para melhorar seu bem-estar, desenvolver novas habilidades artísticas ou aumentar a empregabilidade, além de motivar a solidariedade internacional contando histórias que às vezes não são ouvidas. Dessa forma, elas compartilharam ideias sobre como narrar esse processo juntas e pensaram sobre o que queriam fazer com essas ideias.

Algumas das participantes do Change Makers são artistas, assim a LAWA entrou em contato com museus para motivar as Change Makers a criar algo e expor ao público por meio dos programas de apoio à comunidade dos museus.

Entre 2019 e 2020, foi feito um acordo com o Tate Modern por meio do Tate Exchange, um dos museus mais importantes de Londres. Durante os confinamentos, quando algumas das oficinas tiveram que ser realizadas online e, posteriormente, ao sair do confinamento, a geração de Change Makers da pandemia começou a criar uma obra têxtil coletivamente, e tivemos a oportunidade de exibi-lo em duas exposições temporárias: na Casa Sor Juana Inés de la Cruz na Embaixada do México em Londres (outubro - novembro de 2021) e na Bootstrap Gallery "Bootstrap Collective Second Edition" (dezembro de 2021 - janeiro de 2022).

Agora compartilharemos algumas reflexões sobre o processo de cocriação.

¹ Feminist Realities. Our power in Action. An exploratory toolkit, AWID, 2019, page 95. Disponível online.

Performance: “O poder das nossas ancestrais” (14 de março 2020)

Quando lideramos o programa Change Makers com mulheres brasileiras, um dos fatos identificados foi a invisibilidade das mulheres migrantes de nossa comunidade em espaços convencionais, principalmente em espaços de arte e cultura. Carolina Cal, coordenadora do programa àquela época, observou que em museus de Londres algumas mulheres brasileiras estavam trabalhando como faxineiras, mas não tinham tido a oportunidade de explorar o museu ou apreciar a arte em seu idioma e com sua comunidade (neste caso, em português e com outras mulheres brasileiras). Graças ao acordo que a LAWA fez com o Tate Exchange, uma performance de "O Poder das nossas ancestrais" aconteceu poucos dias antes do confinamento.

Mais de 40 mulheres de diferentes países da América Latina e do Caribe participaram, expressando-se em espanhol, inglês ou português, mostrando a rica cultura de seus países.

Este foi o convite:

Junte-se à LAWA para uma tarde celebrando as vidas e contribuições das mulheres que vieram antes de nós. Um cortejo imersivo e inclusivo, onde mulheres latino-americanas compartilharão música, poemas, dança e objetos em um círculo como uma oferenda aos nossas ancestrais.

Seguindo as tradições da América Latina, a comunidade se reunirá no térreo do Tate Modern e depois caminhará até o espaço Tate Exchange, cantando música tradicional seguida por percussões. Esperamos incentivar o público a juntar-se a nós no cortejo pelo caminho, colaborando e se envolvendo no ritual como preparação para o círculo de compartilhamento. Uma vez no espaço Tate Exchange, a comunidade latino-americana realizará os rituais tradicionais; ao final da parte principal, os espectadores serão convidados a também compartilhar e participar da cerimônia.

Ao final da performance, algumas participantes disseram:

Fico feliz por ter participado de um evento tão bonito e empoderador justo antes de tudo ficar louco. É tão importante ter espaços como o Tate ocupados por grupos sub-representados, e não há nada neste mundo que se compare à energia latino-americana (Louise Carpenedo)



Discussão Coletiva - Construtoras da paz no exílio: solidariedade além das fronteiras

Mulheres do Chile e da Colômbia compartilharam suas experiências como defensoras dos direitos humanos, sobreviventes e exiladas políticas.

A discussão foi baseada nas seguintes perguntas: "O que acontece quando seu país passa por uma guerra? Qual é o significado de paz e solidariedade internacional ao viver longe do local de origem? Como a violência política é vivida e contada por mulheres de maneira intergeracional?" Dois coletivos participaram: **Bordando por la Memoria** (mulheres chilenas baseadas em Londres, Canadá e outras partes do mundo) e **Mujer Diáspora UK**, onde mulheres colombianas se encontram para contar suas histórias de sobrevivência ao conflito armado na Colômbia e apoiar a implementação do Ato de Paz em seu país através de seus testemunhos.

Ouvimos histórias sobre guerra, sobrevivência, a experiência migratória e as formas criadas para chamar a atenção para a solidariedade internacional, a partir de causas individuais que trabalham pela paz.

Somos **Bordando por la Memoria**. Um coletivo da comunidade chilena exilada e nossos apoiadores. Acreditamos em direitos humanos e solidariedade internacional. Estamos bordando os nomes de mais de 3.000 homens, mulheres e crianças desaparecidos e politicamente executados durante a ditadura militar cívica chilena entre 1973-1989. Nosso objetivo é criar peças têxteis colaborativas que destaquem a necessidade de justiça e mantenham viva uma parte da história que, hoje no Chile, está sendo sistematicamente erradicada.

Jimena Pardo, mulher chilena que está no exílio desde jovem.

Mujer Diáspora UK busca capacitar mulheres colombianas como construtoras da paz e agentes de mudança em seus ambientes no Reino Unido e na Colômbia, por meio da escuta de testemunhos, atividades culturais e solidariedade internacional com aqueles que desejam um país livre de derramamento de sangue e violência.

Marta Hinestroza, ativista Afro-colombiana morando no Reino Unido.

Árvore em florescimento das mulheres: Coletivo Têxtil (setembro-dezembro de 2021).

Uma das participantes do programa durante a pandemia foi a poeta e estilista equatoriana Soraya Fernández DF. Ela nos motivou a explorar nossa criatividade por meio da poesia e têxteis, facilitando e participando de uma série de oficinas: "Oficina Palavras em Tecidos".

Após três sessões presenciais, cada participante criou suas próprias obras, e no final, trabalhamos coletivamente em com um material têxtil misto. A seção principal representa um tronco formado por silhuetas de mulheres que se abraçam em um símbolo de fundação, unidade e amizade. Essas silhuetas foram feitas usando materiais africanos, reconhecendo nossas raízes afro na América Latina e no Caribe. O tronco se abre para seus galhos, que são adornados com folhas feitas de tecido verde, gemas de cristal, madeira e sementes da Amazônia equatoriana. Na copa da árvore em flor, há algumas peças têxteis pessoais que invocam o lar e a vida. As peças que estão destacadas simbolizam as sementes livres, que, ao germinarem, transmitem seu novo renascimento e conhecimento.



Soraya Fernández DF falou sobre qual foi a principal fonte de inspiração para a obra têxtil:

A Árvore em florescimento das mulheres expressa a consciência de nossa transformação transmutada no tempo da pandemia. O início do fim no renascimento da árvore em florescimento das mulheres, como a ideia fundamental de nossa renovação nas sementes secas que vamos soltando e que, dentro do ciclo de germinação, se entrelaçam em nosso florescer materializado.

Nas três oficinas realizadas, criamos peças únicas que exploraram percepções no tecido como uma extensão de nosso ser. Também tivemos a oportunidade de escrever poemas de autorreconhecimento, no aqui e agora, nos perguntando: "Quem sou eu?"

A partir desta perspectiva, nós mulheres também somos tecidos em perfeita conexão: as raízes nos mantêm conectadas às nossas terras, onde encontramos e formamos as bases, ombro a ombro, para o crescimento das Change Makers.

Esta Árvore em florescimento é talvez uma das obras coletivas mais famosas que fizemos no Programa Change Makers e que compartilhamos publicamente. Ela nos ajudou a retirar do anonimato e tornar público o trabalho que as mulheres sempre fizeram; espaços onde a sabedoria é transmitida de geração em geração, e onde exploramos e fazemos a vida renascer.

Antes, devido à cultura patriarcal e misógina de nossas sociedades latino-americanas, as mulheres estavam "atrás" da cortina, mas agora, com a mudança de papéis e as posições que as mulheres ocupam publicamente, a cortina foi movida. Agora, nada pode silenciar nossas vozes ou nossa capacidade de criar. Desta forma, o tecido reciclado também simboliza nossa adaptação, transformação, resiliência e renascimento.



Aqui estão os nomes das participantes e seus países: Soraya Fernández DF (Ecuador), Jeane Correa (Brasil), Débora Targino (Brasil), Silvia Obleas (Bolívia), Lindsey Funes (Bolívia), Diana Perea (Colômbia), Mirta Osorio (Colômbia), Nancy Mu (Colômbia), Yenny Parra (Colômbia), Bianca Pinto Borges (Colômbia), Shanelle Callaghan (Jamaica), Yadira Sánchez (México), Jael de la Luz (México).





Árvore em florescimento das mulheres

Latin American Women's Aid - LAWA

18 Ashwin Street
The Print House
Hackney, London - UK

+44 (0) 20 7275 0321
www.lawadv.org.uk



© Latin American Women's Aid (LAWA).
All rights reserved.