

# NÚCLEO DE MULHERES

# JOVENS DA CÂMERA

*Trocando idéias*





Carla de Oliveira Romão  
Daiana da Silva  
Iara Amora dos Santos

*Núcleo de Mulheres  
Jovens da Camtra*  
**Trocando Idéias**

2ª Edição

**Rio de Janeiro, 2011.**





### **Casa da Mulher Trabalhadora - CAMTRA**

Rua da Lapa, 180 sala 806 – Lapa – CEP: 20021-180 – Rio de Janeiro/RJ

Tel.: 55 21 2544- 0808

Internet: [www.camtra.org.br](http://www.camtra.org.br)

correios eletrônicos: [camtra@camtra.org.br](mailto:camtra@camtra.org.br) / [mulheresjovens@camtra.org.br](mailto:mulheresjovens@camtra.org.br)

### **Coordenação executiva da Camtra:**

Eleutéria Amora da Silva - Coordenadora Geral

Julia Paiva Zanetti - Coordenadora Financeira

Carla de Oliveira Romão - Coordenadora de Relação Institucional

### **Integrantes do Núcleo:**

Alaiane de Fátima dos S. Silva - Ana Carolina Coelho - Carla de Oliveira Romão - Daiana da Silva

Iara Amora dos Santos - Iasmin Amora de Castro Silva - Thaís Vidal Bolognini

**Equipe de redação:** Carla de Oliveira Romão, Daiana da Silva e Iara Amora dos Santos

**Revisão:** Ana Carolina Coelho de Souza - Iasmin Amora de Castro Silva - Marta Lago

**Projeto Gráfico e Diagramação:** Claudinei de Castro - (21) 9625-5800

**Fotos:** Claudinei de Castro, Sxc e Arquivos da CAMTRA

**Tiragem:** 1.000 exemplares

*Esta publicação tem fins educacionais e será distribuída gratuitamente. É livre a reprodução, desde que citada a fonte.*

### **Ficha Catalográfica**

Romão, Carla Oliveira, 1986-

Núcleo de Mulheres Jovens da Camtra : trocando idéias / Carla Oliveira Romão, Daiana da Silva, Iara Amora dos Santos, . - Rio de Janeiro : CAMTRA, 2008.

24p. : il. color.

Inclui bibliografia

ISBN 978-85-61881-00-9

1. Casa da Mulher Trabalhadora. Núcleo de Mulheres Jovens - Manuais, guias, etc. 2. Mulheres jovens - Rio de Janeiro (RJ) - Condições sociais. 3. Mulheres jovens - Educação - Rio de Janeiro (RJ). 4. Mulheres jovens - Serviços para - Rio de Janeiro (RJ). I. Silva, Diana da, 1986-. II. Santos, Iara Amora dos, 1984-. III. Casa da Mulher Trabalhadora. IV. Título. V. Título: Trocando idéias.

08-3385.

CDD: 363.83

CDU: 364-787-055.25

# Índice

## Apresentação

4

## Oficinas temáticas

5

Conquistas das Mulheres  
Educação não sexista  
Sexualidade  
Gravidez não planejada  
Padrões de beleza  
Violência contra a mulher

## Nós indicamos

20

Bibliotecas  
Instituições  
Internet  
Vídeos

## Referências Bibliográficas

24



## ●●● Apresentação

Há cerca de dez anos um grupo de mulheres jovens que participava das atividades da Camtra – Casa da Mulher Trabalhadora – inquietou-se ao perceber que as jovens de seu convívio na escola, trabalho, bairro, família, não tinham acesso às informações que elas recebiam na instituição acerca dos direitos das mulheres, saúde sexual e reprodutiva, entre outras.

A partir desta constatação, este grupo se dispôs ao desafio de elas mesmas repassarem estas informações para outras jovens mulheres, passando a realizar seminários, oficinas, debates, entre outras atividades, com temas relacionados à vivência da juventude pelas mulheres jovens. E o desejo trazido pelas novas jovens que se aproximavam era sempre o mesmo: levar informações para seu bairro, comunidade, escola. Assim nasceu o Núcleo de Mulheres Jovens da CAMTRA.

Neste período, pudemos nos aprimorar, estudar, pesquisar, organizar, debater temas de interesse das mulheres jovens, participar de eventos, intervir em políticas públicas, sempre apostando na capacidade de realização de nós, mulheres jovens, respeitando e valorizando o aprendizado e a experiência trazida por cada uma, apresentando elementos para identificarmos a nossa condição na sociedade, derrubando pensamentos como os de que jovem não quer saber de nada, só dá problemas, e investindo na formação de novas feministas.

Nós acreditamos no potencial de cada uma de nós e agora queremos dizer para você que é possível se organizar em defesa dos direitos das mulheres jovens, não importa onde, nem com quantas, o importante é não se conformar com os diversos preconceitos e dificuldades que encontramos pela frente e valorizar nossos saberes.

Nesta cartilha, você encontrará algumas informações, sugestões de atividades e dicas de locais e materiais sobre educação não sexista, sexualidade, violência contra a mulher, padrões de beleza e gravidez não planejada, para que você e/ou seu grupo possa debater e se aprimorar nestes temas. Mas, lembre-se: as informações e sugestões trazidas aqui são baseadas em nossa realidade e experiência. O importante é que você conheça esta experiência e a adapte para a sua realidade.

Com isto, pretendemos colaborar com a organização e mobilização das mulheres jovens e seus direitos em torno das situações vivenciadas por elas, seja na escola, no bairro, na igreja ou na rua. E agora dependemos de você para levar adiante esta idéia e trocar com outras jovens.



Raíssa Ferreira - 1º lugar - 1º Concurso de Cartazes "16 Dias de Ativismo pelo Fim da Violência contra as Mulheres". Realização: CAMTRA - Apoio: UNIFEM - 2009



# Oficinas temáticas

Agora, você conhecerá um pouco mais de nossa visão e a forma como abordamos algumas questões do cotidiano das mulheres jovens, no que diz respeito à educação não sexista, sexualidade, gravidez não planejada, padrões de beleza, violência contra a mulher e as conquistas das mulheres.

A escolha destes temas baseou-se na experiência do Núcleo de Mulheres Jovens da CAMTRA, através da realização de atividades com mulheres jovens de diversas regiões do Estado do Rio de Janeiro. Assim, apresentamos a seguir a abordagem destes temas, a partir das questões mais frequentemente apresentadas e vivenciadas por estas mulheres jovens.

## **ATENÇÃO !!!**

Em cada oficina ou discussão, é importante criar um ambiente de identificação e interação. Por isso procure sempre:

- 1) Priorizar um tempo inicial para que todas se apresentem, dizendo, por exemplo, o nome, idade, de onde vem etc.
- 2) Sentar-se em círculo, de forma que todas se vejam e que não crie a impressão de hierarquia no grupo.
- 3) Deixar que todas se posicionem e contem suas experiências, de forma a valorizar o saber e aprendizado de cada uma.



# Conquistas das Mulheres

Muitas de nós nascemos já tendo o direito a estudar, trabalhar, votar e ser votada, praticar esportes, entre tantas outras coisas. Atualmente, estes direitos nos parecem tão naturais, que muitas vezes não nos damos conta de que há algumas décadas atrás nossas avós ou bisavós não tinham direito a nada disso. Para a conquista destes e de muitos outros direitos, foi necessária a organização, luta e resistência de muitas mulheres.

Ao longo do período histórico, muitas mulheres tiveram suas lutas descartadas, ou avaliadas como “não importante o bastante para fazer parte da história”. Você já reparou como nos livros as mulheres não são lembradas? Ou como nossas lutas não são contadas? Como na maioria das vezes só são visibilizados os feitos realizados por homens brancos? Com o passar do tempo nós vamos nos acostumando a não ver mulheres como lideranças ou em posições de destaque. A sociedade vai aceitando os fatos e acabamos não dando valor à discussão sobre se há ou não mulheres que participaram dos acontecimentos históricos. É importante darmos visibilidade para as lutas/conquistas das mulheres, fazendo assim a nossa parte para o reconhecimento destes feitos, como por exemplo: a participação na luta contra a Ditadura Militar, pelo fim da Escravidão, na luta pelo voto feminino, enfim, em vários acontecimentos importantes.

Esta é uma forma de valorizarmos as contribuições e conquistas das mulheres e também de mantermos acesa a chama de luta e resistência das mulheres. Afinal, apesar das conquistas, ainda temos um longo caminho pela frente para conquistarmos de fato a igualdade entre mulheres e homens.

## Dinâmica 1 - Mulheres

Nesta dinâmica, espalha-se pela sala (no chão ou pregada nas paredes) papéis com imagens de mulheres e um pequeno texto com suas respectivas histórias. Peça para que as jovens circulem pela sala, observando e lendo a história das mulheres, e em seguida para que cada jovem escolha uma das mulheres e pegue o respectivo papel. Depois dessa primeira fase da dinâmica, monte um círculo com as participantes, logo após peça para cada uma falar que mulher escolheu e o porquê de a ter escolhido. No final da leitura, a participante lê o nome da mulher escolhida e grita “presente”, assim como todas as outras participantes também.

## Dinâmica 2 - Verdadeiro ou Falso

Coloque frases sobre a história e conquistas das mulheres no Brasil em um saquinho, logo após comece a passar o saquinho entre as participantes, peça para alguém contar e parar de repente. A participante que estiver segurando o saquinho neste momento, pega uma frase, lê em voz alta e responde se acha que é verdadeira ou falsa. Abaixo colocamos algumas frases que podem ser usadas, mas você também pode criar outras!

Frases:

- As mulheres podiam freqüentar as escolas elementares desde 1827, mas só em 1879 as mulheres foram admitidas nas instituições de ensino superior. (VERDADEIRO)
- O município de Lages, no estado do Rio Grande do Norte, foi o primeiro a eleger uma mulher como prefeita, Maria Alzira Soriano. (VERDADEIRO)
- Desde que as mulheres tiveram direito a votar e serem votadas 1945, os partidos políticos foram obrigados a inscreverem no mínimo 20% de mulheres em suas chapas eleitorais. (FALSO)
- Com a aprovação da Lei Maria da Penha em 2006, os homens que agredem mulheres podem cumprir pena pagando cesta básica ou prestando serviços à comunidade. (FALSO)
- As mulheres sempre puderam praticar esportes. (FALSO)
- Até a metade do século XX, as mulheres casadas eram consideradas incapazes. (VERDADEIRO)

## Dica

Para realizar estas dinâmicas, você pode pesquisar as conquistas das mulheres no Brasil e a trajetória das mulheres que se destacaram ao longo do processo histórico. Você pode encontrar algumas dessas mulheres em nossa página da internet ([www.camtra.org.br](http://www.camtra.org.br)), na cartilha “Por Uma Educação Não-Sexista” e também no Dicionário “Mulheres do Brasil” de Schuma Schumacher, ou ainda em pesquisas da internet.

# Educação não Sexista

**D**esde o momento em que nascemos, as expectativas e valores repassados para nós, mulheres, são diferentes dos repassados para os homens. Nós somos ensinadas a sermos comportadas, obedientes, prendadas, desde cedo temos que auxiliar no desempenho das tarefas domésticas, cuidar das (os) irmãs (ãos) menores e de preferência não namorar tão cedo, enquanto os meninos, desde crianças, são incentivados a ganhar a rua, ter muitas namoradas, muitos amigos, acompanhar o pai no futebol aos domingos etc.

Assim, às vezes não percebemos que esta educação diferenciada, ensinando a homens e mulheres a se comportarem de maneira diferente em nossa sociedade, muitas vezes acaba por limitar as escolhas e possibilidades de cada um (a) e colocar a mulher em situação de inferioridade.

Estas diferenças geralmente baseiam-se em fatores biológicos, como o fato de a mulher engravidar ou do homem ter mais força física, mas devemos tomar cuidado, pois nossas diferenças biológicas não podem se transformar em desigualdades sociais e é o que muitas vezes acontece. Além disso, também geram preconceitos, uma vez que as pessoas não são todas iguais. Por exemplo, nem todos os homens gostam de futebol, nem todas as meninas gostam de rosa, ou querem aprender a cozinhar e passar roupas; têm meninos que querem fazer balé. Você já parou para pensar como os homens poderiam ser melhores pais e companheiros, se fossem estimulados desde cedo a compartilhar as tarefas domésticas? Ou, por outro lado, como muitas de nós, mulheres, poderíamos ser mais seguras e menos sensíveis, como dizem por aí, se desde cedo fôssemos acostumadas a estar em locais públicos e em brincadeiras em grupos, por exemplo?

Por isso, devemos estar sempre atentas e observar se nossos hábitos e atitudes cotidianas e a educação repassada em nossas casas e na escola não estão reforçando preconceitos e discriminações, seja contra a mulher, as pessoas negras, homossexuais, ou qualquer outro grupo social.

**Conheça agora algumas formas de discutir este assunto:**

**Futebol para meninos e balé para as meninas?! Por quê?**

## Dinâmica 1 – Concorde ou discorde

*Cole no chão dois papéis: um escrito CONCORDO e outro DISCORDO. Em seguida, leia as frases abaixo e peça para que cada participante se movimente, conforme concorde ou discorde da afirmação lida. Depois de posicionadas (os), conforme concordem ou discordem da frase, peça para as (os) participantes justificarem sua resposta, iniciando, assim, a discussão. Logo depois, leia a frase seguinte e realize novamente todo o processo.*

*A partir de cada frase será possível discutir e questionar alguns mitos e preconceitos cotidianamente repassados pela educação.*

### **Frases:**

- *É natural que os meninos beijem as meninas à força;*
- *Menino que usa rosa é gay;*
- *Os homens não levam jeito com crianças, por isso há tão poucos homens professores do Ensino Infantil;*
- *Balé e futebol são adequados para meninas e meninos sem diferenciações;*
- *Existem poucas mulheres citadas nos livros, pois as mulheres não tiveram participação importante nos acontecimentos históricos;*
- *Meninos e meninas são ensinados de forma diferenciada pela escola e família;*
- *Branco/brancas são mais inteligentes que negro/negros, e estes têm mais força física;*

## Dinâmica 2

*Peça para cada participante desenhar um brinquedo. Em seguida, cada uma (um) apresentará o seu desenho e dirá se acha que é um brinquedo de menina ou de menino. Separe os desenhos conforme as indicações de serem para meninas, meninos ou para ambos. Depois que todas apresentarem seus desenhos, inicie a discussão sobre estas diferenciações e o porquê delas.*

**Dica de filme para abordar este tema: “O sorriso de Monalisa”** – Sobre como eram educadas as mulheres, baseada na história da faculdade feminina Wellesley College.



# Sexualidade

**D**escobrir o seu corpo e se relacionar de maneira sadia com ele são elementos importantes para nós, mulheres jovens, pois desde pequenas somos reprimidas e educadas para não nos vermos, não nos tocarmos. Ou seja, não descobrimos os prazeres que nosso corpo pode nos possibilitar. Vencer estes tabus é o primeiro passo para a conquista de uma boa relação consigo mesma e, a partir disto, poder vivenciar a sexualidade de uma forma saudável.

A dinâmica deste tema é de origem reflexiva e visa desmitificar algumas ditas verdades. Então, é legal fazer a abordagem em forma de debate para que as pessoas envolvidas tenham a oportunidade de pensar sobre o que está sendo questionado e tomar cuidado para não cair numa questão moralista com questões do tipo: “Qual a idade certa pra primeira transa?”.

O importante é sabermos que nós, mulheres, também somos livres e temos o direito de exercer nossa sexualidade da forma como desejarmos. Homens e mulheres devem ter os mesmos direitos e obrigações na vivência de sua vida sexual. Não se trata de estabelecer qual a idade certa para a primeira transa, ou quem sente mais prazer ou mais desejo. Lembre-se: no sexo, tudo é permitido, desde que as pessoas envolvidas estejam de acordo. O negócio aqui é dizer que cada pessoa é única e tem o direito de experimentar seus desejos e vontades sem julgamentos. Independente com quem, quando e como exerça sua sexualidade. O importante é se conhecer e se cuidar para evitar contrair alguma doença transmitida através do sexo ou engravidar sem querer. Lembre-se: use camisinha sempre !!!

É importante  
conhecer  
nosso corpo?  
Por quê?

## Dinâmica 1 – Batata quente

*Coloque as perguntas abaixo dentro de um saquinho. Em seguida, peça para alguém, de olhos fechados ou de costas para o grupo, contar (1, 2, 3 ...) e parar de repente. Enquanto a participante conta, as outras vão passando o saquinho com as perguntas de mão em mão. Quando a outra parar de contar, a participante que estiver segurando o saquinho tirará uma pergunta, lerá alto para todas ouvirem e, em seguida, responderá ou completará a frase. Depois, abre-se para a discussão em grupo. Repete-se este processo até que acabem as frases. Se o grupo for muito grande, você pode colocar frases repetidas.*

- Perguntas:*
- *O homem sente mais prazer que a mulher?*
  - *A idade certa para a primeira transa é...?*
  - *Sexualidade é...?*
  - *É importante conhecer nosso corpo? Por quê?*
  - *O tamanho do pênis é importante para que a mulher tenha prazer?*

**Dicas de filme para abordar este tema: “Aninha do Beto”.** Aborda o uso do preservativo, Aids e doenças sexualmente transmissíveis, através do relacionamento de um casal de adolescentes (Dur. 11 min.).



# Gravidez não planejada

**T**er ou não ter filhas (os)? E quando? As respostas para estas questões fazem parte de nosso projeto de vida, de nossos sonhos e planos para o futuro. Assim, geralmente guiamos ou pelo menos tentamos guiar nossas vidas correndo atrás de nossos objetivos.

E o ideal é que a gravidez também possa ser planejada e pensada de acordo com estes planos. Lembre-se: para que a gravidez não se torne um problema, é importante que seja desejada e ocorra no momento em que estejamos preparadas para as novas responsabilidades que surgirão!

Nós, mulheres jovens, sabemos que, apesar do aumento da divulgação sobre os preservativos e métodos contraceptivos, a falta de informações corretas e as dificuldades de acesso aos métodos anticoncepcionais continuam a ser uns dos principais fatores responsáveis pela gravidez não planejada entre as jovens. Soma-se a isto ainda fatores de ordem cultural e social que contribuem para uma gravidez não planejada, como a constante repressão enfrentada pelas mulheres jovens para a vivência de sua vida sexual. Logo, é comum sermos censuradas ou termos vergonha de ir ao posto de saúde pegar preservativos. São comuns, também, as desigualdades e preconceitos de gênero, que colocam a mulher em situação de desvantagem, por exemplo, na hora de negociar o uso do preservativo. Por outro lado, a sociedade ainda coloca exclusivamente sobre a mulher a responsabilidade pela criação e cuidado das (os) filhas (os).

Ainda por conta de tudo isto, na maioria das vezes, ao engravidarem, as jovens acabam assumindo sozinhas as responsabilidades de ter ou não e criar as(os) filhas(os) vendo-se, muitas vezes, obrigadas a parar de estudar ou trabalhar.

Devemos ficar atentas: não podemos deixar de utilizar preservativos e procurar um(a) profissional de saúde para receitar um anticoncepcional adequado a fim de evitar uma gravidez inesperada; e também cobrar dos garotos sua participação e responsabilidade, seja na contracepção ou na ocorrência de uma gravidez. Se ocorrer de termos filhas(os) antes do que esperávamos, apesar de mais difícil, é importante e não é impossível dar continuidade a nossos estudo e planos.

O que mudaria  
na sua vida se  
você tivesse  
filha (o) agora?

***Fique atenta!** A Lei nº 6.202/75, garante às mães estudantes a possibilidade de realizar os exercícios escolares em seu domicílio do oitavo mês de gestação até três meses após o parto. Também assegura o afastamento da jovem, se for comprovada a necessidade médica e seu direito de realizar as provas finais.*

**Veja uma forma de abordar este assunto...**

## Dinâmica 1 – Dinâmica do tempo

*Peça para cada participante imaginar como será sua vida daqui a 10 anos. Em seguida, peça que cada uma conte a sua vida, como se realmente tivessem passado os 10 anos e tudo que planeja para sua vida tenha se realizado. Cada uma falará quantos anos tem, onde e com quem mora, o que faz, se estuda, se trabalha, onde, se é casada, se tem filhas(os), quantos, quantos anos tem ....*

*Quando todas tiverem contado sua vida daqui a 10 anos, volta-se no tempo e pede-se para que imaginem que estamos na sala de um posto de saúde e que todas acabaram de descobrir que estão grávidas ... Como seria? O que fariam? Como acha que seria a reação das (os) responsáveis, do pai da criança? Isso mudaria ou interferiria nos seus planos, de que maneira?*

*A partir daí começa-se a discussão sobre a importância do planejamento de filhas (os). E se ter filhos(as) não faz parte de nossos planos atuais, devemos nos cuidar e prevenir para que só aconteça quando quisermos.*

**Dicas de filme para abordar este tema: “Meninas”**, de Sandra Werneck, que acompanha a trajetória de quatro jovens grávidas

Conheça algumas unidades de saúde que oferecem atendimento especializado a adolescentes :

### **Hospital Maternidade Oswaldo Nazareth (antigo Hospital Maternidade Praça XV)**

Praça XV de Novembro, nº 4 (fundos) - Praça XV/Centro - RJ

Tel: (21) 2224-3875 / 2221-6876 / 2507- 6001

Serviços: Acompanhamento do pré-natal e maternidade com atendimento multiprofissional.

### **Hospital Maternidade Carmela Dutra**

Rua Aquidabã, 1037 – Lins de Vasconcelos - RJ - Tel: (21) 2595 8877

Atendimento Pré-natal – De 2ª a 6ª feira – Das 7h às 11h

Referência em atendimento a adolescentes e gravidez de alto risco

### **Núcleo de Estudos da Saúde do Adolescente – Nesa**

#### **UERJ - Universidade do Estado do Rio de Janeiro**

Atendimento primário: Policlínica Piquet Carneiro/ Clínica do Adolescente

Avenida Marechal Rondon, 381 – São Francisco Xavier - RJ - Tel: (21) 2587 8165

Serviços: Atendimento ginecológico e grupos educativos sobre DST/Aids e métodos contraceptivos.

Horário de atendimento: De 2ª a 4ª feira – Das 8h às 11h

# Padrões de beleza

**A**s mulheres, historicamente, sempre foram pressionadas a seguir os padrões de beleza, principalmente nós, mulheres jovens. E nos dias de hoje somos o tempo todo cobradas a seguir esses padrões e muitas jovens se sacrificam muito para ficarem magras, mas será que nossa beleza tem padrão?

Sabemos que esses padrões são impossíveis para a maioria de nós, já que, para alcançá-los, devemos consumir diversos produtos, fazer dietas, entrar em academias, entre tantas outras coisas. Na maioria das vezes, querem que sigamos padrões de países europeus, cujas mulheres são altas, magras e com cabelos lisos, sem levar em consideração nossa composição étnica e as características de nosso povo, que já são tão diversas entre si. Além disso, nosso corpo e cabelos são únicos e é uma expressão do que somos e da composição de nossa família.

Esse controle sobre o corpo das mulheres faz com que muitas jovens sofram com transtornos alimentares, como a bulimia e a anorexia. Você sabia, por exemplo, que anorexia é um distúrbio com uma taxa de mortalidade em torno dos 20% e que se estima que, no Brasil, bulimia e anorexia afetem cem mil adolescentes, dos quais 90% são garotas?

Quando se trata das mulheres negras, a cobrança é ainda maior, pois estas não podem se expressar livremente, seu cabelo crespo é criticado o tempo todo e é fruto de piadas. Isso porque, seguindo os padrões, o cabelo liso é que é bonito.

Você já parou para observar que a maioria das propagandas utiliza a imagem da mulher e seu corpo como atrativo? Parece que nós, mulheres, e principalmente nós, jovens, é que estamos sendo vendidas. Um bom exemplo disto, são os comerciais de cerveja que exibem mais a mulher do que o próprio produto.

É importante percebermos e questionarmos como nós, mulheres, somos o tempo todo tratadas como mercadorias e objetos de consumo. E observarmos o fato de muitas jovens morrerem por causa de transtornos alimentares e devido à excessiva divulgação e imposição dos padrões de beleza pela mídia, propagando um modelo único de mulher.

As dinâmicas a seguir visam estimular esta reflexão, que geralmente não fazemos no dia-a-dia.

**Por que seguir os padrões de beleza? Sua beleza tem padrão?**

## Dinâmica 1 – Mulher Ideal

*Para a realização desta dinâmica, serão necessários revistas e jornais. Peça para que cada participante recorte das revistas ou jornais uma mulher que considera que tenha a beleza ideal /ou com quem queria parecer. Em seguida, cada uma apresentará a sua escolha para o grupo.*

*A partir daí, você pode discutir os padrões de beleza, questionando as prováveis semelhanças entre as mulheres apresentadas como ideais; traçar o padrão de beleza estabelecido; questionar se as participantes se sentem representadas neste padrão; o que muitas jovens passam para alcançar este padrão, a indústria da moda, a desvalorização dos traços da população negra embutidos neste padrão e o uso da mulher como mercadoria.*

## Dinâmica 2 – Mulher / Homem Ideal

*Para a realização desta dinâmica, serão necessários revistas e jornais. Divida as participantes em dois grupos, para que um construa o homem e o outro a mulher ideal, que podem ser feitos através de desenhos e/ou ou recorte e colagem de revistas ou jornais.*

*Após a construção, cada grupo apresentará sua montagem e inicia-se a discussão que também pode ser feita através das questões apresentadas na dinâmica anterior.*



# Violência contra a mulher

**N**otícias de espancamentos, violência sexual e até homicídios de mulheres, na maioria das vezes cometidos por seus próprios maridos, namorados, companheiros ou ex, não são raras e continuam a fazer parte de nosso cotidiano, seja através de nossas(os) vizinhos(as), parentes e amigas(os), ou dos jornais.

Mas, e nós, mulheres jovens, onde ficamos nisto tudo? Muitas vezes achamos que porque não fomos agredidas fisicamente estamos livres desta questão, mas nem sempre é assim. Se pararmos para pensar um pouco melhor sobre o assunto, perceberemos que muitas de nós, às vezes, vivenciamos relacionamentos marcados pela dominação dos homens sobre nós.

Assim, devemos ficar atentas, quando nossos namorados, “ficantes” ou companheiros falam para mudarmos de roupa, porque está curta ou decotada demais, para não pintar ou cortar o cabelo, ou quando querem decidir para onde e com quem podemos sair, quando querem nos forçar a ter relações sexuais quando não queremos ou a fazer coisas de que não gostamos, ou ainda quando passamos nas ruas e somos obrigadas a ouvir diversas “cantadas”. Todas estas situações baseiam-se no mesmo sentimento que levam os homens a bater e violentar sexualmente as mulheres, o pensamento de que nós estamos à disposição deles e devemos servi-los.

Por isso, lembre-se: violência não é só bater. Pode acontecer através de ameaças, humilhações, pela violência sexual, entre tantas outras formas. E não podemos achar normal a violência contra a mulher. Mulher não apanha porque gosta ou porque merece, nem é assediada ou estuprada porque provocou. Não é natural nenhuma situação onde os homens se coloquem como nossos donos! É importante nos valorizarmos e conhecermos bem nossos direitos. Não se submeta a relações violentas ou que a coloquem em perigo e, em caso de sofrer alguma forma de violência, temos que procurar a Delegacia Especial de Atendimento à Mulher!!!

As dinâmicas abaixo visam estimular o debate e a reflexão sobre as diversas formas de violência contra a mulher, chamando a atenção para as situações vividas pelas mulheres jovens, cotidianamente, e que são perpassadas pelo sentimento de dominação do homem sobre a mulher.

Um tapinha  
não dói? Tapinha  
de amor dói, sim!

## Dinâmica 1

*Coloque as frases abaixo dentro de um saco; entregue-o para uma das participantes, que tirará uma frase do saquinho, lerá a frase em voz alta e, em seguida, dirá se considera violência ou não a situação relatada. Depois, abre-se para o debate da questão. A frase que for lida, sai da dinâmica. Encerradas as discussões sobre a frase, a participante joga o saquinho para outra participante a sua escolha, que lerá outra frase e inicia-se novamente o procedimento.*

*Frases:*

*- Quando Kelly vai para o baile, quase não se diverte porque vários homens tentam agarrá-la e beijá-la à força.*

- O namorado de Ester quer bater nela na hora do sexo, dizendo que é excitante, mas ela não gosta.
- Quando Simone passa na esquina de sua rua, é chamada pelos homens de gostosa.
- O pessoal da escola chama Clara de piranha porque ela anda com camisinha na bolsa.
- Dandara não pede a seu namorado para usar camisinha, pois tem medo que ele pense que ela tem outro.
- Marilene foi impedida de continuar freqüentando a sua igreja porque engravidou.

## Dinâmica 2

*Esta dinâmica também pode ser realizada da mesma forma que a anterior. A diferença é que, neste caso, a pergunta volta para o saquinho, de forma que a mesma pergunta seja respondida por mais de uma participante. Depois, repete-se o processo. Ao final, inicia-se a discussão sobre violência contra a mulher a partir das respostas apresentadas.*

*Perguntas:*

- Cite um exemplo de violência contra a mulher que você observa em seu cotidiano.
- Você já passou por algum tipo de violência/discriminação por ser mulher? Como foi?
- Que palavra vem a sua cabeça quando pensa em violência contra a mulher?

## Dinâmica 3

*Divida as participantes em quatro grupos. Cada um deles ficará com um dos seguintes temas:*

- *Violência contra mulher x medo*
- *Violência contra mulher x homem*
- *Violência contra mulher x causas*
- *Violência contra mulher x mulher*

*Cada grupo debaterá a violência contra mulher partindo da perspectiva de seu tema e construirá um cartaz com os principais pontos discutidos.*

*Em seguida, cada grupo apresentará o cartaz e a discussão feita por ele e se passará à discussão com todas as participantes.*

**Dicas de filme para abordar este tema: “Terra fria”.** Aborda diversos tipos de violência contra a mulher, através da história de uma mulher que acaba levando o primeiro caso de assédio sexual para os tribunais americanos.

## Lei Maria da Penha

Fique atenta! Desde 2006, está em vigor a Lei nº 11.340 – Maria da Penha. Esta lei torna crime a violência doméstica e intra-familiar contra a mulher e prevê uma série de medidas protetivas para mulheres vítimas de violência doméstica. Conheça alguns mecanismos previstos nesta lei:

- Determina que a mulher somente poderá renunciar à denúncia perante o juiz.
- Proíbe as penas pecuniárias (pagamento de multas ou cestas básicas).
- Altera a lei de execuções penais para permitir ao juiz que determine o comparecimento obrigatório do agressor a programas de recuperação e reeducação.
- Caso a violência doméstica seja cometida contra mulher com deficiência, a pena será aumentada em 1/3.
- Permite à autoridade policial prender o agressor em flagrante sempre que houver qualquer das formas de violência doméstica contra a mulher.
- Altera o código de processo penal para possibilitar ao juiz a decretação da prisão preventiva quando houver riscos à integridade física ou psicológica da mulher.
- Permite ao juiz conceder, no prazo de 48 horas, medidas protetivas de urgência (suspensão do porte de armas do agressor, afastamento do agressor do lar, distanciamento da vítima, dentre outras);

Em casos de violência contra as mulheres, procure ou indique a Delegacia Especial de Atendimento à Mulher mais próxima. Conheça agora o endereço de algumas DEAMs do Estado do Rio de Janeiro:

### ***DEAM - Campo Grande***

*Avenida Maria Tereza, 8 - 2º andar - Campo Grande*

*Referência: Em cima da 25ª DP - Em frente ao Viaduto das Sendas*

*Tels: (21) 2332-7537*

### ***DEAM – Centro***

*Rua Visconde do Rio Branco, 12 - Centro*

*Referência: Próximo da Praça Tiradentes*

*Tels: (21) 2332-9994 / 32334-9859*

**DEAM - Nova Iguaçu**

Rua Joaquim Sepa, 180 - Marco II – Nova Iguaçu

Referência: Dois pontos de ônibus depois da faculdade de Nova Iguaçu

Tels: (21) 3779-95333

**DEAM - Volta Redonda**

Rua General Nilton Fontoura, 540 - Jardim Paraíba – 27215-040 - Aterrado

Referência: Rua atrás da SAAE

Tels: (21) 3399-2279 / 3339-9140

**Centro Integrado de Atendimento à Mulher**

Rua Regente Feijó, 15 - Centro - Rio de Janeiro/RJ

Referência: Próximo da Praça Tiradentes - Tel: (21)2332-7200 / 7199

Atendimento de segunda a sexta-feira, das 9h às 16h por ordem de chegada.

## Violência Sexual

Em casos de violência sexual, é importante que a mulher procure uma unidade de saúde, no prazo máximo de 72 horas, para que sejam realizados os procedimentos para a prevenção de doenças sexualmente transmissíveis e da gravidez. Conheça algumas unidades que realizam este atendimento:

**Hospital Geral de Nova Iguaçu (Hospital da Posse)**

Av. Henrique Duque Estrada Mayer, 953 - Posse - Nova Iguaçu/RJ

Tel: (21)3779-9900 / ramal direção: 271

**Instituto Municipal da Mulher Fernando Magalhães**

Rua Gal. José Cristino, 87 - São Cristóvão – Rio de Janeiro/RJ

Tels: (21)2580-8343



## Bibliotecas / Videotecas

### *Biblioteca Nacional*

Av. Rio Branco, 219 – Centro - RJ

Tel: (21) 3095 3879

[www.bn.br](http://www.bn.br)

Horário de atendimento:

2ª a 6ª feira – Das 9h às 20h

Sábado – Das 9h às 15h

### *Biblioteca Pública do Estado do Rio de Janeiro*

Av. Presidente Vargas, 1261 - Centro - RJ

Tel.: (21) 2224-6184/ 2242-6619

[www.bperj.rj.gov.br](http://www.bperj.rj.gov.br)

Horário de atendimento:

2ª a 6ª feira - Das 9h às 18 h

### *Biblioteca Euclides da Cunha*

Rua da Imprensa, 16/ 4º andar – Centro - RJ

Tel.: (21) 2220 4140 - Na internet: [www.bn.br](http://www.bn.br)

Horário de atendimento:

De 2ª a 6ª feira - Das 9h30 às 17h30

### *Biblioteca/videoteca da Camtra*

Rua da Lapa, 108, sala 806 – Lapa – CEP: 20021-180 – Rio de Janeiro/RJ

Tel.: (21) 2544- 0808

### *Centro de Documentação da ABIA*

Av. Presidente Vargas, 446 – 13º andar - Centro - RJ

Tel.: (21) 2223 1040

[www.abiaids.org.br](http://www.abiaids.org.br)

Horário de atendimento:

2ª a 6ª feira – Das 10h às 18h

### *Videoteca do IBASE*

Av. Rio Branco, nº 124 / 8º andar - Centro - RJ

Tel.: (21) 2178-9400/ 2178 9403

Veja o catálogo de vídeos na internet:

[www.ibase.br](http://www.ibase.br)

Horário de funcionamento:

2ª a 6ª feira – Das 10h às 17h30



## Instituições

*CASA DA CULTURA – Centro de Formação Artística e Cultural da Baixada Fluminense*

Contatos: (21) 2751-5825 / 2751-3538  
[www.casadaculturabaixada.org.br](http://www.casadaculturabaixada.org.br)

*CEDAPS – Centro de Promoção da Saúde*

Contatos: (21) 3852-0080 - [www.cedaps.org.br](http://www.cedaps.org.br)

*CEDIM – Conselho Estadual dos Direitos da Mulher*

Contatos: (21) 2299 1999 - [www.cedim.rj.gov.br](http://www.cedim.rj.gov.br)

*Centro de Documentação e Informação  
Coisa de Mulher*

Contatos: (21) 2517-3290 - [www.coisademulher.org.br](http://www.coisademulher.org.br)

*CEPIA*

Contatos: (21) 2205 2136 - [www.cepia.org.br](http://www.cepia.org.br)

*CRIOLA*

Contatos: (21) 2518 6194 - [www.criola.org.br](http://www.criola.org.br)

*CECIP – Centro de Criação de Imagem Popular*

Contatos: (21) 2509 3812 - [www.cecip.org.br](http://www.cecip.org.br)



*COM CAUSA – Cultura de Direitos*

Contatos: (21) 3045 6642 -  
[www.comcausa.org.br](http://www.comcausa.org.br)

*CTO-RIO - Centro de Teatro do Oprimido*

Contatos: (21) 2232-5826 / 2215-0503 -  
[www.ctorio.org.br](http://www.ctorio.org.br)

*FASE*

Contatos: (21) 2536 7350 - [www.fase.org.br](http://www.fase.org.br)

*Escola de Gente - Comunicação em Inclusão*

Contatos: (21) 3154-7934 - [www.escoladegente.org.br](http://www.escoladegente.org.br)

*Grupo de Mulheres Felipa de Sousa*

Contatos: (21) 2210 2870  
[felipadesousarj@yahoo.com.br](mailto:felipadesousarj@yahoo.com.br)

*IMAC – Instituto Imagem e Cidadania*

Contatos: (21) 3183 2816 / 3238 0650  
[www.sobradocultural.org.br](http://www.sobradocultural.org.br)

*SAVK - Sociedades de Amigos de Vila Kennedy*

Contatos: (21) 2405 5296 - [www.savk.org.br](http://www.savk.org.br)



## Internet



### *Blog Diálogo Jovem*

[dialogoj.wordpress.com](http://dialogoj.wordpress.com)

### *Blog Mulheres de Olho*

[www.mulheresdeolho.org.br](http://www.mulheresdeolho.org.br)

### *Diálogos contra o Racismo*

[www.dialogoscontraoracismo.org.br](http://www.dialogoscontraoracismo.org.br)

### *Instituto Patrícia Galvão*

[www.patriciagalvao.org.br](http://www.patriciagalvao.org.br)

### *Marcha Mundial das Mulheres*

[www.sof.org.br/marcha/](http://www.sof.org.br/marcha/)

### *Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres*

[www.presidencia.gov.br/spmulheres](http://www.presidencia.gov.br/spmulheres)

### *CIEE – Centro Integração Empresa e Escola*

[www.ciee.org.br](http://www.ciee.org.br)

### *Domínio Público*

[www.dominiopublico.gov.br](http://www.dominiopublico.gov.br)

### *Fórum de Juventude do Rio de Janeiro*

<http://forumdajuventude.blogspot.com>

### *Fórum Estadual da Juventude Negra RJ*

<http://pt-br.wordpress.com/tag/forum-estadual-de-juventude-negra-do-rio-de-janeiro>

### *Fundação MUDES*

[www.mudes.org.br](http://www.mudes.org.br)

### *Observatório Jovem*

[www.uff.br/obsjovem](http://www.uff.br/obsjovem)

### *Mulheres Negras do umbigo para o mundo*

[www.mulheresnegras.org](http://www.mulheresnegras.org)

### *Portal da Juventude - Governo Federal*

[www.juventude.gov.br](http://www.juventude.gov.br)

### *Rede Feminista de Saúde*

<http://redesaude.blogspot.com>

### *Um Milhão de Histórias de Jovens*

[www.museudapessoa.net/MuseuVirtual/umMilhao/](http://www.museudapessoa.net/MuseuVirtual/umMilhao/)



## Vídeos



### *“Anjos do sol”*

Sobre a exploração sexual de meninas no Brasil.

### *“Em nome de Deus”*

Sobre como eram tratadas as mulheres “mal vistas” pela sociedade.

### *“Era uma vez outra Maria”*

Sobre questões comuns a mulheres jovens, como saúde sexual e reprodutiva, violência, gravidez, maternidade e trabalho.

### *“Escola sem homofobia”-*

Sobre a abordagem da temática da homossexualidade nas escolas.

### *“Escritores da liberdade”*

Sobre o papel da educação como mecanismo de transformação social.

### *Eu sou auto estima*

Sobre as condições de trabalho das mulheres

### *Medo de quê?*

Sobre a importância do respeito à diversidade sexual e da redução da homofobia

### *“Nísia Floresta – Uma mulher a frente de seu tempo”*

Sobre a trajetória da feminista Nísia Floresta.

### *“Olga”*

Sobre a trajetória da militante Olga Benário.

### *“Pão e rosas”*

Sobre a luta de trabalhadoras (es) por melhores condições de trabalho.

### *“Pro dia nascer feliz”*

Sobre a educação no Brasil

### *“Se eles soubessem...”*

Sobre experiências de valorização da cultura negra nas escolas.

### *“Vista minha pele”*

Sobre a discriminação racial.

# Referências Bibliográficas:

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Saúde e prevenção nas escolas:** guia para a formação de profissionais de saúde e de educação. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

ENCONTRO NACIONAL DA MARCHA MUNDIAL DAS MULHERES, 1., 2006, Belo Horizonte. Textos de subsidio. [S.l]: Marcha Mundial das Mulheres, [2006?]. 38 p.

Fundação Fé e Alegria do Brasil/ SP. Desejo: jovens e sexualidade. 2 ed. São Paulo: Forja, 1997.

KOSTMAN, Ariel. Doença grave incentivada na internet: dezenas de sites promovem a anorexia, um distúrbio alimentar que pode levar à morte. **Veja**, São Paulo. fev. 2004. Disponível em: [http://veja.abril.com.br/110204/p\\_090.html](http://veja.abril.com.br/110204/p_090.html).>. Acesso em: 10 jul. 2008.

MORENO, Montserrat. **Como se ensina a ser menina:** O Sexismo na Escola. São Paulo: Moderna., 1999.:

Rede de Desenvolvimento Humano (REDEH). **Não à violência contra à mulher fazendo escola:** textos para reflexão com educadores/as. 2 ed. Rio de Janeiro: REDEH, 2006.

Rede de Desenvolvimento Humano (REDEH). **Nunca é tarde - Orientação Sexual na Educação - Nunca é demais.** Rio de Janeiro: REDEH, 2000.

SAFFIOTI, Heleieth I. B. **Gênero, patriarcado e violência.** São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2004. (Coleção Brasil Urgente)

SÃO PAULO (Cidade). Secretaria do Governo Municipal. Coordenadoria Especial da Mulher. **Gênero e Educação:** caderno para professores. São Paulo: Secretaria Municipal de Educação, 2003.

SILVEIRA, Maria Lúcia da; GODINHO, Tatau et al (Orgs.). **Educar para a igualdade:** gênero e educação escolar. São Paulo: Coordenadoria Especial da Mulher: Secretaria Municipal de Educação, 2004.

SUPLICY, Marta. **Conversando sobre sexo.** 21 ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2000.

*Eu só quero é ser feliz  
E ser feminista na cidade onde eu nasci, eh  
E poder me orgulhar  
E ter a consciência que a mulher tem seu lugar.*

*(Paródia - Rap da felicidade)*

#### **Agradecimentos**

Eleutéria Amora da Silva, Gabriela Moreira da Silva, Julia Paiva Zanetti, Leidjane Pereira da Silva, Lísia Araújo de Sousa, Moara Paiva Zanetti, Isabel Cecília da Silva e Tamiris da Silva Donelli



Realização:



A Casa da Mulher Trabalhadora - CAMTRA é uma instituição sem fins lucrativos, que tem por missão ir ao encontro de outras mulheres com a perspectiva de colaborar para o fortalecimento de sua autonomia e despertá-las para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária.

ISBN 978-85-61881-00-9



9 788561 881009

Apoio:

MISEREOR  
IHR HILFSWERK



Fundo de Investimento Social