



**AconselhaME!**

Conhecimento é poder!

em REVISTA

Revista AconselhaMe! Digital

# Edição Especial Dia das Mulheres





**AconselhaME!**

Conhecimento é poder!

## Nossa equipe

Flávia Medule

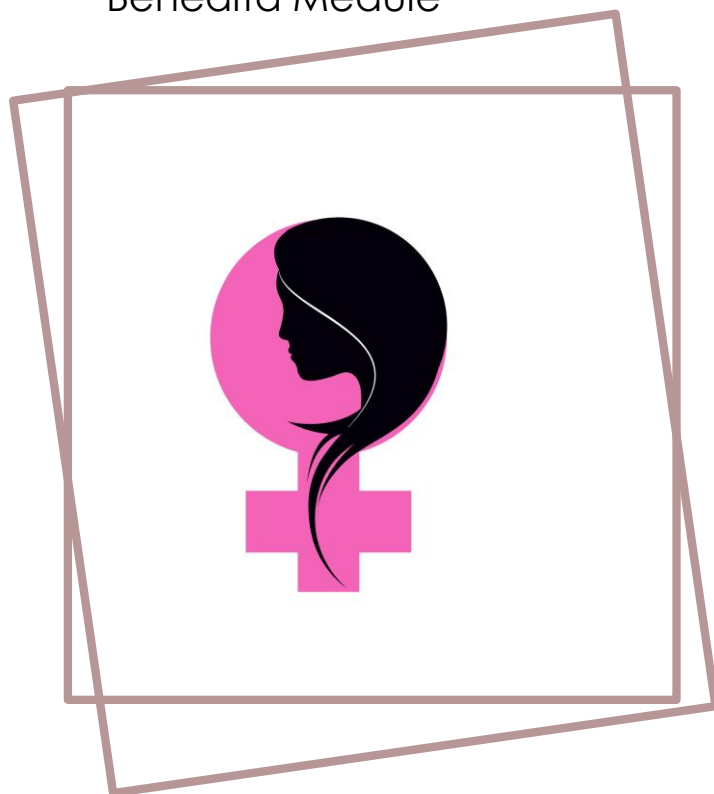
Adriana Rocha

## Colaboradoras

Fabiane Belarmino  
Jessica Nascimento  
Cleide Mello  
Jesy Caldeira  
Benedita Medule

## Leia Aqui:

- 2021 - Uma Reflexão
- Mãe
- O Porque do 08 de março?
- Relação da Mulher com a Agricultura
- Nutrição: Um ato de amor
- TPM e Nutrição da mulher
- "A Cidade das Damas"
- Sexismo e Educação
- A Infidelidade Conjugal x o Dano Moral
- Ódio às mulheres! Misoginia
- LGBTI Fobia é crime!
- Os momentos da História em que a sexualidade feminina foi alvo de crueldade
- Nossas principais Vitórias ao longo da nossa História
- Sou mãe de menina. E agora? Como a educo?
- Sou mãe de menino. E agora? Como o educo?
- Como acabar com o preconceito e discriminação?
- Mulher! Meu papel na sociedade

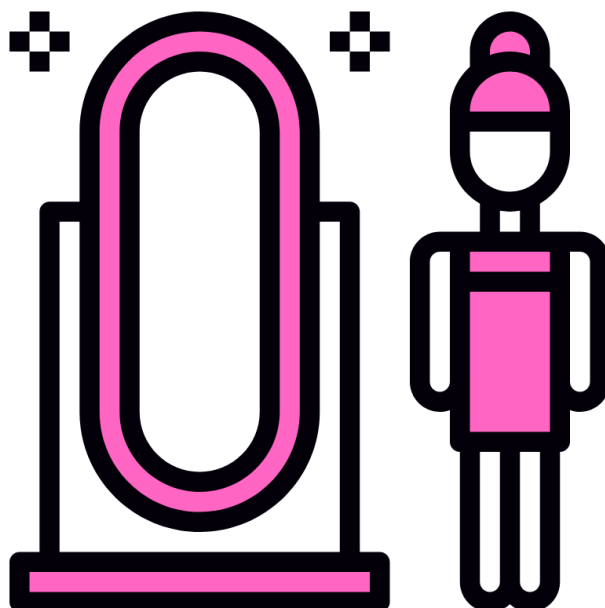


## APOIO



## 2021 – Uma Reflexão

Hoje quero  
propor algo  
diferente  
para vocês.



Que tal reencontrar uma pessoa muito especial para você  
Olhe para o espelho e enxergue aquela menina, sabe aquela cheia de sonhos, ou aquela que cantava, que brincava de boneca, ou bola, que corria de um lado pro outro, ou ficava ali sentada observando as outras crianças. Acredito que muitas coisas mudaram e fizeram com que você por n motivos abandonasse esses sonhos, por algum motivo pode ter se esquecido de você mesma e foi priorizando as pessoas e quando se deu conta.... Ah o tempo já tinha passado! Vamos modificar esse pensamento. Ainda há tempo!!!

Vamos pensar de forma positiva, deixando de lado o “Se”  
Já percebeu que o “Se” faz com que você deixe muitas coisas de lado e te consome de culpa?

Se eu não tivesse feito...]

Se eu não tivesse falado...

Se eu não tivesse deixado...

Vamos deixar o “Se” de lado, as culpas e vamos focar nos sonhos, na sua reconstrução?

Pode acreditar sei que não é fácil, porem tenho certeza que é possível!!!




Vamos juntas nos reencontrarmos com  
mesmas, nos admirarmos, fazer um carinho em nós mesmas,  
nos abraçarmos e fazer uma listinha dos nossos sonhos?  
Nesse primeiro momento coloque cinco sonhos em um  
papel. Deixe vir de forma natural, não fique com medo do  
julgamento de ninguém. Só escreva com o coração. Caso  
sinta-se confortável vou deixar no final desse texto meu  
e-mail. Adoraria receber sua mensagem me contando os  
seus sonhos e como foi sua experiência! Aproveitando  
que estou falando dos sonhos, do reencontro com nos  
mesmas, vou falar para vocês sobre o meu sonho e  
como algumas coisas aconteceram até aqui!



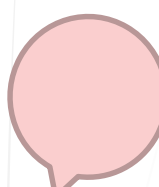
**Acreditem ou não eu tenho poucas memórias da minha infância. Lembro de uma infância feliz, mas também de uma infância e adolescência cheia de dúvidas, de sentimentos turbulentos e da dificuldade de falar sobre tudo que acontecia com alguém.**

**Uma coisa que me lembro e isso me alegra toda vez que penso é que sempre gostei de conversar com as pessoas, na verdade de ouvir as pessoas, sempre queria ajudar de alguma forma.**

Nossa quantas vezes me prejudiquei para ajudar o outro, isso entendo que não foi nada legal para mim principalmente.



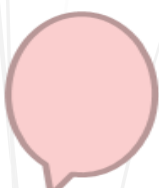
Gosto dessa lembrança, pois é nela que me encontro, o amor pelo meu trabalho. Foi com o trabalho de psicóloga que consegui me resgatar, consegui resgatar sonhos, consegui enxergar que eu precisava enfrentar os meus medos, meus “monstros” e por mais que uma voz me dizia, deixa pra lá, vai doer, pare, fique s menos doloroso, lutei, senti a dor de alguém que estava sendo quebrada e então SUBI e me curei de algumas feridas.



Já passei por situações difíceis, coisas que até hoje quando penso imagino, meu Deus será que vivi isso?

Antes olhava com pena de mim, hoje olho com orgulho, pois superei! Se tive apoio de alguém?

Posso dizer que muitas vezes as pessoas até da maneira delas tentaram me ajudar, mas no meu entender não era a ajuda que eu precisava. Vendo por esse lado eu também julguei as pessoas, me escondi e me justifiquei no medo. Tive vergonha, medo, entre outros sentimentos, mas depois que descobri quem eu realmente era, me aceitei, deixei de lado essas coisas e fui relembando dos meus sonhos.



Hoje com meus 43 anos estou realizando um sonho, que comentava com algumas pessoas e me parecia tão distante!

Sim, esse trabalho de hoje a Aconselha-me é a realização de um sonho que tenho a muito tempo, idealizado e colocado em pratica por outras pessoas com a minha ajuda!!!!

Meu objetivo com esse texto e me aproximar mesmo sem conhecer ainda o rostinho de vocês, um vínculo, um incentivo a não desistir de você!

**Não existe tarde demais quando existe sonhos, existe um coração mesmo que cheio de feridas pulsando pela vida!!!!**

# Mãe

Palavra doce e meiga,  
Simplicidade e Vida,  
Educação constante,  
E muitas vezes, Querida.

Deveriam dar-lhe flores,  
Abraços, beijos até.  
Carinho, Atenção e Amizade,  
Por tudo o que é a Mãe.

“Não colocá-la no altar”  
Porque Santa, não é não.  
Mas, criatura Bendita,  
Digna de Gratidão!

Do Lar ela é Rainha,  
Por mais humilde que seja,  
Tem sempre algo a doar,  
Alegria Benfazeja.

Amor, Ternura e Bondade,  
Vejam, se não tenho Razão,  
A Mãe é pura e simplesmente,  
“Instrumento do Criador” para a nossa Evolução.



# O Porque do Dia das Mulheres!



## História do Dia Internacional da Mulher



O Dia Internacional da Mulher é uma data comemorativa que foi oficializada pela ONU (Organização das Nações Unidas) na década de 1970. Essa data simboliza a luta histórica das mulheres para terem suas condições equiparadas às dos homens. Inicialmente, essa data remetia à reivindicação por igualdade salarial, mas, atualmente, simboliza a luta das mulheres não apenas contra a desigualdade salarial, mas também contra o machismo e a violência,

O Dia Internacional da Mulher existe, enquanto data comemorativa, como resultado da luta das mulheres por meio de manifestações, greves, comitês etc. Essa mobilização política, ao longo do século XX, deu importância para o 8 de março como um momento de reflexão e de luta. A construção dessa data está relacionada a uma sucessão de acontecimentos.

O Dia Internacional da Mulher existe, enquanto data comemorativa, como resultado da luta das mulheres por meio de manifestações, greves, comitês etc. Essa mobilização política, ao longo do século XX, deu importância para o 8 de março como um momento de reflexão e de luta. A construção dessa data está relacionada a uma sucessão de acontecimentos. Existe, no entanto, outra história que remonta a um incêndio que de fato aconteceu em Nova York, no dia 25 de março de 1911. Esse incêndio aconteceu na Triangle Shirtwaist Company e vitimou 146 pessoas, 125 mulheres e 21 homens, sendo a maioria dos mortos judeus. Essa história é considerada um dos marcos para o estabelecimento do Dia das Mulheres.



## Causas

As causas desse incêndio foram as péssimas instalações elétricas associadas à composição do solo e das repartições da fábrica e, também, à grande quantidade de tecido presente no recinto, o que serviu de combustível para o fogo. Além disso, alguns proprietários de fábricas da época, incluindo o da Triangle, trancavam seus funcionários na fábrica durante o expediente como forma de conter motins e greves. No momento em que a Triangle (fábrica têxtil Triangle Shirtwaist Company) pegou fogo, as portas estavam trancadas

Após a Segunda Guerra Mundial, o dia 08 de março tornou-se aos poucos o símbolo principal de homenagens às mulheres (em virtude da greve das russas). Também foi associado ao mês de março, a partir de então, o evento do incêndio em Nova York, ocorrido no dia 25, como narrado anteriormente.





A partir dos anos 1960, a comemoração do dia 8 de março já tinha se tornado tradicional, mas foi oficializada pela ONU apenas em 1975, quando essa organização declarou o Ano Internacional das Mulheres, como uma ação voltada ao combate das desigualdades e discriminação de gênero em todo mundo. Como parte desses esforços, o dia 8 de março foi oficializado como o Dia Internacional da Mulher.

O Dia Internacional da Mulher não é um mero dia voltado simplesmente a homenagens triviais às mulheres, mas diz respeito a um convite à reflexão referente a como a nossa sociedade as trata. Essa reflexão vale tanto para o campo do convívio afetivo, familiar e social quanto para as questões relacionadas ao mercado de trabalho. Inúmeros estudos comprovam que ainda hoje as mulheres sofrem com a desigualdade no mercado de trabalho em relação aos homens. A presença das mulheres no mercado de trabalho ainda é menor do que a dos homens, uma vez que dados de 2018 apontam que, no mundo, apenas 48% das mulheres maiores de 15 anos estão empregadas – para os homens, esse número é de 75%.

Atualmente, menos de 70% dos homens concordam com o fato de que muitas mulheres preferem trabalhar a ficar em casa cuidando de serviços domésticos. As mulheres ainda sofrem prejuízos no mercado de trabalho por engravidarem, uma vez que o número de mulheres que abandonam o seu trabalho por conta de seus filhos chega a 30%, enquanto que somente 7% dos homens abandonam seus empregos pelo mesmo motivo.



Para agravar essa situação, metade das mulheres que engravidam perdem seus empregos quando retornam da licença-maternidade e ainda, em pleno século XXI, existem aqueles que defendem que mulheres devem ganhar menos, simplesmente por poderem engravidar. Isso, inclusive, é uma realidade no Brasil, pois as mulheres recebem, em média, 20% menos que os homens.

Todas essas estatísticas demonstram como o preconceito de gênero prejudica as mulheres no mercado de trabalho. As mulheres, no entanto, não têm a sua vida prejudicada somente no mercado de trabalho, uma vez que a violência de gênero, o abandono que muitas sofrem de seu parceiro durante a gravidez e os assédios são realidades que muitas mulheres sofrem.

O 8 de março é um dia para reflexão a respeito de toda a desigualdade e a violência que as mulheres sofrem no Brasil e no mundo. É um momento para combater o silenciamento que existe e que normaliza a desigualdade e as violências sofridas pelas mulheres, além de ser um momento para repensar atitudes e tentar construir uma sociedade sem desigualdade e preconceito de gênero.

Fonte: <https://brasilescola.uol.com.br/datas-comemorativas>



A posição de domínio da espécie humana na Terra seria inconcebível se não lhe tivesse ocorrido, desde seus primeiros ensaios de vida em grupo, metodizar e incrementar a extração de alimentos que a natureza espontaneamente lhe dava. O surgimento de técnicas de plantio e, a seguir, de criação de animais foi o pilar central da formação de sociedades estáveis em que o homem passou de coletor, ou predador, a construtor engenhoso da sobrevivência grupal.

## Relação da Mulher e a Agricultura



**Agricultura é o conjunto de técnicas utilizadas para cultivar plantas com o objetivo de obter alimentos, bebidas, fibras, energia, matéria-prima para roupas, construções, medicamentos, ferramentas, ou apenas para contemplação estética (paisagismo).**



A descoberta da agricultura marca o fim do paleolítico e o início do neolítico, há cerca de 10 milhões a.C. (de anos antes de Cristo), sendo um acontecimento que teve e tem uma importância essencial para o aparecimento e continuidade de civilizações. Assim, a maior complexidade social da humanidade só começa após a descoberta da agricultura e da pecuária de espécies altamente produtivas, que favoreceram a permanência de grupos maiores em um mesmo local por um tempo indeterminado.

Nessa época nossos ancestrais já produziam uma grande variedade de ferramentas e viviam basicamente da caça e da coleta de alimentos silvestres, atividades feitas em grupo e com funções definidas para homens, mulheres e crianças. A densidade populacional era baixa e os grupos familiares vagavam por um vasto território, caçando rinocerontes, renas e cavalos.

Começou assim, alguns indivíduos de povos caçadores-coletores notaram que alguns grãos que eram coletados da natureza para a sua alimentação poderiam ser enterrados, isto é, "semeados" a fim de produzir novas plantas iguais às que os originaram. Os primeiros sistemas de cultivo e de criação apareceram em algumas regiões pouco numerosas e relativamente pouco extensas do planeta. Essas primeiras formas de agricultura eram certamente praticadas perto de moradias e aluviões das vazantes dos rios, ou seja, terras já fertilizadas que não exigiam, portanto, desmatamento.



Essa prática permitiu o aumento da oferta de alimento dessas pessoas, as plantas começaram a ser cultivadas muito próximas umas das outras. Isso porque elas podiam produzir frutos, que eram facilmente colhidos quando maduros, o que permitia uma maior produtividade das plantas cultivadas em relação ao seu habitat natural. Logo, as frequentes e perigosas buscas à procura de alimentos eram evitadas.

Você deve estar se perguntando, onde está a mulher nesta História? Na época, mulheres ficavam em grupos cuidando da prole (crianças) e os homens iam caçar. Portanto era já de se imaginar que a “mulher” preocupada com a subsistência dos filhos entre uma caçada e outra, e também com o risco que os homens corriam nestas caçadas, pensassem em modos alternativos de obter alimentos para todos e assegurar a vida dos homens, seus maridos e filhos. Alguns estudos sugerem que há cerca de 40 mil anos, na Europa, já havia uma certa divisão de trabalho entre homens e mulheres. Enquanto eles se encarregavam da caçada, elas, acompanhadas das crianças, acompanhadas das crianças, coletavam frutos silvestres, que não só completavam a alimentação, como muitas vezes eram um importante item da dieta.

# Nutrição: Um ato de amor!



Você sabia que a nutrição vai além do ato de emagrecer e que a magreza não é sinônimo de saúde? É isso mesmo que você está lendo! Estar saudável e se sentir bem com seu corpo é mais importante do que estar fisicamente magro.

Muito mais do que prescrever, o nutricionista tem a missão de oferecer uma alimentação diversificada, que gere a sensação de satisfação e bem estar, de dentro para fora.

É importante destacar que não existem alimentos vilões ou mocinhos, precisamos acabar com essa divisão. Os alimentos são bons e fundamentais, desde que consumidos de maneira adequada e com equilíbrio.



Um exemplo muito comum atualmente é o glúten, descrito como vilão das dietas, quando, na verdade, ele nada mais é do que uma proteína presente em muitos cereais. Algumas pessoas relatam que perderam peso após a retirada do glúten da alimentação, mas a perda de peso não se deu por conta disso, mas sim pelo fato de não terem consumido alimentos compostos pelos cereais, como o trigo, por exemplo, que está presente no pão, macarrão, bolo e afins. Sendo assim, a partir de agora, você só poderá dizer que o glúten faz mal se você for portador de doença celíaca, que é caracterizada pela intolerância permanente ao glúten.

O papel do nutricionista não é simplesmente elaborar uma dieta, mas também alimentar sentimentos bons, nutrir a autoestima e proporcionar sabores ao seu paladar. Invista na sua saúde, invista em você!



# TPM e Nutrição da Mulher



Você sabia que cada fase da nossa vida exige uma atenção nutricional diferente? Isso mesmo! Por conta das mudanças biológicas, fisiológicas e metabólicas, precisamos nos atentar a cada etapa pela qual passamos, para assim dar o que nosso corpo necessita naquele determinado momento. Um dos problemas mais comuns em várias fases da vida da mulher é a famosa TPM, caracterizada por alterações de humor, compulsão em comer certos alimentos e inchaço. Nesta fase existe a necessidade do aumento de serotonina (neurotransmissor responsável pela sensação de bem-estar), sendo preciso estimular o corpo a produzi-la, através do consumo de certos alimentos, principalmente os que são ricos em triptofano como, por exemplo, a banana, o abacate, queijos, beterraba, nozes, cacau, entre outros.





Já reparou se você sente um constante desejo por comer doces e outras "besteiras" durante a TPM? Pois é! Esse desejo surge justamente pela necessidade de serotonina, fazendo com que você busque por algo que satisfaça à vontade, amenize carência e preencha o vazio. É aí que entra a compulsão, pois comer apenas um pedacinho de chocolate não mata a vontade, então você pensa: "Por que não comer a barra inteira? Ou talvez fazer um brigadeiro e comer tudo sozinha?". Para evitar que isso aconteça, é preciso primeiramente identificar onde termina a fome e começa a vontade. Busque se alimentar de maneira equilibrada, consumindo corretamente as principais refeições e deixando para consumir o doce quando já estiver saciado a fome. Desta forma, ao consumir um pedaço de chocolate, não haverá um desespero por comer tudo de uma só vez, mas sim, um auto controle em saber que você está apenas degustando algo agradável ao paladar.



## "A Cidade das Damas"

Christine de Pisan (1364-1430) foi a primeira escritora profissional francesa, autora de poemas e de tratados de política e de filosofia



Pode parecer incrível, mas datam da baixa Idade Média as mais remotas ideias feministas. Christine de Pisan (1364-1430) foi a primeira escritora profissional francesa, autora de poemas e de tratados de política e de filosofia. Sua erudição, segundo consta, ultrapassa à dos homens que lhe foram contemporâneos em seu país. Sua obra prima intitula-se significativamente "Cidade das Damas", e fala da igualdade natural entre os sexos, além de registrar vidas femininas exemplares. Além disso, não por acaso, Pisan escreveu também uma biografia de Joana D'Arc (1412-1431), a padroeira da França e heroína da Guerra dos 100 anos.



Durante o Renascimento houve um retrocesso da condição social da mulher, que teve restrito seu acesso aos estudos e ao exercício de diversos ofícios e profissões. O mercantilismo confirma o homem como protagonista da história e devolve as damas ao recesso do lar. Mas não se pode deixar de mencionar figuras femininas incríveis, como Lucrecia Bórgia (1480-1519), filha do Papa Alexandre 6º., uma legendária "mulher fatal" que aliou beleza e poder de sedução para tornar-se instrumento da política de seu pai e de seu irmão. É o também caso de Catarina de Médici (1519-1589), originária da poderosa família florentina. Ela se tornou rainha da França, ao se casar com o duque de Orléans (futuro rei Henrique 2º.), e exerceu a chefia d Estado, como regente, de 1560 a 1574, com arbitrariedade e despotismo. Ao mesmo tempo, edificou em Paris o palácio das Tulherias, ampliou o acervo da biblioteca parisiense, ordenou a ampliação do Louvre e contribuiu para o engrandecimento da cidade. E a Rainha Vitória: "Estou cada dia mais convencida de que nós, mulheres, se queremos ser boas, femininas, amáveis e agradáveis na intimidade, não somos feitas para reinar." Difícil acreditar que esta afirmação partiu da mulher que esteve à frente do segundo mais longo reinado da história do Reino Unido, de 1837 a 1901 (64 anos), desbancado apenas por sua tataraneta, a rainha Elizabeth II, no trono desde 1952 até o momento.

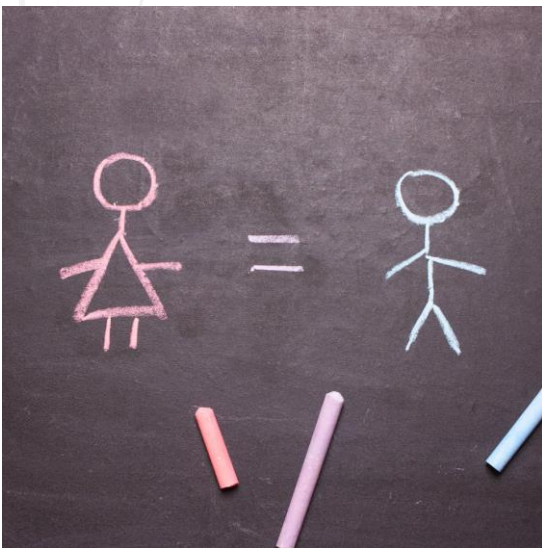
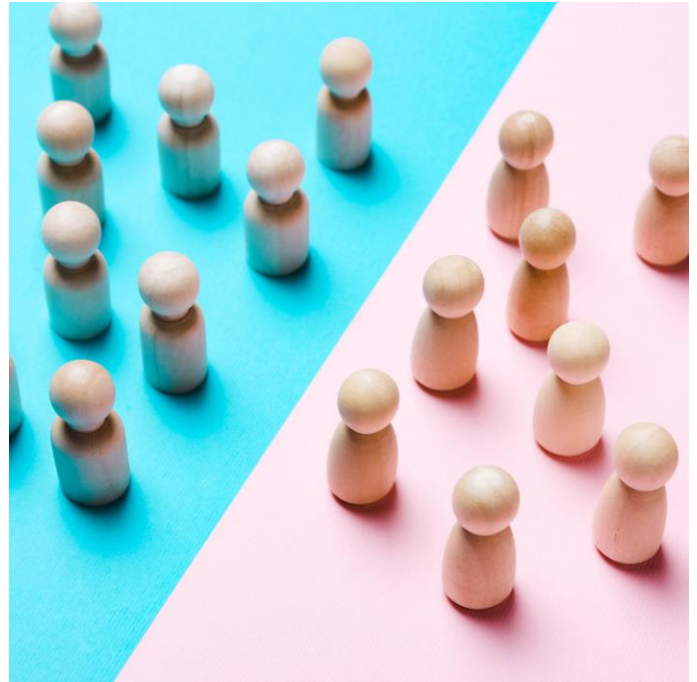


Acusada de ser contrária à emancipação feminina, a soberana se dividiu entre a teoria e a prática. Disparou: ***“Que a mulher permaneça o que Deus queria que fosse: um apoio para o homem, com deveres e uma vocação completamente diferentes”***.

Mas também se deu ao direito de desfrutar de certas liberdades, como o uso de clorofórmio em seu último trabalho de parto. De acordo com a mentalidade vigente, tal gesto levava à “degeneração moral”, uma vez que a dor do parto era compreendida como o castigo divino pelas transgressões e pelo pecado. “Imagine quantas mulheres passaram a se sentir autorizadas para ao menos tentar solicitar o uso do clorofórmio ao darem à luz?”

# Sexismo e Educação

Sexismo ou discriminação de gênero é o preconceito ou discriminação baseada no gênero ou sexo de uma pessoa. O sexismo pode afetar qualquer gênero, mas é particularmente documentado como afetando mulheres e meninas. Tem sido ligado a estereótipos e papéis de gênero e pode incluir a crença de que um sexo ou gênero é intrinsecamente superior a outro. O sexismo extremo pode fomentar o assédio sexual, estupro e outras formas de violência sexual



**Por uma  
educação  
não-sexista**



Leia, a seguir, os paradoxos (opiniões contrárias) sobre o homem e a mulher.

Homem não chora. Mulher é sentimento. Homem produz e tem. Mulher é improdutiva e recebe. Homem é livre. Mulher é dependente. Homem é provedor. Mulher é provida. Homem é cérebro, razão. A mulher é coração, emoção. Homem é gênio. Mulher é anjo. Homem é glória. Mulher é virtude. Homem é força. Mulher é lágrima. Homem é herói. Mulher é mártir. Homem é nobre. Mulher é sublime. Homem corrige. Mulher aperfeiçoa. Homem pensa. Mulher sonha. Homem é oceano. Mulher é lago. Homem é águia e voa. Mulher é rouxinol e canta. Homem domina o espaço. Mulher conquista a alma. Homem tem consciência. Mulher tem esperança.

Seguramente você nota que o poema “O homem e a mulher”, de Vitor Hugo, está quase todo aí, acrescentado de algum outro paralelo. Percebe que tudo o que aí é associado à masculinidade expressa poder, saber e força. E que tudo o que se refere à mulher caracteriza-se pela impotência, submissão e inferioridade. Aparentemente, contrastes sexistas nesses moldes igualam homem e mulher, mas, vistos com criticidade, eles perpetram o desrespeito às diferenças, cravam a desigualdade entre os sexos e imprimem a injustiça nas relações entre homem e mulher. violência, monopólio do homem, que vitimiza a ambos.

Discrepâncias nas ideias; injustiças na vida real. A sociedade cria, legitima e mantém papéis sociais identificados com os sexos e os veste feitos camisas-de-força nas crianças desde muito cedo. As crianças não são acolhidas pelo que elas são, mas pelo que a sociedade adulta quer que elas sejam. Daí o aprendizado sexista, desde cedo. Menino anda com o pai, joga com o professor e associa-se a grupos de meninos. Menina vive com a mãe, brinca com a professora e convive com meninas. Menino é conquistador. Menina é chorona. Menino pega peso. Menina lava prato. Menino tem carrinho. Menina ganha boneca. Bota é para menino. Menina usa sandália. Brinco e cabelo comprido são para ela. Eles usam cabelo curto e usam armas para brincar. Aí está: chegamos à raiz da violência, monopólio do homem, que vitimiza a ambos. Na escola a visão sexista de mundo se materializa na fila das meninas, nas salas ou carteiras reservadas para elas e nas listas de chamadas não elaboradas em ordem alfabética; nos materiais didáticos de cunho sexista e na postura dos profissionais da educação que são exemplos da divisão sexual entre as pessoas, dos preconceitos a eles correlatos, os quais são até socialmente incentivados. E o menino, que ouviu da própria mãe a frase que diz que homem não chora, é forte, e a menina, que escutou dos pais a ideia de que menina é recatada e deve ser sensível, vivenciam o prolongamento nos espaços escolares do aprendizado de que o mundo é machocêntrico, e, por extensão, branco e proprietárias. No fundo, todos esses paradoxos, capitaneados pelo viés sexista, mostram que, do ponto de vista econômico, político e cultural, a sociedade está muito bem compartimentada, com uma forminha de tijolo para cada pessoa humana, candidata natural a ser mais um tijolinho pacificado nos muros e paredes consagrados pelo grande corpo social.



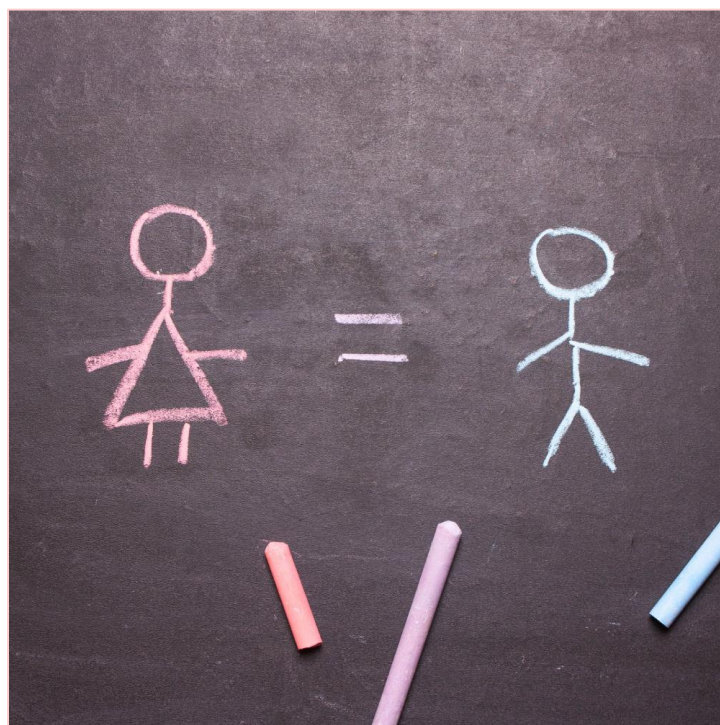
Uma educação não-sexista se propõe a ir contra tudo isso. Ela almeja, entre outras coisas, sair do campo teórico e descer à prática cotidiana, empreendendo ações que primem pela igualdade concreta entre os sexos. Orienta-se pelo que dispõe a Resolução 34/180 da Assembleia Geral das Nações Unidas (ONU), de 18 de dezembro de 1979, a qual pugna pela igualdade entre homem e mulher e a favor das “mesmas condições de orientação profissional, de acesso aos estudos e de obtenção de diplomas nos estabelecimentos de ensino de todas as categorias, tanto nas zonas rurais como nas urbanas”, afirma que “essa igualdade deverá ser assegurada na educação pré-escolar, geral, técnica e profissional, assim como em qualquer outra forma de capacitação profissional”; defende o “acesso aos mesmos programas, aos mesmos exames, a um pessoal docente com a mesma qualificação, instalações e material escolar da mesma qualidade” para todas as pessoas; propõe a “eliminação de qualquer concepção estereotipada dos papéis masculino e feminino em todos os níveis e em todas as formas de ensino mediante o encorajamento à educação mista e a outros tipos de educação que contribuam para alcançar este objetivo e, em particular, mediante a revisão dos livros e programas escolares e adaptação dos métodos pedagógicos”; diz ser correta a prestação das “mesmas oportunidades no que se refere à concessão de bolsas e outras subvenções para estudos”, além de assegurar ser justa a garantia das “mesmas oportunidades de acesso aos programas de educação supletiva, incluindo os programas de alfabetização para adultos e de alfabetização funcional, com vistas principalmente a reduzir, o mais cedo possível, qualquer desnível de conhecimentos existente entre homens e mulheres.”





Se programas de educação não-sexista forem implementados segundo essas orientações, já estaremos fazendo muito para que as diferenças entre homem e mulher não se transformem em desigualdades e em injustiças. Estaremos, ainda, combatendo a violência doméstica, de mulheres contra homens e de homens contra mulheres; estaremos prevenindo contra a violência social, de todos contra todos, pois o homem aprenderá a desenvolver maneiras mais sensíveis de ver o mundo e a mulher potencializará formas mais ativas de se inserir na vida. Eles se educarão para ser companheiros, não inimigos potenciais e reais na vida concreta do seu dia-a-dia.

É para essa direção que a psicóloga Malvina Muszkat aponta: “Queremos que as mulheres se fortaleçam, saiam da posição de vitimização. E que os homens expressem suas fragilidades. Em geral, os homens não falam de seus sentimentos. Muitos consideram essa fala como sinal de falta de masculinidade. Trabalhamos com os homens, estimulando que eles reflitam acerca de suas fraquezas e seus impulsos.”



A esperança é a de que, se chegarmos a esse ponto, homens e mulheres vejam o quão importante é lutar contra os custos da masculinidade, acarretados pelo monopólio masculino da força, do poder e da razão, ao passo que a mulher possa se dar conta dos prejuízos advindos com a aceitação de uma feminilidade lastreada na inferioridade, na vitimização e na dependência. Porém, isso não acontecerá da noite para o dia. A luta contra os paradoxos sexistas é árdua e exige dedicação diuturna e continuada. É por esse motivo que programas de educação não-sexista têm de ser pensados e levados a cabo, pois eles são potencialmente formadores de todos nós para a igualdade concreta entre as pessoas humanas, essa que pode nos trazer mais qualidade de vida, mais felicidade e realização.

Por Wilson Correia  
Mestre em Educação  
Colunista Brasil Escola

Fonte: <https://brasilecola.uol.com.br/educacao/por-uma-educacao-naosexista.htm>.



# A INFIDELIDADE CONJUGAL X O DANO MORAL



**Quantos casos de infidelidade conjugal você já teve conhecimento e quantas vezes já não se perguntou, se aquela infidelidade não seria passível de reparação por dano moral?**

É importante destacar que tratamos aqui da infidelidade conjugal, nas relações familiares de casamento civil ou união estável.

Sob a ótica do casamento a Lei Civil Brasileira nº 10.406/02, trata do deveres dos cônjuges, os quais nos vale à pena trazer ao conhecimento público:

08

**Art. 1.566.** São deveres de ambos os cônjuges:

I - fidelidade recíproca;

II - vida em comum, no domicílio conjugal;

III - mútua assistência;

IV - sustento, guarda e educação dos filhos;

V - respeito e consideração mútuos.

Sob a ótica da União Estável a Lei Civil Brasileira nº 10.406/02, trata do deveres dos conviventes, os quais nos vale à pena trazer ao conhecimento público:

**Art. 1.724.** “As relações pessoais entre os companheiros obedecerão aos deveres de lealdade, respeito e assistência, e de guarda, sustento e educação dos filhos”.

Esclarecido o aspecto jurídico quanto aos deveres dos cônjuges ou coniventes, passamos então a finalidade desse artigo, embora um temática ampla e de inúmeras possibilidades a serem ramificadas de acordo com o caso concreto, abordaremos o assunto de forma clara, porém resumida.

Quando falamos de infidelidade conjugal, logo pensamos na violação dos deveres do casamento ou da união estável, sim, é uma violação desse dever, porém, por si só, não gera o dever de indenização por danos morais. A reparação compensatória pela infidelidade conjugal, somente tem lugar em caso de ofensa à honra objetiva da vítima



Fato é que, não se pode negar que em alguns rompimentos por motivo de infidelidade conjugal, geram situações de grande violação do direito da personalidade do Cônjuge ou convivente traído, ou seja, a sua honra, que tem sua imagem ligada a chacotas e humilhação, gerando por vezes sérios problemas a saúde física, psíquica, a vida social, profissional, podendo ainda abarcar todo núcleo familiar.

E o que é a honra objetiva?

Quando falamos da honra objetiva, afirmamos que esta consiste na reputação da pessoa perante terceiros. Já a honra subjetiva, consiste no julgamento que a própria pessoa faz de si mesma. “É a autoestima, o sentimento de valorização pessoal, que toca a cada um”. (CRISTIANO CHAVES DE FARIAS; NELSON ROSENVALD. Curso de Direito Civil, 2012, 4 ed., vol.1, p. 255).

Assim sendo, não há dúvidas de que é possível a reparação do dano moral independentemente das consequências sociais do ato ilícito.

Neste caso, o dano causado pelo ato de infidelidade conjugal, independente da prática utilizada para a conduta do infiel, deve ser aferido quanto ao sofrimento da vítima e aos prejuízos causados na sua honra, mesmo que o fato tenha sido praticado à surdina.

Não se mensura aqui os sentimentos inerentes a uma relação conjugal, como amor, o carinho, afinal, ninguém é obrigado a amar ou dar carinho, porém, somos obrigados a respeitar as relações sociais nas quais somos partes integrantes, é dever dos cônjuges ou conviventes manter o respeito e proporcionar reciprocamente um convívio mútuo com dignidade, sendo este, o valor de que se reveste tudo aquilo que não tem preço, ou seja, que não é passível de ser substituído por um equivalente. É uma qualidade inerente aos seres humanos enquanto entes morais, quando ferida a dignidade do cônjuge traído, em paralelo causado um dano a sua moral.

.

Vale ainda ressaltar o palavra da Psicóloga:

## OS DANOS EMOCIONAIS DA INFIDELIDADE



A dor na alma e tristeza invadem a VIDA e o dia a dia da pessoa traída, os sentimentos de culpa, desamor, desesperança e negação passam a ser companheiros íntimos. Porém nessa onda de ambiguidade onde tudo se tornou permitido e "normal" fica difícil um comportamento claro.

Nesse contexto, indo na contramão afirmo que a traição machuca, destrói, dilacera, é um impacto que arrasa todas as construções emocionais e de memórias no período de relacionamento.

As emoções que emergem após a descoberta da infidelidade causam estragos e traumas emocionais muitas das vezes até irreversíveis como TAG (Transtorno de Ansiedade Generalizado), Depressão, Transtorno do Pânico, TEPT (Transtorno do Estresse Pós Traumático), entre outros, inclusive levando o sujeito a pratica de SUICÍDIO.



A Tristeza e os sintomas causados por esses transtornos são muitos, inclusive baixa auto estima, choro fácil, desânimo, falta de apetite, fraqueza, levando totalmente a mudança de rotina e prejuízo laboral.

Vale salientar que a pessoa traída pode reagir a traição de maneiras diferentes, tudo depende do contexto da relação e dos sentimentos nutridos pelo parceiro.

A traição configura a quebra do contrato dentro do âmbito emocional, levando o traído a um estado de luto, pois houve a morte de muitos sentimentos como as crenças e a segurança, levando o traído a ter dificuldades para relacionamentos futuros.

Trago uma reflexão sobre a infidelidade, ela é mais destruidora do que se possa imaginar, começa com pequenas mentiras e vem como um avalanche de dores e destruição, causando danos colaterais aos filhos, estes na maioria dos casos precisam de acompanhamento psicológico.

A cura dessa violência Psicológica é possível com acompanhamento médico e psicoterapia para ressignificar a dor e os sentimentos que emergem desse Trauma Emocional.  
**SUPERAR É POSSIVEL.**

# Ódio às mulheres! Misoginia

**Misoginia é uma palavra que tem por definição ódio às mulheres.**



A origem desse termo é grega e vem dos vocábulos miseó, que significa "ódio", e gyné, que tem como tradução "mulher".

Esse conceito abarca os sentimentos de desprezo, preconceito, repulsa e aversão às mulheres e ao que remete ao feminino.

Assim, a misoginia se instala em diversas sociedades e culturas através de comportamentos agressivos, depreciações, violência sexual, objetificação do corpo feminino e morte de mulheres (o feminicídio).

Relações entre misoginia, machismo e sexismo.

Os termos "misoginia", "machismo" e "sexismo" estão relacionados no sentido em que se sustentam a partir da depreciação do gênero feminino





Assim, a misoginia se instala em diversas sociedades e culturas através de comportamentos agressivos, depreciações, violência sexual, objetificação do corpo feminino e morte de mulheres (o feminicídio).

Relações entre misoginia, machismo e sexismo

Os termos "misoginia", "machismo" e "sexismo" estão relacionados no sentido em que se sustentam a partir da depreciação do gênero feminino.

A misoginia é vista como uma aversão doentia às mulheres. Tal comportamento tem bases psicológicas profundas, sendo até mesmo o reflexo de uma má elaboração da própria sexualidade daquele que a pratica.

No caso do machismo, ele se apresenta de forma mais naturalizada, com a ideia de superioridade dos homens. Essa concepção reverbera na sociedade de várias maneiras, até mesmo as mais sutis, como piadas, por exemplo.

Já o sexismo é quando uma pessoa acredita que existem "funções" que são destinadas apenas a um ou outro gênero sexual. Assim, elas acreditam que os homens e mulheres devem exercer determinados papéis. A pessoa sexista defende que os homens devem ser mais potentes, viris e tomar as decisões, e que cabe às mulheres serem obedientes, educadas, mães zelosas e cuidar dos afazeres domésticos.



## História da misoginia no mundo

O menosprezo ao gênero feminino é algo que atravessa a história da humanidade ao longo do tempo. Sua causa é em grande parte por conta de um sistema denominado como patriarcal, ou seja, uma estrutura de sociedade fundada no poder masculino.

Podemos perceber a misoginia em diversos povos da antiguidade, como na Grécia Antiga, cultura que teve grande importância na estruturação das sociedades ocidentais.

O célebre filósofo grego Aristóteles, por exemplo, afirmava que as mulheres são "homens imperfeitos" e que elas devem se sujeitar a eles, pois são "inferiores".

Podemos ainda detectar traços misóginos em várias vertentes religiosas. Na bíblia, livro sagrado do cristianismo, é possível encontrar passagens onde o prazer sexual feminino é condenado e as mulheres são vistas como veículos demoníacos.

A crença cristã defende também que as mulheres foram originadas a partir da costela de um homem e vieram ao mundo para servi-lo.

Já no alcorão, livro sagrado da religião islâmica, os fundamentos adotam a ideia que os homens são superiores em inteligência e fé.

O alcorão acredita ainda que as mulheres são, na realidade, uma porta para o pecado, devendo obediência aos seus maridos, caso contrário, os homens teriam permissão para lhes espancar.

Reconhecidos filósofos ocidentais explicitaram também pensamentos de desprezo e ódio às mulheres. É o caso de Jean-Jacques Rousseau (1712-1778), teórico suíço ligado ao Iluminismo e ideias de liberdade, mas que defendia que as mulheres devem ser constringidas desde meninas e educadas para a frustração a fim de submeter-se à vontade dos homens. Para se aprofundar no assunto, leia: [Femicídio: definição, lei, tipos e estatísticas](#)



## Sociedades matriarcais

Entretanto, nem sempre a humanidade foi dominada pelo comportamento misógino.

Na pré-história, há cerca de 35 mil a.C., havia populações na Europa e na Ásia em que as mulheres eram tão valorizadas quanto os homens e as relações entre os gêneros eram igualitárias.

Além disso, a figura feminina era considerada sagrada, pois é a mulher quem gera a vida em seu corpo. Essas culturas foram chamadas de matriarcais.

Reflexões sobre a misoginia

Todo esse acúmulo histórico de desvalorização ao gênero feminino foi passado à nossa sociedade atual.



Por meio dos esforços, lutas e movimentos feministas, as mulheres conquistaram cada vez mais respeito e passaram a ser mais valorizadas. Entretanto, a misoginia ainda é presente em praticamente todas as partes do mundo, gerando um clima hostil às mulheres e meninas.

Essa hostilidade afeta todos os gêneros, traduzindo-se em comportamentos agressivos direcionados ao feminino e uma enorme pressão sobre os homens, que sentem-se obrigados a demonstrar virilidade e potência, sufocando suas fragilidades. Portanto, essa forma de perceber as relações e entender o mundo ao redor só traz malefícios a todos, sobretudo às mulheres, mas também ao próprio homem misógino.

Laura Aidar

Arte-educadora, artista visual e fotógrafa. Licenciada em Educação Artística pela Universidade Estadual Paulista (Unesp) em 2007 e formada em Fotografia pela Escola Panamericana de Arte e Design, localizada em São Paulo, em 2010.

Fonte: <https://www.todamateria.com.br/misoginia/>



## **LGBTIFOBIA. É CRIME!**

Apesar de a LGBTIfobia ser crime, minorias são ainda invisibilizadas e precisam de cuidados maiores

O que é LGBTIfobia? Talvez seja estranho para quem ouve falar pela primeira vez do termo. Isso acontece porque estamos tão acostumados com o termo homofobia que esquecemos que a sigla LGBT inclui outros tipos de sexualidade.

Mas depois do estranhamento inicial, é fácil de compreender o que é LGBTIfobia. A LGBTfobia trata-se do ódio ou a rejeição às pessoas que pertencem a essa comunidade.

A LGBTfobia foi criminalizada em 19 de junho de 2019, através de uma decisão do STF que determinou que a discriminação por orientação sexual ou identidade de gênero seria um crime.

Agora quem comete alguma conduta criminosa contra pessoas da comunidade LGBTI+ é punido pela Lei de Racismo, que prevê crimes de preconceito por raça, cor, etnia, religião e procedência nacional. Isso até o surgimento de lei específica para tratar da questão.



Neste artigo, você vai poder entender melhor o que é a LGBTfobia, seu atual tratamento no Direito e quais são as perspectivas futuras para sua aplicação.

A utilização da sigla LGBT

Quando se fala sobre o que é LGBTIfobia, é normal que essa pergunta apareça. Optamos em utilizar a sigla LGBT porque a comunidade vem crescendo e, ao longo do tempo, surgiram novos tipos de sexualidade.

Acontece que mesmo a sigla LGBT não parece mais integrar todos os tipos de sexualidade. Atualmente, sua versão mais completa é LBTPQIA+, que significa:

- Lésbicas;
- Gays;
- Bissexuais;
- Transexuais;
- Pansexuais;
- Queer;
- Intersexual; e
- Assexual.

O “mais” é utilizado para aquelas outras pessoas que não se sentem contempladas com uma dessas 7 siglas.

Como estamos falando de diversidade, o reconhecimento acaba sendo de grande importância para quem se identifica com qualquer tipo de sexualidade que não seja de caráter heterossexual.

Os diferentes tipos de preconceito no cenário LGBTI+

Mas não pense que apenas a sigla LGBTI+ é suficiente para quem pertence à essa comunidade. Para quem não sabe, pode haver discriminação dentro do próprio grupo. Portanto, cada uma das categorias possui o seu próprio nome.

Se você quer entender o que é LGBTIfobia, é essencial também entender essas diferenças de nomenclatura para você não se perder depois na hora em que for lidar com o tema em questão.

Principais Tipos de Preconceito dentro da Comunidade LGBTI+



## A LGBTIfobia na prática



A depender da situação, é fácil perceber a LGBTIfobia em comparação com outras. Aliás, assim como o crime de racismo, a LGBTIfobia também ocorre de forma, muitas vezes, velada e enrustida nas relações sociais.

Pode acontecer em ambiente de trabalho, familiar, na escola, universidades e, até mesmo, em centros religiosos. Isso acontece porque muitas são as pessoas que ainda não sabem lidar com a diferença.

O preconceito é um sentimento hostil, geralmente motivado por julgamentos ou generalizações apressadas. Sem fundamento. Nesses casos, o diferente é sempre visto como inimigo e, por isso, é tratado com hostilidade.



Segundo a ONG britânica Stonewall, em torno de 19% dos trabalhadores lésbicas, gays e bissexuais já sofreram agressões verbais dos colegas ou clientes por conta de sua orientação sexual. Além disso, 13% afirmam que não vivem plenamente suas identidades de gênero porque acham que isso pode ameaçar seus empregos.

Já no Brasil, a situação é mais complicada. São em torno de 18 milhões de pessoas LGBTI+ e, mesmo assim, o país é um dos mais violentos para os homossexuais e transexuais. Na América Latina, é o país que mais mata gays e transexuais.

No trabalho, o cenário não muda muito não. Conforme pesquisa da consultoria Santo Caos, 40% dos entrevistados alegaram ter sido vítimas de preconceito no ambiente de trabalho devido à sua orientação sexual.

Por isso, fica claro que no Brasil a questão é um sinal para se manter alerta.

A Criminalização da LGBTIfobia

A presidente da Comissão Especial da Diversidade Sexual do Conselho Federal da OAB, Maria Berenice Dias, disse que há mais de 20 anos fala sobre a necessidade reconhecer e proteger os direitos da população LGBTI+. Porém acontece que os direitos LGBTI+ são ainda prematuros no país.



Afinal, somente em 2013, o casamento homoafetivo foi garantido pela Justiça brasileira. Quanto aos direitos dos transexuais, pior ainda. Apenas em 2018 o registro de nome para pessoas transexuais foi regulamentado pelo CNJ.

Diante desse cenário, com a criminalização da LGBTfobia não seria muito diferente.

Acompanhe o histórico para entender melhor.

Histórico da Criminalização da LGBTIfobia  
Você sabia que o primeiro projeto contra a homofobia foi apresentado em 2001? Isso mesmo. Há muito tempo? Quase 20 anos. O PL 5003/01 tinha como objetivo aplicar sanções a práticas discriminatórias devido à sexualidade de um sujeito.

Após 5 anos, esse projeto se transformou no PLC 122/06. Agora, com o objetivo de alterar a Lei de Racismo (Lei n. 7.716/89), em que incluiria, no texto da lei, discriminações contra sexo, gênero, orientação sexual e identidade sexual.



Esse foi um projeto que tramitou na Câmara dos Deputados durante 8 anos e, depois, arquivado pelo Senado em 2014.

Devido à tanta morosidade por parte do Legislativo, a comunidade LGBTI+ começou a se juntar, expor suas insatisfações e educar, aos poucos, a população sobre o que é LGBTIfobia.

Durante todo esse processo, líderes religiosos fizeram um abaixo-assinado contra o projeto de lei à favor da criminalização da LGBTfobia. E pasme! Esse documento foi defendido e apoiado por 1 milhão de pessoas.

Foi somente em 2019 que, finalmente, o STF aprovou a criminalização da LGBTfobia. Assim, determinou que crimes de ódio contra LGBTs serão punidos da mesma forma que os crimes de racismo. Apesar disso, a Lei de Racismo não sofreu alterações em suas disposições, apenas teve seu escopo de interpretação aumentado para as condutas de discriminação por orientação sexual e identidade de gênero. Dessa forma, a pena para quem pratica o crime é de 1 a 5 anos e a conduta é inafiançável e imprescritível.

Na época, surgiram diversas polêmicas sobre o STF estar legislando em causa própria. Porém, isso não ocorre no caso em questão, pois o Supremo apenas supriu a carência do legislador, haja vista a necessidade social da aprovação da medida.





## Os Benefícios da Criminalização da LGBTIfobia

A conscientização da população sobre o que é LGBTfobia vem aumentando aos poucos. Afinal, as novas gerações mostram-se mais tolerantes às diferenças, principalmente, a geração Z. Metade desses jovens acreditam que lutar por causas favoráveis aos direitos humanos é importante.

Por isso a criminalização da LGBTfobia não diz respeito, somente, à proteção da população LGBT, mas também à garantia do Direito da Dignidade da Pessoa Humana, um direito que deve ser assegurado a todo e qualquer cidadão. A comunidade LGBT, portanto, assim tem o direito de expressar livremente sua orientação sexual e identidade de gênero sem precisar temer pela vida.

A LGBTfobia também será considerada causa agravante para outros crimes, como difamação e se aplica a relações trabalhistas, criminais e de consumo. Portanto, qualquer conduta contra os direitos de pessoas LGBTs em alguma dessas situações pode ser enquadrada como crime de LGBTfobia.

## São Paulo contra a LGBTIfobia

O Estado de São Paulo parece estar bastante consciente sobre o que é LGBTfobia. No dia 25 de janeiro de 2020, a Lei n.17.301/20, que dispõe sobre sanções administrativas para práticas de discriminação em razão de orientação sexual e identidade de gênero, foi publicada.



Atos Atentatórios e Discriminatórios Contra os Direitos  
LGBTI+ (Lei n. 17.301/20 - São Paulo)

Perspectivas para o Futuro para os Direitos LGBTI+

A criminalização da LGBTfobia já foi o início de um grande caminho em prol da realização dos direitos LGBTs. Porém, quando olhamos de forma mais profunda para a questão, observa-se que a escassez de dados sobre a segurança dessa parcela da população mostra que a questão LGBTI+ é ainda invisibilizada.

Ou seja, é polêmica para a sociedade em geral, caso o contrário, os dados sobre a violência contra pessoas LGBTs seriam de fácil acesso. Assim, a comunidade LGBTI+ se vê na necessidade de se juntar e lutar ainda mais pela efetivação dos seus direitos.

Não será apenas uma mudança na lei que vai garantir a transformação da sociedade. Precisamos de pessoas realmente envolvidas com a causa e que estejam dispostas a mudar a maneira em que tratamos os LGBTI+ no Brasil. Quer ajudar a causa LGBTI+? Se junte a nós nessa missão

Você pode ser mais um a auxiliar a comunidade LGBTI+ a efetivar seus direitos, já pensou?



Agora que você já está por dentro sobre o que é LGBTIfobia e sabe um pouco sobre os desafios que a população LGBT enfrenta, pode ser um grande candidato para trabalhar em prol dos direitos LGBTI+. Pode ser difícil encontrar um curso ou uma especialização destinada apenas ao aprendizado dos Direitos LGBTI+, mas e se eu dissesse a você que isso agora é possível?

É isso mesmo que você acabou de ler!

Curso de Direitos LGBTI+ | Teoria e Prática

No curso de Teoria e Prática em Direitos LGBTI+, você vai aprender os desafios da comunidade LGBTI+ diretamente com um professor que, além de defender a causa, faz parte também do movimento.

Publicado por Brasil Jurídico em março 23, 2020 |

Atualizado em maio 1, 2020

Fonte: <https://blog.brasiljuridico.com.br/o-que-e-lgbtifobia/>



# Os momentos da história em que a sexualidade feminina foi alvo de crueldade



Em Salem, mulheres que tinham atitudes consideradas "liberais" eram condenadas à morte acusadas de bruxaria. Imagem: Reprodução Heloísa Noronha Colaboração para *Universa* 06/05/2018 04h00 De castigos terríveis para quem cometesse adultério até estupros legalizados e a fama incutida de que toda mulher oferece perigo e falsidade, a trajetória da sexualidade feminina é marcada por sofrimento e preconceito. Durante o período da Inquisição na Europa, o clitóris era tido como um sinal de que a mulher praticava bruxaria. O órgão, segundo os "estudiosos" da época, foi descrito como "o bico do seio do diabo". Durante a Inquisição, os boatos de feitiçaria e pacto com o diabo recaíam principalmente sobre as mulheres que, de alguma forma, carregavam algum estigma e não tinham papel definido na sociedade vigente: solteiras, viúvas, indigentes.

No século XIII, na Suíça, a mulher que praticasse o aborto sofria a punição de ser enterrada viva



No período em que a França estava sob o domínio dos nazistas, durante a Segunda Guerra Mundial, as mulheres tinham a obrigação de fornecer filhos para o projeto do III Reich de transformar a Alemanha na maior potência mundial. Assim, aquelas que optassem por interromper a gravidez, seja qual fosse o motivo, cometiam um crime contra a segurança nacional e, se condenadas, eram executadas.

A menstruação foi alvo de tabu durante vários momentos da história. Antes da invenção dos absorventes descartáveis, em 1930, também era motivo de grande desconforto. As mulheres tinham de usar faixas de tecido atalhado grossas e largas. Para piorar, ficavam ásperas e incômodas depois das lavagens. E ainda havia o inconveniente de achar um lugar para secá-las, já que não podiam ficar à vista dos outros - leia-se: homens. No Egito Antigo, o clitóris e os lábios vaginais eram extirpados como forma de evitar a infidelidade feminina. Ainda assim, as que tinham algum relacionamento amoroso fora do casamento e eram descobertas ficavam sem o nariz.



# A

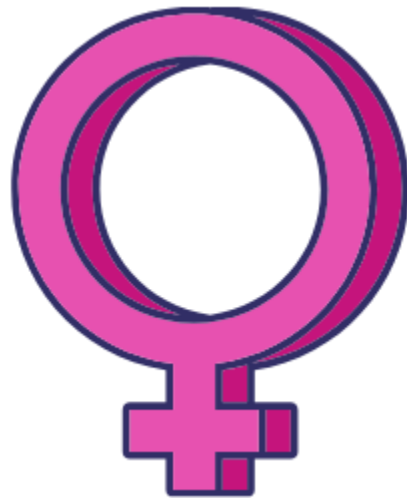
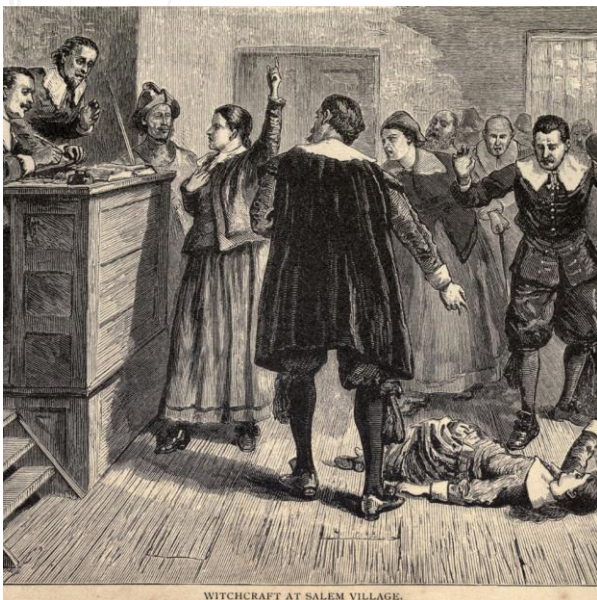
Já na Grécia Antiga, a libido das mulheres casadas era reprimida com requintes de sadismo: elas tinham de permanecer descalças o inverno todo, pois os pés frios, de acordo com credices da época, faziam o desejo sexual diminuir.

Em várias sociedades, em diferentes épocas, a mulher que cometia adultério sofria humilhações públicas e se transformava numa espécie de pária da sociedade. Na Roma Antiga, por exemplo, aquelas que pulavam a cerca eram obrigadas a vestir na rua uma toga curta e escura que se contrapunha ao branco puro das longas estolas das damas. O enredo da obra clássica "A Letra Escarlate" (1850), de Nathaniel Hawthorne, se passa na Salem (EUA) do século XVII e conta a história de Hester Prynne, uma mulher casada que acredita que o marido morreu nas mãos de índios. Ela se envolve com o reverendo local e acaba engravidando, mas se recusa a dizer o nome do pai da criança e é condenada à prisão. Ao sair, precisa usar a letra "A", de adúltera, bordada na roupa.



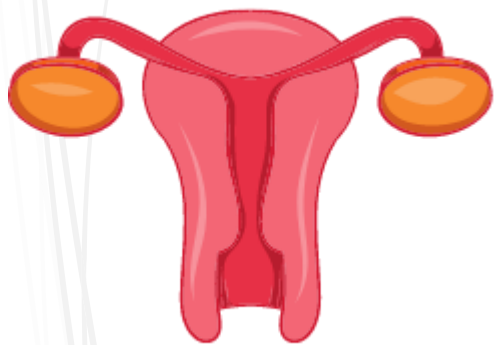
Durante vários séculos a Igreja Católica teve uma relação um tanto quanto hipócrita com a prostituição. Ao mesmo tempo em que a condenavam em seus sermões, vários membros solicitavam serviços sexuais - o "cliente" mais famoso foi o Papa Alexandre V (1431-1503), que certa vez promoveu uma orgia em que obrigava as moças a recolher castanhas do chão com a vagina. Já o Papa Clemente II (1000-1047) decretou que, ao morrer, as prostitutas tinham de deixar metade dos ganhos para a Igreja.

Na Idade Medieval, as mulheres eram praticamente o mal encarnado na Terra - ideia que a Igreja, obviamente, fazia questão de propagar. Eis algumas características relacionadas às mulheres: deixavam-se ser seduzidas facilmente, gostavam de bajulação, não conseguiam guardar segredos e eram tidas como desonestas, invejosas, falsas e geniosas. O sexo, portanto, abria praticamente as portas do inferno.



O ritual de mutilação do clitóris ("clitoridectomia") e da parte externa dos órgãos genitais femininos é uma tradição criada há mais de dois mil anos em alguns países da África, do Oriente Médio e do Sudeste Asiático. A extirpação é feita logo na infância com o propósito de impedir o prazer rudimentar. Algumas culturas ainda seguem a tradição que, em geral, é feita de modo precário, levando muitas mulheres à esterilidade. Durante o período colonial, no Brasil, os portugueses diziam que as negras e as índias eram mulheres sem honra e, por isso, livres para fazer sexo sempre que algum homem tivesse vontade.

Embora sejam relacionados à Idade Média, os cintos de castidade surgiram muito tempo depois, no século XIX, na Era Vitoriana. Não eram impostos pelos homens nem colocados para controlar a fidelidade das esposas, mas, ainda assim, sua história não é nem um pouco bela: esses instrumentos eram adotados pelas próprias mulheres para evitar serem estupradas nos locais de trabalho.

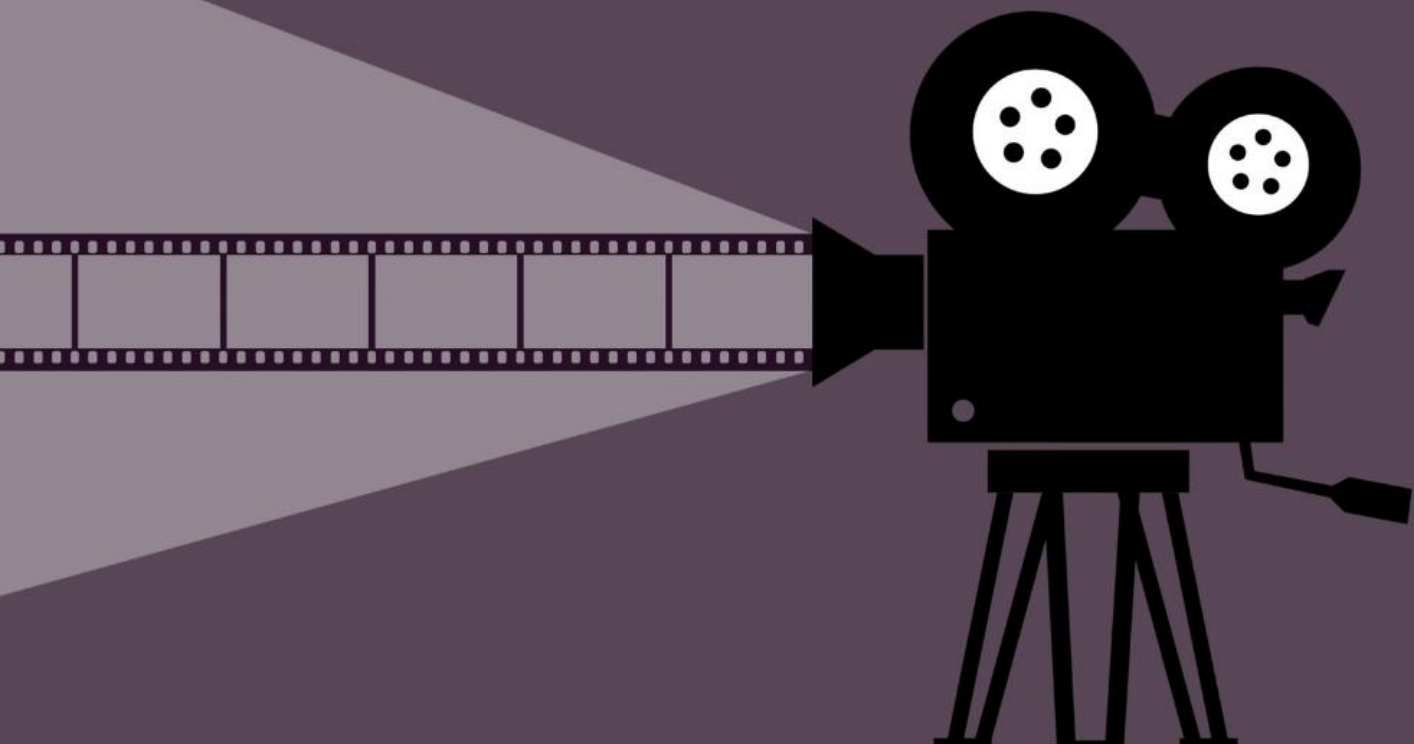


Na Europa, na Renascença, o estupro não era considerado crime, a não ser que fosse cometido contra crianças, idosos ou aristocratas. Mesmo estupradas, aquelas que engravidavam "perdiam a honra", pois havia a ideia que uma mulher só concebia se sentisse prazer durante o sexo. O resultado: muitas, impossibilitadas de casar, viravam prostitutas.



Na época da escravidão, no Brasil, muitos senhores se relacionavam com suas escravas. Mais do que obter prazer erótico, também tinham por objetivo aumentar o número de escravos da senzala. Incomodadas com a traição, mas sem voz diante de casamentos impostos e do poder patriarcal, as senhóras descontavam a raiva nas mulatas e nos bebês bastardos. Há relatos que senhoras que mandaram arrancar os olhos de mucamas ou matar e cozinhar pedaços de crianças e servi-los ao marido nas refeições.

A partir dos anos 1920, o cinema passou a impor novos comportamentos para o público - especialmente o feminino. As estrelas da Sétima Arte surgiam a bordo de vestidos decotados e curtos que mostravam as pernas e os joelhos, muita maquiagem, penteados modernos e hábitos extravagantes, como fumar. A sociedade conservadora passou a tratá-las como prostitutas vulgares e exemplo a ser evitado - pelo menos da boca pra fora, já que muitas mulheres da classe alta sonhavam intimamente com poder desfrutar de tanta liberdade



Em 1710, nos cafés londrinos, as pessoas podiam comprar folhetos sobre o perigo de doenças sexualmente transmissíveis. Fez enorme sucesso uma brochura anônima contra a masturbação chamada "Onania ou o Pecado Infame da Desonra de Si Mesmo e Suas Terríveis Consequências para Ambos os Sexos, com Conselhos Morais e Físicos Endereçados Àqueles Que Já Sofreram os Prejuízos Desse Hábito Abominável". As ameaças às mulheres eram cruéis, pois o leque de consequências do prazer solitário incluía desde a loucura até o aumento do clitóris, que ficavam do tamanho de pênis.



Fonte:  
<https://www.uol.com.br/universa/noticias/reacao/2018/05/06/os-momentos-da-historia-em-que-a-sexualidade-feminina-foi-alvo-de-crueldade.htm>

Lançado em 2001, o filme "Em Nome de Deus", de Nora-Jane Noone, mostra quatro jovens enviadas à força para um convento na Irlanda nos anos 1960. Baseado em histórias reais, o longa mostra que antes da revolução sexual do final da década era comum entre famílias conservadoras enviarem jovens "fora dos padrões" para expiar os pecados entre as freiras - na verdade, para encobrir a vergonha que provocavam. Assim, desde vítimas de estupro até mães solteiras e moças muito bonitas ou com atitudes consideradas provocativas tinham de ser internadas para uma possível "cura" entre as paredes católicas



## Nossas Principais Vitórias ao longo da História

# *História: Nossas Vitórias*

Conheça as batalhas mais importantes vencidas pelo movimento feminino, além de figuras marcantes na luta pela igualdade de direito entre os gêneros

A luta por igualdade de direitos é longa e, a cada dia, um novo capítulo é escrito. No último, as mulheres conquistaram o direito de dirigir na Arábia Saudita. Parece pequeno, mas, para aquelas que dependiam do marido para ir e vir, é uma vitória inestimável.

**1792:** A mulher começa a exigir seu direito ao voto na Inglaterra, além de ser o ano em que Mary Wollstonecraft escreveu *A Vindication of the Rights of Woman*, defendendo educação para meninas aproveitarem seu potencial.

**1827:** A primeira lei sobre educação para mulheres é proclamada no Brasil, mas, restringindo o acesso às escolas elementares.

**1832:** Nísia Floresta traduz a obra de Wollstonecraft sob o título de Direitos das Mulheres e Injustiça dos Homens. Trazendo tradução e suas próprias traduções, é considerada como a primeira feminista brasileira.

**1862:** As mulheres suecas votam pela primeira vez.

**1879:** As mulheres brasileiras conseguem o direito de frequentar instituições de ensino superior, mesmo sob críticas da sociedade.

**1887:** Rita Lobato Velho forma-se como a primeira médica brasileira.

**1857:** na cidade de Nova York, 129 operárias de uma indústria têxtil morrem queimadas em ação policial ao reivindicarem a redução da jornada de trabalho para 10h diárias, além da licença maternidade. Mais tarde, o dia 08 de março foi declarado como o Dia Internacional da Mulher

**1869:** Criada a Associação Nacional para o Sufrágio das Mulheres, nos Estados Unidos.

**1885:** Chiquinha Gonzaga estreia como a primeira maestrina brasileira.

**1893:** As mulheres neozelandesas conquistam o direito ao voto.







**1917:** Deolinda Daltro, professora e fundadora do Partido Republicano Feminino, lidera passeata exigindo que o voto fosse estendido às mulheres.

**1922:** Fundada a Federação Brasileira pelo Progresso Feminino (FBPF), por Bertha Lutz, a principal articuladora feminista do período.

**1928:** Juvenal Lamartine, governador potiguar, consegue alterar lei eleitoral para dar direito de voto às mulheres, no entanto, os mesmos acabaram anulados. No mesmo ano, a primeira prefeita da história brasileira foi eleita: Alzira Soriano de Souza, em Lajes (RN).

**1920:** Acontece, nos Estados Unidos, o movimento das sufragistas.

**1923:** As mulheres japonesas conquistam o direito de participar de academias de artes marciais.

**1928:** Juvenal Lamartine, governador potiguar, consegue alterar lei eleitoral para dar direito de voto às mulheres, no entanto, os mesmos acabaram anulados. No mesmo ano, a primeira prefeita da história brasileira foi eleita: Alzira Soriano de Souza, em Lajes (RN).



**1934:** eleita a primeira deputada do país, Carlota Pereira Queiróz. No período da Segunda Guerra, surgiu a imagem da operária Geraldine Hoff, simbolizando a luta das mulheres que assumiram os postos de trabalho no lugar dos homens que foram para o conflito. O tema criado foi “Yes, we can do it” ou “Sim nós podemos fazer isso”.

**1948:** Delegação feminina segue para as Olimpíadas de Londres com 11 mulheres, após 12 anos de hiato.

**1951:** a Organização Internacional do Trabalho (OIT) aprova a igualdade de remuneração entre homens e mulheres em funções iguais.

**1945:** a Carta das Nações Unidas reconhece, em documento internacional, a igualdade de direitos entre homens e mulheres.

**1949:** Simone de Beauvoir publica O Segundo Sexo, analisando a condição feminina, no mesmo ano em que acontecem os Jogos da Primavera ou, Olimpíadas Femininas.

**1960:** Maria Esther Andion Bueno é a primeira mulher a vencer quatro torneios do Grand Slam de tênis.



**1961:** Criada a primeira pílula anticoncepcional via oral. Tratou-se de uma revolução de costumes e liberdade sexual.

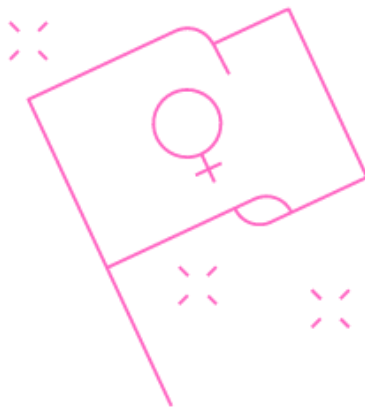
**1974:** Isabel Perón torna-se a primeira mulher presidente de uma nação, a Argentina.

**1979:** Neste mesmo ano, Eunice Michilles tornou-se a primeira senadora do Brasil, a Convenção para a Eliminação de todas as Formas de Discriminação contra a Mulher foi adotada pela Assembleia Geral e equipe feminina de judô se inscreveu em campeonato sul-americano.

**1962:** O Estatuto da Mulher Casada é aprovado no Brasil, resguardando que mulheres casadas não precisavam mais da autorização do marido para trabalhar fora de casa, além do direito de requerer a guarda dos filhos na separação.

**1975:** Proclamado o Ano Internacional da Mulher e, no mesmo ano, foi realizada a I Conferência Mundial sobre a Mulher, na qual foi criado um plano de ação.

**1980:** Criado o lema: Quem ama, não mata, em meio à criação de centros de autodefesa para coibir a violência contra a mulher.



**1983:** Minas Gerais e São Paulo tornam-se os primeiros estados a criar conselhos estaduais da condição feminina para discutir políticas públicas. No mesmo ano, o Ministério da Saúde instituiu o Programa de Atenção Integral à Saúde da Mulher. No mesmo ano, Sally Ride tornou-se a primeira mulher astronauta.

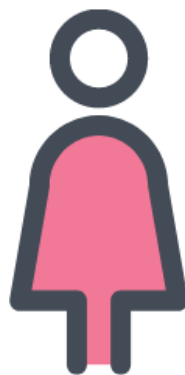
**1987:** Criado o Conselho Estadual dos Direitos da Mulher do Rio de Janeiro.

**1993:** A Conferência Mundial de Direitos Humanos, em Viena, destaca direitos e violência contra a mulher, gerando a declaração sobre a eliminação da violência contra a mulher.

**1985:** Criada a primeira Delegacia de Atendimento Especializado à Mulher, em São Paulo, além da aprovação do projeto de lei que instituiu o Conselho Nacional dos Direitos da Mulher, no intuito de eliminar a discriminação e aumentar a participação feminina nas atividades políticas, econômicas e culturais.

**1988:** Avanços na Constituição Brasileira por meio do lobby do batom, garantindo direitos e deveres iguais entre homens e mulheres perante a lei.





**1994:** Roseana Sarney é eleita como a primeira governadora de um estado brasileiro, o Maranhão, sendo reeleita quatro anos depois.

**1998:** Benedita da Silva torna-se a primeira mulher a presidir uma sessão do Congresso Nacional.

**2005:** Angela Merkel eleita a nova chanceler alemã, a primeira mulher a ocupar o cargo na história.



**1996:** Instituído o sistema de cotas na Legislação Eleitoral brasileira, garantindo a inscrição mínima de 20% nas chapas. Neste mesmo ano, Nélida Piñon é a primeira mulher a ocupar uma cadeira na Academia Brasileira de Letras.

**2003:** Marina Silva assume o Ministério do Meio Ambiente.

**2006:** Sancionada a Lei Maria da Penha (Lei 11.340/06), que aumentou o rigor nas punições em crimes contra a mulher. Com ela, homens podem ser presos em flagrante ou ter prisão preventiva decretada. No mesmo ano, o Parlamento Paquistanês mudou a lei islâmica sobre o estupro, retirando-o das leis religiosas e o incluindo no código penal. Anteriormente, caso a mulher não apresentasse “quatro bons muçulmanos HOMENS” como testemunhas, seria acusada de adultério.

**2010:** Dilma Rousseff eleita como a primeira presidente mulher do Brasil. Mesmo que não tenha feito um bom governo, como outros já o fizeram, será que o seu Impeachment não tem outra motivação? Só para pensar.....

**2015:** Sancionada a Lei do Femicídio, colocando o assassinato de mulheres entre crimes hediondos.

Temos muitas ainda pela frente, mas devagar se vai longe, já sofremos muito mais, agora, é uma questão mais de consciência e educação do que de proibições ou desautorizações.



## Sou mãe de menina. E agora. Como educa-la?



Quando se descobre que terá uma filha, uma mulher como você, um novo olhar se apossa da gente.

Tudo que eu passei na minha vida, ela também poderá passar. Isso as vezes nos apavora, em pensar todas as lutas que ela ainda tem a enfrentar, aprender uma serie de coisas para que possa crescer e se tornar uma mulher linda, forte e ao mesmo tempo sensível e empática.

Não podemos passar para ela nossos medos e frustrações, mas também não dá pra fingir que o mundo lá fora será um mar de rosas, porque não será.

Precisamos educar essa menina, para que ela encontre a forma dela de vencer a sua luta de mulher e melhorar um pouquinho mais a trajetória feminina. Para isso precisamos ensiná-la a:

Se amar

Amar

Sonhar

Se respeitar

Respeitar

Cuidar-se

Cozinhar

Lavar

Passar

Limpar

Sustentar-se

Pensar no futuro

Ser sensível

Honestidade

Lealdade

Empatia

Educação

Gentileza



Talvez com tudo isso que podemos lhe oferecer, ela consiga ser no final desta trajetória, pelo menos uma pessoa “alegre” que continue ensinando as futuras gerações a ser melhor.





# Sou mãe de menino. E agora. Como educá-lo?



Ao se descobrir mãe de menino, um misto de medo e apreensão. Ser mãe de menina a gente já sabe de todas as batalhas que ela vai precisar enfrentar.

Mas quando é um menino, é diferente, nossa responsabilidade de certa forma é maior. Precisamos educa-lo para ser o homem que sempre quisemos ter convivendo com a gente. Ensinar a ele que é preciso respeitar as mulheres.

Por outro lado, para ele o “mundo já está ganho” ele não tem pelo o que lutar. Aos homens todos os direitos já são assegurados. Como fazê-lo um Homem forte e ao mesmo tempo sensível as diversidades? Alguém que entenda que todos somos iguais e com direitos iguais, apesar de seres Humanos serem diferentes uns dos outros com toda a diversidade que lhe é peculiar. Talvez se ele aprender a:

Se amar

Amar

Sonhar

Se respeitar

Respeitar

Cuidar-se

Cozinhar

Lavar

Passar

Limpar

Sustentar-se

Pensar no futuro

Ser sensível

Honestidade

Lealdade

Empatia

Educação

Gentileza



Poderá fazer parte da mudança deste mundo, para um mundo mais justo para todos, onde todos os seres são respeitados e cuidados. E que ele aprenda que também pode precisar de outras pessoas, que não é onipotente, que ele é um simples grão de areia neste oceano de seres, humanos, animais, vegetais e minerais; um ser humano que tem o livre arbítrio de ser o construtor de uma vida melhor para si e para os outros, e que ter nascido homem não é uma vantagem, e sim uma responsabilidade, porque se Deus deu a força física a ele, é porque contava que ele iria usá-la para proteger e amparar seus irmãos desta jornada terrena.



# Como acabar com o **PRECONCEITO** e a **DISCRIMINAÇÃO**

Um dos maiores e mais graves problemas em nossa sociedade desde os primórdios são o **PRECONCEITO** e a **DISCRIMINAÇÃO**.



Ambos existem desde a idade medieval, onde viviam os bárbaros, como estes não eram de origem grega ou romana, eram escravizados e por isso não eram considerados humanos. Na Idade Média, foram criados paradigmas religiosos entre cristãos e pagãos, os que não professavam o cristianismo eram tidos como infiéis e perseguidos pela Igreja Católica na época. Daí em diante, começamos a ver outras categorias de preconceito, como: étnico, religioso, sexual, etc. Toda a atitude que exclui, separa e inferioriza uma pessoa, um povo, ou parte dele, é ir contra a **EDUCAÇÃO**.



A educação tem sido comprovadamente, o caminho mais acertado para combater esse mal que sempre assolou a sociedade. Estamos falando de educação e não de Instrução. Educação é o conjunto de aprendizados que o indivíduo apreende ao longo da vida que vai desenvolvendo sua moral, educação está sempre ligada à princípios morais.



Não ao moralismo, que elege comportamentos como valor universal, em detrimento a outros valores existentes.

Educação de a função de assegurar a formação e o desenvolvimento físico, intelectual e moral de um ser humano, promovendo o indivíduo a promover a melhoria de forma generalizada do ambiente onde ele vive.

Somente educando, desenvolvendo os valores de respeito, dignidade, aceitação e justiça, poderemos construir um mundo mais feliz e harmônico. Um mundo de paz e prosperidade. Porque enquanto houver injustiça, fome, violência, sofrimento e dor, não poderemos ser um planeta feliz.



# Mulher!

## Meu papel na sociedade.



Em geral o ser humano quer se destacar na multidão, buscar alta performance em tudo que faz. E quando esse ser é do sexo feminino temos uma missão ainda mais intensa. Mostrar o nosso potencial em meio a um ambiente social de machismo, preconceitos, violência e múltiplas tarefas que nos são impostas. Por isso temos que estar focadas nos nossos objetivos e seguir algumas dicas para potencializar nossos desempenhos. Não é fácil, exige auto respeito aos limites físicos, mentais, emocionais, psicológicos, entre outros.

Não há performance sem:

- Disciplina • Treinamento • Mudança de hábitos • Clareza de objetivo • Plano de ações • Foco



Performance é o resultado de ação + reação

Nesse contexto é fundamental nós mulheres exercitarmos a nossa inteligência emocional.

Mas você sabe o que é inteligência emocional

De acordo com a psicologia, inteligência emocional é a capacidade de identificar e lidar com as emoções e sentimentos pessoais e de outros indivíduos. ... Ou seja, é uma habilidade que permite que as pessoas gerenciem melhor seus sentimentos e a forma que agirão com base neles. Como você utilizar o que você tem, no ambiente em que você está, para conseguir o que você quer.



**Veja algumas habilidades em busca da inteligência emocional:**

- **AUTO OBSERVAÇÃO** – olhar para dentro de si e fazer a “listinha” das suas forças e pontos a desenvolver é fundamental
- **AUTOCONSCIÊNCIA** - consciência do seu papel no contexto que está inserido
- **AUTO GESTÃO EMOCIONAL** – autocontrole, o famoso contar até dez
- **EMPATIA** - se colocar no lugar do outro
- **HABILIDADES SOCIO EMOCIONAIS** - saber lidar com os desafios, analisar dados, gerenciar suas emoções e trabalhar de forma colaborativa com outras pessoas.

Uma dica para exercitar a busca pela alta performance é responder aos 4 pilares abaixo

- **GRATIDÃO = (POR QUÊ)** Quando você sabe quem você é e o que você faz, você encontra o seu “por quê”.
- **ENTUSIASMO = (PRA QUÊ)** O que te move? O que te inspira? Qual é a sua missão? Esse é o seu “pra quê”.
- **FÉ = (COMO)** A sua convicção determina os seus passos, ela te coloca em ação. Racional x Emocional – crenças x valores.
- **CAPRICHOS = (COM O QUÊ)** Fazer o seu melhor com os recursos que você tem. Usar o que você tem, para conseguir o que você quer no cenário atual, com as armas que já tem.

Feliz Dia das  
Mulheres,  
Todos os Dias!!!

