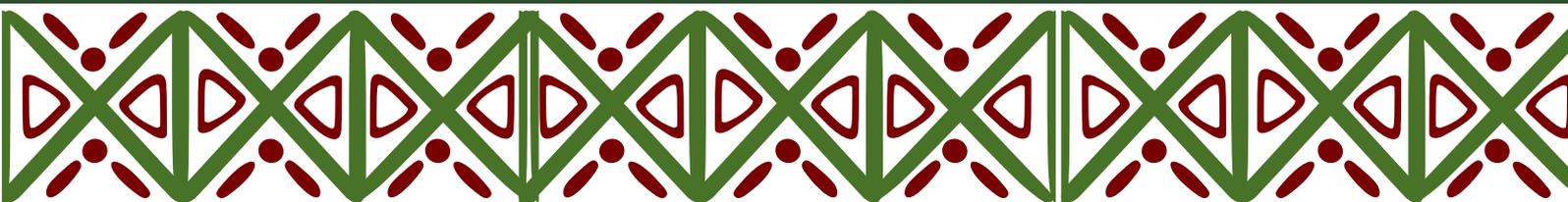


A woman with short dark hair, wearing a grey patterned sweater and dark pants, is sitting in a wheelchair. She is looking off to the side with a thoughtful expression. The background is filled with lush green plants.

DZUWA

DZUWA II JUNHO DE 2021

HONRAR OS LEGADOS DE RESILIÊNCIA, CURA E RESISTÊNCIA



PALAVRAS DA REPÚBLICA FEMINISTA

Lançada em Julho de 2020, Dzuwa uma revista online produzida pela República Feminista tem como objectivo destacar as práticas de cuidados individuais e colectivos das Mulheres Africanas Defensoras dos Direitos Humanos, enquanto cria uma plataforma para a partilha de conhecimentos e tratamento. A República Feminista gostaria de responder à crescente necessidade da WHRDS africana de ter acesso a ferramentas, ideias e recursos que possam melhorar os seus cuidados individuais e colectivos enquanto lutamos com a pandemia da COVID - 19, a revista Dzuwa é uma dessas ferramentas. Esta edição em particular apresenta, entre outras, histórias de resiliência e ideias em torno da justiça curativa das defensoras e activistas da Justiça na Deficiência. Estas histórias desvendam oportunidades para nos conectarmos umas com as outras e com as nossas comunidades, apesar das diferentes regiões em que nos encontramos durante este tempo de crise. Dzuwa Vol II centra-se na Justiça das Pessoas com Deficiência, um termo não compreendido por muitos. A Justiça na Deficiência, tal como se lê em algumas das peças aqui apresentadas, examina a deficiência e a capacidade e como esta se relaciona com outras formas de opressão. Dzuwa Vol II centra-se em como a Justiça na Deficiência pode ser usada como uma ferramenta poderosa para lutar pela mudança social, mas também como vemos e compreendemos a deficiência, que não se limita apenas ao acesso, mas também como nos organizamos na comunidade. Em Dzuwa Vol II estamos a **"Honrar legados de resiliência, cura e resistência"** numa altura de crise e mais além.

Nesta edição, honramos as experiências das activistas durante a COVID-19, destacamos histórias de como as WWDs têm sido capazes de curar e cuidar umas das outras apesar dos múltiplos riscos que enfrentam.

Durante o período da COVID-19, testemunhámos Mulheres com Deficiência (WWDs) a serem desproporcionadamente

afectadas por barreiras ambientais que limitaram os seus movimentos, barreiras financeiras que significaram que apenas indivíduos privilegiados conseguiram o que necessitavam e barreiras institucionais e sistémicas que lhes negaram acesso às necessidades básicas e apoio.

Ao trabalharmos para coordenar e partilhar conhecimentos, reunimo-nos entre diferentes Mulheres Africanas Defensoras dos Direitos Humanos e regiões, o nosso apelo através desta revista é que passemos dos Direitos das Pessoas com Deficiência para a Justiça das Pessoas com Deficiência, para mais esforços colectivos e reimaginemos um mundo de movimentos cruzados que não se aproveitam das capacidades, que dão prioridade e que começam do zero.

Através dos poemas, obras de arte e entrevistas, prevemos que tanto as WHRDs (Mulheres Defensoras dos Direitos Humanos) como os seus parceiros serão capazes de obter uma compreensão mais variada da forma como o capacitismo se interliga com todos os diferentes movimentos e outros sistemas de opressão. Esta edição foi criada com o apoio de activistas, defensoras da Justiça dos Deficientes e defensoras curadas com o apoio de **Ndapwa Alweendo** uma activista feminista da Namíbia, **Faith Njahira** uma Campeã da Justiça dos Deficientes do Quênia e **Ekaete Umoh** uma defensora da Justiça dos Deficientes da Nigéria que recentemente se juntou ao Conselho do Fundo de Acção Urgente - África. Foram capazes de fornecer conhecimentos inestimáveis a Dzuwa Vol II.

Esperamos que possa desfrutar do Dzuwa Vol II e sintá-se à vontade em contactar-nos com os seus pontos de vista, sugestões e **ideias** feministrepublik@uaf-africa.org.

Shinaz ALI -
Curadora de Cultura da República
Feminista, Editora Dzuwa II,
Junho de 2021

Justiça na Deficiência: Mais do que uma mudança de nome

POR FAITH NJAHIRA

Saudações as minhas irmãs, queridas, idosas com deficiências, e as nossas aliadas não deficientes! É com grande prazer que vos dou as boas-vindas a esta edição da Dzuwa, onde tentamos elevar e centrar as portadoras de deficiência e as questões que nos preocupam como um movimento em direcção a justiça na deficiência. Reconheço que o termo "justiça na deficiência" e o que ela representa pode ser uma novidade para algumas de nós, por isso vou fazer uma introdução.

A justiça na deficiência foi criada por indivíduos negros e mestiços, transexuais, género não binário com deficiência em Turtle Island, América do Norte. Eles queriam chamar a atenção à forma como a raça, género, cidadania, uso de serviços psiquiátricos, deficiências visíveis ou invisíveis, e até o facto de não ter casa são factores cruciais que moldam o acesso aos direitos como pessoas com deficiências para além das políticas governamentais.

A justiça na deficiência considerada em comunidade por Pecados Inválidos (um projecto de justiça baseada na deficiência de performance que estimula artistas com deficiência) é guiado pelos seguintes dez (10) princípios: intersectorialidade, liderança dos mais impactados, política anti-capitalista, compromisso de organização do movimento transversal, reconhecimento pleno, sustentabilidade, compromisso de solidariedade, interdependência, acesso colectivo, e liberdade colectividade.

Em solidariedade com a deficiência, gostaria de oferecer as palavras da Patty Berne sobre justiça na deficiência: "Está é a justiça na deficiência, uma homenagem aos legados de longa data da resiliência e resistência que são herança de todas nós, cujos corpos ou mentes não se conformam. A justiça na deficiência é uma visão e prática do futuro, mapa que criamos com os nossos antepassados e os nossos bisnetos em diante, na amplitude e profundidade das nossas múltiplas histórias, um movimento em direcção a um mundo em que todas as mentes são conhecidas como belas". Caso se perguntem

continuação

como este conceito desenvolvido fora do continente africano nos pode servir, aqui estão os meus pensamentos sobre como nos podemos empenhar e adoptar a justiça da deficiência de uma forma significativa.

Na sua maioria, o trabalho sobre deficiência tem sido financiado e conduzido por organizações internacionais não governamentais com origens fora do continente africano. Estas organizações com boas intenções muitas vezes não têm experiência em primeira mão de lidar com o racismo internamente ou partilham um profundo conhecimento da navegação e do confronto com as mentalidades de protecção dos brancos em que se baseiam. Eles não têm se engajados honestamente com os sistemas que mantêm o seu trabalho em movimento, tais como guerras financiadas pelos seus próprios governos ou a sua estrutura de governação que mantêm hierarquias e muitas vezes só têm pessoas brancas do sexo masculino que compõem o seu número de pessoas deficientes em posições de gestão superior. Onde vários requisitos (por mais contestados que sejam) por parte dos governos africanos têm visto estas organizações contratando negros africanos para posições de liderança de topo no continente, estes indivíduos são raramente as pessoas com deficiência.

Esta edição chega até vós como um trabalho de amor, resultado de tantos anos de conexões em plataformas das redes sociais onde tenho visto as minhas irmãs com deficiência reclamando espaço, sem aguardar por permissão de um mundo que não foi criado para os nossos corpos e mentes que têm deficiências, quer tenham ou não sido reconhecidas pelo sistema médico.

As contribuições desta edição foram generosamente oferecidas durante episódios depressivos, momentos de trabalho por cansaço, novos diagnósticos, períodos de tomada de decisões que alteram as decisões durante a pandemia sem garantia de acesso ao emprego, ou através de períodos de dor crónica.

Esta edição cria espaço para relatos de ficção e não-ficção das experiências vividas pelos nossos colaboradores e pessoas que se sentem representadas e victimas destes relatos. Poderá encontrar obras de todo o continente que falam sobre a organização de deficientes, as suas realidades que só podem ser verdadeiramente capturadas na escrita fictícia, e as frustrações

continuação

de atletas deficientes e mulheres surdas que trabalham na redução da poluição num mundo em que algumas deficiências são em resultado directo de injustiças ambientais.

Aos colaboradores que confiaram em mim e ao resto da equipa pelas suas obras, agradeço-vos e espero que se sintam verdadeiramente apreciados. Para o leitor com deficiência que passa por esta edição, espero que possas ser feliz, rir, chorar, e aproveitar momentos para parar enquanto lês ou ouves estas obras que espero que nos permitam pensar na libertação colectiva. Como pessoas com deficiência, somos muitas vezes obrigadas a escolher com que pedaços de nós próprias nos movemos para diferentes lugares, problemas acrescentados nas nossas identidades transexuais, não binárias, ou a nossa cidadania questionada, o que muitas vezes torna muito mais difícil o reconhecimento da nossa plenitude. Espero que se sintam representadas através desta edição.

Para os nossos amados aliados, espero que se deixem levar pelo desconforto de não compreenderem o que estamos a falar em algumas obras, de não perceber "qual é o grande problema" sobre os pedaços de nós que aqui partilhamos, perceber que muito mais trabalho tem de ser feito internamente para garantir que os danos dos indivíduos com deficiência já não sejam de um lugar de privilégio ignorante, e que o leiam com amor.





Comunidade Colectiva Dentro dos movimentos

POR SHINAZ ALI-ZAIDS

Ao sentar-me para escrever este artigo, não pude deixar de reflectir sobre os desafios que enfrentámos na obtenção de candidaturas sobre Justiça em matéria de Deficiência. Os planos iniciais da Dzuwa eram centrar-se na Justiça em matéria de Deficiência na África Austral; uma decisão que foi fundamentada pelos conhecimentos retirados do nosso programa de concessão de subsídios na UAF-Africa. Raramente recebemos candidaturas destes países sobre Justiça em matéria de Deficiência e pensei que este era um momento oportuno para destacar o trabalho das activistas e defensoras Feministas da Justiça em matéria de Deficiência nestes países. Ao antecipar esta questão, eu era como uma criança à espera de um presente, entusiasmada com o que iríamos encontrar, entusiasmada para aprender sobre o trabalho das activistas da Justiça das Pessoas com Deficiência no Lesoto, encontrando práticas de cura no Botswana, e aumentando a minha rede com activistas da Namíbia. Contudo, o meu entusiasmo foi de curta duração; começou a desvanecer-se à medida que embarcava na divulgação online. Uma grande percentagem de grupos e organizações acabaram por se ver mais inclinados a direitos mais amplos das pessoas com deficiência. Onde estavam as activistas feministas centradas na Justiça das Pessoas com Deficiência? Onde estavam as activistas feministas dos direitos das mulheres? Onde estavam as vozes das mulheres que durante anos foram marginalizadas? Quem falava de questões de deficiência? Em nome de quem? Quem cuida das Mulheres com Deficiência (WWDs)?

O facto de não termos encontrado organizações feministas centradas na Justiça na Deficiência levou-me a reflectir sobre a forma como o movimento tem sido silenciado; esta área de trabalho foi deixada às defensoras da Justiça na Deficiência. Esta realidade não reflectiu a luta da Justiça dos Deficientes contra uma "independência" onde os movimentos existem por si próprios e dependem de si próprios. Dentro do enquadramento da Justiça na Deficiência, o Movimento de Deficientes deveria ter pessoas/grupos que se mobilizassem, tal como deveria mobilizar-se atrás de outros movimentos. Não devemos isolar a deficiência das questões raciais, o movimento feminista, SDSR, classe, etc. A Justiça das Pessoas com Deficiên-

cia, por si só, analisa como diferentes sistemas de opressão se amplificam uns aos outros. Assim, ao lutarmos contra outras formas de opressão, devemos também lutar contra o capacitismo e o papel que este desempenha na ampliação das engrenagens do patriarcado. As vidas das WWDs não devem ser tornadas invisíveis enquanto nos concentramos noutras formas de opressão, porque todas elas se cruzam.

Como defensoras e activistas de justiça, precisamos de olhar para todas as questões e como elas se sobrepõem. Não podemos resolver uma questão e deixar outras pendentes. É disto que o Direito das Pessoas com Deficiência se trata; olhar para os sintomas da desigualdade dentro do Movimento das Pessoas com Deficiência e não nos concentrarmos nas causas de raiz, lidando com questões singulares que marginalizam as guerras sem considerar as outras formas de violação que enfrentam como mulheres não conformes com o género, mulheres que praticam outras religiões, mulheres sem terra, e aquelas que são de outras raças. A lista continua.

A UAF-Africa e a República Feminista tentam preencher lacunas quando há uma ausência de vozes nos espaços onde deveriam existir e lacunas que resultam de financiamento inadequado em torno do trabalho da Justiça em África, bem como da desunião dentro dos movimentos. Apenas cerca de 4% dos fundos que a UAF-Africa recebe para apoiar as activistas feministas provêm de doadores que se centram no trabalho em torno da deficiência. Isto, por sua vez, limita o alcance nesta área específica, mas também minimiza os esforços da República Feminista em torno dos cuidados colectivos e da justiça curativa como recurso financeiro é fundamental para assegurar que os cuidados estejam no centro da Justiça sobre Deficiência, especialmente durante a pandemia. A COVID-19 tornou as mulheres com deficiência mais susceptíveis a colapsos mentais e outras questões psiquiátricas e relacionadas com a saúde, algumas causadas pelo isolamento. As guerras enfrentam continuamente desafios na participação em diferentes fóruns, deixando-as à procura de alternativas para cuidar de si próprias. Na nossa busca de mudança, não devemos esquecer que as pessoas mais afectadas devem estar no centro das conversas sobre mudança.

Comunidade Colectiva Dentro dos movimentos

POR SHINAZ ALI-ZAIDS

A justiça na deficiência é articulada com o colectivismo (acesso colectivo e cuidados colectivos), em oposição ao autocuidado. Sem fazer mudança dos cuidados como única responsabilidade para os cuidados definidos no âmbito da Justiça em matéria de Deficiência, não podemos perspectivar a cura para as WWDs. Isto tornou-se ainda mais evidente com o surgimento da COVID-19. Vimos como o cuidado das WWDs foi deixado para trás, uma responsabilidade individual em vez de uma responsabilidade colectiva.

Para passar desta para uma maior unidade em si e na comunidade, temos de criar uma rede de cuidados colectivos onde os activistas possam partilhar as suas experiências, aprender uns com os outros, e com o tempo recuperar. A cura, como sabemos, não é um evento linear; assume diferentes formas, leva tempo, e envolve a comunidade, ocupando espaço para nós próprias e para as nossas comunidades. Como é que formamos uma comunidade de cuidados que reconhece a integridade dos indivíduos e aprecia o que eles trazem à mesa em termos de experiências de vida e lições? Este é o ponto em que a solidariedade do movimento transversal precisa de entrar em jogo. A justiça em matéria de deficiência exige uma atitude de unidade. Temos o poder dentro de nós, em criar uma rede de cuidados que inclui todas as mulheres que são afectadas pelas diferentes formas de patriarcado, uma estrutura que olha para as WWDs não como mulheres que necessitam de caridade, mas como parceiras numa solidariedade que não é inerentemente hierárquica. Em solidariedade, precisamos de identificar recursos sustentáveis para cuidados colectivos, tanto dentro dos diferentes movimentos de deficientes como transversalmente. Os cuidados

colectivos não devem ser um lugar de invalidação das experiências dos outros. Concentrar-nos nos cuidados colectivos não significa que o autocuidado seja menos importante. Pedem-nos que imaginemos um cenário possível em que se solicita a WWD que medite ou tire um tempo para descansar num mundo que já a separa, como um cenário que a poderia fazer sentir-se mais isolada do que praticar a cura, meditar, ou tirar um tempo em comunidade que poderia ser uma experiência menos isoladora.

Em conclusão, há uma necessidade urgente de obter recursos, tanto financeiros como técnicos, a um nível que esteja consciente do colectivo e ligado à Justiça na Deficiência. Além disso, um conhecimento que permita que as mulheres com deficiência possam definir o que é o bem-estar para elas, em vez de tentar consertar o que presumimos estar quebrado, é um passo necessário em frente. Todos os corpos são definidos pela sexualidade, religião, capacidade, entre outros identificadores. É minha esperança que mais e mais movimentos comecem a apreciar o quanto estão ligados e interligados, e não a ser mulheres de silo, especialmente tendo em conta as lições que aprendemos com a pandemia.

*Sem
comunidade não
há libertação
- Audre Lorde*



Sobre a modelo de capa;

PICHA NA SIMULIZI NA N A M A F U A M U T S E

Agnes Hausiku que trabalhou com organizações como a Associação Namibiana para as Mulheres Diferentemente Habilitadas, está actualmente a estudar trabalho social e está a trabalhar no Ministério de Minas e Energia em Windhoek como funcionária administrativa no departamento de compras. É uma defensora firme dos direitos das mulheres deficientes e do empoderamento. A sua dedicação é evidente no trabalho que desenvolve com o Comité Paraolímpico Nacional em programas que se concentram na mulher na liderança desportiva e com o clube desportivo Wheel-Ability em Windhoek, onde, entre outras actividades, ela joga basquetebol. Hausiku também faz parte da Associação Namibiana de Usuários de Cadeiras de Rodas baseada em Windhoek, uma organização que defende os direitos dos utilizadores de cadeiras de rodas, bem como das Mulheres com Deficiência (WWDs).

“Se os lugares não são acessíveis, não podemos esperar que as pessoas com deficiência participem em actividades diárias - escola de navegação, centros comerciais ou as suas comunidades”, realça Agnes Hausiku.

Esta ideia alimenta a sua defesa da acessibilidade universal, na qual ela acredita que iria criar

oportunidades para as pessoas com deficiência e impulsionar os seus direitos humanos. Para ela, um mundo onde a acessibilidade universal é visionada e realizada, não é negociável. Ela quer ver as pessoas com deficiência “florescerem em ambientes onde são vistas e reconhecidas”. Ela salienta a necessidade de melhorarmos a comunidade promovendo a agência e liderança das pessoas com deficiência, uma vez que elas contribuem para a economia do país da mesma forma que as pessoas sem deficiência.

O activismo dos direitos das pessoas com deficiência é uma questão intersectorial, afirma Hausiku.

“Como mulher, já estás em desvantagem. Agora imagine ser uma mulher com uma deficiência. Isto é o dobro da desvantagem”.

Esta injustiça é o que motiva Agnes Hausiku a inspirar outras mulheres com deficiência, vivendo a sua vida da melhor forma possível, estendendo a mão de modo a criar relações ou conquistar espaço e oportunidades. A paixão que a leva a inspirar outras mulheres com deficiência também a faz sentir uma sensação de responsabilidade para dar o seu trabalho, activismo e tudo o que lhe interessa, sem sacrificar a recreação e o autocuidado.

“A primeira pessoa que me capacitou foi a minha avó”, diz ela, “Foi a primeira pessoa a ver-me e a investir em mim”. Hausiku pretende conquistar espaço e ser visível na comunidade porque isto torna visível a agência e liderança da Mulher com Deficiência e inspira muitas outras mulheres.

“Como mulher, já estás em desvantagem. Agora imagine ser uma mulher com deficiência. Isso é o dobro da desvantagem”.





O que é que um mundo feito para nós exige de nós?

Por Liz Ombati

"A forma como ando quando estou aqui convosco, colegas activistas com deficiência, sinto-me feliz. Não me sinto julgada". Simphiwe, uma mulher com deficiência partilha a sua experiência na vida diária com uma sala cheia de colegas activistas. Ela desloca-se de um lugar para outro para demonstrar a sua facilidade e conforto as suas companheiras, acrescentando: "Fora desta sala, nas ruas, no meu local de trabalho, na igreja... Tenho de aturar os olhares".

Nem sempre é evidente para Simphiwe e as suas amigas se são olhares de curiosidade, piedade ou uma mistura de ambos. Mas estas são experiências com as quais as pessoas presentes na sala têm de lidar na sua vida quotidiana. Como mulheres com deficiência; pessoas com deficiência não conformes com o género, comunidade LGBTI com deficiência, compreendem esta situação. Aqui, no seio da segurança da comunidade criada, na qual tem conhecimento que viajar pelo mundo como pessoas com deficiência não as torna menos divertidas, competitivas, desejáveis, complexas, podem rir-se disso. O facto de estar no fim da recepção de um interrogatório não solicitado, não é menos intrigante ou despersonalizante, mas porque, nesta sala, elas têm a liberdade de serem quem são.

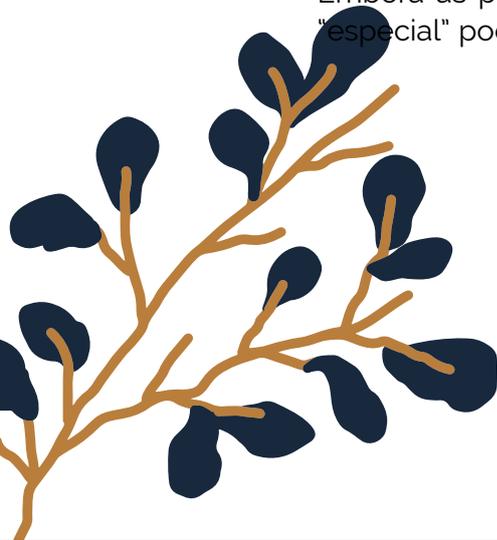
Simphiwe e as suas colegas activistas não são indiferentes. Têm muitas diversidades quanto a diversidade como tal, e destacam-se na sua beleza, força, esperanças e sonhos, ansiedades e medos. Mas, viajando em comunidades onde diariamente têm de enfrentar uma sociedade que não compreende isto, ou não está estruturada para as incluir, aprendem a preparar-se diariamente para o escrutínio, edifícios públicos e serviços de transporte que não são inclusivos, microagressões que vêm sob a forma de perguntas e comentários, ou pior, para a discriminação sem escrúpulos quando são recusadas a trabalhar e sofrem agressões quando a sua liberdade, dignidade e direito de escolha é desprezado ou visto como algo natural.

A forma como ando, quando estou aqui com convosco, colegas activistas com deficiência, sinto-me feliz. Não me sinto julgada.

Há uma palavra que descreve as suas experiências. Chama-se capacitismo. Em termos básicos, o capacitismo explica que há pessoas que olham para as pessoas com deficiência como inferiores - sem valor e sem utilidade. Eles olham para uma pessoa com desabilidade e pensam: "Graças a Deus não sou eles". Desta forma, o capacitismo retira um pouco mais de empatia, e com ela, a conceptualização da dignidade e da igualdade de direitos para todos. Permite o ódio e a discriminação. Numa sociedade com capacitismo, um empregador pergunta: "Porque razão deveria contracta-lo? Serás tão produtivo como alguém que não é como tu"? E nesse momento, a pessoa com deficiência é desumanizada. Esta interacção não se limita apenas ao local de trabalho. Está a acontecer em instituições de ensino onde as pessoas com deficiência sabem demasiado bem o que é ser uma estatística; uma de muitas crianças com deficiência que estão sobre-representadas entre as crianças que vão à escola e não têm acesso a uma educação de qualidade.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde*, ter uma deficiência duplica as hipóteses de uma criança estar fora da escola. Os dados mostram que grande parte do continente, menos de 10% das crianças com deficiência frequentam a escola primária e apenas cerca de 13% obtêm qualquer tipo de educação. Por vezes, as únicas opções disponíveis para as crianças com deficiência são escolas muito distantes de casa designadas como "especiais".

Embora as pessoas com deficiência não sejam indiferentes, o termo "especial" pode muitas vezes ser um escape para uma sociedade que



quer a saída mais fácil. Em vez de tornar as escolas acessíveis aos alunos com deficiência, a sociedade opta por escolas "especiais" que afastam os alunos dos seus sistemas de apoio e lares. As crianças com deficiência não deveriam ter de escolher entre obter uma educação e alienação das suas famílias, amigos e comunidades. Os tutores e prestadores de cuidados com deficiência não deveriam ter de recorrer por sistemas educativos que não antecipam as suas necessidades.

A forma como ando, quando estou aqui com convosco, colegas activistas com deficiência, sinto-me feliz. Não me sinto julgada.

Nesta sala, onde Simphiwe partilha a sua experiência, as colegas são esclarecidas sobre o trabalho que precisa de ser feito e unidas no seu compromisso de defender um mundo mais inclusivo para as mulheres com deficiência, as pessoas não conformes ao género, e as mulheres transexuais podem existir nas suas diversidades de género e deficiência. Elas são uma comunidade. Elas abraçam-se umas às outras. Descobrem as suas vozes enquanto falam das suas esperanças e ansiedades. Edna, uma das mulheres, diz ao grupo que o capacitismo definiu a sua vida profissional. O capacitismo é a razão pela qual ela não se candidatou a um emprego que desejava. O capacitismo definiu a sua experiência como uma estudante que frequenta o sistema escolar da sua comunidade.

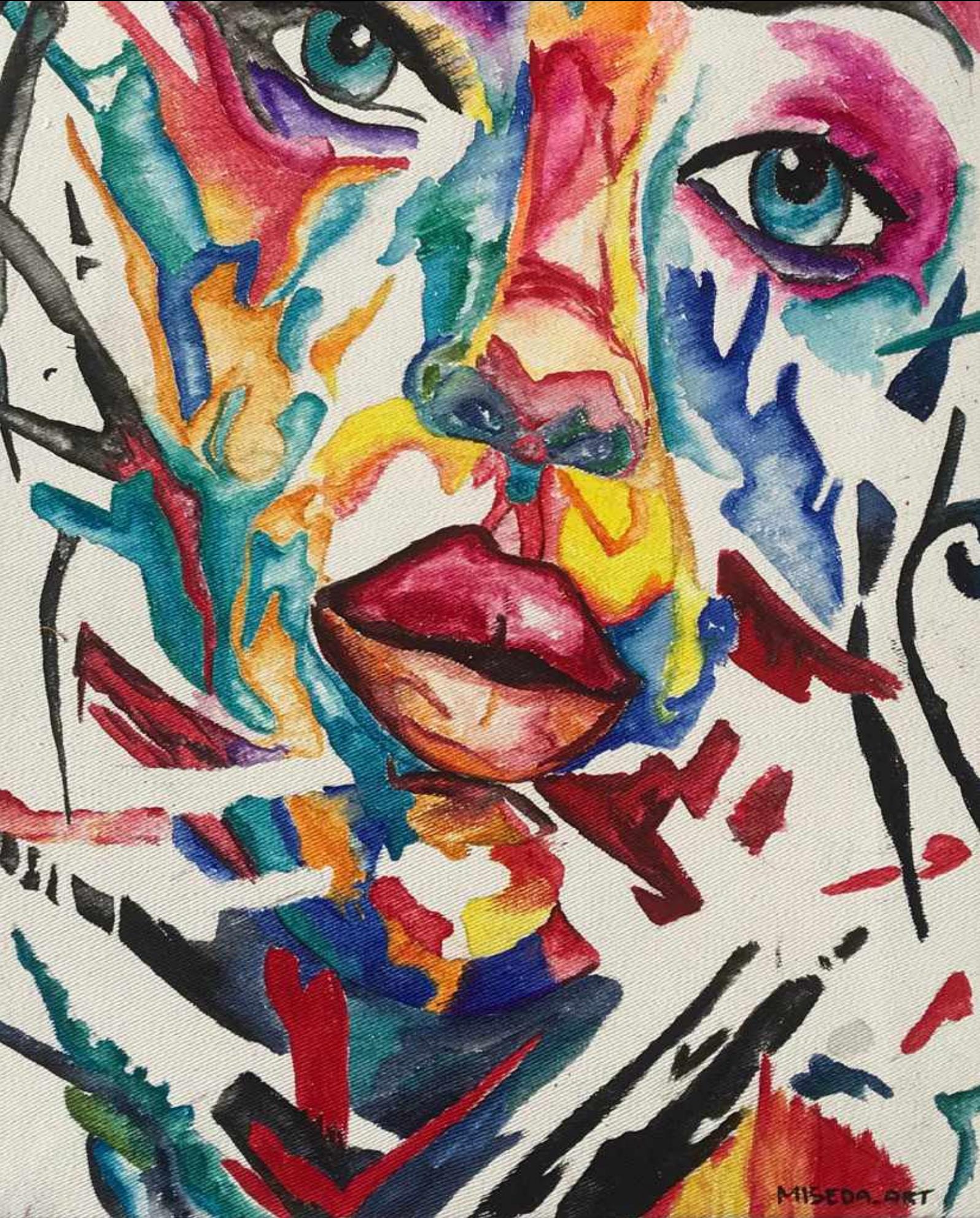
"Perguntam-me porque me sinto discriminada". pergunta ela. "Lembras-te quando falámos sobre o capacitismo? Lembras-te quando dissemos que 'eles' não fizeram a sua sociedade para nós? Eles fizeram-na para si próprios. Chamavam-se a si próprios os 'habilitados'. Posso rir um pouco? Eles não se importaram. Lembram-se que não se importaram de tornar a educação acessível para nós. O que isso nos fez, tirou-nos as oportunidades de encontrar trabalho. Depois, de alguma forma, mais uma vez, tornei-me uma estatística. Tornámo-nos parte da investigação. [As pessoas com deficiência estão sobre-representadas entre as desempregadas. E quando têm trabalho, uma grande percentagem tem de trabalhar em quadros inferiores]...lembras-te porquê que a educação se tornou inacessível para nós? Trabalho e emprego também"? Quando Njoki para de falar por alguns minutos, o silêncio na sala é palpável.

Um mundo. Que é feito para nós. Um mundo. Sem capacitismo. Um mundo, onde podemos caminhar confiantes e confortavelmente, fora de uma sala de apenas activistas com deficiências, e ainda assim sentirmo-nos injustas. Um mundo. Feito para nós.

Fora das suas comunidades seguras, como é o mundo que Simphiwe, Njoki, e as suas colegas imaginam? É um mundo que as vê. Ouve-as. Inclui-as. É um mundo que não olha para elas com pena. É um mundo que pergunta: "O nosso escritório é quatro andares acima e não tem elevador, não tem rampa, para quem fizemos o escritório? Um mundo feito para todos, interroga-se: "Quem é a criança que não está na escola, quem é a pessoa com deficiência - homem, mulher, LGBTI, género não conforme - não tendo acesso a esta mesa de tomada de decisões? Quem fica de fora"? Um mundo feito para todos faz todas estas perguntas e muitas mais. Um mundo que prevê a diversidade, começa a abordar a injustiça dos seus sistemas incompetentes. Este mundo diz, "Capacitismo fora". E começa agora!

A forma como ando, quando estou aqui com convosco, colegas activistas com deficiência, sinto-me feliz. Não me sinto julgada.

*Fonte: O Mundo Deles



ALBINISMO

As cores são representações da construção social, mas a minha beleza retém a minha força num mundo que é cego perante a minha beleza. Estou aqui e serei vista e ouvida, o meu albinismo não é uma maldição tal como retratada até mesmo através de história, posso parecer estar sem cor, mas o meu rosto é tela branca para toda a beleza do mundo.



Mulheres com Deficiência e o Movimento Feminista - Acesso para Todos

POR EKAETE UMOH

Ao longo dos anos, os movimentos de mulheres e as Organizações da Sociedade Civil (OSC) não têm incluído efectivamente as Mulheres com Deficiência (WWDs) na sua programação, tanto ao nível do planeamento como de implementação, visto que as questões relacionadas com as WWDs são vistas puramente como questões de deficiência e são empurradas para o movimento da deficiência.

Não há dúvida que o movimento feminista é extremamente diversificado e rico. No entanto, é a nossa abordagem ao aproveitamento das nossas diversidades que dirá quão forte e coeso será o movimento feminista. A beleza do movimento feminista reside na criação de espaços seguros para a expressão liberal, ao mesmo tempo que colectivamente juntamos as nossas forças para desafiar e perturbar a desigualdade em todas as suas ramificações.

No entanto, será uma tarefa difícil para o movimento feminista concretizar esta acção colectiva de redefinir a nossa herança, caso algumas das suas populações estejam deliberadamente - ou através de um acto de omissão - esquecidas. As WWDs feministas

enfrentam enormes barreiras e restrições de participação quando tentam misturar-se ou envolver-se no movimento feminista ou em qualquer outro lugar, devido a uma desvantagem que possam ter. No entanto, a deficiência em si não é razão suficiente para restringir a participação plena, efectiva e equitativa de qualquer mulher no movimento.

No nosso compromisso de responsabilização e de construção de um movimento coeso, é necessário colocarmo-nos a questão reparadora. Por exemplo, onde residem as barreiras? Estas barreiras podem manifestar-se nas atitudes negativas/discriminação dentro do movimento feminista em relação às irmãs com deficiências. Também pode ser devido à insensibilidade do ambiente construído que, neste caso, poderia impedir as irmãs que são utilizadoras de cadeiras de rodas de acederem às reuniões. Poderia também haver barreiras de comunicação tanto para as irmãs surdas como para as cegas. Ou, como é por vezes o caso, a concepção insensível à deficiência e a implementação de políticas e leis operacionais que falam da agenda feminista, todas estas podem excluir a participação das WWDs, porque são frequentemente tratadas como pessoas secundárias ou como irmãs esquecidas.

As lutas contínuas para que as WWDs ganhem visibilidade dentro do principal movimento das mulheres ou feminista e o contínuo recuo que elas vivenciam do movimento feminista têm causado danos psicológicos às irmãs com deficiência, o que invariavelmente

“A incapacidade em si não é razão suficiente para restringir a participação plena, efectiva e equitativa de qualquer mulher no movimento

tem tido um grande impacto na sua saúde mental e bem-estar. As irmãs com deficiência são afectadas cada vez que são expulsas de espaços que são legalmente delas, devido a ambientes inacessíveis, lacunas nas formulações de políticas que promovem o empoderamento das mulheres e a atitude geral de "Não pertences aqui", a falta de intérpretes de linguagem gestual para uma participação efectiva das irmãs surdas, a falta de informação/ literatura feminista em formato acessível (Braille) para as irmãs cegas, e a falta geral de consciência da importância de "acomodação razoável" e "participação efectiva".

Algumas irmãs com deficiências perderam a confiança no movimento devido à exclusão sofrida ao longo do tempo, enquanto que algumas desenvolveram uma baixa auto-estima nos encontros feministas, o que constitui uma enorme perda para o movimento feminista. Para oferecer alguma percepção da extensão dos danos que as nossas irmãs enfrentam, as mulheres e raparigas com deficiência sofrem uma grande invisibilidade não só dentro do movimento feminista, mas também dentro do movimento de justiça dos deficientes. Elas enfrentam tendências patriarcais dentro do movimento de deficientes e também não conseguem encontrar espaço dentro do movimento feminista; uma dupla ameaça!

Em 2014, fui eleita a primeira mulher presidente da Associação Nacional Conjunta de Pessoas com Deficiência na Nigéria e, durante mais de 20 anos de existência da organização, nunca houve uma mulher presidente. A associação é um espaço dominado por homens, sem qualquer visibilidade das guerras mundiais, nem na sua programação. Quando manifestei o meu interesse em ser a primeira mulher presidente da associação, encontrei muita resistência por parte dos meus homólogos masculinos; os outros oito candidatos eram homens. A campanha tinha muitos meios de comunicação maus e com muitos estereótipos de género, tudo numa tentativa de me desencorajar a concorrer. Também fui ameaçada no sentido de renunciar, mas prossegui e fui finalmente eleita. Tinha do meu lado um vasto conhecimento sobre deficiência e desenvolvimento e fui notável na defesa dos direitos das pessoas com deficiência. No final, embora odiassem a liderança feminina, não podiam odiar os meus conhecimentos e experiência. Tornou-se mais difícil para aqueles que estavam a resistir à liderança feminina. Tive também o apoio de agências doadoras e outros parceiros. Consegui superar os desafios e apresentar programas e mudanças extremamente necessárias para as pessoas portadoras de deficiência. Mas isto não é, de forma alguma, o que o panorama geral parece neste momento para a maioria das mulheres que vivem com deficiências. O movimento precisa de mudar alguma atenção no sentido de apoiar deliberadamente a liderança feminina. As mulheres com deficiência enfrentam mais desafios e são necessários sistemas fortes e solidários.

Globalmente, tem sido observado que os movimentos das mulheres com deficiência não têm sido demasiado sensíveis às questões das Mulheres com Deficiência, e isto representa pelo menos 20% da população mundial que são Mulheres e Raparigas com Deficiência (WGWGs). Isso deve-se ao facto das Mulheres com

Deficiência constituírem 20 - 22 por cento de uma dada população. O que significa que, para um determinado país, qualquer que seja a população de mulheres, 20% dessa população é potencialmente de mulheres com deficiência. Imagine a quantidade de perda para o movimento feminista que exclui as vozes dos seus 20 por cento e imagine a grande perda populacional na mobilização global de massas sobre questões feministas. 20 por cento é um número demasiado grande para ser ignorado em qualquer agenda de desenvolvimento que fale de questões feministas. Seria de grande vantagem se o movimento feminista recorresse urgentemente aos tribunais e trouxesse de volta a população perdida dos grupos de trabalho feministas.

Como movimentos feministas, o nosso foco está na luta contra a discriminação entre as mulheres. Se formos sinceras nas nossas advocacias, devemos tirar o nosso foco da deficiência com que as WWDs vivem e centrar-nos nas barreiras que agravam as suas experiências e as excluem.

Um exemplo da inclusão das WWDs nos principais movimentos femininos seria a forma como o Fundo de Acção Urgente - Africa garantiu a inclusão das WWDs na sua programação. Em 2019, quando fui convidada para o lançamento da Plataforma da República Feminista, mencionei que precisaria de uma cadeira de rodas e a UAF-Africa forneceu-me uma nova cadeira de rodas. Tratava-se de uma medida básica para a inclusão de deficientes e lidou com uma barreira que me poderia ter impedido de participar adequadamente.

Além disso, fui convidada para fazer parte da direcção da UAF-Africa para representar os interesses das WWDs, pelo que actualmente faço parte da direcção para dar orientações estratégicas de inclusão de componentes de deficiência nas suas actividades. Este é um passo que os outros movimentos femininos podem seguir. Fora da nossa deficiência, somos mulheres, como tal, devemos ser incluídas em actividades e intervenções concebidas pelos movimentos femininos principais.

Consultar e apresentar à mesa da WWDs durante a concepção, planeamento, implementação e avaliação de projectos. Procure aconselhamento especializado sobre a inclusão de deficiência em todos os seus programas, desenvolva e utilize a lista de verificação de deficiência nos seus projectos/actividades, e finalmente, enquanto coloca o chapéu feminista, é muito importante que use também a "lente da deficiência", para que nenhuma irmã fique para trás.

Além disso, gostaria de salientar aqui que o acesso ao espaço feminista para Mulheres com Deficiência está para além do acesso físico. Queremos ser visíveis no debate feminista em todas as áreas temáticas; queremos contribuir para perturbar a desigualdade e mudar as narrativas! As irmãs com ou sem deficiência precisam umas das outras. Precisamos extrair da nossa força colectiva para impulsionar um movimento feminista inclusivo que seja seguro para todos.

Vamos agora abraçar uma perspectiva feminista sobre deficiência que esteja empenhada em derrubar barreiras e criar espaços equitativos que acomodem todo o tipo de diversidades.



**CURA RADICAL E AUTOCUIDADO COMO
FERRAMENTAS PARA ELIMINAR NORMAS
DE CAPACITISMO**

POR THATO MPHUTHI

Em tempos de rápida evolução e mudanças anteriormente inimagináveis, a vida tornou-se muito mais desafiante - mais desafiante ainda se for uma pessoa que vive com uma deficiência. Na África do Sul as violações dos direitos humanos dispararam nas nossas casas, escolas, e noutras esferas da sociedade. As nossas comunidades têm apenas algumas vozes conhecidas que defendem as pessoas portadoras de deficiência. A défice é realçada quando misturamos este número com aqueles que defendem as pessoas que não são portadoras de deficiência.

A necessidade de activistas e defensoras que representam a comunidade das pessoas com deficiência nunca foi tão grande. Este reconhecimento, juntamente com os muitos desafios que enfrentei e os meus períodos de reflexão, resultaram na Fundação do Iluminismo das Pessoas com Deficiência.

Alguns contextos de como o nome surgiu. Nunca gostei do termo "portadora de deficiência". Achei-o sugestivo relativamente às atitudes e formas de tratamento que afastam um determinado grupo de pessoas da sociedade. Ao viajar a minha própria comunidade de Chiawelo, Soweto, em Joanesburgo, o termo tornou-se descrição da minha condição. Fui diagnosticada com tuberculose na minha anca direita quando era criança e mais tarde fui admitida para uma cirurgia de biopsia. Durante muitos anos tenho vindo a mobilizar-me e, durante esse tempo, tenho visto todo o tipo de preconceitos e injustiças relacionadas com a inclusão de pessoas com várias deficiências. Aprendi a erguer-me acima de tudo. A minha experiência ensinou-me resiliência e impulsionou o meu curso contra o mau caminho. Este é o espírito que o Iluminismo Capacitado incorpora - eliminando as normas que perpetuam a capacidade.

Por intermédio da organização, a minha visão é mostrar que as pessoas que vivem com deficiências são mais do que aquilo que são incapazes de fazer. O mandato do Iluminismo Capacitado é despertar os outros para as habilidades dos chamados "deficientes" para mostrarem ao mundo as suas muitas e grandes capacidades. Precisamos de levantar a nossa voz e falar contra as injustiças e preconceitos que sofrem as pessoas portadoras de deficiência. Uma boa parte do meu trabalho com o Iluminismo Capacitado é centrado nas crianças. Acredito que ensinar as crianças sobre os seus direitos e os direitos dos outros, poderia eliminar gradualmente a discriminação num futuro próximo, se esta educação fosse iniciada mais cedo o suficiente. Isto é o que me deixa mais empolgada. Penso que seria essencial que educássemos as crianças sobre as suas responsabilidades num mundo que partilham com outros. Ensinar-lhes a positividade corporal orienta-os para um crescimento arredondado e uma visão objectiva do mundo, independentemente dos seus antecedentes e experiências.

No âmbito do programa Iluminismo Capacitado, as crianças são ensinadas a ser expressivas e a usar as suas vozes. As crianças recebem um espaço onde são capazes de se expressar mesmo quando incomodam alguns adultos. É-lhes dado um espaço para demonstrarem cuidado e são educadas sobre as suas reacções e o efeito que podem potencialmente ter nas suas relações com as pessoas que encontram num mundo onde as pessoas são diversas e de diferentes habilidades. Se as pessoas forem apresentadas a esta formação desde cedo, crescerão na compreensão de que devem dar prioridade aos cuidados holísticos como um caminho para o bem-estar.

As crianças com deficiência têm direito a este despertar, sabendo que têm pleno direito a um espaço de conforto, relaxamento, cura e cuidados de saúde. É lamentável que não haja muitos arquivos e documentação completa sobre as metodologias de cura e autocuidado, particularmente as que têm sido utilizadas pelos africanos por gerações. Isto levou-nos a confiar sempre nas metodologias ocidentais, mas acredito que o autocuidado é algo que começou com as nossas mães, e as suas mães antes delas, embora possa não ter sido necessariamente chamado de autocuidado.

O que é crucial para nós agora é explorar estas metodologias antigas e documentá-las. Ensinar a cura a nós mesmas e as outras pessoas de forma a utilizar o nosso contexto. Da mesma forma, a documentação e a defesa dos direitos, capacidades e necessidades das pessoas com deficiência precisam de ser reveladas. Mais do que nunca, chegou o momento de começar a desmantelar as normas regressivas.

GRASSROOTS POWER

Como comunidade, e como organizações e partes interessadas que apoiam os movimentos de direitos das mulheres e o seu empoderamento, há uma necessidade urgente de encontrar diferentes soluções duradouras sobre o cuidado colectivo para as nossas mulheres e raparigas a nível fundamental.

SAÚDE MENTAL PARA MULHERES NOS NÍVEIS DE BASE

POR AMISA RASHID.

Há ainda muito trabalho a ser feito para criar uma consciência de saúde mental, mas, mais do que isso, há trabalho a ser feito para assegurar que os ganhos sejam sustentáveis quando se trata de jovens mulheres, raparigas, e de sua saúde mental. O meu trabalho como psicóloga conselheira com a Fundação Nivishe, uma organização que se concentra na construção de resiliência comunitária utilizando programas informados sobre saúde mental e trauma para impulsionar a coesão social de comunidades marginalizadas e assentamentos informais, deixou isto bem claro.

Parte do nosso esforço para assegurar que estamos a construir comunidades e sociedades que dão prioridade ao bem-estar mental dos seus indivíduos é ter programas semanais de rádio sobre assuntos relacionados com a saúde mental e outras questões da sociedade. Trabalhamos nas rádios comunitárias, utilizando a língua da comunidade local, para assegurar que a informação seja partilhada de forma eficaz e que haja um envolvimento fácil com os ouvintes.

Num dos nossos programas de rádio no início deste ano, falámos de autocuidado sob o aspecto da saúde mental, e da desmistificação do autocuidado. Durante tanto tempo, o autocuidado era conhecido como sendo para um certo calibre e classe de pessoas, uma vez que se presume ser demasiado caro para as mulheres das áreas de baixos rendimentos o poderem pagar. Uma das nossas ouvintes ligou e fez uma pergunta muito pertinente. Queria saber como pode cuidar de si própria quando se tem lutado constantemente com uma experiência traumática após outra. Ela também mencionou que conhece mulheres que sofrem violência do género, assédio sexual, rupturas familiares, e outros actos de dano e abuso, que se perguntam como é que actos de autocuidado podem apagar os anos de trauma que sofreram.

Este foi um momento de reflexão para mim, e enquanto estava a simpatizar com ela e a dar-lhe os meus conhecimentos e perspectivas com base nos meus antecedentes e conhecimentos, estava a reflectir sobre como poderíamos criar movimentos colectivos de autocuidado para as nossas comunidades a nível de base que de facto conduziriam ao empoderamento e que as mulheres dessas comunidades tomariam a iniciativa de ser donas do movimento e progredir com ele. Além disso, como pode haver mobilização de recursos suficiente de diferentes organizações de direitos das mulheres para garantir que tais programas são sustentáveis e não cessariam por falta de financiamento ou recursos?

Através do meu trabalho em Kibra, e ao engajar-me com mulheres e raparigas de outros assentamentos informais e áreas rurais, observei uma tendência em que os retiros como forma de autocuidado são organizados para as mulheres que trabalham nessas comunidades. É minha convicção que muitos destes retiros devem ser criados, uma vez que estas mulheres merecem isto e muito mais. A minha preocupação é que haja uma distribuição desigual de tais oportunidades. Ano após ano, apenas um grupo específico de mulheres com acesso irá a estes retiros de autocuidado, o que torna difícil não pensar nas mulheres e raparigas que necessitam urgentemente de apoio à saúde mental, que estão a enfrentar problemas de esgotamento, ou que estão à beira de se afogarem em crises de saúde mental e que não estão em posição de aceder a estes serviços devido à distribuição não equitativa de recursos e oportunidades.

A minha outra preocupação quando se trata de autocuidado e cuidados colectivos a nível de base é que parece haver apenas uma forma de autocuidado que é o retiro. Como comunidade, e como organizações e partes interessadas que apoiam os movimentos de direitos e empoderamento das mulheres, há uma necessidade urgente de encontrar diferentes soluções duradouras para os cuidados colectivos para as nossas mulheres e raparigas a nível de base. Uma forma de o fazer é apoiar iniciativas e organizações locais que trabalham na mesma linha, o que conduzirá a uma solução colectiva no final do dia. Além disso, as mulheres com deficiências são frequentemente esquecidas em tais iniciativas, incluindo os seus prestadores de cuidados. Uma pessoa não pode oferecer nada de copo vazio.

E se os movimentos de auto-cuidado ou de cuidados colectivos forem também destinados a apoiar as cuidadoras de mulheres com deficiência? Mais mulheres apoiar-se-ão umas às outras, uma vez que as suas taças estarão a transbordar, o que resultará no combate à injustiça da deficiência, bem como na criação da tão desejada irmandade para a qual todos nós estamos a trabalhar.

Está documentado que existe uma ligação entre a doença mental e o facto das mulheres passarem por estresse psicológico como dificuldades económicas, perda e morte de ente queridos, mortalidade infantil, privação emocional, excesso de trabalho, pagamento insuficiente, violência sexual e reprodutiva. O meu desafio a todas as partes interessadas nos direitos das mulheres é, que papel vamos desempenhar para assegurar que, por mais que nos concentremos nos direitos e no empoderamento das mulheres, estamos também a assegurar que o seu bem-estar mental seja cuidado.

UMA MULHER 'DEFICIENTE' **POR ELIZABETH NAMWANDI - NAMÍBIA**

**Agora é o momento
para as mulheres com deficiências.
Agora é o nosso momento de brilhar.**

**Fomos violadas, abandonadas,
e ninguém quer saber de nós!
Fomos discriminadas,
e deixadas para trás.**

**As mulheres surdas não têm voz para gritar,
as deficientes visuais não podem ver
as deficientes físicas sofrem limitações,
as pessoas que vivem com albinismo tornam-se estranhas.**

**A violência do género nos sobrecarrega,
Nos tiraram os direitos humanos,
a nossa liberdade de expressão foi abusada.**

**O desemprego caça-nos dia após dia,
e tornámo-nos vítimas da pobreza.
Os maus nomes tornaram-se o nosso pão de cada dia.
Ninguém aceitaria as nossas deficiências,
é por isso que somos hoje marginalizados.**

Como a Discriminação Contra as Mulheres com Deficiência no Desporto Magoa-nos a Todos

POR PALESA MANALENG

“O que se passa com o seu capacete?” Olho para cima e vejo um homem idoso que deve ter subido a colina de bicicleta atrás de mim.

“Aargh, só preciso de uma nova”, disse enquanto tocava no capacete preso por fita adesiva. Também preciso de uma nova bicicleta de mão e de financiamento para representara África do Sul no próximo Campeonato Mundial, mas não lhe menciono isto.

Ser um para-atleta na África do Sul é como estar numa relação abusiva. Basta continuar a voltar àquela pessoa amada, não importa quantas vezes ela o decepcionou. Fizemos isto porque o desporto é a nossa liberdade, a nossa paixão, e nós superamo-lo.

Fui seleccionada para representar o meu país em três competições internacionais, sendo uma delas o Campeonato Mundial, embora seja auto-financiada. Acordo

todas as manhãs e planeio a minha agenda de treinos enquanto espero que alguém responda aos meus e-mails sobre o financiamento. “Firme, firme, vá lá menina, não desista de mim”, sussurro à Miss Billie Holiday, a minha bicicleta de mão, durante as sessões de treino.

Ela é velha e antiga, mas não fabricamos equipamento de para-ciclismo na África do Sul, o que também significa que não podemos desenvolver o desporto em cidades ou zonas rurais. Uma bicicleta de mão nova sem peças sobressalentes custa cerca de R86 000 (cerca de 6.000 dólares), o que significa que muitas crianças estão excluídas do desporto.

Se uma família tem de escolher entre alimentação, abrigo, cuidar das necessidades médicas, e comprar uma bicicleta de mão para que uma criança possa praticar desporto, a

escolha é bastante óbvia. Tenho a Miss Billie Holiday desde 2015 graças a um patrocinador, e participámos em várias competições, incluindo o ciclismo de Pretória a Cape Town, durante dez dias.

Ao longo dos anos, a minha classificação internacional passou de 8^a no mundo para actualmente, 22^a, porque tenho dificuldade em aparecerem competições internacionais. Poder-se-ia pensar que o desempenho seria igual ao valor comercial para um patrocinador, mas não parece ser assim para os para-atletas.

As campeãs de ténis em cadeira de rodas da África do Sul representaram o país durante anos a nível internacional sem patrocínio mas com a ajuda da federação nacional, Tennis South Africa. Quando a federação de ténis já não podia ajudar a ir às competições, Montjane teve de descobrir como chegar

às competições por si própria. Ela já não estava em condições de pagar o seu treinador, mas ele continuou a treiná-la. Foi em 2018, quando recebeu um passe para Wimbledon, pegou no pouco dinheiro que tinha e foi competir por conta própria na competição que a África do Sul lhe prestou atenção.

Ela estava em Wimbledon sem treinador, porque não tinha dinheiro suficiente para o levar consigo. Montjane foi a primeira mulher africana, sem deficiência ou deficiente a competir em Wimbledon, e não teve qualquer apoio. De facto, ela já estava de regresso da competição antes das pessoas começarem a prestar atenção a ela, e os meios de comunicação social começaram a

dar cobertura contínua. O Presidente Cyril Ramaphosa postou a no twitter, apesar de não ter recebido qualquer assistência financeira do Ministério dos Desportos, mesmo sendo uma atleta de topo.

O clamor que se seguiu ao seu regresso e uma série de visitas de imprensa, resultaram no CEO de uma agência de marketing sul-africana, Optimize, tendo Montjane debaixo das suas asas. Desta forma, ajudou a obter patrocínios de dez empresas, incluindo a Nike, Discovery, e um patrocínio de equipamento da Macsteel.

"Sempre me empenhei a 100% no meu jogo. Treino muito e pratico muito, o único factor diferenciador tem sido a

minha cadeira de rodas. Os meus adversários sempre conseguiram virar-se mais depressa e contornar o campo mais depressa", disse a atleta ao receber a sua cadeira de ténis novinha em folha.

Será que os para-atletas de topo devem esperar até fazerem história antes de obterem o reconhecimento que merecem? Deverão ter de contar com esse momento histórico para escapar à discriminação no desporto?

Os para-atletas dedicam a mesma quantidade de esforço aos seus desportos e destacam-se com pouca ou nenhuma ajuda. No entanto, parece que isso não é suficiente para eles assegurarem o sucesso e viverem dos seus talentos.



Reconhecendo o trauma geracional e celebrando a resiliência geracional e o poder de cura do conhecimento indígena

POR BEAUTY BOOIS

Apagar as histórias, culturas, tradições, e mesmo línguas do Povo Africano Negro e Heterossexual (QHBAP) rouba a nossa herança e priva-nos ainda mais dos nossos direitos enquanto povo. Sistemas como a colonialização, apartheid e patriarcado foram criados de tal forma que o seu legado ainda pesa fortemente sobre as pessoas marginalizadas. Esta privação ocorre de várias formas: algumas são abertamente opressivas e discriminatórias e outras são estruturais através de leis e políticas. Há ainda um tipo de exclusão que toma conta da

vida mental, emocional, psicológica e espiritual de um povo. Esta colonização mental reflecte-se através do sexismo internalizado, do racismo, do capacitismo e da homofobia. É evidente naquilo que as pessoas marginalizadas pensam ou acreditam sobre si próprias, com base na nossa doutrinação para os sistemas opressivos em que existimos. A colonização mental escraviza os nossos pensamentos, atitudes, valores e crenças sobre nós mesmas e sobre outras pessoas que são tão marginalizadas como nós. Isto aparece na nossa relação com os direitos humanos. Estamos menos inclinadas a pensar nos nossos direitos à igualdade como mulheres, como pessoas não conformes ao género, transexuais, e como pessoas com deficiências, se nem sequer compreendemos que vivemos dentro de sistemas opressivos ou injustos que nos fazem aceitar algumas pessoas como mais merecedoras de uma humanidade plena e complexa.

As ferramentas da colonização mental podem ser encontradas em todo o lado - no nosso programa de ensino, nos nossos livros de história, nos meios de comunicação, na literatura. Estas ferramentas alimentam-nos com certas narrativas que se destinam a manter-nos mentalmente escravizados. Por exemplo, quando olhamos para os meios de comunicação social, tende haver um foco específico sobre a experiência como trauma com inúmeras imagens e histórias sobre o trauma vivido pelo Povo Africano Negro e Heterossexual. Ou seja, para além do estereótipo sistemático de QHBAP que agrega estas auto-imagens negativas, baixa auto-estima, e eventualmente ódio.

Embora seja importante reconhecer os eventos traumáticos que QHBAP enfrenta dentro de sistemas e estruturas opressivas, deve ser dado igual enfoque ao destaque da resiliência, bravura, capacidade de florescer, filosofias inspiradoras, e métodos de auto-cuidado e cura que QHBAP pratica. Concretamente, o modo como estas histórias nos inspiram a todos e enriquecem a nossa experiência. Há muito que podemos aprender com as experiências da QHBAP e adoptar nas nossas comunidades. Imagine viver num mundo que partilha imagens, textos, mensagens, histórias e informação sobre a beleza e o triunfo da QHBAPs.

No seu famoso livro, *I Write What I Like*, Steve Biko escreve extensivamente sobre o poder da Consciência Negra e faz afirmações tais como, "A arma mais potente nas mãos do opressor é a mente do oprimido". Quando as pessoas que foram oprimidas voltam a sua atenção para o seu potencial de grandeza, a sua capacidade de sobreviver e prosperar mesmo perante o trauma, a realização da sua humanidade, a sua empatia, a sua capacidade de viver harmoniosamente com a natureza e a força dos seus antepassados, retomam o controlo das suas mentes e das suas vidas através da auto-consciência e do fortalecimento pessoal. Há uma enorme variedade de curas que podem ser encontradas ao recordar a grandeza daqueles que vieram antes de nós e daqueles que vivem entre nós actualmente. Quando contamos as suas histórias, quando falamos da sua esperança e determinação e celebramos as suas realizações e passos para obter justiça social, começamos o processo de desenterrar a grandeza, a resiliência, a bravura e a força dentro de nós mesmos.

O Conhecimento Indígena ou como crítica social, Minna Salami refere-se a isto no seu livro, *Sensuous Knowledge*, "conhecimento que infunde vivacidade à mente e ao corpo, deixando o seu impacto para trás como o rasto do perfume" é regenerativo. Este sistema de codificação baseia-se nas tradições e práticas culturais das comunidades. É através do Conhecimento Indígena que os povos africanos conhecem o poder de cura da dança, a importância da história oral através da narração de histórias, o poder simbólico dos totems, a importância da arte e da expressão criativa, e o papel imperativo que a natureza desempenha nas nossas vidas e no bem-estar geral. O conhecimento indígena cultiva a nossa confiança, a nossa bravura, a nossa força e o nosso potencial. É curativo, restaurativo, equilibrado, harmonioso, psicológico, emocional e espiritualmente fortalecedor. Conecta-nos às nossas ricas raízes e infunde um sentimento de orgulho de que somos e de onde viemos. Reconhece que os nossos antepassados ofereceram um roteiro para a liberdade e cura para nós e para as gerações vindouras.





DZUWA II Junho de 2021

Chegada ao Local Comum de Cura

POR MELISSA WAINAINA

A Plataforma da República Feminista

Estamos em 2021, mais de um ano da pandemia, lidando com a COVID-19 e as complicações que trouxe nas nossas vidas. É difícil não ver as diferentes camadas de opressão e a forma como a sociedade tem lidado com a sua maior vulnerabilidade.

A discriminação na intersecção entre género e deficiência nunca foi tão evidente, mas as questões que afectam as vidas das mulheres, transexuais e das pessoas portadoras de deficiência são antigas, o que só serviu para agravar. A crise económica, o isolamento social, o distanciamento físico, e outras ordens de permanência em casa causadas pelo surto do coronavírus, apenas aumentaram as lacunas já existentes. Mais pessoas que vivem com deficiências enfrentam a pobreza, falta ou insuficiência de habitação, falta de trabalho e marginalização.

Há anos que as defensoras da justiça em matéria de deficiência têm vindo a partilhar o quão generalizado é o estigma, capacitismo, a desigualdade e a discriminação das pessoas portadoras de deficiência. Estão profundamente inseridos nas nossas instituições e estruturas. Pior, aparece e cruza-se com outros sistemas intolerantes, sexistas e exploradores.

Temos de enfrentar o legado injusto da discriminação contra as pessoas com deficiência. Trata-se de um espaço de oportunidade no sentido de fazer com que a nossa abordagem seja centrada nas pessoas e desafiar as políticas, práticas e violações sistemáticas dos direitos das pessoas com deficiência.

A República Feminista começou as suas operações no auge da pandemia em 2020. Procurámos fazer melhorias para assegurar mais inclusão, mais acesso e mais participação em todas as nossas intervenções. Enquanto o mundo parou,

encontrámos formas inovadoras de conexão virtualmente através dos Ubuntu Healing Gatherings. Estes Encontros criaram uma sensação de flexibilidade e criatividade que nos permitiu estar em comunidade uns com os outros. As nossas sessões foram projectadas no sentido de ter diferentes opções de tradução disponíveis, incluindo linguagem gestual e legendas onde fosse possível. Estamos a aumentar cada vez mais as nossas competências e recursos para expandir os encontros e canais de comunicação que estão acordados para todas as nossas necessidades.

Impulsionada pela liderança e pelos conhecimentos das mulheres activistas dos direitos da deficiência, a Plataforma continua na senda do seu trabalho criativo para explorar a forma de radicalizar o autocuidado e colectivo nas nossas vidas individuais e nos nossos movimentos. As contribuições e co-criações que vão desde a linguagem oral, artigos em blogs, e arte visual de activistas dos direitos das pessoas com deficiência, feministas, artistas, facilitadoras, professoras, e criadoras em todos os nossos eventos e publicações têm sido poderosas e produtivas. Possibilitaram juntar as experiências plenas e multidimensionais de feministas e activistas para pensar, aprender, e partilhar mais sobre as perspectivas pan-africanas de cura da justiça. À medida que percorremos as novas possibilidades emergentes, estamos a intensificar o nosso apoio aos esforços que lutam pela justiça política, social, e económica, particularmente para os grupos femininos de direitos humanos que são frequentemente excluídos. Esta é uma via em que estamos a nutrir culturas de cuidados dentro e através dos nossos movimentos. A situação não é diferente com o Fundo UAF-África em todos os seus pedidos de subsídio. Oferecemos solidariedade e apoio a mulheres, transexuais e não-binários com deficiência. Estamos a trabalhar com activistas dos direitos das pessoas com deficiência para apoiar acções e situações urgentes, ao mesmo tempo que atendemos às suas necessidades de saúde, bem-estar, segurança e cura.

Em 2020, no auge da crise da COVID-19, a UAF-Africa apoiou mais de 25 mulheres pertencentes a grupos de direitos dos deficientes nos Camarões, Burundi, Zimbabué, Quénia, Nigéria, Tanzânia, Serra Leoa, Uganda, Senegal, e Rwanda com subsídio flexíveis e de resposta rápida num total de 154.000 dólares.

Grande parte do trabalho crítico apoiado pelos esforços no sentido de fornecer às mulheres com deficiência as informações necessárias sobre protecção e resposta à COVID-19. Parte do financiamento forneceu informação adequada a mulheres surdas que foram completamente deixadas de fora nas mensagens de saúde pública para obter informação essencial e recomendações para evitar riscos e reduzir a propagação. Outros recursos foram capazes de apoiar um grupo que produzia mensagens relacionadas com a COVID através de braille e ajudas visuais para alargar o acesso para que mais mulheres pudessem tomar decisões informadas enquanto combatem a pandemia.



Para além da pandemia, os fundos também apoiaram jovens mulheres com deficiências ansiosas em entrar no mundo da política e concorrer a cargos. As mulheres em processos eletivos e de tomada de decisão são ainda mais uma excepção do que norma, ainda mais para as mulheres com deficiência. Para que ninguém fique para trás, é vital alterar o estatuto que vê as mulheres com deficiência sub-representadas em todos os níveis de tomada de decisão. São as contribuições desta natureza que se somam à mudança transformadora. Há muitas formas das defensoras africanas com deficiência desafiarem as desigualdades nas estruturas e sistemas competentes. O Fundo de Acção Urgente - Africa continua empenhado em apoiar os esforços urgentes para promover a igualdade e a inclusão.

Para levar a cabo este compromisso, em 2021, a UAF-Africa lançou um convite à apresentação de pedidos de subvenção centrados na justiça na deficiência para as mulheres africanas em situação de pandemia global. Pode encontrar o link aqui para o pedido de subsídio. (https://www.uaf-africa.org/wp-content/uploads/2021/03/2021_COVID-19-disability-Justice.docx).

Este programa fornece formas de abordar questões de justiça económica, tais como o trabalho não remunerado, a redução ou a perda de meios de subsistência, exigindo um programa de recuperação económica pós-COVID-19 que inclui questões que as mulheres com deficiência enfrentam, e assim por diante. Também acolhe favoravelmente propostas que procuram promover a saúde sexual e reprodutiva e os direitos e a autonomia corporal das mulheres com deficiência, quer se trate de campanhas de advocacia ou de actividades de sensibilização para fornecer serviços abrangentes e adequados.

O conhecimento é um instrumento político poderoso para ajudar a partilhar experiências vividas e consolidar provas para impulsionar a mudança. Esta disposição de financiamento também apoia propostas para documentar o impacto que a COVID-19 tem sobre as mulheres com deficiência, a fim de reforçar os esforços de advocacia e visibilidade.

Finalmente, esta subvenção é intencional para assegurar o apoio aos esforços de promoção dos cuidados individuais e colectivos, especialmente para as pessoas em áreas frágeis e de conflito em África.

“Temos que abordar sobre o legado injusto da discriminação contra as pessoas com deficiência.”

“Desenvolver quadros jurídicos, políticos e institucionais sensíveis ao género, que proporcionam justiça para as mulheres e raparigas com deficiência no Zimbabué” - A Jornada até ao momento “

POR ICODZIM

Garantir a inclusão das pessoas com deficiência é uma tarefa gigantesca que necessita da colaboração e empenho de todas as partes interessadas se quisermos atingir o objectivo de participação e inclusão efectiva das pessoas com deficiência em todas as esferas da vida social, civil, económica, política e cultural, tal como previsto na Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (UNCRPD).

É bastante lamentável que no Zimbabué a internalização total da UNCRPD continue a cair através das fissuras das intervenções de desenvolvimento. O Instituto para o Desenvolvimento Comunitário no Zimbabue (ICODZIM), é uma organização liderada por mulheres, que está a promover os direitos das mulheres com deficiência através de fissuras políticas, sociais e económicas. Desde a sua criação em 2015, o ICODZIM continua a encarregar-se das questões da marginalização das Mulheres com Deficiência (WWD), defendendo ao mesmo tempo o reconhecimento dos direitos das mulheres com deficiência por parte dos responsáveis e da sociedade em geral.

Grande parte deste compromisso procura promover um quadro jurídico, político e institucional que permita a realização e exercício dos direitos das pessoas com deficiência no Zimbabué. O ICODZIM acredita que chegou o momento do Zimbabué abraçar plenamente a abordagem dos direitos humanos à deficiência. Como ICODZIM, consideramos a UNCRPD como um grande marco na luta para reenquadrar as necessidades e preocupações das Pessoas com Deficiência (PWD) no que diz respeito aos seus direitos. Incorpora a mudança de paradigma da resposta do bem-estar social à deficiência para uma abordagem baseada nos direitos humanos. Assim, é imperativo para o Zimbabué domesticar totalmente a UNCRPD, em conformidade com a Agenda 2030, de não deixar ninguém para trás.

“Desenvolver quadros jurídicos, políticos e institucionais sensíveis ao género, que proporcionam justiça para as mulheres e raparigas com deficiência no Zimbabué” - A Jornada até ao momento “

POR ICODZIM

Neste artigo, o ICODZIM está a partilhar alguns objectivos alcançados até agora na promoção de quadros jurídicos, políticos e institucionais sensíveis à deficiência e ao género que proporcionem justiça para as WWDs. Em 2019, o ICODZIM apresentou uma petição ao Parlamento do Zimbabué, apelando à domesticação do UNCRPD. Isto depois de se ter constatado a falta de um quadro jurídico e institucional que permitisse apoiar as disposições estabelecidas na UNCRPD. Consequentemente, o comité sobre direitos humanos adoptou as recomendações formuladas e apelou à domesticação urgente da UNCRPD no Zimbabué. Foi também recomendado que o país elaborasse uma nova política nacional sobre deficiência que assumisse a abordagem dos direitos humanos. Esta acção qualificou o ICODZIM para ser membro do grupo de trabalho temático para a domesticação da UNCRPD; uma oportunidade para exercer pressão e defender continuamente a domesticação total da UNCRPD. Uma das principais razões da falta de perspectiva sobre deficiência nas reformas constitucionais identificadas pelo ICODZIM foi a falta de participação e envolvimento significativo das WWDs nos processos constitucionais devido à falta de informação em formatos acessíveis a deficientes, bem como a compreensão limitada dos processos constitucionais.

Isto tem contribuído para a exclusão das WWDs em vários processos de alteração da constituição realizados no Zimbabué. Com o apoio da UAF-Africa, o ICODZIM está decidido a corrigir este desafio durante o processo do Projecto de Lei 2 de Emenda Constitucional através da disseminação de informação acessível às pessoas com deficiência sobre o Projecto de Lei 2 e da mobilização das WWDs para participarem efectivamente e amplificarem as suas vozes durante o processo. Isto não só resultou numa melhor participação das WWDs no processo constitucional a todos os níveis, como também garantiu uma maior apreciação e compreensão das questões de deficiência e género por parte dos legisladores e dos responsáveis políticos, especialmente os deputados. O acompanhamento dos debates parlamentares por parte do ICODZIM confirmou o interesse crescente em impulsionar as questões relacionadas com a deficiência por parte dos deputados alcançados.

A concretização dos direitos envolve custos, tornando o trabalho da organização estreitamente ligado aos processos orçamentais nacionais. Em 2020, o ICODZIM desenvolveu o documento prioritário do Plano Dez Pontos de Deficiência para o orçamento nacional de 2021, o que resultou num aumento de 4,9% da dotação para a saúde e na introdução de uma rubrica orçamental autónoma para apoiar a PWDs. A fim de assegurar que o orçamento de 2021 corresponda à prestação de serviços, a organização introduziu o Modelo de Robô Fiscal; uma estrutura actualmente utilizada para acompanhar a implementação das prioridades relativas à deficiência consideradas no orçamento nacional de 2021. As WWDs foram as mais duramente atingidas durante a COVID-19, daí a necessidade de as priorizar na atribuição de recursos para uma recuperação sustentável da COVID-19. Globalmente, o acesso à justiça pelas WWDs, especialmente as sobreviventes da Violência Baseada no Género (VBG), tornaram-se o ponto de referência e as melhores práticas para a inclusão da deficiência. Devido a este facto, o ICODZIM realizou a primeira competição nacional de direitos das pessoas com deficiência com as universidades de direito do Zimbabué. A competição teve como objectivo promover o acesso à justiça SRH para as WWDs e criar um ambiente jurídico favorável que garanta a realização dos direitos pelas WWDs. Na nossa opinião, a iniciativa está a contribuir para combater as desigualdades que existem na nossa sociedade. Isto exige também uma acção colectiva entre governo, parceiros de desenvolvimento, sociedade civil, e comunidades em geral, para inverter a situação. Tal como a ICODZIM, dizemos que a deficiência é uma experiência humana universal. Deve ser integrada em todos os processos de desenvolvimento político e socioeconómico.

Encorajar a Cura, Transformação e a Consciência Comunitária: A Fazenda de Cura da República Feminista Por República Feminista - Actualização do Comité

A Plataforma da República Feminista tem vindo a explorar o que os sistemas de apoio as Defensoras dos Direitos Humanos das Mulheres Africanas (AWHRD) precisam para promover a segurança holística, protecção, bem-estar e cuidados colectivos dentro das suas vidas, organizações, movimentos e formações.

Com isto em mente, temos trabalhado para criar uma Fazenda de Cura como um projecto de legado. A nossa visão é ter uma expressão concreta do sonho da Plataforma de oferecer a AWHRD um espaço físico para curar, conectar com os nossos corpos em todas as suas formas e realidades, uns com os outros, e rejuvenescer as nossas energias enfraquecidas.

Temos o prazer de vos informar que este desejo começou finalmente a ser moldado quando concluímos a aquisição de uma parcela de terra para acolher a nossa visão na parte oriental do Quénia, em Janeiro de 2021! A jornada que nos trouxe até aqui foi longa, mas gratificante, compreendendo o envolvimento e a gestão de especialistas independentes e da AWHRDs. Desempenharam um papel crítico na selecção da parcela de terra mais adequada para este grande projecto. Nós, na Plataforma, defendemos o princípio da liderança partilhada. Isto reflecte-se no nosso trabalho de colaboração com a AWHRD, bem como nos métodos que adoptamos em todo o trabalho que realizamos. Encontramos consistentemente formas de assegurar que a AWHRD estejam na liderança da formação e articulação do tipo de apoio de que necessitam para centralizar a auto-cura e a cura colectiva na organização e construção do movimento.

O terreno de 5 hectares está localizado em Muselele, distrito de Kitui no Quénia. No início de Março de 2021, representantes do comité da Fazenda de Cura e membros do Conselho da UAF-Africa tiveram a oportunidade de visitar a parcela de terra. Tiveram a sorte de conhecer os antigos proprietários, no qual contaram a história do terreno. Estas histórias são narrações que esperamos organizar ao partilharmos a nossa viagem.



“Esperamos que a Fazenda de Cura oferece um caminho para que AWHRDs encontrem a harmonia com a terra. Esta única Fazenda de Cura será um espaço onde estaremos em contacto com o céu, água e a terra, integrando isto com os nossos corpos, mentes, e espíritos como uma comunidade. Consideramos a Fazenda de Cura um ser vivo, alimentando mais uma vez a nossa consciência com ritmos da natureza que nos regenera e nutre.”

Este projecto de legado pretende fomentar uma cultura de cuidados e oferece possibilidades de um encontro vivencial afrocêntrico baseado nos cuidados radicais e na resposta feminista aos desafios socioeconómicos, políticos e ecológicos do nosso tempo.

Portanto, ao tentarmos imaginar como poderia ser o mundo pós-COVID, sonhamos com uma nova realidade a florescer onde todos os nossos corpos, territórios, mentes, almas sejam valorizadas e celebradas na nossa diversidade. Como defensoras dos direitos, damos prioridade às nossas necessidades de saúde e de bem-estar.

A nossa maior adversária comum é o isolamento, uma vez que nos impede de vivenciar colectivamente a justiça, liberdade, alegria e felicidade. Esperamos poder encontrar um lugar comum necessário para dar a máxima importância aos cuidados radicais, cura, saúde e bem-estar para todos. A nossa esperança é que a Fazenda de Cura faça isto e muito mais.

A manifestação com êxito deste trabalho só é possível se for co-criado. Gostaríamos muito de ouvir de si sobre os seus sonhos e visões daquilo que este espaço poderia fazer para apoiar as jornadas AWHRD de cuidados pessoais e colectivos. Por favor, partilhe as suas sugestões e ideias. Valorizamos todas elas!

Envie um e-mail para feministrepublik@uaf-africa.org com o seguinte assunto: A Nossa Visão para a Fazenda de Cura da República Feminista!

Fotografias da fazenda de cura



Resiliência em Saúde Mental através da COVID-19

POR TARIRO TANDI

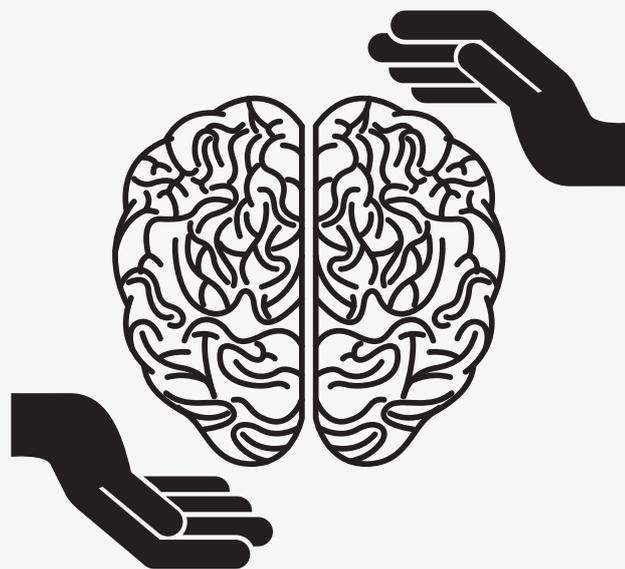
A COVID-19 mudou a ordem mundial e as nossas vidas significativamente. Devido à forma como a pandemia afectou directa e indirectamente as vidas das pessoas, muitos lutam com a solidão, ansiedade e depressão durante este período de incerteza. Uma coisa é certa, porém, COVID-19 forçou-nos a todos, de uma forma ou de outra, a prestar atenção a questões de saúde mental.

A pandemia causou danos à saúde mental de muitos indivíduos que pensavam viver uma vida plena, saudável e bem sucedida. Muitos foram desafiados no seu pensamento e na rejeição prévia dos distúrbios de saúde mental como um conceito ocidental. Começam agora a aperceber que qualquer pessoa pode ser afectada por perturbações mentais permanente ou temporária, a qualquer momento. Ninguém se encontra livre disto. A saúde mental tem sido elevada como uma questão importante em que se deve focalizar.

Antes da pandemia, muitos que sofriam de problemas de saúde mental não tinham necessariamente o apoio e os cuidados de que necessitavam. Era basicamente uma deficiência mal compreendida que resultou em muitos serem marginalizados e isolados no seu sofrimento.

Não há dúvida de que uma grande quantidade de pessoas estão actualmente a ser afectada pela COVID-19 de formas sem precedentes, mas as pessoas que já para além da pandemia, lutam contra a depressão, ansiedade, e outras deficiências de saúde mental enfrentam um duplo risco. A pandemia tem tido um impacto tão prejudicial na saúde mental, mas não há muito reconhecimento de como as pessoas com deficiências mentais estão a lutar mais do que qualquer outra pessoa. Há necessidade de elevar as conversas sobre saúde mental para falar sobre deficiência de saúde mental.

Colectivamente, a COVID-19 levou-nos a sentir um choque intenso, confusão e medo, tudo ao mesmo tempo. O mundo está sobrecarregado, o que resultou em estresse traumático em massa. Lidando com este estresse traumático em massa, abriu canais para falar da saúde mental como uma questão de justiça que precisa de ser abordada. Nos locais de trabalho onde a saúde mental era tabu, cada vez mais instituições se sentem obrigadas a abordar sobre a saúde mental e o bem-estar dos seus funcionários, de modo que



estes sejam plenamente apoiados. Os financiadores têm apoiado componentes que abordam a saúde mental para os seus parceiros beneficiários, de modo a assegurar que sejam apoiados à medida que percorrem a trajectória da COVID-19. Isto, contudo, teria de ser feito em consulta com activistas com deficiência de saúde mental para que as lições aprendidas ao longo dos anos sejam levadas em consideração.

Uma série de conversas públicas que se desenrolam em torno da saúde mental podem agora seguir as suas origens até ao surgimento da pandemia. A natureza da COVID-19 foi de tal forma que todos recorreram aos meios de comunicação social. Isto provou ser um presente/bênção e dor ao mesmo tempo. É doloroso na medida em que há tanta desinformação e partilha excessiva de informação a acontecer nas redes sociais - o que está a levar as pessoas a uma ansiedade perpétua - e é presente/bênção na medida em que as pessoas se estão a abrir sobre questões importantes nestas plataformas. Ao contrário de antes, cada vez mais pessoas estão a falar sobre a sua saúde mental nas redes sociais, partilhando os seus sentimentos e os seus mecanismos de resposta. Isto tem realmente contribuído muito para quebrar o



Resiliência em Saúde Mental através da COVID-19

estigma em torno da saúde mental, trazendo uma aceitação geral em torno da deficiência mental e o reconhecimento de que esta é uma questão real que requer atenção.

À medida que as pessoas se sentem mais à vontade para revelar e discutir questões de saúde mental, tendem a preocupar-se menos com o estigma e o constrangimento que se encontram associados a eles. Este é um potencial que não está a ser plenamente utilizado, uma vez que as conversas estão centradas na forma como a COVID-19 tem tido impacto na saúde mental. Uma forma de mudar o foco para este potencial seria criar espaços onde aqueles que já têm deficiências mentais pudessem partilhar as suas estratégias de sobrevivência e táticas resilientes. Será uma oportunidade perdida se o mundo não abraçar a deficiência mental como uma questão de justiça, e isolá-la como um momento desencadeado pela pandemia.

Nesta perspectiva, a Plataforma da República Feminista, tal como muitas outras instituições e indivíduos, tem vindo a trabalhar com defensoras da saúde mental para defender publicamente estratégias de autocuidado e cuidados colectivos. Estas estratégias estão a ajudar muitos a construir resiliência mental e física tanto para colectivos como para indivíduos. Há um encorajamento generalizado para estar atenta ao corpo e à mente e persuasão para se conectar a outras pessoas, sejam elas activistas que partilham a mesma visão, famílias e comunidades em geral, em benefício da nossa saúde mental.

A questão dos cuidados colectivos exige muito da justiça de deficiência que dignifica o “autocuidado” e encoraja o envolvimento da comunidade e da sociedade em geral na resposta e apoio à deficiência mental. Por conseguinte, é imperativo abrir um espaço e discutir amplamente sobre questões de deficiência mental como uma questão de justiça que requer uma resposta colectiva nas estratégias de apoio e cuidados. A COVID-19 ofereceu-nos tempo e tranquilidade que nos deu espaço para a prática de autocuidados e cuidados colectivos e espera-se que, após a COVID-19, permaneçamos com uma riqueza de práticas e rotinas de cuidados que continuaremos a utilizar. Muitos esperam que a pandemia tenha sido uma bênção disfarçada que nos chama de volta à mesa e nos recorda sobre a importância de darmos prioridade à saúde mental.

A Pandemia deu-nos a oportunidade de apreciar e compreender plenamente a saúde mental tanto como uma deficiência como uma condição pela qual qualquer pessoa pode ser afectada. Espera-se que depois da COVID-19, este nível de aceitabilidade mude a narrativa em torno da deficiência mental e conduza a mudanças transformadoras



que encarem a deficiência mental como uma questão de justiça. Os financiadores são encorajados a considerar a deficiência mental não como resultado da COVID-19, mas como uma questão de justiça que necessita de reconhecimento e apoio.

**Fotografias
representam
recuperação
para mim**



Lições e sugestões de sabedoria durante a COVID-19

POR EASTER OKECH



“A falta de investimento em serviços de qualidade de SDRS afectou muito o acesso aos direitos das mulheres e raparigas durante o período da COVID-19”.

A pandemia da COVID-19 agravou as desigualdades que as mulheres e raparigas de comunidades desfavorecidas e as mulheres e raparigas com deficiência enfrentam. O trabalho que a Organização Consultiva Feminina do Quênia (KEFEADO) realiza com mulheres e raparigas da indústria pesqueira e com raparigas que vivem com deficiências em instituições de aprendizagem indica que o governo queniano durante este período não se preparou para se envolver com as questões enfrentadas por mulheres e raparigas com diferentes deficiências. Observamos que durante este período cinco raparigas com deficiências intelectuais que estavam fora da escola foram alvos em diferentes distritos, como, Kisumu, Homabay, Siaya, e agredidas sexualmente. As casas seguras que as podiam

acolher eram limitadas devido à falta de pessoal de recursos humanos qualificado para se engajarem holisticamente com as raparigas.

Um dos casos no distrito de Seme Kisumu, é de uma rapariga que estava à procura de um pacote de pensos higiénicos doados por um membro da assembleia do distrito num centro longe da sua casa. A rapariga, que vive com deficiências intelectuais, foi violada pelo motociclista e está actualmente grávida. Esta rapariga foi exposta pelo governo que, enquanto fechava as escolas, aparentemente esqueceu que os pensos higiénicos fornecidos na escola são um bem crítico para muitas raparigas de famílias pobres em zonas rurais, peri-urbanas e urbanas.

Esta crise de saúde tem infelizmente aumentado a violência sexual. Um dos desafios enfrentados é a falta de vias de encaminhamento que limitam a prestação de serviços de qualidade às pessoas com diferentes deficiências no Quênia. A falta de investimento em serviços de SDRS (Saúde e Direitos Sexuais e Reprodutivos) de qualidade, tem afectado consideravelmente o acesso aos direitos das mulheres e raparigas durante o período da COVID-19. Com muitas das instalações de saúde a não funcionarem plenamente, a qualidade dos serviços diminuiu. As estações de comunicação social locais têm de ser felicitadas por partilharem informações das comunidades e agradecemos também aos médicos que responderam em casos de emergência na calada da noite durante o recolher obrigatório. No entanto, a falta de serviços eficazes de direitos de saúde reprodutiva de adolescentes nas instalações de saúde garante informação distorcida e um certo número de raparigas adolescentes e jovens mulheres, particularmente as com deficiências físicas, deficiências auditivas e visuais, enfrentam ridicularização por parte dos funcionários de saúde enquanto procuram o acesso aos direitos de saúde consagrados na Constituição do Quênia de 2010.

A pandemia expôs as insuficiências no sector da saúde no Quênia e temos de agir como um colectivo para assegurar que serviços críticos como a prevenção e gestão da VBG (Violência Baseada no Género), incluindo apoio psico-social e SDRS, não sejam empurrados para segundo plano na saúde. O objectivo é assegurar que os direitos de saúde reprodutiva para todos sejam colocados na linha da frente. Assegurar que as comunidades sejam organizadas de modo a garantir que o núcleo e o seu modelo de saúde abrace as questões de género, diversidade, e deficiência. As questões-chave que devem ser abordadas são: os pontos de prestação de serviços devem assegurar que os serviços de saúde sejam uma questão de cuidados de saúde primários e que a SDRS e a VBG sejam integrados proactivamente neste ponto de prestação de cuidados, e não como uma questão de saúde curativa. Isto assegura o acesso a pontos próximos dos necessitados e que os serviços de qualidade podem ser acedidos.

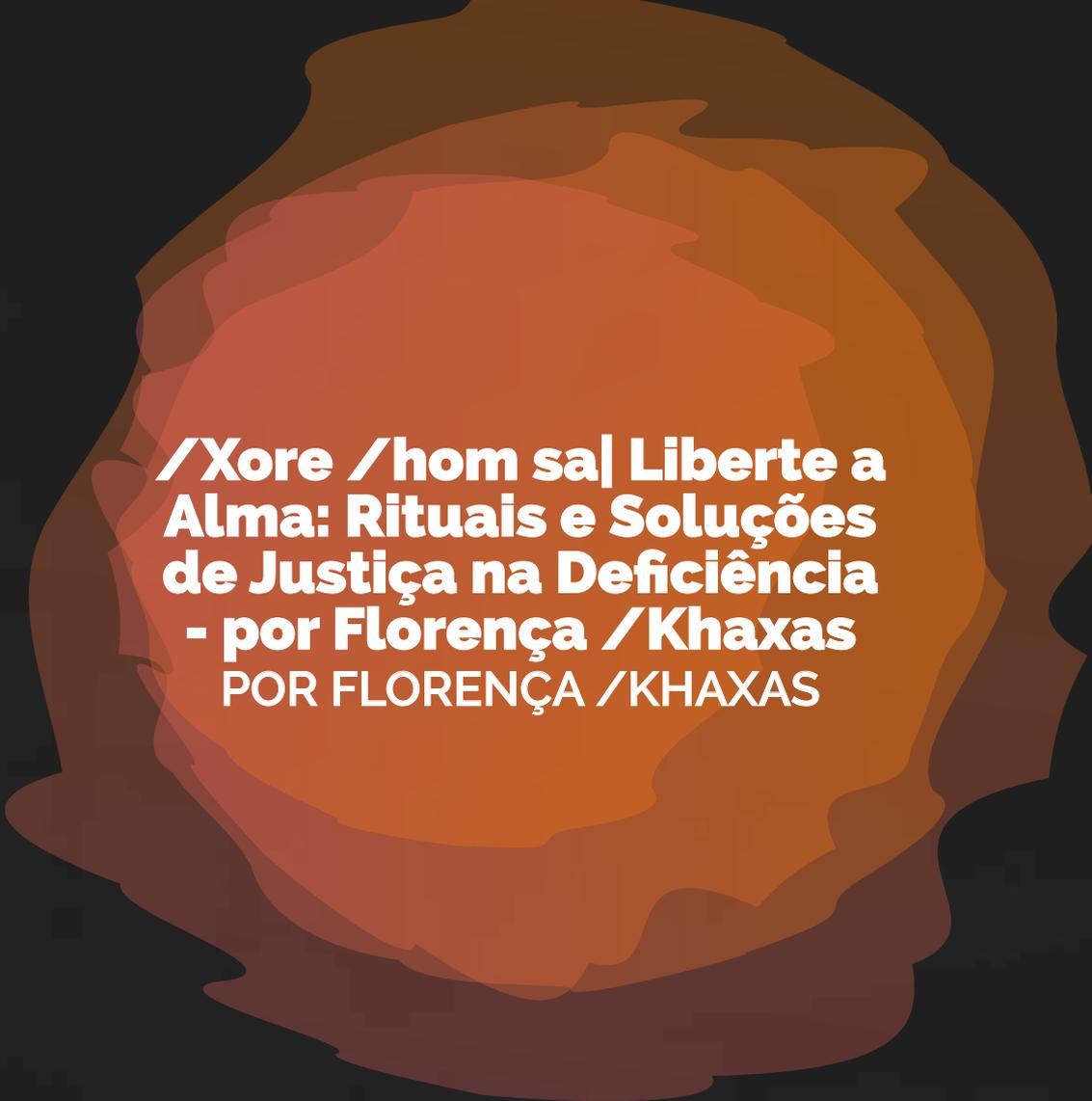
A KEFEADO engaja-se com raparigas e mulheres jovens através do desporto e organiza encontros nos espaços onde jogamos. Para as mulheres e raparigas com deficiência, a organização engaja-as como defensoras dos direitos das mulheres com deficiência e apoia as mulheres dentro dos grupos de deficientes a empenharem-se nos seus espaços. As iniciativas com estes grupos precisavam de ser mais direccionadas, uma vez que a dupla discriminação em questões com a SDRS e mesmo a VBG tem sido registada.

A KEFEADO está a trabalhar com as campeãs para desenvolver compromissos que incluam as diferentes deficiências e sejam empreendidas por mulheres e raparigas com deficiência. O desafio é que há falta de investimento na inclusão da deficiência por parte de diferentes parceiros e de trabalho em espaços onde se possa praticar o autocuidado que seja adequado às mulheres e raparigas com diferentes deficiências, incluindo o envolvimento dos seus prestadores de serviços de saúde.

“É também importante salientar que, como defensoras dos direitos das mulheres e das comunidades, devemos estar consciencializadas que a COVID-19 ficará conosco durante muito tempo, mas isso não significa que as questões da VBG e da SDRS sejam colocadas em segundo plano sem qualquer investimento. Cometer este erro poderia desfazer muito trabalho que temos feito até agora na nossa busca de direitos corporais e de agência para todas as pessoas. Este espaço deve ser protegido.

Quem está pronta a avançar? Eu estou. E tu?”

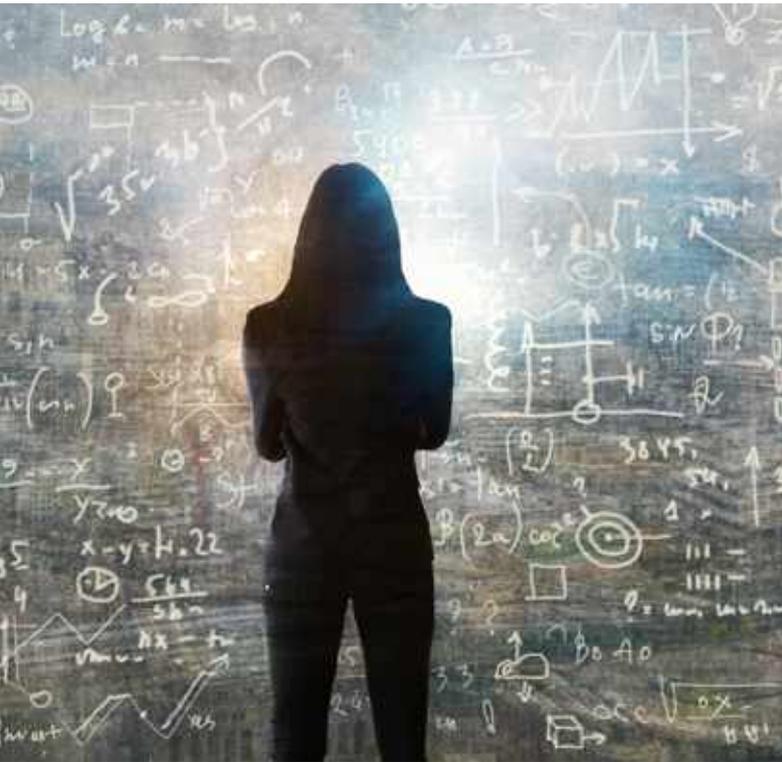




**/Xore /hom sa| Liberte a
Alma: Rituais e Soluções
de Justiça na Deficiência
- por Florença /Khaxas
POR FLORENÇA /KHAXAS**



Redescobrimo a cura tradicional para nós mesmas, cura para o movimento



A história oral indígena da cura tradicional tem sido partilhada através de sonhos, visões e palavras de sabedoria pelas nossas mães africanas e pelas mães das suas mães. As mulheres africanas não podem ser excluídas do diálogo da cura tradicional, pois sempre estiveram no centro da espiritualidade africana. A espiritualidade africana está ligada ao feminismo africano, pois ambas libertam o poder, o propósito e o amor.

Xore /hom sa| libertar a alma



Libertamos as nossas almas quando nos libertamos do julgamento e do nosso ego e nos ligamos à nossa vulnerabilidade que abre as portas à criatividade. A utilização de artes criativas como a música, dança, pintura, e a escrita é uma forma de liberdade da alma e de cura. Quando nos aceitamos pelo que somos - as viagens e experiências que temos, a nossa dor, e o nosso prazer - criamos um espaço para que a nossa vulnerabilidade nos conforte. Sentarmo-nos com esta vulnerabilidade em silêncio é reservar espaço a nós mesmas e aos nossos movimentos. E com o espaço vem a capacidade de perdoar. O perdão como um ritual é tão pessoal quanto política. Recuperamos o nosso poder, perdando-nos a nós mesmas e libertando-nos de situações que causaram grande injustiça nas nossas vidas.

O perdão como um acto de cura tradicional ocorre quando escrevemos ou libertamos as coisas que não são boas para nós, as coisas que guardamos apertadas no nosso coração. Ao libertarmos as nossas almas do trauma, não estamos apenas a curar a nossa geração, estamos também a curar os traumas geracionais vividos pelos nossos antepassados.

Respiramos, libertamos as nossas almas, pois percebemos que somos mais do que o corpo em que vivemos. A canção que sussurra ao vento quer que nos afastemos dos nossos privilégios e ego.

Soltem o vosso corpo, os vossos pensamentos, as vozes, os medos, a vossa visão, as vossas capacidades, o vosso nome, o vosso país. Não sejam nada e tudo ao mesmo tempo. Sejam invisíveis. Transformem-se e acolham o espírito. O espírito não sente dor.

Os direitos dos deficientes também se alinham com estes princípios de cura tradicional. Ao explorarmos o poder da imaginação e da criatividade, criamos visibilidade, cura e transformação radical das práticas de cura existentes em práticas holísticas, inclusivas e participativas. Durante muitas gerações, o reino da cura tradicional em África tem tratado a doença mental como uma deficiência e enquadrou-a negativamente. As práticas culturais africanas têm sido prejudiciais nas suas interpretações limitadas da deficiência como resultado de feitiçaria ou posse de espíritos malignos. Em muitas culturas africanas, a deficiência também tem sido vista como uma maldição ou um resultado de carma negativa do passado. No entanto, o actual movimento africano de justiça para a deficiência, com as suas abordagens baseadas nos direitos, desmantela essas crenças negativas e limitadoras através de iniciativas de sensibilização. Para muitos, a cura tradicional é ainda a forma mais comum e mais acessível de cuidados de saúde. Como resultado, à medida que a nossa compreensão da deficiência muda as práticas da medicina ocidental, há também espaço para que as práticas tradicionais e culturais de saúde evoluam.

A justiça da cura cria sinergias entre o movimento de cura tradicional e os movimentos de justiça na deficiência, e ao fazê-lo, cria espaço para a organização interseccional feminista de movimentos cruzados.

A organização feminista interseccional trouxe-me até aqui, à justiça para as pessoas portadoras de deficiência. A justiça curativa libertou a minha alma no sentido de me tornar consciente do mundo em que vivemos, e de compreender as práticas diárias de poder. Levou-me às seguintes questões: O que é a igualdade formal em comparação com as nossas realidades vividas? Quem tem o poder?

Estamos a repensar a forma como nos organizamos como activistas feministas. As perspectivas feministas interseccionais despertam uma urgência interna de repensar as nossas abordagens à inclusão, diversidade e representação. Precisamos de criar plataformas de cura através do nosso trabalho de justiça curativa para Pessoas Vivendo com Deficiência (PLWD) para reivindicar as suas vozes, as suas ideias, e a sua liderança. Ao reconhecermos a diversidade das feridas [e da resiliência] que carregamos, trabalhamos no sentido de um presente mais inclusivo.

Tenho pensado muito sobre qual seria a forma mais autêntica de narrar a minha história que faz parte das histórias de jovens mulheres que são marginalizadas e oprimidas. A evolução imaginária do movimento feminista interseccional é



construída a partir de um lugar que transmite a verdade à alma. Esta imaginação cultiva o poder a partir das nossas experiências partilhadas de amor, desgosto, sobrevivência, alegria, prazer, raiva e desconforto. Cada uma destas experiências acaba por servir o propósito de nos dar o poder de nos expressarmos. Elas permitem-nos usar a criatividade para questionar paradigmas de sobrevivência em diferentes instituições de violência que as jovens mulheres com deficiência navegam, nomeando essa violência e falando dentro dos espaços fluidos onde a organização feminista se realiza.

Lições e Soluções

A COVID-19 criou espaço para novas formas de construir o bem-estar colectivo. Ensinou-nos sobre a necessidade urgente de respostas orientadas para a comunidade e criou clareza sobre privilégios, poder e acesso. Mulheres, raparigas, pessoas com deficiência, PVCHS, trabalhadores do sexo, comunidades indígenas, lésbicas, e a comunidade transexual têm estado à margem da opressão e a COVID-19 desafiou-nos a repensar sobre saúde e bem-estar e também sobre inclusão económica. Fomos forçadas a confrontar a forma como esta nova realidade afecta a nossa cura colectiva e o nosso poder.

Nesta perspectiva, à medida que aprendemos novas formas de organização sem sair dos nossos espaços físicos, a justiça na deficiência está a ensinar-nos a valorizar todos os indivíduos e as suas várias capacidades. E há muito para aprender. A lição aqui é estar consciente do mundo em que vivemos, das contradições de poder e privilégio, e das possibilidades de poder transformador, tal como estamos solidariamente a praticar o cuidado colectivo. As Mulheres Africanas Defensoras dos Direitos Humanos (AWHRD) podem incorporar a cura tradicional nas suas vidas, incorporando nos seus estilos de vida, sempre que possível, a alimentação à base de plantas e ervas medicinais, e explorar várias terapias energéticas, bem como o descanso. O descanso é uma forma de resistência e resiliência numa sociedade que insiste que devemos estar sempre a trabalhar. O descanso ajuda os nossos corpos a lutar por nós mesmas e pelos outros, enquanto lutamos contra o patriarcado. A amizade e a irmandade são igualmente importantes. Precisamos de celebrar em conjunto, validar-nos mutuamente, e mostrar amor e aceitação. Precisamos de transformar as nossas organizações e incorporar práticas de cura e conhecimentos tradicionais holísticos participativos dentro dos nossos movimentos para dar prioridade à nossa saúde e bem-estar.

Justiça na deficiência está a ensinar-nos a valorizar todos os indivíduos e as suas várias capacidades. E há muito para aprender.

Quando eu era jovem, não gostava de fotografias...

Fotografias mostravam a minha perna direita com prótese como sendo mais pequena do que a minha perna esquerda...

Fotografias mostravam a minha incapacidade de ficar em pé e sem equilíbrio...

Fotografias mostravam como eu não conseguia ficar em pé ao colocar as minhas duas pernas juntas...

Fotografias mostravam todas as minhas falhas...



/Xore /hom sa| Fungua Roho Yako: Mila na Tiba katika Haki ya Ulemavu

Rituais

Quero falar sobre o meu processo de cura tradicional no meu percurso para deixar de fumar. Na qualidade de defensoras dos direitos humanos, por vezes, damos por nós mesmas a aceitar mecanismos pouco saudáveis, tais como beber e fumar, para lidar com o custo emocional e físico do trabalho que fazemos. Há alguns anos, tive uma profunda introspecção comigo mesma que me levou a perguntar: "Qual é o meu dever como defensora dos direitos humanos, se não me consigo defender a mim mesma e ao corpo que me apoia através de tudo isto"?

Criar espaços participativos de cura feminista requer que cada uma se aproprie do seu próprio processo e jornada de cura. Assumimos a responsabilidade de nos responsabilizarmos pelo nosso processo de cura e fazemo-lo procurando e incorporando práticas de cura holísticas e/ou participativas tradicionais.

Por exemplo, a música continua a desempenhar um grande papel na reimaginação da espiritualidade, do Ubuntu e da irmandade.

A incorporação de certos rituais também pode ser regenerativo. Como participar em rituais espirituais (idealmente no seio de uma irmandade) com batuques africanos ou bater palmas até formar um ritmo. Acender velas é também uma excelente forma de incorporar rituais de cura na sua vida.

Outra opção mais acessível e oportuna é o ritual simbolizado na lavagem das mãos, afastando a dor, estando consciente da nossa nova realidade como a COVID-19, e da importância de lavar as nossas mãos como forma de cura e de nos protegermos do vírus.

Em retrospectiva, apercebo-me de como hábitos nocivos limitam muitas das minhas companheiras defensoras dos direitos humanos. Isto também me levou a concluir que, se eu quiser praticar cuidados comunitários, devo estar consciente do impacto da inalação de fumo passivo. Trabalhar em espaços onde as defensoras dos direitos humanos fumam é visto como um dado adquirido, fez-me perceber que deixar de fumar para proteger a minha comunidade é o que a responsabilidade aparenta ser... Cuidar da minha comunidade significa defender os nossos direitos e a nossa saúde.

Longe destas práticas mais externas, a cura tradicional para mim significa o acto de escrever cartas a mim mesma pedindo perdão pelas estratégias nocivas que tive

e estabelecer intenções ao visionar um ambiente saudável onde me priorizo ao liderar um estilo de vida saudável como defensora dos direitos humanos.

Dei-me permissão para chorar e estabelecer uma intenção. Escolhi a liberdade e a resiliência em vez do medo. Rodeei-me de pedras de cristal, acendi uma vela, e queimei algumas coisas à minha volta. Tive uma conversa honesta comigo mesma sobre os meus valores e criei novos valores saudáveis. Ligando-me aos meus antepassados através destes rituais, o seu apoio deu-me a coragem de penetrar no meu poder interior para resistir a hábitos prejudiciais.

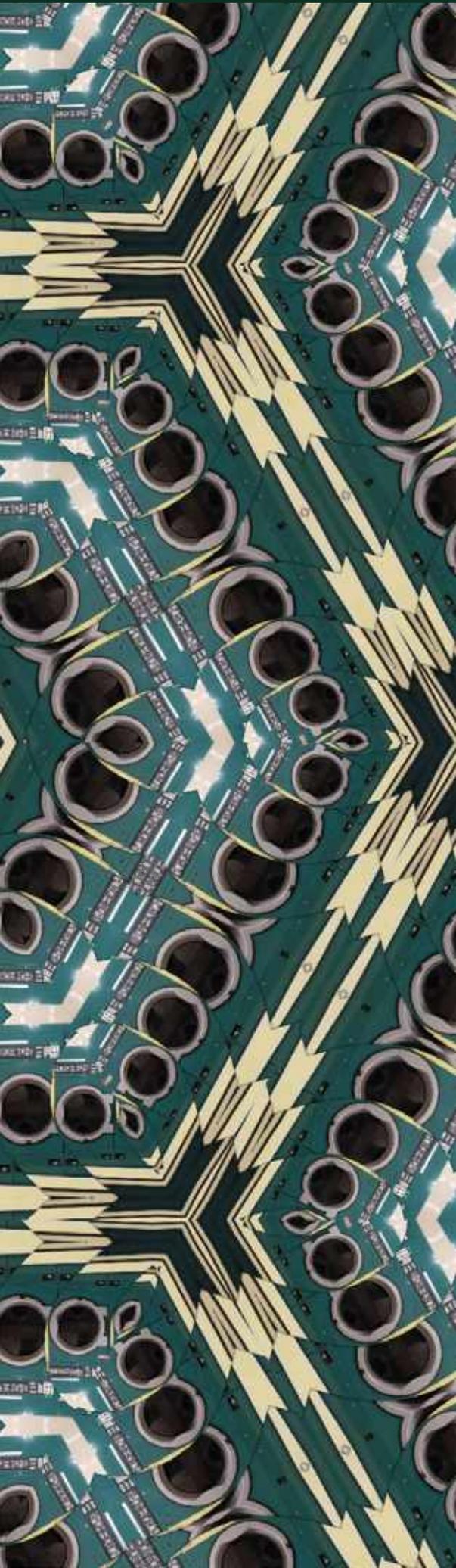
As intenções são um poderoso instrumento ritual para curar os nossos corpos. A fé em nós mesmas tem o mesmo poder. Livrarmo-nos da dependência abre os nossos corações a tornarem-se activistas ainda mais conscientes que dão prioridade a cuidados radicais e holísticos.

Como Defensoras Africanas dos Direitos Humanos Femininos, precisamos de dar prioridade a nós mesmas e ao nosso bem-estar. Precisamos de falar para nós mesmas. A resposta está sempre dentro de nós. Criar diariamente os nossos próprios rituais, protege-nos e fundamenta-nos. Cria equilíbrio e ensina-nos a amar-nos um pouco mais a cada dia. Ficar sozinha e criar tempo para rituais de cura ensina-nos sobre isolamento; formas de procurar a paz na nossa própria presença. A saúde mental é importante. A justiça na deficiência ensina-nos a ser bondosas para com os nossos corpos e a preocuparmo-nos com o impacto das nossas escolhas nos outros.

A autonomia corporal e a integridade são os nossos direitos inerentes. Escrever sobre as nossas realidades vividas criará provas para responsabilizar os nossos governos pela protecção da nossa autonomia e integridade corporais. Documentar as violações que experimentamos da nossa cultura e do nosso governo é restaurar a justiça. A autonomia corporal e a integridade das pessoas com deficiência em África não é negociável. Temos de continuar a desembalar as normas e mecanismos culturais nocivos em que aprendemos a confiar, e de que forma estes afectam os direitos das pessoas portadoras de deficiência.

A incorporação de certos rituais também pode ser regenerativo. Como participar em rituais espirituais (idealmente no seio de uma irmandade) com batuques africanos ou bater palmas até formar um ritmo. Acender velas é também uma excelente forma de incorporar rituais de cura na sua vida.





Tripla Risco: Desafios enfrentados por mulheres com deficiência no Zimbabué na Era da COVID-19

POR AGNES CHINDIMBA

No Zimbabué, as pessoas com deficiência são referidas como “zvirema”, uma palavra Shona depreciativa. Esta terminologia grosseira serve para reforçar e ampliar as atitudes discriminatórias tanto privadas como públicas contra as pessoas com deficiência. Estes comportamentos não são desvinculados de crenças profundas de que as pessoas com deficiência são prova de uma maldição familiar, envolvimento com feitiçaria, ou actos de maldade. Tudo isto pode resultar na demonização e desconsideração das mulheres portadoras de deficiência.

Num país que tem vindo a lutar contra o declínio económico há mais de uma década, as mulheres com deficiência são deixadas no fundo da cadeia económica. Nas zonas urbanas, são evitadas. Nas zonas rurais, são reduzidas a mendigas. Como se a situação não tivesse sido suficientemente má, o surgimento da COVID-19 em 2019 agravou o problema. A intersecção de deficiência, COVID-19, género, classe social e económica, nível de educação, raça e religião desempenham um papel na amplificação dos desafios enfrentados pelas mulheres com deficiência no Zimbabué. O efeito destas sobreposições tem sido particularmente evidente nos desenvolvimentos em torno da Violência Baseada no Género (VBG) aqui no Zimbabué.

De acordo com um relatório de 2021 da Associação de Mulheres Surdas (DWI), a prevenção da violência baseada no género e a programação da resposta têm negligenciado as necessidades, prioridades e interesses das mulheres portadoras de deficiência. Por exemplo, este relatório afirma que o bloqueio em resposta à COVID-19 tornou as mulheres com deficiência mais vulneráveis à VBG. Alega que, devido ao facto de todo o enfoque nos serviços de saúde estar centrado na resposta à COVID-19, as mulheres com deficiência não podiam aceder a outras necessidades de saúde. Por exemplo, os serviços de planeamento familiar tornaram-se caros em 2020 e as mulheres não podiam aceder serviços nas clínicas locais que estavam fechadas ou não tinham as instalações de planeamento familiar.

Tripla Risco: Desafios enfrentados por mulheres com deficiência no Zimbabué na Era da COVID-19

Isto tem consequências desastrosas e resultou em casos de elevada violência doméstica às mulheres com deficiência. Uma mulher disse: "Fui à clínica local em busca de comprimidos de planejamento familiar e tive dificuldades em passar pelos bloqueios de estradas da polícia, uma vez que precisavam de passes. Acabei por chegar à clínica apenas para me dizerem que não havia comprimidos e mandaram-me comprar nas farmácias. Quando cheguei à farmácia, os comprimidos estavam a ser vendidos a 1 USD, e eu não tinha dinheiro suficiente. Quando cheguei em casa, o meu marido exigiu sexo e eu recusei porque eu não queria ficar engravidada. Havia uma grande discussão em casa e o meu marido agrediu-me seriamente, mas eu não podia fazer nada".

Os bloqueios dificultaram a procura de serviços de VBG por parte das mulheres com deficiência. O aconselhamento online disponível não é tão inclusivo como parece porque, como acontece frequentemente, as mulheres com deficiência são economicamente marginalizadas e muitas não dispõem de aparelhos como telefones smart ou dados necessários. Para as mulheres com deficiência que podem comprar um telefone e dados, têm de lidar com prestadores de serviços que provavelmente oferecem aconselhamento online mas não conhecem a linguagem gestual, o que dificulta o acesso das mulheres surdas aos seus serviços.

O acesso a produtos sanitários tornou-se também um verdadeiro desafio para as mulheres e raparigas com deficiência, tais que a maioria recorreu a meios não higiénicos, tais como o uso de estrume de vaca para absorver os seus fluxos. As mulheres que normalmente confiam na auto-motivação e na indústria para pagar as suas contas e satisfazer as suas necessidades básicas foram empurradas a pobreza com o encerramento dos mercados informais. No Zimbabué, muitas das mulheres que antes da pandemia ganhavam a vida com a venda, o comércio transfronteiriço voltou a sair da decisão de encerrar as fronteiras do país para gerir a pandemia.

A pandemia também agravou os desafios gerais que as pessoas com deficiência enfrentam no acesso à informação. Os meios de comunicação têm estado sobrecarregados com mensagens e informações sobre a COVID-19. Infelizmente, a informação não tem sido fornecida em formatos inclusivos; sem linguagem gestual, sem áudios, e, claro, sem material impresso de grandes dimensões para diversas mulheres com deficiências. Isto põs as vidas de mulheres com deficiências em perigo, uma vez que não têm conhecimento adequado do que está a acontecer à sua volta. Isto deixa-as vulneráveis à infecção sem informação completa.

Embora estes desafios devam ser falados o mais frequentemente possível, há também espaço para conversas sobre as oportunidades que existem à medida que nos preparamos para o futuro e construímos sociedades mais bem equipadas para lidar com possíveis surtos com as lições aprendidas com esta pandemia. A COVID-19 abriu espaço para a advocacia sobre programas de desenvolvimento inclusivo à medida que continuamos a exercer pressão em prol dos direitos das mulheres com deficiência. Tempos difíceis abrem portas para parcerias fortes e inclusivas com agências das Nações Unidas, universidades, casas de imprensa, organizações de direitos das mulheres e governos, para que ninguém seja deixado para trás. Acima de tudo, estes desafios, embora inteiramente evitáveis, tornaram as mulheres portadoras de deficiência unidas e mais fortes. Estamos a aproveitar os nossos pontos fortes e a elaborar estratégias para a inclusão em muitos espaços pós COVID-19.

Diesel - por Kiko Enjani

Os seus olhos abrem-se para quatro coisas:

Há tumultos por todo o lado,

Estás a usar um capacete,

Estás amarrado a uma cadeira,

E as tuas mãos estão sobre um volante.

* * *

"Se eles continuarem a bater naquele tolo, o veículo vai explodir". Comentários de Ess
Tablishment.

"Então, que assim seja", diz Spec Tator.

Ob Server concorda: "Quem dera que os perdedores deixassem de fugir do buraco; a corrida
não estaria tão cheia".

A pista e o estádio circulavam o planeta. Fora da pista havia um abismo, do qual já haviam
enviado alguns drones. Demoraram cinco dias a descer.

* * *

Levante o pé de um pedal e um carro bate-lhe em cima. Carrega com demasiada força noutra
e acerta-lhe à frente.

A ultrapassagem gera um gesto grosseiro por parte do outro condutor.

Um carro da frente bate contra outro. Abranda à medida que ambos se afastam da pista e
desaparecem. Permanecerá no centro, a partir de agora.

* * *

"Ver os números de 1 a 9"! O servidor diz ao estádio.

O Estabelecimento questiona-se quantos carros deixariam os carris para os deixar passar.
Como planeado, mil condutores perderam o controlo dos seus veículos devido à queda de
cinco dias: levando vários outros com eles.

Há sempre um caminho a percorrer para os mais merecedores.

* * *

Viu-os cair no abismo.

Não foi um acidente; a saída deles abriu um caminho. E através deles veio um condutor, cada
um pintado com um dígito.

Quebra-se a formação seguindo o carro 8.

O Carro 9 tenta ultrapassar, mas o ajuntamento fecha-se e há uma colisão.

Ignora a floração infernal no seu rasto ao olhar para um infractor.

"7 BILHÕES DEIXA O CARRO 8 NA POEIRA!"

O carro 5 bate de lado, repetidamente. Deixa-os empurrar-te para a beira. Eles têm uma
máquina melhor:

Caramba, eles provavelmente treinaram para isso.

Mas a sua falta de experiência significa que o seu veículo pode, por vezes, fazer marcha atrás.

Um suspiro enche o estádio à medida que 5 sai.

Os carros 3 e 4 estão tão chocados que o deixam passar.

A corrida é entre três de vocês. Mais saídas acontecem em frente do Carro 1. Não se
concentram na morte; a pista foi liberada.

Uma corrida aberta, rugem como uma fera, pois o seu veículo avançará.

"7 BILHÕES ESTÃO ANSIOSOS PARA O PRIMEIRO LUGAR!"

A pintura quadriculada está a aproximar-se. Está inclinado para a frente, sufocado pelo cinto de
segurança.

E quando a frente do seu adversário é a sua parte traseira, grita por vitória ao cruzar a linha de
chegada.

O primeiro dos bilhões.

* * *

A maioria das pessoas no estádio nunca se riram tanto nas suas vidas.
"Aquele tolo pensou que estavam ACTUALMENTE a correr para a meta. Não se
pode inventar isto".

* * *

Levante uma das mãos para enxugar as lágrimas e repare no que está no seu
pescoço. É um auricular.

"Por favor responda desta vez", uma nova voz toca na sua cabeça.

"O meu auricular caiu. Consegues ouvir-me?"

Choque de outra voz. "Consegues ouvir-me?"

"Sim. Porque é que tantos de vós estão a tentar falar ao mesmo tempo?"

Uma outra voz toma o controlo. "Somos o vosso grupo da Pit Crew".

"Meu...o quê?"

"Siga a linha amarela no mapa do seu painel de instrumentos".

Eles são rápidos. Logo que entrar na gruta, alguém mudará os seus pneus,
reabastecerá e levantará o seu capacete para lhe atirar água ao rosto.

* * *

"Então este é o meu..."

"50ª volta", dizem eles, quando se volta a entrar na pista. "A corrida tem 1000
voltas". Ninguém pode sair até ao seu fim. Cada saída gera uma nova entrada".

O Carro 1 está de volta, a atrair-vos.

"Não se preocupe. Eles estão no seu 400º lugar. Nunca os alcançarão".

"Qual é o objectivo de tudo isto?"

"Honestamente", admite o receptor, "nós apenas...o encontramos aqui, e fazemos
o que podemos para evitar sermos mortos". Por favor, faça-o para a próxima
paragem".

Após a sua 60ª volta, faça-o.

* * *

O ar está fresco no seu rosto enquanto o seu capacete bate no chão.
Mantenha-se na linha branca que marca a linha da pista e pode contornar o
abismo. Caminhe por esse caminho durante muito tempo.
e podes entrar na cavidade no fim da linha amarela no seu painel de
instrumentos.

Alguém o ajuda a dormir.

* * *

"Pessoal, parece haver mais veículos a parar. Os condutores estão a sair. Eles
estão a andar..."

Os olhos de todos estão voltados para o Tablishment.

"Se há lugar para os vencedores passarem, não importa".

* * *

"Será que vão dar a volta a essa pista para sempre?" pergunta-se.

"Provavelmente".

"Haverá mais alguma coisa para além desta corrida?"

"Sim. Em outros planetas, também".

"Poderemos ir?"

"Se tivemos mais uma pessoa... sem dúvida".



Entrevista

de Elizabeth Mang'eni

Dzuwa; Estás linda, qual foi o ponto de viragem? Em que momento decidiste repensar sobre a tua personalidade e o que te levou a isso?

Estive envolvida num trágico acidente rodoviário em 1994 que levou à perda do meu membro direito. Desde então, tive de usar prótese para me movimentar e realizar as minhas actividades do dia-a-dia. Ao crescer, enfrentei discriminação por parte da comunidade, e isto teve um impacto negativo em mim, apesar do encorajamento dos membros da família. Isto diminuiu a minha auto-estima, o que limitou o meu progresso.

Durante o meu primeiro ano na universidade, li um artigo sobre a Farida Bedwei; uma engenheira de software do Gana cuja vida e história de sucesso supera a imaginação. Não foi a sua profissão de engenharia de software que me surpreendeu, mas sim a sua condição. A Bedwei foi diagnosticada com paralisia cerebral com um ano de idade. A paralisia cerebral é uma doença neurológica incurável que afecta permanentemente o movimento corporal, a postura, bem como a coordenação muscular. Uma pessoa com paralisia cerebral que se tornou numa engenheira de software era novidade para mim. Farida encontrou uma forma de vencer a sua deficiência e é hoje considerada uma das mulheres mais poderosas da tecnologia financeira em África. Ela provou que a deficiência não significa uma desvantagem. De que mais motivação precisava? Desde então, abracei a minha deficiência e nunca mais olhei para trás. Esse foi o meu ponto de viragem.

Dzuwa; Tens agora uma perspectiva diferente de si e do seu corpo?

Se me tivesse feito esta pergunta há sete anos atrás, teria respondido sem dúvida que a minha deficiência é um fracasso. Mas hoje, honestamente, não penso que seja. A minha perna com prótese faz-me ver a vida de uma forma muito diferente. Mostro aos que lutam que não há problema em ser diferente. Acredito que Deus me tirou algo e me deu mais alguma coisa em troca.

Onde é que tiras forças para os caminhos que hoje percorres na vida? Qual é a tua fonte de cura?

Deus: Eu confesso que as orações funcionam. Família: o apoio dos meus pais e irmãos motiva-me todos os dias. Os meus melhores amigos que tornam-me numa versão melhor de mim mesma e, finalmente, a exposição a experiências de companheiros amputados.

Dzuwa; sentes que as fotos têm uma forma de curar a alma? As suas fotografias ofereceram alguma forma de cura? Se sim, que forma?

Eu odiava fotografias. Se eu tira-se fotografias, assegurava-me que não mostra-se a minha deficiência porque estas fotografias mostravam a minha perna direita com prótese a parecer mais pequena do que a minha perna esquerda. As fotografias mostravam que não conseguia ficar em pé e nem equilibrada. As fotografias mostravam todos os meus defeitos.

Hoje, aprendi a amar as minhas fotografias porque são uma forma de cura. Aprendi a apreciar a mulher em que me tornei e as mensagens e experiências que partilho através das minhas fotografias. Todos os dias, espero que as minhas fotografias inspirem outros a apreciar os seus defeitos e a lapidá-los porque nenhum ser humano é perfeito.



Dzuwa; Neste caso, qual é a aparência da cura? Trata-se de tirar, e olhar para as fotografias? Será posar para que a sua foto seja tirada? Ou trata-se da partilha das fotografias nas redes sociais?

A cura é quando partilho as minhas fotografias e experiências. A cura é quando as pessoas reagem e podem relacionar-se com estas fotografias. Isto inspira-as ao verem uma bela rapariga com um belo sorriso e grandes sonhos para um amanhã melhor.

Dzuwa; Que mensagem de superação gostaria de partilhar com mulheres com deficiências que possam estar a enfrentar problemas de aceitação

Seja você mesmo. A vida é tua. Não tens nada a provar às pessoas, porque esta pressão vai pesar-te. Não precisas de te adaptar para te sentires bem contigo mesma. Ser diferente tem os seus momentos bons. Por exemplo, quando se é baunilha, ninguém repara, mas quando se é chocolate as pessoas ficam curiosas. Você é o chocolate. Estar neste mundo não é um erro. Qualquer pessoa que te trata mal por causa da tua deficiência deve ser o mínimo dos teus problemas. Seja o seu próprio defensor em vez de chorar dentro de casa. Tens o controlo da tua vida. Liberte-se de qualquer embaraço e medo de estigma.

Porque Luto por um Mundo Livre de Capacitismo

POR FRANÇOISE DOGOMANGUE

Chamo-me Françoise Dogomangue da cidade de Dapaong, na região norte do Togo. Sou uma mulher de 41 anos que vive com deficiência. Nasci numa família monogâmica de 8 filhos; quatro meninas e quatro rapazes, sou a única filha da minha família a viver com deficiência. Ainda muito jovem, quando completei oito anos de idade, paralisei os meus membros inferiores. Isto dificultou-me a saída de casa e foram necessários recursos substanciais de modo a enviar-me para a escola.

Ir à escola não foi fácil! Os meus colegas de turma gozavam constantemente com o meu andar. A caminho da escola, eu caía mais de duas vezes antes de ir para a aula. Apesar destes obstáculos, mantive-me forte e consegui alcançar o Nível A em Artes e também estudei para obter um diploma para me qualificar como Secretária Executiva, permitindo-me integrar na vida profissional como professora primário e pré-escolar.

Sou agora mãe de três crianças maravilhosas e brilhantes; porém, a minha experiência de discriminação tem continuado a assombrar a minha vida, de certa forma bem sucedida. Tenho sido sujeita a incidentes de preconceito pelos meus sogros que não esconderam a sua rejeição em relação a mim. Pediram ao meu marido para não casar comigo por causa da minha deficiência e até mesmo foram fisicamente violentos! O amor e compromisso que eu e o meu marido partilhámos no início manteve-me forte e continuámos a nossa vida juntos; eventualmente os meus sogros cederam e permitiram que nos casássemos.

No entanto, esta rejeição revelar-se-ia, com o tempo, demasiado grande para ser superada. Com o tempo, a frase "A minha família era contra o nosso casamento" continuou a infiltrar-se nas nossas discussões. Isto levou a abusos verbais, e depois veio a agressão física. Tornei-me uma vítima de violência doméstica. Empolgada com a pessoa que no início partilhava o compromisso de cuidar de mim, apoiar-me e proteger-me da discriminação, sofri uma fractura no meu pé direito que exigiu uma cirurgia urgente. Esta lesão, resultado da violência do meu marido. Pior ainda, o acesso a cuidados médicos como vítima de violência doméstica foi um desafio devido à falta de infra-estruturas médicas.

Não foi possível concluir a cirurgia em Dapaong, onde vivo, e tive de ser transferida para o Centre Hospitalier et Universitaire (CHU) Campus em Lomé, onde passei 4 meses. Quando regresssei a Dapaong, com medo que esta violência pudesse tirar-me a vida, saí da casa do meu marido e aluguei um quarto onde actualmente vivo com os meus filhos.

Socialmente, continuo a ter experiências de frustrações diárias de navegar num mundo susceptível tanto como mulher e como mãe, que muitas vezes tenho de encontrar e partilhar espaço com mulheres que não vivem com deficiências físicas. Falar pode ser um desafio quando estas comunidades não consideram as perspectivas das pessoas que vivem com deficiências. No caso destas mulheres, para simplificar, a mulher deficiente não tem lugar entre as mulheres "Fisicamente capacitadas".

Porque Luto por um Mundo Livre de Capacitismo

POR FRANÇOISE DOGOMANGUE

Esta experiência é a razão pela qual lentamente me transformei numa activista. Decidi quebrar estas barreiras falando da minha deficiência para encorajar as minhas irmãs que vivem diariamente com estas injustiças. Faço-as tomar conhecimento do facto de que não se devem desanimar. Defendo um mundo onde as mulheres com deficiência sejam livres e serem economicamente independentes e obterem o apoio que merecem. Isto é o que a REFED procura fazer.

Sim! O papel que a REFED desempenha como organização que luta pelos direitos das mulheres a viver livres de discriminação, permitiu tornar-me hoje em dia uma mulher bem sucedida.

Para além da REFED, temos a Associação de Pessoas Motivadas a Viver com Deficiência do Tône (APHMOTO), da qual sou membro activo, e que tem trabalhado arduamente para a integração de pessoas com deficiência com o apoio incansável da Federação Togolesa de Associações de Pessoas com Deficiência (FETAPH). Estas organizações procuram assegurar um mundo melhor sem discriminação.

Organizo formação sobre desenvolvimento pessoal, IGAs tais como fabricação de sabão, lixívia, acessórios feitos com tecidos africanos, e acessórios decorativos, etc.

Sou a presidente de um grupo de mulheres com deficiência. Encorajo as minhas irmãs a praticar superação e os cuidados radicais. E em alguns dias, a minha prática de cuidados radicais é encorajar as minhas irmãs a continuar a sorrir e a organizar actividades recreativas para elas.

Hoje, tenho confiança em mim e nas minhas capacidades, o que me dá a oportunidade de ser uma modelo para outras mulheres com deficiência. Continuo a lutar todos os dias para sustentar a mim e aos meus filhos num mundo com capacitismo, mas continuo a encorajar outras mulheres a não desistir desta luta. Falar sobre isso é superar e deixar de lado a discriminação injusta provocada, falar sobre isso tem impacto na sociedade, falar sobre isso é crescer.

Ao escrever este testemunho, estou a libertar-me e gostaria realmente que esta história rectificasse muitas das injustiças que as mulheres com deficiência enfrentam em todo o mundo, porque muitas sofrem em silêncio.



Um Poema para as Mulheres Africanase Defensoras dos Direitos Humanos

POR BEAUTY BOOIS

A sua empatia, a sua energia, a sua vontade de lutar pela igualdade,
Para combater o patriarcado e acabar com a melancolia do mundo,
É nada mais nada menos do que divindade pura.

Por isso, nunca tenha medo de falar livremente e de expressar o seu direito à liberdade.

A força e as bênçãos dos antepassados fluem nas suas veias,
Assim, transcende o seu trauma, livra-te destes obstáculos e o descontrai,
Recusa a entreter ou manter o estado actual, por conhecer os seus direitos e recusar-se
a suportar esta situação.

Como a melodia da onda do oceano, você insiste, luta e trabalha para salvar
A humanidade da insanidade dos intolerantes, a sua tirania e masculinidade tóxica.
O destemor percorre as suas veias, sem nada a perder a não ser as nossas correntes,
Portanto, recusam-se a serem detidas nas prisões, pelas armas e bombas de gás
lacrimogéneo deles,

Mantém-se firme no seu poder, enfretando o sistema,
Recusando-se a deixar que o ódio deles o devore,
Pois é o amor, a liberdade e a paz que lhe dão poder.

Por isso, ergue-se e levante a sua voz, não lhes dando outra escolha senão ouvir o
rugido do teu leão,

À medida que cresce, ascende, e sobe,
Muito para além dos sonhos mais selvagens dos seus antepassados, pois,
Você é a esperança e o sonho do escravo, acordando do sono para reclamar os seus
direitos e liberdades.

De vez em quando, vai para as ruas
Cantando canções de liberdade com os punhos no ar
Enquanto se luta pela liberdade e por tudo aquilo que importa
Entoar as suas exigências libertadoras,
Não dar-lhes oportunidade de respirar até verem
Que tu recusas a viver num mundo sem igualdade e liberdade,
E a abundância do pleno prazer do nosso direito à vida,
A liberdade da escravatura, o direito à privacidade,
O direito à liberdade, segurança, igualdade e dignidade.

O Direito à Deficiência

POR MICHELE SOJIP

“O seu Curriculum Vitae é interessante, e o seu perfil corresponde à nossa descrição de funções, mas infelizmente, lamentamos informá-la que não pode obter o emprego. As nossas instalações não estão adaptadas, e não temos fundos suficientes para criar um espaço de trabalho no qual possa albergá-la”. Duas frases curtas que me fizeram sentir como se o meu mundo estivesse a desmoronar. Não me faltava familiaridade com as injustiças por causa da minha deficiência, mas este anúncio foi como um golpe para mim. Era isto que significava ser um tetraplégico? Serei agora julgada apenas pelo facto de me deslocar numa cadeira de rodas? Será que esta deficiência me privou de todos os meus direitos, incluindo o direito a ter um emprego, embora o preâmbulo da Constituição Camaronesa, a lei suprema, prevê que se tenha o direito e o dever de trabalhar?

Não seria errado dizer que muitas pessoas com deficiência sofreram injustiça. Embora as estatísticas oficiais não sejam conhecidas, existe um número significativo de pessoas em Camarões com deficiências motoras, auditivas, visuais, sensoriais, mentais, psíquicas, e outras. A fim de melhorar as suas condições de vida, foi aprovada a Lei n.º 2010/002 de 13 de Abril de 2010, sobre a protecção e promoção das pessoas com deficiência.

No entanto, foram necessários mais oito anos, ou seja, em 26 de Julho de 2018, para a sua aplicação. Embora tenham sido registadas algumas melhorias nos últimos dois anos, existe ainda um grande vazio entre as disposições da lei e a sua aplicação. A incapacidade de comparecer numa audiência judicial ou de aceder a um serviço administrativo devido à falta de uma rampa de acesso, contratar um intérprete a custo próprio durante o processo judicial, ter a admissão negada numa escola devido à sua deficiência, ter o seu pedido de emprego rejeitado embora o emprego solicitado seja compatível com a sua deficiência, não beneficiar de rendas mais baixas em habitações públicas, falta de sinalização em Braille e de tamanho de letra grande em produtos de consumo corrente. A lista de direitos que ainda não foram implementados e que actualmente só existem em papel é longa. E quanto aos casos de violação de raparigas que vivem com doenças mentais? Aproveitar-se de incapacidades? Casos de maus-tratos? Abuso físico, moral ou financeiro? Estigmatização e discriminação?

Há muitas vítimas em silêncio que acabam por se excluir da sociedade, considerando-se indefesas, e alinhar com todo o tipo de injustiça. Viver numa sociedade que faz vista grossa aos tratamentos desumanos que as mulheres e as raparigas que vivem com deficiências sofrem, significa que poucas delas nunca aceitam plenamente a sua deficiência e se afirmam. O mito da “anormalidade” na deficiência persiste. O acesso à justiça, a um tratamento justo e à igualdade de oportunidades e direitos não implica apenas respeito pelos seres humanos

O Direito à Deficiência

e pelos direitos previstos na lei. Implica também que se deve ser ouvido e, acima de tudo, compreendido, o que significa que se deve estar plenamente consciente dos direitos que se reivindica. O decreto de aplicação da lei de 2010 é claro sobre um ponto. O artigo 2.º prevê: "As disposições deste artigo aplicam-se às pessoas com deficiência titulares de um Cartão Nacional de Deficiência e que tenham uma potencial taxa de deficiência permanente de pelo menos 50%".

A nossa luta não consiste, portanto, apenas em criticar. Devemos reclamar o que deve ser reclamado, mas também, e acima de tudo, é importante agir de mãos dadas. Se as pessoas com deficiência se unirem solidariamente, então a exclusão, a desvalorização, o abuso, e todas as outras formas de injustiça que sofrem, desaparecerão gradualmente. Esta solidariedade deve ser alargada a todo o continente. e a este respeito, alguns países fizeram progressos significativos, particularmente em termos de acesso aos transportes e aos locais públicos.

A partilha de experiências é, portanto, uma mais-valia. Como foi alcançado tal progresso nesses países e como pode a sua abordagem ser replicada noutros países, tendo em conta as realidades e o contexto de cada país? Finalmente, é essencial identificar as lacunas nos nossos textos legais, tais como a lei camaronesa, que protege as escolas, os gerentes profissionais e universitários, os empregadores, ou os directores que discriminam as pessoas com deficiência nos processos de admissão e recrutamento ou em termos de remuneração.





Hoje, aprendi a amar fotografias porque elas s o representam recupera o. Aprendi a apreciar a mulher em que me tornei e as mensagens e experi ncias que partilho atrav s das minhas fotografias. A cada dia, espero que as minhas fotografias inspirem outros a apreciar os seus defeitos e a lapid -los porque nenhum ser humano perfeito.

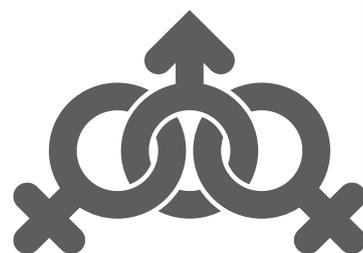
Vamos Falar de sexo Baby



Por Makgosi Letimile

Em 2016, após 33 anos como mulher sem deficiência, acordei um dia hospitalizada e disseram-me que iria viver com deficiência para o resto da minha vida, não fazia ideia do que se tratava, mas assumi que não seria grande coisa viver como mulher deficiente, e depois, saí do hospital e muito rapidamente percebi que o mundo era tudo, menos acessível. Não estava preparada como isto iria mudar a minha experiência no mundo e certamente não pensava que esta mudança incluiria também o namoro e as questões sexuais. Entrei no Twitter para me revoltar sobre o quão solitária as deficientes eram, e um desconhecido respondeu: "Mas porquê que alguém ficaria contigo? Tu és deficiente". Uma resposta que capta a ignorância

e maldade do capacitismo, uma atitude que grande parte do mundo considera como normal. Como uma mulher com 30 anos de idade a crescer para si mesma, e a sua sexualidade como nova utilizadora de cadeira de rodas, decidi mudar a narrativa. Comecei a rever brinquedos sexuais para mulheres deficientes. Se o mundo fosse tão ousado ao declarar-nos inúteis, eu lutaria no sentido de provar que ainda éramos importantes. Foi por isso que Wheelsntoys foi criado, para assegurar que o prazer e o autocuidado das mulheres com deficiência centram-se em discussões sobre direitos e justiça em matéria de deficiência. Como profissional do sexo com deficiência, a minha relação sexual nunca deverá ser um assunto de reflexão futura. Gosto muito de falar sobre sexo,



fazer comigo mesma e com os outros, de forma consensual. Gosto de falar com as pessoas sobre isso. Gosto de descobrir o que os leva a fazer. Digo sempre que não está na coincidência o tempo todo, o facto de passar a maior parte do meu tempo a falar sobre sexo às pessoas deficientes, especialmente mulheres deficientes, porque a existência de mulheres deficientes já é uma experiência de tal modo evitada e muitas vezes solitária que nos desumaniza. As pessoas sem deficiência são rápidas a lembrar-nos que a nossa deficiência não é um problema do qual queiram lidar caso possam ajudá-la. Quero que o mundo se lembre constantemente que as mulheres com

deficiência também merecem fazer parte da conversa. É parte da experiência humana. Músicas e literatura sem fim têm estado envolvidas na causa. Contos de fadas e folclore entram em competição para moldar a nossa compreensão do amor e do desejo. A política de respeito e um mundo patriarcal pretendem apostar na nossa compreensão e relação com a nossa sexualidade. Deparo-me com tudo isto na qualidade de trabalhadora de sexo com deficiência auto-identificada. O desconforto que sentimos quando começamos a ter conversas sobre sexo, é muitas vezes agravada pela vergonha que muitos de nós são ensinados a

ter sobre o nosso corpo e os nossos impulsos. Ao desprender estas ideias de ódio a si mesmas e ao libertar a nossa vergonha, assumimos o controlo do nosso corpo e do nosso prazer.

Nunca perco oportunidade em falar sobre como *Wheelsntoys* começou. A minha resposta é sempre estrondosa e sonora: "Porque o sexo com deficientes é importante". Estamos aqui. Somos deficientes e somos seres sexuais. Estou sempre no Instagram e no Twitter a falar sobre sexo, a rir sobre sexo, e muito mais. Recomendo-vos que se juntem a mim especialmente se forem deficientes e não tiverem a certeza de ter uma vida sexual satisfatória. Podemos aprender juntos.



Destques do Fundo para os Direitos das Pessoas com Deficiência (DRF) - Esther Kyoziira, Oficial de Programa

República Feminista (FR): O Fundo dos Direitos das Pessoas com Deficiência é um financiador pioneiro e não tradicional que apoia justiça, activismo, e programas em matéria de deficiência. Que perspectivas e percepções informaram o fundo na priorização de pessoas e mulheres portadoras de deficiência?

Esther Kyoziira (EK): Penso que esta questão é melhor resumida pelo slogan do movimento: nada sobre nós sem nós. Quando a Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência criou um quadro para a participação do maior grupo minoritário do mundo na tomada de decisões, o Fundo dos Direitos das Pessoas com Deficiência nasceu para financiar esses esforços e foi desenvolvido através de parcerias entre activistas e doadores com deficiência. Embora muitos doadores com quem tenho interagido ao longo dos anos falam de direitos humanos e igualdade enquanto se apegam firmemente ao poder, a atribuição de subsídios no DRF baseia-se num modelo participativo que apóia a tomada de decisões em mãos de pessoas com deficiência.

Agradecemos o reconhecimento do Fundo dos Direitos das Pessoas com Deficiência como um modelo inovador. Apenas desejamos que a concessão participativa, inclusiva e intersectorial de subsídios seja menos excepção e mais regra! Embora o movimento global das pessoas com deficiência esteja forte, apenas 3% do financiamento global dos direitos humanos e do desenvolvimento internacional vai para as pessoas com deficiência. Mais injusto ainda é o facto de apenas 1,5% do financiamento para os direitos das mulheres e raparigas estar centrado nas mulheres e raparigas com deficiência, embora sejamos uma em cada cinco mulheres. Apesar do facto de que as mulheres com deficiência experimentarem riscos acrescidos de violência, pobreza, exclusão económica, e outras formas de discriminação. A DRF está empenhada em apoiar os esforços das mulheres portadoras de deficiência para defender os seus direitos. Para tal, aplicamos uma perspectiva intersectorial de género para dar subsídios, alcançando mulheres e raparigas com deficiência de comunidades mais marginalizadas e com identidades e sexualidades não maioritárias (tais como minorias étnicas, refugiados, ou comunidade LGBTQI), para assegurar que ninguém fique para trás.

Com o crescimento da DRF ao longo dos anos, tornando-se no maior financiador de mulheres com deficiência a nível mundial, o movimento ugandês também cresceu em número, alcance e diversidade. A mais recente fase de atribuição de subsídios da DRF no Uganda resultou num número recorde de candidaturas em geral, e especificamente de organizações de mulheres portadoras de deficiência. As beneficiárias da DRF que representam grupos particularmente excluídos, como as mulheres com deficiências psicossociais e as comunidades LGBTQ com deficiências, são cada vez mais visíveis e estão a desenvolver as suas capacidades para se empenharem na defesa dos direitos.

FR: Que tipo de apoio e solidariedade o Fundo está a prestar às mulheres com deficiência durante a pandemia da COVID-19?

EK: Antes da pandemia, o DRF apoiava organizações de mulheres com deficiência para impulsionar esforços inovadores para acabar com a violência sexual e baseada no género (SGBV), promover políticas, leis e orçamentos com vista a desenvolver a sua saúde sexual e reprodutiva e os seus direitos, e construir movimentos de defesa dos direitos das mulheres mais inclusivos para tomar as decisões que dizem respeito às suas vidas. As organizações beneficiárias de DRF de mulheres e raparigas com deficiência não só têm continuado os seus esforços para defender os seus direitos ao longo do último ano, como estão a liderar o caminho. Estes esforços incluem:

- Desenvolvimento de memorandos de entendimento com a polícia nacional e local para assegurar mecanismos de denúncia acessíveis, acesso à justiça, e serviços inclusivos para sobreviventes com deficiência;
- Adaptar as redes de apoio de pares ao ambiente virtual;
- Sensibilização sobre a VBG vivida por mulheres e raparigas com deficiências psicossociais e intelectuais que vivem em instituições;
- Envolvimento no Fórum de Igualdade de Geração e consultas Pequim +25;
- Parceria com as principais organizações de direitos das mulheres para acabar com a violência contra todas as mulheres e raparigas;
- Organização de webinars e diálogos virtuais em SGBV, SDSR;
- Participação em eventos de advocacia de alto nível (COSP, CSW, etc.);
- Defesa de esquemas de protecção social inclusivas e atribuições orçamentais adequadas
- Assumir papéis consultivos nos principais fóruns feministas, tais como as Iniciativas Spotlight;
- Apresentação de relatórios à CEDAW, bem como integração das vozes das WGWDs nos relatórios da CRPD;
- Continuação da advocacia em parceria com grupos de direitos das mulheres, tais como a aprovação de legislação VAWG pendente na Indonésia (sem as disposições discriminatórias do artigo 104º);
- Assegurar que os governos e os actores humanitários dêem prioridade ao acesso inclusivo as SDSR nas respostas pandémicas;
- Prestar apoio jurídico paralelo a mulheres e raparigas com deficiência vítimas de SGBV.

Destques do Fundo para os Direitos das Pessoas com Deficiência (DRF) - Esther Kyoziira, Oficial de Programa

FR: Quais são as oportunidades que o Fundo vê actualmente em preparação quando uma mulher com deficiência é adequadamente apoiada por financiadores e sociedades em geral?

EK:

- Focalização deliberada e mobilização das mulheres com deficiência;
- Advocacia estratégica para desafiar estereótipos e estigma contra as mulheres portadoras de deficiência;
- Promoção de igualdade de acesso aos serviços para as mulheres com deficiência sem discriminação;
- Igualdade de oportunidades para todas as mulheres, independentemente da sua deficiência;
- Apreciação de diversidade e dos direitos para todos numa base de igualdade;

FR: Podes falar um pouco das tuas ideias sobre a integração da justiça em matéria de deficiência no movimento mais amplo das mulheres?

EK:

- Sensibilização para os direitos das mulheres com deficiência no movimento mais amplo das mulheres;
- Capacitar as mulheres com deficiências para poderem desafiar outras mulheres no movimento mais amplo das mulheres;
- Construir coligações com organizações de mulheres com deficiência e as principais organizações de mulheres;
- Esforços deliberados instituídos pelos doadores para ter directrizes de financiamento inclusivos que focalizam as mulheres com deficiências;
- Reforço das capacidades institucionais, tanto para as organizações principais e organizações de mulheres com deficiência, no sentido de apoiar adaptações razoáveis e quaisquer outras capacidades necessárias para avaliar as necessidades e direitos e diversidades da humanidade.

FR: Que palavras de encorajamento partilharia com outros financiadores que estão de braços cruzados e que não pensaram nem deram prioridade de financiar trabalho e activismo de mulheres com deficiência?

EK: Outros financiadores precisam reconhecer a dupla discriminação que as mulheres com deficiência enfrentam. Primeiro, como mulher, e também como mulher portadora de deficiência. As barreiras sociais que dificultam a sua participação efectiva, o estigma de viver com uma deficiência, as limitações ambientais que impedem o acesso, e a disseminação de informação inclusiva, deixam deliberadamente as mulheres com deficiência listadas entre os grupos mais marginalizados no desenvolvimento e na sociedade. As mulheres com deficiência são frequentemente excluídas em participar na tomada de decisões e desenvolvimento, sob o pretexto de que são muito difíceis de alcançar, muito caras para a corrente dominante, e que as suas necessidades são complicadas. As suas organizações são classificadas como de alto risco porque muitas vezes não possuem os sistemas organizacionais sofisticados de governação, finanças e capacidades de gestão tipicamente procurados pelos financiadores. Os doadores precisam de assumir o risco de dar às mulheres com deficiência uma oportunidade de exhibir as suas plenas capacidades com apoio financeiro e o necessário reforço de capacidades. Por exemplo, na DRF, através do Fundo de Capacidade do Uganda, identificamos as organizações emergentes sem sistemas e sem políticas e apoiamo-las a crescer até ao nível que lhes permita competir com outras no financiamento geral. Isto tem contribuído significativamente para levar mais organizações femininas para o espaço de advocacia onde outros doadores as encontram. Se os doadores tiverem medo dos riscos envolvidos, poderão começar a construir-se de forma pequena e progressiva.

Antes de desqualificar uma organização de mulheres com deficiência, os financiadores devem perguntar: Qual é o risco inerente a NÃO financiar esta organização de mulheres com deficiência? Ficaria espantado com o que um pequeno investimento pode fazer quando é posto a operar por mulheres portadoras de deficiência.

O que a Justiça na Deficiência Significa para Mim



POR STELLA NKHONYA

A justiça feminista na deficiência significa que existe um espaço onde as mulheres e as raparigas com deficiência são contadas e incluídas em todos os aspectos da vida. Um espaço onde ninguém é deixado para trás na agenda de desenvolvimento de um país.

Muitas mulheres e raparigas com deficiências mentais enfrentam discriminação nos seus espaços familiares. São mal tratadas ou abusadas, mesmo como crianças, e internalizam o estigma. Esta ausência de protecção ou de espaços seguros nas suas famílias e comunidades, entre as pessoas das quais dependem do acesso a recursos e segurança, pode contribuir para uma menor capacidade de lidar com o estresse mais tarde na vida.

Através de sessões de aconselhamento, o meu trabalho tem como objectivo de reduzir os incidentes de suicídio em sobreviventes de abusos. Há também programas na nossa organização que permitem às mulheres e raparigas com deficiência falar abertamente quando estão em perigo. Temos uma agente de protecção que recebe mensagens dos denunciadores nas comunidades. Ela conecta as sobreviventes aos intervenientes relevantes para que possam ter acesso à justiça primária. Como parte da nossa abordagem prática, nas comunidades com as quais trabalhamos, formamos grupos de mulheres e raparigas com deficiência que se encontram duas vezes por semana. Nestas reuniões, elas debatem questões de saúde mental. Além disso, adicionamos o foco no bem-estar, por exemplo, partilhando alguns movimentos e práticas que podem ajudar a aliviar o estresse. Estas reuniões incluem também conversas sobre questões relacionadas com actividades lucrativas.

Falar sobre sexualidade a mulheres e raparigas com deficiência é tratado como tabu. Mesmo no sector de saúde, os prestadores de serviços têm uma atitude negativa que desencoraja as mulheres e as raparigas com deficiência de visitarem os centros. Práticas culturais prejudiciais e desactualizadas promovem a crença que as mulheres e as raparigas com deficiência não são sexualmente activas. Quando alguém com deficiência está grávida, são frequentemente colocadas questões humilhantes como, "Quem lhe fez isto? Assim, retira efectivamente a sua representação.

No contexto malauiano, a Saúde e Direitos Sexuais e Reprodutivos (SDSR) para as mulheres e raparigas com deficiência é mal compreendida porque são entendidas como sendo incapazes de ter actividades sexuais. Ironicamente, e de forma horrível, as mulheres e as raparigas com deficiência são por vezes consideradas objectos sexuais em algumas culturas onde homens com VIH e SIDA as violam para serem "limpos" do vírus. Estes conceitos errados, combinados com falta de educação sexual, podem tornar as mulheres e raparigas com deficiência particularmente vulneráveis e incapazes de tomar decisões esclarecidas sobre a sua sexualidade.

Para além destas situações, a COVID-19 agravou ainda mais os problemas existentes, uma vez que muitas pessoas com deficiência, incluindo eu própria, fomos impossibilitadas de aceder os serviços essenciais. Muitos factores diferentes são responsáveis por isto, incluindo a distância, a falta de equipamento de protecção pessoal (EPI), e regulamentos de distanciamento

social que impedem as pessoas com deficiência de viajar sozinhas no sentido de acederem a serviços longe delas. A falta de acesso à informação foi também um factor que contribuiu para tal, uma vez que as pessoas não conseguiram descobrir onde receber apoio dos interessados, do governo, ou de outros meios disponíveis.

Uma das coisas que a COVID-19 nos ensinou, é que há necessidade de defender o desenvolvimento de políticas que sejam sensíveis à deficiência, para que a acessibilidade seja incorporada no caminho de desenvolvimento da nossa comunidade. Precisamos também defender uma representação melhor e mais significativa das mulheres e raparigas com deficiência, para que possamos utilizar as plataformas existentes para ampliar as vozes de algumas das pessoas mais vulneráveis da sociedade.

Outra lição da COVID-19 é a importância do autocuidado e da resiliência nutricional, tanto como activistas e como seres humanos. Embora existam muitas Organizações da Sociedade Civil (OSC) em Malawi com as quais podemos estabelecer parcerias, grande parte dessa interacção é on-line, sendo por isso inacessível a muitas pessoas. Isso é algo que precisamos mudar.

Por mim, asseguro-me de que tenho tempo para descansar. Asseguro-me de que dou prioridade ao meu tempo com pessoas que possam dispor de espaços seguros para mim. Para uma resiliência e apoio a longo prazo (para mim e para os outros), também me asseguro que faço parte de espaços de desenvolvimento e reuniões na minha comunidade.

Quando os sinais falam mais alto do que palavras!!!

Não sou deficiente, sou habilidosa & capaz,
A palavra-chave ser capaz,
Embora a maioria das pessoas preferem dar uma outra denominação.
Eu sou surda e não sou incapaz.
Eu sou surda mas as minhas mãos falam.
Com o meu sinal posso alcançar pontos mais altos.
Eu sei que vou mudar o mundo,
Posso trocar plástico por papel,
Sou surda, mas a terra vai ouvir-me,
E eu protejo-a com a minha surda dignidade,
Por isso, ela abraça-me de bom grado,
À medida que aprendo a abraçar a minha própria fragilidade.

As minhas mãos são polivalentes,
Bastante diferente da superfície,
Elas amarram, dobram, cortam e governam,
Elas são a minha voz e o meu instrumento.
Não consigo ouvir o mundo, mas vejo-o claramente como o dia,
Uma rapariga surda com boas maneiras,
Uma forma de mudar a minha vida e a sua,
E talvez apenas aliviar a Terra dos seus ferimentos plásticos.
Não tenho todas as respostas,
Mas eu sei que tenho um começo,
E não importa o que aconteça,
Verás um saco de papel e um sorriso no meu coração.

Que as nossas línguas se unam,
Juntos podemos vencer esta luta.
Vamos substituir estes sacos de plástico,
Vamos apoiar e ajudar os sacos de papel da Teki,
Embora o caminho pareça demasiado escuro,
Na Etiópia, podemos deixar a nossa marca.
É a nossa oportunidade de sermos pioneiros.
Aos surdos, por favor, prestem atenção.
Uma oportunidade que temos de ver,
Para nós, estes trabalhos podem realmente ser fundamentais.
Juntos sejamos a luz,
O nosso futuro ainda pode ser brilhante.

Com Amor, Teki Family



“

APESAR DA NOSSA EXCLUSÃO DE PROGRAMAS-CHAVE SOBRE SERVIÇOS DE SAÚDE CENTRADOS NA JUVENTUDE, ESTAMOS EMPENHADAS EM ABORDAR SOBRE ESTAS LACUNAS.

”

SAÚDE SEXUAL E REPRODUTIVA É MAIS DO QUE UM PENSAMENTO SECUNDÁRIO EM SAÚDE PÚBLICA

– POR FATIMA KALIMA

A saúde sexual reprodutiva implica que as pessoas tenham uma vida sexual responsável, satisfatória e segura e que tenham a capacidade para tal. Aqui em Malawi, a saúde sexual reprodutiva não é acessível, especialmente às pessoas com deficiências. A principal razão é que os profissionais de saúde muitas vezes não sabem quais são os desafios específicos, porque simplesmente não estão a fazer qualquer esforço para alcançar o objectivo. Em relação ao Malawi, temos muitas ONG que implementam serviços de saúde favoráveis aos jovens. Mas os jovens com deficiência são frequentemente excluídos destes projectos. Como resultado, as necessidades de saúde sexual das pessoas com deficiência continuam, na sua maioria, insatisfeitas. Estas necessidades podem variar desde o acesso à informação até ao fornecimento de clínicas e centros de saúde que sejam favoráveis à deficiência, sendo que as pessoas com deficiência não podem aceder facilmente aos serviços de saúde sexual e reprodutiva.

Apesar da nossa exclusão de programas-chave sobre serviços de saúde centrados na juventude, estamos empenhadas em abordar sobre estas lacunas. Por exemplo, organizamos uma formação dirigida a jovens mulheres com deficiência, onde a informação sobre saúde sexual reprodutiva foi tornada acessível em múltiplos formatos, de modo que ninguém fosse deixado para trás. Também utilizamos a programação radiofónica para a sensibilização da comunidade para falar sobre saúde e direitos sexuais e reprodutivos (SRHR). Chegámos à conclusão que existem vários conceitos errados sobre a deficiência e saúde e direitos sexuais e reprodutivos, alguns dos quais partilhados pelas próprias pessoas com deficiências. Em certos casos, estes equívocos estão ligados a desinformação sobre sexo ou a preocupações subjacentes sobre VIH e SIDA e infecções sexualmente transmissíveis. Todas elas estão ligadas a educação sexual problemática e/ou educação sexual que não tem em conta as necessidades das pessoas com deficiências.



O trabalho que a nossa organização faz para superar esta lacuna é particularmente importante porque as mulheres e as raparigas são vulneráveis ao abuso sexual. Queremos enfatizar as formas como a educação mínima em torno dos direitos sexuais pode expor ou isolar ainda mais as pessoas vulneráveis. Nos casos em que raparigas e mulheres com deficiência são abusadas pelos seus tutores ou por pessoas próximas, a nossa organização utiliza a educação em SDR para dar as sobreviventes informações sobre os recursos disponíveis.

O surgimento da pandemia da COVID-19 fez com que as pessoas com deficiência tenham enfrentado e testemunhado desafios cada vez mais complexos, especialmente as jovens mulheres com deficiência. O aumento do estresse no sistema de saúde fez com que os hospitais e clínicas estivessem menos habilitadas a providenciar serviços de saúde. O impacto disto nas mulheres com deficiência tem sido a falta de acesso à informação e serviços aos quais já têm dificuldade em ter acesso porque não estão centrados em programas criados para abordar os problemas de saúde pública. Por exemplo, se uma mulher com deficiência tivesse dificuldades de acesso a instalações inclusivas que forneçam serviços de planeamento familiar ou abortos seguros, este problema seria ainda mais complexo devido à pandemia e, pior ainda, correria o risco de ser ignorada por ser um problema grave.

Em Malawi, as pessoas pensam que a deficiência é um peso para a família, e, em alguns casos, relacionam a deficiência com feitiçaria. Tudo isto pode contribuir para uma atitude geral que vê as pessoas encararem os direitos das pessoas com deficiência com o modelo de caridade em mente. A crença subjacente é que as pessoas com deficiência precisam de assistência para se adaptarem à sociedade, em vez de se esforçarem em tornar a sociedade mais inclusiva.

Esta atitude radical e a tendência em tratar os direitos das pessoas com deficiência e a justiça como um pensamento secundário, fez com que não houvesse formas específicas ou particularmente notáveis do governo responder às necessidades da comunidade com deficiência durante a pandemia da COVID-19. O governo malauiano, como muitos governos em todo o mundo, têm sido incapazes de fornecer redes de segurança para milhões de pessoas que enfrentam vulnerabilidades nunca antes vistas.

A minha reacção pessoal a isto foi de ver a minha deficiência como um espaço que me permite comunicar com a minha comunidade e ajudá-los a compreender as características dos direitos e da justiça das pessoas com deficiência. A minha deficiência é uma plataforma a partir da qual posso motivar as minhas companheiras com deficiência a defender os seus direitos a uma vida digna e, sobretudo, os serviços de saúde sexual que as centram.





DEFICIÊNCIA VISUAL

Os meus sentidos encontram-se activos num mundo onde as pessoas só conseguem enxergar fisicamente. A minha visão, porém, é transmitida pelos meus sentidos, tacto, olfacto e som. É o meu dom, não a minha dor. Estou viva e consigo ver claramente.

Arte de Miseda

Quebra-cabeça da Justiça na Deficiência

POR ZANELE MBUGUA

Semana de Sensibilização à Surdez de 21 - 27 de Junho: Existe uma significativa falta de consciência das pessoas com surdez, pessoas que são ao mesmo tempo surdas e cegas. Durante a pandemia da Covid-19, na qual as pessoas são aconselhadas a ficar em casa, trabalhar remotamente e manter distanciamento social, com familiares, colegas e amigos conectados através de mensagens, videochamadas, e-mails e meios de comunicação social; o mundo para as pessoas com deficiência e especialmente a surdez torna-se ainda mais isolados.

- 1.Quando é que a República Feminista lançou a primeira edição da Dzuwa?**
- 2.Durante o Covid-19, o que descreve Tariro como sendo ao mesmo tempo um “presente e uma dor”?**
- 3.Quantas mulheres com deficiências foram apoiadas pela UAF-Africa no auge da Covid-19 em 2020? De quais países?**
- 4.Nomeie três Rituais Florence /Khaxas descritos em Liberte a Alma: Rituais e Soluções de Justiça das Pessoas com Deficiência?**
- 5.Qual é o título do livro mencionado, de autoria de Minna Salami?**

Comentários da nossa primeira edição Dzuwa



“Formidable! Merci pour ce partage pour nous les francophones il y a des difficultés de pleine participation et d'accès à toutes le informations. Mais nous sommes engagées pour l'atteinte des objectifs nobles de Feminist Republik. Ensemble nous bâtirons un monde meilleur pour tous, mais surtout pour les femmes. Merci bien.” - Florence Ouattarra

Tradução: “Fantástico! Obrigada por partilhar as informações conosco, francófonos, há dificuldades de plena participação e acesso a toda a informação. Mas estamos empenhadas em alcançar os nobres objetivos da República Feminista. Juntos construiremos um mundo melhor para todos, mas especialmente para as mulheres. Obrigada”.

“Absolutamente incrível! obrigado pela partilha! Nuff respeito!!!!”

- eloise Burke (Contribuinte na Dzuwa)

**“Adoro isto” -
Vuyela K
Lindiwe
(No Facebook)**

“Estou tão contente por fazer parte desta bela campanha... saúde e mais compromissos significativos no futuro”

- Elizabeth Maryann



PÁGINA DOS CONTRIBUINTES



Agness Chindimba é Mandela Washington Fellow (2016) para jovens líderes africanos, uma activista de direitos das pessoas com deficiência, bem como uma activista dos direitos das mulheres. Agnes é uma feminista e é apaixonada por questões que afectam raparigas e mulheres portadoras de deficiência. Possui mestrado da Universidade Africana concedida pela Bolsa de Estudos da União Africana.

Twitter : @deafwomenszim

Facebook : <https://www.facebook.com/deafwomenincluded>

Website : <https://www.deafwomenincluded.org/>



Amisa Rashid é psicóloga conselheira e mediadora especializada na construção da paz e na cura de traumas. Ela é Fundadora e Directora Executiva da Nivishe Foundation, cujo principal objectivo é a construção de resiliência comunitária usando programas informativos de Trauma para a coesão social pacífica da sua comunidade, criando espaços seguros e oferecendo apoio psicossocial às vítimas de violência. Sendo uma pessoa que valoriza a inclusão, foi pioneira da Nivishe no fornecimento de serviços de Saúde Mental através de línguas gestuais. A sua paixão e entusiasmo no trabalho comunitário levaram-na a ser a primeira classificada nos Prémios anuais EANA - East Africa Nubian Awards de 2019. É mentora profissional em Kamilimu, Akilidada e Akirachix que apoiam jovens de todas as camadas sociais e origens no Quênia, especialmente jovens mulheres em STEM. EMAIL: amisarashid@gmail.com

Agnes Hausiku tem trabalhado com organizações como a Associação Namibiana para Mulheres de Diferentes Habilitadas, e está actualmente a estudar trabalho social. Neste momento, Agnes trabalha no Ministério de Minas e Energia em Windhoek como funcionária administrativa no departamento de compras. A sua dedicação ao trabalho que realiza fora do seu escritório é a prova de que é uma firme defensora dos direitos das mulheres deficientes e do empoderamento das mulheres. Ela trabalha com o Comité Paraolímpico Nacional em programas que se concentram nas mulheres na liderança desportiva e faz parte do clube desportivo Wheel-Ability em Windhoek, onde, entre outras actividades, joga basquetebol.



Beauty Boois é uma feminista de género, interseccional. É uma psicóloga, autora, escritora independente e professora de yoga. Beauty Boois é também uma activista activa na saúde e direitos sexuais e reprodutivos, e positividade sexual. O seu trabalho escrito foi publicado inúmeras vezes na Namibian Newspaper, Sister Namibia, African Feminism, Monochrome Magazine, the Namibian Sun Newspaper e Elephant Journal. O seu primeiro romance intitulado, Namgu's Escape Theory foi publicado pela Universidade de Imprensa da Namíbia em 2020.



Easter Okech é Feminista Africana, campeã da organização feminista intergeracional e interseccional. Com oportunidade de ser mentora nas escolas e a nível comunitário através de grupos e diferentes espaços. O seu envolvimento impulsiona uma abordagem baseada nos direitos humanos que não é heteronormativa e, portanto, contraria as normas patriarcais que impedem a participação efectiva de mulheres e raparigas a nível comunitário. Easter também molda a agenda política como formadora de mulheres na política para assegurar que a advocacia orçamental tenha aliados no sentido de impulsionar a agenda do género tanto no governo local como nacional. Como mentora, acredita que a organização feminista é fundamental para assegurar movimentos robustos que garantam a igualdade e equidade a todos os níveis.

Elizabeth Mang'eni é uma Oficial Superior de Comércio junto do Ministério da Industrialização, Comércio e Desenvolvimento Empresarial no Quênia e da Co-fundadora da You4She Initiative. Dedicou a sua carreira à capacitação de mulheres e raparigas com deficiência, promovendo pequenos empreendimentos locais, formação profissional inclusiva, e programas que educam as pessoas com deficiência sobre gestão empresarial e poupanças. É apaixonada pelo Empreendedorismo porque representa em si mesma o risco de se esforçar mais além das suas capacidades no sentido de desenvolver e a mudança na sua sociedade. Elizabeth é ex-aluna do Programa de Bolsas de Estudos Profissionais dos EUA em 2019 sobre Emprego Inclusivo para Deficientes, do Programa de Bolsas de Estudos Africanos do Prémio Australiano de 2018, e da Iniciativa de Liderança Jovem Africano-2017 Mandela Washington Fellowship. Estes programas permitiram-lhe expandir o seu trabalho a favor de emprego inclusivo e de apoio à saúde reprodutiva de jovens com deficiência.



Elizabeth Namaholela Namwandi é administradora voluntária da Federação Nacional de Pessoas com Deficiência na Namíbia (NFPDN) e da Associação Nacional de Albinismo (NAAT). É uma mulher de 30 anos com albinismo, nascida na região norte da Namíbia, em uma aldeia chamada Omundjalala em Ombalantu, região de Omusati. O seu passatempo é escrever poemas e discursos motivacionais para pessoas com deficiência, como forma de encorajamento. Ela acredita que a nossa deficiência não é a nossa incapacidade.

Email: namwandielly@gmail.com



Ekaete Judith Umoh que juntou-se recentemente ao Conselho do Fundo de Acção Urgente - África é defensora global dos direitos das pessoas com deficiência e especialista em desenvolvimento inclusivo com análise inteligente de questões relacionadas com o género, deficiência e desenvolvimento inclusivo. É fundadora e Directora Executiva da FACICP Disability Plus, uma organização que promove a inclusão da deficiência em todos os esforços de género e desenvolvimento. Ekaete é a promotora da THE PURPLE CORNER ...um espaço seguro onde a abordagem feminista interseccional é utilizada para falar sobre SGBV contra mulheres e raparigas com deficiência. Actualmente é Secretária no Fórum Africano das Pessoas com Deficiência - ADF; Vice-Presidente da Federação da África Ocidental dos Deficientes - WAFOD;(Género e Direitos Humanos), Presidente da organização de Pessoas Internacionais Deficientes-DPI Região Africana. Entre 2012 e 2016 foi Vice-Presidente da Reabilitação Internacional-RI da Região Africana.

Faith Njahira é uma mulher africana deficiente em cadeira de rodas com distrofia muscular, empenhada na investigação e no trabalho comunitário guiada pela justiça na deficiência, feminismo e anti-capacitismo. Faith é académica e consultora independente nas áreas da deficiência, sexualidade, saúde e educação, e tem trabalhado com assuntos interseccionais nos últimos dois anos. Fundou a Muscular Dystrophy Society Kenya em 2013, como plataforma de apoio para os portadores de distrofia muscular, incluindo os seus familiares. Participa no elenco principal e é co-produtora da obra "Para Todas Conversas Brilhantes", um filme sobre amizade, cura e navegação de traumas. Está actualmente inscrita num programa de doutoramento (PhD) no Centro de Direitos Humanos da Universidade de Pretória. Através de todo o seu trabalho, ela esforça-se em assegurar que o mundo não tenha o prazer de imaginar que a deficiência e a diversidade não existam. A música, natureza, quentura do sol e o tempo com amigos trazem-lhe alegria.

Email: njahirafw@gmail.com

website: <https://www.linkedin.com/mwllite/in/faith-njahira-68ab5b83>





Fatima Kalima é a co-fundadora de uma organização de jovens deficientes em Malawi. É actualmente a coordenadora de programas no Fórum para o Desenvolvimento da Juventude com Deficiência (FDYD). Fátima tem trabalhado incansavelmente em Malawi nos últimos anos para melhorar a vida dos jovens com deficiência do Malawi através da participação activa no desenvolvimento e implementação de políticas, programas e projectos centrados na juventude com deficiência. Fátima também é mentora de jovens com deficiência no ensino secundário e de voluntários no ensino de crianças e jovens com deficiência num centro de aprendizagem comunitário. Fátima acredita na promoção das vidas das jovens com deficiência, encorajando-as a irem à escola e a falarem quando se deparam com desafios e abusos.

Florence Flora /Khaxas Khaxas é uma escritora feminista namibiana, curadora e defensora dos direitos humanos das mulheres. O seu activismo centra-se em justiça na deficiência, liderança e visibilidade das raparigas adolescentes e mulheres jovens, mulheres indígenas e rurais, activismo LGBTQ, HIV/SIDA, saúde mental, prevenção de VAWG e justiça económica para as mulheres. Florence é a directora executiva da Y-Fem Namibia Trust e também faz parte de vários conselhos e comités de ONG. No seu tempo livre, ela adora observar pássaros, andar de bicicleta nas montanhas e ser agricultora em tempo parcial no sentido de promover segurança alimentar e a resiliência económica para as mulheres negras. Ela também orienta jovens feministas e activistas para se tornarem líderes feministas firmes que mudam o desequilíbrio de poder, transformam políticas prejudiciais e reforçam a visibilidade de grupos marginalizados através da expressão criativa. Florence promove a escrita criativa entre as comunidades indígenas e marginalizadas na Namíbia.



Kiko Enjani fez em tempos um tambor com balde de plástico. Seguiu-se uma série de acontecimentos, terminando com o exílio do percussionista de 9 anos na biblioteca local. Depois de ler tudo na secção de ficção científica e fantasia, Kiko mudou-se para diferentes países com os seus pais antes de mudar para Nairobi, Quénia. Tentaram dedicar-se ao desenvolvimento de jogos, introdução de dados e produção musical enquanto frequentavam vários cursos de design.



Liz Ombati é advogada dos direitos das pessoas com deficiência. A sua defesa vem através das suas próprias experiências vividas com problema de saúde mental. Começou a escrever desde muito cedo, pois era a melhor forma de exprimir aquilo que não era dito. Escrever para si mesma é uma forma de terapia. Liz usa a escrita como forma de agitar a mudança; para chamar a atenção à marginalização, e para chamar a atenção às injustiças que a rodeiam. Ela escreve sobre a raiva dentro dela e a frustração de não ser capaz de fazer do mundo o melhor para todos. Ela escreve no sentido de se encontrar quando está com tanta dor e angústia sobre sonhos não realizados. No entanto, ela também escreve para expressar beleza e esperança à sua volta. O presente, que é um culminar dos muitos anos passados. Liz escreve sobre o amor e o desejo; sobre a cura. Ela escreve sobre novas manhãs e novas esperanças. Sobre o nascer do sol e o pôr-do-sol. Ela escreve sobre a promessa de um mundo de igualdade. Um mundo seguro para todos nós. Um mundo que é suficiente para todos nós; que nos permita participar no seu espanto e beleza.

Makgosi Letimile é trabalhadora sexual deficiente, columnista e mãe residente na Cidade do Cabo, África do Sul. Encontre-a no Instagram: Wheelsntoys onde ela comercializa brinquedos de aluguer devido ao desemprego resultante da COVID-19.



Melissa Wainaina é feminista africana, residente no Quênia. Está activamente envolvida em espaços feministas africanos que promovem a protecção e segurança holística das mulheres e dos não-conformes de género, cuidados colectivos e bem-estar, justiça curativa, bem como iniciativas de documentação de inspiração feminista. Ela tem mais de 13 anos de experiência no sector sem fins lucrativos, tendo trabalhado desde 2006, concentrando-se principalmente na sexualidade, género e direitos sexuais. Melissa tem uma vasta experiência no reforço de capacidades para abordagens mais baseadas em direitos no trabalho de mudança social transformadora. O trabalho da Melissa tem envolvido as questões da violência de género que afecta mulheres marginalizadas e pessoas transexuais. Ela tem contribuído no sentido de expandir as discussões sobre a justiça curativa na África Oriental. Ela explora o uso da arte para a positividade corporal, auto-expressão, resistência e cuidados pessoais e colectivos. Como artista, gosta de escrita criativa, poesia, jóias, artesanato e fotografia. É autora de trabalhos criativos e de género, utilizando canetas de Sikiliza e Kamanzi Wainaina. Melissa faz parte do Conselho de Mulheres dos Espaços Africanos, uma organização de origem comunitária que promove a saúde sexual e reprodutiva e os direitos das raparigas e jovens mulheres portadoras de deficiência no Quênia.



Michèle SOJIP é uma jovem mulher que se tornou tetraplégica após um acidente rodoviário em que esteve envolvida há 8 anos. Michèle SOJIP decidiu utilizar a sua mobilidade reduzida para ajudar a normalizar a deficiência. Ela criou uma página no Facebook chamada "Michèle SOJIP-Parlons de Tout" e é fundadora e Presidente da associação "Handicapés et Fiers" cujas missões incluem o reconhecimento da contribuição das pessoas com deficiência, a assistência às famílias e especialmente às jovens com deficiência, e a promoção dos direitos das pessoas com deficiência, especialmente o direito à educação. Como resultado, o projecto "Meus Livros" teve início em 2019 e visa oferecer livros escolares a crianças com deficiência ou nascidas de pais com deficiência. Michèle SOJIP tem mestrado em Litígios Comerciais e Arbitragem pela Universidade Católica da África Central, a sua formação académica permite-lhe trabalhar para o desenvolvimento progressivo de uma sociedade inclusiva com ênfase no tratamento justo e na igualdade de oportunidades e direitos. Optimista e determinada, adoptou a frase " Toda a vida merece ser vivida" como o seu lema.

Miseda_Art/ Marylyne Jan Akinyi Miseda é uma artista visual de 26 anos, fundadora da Miseda_Art e co-fundadora da Strokes of Magic. Os negócios de Marylyne Jan Akinyi Miseda foram fundados em Janeiro de 2021. Miseda_Art centra-se na arte surrealista, abstracta, expressiva e arte sobre vestuário. Strokes of Magic é um curso de arte profissional para crianças.

Email: janmarylyne@gmail.com Miseda_Art

Instagram: miseda_art

Miseda_Art IG link: https://www.instagram.com/miseda_art/

Link: https://www.instagram.com/strokes_ofmagic/?hl=en



Namafu Amutse é uma artista multidisciplinar namibiana dedicada à arte, que explora a produção de filmes, fotografia, direcção e escrita e trabalha como fotógrafa e directora criativa independente. Actualmente está a estudar para obter licenciatura em Inglês e Alemão na Universidade da Namíbia. O seu trabalho é alimentado pela tradição da África Austral, feminismo e afrofuturismo, com o objectivo de centrar todas as perspectivas negras. Em Outubro de 2020 teve a sua primeira exposição individual intitulada "Olhos Brilhantes no Afrofuturismo" e em Novembro do mesmo ano a sua obra intitulada "Chrysalis" foi apresentada na quarta edição da Doek, uma revista literária namibiana, onde uma das suas imagens enriqueceu a capa. Pode encontra-la no

Instagram @namafu e ver mais trabalhos e artigos sobre a sua obra Linktree: www.linktr.ee/namafu

Email: namafu.amutse@gmail.com



Ndapwa Alweendo tem MSocSci (Mestrado) em Estudos Políticos e Internacionais da Universidade de Rhodes. Actualmente trabalha como escritora independente, editora e coordenadora de projectos para Sister Namibia. Os seus interesses incluem a história feminista frequentemente reprimida da Namíbia, teoria racial crítica, e saúde mental pública.

Palesa Deejay Manaleng estudou jornalismo na Universidade de Tecnologia de Tshwane. Enquanto estudava, foi cadete de jornalismo na Witbank News. Estagiou na Citizen Newspaper em 2011, trabalhou como sub-editora na Citizen Newspaper (2011-2013). Saiu e estagiou no Projecto Justiça Wits (2013-2014) e Clickmaths como tradutora de matemática zulu. Trabalhou online na eNCA (2014) como escritora júnior, passou o resto de 2014 no hospital a recuperar após um acidente de ciclismo que a deixou paralisada. Depois de sair do hospital, trabalhou na Global Girl Media como tutora de jornalismo, enquanto trabalhava para a Wits Vuvuzela como formadora da Sessoto (2015). Também representou a África do Sul em três Copas do Mundo de Para-ciclismo e foi campeã nacional de para-ciclismo durante 6 anos. Desde o seu acidente competiu também em mais de 30 competições de ciclismo, sendo a mais curta de 46 km e a mais longa de 111km. É actualmente jornalista online da EyeWitness News, ciclista de cadeira de rodas e para-ciclista.

Blog: <https://beyondaccessibility.wordpress.com>



Stella Nkhonya Chisangwala teve poliomielite aos 7 anos de idade. Utiliza muletas e calibradores, e de vez em quando utiliza cadeira de rodas. Obteve a sua licenciatura em desenvolvimento comunitário apesar de muitos desafios. Stella fundou uma organização de direitos das mulheres e raparigas com deficiência em Malawi (Direitos Humanos das Mulheres e Raparigas com Deficiência, em que é a coordenadora nacional) a formação foi contra os antecedentes da experiência pessoal encontrada durante a primeira gravidez, representando um desafio no acesso aos serviços de direitos da SSR. Ela enfrentou o estigma e a discriminação durante toda a sua vida até que reencontrou o poder dentro de si através de uma formação pela AWDF. Stella que é mãe de três raparigas biológicas e uma rapariga adoptada, gosta de rezar, Deus é o seu pilar de sucesso. Stella foi nomeada ao Grupo Consultivo da Sociedade Civil das Nações Unidas e faz parte do Comité Executivo no grupo de advocacia de implementação da UPR. Ela é embaixadora de jovens raparigas com deficiências e adora dançar e cantar.

Shinaz Ali-Zaids é campeã de justiça social e especialista multidisciplinar com mais de 10 anos de experiência progressiva, complementada por conhecimentos jurídicos em questões políticas africanas, justiça ambiental e o panorama do financiamento. Shinaz, sendo a Curadora da Cultura da República Feminista, tem uma vasta experiência e conhecimentos em matéria de concessão de subsídios, tendo estado na UAF-Africa desde 2013. Os seus antecedentes profissionais e compromissos comunitários têm ajudado a radicalizar o seu activismo. Shinaz acredita na liderança de servidores e envolve-se em trabalho comunitário quando pode. O seu profundo conhecimento das realidades da vida feminina à margem da sociedade, especialmente em bairros de lata urbanos, aliado à sua paixão de empregar o teatro e a dança como instrumentos de reabilitação e de cuidados colectivos, levou-a a trabalhar em toda a África em co-criação com artistas na elevação de abordagens feministas e de justiça social para alcançar os direitos das mulheres de longa data e a justiça de género. No seu lado criativo, Shinaz descobre que trabalhar e cozinhar é terapêutico e acredita que a boa comida cura o corpo e a alma. É igualmente apaixonada pela independência financeira e é uma empresária ambiciosa. Na UAF-Africa, Shinaz tem sido fundamental na defesa dos direitos das comunidades marginalizadas, das defensoras da justiça ambiental e das feministas activistas. Shinaz está no

Instagram: @nubianqueenbiz_zaid e no **LinkedIn:** Shinaz Rehema Ali



Tariro Tandi é advogada e activista dos direitos humanos e trabalha actualmente como Presidente de Parcerias e Desenvolvimento com a UAF-Africa. É advogada de saúde mental e blogger, promovendo a sensibilização sobre saúde mental, partilhando inspiração e capacidades de lidar com a situação, encontrando formas únicas de falar sobre emoção, doença mental, saúde, bem-estar e vida em geral. Pode encontrar as suas obras em <https://tarytells.com/> e ela está disponível em tarirotandi@gmail.com

Thato Mphuthi é uma oradora prolífica e activista de causas que se centram na cidadania activa, saúde sexual e reprodutiva, trabalho não remunerado vs. trabalho decente, autocuidado e liderança; entre outras. Ela é uma líder ambiciosa e corajosa com a missão de causar um grande impacto a nível mundial. Para além dos seus vários reconhecimentos, é o seu coração e a sua paixão pela condução de mudanças positivas na sociedade global que a tornam a força inspiradora que ela é.





Zanele Mbugua é uma feminista e activista africana apaixonada pela advocacia dos direitos das mulheres. É licenciada em Psicologia e Sociologia pela Universidade de Rhodes (África do Sul) e está actualmente a fazer mestrado em Estudos de Género e Desenvolvimento na Universidade de Nairobi. Zanele viveu a maior parte da sua vida em Joanesburgo, África do Sul, tendo regressado ao seu país natal, Quénia, em 2018. Actualmente é a Campeã da República Feminista apaixonada por facilitar o bem-estar holístico, os cuidados colectivos e a justiça curativa regenerativa. Pode encontrar Zanele no

Instagram: @zane_ee e

LinkedIN: Zanele Mbugua

Esther Kyoziira Antes da recente transição para o cargo de Directora Executiva da União Nacional dos Deficientes do Uganda (NUDIPU), Esther Kyoziira era Oficial de Programa do Fundo para os Direitos dos Deficientes e do Fundo de Defesa dos Direitos dos Deficientes no Uganda. Anteriormente, Esther liderou programas na NUDIPU e coordenou o Hi-tech Project no âmbito da Associação Nacional de Cegos do Uganda. Ela também trabalhou para influenciar as principais políticas e legislação nacionais, tais como a Lei Nacional da Deficiência no Uganda, e tem trabalhado em estreita colaboração com a DPOs para monitorizar a implementação dos Objectivos de Desenvolvimento Sustentável (SDGs). Também trabalha como representante das mulheres com deficiência na Associação Nacional de Organizações de Mulheres do Uganda e como Representante das Pessoas com Deficiência no Conselho de Financiamento dos Estudantes do Ensino Superior, tendo anteriormente desempenhado funções no Conselho Nacional dos Deficientes como Presidente e na Fundação Uganda para os Cegos. Esther tem Mestrado em Direitos Humanos e Licenciatura em Artes, ambos na Universidade de Makerere Kampala e um Diploma em Direito do Centro de Desenvolvimento Jurídico-Uganda.



A **ICODZIM** é uma organização feminina liderada e fundada para mulheres. A organização procura alcançar a igualdade de género, dando poder às mulheres e reforçando a sua posição económica. As suas intervenções tentam abordar as normas de género e igualdade no início da vida, antes que os estereótipos de género se consolidem profundamente nas mulheres marginalizadas. A ICODZIM promove os direitos das mulheres, criando plataformas para que as mulheres amplifiquem as suas vozes e influenciem políticas e decisões que as afectam para a transformação socioeconómica da vida das mulheres.

Email: director@icodzimbabwe.org info@icodzimbabwe.org

Sítio Web: www.icodzimbabwe.org

Facebook: Instituto para o Desenvolvimento Comunitário no Zimbabué (ICOD ZIM)

Twitter: @icodzimtrust



**DISABILITY
RIGHTS
FUND**

**DISABILITY
RIGHTS
ADVOCACY
FUND**

O Fundo dos Direitos das Pessoas com Deficiência (DRF) é uma parceria entre doadores e a comunidade global de direitos das pessoas com deficiência que fornece recursos financeiros e técnicos a organizações de pessoas com deficiência para defender a igualdade de direitos e a plena participação na sociedade. Desde 2008, DRF e o Fundo de Defesa dos Direitos das Pessoas com Deficiência (DRAF), têm financiado organizações de pessoas com deficiência (OPDs) em todo o mundo em vias de desenvolvimento - principalmente em África, Ásia, Ilhas do Pacífico e Caraíbas - para participar na ratificação, implementação e monitorização da Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (CRPD).

Website: <https://drafund.org/>



Teki é uma palavra de origem Amárico que vem do verbo "Metekat", que significa substituir. Teki Paper Bags é uma empresa social e ambiental desenvolvida para e pela comunidade surda. O nosso objectivo é criar emprego sustentável para capacitar as mulheres surdas enquanto se constrói uma Etiópia livre de sacos de plástico. E adivinhe?... Funciona. Na Teki só nos comunicamos em linguagem gestual, desde a venda até à produção. Isto é algo exclusivo, e quando um cliente entra pela nossa porta, trocamos a narrativa. Agora são eles que não compreendem nada. Assim que os tiramos da sua zona de conforto, a sua atenção aumenta, e podemos convencê-los a deixar de usar sacos de plástico para sempre. Eles nunca esquecerão desses poucos minutos para o resto da sua vida.

Email: reachus@tekipaperbags.com

Twitter: @TekiPaperBags

https://www.tekipaperbags.com

Dzuwa é uma publicação editorialmente independente levada até si pela Feminist Republik (República Feminista), formalmente conhecida como Plataforma das Mulheres Africanas Defensoras dos Direitos Humanos.

É apoiada pelo Fundo de Acção Urgente - África como um espaço cheio de histórias, partilha e aprendizagem sobre segurança holística, cura, bem-estar e cuidados radicais para e pelas mulheres africanas, transexuais e defensoras dos direitos humanos não-conformes ao género e as suas comunidades, para inspirar a rica resiliência dos seus movimentos...

Envie-nos um email:

feministrepublik@uaf-africa.org

Facebook: The Feminist Republik

Instagram: @feminist_republik

Twitter: @feminist_rep

DZUWA II Junho de 2021

