

Cartilha

# Por mim, por nós, pelas outras

Juntas pelo fim  
da violência contra  
meninas e mulheres



**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Por mim, por nós pelas outras – juntas pelo fim da  
violência contra meninas e mulheres /  
organização Lourivânia Soares, Selma Glória;  
coordenação Selma Glória ; ilustração Ramona  
Oj. -- 1. ed. -- Feira de Santana, BA :  
Movimento de Organização Comunitária  
(MOC),2022.

Vários colaboradores.

ISBN 978-65-997358-2-0

1. Mulheres 2. Feminismo 3. Violência doméstica

I. Jesus, Selma Glória. II. Soares, Lourivânia.

III. Oj,Ramona

22-103489

CDD-578.25

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Mulheres: Violência Doméstica 587.25

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129



*Por mim,  
por nós,  
pelas outras*

*Juntas pelo fim  
da violência contra  
meninas e mulheres*

Feira de Santana, março de 2022

# Por mim, por nós, pelas outras



Esta cartilha é uma publicação do Movimento de Organização Comunitária (MOC).

---

**José Jerônimo de Moraes**

*Diretor Presidente*

**Maria Conceição Borges Ferreira**

*Diretora Secretária*

**Hildete Neves de Farias**

*Diretora Financeira*

**Edisvânio do Nascimento Pereira**

*Diretor Relações Públicas*

**Terezinha Santos Silva**

*Diretora Administrativa*

**Coordenação executiva:**

**Célia Santos Firmo**

*Coordenadora Geral*

**Maria Vandalva Lima de Oliveira**

*Coordenadora Pedagógica*

**Maria das Graças Bittencourt**

*Coordenadora Financeira*

---

**Selma Glória de Jesus**

*Organização da Cartilha*

**Selma Glória de Jesus, Lourivânia Soares**

*Edição*

**Lourivânia Soares**

*Revisão*

**Emanuela Castro**

*Diagramação*

**Ramona Oj**

*Ilustração*

**Kleuber Cedraz Guimarães –  
Nossa Gráfica**

*Impressão*

**1.000 exemplares**

*Tiragem*

# Índice

- 04.** APRESENTAÇÃO
- 06.** MAIS INFORMAÇÃO, MENOS PRECONCEITOS!
- 08.** VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FAMILIAR
- 11.** CICLOS DA VIOLÊNCIA
- 13.** VAMOS JUNTAS TRANSFORMAR O MUNDO!
- 15.** ONDE BUSCAR AJUDA?
- 17.** CALENDÁRIO FEMINISTA CONTRA TODAS AS FORMAS DE OPRESSÃO E PELO DIREITO À VIDA!
- 19.** MARCOS LEGAIS IMPORTANTES

# Apresentações

Basta! Meninas e mulheres têm direito a uma vida livre de violência, sem medo, julgamento e desrespeito. Querem amar e ser amadas, sem medo de serem agredidas ou mortas pelo simples fato de serem mulheres. Sonham em construir suas vidas em paz, com segurança, respeito e dignidade. Elas merecem ser as protagonistas das suas histórias!

*Por mim, por nós, pelas outras*, precisamos juntar forças pelo fim da violência contra meninas e mulheres. Num país estruturalmente machista e racista como o Brasil, o problema da violência precisa ser enfrentado com apoio do poder público e de toda a sociedade. No contexto da pandemia, isolamento social, aumento da fome e do desemprego, somado ao retrocesso nas políticas públicas de prevenção e combate à violência, as mulheres estão ainda mais desprotegidas e vulneráveis.

“

Eu quero voar  
Escrever o meu enredo  
**Liberdade** é não ter medo!

”

Música: Descolonizada  
De Larissa Luz e Pedro Itan



Em se tratando das mulheres rurais, a situação é agravada por diversos fatores, como a invisibilidade do trabalho produtivo, falta de acesso a equipamentos e assistência, insegurança e distância dos serviços públicos. Também precisamos destacar a problemática vivida especialmente pelas mulheres negras e a população LGBTQIA+, segmentos mais afetados pelas violações de direitos em nosso país.

Ciente do seu papel histórico na articulação dos movimentos de mulheres e feministas, na construção do bem viver e no fomento ao protagonismo feminino, o Movimento de Organização Comunitária (MOC) se soma às diversas vozes que ecoam pelo fim da violência contra meninas e mulheres. Temos certeza de que a autonomia econômica, a ampliação da participação política e a ocupação dos espaços de poder e decisão, também prescindem da luta pelo fim das opressões de gênero.

Esta cartilha pretende ser um instrumento para fortalecer o empoderamento das meninas e mulheres, no campo e na cidade, nos roçados e nas periferias.

***Que as sementes plantadas por  
Maria Madalena (MMTR),  
Margarida Alves, Lélia  
Gonzalez, Luiza Bairros,  
Marielle Franco e tantas outras,  
floresçam como esperança e  
inspiração na construção de um  
projeto de sociedade com  
equidade de gênero.***

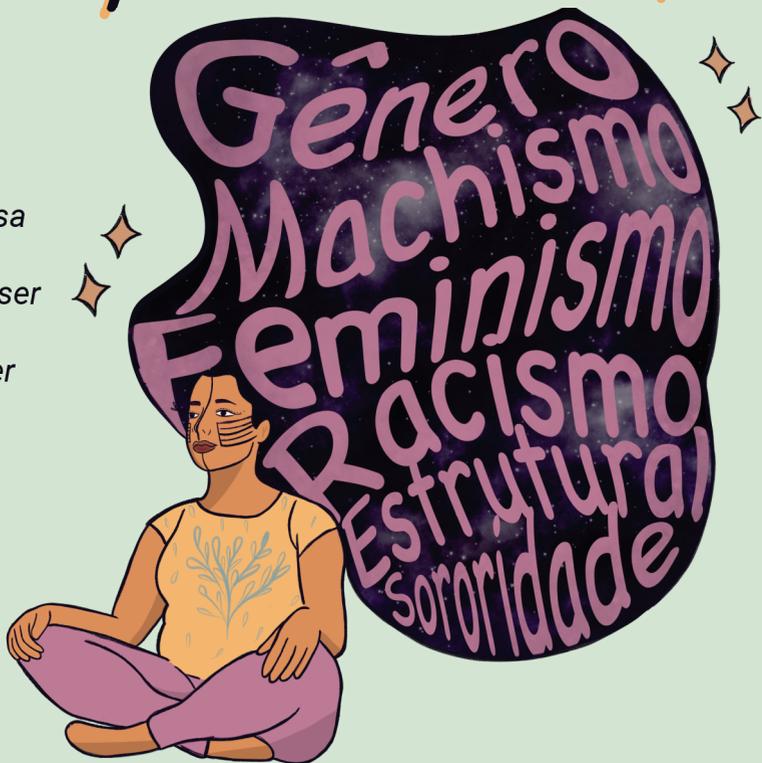
# Mais informação, menos preconceitos!

“

Você que pensa  
**Que pode**  
Dizer o que quiser  
**Respeita aí**  
Eu sou mulher

”

De Ana Canãs



Compreender conceitos que perpassam a luta histórica das mulheres por reconhecimento e cidadania é fundamental para desconstruir estereótipos e visões equivocadas. Conheça alguns:



## Gênero

É a construção social do que é ser homem e do que é ser mulher - vai além da dimensão simbólica e das normas e regras definidas pelas instituições e se expressa de forma bastante visível na divisão sexual do trabalho, que é também uma forma de divisão social do trabalho.



## Machismo

O machismo é consequência do sistema patriarcal, a noção de que as mulheres são propriedade dos homens e, por isso, deveriam estar sempre a serviço deles. Como parte dessa cultura patriarcal, a masculinidade está associada à agressividade e à virilidade. A própria sociedade e o Estado se organizam com base na estrutura patriarcal, separando as esferas pública e privada. Na primeira, o espaço dos homens, da liberdade e do direito; na esfera privada, o lugar das mulheres, do doméstico, da subjetividade e do cuidado.



## Feminismo

O movimento de mulheres define o feminismo como “a ideia radical de que as mulheres são pessoas”, o que significa reconhecer que tem os mesmos direitos de que os homens. Neste sentido, o feminismo questiona os privilégios masculinos e defende a igualdade entre os gêneros na sociedade.



## Racismo estrutural

O racismo é definido como uma forma sistemática de discriminação que tem a raça como fundamento, e que se manifesta por meio de práticas conscientes ou inconscientes que culminam em desvantagens ou privilégios para indivíduos, a depender do grupo racial ao qual pertençam. No Brasil, a maior parte das vítimas de violência doméstica são mulheres negras, que também são as mais afetadas pela mortalidade materna e pela violência obstétrica.



## Sororidade

Sororidade vem do termo latino sóror (que significa irmãs). A palavra não é reconhecida oficialmente na Língua Portuguesa, mas significa aliança, compromisso e solidariedade entre as mulheres na luta contra o sistema patriarcal. Tem o intuito de contrapor a ideia de que as relações harmoniosas só acontecem entre os homens.

# Violência doméstica e familiar



Basta de Femicídio - Salete Maria

“  
Mulheres e homens tem  
**Liberdade e autonomia**  
Violência não convém  
Nem pra Zé nem Maria  
**Ninguém pertence a ninguém**  
Se a pessoa lhe quer  
Não lhe fará  
”

A violência contra mulheres e meninas é estruturante da desigualdade de gênero, oriunda de uma cultura machista e de um sistema patriarcal que submete as mulheres a diversas formas de exploração e opressão social, política e econômica.

*Você sabe quais os tipos de violência doméstica e familiar?*

**1** **Violência física** - Entendida como qualquer conduta que ofenda a integridade ou saúde corporal da mulher.

Espancamento  
Atirar objetos, sacudir e apertar os braços  
Estrangulamento ou sufocamento  
Lesões com objetos cortantes ou perfurantes  
Ferimentos causados por queimadura ou arma de fogo  
Tortura

**2** **Violência psicológica** - É considerada qualquer conduta que cause dano emocional e diminuição da autoestima; prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento da mulher; ou vise degradar ou controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões.

Ameaças  
Constrangimento  
Humilhações  
Manipulação  
Isolamento (proibir de estudar, viajar, falar com amigos ou parentes)  
Vigilância constante  
Perseguição contumaz  
Insultos  
Chantagens  
Exploração  
Limitação do direito de ir e vir  
Distorcer e omitir fatos para deixar a mulher em dúvida sobre a sua memória e sanidade (gaslighting)

**3** **Violência sexual** - Trata-se de qualquer conduta que constranja a presenciar, a manter ou a participar de relação sexual não desejada mediante intimidação, ameaça, coação ou uso da força.

Estupro  
Obrigar a mulher a fazer atos sexuais que causam desconforto ou repulsa  
Impedir o uso de métodos contraceptivos ou forçar a mulher a abortar  
Forçar matrimônio, gravidez ou prostituição por meio de coação, chantagem, suborno ou manipulação  
Limitar ou anular os direitos sexuais e reprodutivos da mulher

**4** **Violência Patrimonial** - Qualquer conduta que configure retenção, subtração, destruição parcial ou total dos seus objetos, instrumentos de trabalho, documentos pessoais, bens, valores e direitos ou recursos econômicos, incluindo os destinados a satisfazer suas necessidades.

Controlar o dinheiro  
Deixar de pagar a pensão alimentícia  
Destruição de documentos pessoais  
Furto, extorsão ou dano  
Estelionato  
Privar de bens, valores ou recursos econômicos  
Causar danos propositais a objetos da mulher ou dos quais ela goste

**5** **Violência Moral** - É considerada qualquer conduta que configure difamação, calúnia ou injúria.

Acusar a mulher de traição  
Emitir juízos morais sobre a conduta  
Fazer críticas mentirosas  
Expor a vida íntima  
Rebaixar a mulher por meio de xingamentos que incidem sobre sua índole  
Desvalorizar a vítima pelo seu modo de se vestir

## **VOCÊ SABIA QUE VIOLÊNCIA TAMBÉM AFETA AS MULHERES RURAIS?**

As mulheres rurais vítimas de violência doméstica também são afetadas pela solidão, isolamento e invisibilidade. A maioria não dispõe de acesso a espaços de acolhida e atendimento, nem tem condições econômicas para romper com o ciclo de violência e conquistar o direito de uma vida digna. Neste contexto, os movimentos de mulheres se transformaram em espaços de afetividade, luta e resistência que buscam denunciar as violações e cobrar políticas públicas, a exemplo da Marcha das Margaridas.

## **VOCÊ SABE ONDE A VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES OCORRE?**

A violência não acontece só no ambiente doméstico. ocorre em todos os lugares onde convivem homens e mulheres. Na casa, na roça, nos locais públicos, nas ruas; e em lugares onde pouco desconfiamos como escolas, igrejas, sindicatos, hospitais.

# Ciclos da violência

Certamente você conhece alguém que vive ou viveu estas fases da violência. Conhecer esse ciclo é fundamental para proteger as mulheres e evitar o pior.



## **Fase 1 - Aumento da tensão**

(o agressor se mostra tenso, irritado, com acesso de raiva, humilha a mulher, destrói objetos, ameaça...)

## **Fase 3 - Arrependimento**

(lua de mel, carinhoso, reconciliação...)



## **Fase 2 - O ato da violência**

(explosão, materializa a violência física, verbal, psicológica, patrimonial...)

**Com o tempo, os intervalos entre uma fase e outra ficam menores...**

## **Mas por que as mulheres têm dificuldade de romper com o ciclo de violência?**

Há vários motivos que podem levar uma mulher a não romper com um relacionamento abusivo: *Ex: medo, sentimento de culpa, falta de apoio familiar, desconhecimento de opções de ajuda, dependência emocional e financeira.*

# O que tem a ver masculinidade com violência de gênero?

A construção de identidades masculinas é constituída pelo controle, violência, competitividade e força. O homem considera a mulher sua posse e precisa constantemente demonstrar sua virilidade nas manifestações violentas.



## VOCÊ CONHECE ALGUMAS IDEIAS ASSOCIADAS À MASCULINIDADE FRÁGIL QUE ESTIMULAM A VIOLÊNCIA?

- Homem não chora
- Não leva desaforo para casa
- É o provedor da família
- Homem não é sensível
- Homem não dá carinho

Refleta!

*Outra masculinidade é possível para superar a violência de gênero!*

# MOVIMENTO DE MULHERES



“

Quer saber do futuro? Mas o que tem feito no presente? **Querer mudar o mundo, tem que começar primeiro na gente.**

Então vai, se movimenta obstáculos são postos em nossa vida para que a gente os vença!

”

Vamos  
juntas  
Transformar  
o mundo!

Música: Pense Grande  
Por Mel Duarte

---

Todas as pessoas podem contribuir para a erradicação da violência contra meninas e mulheres. Você já parou pra pensar que, de forma coletiva, é possível construir um mundo mais justo e inclusivo para todas, todos e todes?

**Então aproveite para debater essas questões:**

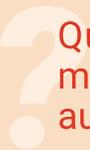
---

 Existe Conselho de Defesa dos Direitos das mulheres no seu município?

Você participa de algum grupo/coletivo na sua comunidade, bairro, município?

 Como sua organização atua na luta pelo fim da violência contra as mulheres?

Quais as dificuldades de acesso aos serviços e políticas de apoio às mulheres vítimas de violência em sua comunidade e/ou município?

 Quais as estratégias que as mulheres do seu município/ território vem construindo pra conquistar autonomia e liberdade?

# Onde buscar ajuda?



Cadê meu celular, eu vou  
ligar pro 180  
**Vou entregar teu nome e  
explicar meu endereço**  
Aqui você não entra mais,  
eu finjo que não te conheço

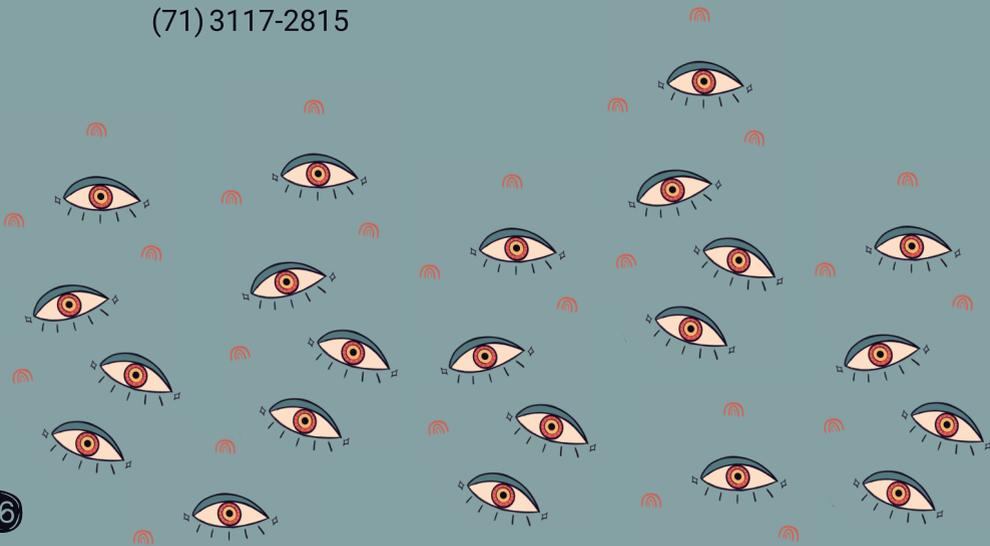


Música: Maria da Vila Matilde  
Por Elza Soares

Sabia que você pode pedir ajudar ou contribuir para combater a violência doméstica através dos órgãos da Rede de Enfrentamento à violência contra a mulher? **Divulgue!**

- ♥ **Central de Atendimento à Mulher – Disque 180**
- ♥ **Central de Atendimento Casa Abrigo**  
(71) 3115.0909/3115.0310 (71) 99613.9346
- ♥ **Centro de Referência Loreta Valadares de Atendimento à Mulher (Crlv) - Salvador**  
(71) 3235-4268/ (71) 3611-6412/ (71) 99652-3764
- ♥ **Defensoria Pública - Nudem**  
129/0800 071 3121

- ♥ **Conselho Estadual de Defesa dos Direitos da Mulher (Cddm)**  
(71) 3117-2815
- ♥ **DEAM - Feira de Santana**  
(75) 3602-9215 (75) 3602-9191 (75) 3602-9235
- ♥ **Ministério Público da Bahia - Gedom**  
(71) 3321-1949 / 3328-0417
- ♥ **Ronda Maria da Penha - Feira de Santana**  
(75) 3626-9889
- ♥ **Ronda Maria da Penha - Salvador**  
(71) 3117-8224
- ♥ **Secretaria de Políticas para as Mulheres do Estado da Bahia**  
(71) 3117-2815
- ♥ **Tribunal de Justiça da Bahia - Coordenadoria Mulher**  
(71) 3372- 1867/1895/5525 (71)98185-1288
- ♥ **Zap das Minas**  
(71) 3117-2815



# Calendário Feminista contra todas as formas de opressão e pelo direito à vida!

“

Não serei livre enquanto alguma mulher for prisioneira, mesmo que as correntes dela sejam diferentes das minhas

”

Por Audre Lorde



A luta dos movimentos de mulheres e feministas por uma vida livre da violência é histórica. Apesar dos avanços e conquistas, é preciso derrubar as barreiras do machismo e racismo para garantir uma sociedade segura para as meninas e mulheres. **Isso exige vigília e mobilização permanentes.** As campanhas pelo fim da violência de gênero fazem parte de um calendário feminista anual que visa chamar a atenção para as violações dos direitos humanos, cobrar políticas públicas, ressaltar a importância de fortalecer as redes de prevenção, combate e enfrentamento às violências, bem como da conscientização e apoio de toda a sociedade.

## Março Mulher

Faz referência ao 08 de março - dia internacional da mulher, mas é celebrado pelos movimentos de mulheres e feministas como um mês que marca a luta pelo reconhecimento dos seus direitos e contra as violações, buscando caminhos para a construção da igualdade de gênero numa sociedade ainda tão desigual e opressora.

## **Julho das Pretas**

No dia 25 de julho é celebrado o Dia Internacional da Mulher Afro-Latino Americana e Afro-Caribenha. Neste contexto, o Julho das Pretas se consolidou como uma importante agenda de resistência e intervenção das mulheres negras nas políticas públicas que busca garantir respeito e visibilidade a luta da categoria na superação das desigualdades raciais e de gênero.

## **Agosto Lilás**

A Campanha tem relação com o mês da sanção da Lei 11.340/2006, conhecida como a Lei Maria da Penha. Visa ampliar o debate sobre os direitos das mulheres no intuito de dar visibilidade ao tema da violência e contribuir para ampliação dos conhecimentos sobre os dispositivos legais de proteção às mulheres em situação de violência e vulnerabilidade.

## **21 Dias de Ativismo pelo fim da violência contra as mulheres**

Trata-se de uma mobilização educativa e de massa para conscientização e engajamento da sociedade na luta pela erradicação da violência de gênero e para a garantia dos Direitos Humanos das mulheres. Conhecido inicialmente como 16 Dias de Ativismo pelo Fim da Violência contra as Mulheres, a iniciativa foi criada em 1991, por feministas de diferentes países. Este calendário foi adaptado à realidade da Bahia que instituiu 21 dias de ativismo, iniciando no 20 de novembro - Dia da Consciência Negra, e englobando outras datas:

- 25 de Novembro - Dia Internacional pela eliminação da violência contra mulheres
- 01 de Dezembro - Dia Mundial de Combate à Aids
- 03 de Dezembro - Dia Internacional das pessoas com deficiência
- 06 de Dezembro - Dia de Mobilização dos Homens pelo fim da violência (campanha do laço branco)
- 10 de Dezembro - Dia Internacional dos Direitos Humanos

# Marcos legais importantes

## INTERNACIONAL

**Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher (conhecida como Convenção de Belém do Pará, pois foi adotada no Pará- Brasil)** - primeiro tratado internacional que criminaliza todas as formas de violência contra a mulher. Firmada em 09 de junho de 1994, pela Assembleia Geral da Organização dos Estados Americanos (OEA), também foi o primeiro a demandar a criação de mecanismos estatais para a proteção e defesa dos direitos da mulher, essenciais para combater o fenômeno da violência.

## NACIONAL

**Lei Maria da Penha (11.340/2006)** - criou mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher. Dentre as inovações trazidas pela lei estão as medidas protetivas de urgência para as vítimas e a criação de equipamentos de proteção como as Delegacias Especializadas de Atendimento à Mulher, Casas-abrigo, Centros de Referência da Mulher e Juizados de Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher.

**Lei do Femicídio (13.104/15)** - considera feminicídio quando o assassinato de mulheres que envolve violência doméstica e familiar, menosprezo ou discriminação à condição de mulher da vítima. A legislação alterou o Código Penal (Decreto-Lei 2.848/40), tornando o feminicídio um homicídio qualificado e incluindo o crime na lista de Crimes Hediondos (Lei 8.072/90), com penas mais altas, de 12 a 30 anos.

## ESTADUAIS

**Notificação condominial (14.278 /2020)** - obriga os condomínios residenciais do Estado da Bahia a comunicarem ocorrência de casos de violência doméstica e familiar contra mulheres, crianças, adolescentes ou idosos.

**Selo Lilás (13.434/2021)** - reconhece empresas que realizem ações de enfrentamento às desigualdades de gênero no ambiente de trabalho ou fomentarem práticas de valorização da mulher.

Estas são apenas algumas das legislações. Pesquise nos portais do Congresso e Assembléia Legislativas e fique por dentro das leis em defesa dos direitos das mulheres.

“

Medo nós tem,  
mas não usa.

”

Por Margarida Alves





ISBN: 978-65-997358-2-0

TSD



9 786599 735820

Realização:



Apoio:

**act:onaid**



 Schweizerische Eidgenossenschaft Confédération suisse Confederazione Svizzera Confederaziun svizra	 terre des hommes suisse	 terre des hommes schweiz
Agencia Suiza para el Desarrollo y la Cooperación COSUDE		Asociación para jóvenes

