

PROJETO
MULHERES



Santa Paulina

CONGREGAÇÃO DAS IRMÃZINHAS
DA IMACULADA CONCEIÇÃO



RESISTÊNCIA FEMININA

cuidar e transformar vidas!



RESISTÊNCIA FEMININA, *cuidar e transformar vidas!*

Projeto Mulheres

INTRODUÇÃO

Mais do que nunca, a nível mundial, vivemos um contexto de incertezas e desconfianças: riscos ambientais; múltiplas exclusões e desigualdades crescentes. Doenças, patologias, sofrimentos, violências, medos... A América Latina é conhecida como a região mais desigual do mundo, mas a situação piorou ainda mais nas últimas décadas. Em se tratando de mulheres - Somamos 31,8% que não têm renda própria. Cerca de 3 em cada 10 latino-americanas não participam no mercado de trabalho, não têm propriedades ou ativos em seu nome, e não recebem pensão alimentícia, aposentadoria ou qualquer transferência do Estado ou de seus familiares. Sem contar com os dados de todos os tipos de violência cometidos contra as mulheres.

A realidade na África Central e África do Sul, com suas especificidades e particularidades é ainda pior. A desigualdade entre homens e mulheres que deixa as mulheres, que têm menos poder no relacionamento, consideradas incapazes de solicitar ou nego-

ciar sobre suas necessidades, inclusive sobre o uso de preservativos com seus parceiros, é ainda mais gritante. Neste continente cresce o número de mulheres com doenças transmissíveis como HIV/SIDA. O Continente Europeu, mesmo sendo líder mundial na igualdade de gênero, porém a violência e os estereótipos baseados no gênero continuam a existir. Sabemos que em todos os países as mulheres têm se levantado contra as opressões, discriminações, exclusões e submissões, buscando se organizar e fazer enfrentamentos e resistências frente às suas realidades.

A Congregação das Irmãzinhas da Imaculada Conceição (CIIC), em sintonia com os sinais que o Espírito Santo suscitou no XXII Capítulo Geral, assume enquanto prioridades do sexênio o Projeto Mulheres: **Resistência feminina, cuidar e transformar vidas!** Por meio desse Projeto reafirmamos as deliberações Capitulares e elaboramos sentidos e significados de nossa ação missionária no mundo, desde os lugares e realidades onde estamos inseridas.

OBJETIVO GERAL

Promover ações estratégicas, articuladas e de parcerias, criando um conjunto de motivações que sirvam de inspiração para o avanço do empoderamento, da autonomia e libertação das mulheres.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- » Promover e recriar projetos na linha de conscientização e promoção da vida, fazendo parcerias com órgãos ligados a defesa

e direitos humanos, considerando as **prioridades do sexênio**.
(*Documento Capitular p. 9, 1º parágrafo*);

- » Desenvolver projetos financeiros com *mulheres* destinando recursos financeiros da Congregação para incentivar e fortalecer os trabalhos com **mulheres** nas comunidades. (*Documento Capitular p. 30, 5º passo*);
- » Intensificar a presença missionária junto aos pobres e excluídos, nas diversas realidades urbanas, tendo em vista **a prioridades mulher**. (*Documento Capitular p.31 caminho 3*);
- » Participar dos diferentes conselhos eclesiais e pastorais e ajudar nas articulações do grito dos excluídos, dia mundial dos pobres, semana social brasileira, comissão justiça e paz, pastoral carcerária, **conselhos da mulher**, ampliando o horizonte extra eclesial, nas sessões da câmara de vereadores, incentivar e participar na construção de políticas públicas. (*Documento Capitular p.33, passo 4*);
- » Promover rodas de conversas com mulheres, círculo de mulheres ou grupo de mulheres, encontros formativos e outros, continuando o fortalecimento do rosto feminino da pastoral da CIIC.

JUSTIFICATIVA

A realidade das mulheres nos países onde atuamos é complexa e apresenta desafios em diversas áreas. Embora tenhamos avançado em termos de direitos e igualdade de gênero, ainda exis-

tem desigualdades e problemas persistentes. Mulheres enfrentam questões como a violência de gênero, preconceitos, abusos, a desigualdade salarial, a sub-representação política e a falta de acesso a oportunidades e recursos entre muitos outros.

É importante, nós mulheres e com mulheres, continuarmos lutando por uma sociedade inclusiva, humana, justa e igualitária.

Este projeto é iluminado pela realidade das mulheres dos países onde estamos: Nicarágua, Guatemala, El Salvador, Tchad, Camarões, Moçambique, Itália, Bolívia, Argentina, Brasil e Peru.

Cada país e as comunidades, sabem das inúmeras situações enfrentadas pelas mulheres. É importante, acompanhar os grupos já existentes e fazer rodas de conversas ou grupos para que compreendam a própria situação degradante que vivem e consigam lutar por políticas e programas que visem reduzir essas desigualdades e melhorar as condições de vida das mulheres, bem como, a partir das necessidades, apoiar e suscitar novos grupos.

As mulheres padecem, na sociedade, com o machismo, o racismo e a misoginia, mas não podemos negar, mesmo que timidamente, que existe um protagonismo feminino e devemos ajudá-las a dar voz e vez e, que se apoderem de si, de seus sonhos e lutas para transformar vidas. Por isso propomos as rodas de conversas ou grupo de mulheres que podem ser um acontecimento de construção coletiva, em que mulheres se autopercebam e reforcem seu potencial enquanto mulher e mobilizem outras mulheres e a própria comunidade. **As rodas de conversas**, são espaços onde cada

pessoa procura partilhar experiências de vida e saberes de forma horizontal e circular. É imprescindível que as mulheres se sintam acolhidas desde o momento da chegada. Não se deve julgar ninguém pelo que fala, a maneira como se expressa, como se veste, como se comporta. Essa mulher precisa se sentir segura neste ambiente e não alvo de julgamentos. O ideal é que todas se sintam confortáveis para expor as suas questões e pratiquem a empatia e a escuta ativa. A roda de conversa não é um lugar para julgamentos e sim para acolhimento. A ideia é que informações sejam compartilhadas para que todas aprendam mais sobre o assunto e se sintam motivadas para contar suas experiências e sentimentos. São momentos em que as participantes trazem algum tema e todas podem refletir. As mulheres se transformam a partir das falas e escutas que ali são relatadas. Além da partilha de compreensão do tema, da própria vida, da escuta, da reflexão, da consciência dos direitos e deveres, e empoderamento feminino, pode ser enriquecida com a oração e reflexão iluminada com a Palavra de Deus e os valores do Evangelho.

É observável que melhorando a vida de cada Mulher, melhoramos a vida de toda a comunidade. O que uma mulher conquista para si em termos de libertação, transformação, conhecimento, é importante para todas, para que todas as mulheres cresçam juntas.

A Congregação das Irmãzinhas da Imaculada Conceição tem um olhar de ternura, cuidado, defesa e empoderamento das mulheres.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA E HISTÓRICA

A sociedade patriarcal é uma estrutura de práticas sociais, cuja posição do homem é superior à da mulher, oprimindo a identidade feminina em vários âmbitos, como o social, o profissional e o familiar. Dessa forma, a identidade se constitui através da transformação contínua, não sendo distinta à identidade feminina, na qual a representação da mulher atual transita por constantes transformações e divergências. Assim, o patriarcado influencia diretamente na representação da identidade feminina, ainda que a mulher atual venha se impondo perante a sociedade, em busca da igualdade social de gênero e ao rompimento de padrões sociais, enraizados na sociedade atual, e ao “modelo ideal” de mulher, herdado do patriarcado. As múltiplas formas de violência contra as mulheres estão baseadas ainda em sistemas de desigualdades que se retroalimentam, sobretudo em relação às questões de gênero, raça, etnia, classe, orientação sexual e identidade de gênero.

A violência que a mulher sofre está no seu cotidiano, incorporada e enraizada no imaginário social coletivo de toda a nossa sociedade, de homens e mulheres, que legitimam a subordinação do sujeito feminino ao domínio do poder masculino. A violência contra as mulheres está velada na subordinação da nossa linguagem cotidiana, no uso de expressões e nas palavras de duplo sentido.

Vivemos em uma sociedade que excluem: mulheres, lésbicas, bissexuais, transexuais, pobres (classe trabalhadora), negras, periféricas, indígenas, quilombolas e outras definições que social-

mente fazem da mulher excluída, um ser “desvalorizado”, desrespeitado e menos importante.

Referimo-nos às mulheres de ontem e de hoje que compartilham a dor, a exclusão, a submissão pelo simples fato de terem nascido mulheres. Mulheres que sofreram e/ou sofrem violências; mulheres que foram mortas pelos companheiros. Acompanhamos notícias de altos índices de feminicídios e impunidade da justiça, os dramas das vítimas que, muitas vezes, ao invés de serem protegidas são culpabilizadas pela violência sofrida.

Muitas mulheres reagem sem temor, sabendo que as violências, o estupro, o feminicídio não são um destino do qual elas não podem se libertar. Mesmo diante desse mundo violento, precisam acionar a criatividade revolucionária, construindo estratégias de enfrentamento deste mal, criando parcerias e se fortalecendo, por meio de um processo de formação continuada.

O Papa Francisco, em seu Pontificado tem enfatizado, de maneira contundente, a grande importância da presença da mulher na Igreja e na sociedade. “Sem a mulher, não há harmonia no mundo”. O Papa destaca que a presença das mulheres na Igreja é essencial, afirmando que “o gênio feminino é necessário em todas as expressões da vida social” (EG, 103) e defende a intervenção nos espaços para uma participação feminina mais incisiva na tomada de decisões. Este Papa foi o primeiro a nomear mulheres como membros dos organismos da Cúria, permitindo que elas tenham direito a voto em assembleias plenárias. Ele também tem buscado

ampliar o protagonismo feminino em outras áreas da vida eclesial, nomeando mulheres para cargos importantes no Vaticano, como diretora geral dos Museus do Vaticano, Secretária-geral do Governatorato do Vaticano e Vice-diretora da Sala de Imprensa da Santa Sé, entre outros. Além disso, o Santo Padre tem dado espaço para a presença feminina em organismos como o Dicastério para os Leigos, Família e a Vida, a Pontifícia Academia para a Vida, a Pontifícia Comissão Bíblica e a Pontifícia Academia das Ciências. (TCC p. 47 e 50)

Em 03 de junho de 2016, o Papa Francisco instituiu a festa litúrgica de Maria Madalena, coincidindo com o Jubileu da Misericórdia. Neste momento histórico, ele enfatiza a importância do anúncio feito pelas mulheres até os tempos atuais e, neste sentido apresenta-a como “Apóstola dos apóstolos” e destaca: “Esta decisão insere-se no contexto eclesial atual, que exige uma reflexão mais profunda sobre a dignidade da mulher, a nova Evangelização e a grandeza do mistério da Misericórdia Divina” (*Papa Francisco*).

A Organização das Nações Unidas (ONU) iniciou seus esforços contra as formas de violência, na década de 1950, com a criação da Comissão de Status da Mulher que formulou entre os anos de 1949 e 1962 uma série de tratados baseados em provisões da Carta das Nações Unidas, que afirma expressamente os direitos iguais entre homens e mulheres e, na Declaração Universal dos Direitos Humanos, que declara que “todos os direitos e liberdades humanos devem ser aplicados igualmente a homens e mulheres,

sem distinção de qualquer natureza”. A Declaração Universal dos Direitos da Mulher aponta direitos que devem ser implementados nos países. Estes direitos são: Direito à vida, a liberdade e a segurança pessoal; a igualdade, a informação e a educação; a privacidade e a Saúde. Direito de decidir, construir relacionamentos e planejar sua família. Direito a não ser submetida a torturas e maus-tratos entre outros.

A Conferência Latino-Americana de Religiosos (as) (CLAR), tem como Ícone: “*Mulheres da Aurora*”. Isso nos habilita a um olhar novo que nos fecunda e a uma releitura da presença do feminino na história da Salvação. “Repensar o feminino nas encruzilhadas da vida, nas entrelinhas que as tecedoras hoje compreendem a força do seu tecer, a beleza do seu bordado com variedades de linhas e cores, nos fortalece no desenho final dessa tessitura. Aprendemos que é importante resgatar o fio perdido, retecer a partir das lacunas que o imprevisível nos impõe. No tear da vida temos que testemunhar, como as mulheres de Alba, que estamos **persistentes no compromisso do seguimento de Jesus Cristo**” (Ir. Maria Helena Morra, ISCM)

A CIIC, historicamente, a partir das inserções em meios populares, tem priorizado a causa das mulheres que se encontram caídas pelos caminhos, nos espaços de evangelização ou até mesmo as que vivem no anonimato social e eclesial. Fundamentadas e iluminadas pelas atitudes de Amábile e suas companheiras que primeiro, viu, sentiu, aproximou-se, cuidou, amou, e libertou uma

mulher caída, enferma e abandonada a sorte. Cuidar, a exemplo de Paulina, é oferecer ferramentas àquelas que se sentem pobres de tudo, até mesmo da sua dignidade feminina. E, deixar-se cuidar, tocar, é um ato de entrega e confiança, um caminho que conduz à essência do Ser Mulher.

As conquistas libertadoras não seriam possíveis sem a luta incansável de mulheres fortes e corajosas, que enfrentaram muitos desafios e a resistência até mesmo de outras mulheres, que viam na submissão, o único modo de vida. Graças a luta feminista, sabemos que é possível avançarmos ainda mais, rumo a uma sociedade em que os homens não nos ofereçam apenas flores, mas, acima de tudo, respeito!

FUNDAMENTAÇÃO BÍBLICA

É importante considerar que a espécie humana tem aproximadamente dois milhões de anos. 1.990.000 anos não existia a supremacia masculina, com isso queremos dizer que são aproximadamente 10 mil anos de supremacia masculina. Antes era o princípio feminino e masculino juntos que governavam o mundo. “Ao longo desse período da história da humanidade, o patriarcalismo foi hegemônico em muitos períodos e lugares, proibindo a mulher de participar da vida pública. Entretanto, desde os primórdios até hoje, as mulheres chegam para ficar. Mesmo sem serem notadas, sem serem contadas, muitas vezes silenciadas, as mulheres seguem atuantes nas comunidades. É preciso vasculhar

os textos da história, perceber sua presença e descobri-las atuantes, ontem e hoje, acreditando em um futuro com muitas vidas sendo transformadas.

O protagonismo do Movimento das Mulheres, atualmente é crescente e tem sido imprescindível para que elas se unam, se organizem e sigam nas lutas. Isso nos faz recordar o protagonismo de inúmeras mulheres na Bíblia como, por exemplo, aconteceu com o Movimento de Mulheres, liderado pelas filhas de Salfaad-Maala, Noa, Hegla, Melca e Tersa (Num 26,36), que lutou pela superação do patriarcalismo. Que bom que o escritor bíblico conservou o nome delas. Elas viram a injustiça patriarcal que estava na lei segundo a qual a herança passava de pai para filho, não para filha (cf. Num 27,1-11). Elas se rebelaram, pois estavam sendo excluídas do direito de ter terra, porque não tinham irmãos. E em uma manifestação deram o grito: “Queremos ter direito à propriedade da terra” (Nm 27,4). Depois de um discernimento em assembleia entenderam, que esta seria a vontade de Deus e assim o movimento das mulheres da Bíblia conquistou mais um direito que lhes era negado.

As mulheres passaram a receber a herança do pai, do mesmo modo que outros parentes próximos. Travava-se assim a luta pela igualdade e dignidade entre homem e mulher. O líder Moisés convoca uma assembleia e após discussão aprofundada chega-se à seguinte conclusão: “Mulheres, vocês podem casar-se com quem quiser, mas sempre dentro de algum clã da tribo do seu pai” (Nm

36,6). Assim se conquistava mais uma Lei para assegurar que a terra pertence a Deus e não deve ser vendida (Lev 25,23). Deus se irrita profundamente com quem sequestra a terra em suas mãos. Além das parteiras do Egito, Séfora e Fuá, de Mirian, Débora, Judite, Rute, Jael e tantas outras do Primeiro Testamento, as mulheres referidas no livro de Números integram o grande Movimento de Mulheres de luta na Bíblia.

No movimento de Jesus, embora não seja dada ênfase, havia mulheres, e não eram poucas. As mulheres eram discípulas e, seguiam-no na Galileia (Lc 8, 1-6). Jesus não fazia distinção entre mulheres e homens, pelo contrário, uma das suas características consistia em propor uma ordem de vida diferente do modelo hierárquico “Entre vocês não será assim” (Mc 10, 43-45; Mt 20, 26-28; Lc 22, 24-27), dizia a seus seguidores. Nos escritos canônicos em que Madalena foi citada explicitamente, doze vezes nos Evangelhos, sempre foi em relação a Jesus, o que Ele fez ou disse.

No Século I da Era Cristã, a função delas restringia-se à vida familiar, onde desde a infância se exercitavam na organização interna da casa. A criação de “Igrejas domésticas” possibilitou maior influência e participação da mulher. As mulheres foram as primeiras a fazer a experiência que as levaram à conclusão: Jesus ressuscitou e vive em nós. Sabemos os nomes de algumas delas: Maria Madalena, Joana (mulher de Cuza), Suzana, Maria (a mãe de Tiago o menor) e Salomé (cf. Mc 15,40-41).

Segundo o livro de Atos dos Apóstolos, quem estava reunido no momento em que acontece o primeiro Pentecostes sobre a Pri-

meira Comunidade Cristã? Por dezenas de séculos foi colocado na cabeça do povo que o Espírito Santo tinha descido apenas sobre os doze apóstolos e Maria, a mãe de Jesus. Infelizmente, essa é uma interpretação reducionista e apologética que visa enfatizar a presença do Espírito Santo “quase” que somente nos líderes da Igreja Instituição. Rastreando o primeiro capítulo de Atos dos Apóstolos, concluímos que estavam reunidos: “Os onze e Maria Madalena, Joana e Maria, mãe de Tiago, e as outras que estavam com elas” (Lc 24,10); “algumas mulheres, Maria, a mãe de Jesus, e seus irmãos” (At 1,14); “Galileus” (At 1,11); Cléofas e sua esposa Lc 24,13.18). Em Lc 24,13 se diz que dois discípulos fugiram de Jerusalém após a condenação de Jesus à pena de morte. Um deles se chamava Cléofas (Lc 24,18).

PASSOS ILUMINADORES PARA NOSSA AÇÃO

Apresentamos alguns passos que iluminam nosso caminho junto a prioridade Mulher. Assim, “Vamos passo a passo, sempre em frente”, como nos encoraja, Santa Paulina.

Primeiro passo – *Acolher e valorizar a presença da mulher em todas as dimensões da vida.* Neste sentido, afirma o Papa Francisco em sua mensagem ao Apostolado da Oração: “É inegável a contribuição da mulher em todas as áreas do agir humano, a começar pela família. Devemos condenar a violência sexual que as mulheres sofrem e eliminar os obstáculos que impedem a sua

inserção plena na vida social, política e econômica”.
Papa Francisco).

Segundo passo – *Cuidar das mulheres presentes em todas as dimensões da ação evangelizadora da Congregação, inclusive quem está na Congregação, tendo em vista a preservação da vida. Cuidar é apontar o caminho do centro da vida. É favorecer o encontro com o sentido profundo da existência.*

Terceiro passo – *Inserir, fazer da mulher, uma protagonista da sua história, ajudando a não permanecer à margem do caminho, mas a assumir seus passos, seguir a estrada da vida, numa atitude resiliente. Neste ponto, a ação evangelizadora junto às mulheres deve incentivar o exercício da cidadania, estimular a consciência crítica, a autonomia e o fortalecimento da autoestima com a finalidade de instigar a mulher a se tornar autora da sua história, considerando tanto as questões relacionadas ao gênero como a sua condição de cidadã, na ótica da saúde integral, na economia solidária, na espiritualidade e políticas públicas.*

Quarto passo – *Somar. Estar juntas: Pedagogia da presença comunitária e social. Dar as mãos é estar presente nos espaços que as mulheres estão sendo no meio delas, pontes e sinais de esperança, tecendo redes colaborativas em defesa, cuidado da vida e garantia de direitos*

A Vida Religiosa Consagrada sempre foi inserida junto às periferias, comprometidas com as áreas de fronteiras onde a vida clama por amor, respeito e justiça, e que ainda hoje cabe uma presença de compaixão e libertação. As mulheres consagradas, que vivem em grupos/comunidades por opção de vida, são as primeiras a dar testemunho de cuidado de nossos corpos femininos e integrá-los para dar respostas afetuosas e comprometidas, diante da desafiadora realidade das mulheres e suas famílias, bem como valorizar a Irmã como mulher consagrada.

PROPOSTAS DE AÇÃO

Todas estas propostas de ações estão ligadas a realização dos Objetivos Específicos

- 1.** Promover e recriar projetos na linha de conscientização e promoção da vida e ter no mínimo, um projeto concreto em cada país onde a CIIC está inserida, por meio do Projeto de Ação Missionária Solidária e fazer parcerias com órgãos ligados à defesa e direitos humanos, considerando as prioridades do sexênio;
- 2.** Ajudar os grupos a fazerem projetos e acompanhá-los (Províncias, RVG e CIIC);
- 3.** Desenvolver, no mínimo, um Projeto financeiro na África e três na América Latina, com mulheres;

4. Destinar recursos financeiros da Congregação para incentivar e fortalecer os trabalhos com mulheres nas comunidades (*Projeto de Ação Missionária Solidária*).
5. Realizar, no triênio, um encontro anual presencial das Irmãs para intercâmbio e trocas de experiências - 2024. (*Província e RVG*).
6. Oportunizar a participação das mulheres dos grupos no curso da Ação Evangelizadora da Pastoral (*Província, RVG e CIIC*).
7. Continuar o processo de formação de conhecimento das Políticas Públicas, para mulheres nos diversos espaços (*comunidades*).
8. Roda de conversa internacional online com as mulheres e Irmãs sobre a temática mulheres, ao menos uma vez ao ano (*CIIC –2024 a 2026*).
9. Aproximar e conhecer mais de perto o projeto das mulheres da Casa de Acolhimento Santa Paulina, em Itajaí e do Tecendo a vida em BH (*Equipe Geral da Pastoral*).
10. Reconhecer a diversidade étnica e à riqueza das civilizações e culturas indígenas. O papel da mulher na transformação da aldeia (*comunidades*).
11. Participar de movimentos e redes que trabalham com mulheres (*comunidades*).
12. Participar nos espaços de movimentos e Redes de defesa da

- vida das mulheres (Kawsay, Talitakum, rede um Grito pela Vida, marcha das margaridas, outros de nossos países...) e dos conselhos paritários de defesa da mulher, movimentos de luta: margaridas, 8 de maio, mulheres indígenas, movimento de mulheres negras entre outras (*comunidades*)
- 13.** Realizar rodas de conversa ou grupos de escuta e acolhida das mulheres vítimas da pandemia (*comunidades*).
 - 14.** Elaborar artigos, notícias e vídeos para o site da CIIC e redes sociais (*comunidades*).
 - 15.** Produzir vídeo que apresentem os trabalhos das mulheres (CIIC).
 - 16.** Ter um link no site da Congregação para colocar o Projeto Mulheres e outras celebrações criativas que ajudem no trabalho com mulheres.
 - 17.** Elaborar o Plano de Ação destas Propostas (*segundo semestre de 2024- Equipe Geral da Pastoral*)
 - 18.** Acompanhar e Avaliar o Plano de Ação deste projeto, anualmente (CIIC, Províncias e RVG)
 - 19.** Oportunizar Danças circulares e reflexão sobre o sagrado feminino. (*comunidades*)
 - 20.** Facilitar grupo de mulheres e mães solo que refletem a vivência e prática das famílias. (*comunidades*)
 - 21.** Encontros online com o Grupo Despertar Feminino da CIIC para nos fortalecer como mulheres.

Diz o Papa Francisco que:

“A mulher tem a capacidade de ter três linguagens juntas: a da mente, a do coração e a das mãos.

Ela pensa o que sente, sente o que pensa e faz, faz o que sente e pensa.

Não estou dizendo que todas as mulheres o fazem, mas elas têm essa capacidade, elas têm.

Isso é ótimo” .

ANEXOS

ENCONTRO Nº 01

Eu e meus dons ou potencialidades

Cenário: Fazer algumas palavras de potencialidades e dons para deixar no cenário. A frase: *Você é o talento da poesia de Deus, bordando candura n'alma quem te ler.* Brinde para o bingo.

Acolhida: Colocar no espaço, várias palavras de potencialidades, valores e dons, virada ao contrário. Cada uma pega uma destas palavras e, em silêncio, com um fundo musical é convidada a refletir sobre esta palavra na sua vida.

Cada uma em silêncio, reflete sobre este dom na sua vida e depois se apresenta com palavras:

Eusou.....Dom.....

Dança da ciranda: *Eu sou terra, eu sou mulher, eu sou sagrada. Eu sou terra, sou mulher, eu sou sagrada... (cantando e circulando).*

Poema de Lourdes Sousa

Talento é poesia!

Talento é carinho.

Talento é harmonia.

Talento é gentileza!

Talento é alegria.

Talento é você florescendo...

Vida nos canteiros secos de AMOR.

Deixando sementes espalhadas

Nos corações que almejam rosas de FELICIDADES a cada nascer do sol.

Talento é ...

DEUS que te criou, que te floresceu, que te amou, e deu você de presente para o mundo, para mim e sobretudo para você mesmo! *(Repetir este parágrafo, pode ser um mantra, um gesto, uma oração)*

Aproveite!!! Você é o talento da poesia de DEUS, bordando candura n'alma que te ler. *(dizer uma para a outra e a si mesmo)*

Brincando um pouco: Bingo dos dons

Cada mulher recebe uma folha do bingo conforme orientação da própria folha. A coordenadora escreve todas estas palavras num papelzinho, coloca em uma sacola para depois ir tirando a palavra como se fosse as pedras do bingo. A primeira que escreveu as 8 palavras sorteadas leva o bingo. E assim sucessivamente.

BINGO DA AMIZADE

PARTILHA DIÁLOGO JUSTIÇA INTELIGÊNCIA
SUCESSO PERDÃO PERSEVERANÇA SORTE
HARMONIA ALEGRIA PROSPERIDADE SAÚDE
AFETO BONDADE FRATERNIDADE FÉ
VITÓRIA AMIZADE RESPONSABILIDADE
ORAÇÃO SINCERIDADE CONFIANÇA
FORÇA CORAGEM SOLIDARIEDADE
RESPEITO CARIDADE PAZ FIDELIDADE
AMOR DIGNIDADE SABEDORIA TOLERÂNCIA

<input type="text"/>		<input type="text"/>
<input type="text"/>		<input type="text"/>
<input type="text"/>		<input type="text"/>
<input type="text"/>		<input type="text"/>
<hr/>		
Nome do participante		

É bom estarmos entre amigos, tudo se torna mais agradável, resta-nos então conservar este lado afetivo.

Amigo é sempre aquele que deseja o melhor ao companheiro e por isso desejamos à você todas as coisas boas trazidas nas 34 palavras desta cartão.

Escolha apenas 8 (oito), como fonte de seus desejos para arriscar a sorte.

Conversa de amigas: Em dupla, partilhar seus dons, potencialidades e valores que escolheu. O que reflete na vida de cada uma e na caminhada. Pode compartilhar o que escutou, o que sentiu ao brincar com o bingo da amizade.

- » Motivar para que façam orações espontâneas.
- » Bênção e oração final.
- » Avaliar como foi o encontro.

ENCONTRO Nº 02

Perceber a Mulher que és.

Objetivo da vivência é facilitar às Mulheres o conhecimento e aprofundamento de seus dons, valores e potencialidades, fortalecendo o empoderamento feminino que transforma e gera vidas.

Cenário: Imagem de mulher gestante, sementes, água, terra e espelho. Venda para os olhos.

Facilitadora: Orientar a entrar no ambiente em silêncio, contemplando os símbolos. Solicitar que cada uma se contemple no espelho. Após se contemplarem, pedir que vendem os olhos. Colocar a música.

Canto: mulher semente (*Frei Jurandir, OFM.*)

Convidar para partilhar:

1. Como está se sentindo?
2. O que tocou desde o momento que chegou no ambiente?
3. Como foi a experiência de se ver no espelho?
4. Como percebe a mulher que está em você?

Finalizar com a música: Tão Meiga, cor bonita, feminina.

ENCONTRO N ° 03

Alimentação Saudável

Cenário: Organizar as participantes em quatro grupos de mulheres e para cada grupo dar o texto de um destes grupos. Pedir para ler, conversar e apresentar uma síntese no plenário.

ou

Quatro mulheres que representam os quatro grupos de alimentos: biogênicos, bioativos, bioestáticos e biocídicos. Cada qual traz um nome nas suas vestes, com os respectivos nomes de alimentos.

- » **Biogênicos:** brotos de trigo, de cereais, das ervas, hortaliças e sementes germinadas.
- » **Bioativos:** Frutas como: maçã, laranja, abacaxi, mamão, banana, castanhas, etc.

- » **Bioestáticos:** arroz, aipim, batatinha, carnes diversas, alimentos estocados diversos em geladeira, cozimento.
- » **Biocídicos:** refrigerante, queijo, pastel, carnes e todos os processados.

Animadora: Nós, seres humanos somos uma parcela de tudo que existe na natureza. O universo é doador da vida e nos sustenta. Nosso corpo possui um maravilhoso sistema de defesa e de cura. O que devemos fazer é cuidar dele adequadamente, para que a vida se manifeste. Se cura com o próprio poder regenerador, com os alimentos, os chás e outros meios que ajudam a estimular esta energia vital. Os fundamentos de uma vida saudável são: a mente, a luz, o ar, a alimentação, a água, os exercícios físicos e o descanso. Falando da alimentação, podemos dizer que existem quatro tipos de alimentos originadores de vida: *(Cada uma das 4 mulheres apresenta um tipo de alimento)*

1. Alimentos que geram vida: BIOGÊNICOS

É a base ideal de nossa alimentação.

São alimentos que fornecem, que nos trazem força, energia vital pura – fornecem energia ao corpo. São os brotos dos grãos, dos cereais, das leguminosas, das ervas e hortaliças. No início do crescimento, as plantas são extremamente ricas em substâncias que reforçam a vitalidade das nossas células e permitem a regeneração constante (vitaminas, minerais, aminoácidos, enzimas, hormônios vegetais).

2. Alimentos que ativam a vida: BIOATIVOS

Completamos a alimentação com frutas, ervas, hortaliças, cereais e nozes. São consumidos maduros, crus e bem frescos. Os cereais são moídos e deixados de molho em água.

Os alimentos biogênicos e os bioativos são VIVOS, destinados pela natureza a assegurar a vida e o bem-estar do ser humano. Seu consumo traz vitalidade e energia em qualquer idade.

3. Alimentos que diminuem a vida: BIOESTÁTICOS

São alimentos em que a energia vital foi diminuída pelo tempo (alimentos crus estocados) pelo frio (refrigeração, congelamento) ou pelo calor (cozimento). O uso de alimentos é resultado de hábitos sociais.

Seu consumo garante o funcionamento mínimo de nosso organismo, mas provoca o envelhecimento das células, porque não fornecem as substâncias vivas, necessárias a regeneração.

4. Alimentos que destroem a vida: BIOCÍDIOS

São os mais usados na alimentação moderna.

São alimentos cuja energia vital foi destruída por processos físicos ou químicos de refinação, conservação ou preparação.

Os alimentos biocídios foram inventados pelas pessoas. Envenenam pouco a pouco as células do corpo com substâncias nocivas.

Qualquer produto químico, mesmo em pequenas doses, é tóxico.

Os processos modernos de agricultura e de tratamento industrial dos alimentos introduzem em nosso corpo, substâncias que paralisam o instinto alimentar, perturbam a assimilação e bloqueiam a eliminação. Eles enfraquecem pouco a pouco a defesa do organismo. São a causa de vários problemas de saúde e abrem a porta para doenças da civilização: doenças cardiovasculares, câncer, reumatismo, diabete e outras doenças degenerativas bem como doenças mentais – depressão por exemplo. É o grau de vitalidade dos alimentos que conta.

Os alimentos vivos (biogênicos e bioativos) fornecem energia e promovem saúde ao corpo, enquanto os alimentos bioestáticos e biocídios tiram a energia dele. Consumidos em grande quantidade, os alimentos cuja força vital foi destruída fazem o organismo trabalhar muito para se desintoxicar e mobilizam durante horas o sistema imunológico.

Pouco a pouco, de tanto nos estimularmos artificialmente, descarregamos nossa bateria de energia vital e ficamos vulneráveis física, emocional e mentalmente.

SUGESTÕES DE LIVROS E FILMES

Livros

- * Mulheres que correm com os lobos.
- * Meninas boazinhas vão para o céu, as más vão à luta.

Filmes

- * Maria Madalena
- * Que horas ela volta?
- * Histórias cruzadas
- * Estrelas além do tempo
- * As sufragistas
- * Frida
- * O sorriso de Monalisa
- * Thelma e Louise

Referências Bibliográficas

Documento Capitular do Sexênio de 2021-2026 e Texto Base do V Seminário da CIIC.

Cartas encíclicas Papa Francisco. Frateli Tutti, Evangelium Gaudium, Laudato Si

TCC de Ir. Daiane dos Santos.

Revistas da CRB e CLAR – Mulheres da Aurora

CEBI Nacional

Texto Base do V Seminário da CIIC

Pontuações Liége Santin; Sirlei Gasparetto e das Assembleias das Províncias e Assembleia Jurídica da CIIC 2024.

Anotações de aulas dos encontros sobre mulheres.

Centro de Vida Madre Clarice. A estrela nos mostra um novo caminho

A influência da Sociedade patriarcal: V.A. Anais do 10º Salão Internacional de ensino, pesquisa e extensão-Universidade UNIPAMPA, 6 a 8/11/ de 2018.

Revista da CLAR: Mulheres da Alba: Horizonte Inspirador 2022-2025.

Frey Gilvander Moreira. Serviço de Animação Bíblica.

Projeto do CEBI Nacional: Mulheres na História do Povo de Deus.

Marai Larasi, diretora executiva da Imkaan, organização não-governamental feminista negra.

Coalizão de Combate à Violência contra Mulheres, sediadas no Reino Unido.

Equipe de Elaboração: *Equipe Geral da Pastoral*

Correção: *Anna Tomelin*

Diagramação: *Juciani*

Impressão: *Bárbara*



Santa

Paulina

CONGREGAÇÃO DAS IRMÃZINHAS
DA IMACULADA CONCEIÇÃO

