



UNIVERSIDADE D  
COIMBRA

Adriana Loureiro Salgado

**O CAMINHO PARA A IGUALDADE  
A EDUCAÇÃO ENQUANTO MEIO PARA A  
PROMOÇÃO DE RELAÇÕES IGUALITÁRIAS E  
LIVRES DE VIOLÊNCIA**

**Relatório de estágio no âmbito do Mestrado em Educação Social,  
Desenvolvimento e Dinâmicas Locais  
orientado pela Professora Doutora Cristina Maria Coimbra Vieira e  
apresentado à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da  
Universidade de Coimbra.**

Julho de 2021

## **Agradecimentos**

Terminados cinco anos de aprendizagens, partilhas e crescimento pessoal e profissional, resta agradecer a todas as pessoas que fizeram parte deste percurso e que contribuíram para que chegasse aqui.

À Professora Doutora Cristina Vieira, Orientadora de Estágio, por todo o apoio, disponibilidade, confiança e por acreditar nas minhas capacidades.

A toda a equipa do Graal, mas sobretudo à Dra. Rute Castela e à Dra. Ana Costa, por me terem acolhido e por partilharem conhecimentos que contribuíram para o meu desenvolvimento.

A todas as pessoas com quem me cruzei nos projetos de que fiz parte, por me ensinarem sempre um pouco mais.

Aos meus pais, pelo apoio, incentivo e amor incondicional. Sem eles não me tinha sido possível chegar até aqui.

Às minhas primas, por me acompanharem nesta jornada, pelas conversas e por me ouvirem falar de todo o trabalho desempenhado.

À Guida, por tornar este percurso tão marcante, pela amizade, carinho e por ser um pilar destes 5 anos.

À Cátia, por ter sido companheira desta jornada, por todo o apoio e paciência.

Às minhas afilhadas, Raquel e Helena, por terem confiado em mim, por me ouvirem e por terem abrilhantado ainda mais este percurso.

À Carolina, por estar presente desde o início e por acreditar incondicionalmente em mim.

À Sofia, por todas as conversas, confiança e ajuda.

A todas as minhas colegas de casa, por tornarem a Favela um lugar especial. Obrigada por todos os almoços e jantares, por todas as novelas que vimos em conjunto e por todos os serões a conversar.

A todas as minhas amigas e amigos por fazerem parte da minha vida e por me aquecerem o coração.

Um obrigada gigante, que nunca será suficiente!

## **Resumo**

Este relatório resulta de um período de estágio curricular que decorreu durante sete meses, entre outubro de 2020 e maio de 2021, na Organização Não-Governamental para o Desenvolvimento Graal, no âmbito do Mestrado em Educação Social, Desenvolvimento e Dinâmicas Locais, da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

O Graal é uma organização de cariz internacional que atua na promoção dos direitos humanos, sobretudo no que diz respeito à igualdade de género. Ao mesmo tempo, procura sensibilizar e consciencializar para a problemática da violência no namoro, junto da comunidade mais jovem.

O presente relatório retrata os diversos temas que fundamentaram o nosso estágio e as atividades realizadas.

Numa primeira parte, apresentamos a entidade que nos acolheu. De seguida, fazemos uma abordagem sobre as temáticas da igualdade de género e da violência no namoro. Posteriormente, apresentamos o nosso Projeto de Estágio e as atividades que desenvolvemos, seguindo-se a isto a Descrição das Atividades em que colaboramos. O último ponto deste relatório diz respeito à avaliação do nosso estágio, tendo uma componente destinada à heteroavaliação e outra à autoavaliação.

Este percurso permitiu-nos adquirir e aperfeiçoar conhecimentos e competências tanto nível pessoal como futura profissional na área da Educação Social, do Desenvolvimento e das Dinâmicas Locais. Tornou ainda possível que adquiríssemos uma visão integrada do funcionamento da comunidade e que tomássemos consciência da importância do trabalho em rede, entre entidades, para a resolução de problemas sociais.

**Palavras-chave:** Igualdade de Género; Violência no Namoro; Educação formal e não formal; Campanhas de sensibilização; Relações igualitárias e livres de violência.

## **Abstract**

This report is the result of a curricular internship period that took place for seven months, between October, 2020, and May, 2021, at the Non-Governmental Organization for Grail Development, within the scope of the Master in Social Education, Development and Local Dynamics, of the Faculty of Psychology and Educational Sciences of the University of Coimbra.

The Grail is an international organization that works to promote human rights, especially regarding gender equality. At the same time, it aims to sensitize and raise awareness of the issue of dating violence in the younger community.

This report portrays the various themes that supported our internship and the activities carried out.

In the first part, we present the entity that welcomed us. Then, we approach the themes of gender equality and dating violence. Afterwards, we present our Internship Project and the activities we developed, followed by the Description of the Activities in which we collaborate. The last point of this report concerns the evaluation of our internship, with a component destined to hetero-evaluation and another to self-evaluation.

This path allowed us to acquire and improve knowledge and skills at both a personal and future professional level in the area of Social Education, Development and Local Dynamics. It was also possible for us to acquire an integrated vision of how the community works and we became more aware of the importance of networking, between entities, for solving social problems.

**Keywords:** Gender Equality; Dating violence; Formal and nonformal education; Awareness campaigns; Egalitarian and Violence free relationships.

## Índice

<b>Introdução.....</b>	<b>10</b>
<b>CAPÍTULO I- Enquadramento Institucional .....</b>	<b>11</b>
Introdução.....	12
1.1 Caraterização Física .....	12
1.2 A ONGD Graal.....	14
1.3 Projetos.....	17
Conclusão .....	25
<b>CAPÍTULO II- Enquadramento Teórico .....</b>	<b>26</b>
Introdução.....	27
2.1 O (invisível) papel das mulheres na sociedade .....	27
2.2 Lutas de mulheres no mundo.....	28
2.3 Lutas de mulheres - o caso português .....	30
2.4 Igualdade de género.....	33
2.5 O fenómeno da violência.....	40
2.6 Violência de género.....	41
2.7 Violência no namoro .....	42
Conclusão .....	45
<b>CAPÍTULO III- Projeto de Estágio.....</b>	<b>46</b>
Introdução.....	47
3.1 Descrição do projeto.....	47
3.2 Objetivos de estágio .....	48
3.3 Avaliação.....	50

3.4 Atividades propostas .....	50
a) Questionário sobre o impacto das desigualdades de género na vida das raparigas e mulheres.....	51
b) Ciclo de <i>Webinars</i> - “Violência no Namoro- Prevenir para não remediar” .....	58
Conclusão .....	62
<b>CAPÍTULO IV- Descrição das Atividades .....</b>	<b>64</b>
Introdução.....	65
I- Projeto “(n)amor2 Por relações igualitárias e livres de violência” .....	66
II- Projeto “LigAções: Organizações da sociedade civil em reflexão e ação sobre as assimetrias do território” .....	83
III- Projeto “Banco de Tempo” .....	85
IV- Projeto “+roda das Raparigas (3.0)” .....	86
V- Atividades complementares .....	89
Conclusão .....	90
<b>CAPÍTULO V- Avaliação do Estágio Curricular .....</b>	<b>92</b>
Introdução.....	93
5.1 Heteroavaliação- Orientadora Local .....	93
5.2 Autoavaliação .....	96
Considerações Finais .....	98
Referências Bibliográficas .....	101
Apêndices .....	106
Anexos.....	117

## **Índice de figuras, tabelas, gráficos, questionários, apêndices e anexos**

### **CAPÍTULO I- Enquadramento Institucional**

Figura 1. Casa da Esquina .....	13
Figura 2. Localização Geográfica da Casa da Esquina .....	13
Figura 3. Logótipo do Graal .....	14
Figura 4. Logótipo do Projeto “(n)amor2 Por relações igualitárias e livres de violência” .....	19
Figura 5. Logótipo do Projeto "namorarte+" .....	20
Figura 6. Logótipo do Projeto "LigAções: Organizações da sociedade civil em reflexão e ação sobre as assimetrias do território " .....	22
Figura 7. Logótipo do Projeto "+roda das raparigas" .....	23
Figura 8. Logótipo do Projeto "Banco de Tempo" .....	24

### **CAPÍTULO III-Projeto de Estágio**

Tabela 1. Cronograma anual de atividades .....	51
Gráfico 1. Distribuição da autorização para utilização de testemunhos.....	53
Gráfico 2. Distribuição das idades .....	53
Gráfico 3. Distribuição das percentagens de mulheres que já ouviram comentários inapropriados .....	54
Gráfico 4. Distribuição dos contextos em que ocorrem esses comentários .....	54
Gráfico 5. Distribuição das percentagens relativas ao facto das mulheres já se terem sentido injustiçadas numa relação íntima .....	56

### **CAPÍTULO V- Avaliação do Estágio Curricular**

Questionário 1. Questionário de avaliação do desempenho da estagiária.....	94
Questionário 2. Grelha de avaliação de competências transversais para os estágios curriculares da FPCE-UC.....	95

### **Apêndices**

Apêndice I- Questionário sobre Desigualdades de Género .....	107
--	-----

Apêndice II- Inscrição: Ciclo de <i>Webinars</i> -“Violência no Namoro: Prevenir para não remediar- 1- Contextos formais” .....	108
Apêndice III- Inscrição: Ciclo de <i>Webinars</i> - “Violência no Namoro- Prevenir para não remediar- 2- Contextos Não formais” .....	109
Apêndice IV- Cartaz: Ciclo de <i>Webinars</i> - “Violência no Namoro: Prevenir para não remediar- 1- Contextos formais” .....	110
Apêndice V- Cartaz: Ciclo de <i>Webinars</i> - “Violência no Namoro- Prevenir para não remediar- 2- Contextos Não formais”.....	111
Apêndice VI- Cartaz apresentação da/as orador/as: Ciclo de <i>Webinars</i> - “Violência no Namoro: Prevenir para não remediar- 1- Contextos formais”.....	111
Apêndice VII- Cartaz apresentação da/as orador/as: Ciclo de <i>Webinars</i> - “Violência no Namoro- Prevenir para não remediar- 2- Contextos Não formais” .....	112
Apêndice VIII- Questionário de avaliação: Ciclo de <i>Webinars</i> - “Violência no Namoro: Prevenir para não remediar- 1- Contextos formais” .....	113
Apêndice IX- Questionário de avaliação: Ciclo de <i>Webinars</i> - “Violência no Namoro- Prevenir para não remediar- 2- Contextos Não formais”.....	114
Apêndice X- Cartaz “Os Movimentos sufragistas de mulheres no Brasil, no início do século XX” .....	115
Apêndice XI- Cartaz “Conhecimento crítico de matriz qualitativa em estudos sobre as Mulheres, de Género e Feministas” .....	116

## **Anexos**

Anexo I- Imagem referente à campanha “Avós da Razão” .....	118
Anexo II- Repositório.....	118
Anexo III- Exemplo de um questionário de avaliação das atividades .....	119
Anexo IV- Imagem exemplo: Campanha Micromachismos .....	120
Anexo V- <i>Post</i> S. Valentim.....	120

## **Siglas e abreviaturas**

APAV- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima;

APEM- Associação Portuguesa de Estudos sobre as Mulheres.

AR- Assembleia da República;

CEDAW- Convenção para Eliminação de Todas as Formas de Discriminação sobre as Mulheres;

CES- Conselho Económico e Social;

CESIS- Centro de Estudos para a Intervenção Social;

CIG- Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género;

CIM- Comissão Interamericana sobre as Mulheres;

CITE- Comissão para a Igualdade no Trabalho e no Emprego;

CNAL- Conferência Nacional de Apostolado de Leigos;

CNMP- Conselho Nacional das Mulheres Portuguesas;

CSW- Commission on the Status of Women;

DST- Doenças Sexualmente Transmissíveis;

ECO- Encontro com o outro;

EIGE- Gender Equality Index

GIRA- Gerar Iniciativas e Realidades Alternativas;

MAP- Mozambique and Angola Project;

MGF- Mutilação Genital Feminina;

ODS- Objetivos de Desenvolvimento Sustentável;

OEA- Organização dos Estados Americanos;

OMS- Organização Mundial de Saúde;

ONGD- Organização Não- Governamental para o Desenvolvimento;

ONU- Organização das Nações Unidas;

PAR- Plataforma de Apoio aos Refugiados;

PpDM- Plataforma para os Direitos das Mulheres;

RAAC- Rede de Ação e Aprendizagem sobre o Género;

UE- União Europeia;

UFER- Movimento Internacional pela União Fraternal entre Raças e Povos;

UMAR- União de Mulheres Alternativas e Resposta;

UOI- Unidade de Observação e Intervenção.

## Introdução

O presente Relatório de Estágio insere-se no âmbito do estágio curricular do Mestrado em Educação Social, Desenvolvimento e Dinâmicas Locais, da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

O nosso estágio decorreu na Associação Internacional Graal, mais especificamente na equipa de Coimbra, entre outubro de 2020 e maio de 2021, durante quatro dias semanais. Um dos dias da semana, por norma a sexta, era reservado para o Seminário de Orientação e Acompanhamento.

As áreas da Educação Social, do Desenvolvimento e das Dinâmicas Locais são o foco do nosso Mestrado, contudo o interesse maior recaiu sobre a área da Educação Social, por acreditarmos que, apesar de todas as áreas apresentarem desafios específicos, a Educação Social obriga-nos a desenvolver competências mais humanas e empáticas, dado que lidamos com públicos vulneráveis e em risco de exclusão social. Este interesse apareceu aquando no nosso terceiro ano da Licenciatura em Ciências da Educação realizamos uma Unidade de Observação e Intervenção (UOI) na associação Existências, em contexto de prostituição e de toxicodependência.

Escolhemos para título deste documento *“O caminho para a Igualdade: A Educação enquanto meio para a promoção de relações igualitárias e livres de violência”*, por acreditarmos que a educação é a chave para qualquer mudança no mundo. A educação, através das suas múltiplas ferramentas de sensibilização e consciencialização torna-nos capazes de analisar as problemáticas que nos rodeiam e dá-nos as bases para atuar sobre elas, tornando o mundo num lugar mais justo e inclusivo.

Este relatório encontra-se dividido em cinco capítulos: Capítulo I, que se refere ao Enquadramento Institucional, onde apresentamos uma breve contextualização geográfica e caracterizamos a entidade que nos acolheu; Capítulo II, que diz respeito ao Enquadramento Teórico, onde exploramos as temáticas da igualdade de género e da violência no namoro; o Capítulo III é referente ao projeto de estágio que desenvolvemos; no Capítulo IV descrevemos as atividades em que colaboramos ao longo do estágio curricular, incluindo os objetivos e avaliação destas; e no Capítulo V fazemos a avaliação do estágio curricular, apresentando a auto e heteroavaliação.

# **CAPÍTULO I**

## **Enquadramento Institucional**

## **Introdução**

Para o último ano de Mestrado é esperado que os alunos e as alunas apliquem os conhecimentos adquiridos ao longo do seu percurso de formação. Esta tarefa pode ser concretizada através da elaboração de uma dissertação, desenvolvendo uma investigação sobre um determinado tema, ou através de um estágio curricular, que implica um contacto permanente e prolongado com a entidade eleita.

Desta forma, o nosso interesse recaiu sobre a segunda opção, uma vez que pretendíamos desenvolver novos conhecimentos num meio mais prático, aplicando aprendizagens e competências, adquiridas ao longo da formação académica, através do nosso envolvimento nas atividades e rotinas de uma instituição.

Relativamente ao local onde iríamos desenvolver este desafio, foi, inicialmente, feito um levantamento de ideias e sugestões, sendo que o mais apreciado foi o Graal, uma associação de carácter nacional e internacional. Foi-nos possibilitada a oportunidade de participar numa oficina artística antes de iniciarmos a etapa do estágio curricular, o que nos despertou ainda mais interesse em integrar a equipa da associação.

Assim, após um breve conhecimento sobre as atividades e formas de intervenção que esta associação desenvolve - e incluindo a participação presencial numa das suas oficinas artísticas - a escolha foi tomada, levando-nos a abraçar este desafio de aprendizagem. O trabalho que fazem junto das e dos jovens foi algo que nos prendeu o interesse, fazendo-nos acreditar que esta seria uma mais valia, e potenciando o nosso crescimento enquanto pessoa, rapariga, estagiária e futura profissional.

Este estágio foi realizado entre outubro de 2010 e maio de 2021.

Feita esta parte introdutória e de modo a entender a intervenção que a entidade acolhedora faz na comunidade, importa agora conhecer de forma mais detalhada a sua história e caracterização.

### **1.1 Caracterização Física**

O Graal é, em Portugal, uma Associação - Social e Cultural - sem fins lucrativos, reconhecida como Pessoa Coletiva de Utilidade Pública. Tem estatuto de ONGD (Organização Não-Governamental para o Desenvolvimento) e Centros em 3 cidades.

Neste ponto específico, abordaremos apenas o Graal de Coimbra, local onde foi realizado o nosso estágio curricular.

Em Coimbra, o Graal está sediado na Casa da Esquina (Figura 1)<sup>1</sup> e conta com uma equipa dinâmica e pró-ativa, preocupada com as questões que dizem respeito à promoção da igualdade de género e dos direitos das mulheres e ao combate de relações abusivas. Durante o período do nosso estágio faziam parte desta equipa Ana Costa, Rute Castela, e Margarida Augusto, sendo que esta última esteve a realizar um estágio profissional até fevereiro de 2021. Participou nas atividades, durante um curto período de tempo, a colega Maria João Dias, aluna da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, que realizou connosco uma UOI.

Relativamente à localização da sede do Graal, encontramos a Casa da Esquina na Rua Aires de Campos, nº6, 3000-014 (Figura 2)<sup>2</sup>. Este espaço procura ser um marco na rede cultural e artística, com o objetivo de cruzar conhecimentos, experiências e projetos das mais diversas áreas.



Figura 1. Casa da Esquina

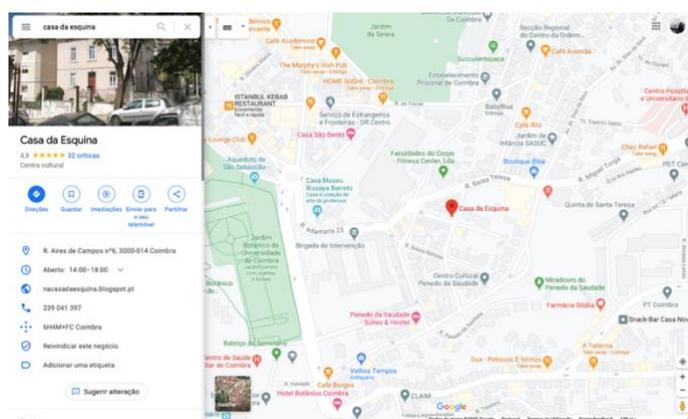


Figura 2. Localização Geográfica da Casa da Esquina

Apresentada a sede do Graal em Coimbra e a sua respetiva localização, é fundamental abordar, de forma mais detalhada, a entidade mencionada e o seu trabalho enquanto ONGD.

---

<sup>1</sup> A imagem da Fig.1 foi retirada do seguinte site: <http://nacasadaesquina.blogspot.com/p/sobre.html>. Acedido a 6 de novembro de 2020.

<sup>2</sup> A imagem da Fig. 2 foi retirada do Google Maps, disponível em: <https://www.google.com/maps/place/Casa+da+Esquina/@40.206173,-8.4186697,17z/data=!3m1!4m5!3m4!1s0xd22f99fda476fb5:0x1cdd62e590e6ac72!8m2!3d40.206173!4d-8.416481?hl=pt-PT>. Acedido a 6 de novembro de 2020.

## 1.2 A ONGD Graal



Figura 3. Logótipo do Graal

O Graal (Figura 3) <sup>3</sup> tem como princípio estruturante o combate às desigualdades entre mulheres e homens. As mulheres continuam a ter um acesso dificultado a diversas esferas, a salários iguais, à “voz” no espaço público, aos cargos de chefia, entre outros exemplos. Continua a ser atribuído às mulheres o papel de mãe, de donas de casa, de (boas) esposas, delicadas e recatadas, no seguimento de estereótipos tradicionais, que vão passando de geração para geração.

O Graal define-se como um movimento internacional de mulheres, de inspiração Cristã, que propõe uma cultura baseada no cuidado, lutando por um mundo mais justo e igualitário. Neste sentido, procura incentivar e promover a participação das mulheres na vida social e cívica.

O nome deste movimento é inspirado na lenda medieval europeia, que fala sobre a demanda do Santo Graal. Este movimento inspirou-se nesta lenda pois, aquilo que se pretende é que as pessoas estejam numa contínua busca, dando atenção aos sinais dos tempos e aos modos de dar resposta em cada momento e cada lugar.

### 1.2.1 O Graal a nível Internacional

A título internacional, o Graal surge pela primeira vez em 1921, num momento da história após a Iª Guerra Mundial, na Holanda. Este foi um período marcado por grandes mudanças. Ainda que a Holanda fosse regida segundo uma democracia parlamentar desde 1848, havia ainda muito a mudar, sobretudo no que diz respeito às mulheres e aos seus direitos. Por sua vez, estas aos poucos iam entrando e ganhando poder na sociedade. Começaram por sair de casa para trabalhar, estudar e exercer profissões liberais. Esta emancipação permitiu que em 1919 lhes fosse dado o direito ao voto. Tudo isto criou condições para que os movimentos como

---

<sup>3</sup> Imagem retirada do site oficial: <http://www.graal.org.pt/pt/entrada>. Acedido a 6 de novembro de 2020.

o Graal alargassem a sua influência e continuassem a trabalhar e a lutar em prol dos direitos das mulheres.

O Graal não se fixou só na Europa. Aos poucos, principalmente pelas dificuldades sentidas na Europa antes e durante a II Guerra Mundial, o movimento estendeu-se um pouco por todo o mundo, desde a Austrália, em 1936, até aos Estados Unidos, em 1942, passando pela África do Sul e também pelo Brasil, em 1951. Com esta expansão e enraizamento em todos os continentes, o Graal tornou-se um movimento internacional de mulheres. Atualmente encontra-se em 22 países: África do Sul, Alemanha, Austrália, Bélgica, Brasil, Canadá, Estados Unidos, Filipinas, Holanda, Índia, Itália, México, Moçambique, Papua Nova Guiné, Portugal, Uganda, Suécia, Tanzânia, Quênia, incluindo países emergentes como Angola, Equador e Paraguai.

O trabalho deste movimento é feito de múltiplas formas, tendo em atenção as realidades e necessidades de cada país, bem como as competências das mulheres que são atraídas pelo movimento. No entanto, procura ter sempre por base aquilo que é a sua ação, promovendo a “qualidade de vida e a construção de uma sociedade que reconhece, em palavras e ações, a dignidade de todos os seres humanos e o valor de toda a criação”<sup>4</sup>.

A nível internacional, o Graal assume um lugar no Conselho Económico e Social da Organização das Nações Unidas e é membro fundador da UFER - Movimento Internacional pela União Fraterna entre Raças e Povos.

### 1.2.2 Graal em Portugal

*“Sem conhecidos, sem amigos, sem mobília, sem projectos bem definidos... Foi um salto no desconhecido que exigiu de cada uma de nós talentos e capacidades que nunca sonháramos ter.”<sup>5</sup>*

Esta é a frase que melhor define o aparecimento do Graal em Portugal. Uma associação que começou do zero e que acabou por se tornar numa referência.

---

<sup>4</sup> Informação retirada do site oficial do Graal, possível de encontrar em: <http://www.graal.org.pt/pt/graal/internacional>. Acedido a 11 de novembro de 2020.

<sup>5</sup> Frase retirada do site oficial do Graal, possível de encontrar em: <http://www.graal.org.pt/pt/graal/em-portugal>. Acedido a 11 de novembro de 2020.

É em 1957 que o Graal chega a território português, pela mão de Maria de Lourdes Pintasilgo e Teresa Santa Clara Gomes. Quatro anos depois, em 1961 partem para Coimbra e Portalegre as duas primeiras equipas “oficiais”.

Ao longos dos seus anos de experiência, este movimento tem tentando dar às mulheres e à sociedade condições de valorização e educação, com o objetivo de serem desenvolvidas as suas competências pessoais e sociais, de análise crítica e de mobilização para uma intervenção transformadora. De maneira a que estes objetivos sejam concretizados, o Graal promove e dinamiza ações e projetos que dão foco à igualdade de oportunidades entre mulheres e homens, ao empoderamento feminino, à luta contra qualquer tipo de discriminação, à educação para uma sociedade multicultural e para a cidadania planetária, à reflexão sobre o desenvolvimento e à cooperação com países africanos de língua oficial.

O Graal apresenta como Linhas Estratégicas de Ação, para os anos correspondentes entre 2018-2022, três pontos cruciais: “Mulheres e Recriação da Cidadania”; “Educação e Cooperação num mundo Local e Global”; e, “Dimensão Espiritual e Diversidade Religiosa”.

Neste sentido, importa analisar cada um destes pontos.

Assim, a linha estratégica intitulada “Mulheres e Recriação da Cidadania”, procura “aprofundar novos contributos sobre os pensamentos e estudos sobre as mulheres; criar condições para reforçar o exercício das lideranças das mulheres e das raparigas; analisar criticamente e desconstruir representações estereotipadas sobre mulheres e homens que apresentam situações assimétricas na sociedade; prevenir e combater a violência, sobretudo a exercida sobre as mulheres e raparigas; facilitar a conciliação entre a vida profissional e as outras esferas da vida, promovendo um questionamento sobre o modo como vivemos e como nos relacionamos; e, por fim, promover a cidadania ativa, que vai além da participação formal de mulheres e homens na democracia” (Site oficial do Graal, 2021).

Numa segunda linha estratégica, é dada ênfase à “Educação e Cooperação num mundo Local e Global”. Assim, pretende-se “promover contextos de reflexão e debate sobre questões da atualidade; construir de forma criativa e participativa, numa dinâmica flexível de cocriação e de liderança partilhada; educar para o sentido de pertença comum à humanidade, reconhecendo o valor das diversas culturas, promovendo o diálogo entre pessoas e grupos étnicos e culturais minoritários; questionar os atuais modelos de desenvolvimento, produção e consumo, bem como a promoção de uma ecologia integral, estimulando assim a emergência a novos estilos de vida que respeitem os limites da natureza e a capacidade regeneradora do

Planeta; e, por último, aprofundar a compreensão e intervenção nas causas estruturais na origem da pobreza e das desigualdades a nível local e mundial” (Site oficial do Graal, 2021)

Relativamente à última estratégia, focada na dimensão espiritual e na diversidade religiosa, os objetivos passam pela “criação de espaços e tempos para a busca espiritual, pelo aprofundamento e estudo das raízes cristãs, bem como pela promoção de debates sobre correntes teológico-bíblicas, de modo a criar um pensamento comum; divulgação e debate do trabalho teológico realizado por mulheres em Portugal e no mundo; aprofundamento de questões e relações ecuménicas, fomentando o diálogo interreligioso através do conhecimento dos contextos das diferentes religiões, estabelecendo com elas um trabalho em rede; e, criação e vivência das celebrações coletivas ao longo do ano, como momento de centralidade da vida e ação do Graal<sup>6</sup>” (Site oficial do Graal, 2021).

Representado em diversos organismos, o Graal em Portugal integra variadas redes municipais e nacionais e plataformas, nomeadamente, a Plataforma das Organizações Não Governamentais para o Desenvolvimento e a Plataforma de Apoio aos Refugiados (PAR). É, também, membro fundador da Plataforma para os Direitos das Mulheres (PpDM), tendo assento no Conselho Consultivo da Comissão para a Igualdade de Género, no Conselho Económico e Social e integra a Conferência Nacional de Apostolado de Leigos (CNAL), da Igreja Católica. Além disto, procura estabelecer parcerias com outras organizações quer de carácter nacional, quer internacional. Em 1977 constituiu-se como Associação de Carácter Social e Cultural, sendo em 1985 reconhecida como Pessoa Coletiva de Utilidade Pública.

É reconhecida como Organização Não Governamental para o Desenvolvimento, pelo Instituto Português de Apoio ao Desenvolvimento, I.P. do Ministério dos Negócios Estrangeiros.

### **1.3 Projetos**

Para que seja possível sensibilizar diversas pessoas e grupos-alvo, e promover na comunidade envolvente a igualdade de género e as relações saudáveis, têm sido dinamizados vários projetos que concretizam este grande objetivo do Graal.

Desta forma, apresentamos de seguida os diversos projetos desenvolvidos, desde o ano 2000, agrupados em cinco grandes temáticas: “Igualdade de Oportunidades entre as Mulheres

---

<sup>6</sup> Todas as informações referentes às Linhas Estratégicas de Ação do Graal foram retiradas do site oficial da associação, disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/graal/linhas-de-acao>. Acedido a 30 de novembro de 2020.

e os Homens”; “Conciliação da vida profissional com outras esferas da vida”; “Banco de Tempo”; “Cooperação com países africanos de Língua Portuguesa”; e, “Diversidade e Diálogo Intercultural e Inter-religioso”.

No que diz respeito à primeira temática enunciada - “Igualdade de Oportunidades entre as Mulheres e os Homens” - encontramos os projetos que pretendem fomentar esta igualdade, sem discriminações ou estereótipos, bem como os que promovem as relações saudáveis, combatendo a violência. Assim, importa referir que projetos fazem parte desta categoria: “(n)amor|Por Relações Igualitárias”; o “Girl Effect”; o “NAMORArte| por relações igualitárias e livres de violência”; o “Roda das Raparigas”; o “Papá dá Licença?”; o “Entra (mais) em Ação pela Igualdade, Contra a Violência no Namoro”; o “Formar para a Igualdade”; o “ECO-Encontro com o Outro”; o “Gerar Alternativas”; o “GIRA - Gerar Iniciativas e Realidades Alternativas”; o “Raízes, Chão e Horizontes”; o “Rede de Ação e Aprendizagem sobre o Género (RAAC)”. Todos os projetos enunciados já estão terminados, no entanto alguns tiveram continuação, como é o caso do “(n)amor2|Por relações igualitárias e livres de violência”, do “namorarte+|Por relações igualitárias e livres de violência”, do “+Roda das Raparigas” e o “Girl Effect”.

A segunda temática, intitulada “Conciliação da vida profissional com outras esferas da vida”, abrange os projetos que problematizam os papéis e responsabilidades, de homens e mulheres, na vida privada e na vida pública.

Foi neste sentido que se desenvolveram projetos (já terminados), como o “Ao par”, o “Centro de Formação e Consultoria”, o “Conciliar Tempos de Vida”, o “Para uma Sociedade Ativa” e o “Trabalho e Família - Responsabilidade Total”.

Relativamente à temática que diz respeito ao “Banco de Tempo”, inserimos os projetos que se voltam para a partilha de tempo entre pessoas.

Desta forma, o “Banco de Tempo” é um sistema de trocas solidárias que permite às pessoas trocarem, em vez de dinheiro, tempo através de práticas de entreajuda. Dentro deste grande projeto encontramos ações como a do “Banco de Tempo - Reforçando Redes Sociais e Comunitárias”; a “Banco de Tempo e Comércio Justo: Reforçando outras economias” e a “Formação e Ação nos Bancos de Tempo”. Este é um projeto que se mantém até à atualidade.

A temática “Cooperação com países africanos de Língua Portuguesa” tem em si projetos como o “MAP - *Mozambique and Angola Project*” e o “Mulheres em Ação”. Estes projetos,

que atualmente não estão a ser dinamizados, deram foco à erradicação da pobreza, à promoção do desenvolvimento sustentável e ao empoderamento das mulheres.

Por fim, a última temática a abordar denomina-se de “Diversidade e Diálogo Intercultural e Inter-religioso”. Nesta área foram desenvolvidos os seguintes projetos já finalizados: “Saudar+”; “Saudar| Saúde, Género e Migrações”; “Sociedade Interativa”; “Vamos Utopiar”; “Vivências de Mulheres Migrantes”. Estas ações foram centradas, sobretudo, na população migrante e pretenderam ser apoios para estas pessoas, no que diz respeito ao acesso a oportunidades e direitos.

Além das ações referidas, importa abordar outras que também já ocorreram. Foi o caso do projeto “SolGaia - Sustentabilidade do Planeta pelo uso da energia solar”, que se voltou essencialmente para as questões da sustentabilidade.

Quanto aos que se desenvolvem atualmente, além dos que são de continuidade - e que já foram anteriormente referidos - temos o “Ligações: Organizações da Sociedade Civil em Reflexão e Ação sobre as Assimetrias do Território”; o “*We Future: Youth Transforming Europe*”; o “Ponto de Encontro: Terraço”.

De todos os projetos enunciados, será feita, de seguida, uma abordagem sobre aqueles em que foi possível intervir durante o período de estágio. Toda a informação foi retirada do site oficial do Graal.

### **a) Projeto “(n)amor2|Por relações igualitárias e livres de violência”**



Figura 4. Logótipo do Projeto “(n)amor2|Por relações igualitárias e livres de violência”

O projeto “(n)amor2|Por relações igualitárias e livres de violência” (Figura 4)<sup>7</sup>, apoiado pela CIG/POISE/Portugal 2020/Fundo Social Europeu, decorre num período de tempo iniciado em janeiro de 2020 e com término previsto em setembro de 2021. É um projeto destinado

---

<sup>7</sup> Logótipo retirado do site oficial, disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/actividade/projecto-a-decorrer/-n-amor-2>. Acedido a 30 de novembro de 2020.

essencialmente à população mais jovem, que procura promover a igualdade de género e prevenir a violência no namoro, desconstruindo, assim, os estereótipos e a normalização da violência no namoro. Este projeto é dinamizado de acordo com metodologias ativas, utilizando a educação de pares e as ferramentas de sensibilização para a promoção de relações mais igualitárias e livres de violência. Chega ao público alvo por meio de uma intervenção direta, através de ações e oficinas de capacitação/sensibilização e campanhas em que os e as jovens são criadores/as e protagonistas. No âmbito deste projeto, foi criado um grupo de trabalho com representantes de Escolas e Organizações da Sociedade Civil, criando e articulando espaços de reflexão, com o objetivo de juntos fazerem uma melhor prevenção primária da violência no namoro.

Em termos de atividades desenvolvidas, podemos enumerar as seguintes: oficinas residenciais de dois dias, para jovens entre os 15 e os 23 anos, tendo como objetivo o desenvolvimento de iniciativas de sensibilização dos seus pares, em relação aos problemas da desigualdade entre raparigas e rapazes e da violência no namoro; oficinas práticas, de 6 horas cada, nas quais os conteúdos abrangidos são trabalhados com o apoio de artistas vocacionadas/os para as temáticas; iniciativas de sensibilização de pares, protagonizadas pelos e pelas jovens que participaram nas Oficinas; rodas de conversa temáticas, com propostas de ação concretas; campanhas de sensibilização com vista ao fomento de relações igualitárias e livres de violência; reuniões com um grupo de trabalho, composto por representantes de diversas organizações envolvidas, com o propósito de criar um documento de reflexão sobre práticas e guias de sinergia autossustentável para o futuro; encontro alargado a atores-chave das áreas da educação, da saúde, da segurança e do poder local, para apresentação e debate dos resultados do grupo de trabalho; e, por fim, dinamização de um evento público final para sensibilizar e informar relativamente ao problema da violência no namoro, com exposição das obras criadas ao longo do projeto.

## **b) Projeto “namorarte+”**



Figura 4. Logótipo do Projeto "namorarte+"

O projeto denominado “namorarte+” (Figura 5)<sup>8</sup> (apoiado também pela CIG/POISE/Portugal 2020) desenvolve-se na Lezíria do Tejo, num período correspondente entre dezembro de 2019 e dezembro de 2021, pretendendo contribuir para prevenir e combater a violência no namoro e promover a igualdade de direitos e oportunidades entre raparigas e rapazes.

Durante o período de realização do projeto (2019-2021), pretende-se fazer um estudo sobre o problema da violência no namoro, seguindo-se uma partilha e discussão dos resultados do diagnóstico, de modo a aprofundar a compreensão desta problemática. Este estudo procurará aprofundar a compreensão das e dos jovens do projeto para o fenómeno da violência no namoro, no sentido de analisar e quantificar a problemática, caracterizando as suas diferentes manifestações.

Os resultados deste estudo serão apresentados num documento sintético e acessível, bem como em sessões de discussão envolvendo jovens e entidades locais, no final do projeto. Além disto, é desenvolvido um trabalho que conta com a colaboração de entidades locais que são responsáveis pela área da juventude/ educação, de forma a potenciar a convergência de esforços no sentido da prevenção e erradicação do problema da violência no namoro. Pretende-se coorganizar um encontro alargado para a partilha de perspetivas e de “boas práticas” na área do combate à violência nas relações. Ademais, o trabalho com os jovens revela-se uma prática crucial. Relativamente a este projeto, prevê-se a capacitação de um grupo composto por 20 jovens para que seja possível desenvolver iniciativas de sensibilização de pares, onde serão dinamizadas quatro sessões, em regime residencial. Este grupo desenvolverá materiais de sensibilização com a orientação de artistas e iniciativas de sensibilização de pares destinadas a um total de 700 jovens. Estas ações procuram alertar para as expressões múltiplas que a violência no namoro pode assumir, para o tamanho e consequências desta problemática. Pretende-se também levar os e as jovens a questionar atitudes e discursos sexistas e de legitimação de comportamentos abusivos nas relações de namoro, dando a conhecer formas e recursos para lidar com o problema. O referencial para a capacitação de jovens na área da violência no namoro, é outra atividade que importa referir, da qual se procura desenvolver e divulgar um recurso técnico-pedagógico que sistematiza as aprendizagens extraídas a partir da

---

<sup>8</sup> Imagem do Logótipo do projeto retirada do site oficial, disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/actividade/projecto-a-decorrer/namorarte+>. Acedido a 30 de novembro de 2020.

experiência do Graal na capacitação de jovens educadores/as de pares nas áreas até então expressas.

### **c) Projeto “LigAções: Organizações da sociedade civil em reflexão e ação sobre as assimetrias do território”**

## LigAções

Figura 5. Logótipo do Projeto "LigAções: Organizações da sociedade civil em reflexão e ação sobre as assimetrias do território "

O “LigAções” (Figura 6)<sup>9</sup>, projeto que decorre entre maio de 2019 e junho de 2021, tem como objetivo principal contribuir para o reforço da cultura democrática e consciência cidadã em Portugal. Dentro deste grande objetivo, pretende-se promover o fortalecimento das organizações da sociedade civil enquanto atores políticos e sensibilizar e mobilizar cidadãs e cidadãos em torno das assimetrias do território nacional.

No âmbito deste projeto, dez organizações provenientes de realidades socioeconómicas diferentes, mais especificamente do Centro do país e da Grande Lisboa, trabalham colaborativamente por um país mais justo e equilibrado. Juntas, procuram aprofundar a compreensão dos problemas das assimetrias territoriais.

O LigAções nasce de uma série de preocupações partilhadas e pela vontade em aprofundar o trabalho em equipa entre o Graal e a Fundação Gonçalo da Silveira (FGS). A esta parceria juntou-se um museu parceiro norueguês: o Østfoldmuseene. É um projeto cofinanciado pelo Programa Cidadãos Ativ@s, componente dos EEA Grants e gerido pela Fundação Calouste Gulbenkian e pela Fundação Bissaya Barreto.

No quadro deste projeto prevê-se o desenvolvimento das seguintes atividades: estruturação de espaços de diálogo entre organizações da mesma região e entre as organizações que intervêm em diferentes territórios; desenvolvimento e divulgação de documentos escritos

---

<sup>9</sup> Imagem retirada do site oficial, disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/actividade/projecto-a-decorrer/ligacoes> . Acedido a 30 de novembro de 2020.

e audiovisuais que sistematizem as perspetivas, recomendações e aprendizagens das organizações envolvidas; e, apresentação e discussão das reflexões e recomendações do grupo em debates públicos, no encontro final do LigAções e no quadro de reuniões com representantes do poder local, com entidades públicas e com órgãos de comunicação social.

#### **d) Projeto “+roda das raparigas”**



Figura 6. Logótipo do Projeto "+roda das raparigas"

O “+roda das raparigas” (Figura 7)<sup>10</sup> é um outro projeto de continuidade. Envolve raparigas de Portugal Continental e da ilha da Madeira. É um espaço de reflexão e partilha de ideias e testemunhos sobre a condição das raparigas e mulheres em Portugal e no mundo. Pretende reforçar a capacitação das raparigas para a promoção da igualdade de género e prevenir a violência de género. Para isto, este projeto tem como atividades o encontro de sensibilização de vinte jovens raparigas sobre temáticas da igualdade de género, da Comissão para o Estatuto das Mulheres (CSW- *Commission on the Status of Women*) da Organização das Nações Unidas (ONU); uma oficina residencial de capacitação de vinte jovens e quatro técnicas do continente e da ilha da Madeira, durante uma semana. As temáticas envolvidas focam a igualdade de género, a violência de género, a mutilação genital feminina, a liderança e participação na esfera pública das mulheres e raparigas, os objetivos de desenvolvimento sustentável (ODS), a CSW, entre outras entidades e desafios nacionais e internacionais; o encontro com o testemunho da participante que esteve presente na sessão do CSW desse ano.

Com este projeto, de uma forma mais específica, há uma promoção do conhecimento mútuo e a partilha de experiências entre raparigas que estão ou estiveram envolvidas noutros projetos dinamizados pelo Graal; um aprofundamento da reflexão e aprendizagem sobre várias temáticas relacionadas com a igualdade de oportunidades e direitos entre homens e mulheres,

---

<sup>10</sup> Logótipo retirado do site oficial, disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/actividade/projecto-a-decorrer/-roda-das-raparigas> . Acedido a 30 de novembro de 2020.

prevenindo a violência de género; um estímulo à apropriação de metodologias participativas de sensibilização entre pares; uma promoção do desenvolvimento de competências de liderança; e, a preparação e avaliação no que diz respeito à participação das jovens portuguesas na sessão da Comissão para o Estatuto das Mulheres da Organização das Nações Unidas.

### e) Projeto “Banco de Tempo”



Figura 7. Logótipo do Projeto "Banco de Tempo"

O último projeto a descrever é o “Banco de Tempo” (Figura 8)<sup>11</sup>, que é um sistema de organização de trocas solidárias (a nível local). Promove o encontro entre a oferta e a procura de serviços disponibilizados pelos seus membros (por exemplo, pequenas reparações domésticas, aulas de inglês, de informática, companhia para ir a serviços médicos, ajuda em assuntos burocráticos, entre outros). Funciona como um banco em que o que se troca não é dinheiro, mas sim o tempo. Procura apoiar a família e a conciliação entre a vida profissional e familiar, através da oferta de soluções práticas de organização da vida quotidiana; reforçar redes de apoio, diminuindo a solidão e promovendo o sentido de comunidade e vizinhança; promover a colaboração entre pessoas de diferentes gerações e origens; contribuir para a construção de uma cultura de solidariedade e de relações sociais mais humanas e igualitárias; valorizar o tempo e o cuidado dos outros; e, estimular os talentos e promover o reconhecimento das capacidades de cada uma e cada um. É um projeto que dura desde 2002 e que conta com o apoio do Graal a nível nacional, autofinanciando-se também a nível local.

Em termos de atividades, este projeto conta com o apoio à constituição de novas agências do Banco de Tempo; com a realização de formação inicial destinada a pessoas individuais e a entidades ou organizações interessadas em abrir uma nova agência; a realização de formação contínua destinada a coordenadores e coordenadoras e colaboradores e colaboradoras das várias agências do Banco de Tempo; a edição bianual da newsletter “Trocar

---

<sup>11</sup> Logótipo retirado do site oficial, disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/actividade/projecto-a-decorrer/banco-de-tempo>. Acedido a 30 de novembro de 2020.

Notícias”; as apresentações públicas (conferências, fóruns, programas televisivos, seminários); a organização de encontros internacionais.

Devido à pandemia Covid-19 que atravessamos desde março de 2020, a maioria destes projetos passou a funcionar por via online, sendo estes encontros feitos na plataforma zoom.

## **Conclusão**

Como foi possível constatar, o Graal desempenha um papel fundamental junto da comunidade. Os seus projetos são uma mais valia para educar jovens no sentido de uma sociedade mais justa, igualitária, empática, aproximando, em várias atividades desenvolvidas, gerações.

As atividades dinâmicas e interativas aproximam as e os jovens e com isto, a associação consegue cumprir o seu objetivo de sensibilização para uma cultura de cuidado e promoção de relações saudáveis.

Importa frisar que, desde o início deste estágio curricular nos sentimos acolhidas por toda a equipa e pelas pessoas que participavam nos diversos projetos e atividades. O apoio, a integração e a energia de toda a gente permitiu que nos sentíssemos parte integrante da equipa.

Ao longo destes meses foi possível adquirir múltiplos conhecimentos, sobretudo no que diz respeito ao papel das mulheres na sociedade e ao fenómeno mundial da violência.

No capítulo seguinte será feito um enquadramento teórico sobre a situação das mulheres no mundo, as suas lutas e os seus direitos, e sobre a violência no geral e, mais especificamente, sobre a violência no namoro.

# **Capítulo II**

## **Enquadramento Teórico**

## **Introdução**

Neste segundo ponto abordamos as temáticas que fundamentam e sustentam o projeto de estágio realizado, indo ao encontro do trabalho que o Graal desenvolve junto da comunidade.

A igualdade de género e a violência no namoro são temas que devem ser explorados e vistos como problemas de toda a comunidade, sendo por isso necessário sensibilizar as pessoas para eles.

Dividimos este capítulo em dois temas centrais: um primeiro onde abordamos o papel das mulheres e a luta pelos seus direitos, até chegarmos à igualdade de género; e um outro onde abordamos o fenómeno da violência, dando ênfase à violência no namoro.

### **2.1 O (invisível) papel das mulheres na sociedade**

O papel das mulheres tem vindo a alterar-se ao longo dos tempos e não podemos dizer que todos os países tenham já alcançado o mesmo nível de progresso nesta matéria (EIGE, 2019). Muito se tem feito para o papel das mulheres ser fortemente reconhecido e os seus direitos humanos, que são inalienáveis, serem respeitados, no entanto ainda há um longo percurso a percorrer.

Segundo o Manual de Formação de Formadores/as em Igualdade de Oportunidade entre Mulheres e Homens, redigido pela CITE (Comissão para a Igualdade no Trabalho e no Emprego), a “abordagem histórica tradicional pouco se ocupa das mulheres. Uma tal ausência de protagonismo induz a ideia da limitada relevância que as mulheres teriam tido, face aos homens, no percurso da humanidade” (2003, p. 64).

Sem voz e sem lugar na sociedade, as mulheres vivem há anos na sombra de um mundo pensado e preparado para homens. Frequentemente, associava-se a mulher à natureza e o homem à cultura. Esta associação explica os papéis que cada sexo assumia numa sociedade. As mulheres eram comparadas à natureza, dada a sua identificação com a própria terra, fertilizada e modificada pelo homem. Eram vistas como seres de pouca criatividade e com racionalidade limitada, destinadas unicamente ao cumprimento da sua finalidade biológica, que seria apenas “dar à luz”. Esta submissão, imposta durante vários anos, tem conferido um estatuto de inferioridade ao sexo feminino a vários níveis, dando supremacia ao sexo masculino.

Ao longo dos anos, mas sobretudo até ao final do século XIX, o papel da mulher era bastante limitado (Vieira, 2002). À mulher eram impostos os papéis de boa esposa, boa mãe,

boa dona de casa, recatada e cuidadora, sem qualquer tipo de voz ou lugar na sociedade. A fuga a este padrão não era socialmente aceite e, por isso, a ousadia de o quebrar era escassa.

Relativamente aos homens, estes saíam de casa e assumiam-se como o provedor da família, sendo-lhes atribuído o título de chefes de família. Eram vistos como fortes, detentores do pensamento e razão, dando-lhes uma certa autoridade.

Para além de todas as imposições destinadas às mulheres, estas acumulavam outro tipo de tarefas laborais, no entanto como estavam sempre dependentes da boa vontade do marido para o exercício destas atividades, não eram devidamente reconhecidas.

Contudo, de acordo com o estudo feito pela CITE e publicado no Manual de Formação de Formadores/as em Igualdade entre Mulheres e Homens, atrás citado, percebemos que esta realidade nem sempre foi assim.

Na pré-história as mulheres eram tidas como seres de grande valor. Acredita-se que a agricultura, atividade que permitiu a sedentarização dos povos, foi inventada pelas mulheres, bem como muitos dos objetos utilizados na época. No entanto, ao longo do tempo, a referência ao pensamento “o homem inventou, o homem criou...” (CITE, 2003, p. 67) apagou a utilidade das mulheres. A partir daqui a imagem da mulher foi sendo associada, então, à submissão e dependência de um homem, sem qualquer tipo de vontade, e excluída da vida social. Esta ideologia, embora remota, deixou marcas que, após anos de lutas contra elas, ainda persistem nos dias de hoje.

## **2.2 Lutas de mulheres no mundo**

Face à invisibilidade das mulheres muitas foram as lutas desencadeadas. Com o objetivo de acabarem com a forma como eram vistas - procriadoras, companheiras e donas de casa - com a sua pesada carga de trabalho doméstico, social, de saúde, na educação e de obrigações sexuais - várias foram as mulheres que lutaram pelo seu reconhecimento e lugar. Importa referir que tantas outras perderam a vida para vermos reconhecidos os direitos que temos atualmente<sup>12</sup>.

As lutas levadas a cabo assumiram contornos distintos, variando conforme os contextos históricos e tendo em conta pontos de vista culturais, sociais, económicos e políticos.

---

<sup>12</sup> Oficializado pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 1975, o dia 8 de março procura lembrar a luta de operárias que trabalhavam em fábricas e que lutavam por melhores condições de trabalho. Vários acontecimentos levaram à criação deste dia, mas aquele que podemos destacar faz referência a um incêndio numa fábrica de Nova York, que matou 129 mulheres. Este número evidencia as péssimas condições em que estas pessoas trabalhavam.

Segundo o Manual de Educação para os Direitos Humanos, redigido por uma equipa do Centro de Direitos Humanos da Faculdade de Direito da Universidade de Coimbra (2013, p. 195), a Revolução Francesa “marca o começo da luta das mulheres no sentido de serem reconhecidas como seres humanos iguais num mundo masculino”. “Esta época constituiu não só o começo do movimento a favor dos direitos civis e políticos das mulheres como também preparou o caminho para o primeiro movimento de mulheres em prol da libertação e igualdade.”

Esteve na base deste movimento Olympe de Gouges - defensora da emancipação da mulher - que escreveu a Declaração dos Direitos da Mulher e da Cidadã, fazendo afronta à Declaração dos Direitos do Homem e do Cidadão. Assim, como muitas outras mulheres, pagou a sua luta na guilhotina.

A criação de grupos de burguesas, que criaram espaços de debate e discussão sobre o seu lugar na sociedade, permitiu abrir caminho para os primeiros grupos feministas. No entanto, importa ressaltar que para além dos espaços literários acessíveis às mulheres burguesas, as mulheres continuavam sem qualquer tipo de visibilidade na esfera pública.

Só a partir de meados do século XIX é que estavam criadas as condições para a emergência de movimentos femininos. Uma minoria de mulheres pertencentes aos círculos literários envolveu-se no debate sobre o lugar e o papel da mulher na sociedade e sobre a forma como intervinham no espaço público. Começaram por questionar a ordem patriarcal e a discriminação sexual, passando a reclamar a sua emancipação económica e política. “A luta do movimento feminista contestava o poder assente na desigualdade sexual, que impunha princípios de exclusão, sujeição e submissão e que se reproduzia na ordem social” (CITE, 2003, p. 79).

Em 1888, numa Assembleia em Washington 66 mulheres americanas e 8 europeias, criam o Conselho Internacional das Mulheres, que pretendia garantir os direitos das mulheres.

Se a Revolução Francesa marca, no final do século anterior, com os seus ideais de “Liberdade, Igualdade e Fraternidade”, o início da propagação de uma luta, nos Estados Unidos da América esta luta foi desencadeada pelo impedimento de as mulheres falarem no movimento anti-esclavagista. O surgimento destes movimentos levou à criação de um conjunto de organizações que procuravam vincar os direitos reivindicados.

De acordo com o Manual de Educação para os Direitos Humanos (2013), o primeiro órgão intergovernamental criado (em 1928, para a região da América Latina) para tratar dos direitos humanos das mulheres foi a Comissão Interamericana sobre as Mulheres (CIM). Foi

também responsável pela elaboração do projeto da Convenção Interamericana sobre a Nacionalidade das Mulheres, adotado pela Organização dos Estados Americanos (OEA), em 1933. Este tratado deu origem a um debate sobre o modo como a região estava a desenvolver a legislação que tratava dos direitos humanos.

Em 1946 é criada a Comissão sobre o Estatuto da Mulher da Organização das Nações Unidas, com o objetivo de promover os direitos das mulheres em todo o mundo, tendo procurado promover a inclusão explícita destes direitos na Declaração Universal dos Direitos Humanos.

Apesar de todos os avanços e da contribuição das mulheres em diversos aspetos da esfera pública, a atenção dada aos seus problemas continuava a ser mínima. A distinção outrora tinha sido tão neutralizada que, mesmo depois de todas as lutas, continuavam a existir discriminações.

Só nos anos 70 do século XX é que a desigualdade em muitas áreas da vida, a pobreza entre mulheres e a discriminação contra meninas levou as Nações Unidas a iniciar a Década para as Mulheres das Nações Unidas: Igualdade, Desenvolvimento e Paz (de 1976 a 1985). Em 1979, assiste-se à adoção da Convenção sobre a Eliminação de todas as Formas de Discriminação contra as Mulheres (CEDAW).

Por fim, importa ainda abordar a Plataforma de Ação de Pequim, que resulta de um congresso mundial que ocorreu nesta cidade da China, em 1995. Esta constitui o programa mais completo sobre os direitos humanos das mulheres, com um diagnóstico global da situação das mulheres e um exame às políticas, estratégias e medidas para a promoção dos direitos em todo o mundo. Foca doze áreas preocupantes: pobreza, educação, saúde, violência, conflitos armados, economia, tomada de decisões, mecanismos institucionais, direitos humanos, meios de informação, ambiente, meninas, sistema institucional e financeiro.

Como se pode constatar, a luta das mulheres teve um alcance mundial, levando à formação de diversos organismos que procuravam garantir o cumprimento dos seus direitos, no entanto, esta luta foi - e é - feita de avanços e recuos (Álvares, Silveirinha & Ferreira, 2020).

### **2.3 Lutas de mulheres - o caso português**

À semelhança do que aconteceu noutras partes do globo, também Portugal se envolveu nesta luta mundial. Com a primeira grande guerra, vem a ideia de um mundo novo, alargado pela luta incessante dos direitos humanos.

Num ambiente caracterizado por um conjunto de movimentos feministas, é criada em 1909 a Liga Republicana das Mulheres Portuguesas, fundada pela médica Adelaide Cabete, a escritora Ana Castro de Osório e a professora Maria Veleda. A ação destas três grandes feministas e das sócias da Liga permitiu importantes alterações no Código Civil, nomeadamente: “novas leis sobre o casamento, baseado na igualdade”; “Aprovação da lei do divórcio, tendo o marido e a mulher os mesmos direitos”. Com a Constituição de 1911, conseguem-se outras vantagens: “a mulher pode aceder à função pública”; “o acesso à escolaridade obrigatória (dos 7 aos 11 anos) abrange os dois sexos” (Rebelo, s/d)

Em 1914, assistiu-se à consolidação do Conselho Nacional das Mulheres Portuguesas (CNMP), fundado também por Adelaide Cabete.

Em 1924 realiza-se o 1º Congresso Feminista e da Educação, composto por dois homens e dez mulheres. Foram apresentadas 25 teses sobre diversas áreas temáticas, destacando-se as seguintes: “reivindicações políticas da mulher portuguesa; a mulher na administração dos municípios; a nacionalidade da mulher casada; a situação da mulher casada nas relações matrimoniais; a mulher como educadora; educação sexual e influência dos espetáculos públicos na educação; assistência educativa à infância desvalida; a influência da mulher na extinção da mendicidade; a assistência e trabalho; proteção à mulher grávida; abolicionismo; luta anti-alcoólica; a mulher naturista” (esquerda.net, 2008)<sup>13</sup>. Quatro anos depois, realiza-se o 2º Congresso, onde se reclama o direito ao voto, à educação, à igualdade jurídica e liberdade de pensamento, no entanto estas são reivindicações que vão perdurar ao longo de todo o século XX.

Percebemos, portanto, que apesar dos diversos avanços, as mulheres continuavam a não ser consideradas cidadãs plenas. O direito ao voto continuava a ser-lhes negado.

A luta por este direito foi difícil de alcançar. Em abril de 1911 foi aprovada a lei que diz “que são eleitores os portugueses maiores de vinte e um anos, compreendidos em duas categorias: que saibam ler e escrever, que sejam chefes de família” (CITE, 2003, p.82). Ora, não sendo explícito o sexo, Carolina Beatriz Ângelo - médica e viúva, e por isso, chefe de família - considera estar abrangida nestes critérios. Vendo-lhe negado esse direito, recorre a tribunal onde é favoravelmente julgada. Assim, a 8 de maio de 1911, acompanhada por Ana Castro Osório e Adelaide Cabete, Carolina Beatriz Ângelo torna-se a primeira mulher

---

<sup>13</sup> Informação retirada do site oficial Esquerda.net, disponível em: <https://www.esquerda.net/dossier/os-80-anos-do-i-congresso-feminista-e-da-educacao-1924-2004/17909>. Acedido a 2 de fevereiro de 2021.

portuguesa a votar. De modo a impedir que tal ato voltasse a acontecer, em 1913 é decretada uma nova lei eleitoral, onde fica explícito que só os cidadãos do sexo masculino, maiores de 21, que soubessem ler, escrever e que residissem em território da República Portuguesa, podiam votar.

### **2.3.1 O fascismo e o retrocesso dos direitos**

A 28 de maio de 1926 é instaurada em Portugal uma ditadura militar, que resultaria em 48 anos de Fascismo. Este foi um longo tempo de censura e repressão sobre quem lutava por melhores condições de vida e trabalho. Difundindo a trilogia “Deus, Pátria, Família”, o fascismo vinculou a ideia de que o trabalho dentro de casa pertencia às mulheres, empurrando-as para fora do espaço público. Competia-lhes transmitir os valores, o culto do chefe e o nacionalismo. De maneira a instrumentalizá-las, o regime criou organizações que zelavam pela formação das raparigas, educando-as moralmente, civicamente, fisicamente e socialmente. Muitas profissões foram vedadas ao sexo feminino, enfermeiras e hospedeiras eram proibidas de casar ou de serem mães solteiras e as professoras e telefonistas tinham de pedir autorização para casar. As operárias estavam sujeitas a inúmeras horas de trabalho, sem descanso, em troca de salários de miséria (em média ganhavam menos 40% do que os homens).

Os maridos tinham permissão para legalmente proibirem as mulheres de trabalharem fora de casa. De uma forma geral, o papel da mulher estava cingido à procriação e ao respeito à autoridade dos homens. “Durante o Estado Novo, continuou a vigorar um Código Civil que concedeu ao marido o estatuto de “chefe de família”, com poderes decisórios relativamente a todos os actos da vida conjugal e à administração dos bens do casal, enquanto a mulher, obrigada a adotar a residência do marido, era responsabilizada pelo governo doméstico mesmo se trabalhasse fora do lar. As mulheres deixaram também de poder exercer comércio, viajar para fora do país, celebrar contratos e administrar bem sem o consentimento do marido. “Era também o “chefe de família” o único detentor do poder paternal, tomando decisões no que dizia respeito aos filhos” (CITE, 2003, p.86)

No entanto, havia quem tivesse a coragem de reclamar pelos seus direitos, enfrentando o medo. Através da literatura, um conjunto de mulheres fizeram frente ao Estado Novo. É o caso da jornalista Maria Lamas que no seu livro “Mulheres do meu País”, publicado em 1950 denunciou as dificuldades mais profundas das mulheres portuguesas. Em 1972, surge mais um livro que desafiou a autoridade moral do regime. Esta obra, da autoria das “Três Marias” -

Maria Velho da Costa, Maria Teresa Horta e Maria Isabel Barreno - afrontava o domínio masculino e tocava em temas proibidos. Foi destruído pela censura e passou a ser objeto de leituras clandestinas. Importa referir as mulheres mencionadas tiveram problemas com o regime: Maria Lamas foi presa três vezes e exilou-se em Paris e as três Marias foram levadas a julgamento porque o conteúdo do livro foi considerado pornográfico e atentatório da moral pública. Maria Teresa Horta e Maria Isabel Barreno só não foram presas porque, entretanto, deu-se a Revolução de Abril em Portugal, que vem pôr fim à ditadura.

### **2.3.2 Revolução de Abril**

Com a Revolução do 25 de abril foi instaurada uma nova esperança no caminho da igualdade entre os sexos. A Constituição consagrou o fim da discriminação baseada no sexo - homens e mulheres eram iguais no trabalho, na família, na educação dos filhos e na sociedade. Em 1975 o direito ao voto foi alcançado.

Assistiu-se a uma reforma agrária que permitiu aumentar a produção e garantiu a o emprego de muitas mulheres. Passaram a existir cantinas e creches para as crianças, aprenderam a ler e alargar os seus horizontes. Ocuparam profissões tradicionalmente masculinas e a ter lugar nas assembleias. Faziam parte das direções de sindicatos agrícolas e cooperativas.

O poder local democrático e a participação das mulheres no mundo político sofreram transformações e desenvolvimentos. Melhoraram-se habitações, criaram-se lares para pessoas idosas e centros de dia.

É reestabelecido o direito ao divórcio e surge o direito a uma licença de parto de 90 dias (Decreto-Lei 112/76-7 de fevereiro).

O código penal de 1983 introduz imprescindíveis alterações que dizem respeito aos maus tratos entre cônjuges e menores, penalizando a falta de assistência materna à família dentro e fora do casamento.

Percebemos, portanto, que o 25 de abril foi uma data importante para instaurar todo o tipo de liberdades e um marco importante na luta pelos direitos femininos.

## **2.4 Igualdade de género**

Atualmente a luta pela igualdade continua. A igualdade de género é uma temática abordada intensamente e que, apesar de enorme importância, continua a ser desvalorizada e vista como desnecessária, sob a desculpa de que as mulheres já são iguais perante a sociedade.

Verifica-se ainda, em inúmeros aspetos, uma desigualdade acentuada entre homens e mulheres. Além disto, as pessoas tendem a interpretar mal o significado do conceito “Igualdade de Género”. Ainda há quem pense que esta luta quer a supremacia do sexo feminino, quando na realidade o que se pretende é somente a igualdade de oportunidades para todas as pessoas e nunca a sobrevalorização de um sexo em prejuízo do outro.

#### **2.4.1 Definição de igualdade de género**

Dada a confusão que há em torno deste conceito, que não atinge um consenso coletivo, importa clarificá-lo.

De acordo com a Associação para o Planeamento da Família (s/d), “a igualdade entre mulheres e homens é uma questão de direitos humanos e uma condição de justiça social, sendo igualmente um requisito necessário e fundamental para a igualdade, o desenvolvimento e a paz”.

Segundo Vieira (2013), “o género tem sido considerado como um dos principais elementos organizadores das relações sociais. Ele influencia a forma como homens e mulheres se percebem – em aspetos tão diversos como as competências próprias, as tarefas mais adequadas a uns e a outras ou mesmo os interesses supostamente condizentes com a sua pertença biológica – e o modo como avaliam as outras pessoas” (p.15).

Quer isto dizer que a sociedade distribui e diferencia os papéis das mulheres e dos homens através de uma construção social, esquecendo-se que a única coisa que define um ser como mulher ou como homem é o órgão genital com que cada uma e um nasce.

A luta pelos direitos iguais pretende que, numa sociedade, homens e mulheres gozem das mesmas oportunidades, direitos e obrigações, nas mais diversas áreas. Pretende-se que cada sexo beneficie das mesmas condições: no acesso à educação, oportunidades no trabalho e na carreira profissional, no acesso à saúde e ao poder de influência pública.

#### **2.4.2 Direitos das mulheres e a (cada vez mais necessária) importância do feminismo na atualidade**

Apesar das inúmeras conquistas, ainda existem vários comportamentos que refletem uma enorme herança das discriminações vinculadas durante anos. Assim, percebemos que as lutas feministas continuam a ser uma luta sem fim à vista, sendo sempre imprescindíveis com o passar dos anos.

“Em muitas áreas da vida quotidiana das mulheres ainda são fontes de controvérsia. Em algumas religiões e tradições as mulheres não gozam do mesmo tratamento que os homens. A negação de um acesso igual às oportunidades de educação e emprego, assim como a exclusão explícita da tomada de decisões políticas é considerada normal. Em casos extremos, estas políticas e percepções colocam mesmo uma ameaça à segurança pessoal e ao direito à vida das mulheres” (Moreira & Gomes, 2013, p. 2007)

Vejamos, de seguida, alguns exemplos de direitos por conquistar.

- **“Direito ao Trabalho”; “Direito a Não Viver na Pobreza” e “Direito à educação”:**

De acordo com o Manual de Educação para o Direitos Humanos (2013), percebemos que são as mulheres o público alvo mais vulnerável nestes aspetos, pelo que são as primeiras a sofrer com a violação destes direitos. A maior parte continua a ser responsável por todo o trabalho doméstico e do cuidado (quer a crianças, doentes ou idosos). A execução destes trabalhos, nem sempre é remunerada, nem tem um seguro adequado e próprio. Um estudo promovido pelo CESIS (Centro de Estudos para a Intervenção Social) em parceria com a CITE revela que, no que diz respeito às tarefas domésticas e trabalho de cuidado, existe uma acentuada assimetria de género - “as mulheres investem, diariamente, mais 55 minutos na prestação de cuidados e mais 1 hora e 12 minutos nas tarefas domésticas, por comparação aos homens. No total, em média, o trabalho não pago implica para as mulheres uma afetação de tempo diária de 4 horas e 23 minutos; e para os homens de 2 horas e 38 minutos” (Perista et. al., 2016, p. 59).

A divisão do trabalho baseada no sexo é uma das dimensões que provocam pobreza nas mulheres.

A divisão de salários é outro aspeto a referir. O Tratado Constitutivo da Comunidade Europeia, no seu 141º artigo, exige um pagamento igual para homens e mulheres que desempenhem as mesmas funções. No entanto, o que se verifica é que em muitos Estados-membros do UE (União Europeia) isso não acontece e está mesmo longe de acontecer.

Com todas as discriminações e situações de desigualdade que enfrentam, as mulheres ficam mais vulneráveis a situações de pobreza. Isto é consequência de diversos motivos, nomeadamente da, já referida, desigualdade salarial pelo mesmo trabalho; ou da negação ou acesso restrito, em muitas sociedades, à educação ou serviços públicos e sociais. Em contexto de migração, a pobreza conduz a um aumento do tráfico de seres humanos. Quanto a esta última

problemática, importa referir que são as mulheres as maiores vítimas, sobretudo na América Latina, Ásia, África e Europa de Leste (Moreira & Gomes, 2013).

- **“Direito à saúde”:**

Por saúde entendemos o bem estar emocional, social e físico, sendo determinada pelo contexto social, político e económico das mulheres.

Uma vez que há mulheres que têm a vontade de serem mães, torna-se imprescindível dar atenção à sua saúde e direitos reprodutivos e sexuais. Além do respeito mútuo, consentimento e responsabilidade partilhada entre casais, as mulheres conquistaram o direito a utilizarem métodos seguros de controlo de fertilidade, bem como a serviços de saúde dignos e adequados, de modo a permitirem-lhes terem um acompanhamento na gravidez e um parto seguro. Mas, uma vez mais, a realidade fica muito aquém do desejado. A discriminação baseada no sexo conduz a muitos perigos para a saúde das mulheres, incluindo violência física e sexual, as doenças sexualmente transmissíveis (DST), VIH/SIDA, malária e doenças pulmonares crónicas obstrutivas (por cozinharemos sobre fogueiras).

Os costumes e tradições também são uma fonte de perigos para meninas e adolescentes. Falamos de problemas como a tradição persistente da mutilação genital feminina (MGF), que constitui uma violação dos direitos humanos das mulheres. Esta prática “consiste na remoção parcial ou total da genitália externa da mulher, por razões não médicas” (APAV, s/d)<sup>14</sup>. A MGF integra-se em rituais de fertilidade ou iniciação ao estado adulto, justificada como forma de assegurar a castidade e a “pureza” genital. Em Portugal, a mutilação genital feminina passou a ser crime autónomo desde 2015, expresso no Código Penal, no artigo 144º, cuja pena de prisão vai de dois a dez anos. A legislação portuguesa permite a adoção de medidas que protejam as vítimas que estejam em risco de serem levadas para outros países para a concretização deste crime. No entanto, ainda que seja crime, foram detetados em Portugal no ano de 2020, cerca de 101 casos de mutilação genital feminina (Site oficial do Diário de Notícias, 2021)<sup>15</sup>.

---

<sup>14</sup> Informação retirada do site oficial da APAV, disponível em: <https://www.apav.pt/uavmd/index.php/pt/intervencao/mutilacao-genital-feminina>. Acedido a 5 de fevereiro de 2021.

<sup>15</sup> Informação retirada do site oficial do Diário de Notícias, disponível em: <https://www.dn.pt/sociedade/detetados-em-portugal-101-casos-de-mutilacao-genital-feminina-em-2020-13234036.html>. Acedido a 5 de fevereiro de 2021.

Ademais, é ainda crucial referir que, em muitos países, as meninas continuam a estar sujeitas a situações como a seleção pré-natal do sexo, o infanticídio feminino, a preferência pelos filhos rapazes, o casamento precoce ou a exploração sexual.

- **“Direitos Humanos em conflito armado”:**

As mulheres tornam-se, na maioria das vezes, as primeiras vítimas de violência durante uma guerra ou conflito armado. Mulheres e meninas são consideradas como táticas de guerra para humilhar, dominar, introduzir o medo, punir ou deslocar à força os membros de uma comunidade ou grupo de étnico.

Num pós conflito, muitas mulheres são esquecidas como viúvas, enfrentando o fardo de apoiarem as suas famílias, enquanto muitas vezes elas próprias têm de lidar com o trauma causado pela exposição à violência (sobretudo violência sexual).

Uma mudança do paradigma foi trazida pela Resolução 1325 (2000) do Conselho de Segurança das Nações Unidas<sup>16</sup>. Este foi o primeiro documento a exigir o respeito pelos direitos femininos e o apoio à sua participação nas negociações para a paz. A seguir a esta vieram as Resoluções de 1888, 1889 e 1894 (2004). As resoluções enfatizaram a necessidade de dar formação sobre os direitos das mulheres e de incluí-las em processos de manutenção de paz e segurança, especialmente ao nível da tomada de decisões. Contudo, tudo volta a ficar na teoria e aquilo que se vê é que a Organização das Nações Unidas (ONU) não consegue cumprir os seus objetivos e por isso, em 2021, ainda nenhuma mulher foi nomeada chefe ou mediadora principal para a paz em processos de negociação.

Como vemos, a conquista pela igualdade está longe de estar terminada e apesar dos direitos decretados, nem sempre se verifica o seu cumprimento.

### **2.4.3 O panorama atual em Portugal**

Analisaremos neste ponto algumas percentagens relativas a vários indicadores chave: Educação; Emprego e desemprego; Conciliação entre a vida pessoal, familiar e profissional; e, Poder de decisão. Os dados que serão de seguida apresentados foram retirados do documento

---

<sup>16</sup> Documento disponível em: <https://plataformamulheres.org.pt/docs/Resolucao-1325-CS-ONU.pdf>

intitulado “Igualdade de Género em Portugal: indicadores-chave 2017” da Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género (CIG), datados em 2017<sup>17</sup>.

De um modo introdutório, é essencial referir que a maioria da população residente em Portugal é do sexo feminino. No ano de 2015, num total de 10,341 milhões de portugueses/as, 5,439 (52,6%) milhões eram mulheres, enquanto que 4,901 (47,4%) milhões eram homens.

Atentemos agora, de modo individual, nos seguintes indicadores:

## **1. Educação**

A cada 100 pessoas sem nenhum nível de escolaridade, 71 são mulheres e 29 são homens. Por outro lado, em cada 100 pessoas com ensino superior completo, cerca de 60 são mulheres e 40 são homens. Estes dados permitem-nos concluir que as mulheres estão duplamente representadas em maioria nos dois grupos, o que poderá traduzir-se na falta de escolarização da população feminina mais idosa, no caso do primeiro grupo, e no segundo, traduzir-se na maior representação da população feminina, entre os/as jovens mais escolarizados/as. Percebemos também que, tendencialmente, são maioritariamente as jovens que ingressam no ensino superior. No entanto, esta maioria está centrada sobretudo nas áreas da Educação e das Ciências Sociais e Humanas (em estreita ligação com o estereótipo de que são mais capazes de prestar cuidados, que lhe foi incutido).

A percentagem de pessoas que são diplomadas em Tecnologias de Informação e Comunicação, abrange mais pessoas do sexo masculino, o que revela uma baixa participação das mulheres nestas áreas. Uma vez mais, esta realidade pode estar ligada a estereótipos, uma vez que, desde cedo os meninos são preparados para a lógica, raciocínio e ciência. Isto denota-se nos brinquedos dos rapazes, que são muito mais tecnológicos quando comparados com os das raparigas.

## **2. Emprego e desemprego**

A taxa de emprego é superior nos homens em 6,8 pontos percentuais, em idades compreendidas entre os 20 e 64 anos. Isto significa que nas mulheres a taxa é de 67,4% e nos homens de 74,2%. Esta desigualdade na situação face ao emprego de cada um dos sexos poderá

---

<sup>17</sup> Informação retirado do site oficial da CIG, disponível em: [https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2017/07/AF\\_CIG\\_FactSheet.pdf](https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2017/07/AF_CIG_FactSheet.pdf). Acedido a 7 de fevereiro de 2021.

justificar-se com o facto de as raparigas se manterem mais tempo no sistema de ensino ou ainda pela maior dificuldade das mulheres em obterem um emprego.

No que diz respeito à taxa de desemprego esta mantém-se equilibrada entre os dois sexos.

Quanto às remunerações médias de base, verifica-se que são superiores nos homens. Os homens, em média, ganham 990,05€ de remuneração base mensal enquanto que as mulheres recebem 824,99€, assistindo-se a um *gap* salarial (diferencial salarial) de aproximadamente 17%. Nos quadros superiores o *gap* é de 26,4% na remuneração base.<sup>18</sup>

### **3. Conciliação entre a vida pessoal, familiar e profissional**

Tendencialmente são as mulheres que gozam a licença parental de 120/150 dias, embora ao longo dos anos já se tenha vindo a assistir a um aumento da percentagem no sexo masculino. Em 2015 registou-se uma percentagem de 85,4% para as mulheres e apenas 27,5% para os homens.

Relativamente aos usos do tempo de mulheres e homens (Perista et al., 2016) vemos que, no que diz respeito ao tempo médio de trabalho pago, os homens trabalham, em média, mais 27 minutos que as mulheres por dia. Quanto ao trabalho não pago, ressalta que são as mulheres que continuam a dedicar mais tempo às tarefas domésticas e de cuidado. Em média as mulheres trabalham em casa mais 1 hora e 45 minutos por dia do que os homens, como se disse atrás<sup>19</sup>.

### **4. Poder e tomada de decisão**

Em termos de evolução da participação de mulheres na Assembleia da República (AR), podemos dizer que a partir de 2006, com a aprovação da Lei da Paridade<sup>20</sup>, assistimos a um

---

<sup>18</sup> O diferencial salarial entre sexos está estritamente relacionado com os níveis de qualificação: à medida que aumenta o nível, maior é a diferença de salários entre homens e mulheres.

<sup>19</sup> Informação retirada do estudo sobre os usos do tempo, disponível em: [http://cite.gov.pt/asstscite/downloads/publics/INUT\\_livro\\_digital.pdf](http://cite.gov.pt/asstscite/downloads/publics/INUT_livro_digital.pdf). Acedido a 7 de fevereiro de 2021.

<sup>20</sup> “Lei da paridade: estabelece que as listas para a Assembleia da República, para o Parlamento Europeu e para as autarquias locais são compostas de modo a assegurar a representação mínima de 33% de cada um dos sexos”. Definição retirada do site do Diário da República Eletrónico, disponível em: <https://dre.pt/web/guest/legislacao-consolidada/>

aumento mais significativo da representação de mulheres na política ativa e nos órgãos de representação, como a AR, passando de 21,3% em 2005 para 33% em 2015.

Até ao início da terceira década do século XXI, Portugal nunca teve uma mulher como Presidente da República e apenas Maria de Lurdes Pintasilgo conseguiu um cargo de primeira ministra, em 1979, num período de seis meses. Desde então nunca mais nenhuma mulher assumiu qualquer um destes cargos, embora seja importante referir que em 2021 a candidata Ana Gomes tornou-se a primeira mulher mais votada de sempre para um cargo de Presidente da República, conseguindo um segundo lugar nas eleições presidenciais.

Em tom de conclusão, podemos perceber que mesmo em Portugal, um país considerado desenvolvido, ainda há muito a fazer no que diz respeito à promoção da igualdade entre homens e mulheres.

## **2.5 O fenómeno da violência**

Neste ponto abordaremos aquilo que é uma das consequências mais graves da desigualdade entre mulheres e homens.

A violência é um fenómeno que tem acompanhado as civilizações ao longo dos anos. Contudo, atualmente, é um problema encarado como uma violação aos Direitos Humanos. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), este problema tem um impacto muito grande nas populações, com enormes custos associados e que atinge dimensões pandémicas.

A definição de violência não é consensual, no entanto a OMS, em 2002, publicou o primeiro Relatório Mundial sobre Violência e Saúde, no qual está contida esta definição e que se tem mantido deste então. Desta forma, a violência define-se como o

“uso intencional da força física ou poder real ou sob a forma de ameaça, contra si próprio, contra outra pessoa ou contra um grupo ou uma comunidade, que resulte, ou tenha a possibilidade de resultar, em lesão, morte, dano psicológico, compromisso do desenvolvimento ou privação” (Krug et al., 2002, cit. in Perdigão et al., 2016, p. 24)

A violência, em termos de tipologia pode ocorrer de forma autodirigida - através de atos suicidas ou comportamentos autolesivos; interpessoal - destinada a familiares/parceiros íntimos e à comunidade; e coletiva - que pode ter múltiplas motivações, tanto de carácter social, político

---

[/lc/69750583/200610040300/diploma?\\_LegislacaoConsolidada\\_WAR\\_drefrontofficeportlet\\_rp=indice](/lc/69750583/200610040300/diploma?_LegislacaoConsolidada_WAR_drefrontofficeportlet_rp=indice) . Acedido a 7 de fevereiro de 2021.

ou económico. Relativamente à natureza da violência, os atos violentos ocorrem sob a forma de violência física, psicológica, sexual ou económica (Perdigão et. al., 2016).

Assim, importa clarificar cada uma destas formas de violência.

De acordo com o relatório anteriormente mencionado, entende-se por violência física qualquer ato que envolva um contacto físico - empurrar, pontapear, esbofetear, lançar objetos, torcer, queimar, entre outros, podendo haver tentativa ou, mesmo, homicídio da vítima. A violência psicológica inclui insultos, ameaças, críticas, humilhações, desvalorizações, intimidações, isolamento social, privação de contacto com a família e os amigos, revista a objetos pessoais, etc. É, portanto, qualquer conduta que atente contra a integridade psíquica e emocional, que provoque a destruição da autoestima, a tendência natural para estar à defesa, anulação, através da humilhação ou ridicularização. Este é um tipo de violência que torna as vítimas mais vulneráveis à violência física ou sexual. Esta última, por sua vez, passa por obrigar, coagir, ameaçar ou forçar a vítima a práticas sexuais contra a sua vontade. Pode incluir violação em contexto conjugal, que muitas vezes não é entendida pelas vítimas enquanto tal. A violência económica diz respeito à privação intencional e sem justificação legal de recursos para o bem estar das vítimas, impedindo que possa dispor dos recursos próprios ou comuns no âmbito familiar, mesmo depois de terminada a relação.

A violência é tanto exercida contra mulheres como homens, no entanto, segundo vários estudos, percebemos que as maiores vítimas, em todo o mundo, continuam a ser mulheres e jovens raparigas - violência de género.

## **2.6 Violência de género**

A violência baseada no género é toda a forma de discriminação e violência que inibe a capacidade de as mulheres exercerem os seus direitos em liberdade, pelo simples facto de serem do sexo feminino. Isto pode resultar em danos físicos, mentais, sexuais e sofrimento para a pessoa, incluindo ameaças e atos de coerção ou privação arbitrária de liberdade na esfera pública ou privada (CIG, s/d)<sup>21</sup>.

A violência de género pode ocorrer de diferentes formas - violência física; violência na família e no namoro; violência doméstica; violência psicológica e emocional; violência verbal

---

<sup>21</sup> Informação retirada do folheto da CIG, disponível em: <https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2020/07/FOLHETO-Violencia-de-genero.pdf>. Acedido a 9 de fevereiro de 2021.

e social; violência patrimonial; violência tradicional e práticas nefastas; e, violência e violação sexual (incluindo dentro do casamento).

A negação à escolarização, as condições de acesso a cuidados de saúde, a violência e os maus tratos, o trabalho infantil, a mendicidade forçada, o tráfico de seres humanos, os casamentos infantis, precoces e forçados, a mutilação genital feminina, etc., são algumas das várias formas de violência que afetam sobretudo meninas e mulheres de diferentes idades.

Percebemos com isto que são as mulheres e jovens meninas as que mais sofrem com este crime. Por exemplo, de acordo com os dados da CIG (2017), em 2016 cerca de 80% das vítimas de violência doméstica e 90,5% das vítimas de violação eram, em ambos os casos, mulheres. Além disto, cerca de 81,3% foram crianças, adolescentes e menores vítimas de abuso sexual.

Este tipo de violência acontece sobretudo contra as mulheres devido a todo o conjunto de estereótipos, papéis de género, micromachismos e preconceitos perpetuados pela sociedade. A ideia da submissão feminina, da obediência ao marido, do cuidado do lar, da fraqueza associada às mulheres, são fatores que tornam as mulheres vulneráveis a este crime. Como se isto não fosse grave o suficiente, ainda há quem continue a culpar as mulheres pelos atos violentos a que estão sujeitas, desculpando os agressores e as suas atitudes.

## **2.7 Violência no namoro**

Como já foi anteriormente referido, existem várias formas de ocorrer violência de género. Dado que umas das vertentes do referido estágio curricular foi focada na violência no namoro, abordaremos neste tópico este crime cada vez mais comum.

Antes de falarmos da violência no namoro, importa primeiro definirmos o conceito de violência nas relações de intimidade, uma vez que ambos os tipos de violência se interligam.

Desta forma, entende-se por violência nas relações de intimidade

“qualquer comportamento num contexto de relação íntima que cause dano físico, psicológico ou sexual aos elementos envolvidos na mesma. Tais comportamentos podem configurar atos de agressão física, violência psicológica, violência sexual (incluindo relações sexuais forçadas e outras de coerção sexual), e outras formas de controlo sobre a vítima, chegando, por vezes ao homicídio.” (Krug et. al, 2002, cit. in Perdigão et al., 2016, p. 45)

Relativamente à violência no namoro, esta define a prática de atos, ou a intenção de os praticar, de natureza física, psicológica, emocional, social e/ ou sexual com carácter abusivo.

Ocorre nas relações juvenis, quer sejam de pessoas do mesmo sexo ou de sexo diferente. Pode ser levada a cabo por um/a parceiro/a ou por ambos.

### **2.7.1 Ciclo da violência**

A violência nas relações tende a decorrer de forma cíclica.

Inicia-se, numa primeira fase, com um aumento de tensão, que por sua vez, origina a segunda fase - o ataque violento. A última fase é denominada por “lua de mel” e é caracterizada por um período de acalmia, associado ao pedido de desculpas e promessa de mudança de comportamentos. Este período tem uma duração variável (Site oficial da APAV, 2012)<sup>22</sup>.

### **2.7.2 A realidade da violência em números**

Passaremos, neste momento, a demonstrar a realidade de tudo o que já foi anteriormente enunciado.

Assim, serão agora apresentados os resultados de um estudo da associação União de Mulheres Alternativa e Resposta (UMAR), do projeto ART'THEMIS+.

Os dados deste estudo são referentes ao ano de 2020 e estão agrupados em duas dimensões: legitimação da violência no namoro pelas e pelos jovens e prevalência de indicadores de vitimização nas relações de namoro. A amostra corresponde a um total de 4598 jovens, sendo que destes 2577 são raparigas (56%), 1975 são rapazes (43%), com idades compreendidas entre os 11 e os 21 anos, sendo que a média de idades são os 15 anos. Do total da amostra inquirida, 1% (46 pessoas) das/dos jovens não respondeu.

Analisando a primeira dimensão - legitimação da violência no namoro, 67% das e dos jovens não consideram violência no namoro pelo menos um dos comportamentos questionados. Quando agrupados por formas de violência, em média, as e os jovens legitimam 26% para o controlo, 23% para a perseguição, 19% para a violência sexual, 15% para a violência psicológica, 14% para a violência através das redes sociais e 5% para a violência física. De entre os atos de violência mais aceites entre jovens, vemos que 25% aceita o ato de insultar durante uma discussão/zanga, 23% aceita que a/o parceira/o incomode ou procure constantemente, 35% aceita a entrada nas redes sociais sem autorização, 17% aceita o insulto

---

<sup>22</sup> Informação retirada do site oficial da APAV, disponível em: <https://apav.pt/vd/index.php/vd/o-ciclo-da-violencia-domestica>. Acedido a 9 de fevereiro de 2021.

através das redes sociais, 29% aceita a pressão para beijar e 6% aceita o ato de empurrar/esbofetear sem deixar marcas.

Constatando os dados por sexo, vemos que a maioria das percentagens recaem sobre o sexo masculino, o que reflete o machismo marcado na nossa sociedade, transparecendo o facto de que são as raparigas e mulheres as maiores vítimas deste crime. Estes resultados revelam que há pessoas do sexo masculino que não consideram certos comportamentos como uma forma de violência.

O segundo fator revela-nos os indicadores de vitimização e a sua prevalência.

Do total da amostra inquirida, 58% das e dos jovens que já namoraram reportaram terem sofrido pelo menos um dos comportamentos de violência questionados.

Os dados seguintes revelam as respostas de 67% do total da amostra, pois são as e os jovens que já estiveram numa relação de namoro. Assim, 20% já sofreu de violência psicológica, 17% de perseguição, 14% de controlo, 9% de violência através das redes sociais, 8% de violência sexual e 6% de violência física.

Os indicadores de vitimização mais frequentes são os seguintes: 30% para o insulto durante discussão/zanga, 17% para o incómodo/procura insistentemente, 23% para a proibição de estar ou falar com amigas e amigos, 14% para o insulto através das redes sociais, 10% para a pressão a beijar e 8% para o empurro/esbofeteio sem deixar marcas.

Por sexo, vemos que as maiores vítimas, nos vários tipos de violência são raparigas, à exceção da violência através das redes sociais (que ambos os sexos têm uma percentagem de 9%) e da violência física (em que ambos têm 6%).

Comparando os resultados de 2020 com os de 2019, vemos que, de um modo geral, as percentagens de legitimação baixaram, bem como as de vitimização.

Olhando para o panorama, percebemos que continua a haver uma elevada prevalência de algumas das formas de violência, bem como o não reconhecimento delas.

### **2.7.3 Impactos da violência para as vítimas**

Após toda a abordagem feita em torno da violência e da forma como esta está presente, resta-nos agora perceber de que forma é que isto afeta as vítimas.

De acordo com o Guião para a prevenção da violência no namoro em contexto universitário, vemos que a violência psicológica é das que mais causa dano nas vítimas, sendo que alguns dos vários impactos desta é o desenvolvimento de psicopatologias como, por

exemplo, a depressão e a ansiedade, o abuso de substâncias, a ideação suicida, a hipervigilância e a perda de autoconfiança. Em termos de impactos físicos, podemos destacar a somatização, por exemplo, enxaquecas, arritmias, infecções urinárias, dores de estômago, alteração dos horários de sono, práticas de automutilação, doenças sexualmente transmissíveis, e, gravidez indesejada. Por último, os impactos sociais passam pela diminuição do rendimento escolar, absentismo escolar, perda de interesse por atividades de lazer, isolamento social e envolvimento em práticas desviantes (Ferreira, Abreu & Neves, 2019).

## **Conclusão**

Apesar de muito já se ter feito em torno da igualdade de gênero, esta continua a não existir na totalidade. Há uma necessidade enorme em sensibilizar jovens para esta problemática, uma vez que estas e estes são o futuro. A luta pelos mesmos direitos e deveres deveria ser uma luta de todas e todos, no entanto, aquilo a que assistimos é que este é um tema que causa polémica e discórdia entre as pessoas. Não podemos falar de violência de gênero, de namoro ou doméstica, sem focarmos o tema da desigualdade de gênero. Estas grandes temáticas estão interligadas, uma vez que, a violência contra as mulheres surge porque uma das partes tem domínio e poder sobre a outra. A violência é desencadeada pelo machismo existente na nossa sociedade, daí a importância de educar para a promoção de relações igualitárias e livres de violência.

Por tudo isto, acreditamos que a educação é a chave para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária.

# **Capítulo III**

## **Projeto de Estágio**

## **Introdução**

No presente capítulo apresentamos o Projeto de Estágio realizado no Graal, no âmbito do projeto “(n)amor2|Por relações igualitárias e livres de violência”. Este projeto centrou-se na sensibilização e promoção da igualdade de género e das relações saudáveis, numa ótica de valorização de recursos e otimização do trabalho em rede.

Desenvolver um projeto de estágio revelou-se uma mais valia pois, enquanto futura profissional na área da Educação Social, do Desenvolvimento e das Dinâmicas Locais, poderá ser necessário criar e planificar projetos e atividades para a comunidade, tratando-se, portanto, de uma competência essencial e da qual devemos ser dotadas.

Para a elaboração deste projeto foi necessário refletir sobre as competências e conhecimentos que queríamos desenvolver, traduzindo-os em objetivos de aprendizagem e de desenvolvimento pessoal e profissional. Para que fosse possível concretizar os objetivos que pretendíamos alcançar, foi importante definir atividades e intervenções, umas realizadas por nós próprias, outras realizadas pela associação e nas quais pudemos colaborar. Para todas elas, foi necessária uma avaliação.

De seguida, serão apresentadas as atividades da nossa autoria.

### **3.1 Descrição do projeto**

Para a definição do nosso Projeto de Estágio, num primeiro momento foi necessário fazer uma análise de necessidades, de modo a perceber quais as atividades que melhor se enquadrariam no Graal e no seu público alvo, tornando o projeto o mais pertinente possível.

Face à situação atual, foi fundamental pensar em atividades que fossem passíveis de se realizarem à distância.

Inicialmente a ideia recaía sobre uma campanha, no entanto, com o passar do tempo, foi necessário repensar esta atividade, uma vez que já não se enquadrava no tempo estabelecido para a execução do projeto.

Neste sentido, repensou-se a proposta inicial e após algumas conversas, a equipa do (n)amor2 percebeu que algumas ações planeadas não se iriam poder concretizar e que, por isso, a nova ideia tida para o projeto seria uma mais valia para substituir estas atividades impedidas.

Pretendia-se que o projeto contribuísse para a promoção da igualdade de género e das relações igualitárias e livres de violência, de modo a continuar o trabalho feito pela instituição.

Assim, pensou-se em dinamizar um momento dedicado à partilha de conhecimento por parte de pessoas especialistas nestas áreas, através de um ciclo de *webinars*.

Para apoiar este projeto e para criar uma vertente de investigação, criou-se um questionário sobre desigualdades de género, destinado a raparigas e mulheres, com o intuito de perceber qual o impacto que estas desigualdades têm na vida destas pessoas, mostrando, na primeira pessoa, episódios vividos que denotam este prejuízo, fruto da organização social.

Assim, os objetivos definidos e as atividades propostas surgiram num momento posterior a esta reflexão de necessidades, tendo sempre em consideração as sugestões dadas quer pelas orientadoras responsáveis da instituição, quer pela orientadora, por parte da Faculdade.

### **3.2 Objetivos de estágio**

A definição dos objetivos de estágio foi feita tendo em consideração as temáticas desenvolvidas pela instituição que nos acolheu e aquilo que seria uma mais valia para este percurso. À medida que o tempo foi avançado, foram surgindo novos projetos que poderíamos integrar, o que se revelou essencial para tornar esta experiência mais holística. Ademais, foram ainda elaborados objetivos relacionados com o desenvolvimento de competências profissionais futuras e o esperado neste período de estágio curricular.

#### **1. *Objetivo Geral: Integrar a equipa do Graal***

*Objetivos específicos:*

- 1.1. Analisar a estrutura do Graal e as suas competências enquanto ONGD e de direitos das mulheres;
- 1.2. Conhecer o papel de uma Organização Não-Governamental para o Desenvolvimento;
- 1.3. Colaborar nas variadas atividades de rotina do Graal;
- 1.4. Participar em diversas reuniões do Graal;
- 1.5. Cooperar na elaboração de documentos internos;
- 1.6. Conhecer os projetos que compõem o Graal.

#### **2. *Objetivo Geral: Planificar atividades educativas para jovens***

*Objetivos específicos:*

- 2.1. Integrar a equipa do projeto (n)amor2;
- 2.2. Colaborar na criação e divulgação das campanhas desenvolvidas;
- 2.3. Participar em rodas de conversa;
- 2.4. Conhecer as temáticas sensibilizadoras;
- 2.5. Identificar as necessidades educativas do público-alvo;
- 2.6. Dinamizar as atividades do projeto;
- 2.7. Colaborar em ações de sensibilização.

### **3. *Objetivo Geral:* Promover a igualdade de género e as relações saudáveis**

*Objetivos específicos:*

- 3.1. Criar recursos de sensibilização;
- 3.2. Desenvolver atividades que conscientizem as e os jovens para as problemáticas da igualdade de género e violência no namoro;
- 3.3. Perceber como é que estas realidades afetam as pessoas enquanto raparigas e mulheres;
- 3.4. Estimular o espírito crítico das e dos jovens;
- 3.5. Promover a educação entre pares.

### **4. *Objetivo Geral:* Integrar a equipa do Banco de Tempo**

*Objetivos específicos:*

- 4.1. Cooperar na elaboração de projetos;
- 4.2. Participar nos encontros *online* internacionais;
- 4.3. Participar num *Bootcamp* de empreendedorismo social.

### **5. *Objetivo Geral:* Integrar a equipa do projeto Roda das Raparigas 3.0**

*Objetivos específicos:*

- 5.1. Conhecer o projeto e a sua dinâmica;
- 5.2. Perceber a sua pertinência;
- 5.3. Colaborar na dinamização de atividades.

### **6. *Objetivo Geral:* Desenvolver competências profissionais como Técnica Superior e Educação**

*Objetivos específicos:*

- 6.1. Consolidar competências e ferramentas aprendidas ao longo da Licenciatura em Ciências da Educação e do Mestrado em Educação Social, Desenvolvimento e Dinâmicas Locais;
- 6.2. Compreender o papel de uma profissional em educação numa ONGD;
- 6.3. Colaborar nas ações e nas competências do Graal;
- 6.4. Participar em *webinars* enquanto moderadora e oradora;
- 6.5. Proporcionar momentos de aquisição de conhecimentos e de sensibilização.

### **3.3 Avaliação**

A avaliação é fundamental para avaliar o impacto que as atividades que desenvolvemos têm na vida dos públicos alvo das nossas iniciativas.

Na maioria das atividades, utilizamos um questionário que permitisse avaliar o grau de satisfação, as sugestões das/dos participantes, o impacto do trabalho do Graal nas diversas questões de intervenção e os pontos fortes e fracos de cada sessão.

Contudo, nas atividades em que este questionário não era exequível recorremos à observação direta e participante para percebermos o feedback das pessoas envolvidas. Esta estratégia providenciou informações descritivas, que se revelaram uma mais valia para avaliar o potencial de cada atividade.

### **3.4 Atividades propostas**

De maneira a concretizar os objetivos estabelecidos, propusemo-nos desenvolver e colaborar em atividades e intervenções do Graal, de natureza diversa.

Apresentamos, de seguida, um cronograma, onde se encontram todos os projetos em que nos inserimos ao longo de todo o estágio curricular. A acompanhar os projetos estão também os meses em que colaboramos e desenvolvemos atividades.

Atividades realizadas e/ou colaboradas	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maio
Integração no Graal	x							
Projeto (n)amor2	x	x	x	x	x	x	x	x
Projeto LigAções		x				x		
Reuniões de manutenção de projetos	x	x	x	x	x	x	x	x
Projeto Roda das Raparigas 3.0					x	x	x	
Projeto Banco de Tempo			x					
Reuniões de preparação para o dia 8 de Março					x	x		
Webinar CAOJ					x			
Palestra APEM						x		
Assembleia Geral do Graal						x		

Tabela 1. Cronograma anual de atividades

### **a) Questionário sobre o impacto das desigualdades de género na vida das raparigas e mulheres**

#### **-Descrição**

A fim de desenvolver uma componente de investigação foi criado um questionário destinado a raparigas e mulheres (Apêndice I), que pretendia fazer um levantamento, na primeira pessoa, de situações em que as raparigas e mulheres participantes se sentiram mais discriminadas e vulneráveis por serem do sexo feminino. Este foi um método encontrado que nos permitiu ter uma maior perceção daquilo que ainda é uma realidade, demonstrando várias situações a que uma rapariga e uma mulher estão muitas vezes sujeitas, e que constituem evidências diversas de discriminação. Estas situações vão desde o assédio, às desigualdades em contextos laborais, passando pelos vários micromachismos presentes no dia a dia destas pessoas. Além destas, foram relatadas outras situações.

Este questionário foi também importante para criarmos uma campanha sobre micromachismos, que será abordada posteriormente neste relatório.

Importa ainda salientar que este questionário foi feito no Google Forms, sendo por isso online, o que permitiu que chegássemos mais facilmente às pessoas de uma forma mais segura, cómoda, prática e rápida.

- **Caraterização**

O questionário era, num primeiro momento, composto por uma parte mais informativa, onde expusemos o objetivo pretendido e o âmbito em que este era realizado. Ainda nesta parte inicial, pedimos o consentimento das participantes para podermos usar os seus testemunhos numa campanha.

Pretendíamos que as participantes respondessem a um conjunto de 6 perguntas, que focavam a sua experiência pessoal enquanto raparigas e mulheres. As perguntas eram as seguintes: *“Alguma vez esteve sujeita a comentários inapropriados por ser mulher?”*; *“Se sim, em que contexto(s)?”*; *“Por favor exemplifique alguns desses comentários”*; *“Relate-nos um episódio em que se tenha sentido incomodada pelo facto de ser mulher”*; *“Já alguma vez esteve numa relação íntima em que se tenha sentido injustiçada?”*; *“Se sim, exemplifique”*.

- **Público-alvo**

O questionário foi direcionado a raparigas e mulheres de todas as idades.

### **-Objetivos**

- Entender o impacto das desigualdades de género na vida das raparigas e mulheres;
- Perceber de que modo é que as desigualdades de género estão presentes na vida das inquiridas;
- Perceber os contextos em que estas desigualdades ocorrem;
- Dar voz às pessoas do sexo feminino para que possam exprimir o que sentem face às desigualdades a que estão sujeitas;
- Analisar a presença de situações de violência no namoro na vida das pessoas inquiridas.

## - Análise do questionário

41 respostas



Gráfico 1. Distribuição da autorização para utilização de testemunhos

41 respostas

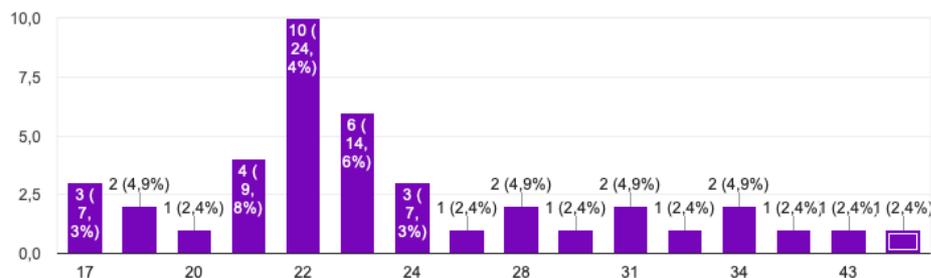


Gráfico 2. Distribuição das idades

Em termos estatísticos, contamos neste questionário com uma amostra de 41 pessoas do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 17 e os 53 anos, sendo a média de idades aproximadamente 25 anos.

Desta amostra, 40 pessoas (97,6%) autorizaram a partilha do seu testemunho e uma (2,4%) não consentiu esta partilha.

Em termos de identificação das pessoas, estas podiam optar por redigir o seu primeiro e último nome ou, se quisessem tornar o questionário mais anónimo, podiam apenas indicar a primeira letra do seu primeiro nome e do seu apelido.

Nos pontos seguintes analisaremos cada uma das perguntas mencionadas no questionário.

## 1. Alguma vez esteve sujeita a comentários inapropriados por ser mulher?

41 respostas

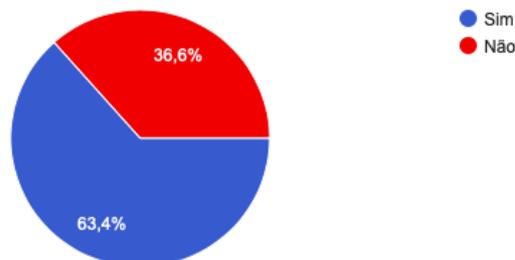


Gráfico 3. Distribuição das percentagens de mulheres que já ouviram comentários inapropriados

Mais de metade das pessoas respondeu a esta questão “Sim” (cerca de 63,4% das inquiridas) e apenas 36,6% respondeu “Não”.

Estes valores vão ao encontro do que era esperado. A desigualdade acontece quando é mais comum ouvirmos um comentário depreciativo sobre uma mulher do que sobre um homem. Na maioria dos casos, em algum momento das suas vidas, uma rapariga/mulher está já esteve sujeita a este tipo de situações.

## 2. Se sim, em que contexto(s)?

24 respostas

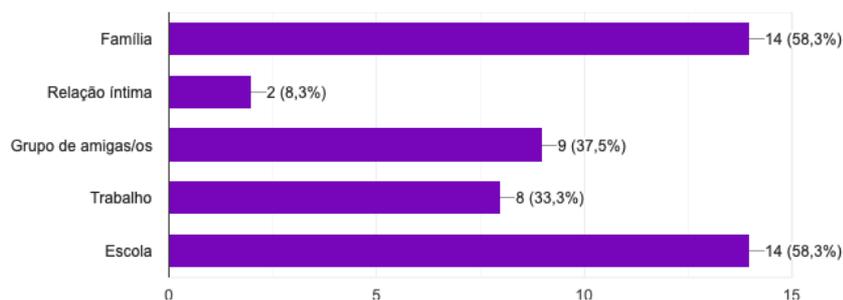


Gráfico 4. Distribuição dos contextos em que ocorrem esses comentários

Para responderem a esta questão, as pessoas inquiridas tinham algumas opções de resposta: *Família; Relação íntima; Grupos de amigas/os; Trabalho; Escola.*

Os resultados demonstraram que os contextos onde as pessoas mais sofrem com este tipo de comentários é no seio familiar e na escola, sendo os resultados, em ambos, 58,3% (14 pessoas).

As restantes percentagens foram distribuídas pelos outros contextos da seguinte forma: relação íntima 8,3% (2 pessoas); grupo de amigas/os 37,5% (9 pessoas); e trabalho 33,3% (8 pessoas).

A análise destes resultados levantou algumas questões: se a família é (ou deveria ser) o contexto que nos protege e nos dá segurança, como é que é o sítio onde raparigas e mulheres mais se sentem desconfortáveis no que diz respeito às injustiças? E mais, a escola, enquanto meio educativo estará a trabalhar em prol da igualdade e bem estar das suas alunas?

Face a estas evidências percebemos que é necessário sensibilizar e consciencializar a comunidade em geral, alertando para o impacto que problemáticas como a igualdade de género e a violência no namoro têm na vida das pessoas, essencialmente as do sexo feminino. Ao trabalharmos com as pessoas em geral, acreditamos estar, conseqüentemente, a lutar com o desconforto sentido no meio familiar. Relativamente à escola, percebemos que ainda há um longo caminho a percorrer, embora associações como o Graal já esteja a trabalhar neste campo. A escola, que deveria ser um espaço seguro e inclusivo, dado que é onde crianças e jovens passam a maior parte do seu tempo, é um lugar onde estas pessoas mais sofrem com as injustiças de serem raparigas. É urgente intervir neste contexto, preparando todo o pessoal que o compõe (corpo docente e não docente) para estas problemáticas, formando e sensibilizando.

### **3. Por favor exemplifique alguns desses comentários.**

As respostas neste ponto foram diversas, no entanto conseguimos perceber que algumas são comuns e intemporais.

Alguns comentários diziam respeito ao lugar da mulher na sociedade e ao facto de terem mais tarefas em casa por serem mulheres, outros referiam-se a comentários sobre o tipo de roupa (classificada como não decente), outros tantos eram sobre o facto de as mulheres serem dramáticas e histéricas, justificando estas atitudes com a fase menstrual.

Percebemos também com esta questão que aquilo que incomoda bastante as raparigas e mulheres são os piropos que ouvem na rua e a pressão familiar para terem namorado/ casarem/ terem filhos. Neste ponto específico podemos perceber que continua a haver uma ideia de que a mulher tem que estar sempre dependente de algo ou alguém para estar feliz e realizada.

#### **4. Relate-nos um episódio em que se tenha sentido incomodada pelo facto de ser mulher.**

Quando pedimos às inquiridas que nos relatassem um episódio em que se tenham sentido incomodadas, muitas referiram os piropos que ouvem na rua. Ainda neste contexto, algumas mencionaram já ter sido seguidas na rua por homens e que isso lhes dá insegurança, sobretudo à noite.

Houve quem nos contasse que sente que está sempre a ser questionada e criticada no seu meio profissional, que na escola se sente discriminada, sobretudo nas aulas de educação física, que no trabalho as promoções são sempre dadas a pessoas do sexo masculino e que na família estão sempre a causar pressão para ter um namorado/ casar/ ter filhos.

Também obtivemos respostas que mostram que muitas destas jovens/mulheres, em algum momento das suas vidas, já estiveram sujeitas a toques físicos não consentidos.

Para finalizar, podemos ainda referir que um outro episódio relatado diz respeito ao toque nas partes íntimas feito por homens em pleno espaço público, enquanto olhavam fixamente para a rapariga/mulher em questão.

#### **5. Já alguma vez esteve numa relação íntima em que se tenha sentido injustiçada?**

41 respostas

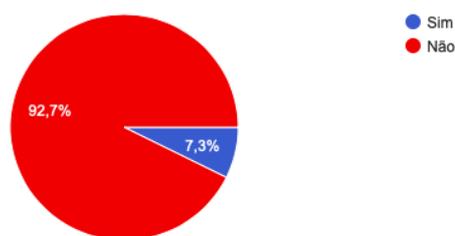


Gráfico 5. Distribuição das percentagens relativas ao facto das mulheres já se terem sentido injustiçadas numa relação íntima

Mais de metade das inquiridas (92,7% - 38 pessoas) respondeu que “Não” a esta questão. Os restantes 7,3% (3 pessoas) responderam que sim. Apesar destes dados parecerem à primeira vista positivos, devem ser analisados de uma outra perspetiva, dado que não se encaixam nos resultados dos questionários feitos a nível nacional.

De acordo com vários estudos realizados, nomeadamente o inquérito feito acerca dos usos do tempo (referido já anteriormente neste relatório), vemos que há uma discrepância nos valores entre, por exemplo, o trabalho não remunerado no sexo feminino e no sexo masculino. Esta diferença traduz-se numa injustiça, uma vez que as mulheres trabalham mais horas neste setor que os homens. Acreditamos que os valores presentes no nosso questionário revelam uma naturalização das desigualdades. Ou seja, ocorrem situações de injustiças dentro das relações, no entanto as pessoas não as consideram como tal. Perante isto, percebemos a importância que há em sensibilizarmos e alertarmos a comunidade para aquilo que devemos ou não aceitar dentro de uma relação.

#### **6. Se sim, exemplifique.**

Não obtivemos muitas respostas a esta questão, uma vez que a maior parte das pessoas nos revelou que nunca se tinha sentido injustiçada numa relação íntima, contudo, as respostas que tivemos foram no sentido do controlo por parte do companheiro, sobretudo no que diz respeito à roupa. Um dos casos, revelou-nos ainda que muitas vezes o companheiro pedia opinião aos amigos sobre o tipo de roupa que a pessoa em questão usava e que esses amigos diziam que ela era uma “porca”, no entanto, o companheiro estava constantemente a publicar fotos nas redes sociais em que se encontrava seminua.

A falta de liberdade de decisão quanto à possibilidade de viajar sozinha também foi um exemplo referido.

#### **-Avaliação**

A distribuição deste questionário foi fundamental para entendermos o impacto das desigualdades na vida das mulheres.

Conseguimos perceber que, independentemente da idade, em algum momento da sua vida uma rapariga/mulher já se sentiu desconfortável ou por estar sujeita a situações intimidantes, ou por ouvir comentários sobre o seu corpo. A questão do assédio é um ponto referido com bastante frequência. Aquelas situações de uma mulher ir na rua e estar sujeita a ouvir um piropo é algo que incomoda bastante, deixando muitas vezes estas pessoas inseguras.

Concluimos que ainda há muito a fazer em termos de promoção da igualdade. Devemos continuar a apostar na sensibilização, consciencialização e educação de jovens para que, aos poucos, consigamos erradicar esta problemática. É necessário alertar a comunidade para estas

pequenas atitudes que têm um impacto bastante grande na vida das vítimas. Relativamente às escolas, é necessário preparar e as/os agentes educativas/os, desde o corpo docente, até às/aos técnicas/os e auxiliares, para tornar este meio um sítio inclusivo e agente da mudança nas áreas da Cidadania. Devemos continuar a apostar na formação destas pessoas para que, aos poucos, a escola deixe de ser um local onde, de acordo com o questionário implementado, as raparigas ouvem mais comentários inapropriados.

Por fim, importa referir que o questionário foi também importante para a campanha que fizemos a partir dele, pois permitiu que esta ação fosse ainda mais credível, pois os seus *post's* foram feitos a partir da realidade das pessoas.

### **b) Ciclo de *Webinars*- “Violência no Namoro- Prevenir para não remediar”**

#### **-Descrição**

Tendo em consideração toda a situação pandémica atual, foi necessário desenvolver uma atividade que não pusesse em causa a saúde pública e que não fosse contra as indicações dadas pelas entidades de saúde. Neste sentido, a atividade foi planeada para ser feita via online.

Assim, pensou-se em criar um Ciclo de *Webinars*, intitulado “Violência no Namoro - Prevenir para não remediar”. As grandes temáticas de discussão seriam voltadas para a igualdade de género e para a prevenção primária da violência no namoro, debatendo sobre os assuntos de acordo com os diferentes pontos de vista das oradoras e oradores convidados.

Estas sessões foram distribuídas por dois dias distintos, de modo a não sobrecarregar oradoras/es e participantes. Também em cada dia foi discutida uma vertente diferente da temática. Numa primeira sessão analisamos os contextos formais e na segunda, os contextos não formais.

Estas sessões foram abertas a toda a comunidade interessada, com um enfoque particular na formação das/dos jovens participantes em outras ações do Graal e do (n)amor2. Para gerirmos o número de pessoas participantes, criamos para cada sessão um questionário de inscrição (Apêndice II e Apêndice III), que posteriormente divulgamos juntamente com um cartaz criado também para cada uma das sessões. (Apêndice IV e Apêndice V). Dias antes das sessões, elaboramos também um cartaz de apresentação (Apêndices VI e VII) das e dos oradores, bem como das temáticas que cada um e cada um nos trouxe.

## **- Objetivos**

- Potencializar a aprendizagem, promovendo a sensibilização e consciencialização das e dos jovens em relação a diferentes formas de discriminação de género;
- Debater sobre as intervenções feitas ao nível da igualdade de género e da prevenção primária da violência no namoro;
- Analisar o trabalho desenvolvido por várias pessoas e entidades.

## **- Avaliação**

Como anteriormente referido, a avaliação é fundamental para a planificação de qualquer atividade, uma vez que permite melhorar estratégias de atuação e posteriores decisões, tornando-as eficazes e fundamentadas.

Para avaliar o impacto da atividade nas pessoas participantes, foi criado quer para uma sessão, quer a outra, um questionário (Apêndices VIII e IX) composto por 5 questões, que avaliam as expectativas, a mudança de pensamento, os pontos positivos e negativos da atividade e do trabalho do Graal.

Este questionário foi partilhado com as pessoas presentes nas sessões.

### **b.1) Ciclo de *Webinars*- “Violência no Namoro- Prevenir para não remediar- 1- Contextos formais”**

## **- Descrição**

Esta primeira sessão decorreu no dia 27 de abril de 2021, pelas 18h. Estava planeada para demorar 1h30, pelo que estimamos que o seu fim fosse por volta das 19h30.

Pretendia-se, durante 15 minutos, ouvir o ponto de vista de várias e vários profissionais que trabalham recorrentemente com estas questões, preocupadas/os em construir uma sociedade mais igualitária e de relações livres de violência.

Assim, tivemos como oradoras a Doutora Maria Neto da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, a Dra. Rosa Carreira da organização CooLabora- Intervenção Social e o orador Dr. Luís Gonçalves, professor do Agrupamento de Escolas Miranda do Corvo e membro do Grupo de Trabalho que delineou a Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania. A moderar a sessão esteve a Doutora Cristina C. Vieira, em nome da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra e da Associação Portuguesa de Estudos sobre as Mulheres. As oradoras e o orador falaram-nos dos seus projetos, das

atividades que dinamizam nas escolas e na forma como procuram sensibilizar e consciencializar para a problemática das relações abusivas, fazendo sempre a ponte com a questão da igualdade de género.

Após a intervenção das oradoras e do orador, permitimos que as e os participantes esclarecessem as suas dúvidas e colocassem questões, abrindo, assim, um espaço para debate.

Com esta atividade pretendíamos também divulgar e lançar um repositório online feito no âmbito de um grupo de trabalho, que será explicado posteriormente neste relatório de forma mais detalhada. De uma forma geral, este repositório é um banco de recursos sobre igualdade de género e prevenção primária da violência no namoro, de várias organizações. Nesta sessão foi dado a conhecer este trabalho, disponibilizando-o a toda a comunidade.

### **-Objetivos**

- Debater sobre o trabalho feito nas instituições de ensino ao nível da igualdade de género e da violência no namoro;
- Sensibilizar a comunidade para as temáticas em causa;
- Fomentar o espírito crítico das e dos participantes.

### **-Avaliação**

Como referido, foi divulgado junto das e dos participantes um questionário de avaliação. Este questionário, feito em formato online, foi importante para sabermos a opinião das pessoas e para entendermos como poderíamos melhorar futuras ações.

Assim, relativamente à opinião das e dos participantes, acreditamos que o *feedback* obtido foi bastante positivo e a sessão bastante dinâmica. As pessoas elogiaram a intervenção das oradoras e orador, bem como salientaram a pertinência da temática abordada.

A sessão contribui para dar a conhecer o trabalho feito em contexto formal e permitiu a mudança de pensamento de algumas e alguns participantes.

Um outro aspeto mostrado como positivo prendeu-se com o momento de debate. Todas/os consideraram que este momento foi fundamental e rico, permitindo o esclarecimento de dúvidas e lançamento de desafios.

Como negativo, foi apontada a extensão do tempo do *webinar*, uma vez que este se alongou mais do que o que havia sido previsto.

Por fim, dado o *feedback* percebemos que as pessoas consideram o trabalho no Graal, no âmbito da violência no namoro, muito importante e que por isso, é fundamental continuarmos a proporcionar estes momentos educacionais.

## **b.2) Ciclo de Webinars- “Violência no Namoro- Prevenir para não remediar- 2- Contextos Não formais”**

### **- Descrição**

Neste segundo *webinar*, realizado no dia 13 de maio, também entre as 18h e as 19h30, foram abordadas as mesmas temáticas (igualdade de género e a prevenção primária da violência no namoro), mas aplicadas aos contextos não formais, de modo a percebermos como é que é feito o trabalho de sensibilização e prevenção da violência no namoro fora das instituições de ensino. A dinâmica foi semelhante à sessão anterior, diferenciando o/as orador/as. Para esta segunda abordagem procuramos convidar pessoas e jovens que integram entidades distintas. Assim, contamos com a presença da Doutora Natália Belarmino, do Dr. Alexandre de Sousa Carvalho e da Rita Rocha. A moderar a sessão tivemos connosco a Dra. Mónica Freitas, presidente da Associação Womaniza-te e acompanhante assídua das atividades do Graal e do projeto (n)amor2.

Num momento inicial foi dado a conhecer o Graal e o projeto (n)amor2, bem como as suas atividades e campanhas. Posteriormente, passamos a palavra a cada uma das nossas convidadas e convidado. A Doutora Natália, da Universidade Federal do Pernambuco, no Brasil, deu-nos a conhecer o trabalho que desenvolveu sobre os canais de Youtube e sobre as e os próprios youtubers, levando-nos a pensar sobre de que forma é que estas pessoas e plataformas online contribuem, ou não, para a construção de estereótipos. Falou-nos também dos filmes da Disney, com a qual a maioria das pessoas cresceu, e da forma como estes retratam o amor e as relações entre os sexos.

O Dr. Alexandre de Sousa Carvalho, que esteve em representação do projeto DeCode/M, do Centro de Estudos Sociais, deu-nos a conhecer o projeto referido e falou-nos sobre o papel dos media na construção das masculinidades.

A última intervenção foi feita pela Rita Rocha, presidente do Grupo de Estudantes da Amnistia Internacional da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, da Universidade de Coimbra. A Rita elucidou-nos sobre o trabalho que a Amnistia faz junto de jovens, das atividades que desenvolve e das campanhas de sensibilização que criam.

No fim de todas as apresentações, iniciamos um momento de debate, onde as pessoas participantes puderam colocar questões e dar os seus contributos.

### **-Objetivos**

- Conhecer o trabalho desenvolvido das várias organizações;
- Perceber como a comunidade mais jovem trabalha estas problemáticas;
- Sensibilizar e consciencializar o público alvo para a promoção da igualdade de género e prevenção da violência no namoro.

### **-Avaliação**

Para avaliar este *webinar* voltamos a enviar às e aos participantes um questionário. Este questionário era semelhante ao da sessão anterior, composto pelas mesmas perguntas.

Voltamos a ter uma apreciação bastante positiva. A maioria das pessoas que responderam ao questionário disseram-nos que o encontro tinha correspondido às suas expectativas, que permitiu a mudança de pensamento, uma vez que, consideram que, por muito que se conheça o tema e as consequências associadas, há sempre algo mais a aprender, sobretudo no que diz respeito à identificação de determinados comportamentos. A intervenção do painel de orador/as voltou a ser apontada como dinâmica e interativa, sendo referido que o trabalho deles é uma mais valia para as e os jovens e para as pessoas no geral.

Em termos menos positivos, voltou a ser referida a extensão do tempo. Embora tenha acabado pouco depois da hora pretendida, muitas pessoas tiveram que sair e acabaram por perder o momento de debate, que é classificado como um momento bastante rico e importante, quer para o esclarecimento de dúvidas, quer para o lançamento de desafios.

Enquanto equipa acreditamos que este tipo de eventos é importante para reforçar o trabalho do Graal, que uma vez mais, foi reconhecido como muito relevante nesta área.

### **Conclusão**

Para a concretização do Projeto de Estágio descrito foi necessário, em primeiro lugar, fazer uma análise de necessidades. Procuramos perceber o que é que poderia ser feito que fosse positivo para a instituição acolhedora e que fosse de encontro com o trabalho que desenvolvem. Após esta fase inicial, foram traçados os objetivos gerais e específicos e pensadas atividades que nos permitissem a sua concretização.

De acordo com o nosso entendimento, a definição de objetivos é crucial, contribuindo para nos motivar ao longo de todo o estágio curricular.

O projeto teve, desde o início, de ser pensado tendo em consideração a situação pandémica que atravessamos, dado que não poderíamos desenvolver nada que pusessem em risco a saúde pública.

Para finalizar, importa referir que todas as atividades foram avaliadas numa perspetiva de melhoramento contínuo, permitindo-nos compreender as alterações que deveríamos fazer em planificações futuras.

# **Capítulo IV**

## **Descrição das Atividades**

## Introdução

No presente capítulo serão abordadas as atividades e intervenções em que nos foi possível colaborar ao longo de todo o estágio. Todas as atividades procuraram atingir aquilo que o Graal pretende: a promoção da igualdade de género e das relações saudáveis.

A maioria das atividades foi destinada à população mais jovem, pois, acreditamos que a chave do futuro são as gerações mais novas e, por isso, a intervenção junto deste público alvo revela-se crucial para a mudança de mentalidades e, a uma escala maior, a mudança do futuro.

Para descrever as atividades, optámos por categorizá-las por projetos, uma vez que pudemos colaborar em várias iniciativas distintas. Assim, as categorias que compõem a organização deste capítulo são as seguintes: *Projeto “(n)amor2|por relações igualitárias e livres de violência”*; *Projeto “Ligações: Organizações da sociedade civil em reflexão e ação sobre as assimetrias do território”*; *Projeto “Banco de Tempo”*; *Projeto “+Roda das Raparigas (3.0)”*; e, *“Atividades Complementares”*.

Neste ponto também serão referidas pequenas atividades em que colaboramos durante o estágio curricular, mas que são inerentes, diretamente, ao Graal e aos seus projetos.

Todas as atividades foram realizadas à distância, recorrendo a plataformas digitais. As que eram destinadas ao público em geral eram divulgadas nas redes sociais do Graal e dos respetivos projetos. No fim de cada atividade, divulgávamos um questionário de avaliação (Anexo I), também ele online.

É ainda importante salientar que, apesar da falta de presença física, todas permitiram e contribuíram o fortalecimento de laços entre participantes.

## **I- Projeto “(n)amor2|Por relações igualitárias e livres de violência”**

### **4.1.1 Reuniões de equipa para gestão e planeamento do projeto**

#### **-Descrição**

Diariamente a equipa do Graal reunia-se para preparar as atividades que se pretendiam desenvolver. Numa fase inicial, esta tarefa permitiu a nossa integração na equipa de trabalho, ajudando-nos a estabelecer uma ligação de confiança com todas as pessoas. Posteriormente, estas reuniões revelaram-se importantes para conhecer a dinâmica de trabalho e estrutura deste movimento.

Algumas destas reuniões foram feitas com outras entidades, o que nos facilitou o entendimento e acompanhamento de todo um trabalho feito em rede, sendo também importantes para conhecer outras entidades que se preocupam e procuram trabalhar as questões da igualdade de género e das relações igualitárias e livres de violência.

Para além disto, estas reuniões eram essenciais para definir metas, objetivos e fazer balanços em equipa.

Para aprofundar aquilo que são os pilares do Graal, foram realizadas algumas formações a nível interno. Nestas sessões foi-nos possível adquirir novos conhecimentos e competências para aplicar ao longo de todo o estágio curricular.

#### **-Objetivos**

- Definir metas de trabalho;
- Planear sessões;
- Criar objetivos para o projeto;
- Avaliar o impacto das atividades concretizadas.

#### **-Avaliação**

Estas reuniões revelaram-se bastante importantes para articular tarefas entre a equipa, sobretudo numa fase de teletrabalho.

Além disto foram positivas no sentido em que nos permitiram acompanhar o projeto na íntegra, facilitando a integração na equipa.

## **4.1.2 Elaboração de documentos internos**

### **-Descrição**

Subjacente a todo o trabalho desenvolvido junto dos públicos alvos, é igualmente imprescindível todo o conjunto de trabalho burocrático e a redação de documentos internos inerentes ao projeto (n)amor2. Falamos de relatórios de atividades e de reuniões, planificações de atividades, criação de cartazes de divulgação, levantamento de evidências e planos de ação.

Sempre que nos foi solicitado, apoiamos a restante equipa neste sentido.

### **-Objetivos**

- Conhecer o tipo de documentos do Graal e do projeto (n)amor;
- Auxiliar na elaboração dos documentos;
- Redigir versões dos documentos.

### **-Avaliação**

A redação deste tipo de documentos revelou-se muito importante, uma vez que nos permitiu entender mais detalhadamente como funciona a gestão dos projetos e o que é necessário fazer para que estes se concretizem.

Planear as sessões é um ato importante na concretização de qualquer tipo de atividade e, apesar de já conhecermos os passos necessários desta tarefa, nunca os tínhamos exportado da teoria para a prática.

A elaboração dos documentos mencionados exige o cumprimento de requisitos que desconhecíamos. Assim sendo, a sua redação permitiu-nos adquirir novos conhecimentos de estilo administrativo-burocrático.

## **4.1.3 Vídeo de sensibilização - Dia Internacional da Rapariga**

### **-Descrição**

Para assinalar o dia Internacional da Rapariga, celebrado no dia 11 de outubro, o Graal fez um vídeo que contou com a presença de diversas raparigas, onde foi evidenciada a importância deste dia. As participantes proferiram um conjunto de frases que descreviam o comportamento feminino estereotipado.

A necessidade da celebração deste dia e da criação deste recurso sensibilizador prendeu-se com o facto de as desigualdades serem ainda tão evidentes. Por todo o mundo, os direitos das raparigas ainda não são reconhecidos, nem cumpridos. São vários os países que continuam a explorar as mulheres mais jovens, a tirar-lhes o direito a serem mulheres por completo, a incutir-lhes ensinamentos e valores de obediência, fraqueza ou dependência de um homem, a vincar noções de que as mulheres devem ser boas filhas, esposas, mães, delicadas e recatadas, condenando os comportamentos que saem fora do esperado.

#### **-Objetivos**

- Sensibilizar os/as jovens para as desigualdades a que as raparigas ainda estão sujeitas;
- Reconhecer a importância da celebração deste dia;
- Combater comportamentos estereotipados.

#### **-Avaliação**

O *feedback* revelou-se bastante positivo. As partilhas nas redes sociais foram muitas, o que permitiu que o vídeo chegasse a um maior número de pessoas.

Acreditamos ter conseguido sensibilizar a comunidade para a necessidade e importância da celebração deste dia.

As raparigas que participaram nesta iniciativa também se mostraram disponíveis e interessadas, o que originou num resultado bastante dinâmico e consciente.

### **4.1.4 Sessões de sensibilização no Agrupamento de Escola Dr. Guilherme Correia de Carvalho**

#### **-Descrição**

As sessões de educação de pares revelam-se importantes na medida em que permitem moldar comportamentos e combater estereótipos.

As sessões de sensibilização do Graal nas escolas são mais uma ação cujo objetivo é sensibilizar as gerações mais novas para as problemáticas da igualdade de género e violência no namoro.

Estas iniciativas realizaram-se a convite do CLDS (Contrato Local de Desenvolvimento Social) de Seia. Foram dinamizadas, em dias distintos, cerca de cinco sessões durante o estágio curricular.

### **-Dia 17 de novembro de 2020**

#### **-Descrição**

No dia 17 de novembro de 2020 realizaram-se duas sessões online junto das turmas do 8ºD e 8ºE (na primeira sessão participaram 17 estudantes e na segunda 19). Apesar das condições não terem sido as mais favoráveis, acreditamos ter cumprido o objetivo de sensibilizar estas e estes jovens para as problemáticas reais das desigualdades de género e das relações violentas. Ambas as sessões começaram com a apresentação das dinamizadoras, bem como do Graal e do projeto. Ao longo da sessão, de modo a complementar os conteúdos abordados, foram dinamizados jogos e projetados vídeos para uma melhor reflexão por parte das e dos alunos.

#### **-Avaliação**

Como em qualquer atividade, é importante avaliar e obter o *feedback* por parte dos e das participantes. Para isto foram criados questionários de avaliação nos quais os e as envolvidas referiram os pontos positivos, negativos e se as abordagens feitas permitiram a mudança de pensamento. Estes questionários revelaram-se importantes, uma vez que permitem a mudança de estratégias educativas por parte do Graal, aproximando-se cada vez mais daquilo que são as expectativas do público alvo.

De um modo de geral, as sessões tiveram um *feedback* bastante positivo. Foi notório o envolvimento das turmas, a adesão às dinâmicas desenvolvidas e o interesse de todas e todos os participantes.

Surgiram ao longos das sessões alguns obstáculos de origem técnica que impediram que a sessão decorresse com total eficácia. Alguns momentos planeados foram comprometidos quer devido a problemas tecnológicos, quer a questões de gestão de tempo.

No entanto, mediante as avaliações feitas pelos alunos e alunas podemos considerar que estes gostaram da temática e que, de certa forma, todas as novas informações que receberam permitiu a mudança de pensamento.

## **-Objetivos**

- Promover o conhecimento do Graal e do seu percurso;
- Integrar os e as participantes na dinâmica do projeto;
- Elucidar os alunos e alunas sobre os conceitos de sexo e género;
- Sensibilizar para as desigualdades entre raparigas e rapazes, homens e mulheres;
- Facilitar a identificação de comportamentos abusivos;
- Promover a empatia das e dos jovens para com as vítimas.

## **- Dias 15 e 18 de janeiro de 2021**

### **-Descrição**

À semelhança do que havia ocorrido no dia 17 de novembro de 2020, decorreram entre os dias 15 e 18 de janeiro do presente ano (2021) mais três sessões de sensibilização no agrupamento de escolas supramencionado. Estas intervenções tinham como público alvo as turmas do 8ºA, 8ºB (estas duas no dia 15 de janeiro) e 8º C (no dia 18 de janeiro).

Começamos cada sessão com uma apresentação das dinamizadoras e do Graal, seguindo para a introdução do tema da igualdade de género. Aqui procuramos esclarecer os alunos e alunas sobre aquilo que distingue um rapaz de uma rapariga, incidindo sobre os conceitos sexo e género. De maneira a consolidar a abordagem de conteúdos fomos complementando com dinâmicas e vídeos. Através de um *quizz*, fizemos a ponte para a temática da Violência no Namoro. Procuramos fornecer mecanismos para os e as jovens conseguirem reconhecer elementos tóxicos nas relações e terem empatia pelas vítimas, alertando para o impacto que a violência tem sobre as pessoas. Uma vez mais, foram desenvolvidas dinâmicas e projetados vídeos para um melhor entendimento desta questão.

No final da sessão, de modo a entender se todas e todos tinham percebido a mensagem que se pretendia passar, pedimos aos alunos e alunas que nos identificassem os ingredientes fundamentais para existirem relações saudáveis, igualitárias e livres de violência.

### **-Avaliação**

Tendo em conta algumas coisas que falharam nas sessões anteriores, procuramos melhorá-las, adaptando, ainda mais, as sessões à nova realidade.

Contudo, apesar dos constrangimentos e obstáculos causados pela distância, a apreciação feita é positiva, denotando-se o envolvimento dos alunos e das alunas em todas as atividades.

Todo o *feedback* permitiu-nos concluir que, aos poucos, vamos conseguindo alterar pensamentos e forma de ver estas questões e, conseqüentemente, sensibilizar e educar os e as jovens.

## **4.1.5 Oficinas Artísticas**

### **-Descrição**

Realizaram-se nos dias 21 e 22 de dezembro de 2020 duas oficinas artísticas. Uma foi destinada à parte escrita, onde aprendemos o que é um Guião e como se elaboram estes tipos de textos. Outra focou-se na produção do vídeo, originado pelo guião anteriormente redigido. Mais uma vez, recorremos às plataformas online para realizar estas atividades. Contamos com a presença de 5 jovens participantes.

O principal objetivo desta iniciativa, além da sensibilização e educação, foi criar um recurso que servisse como campanha positiva.

Estas atividades foram cruciais para a criação de laços afetivos entre participantes e para aperfeiçoar o trabalho de equipa, fomentando o espírito de *entreaajuda*.

### **-Objetivos**

- Sensibilizar os e as jovens para as questões da igualdade de Género e das relações saudáveis;
- Criar campanhas de sensibilização;
- Fomentar o espírito crítico e de *entreaajuda* dos e das participantes.

## **-Oficina de Guião**

### **-Descrição**

Contamos com a participação da formadora Filipa Queiroz que, através de uma apresentação técnica sobre a escrita de um Guião, nos elucidou sobre as suas componentes. Seguidamente, desafiou e orientou as participantes a criarem elas um guião com uma história que representasse uma relação igualitária, feliz e livre de violência, permitindo que ao mesmo tempo se refletisse conjuntamente a pertinência do tema.

Com as ideias de todas, surgiu uma história sobre uma avó e uma neta com perspetivas diferentes sobre relações igualitárias e livres de violência.

### **-Avaliação**

De acordo com o questionário de avaliação que foi disponibilizado para as participantes obtemos um *feedback* bastante positivo. Todas referiram que a prestação da formadora convidada foi “Muito favorável”, pelo que foi possível perceber que a intervenção da Filipa foi esclarecedora e dinâmica. Em termos de duração da Oficina, 3 das 4 participantes que responderam ao questionário classificaram-na como “Muito Favorável”. Como a sessão acabou por ultrapassar uma hora daquilo que estava planeado para o seu término, 1 pessoa classificou a duração como “Favorável”. 100% das participantes consideraram a oficina “Muito favorável” no que diz respeito à satisfação de expectativas, o que nos leva a concluir que as motivações e intenções das participantes foram superadas. Relativamente à qualidade dos audiovisuais e outros recursos apresentados, as 4 respostas obtidas dizem que foi “Muito favorável”. Quanto ao impacto desta oficina na vida das jovens, estas classificaram como “Muito favorável”. Dentro do que foi mais positivo, percebeu-se que o método usado pela formadora, o trabalho em equipa e toda a aprendizagem e seguranças são os aspetos chave desta sessão. Por outro lado, o maior inconveniente foi o facto de ter sido online.

Percebemos que esta atividade contribuiu para esclarecer as jovens sobre os diversos aspetos tratados, mas sobretudo no que diz respeito à criação deste tipo de texto.

## **- Oficina de Vídeo**

### **-Descrição**

Na sequência da oficina de guião, realizou-se no dia 22 de dezembro de 2020 um vídeo. Para esta atividade contamos com o formador Martim Santos que falou sobre as bases de

gravação de vídeo e sobre a sua edição. Toda esta informação foi imprescindível para a execução da tarefa planeada.

O grande objetivo desta atividade era, como já foi anteriormente mencionado, gravar um vídeo tendo por base a história criada no guião.

Com a cooperação e espírito de equipa, concretizaram-se os objetivos de sensibilização e criação de recursos educativos.

#### **-Avaliação**

Relativamente à dinamização da sessão por parte do formador Martim Santos, obtiveram-se 4 respostas (responderam a este questionário 4 das 5 participantes), classificadas com “Muito favorável”. À semelhança da sessão anterior, a demora no término da atividade fez com que 1 pessoa classificasse a duração da oficina como “Favorável”. No entanto, as restantes dizem que foi “Muito favorável”. Uma vez mais, foram superadas as expectativas das jovens, dado que todas referiram que a oficina foi “Muito favorável” para esse efeito. A qualidade dos recursos e os audiovisuais usados também foi considerada “Muito favorável”. O impacto da oficina na vida das participantes foi considerado “Muito favorável”. A sessão teve como pontos positivos, mais uma vez, o trabalho em equipa e o papel do formador. O menos positivo voltou a ser a distância entre as pessoas. A oficina mudou a forma de pensar das jovens no que diz respeito à edição e gravação de um vídeo.

Tal como na oficina de guião, o *feedback* foi bastante positivo e as jovens mostraram-se interessadas.

Percebemos, por isso, que o trabalho que o Graal desempenha na prevenção da violência no namoro é muito importante, podendo ser uma chave essencial para a mudança de comportamentos.

### **4.1.6 Campanha de Sensibilização “Avós da Razão”**

#### **-Descrição**

Como já mencionado, as oficinas artísticas tinham como objetivo criar um recurso de vídeo que servisse de campanha positiva.

Fruto do trabalho e originalidade das pessoas participantes, criou-se a campanha intitulada “Avós da Razão”.

O nome vai ao encontro da história, uma vez que esta se trata de uma conversa entre uma avó (a Maria) e uma neta (Catarina).

Esta foi uma campanha realizada e montada toda à distância, através da plataforma Zoom.

Contamos com a colaboração de várias pessoas, que se mostraram envolvidas na atividade.

Na parte deste relatório referente aos anexos é possível encontrar uma imagem desta campanha (Anexo I).

### **-Objetivos**

- Sensibilizar os e as jovens para a problemática das relações abusivas;
- Criar recursos educativos;
- Reconhecer a importância da prevenção de relações tóxicas;
- Reconhecer elementos tóxicos nas relações.

### **-Avaliação**

Tendo em conta o *feedback* recebido através das redes sociais, das participantes da criação da campanha e de entidades parceiras que trabalham com estas questões, acreditamos ter atingido o objetivo sensibilizador pretendido.

Através de alguns comentários ao vídeo percebemos que as jovens conseguiram reconhecer elementos pouco saudáveis nas relações. Muitos destes elementos, numa primeira impressão, não são vistos como um risco e até se banalizam (como é o caso do ciúme ou da privação da vida social), no entanto, a longo prazo revelam-se perigosos para a relação e para uma das partes envolvidas.

Fazemos uma apreciação bastante positiva, salientado que a campanha se tornou dinâmica, divertida e, acima de tudo, educativa.

## **4.1.7 Reuniões Grupo de trabalho**

### **-Descrição**

Estes encontros juntam várias entidades que se preocupam com as questões do género e atuam na prevenção primária da violência. Este grupo, em conjunto, procura intervir de forma

mais eficaz na prevenção primária da violência, criando e articulando espaços de reflexão. Após uma análise de necessidades, as pessoas que compõem este grupo de trabalho perceberam que era essencial criar um documento digital onde fosse possível aceder a diversos recursos desta natureza.

A primeira reunião deste grupo aconteceu no dia 4 de março de 2020, seguindo-se mais uma a 29 de abril, mas como ainda não estávamos a estagiar no Graal nesta altura, não é possível falarmos sobre elas. No entanto, a partir da reunião de dia 3 de novembro de 2020, foi-nos permitido acompanhar o trabalho feito neste grupo.

Assim, no dia 3 de novembro realizou-se a 3ª reunião do grupo de trabalho. Nesta reunião cada entidade parceira fez um ponto de situação, referindo as atividades e iniciativas desenvolvidas desde o último encontro. Identificaram as dificuldades sentidas e apontaram possíveis soluções para continuar a atuar com as restrições derivadas da pandemia Covid-19.

No dia 15 de março de 2021 aconteceu a 4ª reunião deste grupo, onde foi abordado o lançamento do documento redigido e onde se pensou no dia para se dinamizar uma reunião aberta a várias organizações e pessoas. Além disto, fez-se um balanço das atividades em que as várias organizações estavam a ter dificuldade, ou não, de concretizar, devido aos diversos obstáculos impostos.

No dia 30 de junho de 2021 realizou-se o pretendido encontro aberto e, apesar de já não estarmos em período de estágio, foi-nos possível assistir a esta sessão.

### **-Objetivos**

- Intervir na prevenção primária da violência no namoro;
- Criar e articular espaços de reflexão;
- Discutir necessidades;
- Divulgar projetos que trabalham a área da violência;
- Promover o trabalho em rede e de parceria.

### **-Avaliação**

Estas reuniões revelaram-se uma mais valia. Denotamos o esforço de todos e todas em prol de igualdade e combate à violência entre pares.

Juntos e juntas avaliaram atividades, criando soluções, discutindo necessidades e contornam eventuais obstáculos que vão surgindo.

Importa salientar que este é um trabalho essencial para que as intervenções sejam eficazes e que tenham impacto na vida dos públicos alvos, sobretudo numa geração que tem um acesso facilitado a toda a informação e que muitas vezes não a usa de forma consciente e segura. O trabalho em rede é também um aspeto a destacar, dada a sua importante função. Trabalhar em parceria permite alcançar mais pessoas e, conseqüentemente, permite um maior sensibilização e educação. Além disto, este trabalho revelou-se fulcral para fortalecimento de laços e relações entre organizações.

### **-Repositório**

#### **-Descrição**

Como referido, foi elaborado um repositório (Anexo II) com materiais sobre prevenção primária no que diz respeito à igualdade de género e violência no namoro.

Numa fase inicial, a Margarida (colega do Graal) criou uma base de dados onde inseriu todos os projetos que atuam neste sentido.

Após isto, e colaborando com a colega, criamos um documento em pdf onde colocamos quer os projetos, quer as organizações responsáveis por eles.

Tornamos este trabalho público no dia 27 de abril de 2021, quando dinamizamos o *webinar* acima descrito.

Este é um documento bastante rico de informação, que permite dar a conhecer às pessoas as várias organizações que trabalham com as questões sociais relativas à igualdade de género e violência no namoro e que neste sentido procuram sensibilizar a comunidade.

#### **-Objetivos**

- Divulgar projetos que trabalham com questões sociais;
- Dar a conhecer organizações;
- Facilitar a procura de projetos e de conhecimentos das diversas áreas sociais.

#### **-Avaliação**

Após o lançamento do repositório obtivemos um *feedback* que demonstra que este é um recurso importante, uma vez que facilita a procura e dá a conhecer projetos e iniciativas de distintas organizações.

A percepção tida revela ainda que este tipo de material é útil na medida que promove conhecimento sobre as temáticas da igualdade de género e violência no namoro.

#### **4.1.8 Rodas de Conversa**

##### **-Descrição**

Esta é uma atividade que, por via das circunstâncias, realizou-se, desde que iniciámos o estágio, toda online.

Tinha como objetivo reunir um conjunto de jovens para conversar sobre os mais diversos temas relacionados com a igualdade entre sexos e as relações igualitárias e livres de violência.

O registo manteve-se nas diversas rodas- começava-se com uma dinâmica inicial, que pretendia, além de uma apresentação das pessoas dos grupos, envolver as e os participantes no grupo. Posteriormente, seguia-se um debate em pequenos grupos, moderados pela equipa do Graal. Após este momento de reflexão, promovia-se uma discussão com o grupo na sua totalidade, apresentando a todas e todos o que tinha anteriormente sido discutido. Eram realizadas ao final do dia, por volta das 18h, para que toda a gente conseguisse estar presente.

A intenção das rodas era torná-las o mais informal possível para que quem participasse se sentisse à vontade para partilhar qualquer tipo de opinião e ponto de vista.

No fim, divulgávamos e pedíamos aos e às presentes para preencherem um questionário de avaliação, possível de encontrar na parte destinada aos anexos deste relatório (Anexo III).

Apresentaremos de seguida as várias rodas realizadas durante o período do estágio curricular.

##### **-Objetivos**

- Sensibilizar os/as jovens para os diversos temas;
- Estimular o espírito crítico;
- Criar laços entre os e as participantes;
- Promover a reflexão grupal;
- Criar empatia nas e nos jovens.

## **-Género na Escola**

### **-Descrição**

Esta roda foi realizada no dia 15 outubro de 2020. Participaram cerca de 13 jovens que, de forma crítica e reflexiva, procuraram perceber como é que o ensino, quer formal quer informal, lida com as questões das desigualdades. Foi feita uma divisão das e dos participantes em dois pequenos grupos, onde num se falou especificamente do ensino formal e outro do ensino informal. Após a reflexão, os pequenos grupos voltaram a reunir-se num grupo geral para debater as conclusões retidas.

Apesar da distância, a partilha de opiniões e experiências tornou esta conversa interessante e diversificada.

## **-As relações de intimidade entre e com pessoas LGBTI+**

### **-Descrição**

Esta sessão, realizada no dia 11 de novembro de 2020, foi dinamizada com o apoio de Daniel Seabra- ativista, membro da direção de “rede ex aequo| Associação de Jovens LGBTI+ e apoiantes”, psicólogo e doutorando nesta área. Contamos com a presença de 17 jovens. Começou com uma apresentação que, para além de ser informativa, orientou para algumas reflexões da Roda. Abordou-se num primeiro momento a diferença entre os seguintes conceitos: orientação sexual, identidade de género e características sexuais. Alertou-se para as invisibilidades e as discriminações que as pessoas desta comunidade são alvo. Após este momento, os e as participantes foram divididos em dois grupos, onde um deles procurou responder às questões lançadas pelo Daniel sobre as relações de intimidade entre e com pessoas LGBTI+, e o outro refletiu sobre algumas das discriminações de que a comunidade é alvo. De seguida, refletiu-se no grupo geral sobre as conclusões tiradas e percebeu-se que, muitas vezes, a violência para com as pessoas que pertencem e se identificam com esta comunidade são inúmeras uma vez que, contrariam os estereótipos incutidos pela sociedade nos mais diversos campos.

## **-Sexismo**

### **-Descrição**

Esta “Roda de Conversa” foi dinamizada (no dia 2 de dezembro de 2020) em conjunto com o projeto “NAMORArte+” e inspirada na campanha promovida pela Plataforma Portuguesa para os Direitos das Mulheres (PpDM). Contou com a participação de 24 jovens que juntas e juntos desenvolveram uma conversa rica, pertinente e dinâmica.

Foram formados três grupos onde se inseriu os e as jovens. Cada grupo discutiu uma temática diferente. Num foi abordado o tema “Sexismo na esfera privada”, onde se conversou sobre as expectativas para homens e mulheres no espaço privado, da influência dos desenhos animados e da perpetuação dos filmes na abordagem de estereótipos e desigualdades, concluindo-se que existe uma enorme facilidade em ser-se sexista de forma inconsciente. Num outro grupo, discutiu-se o “Sexismo na esfera pública”, onde se destacou todo e qualquer tipo de assédio, sobretudo aquele a que as mulheres estão sujeitas nos seus locais de trabalho, do retrocesso social, das quotas e dos micromachismos. No terceiro grupo conversou-se sobre o “Sexismo na cultura, no desporto e na comunicação social”. Aqui o grupo focou a sua conversa essencialmente no desporto, através da partilha de experiências, na falta de literatura escrita por mulheres nos programas de leitura nacional e na sexualização das mulheres no desporto e na publicidade.

Toda a partilha de histórias na primeira pessoa, as visões, os pensamentos e a diversidade da temática foram alguns dos vários aspetos positivos destacados desta conversa.

## **-Micromachismos**

### **-Descrição**

Esta roda, realizada no dia 16 de fevereiro, contou com a presença de 24 jovens.

Iniciamos este encontro com uma breve introdução à temática e como habitual, procedemos à divisão do grande grupo em dois subgrupos, onde refletimos sobre diferentes pontos de vista. Num grupo foram abordados os micromachismos na sociedade e no outro foram discutidos os micromachismos nas relações.

Com a partilha de opiniões, visões e experiências toda a gente percebeu que estas atitudes são tão pequenas que acabam por ser mais facilmente naturalizadas e perpetuadas, e

que a conotação “micro” não equivale à realidade, dado que estas atitudes têm um impacto macro na vida de todas as mulheres.

### **-Por relações igualitárias e livres de violência**

#### **-Descrição**

Realizada no dia 1 de abril de 2021, esta roda diferiu das restantes. Ao contrário das outras, esta atividade foi feita pela positiva e tinha como tema as relações afetivas. Fizemos, como habitual, um momento de abertura, onde procuramos envolver todas e todos no encontro e deixar as pessoas confortáveis. Na partilha em pequenos grupos foi discutido, numa temática das relações saudáveis e os elementos necessários para existir igualdade numa relação, e no outro, a temática da violência nas relações e os elementos de alerta para quando estamos numa relação desigual e violenta.

Estiveram presentes 12 pessoas.

#### **-Avaliação Geral**

A avaliação destes encontros era feita, como já mencionado, através de um questionário online.

De um modo geral, o balanço que se fez de todas as rodas foi sempre bastante positivo.

As e os jovens mostraram-se sempre muito ativas/os, participativos/as/ e interessados/as pelos temas.

As conversas foram sempre extremamente enriquecedoras e contribuíram para a consciencialização de todas e todos os participantes, permitindo a mudança de comportamentos e atitudes.

Acreditamos ter promovido a empatia e o respeito entre participantes, fomentando o espírito de equipa e fortalecendo os laços, mesmo à distância.

### **4.1.9 Encontros Criativos**

#### **-Descrição**

De modo a proporcionar às e aos jovens momentos dinâmicos e criativos aquando da interrupção do letivo devido ao novo confinamento geral, derivado da pandemia Covid-19, foi criado um conjunto de encontros (num total de 4).

O grande objetivo era desafiar as/os jovens a aplicarem os conhecimentos adquiridos nas ações do Graal relativamente à violência nas relações de intimidade. Destes encontros resultou um conjunto de guiões que, posteriormente foram tornados em vídeos, com o objetivo de serem mais uma campanha de sensibilização nesta área da violência.

O primeiro encontro criativo ocorreu no dia 27 de janeiro e contamos com a presença, para além da equipa organizadora, de duas jovens participantes. Neste encontro debatemos ideias para o que poderia ser feito. O segundo foi feito no dia 1 de fevereiro e tivemos um total de seis pessoas (3 da equipa e 3 jovens), o terceiro aconteceu no dia 4 de fevereiro e estiveram presentes 4 jovens mais 3 da equipa organizadora. No último encontro, realizado no dia 5 de fevereiro, estiveram um total de 7 pessoas (3 da equipa organizadora e 4 jovens).

Deste conjunto de sessões saíram uma série de pequenos vídeos que foram utilizados, posteriormente, também como campanha de sensibilização.

Foram momentos de partilha e de aprendizagem, de onde saíram ideias alimentadas pela sensibilidade e consciência de jovens ativos.

### **-Objetivos**

- Sensibilizar jovens;
- Criar conteúdo;
- Dinamizar momentos de partilha;
- Fortalecer laços afetivos;
- Fomentar o trabalho em equipa.

### **-Avaliação**

De acordo com o *feedback* dado pelas participantes e pelo participante, percebemos que estes momentos foram cruciais para ocuparem o tempo livre de forma proveitosa e que, uma vez mais, serviram para a aquisição de conhecimento e de partilha conjunta. Além disto, o resultado final mostrou o empenho e dedicação tidos ao longo deste tempo.

#### **4.1.10 Campanha Micromachismos**

##### **-Descrição**

Fruto das rodas de conversas pensou-se em criar uma campanha onde se refletisse sobre os diversos micromachismos, uma vez que estas são atitudes que, aparentemente micro, têm dimensões e consequências bastante grandes. São comportamentos tidos com regularidade, uma vez que estão bastante enraizados nas culturas e sociedades. Como são, muitas vezes, perpetuados de forma inconsciente, é importante abordá-los para que seja mais fácil o seu reconhecimento.

Esta campanha decorreu ao longo do mês de março, de modo a assinalar e celebrar o Dia Internacional das Mulheres.

Foi composta por um conjunto de várias publicações nas redes sociais e tocou em diversas esferas: pública, privada, íntima e social.

Muitas das situações retratadas nesta campanha foram tiradas do questionário online que previamente divulgamos junto de raparigas e mulheres. Desta forma, salientamos que os micromachismos relatados são reais e foram ditos na primeira pessoa.

Para enquadrar a campanha e explicar a sua origem e necessidade, foi criado ainda um documento que, em tom consciencializador, explicou cada micromachismo, demonstrando a perspetiva das pessoas que sofrem com ele.

Em anexo encontra-se um exemplo de um *post* desta campanha (Anexo IV).

##### **-Objetivos**

- Sensibilizar para a temática dos micromachismos;
- Consciencializar as e os jovens;
- Abordar as diversas desigualdades contidas nestas micro atitudes.

##### **-Avaliação**

Tendo em conta as partilhas e o alcance obtido, acreditamos que esta campanha tenha sido dinâmica e apelativa.

Conseguimos chegar à população mais jovem, concretizando o objetivo pretendido.

O *feedback* que fomos obtendo revelou-nos que as raparigas e mulheres se identificam com o que mencionamos nos *post's*, ou seja, em algum momento das suas vidas estas pessoas já estiveram sujeitas a comentários micromachistas.

#### **4.1.11 Criação de conteúdo para as redes sociais**

##### **-Descrição**

Ao longo de todo o estágio curricular foi criado diverso conteúdo para divulgar nas redes sociais (facebook e instagram). Quer fosse para apresentar campanhas, quer fosse para assinalar datas comemorativas (como por exemplo, o dia de S. Valentim)

Este trabalho foi fundamental para desenvolver capacidades mais criativas.

Encontra-se em anexo um exemplo deste tipo de conteúdo (Anexo V).

##### **-Objetivos**

- Sensibilizar a comunidade;
- Consciencializar para as várias desigualdades;
- Celebrar datas comemorativas;
- Potencializar as redes sociais.

##### **-Avaliação**

Acreditamos que o nosso público alvo se identifica com o tipo de conteúdo que criamos. A perspetiva das pessoas acerca das nossas partilhas é sempre muito positiva, encorajando-nos para continuarmos a criar este tipo de ações.

## **II- Projeto “LigAções: Organizações da sociedade civil em reflexão e ação sobre as assimetrias do território”**

#### **4.2.1 Reunião de gestão e planeamento do projeto**

##### **-Descrição**

Em relação a este projeto, foi-nos possível assistir a uma reunião presencial, realizada no dia 9 de novembro de 2020, onde se analisou uma carta aberta (versão provisória), criada

previamente, com medidas a adotar para melhorar as assimetrias do país. Esta carta intitula-se por “Carta Aberta: Pelo Direito ao Lugar e ao Bem-Viver”. Estava organizada em dois pontos chave: um dedicado aos espaços rurais e outro aos espaços urbanos. Relativamente aos espaços rurais, as medidas transformadoras incidiam no que diz respeito à habitação (solo, construção e requalificação; acesso à habitação; e enquadramento legislativo); aos espaços públicos; à mobilidade; e participação cidadã (participação cidadã nas tomadas de decisão e educação para a cidadania). Quanto aos espaços urbanos as medidas focavam a economia e emprego (capacidades produtivas do território e escoamento da produção local); serviços de interesse geral; atividade cultural; e atratividade e acolhimento. No decorrer da reunião, foram apontadas algumas opiniões das pessoas presentes para que, em consonância com outras entidades, se chegasse a um consenso para tornar esta versão oficial.

#### **-Objetivos**

- Conhecer as assimetrias nacionais;
- Analisar a Carta Aberta;
- Combater desigualdades territoriais;
- Promover o trabalho em rede e parceria.

#### **-Avaliação**

Esta reunião foi importante para analisar as diferenças territoriais e fazer análises de necessidades nos meios urbanos e rurais.

Em conjunto, 18 organizações lutam pelo direito ao lugar, tendo sempre em consideração o bem-estar da população.

Estas reuniões foram uma mais valia para que estas organizações chegassem a um consenso, permitindo que o impacto da ação seja eficaz e maior.

### **4.2.2 Apresentação do vídeo- Carta Aberta pelo Direito ao Lugar**

#### **-Descrição**

Após vários momentos de discussão, que tinham como objetivo a criação da Carta Aberta pelo Direito ao Lugar, foi criado um vídeo, composto por várias das pessoas responsáveis pela criação e dinamização deste projeto, onde está explícito o objetivo pretendido.

Após vários momentos de gravação, foi possível assistirmos, via Zoom, à apresentação deste vídeo. Neste encontro, além de ficarmos a conhecer o trabalho realizado, procuramos pensar nas estratégias para a divulgação do projeto, de maneira a chegar a mais pessoas, garantindo a sua eficácia. Para isto, todas as pessoas presentes foram distribuídas, aleatoriamente, em grupos, com o intuito de se trabalhar quatro pontos essenciais: Diálogo com os atores (locais) políticos; Subscrição alargada; Debates; e, Visualização através dos media. As pessoas responsáveis por cada um dos pontos passaram, de modo rotativo, por cada um dos grupos e recolheram os contributos dados.

#### **-Objetivos**

- Apresentar o vídeo da Carta Aberta;
- Debater estratégias de divulgação;
- Fortalecer laços entre entidades;
- Promover o trabalho em rede e parceria.

#### **-Avaliação**

Este foi um momento bastante enriquecedor, onde foi possível conhecer o trabalho tido por diversas pessoas. O fortalecimento dos laços afetivos entre organizações também é um aspeto a referir, uma vez que torna mais fácil o entendimento e o debate de ideias.

Acreditamos que, a nível pessoal, este encontro tenha sido vantajoso para compreender a dinâmica de trabalho em rede e para conhecer várias entidades, elucidando-nos também sobre as assimetrias ainda existentes entre os espaços urbanos e rurais.

### **III- Projeto “Banco de Tempo”**

#### **4.3.1 Encontro Internacional Banco de Tempo**

##### **-Descrição**

Foi possível participar, através da plataforma online Zoom, num Encontro Internacional do Banco de Tempo. Esta iniciativa realizou-se no dia 15 de dezembro de 2020 e teve como objetivo contribuir para a reflexão sobre “a participação dos jovens e a conciliação da vida profissional, familiar e pessoal”.

Nesta sessão estiveram presentes pessoas das diversas agências espalhadas por todo o mundo.

Para este encontro, foi criado um vídeo de testemunhos, composto por diversas pessoas associadas a esta iniciativa, da qual foi possível fazer parte.

Depois das diversas apresentações feitas e de ouvirmos os e as participantes intervenientes, o grupo foi dividido em pequenos grupos, para uma reflexão mais profunda sobre como comunicar as mais valias e potencialidades do Banco de Tempo a pessoas que não têm tempo.

O encontro terminou com o visionamento de um curto vídeo do hino do Banco de Tempo.

#### **-Objetivos**

- Partilhar testemunhos;
- Conhecer diferentes perspetivas;
- Fortalecer laços internacionais;
- Promover o trabalho em equipa;
- Conhecer o trabalho feito em diferentes partes do mundo.

#### **-Avaliação**

Foi um encontro extremamente rico em experiências e conhecimentos, que juntou cerca de 100 pessoas. Este momento foi uma mais valia e a alegria partilhada contornou os obstáculos levantados pelo atual contexto pandémico. Os momentos de reflexão e aprendizagem cultivaram ideias e abriram caminho para aproximar o Banco de Tempo da vida de todas as pessoas, incluindo as que não têm tempo.

### **IV- Projeto “+roda das Raparigas (3.0)”**

#### **4.4.1 Reuniões de gestão do projeto e planeamento de atividades**

##### **-Descrição**

Estas reuniões juntaram um conjunto de pessoas ligadas ao Graal para que mais fácil fosse coordenar e manter a dinâmica deste projeto, que conta com a sua terceira edição.

Numa primeira análise, decidiu-se que as atividades que iriam compor este projeto serviriam de espaço reflexivo e de partilha de testemunhos para as raparigas participantes do CSW, contando já com as que foram no presente ano (2021), e do programa *Young Women Leadership Training, do Graal Internacional*.

#### **-Objetivos**

- Definir metas de trabalho;
- Fazer análises de necessidades.
- Planear atividades;
- Criar objetivos para o projeto;
- Avaliar as atividades.

#### **-Avaliação**

Estas reuniões assumiram uma grande relevância na dinamização e coordenação do projeto e das respetivas atividades, permitindo que os membros da equipa se articulassem entre si, consolidando opiniões, ideias e expectativas.

Foram ainda importantes para que se percebesse o que é que é fundamental fazer, distinguindo daquilo que pode não ser uma necessidade do público alvo.

### **4.4.2 Roda de Conversa- “Tecer mudanças: encontro entre raparigas e mulheres sobre Lideranças no Graal”**

#### **-Descrição**

Esta atividade decorreu no final do dia 15 de abril de 2021 e foi a primeira desta versão do projeto.

Reunimos neste encontro várias raparigas e mulheres que têm feito parte do Graal.

Esta primeira sessão tinha como foco as questões da liderança, mais concretamente as lideranças de mulheres e as lideranças no Graal. Surgiu com o objetivo de dar a conhecer algumas reflexões sobre a temática, partindo das entrevistas que as raparigas do *Young Women Leadership Training Program* fizeram a várias mulheres do Graal.

### **-Objetivos**

- Perceber a importância da liderança feminina;
- Criar laços geracionais;
- Conhecer a realidade das mulheres entrevistadas.

### **-Avaliação**

Através de um questionário divulgado junto das participantes da atividade percebemos que esta correspondeu às expectativas. Todas as pessoas que avaliaram o encontro caracterizaram-no como um momento de grande aprendizagem e reflexão, o que nos leva a crer que a sessão teve impacto na vida das mulheres que estiveram connosco. Apesar da roda ter sido feita ao final do dia, a adesão foi consideravelmente boa e várias pessoas que participaram, deram também a sua opinião, mostrando-se envolvidas na atividade.

## **4.4.3 Roda de conversa- “A riqueza da diversidade: o Graal enquanto movimento transnacional de Mulheres”**

### **-Descrição**

Esta foi a segunda roda do projeto e tinha como objetivo recuperar a memória das raparigas que têm estado no CSW. Tivemos a oportunidade de ouvir, na primeira pessoa, esta experiência das raparigas que acompanham os vários projetos do Graal.

Foi também um momento para se perceber e refletir sobre o Graal enquanto movimento transnacional.

### **-Objetivos**

- Conhecer o Graal enquanto movimento transnacional;
- Promover a intergeracionalidade;
- Fomentar a reflexão grupal;
- Conhecer a experiência de jovens no CSW.

### **-Avaliação**

Uma vez mais, para avaliar a eficácia e impacto da atividade, divulgamos um questionário com as mulheres que estiveram presentes na sessão.

Analisando o *feedback* das pessoas, acreditamos que esta foi mais uma sessão de interesse, onde as participantes puderam envolver-se, debatendo sobre diversas questões. Este momento revelou-se muito importante pois, além de demonstrar o entusiasmo pelo tema, foi uma via de promovermos a aprendizagem conjunta.

## **V- Atividades complementares**

### **-Descrição**

Ao longo do período de estágio curricular foi-nos possível ter outros desafios fora do Graal.

A pedido da Professora Doutora Cristina Vieira auxiliamos a Associação Portuguesa de Estudos sobre as Mulheres (APEM) na realização de algumas atividades. Estas atividades contaram com o apoio do Graal, o que, uma vez mais, fomentou e reforçou o trabalho de parceria entre entidades.

### **-Objetivos**

- Fomentar o trabalho conjunto de entidades;
- Estimular a criatividade;
- Criar conteúdos para divulgação de atividades.

### **4.5.1 Palestra “Os movimentos sufragistas de mulheres no Brasil, no início do século XX”**

#### **-Descrição**

Esta palestra tinha como objetivo dar a conhecer os movimentos sufragistas de mulheres no Brasil, no início do século XX, pelo Doutor Charliton Machado, Professor Titular da Universidade Federal da Paraíba, Brasil.

Para esta atividade foi-nos pedido que elaborássemos um cartaz (Apêndice X) para divulgar nas redes sociais. Foi-nos também feito o convite para sermos colaboradoras na parte da moderação.

## **4.5.2 Conferência “Conhecimento crítico de matriz qualitativa em Estudos sobre as Mulheres, de Género e Feministas”**

### **-Descrição**

Esta conferência pretendia, além de apresentar a Revista *ex aequo* número 41|2020, pela Doutora Graça Margarida Santos, da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Bragança, abordar o conhecimento crítico de matriz qualitativa em Estudos sobre as Mulheres, de Género e Feministas”

Foi-nos, novamente, solicitada ajuda para colaborarmos na criação do cartaz (Apêndice XI) de divulgação.

### **-Avaliação Geral**

Ambas as atividades foram uma mais valia para aperfeiçoarmos a nossa criatividade e imaginação. Foram também momentos de aprendizagem e de reflexão para nós, sobre as problemáticas abordadas

A criação de conteúdo de divulgação é importante para dinamizarmos eventos e chegarmos às pessoas de uma forma mais dinâmica, por isso, torna-se importante dominarmos ferramentas onde nos seja permitido criar este tipo de documentos.

Qualquer uma das atividades anteriormente descritas neste ponto revelaram-se essenciais para nós nesta fase de conhecimento do mundo laboral, uma vez que estas pequenas tarefas são cruciais para atingirmos os grandes objetivos.

## **Conclusão**

Ao longo do estágio curricular procuramos ter uma atitude participativa, interessada e proativa, mantendo-nos sempre abertas a novos desafios.

Conhecer a dinâmica de trabalho da equipa foi crucial para que o nosso estágio cumprisse os objetivos delineados.

Depois de integrarmos a equipa e de conhecermos o modo como atuam, fizemos uma análise de necessidades para que as atividades desenvolvidas fossem ao encontro dos objetivos do Graal.

A situação da pandemia Covid-19 veio dificultar a realização das tarefas a nível presencial, por isso, todas tiveram que ser feitas a partir de plataformas online.

As avaliações foram cruciais para percebermos como é que o trabalho feito tinha impacto na vida das e dos participantes e para melhorar intervenções futuras.

Todos os projetos em que nos foi possível colaborar foram vantajosos para o nosso crescimento, tanto a nível pessoal, como profissional. Sentimo-nos muito gratas por poder contribuir para sensibilização e educação das comunidades, permitindo-nos refletir sobre a capacidade de adaptação do ser humano às condições adversas.

# **Capítulo V**

## **Avaliação do Estágio Curricular**

## Introdução

Neste último capítulo será feita a avaliação do estágio curricular, reservando um momento para a heteroavaliação e outro para a autoavaliação.

No que diz respeito à heteroavaliação, esta foi feita pela nossa Orientadora de Estágio, a Dra. Rute Castela. Incluímos, neste ponto, dois documentos avaliativos: a *Grelha de avaliação de competências transversais para os estágios curriculares da FPCE-UC* e o *Questionário de Avaliação do Desempenho da Estagiária*, fornecidos pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra. Posteriormente, faremos a nossa autoavaliação, destinando este momento a uma reflexão sobre o nosso percurso e desempenho do Graal.

### 5.1 Heteroavaliação- Orientadora Local

Universidade de Coimbra  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação  
Mestrado em Educação Social, Desenvolvimento e Dinâmicas Locais  
Estágio Curricular – Ano letivo de 2020/2021

**QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DO DESEMPENHO DA ESTAGIÁRIA**

**NOME: ADRIANA LOUREIRO SALGADO**

1. Indique, por favor, a sua apreciação quanto aos seguintes itens, relativos às competências profissionais da estagiária, demonstradas ao longo dos meses de estágio curricular na instituição:

Itens	1 - Muito baixa	2 - Baixa	3 - Média	4 - Elevada	5 - Muito elevada	Não aplicável
Puntualidade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>
Disponibilidade para colaborar nas tarefas da instituição	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>
Assiduidade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Autonomia na realização das tarefas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Capacidade de integração na equipa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>
Comunicação interpessoal com as e os jovens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>
Responsabilidade profissional	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>
Empenho em aprender a ser profissional na área da educação	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>
Adaptação às condições impostas pela pandemia Covid-19	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avaliação global do desempenho	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>

2. Indique, por favor, o seu grau de satisfação quanto às atividades de estágio realizadas:

Itens	1 - Muito Insatisfeita	2 - Insatisfeita	3 - Indiferente	4 - Satisfeita	5 - Muito Satisfeita	Não aplicável
Qualidade do trabalho realizado à distância	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>
Domínio dos temas abordados com as e os jovens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>
Clareza da linguagem utilizada	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>
Adequação dos métodos utilizados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>
Contributo do trabalho desenvolvido para a instituição	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>

Pertinência das atividades no âmbito do plano de trabalho da instituição	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	x	<input checked="" type="checkbox"/>
Feedback recebido dos colaboradores na instituição	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	x	<input checked="" type="checkbox"/>
Avaliação global das atividades	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	x	<input checked="" type="checkbox"/>

3. O espaço que se segue está destinado a comentários, por parte das pessoas da instituição ou por outras (como, por exemplo, participantes das atividades), sobre o percurso da estagiária e a sugestões de melhoria.

Podem também deixar a sua opinião sobre a parceria entre o Graal e a FPCEUC (Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra) e indicar sugestões que permitam melhorar o trabalho futuro entre estas entidades.

A estagiária, Adriana Salgado demonstrou uma boa capacidade de organização, responsabilidade, flexibilidade, versatilidade, empenhamento e zelo profissional. As suas competências sociais, e características humanas, destacaram-se nos vários contextos nomeadamente nos grupos de trabalho com jovens – nas rodas de conversa, oficinas artísticas e encontros criativos – onde foi fundamental a sua capacidade de escuta, gentileza e empatia.

Relativamente a sugestões de melhoria, pensamos que as condições de distância impostas pela pandemia não foram benéficas para a consolidação de alguns conhecimentos mais técnicos (por ex. de gestão de projetos com Fundos Europeus) e para uma maior confiança e autonomia da estagiária.

Relativamente à parceria do Graal com a FPCEUC consideramos que esta é baseada numa reciprocidade, de colaboração prática, que nos é muito benéfica.

Questionário 1. Questionário de avaliação do desempenho da estagiária

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação  
Universidade de Coimbra

Grelha de avaliação de competências transversais para os estágios curriculares da FPCE-UC

Grelha de competências transversais para os estágios da FPCE-UC						
I – Insuficiente; S – Suficiente; B – Bom; MB – Muito Bom; E – Excelente I – <10; S – 10 a 13; B – 14 a 15; MB – 16 a 17; E – 18 a 20 (valores) NA – Não se aplica						
	I	S	B	MB	E	NA
<b>Competências Instrumentais</b>						
1) Comunica com clareza os resultados/conclusões do trabalho desenvolvido, bem como os processos, métodos e raciocínios que lhes estiverem subjacentes.				X		
2) Pesquisa, analisa e sistematiza de forma adequada a informação.				X		
3) Define de forma clara metas e objetivos, baseados na análise das necessidades dos contextos em que participa.				X		
4) Desenvolve planos de ação adequados às metas e objetivos a alcançar.				X		
5) Utiliza, adequadamente, conhecimentos, procedimentos e competências técnicas, da sua área de especialização.				X		
<b>Competências Interpessoais</b>						
6) Interage de forma assertiva com a equipa de trabalho, revelando empatia e respeito pelas pessoas.				X		
7) Interage de forma adequada com os utentes/clientes, salvaguardando a sua dignidade e respeito.				X		
8) Interage de forma adequada com profissionais de outras entidades/organizações/instituições.				X		
<b>Competências Sistémicas</b>						
9) No plano interno, compreende o conjunto de relações que se estabelecem entre subsistemas/sectores/serviços da instituição/organização onde desenvolve as suas atividades principais, numa lógica integrada.			X			
10) No plano externo, compreende o conjunto de relações que se estabelecem entre a organização/instituição onde desenvolve as suas atividades principais, e as restantes instituições (a nível local, comunitário, regional e nacional), numa lógica integrada.				X		
<b>Outras competências</b>						
11) Comparece assiduamente ao serviço, de acordo com o horário estabelecido com a instituição/organização.			X			
12) É pontual.				X		
13) Assume e desenvolve, de forma responsável, as funções/tarefas que lhe são confiadas.				X		
14) Integra e promove, na prática, a dimensão ética da profissão.				X		
15) Revela consciência crítica sobre práticas/posturas institucionais, profissionais e sociais (articulando conhecimentos teóricos e práticos com responsabilidade pessoal e profissional).				X		
16) Atua de forma proativa, propondo ideias, iniciativas e procedimentos relevantes para a melhoria do funcionamento da instituição/organização.			X			
17) Evidencia capacidade de se distanciar e refletir criticamente sobre as situações.				X		
18) Compreende as necessidades das pessoas/organizações/instituições e propõe ideias/procedimentos inovadores e criativos.			X			
19) Mostra uma atitude de abertura e capacidade de adaptação à mudança.				X		
20) Revela empenho em aprender e aperfeiçoar-se continuamente.				X		

Questionário 2. Grelha de avaliação de competências transversais para os estágios curriculares da FPCE-UC

## 5.2 Autoavaliação

Fazendo uma retrospectiva de todo o percurso que fizemos ao longo destes meses de estágio, importa refletir e avaliar o trabalho desenvolvido e aquilo que são as nossas aprendizagens e competências adquiridas.

O estágio curricular foi, possivelmente, um dos nossos maiores desafios do Ensino Superior e por isso, apesar do entusiasmo, sentimo-nos, numa fase inicial, um pouco nervosas e apreensivas, pois desconhecíamos por completo a dinâmica de trabalho da entidade que nos acolheu. Contudo, este nervosismo e receio foram desaparecendo à medida que íamos integrando a equipa do Graal. Todas as pessoas envolvidas nesta equipa foram afetuosas e muito acolhedoras, preocupando-se em deixar-nos confortáveis e integradas. Motivaram-nos e procuraram desde logo incluir-nos em vários projetos para que conseguíssemos tirar o máximo de proveito desta experiência.

Numa fase inicial tentamos integrar-nos na equipa, observando o seu modo de trabalho e adaptando-nos às suas dinâmicas e rotinas. Este período foi essencial para conhecermos os projetos e as suas respetivas atividades. Foi também importante para percebermos como funcionam as ONGD's e os projetos.

Procuramos, ao longo deste período, colaborar em tudo o que nos fosse possível. Percebemos a importância que é trabalhar em parceria com outras entidades, em prol de um objetivo comum.

Relativamente às atividades em que colaboramos, estas revelaram-se fulcrais para adquirirmos novas competências, para aprendermos e dominarmos vocabulário novo, para conhecermos experiências pessoais de jovens, e, acima de tudo, para educarmos e sensibilizarmos para a igualdade entre homens e mulheres, promovendo as relações livres de violência. Todos os vídeos em que nos foi possível participar diretamente revelaram-se, no nosso entender, uma ferramenta de sensibilização dinâmica e lúdica, uma vez que demonstram a realidade de forma perceptível e de fácil entendimento. Também o trabalho mais interno- por exemplo, elaboração de documentos- foi importante para percebermos como se gere e planeia todo um projeto.

Quanto às atividades que desenvolvemos, obtivemos um *feedback* bastante positivo. A equipa sempre apoiou as nossas ideias, dando-nos os meios e as ferramentas para alcançarmos os nossos objetivos. O desenvolvimento destas atividades foi importante no sentido de

adquirirmos novos conhecimentos sobre os passos que devemos seguir- analisar, planejar, executar e avaliar o impacto da ação.

Se o estágio em si já era um desafio, este aumentou dada a situação pandémica que atravessamos- Covid-19. No primeiro mês ainda nos foi possível trabalhar presencialmente na Casa da Esquina, contudo, desde novembro que o nosso estágio passou a ser realizado a partir de casa. Sentimo-nos muitas vezes cansadas por estar sempre no mesmo espaço de trabalho e a exaustão provocada por toda situação em si trouxe-nos, em alguns momentos, um certo desânimo. Acreditamos que as circunstâncias nos impossibilitaram de ter tirado um maior proveito da experiência, mas, apesar de todo esse lado negativo, achamos que foi importante para desenvolver a capacidade de resiliência e de adaptação às circunstâncias.

Consideramos que durante estes meses fomos dedicadas, ativas, empenhadas e trabalhadoras, procurando ser confiantes em relação à nossa postura e às tarefas que realizamos. Estabelecemos ligações positivas com as pessoas com que nos fomos cruzando. Classificamos esta jornada como um período rico em conhecimentos e aprendizagens, que nos permitiram crescer quer a nível pessoal, quer profissional.

Em suma, apesar de nem sempre ter sido fácil, acreditamos ter conseguido concretizar o nosso estágio com sucesso. Ultrapassamos medos e receios, atingimos objetivos traçados e superamos as expectativas tidas. Por fim, salientamos ainda que durante todo o percurso desenvolvemos competências específicas e transversais a uma profissional em Educação Social, Desenvolvimento e Dinâmicas Locais, promovendo o espírito de equipa, de iniciativa, criatividade, autonomia, cooperação e respeito pelas outras pessoas.

## **Considerações Finais**

Neste ponto iremos refletir sobre o estágio curricular desenvolvido no Graal, que nos elucidou sobre a realidade do mundo profissional.

Procuramos ao longo do tempo perceber mais sobre as temáticas da igualdade de género e da violência no namoro, uma vez que os nossos conhecimentos eram pouco profundos. À medida que nos íamos envolvendo com o trabalho desempenhado, fomos percebendo que estas problemáticas necessitam de uma sensibilização constante, sendo uma mais valia para todas e todos conhecer e lutar pela igualdade entre mulheres e homens, sobretudo para a população, mais jovem por acreditarmos que são o futuro e a chave para a mudança. Tendo tudo isto em consideração, tentamos que ao longo deste relatório estas temáticas fossem aprofundadas e clarificadas. Além dos vários estudos e relatórios que lemos, procuramos também contribuir com a nossa visão e experiência concreta, adquirida ao longo destes meses. Este documento, além desta vertente de exposição mais teórica e descritiva, revelou também ser um instrumento reflexivo dos conhecimentos e competências que fomos desenvolvendo.

Um outro aspeto que achamos importante referir, diz respeito à importância que o Graal e outras associações que lutam pelos direitos das mulheres continuam a ter nos dias de hoje. O Graal surgiu numa época em que era urgente lutar pelos direitos das mulheres. O que percebemos é que, passados tantos anos, esta associação continua a ser imprescindível, o que nos leva a concluir que apesar da sociedade mudar e evoluir, continua a existir uma discrepância na igualdade de género.

A violência, e mais especificamente a violência no namoro, é uma problemática que tem vindo a aumentar cada vez mais e que é fruto desta desigualdade, como já pudemos constatar anteriormente neste relatório. Este aumento permite-nos perceber que é pertinente abordar o tema com jovens, elucidando-os sobre os comportamentos que devem ou não ser aceites numa relação. Face a isto, o Graal considera ser fundamental promover relações igualitárias e livres de violência.

Todo o trabalho desenvolvido pela entidade que nos acolheu traduziu-se num desafio constante, que nos permitiu compreender todos os passos necessários para dinamizar um projeto, desde a análise do que é necessário fazer, até a preparação e implementação de atividades que levem a cabo os objetivos previamente estabelecidos.

Importa também referir a importância que o trabalho em rede tem. O facto de várias organizações e pessoas se juntarem em prol de um objetivo comum, permite que o alcance e

impacto desse mesmo objetivo seja maior, chegando a um número de pessoas mais abrangente. Além deste alcance mencionado, trabalhar em parceria com outras entidades permite fomentar laços entre as pessoas e criar bases de apoio para futuros projetos.

Percebemos com a experiência tida e com o questionário que desenvolvemos que a escola, enquanto principal espaço educativo, deve ser preparado para as questões da Cidadania. Neste ponto, importa salientar a urgência que denotamos haver na formação e sensibilização do corpo docente e não docente. É tão fundamental preparar os professores e professoras para as questões, neste caso, do género e da violência nas relações de intimidade, como preparar técnicas/os auxiliares, dado que estes e estas passam, muitas vezes, mais tempo com as e os jovens que os/as professores/as. A sala de aula, apesar de essencial nesta mudança de comportamentos, não se revela suficiente, uma vez que o recreio é o local onde mais discriminações existem. Neste sentido, percebemos a necessidade que há em atuar neste contexto, uma vez que é o principal meio de educação para além do contexto familiar.

Relativamente ao nosso percurso, consideramos que este foi muito gratificante. Permitiu-nos, mesmo à distância, criar laços com diversas e diversos jovens e adquirir e aperfeiçoar uma série de competências transversais de responsabilidade, autonomia, gestão e organização, planeamento, comunicação, pensamento crítico, criatividade, trabalho em equipa, escuta ativa, resolução de problemas e compromisso. A nível pessoal, denotamos que estes meses foram de mudanças, uma vez que nos permitiu conhecer realidades que apesar de termos noção da sua existência, ainda não tínhamos sido confrontadas com ela. Permitiu-nos crescer e termos mais respeito pelos problemas das outras pessoas.

Além dos aspetos até aqui elencados, importa referir a importância do papel das e dos profissionais da área social. Enquanto futura profissional na área da Educação Social, Desenvolvimento e Dinâmicas locais, devemos ser dotadas de um conjunto de ferramentas. Devemos ter a capacidade de, numa primeira estância, analisar as necessidades dos contextos para que possamos agir corretamente e para que o impacto das nossas ações seja maior e eficaz. Ademais, tendo estas ferramentas desenvolvidas, somos capazes de conceber recursos pedagógicos; materiais didáticos e adequados ao meio e públicos-alvo com que vamos intervir; desenhar programas de intervenção, orientação e formação; e promover a autonomia. Somos capazes de sensibilizar, consciencializar e alertar para as diversas problemáticas existentes, procurando desenvolver nas pessoas competências a vários níveis: sociais, pessoais, relacionais, numa ótica construtiva e potenciadora de mudança.

Além de todo este lado técnico, é igualmente importante desenvolver um lado humano. Quero com isto dizer que, lidando com contextos e pessoas vulneráveis devemos ter a capacidade de nos colocarmos no lugar da outra pessoa, ouvindo-as e não julgando as suas escolhas.

Um/a profissional da área social é cada vez mais uma mais valia. Vivemos numa sociedade voltada para si e cada vez menos para o/a/outro/a. Não há empatia pelos problemas e vivemos prontos/as a julgar sem conhecer a realidade de cada um/a. Devemos, enquanto profissionais em educação, ter um papel ativo e orientar a nossa ação para o desenvolvimento de uma sociedade mais inclusiva, empática e geradora de oportunidades, sem qualquer tipo de discriminação. Acreditamos que a educação é a chave fundamental para qualquer tipo de mudança no mundo. Devemos recorrer a ela para desconstruir estereótipos e lutar por uma sociedade mais justa e igualitária.

Por fim, importa referir que sentimos que superámos este desafio com sucesso e que cumprimos os objetivos inicialmente estabelecidos. Olhamos para a pandemia Covid-19 como um teste à nossa resiliência e capacidade de superação e adaptação, uma vez que, nem sempre foi fácil lidar com os obstáculos que esta nos trouxe.

Concluimos uma etapa na nossa vida de esforço e dedicação de meses, restando-nos agradecer a toda a equipa que nos acompanhou e que contribuíam para a concretização deste estágio, fazendo-nos crescer a enquanto pessoa, futura profissional e mulher.

## Referências Bibliográficas

Álvares, C., Silveirinha, M. & Ferreira, V. (2020). Situacionismo de sexo: Um diagnóstico feminino à Plataforma de Pequim passados 25 anos. *ex aequo*, 42, 9-22. Disponível em:

<https://exaequo.apem-estudos.org/artigo/situacionismo-de-sexo>

APAV. (2012). O Ciclo Da Violência Doméstica. Disponível em: <https://apav.pt/vd/index.php/vd/o-ciclo-da-violencia-domestica>. Acedido a 9 de fevereiro de 2021.

APAV. (s/d). *Mutilação Genital Feminina*. Disponível em:

<https://www.apav.pt/uavmd/index.php/pt/intervencao/mutilacao-genital-feminina>.

Acedido a 5 de fevereiro de 2021.

Associação para o Planeamento da Família. (s/d). *Igualdade de género*. Disponível em:

<http://www.apf.pt/violencia-sexual-e-de-genero/igualdade-de-genero>. Acedido a 4 de

fevereiro de 2021.

CIG. (2013). *Estratégias Internacionais para a Igualdade de Género*. Disponível em:

<https://plataformamulheres.org.pt/site/wp-content/ficheiros/2016/01/Plataforma-Accao-Pequim-PT.pdf>

CIG. (2017). *Igualdade de Género em Portugal. Indicadores- chave 2017*. Disponível em:

[https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2017/07/AF\\_CIG\\_FactSheet.pdf](https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2017/07/AF_CIG_FactSheet.pdf). Acedido a 5

de fevereiro de 2021.

CIG. (2020). *Meninas e Mulheres*. Disponível em: <https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2020/07/FOLHETO-Violencia-de-genero.pdf>. Acedido a 9 de fevereiro

<https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2020/07/FOLHETO-Violencia-de-genero.pdf>. Acedido a 9 de fevereiro

CITE. (2003). Refletir sobre a realidade. *Manual de Formação de Formadores/as em Igualdade entre Mulheres e Homens*. Disponível em:

[http://cite.gov.pt/imgs/downlds/Manual\\_CITE.pdf](http://cite.gov.pt/imgs/downlds/Manual_CITE.pdf). Acedido a 2 de fevereiro de 2021.

Decreto- Lei n.º 112/76, de 07 de fevereiro de 1976. *Concede a todas as trabalhadoras o direito à licença de noventa dias no período de maternidade.* Disponível em: <https://dre.pt/web/guest/pesquisa/-/search/506645/details/maximized>

Diário de Notícias. (2021). *Detetados em Portugal 101 casos de mutilação genital feminina em 2020.* Disponível em: <https://www.dn.pt/sociedade/detetados-em-portugal-101-casos-de-mutilacao-genital-feminina-em-2020-13234036.html>. Acedido a 5 de fevereiro de 2021.

EIGE (2019). *Compare countries.* Disponível em: <https://eige.europa.eu/gender-equality-index/2019/compare-countries/power/2/bar>. Acedido a 2 de fevereiro de 2021.

Esquerda.net. (2008). *80 anos do I congresso Feminista e da Educação (1924-2004).* Disponível em: <https://www.esquerda.net/dossier/os-80-anos-do-i-congresso-feminista-e-da-educacao-1924-2004/17909>. Acedido a 2 de fevereiro de 2021.

Ferreira, M., Abreu, A., & Neves, S. (2019). *Guião para a Prevenção da Violência no Namoro em Contexto Universitário.* Disponível em: <https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2019/09/Prevenção-da-violência-no-namoro-em-contexto-univers.pdf>

Graal (2021) *Projetos realizados.* Disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/actividade/projectos-realizados>. Acedido a 30 de novembro de 2020.

Graal (2021). *Em Portugal.* Disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/graal/em-portugal>. Acedido a 11 de novembro de 2020.

Graal (2021). *Internacional.* Disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/graal/internacional>. Acedido a 11 de novembro de 2020.

Graal (2021). *Linhas Estratégicas de Ação.* Disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/graal/linhas-de-accao>. Acedido a 30 de novembro de 2020.

Graal (2021). *O Graal e as suas origens.* Disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/graal/origens-do-graal>. Acedido a 6 de novembro de 2020.

Graal (2021). *O que é o Graal*. Disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/graal/o-que-e-o-graal>. Acedido a 6 de novembro de 2020.

Graal (2021). *Projetos a decorrer*. Disponível em: <http://www.graal.org.pt/pt/actividade/projectos-a-decorrer>. Acedido a 30 de novembro de 2020.

Krug, E., Dahlberg, L., Mercy, J., Zwi, A. & Lozano, R. (2002). *Relatório Mundial sobre violência e saúde*. OMS. Genebra. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/wp-content/uploads/2019/04/14142032-relatorio-mundial-sobre-violencia-e-saude.pdf>. Acedido a 8 de fevereiro de 2021.

Lei Orgânica n.º 3, de 21 de agosto de 2006. *Lei da paridade nos órgãos colegiais representativos do poder político*. Disponível em: [https://dre.pt/web/guest/legislacao-consolidada/-/lc/69750583/200610040300/diploma?LegislacaoConsolidada WAR drefrontofficeportl et rp=indice](https://dre.pt/web/guest/legislacao-consolidada/-/lc/69750583/200610040300/diploma?LegislacaoConsolidada%20WAR%20drefrontofficeportl%20et%20rp=indice). Acedido a 7 de fevereiro de 2021.

Moreira, V. & Gomes, C. (2013). *Direitos Humanos das Mulheres. Compreender os direitos humanos. Manual de Educação para os Direitos Humanos*, 3, 191-222. Disponível em: <https://igc.fd.uc.pt/manual/capitulos.html>

Movimento democrático de mulheres. (2014). *9º Congresso do MDM*. Disponível em: <https://www.mdm.org.pt/9o-congresso/>. Acedido a 2 de fevereiro de 2021.

ONGD. (s/d). *O Nosso Trabalho*. Disponível em: <https://www.plataformaongd.pt/o-nosso-trabalho>. Acedido a 4 de novembro de 2020.

Perdigão, A., Menezes, B., Almeida, C., Machado, D., Silva, M. & Prazeres, V. (2016). *Violência Interpessoal. Abordagem, Diagnóstico e Intervenção nos serviços de saúde*. Disponível em: [https://www.dgs.pt/accao-de-saude-para-criancas-e-jovens-em-risco/ficheiros-externos/violencia\\_interpessoal-pdf.aspx](https://www.dgs.pt/accao-de-saude-para-criancas-e-jovens-em-risco/ficheiros-externos/violencia_interpessoal-pdf.aspx)

Perista, H., Cardoso, A., Brázia A., Abrantes, M., Perista, P. & Quintal, E. (2016). *Os Usos do Tempo de Homens e de Mulheres em Portugal*. CITE. Lisboa. Disponível em:

[http://cite.gov.pt/pt/destaques/complementosDestqs2/INUT\\_brochura.pdf](http://cite.gov.pt/pt/destaques/complementosDestqs2/INUT_brochura.pdf). Acedido a 7 de fevereiro de 2021.

Pomar, C., Balça, A., Conde, A., García, A., García, A., Nogueira, C., Vieira, C., Saavedra, L., Magalhães, O. & Tavares, T. (2012). *Guião de Educação Género e Cidadania. 2º ciclo do ensino básico*. CIG. Lisboa. Disponível em: [https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2013/12/guiao\\_educ\\_2ciclo.pdf](https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2013/12/guiao_educ_2ciclo.pdf)

PpDM. (s/d). *Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra as Mulheres*. Disponível em: <https://plataformamulheres.org.pt/docs/PPDM-CEDAW-pt.pdf>. Acedido a 7 de fevereiro de 2021

Rebelo, D. (s/d). *As Conquistas Democráticas da Mulher Portuguesa*. Disponível em: <https://a25abril.pt/wp-content/uploads/2019/01/00.07-Dulce-Rebelo.pdf>

República Portuguesa. (s/d). *Plataforma de Ação de Pequim | Portugal, 25 anos depois*. Disponível em: <https://www.portugal.gov.pt/download-ficheiros/ficheiro.aspx?v=%3d%3dBAAAAB%2bLCAAAAAAABACzNDExBQCvEpxiBAAAAA%3d%3d>

RTP Ensina. (2008). *A mulher e o direito ao voto*. Disponível em: <https://ensina.rtp.pt/artigo/a-mulher-e-o-direito-ao-voto/>. Acedido a 2 de fevereiro de 2021

RTP Ensina. (2011). *Novas Cartas Portuguesas: uma leitura obrigatória*. Disponível em: <https://ensina.rtp.pt/artigo/novas-cartas-portuguesas-uma-leitura-obrigatoria/>. Acedido a 2 de fevereiro de 2021.

RTP. (s/d). *Direitos das mulheres*. Disponível em: <https://media.rtp.pt/memoriasdarevolucao/acontecimento/direitos-das-mulheres/> Acedido a 3 de fevereiro de 2021

UMAR. (2020). ART'THEMIS+. *Estudo Nacional sobre Violência no Namoro*. Disponível em: [http://www.umarfeminismos.org/images/stories/noticias/VN\\_2020\\_NACIONAL.pdf](http://www.umarfeminismos.org/images/stories/noticias/VN_2020_NACIONAL.pdf)

Vieira, C. (2002). *Em defesa do direito da mulher à educação: alguns apontamentos históricos*. Revista Portuguesa de Pedagogia, XXXVI, 1/2/3, 581-599.

Vieira, C. (2013). *Educação Familiar. Estratégias para a promoção da igualdade de género*. CIG. Lisboa.

# Apêndices

## Apêndice I- Questionário Desigualdades de Género

Perguntas Respostas 41

### Campanha Desigualdade de Género

No âmbito do projeto "[n]amor2[por relações iguais e livres de violência]", promovido pelo Graal (com o apoio da CIG/ POISE/Portugal 2020/ Fundo Social Europeu), e do Estágio Curricular do Mestrado em Educação Social, Desenvolvimento e Dinâmicas Locais, vimos por este meio solicitar a sua colaboração para um levantamento de testemunhos reais de mulheres e raparigas sobre Desigualdade de Género, pedindo a sua autorização para usar as informações recolhidas nesta ação de sensibilização.

Pretendemos desenvolver uma Campanha, baseada nestes testemunhos, de modo a sensibilizar para esta problemática muito presente nos dias de hoje.

Contamos com a sua ajuda para nos relatar algum episódio vivido, onde se tenha sentido discriminada ou desconfortável por ser mulher ou rapariga. Pode ser um episódio de desigualdade de género, de assédio ou de um micromachismo\*.

Resta relembrar que pode optar por manter o anonimato e, se assim o entender, pode indicar-nos no local destinado para o efeito, a primeira letra do seu nome e do seu apelido. No caso de não consentir a partilha da sua experiência, a informação será apenas usada para fim estatísticos.

Desde já agradecemos a participação e colaboração!

(\*) Os micromachismos são pequenas atitudes de discriminação em relação às mulheres que são perpetuadas diariamente, de tal forma que fazem parte do quotidiano. Por parecerem tão mínimas, acabam por ser aceites na sociedade. No entanto, as consequências destas ações não são assim tão micro. Um exemplo disto é a linguagem, que tende a colocar o masculino como neutro, invisibilizando assim as mulheres.

#### Autorizo a utilização do meu testemunho para a Campanha \*

Sim

Não

### Campanha Desigualdade de Género

\*Obrigatório

#### Campanha Desigualdade de Género

Nome (Pode indicar apenas a primeira letra do seu primeiro nome e do seu apelido). \*

A sua resposta

Idade. \*

A sua resposta

Alguma vez esteve sujeita a comentários inapropriados por ser mulher? \*

Sim

Não

Se sim, em que contexto(s)?

Família

Relação íntima

Grupo de amigas/os

Trabalho

Escola

Por favor exemplifique alguns desses comentários.

A sua resposta

Relate-nos um episódio em que se tenha sentido incomodada pelo facto de ser mulher.

A sua resposta

Já alguma vez esteve numa relação íntima em que se tenha sentido injustiçada?

Sim

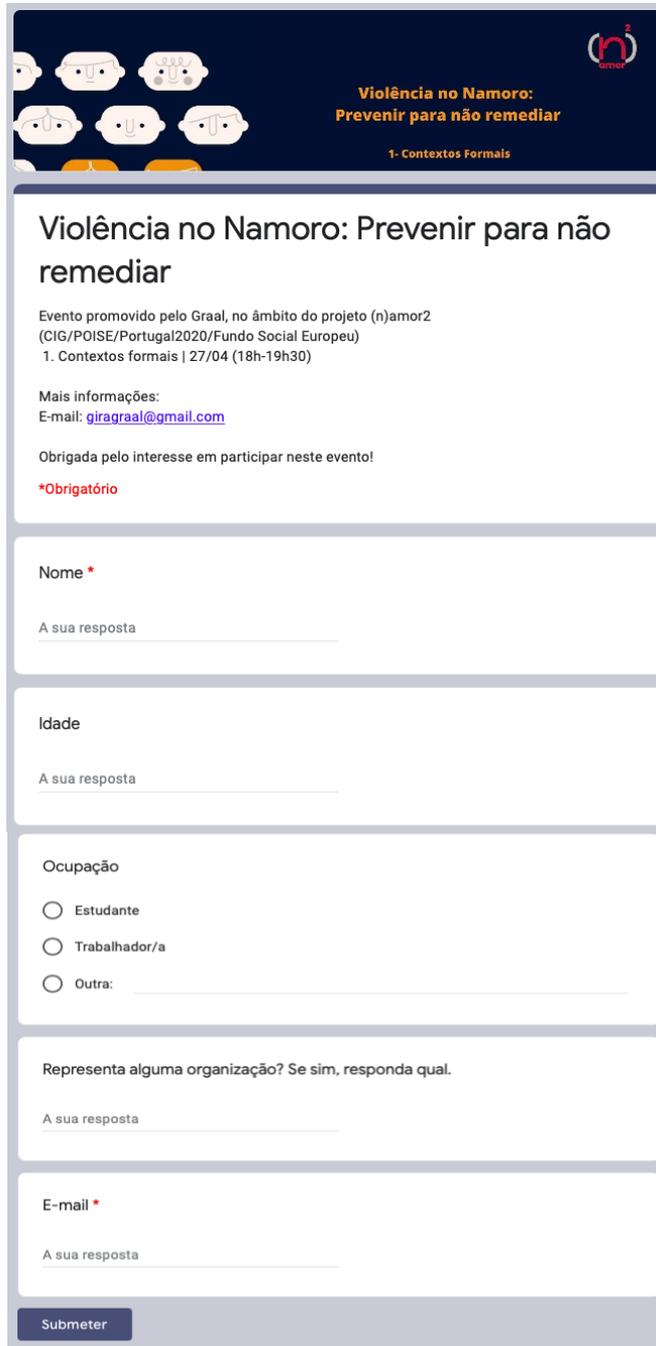
Não

Se sim, exemplifique.

A sua resposta

## Apêndice II- Inscrição: Ciclo de *Webinars-*

“Violência no Namoro: Prevenir para não remediar- 1- Contextos formais”



The image shows a registration form for a webinar. At the top, there is a dark blue header with a row of six stylized faces and a logo on the right. The text in the header reads: "Violência no Namoro: Prevenir para não remediar" and "1- Contextos Formais". Below the header, the main title of the webinar is repeated: "Violência no Namoro: Prevenir para não remediar". The event details are: "Evento promovido pelo Graal, no âmbito do projeto (n)amor2 (CIG/POISE/Portugal2020/Fundo Social Europeu) 1. Contextos formais | 27/04 (18h-19h30)". Contact information: "Mais informações: E-mail: [giragraal@gmail.com](mailto:giragraal@gmail.com)". A note says: "Obrigada pelo interesse em participar neste evento! \*Obrigatório". The form consists of several input fields: "Nome \*", "Idade", "Ocupação" (with radio buttons for "Estudante", "Trabalhador/a", and "Outra:"), "Representa alguma organização? Se sim, responda qual.", and "E-mail \*". A "Submeter" button is at the bottom.

**Violência no Namoro: Prevenir para não remediar**

Evento promovido pelo Graal, no âmbito do projeto (n)amor2  
(CIG/POISE/Portugal2020/Fundo Social Europeu)  
1. Contextos formais | 27/04 (18h-19h30)

Mais informações:  
E-mail: [giragraal@gmail.com](mailto:giragraal@gmail.com)

Obrigada pelo interesse em participar neste evento!  
**\*Obrigatório**

Nome \*

A sua resposta

Idade

A sua resposta

Ocupação

Estudante

Trabalhador/a

Outra: \_\_\_\_\_

Representa alguma organização? Se sim, responda qual.

A sua resposta

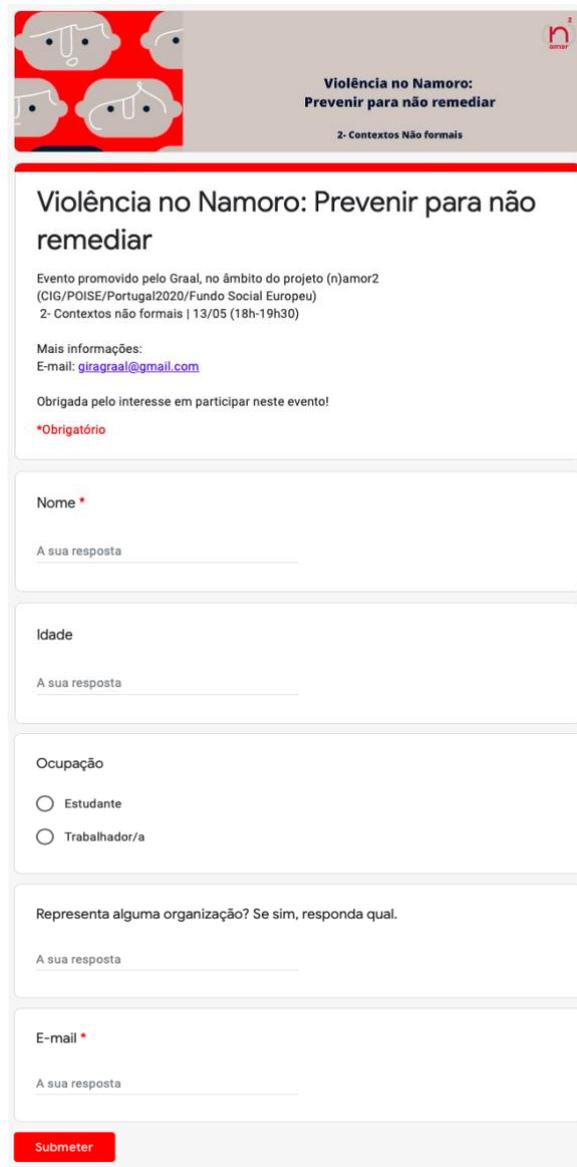
E-mail \*

A sua resposta

Submeter

### Apêndice III- Inscrição: Ciclo de Webinars-

“Violência no Namoro- Prevenir para não remediar- 2- Contextos Não formais”



The image shows a registration form for a webinar. At the top, there is a header with a graphic of four stylized faces and the text "Violência no Namoro: Prevenir para não remediar" and "2- Contextos Não formais". Below the header, the title "Violência no Namoro: Prevenir para não remediar" is repeated. The form includes the following text: "Evento promovido pelo Graal, no âmbito do projeto (n)amor2 (CIG/POISE/Portugal2020/Fundo Social Europeu) 2- Contextos não formais | 13/05 (18h-19h30)", "Mais informações: E-mail: [giragraal@gmail.com](mailto:giragraal@gmail.com)", and "Obrigada pelo interesse em participar neste evento!". A red asterisk indicates that the registration is mandatory. The form consists of several input fields: "Nome \*", "Idade", "Ocupação" (with radio buttons for "Estudante" and "Trabalhador/a"), "Representa alguma organização? Se sim, responda qual.", and "E-mail \*". Each field has a placeholder "A sua resposta". At the bottom, there is a red "Submeter" button.

**Violência no Namoro: Prevenir para não remediar**

Evento promovido pelo Graal, no âmbito do projeto (n)amor2 (CIG/POISE/Portugal2020/Fundo Social Europeu) 2- Contextos não formais | 13/05 (18h-19h30)

Mais informações:  
E-mail: [giragraal@gmail.com](mailto:giragraal@gmail.com)

Obrigada pelo interesse em participar neste evento!

**\*Obrigatório**

Nome \*

A sua resposta

Idade

A sua resposta

Ocupação

Estudante

Trabalhador/a

Representa alguma organização? Se sim, responda qual.

A sua resposta

E-mail \*

A sua resposta

Submeter

**Apêndice IV- Cartaz: Ciclo de Webinars-**

“Violência no Namoro: Prevenir para não remediar- 1- Contextos formais”

**Violência no Namoro:  
Prevenir para não remediar**

**1- Contextos Formais**

27 de abril de 2021  
18h-19h30  
Plataforma Zoom

Inscrições Gratuitas:  
<https://forms.gle/ZnwmRmHfhSSjCS3B7>

Uma iniciativa:  

Cofinanciado por:   

## Apêndice V- Cartaz: Ciclo de Webinars-

“Violência no Namoro - Prevenir para não remediar- 2- Contextos Não formais”

Cartaz para o webinar "Violência no Namoro: Prevenir para não remediar - 2- Contextos Não formais". O cartaz é dividido em duas partes principais: uma lateral esquerda com um fundo vermelho e ícones de rostos em tons de cinza e azul, e uma lateral direita com um fundo cinza claro. No topo direito, há um logotipo "n amor" com o número "2" no canto superior direito. O título principal "Violência no Namoro: Prevenir para não remediar" está em negrito, seguido pelo subtítulo "2- Contextos Não formais". As informações de data e hora são "13 de maio de 2021, 18h-19h30", e a plataforma é "Plataforma Zoom". O link para inscrições gratuitas é "https://forms.gle/xEUpjSkaThUm3Jq9".

Uma iniciativa:  

Cofinanciado por:   

## Apêndice VI- Cartaz apresentação da/as orador/as: Ciclo de Webinars-

“Violência no Namoro: Prevenir para não remediar- 1- Contextos formais”

Cartaz para a apresentação dos oradores do webinar "Violência no Namoro: Prevenir para não remediar - 1- Contextos Formais". O cartaz tem um fundo escuro azul com ícones de rostos em tons de branco, amarelo e cinza. No topo esquerdo, as informações de data e hora são "27 de abril de 2021, 18h-19h30 | Zoom". No topo direito, há um logotipo "n amor" com o número "5" no canto superior direito. O título principal "Violência no Namoro: Prevenir para não remediar" está em amarelo, seguido pelo subtítulo "1- Contextos Formais".

**Orador/as:**  
**Maria Neto** (Escola Superior de Enfermagem de Coimbra)  
**Luís Gonçalves** (Agrupamento de Escolas Miranda do Corvo/ Grupo de Trabalho de Educação para a Cidadania)  
**Rosa Carreira** (CooLabora- Intervenção Social)

**Moderadora:**  
**Cristina Vieira** (Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra e Associação Portuguesa para os Estudos sobre as Mulheres)

lançamento do manual (n)amor2  
*Recursos de Igualdade de Género e Prevenção da Violência no namoro*

Uma iniciativa:  

Cofinanciado por:   

**Apêndice VII- Cartaz apresentação da/as orador/as: Ciclo de Webinars-  
“Violência no Namoro- Prevenir para não remediar- 2- Contextos Não formais”**

**13 de maio de 2021**  
**18h-19h30 | Zoom**

**Violência no Namoro:**  
**Prevenir para não remediar**  
**2- Contextos não formais**

**Orador/as:**

**Natália Belarmino**- Universidade Federal de Pernambuco

**Alexandre de Sousa Carvalho**- Projeto DeCode/M (Centro de Estudos Sociais)

**Rita Rocha**- Grupo de Estudantes da Amnistia Internacional da FPCEUC

**Moderadora:**

**Mónica Freitas**- Associação Womaniza-te

Uma iniciativa:

**Gréal** **CIS**

Cofinanciado por:

**PO ISE** **PORTUGAL 2020** **UNião Europeia**

**Apêndice VIII-** Questionário de avaliação: Ciclo de *Webinars-*  
“Violência no Namoro: Prevenir para não remediar- 1- Contextos formais”

**Violência no Namoro:  
Prevenir para não remediar**  
1- Contextos Formais

### Avaliação do webinar: Violência no Namoro: prevenir para não remediar | 1- Contextos Formais

No passado dia 27 de abril realizou-se a primeira sessão de um ciclo de webinars do projeto (n)amor2 (CIG/POISE/ Portugal 2020/ Fundo Social Europeu), no qual participou.

De forma a percebermos o impacto que a atividade teve, e melhorarmos os próximos encontros, pedimos que responda a este breve e anónimo questionário.

Muito obrigada!

**\*Obrigatório**

Satisfação das expectativas em relação ao encontro \*

Muito Desfavorável  
 Desfavorável  
 Favorável  
 Muito Favorável

Esta ação mudou alguma coisa na sua forma de pensar? Justifique a sua resposta \*

A sua resposta

O que considerou mais positivo neste encontro? \*

A sua resposta

O que considerou menos positivo neste encontro? \*

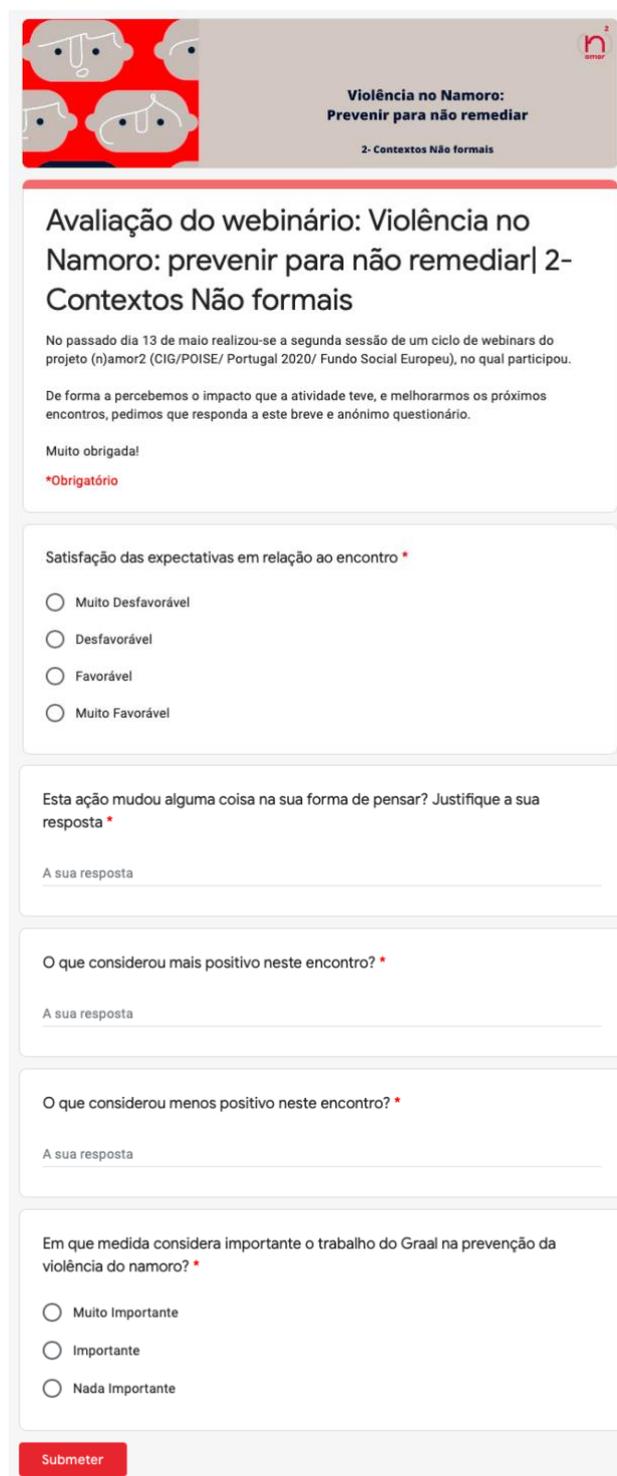
A sua resposta

Em que medida considera importante o trabalho do Graal na prevenção da violência do namoro? \*

Muito Importante  
 Importante  
 Nada Importante

Submeter

**Apêndice IX-** Questionário de avaliação: Ciclo de *Webinars-*  
“Violência no Namoro- Prevenir para não remediar- 2- Contextos Não formais”



The image shows a survey form with a header section containing a logo with four stylized faces and the text "Violência no Namoro: Prevenir para não remediar" and "2- Contextos Não formais". The main title of the survey is "Avaliação do webinar: Violência no Namoro: prevenir para não remediar| 2- Contextos Não formais". The text explains that the survey is part of a webinar cycle and asks participants to provide feedback on the impact of the activity. It includes a "Muito obrigada!" message and a red asterisk indicating that the survey is mandatory. The survey consists of several sections: a radio button question about satisfaction with expectations, an open-ended question about changes in thinking, two more open-ended questions about positive and negative aspects of the encounter, and a final radio button question about the importance of the work. A red "Submeter" button is at the bottom.

**Violência no Namoro:  
Prevenir para não remediar**  
2- Contextos Não formais

**Avaliação do webinar: Violência no Namoro: prevenir para não remediar| 2- Contextos Não formais**

No passado dia 13 de maio realizou-se a segunda sessão de um ciclo de webinars do projeto (n)amor2 (CIG/POISE/ Portugal 2020/ Fundo Social Europeu), no qual participou.

De forma a percebermos o impacto que a atividade teve, e melhorarmos os próximos encontros, pedimos que responda a este breve e anónimo questionário.

Muito obrigada!

**\*Obrigatório**

Satisfação das expectativas em relação ao encontro \*

Muito Desfavorável  
 Desfavorável  
 Favorável  
 Muito Favorável

Esta ação mudou alguma coisa na sua forma de pensar? Justifique a sua resposta \*

A sua resposta

O que considerou mais positivo neste encontro? \*

A sua resposta

O que considerou menos positivo neste encontro? \*

A sua resposta

Em que medida considera importante o trabalho do Graal na prevenção da violência do namoro? \*

Muito Importante  
 Importante  
 Nada Importante

**Submeter**

## Apêndice X- Cartaz “Os Movimentos sufragistas de mulheres no Brasil, no início do século XX”



Organizado pela Associação Portuguesa de Estudos sobre as Mulheres, com o apoio do Graal e da FPCEUC

### Os movimentos sufragistas de mulheres no Brasil, no início do século XX

10 de março de 2021- 17H30

#### Zoom

<https://videoconf-colibri.zoom.us/j/81719967134?pwd=VzE5K1IKeDR2K1BQV0ZXOXpaSIRzUT0>

**ID da reunião:** 817 1996 7134

**Senha de acesso:** 522573

**Abertura**  
**Vírginia Ferreira**, Presidente da APEM

**Orador**  
**Charlton Machado**, Universidade Federal da Paraíba, Brasil

**Comentador**  
**António Gomes Ferreira**, Universidade de Coimbra

**Moderadoras**  
**Adriana Salgado**, FPCEUC  
**Ana Costa**, Graal

## Apêndice XI- Cartaz “Conhecimento crítico de matriz qualitativa em estudos sobre as Mulheres, de Género e Feministas”

 **"Conhecimento crítico de matriz qualitativa em Estudos sobre as Mulheres, de Género e Feministas"**

**Apresentação da Revista *ex æquo* número 41 | 2020**

17 de maio de 2021

17h30min (Hora Portuguesa) (18h30min CET TIME)

Coordenado por Cristina C. Vieira e Sofia Bergano

**Abertura**  
Virgínia Ferreira, Presidente da APEM

**Conferência**  
"Qualitative research (on a family) with gender perspective. Reflections of the researcher"

**Oradora**  
Joanna Ostrouch-Kamińska, Associate Professor  
Dean of the Faculty of Social Sciences, University of Warmia and Mazury in Olsztyn, Poland

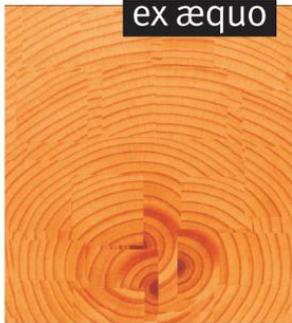
**Moderadora**  
Sofia Bergano, Professora Adjunta  
Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

**Apresentação da revista**  
Graça Margarida Santos, Professora Adjunta  
Escola Superior do Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

**Encerramento**  
Cristina C. Vieira, Vice- Presidente da APEM

**Link de acesso:** <https://videoconf-colibri.zoom.us/j/87819212267?pwd=TKNDT0VPZnQ2ek5qK1JuZ1lIUjFNbUT09>

**ID da reunião:** 878 1921 2267  
**Senha de acesso:** 895091



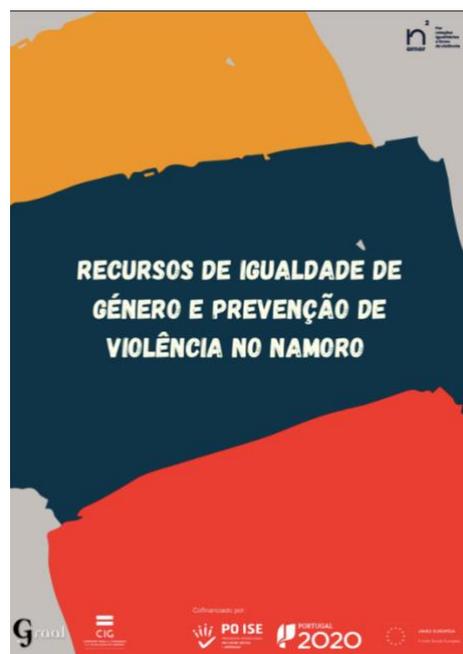


# **Anexos**

**Anexo I-** Imagem referente à campanha “Avós da Razão”



**Anexo II-** Repositório



### Anexo III- Exemplo de um questionário de avaliação das atividades

## Roda de Conversa - Relações Igualitárias e Livres de Violência

Avaliação da "Roda de Conversa" - (n)amor2 (CIG/POISE/Portugal2020/ Fundo Social Europeu)

**\*Obrigatório**



**Satisfação das expectativas em relação ao encontro \***

Muito Desfavorável

Desfavorável

Favorável

Muito Favorável

**Esta ação mudou alguma coisa na tua forma de pensar? Justifica a tua resposta \***

A sua resposta

**O que consideraste mais positivo desta "Roda de Conversa"? \***

A sua resposta

**O que consideraste menos positivo desta "Roda de Conversa"? \***

A sua resposta

**Que temas é que gostarias de ver nas futuras "Rodas de Conversa"? \***

A sua resposta

**Em que medida consideras importante o trabalho do Graal na prevenção da violência do namoro? \***

Muito Importante

Importante

Nada Importante

Submeter

#### Anexo IV- Imagem exemplo: Campanha Micromachismos



#### Anexo V- Post S. Valentim

