



Insieme cambiamo il mondo!
50 donne che già hanno iniziato.



PANE PER TUTTI SACRIFICIO QUARESIMALE
in collaborazione con "Essere Solidali"

impresum REDAZIONE Romana Büchel; Elke Fassbender; Mischa von Arb | TRADUZIONI Tiziana Conti; Valérie Gmünder; Colette Kalt; Sharon Kroska, uebersetzen.ch; Daria Lepori; Federica Mauri | CORRETTORATO Amélie Ardaya; Tiziana Conti; Valérie Gmünder; Franziska Landolt, 1-2-fehlerfrei.ch; Daria Lepori; Federica Mauri; Sophie de Rivaz | GRAFICA Karin Hutter, karinhutter.com | STAMPA Cavelti AG | CARTA Rebello – Recycling | TIRATURA D: 1000; F: 700; I: 300; E: 300

© FOTO: se non indicato altrimenti: *Pane per tutti/Sacrificio Quaresimale*

© *Pane per tutti/Sacrificio Quaresimale* 2018

prefazione

Nel 2019 abbiamo il piacere di festeggiare 50 anni di collaborazione ecumenica tra *Pane per tutti* e *Sacrificio Quaresimale*, affiancate dal 1994 da *Essere solidali*. Al successo del nostro lavoro hanno contribuito, con le loro peculiarità, donne e uomini in egual misura. Tuttavia il lavoro delle donne spesso rimane invisibile. Poiché la Campagna ecumenica 2019 è dedicata alle donne, è sembrato ovvio raccogliere per questi 50 anni 50 ritratti di donne. Provengono da ogni parte del mondo, sono più o meno note; alcune di loro sono giovani, mentre altre hanno una lunga esperienza alle spalle. Questa raccolta presenta 50 interessanti storie che incuriosiscono, fanno riflettere e infondono anche tanta speranza.

Non importa dove queste donne vivono, se sono avvocatesse, contadine, operaie: hanno una cosa in comune. Tutte si impegnano per una vita migliore e per più giustizia. Sono delle lottatrici, anche se forse loro non si definirebbero così.

Ringraziamo in modo particolare tutte le donne che si sono rese disponibili per i ritratti. Non avremmo potuto fare questo piccolo libro senza di loro. Non è stato facile operare una scelta. Perciò esse rappresentano tutte le donne, anzi tutte le persone che, con grandi

e piccoli gesti, agiscono per il cambiamento. Tutte meriterebbero di comparire in questo opuscolo. A loro va il nostro grazie per il loro impegno a favore di un cambiamento verso un mondo migliore e più giusto. E siccome ciascuno può fare la sua parte: diventa anche tu parte del cambiamento.



Bernd Nilles
direttore *Sacrificio Quaresimale*



Bernard DuPasquier
direttore *Pane per tutti*

indice

- | | | | |
|----|-----------------------------|-----|--|
| 5 | Alimata Traoré | 57 | Malliga |
| 7 | Anne-Marie Holenstein | 59 | Mamitiana Andriamanalina |
| 9 | Belén Alarcón Alarcón | 61 | Mamy Rakotondrainibe |
| 11 | Blandine Bukayafwa | 63 | Marie Crescence Ngobo |
| 13 | Caterina Fierz Carinci | 65 | Marta Tipuici |
| 15 | Claudaline Muhindo Mugaruka | 67 | Sister Mary John OSB |
| 17 | Sister Debora | 69 | Mbali Baduza |
| 19 | Sister Dominica | 71 | Narma Sunar |
| 21 | Douangdeuane Bounyavong | 73 | Natacha Compaoré |
| 23 | Elizabeth Diyala | 75 | Sœur Nathalie |
| 25 | Elizabeth Mpofo | 77 | Nathalie Kaboré |
| 27 | Elsy Marulanda Alvarez | 79 | Ndiouck Séné |
| 29 | Esther Kiswe | 81 | Ngai Pun |
| 31 | Etta Rosales | 83 | Nomvuzo Nopote |
| 33 | Francisca Diouf | 85 | Nong Chouthavong |
| 35 | Gloria Amparo Suárez | 87 | Nonhle Mbuthuma |
| 37 | Grace Kathini Kavilu | 89 | Obertina Johanis |
| 39 | Ina Praetorius | 91 | Philomène Edjogo |
| 41 | Juana Vasquez Arcon | 93 | Simone Bilgo |
| 43 | Juliette Li | 95 | Sofia de Meyer |
| 45 | Kaliamma | 97 | Sophie Swaton |
| 47 | Khalisah Khalid | 99 | Suzan Mark |
| 49 | Lavinia Sommaruga Bodeo | 101 | Yannick Etienne |
| 51 | Leila | 103 | Aldebaram Moura |
| 53 | Leticia Elvia | 104 | <i>Pane per tutti Sacrificio Quaresimale
Essere solidali</i> |
| 55 | Lucie Sawadogo | | |



08 MARS 2016
Egalité, Genre et
Economisation de la Femme.

la Femme.

«Quando ti rendi conto di ciò che sta accadendo nel mondo, ti senti in dovere di impegnarti».

Mi impegno a favore della sovranità alimentare e delle donne che vivono in aree rurali. Infatti, nonostante il loro grande contributo al benessere delle famiglie e della società, il loro impegno non è riconosciuto. Devono costantemente resistere per evitare che la loro terra non gli sia sottratta, così da poter soddisfare i bisogni primari delle loro famiglie.

Sono però orgogliosa dei cambiamenti che siamo riusciti a realizzare negli ultimi anni. Siamo stati in grado di rafforzare il ruolo delle donne: lo dimostra la maggiore indipendenza nella produzione alimentare, ma anche la maggiore fiducia in sé stesse delle donne con cui lavoriamo. Si riscontra uno sviluppo sia individuale che collettivo. Le donne sono ora più coinvolte nelle decisioni riguardanti la famiglia e la comunità nel suo insieme. Quando le donne conoscono i loro diritti, quando sono coinvolte, la situazione può cambiare rapidamente.

L'impegno comune con le donne mi dà forza e dimostra che possiamo cambiare qualcosa insieme. Un cambiamento verso un mondo migliore, in cui vi sia il rispetto dell'ambiente, la pace sociale e la diversità culturale, e nel quale siano conservati anche i valori africani.

Alimata Traoré è autodidatta. Tramite il suo lavoro con organizzazioni prevalentemente contadine, ha preso coscienza delle sfide del mondo di oggi. Considera particolarmente offensiva l'emarginazione delle donne e il loro scarso coinvolgimento nei processi decisionali.



Anne-Marie Holenstein

81 anni | Svizzera
già direttrice di
Sacrificio Quaresimale

«Ho iniziato a interessarmi ai ruoli delle donne nella società già negli anni 50 quando, intuitivamente, sentii di dover uscire da questi obblighi».

Sono fiera del fatto che già negli anni 70 abbiamo lanciato il Commercio equo. Adesso mi impegno affinché i processi di dovuta diligenza delle imprese multinazionali siano ancorati nella legge. Continuo anche ad approfondire la questione dei potenziali e dei rischi delle religioni e mi impegno per l'integrazione dei rifugiati in Svizzera. Sono riconoscente per ciò che mi hanno dato le molte persone che ho incontrato, tra loro le donne con le quali ho lavorato in ambito del movimento ecumenico.

L'apertura di mio marito nei confronti di cambiamenti dei compiti maschili e femminili all'interno della nostra vita familiare è stata fondamentale. Abbiamo sempre sperato di lasciare ai nostri figli un mondo migliore. Il programma per raggiungere tale obiettivo fu enunciato da mia figlia Rahel quando aveva 9 anni: 1. Condividere ogni cosa equamente. 2. Proibire tutto quello che danneggia l'ambiente. 3. Proibire le guerre. Un programma che deve aver elaborato ascoltando i ragionamenti fatti a tavola, non solo tra di noi, ma anche con persone provenienti da ogni parte del mondo e che erano nostre ospiti. Questo programma resta valido poiché, per ciò che riguarda il futuro del nostro pianeta, sono piuttosto scettica. Quello che tuttavia mi rende ottimista sono i tanti giovani che incontro nell'ambito della campagna sull'Iniziativa per multinazionali responsabili. Decisamente stanno continuando ad affinare il programma di Rahel. Io stessa non smetterò mai di impegnarmi per un mondo migliore.

Licenziata in germanistica, ha lavorato per Dichiarazione di Berna, è stata corrispondente radio. Dal 1995 al 2000, direttrice di *Sacrificio Quaresimale* e capo di un progetto su potenzialità e rischi di fattori religiosi nella cooperazione internazionale, per conto della Direzione per Sviluppo e Cooperazione. Nel 2009 ha ricevuto il dottorato honoris causa della facoltà di teologia dell'UNI di Lucerna. Attualmente il suo impegno è rivolto all'Iniziativa per multinazionali responsabili.



Belén Alarcón Alarcón

59 anni | Colombia
direttrice | *Corporación
Plataforma Sur de Procesos
y Organizaciones Sociales*

«La mia forza sta nella mia assoluta certezza che un altro mondo è possibile. Che la vita vincerà sempre sulla morte e che ci sono abbastanza donne e uomini creativi, capaci di costruire un mondo migliore».

Sin dai tempi della mia giovinezza sono una donna impegnata. Da bambina mi stu-pivo che Gesù bambino portasse ai bambini di città regali più belli di quelli che ricevevano i bambini di campagna, lo trovavo ingiusto. Mi fu presto chiaro che dovevo partecipare alla costruzione di un mondo socialmente più giusto. Infatti il mio paese, la Colombia, è tra quelli al mondo con le maggiori disparità sociali e si oppone alla modernità. Non siamo nemmeno riusciti a mettere la parola fine a una guerra che dura da più di 50 anni.

Nella *Plataforma Sur de Procesos Sociales* mi impegno perciò come difensora dei diritti umani. Sono fiera di essere tra chi ha dato inizio al dibattito sui diritti di cittadinanza e al movimento femminile che vuole rafforzare le donne, i giovani, le contadine e i contadini, così come le comunità originarie.

La mia vita è stata influenzata dai processi di trasformazione dell'America Latina, ma anche dalle mie radici rurali. Le contadine e i contadini poveri, con la loro capacità di saper resistere, sono le mie eroine e i miei eroi.

Belén Alarcón Alarcón è nata nel dipartimento di Tolima e ha intrapreso la formazione per diventare infermiera. Durante uno stage in ospedale incontrò un giovane, rimasto ferito nella guerriglia. Il modo disumano con cui era trattato, incatenato e sorvegliato malgrado si trovasse in pericolo di morte, provocò in lei un tale shock che da quel momento iniziò a impegnarsi per i Diritti umani e il Diritto internazionale. Oggi Belén è la direttrice di *Corporación Plataforma Sur de Procesos y Organizaciones Sociales*.

AGRICOLLES

NO SEIN DES MENAGES

HOMME / BAIATA
 KUPUKA BAIATA / KUBULA
 KUSATA
 KUYUKA TIYA
 KUBUNDULA
 KUKUNA BA NENGA
 KUSAKULA
 KUKATULU
 KUZENZA
 KUKAHISA BIMA
 KUBUMBA NA BA SAC
 TO NA NGONZU
 KULANDILA SAMBUNZ
 KUZABA KANA KISALU YA
 NSUNGI YINA HE PES
 HIMBITU YA MOOTE

12 opérations

FEMME / BA MENTU

- 1) KUBUNDULA
- 2) KUKUNA NGUBA
- 3) 1 - - nti ya ma
- 4) KUSAKULA
- 5) KUKATULU
- 6) KUZENZA
- 7) Transport
- 8) KUYUKA
- 9) Kutula yo
- 10) KUKAHISA

DECISIONS PRISES

NOTRE ATTITUDE, NO
 ER LA REPARTITI
 TRAVAIL AGRIC
 CON DES BONNES
 TABLE = RE
 LES MENAGES



Blandine Bukayafwa

60 anni | Repubblica Democratica del Congo | esperta di pari opportunità
Centre pour la Promotion Agricole de la Lukula

«Le nostre mamme nei villaggi non hanno nessuno a cui chiedere consiglio. Ecco perché le sostengo. Anche gli uomini hanno doveri e le donne hanno diritti. Siamo tutti uguali».

In collaborazione con diversi gruppi di villaggio abbiamo condotto un'analisi sulla suddivisione del lavoro nel settore agricolo in base al genere. Si è scoperto che gli uomini svolgevano 12 diversi lavori agricoli, le donne 22. Per rendere il carico di lavoro più uniforme, gli uomini hanno deciso di dare più sostegno alle loro donne. E le donne hanno deciso di sviluppare insieme delle regole per cambiare la mentalità all'interno della loro famiglia. Oggi i mariti aiutano le loro mogli nei campi, mentre un tempo dicevano che si trattava di un compito delle donne, e se ne stavano con le mani in mano senza far nulla. Ora gli uomini capiscono che devono dare sostegno alle loro mogli e che così facendo la famiglia guadagna di più. Inoltre gli uomini ora ci chiedono un parere in caso di problemi e io offro loro consigli.

Svolgo il mio lavoro con impegno, mossa dall'amore. Oltre alla mia attività per il *Centre pour la Promotion Agricole de la Lukula*, lavoro anche come contadina. È un grosso fardello. Amo ciò che faccio, sia il lavoro per una maggiore giustizia di genere, sia quello nei campi, perché sono correlati tra loro.

Le mie tre figlie hanno tutte proseguito gli studi. A loro auguro un sereno avvenire.

L'impegno di Blandine è iniziato come animatrice nelle zone rurali, dove ha aiutato le famiglie di agricoltori a coltivare i loro campi in modo più sostenibile e quindi a migliorare il proprio reddito. Oggi lavora come esperta di pari opportunità presso il *Centre pour la Promotion Agricole de la Lukula* e offre consulenza sia alle donne sia agli uomini.



Caterina Fierz Carinci

59 anni | Svizzera
volontaria attiva
comunità riformata di Lugano

«Il mio scopo nella vita è quello di essere lì per gli altri».

Un grave incidente stradale, avvenuto quarant'anni orsono e la successiva morte di mio marito, 20 anni fa, hanno profondamente segnato la mia vita. L'ho assistito fino all'ultimo e questo ha dato un altro significato alla mia esistenza. Ho una grande fede in Dio. Mi sento ogni momento accompagnata da una forza soprannaturale che si è fatta molto concreta dopo la malattia di mio marito. Lui era ed è ancora il mio eroe personale. Ma per me, gli eroi sono tutti coloro che sanno padroneggiare la propria vita al meglio anche nelle situazioni difficili.

Il mio scopo nella vita è quello di essere lì per gli altri, in particolare per la mia famiglia e per le persone anziane della comunità riformata di Lugano. E ogni giorno, nella mia professione è sempre un piccolo successo quando riesco a suscitare il sorriso di un ospite o di un collega o di una collega di lavoro che sembra fundamentalmente insoddisfatto.

Auguro alla prossima generazione di comprendere come non siano necessari passi da gigante per rendere il mondo un posto migliore: sono i piccoli gesti che ognuno di noi compie a fare la differenza. La ricchezza interiore non coltiva il materialismo.

Caterina Fierz Carinci dopo l'apprendistato e la scuola alberghiera, ha lavorato diversi anni nel settore. Dal 1989 al 2013 è stata impiegata presso una banca a Lugano, nel ramo delle carte di credito. Nonna entusiasta, si adopera per il prossimo prestando servizio volontario presso il Grottino del Centro evangelico di Magliaso.



Claudaline Muhindo Mugaruka

42 anni | Repubblica Democratica
del Congo | coordinatrice nazionale
*Action Salitaire pour le
Développement Intégral de Goma*

«Come madre e donna, mi devo impegnare per il benessere delle altre donne e dei bambini!».

Durante la guerra in Congo ho visto molte sofferenze: violenze sessuali a scapito delle donne e bambini rimasti soli. Come madre e donna, dovevo assolutamente fare qualcosa. Grazie all'associazione *Action Salitaire pour le Développement Intégral de Goma* possiamo cambiare le cose. I bambini possono andare a scuola, non soffrono di malnutrizione e sono sani. Offriamo formazione professionale per le donne, ad esempio per diventare sarta. Abbiamo potuto aiutare molte donne che ora hanno un reddito.

In tutto questo tempo Dio mi ha dato molta forza e ancora oggi è un sostegno importante per me. Ho avuto anche l'opportunità di studiare in Uganda grazie a borse di studio. Lì sono stata in grado di acquisire tutte le conoscenze di cui ho bisogno per gestire l'associazione.

Ogni giorno constato quanto siano importanti la salute e l'educazione, quindi spero per il futuro che l'analfabetismo e la fame scompaiano e in particolare che alle generazioni future non manchi nulla.

Claudaline ha fondato l'associazione *Action Salitaire pour le Développement Intégral de Goma* dopo aver visto le sofferenze della popolazione congolese, in particolare di donne e bambini. Lo scopo dell'associazione è quello di migliorare le condizioni di vita delle donne e dei bambini e di offrire loro un futuro migliore grazie all'educazione e al rafforzamento del ruolo delle donne.



Sister Debora

43 anni | Tanzania
suora, infermiera e ostetrica
Community of St Mary of Nazareth and Calvary

«La mia vita è consacrata a Dio e all'aiuto alle donne e ai bambini».

Sono due i miei impegni: verso Dio e quindi nella mia vita nella comunità religiosa, e nell'aiutare donne e bambini. L'adesione all'Ordine e la formazione come infermiera e ostetrica è stata la decisione migliore della mia vita.

Già quando sono entrata nell'Ordine, il mio obiettivo era quello di diventare infermiera e ostetrica. Ma per i primi sette anni mi sono occupata della vita religiosa e dei doveri di una sorella. Nel 2004 ho potuto iniziare la mia formazione come infermiera e ostetrica. Non è sempre stato facile, ma ho sempre potuto contare sul sostegno dei miei compagni di corso e docenti. Alla fine ho superato tutti gli esami e da allora posso prendermi cura di donne e bambini che hanno bisogno di aiuto.

Il fatto di poter aiutare queste persone mi dà molta forza. E cosa auguro alla prossima generazione? Che conducano una vita cristiana, vadano a scuola e non pensino male degli altri.

Sister Debora è entrata nell'Ordine Anglicano delle Suore della *Community of St Mary of Nazareth and Calvary* nel 1997 e ha preso i voti nel 2004. Ha poi iniziato la sua formazione come infermiera e ostetrica. Oggi utilizza internet per la formazione continua e approfondire le sue conoscenze.



Sister Dominica

35 anni | India
coordinatrice di progetto e suora
Seraphina Seva Samaj

«Le fonti della mia forza sono il calore e l'amore del mio popolo».

Sono impegnata a salvare la vita del mio popolo. Un popolo che è afflitto da persistenti disordini etnici, che si prendono un enorme tributo e che costringono la gente a migrare. Con molto coraggio e speranza, mi sono adoperata per la creazione di sistemi di risparmio collettivo nelle nostre comunità. Sono soddisfatta che siamo riusciti a trovare una soluzione duratura ai problemi delle persone coinvolte.

I miei modelli personali sono tutti i leader di quelle comunità che sono stati uccisi nella lotta a difesa della vita degli altri membri della loro comunità. Mi hanno ispirato a impegnarmi anche per la mia comunità. Anche io sono stata testimone di un massacro del mio clan e dei membri della mia comunità: ho sentito il loro dolore sul mio corpo. Questa esperienza mi ha spinto ad impegnarmi.

Auspico che le generazioni future possano rimanere pacificamente sulle loro terre senza timore di essere cacciate o addirittura uccise.

Sister Dominica lavora nella sua comunità Adivasi nell'Assam, in cui le persone sono state vittime di disordini etnici e conflitti per il possesso della terra. Gli Adivasi hanno vissuto esperienze traumatiche durante questo periodo. Diverse famiglie hanno perso parenti in massacri e hanno dovuto trascorrere parte della loro vita in campi di emergenza o nei loro villaggi sotto protezione. Il progetto è rivolto in particolare a questo gruppo di popolazione emarginata e traumatizzata.



Douangdeuane Bounyavong

71 anni | Laos
coordinatrice volontaria
*Buddhism for
Development Project*

«Sono particolarmente fiera di essere riuscita a motivare la gente di qui a leggere di più e a rafforzare la nostra produzione artigianale».

Mi impegno per la promozione della formazione scolastica e della cultura. Lo faccio con maggiore entusiasmo quando si tratta di bambine e bambini, giovani e donne che vivono in ambito rurale. Questo impegno non nasce dal nulla: mia mamma, pur essendo analfabeta, ha educato i suoi 15 tra figlie e figli rendendoli persone buone. Lei è la mia eroina. Anche mio padre, uno dei più importanti psicologi del paese, ha contribuito a sviluppare le mie competenze letterarie.

La mia empatia l'ho ereditata dal papà, che in gioventù era stato monaco buddista. La vita in semplicità che mio marito aveva conosciuto durante la sua infanzia e adolescenza in una regione contadina ha pure contribuito a formarmi. Traggo la mia energia anche dall'opera letteraria di mio padre e da quella di mio marito. E infine il mio impegno nasce dalle mie approfondite ricerche su tre racconti epici laotiani. Si è trattato di una specie di esperienza topica.

Alle future generazioni auguro di imparare ad apprezzare le proprie culture, tradizioni e letterature e di saperne godere.

Douangdeuane Bounyavong è un'autrice laotiana. Scrive poesie, romanzi, trattati sull'arte della tessitura del Laos e sui racconti della tradizione orale. Tra questi l'opera più famosa è Kam Pha Phi Noi (Il piccolo orfano e lo spirito). Si impegna a favore dell'alfabetizzazione, ha una casa editrice e gestisce una libreria di libri per l'infanzia in lingua laotiana. È la vedova di Outhine Bounyavong. Nel 2005 ha ricevuto il Fukukoa Art and Culture Prize.



Elizabeth Diyala

50 anni | Kenya
animatrice | *Caritas Nyahururu*

«Grazie a ciò che facciamo insieme, nelle nostre case è ritornato un sentimento di appartenenza. Le persone ora si aiutano vicendevolmente. Mi entusiasma nel vedere come si possa lavorare insieme per risolvere i propri problemi».

Da 30 anni vivo a Olmoran. In passato la gente sopravviveva ai ricorrenti periodi di siccità solo grazie al cibo distribuito dal programma alimentare mondiale o all'aiuto dei missionari. Oggi ci siamo organizzati in gruppi di auto aiuto e sappiamo come aiutarci a vicenda; ciascuno riesce a coltivare abbastanza per dar da mangiare alla sua famiglia. Le contadine e i contadini vengono da me per vedere come io coltivo la terra e per fare la stessa cosa nei loro campi. Vedono che sul mio terreno ho piantato anche alberi da frutta e che il mio orto è coltivato con metodi biologici. Ne sono fiera. Quando vedo come le persone cambiano e che il mio lavoro porta buoni frutti provo una bella forza dentro di me.

Per via dell'impegno delle loro collaboratrici e dei loro collaboratori, *Caritas Nyahururu* e *Sacrificio Quaresimale* sono i miei eroi: hanno trasformato in maniera straordinaria le basi sulle quali si regge la nostra comunità. Alle generazioni future, che ancora più della nostra faranno fatica per via del mutamento climatico, auguro di ritrovare i valori tradizionali dei nostri antenati. Mi auguro che la loro sia una società dove il problema del singolo sia assunto da tutti e che sappiano aver cura di ciò che Dio ha creato.

Elizabeth è contadina e abita a Ndunyu, nelle regioni aride del distretto Laikipia in Kenya. È mamma di quattro figli, due femmine e due maschi. Ogni giorno svolge il lavoro faticoso con la terra per poterli nutrirli, farli studiare, comprare loro i vestiti e farli curare quando si ammalano.



Elizabeth Mpofu

Zimbabwe | presidente, coordinatrice
e ambasciatrice ONU | *Zimbabwe Small Holder
Organic Farmers Forum* e *La Via Campesina*

«Le donne sono la spina dorsale dell'economia rurale e nazionale. Per questo motivo il loro lavoro deve essere valorizzato maggiormente».

Da ragazza, non mi fu permesso andare a scuola. Così diventai una contadina e scoprii quanto fosse importante per le donne questo tipo di agricoltura a carattere familiare, che produce la maggior parte del cibo del mondo. Fornisce la base per la vita e può anche essere la via d'uscita dalla povertà. Tuttavia a tal scopo devono essere create le giuste condizioni quadro. La salute, l'istruzione e i servizi sociali nelle aree rurali devono essere rafforzati e le donne devono essere valorizzate per il loro ruolo di produttrici di alimenti.

Le donne infatti danno un contributo essenziale all'economia rurale: coltivano ortaggi, allevano animali, cucinano, raccolgono legna da ardere, vanno a prendere l'acqua e al mercato, si prendono cura dei membri della famiglia e governano la casa. Ove possibile, svolgono anche lavori retribuiti.

Molte di queste attività non sono considerate "occupazione economicamente attiva", ma sono essenziali per il benessere delle famiglie e quindi per l'economia generale di un paese. I bisogni di queste donne devono perciò essere percepiti e presi in considerazione. Anche le donne devono avere più voce in capitolo. È per questo che sto lottando e ogni piccolo successo mi dà la forza di andare avanti.

Elizabeth Mpofu è attiva nelle zone rurali dello Zimbabwe, dove l'onere maggiore nella gestione familiare ricade sulle donne. Si adopera inoltre affinché vi siano più donne in posizioni dirigenziali ed è orgogliosa del fatto che nelle organizzazioni in cui è coinvolta ci sia stato un cambiamento verso un maggior numero di donne con responsabilità.



 **REPÚBLICA DE COLOMBIA**
INSTITUTO GEOGRÁFICO AGUIRRE COLOMBIA 
ENTIDADES TERRITORIALES
2011
Escala 1:100.000
De los Territorios (Territorios)

ESTADO DE AVANCE
El presente mapa muestra el avance de la cartografía de las entidades territoriales de Colombia, con base en la información suministrada por las entidades territoriales y el Instituto Geográfico Aguirre Colombia.

Elsy Marulanda Alvarez

66 anni | Colombia
coordinatrice *Sacrificio
Quaresimale* | *Corporación
para el Desarrollo Sostenible
y la Participación Social*

«Il mio impegno è rivolto alle fasce della popolazione emarginate socialmente ed economicamente di origine indio e afro colombiana che soffrono maggiormente per le conseguenze della guerra e per la violenza».

Il mio agire è dettato dalla ricerca di una società pacifica. In particolare sono fiera di aver contribuito, grazie al mio lavoro e al mio impegno in prima persona, alle trattative per la risoluzione del conflitto armato tra i guerriglieri FARC e il governo e alla firma del trattato dell'Havana del 2016.

Fornisco consulenza a chi, partendo dal valore della solidarietà e da un serio impegno socio politico, vuole aiutare le comunità. Si tratta di organizzazioni che si impegnano per i loro diritti: per il diritto alla vita, per un modello di sviluppo che mette al centro la dignità della persona, per la tutela della natura, per le pari opportunità. Guardo a Maria Cano (1887–1967) come a una maestra. È stata la prima donna in Colombia a ricoprire un ruolo-guida in politica. Si è impegnata per i diritti delle lavoratrici e dei lavoratori. Considerava la sottomissione della donna e il machismo un ostacolo per la loro partecipazione politica. È stata una donna con una vita esemplare.

Alle nuove generazioni auguro un paese in cui regni la pace, la giustizia sociale, l'armonia con la natura. Un paese in cui il futuro sorrida a ragazze e ragazzi.

Già da studente Elsy Marulanda ha capito che voleva impegnarsi per cercare di modificare le strutture ingiuste. Il movimento studentesco e la crescita della mobilitazione indigena e contadine sono stati avvenimenti formativi. La sua preoccupazione per l'onnipresente violenza ha indotto Elsy ad analizzare scientificamente quei fattori che regolarmente portano alla costituzione di una resistenza armata. Questo sapere, cui si sono aggiunti anni di esperienza sul campo, le ha permesso di partecipare a processi di cooperazione con enti internazionali.



«Il nostro suolo è ricco e fertile. Oggi conosco il valore della nostra terra: la terra è denaro. Pertanto, vorrei incoraggiare i miei fratelli e sorelle ad approfondire questo aspetto».

Osservando i miei fratelli e sorelle nei villaggi, noto che molte persone soffrono ancora. C'è povertà e miseria. Quando le persone si ammalano, non possono essere curate. Così do tutta me stessa per aiutare i miei fratelli e sorelle. Il *Centre pour la Promotion Agricole de la Lukula* ha incoraggiato gli abitanti dei villaggi a coltivare assieme i loro campi. Quando la produzione aumenta, possono vendere l'eccedenza al mercato e anche guadagnare denaro. È importante lavorare perché abbiamo molte risorse: acqua, foresta, suolo. Non possiamo solo chiedere aiuto, dobbiamo lavorare.

Le persone hanno anche iniziato a risparmiare. Quando vendiamo il raccolto del campo comunitario, ci dividiamo il denaro e una parte va alla cassa di risparmio solidale, a disposizione per aiutarsi a vicenda. Grazie ad essa, le madri ora possono mandare i loro figli a scuola.

Il mio impegno è a favore delle persone che fanno parte di gruppi di villaggio. Mi preoccupo del mio popolo. È bello vedere che la sofferenza scompare.

Per le generazioni future mi auguro che ci sia la pace e che i conflitti politici nel mio paese siano risolti.

Esther Kiswe lavora come animatrice presso il *Centre pour la Promotion Agricole de la Lukula*. L'organizzazione è attiva nella provincia di Kwilu. Esther e il suo team formano i membri del gruppo del villaggio per migliorare insieme le loro condizioni di vita. Ad esempio, attraverso la selezione delle sementi, l'allevamento di animali da cortile e di pesci, le tecniche di agricoltura biologica e lo sviluppo di riserve alimentari o la creazione di casse di risparmio solidale.



«Sono passata dall’essere una giovane leader dominante all’essere una persona anziana che ha imparato ad ascoltare meglio, ad assumere le critiche e a trarne degli insegnamenti».

Ho contribuito alla stesura delle leggi sui Diritti umani e mi sono impegnata per la loro applicazione. Queste stesse leggi hanno poi avuto un influsso sulla politica, come il riconoscimento e il risarcimento delle vittime di guerra, l’abolizione della pena di morte, ecc. Il periodo di prigionia e di torture durante la dittatura Marcos, a cui sono sopravvissuta con tanti altri, ha generato una comunità di persone impegnate per i Diritti umani. Mi sento in obbligo di dare il mio contributo, nella teoria e nella pratica, sul piano istituzionale e su quello personale. Definire i Diritti umani quale politica nazionale è la soluzione migliore per rendere capaci le cittadine e i cittadini di un paese a diventare motore della trasformazione sociale.

Mio padre mi ha insegnato che cosa significa rimanere fedeli a se stessi. Grazie alla lettura di Rizal e Dostoevskij e gli esempi di Gandhi e Mandela ho rafforzato e coltivato questo valore.

Attingo la mia forza dalle persone che amo e che mi amano. Non mi sento vicina solo a quelle che fanno parte della mia famiglia, ma anche alla comunità globale e alle persone della mia Chiesa. Sono loro che mi hanno dato forza, nelle ore più buie, quando non sapevo se sarei sopravvissuta al cancro.

Etta Rosales, donna politica e insegnante, è nota come una difensora dei Diritti umani. Dal 2010 al 2015 è stata Presidente della Commissione filippina per i Diritti umani. Fu lei stessa vittima del regime Marcos. Contribuì in larga misura al successo di una causa comune intentata contro il dittatore per gravi violazioni dei Diritti umani che portò alla sua condanna. Nel 2017 Rosales è stata insignita di un premio per il suo coraggio politico.



Francisca Diouf

38 anni | Senegal
animatrice | *Association pour la Lutte contre
la Soudure et l'Endettement*

«Quando un giorno, durante una visita di consulenza nei villaggi, ho consapevolmente notato la fatica quotidiana di queste donne nei campi, senza aiuti e sotto il sole cocente, nella mia testa c'è stato un clic. Compresi che dovevo fare qualcosa per loro».

Mi sono impegnata come donna per un'agricoltura sostenibile perché nella mia zona ha senso coltivare in modo ecologico. L'altra motivazione è mostrare alle mie sorelle (le altre donne) che non dobbiamo occuparci di coltivare piante della Guinea, ma che qui possiamo coltivare bene specie locali come mais, miglio, riso, fonio, ecc.

Sono orgogliosa del mio impegno perché sono riuscita sensibilizzare molte donne. Inoltre, in alcuni villaggi in cui lavoro, le donne non si limitano più a faticare nei campi della famiglia, ma sono proprietarie di piccoli appezzamenti dove lavorano con i propri semi. Questo è motivo di orgoglio per me, perché le mie parole non sono state vane e continuerò a dare tutta me stessa per questo.

Il mio defunto padre, che amava l'agricoltura, fin da piccola mi ha insegnato le tecniche di coltivazione e la conservazione delle sementi. Mi ha "contagiata con questo virus". Mio padre dovrebbe sapere che contribuisco allo sviluppo della mia comunità.

Mi auguro di riuscire a far capire alle generazioni future, ai miei figli e nipoti, che l'agricoltura è una professione, anzi una vocazione. Questa è la mia missione.

Francisca Diouf lavora come animatrice presso *Association pour la Lutte contre la Soudure et l'Endettement* nella regione della Casamance. L'organizzazione collabora con la popolazione di 70 villaggi e quartieri per ridurre la carenza di cibo prima del raccolto (*soudure*) e il conseguente indebitamento delle famiglie.

TEL
**LAS MUJERES EXIGIMOS
GARANTIAS PARA LA LABOR
COMO DEFENSORAS Y DEFENSORES
DE DERECHOS HUMANOS.**

**LAS MUJERES NO
SON FORNIDAS
PARA LA LEY**

**LA MUJER
NO DEBE SER
VULNERADA**

**LAS MUJERES
DEBEMOS SER
AUTORIDADES EN DERECHOS
HUMANOS**

**LAS MUJERES
DEBEMOS SER
AUTORIDADES EN
DERECHOS HUMANOS**



Gloria Amparo Suárez

50 anni | Colombia
rappresentante legale
Organización Femenina Popular

«Per il futuro mi auguro un paese in pace, in cui tutte le persone possano vivere una vita dignitosa».

Le donne e le comunità indigene dovrebbero poter condurre un'esistenza dignitosa, vivere in libertà e con autonomia. Io contribuisco alla costruzione della pace nel mio paese e sono fiera di essere riuscita a rafforzare molte donne nelle loro capacità. Ho costruito una famiglia politica, che ha fatto le veci di una famiglia mia vera e propria.

Molte donne mi hanno influenzato, prime fra tutte la nonna e la mamma che gestiscono al meglio la loro vita, malgrado le circostanze. L'uccisione di mio fratello e quella di tante altre persone che conoscevo mi hanno portato a decidere di impegnarmi nella difesa delle donne e del mio paese.

La mia resistenza ha dato un impulso importante al movimento femminile. In quell'ambito mi sono formata come leader e difensora dei Diritti umani. La mia perseveranza e le mie convinzioni interiori mi danno la forza di impegnarmi ogni giorno.

Mi auguro un paese che non permetta più l'insorgere e il perdurare di disuguaglianze dovute al ceto sociale o al sesso. Sogno un mondo più giusto senza guerre e senza violenze nei confronti delle donne.

Gloria difende da 30 anni i Diritti umani della donna. Lavora nel sostegno giuridico delle donne e si oppone alle discriminazioni di classe e di sesso. È convinta che il rafforzamento dei diritti della donna è la base per costruire la pace nel suo paese.



Grace Kathini Kavilu

30 anni | Kenya
artigiana e costruttrice di focolari
Caritas Kitui

«Emancipare mio marito e avere una famiglia felice: è quello che mi motiva ogni giorno per il mio lavoro».

Sono stata cresciuta da una matrigna e ho vissuto molte angherie. Pregavo di poter avere una vita migliore. Finita la scuola superiore mi sono arrangiata con lavoretti occasionali. Il matrimonio mi sembrava allora la scelta migliore, ma presto realizzai che non erano solo rose e fiori. Eravamo due giovani che cercavano di venire a patti con la vita: non era facile. A quel punto intervenne mia suocera Mama Joyce a colmare il vuoto lasciato da una vera madre; lei diventò la mia protettrice e mentore. Quando si presentò l'opportunità di seguire una formazione per imparare a costruire i “focolari efficienti”, lei mi ha spronato. Dopo che ebbi costruito cinque di questi focolari mio marito si rese conto che guadagnavo molto più di prima, iniziò ad accompagnarmi e ad aiutarmi. È stata la svolta della nostra vita. Ora anche lui è diventato artigiano specializzato in queste costruzioni.

Traggo la mia energia dal piacere di chi utilizza i nuovi focolari. E dal fatto che mio marito accetta il mio lavoro e che mi appoggia. Ai miei figli auguro un futuro migliore con energia accessibile e pulita per tutte le case. Mi sento in dovere di servire Dio e di dare il meglio in ciò che faccio, perciò mi impegno per la mia famiglia e il mio lavoro.

Grace fa parte del progetto per la diffusione di “focolari efficienti” di *Caritas Kitui*. Si tratta di dotare le case in regioni rurali di focolari grazie ai quali la quantità di legna per cucinare è dimezzata. Per cucinare su focolari aperti infatti occorre molta più legna perché il calore si disperde. Inoltre fanno molto fumo provocando danni alle vie respiratorie. Il progetto, anche se è promosso dalla chiesa cattolica, include beneficiari di ogni etnia e religione residenti nella zona.



«La mia fonte più importante di energia è il silenzio.
Lo pratico ogni giorno, come un esercizio regolare, da molti anni».

Ho imparato da mia madre che è possibile vivere in se stessi un'apparente contraddizione poiché lei era contemporaneamente una famosa musicista e una casalinga entusiasta. Io mi oriento al pensiero politico di Hannah Arendt, in particolare alla sua convinzione che siamo tutti liberi e dipendenti allo stesso tempo. E che siamo unici. La vita si compie quando ogni essere umano è messo nella situazione di fare ciò che sa fare bene e ciò che fa con piacere. E quando entriamo in relazione saggiamente tra di noi.

Mi impegno affinché, in tutto il mondo, l'economia torni alla sua preoccupazione originaria: dare una risposta ai bisogni umani, invece di ruotare solo attorno al denaro e al profitto. Un importante passo in questa direzione è riconoscere il lavoro di cura non retribuito che è svolto soprattutto da donne nelle economie domestiche private. In tutto ciò anche le Chiese sono chiamate in causa: potrebbero dire chiaramente che Dio non è un "signore" ma l'imperscrutabile amore attorno e tra di noi.

Per il futuro io mi auguro che la colorata convivenza sul nostro fragile e generoso pianeta funzioni sempre meglio.

Ina Praetorius è teologa, si occupa di etica sociale, è la co fondatrice dell'associazione Wirtschaft ist Care (Economia è cura) e fa parte del Sinodo delle donne. Nel suo lavoro di dottorato è riuscita a dimostrare che i teologi, fino agli anni 80, intendevano solo "uomo" (Mann) quando utilizzavano il termine "essere umano" (Mensch). La sua è diventata un'opera di riferimento.



Juana Vasquez Arcon

72 anni | Guatemala
coordinatrice regionale e
autorità spirituale
Asociación Maya para el Buen Vivir
Komon Ajq'ijab'

«Auguro alle generazioni future che siano coscienti di come proteggere la vita e che capiscano che tutti gli esseri viventi sono parte della natura. Auguro loro di ricostituire l'armonia, la pace e l'equilibrio nella vita con la natura».

Il mio impegno è rivolto alla liberazione del popolo Maya in Guatemala per superare la sua oppressione e la storica discriminazione. I miei nonni mi hanno fortemente influenzata. Mi hanno insegnato a rispettare la vita, le piante, gli animali e gli esseri umani. È da loro che sono nata.

Ma è stata anche la morte di membri della mia famiglia, uccisi durante la guerra civile, a formarmi. E un seminario sull'identità dei Maya mi ha definitivamente aperto gli occhi sulla nostra realtà. Grazie a questa formazione sono uscita dallo stato di paralisi in cui la guerra civile mi aveva costretta. Oggi sono fiera del fatto che, in alcune comunità Maya, siamo riusciti a rafforzarne l'identità. Ciò accade anche grazie alla formazione politica delle giovani e meno giovani guide spirituali.

La forza che oggi sento in me si nutre dalla coscienza delle mie radici di donna maya. Ho capito da dove proviene la mia energia cosmica: attingo la mia forza da uno spirito protettore Nahuales. È un segno del calendario maya, parte della nostra cosmo visione.

Non solo Juana Vasquez Arcon lavora come coordinatrice regionale di *Komon Ajq'ijab'*, ma lei stessa è una "Ajq'ij Sakapulteka". Questi leader e autorità spirituali guidano la vita sociale dei Maya in ogni aspetto culturale e spirituale. Tutte le attività dei *Komon Ajq'ijab'* risalgono alla cosmogonia maya e mettono al centro il principio del "Buen Vivir". L'organizzazione lavora con un centinaio di queste guide spirituali.



...right to
...collective bargaining

WEAR FAIR 3

...of workers
...the right to
...collective bargaining



5 payment
of a living wage



6 reasonable
hours of work



«Noi tutti possiamo cambiare il mondo; non dovremmo aspettare che arrivi qualcuno a salvarci».

Il mio impegno è a favore delle donne impiegate nell'industria dell'abbigliamento e che sul posto di lavoro sono esposte alla violenza e alle molestie. In alcune fabbriche in Bangladesh siamo riusciti a mettere in piedi un sistema per inoltrare dei reclami. Le donne possono rivolgersi a un ente indipendente per denunciare aggressioni violente o altri tipi di atti inappropriati.

Quando un caso di molestie viene chiarito e ammendato oppure quando grazie ai nostri atelier di sensibilizzazione e formazione le ragazze sono contente perché hanno imparato qualche cosa, mi sento ripagata per tutta l'energia investita. Ognuna di queste piccole vittorie è un grande passo in avanti.

Un momento chiave per il mio impegno attuale è stata la conversazione con una donna in Bangladesh che mi disse: «Voglio fare del mio meglio per sostenere i miei figli affinché da grandi non debbano sgobbare in una fabbrica di vestiti».

Mi auguro un atteggiamento rispettoso nei confronti di tutte le persone indipendentemente dalla loro origine, dal loro sesso o dalla loro religione e anche nei confronti degli animali e della natura.

Juliette Li lavora per la *Fair Wear Foundation*. Si tratta di un'organizzazione che promuove condizioni di lavoro eque nelle fabbriche di tessili, in cui il 75% delle persone impiegate è donna. Juliette Li controlla se le norme internazionali sul lavoro sono rispettate nei paesi di produzione.



Kaliamma

33 anni | India
animatrice e capo di villaggio
Rural Development Society

«Spero che in futuro nessuna ragazza sia più costretta a lavorare in queste filande in condizioni così pericolose e simili alla schiavitù».

Mi impegno affinché le giovani donne non debbano più lavorare nelle filande in condizioni di sfruttamento. Sono anche orgogliosa di aver contribuito ad avviare attività di risparmio collettivo nelle nostre comunità in modo che le famiglie, in caso di emergenza, possano chiedere prestiti collettivi interni. In questo modo abbiamo creato nella nostra comunità un'unità che ci permette di condurre una vita dignitosa e di avere accesso a mezzi di sussistenza alternativi.

Il coordinatore Nagarathnam, con il suo coraggio, mi ha motivata a impegnarmi. Ma anche la mia storia personale mi ha spinto ad aiutare le altre donne della mia comunità. Io stessa sono stata vittima di queste condizioni di lavoro nella filanda. A causa del forte sanguinamento, ho dovuto farmi togliere l'utero e mio marito mi ha abbandonata, non riuscendo ad accettare la mia situazione. Questa esperienza mi ha portato ad attivarmi a favore di altre donne affinché non si trovino di fronte a un destino simile.

Kaliamma opera per *Rural Development Society*. L'organizzazione lavora in 40 villaggi nella zona dell'industria indiana del cotone nel Tamil Nadu. Qui i Dalit senza terra si guadagnano da vivere nei campi dei grandi proprietari terrieri. I salari sono appena sufficienti per sopravvivere, per cui in caso di bisogno devono contrarre prestiti e finire con l'indebitarsi. Grazie ai gruppi di risparmio e alle banche del riso del progetto, i Dalit non rischiano più di cadere nella spirale dell'indebitamento cronico e non sono più costretti a mandare le loro figlie a lavorare nelle filande per saldare i debiti con i prestasoldi.



WALHI
MORNITORIUM
SAWIT

«Ogni persona, indipendentemente da dove abita, dalla sua età e dal suo vissuto ha i medesimi diritti. Noi dobbiamo difendere questi diritti».

Sono nata al tempo della dittatura militare di Suharto. Ho ereditato il mio impegno anche da mio padre che è stato un attivista per i Diritti umani. A casa nostra si tenevano le loro riunioni e quindi sin da piccola mi sono resa conto di quante ingiustizie ci sono. Durante gli studi ho aderito a un'organizzazione studentesca ed ero impegnata come volontaria dell'ong *Walhi*, per la quale ora ho l'onore di lavorare.

Noi esseri umani abbiamo tutti i medesimi diritti, indipendentemente da come e dove viviamo. Una parte del mio lavoro consiste proprio nel rivenderli, insieme alle vittime di violazioni dei Diritti umani. Ogni volta che ci riusciamo, questo successo mi rende fiera. Avere la possibilità di combattere a fianco di queste persone mi motiva molto, perché loro sono così forti, come io non potrò mai essere. Tutte le volte che le incontro e vedo quello che fanno è come se mi si ricaricassero le batterie. Con questa energia mi impegno a mia volta per la giustizia sociale e per la protezione dell'ambiente. Sono convinta che il futuro sarà migliore.

Khalisah Khalid è musulmana ed è entrata in contatto con i movimenti per i Diritti umani e la protezione dell'ambiente durante la sua formazione in studi religiosi. Ha iniziato a lavorare per l'ong *Walhi* dapprima come volontaria e poi come impiegata. Dopo lo tsunami del 2004 ha assunto la responsabilità delle attività nel Sumatra settentrionale; oggi dirige le campagne d'azione nazionali di *Walhi*.



Lavinia Sommaruga Bodeo

60 anni | Svizzera
coordinatrice di
politica di sviluppo
Alliance Sud

«La responsabilità e la partecipazione comune con alleanze diverse per andare al di là della giustizia sociale: creare germogli e radici di cambiamento della verità».

Sono cresciuta in una famiglia umanistica e impegnata nel suo quotidiano. Gli incontri con donne del Nord e del Sud del mondo, e i libri di vari scrittori di culture diverse, mi hanno fatto riflettere molto. Ad Haiti, ai tempi di Baby Doc, ho assistito alla “vendita degli schiavi”. Una sera, ho visto uccidere sotto i miei occhi una ventina di giovani, affamati e che manifestavano per un boccone di pane e migliori condizioni di vita. Compresi allora che avrei passato la mia vita a cercare di cambiare le strutture economiche, politiche e sociali dei più poveri. Mi sono quindi impegnata per un mondo più responsabile e socievole, per l’equità nella dignità, per il riconoscimento del valore di ogni persona e per la giustizia sociale.

Creare nell’italianità gli stessi obiettivi di azione sociale e politica mi ha fatto incontrare donne e uomini attivi in politica, che accolgono le riflessioni e le motivazioni che noi, come organizzazioni di cooperazione, proponiamo loro per la promozione dei più vulnerabili, e che ci danno l’opportunità di credere e di adoperarci per il cambiamento. Alle generazioni future auguro un avvenire di dialogo e di amore reciproco, per trovare, in un mondo globalizzato, soluzioni di successo per la promozione dei Diritti umani e della dignità.

Lavinia Sommaruga è cresciuta in varie città dell’Europa. Itinerante sui treni e nell’anima ha sviluppato l’interesse per gli attimi d’incontri unici e irripetibili, che l’hanno portata ad appassionarsi per le persone. L’educazione umanista e umanitaria ha inciso nel suo pensiero e nel suo impegno per la pari dignità e la giustizia sociale. È coordinatrice per la politica di sviluppo per *Alliance Sud*.



«Le persone sono ancora discriminate per il loro sesso, per il fatto di essere apolidi o perché appartengono a minoranze etniche».

Mi impegno affinché la questione del rispetto dei Diritti umani dei rifugiati palestinesi sia messa al centro di decisioni importanti sia sul piano regionale, sia su quello nazionale, sia su quello internazionale.

La mia eroina è una donna che vive in un campo di rifugiati palestinesi e che dedica la sua vita alla lotta all'ingiustizia e alla discriminazione. Malgrado lei stessa sia continuamente vittima di ingiustizie e discriminazioni, non si stanca mai di portare avanti il suo impegno.

La mia esperienza di profuga palestinese e quella di altre donne profughe ha fatto sì che mi impegnassi in prima persona. Ricavo la mia energia dai risultati del lavoro che svolgiamo con l'ong *Najdeh*: donne forti e bambini che riescono a cavarsela da soli, che si oppongono alla violenza e superano le discriminazioni, che trovano uno sbocco professionale.

Mi auguro la pace e la fine di ogni occupazione in questo mondo. Pari opportunità, conservazione dei Diritti umani per tutti, ma in special modo per le donne e le ragazze. Questa è la cosa che mi sta più a cuore.



Leticia Elvia

27 anni | Guatemala
animatrice e operatrice sociale | *Asociación
Maya Mam de Investigación y Desarrollo*

«La fede nel Creatore mi induce ad avere fiducia nel fatto che ogni mio positivo gesto, per quanto piccolo esso sia, ha un influsso sulla vita di un'altra persona. Questa certezza mi fornisce la motivazione».

Mi sento responsabile verso quelle persone bisognose di essere protette e le appoggio nei loro sforzi per ottenere una vita libera e ricca di senso. Credo che le persone sono esseri sociali e che questa indole a formare comunità dovrebbe permetterci di tessere legami e di vivere insieme secondo i principi del “Buen vivir”.

Nel mio lavoro sono particolarmente fiera di portare nelle famiglie e nella società il tema delle pari opportunità. Per una donna che vive in una società patriarcale è ancora più difficile superare la povertà e vivere in completa dignità. Quando mi sono resa conto di questo aspetto è stata una rivelazione. Ma anche il continuo impegno dei miei genitori nel cercare per noi alternative in questa società votata al consumismo e al capitalismo mi hanno segnato positivamente. Non da ultimo, mia figlia Yulisa è l'essere umano che più motiva e mi ispira. È lei la mia eroina.

Che i miei figli e nipoti possano godere della libertà di vivere in un ambiente sano e pulito, e che abbiano accesso alle risorse naturali della nostra Terra Madre.

Leticia Elvia lavora per *Maya Mam de Investigación y Desarrollo*. Questa organizzazione di base del dipartimento San Marcos promuove lo sviluppo socio economico e culturale dei Maya Mam. Questa minoranza etnica non solo vive in grande povertà, ma il loro territorio è minacciato dalle attività di imprese attive nell'estrazione di minerali. Con altre animatrici e animatori Leticia accompagna queste comunità nel diventare abbastanza forti da riuscire a pianificare autonomamente la strada del proprio sviluppo e a tutelare i loro diritti. Per i ruoli chiave all'interno della comunità si cercano soprattutto donne, una cosa che sta a cuore a Leticia.



Lucie Sawadogo

46 anni | Burkina Faso
specialista di alfabetizzazione
Association Neeb Nooma
pour un Développement Intégré

«Oggi è sempre più difficile lottare per l'indipendenza o svilupparsi senza essere in grado di leggere e scrivere. Auspicio che le donne abbiano lo stesso accesso all'istruzione degli uomini».

Mi impegno per l'alfabetizzazione nella lingua nazionale *mooré*. Ho ricevuto il mio diploma di esperta di alfabetizzazione nel 1990. All'epoca, tuttavia, non mi rendevo conto della sua importanza. Quando però nel 2010 ho iniziato a lavorare per il progetto e il riscontro sulle mie lezioni è stato molto positivo, mi sono dedicata ad esso con tutto il cuore e l'anima. Così ho iniziato la mia avventura, che dura da otto anni.

La maggior parte dei beneficiari di questi incontri sono donne. Attraverso i corsi diventano più aperte e imparano, grazie alla contabilità, a gestire meglio le attività che garantiscono loro un reddito. Inoltre le aiutiamo nell'educazione dei figli.

Il lavoro non è privo di difficoltà, perché lavorare con le persone non è sempre facile. Ma se si ama il proprio lavoro, si supera ogni cosa. Ho anche il sostegno incrollabile di mio marito, che è molto comprensivo quando devo assentarmi per diversi giorni.

Tramite il perfezionamento professionale che ho ricevuto grazie alla mia collaborazione con *Sacrificio Quaresimale*, allevo anche pollame, pecore e maiali. Ma l'alfabetizzazione rimane la mia grande passione.

Lucie è sposata e ha cinque figli. È nata nel 1972 a Touka. Dopo la scuola elementare, ha frequentato un corso di alfabetizzazione e si è diplomata. Nel 1993 si è trasferita dal marito a Foulou e si sono uniti al gruppo del villaggio. Nel 2006 ha potuto entrare a far parte dell'*Association Neeb Nooma pour un Développement Intégré* un'organizzazione partner di *Sacrificio Quaresimale*. Nell'ambito del progetto *mufede*, sono state avviate attività di solidarietà come la creazione di una banca di cereali o un progetto di alfabetizzazione per le donne.



 CENDECT

KAMATCHIP

Minor Millet

Crops :

Village :

Farmer :

SEEDS

S.N. SAMY
TAILORS

«Il mio auspicio è che non perderemo mai più la nostra foresta e che non dovremo mai più tornare allo stato di schiavitù».

Da tempo sono impegnata ad aiutare il popolo della mia comunità a liberarsi dalla schiavitù dei debiti e a recuperare la terra dei nostri antenati. È l'unico modo per guadagnarsi di che vivere dignitosamente. Sono orgogliosa che finalmente ci siamo riusciti. Sono stata ispirata dal coordinatore Rajeshwari. Sono rimasta profondamente colpita dal suo impegno e dal coraggio con cui ci ha accompagnati nella nostra lotta.

Il fattore scatenante del mio coinvolgimento è stato quando mio marito Ishwaran e altri 15 uomini della comunità sono stati arrestati con false accuse e torturati. Così i grandi proprietari terrieri volevano impedirci di lottare per la terra dei nostri antenati. Questo fatto mi ha spinto a difendere la mia comunità, in particolare le donne in prima linea. Traggo la forza per continuare a lottare dalla speranza che noi Adivasi ci ri-prenderemo un giorno la nostra foresta ancestrale che ci garantisce una sopravvivenza dignitosa e potremo tornare alla nostra cultura e spiritualità.

Malliga è la leader di una comunità Adivasi nella zona collinare del Tamil Nadu. Molto tempo fa la comunità indigena è stata cacciata da grandi proprietari terrieri dalla sua terra, la foresta, costringendola a lottare per la sopravvivenza nella schiavitù per debiti. Malliga ha accompagnato la sua comunità nell'introduzione di una banca di cereali così da liberarsi dalle condizioni di schiavitù. Inoltre, grazie al progetto gli Adivasi sono riusciti a garantirsi a lungo termine l'accesso e l'uso sostenibile delle foreste dei loro antenati.



Mamitiana Andriamanalina

38 anni | Madagascar
affiliata al gruppo
di risparmio di Belany
Tsinjo Aina a Mahajanga

«Grazie al programma Tsinjo Aina sono senza debiti, posso mandare i miei figli a scuola e ampliare la mia piccola fattoria».

Mi impegno nel nostro gruppo di risparmio da cinque anni. Grazie al fatto che, in caso di emergenza, possiamo prestarci denaro senza interessi, già dopo due anni ero senza debiti. Sono orgogliosa che siamo riusciti a sdebitarci senza aiuto esterno, con le nostre sole forze. Mi dà forza il fatto che i miei quattro figli possono andare a scuola e ricevere un'istruzione. Recentemente sono riuscita perfino a farmi costruire una nuova casetta.

Il mio modello di riferimento è l'animatore che si è formato grazie al programma di *Sacrificio Quaresimale* in Madagascar. Visita regolarmente il nostro gruppo e ci insegna come organizzarci bene e come migliorare la nostra produzione di riso e verdura.

In futuro, voglio rimanere qui sulla mia terra e non trasferirmi in città. Vorrei aumentare la mia produzione, preferibilmente con l'aiuto di macchine agricole. Qui lavoriamo ancora tutti a mano. Anche un'auto sarebbe ottima per poter vendere le nostre verdure in altri villaggi.

Mamitiana Andriamanalina è una madre single di quattro figli e vive vicino alla città portuale di Mahajanga, sulla costa occidentale del Madagascar. Come contadina guadagna di che sfamare la famiglia. Grazie al gruppo di risparmio, tutti e quattro i suoi figli possono frequentare la scuola.



Mamy Rakotondrainibe

67 anni | Madagascar
presidente
*Collectif pour la Défense
des terres*

«La nostra forza è che siamo molti e diventiamo sempre di più: soltanto insieme possiamo cambiare qualcosa!».

Noi del *Collectif pour la Défense des terres Malgaches* ci siamo posti l'obiettivo che gli agricoltori e le loro famiglie non siano più scacciati dalle loro terre. Possiamo già vantare alcune vittorie. Grazie al nostro sostegno, le comunità locali hanno potuto conservare la propria terra e le loro basi di sussistenza, invece di dover cedere il passo ai progetti dei grandi investitori.

La nostra lotta è ispirata da tutte le donne malgasce che, con i pochi mezzi a disposizione, si battono per migliori condizioni di vita nelle loro piccole città e villaggi. Sono queste donne che mi hanno spronato a protestare, agire e a parlare contro l'ingiustizia. Per un vero sviluppo, giusto e sostenibile, per un miglioramento in Madagascar. Solo noi, tutti insieme, possiamo fare la differenza. Per questo è importante unirci, scambiarcì informazioni e sostenerci reciprocamente, sia in Madagascar sia nel mondo intero. Per un mondo migliore, senza ingiustizia, corruzione e discriminazione.

Mamy Rakotondrainibe si batte contro le ingiustizie in Madagascar. Per anni ha osservato come il divario fra ricchi e poveri sia cresciuto sempre di più. L'indecente ricchezza di pochi e allo stesso tempo l'inaccettabile povertà di molti in Madagascar l'hanno spinta ad impegnarsi.



Marie Crescence Ngobo

52 anni | Camerun
segretaria esecutiva
*Réseau du Développement
Durable*

«Lo sviluppo sostenibile deve coinvolgere tutti gli strati sociali, senza alcuna distinzione».

All'inizio ho visto l'estrema povertà e la dura vita delle madri e delle donne del paese. Sono costantemente sui campi, dall'alba al tramonto, sotto la pioggia e il sole cocente. Giorno dopo giorno di duro lavoro. Sono i frutti del loro lavoro che nutrono l'intera popolazione, eppure loro restano le più povere.

Oltre alle dure condizioni di vita delle donne, c'è anche il problema del furto della terra. Le donne sono allontanate per far spazio all'agricoltura industriale e private dei loro mezzi di sussistenza; il tutto spesso accompagnato da abusi e violenze. Queste ingiustizie mi scandalizzano e mi hanno spinto ad agire. Da più di 20 anni mi batto per il riconoscimento del lavoro di queste donne, per la difesa dei loro diritti economici e sociali, affinché possano condurre una vita dignitosa.

Voglio porre fine all'ingiustizia, affinché anche le generazioni future possano vivere in un ambiente intatto, e in modo che le donne possano determinare le proprie condizioni di vita. Mi auguro che in futuro a contare siano pure i valori umani e il rispetto per la natura, e non solo i benefici economici.

Marie Crescence Ngobo è laureata in economia e cooperazione allo sviluppo. Consiglia le donne nella creazione e nello sviluppo di una propria impresa e tiene corsi di formazione per donne in questo campo. Si batte anche per i Diritti umani delle donne. Da 20 anni è impegnata nel rafforzamento della posizione delle donne.



INCARCERATED

«Esercitando la funzione di protettrici e protettori della foresta viviamo sotto minaccia. Infatti il numero dei leader indigeni assassinati è in continuo aumento».

Il ministero per l'ambiente brasiliano approva tutto quello che sta succedendo: deforestazione, centrali idroelettriche, canali fluviali. Tutto gioca a favore del capitale. I bisogni primari e gli interessi delle persone, in particolare le popolazioni locali non contano. Abbiamo preso a cuore la nostra causa, ma per avere successo dobbiamo arrivare a occupare posti in governo. Facciamo piccoli passi per far cambiare le cose e sul piano locale abbiamo agito collaborando molto con altre popolazioni native in minoranza come noi. Abbiamo dimostrato che possiamo batterci insieme.

Dal momento che quello che il Brasile racconta fuori dal paese è in contrasto con quello che accade qui davvero, dobbiamo portare le voci delle popolazioni native alla Conferenza ONU sul Clima. Grandi leader politici, imprese e proprietari terrieri dovrebbero essere puniti per quello che commettono a danno della vita di persone e di animali, della vita nelle foreste e nei fiumi. Fuori dal Brasile il governo è elogiato, mentre noi proprio per quel governo qui stiamo morendo.

Marta Tipuici è professoressa e ricercatrice in scienze sociali e appartiene alla minoranza Manoki. Il loro spazio vitale, nel nord ovest nord-occidentale del Mato Grosso, è sotto pressione per la deforestazione e la costruzione di centrali idroelettriche. Marta ha rappresentato *Rede Juruena Vivo* alla Conferenza ONU sul Clima in Polonia spiegando la necessità di proteggere la regione fluviale Juruena.



Sister Mary John OSB

80 anni | Filippine
direttrice e priora
Institute of Women's Studies

«Un giorno durante una manifestazione un poliziotto mi domandò:
«Suora, non sarebbe meglio se lei si occupasse dell'anima delle persone?».
Ribattei: «Lei vede delle anime qui? Io vedo solo persone»».

Da quando sono giovane mi impegno per le pari opportunità, sia nella società sia nella Chiesa. Credo anche che le donne sarebbero preti migliori anche se io non ho mai voluto far parte di questo “boys club”. Prima di essere femminista sono stata un'attivista politica. Lo sono diventata sperimentando che cosa vuole dire solidarietà: nel 1975 ho accompagnato un gruppo di operaie e di operai che scioperavano in una fabbrica. Solo in seguito, la partecipazione alla Frauenkonferenz organizzata dal Consiglio ecumenico delle Chiese a Venezia mi ha resa attenta alla specificità dell'aspetto femminile e alle dinamiche dell'oppressione di genere. Ciò ha provocato la mia passione e il mio impegno a favore delle donne.

Come suora benedettina attingo la mia forza dalla contemplazione. Sono un'attivista contemplativa. Per le Filippine mi auguro che tutte e tutti abbiano una casa e un pezzo di terra. Per dar modo ai genitori di produrre un reddito, ai giovani di seguire una formazione e alle famiglie al completo di passare il tempo libero insieme. Naturalmente mi auguro per le prossime generazioni la realizzazione delle pari opportunità tra donna e uomo.

A 19 anni Sister Mary John è entrata nell'ordine delle monache benedettine e più tardi è stata a lungo badessa della sua comunità. Dopo aver concluso gli studi teologici e filosofici in Germania fu la prima donna a ottenere il dottorato di ricerca presso la Pontificia Università di Roma. Nel 1985 fondò l'Istituto per gli studi della donna a Manila che ancora dirige. Nel 2011 Women Deliver l'ha scelta come una delle 100 personalità più ispiratrici del mondo. Il suo talk show “Nun Sense, makes sense”, ha fatto furore così come il suo libro dal titolo omonimo.



Mbali Baduza

27 anni | Sudafrica
avvocata e direttrice
Lawyers for Human Rights a Upington

«C'è un vecchio detto popolare che dice che ci sono tre certezze nella vita: il cambiamento, la morte e le tasse. Ne ho una quarta: credo nell'umanità».

Ho frequentato un liceo misto a Johannesburg. Ogni giorno di scuola dovevamo indossare uniformi standard: pantaloni per i ragazzi e gonne per le ragazze, anche in inverno col freddo. In quattro ragazze segnalammo agli insegnanti il nostro disagio ma non cambiò nulla. Realizzammo che non volevamo aspettare il cambiamento, ma fare in modo che questo avvenisse. Il lunedì successivo andammo a scuola coi pantaloni. In un primo momento ci furono reazioni negative da parte della direzione della scuola, ma alla fine ci fu permesso di indossare i pantaloni quando volevamo. Questa esperienza chiave mi ha insegnato a difendere ciò che pensavo fosse giusto.

Ritengo che in una democrazia per i politici dovrebbero valere standard morali più elevati. Le istituzioni dovrebbero servire il popolo e non il contrario. Sono quindi orgogliosa di far parte di un team che ha portato all'arresto del sindaco di Lusikisiki nella provincia del Capo Orientale. Perché è venuto meno in modo negligente ai suoi obblighi nei confronti dei suoi elettori, le cui case sono state illegalmente demolite dal governo locale.

Vorrei che la mia generazione avesse una storia migliore da raccontare di quella che ci ha preceduto. Desidero un mondo in cui la differenza sia abbracciata invece che evitata, esplorata invece che schematizzata e celebrata invece che umiliata.

Mbali Baduza è avvocatessa per i Diritti umani e direttrice di *Lawyers for Human Rights* a Upington. In merito alla sua posizione, afferma: «Ventiquattro anni fa in Sudafrica, l'accesso all'istruzione, alla salute, al lavoro e all'indipendenza era un sogno irrealizzabile per una giovane donna di colore, una come me. Oggi questa è la realtà».



«Mi auguro una società in cui le ragazze e le donne possano esprimere le loro idee senza paura. Che possano viaggiare senza essere sospettate. Che non siano più stigmatizzate e segregate durante il periodo mestruale».

Le persone con le quali lavoro sono diventate come una famiglia per me. La mia presenza in questa comunità è già di per sé un programma di promozione sociale. Vedo che, in quanto, giovane, donna, intoccabile Dalit, la mia presenza è fonte di ispirazione per molte ragazze e donne. Quando si rendono conto che mi sposto da una valle all'altra, discuto con le persone, insegno agli uomini, la loro autostima aumenta. Con la mia presenza dimostro loro che le donne possono condurre una vita dignitosa anche lontano dalla vigilanza della famiglia e da quella della propria comunità.

Il mio lavoro consiste nel consigliare le famiglie su come migliorare la produzione negli orti domestici e su come piantare alberi da frutta. Anche di questo sono fiera. Perfino in questa regione molto arida ora si riesce a raccogliere verdura anche nei mesi più secchi. Se lavoriamo il suolo in maniera corretta nessuno dovrà più emigrare in India per cercare fortuna.

Vorrei che le generazioni future vivano in una società libera da discriminazioni di genere e di casta.

Come giovane, come donna e come Dalit (i paria del sistema sociale nepalese) Narma deve continuamente giustificarsi: «Sono così come sono perché per fortuna mio padre ha creduto in me. Ha investito nella mia formazione, anche se i vicini lo prendono in giro per questo spreco. Ora devo dimostrare che come ragazza valgo quanto un maschio e come Dalit sono altrettanto solerte come chi appartiene alle altre caste». Dalla fine della scuola tecnica di agraria, Narma lavora come consulente. Vive e lavora in una valle discosta del Distretto Kalikot. Il viaggio per tornare al suo paese dura una giornata di fuoristrada e due a piedi.



Natacha Compaoré

38 anni | Burkina Faso
vice coordinatrice

Programma nazionale *Sacrificio Quaresimale*

«Per cambiare una società, l'educazione delle donne è fondamentale. Vorrei che non ci fossero più differenze tra ragazze e ragazzi. In particolare che a tutte le persone sia dato il loro posto nella società».

Mi adopero a valorizzare il ruolo delle donne nella nostra società. Anche se sono cresciuta con genitori dal rapporto paritario, ho osservato in tutto il mondo che i ragazzi e le ragazze non hanno avuto le stesse possibilità di frequentare a lungo la scuola. Perché se il denaro veniva a mancare, le ragazze erano allontanate dai banchi. I miei genitori sono sempre stati i miei eroi. Hanno capito che l'uguaglianza di genere inizia con il diritto all'istruzione. Così hanno offerto alle loro figlie come ai loro figli uguale educazione e amore. Mio padre era particolarmente orgoglioso delle sue figlie e ci presentava come modelli da imitare. I miei genitori mi hanno fatto diventare la donna che sono oggi, a livello individuale, sociale e professionale.

Il mio impegno per una maggiore giustizia di genere è rivolto sia alle donne che agli uomini. Cerco in particolare di far aumentare la partecipazione delle donne alla cooperazione allo sviluppo, soprattutto attraverso una maggiore partecipazione ai processi decisionali. Sono particolarmente felice quando le donne stesse decidono di organizzarsi in gruppi per migliorare le loro condizioni di vita. Sono però consapevole che il cambiamento richiede tempo e che non possiamo sperare di cambiare rapidamente le cose che sono sempre esistite.

Natacha Compaoré è nata a Ouagadougou, dove vive a tutt'oggi. Appartiene al grande gruppo etnico *Moaga* sull'altopiano centrale. Nel 2004, dopo la laurea in sociologia, ha lavorato come assistente di ricerca in un istituto di ricerca per gli studi sulla popolazione. Ciò che apprezza particolarmente del suo attuale lavoro nel Programma nazionale Burkina Faso è la promozione dello sviluppo sostenibile. Natacha è sposata e madre.



«La povertà che mi circonda ha molti volti ed è così grave che non si può far finta che non esista».

Credo che noi tutti abbiamo diritto alla gioia, alla pace e alla giustizia. Perciò mi impegno per chi è svantaggiato ed emarginato dalla società: i poveri vittime di ingiustizie e abuso di potere, le donne violentate, gli orfani abbandonati.

Il nostro consultorio dà una voce alle persone che subiscono le conseguenze negative dell'attività mineraria come l'inquinamento dell'acqua e i trasferimenti forzati. Forniamo loro le capacità di appellarsi ai Diritti umani universali e li aiutiamo a far fronte ogni giorno allo strapotere delle imprese multinazionali.

Da più di tre anni la nostra équipe affianca una comunità che è stata danneggiata da un'impresa internazionale. All'inizio nessuno avrebbe detto che saremmo riusciti a ottenere qualche cosa. Però, siccome per una volta la legge è dalla nostra parte, i raccolti bruciati dalle scorie nocive della miniera sono stati risarciti.

Sono incoraggiata in quello che faccio nel vedere persone semplici che a loro volta si impegnano con grande coraggio. Anche i fondatori della nostra comunità, Alix le Clerc e Pierre Fourie, sono una grande fonte di motivazione, così come Soeur Marie Bernard e la sua opera per la promozione delle pari opportunità delle persone disabili.

Traggo la forza da Dio e dalla preghiera, ma anche dal veder tornare il sorriso sulle labbra di persone che prima erano disperate. E dal sapere che durante la Quaresima, in Svizzera, ci sono persone per le quali la solidarietà continua a essere un valore. Tutto questo mi motiva a continuare ad agire a favore degli ultimi.

Soeur Nathalie appartiene all'ordine delle monache di Nôtre Dame, canoniche di Sant'Agostino. È avvocata e coordina il consultorio giuridico dell'ong di Kolwezi *Centre d'Aide Juridique et Judiciaire*. Accompagna, spesso in condizioni estremamente pericolose, nelle procedure giudiziarie le persone danneggiate dalle attività minerarie che caratterizzano la regione. Soeur Nathalie è anche vice segretaria esecutiva della Commissione episcopale Giustizia e Pace.



LE DEVELOPPEMENT INTEGRE

A.N.O.I.

E SOCIAL ANGOUSS

(0226) 73 2 34 45 2

and...l.com

Nathalie Kaboré

28 anni | Burkina Faso
coordinatrice di progetto | *Association Neeb
Nooma pour un Développement Intégré*

«Auguro alle generazioni future altre sfide oltre alla nostra e che le nostre lotte non siano più attuali per loro. Vorrei che fossero coinvolti su altri fronti per lo sviluppo del nostro amato paese».

In qualità di coordinatrice di progetto, svolgo con il team attività volte a ridurre la vulnerabilità della popolazione rispetto all'insicurezza alimentare. Forniamo consulenza e formazione nei settori dell'agricoltura, dell'allevamento o di redditi alternativi. I successi sono il frutto del lavoro di squadra, a tutti i livelli. Sono orgogliosa di poter dare il mio piccolo contributo in questo senso.

Sono stata ispirata dalla mia responsabile della formazione Félicité Traoré, imprenditrice appassionata e visionaria. Grazie al suo straordinario dinamismo, alla qualità del suo lavoro e al suo impegno, ha saputo affermarsi in un ambiente tipicamente maschile.

L'avventura di sentirsi utili, di introdurre e consolidare piccoli cambiamenti, piccoli cambiamenti che alla fine diventano grandi cambiamenti, tutto questo ha rafforzato la mia convinzione di aver trovato la mia strada.

Vorrei lasciare un Burkina Faso migliore alle generazioni future, un Burkina Faso “sviluppati”. E per questo, ognuno di noi, a qualsiasi livello, deve dare il proprio contributo per raggiungere questo traguardo. Uno dei nostri proverbi dice: «Una mano sola non può raccogliere la farina». Questo Burkina Faso di cui sogno, di cui tu sogni, diventerà realtà.

Nathalie Kaboré ha studiato macroeconomia. Scrive: «Ad un certo punto dei miei studi, che mi hanno portata senza convinzione alla specializzazione in analisi politico economica, ho scoperto quel settore che metteva più attenzione all'economia sociale e mi sono concentrata su quello. La macro economia era sì interessante, ma lo sviluppo della base si conciliava meglio con le mie aspettative professionali». Oggi Nathalie lavora come coordinatrice di progetto presso *Association Neeb Nooma pour un Développement Intégré*.



Ndiouck Séne

38 anni | Senegal
segretaria di una *calebasse* di solidarietà
e della rete di gruppi di risparmio di Sesséne
Agrécol Afrique

«Sono stata una delle donne più giovani del villaggio a cui è stato permesso di assumersi delle responsabilità molto presto. Questa fiducia, di cui godo tra le donne, mi motiva giorno dopo giorno».

Sono orgogliosa dei cambiamenti che siamo riusciti a realizzare con l'aiuto della *calebasse* nel ridurre le emergenze durante il periodo di scarsità di cibo (*soudure*), i debiti e lo spreco di risorse. Per quanto riguarda la salute, sono soddisfatta del miglioramento delle tecniche di prevenzione di alcune malattie come la malaria e le malattie diarroiche, e delle cure prenatali e postnatali delle madri. L'amore per il volontariato nel settore sanitario mi è stato trasmesso da mia nonna materna: era un'ostetrica statale e in alcuni casi ho potuto assisterla. Anche altre ostetriche mi hanno colpita per il loro dinamismo e impegno sociale.

Altri fattori che mi incoraggiano costantemente sono il rafforzamento della solidarietà tra i vari membri della *calebasse* e l'attuazione di strategie efficaci per la riduzione della povertà. Spero che il nostro villaggio abbia un futuro promettente e che i nostri figli e nipoti non conoscano più problemi come l'analfabetismo, l'esodo rurale o l'emigrazione illegale.

Nel 1996, dopo il suo matrimonio all'età di 16 anni, Ndiouck Séne è arrivata a Niomar, nel distretto di Ndiambour, per vivere con il marito. Ha abbandonato gli studi dopo il diploma delle elementari. Dal 2000, per più di 15 anni, è stata coinvolta come volontaria e in seguito è diventata l'ufficiale sanitario del villaggio. Nel 2012 ha partecipato alla creazione di una *calebasse* di solidarietà nel suo quartiere. Da allora, Ndiouck ha occupato anche il posto di segreteria presso *Agrécol*.



«I miei modelli sono tutte le lavoratrici che lottano in Cina: insieme a loro e per loro mi impegno per condizioni di lavoro eque».

Il movimento studentesco di piazza Tienanmen nel 1989 e gli incendi di fabbriche nella Cina meridionale nel 1991 e nel 1993, ciascuno con più di 80 morti, sono stati i fattori scatenanti del mio impegno per il rispetto del diritto del lavoro. Le lotte delle operaie e degli operai in Cina mi impressionano e mi motivano a battermi con loro per il miglioramento delle condizioni di lavoro nel paese. *Students and Scholars Against Corporate Misbehavior* e la *Chinese Working Women Network* sono costantemente alla ricerca di casi di violazioni contro cui procedere.

Sono orgogliosa che grazie al nostro impegno e alla nostra lotta siamo riusciti a migliorare le condizioni di lavoro. E ultimamente ci sono sempre più gruppi scolastici, studenti e altri giovani che si uniscono alla lotta della manodopera per un futuro post-capitalista. Questo mi dà forza e speranza e mi sprona a proseguire.

Ngai Pun è professoressa di sociologia all'Università di Hong Kong. Ha pubblicato diversi libri e articoli sulla situazione delle operaie e degli operai delle fabbriche in Cina. Si impegna anche per le lavoratrici e i lavoratori migranti nel suo paese e in tutto il mondo.



«Fin da bambina mi sono resa conto che noi donne qui nelle campagne non abbiamo voce in capitolo. Siamo emarginate e i nostri problemi non sono presi sul serio. Mi impegno affinché le cose cambino».

Sono stata costretta a sposarmi. Nella coppia giocavo un ruolo di secondo ordine. Ero io a lavorare la terra, ma non ne ero proprietaria. Gli uomini e le autorità tradizionali non mi permettevano di esprimermi nelle assemblee generali.

Quando sono entrata in contatto con ong come *Trust for Community Outreach and Education*, la mia visione delle cose è cambiata ed è nata in me una nuova consapevolezza. Winnie Mandela, che nonostante le angherie della polizia e le brutalità ha lottato tutta la sua vita contro le ingiustizie, mi ha influenzato. Anche lei stava dalla parte dei poveri e degli emarginati come donne e giovani.

Sapere di fare qualche cosa per difendere i miei diritti e quelli di altre persone come me, mi dà forza. Sono fiera della nostra campagna a favore della democratizzazione e del buon governo sul piano locale. Nel frattempo, in quattro comuni le persone incaricate di occuparsi della loro gestione, sono state scelte tramite un'elezione. In questo modo anche le donne e i giovani hanno avuto modo di esprimersi.

Mi auguro un futuro in cui le giovani generazioni non debbano più versare il loro sangue per ottenere la terra, ma anche che la sappiano utilizzare in maniera sostenibile.

Nomvuzo Nopote promuove uno sviluppo a livello comunale cui possa beneficiare la popolazione rurale svantaggiata. I punti importanti del suo impegno sono la democratizzazione sul piano comunale, le pari opportunità e la promozione dell'agro-ecologia, un modo di coltivare la terra utilizzando concimi e insetticidi naturali e che salvaguardia le specie locali.



Nong Chouthavong

52 anni | Laos
medico e direttrice
Association for Community Development

«All'inizio del mio lavoro la strada per Taoi era difficilmente percorribile. Lì ho incontrato un capo villaggio che non credeva nelle capacità delle donne. Gli sembrò inconcepibile che come donna potessi guidare. Questa esperienza mi ha insegnato che devo fare tutto ciò di cui sono capace».

Mi batto per i bambini e la loro felicità. Sono orgogliosa di aver reso possibile a molti di loro di partecipare attivamente alla vita, di giocare spensieratamente e di imparare, senza dover fare solo ciò che gli adulti gli dicono di fare.

Sono stata influenzata dai miei pazienti, specialmente dai bambini in ospedale. Vedendone sempre di più ricoverati, mi chiedevo come potevo aiutare a ridurre il loro numero. Molti di loro si sono ammalati o sono morti perché i loro genitori non conoscevano la connessione tra il dolore addominale e l'acqua potabile impura. Fu allora che incontrai una dottoressa birmana che ha fondato una clinica al confine con la Thailandia e il Myanmar per curare anche i pazienti senza carta d'identità. Lei, come mio ex capo, è una persona che mi ha ispirato, ma apprezzo anche poter scambiare opinioni con i miei colleghi.

Traggo forza dal cambiamento stesso, per il quale mi impegno attivamente. Auguro alle generazioni future un mondo in cui le persone si limitino a dare, a condividere e aiutare gli altri, e a lavorare per lo sviluppo della loro patria.

Nong Chouthavong è nata nel sud del Laos nel 1967, in piena guerra del Vietnam. Nel 1993 è stata una delle poche donne del suo paese a laurearsi in medicina. Ma invece di aprire uno studio medico nella capitale, lavora nel settore della sanità pubblica. Si impegna per la salute, l'istruzione, il cibo e l'accesso all'acqua potabile. Nong è una delle "1000 Donne di Pace nel Mondo".



«Moriremo avvelenati dalla miniera. Oppure dai proiettili che spareranno contro di noi quando cercheremo di opporci alla sua apertura».

Mi impegno per proteggere la nostra terra ad Amadiba. C'è stato un avvenimento che ha fatto nascere in me l'esigenza di reagire: nell'estate del 2005 un'impresa mineraria ottenne il diritto di fare prospezioni sulle nostre terre situate sulla costa. Arrivarono senza preavviso e iniziarono a trivellare, dapprima lontano dai testimoni oculari, ma poi si avventurarono all'interno e fecero prospezioni anche nei campi in cui stava crescendo il mais. Dopo un primo momento di confusione e spavento durante il quale le donne sole cercarono di difendere i loro orti, ci unimmo e li facemmo fuggire. Il giorno dopo comunicammo al nostro capo Mtshoba che se voleva mantenere la sua posizione avrebbe dovuto, per proteggere la nostra terra, distruggere i pozzi di trivellazione. Sotto la pressione della folla, Mtshoba li fece distruggere. Poi gli dicemmo: «Sei stato tu a distruggere il lavoro dei tuoi amici. Se dovesse arrivare la polizia, arresterà te». Ma la polizia non arrivò. Io non dimenticherò mai quei giorni.

Il mio impegno contro le miniere è iniziato così. Dobbiamo difendere la terra dei nostri avi dallo sfruttamento commerciale. Perciò per dieci anni siamo riusciti a impedire che le miniere iniziassero le loro attività sulla costa di Amadiba. Al loro posto abbiamo sviluppato piccoli progetti locali generatori di reddito.

Nonhle Mbuthuma fa parte del gruppo Pondo, è contadina e lavora come guida turistica. Da 10 anni si sta opponendo all'apertura di una miniera di ilmenite da parte di un'impresa australiana che distruggerebbe 22 km di spiagge pregiate. Si è talmente esposta che oggi deve vivere sotto scorta 24 ore su 24 e non osa più abitare nel suo comune.



Obertina Johanis

40 anni | Indonesia
responsabile delle finanze e consulente
al Centro per le vittime di violenza domestica
e tratta degli esseri umani
Pasundan Christian Church

«Non ci devono più essere vittime di violenze domestiche».

Mi impegno per la libertà delle donne che hanno subito violenze da parte di uomini e con ogni mezzo lotto per la giustizia. Qui a Bandung offro consulenza alle vittime, pubblico resoconti e scrivo prediche.

Ho contribuito a tematizzare la giustizia di genere nella mia Chiesa. Mi sta molto a cuore *Durebang Women Crisis Centre*, la casa delle donne, dove ci prendiamo cura di donne che hanno vissuto esperienze traumatiche. Ogni donna che qui ritrova la speranza e recupera le sue forze è una carica di energia per me.

La mia eroina è mia madre. Seguo le sue orme. Lei mi ha mostrato che le donne, nella Chiesa e nella società possono assumere ruoli guida. Poi c'è pastora Karmila; lei è il mio mentore e la mia migliore amica. Attingo la mia forza dalla fede in Gesù. Le mie amiche e i miei amici sono un'ulteriore fonte di energia e ispirazione.

Mi auguro che mia figlia, le mie nipoti e pronipoti possano essere persone che godono pienamente delle pari opportunità.

Obertina Johanis è pastora della *Pasundan Christian Church* e coordinatrice delle questioni femminili per la regione asiatica. Al Centro offre consulenza a persone vittime della tratta di esseri umani e di violenza domestica. Ha organizzato campi giovanili interreligiosi ed è stata membro di comitato del Sinodo della *Pasundan Christian Church*.



Philomène Edjego

35 anni | Benin
produttrice agricola e tesoriera cooperativa
Ifèdoun & Secaar

«Sono in pace con me stessa e con la mia famiglia. Lavoro con coraggio e sono fiera di ciò che faccio».

Ho optato per l'agricoltura agro-ecologica per nutrire meglio la mia famiglia. Grazie a Dio non ho più così tanti problemi come una volta. Oggi sono in pace con me stessa e con la mia famiglia. Lavoro con coraggio e sono fiera di ciò che faccio.

I miei genitori erano entrambi contadini. Ciò ha influenzato la mia scelta di dedicarmi alla terra. Ma io volevo fare meglio di loro, perché erano molto poveri. Volevo che la mia famiglia non dovesse soffrire come avevamo sofferto noi. Oggi ho le capacità e le risorse necessarie per coltivare ciò di cui abbiamo bisogno per vivere bene.

La formazione e la consulenza che ho ricevuto dalle due animatrici dell'ong *Ifèdoun & Secaar* mi hanno resa forte. Grazie a loro, ma anche grazie alla mia costanza e applicazione, ho potuto migliorare. Ogni giorno mi alzo, vado nei campi e lavoro con fierezza. È il mio lavoro, è ciò che dà da mangiare alla mia famiglia. La mia passione fluisce in questo lavoro, giorno dopo giorno.

Trasmetto il mio sapere ai miei figli e alle mie figlie. Spero che questo li possa coinvolgere così che quando cresceranno qualcuno di loro si dedicherà all'agricoltura.

Philomène è da oltre venti anni contadina affiliata alla cooperativa *Ifèdoun & Secaar* di Kpakpaza. Grazie a metodi agro-ecologici i membri della cooperativa riescono a ottenere buoni raccolti che forniscono loro cibo a sufficienza. Philomène Edjego ha continuato a formarsi e oggi è in grado di nutrire tutta la sua famiglia.



«Mi batto per la mia gente e la mia famiglia».

Una volta mentre vendevo cosmetici al mercato di Po, vidi che tutte le donne intorno a me soffrivano, ho realizzato che dovevo aiutarle. Ci siamo così unite in un'associazione e abbiamo svolto diverse attività per liberare queste donne dalla loro povertà attraverso l'auto-aiuto. Era il 2002.

Oggi sono orgogliosa del mio impegno, perché molte persone riescono a consumare tre pasti al giorno, ma anche a prendersi cura dei loro bisogni quotidiani come vestiti, cosmetici, articoli per l'igiene.

Oltre alla sicurezza alimentare, per me è importante che le donne siano meglio integrate nella società. La mia guida, Jacqueline Ky Zerbo, me lo ha dimostrato in modo impressionante attraverso il suo impegno politico e sociale nei confronti delle vedove e degli orfani.

Prendo quotidianamente la mia forza dalle donne della *Fédération Lougouzena*, ma anche dall'incoraggiamento delle autorità e dalla mia famiglia. Ma ciò che mi motiva di più sono i miei due figli e il mio defunto marito. Non ha mai smesso di incoraggiarmi a resistere.

Spero che i miei figli abbiano un futuro luminoso e promettente. Dopo tutto, tutte le attività che svolgiamo qui avranno un impatto duraturo.

Simone Bilgo è stata a lungo animatrice della *Fédération Lougouzena* nel sud del Burkina Faso. L'ong *Lougouzena* è costituita da gruppi di donne in cinque distretti che formano le contadine ad approcci agro ecologici. Ciò dovrebbe evitare la dipendenza dai fornitori di sementi e dai pesticidi e aumentare la resa delle colture. Per ottenere un reddito supplementare, sono promosse la produzione e la commercializzazione del burro di karité e l'allevamento di polli.



Connecting and advancing

women's
for

«Vivere il momento presente e trovare il piacere in quello che c'è e non in quello che ci potrebbe essere».

La natura deve ritornare al centro del nostro agire economico. Dobbiamo lasciarci ispirare dalla natura e vivere nel suo equilibrio. Dobbiamo dare un “senso” a ciò che facciamo e pensare meno al profitto. È proprio quello che cerchiamo di fare con la nostra ditta: restare nelle cifre nere senza sfruttare insensatamente la natura e le persone.

Seguo una filosofia di vita che unisce prestazione e ragionevolezza, ma ho dovuto prima trovare me stessa e la mia intelligenza emozionale. In questo senso mio figlio ha una grande influenza su di me. Grazie a lui vedo il mondo con gli occhi di chi ha sei anni.

Per lui e per il futuro mi auguro un mondo armonico, a volte competitivo ma collaborativo. Dove ci si aiuta a vicenda, si è gentili e dove si è radicati nella comunità e nella natura. Un mondo in cui ciascuna e ciascuno può scoprire i propri talenti, senza paura, con il diritto di sbagliare e dove sono accettate anche le ferite.

Sofia de Meyer è co-fondatrice e direttrice della ditta *Opaline* che produce succhi di frutta elaborando prodotti regionali. In precedenza ha lavorato in metropoli come Londra e Chicago, fino a quando non ha sentito il bisogno di ritornare a una vita più vicina alla natura e alle sue radici.



«Dobbiamo unirici per essere più solidali e affrontare le sfide colossali che già si prospettano all’orizzonte».

Quale mondo vogliamo per domani? Mi sono posta questa domanda quando ho accompagnato gli studenti universitari nell’ambito del loro master nel campo della sostenibilità. Perché le prospettive per il futuro dell’umanità non sono buone se pensiamo ai mutamenti climatici e il sovra sfruttamento delle risorse naturali. Se vogliamo vivere, o meglio sopravvivere, dobbiamo cercare alternative al modello esistente. E dobbiamo iniziare subito ad applicare le alternative che già esistono, anche nel nostro paese.

Un cambiamento è davvero necessario. Sia al Nord che al Sud ci sono attori per il cambiamento. Attraverso il mio lavoro e la *Fondazione Zoein* spero di essere in grado di fare la differenza, per esempio nel come percepiamo il cambiamento e il nostro modo di agire. Le nostre capacità e le nostre conoscenze di donne e uomini di scienza devono essere messe al servizio del cambiamento; questo è uno dei compiti del comitato consultivo scientifico della *Fondazione Zoein*. Ma ogni persona può contribuire al cambiamento. Perciò i miei eroi e le mie eroine sono tutti coloro che fanno il loro lavoro giorno dopo giorno in umiltà, in armonia con gli altri e con i propri valori. Come Soeur Emmanuelle del Cairo, icona della solidarietà e del sostegno alle persone povere ed emarginate.

La filosofa ed economista Sophie Swaton è docente e ricercatrice all’Istituto per la sostenibilità dell’Università di Losanna. Inoltre scrive libri ed è presidente della *Fondation Zoein*, che ha fondato nel 2017. Questa finanzia progetti che hanno come obiettivo un cambiamento verso l’ecologia, che promuovono la sostenibilità e che riducono le disuguaglianze.



Suzan Mark

54 anni | Nigeria
responsabile progetti per le donne e coordinatrice
delle questioni femminili per il continente africano
Ekklesiyar Yan'uwa a Nigeria

«Non tacerò mai di fronte alle ingiustizie, in particolar modo quelle che concernono le donne».

Lavoro per la *Ekklesiyar Yan'uwa* a Nigeria e mi impegno a favore delle donne e dei loro diritti. Al momento mi prendo cura anche di donne che hanno subito violenze da parte dei terribili miliziani di Boko Haram. Queste donne devono riuscire a superare il trauma che hanno vissuto per poter cominciare a ricostruirsi una vita. Mi impegno anche affinché le donne possano partecipare ai processi politici e alla presa di decisione.

Mia madre è stata una leader politica ed è la mia eroina.

Il motore del mio impegno è la sofferenza delle donne nella mia società: qui sono considerate proprietà del marito e non possono ereditare. Ne ho visto talmente tante soffrire... Il cambiamento è necessario e questo mi motiva a promuoverlo.

Il supporto da parte della mia Chiesa e della mia comunità da una parte, e la mia speranza in un futuro migliore per le donne dall'altra, mi infondono molta forza.

Mi auguro un futuro in cui ciascuna e ciascuno faccia l'esperienza della giustizia e in cui donne e uomini abbiano i medesimi diritti.

Suzan Mark è teologa e docente ed è stata direttrice del Michika Bible College. Da 25 anni s'impegna in diverse funzioni nel lavoro della sua Chiesa.



«Mi impegno per amore verso il mio paese e il popolo haitiano. Traggo forza dalla mia incrollabile fede nel cambiamento reale nonostante le difficoltà a cui siamo confrontati come movimento».

Ho sempre desiderato un cambiamento profondo o strutturale nel paese. All'inizio, dopo la caduta di Jean Claude Duvalier, mi sono impegnata nei quartieri operai per le donne del settore informale e per gli operai di Port-au-Prince. Sono rimasta impressionata dalla loro determinazione a lottare per migliorare le condizioni di vita dei loro figli. Tuttavia, dopo diversi anni come sindacalista e attivista politica, molto poco è cambiato per il bene della gente. Ma, alla luce dell'enorme miseria del paese, dobbiamo continuare. Sono orgogliosa del mio contributo alle lotte sindacali che hanno portato alla negoziazione di un contratto collettivo di lavoro a Codevi nel 2006. Si tratta di una prima assoluta nell'industria tessile ad Haiti e in una zona di libero scambio in tutto il mondo. Questo è un bel ricordo.

Oltre a persone come Martin Luther King o Malcolm X, considero un'attivista degli anni '60 come esempio di coraggio e impegno: Yanick Rigaud, una giovane studentessa che ha dato la sua vita combattendo la tirannia del regime di Duvalier. È il simbolo della resistenza e del sacrificio di sé per il proprio paese.

Auguro alle generazioni future una nuova società in cui i diritti delle lavoratrici e dei lavoratori, l'ambiente e la vita delle persone in relazioni socialmente giuste siano protetti.

Yannick Etienne è la responsabile di *Batay Ouvriyé*, un'organizzazione mantello di 20 organizzazioni sindacali di base dei settori industriale e agricolo. *Batay Ouvriyé* si concentra sulle zone di libero scambio nel nord-ovest del paese, dove le aziende internazionali producono tessuti e violano sistematicamente i diritti della manodopera.



Poco prima di andare in stampa, Aldebaran Moura è deceduta inaspettatamente a seguito di un intervento chirurgico. Ne siamo profondamente rattristati e vogliamo ricordarla con questo ritratto. Alla sua famiglia, alle colleghe e colleghi di *Federação de Órgãos para Assistência Social e Educacional* trasmettiamo la nostra partecipazione.

Aldebaram Moura

45 anni | Brasile
formatrice di adulti | *Federação de Órgãos
para Assistência Social e Educacional*

«La mia fonte di ispirazione è mia figlia Luna. Ha 7 anni ed è una bimba coraggiosa e curiosa. Nei suoi occhi leggo l'indignazione per come le donne sono trattate nella nostra società. Vi leggo però anche la gioia di essere donna».

Mio papà Benedito era bracciante e mia mamma Elvira maestra di scuola elementare. Mi hanno trasmesso i valori cristiani dell'umiltà, della solidarietà, dell'amore per l'apprendimento e per la famiglia. A 17 anni a Belém ho conosciuto le comunità di base e questo nuovo modo di "essere Chiesa" mi ha impressionato. Le comunità si distinguevano per la profondità delle relazioni, per l'importanza data alla condivisione e per il sentirsi impegnati a favore di una trasformazione sociale. Lì ho imparato come costruire relazioni rispettose e affidabili. Vedevo anche che le donne in queste comunità di base, pur dando un valido apporto in ogni attività, non occupavano gli spazi di potere. Ciò mi ha coinvolta nel processo di rafforzamento del ruolo della donna.

Da tre anni lavoro con un gruppo di 40 donne. Abbiamo dato vita a uno spazio sicuro dove è possibile discutere temi che le riguardano da vicino. Inoltre le donne possono imparare i metodi dell'agro-ecologia per produrre meglio e di più, cosa che le rende economicamente più forti.

Il futuro sarà migliore se riusciremo a tirar su i nostri figli con nuovi valori. Non possono più crescere pensando che i maschi sono più capaci delle femmine, che chi è povero non deve preoccuparsi dell'ecologia, che è impossibile cambiare rotta.

La professoressa Aldebaram Moura ha accompagnato all'università Para il programma per la riforma dello stato. Da 14 anni lavora come formatrice di adulti presso *Federação de Órgãos para Assistência Social e Educacional*. Attualmente coordina un programma di formazione in femminismo e agro-ecologia. In esso, donne contadine rafforzano le loro capacità tecniche e imparano a difendere la loro terra dai latifondisti e dall'agricoltura industriale.

Incoraggiamo ad agire

Pane per tutti è l'organizzazione di cooperazione internazionale delle Chiese evangeliche in Svizzera. Nel Sud come nel Nord del mondo ci impegniamo a favore del cambiamento e per nuovi modelli agricoli ed economici, che fanno leva sulla collaborazione tra le persone e promuovono il rispetto delle risorse naturali. Con un lavoro di sensibilizzazione e con alternative portatrici di speranza motiviamo ogni persona a diventare parte di questo sempre più necessario cambiamento.

Osare il cambiamento – rafforzare la giustizia

Sacrificio Quaresimale è l'organizzazione di cooperazione internazionale dei cattolici in Svizzera. Il nostro impegno è volto alla realizzazione di un mondo giusto dove tutte e tutti, superate fame e miseria, vivano una vita degna di questo nome. Sia sul piano individuale sia su quello globale promuoviamo il cambiamento sociale, culturale ed economico verso stili di vita più sostenibili. In quest'ottica realizziamo progetti in 14 paesi di Africa, Asia e America Latina in collaborazione con ong locali.



PANE PER TUTTI SACRIFICIO QUARESIMALE
in collaborazione con "Essere Solidali"

Pane per tutti
Bürenstrasse 12
Casella postale 3270
3007 Berna
031 380 65 65
bfa@bfa-ppp.ch
CCP 40-984-9
brotfueralle.ch

Sacrificio Quaresimale
Via Cantonale 2A
Casella postale 6350
6901 Lugano
091 922 70 47
lugano@fastenopfer.ch
CCP 60-19191-7
sacrificioquaresimale.ch