EMPODERAMENTO FEMININO:
O QUE É?

EDITORIAL

COMPREENDENDO O EMPODERAMENTO DAS MULHERES

Você já ouviu falar no termo empoderamento feminino, não foi? Mas será que sabe o que ele realmente significa e representa?

Ao longo dos últimos anos, o assunto ganhou espaço para discussão nos mais variados meios, sobretudo nas redes sociais.

Hoje, tem gerado debates acalorados sobre o espaço da mulher na sociedade e também a respeito das transformações necessárias para que ele seja ampliado.

Afinal, por que elas ainda ganham menos que os homens, mesmo quando ocupam os mesmos cargos? Ou, então, por que são tão poucas nos espaços de decisão, inclusive na política?

As discussões sobre empoderamento feminino cumprem um papel importante na busca de respostas sobre essas e outras situações que fazem parte do dia a dia.

O Sitipan, sensível ao universo feminino, adotou o empoderamento como tema da cartilha comemorativa ao Dia das Mulheres 2020. Mais uma vez, com o objetivo de contribuir para um mundo mais igual e justo para todos e todas.

Boa leitura
Fernanda Sampaio – diretora

PARA NÃO HAVER DÚVIDAS

• O empoderamento não existe para ditar regras e, sim, para libertar de padrões sociais e ampliar a consciência de todos nós sobre o espaço e o papel da mulher.

• O empoderamento feminino existe para dizer às mulheres que elas podem ser o que quiserem e fazerem escolhas que mais fazem sentido para suas vidas.

• Devemos lembrar e reforçar que esse movimento serve para que as mulheres se sintam bem na própria pele, mente e corpo.

• Serve para sabermos que as mulheres não precisam se enquadrar e nem se submeter ao que as fere. E, ainda, que fugir do padrão ditado socialmente não reduz seu valor.

• O empoderamento contribui para que as mulheres tenham o direito de participar ativamente dos mais diversos tipos de debates, tomando decisões que influenciarão no futuro de sua região, país ou sociedade como um todo.

Case-se, tenha filhos e depile-se se isso lhe fizer feliz. Não faça nada disso se isso lhe gerar um nível qualquer de sofrimento. No final das contas, empoderamento feminino trata também da liberdade de cada uma para ser... feliz.

EMPODERAMENTO É DIFERENTE DE FEMINISMO

Feminismo é, resumidamente, um movimento que prega a ideologia da equidade social, política e econômica entre os gêneros.

Empoderamento feminino é a consciência coletiva, expressada por ações para fortalecer as mulheres e desenvolver a equidade de gênero. Embora interligados, são conceitos diferentes.

As pessoas oprimidas ou que recebem menos atenção na nossa sociedade, muitas vezes não têm consciência de seu próprio poder, e as mulheres estão incluídas neste grupo. É daí que surge o empoderamento.

As mulheres precisam reconhecer que elas são capazes, para então poder começar a fazer mudanças.

Empoderar-se é o ato de tomar poder sobre si. Dessa forma, também é possível fazer o empoderamento de outros grupos sociais, como o empoderamento negro e até empoderamento dos idosos, por exemplo.

VEJA AGORA ALGUMAS DICAS QUE SÓ DEPENDEM DE VOCÊ.

• **Pare de viver de acordo com as expectativas dos outros**
Não deixe que as expectativas alheias limitem ou conduzam as suas possibilidades.

• **Tenha orgulho da cor da sua pele, do seu cabelo, do seu corpo, da sua altura (se alta ou baixinha), da sua cultura e das suas origens.**
O empoderamento feminino envolve as mulheres das mais diversas formas.

• **Você é a dona da sua própria história e precisa assumir esse protagonismo.**
Seus pais querem que você seja médica? O namorado acha que você precisa emagrecer? A família quer saber quando você vai casar e ter filhos? Lembre-se de que todas essas escolhas não podem ser tomadas por outras pessoas. Pare e pense em quais são as suas prioridades e o que você quer para o futuro.

• **Pare de se sentir culpada por querer respeito e espaço**
Você certamente já viveu situações constrangedoras por ser mulher, não é mesmo? Aquela piadinha sem a menor graça, alguém que passou dos limites e tentou desrespeitar a sua vontade ou mesmo o silenciamento quando tentou dar a sua opinião. Pois é hora de deixar esse sentimento de lado e mostrar a sua posição. Não deixe simplesmente passar.

• **Pare de julgar outras mulheres**
Com frequência, acabamos julgando outras mulheres, seja pela aparência, pelos relacionamentos amorosos ou pelo comportamento no ambiente de trabalho. Essa é uma atitude que vai contra o empoderamento feminino e que acaba dificultando o crescimento de outras mulheres. Por isso, da próxima vez que você se enxergar diante de uma situação como essa, que tal oferecer apoio no lugar de julgamento?

O empoderamento feminino está no dia a dia, quando uma amiga fala para a outra "Aceite seu corpo, ele é lindo" ou "Você pode viajar sozinha sim, isso vai contribuir para a sua carreira".

Trabalhando a sua confiança, a mulher se fortalecerá para seguir seus sonhos. Assim que você se sentir uma mulher empoderada, você poderá encorajar amigas, parceiras e familiares a fazerem o mesmo.

VOCÊ SABIA? O EMPREENDEDORISMO TAMBÉM SE BENEFICIA COM O EMPODERAMENTO FEMININO

Afinal, as mulheres ganham espaço para que possam se tornar profissionais cada vez mais qualificadas e cheias de atitude, prontas para transformar a realidade.

Criativas e inovadoras, elas também tendem a propor novas soluções para resolver problemas antigos e, assim, movimentam o mercado.

Não por acaso, o empoderamento está presente em grandes ações, como por exemplo, quando empresas decidem seguir uma política interna de equidade entre gêneros e quebra de preconceitos contra as mulheres.

PRINCÍPIOS DE EMPODERAMENTO FEMININO

Em 2010, a ONU lançou os princípios de empoderamento das mulheres, a fim de pôr em prática seus propósitos para um mundo melhor. São eles:

1. Estabelecer liderança corporativa sensível à igualdade de gênero, no mais alto nível.

2. Tratar todas as mulheres e homens de forma justa no trabalho, respeitando e apoiando os direitos humanos e a não-discriminação.

3. Garantir a saúde, segurança e bem-estar de todas as mulheres e homens que trabalham na empresa.

4. Promover educação, capacitação e desenvolvimento profissional para as mulheres.

5. Apoiar empreendedorismo de mulheres e promover políticas de empoderamento das mulheres através das cadeias de suprimentos e marketing.

6. Promover a igualdade de gênero através de iniciativas voltadas à comunidade e ao ativismo social.

7. Medir, documentar e publicar os progressos da empresa na promoção da igualdade de gênero.

Ter poder sobre a própria vida, sendo consciente das ações efetuadas, já é o passo inicial para tal empoderamento. Buscar conhecimento de si próprio, de seus direitos, de sua história e outros pode potencializar este processo.

EXPEDIENTE

Cartilha produzida pelo Sitipan, em comemoração
ao Dia Internacional da Mulher 2020.

SITIPAN - Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias de Panificação, Confeitarias, Massas Alimentícias, Biscoitos, Produtos de Cacau, Balas, Doces, Conservas Alimentícias, Carnes e Derivados, Milho, Trigo, Soja, Mandioca, Torrefação e Moagem de Café, Café Solúvel e Rações Balanceadas de Belo Horizonte e Região/MG.

Sede: Rua Curitiba, 689, 13 andar, Centro
Belo Horizonte/MG | CEP: 30170-120.
Diretora responsável:
Fernanda Sampaio
Pesquisa, redação e edição:
Jornalista Cida Morais (MG 3351-JP)
Projeto gráfico e diagramação: Tiago Farias
Fotos: freepik.com
Tel.: (31) 3239-2100
www.sitipan.com.br
facebook/sitipanmg