

pendular

AVISO

EDIÇÃO 2/4
LISBOA-MADRID
GRATUITO

Papel 100%
reciclado

QUEM CUIDA DE QUEM CUIDA?

Segundo o Instituto da Mulher, 8 em cada 10 mulheres desempenham trabalhos de cuidado sem receber qualquer remuneração pelo mesmo. Os cuidados normalizam-se nas mulheres e premeiam-se nos homens - 07

CEGOS, SURDOS, MAS NÃO MUDOS

Quando ouvimos os jornalistas e comentadores falar na "bolha politico-mediática" não podemos deixar de esboçar um sorriso: estarão eles a falar de fora sobre si próprios ou simplesmente a reproduzir essa mesma bolha, imaginando-a a partir de um ponto de vista impossível? - 07

SÍNDROME DE YENTL

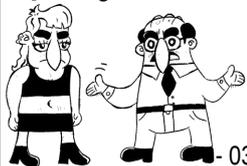
Para a medicina moderna, assumiu-se que para além do tamanho e da função reprodutiva, não havia nenhuma diferença entre os corpos masculino e feminino, considerando o corpo masculino como a norma e tudo o que lhe escapava considerava-se atípico ou anormal - 05

METAMORFOSE AMBULANTE

Antes de ser mãe — e quando digo isto é mesmo até parir — tinha a certeza que os filhos é que têm de se adaptar à vida dos adultos, que esta deve permanecer imutável e orientada para o trabalho, que o trabalho é o centro da vida, que o trabalho é a fonte de satisfação e concretização e o resto é adereço, pode ser fixe mas é adereço, há hobbies se sobrar tempo depois do trabalho - 04



Projelia y Tito Detrito



NÃO HÁ MÉDICOS NAS PRISÕES

Não há pessoas candidatas e porque não se melhoram as condições salariais e laborais do pessoal médico - 03

ABUSOS CONTRA O TRABALHO MIGRANTE NA ANDALUZIA

As condições indignas e insalubres têm riscos graves para a saúde, desencadeiam violências e dão lugar a situações vexatórias e abusos dos "empregadores", em condições em que o citado relatório caracteriza como "semiescravidão" - 03

QUE VIDAS É QUE IMPORTAM MESMO?

A centralidade da luta pelo povo palestino é a centralidade da luta contra a guerra e contra a compra e venda de armas. Todos os povos do mundo serão mais livres com a resistência da Palestina - 02

aviso pendular

Com tanto material audiovisual já a circular por tudo quanto é sítio, porquê mais um? A resposta, para quem quer tomar as rédeas do seu próprio destino, é mais fácil do que parece.

O nosso dia-a-dia não nos pertence por completo. Passamos horas e horas a trabalhar e outras tantas a tentar encaixar o que queremos com o que parecemos. Como desistir de pôr em prática a ideia de nos livrarmos destas regras em que vivemos? Ter uma educação formal, arranjar um bom emprego, casar, reproduzir a espécie: quando é vamos fazer estas e outras coisas porque realmente nos apetece? Desistir não vale a pena, realmente.

E como organizar a destruição da sociedade em que vivemos sem conversarmos um pouco antes? Não sabemos que forma terá a nossa emancipação, nem sequer temos a certeza de que ela terá lugar algum dia. Mas, da mesma forma, deixamos essa possibilidade em aberto. Talvez algum dia deixemos de ter que trabalhar horas a fio para poder comer, alugar uma casa e passar uns dias de férias algures, se der. Talvez algum dia chegue o momento em que cada qual será livre de fazer o que bem entende com a sua própria vida, sem que isso incomode quem quer que seja. E, para isso, precisamos de falar, trocar umas ideias. Talvez?

A nossa emancipação, se a alcançarmos algum dia, destas vidas que temos que não são bem nossas, será obra das nossas próprias mãos. Não vai depender de mais ninguém nem de nenhuma cartilha. O que esperamos é que apareça uma multidão de forças, mesmo que assumidamente pequenas como a nossa, nesta vontade de pôr a conversa em dia. Esta vamos tê-la numa terra comum, a península ibérica. É aqui que vivemos e agora que nos apetece conversar. Mas podia ser em qualquer lado e noutro momento qualquer!

QUE VIDAS É QUE IMPORTAM MESMO?

De acordo com a ONG Armed Conflict Location and Event Data Project (ACLED), existem, actualmente, 37 países em guerra. A invasão da Rússia à Ucrânia e o genocídio em curso na Palestina às mãos de Israel são os conflitos mais mediáticos - e os que provocam mais mortes.

Mas podem sequer existir mortes mais importantes que outras? Destes 37 países, 23 são em África, 8 na Ásia, 4 na América e 2 na Europa. Os conflitos no Mianmar, no Sudão, na Etiópia, na Nigéria ou no Haiti são particularmente sangrentos mas não recebem a mesma atenção mediática. Seria assim se a cor de pele fosse branca?

Quem exporta as armas destas guerras? De acordo com o Instituto Internacional de Pesquisa para a Paz de Estocolmo, os Estados Unidos da América representaram 43% das exportações mundiais no período

entre 2020 e 2024. A França, 9,4%. A China, 7,8%. A Alemanha, 3,9%. Os países mais ricos produzem e vendem armas para guerras nos sítios mais pobres do mundo. Coincidência?

Isto não significa que a centralidade que a Palestina tem no discurso mediático seja injustificada. É o futuro de toda a humanidade que está em jogo: se o povo palestino perde, todos os povos mais oprimidos do mundo ficarão ainda mais à mercê do colonialismo das grandes potências, dos Estados Unidos à China, porque valerá tudo para submeter um povo; se o povo palestino resiste, todos os povos do mundo têm a ganhar com isso. A centralidade da luta pelo povo palestiniano é a centralidade da luta contra a guerra e contra a compra e venda de armas. Todos os povos do mundo serão mais livres com a resistência da Palestina.

GOVERNOS FINANCIAM O GENOCÍDIO NA PALESTINA!

O genocídio em curso na Palestina, às mãos do terrorista Estado de Israel, matou já entre 150 e 200 mil pessoas. São estes os dados do jornal médico "The Lancet", lançados em julho de 2024. À época, estimavam-se cerca de 37 mil mortes, pelo números oficiais. Por cada morte directa, afirmam, estimam-se outras quatro indirectas. Esta é uma estimativa muito conservadora: de acordo com um relatório de 2008 da Declaração de Genebra sobre Violência Armada e Desenvolvimento, em cenários de guerra as mortes indirectas podem exceder até 15 vezes os números oficiais. O presidente da ONG Médicos do Mundo confirma que a estimativa de 4 mortes indirectas por cada morte directa é correcta.

O que fazem os nossos governos perante este genocídio? Negoceiam armas com Israel. O governo português já proibiu, em Junho de 2024, a exportação de armas para Israel mas continua a ser um importador, financiando a máquina de guerra israelita (um dos mais recentes contratos foi celebrado em Novembro). O governo espanhol, por outro lado, continua a autorizar a compra e a venda de armas com Israel. O portal governamental DataComex comprova-o. E qual é o lema que Israel usa para vender as suas armas? "Testado em combate"... É urgente acabar com o comércio de armas com Israel!

QUEM NÃO TEM CASA NEM RENDA PODE PAGAR

Os preços das rendas não param de subir. Viver nos centros das cidades é cada vez mais insustentável. Mas e quem nem sequer tem uma casa para viver?

Em Espanha, eram mais de 28.000 pessoas sem abrigo em 2022, um número 24,5% maior que em relação a 2012. Em Portugal, a situação é ainda mais alarmante: são mais de 13.000 pessoas sem abrigo, um aumento de 23% em relação a 2022. No entanto, estes números são conservadores, só contém dados para alguns anos e podem não reflectir a realidade. Por exemplo: 40% das pessoas sem-abrigo em Portugal são-no há menos de um ano; estas mudanças bruscas na população são difíceis de detectar com exactidão.

Não existem casas suficientes? Enquanto que a habitação pública em Portugal ronda os 2% e em Espanha ronda os 3,4%, existem à volta de 12% de casas vazias em Portugal e 14% em Espanha. Isto faz algum sentido? As rendas até podem baixar. Mas não há povo que tenha liberdade enquanto houver na sua terra exploração, já dizia o outro. A solução para o problema da habitação tem que começar por quem não tem casa. É a partir de quem é mais oprimido que construímos a liberdade de toda a gente!

ABUSOS CONTRA O TRABALHO MIGRANTE NA ANDALUZIA

O Relatório Fronteira Sul 2025 da Associação Pro Direitos Humanos da Andaluzia (APDHA) revelou que se vulneram gravemente os direitos e a dignidade humana das pessoas migrantes que trabalham na indústria agroalimentar em Huelva e Almería. Ambas comunidades converteram-se em grandes produtoras de agricultura intensiva em estufas, que depende fundamentalmente do trabalho de pessoas migrantes, que costumam viver nas imediações das plantações.

A solução habitacional temporária de acampamentos improvisados acabou por se tornar numa situação permanente, forçando as trabalhadoras a viver em condições de sem-abrigo. Os dados oficiais afirmam que cerca de 12.000 pessoas vivem atualmente nesta situação, embora o cálculo seja muito conservador. Muitas destas são mulheres, frequentemente acompanhadas por filhos, cuja situação é agravada pelas violências que sofrem devido à sua identidade, tendo sido denunciadas, em várias ocasiões, abusos sexuais e violações por parte dos "empregadores".

Vivem em barracas construídas com materiais como cartão, paletes ou plástico, que provocam condições extremas de frio no inverno e calor no verão, em acampamentos isolados onde falta água potável, não há saneamento nem eletricidade e convive-se constantemente com o risco de incêndios. As condições indignas e insalubres têm riscos graves para a saúde, desencadeiam violências e dão lugar a situações vexatórias e abusos dos "empregadores", em condições em que o citado relatório caracteriza como "semiescravidão". Muitas vezes sem papéis e desalojadas dos acampamentos, a sua vulnerabilidade aumenta ao não lhes serem reconhecidos os seus direitos básicos.

É necessário e urgente garantir que se respeita a dignidade humana e pelos direitos laborais de quem vive do seu trabalho, independentemente da origem ou situação administrativa. Melhorar as condições laborais, sanitárias e habitacionais é uma luta justa e fundamental que elas já lideram. Ao avançar nessa luta, todas as nossas vidas serão mais livres.

NÃO HÁ MÉDICOS NAS PRISÕES

A situação sanitária nas prisões espanholas é cada vez mais insustentável. Para a população reclusa, formada por mais de 50 mil pessoas, existem menos de 200 médicos disponíveis. Os últimos dados são de 2023, do relatório da Secretaria Geral das Instituições Penitenciárias: há 169 médicos e 31 subdiretores ou chefes de serviço médico para toda a população reclusa.

De acordo com um relatório do Portal da Transparência sobre a Relação de Quadros de Pessoal do Ministério do Interior, de 2025, não deveria ser assim. Existem 467 vagas para médicos, 25 vagas para chefes de serviço médico e 45 para subdiretores de serviços médicos que não se cobrem porque não há pessoas candidatas e porque não se melhoram as condições salariais e laborais do pessoal médico, que está sujeito a um regime diferente do da saúde pública. O rácio entre médicos e reclusos é aproximadamente metade do da população em geral.

Em Portugal, a Associação Portuguesa de Apoio ao Recluso identifica problemas semelhantes deste lado da fronteira e propõe uma amnistia de alguns anos para todas as pessoas que estejam presas, dada a falta de condições nas prisões. Se a situação da saúde nas prisões melhora, toda a saúde pública sairá a ganhar; e se deixarmos de depender tanto do castigo como método, também a nossa vida podia ser outra, em liberdade.

A VERGONHA DAS TERAPIAS DE CONVERSÃO SEXUAL

As chamadas "terapias de conversão sexual" dirigidas a forçar a modificação da identidade e expressão de género ou orientação sexual, são permitidas na grande maioria dos países do mundo. Declaradas desde o século XIX como medidas para "curar patologias" ligadas à saúde mental, assumiram ao longo do tempo várias formas: desde o recurso ao electrochoque, lobotomia ou castração, até à administração forçada de hormonas ou à psicoterapia, empregando-se nesta última métodos abusivos como a nudez, o contacto físico com o terapeuta, a biogenética, além da persuasão religiosa. Algumas destas práticas continuam a ser utilizadas atualmente, motivo pelo qual as Nações Unidas classificaram estas "terapias de conversão sexual" como tortura.

Na União Europeia, suposto centro iluminado da civilização, apenas 8 dos seus 27 países as restringiram ou proibiram. Perante a violência estrutural exercida sobre as pessoas queer, respondemos e continuaremos a responder com a liberdade de ser. A luta pela felicidade é a luta pela liberdade no sexo que temos, na roupa que usamos, nos pronomes que escolhemos, na forma como falamos.

Como é que vamos ser felizes em conjunto quando se torturam pessoas pelo simples facto de existir? É a sociedade no seu conjunto que está profundamente doente quando se perseguem seres humanos pelo que meramente são.

Rojelia y Tito Detrito



METAMORFOSE

AMBULANTE

Antes de ser mãe — e quando digo isto é mesmo até parir — tinha a certeza que es filhes é que têm de se adaptar à vida des adultes, que esta deve permanecer imutável e orientada para o trabalho, que o trabalho é o centro da vida, que o trabalho é a fonte de satisfação e concretização e o resto é adereço, pode ser fixe mas é adereço, há hobbies se sobrar tempo depois do trabalho. Contava e esperava com um regresso ao trabalho pelos 6/7 meses (salvaguardando os 6 meses de amamentação exclusiva que entretanto aos 2 meses já tinham ido pelo cano abaixo à conta da formula que tive de juntar por causa do freio curto que não foi detectado na maternidade) e voltei aos 9 a contragosto.

Criticava ferozmente es pais e mães que ousavam sair de um jantar porque es filhes estavam desconfortáveis ou com sono, que insolência, má-criação, pais reféns de um simples bebé. Achava que amamentação era só comida e que tinha horário e data de término. Os pais não podem ceder, senão es crianças e bebés manipulam porque são manhoses (e já agora se fosse mesmo verdade, manipular para nos ter por perto é assim tão mau?), não se pode ceder, assumir um engano, pedir desculpas, es pais têm de ser superiores aos filhes e só assim es podem proteger, com autoridade e hierarquia e aqui, implicitamente, está também o medo.

Os bebés dormem na sua cama, no seu quarto e ok, podemos tolerar que se partilhe o quarto uns mesitos, mas coisa pouca e só por causa do síndrome de morte súbita, têm de aprender a dormir no seu quarto e só assim serão independente, e, sobretudo, isto é para o bem da criança

Tinha a certeza de tudo isto. Nem foram necessariamente coisas que me disseram, foram coisas que fui absorvendo por viver numa sociedade adultocêntrica e que valoriza em primeiro lugar a produtividade laboral.

Estava profundamente errada.

E isso lixou-me um bocado o esquema.

O cordão é muitíssimo importante porque a maternidade não pode continuar envolta no mesmo secretismo que a maçonaria. A vida des bebés e des pais e mães seria substancialmente mais fácil se não se descobrisse tudo à força e em pleno pós-parto, ficamos sem chão assim quando precisamos é de colo.

É importante não esquecer que somos mamíferos e que há certas coisas que são inerentes à espécie, apesar da recente (para o ser humano) industrialização e do capitalismo e do apagar sistemático do instinto. Es bebés,

dá-se o caso de não saberem que estão a nascer no século XXI e que es adultes vivem em prédios e trabalham 8h por dia 5 dias por semana (na melhor das hipóteses) e que há vários costumes que se foram instituindo (abolição do quarto familiar, alguma obsessão com as aparências, comida como recompensa, toda a acção deve gerar produtividade mensurável, o ócio não é para aqui chamado).

Mas há coisas que sabem e muito bem, sabe é que é um ser humano e que precisa do cuidado constante de cuidadores, às vezes porque tem fome, outras porque tem sono, outras porque tem sede, outras porque tem xixi e (muitas) outras só porque sim porque não faz bem ideia do que é que anda aqui a fazer.

O problema é que para es cuidadores estarem física e mentalmente disponíveis para o seu bebé, precisam de apoio na retaguarda — a tal da rede de apoio! — porque é fundamental cuidar de quem cuida e o que queremos não é andar à tona, queremos tudo bolas!, queremos estar mesmo bem e a curtir e estar disponíveis.

É preciso um apoio estruturado às recém famílias e — digo-o com todo o carinho — eu pastéis serão com certeza mais apreciados

que um babygrow. Eu sei bem quais os melhores presentes que recebi na gravidez e pós-parto: travessas de arroz de pato e bacalhau, pastéis, sopas variadas e maravilhosas, ajuda em casa, tirar a louça da máquina ou fazer máquinas de roupa e também festinhas, o bom do cafuné.

Sinto que há uma cegueira que só deixa ver es bebés como nenucos fofos e inúteis incapazes, e por muito inocente e amoroso que isso seja eu não posso deixar de sentir que lhes retira a humanidade e consequentemente a imprevisibilidade, a complexidade e a multitudine de necessidades e portanto uma pessoa fica sem saber o que fazer quando um bebé chora porque precisa somente de colo e afecto, porque de alguma forma rebuscada na sociedade contemporânea o colo acabou sendo excluído das necessidades de um bebé, se choram ou é sono, ou fome, ou fralda, ficou de fora o afecto.

E é por isso que tenho a maior felicidade em ter mudado tanto e em ser a pessoa que mais contrario na minha forma de maternar. Agora é assim, amanhã não sei, seguimos saltando de fase em fase, nada é eterno e imutável, a não ser o colo, colo sempre para sempre.

Maria Salgado

O CAOS MENTAL



Alba Gómez

Esta noite, antes de me entregar ao sono, tentei me entregar a um desejo que jaz distante. Sempre tento despertá-lo com violência, submissão, voracidade.

E às vezes, para o fazer, tento me lembrar de você, de como estava disposta nos nossos encontros secretos a me entregar ao sabor e ao suor da carne, ao desejo sedicioso de exercer o papel da rendida, de dobrar os joelhos, de ser levada por aquela força que se transformava em um desejo descomunal quando você se aprofundava em mim.

Bem, mais de mim do que de você.
Porque era meu hedonismo que importava.
Era meu ímpeto que nos levava adiante.

Por mais que sempre implorasse docemente um por favor e por favor e mais um por favor com a intenção de que eu lhe rogasse para que me desse seus desejos, ao fim e ao cabo, eram apenas palavras usadas para lhe instruir sobre minhas ânsias.
Tentava construir em você o personagem concebido em minha cabeça e para isso me parecia que lhe dar essa ilusão de poder era mais fácil para alguém que sempre sonha com ele.

Ainda que fosse eu quem dominava, desejava constantemente que você espancasse a minha carne para libertar das formas mais sórdidas, meu ser.

SÍNDROME DE YENTL

No filme *The Yentl*, de 1983, Barbara Streisand encarna uma jovem judia na Polónia que se faz passar por um homem para poder estudar. A premissa do filme teve um forte impacto na tradição médica, tanto, que propiciou a criação do chamado Síndrome de Yentl. Este síndrome descreve o fenómeno segundo o qual as mulheres e os corpos femininos recebem diagnósticos e tratamentos erróneos a menos que os sintomas ou doenças que sofrem coincidam com os dos homens e corpos masculinos. Este tipo de problemas baseados no sistema sexo-género são produtos de um sistema médico que discrimina sistematicamente estas pessoas e deixa-as sentirem-se incompreendidas e mal diagnosticadas. Infelizmente, esta falta de atenção traduz-se em falta de dinheiro e de recursos para investigação e em certas ocasiões, isto pode chegar a ser mortal.

Para a medicina moderna, assumiu-se que para além do tamanho e da função reprodutiva, não havia nenhuma diferença entre os corpos masculino e feminino, considerando o corpo masculino como a norma e tudo o que lhe escapava considerava-se atípico ou anormal. Nas escolas de medicina, tradicionalmente estudou-se fisiologia normal e fisiologia feminina, anatomia normal e anatomia feminina. Como disse Carol Tavris, em 1992, de forma tristemente certa: "o corpo masculino é a anatomia em si".

Segundo um estudo realizado pela plataforma Sink em 2008 sobre livros de texto médicos recomendados e utilizados pelas faculdades de medicina nos países ocidentais, o corpo masculino utilizava-se quase três vezes mais que o feminino para representar partes do corpo neutrais. Estes livros nem sequer tinham acrescentado informação específica de cada sexo mesmo em temas ou secções onde as diferenças entre os corpos masculino e feminino tinham sido demonstradas. Como por exemplo a depressão, os efeitos do álcool no corpo, o funcionamento mecânico fundamental do coração, a capacidade pulmonar, etc. Então, se já foi demonstrada a existência destas diferenças a nível anatómico e também fisiológico, porque está o corpo feminino tão pouco representado nos manuais? Esta exclusão sistemática dos ensaios clínicos faz com que os efeitos dos medicamentos ou das doenças sejam pouco previsíveis nas mulheres e

E já misturados em delírios uivando no campo sem vizinhos, esquecia as penas diurnas e me tornava em seu succubus.

Agora separados por anos e países, nos resta pouca memória, muita saudade, algum ou outro objeto quebrado pela loucura que nos remete àqueles dias.

Esta noite, me pego rogando baixinho, com os olhos fechados, suspirando outra vez ao silêncio do meu quarto.

Por favor
Por favor
Por favor

E em fugazes cenas retrospectivas, vou implorando para que aquele desejo me convide novamente a atravessar a vida de alguém como atravessei a sua.

Me toca, me lambe, me morde, invade meu corpo até que minha alma seja expurgada para dentro de você, sobre você, sobre o universo.

Anseio pelo desejo, aquele desejo no bar, nas ruas desertas, na estrada, no seu carro, no seu campo, na sua piscina, nos seus braços, no seu fôlego quente ao pé do meu ouvido, no seu sexo.
Anseio por aquele desejo como força motriz.

Brunna Lopes

nos corpos femininos e menos ainda em grávidas.

Têm existido algumas tentativas de obrigar os investigadores a representar adequadamente as mulheres e os corpos femininos na investigação médica. Desde 1993, nos Estados Unidos, é ilegal não incluir mulheres e corpos femininos em ensaios clínicos financiados com fundos públicos federais. Da mesma forma, a Sociedade Alemã de Epidemiologia obriga à justificação do uso de um só sexo em qualquer estudo realizado. Além disso, várias revistas científicas insistem que os seus artigos devem proporcionar informação sobre o sexo dos sujeitos em qualquer ensaio clínico. Estes são avanços numa boa direcção, embora fiquem lacunas por resolver, já que em geral os estudos realizados por empresas privadas não têm nenhum estímulo para incluir o sexo nas suas análises.

Por exemplo: se fizermos uma pesquisa rápida na internet ou perguntarmos a pessoas ao acaso qual é a sua imagem numa pessoa a sofrer um enfarte do miocárdio, a resposta mais provável será a de um homem, de meia-idade, possivelmente com algum excesso de peso, a agarrar-se ao peito e perto do coração enquanto se retorce com dores, talvez com formigueiros ou dores num dos braços. É pouco provável que a imagem evocada seja a de uma mulher. Segundo o imaginário colectivo, o infarto é algo masculino. No entanto, no caso de infartos, estes sintomas aparecem apenas numa em cada oito fêmeas, especialmente se forem jovens.

Os sintomas típicos que uma mulher sente ao sofrer um infarto são dor de estômago, falta de ar, náuseas e fadiga, entre outros. Nos manuais de medicina, estes sintomas costumam aparecer descritos como atípicos ou pouco prováveis, o que pode conduzir a uma subvalorização do risco associado a esta forma de manifestação dos sintomas nas fêmeas. Talvez esta subvalorização ajude a explicar por que razão um estudo realizado nos Estados Unidos em 2005, por Insung Jung, revelou que apenas um em cada cinco médicos de várias especialidades sabia que, todos os anos, morrem mais mulheres e corpos femininos do que homens e corpos masculinos devido a doenças cardiovasculares.

Raúl Granados B.

BIBLIOTECA PÚBLICA, BIBLIOTECA SOCIAL

Atualmente existe uma concepção antiquada e muito limitada das bibliotecas públicas, dando por garantido que uma biblioteca se dedica unicamente ao empréstimo de livros e à manutenção de espaços para o estudo e a leitura, esquecendo-se das funções sociais deste tipo de centros, como espaços para o desenvolvimento de atividades e participação social.

Estas bibliotecas contam com marcadas abordagens teóricas e práticas das suas funções sociais, partindo desde a própria definição de biblioteca pública, que confere um claro enfoque social, pois não deixa de ser um centro de todos e para todos, e que deve oferecer algo a todas aquelas pessoas que se aproximam das suas portas. Além disso, há que ter em conta que partimos de um contexto desigual com pessoas em risco de exclusão social, pelo que estes centros oferecem um espaço para a implementação de atividades e serviços compensatórios

destas desigualdade de oportunidades informativas, educativas e culturais.

Desigualdades que se exemplificam naquelas pessoas que não podem aceder à internet ou não dispõem dos meios necessários; crianças cujas famílias não têm os recursos económicos para adquirir os livros exigidos pelas escolas e institutos; pessoas estrangeiras com dificuldades com o idioma ou utilizadores que têm poucos conhecimentos informáticos para elaborar um currículo ou consultar o estado dos seus trâmites.

Outro exemplo do enfoque social das bibliotecas públicas tem a ver com a participação e colaboração cidadã favorecendo, sempre que as suas dimensões o permitam, espaços sociais destinados à socialização e encontro social dos diferentes usuários, além de contar com a participação dos vizinhos do bairro de forma activa nos

projetos que levem a cabo, tais como palestras, exposições, atividades reivindicativas como as que se podem ver à volta do 8 de Março, entre outras, ou a distribuição e decoração do centro, como o projeto "Compartiendo Muros" nas bibliotecas da Câmara Municipal de Madrid, que consistia em perguntar aos vizinhos do bairro quais os seus livros favoritos para depois serem representados na fachada da biblioteca do bairro, juntamente com a participação de todos os que desejassem colaborar na elaboração do mural junto a um artista urbano, uma forma de fazer do bairro seja algo que já lhes pertence.

Todas estas ações favorecem o compromisso com o desenvolvimento sustentável local, um centro e uma rede social solidária que se retroalimenta e que cobre as necessidades sociais do seu entorno, tais como o fomento da leitura, o acesso universal à cultura e ao conhecimento, a inclusão social, a inclusão laboral, a inclusão digital, a literacia informacional e a reivindicação de direitos.

Jorge Suárez

ENTÃO É ISTO QUE É VIVER EM DEMOCRACIA?



Leonor Freitas

CEGOS, SURDOS, MAS NÃO MUDOS

Quando ouvimos os jornalistas e comentadores falar na “bolha politico-mediática” não podemos deixar de esboçar um sorriso: estarão eles a falar de fora sobre si próprios ou simplesmente a reproduzir essa mesma bolha, imaginando-a a partir de um ponto de vista impossível? Não é claro se estamos perante filósofos cartesianos ou wittgensteinianos: o sujeito é um ponto exterior ao próprio mundo que observa, ou, pelo contrário, observa-se a si próprio como um dos elementos do mundo? Mas de onde olha então o comentador para si próprio? Fica a dúvida no ar.

O que é certo é que esta bolha tem propriedades isolantes graves. A aderência à realidade é ténue, escorregando em vídeos virais que mostram que para muitos destes comentadores Portugal não é muito mais do que Paço de Arcos. O seu papel ilustre já não brilha, já não se ouve o seu vibrato. Queixam-se do povo, queixam-se da falta de leitura. Mas será verdade? Ou serão eles que já não são lidos? Como estações que dantes cruzavam mundos e vidas e que hoje não passam de meros apeadeiros. Talvez o mundo tenha corrido, seguido em frente, e o Portugal dos pequeninos já não seja tão pequenino assim. Mas o seu mundo ficou mais pequeno, tão pequeno que hoje se resume a uma mesa oval num estúdio.

Muitas questões surgem quando vivemos num sítio tão abafado. Não percebemos as correntes, não viajamos nos mesmos barcos, não sentimos os mesmos enjoos. Ficamos presos num pequeno mundo de ilusões altamente privilegiadas. Quando Mem Martins bate à porta, espantamo-nos com o seu sucesso. Talvez nunca tenhamos lá passado e por isso o ressentimento permaneça um mistério dos incultos. Mas quem é inculto nesta dialética? Também não ouvimos recitais de Homero nem discussões metafísicas nos vários eixos televisivos, nem ouvimos opiniões que ofereçam algo de novo ou diferente do que outros já disseram no seu lugar. O vazio é tão grande quanto o vazio que acham encontrar no povo. É proporcional à sua ignorância.

Cultivam-se políticos a partir destes viveiros de marketing. Constroem-se narrativas a partir de trocadilhos, esquecendo a memória e a substância. Afastam-se opiniões que embarquem os convidados e os investidores, conseguindo com isso apenas afastar também todos os que não vivem refrescados pelo ar condicionado. Existe um país a gritar que não chega ao silêncio dos media. Uma mordalha que não cala, simplesmente desvia o ressentimento para quem tem explicações fáceis e conspirativas. Queixam-se da crise da mediação da informação, mas não foi o

povo o que inventou o TINA. Queixam-se das redes sociais, mas os próprios jornalistas procuram ser influencers. Uma minúscula fatia da comunidade acha-se o centro, o padrão, o normal, cegando-se à realidade esmagadora de todos os que não circulam na mesma rua.

Portugal já não está em 1975. Não precisamos de espertos para explicar a realidade, nem queremos oráculos das 8 da noite. A alfabetização funcionou mesmo. O seu privilégio é construído na opressão material das oportunidades, dos circuitos informais, das amizades. A bolha politico-mediática não é mais do que a bolha do privilégio de quem goza do acesso ao poder, surda e cega perante o seu próprio país. Uma bolha construída pelos mesmos que agora se queixam dela, alimentada pelas suas sucessivas pseudo-autocríticas. Esquerda e direita já não conta quando nos tornamos no bobo da corte em horário nobre nem quando fazemos o número de ilha progressista num arquipélago neoliberal. Trata-se de uma bolha construída e reforçada para auto-reflexivamente anular a consciência da sua própria propagação.

Felizmente, o país é mais do que uma redacção. Mais cedo ou mais tarde, aperceber-se-ão disso. Que mais não seja quando a roda do capital começar a engrenar e o Pai Estado for chamado a pagar as dívidas. O castelo de cartas não dura para sempre. Quando a realidade entrar em directo e a bolha rebentar, veremos de que lado estarão.

Ricardo N. Henriques

No território espanhol, mais de 5 milhões de mulheres são cuidadoras não profissionais. Segundo o Instituto da Mulher, 8 em cada 10 mulheres desempenham trabalhos de cuidado sem receber qualquer remuneração pelo mesmo.

Quando colocamos números e estatísticas em realidades já conhecidas tornamo-las contundentes, inquestionáveis e até, conseguimos construir toda uma série de argumentos contra aquelas desinformações que procuram deitar abaixo estas verdades. Mas, por vezes, os argumentos, o activismo e até, as intenções de fazer este mundo mais amável para nós, não são suficientes para quem não quer entender ou perder o privilégio.

Como fazer ver quem não quer ver? A mim, para começar, ocorre-me incomodar. Sim, incomodar. Incomodar pode-se incomodar de muitas formas. Até pode chegar a ser uma arte. Sobretudo se nos focarmos em visualizar esses incómodos que nos ocorrem, para que se veja o como e o que sentimos. Não me interpretem mal — isto não é um apelo a la “V de Vendetta”.

Lembro-me de uma infinidade de vezes em que me incomodava ver a minha amiga

chorar de exaustão porque o marido era “incapaz” de acordar de madrugada para dar de comer ao filho. Lembro-me de que me incomodava muitíssimo ver como os meus tios no Natal comiam quentinhos nas suas cadeiras e a minha mãe, tias, avós e primas comiam de pé e lavavam a loiça ao mesmo tempo. Lembro-me do incrível e incómodo que era ter de justificar ao meu companheiro uma série de 15 razões de forma cuidadosa e respeitosa pelas que sinto que não sou valorizada na minha relação e que me respondesse com um: - “não sei o que te diga”, deixando-me outra série de 15 incertezas para gerir sozinha.

Lembro-me do incrivelmente incómodo que lhe parecia à minha mãe quando o meu pai não se lembrava de um único aniversário ou duma consulta da minha irmã mais nova. Lembro-me, agora mesmo, do incómodo que é ouvir como alguns homens pedem a mulheres femininas que saibam cuidar, como se a feminidade fosse uma só mulher protótipa e os cuidados devessem ser inerentes à feminidade.

Isto, nem mais nem menos, traduz-se em falta de cuidados. Uns cuidados com os quais as mulheres fomos educadas e socializadas, na sua generalidade, porque lembro-vos que 8 em cada 10 mulheres exercemos trabalhos de cuidados sem receber. E se lhe damos a volta, sim, há mulheres que não cuidam nem querem claro que há homens que cuidam mas nem se comparam em número.

Com este artigo não incito a dar-lhe a volta à questão e fazer o papel de vingadora. Este artigo fala de visibilizar as coisas incómodas e a ausência de quem cuida das que cuidam.

O que incomoda sacode-nos, faz-nos mudar de lugar ou de estado de espírito. E ocorre-me pensar que os cuidados vão muito além de fazer comida à tua criança ou lembrar o teu companheiro de tomar a medicação. Os cuidados são colectivos. Movem o mundo e não deveriam ser uma utopia nem relegados a percentagens. O problema que vejo aqui é que os cuidados normalizam-se nas mulheres e premeiam-se nos homens.

Marieta Linares Montero

QUEM CUIDA DE QUEM CUIDA?

CONFISSÕES

SEGUNDA PARTE

— Bom dia — respondeu o Padre com um ar distraído enquanto se aproximava do rapaz.
— Seja bem-vindo. Lamento a temperatura aqui dentro, não há muito que possa fazer. Pela tarde costuma melhorar.

O jovem rapaz ergueu os ombros, parecendo concordar com o padre: pela tarde, de facto, costumava melhorar... pelo menos noutros tempos. Passou um curto compasso de silêncio enquanto o jovem continuava a combater discretamente os calafrios em várias frentes.

— A sua cara... — continuou o padre, inspecionando o jovem com um olhar sereno mas curioso. — Diz-me alguma coisa. O jovem é daqui da aldeia?

— Sou sim, padre Jerónimo. Nasci aqui na aldeia, mas fui para a cidade há alguns anos. Já aqui não vinha há um tempo. Sou o Pedro, o filho da dona Irene. Lembra-se da dona Irene? — respondeu o jovem com o devido respeito.

— A dona Irene... — repetiu o padre, levando a mão à cabeça quase careca enquanto pensava. — Estou a ver! Claro, o Pedro da dona Irene. Como está a sua mãe?

— A verdade é que já esteve melhor, padre. Tem estado doente. O Doutor Fonseca ainda

não se conseguiu pronunciar sobre a causa, mas suspeita algo relacionado com os rins — relatou então em tom menor.

— A sério? Que tristeza. — respondeu o padre, genuinamente angustiado pela notícia. — Irei rezar por ela.

Passou outro compasso de silêncio, um silêncio de tal modo dominante que os ouvidos mais finos poderiam detetar o bater de um coração. O padre olhava para Pedro, cujos olhos estavam agora fixados no banco da frente.

— Então e... — recomeçou o padre, apoiando a mão sobre esse banco, — o que o traz aqui? Não à terra, pois suponho que tem de cuidar da sua mãe, mas a esta casa de Deus. Não me leve a mal, mas não me lembro de o ver por cá muitas vezes depois do seu batizado, mesmo enquanto cá vivia. E o jovem parece-me algo... atormentado. Imagino que seja mesmo por causa da doença da sua mãe? — perguntou o padre com uma sincera curiosidade.

— Não levo a mal — respondeu Pedro num suspiro, antes de continuar.

— Não é a doença da minha mãe. Enfim, não só. O que me leva aqui? Nem eu sei, padre. Tenho andado a pensar sobre a vida. Estava

só a meditar, por assim dizer.

Estas palavras trouxeram um leve sorriso ao padre.

— Faz muito bem. Não há melhor sítio no mundo para o fazer do que nesta casa — chutou o homem religioso ao seu contêrrâneo.

— Não possuo a comunhão especial que o padre tem com o Senhor, mas sempre me posso abrigar aqui — pronunciou então o jovem, tentando

manter-se modesto, mas à espera de provocar um sermão gracioso do padre Jerónimo, um sermão daqueles como por poucas vezes ouvira outrora.

O padre, tal como esperava Pedro, ficou imediatamente mais agitado. Um qualquer fisiólogo ter-lhe-ia visto as pupilas a dilatar, a saliva a acumular-se, o sangue escalando pelas artérias e um ar, senão de inquisição, pelo menos inquisitivo.

— Ah, Pedro, não diga isso. Somos todos iguais perante Ele. Pois não foi Paulo que disse que não há judeu nem grego, nem escravo nem livre, nem homem nem mulher? Somos todos um no nosso Cristo, e todos são capazes de amor, caridade e fé. Quanto muito, nós seminaristas por vezes saciamos demasiado o conhecimento daquilo que não é alcançável à nossa razão limitada, e no cuidado pastoral das almas jamais conseguimos alcançar a ternura do Deus nos presta.

Pedro acenava com a cabeça enquanto ouvia o padre. Regozijava-se agora das memórias dos longos e belos sermões de outros tempos. Qualquer homem religioso, desde que leia e escreva — aptidão essa nem sempre garantida naquele tempo — pode entrar no seminário. No entanto, poucos são os que possuem o real talento de um orador que inspira os seus ouvintes, tal como Jesus, segundo o que se recita nos evangelhos, inspirara os seus. O Padre Jerónimo era um orador nato. Talvez não tanto pela qualidade retórica de um Protágoras ou de um Cícero, mas antes pelo carisma familiar, pela empatia transparente que lhe era natural.

— O padre tem razão — confessou Pedro, respondendo às palavras proferidas pelo padre, já quase inaudíveis na sua mente distraída. — A minha alma anda atormentada. Tenho uma confissão... ou melhor, um dilema, padre Jerónimo.

Daniel Torres Pacheco

RECEITA DETERGENTE PARA A ROUPA

77,5gr sabão ralado
1/2 x bórax (borato de sódio)
1/4 x carbonato de sódio
1/4 x bicarbonato de sódio

(x = xícara) — usar 1/2 x por lavagem

1. Aquecer 3 x de água e juntar o sabão ralado até este derreter.
2. Depois de derretido, juntar o bórax, carbonato e bicarbonato, mexendo SEMPRE até dissolver.
3. Juntar 500ml de água quente à mistura e mexer bem. Retirar do lume.
4. Colocar 2 litros e 800 ml de água fria num garrafão, juntar a mistura e agitar.
5. Deixar arrefecer e ir agitando nas horas seguintes, pois irá separar-se à medida que vai gelificando.

O detergente vai sempre separar-se um pouco, pelo que agitem antes de usar.

