

# **SILNE.**

Aperiodyk społeczny

---

5/2021

**SIOSTRZEŃSTWO PONAD GRANICAMI**

**SISTERHOOD BEYOND BORDERS**

**SORORITÉ AU-DELÀ DES FRONTIÈRES**

**SORELLANZA OLTRE I CONFINI**

**SCHWESTERLICHKEIT ÜBER DEN GRENZEN**

**SØSTERSKAP OVER GRENSER**

**SORORIDAD MÁS ALLÁ DE LAS FRONTERAS**

**Redaktorka naczelna**

Agnieszka Gralak

**Zespół redakcyjny**

Anna Gierczak

**Kontakt do redakcji:** [silne.aperiodyk@gmail.com](mailto:silne.aperiodyk@gmail.com)

<https://www.facebook.com/silne.aperiodyk/>

<https://instagram.com/silne.aperiodyk>

<http://lodzkiedziewuchy.org.pl/numer>

<https://issuu.com/silne.aperiodyk>

**Projekt graficzny, skład DTP**

Agnieszka Gralak

Czasopismo SILNE. Aperiodyk społeczny jest objęte licencją Creative Commons:  
Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne – Bez utworów zależnych 4.0  
Międzynarodowe (CCBY-NC-ND4.0)



Łódź 2021

ISSN 2719-3179

e-ISSN 2719-3195



**Wydawnictwo:**

Stowarzyszenia Łódzkie Dzievuchy Dzievuchom

ul. Kpt. Franciszka Żwirki 1C/4D

90-448 Łódź

**Druk:** JKB Print

## od redakcji

Cześć!

Piąty numer *SILNYCH* jest międzynarodowy – objęty matronatem Polonijnej Rady Kobiet. Jego głównym tematem jest *Siostrzeństwo ponad granicami*. Zależało nam na pokazaniu tego, jakie otrzymujemy wsparcie w walce o nasze prawa od osób polskiego pochodzenia mieszkającymi zagranicą.

Nasze Siostry z Niemiec, Norwegii, Kanady, Hiszpanii, Szwajcarii opisały swoje działania, protesty i przemyślenia związane z tym, jak wygląda teraz Polska – pełna przemocy wobec kobiet i wobec mniejszości seksualnych, z rozwijającą się skrajną prawicą i szerzącym się faszyzmem.

Łączymy się ponad granicami. Jesteśmy silne i nie poddamy się.



Polonijna Rada Kobiet powstała 2021 roku. Jest grupą osób, które nawiązały współpracę międzynarodową w celach reprezentowania i wspierania Polek+ za granicą, oraz działań na rzecz równouprawnienia i praw kobiet+, sprawiedliwości społecznej i praw człowieka w Polsce i na świecie.

<https://polonijnaradakobiet.org/o-nas>

<https://www.facebook.com/polonijnaradakobiet>

<https://www.youtube.com/channel/UC4hNGOKZNafe5mFBnnNAPKA>

Zapraszam zatem do lektury :-)

*Agnieszka Gralak*

## spis treści

### siostrzeństwo ponad granicami

- polki solidarnie • przystanek freiburg.....**6**  
stowarzyszenie dziewczuchy szwajcaria – zurych.....**11**  
sororidad znaczą siostrzeństwo [...].....**18**  
nigdy nie będziesz szła sama – wsparcie z norwegii.....**21**  
get the fuck off me.....**24**  
soli aksjon oslo.....**26**  
polonia inclusive, vancouver, canada.....**29**  
w toronto.....**32**  
silna?.....**32**

### widzę słyszę mówię

- Katarzyna Mądrycka-Adamczyk – szydełko w akcji  
.....**36**  
Alicja Moździara-Lemańska – „protest jest językiem tak  
samo jak poezja” [...].....**38**  
Anna Siwek – uzyskanie praw wyborczych przez [...].....**41**  
Anna Siwek – o co chodzi feministkom?.....**45**  
Kasia Piątek – rozwód po polsku.....**50**  
Anita Deskiewicz – niech eksploduje.....**54**  
Anita Deskiewicz – pykanko.....**59**  
Marta Tygrys Pokorska-Jurek – gdy układanka nie pasuje  
do obrazka [...].....**61**  
Dorota Grochala – seksualność osób  
z niepełnosprawnością [...].....**64**  
Ada Jakimowicz – czy można nauczyć się miłości  
do siebie?.....**70**  
Elżbieta Janota – kiedyś zaparkuję krzywo.....**72**  
Paulina Rzymanek – portret kobiet z sekcji [...].....**76**  
Iwona Herbuś – koniec uciszania kobiet.....**79**  
anna mahui – chcę powiedzieć.....**83**  
Magdalena Kapuścińska – gniew kontrolowany.....**83**  
Izabela Szolc – własność.....**86**  
Monika Dudzik – hortensja w krainie absurdu.....**88**  
Monika Dudzik – ja, prawdziwa polka, piszę  
do polityków.....**90**  
Emilia Szulc – każdx ma szansę, masz i ty.....**92**  
Paulina – niby takie same, a tak różne.....**95**

### straciłam głowę

- Zuzanna Korońska – jest nadzieja.....**98**  
Zuzanna Korońska – złość.....**100**

### poradnik

- aborcja – gdzie szukać pomocy.....**102**

### opowiadanie

- Magdalena Kapuścińska – śnięta królowna – złota  
klatka.....**108**

### poezja.....**111**

#### recenzje

- Dorota Grochala – Ciało-śmiało!.....**116**  
Dorota Grochala – Chciałabym,  
żebyś mnie napisała.....**118**

### ilustracje

- Marta Klibert – strona:  
**5**  
Agnieszka Gralak – strony:  
**35, 84, 93**  
Marta Tygrys Pokorska-Jurek – strona:  
**61**  
Zuzanna Korońska – strony:  
**71, 75, 81, 82, 89, 98, 99, 101, 119**  
Michalina – strony:  
**78, 80, 110**  
Anna Kniejewska – strona:  
**87**

# siostrzeństwo ponad granicami

**SILNE.**



autorką ilustracji jest Marta Kilbert

# polki solidarnie • przystanek freiburg<sup>1</sup>

**SILNE.**

Był październik 2020 roku. W Polsce od kilku dni setki tysięcy kobiet i mężczyzn protestowało na ulicach dużych i małych miast przeciwko zaostrzeniu prawa aborcyjnego.

Czytając i słuchając wiadomości z Polski o brutalności, bezwzględności i wsteczności nowego prawa poruszone dogłębnie zostaliśmy i my – Polki żyjące na emigracji w sąsiednich Niemczech.

Chciałyśmy być solidarne i wspomóc Strajk Kobiet. Pragnęłyśmy wysłać sygnał, że my również sprzeciwiamy się zmianom w prawie oraz wspieramy protesty i walkę polskich kobiet o wolność decydowania o sobie.

Rozsiana po świecie Polonia już wówczas protestowała. Docierały do nas relacje z akcji protestacyjnych w Hamburgu, Berlinie i Kolonii. We Fryburgu dotychczas panowała cisza. Nie miałyśmy do kogo się przyłączyć.

My – czyli kto? Było nas wówczas cztery: Małgorzata, Joanna, Aleksandra i Katarzyna. Znałyśmy się z Polskiego Klubu Malucha, zainicjowanego przez Olę 5-6 lat temu, gdzie jako świeżo upieczone mamy spotykałyśmy się z naszymi maluchami, aby od małego miały poza domem kontakt z językiem polskim. Ponadto inicjowałyśmy wspólne wyjazdy do Karlsruhe i Strasbourga, aby wziąć udział w polskich wyborach parlamentarnych i prezydenckich. Jesienią 2020 połączył nas temat łamania praw kobiet w Polsce. 22 października zawrzało najpierw od wymiany myśli i informacji na naszej grupie WhatsApp, aż w końcu padł pomysł, aby samodzielnie zorganizować demonstrację we Fryburgu.

Rozpoczęły się codzienne, wirtualne spotkania organizacyjne, przygotowywanie zaproszeń, przemówień, piosenek, wysyłanie informacji do znajomych i ogłoszeń do prasy oraz na fora internetowe polskich grup w okolicach Fryburga. Otrzymałyśmy oficjalną zgodę na przeprowadzenie demonstracji oraz na odtwarzanie muzyki. Polski DJ zaofiarował się, że zajmie się oprawą muzyczną manifestacji, a lokalne radio Dreyeckland zaproponowało wsparcie techniczne. W przeddzień akcji protestacyjnej wraz z dziećmi malowałyśmy transparenty i wycinałyśmy czerwone błyskawice.

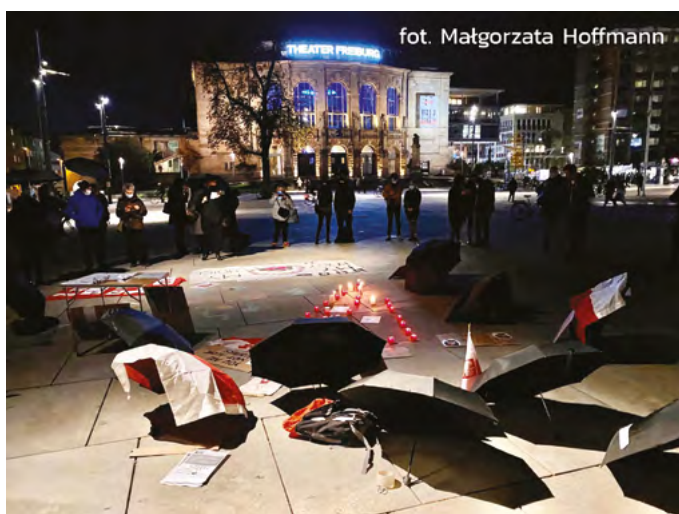
W piątek 6 listopada w końcu wyszłyśmy na ulice. Niepewne, ile osób przyjdzie i jaki będzie odzew. Na naszą spontanicznie zorganizowaną demonstrację, mimo obostrzeń pandemicznych, przyszło ponad 80 osób. Głównie kobiety, ale były również całe rodziny, pary i zainteresowani

<sup>1</sup> Freiburg im Breisgau (język niemiecki), Fryburg Bryzgowijski (dostęp język polski), [https://pl.wikipedia.org/wiki/Fryburg\\_Bryzgowijski](https://pl.wikipedia.org/wiki/Fryburg_Bryzgowijski) (dostęp 26.04.2021)

## siostrzeństwo ponad granicami

tematyką mężczyźni. Obecni byli: Polki i Polacy, przedstawiciele innych narodowości, głównie nasi znajomi i przyjaciele, ale również dziewczyny z kurdyjskiej organizacji feministycznej (Kurdyjska Rada Kobiet Fryburg<sup>2</sup>), które wygłosiły przemówienie, solidaryzując się z postulatami polskich kobiet. Przez ponad godzinę skandowaliśmy wspólnie strajkowe hasła i postulaty, śpiewaliśmy kultowe piosenki jak *Wolność*, *Jeszcze będzie przepięknie* i *Arahja*. Na głównym placu we Fryburgu zapłonęła, ustawiona ze świeczek, czerwona błyskawica, rozstawione zostały czarne parasolki, a dzieci na bruku narysowały kredą strajkowe symbole. Gdy zapadł zmrok, wszyscy skupieni i świadomi powagi tematu, rozeszli się do domów. A my odetchnęliśmy głęboko. Udało się!

**SILNE.**



Zdjęcia z demonstracji solidarności z Ogólnopolskim Strajkiem Kobiet (6.11.2020). (Foto: Archiwum zdjęć grupy)



<sup>2</sup> Kurdischer Frauenrat Freiburg

## siostrzeństwo ponad granicami

Ale to był dopiero początek. Nasze wydarzenie zostało zauważone przez lokalne media. Zostałyśmy poproszone o udzielenie wywiadów w radiu Dreieckland oraz głównej regionalnej gazecie *Badische Zeitung*. Wysokie Obcasy wydrukowały naszą relację z manifestacji. Poszłyśmy

### **SILNE.**

- ▶ za ciosem, założyłyśmy na Facebooku grupę „Polki Solidarnie • Przystanek Freiburg” (aktualnie 88 osób), gdzie umieściłyśmy fotoreportaż z demonstracji. Podjęłyśmy decyzję, aby działać dalej, choć organizowanie się wieczorami, po pracy i przy jednoczesnym wypełnianiu obowiązków rodzinnych, kosztuje nas sporo energii. Pandemia i związane z nią ograniczenia przyczyniły się do tego, że naszą działalność, podobnie jak inne organizacje w Polsce, przenieśliśmy do internetu. Dołączyła do nas wtedy Dorota i wraz z nią udało nam się podjąć następujące działania:



Zdjęcie z akcji:  
Rodziny przeciw fanatykom  
(Foto: Archiwum zdjęć grupy)

- ▶ 8 marca wzięłyśmy udział w demonstracji organizacji kobiecych we Fryburgu



Zdjęcia z demonstracji z okazji Międzynarodowego Dnia Kobiet (8 marca 2021)





Z okazji nowego, poszerzonego wydania książki Agnieszki Graff: *Świat bez kobiet: płęć w polskim życiu publicznym* doprowadziłyśmy do publikacji przetłumaczonego na język niemiecki jednego z rozdziałów, który opatrzyłyśmy artykułem wstępnym prezentującym nasze motywacje i misję działania (tłumaczenie przygo-

**SILNE.**

towała Anna Władyka-Leittretter we współpracy z Kancelarią Środa<sup>3</sup>). Aktualnie prowadzimy akcję rozprowadzania tłumaczenia wśród niemieckojęzycznych czytelniczek i czytelników, a dla zamieszkałej w Badenii-Wirtembergii Polonii zamawiamy nowe wydanie tej książki.



Okładka rozdziału *Znikająca kobieta. Albo polskie rozmowy o prawie do aborcji* z książki A. Graff *Świat bez Kobiet* w tłumaczeniu na język niemiecki. (Foto: Archiwum zdjęć grupy)

Popularyzacją interesujących, wydanych w Polsce książek zajmuje się Dorota. Oprócz książki *Świat bez kobiet* udało nam się sprowadzić również książki dla dzieci: *Beskid bez kitu* Marii Strzeleckiej<sup>4</sup> – Książkę Roku 2020 polskiej sekcji IBBY<sup>5</sup> oraz zbiór *Wszystkie kolory świata*<sup>6</sup>. Tym samym mogłyśmy wesprzeć akcję charytatywną Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, ponieważ cały dochód ze sprzedaży *Wszystkich kolorów świata* przeznaczony jest na zapewnienie finansowania telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży (116 111). Ponadto poprzez Social Media nieustannie dzielimy się informacjami na temat aktualnych wydarzeń politycznych i kulturalnych, wymieniamy się ciekawymi sugestiami dotyczącymi lektur, artykułów, podcastów i spotkań online o tematyce feministycznej, równościowej, poszanowania różnorodności i wychowania w inkluzywnym i demokratycznym duchu.

<sup>3</sup> <https://sroda.com/pl/> (dostęp 24.04.2021)

<sup>4</sup> <http://mariastrzelecka.pl/ksiazka-Beskid-bez-kitu> (dostęp 24.04.2021)

<sup>5</sup> International Board on Books for Young People (IBBY), <https://www.ibby.org> (dostęp 24.04.2021)

<sup>6</sup> <http://wydawnictwoagora.pl/wszystkie-kolory-swiate> (dostęp 24.04.2021)

## siostrzeństwo ponad granicami

Wszystkie żyjemy w Niemczech już od kilku lub kilkunastu lat, pracujemy tu, mamy tu rodziny i czujemy się obywatelkami obu krajów i Europy. Często mamy podwójne obywatelstwo i zależy nam na krzewieniu wartości demokratycznych, z którymi się utożsamiamy.

**SILNE.** Od 6 lat obserwujemy poważne zmiany w Polsce, które godzą w wolność i demokrację, a teraz również w podstawowe prawa człowieka. Nie zgadzamy się z nimi.

Często jesteśmy pytane przez Niemców o nasze stanowisko względem sytuacji w Polsce i choć w dalszym ciągu jesteśmy dumne z naszego pochodzenia, to coraz mniej z tego, w jakim kierunku zmierza polityka w Polsce. Jako grupa Polek chcemy, aby nasz głos był komentarzem do informacji, które przekazuje za granicę rząd w Polsce. Naszą rolę widzimy głównie w:

- ▶ wspieraniu akcji Ogólnopolskiego Strajku Kobiet oraz innych działań prodemokratycznych i równościowych w Polsce,
- ▶ informowaniu opinii publicznej Fryburga i okolic o sytuacji w Polsce, a w szczególności w kontekście tematów praw i równouprawnienia kobiet i praw człowieka,
- ▶ wspieraniu innych akcji, zgodnych z naszymi poglądami i priorytetami,
- ▶ umożliwieniu kontaktów i wymiany poglądów poprzez forum dyskusyjne,
- ▶ popularyzowaniu polskiej literatury feministycznej w języku polskim (dla Polonii w Niemczech i osób zainteresowanych) oraz wybranych tekstów w tłumaczeniu na język niemiecki,
- ▶ przygotowaniu lokalu wyborczego we Fryburgu i zachęcaniu do udziału w kolejnych wyborach w Polsce,
- ▶ networking z grupami feministycznymi w okolicy mającymi podobne cele oraz z feministycznymi grupami Polonii w Niemczech i na świecie, planowanie wspólnych międzynarodowych akcji w temacie praw kobiet.

Mimo tego, że przepiękny i tolerancyjny Fryburg stał się naszym drugim domem, to ciągle jesteśmy dumne z Polski, jaką nosimy w sercu i również to chcemy tutaj szerzyć. A mamy ku temu wiele powodów, takich jak znaczące dziedzictwo kulturowe i przyrodnicze Polski, sukcesy polskich naukowców, artystów i sportowców, dorobek polityczny Solidarności i wolnej Polski, gościnność jej mieszkańców a teraz również polskie kobiety, wspiana młodzież i wszyscy, którzy działają i wychodzą na ulice w obronie podstawowych praw i wolności wszystkich nas.

**NIE SKŁADAMY PARASOLEK. DZIAŁAMY!**

*Aleksandra Pojda de Pérez*

*Od 2003 we Fryburgu Bryzgowijskim. Skończyła studia historyczne i politologiczne na Uniwersytecie Jagiellońskim i uniwersytecie Alberta-Ludwika we Fryburgu. Od 2010 zatrudniona na uniwersytecie Alberta-Ludwika w Centrum Administracyjnego Wsparcia Projektów ALU i jako lektor języka polskiego.*

Katarzyna Zielewska-Büttner

Od 2005 we Fryburgu Byzgowijskim. Doktor nauk przyrodniczych, zajmuje się tematami detekcji struktur leśnych, ekologii i ochrony przyrody w lasach. Mama dwóch ciekawych ludzi i świata dziewczynek.

**SILNE.**

Dorota Święcka

Pochodzi z Lublina, od 2015 roku w Niemczech, we Fryburgu Bryzgowijskim, dokąd przeprowadziła się ze względów rodzinnych. Mama dwóch wspaniałych chłopców: nastolatka i 10-latka. Politolog z wykształcenia, z zawodu menedżer ds. komunikacji marketingowej w międzynarodowej firmie konsultingowej. W wolnym czasie kocha czytać i tu, we Fryburgu ma na to nieco więcej czasu niż w Polsce. Dołączyła do grupy „Polki Solidarnie - Przystanek Freiburg” w listopadzie 2020.

Joanna Callens

Pochodzi ze Szczecina, od 2013 we Fryburgu Bryzgowijskim, wcześniej mieszkała w Strasburgu. Z wykształcenia politolog (studia w Polsce i w Niemczech). Z zamiłowania pasjonatka książek. Swoją przyszłość zawodową związała z prężnie rozwijającą się branżą odnawialnych źródeł energii – fotowoltaika.

# stowarzyszenie dziewuchy szwajcaria – zurych

Szwajcaria jest krajem różnorodnym kulturowo, w którym oddolne inicjatywy i udział każdego obywatela w zarządzaniu małą ojczyzną jest równie ważny, jak dziury w szwajcarskim serze. Cztery języki narodowe: niemiecki, francuski, włoski i retoromański opisują świat złożony z 2172 autonomicznych gmin, które z kolei tworzą 26 kantonów. Każda gmina i każdy kanton mają swoje odrębne kompetencje, a państwo nadaje ramy tej mozaice, dbając o wspólnotę i kształt całości. Nic więc dziwnego, że dla Szwajcarów siła narodu wynika z jego różnorodności. Jako polskie feministki działające ponad granicami, wpisujemy się w ten concept. Z naszej perspektywy imponujące jest to, co w zakresie praw kobiet w Szwajcarii zrobiono przez ostatnie ćwierć wieku. Co prawda, już w XIX wieku i w latach 30-tych XX wieku Szwajcarki próbowały zmieniać swój kraj z korzyścią dla siebie, ale dopiero lata po II wojnie światowej i napływ pracowników z zagranicy, głównie włoskich kobiet, dał impuls potrzebny do zmiany świadomości.



## siostrzeństwo ponad granicami

**SILNE.**

Dziś tutejsze kobiety mają wszystkie możliwe prawa na miarę XXI wieku, łącznie z prawem do aborcji do 12 tygodnia, a mimo to wciąż istnieją nierówności.

Charakterystyczny dla szwajcarskiego systemu elastyczny czas pracy jest zarówno pozytywnym jak i negatywnym aspektem sytuacji zawodowej kobiet. Dawny podział ról ma wpływ na rynek pracy, a wybory kobiet związane z życiem rodzinnym są podyktowane pozycją społeczną, którą nadal w wielu rodzinach wyznacza tradycja. Placówki prywatne i państwowe zajmują się dziećmi pracujących matek i dostęp do nich bywa utrudniony, a ceny za opiekę nad dziećmi są bardzo wysokie. Ale nawet jeżeli kobieta może wrócić do pracy, bo dziecko dostało miejsce w tutejszym żłobku lub u niani, to i tak większość kobiet dopiero po paru latach wraca do pracy na cały etat. Aż 62% kobiet pracuje na część etatu, otrzymując często wynagrodzenie niewystarczające do samodzielnej egzystencji. W przypadku mężczyzn na część etatu pracuje 18%. Właśnie przez tę redukcję etatu wiele kobiet w podeszłym wieku żyje poniżej granicy ubóstwa, lub jest ubóstwem zagrożonych. Również z powodu niższych płac w zawodach sfeminizowanych, zarobki kobiet są niższe, co przekłada się na niższe emerytury.

Kobiety obciążone są podwójnie: 76% Szwajcerek jest czynnych zawodowo, a jednocześnie wykonuje większość prac domowych (przygotowywanie posiłków, wychowanie dzieci, sprząatanie, pranie, prasowanie etc.) i opiekuńczych. W ciągu roku kobiety wykonują 8,7 miliarda godzin tej nieodpłatnej pracy. Widoczne są podwójne standardy – podczas gdy przejście na część etatu po urodzeniu się dziecka jest w przypadku kobiety oczekiwane, mężczyźni nadal nie spotykają się z akceptacją

pracodawcy w związku z decyzją o redukcji etatu. Dodatkowo istnieje kwestia różnicy płacy między kobietą a mężczyzną (ok 14%), chociaż jest to przede wszystkim problem sektora prywatnego.

Szwajcarskie feministki reagują na te ramy społeczne żądając zmian, a my jako DziewuCHy wspieramy je,





ponieważ to nasza wspólna sprawa. Tu możemy przytoczyć główne postulaty Generalnego Strajku Kobiet, który miał miejsce 14. czerwca 2019 roku: równość płac, wyższe zarobki i wyższe emerytury, uznanie i sprawiedliwy podział pracy domowej i opiekuńczej, dłuższe urlopy macierzyńskie i urlop ojcowski lub rodzinny, więcej państwowych placówek opiekuńczych dla dzieci i osób starszych. Szwajcarki zażądały ponadto skrócenia czasu pracy, co umożliwiłoby lepszy podział pracy płatnej i nieodpłatnej oraz podniosło jakość życia – w myśl maksymy: więcej czasu dla rodziny, więcej czasu na życie.

**SILNE.**

Kobiety w Szwajcarii chcą skończyć z dyskryminacją, stereotypizacją, przemocą i seksizmem oraz z opresją z powodu pochodzenia, tożsamości płciowej, koloru skóry i klasy. Kobiety chcą decydować o swojej seksualności i sprzeciwiają się homofobicznej i transfobicznej przemocy oraz każdej formie przemocy ze względu na płeć. Bagatelizowanie przemocy seksualnej i wymierzanie niskich kar dla osób dopuszczających się gwałtów i molestowania seksualnego musi się skończyć. Ważnym punktem jest również żądanie darmowej aborcji i antykoncepcji oraz ochrona prawna i azyl dla uchodźczyń oraz migrantek doświadczających przemocy w krajach pochodzenia, podczas tranzytu do Europy i w Szwajcarii. Palącą kwestią są w Szwajcarii regulacje dotyczące statusu prawnego i ochrony socjalnej migrantek wykonujących pracę opiekuńczą. Szwajcaria nie odbiega znacznie od innych krajów w temacie pracy dla kobiet imigrantek. Te, które nie władają jednym z 3 języków urzędowych (niemiecki, francuski, włoski) i/lub wykonują zawody, na które nie ma tutaj zapotrzebowania, nie mają łatwego życia.

Walcząc zatem o te postulaty ramię w ramię ze Szwajcarkami walczymy o nasze prawa również mając na uwadze obecną sytuację



## siostrzeństwo ponad granicami

w Polsce, żądając w każdym kraju poszanowania dla praw człowieka, w szczególności praw reprodukcyjnych i praw mniejszości seksualnych oraz tożsamościowych.

### **SILNE. Kalendarium praw kobiet w Szwajcarii**

Z perspektywy czasu wyraźnie widoczne są zmiany w prawie, które poprawiły pozycję kobiety w szwajcarskim społeczeństwie. Zmiany te były możliwe w wyniku rosnącego znaczenia i zaangażowania kobiet w politykę na każdym szczeblu oraz ich czynnego udziału w referendum. Patrząc wstecz, można zauważyć, że zmiany na korzyść kobiet nabierają tempa. Poniżej chronologiczne streszczenie wprowadzonych regulacji po uzyskaniu praw wyborczych na poziomie federalnym:

- ▶ W 1981 roku równouprawnienie kobiet i mężczyzn zostało zapisane w konstytucji – wynikający z tej poprawki obowiązek wprowadzenia ustaw gwarantujących faktycznie równouprawnienie we wszystkich aspektach prawnych i egzystencjalnych został spełniony dopiero 15 lat później w 1996 roku. Ustawa o równouprawnieniu kobiet i mężczyzn gwarantuje zniwelowanie strukturalnych nierówności dotyczących kobiety w życiu zawodowym, w tym niskie płace, nierówności w procesie rekrutacyjnym i na drodze awansu i molestowanie seksualne w miejscu pracy.
- ▶ w 1988 roku weszło w życie nowe prawo rodzinne, w którym usunięto zapis o tym, że mężczyzna jest głową rodziny, a kobieta ma prowadzić dom. Do tej pory to mężczyzna mógł decydować o tym, czy jego żona podejmie pracę, czy będzie zajmować się tylko domem i rodziną.
- ▶ w 1990 roku ostatni kanton (Appenzell Innerrhoden) wprowadził czynne i bierne prawo wyborcze kobiet.
- ▶ 1995 rok przyniósł zniesienie zakazu konkubinatu w ostatnim szwajcarskim kantonie Wallis.
- ▶ Rok 2000 przyniósł zmiany w prawie rozwodowym, a od 2004 roku przemoc w związku i małżeństwie jest uznana przestępstwem ścigane z urzędu.
- ▶ W 2000 roku dyskryminacja ze względu na orientację seksualną jest prawnie zabroniona (związki homoseksualne zalegalizowano w 1942 roku).
- ▶ Antykoncepcja awaryjna jest dostępna bez recepty od 2001 roku.
- ▶ Urlop macierzyński w Szwajcarii trwa 14 tygodni i wprowadzono go w 2005 roku.
- ▶ Możliwość sądowego nakazania opuszczenia wspólnego mieszkania osobie



dopuszczającej się przemoc weszła w życie w 2006 roku. Tego samego roku weszła w życie ustawa gwarantująca jednorazowe lub okresowe dodatki pieniężne częściowo wyrównujące obciążenie finansowe związane z wychowaniem jednego lub więcej dzieci.



**SILNE.**

- ▶ W 2007 roku wprowadzono możliwość rejestrowania związków partnerskich tej samej płci.
- ▶ Od 2012 roku wprowadzono wyjątek gwarantujący możliwość aborcji do końca 12 tygodnia ciąży. Przerwanie ciąży po 13 tygodniu jest możliwe w przypadku zagrożenia zdrowia lub uszkodzenia płodu.
- ▶ Od 2012 roku okaleczanie genitaliów kobiet i dziewczynek jest zabronione.
- ▶ Pary biorące ślub w Szwajcarii mogą od 2013 roku zachować nazwisko rodowe lub łączone, kobieta nie jest już zmuszona do przyjęcia nazwiska po mężu.
- ▶ Wprowadzenie dwutygodniowego urlopu ojcowskiego ogłoszono we wrześniu 2020 roku.
- ▶ Od 2020 roku w Szwajcarii możliwe są małżeństwa między partnerami tej samej płci.

Szwajcaria ratyfikowała wszystkie istotne konwencje międzynarodowe i zobowiązała się do zapobiegania dyskryminacji ze względu na płeć, podpisując w 1997 roku Konwencję o prawach politycznych kobiet ONZ. W 2017 roku Szwajcaria ratyfikowała konwencję stambulską o zapobieganiu i zwalczaniu przemocy wobec kobiet i przemocy domowej.

### **O Dziewuchach Szwajcaria**

Dziewuchy Szwajcaria, to kolektyw feministek, do którego należą Polki oraz osoby polskiego pochodzenia mieszkające w Szwajcarii. Grupa utworzyła się w 2016 roku w październiku, na kanwie Czarnego Protestu. Sprzeciw wobec próby ograniczenia praw reprodukcyjnych Polek i osób, które mogą zająć w ciążę sprawił, że szukałyśmy wspólnoty osób o zbliżonych poglądach. Niezależnie od siebie, w różnych częściach Szwajcarii, różne osoby zorganizowały w tym samym czasie spotkania lub zaproponowały protesty. Te odbyły się w Zurychu, Lugano czy Genewie.



**SILNE.**



Powstały także fanpejdż Dziewuchy Szwajcaria oraz Dziewuchy Szwajcaria – Grupa. Kontakt z Polkami i Polakami umożliwił nam koordynację działań i informowanie o nich szerszej publiczności. Choć od jesieni 2016 roku ilość członkiń+ grupy rosła i redukowała się, w zależności od sytuacji politycznej w Polsce, to największy przyrost członkiń+ i osób zainteresowanych naszymi działaniami zaobserwowałyśmy w październiku 2019 roku. Obecnie na grupie fejsbukowej jest około 1250 osób.

Aby działania były bardziej przejrzyste od strony finansowej, 28 listopada 2019 roku założyłyśmy stowarzyszenie DZIEWUCHY Szwajcaria. Nasza siedziba mieści się w Zurychu, ale osoby należące do Stowarzyszenia DZIEWUCHY Szwajcaria są rozsiane po całej niemieckojęzycznej części Szwajcarii. Dodatkowo na fali ostatnich protestów we francuskojęzycznej Szwajcarii utworzyła się i działa siostrzana grupa Dziewuchy w Genewie, która jako autonomiczna podgrupa jest częścią Stowarzyszenia.

Dziewuchy Szwajcaria od momentu powstania szybko zaczęły integrować się ze środowiskami feministycznymi w Zurychu. Fizycznym miejscem spotkań stał się salon feministyczny frau\*m ([www.fraum.ch](http://www.fraum.ch)), który z założenia jest przyjaznym miejscem spotkań i działań grup feministycznych oraz LGBT+, zorganizowanym jako mieszkanie z kuchnią, salonem i ogrodem w centrum Zurychu.

Na przestrzeni lat, jako kolektyw a później stowarzyszenie, organizowałyśmy spotkania, dyskusje panelowe między innymi na tematy pracy opiekuńczej migrantek, edukacji seksualnej i ekologicznej, wiece protestacyjne i solidarnościowe wobec planów zaostreżenia prawa aborcyjnego w Polsce, akcje popularyzujące udział w wyborach, łącznie z organizacją obserwatorek wyborczych w wyborach parlamentarnych w 2019 roku. W 2018 roku nasza grupa zasilana przez prodemokratyczne osoby z diaspory polskiej oprotestowała przemówienie prezydenta A. Dudy na Uniwersytecie w Zurychu.

Nasze tematy to działania wspierające solidarność i różnorodność, równouprawnienie,

**HERZLICH  
WYPIERDALAĆ**

\*\*\*\*\* \*\*





## siostrzeństwo ponad granicami

ponadto edukacja feministyczna, zdrowie kobiet między innymi reprodukcyjne i psychiczne, edukacja seksualna i emigracja oraz ekologia.

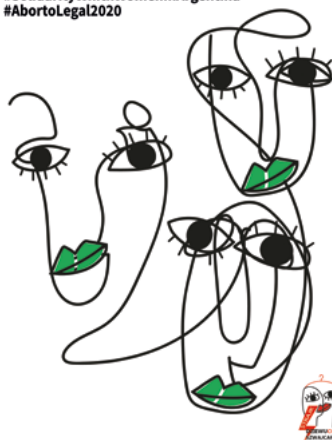
Jako Dziewuchy Szwajcaria uczestniczyłyśmy również między innymi w szwajcarskim Women's March Zürich oraz w Generalnym Strajku Kobiet w Szwajcarii w 2019 roku. Kolektyw w 2020 roku dołączył do Wielkiej Koalicji na Rzecz Równości i Wyboru, a od 2021 nasze aktywistki współtworzą Polonijną Radę Kobiet. Regionalnie jesteśmy ściśle powiązane z innymi grupami Dziewuch w krajach niemieckojęzycznych – w Niemczech (Dziewuchy Berlin) i w Wiedniu (Dziewuchy Austria).

Również w ostatnich miesiącach obserwujemy bacznie wydarzenia w kraju i reagujemy na nie w sieci i w realu. W związku z wyrokiem tzw. „Trybunału Konstytucyjnego” zorganizowałyśmy trzy wiece protestacyjne (Rapperswil – przed Muzeum Polskim, Zurych, Berno). Łącznie otworzyłyśmy przestrzeń protestu dla ok. 800 osób. W protestach i informowaniu opinii publicznej wspierały nas feministyczne organizacje szwajcarskie i kurdyjskie oraz media szwajcarskie. W tym temacie zorganizowałyśmy działania performatywne między innymi w szwajcarskiej siedzibie Strajku dla Klimatu (Klimaanlage) oraz akcję solidarnościową, do której udało nam się zmobilizować feministyczne organizacje z niemieckojęzycznej Szwajcarii do nagrania filmików z odezwą do protestujących w Polsce (filmiki zostały opublikowane na naszym fanpejdżu na FB). Opóźniona z powodu obostrzeń pandemicznych, dopiero 26 czerwca 2021 roku, odbędzie się wystawa inspirowana strajkami, do Klimaanlage w Zurychu.

Podsumowując – nasza mobilizacja i protesty w Szwajcarii są wyrazem braku zgody na wprowadzenie całkowitego zakazu aborcji oraz regularne pogwałcanie praw kobiet i społeczności LGBT+ w Polsce.

W związku z obecną sytuacją w Polsce mamy bardzo duży odzew z poparciem od tutejszych organizacji feministycznych i równościowych. Równolegle działamy na rzecz emigrantek w Szwajcarii. Informujemy o sytuacji kobiet+ w Polsce, aktywnie

WE ARE WITH YOU, SISTERS ⚡  
#SolidarityWithWomenInArgentina  
#AbortoLegal2020



**SILNE.**



## siostrzeństwo ponad granicami

włączamy się w działania Wielkiej Koalicji za Równością i Wyborem oraz Polonijnej Rady Kobiet. Solidarne ponad granicami jesteśmy z kobietami+ za prawami człowieka, wolnością, demokracją i wyborem.

**SILNE.** Poprzez członkinie+ /kobiety+ należy rozumieć inkluzywną płciowo i tożsamościowo grupę, której definicja zapewnia przestrzeń dla osób niebinarnych, transpłciowych, kobiet i mężczyzn i w szerszej perspektywie LGBTIQ+.

Kolektyw redakcyjny Dziewuchy Szwajcaria:

*Katarzyna Waniek*

*Katarzyna Nagórny*

*Kasia Zuberbühler*

E-mail: [dziewuchy.schweiz@gmail.com](mailto:dziewuchy.schweiz@gmail.com)

Strona: [dziewuchy.ch](http://dziewuchy.ch) FB: [facebook.com/DziewuchyCH](https://facebook.com/DziewuchyCH)

IN: [dziewuchy.szwajcaria](https://dziewuchy.szwajcaria)

YT: [DziewuCHySzwajcaria](https://DziewuCHySzwajcaria)

# sororidad znaczy siostrzeństwo, czyli ManifeStacja madryt

Nie dajcie zwieść się rodzajowi męskiemu – Madryt jest kobietą. Ma nie tylko fantastyczną energię, ale i dobrą pamięć.

Dzisiejsze trzydziestolatki pamiętają tu jeszcze zakaz aborcji, analogiczny do polskiego pseudokompromisu, który obowiązywał aż do 2010 roku. Gdy dwa lata po jego zniesieniu prawicowy rząd do spółki z kościołem robił zakusy na świeżo wywalczone prawa reprodukcyjne, szybko dostał po łapach.

Bo Hiszpanki wiedzą, że stawka jest wysoka – jeszcze pół wieku temu ich babcie nie miały prawa do rozwodu, za aborcję i zdradę małżeńską groziło im więzienie, a o zgodę na dysponowanie majątkiem musiały prosić swoich właścicieli-mężów. Frankistowska dyktatura już nie wróci, ale na prawa kobiet czyhają misjonarze nowego średniowiecza, z fundamentalistyczną partią Vox na czele.

W maczystowskiej, patriarchalnej Hiszpanii, feminizm jest silny i bezkompromisowy. A jednocześnie – inkluzywny i opiekuńczy, bo

## siostrzeństwo ponad granicami

kolonizatorską przeszłość i agresywny kapitalizm trzeba równoważyć troską i siostrzeństwem. Słowem – mamy od kogo czerpać inspirację.

Oczywiście, połączyło nas wkurwienie.

Gdy polski pseudotrybunał postanowił w zeszłym roku dorznąć prawa Polek, zaczęłyśmy nieśmiało szukać innych wkurwionych. W czasie pandemii, w mieście, w którym wiele z nas nie utrzymuje na co dzień relacji z innymi Polkami, znajdowałyśmy się w mediach społecznościowych i skrzyknęłyśmy na pierwsze protesty.

Na placach Madrytu i pod konsulatem, w samym centrum miasta, zostało po nas trochę czarnych parasolek z błyskawicami i jeszcze więcej zniczy, wieszaków i transparentów. Choć w pewnym momencie informacje z Polski przebiegały się do tutejszych mediów, to i tak wielu przechodniom musiałyśmy tłumaczyć, czemu protestujemy. Hiszpankom i Hiszpanom często trudno było uwierzyć, że sympatyczny kraj z piwem, pierogami i śniegiem zamienia się właśnie w ponury Gilead.

W lutym, w odpowiedzi na publikację pseudowyroku, zorganizowałyśmy manifestację na centralnym Plaza de los 2 Mayo. Na budynkach wyświetliłyśmy projekcje filmów z protestów w Warszawie i symbole Strajku Kobiet, ale też zaciśniętą pięść, znak determinacji w walce z faszyzmem oraz grafiki w barwach tęczy. Krzyczałyśmy „Wolność, równość, prawa kobiet” i „Queremos derechos fundamentales!”, a bębnową oprawę zapewniała wspinała *batucada*, która za namową naszej członkini, Gosi, nadawała rytm naszej energii.

Rozmawiałyśmy o tym, czym jest dla nas feminizm: zgadzamy się, że polem jego działania jest walka o równość praw kobiet, o wolność od patriarchy i przemocy, ale też o prawa wszystkich mniejszości, którym zagrażają agresywny patriarchy, współczesny kolonializm i kapitalizm.

Dlatego też 1 maja kilka z nas dołączyło też do demonstracji z okazji Międzynarodowego Święta Pracy, organizowanej przez połączone stowarzyszenia antykapitalistyczne, anarchistyczne, ale także feministyczne i wspierające migrantów.



**SILNE.**

## siostrzeństwo ponad granicami

**SILNE.**

Wspieramy też inne siostrzane inicjatywy – ostatnio przyłączyliśmy się do globalnej akcji #BastaTerricidio organizowanej przez Movimiento de Mujeres Indigenas (Ruch kobiet rdzennej ludności Ameryki), której celem jest zwrócenie uwagi na zbrodniczą eksploatację środowiska, zwłaszcza na terenach zamieszkałych przez ludność autochtoniczną, przez wielkie korporacje. Zgadzaamy się z inicjatorkami tej akcji, że „terricidio”, czyli w wolnym tłumaczeniu „ziemiobójstwo”, to tylko inna odmiana tego samego patriarchy, przemocy i opresji.

Na ostatnim zebraniu omawialiśmy też przyszłe kierunki naszych działań. Oprócz walki o prawa kobiet, akcji solidarnościowych i informacyjnych, chcemy też zająć się problemem związanym ze specyfiką Madrytu – czyli pomocą imigrantkom, zwłaszcza z Europy Środkowo-Wschodniej. Wiele z nich, zwłaszcza tych pochodzących z Rumunii czy Bułgarii, mierzy się z brakiem dostępu do informacji o swoich prawach, a także z barierami językowymi oraz ekonomicznymi.

Planujemy stworzyć platformę informacyjną która ułatwi migrantkom dostęp do antykoncepcji i aborcji: choć w Hiszpanii powinny mieć do nich pełne prawa, to bariery językowe i instytucjonalne mogą być dla wielu zbyt wielką przeszkodą.

W przyszłości chcemy także pomagać migrantkom dotkniętym przemocą domową, oferując im wsparcie logistyczne, informacyjne i językowe. W Madrycie działają instytucje i stowarzyszenia, do których osoby cierpiące z powodu przemocy mogą się zgłaszać, niestety, wiele osób nie wie nawet o ich istnieniu.

Nasze członkinie, Natalia i Ania regularnie reprezentują nas na forach Polonijnej Rady Kobiet i Feministas Transfronterisas. Ania działa też w madryckiej Komisji ds. Aborcji, która pilnuje przestrzegania praw reprodukcyjnych kobiet i dba, by przeróżne fundamentalistyczne dziady trzymały się od nich z daleka.

W czerwcu ManifeStacja Madryt z innymi organizacjami feministycznymi w Madrycie planuje kolejny protest w obronie reprodukcyjnych praw kobiet. Zaczynając od protestu pod konsulem polskim, a w przyszłości pod innymi konsulatami, na przykład Salvadoru. Bo *sororidad* to też czasami wspólny krzyk: „wypierdalać!”.

*ManifeStacja Madryt*

# nigdy nie będziesz szła sama – wsparcie z norwegii

**SILNE.**

Wyjechałam z Polski tuż przed wyborami parlamentarnymi w 2015 roku. Otrzymałam roczne stypendium na Uniwersytecie w Oslo w ramach programu Erasmus. Byłam już na ostatnim roku studiów magisterskich i z jednej strony cieszyła mnie perspektywa zdobycia cennego doświadczenia, a z drugiej przerażało widmo przejęcia władzy przez PiS. I nie myliłam się. Jako feministka i aktywistka od kilku lat angażowałam się w obronę praw człowieka, stąd pomysł zamieszkania w kraju, gdzie ta równość płciowa jest istotnym elementem życia społecznego. I niewątpliwie odkąd jestem w Oslo, moja perspektywa postrzegania tych kwestii znacznie się zmieniła. Nie mniej jak jako Polka nie mogłam być obojętna wobec sytuacji w Polsce. Od 2016 roku protestowałam razem z innymi aktywistami pod polską ambasadą w Oslo by wesprzeć strajkujące Polki.



Jak mówił w swoim wspaniałym przemówieniu z okazji rocznicy wyzwolenia obozu Auschwitz Marian Turski, nie bądźcie obojętni, ponieważ kolejna zagłada spadnie na wasze głowy.

Czarny piątek był dla mnie wyjątkowym przeżyciem, czułam się dumna i szczęśliwa, że tyle kobiet wyszło na ulice w obronie swojego podstawowego prawa do decydowania o swoim ciele. Władza przestraszyła się tego pokazu naszej solidarności i cofnęła się. Niestety 22 października 2020 Trybunał Konstytucyjny pod przewodnictwem Julii Przyłębskiej,



wybranej na stanowisko prezeski wbrew wszelkim zasadom i z partyjnego nadania, orzekł iż przepis tzw. ustawy antyaborcyjnej z 1993 roku zezwalający na aborcję w przypadku ciężkiego i nieodwracalnego upośledzenia płodu albo nieuleczalnej choroby zagrażającej jego życiu jest niekonstytucyjny.

**SILNE.**



fot. Kazimierz Gutkowski

Wszystkie poczułyśmy się tą decyzją upokorzone, ale zarazem wściekłe. I te emocje musiały znaleźć jakieś odzwierciedlenie w działaniu. Mam w kraju siostrzenicę i głównie ze względu na nią zdecydowałam się działać. Nie chcę

dla niej takiej przyszłości. Nie chcę, żeby żyła w świecie rodem z *Opowieści podręcznej*. Ze wsparciem ze strony Amnesty International oraz norweskich organizacji feministycznych zorganizowałam protest pod norweskim parlamentem, by dać Polkom wsparcie i poczucie iż nigdy nie będą szły same, że my Polki na emigracji jesteśmy z nimi. Wybrałam akurat to miejsce ze względu na jego centralne położenie, chciałam byśmy zostali usłyszani.

Na proteście zjawili się około 300 osób, z ciekawymi hasłami i transparentami. Było dużo pozytywnej energii i emocji, które przełożyły się na bardzo osobiste i przejmujące przemowy. Głos zabrała jedna z liderek z Amnesty International, Camilie Olsen, ale również protestujący, którzy chcieli podzielić się swoim doświadczeniem. Nasze zgromadzenie zostało zgłoszone odpowiednim służbom, więc policja pojawiła się raczej po cywilnemu i dbała o nasze bezpieczeństwo. Spotykaliśmy się również z pozytywnym odbiorem przechodniów. Użyliśmy też oprawy muzycznej, wykorzystaliśmy między innymi utwory Marii Peszek. Po proteście dzięki pomysłowi naszego fotografa każdy miał okazję wpisać się na dużej płachcie materiału, którą potem powiesiliśmy na murze polskiej ambasady. Co istotne dzięki tej pierwszej inicjatywie pojawiły się kolejne w miastach i miasteczkach w całej Norwegii, a parę dni później innej organizacji feministycznej udało się zgromadzić jeszcze więcej ludzi podczas manifestacji obok polskiej ambasady w Oslo. Dzięki inicjatywie Judyty Nekandy Trepki oraz Joanny Olichwer powstał również krótki filmik, w którym zarówno Polki jak i Norweżki mogły wyrazić swoje oburzenie sytuacją w Polsce. Norweska społeczność śledzi wydarzenia w naszym kraju i wspiera walkę z łamaniem praw kobiet. Właścicielki jednej z feministycznej księgarni zdecydowały się przeznaczyć dochód ze swojej działalności na rzecz Strajku Kobiet. Uważam, że w nierównej walce z tak mizoginistyczną



fot. Kazimierz Gutkowski

## siostrzeństwo ponad granicami

władzą, solidarność jest najcenniejszą bronią. Marian Turski w swojej przemowie z okazji rocznicy wyzwolenia Auschwitz powiedział iż Auschwitz nie spadło z nieba i trudno się z nim nie zgodzić. Holocaust był możliwy przy milczącej aprobacie większości, a jeśli my dzisiaj nie będziemy reagować nie tylko na łamanie praw kobiet, ale odradzające się ruchy nazistowskie to będziemy współodpowiedzialni za to co się wydarzy. Od momentu ogłoszenia tego haniebnego wyroku tysiące kobiet są odsyłane ze szpitali, pomimo stwierdzonego ciężkiego uszkodzenia lub choroby płodu. Religijni fundamentaliści, na czele z Ordo Iuris oraz Kają Godek wypowiedzieli kobietom wojnę, ale tej wojny wygrać nie mogą. Nie bądźmy obojętni, ponieważ to historia wszystkich nas później oceni. Ponieważ ten kto nie zna historii, skazany jest na to by przeżyć ją ponownie.

**SILNE.**

*Magdalena Migala*

*aktywistka z pasją, literaturoznawczyni z wykształcenia, imigrantka z wyboru*



# get the fuck off me

Uwaga: Kościół i PiS

**SILNE.**

Get your hypocritical, cancerous, blood-stained, child-abusing, money-hoarding, power-hungry, dick-worshipping, murderous hands off my holy body.

Wypierdalać, you hypocritical fucks.

I see right through you. I know what you're after. Your hot, rotting breath is in my face. I smell your putrid odour. You are rotting from the inside out and you are disgusting. I see you. Your sweat rolls down your face, yellow like piss. The walls are sweating and burping and heaving and starting to collapse in on themselves. You reek. You are decay personified. It's not about *Pan Jezus* (oczywiście, że pan). It's not about love. It's not about heaven, or hell, or souls. You don't give a shit. *Pro-life*. You don't give a shit about life. You don't care about life because I am life and you do this to me. You desecrate my holy body.



I know what you're after. My entire life has been filtered through your lens. These attacks are not new. They are constant. They have *always* been constant. They have never *not been*. They have already always been.



They are everything, everywhere, through all of time. You have always been greedy and you have always been violent and you have always perverted what is true and beautiful and just, because greed makes your smelly, lonely dick hard. There has never been peace, not as long as you have taken truth, twisted it, used it.

Get the fuck out of here with your *w imię ojca, syna, i ducha świętego*. Get the fuck out of here with your „prawo i sprawiedliwość.” You are doing this in your name only, in the name of power, in the name of greed. I know you. I see you. You disgusting fucks.

When I was 2 weeks old, ksiądz proboszcz came for a visit. He advised Mama that *Pan Bóg* does not want her to use birth control. He gave a „blessing,” took some money, and left. He took money from a family with three babies, and he gave that money to the Catholic church. Mama told me that the apartment was freezing



## siostrzeństwo ponad granicami

but I was born in September and they did not turn the radiators on until October. I do not think Mama felt blessed.

*The estimated wealth of the Catholic church in 2021 is \$30 billion.*

You're sitting on my chest. Crushing my lungs. My ears are filled with the sounds of my mother weeping and your mother weeping. But I hear the thunder roaring. The lightning bolts are coming for you.

I push you off. No more. Your judgment day is here.

Moje ciało. Moje ciało. Tylko, TYLKO, moje ciało.

Twoja wina. Twoja wina. Twoja bardzo wielka wina.



**SILNE.**

fot. Strajk Kobiet Winnipeg

*Marta Dabros*

*Strajk Kobiet Winnipeg, Canada, May 2021*



fot. Strajk Kobiet Winnipeg



fot. Strajk Kobiet Winnipeg

**SILNE.**

# solli aksjon oslo (akcja solidarnościowa oslo)

Solli Aksjon Oslo to oddolna koleżeńska inicjatywa, która ruszyła w 2019 roku. Nasze działania narodziły się z jednego prostego pomysłu: chcieliśmy i chcieliśmy zorganizować polską platformę w ramach odbywającego się co roku w Oslo „Pride Parade”. Celem było okazanie wsparcia i solidarności wobec polskiego środowiska LGBTQ+.

W skład naszej niedużej grupy wchodziły osoby z bardzo różnych środowisk, a spora część z nas to aktywiści z wieloletnim doświadczeniem. Do naszych szeregów dołączyli zarówno artyści, pracownicy akademickie, jak i pracownicy międzynarodowych organizacji humanitarnych. Łączy nas to, że m. in. wszyscy w różnym czasie przybyliśmy do Norwegii i chcemy stąd działać, tym samym wspierając ludzi w Polsce oraz służyć jako niezależne źródło informacji w Norwegii na temat kontrowersyjnych poczynań polskich władz.

W krainie fiordów mieszka około stu tysięcy Polaków, co plasuje nas na pierwszym miejscu pod względem najliczniejszej mniejszości etnicznej. W naszej opinii ta liczba zobowiązuje i uważamy, że przekazywanie wiadomości polityczno-społecznych z Polski jest niezmiernie ważne. Obecna sytuacja w kraju nad Wisłą bardzo nas niepokoi, ciągle napływają do nas informacje o pogwałceniu podstawowych praw



fot. Joanna Olichwer

Demonstrujący przed ambasadą polską w Oslo

oraz antydemokratycznych działaniach dzisiejszej władzy. Jako grupa Soli Aksjon oraz każdy jej członek z osobna nie godzimy się z takim stanem rzeczy i chcemy robić wszystko, aby nagłaśniać w Norwegii sytuację Polek i Polaków. Jesteśmy nieformalną grupą, bez struktur, opierającą się na zasadach demokracji i wolności ekspresji w dowolnej formie. Do teraz udało nam się zorganizować kilka akcji i imprez solidarnościowych w Oslo i okolicach.

Mimo iż rozpoczęliśmy/liśmy nasze działania głównie jako reakcja na pogwałcenie praw społeczności LGBT+ w Polsce, to od października 2020 roku bardzo silnie zaangażowałyśmy/liśmy się w protesty przeciwko nowemu restrykcyjnemu prawu antyaborcyjnemu. Od początku wspierało nas wiele organizacji i osób z Norwegii, w tym grupy feministyczne, studenci czy lokalne media.

Przede wszystkim największą pomoc oraz zaplecze techniczne i warsztatowe otrzymaliśmy od Blitz, który jest od lat osiemdziesiątych niezależnym centrum kulturowym i squatem w Oslo. Dzięki otwartości tego miejsca i chęci pomocy, zawsze mogliśmy/liśmy zrobić banery, transparenty, wydrukować ulotki czy plakaty. Ich przestrzeń wielokrotnie była nam udostępniana do organizowania solidarnościowych i wspierających imprez czy koncertów. W budynku Blitz znajduje się również pierwsze na świecie feministyczne radio „Rakel” (99,3 fm), w którym nasza grupa zrealizowała kilka audycji w języku angielskim na temat łamania praw osób LGBTQ+ oraz o Czarnym Proteście i Ogólnopolskim Strajku Kobiet.

Parady Równości w Oslo zarówno w 2020, jak i 2021 roku zostały odwołane z powodu pandemii, więc na zrealizowanie naszego głównego pomysłu musimy jeszcze poczekać. Na swoim konczie jednak mamy kilka ważnych akcji, między innymi współorganizację imprezy benefitowej w październiku 2020 roku w Blitz dla aresztowanych w czasie protestów w obronie Margot. Ponadto pod koniec października Soli Aksjon zajęło się organizacją dużego protestu przed polską ambasadą w ramach Strajku Kobiet. Na manifestację przyszło prawie tysiąc uczestników i to wydarzenie należało do najbardziej licznych zgromadzeń oraz najbardziej nagłośnionych w norweskich mediach. Wszystko to, co wtedy działo się w Polsce, a zwłaszcza na ulicach Warszawy i towarzysząca temu rewolucyjna atmosfera, zdecydowanie udzieliła się nam w Oslo. Można było zobaczyć mnóstwo transparentów, ludzie głośno skandowali, płynęła



Solidarni z osobami LGBT+ w Polsce za legalną aborcją w Polsce (Asker Norwegia)

**SILNE.**

## siostrzeństwo ponad granicami

rewolucyjna muzyka, a na zbudowanym przez nas podeście przemawiało w kilku językach wiele demonstrantek i demonstrantów.

### **SILNE.**

6 listopada 2020 roku pomagaliśmy kolektywowi Blitz w zorganizowaniu koncertu solidarnościowego z aresztowanymi w czasie demonstracji proaborcyjnych w Polsce. Koncerty można było zobaczyć jako livestream na kanale Youtube i Facebooku. Zebrane podczas tego wydarzenia pieniądze zostały przekazane Anarchistycznemu Czarnemu Krzyżowi w Warszawie. Także w listopadzie odbyła się w centrum Oslo milcząca demonstracja przeciwko brutalności policji w Polsce. Kilkaście osób trzymało transparenty, niektórzy rozdawali ulotki przechodniom. W ramach wspierania Strajku Kobiet został zorganizowany flashmob w jednym z reprezentatywnych miejsc w stolicy Norwegii. Uczestnicy przyszli ubrani na czerwono i z własnych ciał zbudowali jeden z charakterystycznych znaków Strajku Kobiet – duży piórun.

W ramach międzynarodowej solidarności z OSK 10 grudnia zaprotostowaliśmy na dworcu centralnym w Oslo. Przemawiały zarówno osoby z naszej grupy, jak i norwescy anarchiści i młodzi z Partii Czerwonych. 19 Grudnia Rød Ungdom zaprosiło nas na swoją demonstrację w sąsiadującym z Oslo Asker „Solidaritetsmarkering for kvinner og LHBT i Polen”. Jeden z członków Soli Aksjon wygłosił tam swoje przemówienie, z którego nagranie zostało zamieszczone na naszym Facebooku.

W marcu tego roku, w ramach obchodzenia międzynarodowego dnia kobiet odbył się wirtualny feministyczny festiwal „Lady Fest”, w czasie którego miałyśmy prelekcję na temat zmian w prawie aborcyjnym w Polsce oraz zaprezentowaliśmy działalność naszej grupy. W ramach festiwalu zagrała również artystka i kompozytorka Złe Oko, która od początku aktywnie udziela się w Soli Aksjon. W czasie „Lady Fest” zaprezentowane zostało krótkie video *You will never walk alone* w reżyserii Joanny Olichwer (Soli Aksjon) i Judyty Nekandy-Trepki. Ta krótka forma filmowa jest norwesko-polskim wyrazem poparcia dla protestujących w Polsce, w której swój głos oddają polskie aktywistki mieszkające w Norwegii oraz norweskie feministki.

Aktualnie przez wzgląd na silne restrykcje związane z pandemią, Soli Aksjon przeniosła swoje działania do strefy publikacji czy szeroko rozumianej promocji i informowania na naszych kanałach społecznościowych. Soli Aksjon także chętnie wspiera, angażuje się oraz pomaga w działaniach grup lokalnych z Oslo i Norwegii.

Solidaritet er vårt våpen!!

*SoliAksjonOslo*

FB: <https://www.facebook.com/SOLI-aksjon-OSLO-103194491218064/>

IG: [https://www.instagram.com/soli\\_aksjon\\_oslo/](https://www.instagram.com/soli_aksjon_oslo/)

# polonia inclusive, vancouver, canada

**SILNE.**

[@PoloniaInclusive](#)

The Istanbul Convention is under attack in Poland.  
Human Rights of women are under attack in Poland.  
Human rights of LGBTQIA2S+ individuals are under attack in Poland.  
Human rights of minoritised ethnic persons are under attack in Poland.

Our group, Polonia Inclusive was formed in response to these Critical issues, and centred Diversity, culture and advocacy in Poland, Canada and around the world. As a cross-Canada grassroots organization, we are trying to inspire our colleagues, friends and family to stand up.

Speak up. Stop hate, homophobia, misogyny, gender-based violence and racism in Poland and in Polish-Canadian communities. Our demonstration took place on the unceded territories of the x<sup>w</sup>məθk<sup>w</sup>əy̓əm (Musqueam), Sk̓w̓x̓wú7mesh (Squamish), and Sel̓ilwitulh (Tsleil-Waututh Nations).

Polish artist Magdalena Abakanowicz's *Walking Figures* were chosen as the location of the demonstration because the 9ft tall cast-iron ensemble „addresses the transformation and loss of the individual within a group as a reference to the human condition and the shaping of our world throughout history“ (Canada Line).

W Polsce atakowana jest Konwencja Stambulska.  
Prawa człowieka kobiet są w Polsce atakowane.  
Prawa człowieka osób LGBTQIA2S+ są w Polsce atakowane.  
Prawa człowieka mniejszości etnicznych są atakowane w Polsce.

Nasza grupa Polonia Inclusive została utworzona w odpowiedzi na te krytyczne problemy i skupiła się na różnorodności, kulturze i rzecznictwie w Polsce, Kanadzie i na całym świecie. Staramy się inspirować naszych kolegów, przyjaciół i rodziny do stawania w obronie uciśnionych grup społecznych.

Nie bój się zabrać głosu. Zatrzymaj nienawiść, homofobię, mizoginię, przemoc i rasizm na tle płciowym w Polsce i społecznościach polsko-kanadyjskich.

Nasza demonstracja odbyła się na nieodstępionych terytoriach narodów x<sup>w</sup>məθk<sup>w</sup>əy̓əm (Musqueam), Sk̓w̓x̓wú7mesh (Squamish), and Sel̓ilwitulh (Tsleil-Waututh) w Vancouver, Canada. Na miejsce demonstracji wybrano *Walking Figures* polskiej artystki Magdaleny Abakanowicz,

## siostrzeństwo ponad granicami

ponieważ wysoki na 9 stóp żeliwny zespół „odnosi się do transformacji i utraty jednostki w grupie jako odniesienia do kondycji ludzkiej i kształtowania się naszego świata na przestrzeni dziejów”. (tłumaczone z angielskiego, Canada Line).

**SILNE.**

### Protest Polonia Inclusive, Vancouver

Five of the event's protesters stand among cast-iron sculptures created by Polish artist Magdalena Abakanowicz. The closest sign reads „Stand up, Women's rights are under attack in Poland.” Signs in the background also speak to human rights violations against women, LGBTQIA2S+ individuals and minoritised ethnic persons in Poland. An LGBTQIA2S+ rainbow pride Canada flag hangs from one of the *Walking Figures*.



Fot. Karolina Hanula

Pięciu z protestujących stoi pośród żeliwnych rzeźb stworzonych przez polską artystkę Magdalenę Abakanowicz. Najbliższy napis głosi „Wstań, prawa kobiet są w Polsce atakowane” (tłumaczone z Angielskiego). Znaki w tle mówią również o łamaniu praw człowieka wobec kobiet, osób LGBTQIA2S+ i mniejszości etnicznych w Polsce. Flaga Kanady LGBTQIA2S+ + tęcza wisi na jednej z postaci *Walking Figures*

## siostrzeństwo ponad granicami

Five of the event's protesters stand among cast-iron sculptures created by Polish artist Magdalena Abakanowicz. The closest sign reads „Stand up, Women's rights are under attack in Poland.” Signs in the background also speak to human rights violations against women, LGBTQIA2S+ individuals and minoritised ethnic persons in Poland. An LGBTQIA2S+ rainbow pride Canada flag hangs from one of the *Walking Figures*.

**SILNE.**



Fot. Karolina Hanula

Pięciu z protestujących stoi pośród żeliwnych rzeźb stworzonych przez polską artystkę Magdalenę Abakanowicz. Najbliższy napis głosi „Wstań, prawa kobiet są w Polsce atakowane” (tłumaczone z Angielskiego). Znaki w tle mówią również o łamaniu praw człowieka wobec kobiet, osób LGBTQIA2S+ i mniejszości etnicznych w Polsce. Flaga Kanady LGBTQIA2S+ tęcza dumy wisi na jednej z postaci *Walking Figures*



Fot. Karolina Hanula

One of Magdalena Abakanowicz's *Walking Figures* are shown. It is one of the 9 ft tall cast-iron headless figures that are arranged as an ensemble that "addresses the transformation and loss of the individual within a group as a reference to the human condition and the shaping of our world throughout history" (Canada Line). A LGBT rainbow Canada Flag hangs from the sculpture.

Pokazano jedną z postaci kroczących Magdaleny Abakanowicz. Jest to jedna z wysokich na 9 stóp żeliwnych postaci bez głowy, które są ułożone jako zespół, który „odnosi się do transformacji i utraty jednostki w grupie jako odniesienia do ludzkiej kondycji i kształtowania naszego świata na przestrzeni historii” (Kanada Linia). Na rzeźbie wisi tęcowa flaga Kanady LGBT.

## w toronto

**SILNE.** Zdjęcie zostało zrobione pod Konsulatem Generalnym Polski w Toronto.

Protestowaliśmy pod Konsulatem, żeby okazać Naszą solidarność z protestującymi w Polsce i na świecie. Walczymy o prawa kobiet, mniejszości etnicznych a także o prawa mniejszości osób LGBTQ2+A

Na zdjęciu Ewa Henry-Dawson, Ted Dawson, Jakub Ząbek



fot. Myroslava Stadnyk

## silna?

Silna? Od ośmiu lat mam wątpliwości. Od trzech lat nie czuje się silna, tylko coraz słabsza i pogubiona.

Coś tąpnęło tego dnia kiedy na placu Powstańców Warszawy zobaczyłam jak traktuje się Powstanie Kobiet. Grupa młodych barczystych facetów wyciągnęła z protestującego tłumu osobę. Przestraszeni świadkowie tego napadu krzyczeli „Policja! Gdzie jest policja?!”. Jeden z napastników, w dwurzędowej kurtce z dużymi guzikami, odwrócił się na chwilę tyłem. W mgnieniu oka, zanim ktokolwiek zdążył zauważyć co się dzieje, wyjął i rozłożył pałkę teleskopową i zaczął nią okładać bezbronnych ludzi wokół siebie.



Szoku nie da się zapomnieć. Następnego dnia chodziłam z głową we mgle, kompletnie przybita. Przeszło mi trochę dopiero kiedy wymyśliłam jak i gdzie głośno powiem „NIE!!! To jest ZŁO”. Jeśli takich słów się nie wypowie, one potrafią udusić, odebrać oddech kłębiąc się w środku. Ciężar zła trzeba z siebie zdejmować. Inaczej przygniata do ziemi, czasem na lata, a zdarza się, że na całe życie. Czy słowa przez nikogo niezauważone, czują się naprawdę wypowiedziane?

**SILNE.**

Jaki ciężar? Chwileczkę, przecież nic mi się nie stało. Jak to jest możliwe, że moje ciało poczuło w pełni dramat wołania o pomoc dokładnie w tę stronę, z której przychodzą ciosy. Kiedy chowasz głowę, żeby się ochronić, trudno zauważyć co się tak naprawdę dzieje. Kto jest kim. Nie ma filmu kręconego z boku, żeby sobie potem to wszystko obejrzeć jeszcze raz zwracając uwagę na szczegóły. Reagujesz tym co jest w środku, w głowie, w ciele. Dostępne z zamkniętymi oczyma, spoconymi dłońmi i z bijącym szybko sercem. Dlatego kiedy jest już po wszystkim, trzeba się położyć patrząc w niebo. I czując pod plecami całą ziemię, a nad sobą chmury lub gwiazdy, zadać sobie pytanie: Czy to co mam w środku mnie ochroni?

Takie niewinne pytanie może wciągnąć w wir, z którego ledwo daje się wyrwać. Z wirem myśli, uczuć, zachowań walczyłam wiele razy, miesiącami. Ty też? Uciekając przed tym wirem, wpadałam w inne. A może uciekając przed tym najgorszym wirem, rzucałam się w takie, które wyglądały mniej groźnie? Zaczęłam się zastanawiać nad tym czy przypadkiem nie mogę stać z boku i przyglądając się uważnie, w skupieniu wybrać ścieżkę, a potem ostrożnymi krokami nią podążać. Ciepła myśl. Czy ja w ogóle mam ze sobą kompas, kotwicę? Czy rysuję sobie mapę i słucham opowieści innych żeglarzek, które pływały na tych samych wodach? Czy próbuję ominąć rafy trzymając kciuki, zamykając oczy, i bez żadnego kursu żeglarstwa? Ktoś powinien był o tym pomyśleć planując dekadę mojej obowiązkowej edukacji? Na pewno. A z czym ja planuję wysłać moje dzieci na podróż dookoła świata?



Pałkarz teleskopowy to nie był kibol, nacjonalista, chuligan, tylko agresor zatrudniony przez polskie służby i działający na czyjeś polecenie. Decyzję o wyposażeniu w pałkę ktoś podjął. Tę pałkę ktoś kupił i wydał człowiekowi, który według prasy miał już wcześniej problemy z prawem i ma wyrok w zawieszeniu. Uderzył dwie osoby, jedną z nich w głowę. Jego dane przekazał do prokuratury poseł, którego widzę często na protestach

kiedy potrzebna jest reakcja. Pomoc. Co będzie dalej? Prokuratura jest bardzo zajęta innymi sprawami. Strategia „porozmawiamy później”.

**SILNE.** Dlaczego oglądam protesty w Polsce siedząc w Szwecji? Nie wiem. Ale nie mogę oderwać oczu. Słucham dziewczyn, które mówią do megafonów. Podobne historie słyszałam wcześniej. Każda jest unikalna, uderza jak fala – trzeba usiąść by jej wysłuchać. A z drugiej strony są tak podobne. Zawsze słyszałam je wypowiedane cichym głosem w wąskim babskim gronie. A teraz nagle dziewczyny biorą megafony. Magnetyczny widok. Zawsze lubiłam babskie spotkania.

„Jestem tutaj również dla was. Mówię teraz do policjantek, które stoją tutaj. To może spotkać każdą z nas. Każdą. Aborcji może potrzebować każda z nas. Ja miałam szesnaście lat kiedy po gwałcie robiłam test ciąży w publicznej toalecie” – dziewczyna, która wypowiada te słowa ma rękę na temblaku. Wróciła i stoi przed policją, która kilka tygodni temu wykręciła jej rękę tak mocno, że została złamana. Są nagrania, na których słychać ten krzyk bólu. Policja nie udzieliła jej potem pomocy medycznej trzymając płaczącą z bólu nastolatkę w samochodzie. Przeprowadzono do tego samego samochodu młodego człowieka, który był razem z nią na proteście. Jego relacji z tego zdarzenia, opowiedzianej następnego dnia łamiącym się głosem, można posłuchać. Polskie państwo bije ludzi? Nadal nie mogę w to uwierzyć. Potem kupuje nam czekoladki, kwiaty, 500+. A potem wyciąga Ordo Iuris i zaczyna się jazda bez trzymanki, a na policję nie ma co dzwonić, bo to kumple.

Krzyki, łomot. Słychać zza ściany. Łez nie widać. Ale temblak tak. Trzęsący się głos w kolejnych dniach też. Co robić? Nie ma instrukcji obsługi. A może tylko mi się wydaje i nic się nie stało...? Przesadzam? Czy mogę nie zrobić nic i pozostać tym samym człowiekiem?

Ja nie byłam silna. Nie byłam w dobrym punkcie życia. Nie miałam nadmiaru energii, ani czasu. Kiedy nagle ze środka odezwała się słowiańska wojowniczką. Ona wstaje, ponieważ słyszy wojowniczkę wokół siebie. Rozumie ich wezwanie. Prostuje się, przyodziewa, maluje wojenne barwy i zaczęła już wykonywać swój taniec. Zamykam oczy i czuję, że ja to ona, a ona to ja. Mam w środku wszystko co jest mi potrzebne. I nauczę się tego używać, chociaż na razie ciągle jeszcze czuję strach. A może bezwład. Nie wiem co do czego. Na tym właśnie polega taniec. Strach przenika się z odwagą i wyostrza jej wzrok, nadaje precyzji ruchom, niezłomności postanowieniom. Ja jeszcze siedzę. Zamknęłam oczy i staram się wyczuć w ciele w jaki sposób pokonać bezwład i wstać. Chwilami ogarnia mnie ten zwykły strach, paraliżujący. Nie wiem jeszcze co się stanie. Ale czuję już, że nie ma odwrotu. To nie strajk potrzebuje mnie. To ja potrzebuję strajku.

Czy któraś z was też nie czuje się silna? Nie chce mówić „feministka”, bo wie, że w zbroi, która jest potrzebna do tej rozmowy są dziury, których nie było kiedy naprawić. Nie chce wpaść w ten wir, gdzie słowa stają się bronią, trzeba robić uniki, odpierać napór ciosów z każdej strony? Poradzić sobie z potokiem słów, często wywrzeszczanych z oczyma pełnymi

## siostrzeństwo ponad granicami

nienawiści, w które chciałoby się spojrzeć i powiedzieć „Babciu, jakiej zrobić ci herbatki?” albo „Słuchaj, jak ty się właściwie czujesz? To musi być bardzo trudne, że twoja dziewczyna postanowiła pojechać do innego miasta na studia?” Takie mam odruchy. Wszyscy chcemy tylko czuć się ważni, zauważeni, docenieni.

**SILNE.**

Ale może dziś to ja nie mam siły robić innym herbatki i pytać jak się czują?! A może któryś z was by zrobił! Macie w sobie odwagę Magellana? Wypłyniecie na nieznane wody?

### *Danuta Zaremba*

*Trzy lata temu miałam napisane lśniące bio i wiedziałam dokładnie kim jestem: ambitną bioinformatyczką i biologką ewolucyjną. Dzisiaj mam nadzieję, że aktywizm pomoże mi wykarczować w poszukiwaniu ścieżki dziką puszcze, w której się obudziłam jako matka. I oblać ciepłą lodowatą konstatacją, że potrafię stać się niewidzialna. Wystarczy użyć odrobiny magii: rozmowy czego potrzebujesz, albo o współpracowniku obmacującym na imprezie w pracy. Nie jestem Szwedką i zastanawiam się co to znaczy być Polką. Jestem mamą i szukam co to znaczy być naukowcem. A można być po prostu człowiekiem, który lubi wiedzę, muzykę, edukację i książki? Wierzę w uniwersalne wartości, które przyciągają ludzi i dla których warto działać.*



# szydełko w akcji

część 5

**SILNE.**



Temat przewodni tego numeru *SILNYCH* to „Siostrzeństwo ponad granicami”. Ja szydełkiem wdziergałam się ostatnio w oddolną inicjatywę działania poza granicami. Wspomniane wydarzenie to *Wstęga Nadziei*, organizowane przez Fundacja „Borussia”. Kuratorami projektu są Ewa Pohlke (Polska) i Gintautas Vaicys (Litwa).

Każdy i każda mogła do niej dołączyć, wystarczyło spełniać wymóg: stworzyć tkaninę w technice dowolnej

w kolorach biało-czerwonych, dokładnie o wymiarach 30x30cm. Te kolory nie są nawiązaniem do flagi polskiej, ale do biało-czerwono-białej historycznej flagi Białorusi, przyjętej w 1918 roku. Przez 4 lata (1991-95) pełniła funkcję flagi państwowej Republiki Białorusi. Na podstawie referendum z 14 maja 1995 roku zastąpiono biało-czerwono-białą flagę sztandarem, który nawiązywał do czasów Białoruskiej SRR (pozbawionym jedynie sierpa i młota). Następnego dnia po przeprowadzeniu głosowania flaga została zdjęta z gmachu parlamentu i z polecenia prezydenta Łukaszenki pocięta na kawałki. Od tego czasu jej oficjalne używanie jest zabronione. Podczas protestów na Białorusi



po wyborach prezydenckich od 2020 flaga ta zaczęła być używana przez protestujących obywateli i antyłuksaszkowską opozycję, jako symbol białoruskiej państwowości. Za jej użycie, w tym użycie kolorów nawiązujących do niej, białoruscy obywatele są karani grzywnami. Białoruska telewizja Biełsat po polsku, z przyczyn politycznych emitowana i współtworzona w Polsce, w poście na facebooku z 3 maja 2021 roku prezentuje rysunek artysty NikaEmerald zatytułowany *Dowód rzeczowy w sprawie: skarpetki nieodpowiedniego koloru*. Praca przedstawia opakowanie z parą białych skarpet z czerwonym paskiem na ściągaczu. Artysta skomentował tą pracą wyrok sądu skazujący kobietę na karę grzywny za noszenie takich skarpet. Brzmi absurdalnie, nawet groteskowo, ale sytuacja Białorusinek i Białorusinów wcale wesola nie jest. To terror państwowy, pobicia, zaginięcia...

Gdy znalazłam informację o powstawaniu *Wstęgi Nadziei* od razu wzięłam się za szydełko. I doznałam déjà vu. W 2014 roku dziergałam białą przędzą, na którą nasnute były czerwone koraliaki. To praca *Ja dziergam a tu kipi!*, pierwsza z serii tzw. garnkowych. Ja szydełkuję, a w tym czasie coś się wydarza. Tutaj podobnie, ja szydełkuję, a w tym czasie obywatelki i obywatele Białorusi są prześladowani. Dane z 2020 roku to 30 tys. 500 osób jest torturowanych, 476 osób znajduje się w więzieniach z powodów politycznych, 13 zostało zamordowanych. A o ilu sytuacjach nie wiemy? Czy mój gest szydełkowania cokolwiek zmienia? Wpływa na zmianę sytuacji?



**SILNE.**

Myślę, że tak. I podobnie myślało ponad 70 artystek i artystów, którzy podarowali swój skrawek do *Wstęgi*. Twórczynie i twórcy z ponad sześciu krajów przekazali 120 skrawków, które po ręcznym zszyciu utworzyły dwunastometrową wstęgę.



fot. Paweł Strzelec

Niby nic nieznaczący gest, ale gest o znaczeniu symbolicznym. Pokazuje z jednej strony społeczności białoruskiej, że nie są sami, że są osoby, którym ich los nie jest obojętny. Z drugiej strony, za pomocą środków artystycznych, pokazuje się szerszej publiczności sytuacje osób gnębionych przez reżim Łukaszenki.

Białoruska aktywistka Jana Shostak również wykorzystała symboliczny gest: krzyk, żeby zwrócić uwagę na sytuację na Białorusi. Pierwszy raz zakrzyczała w sierpniu 2020 roku w trakcie „Minuty krzyku dla Białorusi”. Następnie w maju tego roku po uprowadzeniu samolotu (podstępem zmuszonego do awaryjnego lądowania) powiedziała: „My już nie możemy milczeć, wszystko, co nam pozostaje, to minuta krzyku. Mam nadzieję, że wszyscy i wszystkie z nas na swój sposób zakrzyczymy”. Krzyk rozniósł się echem po kraju, kolejne osoby przyłączają się do wspólnego krzyku o godz. 18 przed siedzibą biura Komisji Europejskiej w Warszawie. Kolejne wydarzenia się dzieją: wystąpienie Jany w polskim senacie, krzyk

był widać, że nie są sami, że są osoby, którym ich los nie jest obojętny. Z drugiej strony, za pomocą środków artystycznych, pokazuje się szerszej publiczności sytuacje osób gnębionych przez reżim Łukaszenki.



fot. Paweł Strzelec

aktora Bartosza Bielenia w Europarlamencie podczas odbierania nagrody Lux Audience Award. Kolejne wydarzenia jeszcze się zadzieją.

Nawet drobny gest może spowodować pęknięcie w skale i być początkiem zmian. Od drobnych gestów się zaczyna. Siostry i Bracia na całym świecie, nie ustawajcie w walce! I jak śpiewał Robert Brylewski: „Wolny naród musi być”.

**SILNE.**

Siostrzeństwo ponad granicami!

*kma*

*kobieta.matka.artystka*

# „protest jest językiem tak samo jak poezja”, czyli krótka opowieść o eileen myles

Na fali Strajków Kobiet powstało wiele artykułów, esejów i rozpraw mówiących o języku protestów. Jedni są zachwyceni kreatywnością tłum, innych oburza otwarta wulgarność i agresja słowna. Mimo, że moje serce jest po stronie proaborcyjnej ulicy, nie zamierzam analizować transparentów i wykrzykiwanych haseł. Teza postawiona w tytule jest zupełnie inna. Bynajmniej, nie o badanie języka protestu chodzi, a o spojrzenie na protest jak na język, czyli system znaków, uzgadniany intersubiektywnie i umożliwiający komunikację.

Od czasów Ludwika Wittgensteina wiemy, że „granice naszego języka oznaczają granice naszego świata”<sup>1</sup>. W tym kontekście protestująca ulica tworzy nowe ramy dyskursu. To, co do tej pory w kulturze zdominowanej przez fundamentalistyczne, religijne narracje nie było możliwe do pomyślenia, zostaje wykrzywane i jednogłośnie uznane w kilkudziesięciu tysiącach głosek. Tabu zostaje złamane. Margines trafia do centrum debaty publicznej stając się widzialnym społecznie i politycznie.

Według Eileen Myles podobnymi cechami charakteryzuje się poezja. Odrzucając zastane formy umożliwia eksponowanie stygmatyzowanych,

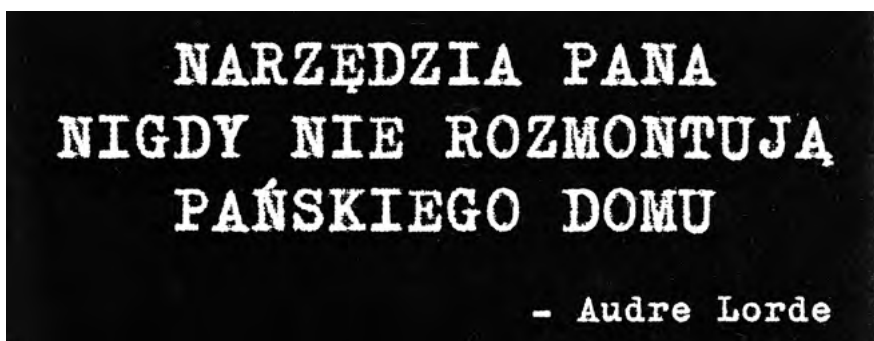
---

<sup>1</sup> Wittgenstein L., *Tractatus logico-philosophicus*, tłum. Bogusław Wolniewicz, Warszawa 2000, s. 64

a więc niebezpiecznych treści. Zarówno poezja jak i protest podważają naturalność, konieczność i neutralność status quo. Budując nowe systemy znaczeń, nowe sposoby myślenia i działania w świecie, przekształcają kulturę i politykę. Robią wyłom w opartym na przemocy i wyzysku porządku patriarchalnym. Poezja nie tylko zahacza o politykę, poezja jest językiem sama w sobie, ponieważ wyciąga na światło dzienne doświadczenia nie mieszczące się w języku dominującym.

**SILNE.**

W opresyjnej kulturze, w której osoby dyskryminowane są stygmatyzowane, a ich doświadczenie objęte tabu, dopiero kontrkulturowy język uwidacznia problem. Jak słusznie zauważyła radykalna czarnoskóra poetka Audre Lorde „narzędzia pana nigdy nie rozmontują pańskiego domu”<sup>2</sup>. Negocjowanie praw reprodukcyjnych językiem katolickich, antychoicowych fundamentalistów mija się z celem, bo nie da się za jego



pomocą opowiedzieć o doświadczeniu osób w niechcianych ciężarach nie stygmatyzując ich. Dlatego pierwszym i niezbędnym krokiem do zdobycia praw jest widzialność, którą można osiągnąć poprzez działania artystyczne, aktywistyczne i polityczne.

Myles jest osobą trans preferującą zaimki they/them, jednocześnie nie określającą się jako osoba niebinarna. W języku polskim nie ma gotowego schematu mówienia i pisania o osobach queerowych. Dostępne są neustratywy, dukaizmy, zamiennie stosowanie form męskich i żeńskich oraz niemęskoosobowe i męskoosobowe liczby mnogie. Ostatecznie to dany człowiek decyduje, jak należy o nim i do niego mówić. Niestety nie mam możliwości skonsultowania tekstu z Eileen Myles, dlatego idąc tropem Idy Ślęzak<sup>3</sup> zdecydowałam się zastosować liczbę mnogą niemęskoosobową. Eileen Myles wybrały zaimki they/them inspirując się biblijną opowieścią o szatanie, który zmuszony do wypowiedzenia swojego imienia powiedział: „nazywam się legion”. W ich interpretacji legion oznacza mnogość, tak jak wiele jest ich tożsamości płciowych.

<sup>2</sup> Lorde A., *Siostra Outsiderka*, tłum Barbara Szelewa, Warszawa 2015 s.119

<sup>3</sup> Ślęzak I., *Protest i poezja*, „Dialog”, 2020, nr 5, <http://www.dialog-pismo.pl/przedstawienia/protest-i-poezja/> (dostęp 26.02.2021)

**SILNE.**

Eileen Myles w 1992 roku, a więc w środku epidemii AIDS zdecydowały się ubiegać o fotel prezydenta Stanów Zjednoczonych bez pieniędzy, mediów i partii, czyli jako niezależne kandydatki. Joanna Krakowska w *Odmieńczej rewolucji* nazwała ich kampanię udanym performansem i przeniesieniem strategii artystycznych w obszar realnej polityki<sup>4</sup>. Myles nie oddzielały swojego prywatnego doświadczenia od działań politycznych. Wręcz przeciwnie cała kampania była zbudowana na ich osobistym doświadczeniu, a każda przemowa własnoręcznie napisana. Eileen Myles opowiadały o krwawiących dziąsłach, których nie mogły leczyć, bo nie miały ubezpieczenia zdrowotnego, o gwałtach, których były ofiarami, o życiu poniżej progu ubóstwa, o bólach miesięczkowych, o wahaniach nastrojów i o przyjaciółach chorych na AIDS, od których całe społeczeństwo odwracało się plecami. Myles reprezentowały wszystkich tych, którzy byli niewidoczni, czyli kobiety, LGBTQPIA+, odmieńców, wyrzutków i artystów żyjących w dzielnicach, do których nie dojeżdżały karetki, za to często bywała policja.

Mówiąc o tym wszystkim w swojej kampanii nie miały szans wygrać, przynajmniej nie w 1992 roku, ale polityczne zwycięstwo w wyborach nie było ich celem. Zamiast zamieszkać w Białym Domu chciały w nim zorganizować ośrodek dla bezdomnych. Swoją kampanią podważały cały system władzy łącznie z systemem elekcyjnym. Podkreślały, że chodzi im przede wszystkim o widoczność i reprezentację.

Moje kandydowanie to także rozpaczliwy gest, jedyny możliwy w naszym rozpaczliwym życiu. Bo żyjemy w rozpaczliwych czasach. Nie wydaje się Wam, że Prezydent Stanów Zjednoczonych musi być czasem zrozpaczony?<sup>5</sup>.

U progu katastrofy ekologicznej w antykobiecym, seksistowskim, klasistowskim, ksenofobicznym, rasistowskim, homofobicznym, queero-fobicznym i ableistycznym kraju słowa Eileen Myles wydają się szczególnie aktualne. Im trudniej jest wyobrazić sobie osoby reprezentujące nas w przestrzeni publicznej, tym są one nam bardziej potrzebne. W poezji, w polityce i na proteście.

*Alicja Moździara-Lemańska*

---

<sup>4</sup> Krakowska J., *Odmieńcza Rewolucja. Performans na cudzej ziemi*, Kraków-Warszawa 2020, s. 34

<sup>5</sup> Krakowska J., *Odmieńcza Rewolucja. Performans na cudzej ziemi*, Kraków-Warszawa 2020, s. 26



# uzyskanie praw wyborczych przez polskie kobiety<sup>1</sup>

**SILNE.**

[część 1]

Patriarchalny porządek świata, jaki panował przez wieki, stawiał kobiety w pozycji całkowitego podporządkowania się mężczyznom. Nawet Kodeks Napoleona, który był przecież aktem bardzo postępowym jak na swoje czasy i wprowadził świecki charakter małżeństwa, uznawał kobietę za „wieczyście małoletnią”, tzn. niezdolną do działań prawnych bez zgody lub upoważnienia męża, ojca lub krewnego. Kobiety były więc na łasce mężczyzn, którzy podejmowali za nie wszystkie życiowe decyzje. To ojcowie wybierali im męża, a przez resztę życia to mężowie decydowali o ich majątku i dzieciach. Prawo nakazywało kobietom mieszkać razem z mężem, nosić jego nazwisko i być mu posłuszną. Zadaniem kobiet było rodzić i wychowywać dzieci oraz dbać o dom. Podział ról był więc dla wszystkich jasny i ogólnie akceptowany. Co się więc stało, że kobietom przestał się ten uświęcony tradycją patriarchalny porządek podobać?

Pierwsze objawy ruchu emancypacyjnego w Polsce pojawiły się około roku 1820. To wtedy Klementyna Hoffmanowa, którą trudno jeszcze uznać za feministkę, podniosła kwestię edukacji dziewcząt. Ale broń Boże nie namawiała ich do emancypacji! Jak najbardziej hołdowała zasadom tradycyjnego porządku. Uważała, że patriarchalna rodzina to najlepszy, naturalny układ dany od Boga, przy którym nie należy majstrować. Kobiety, owszem, miały się kształcić, ale jedynie po to, żeby być lepszymi żonami, matkami i obywatelkami – „matematyki niech zna kobieta tylko tyle, żeby nigdy z prostej nie zoczyła linii”. Edukacja miała polegać na „wytrenowaniu do skromności, posłuszeństwa i cierpliwości” i uczyć patriotyzmu. Pomimo tych tradycyjnych poglądów Hoffmanowa dopuszczała przygotowanie kobiet do pracy zarobkowej, co było jak na tamte czasy myśleniem radykalnym. Jeśli chodzi o życie kobiety, to sama otwarcie nazwała małżeństwo „jarzmem” i twierdziła, że mężatka sama musi stawiać czoła światu, bo mąż jest jak Bóg – czuwa i wymaga, ale z daleka. Miłości w wydaniu romansowym zdecydowanie jej nie polecała, upominając: „nie wymagaj od męża starań kochanka”. Mimo że jej poglądy były dalekie od emancypacyjnych, to zapoczątkowała trend edukacji dziewcząt. Młode panny wywodzące się z warstwy szlacheckiej zaczęto kształcić i w następnych pokoleniach to właśnie te

<sup>1</sup> Tekst ukazał się w kwartalniku *LiryDram* w numerze 19, kwiecień-czerwiec 2018

wyedukowane dziewczyny i ich potomkinie odważą się myśleć inaczej i będą chciały od życia więcej.

**SILNE.** Miano pierwszej polskiej feministki można śmiało przyznać Narcyzie Żmichowskiej, którą zresztą przez jakiś czas uczyła Klementyna Hoffmannowa w szkole dla guwernantek i nauczycielek w Instytucie Rządowym Wychowania Panien. Żmichowska, również nauczycielka i pisarka, założyła Koło Entuzjastek, którego członkinie, wywodzące się głównie z jej uczennic, domagały się wolności w wyborze swoich partnerów oraz prawa do wykształcenia, w tym dostępu do wyższych uczelni i aktywności w życiu publicznym. Koło to działało w latach 1842–1848 i było również



zaangażowane w polityczną konspirację – w tzw. spisek rzemieślników. Zmowa została przez władze carskie wykryta, a Żmichowska trafiła na dwa lata do więzienia w Lublinie. Kiedy pozwolono jej wrócić do Warszawy, zorganizowała nieformalne kursy dla kobiet, które same uczennice określały jako „pogadanki pedagogiczne”. Uczono tam przedmiotów humanistycznych i przyrodniczych w duchu idei pozytywistycznych.

Druga połowa XIX wieku to dalsze rozpowszechnienie idei emancypacji. To jednocześnie kres epoki feudalizmu, uwłaszczenie chłopów, postępujący proces degradacji szlachty, rozwój przemysłu i miast. W wyniku

nieudanych powstań narodowych, mających wyrwać ojczyznę z rąk zaborców, wiele majątków zostało skonfiskowanych, jako kara za udział w patriotycznych zrywach. Ci, którzy potracili ziemskie włości, przenieśli się do miast i zaczęli tu szukać zatrudnienia. To z nich rekrutować się będą lekarze, notariusze, nauczyciele, literaci i artyści, a więc tak charakterystyczna dla ziem polskich warstwa inteligencji. Wśród tej grupy znalazło się wiele kobiet, które straciły mężów i ojców, lub których majątki z różnych przyczyn podupadły. Kobiety te stanęły przed koniecznością usamodzielnienia się i podjęcia pracy zarobkowej. Zdobycie dobrze płatnych posad wymagało od nich posiadania dobrego wykształcenia i przełamania wielu barier, zarówno prawnych jak i kulturowych. Rodzący się ruch emancypacyjny był więc odpowiedzią na realne potrzeby tych kobiet i skupił się głównie na dwóch aspektach – dostępie do edukacji i uzyskaniu pełni praw obywatelskich, w tym oczywiście praw wyborczych.

W 1873 roku Eliza Orzeszkowa wydała *Martę*, opisującą dramat młodej kobiety, która po śmierci męża zostaje sama z czteroletnią córeczką. Kobieta próbuje zapewnić sobie i dziecku godziwe życie, ale brak majątku

i odpowiedniego wykształcenia spychają ją na sam dół drabiny społecznej. Powieść odniosła niebывały sukces, bo choć dziś uznana za tendencyjną, to świetnie obrazowała bolączki wielu kobiet z tamtej epoki. Orzeszkowa, sama będąc rozwódką, doświadczyła sytuacji społecznego i obyczajowego upośledzenia, więc zwracała szczególną uwagę na konieczność zmiany statusu kobiety w społeczeństwie. Wyraźnie dostrzegła, że „kobieta jest zerem, jeśli mężczyzna nie stanie obok niej jako cyfra dopełniająca”. Krytykowała dotychczasową edukację dziewcząt przygotowującą je jedynie do małżeństwa: „minęła pora Rezydentek i panien na Respekcie, a nadszedł czas pracownic”. Emancypację postrzegała jako przywrócenie kobiecie człowieczeństwa, ale nie posunęła się tak daleko, aby zakwestionować tradycyjną rolę kobiet jako żon, gospodyń i matek.

**SILNE.**

Hołdując ideom pozytywizmu, uważa, że kobiety należy wychowywać tak, aby były pełnoprawnymi, odpowiedzialnymi członkami społeczeństwa – dziewczynki nie należy izolować od świata, ale trzeba uczyć je siły i odwagi, pokonywania lęków i oswajac ze światem przyrody i ludzi. Dostęp kobiet do edukacji był więc jej głównym postulatem, który znalazł zresztą duży oddźwięk społeczny. Kobiety bowiem coraz usilniej dopominały się o prawo do wykształcenia, w tym również wyższego. Ponieważ na terenach polskich nie miały wstępu na uniwersytety, wiele Polek (wśród nich Maria Skłodowska-Curie) wyjeżdżało za granicę, szczególnie do Szwajcarii i Francji, żeby tam zdobyć wyższe wykształcenie. W 1897 roku Uniwersytet Jagielloński, jako pierwszy na ziemiach polskich, umożliwił kobietom podjęcie regularnych studiów. W efekcie tych zmian pojawiła się grupa kobiet posiadających wyższe wykształcenie i miało to ogromne znaczenie, bowiem to właśnie te kobiety były najbardziej wyczulone na niesprawiedliwość społeczną i to one głównie zasiliły szeregi tworzących się w kraju licznych organizacji kobiecych. Wykształcenie pozwoliło im na głębsze zrozumienie tego świata i mechanizmów nim rządzących i dlatego to one w przyszłości będą się domagać dopuszczenia kobiet do życia publicznego, a tym samym przyznania im praw wyborczych.

Na początku XX wieku ruch kobiecy skupiał się w dwóch ośrodkach: warszawskim, gdzie w Związku Równouprawnienia Kobiet działają Paulina Kuczalska-Reinschmit (której matka należała do Entuzjastek Żmichowskiej) i Józefa Bojanowska oraz krakowskim – z Kazimierą Bujwidową, Marią Turzymą i Marią Dulębianką na czele, tworzących Związek Kobiet. Działania podejmowane przez te organizacje to: zbieranie podpisów pod petycjami, organizowanie wykładów i wydawanie ich drukiem, zwoływanie zjazdów kobiet (nielegalnych i legalnych) i manifestacji. Obok nich powstały setki, jak nie tysiące, mniejszych kobiecych lig, towarzystw, stowarzyszeń, związków i kół, które zakładały szkoły, czytelnie, organizowały spotkania, przeprowadzały akcje uświadamiające. Kobiety działające w tych organizacjach to prawdziwe polskie sufrażystki – ich główny postulat to uzyskanie praw wyborczych i dopuszczenie kobiet

### SILNE.

do władzy. Szkoda, że ich nazwiska są dzisiaj zupełnie nieznane szerszej publiczności. Arcyciekawą lekturą są zapiski z organizowanych przez nie zjazdów i kongresów. Przeczytałam *Pamiętnik ze zjazdu kobiet w 1917 roku*. W referatach na temat sytuacji politycznej, ekonomiczno-społecznej, obyczajowej mówczynie analizują różne aspekty sytuacji kobiet we wszystkich trzech zaborach. Zwracają uwagę, że płace kobiet wynoszą połowę płacy mężczyzn, ale również przytaczają statystyki udziału kobiet w rynku pracy i ich zaangażowania w pierwszej wojnie światowej.

Podczas wojny kobiety musiały zastąpić mężczyzn wysłanych do wojska i pracowały w fabrykach, pralniach, kuchniach, samodzielnie prowadziły gospodarstwa, były telefonistkami, pielęgniarkami, sanitariuszkami, organizowały dostawy bielizny, żywności, papierosów, tworzyły schroniska. Już wówczas istniały kobiece drużyny strzeleckie. Na podstawie tych danych referentki na zjeździe dowodziły, że kobiety w niczym nie ustępują mężczyznom, są takimi samymi ludźmi i gwoili sprawiedliwości społecznej powinny mieć takie same prawa jak mężczyźni. Wierzyły również, że dopuszczenie kobiet do udziału we władzach poprawi ten świat, bo kobiety wniosą do niego kobiece pozytywne wartości.

Mrówcza praca polskich sufrażystek została doceniona. W momencie odzyskania przez Polskę niepodległości kobiety otrzymały pełne prawa wyborcze. Podobno wytypowana na zjeździe w 1917 roku delegacja kobiet z dr Budzińską-Tylicką i Marią Dulebianką wyczekiwała przed domem Piłsudskiego i stuknęła parasolkami w okna i drzwi, aby mu przedstawić postulaty kobiet. Piłsudski, którego żona Aleksandra była członkinią grup bojowych, rozumiał jak ważną rolę odegrały kobiety w walce zachowanie polskości i był otwarty na ich żądania. W wydanym przez niego dekreście z 28 listopada 1918 roku czytamy: „Prawo wybierania ma każdy obywatel, bez różnicy płci, który w dniu wyborów ukończył 21 lat”, „Prawo wybieralności ma każdy obywatel, mający prawo wybierania do Sejmu (...) o ile skończył 25 lat”. Polska była jednym z pierwszych państw, w których kobiety uzyskały pełne, czynne i bierne, prawa wyborcze.

Pisząc ten tekst, korzystałam z następujących publikacji:

Małgorzata Fuszara, *Walka Polek o prawa wyborcze*,

Grażyna Borkowska, *Strategia pszczoły: Żmichowska wobec Hoffmanowej*, 1993,

Natalia Mętrak-Ruda, *Narcyza Żmichowska*, Culture.pl,

Aneta Górnicka-Boratyńska, *Stańmy się sobą*,

Olga Wróbel, *Tej dobrej matce już dziękujemy*, Gazeta.pl,

*Pamiętnik Zjazdu Kobiet Polskich w Warszawie w roku 1917*.

*Anna Siwek*

*Powieściopisarka, podróżniczka i dziennikarka. Miłośniczka pieszych wędrówek, pięknych widoków i dalekich podróży. Sercem feministka. Los rzucił ją w różne strony świata, oprócz Warszawy, skąd pochodzi, mieszkała w Montrealu, Londynie, a teraz od piętnastu lat jest w Brukseli.*

# o co chodzi feministkom?<sup>1</sup>

SILNE.

historia emancypacji [część 2]

Wydawałoby się, że wraz z otrzymaniem praw wyborczych ruch emancypacyjny powinien zaniknąć, bowiem główne postulaty, o które walczyły kobiety, zostały zrealizowane. Kobiety uzyskały czynne i bierne prawa wyborcze, nieograniczony dostęp do edukacji i do większości zawodów na równi z mężczyznami. Może więc dziwić istnienie ruchu feministycznego po tym okresie, bo o cóż jeszcze może kobietom chodzić?

Na to pytanie najprościej odpowiedzieć, mówiąc, że „walka przeniosła się ze sfery publicznej na sferę prywatną”. Otóż sam fakt oficjalnego zrównania obu płci nie spowodował jeszcze rzeczywistego równouprawnienia. Pozostała tradycja, obyczaje, stereotypy, które kultywowane przez wieki nie sposób było jednym czy dwoma zapisami prawnymi przekreślić i wymazać. Patriarchat, ustawiający kobietę w podrzędnej roli w stosunku do mężczyzny i utrwalający jej wizerunek jako żony, matki, żywicielki jest tak mocno wryty w naszą percepcję świata, że walka z nim trwa właściwie do dziś. Ba, taki stereotyp kobiety jest zagnieżdżony w głowach obu płci – również w damskich. A przebudowa naszej mentalności i wyobrażeń – to długi proces. Ale po kolei.

Od XVII wieku coraz silniejsze znaczenie na świecie zyskuje ideologia liberalizmu, której założenia jako pierwszy sformułował John Locke, a która rozwinęła się na dobre w XIX obejmując swoim wpływem coraz szersze kręgi społecznego życia i przeradzając się w różne sub-nurty. Generalnie rzecz ujmując, według tej ideologii najważniejszą wartością jest wolność, rozumiana na wiele sposobów – jako wolność jednostki (w tym sumienia, przekonań, słowa, wyboru własnego stylu życia i orientacji seksualnej), wolność gospodarcza i wolność działania. Jednostka i jej szczęście jest uważana za wartość nadrzędną, a rolą państwa jest stworzenie ram, w których obywatele mogą rozwijać swoje różnorodne koncepcje dobrego życia. Z tego punktu widzenia liberalizm stanowi jedyną ludzką odpowiedź na pluralizm i różnorodność współczesnych społeczeństw.

W Polsce okresu międzywojennego taki liberalny światopogląd reprezentowało środowisko skupione wokół tygodnika *Wiadomości Literackie*. W 1932 roku po raz pierwszy ukazał się dodatek do tego pisma, zatytułowany *Życie Świadome*, do którego piszą Tadeusz Boy-Żeleński, Irena Krzywicka, Antonii Słomiński, Wanda Melcer, Maria Morska, dr Heman Rubinraut, Maria Pawlikowska-Jasnorzewska. To na łamach tego dodatku Irena Krzywicka publikuje swoje artykuły, w których opowiada

<sup>1</sup> Tekst ukazał się w 25 numerze kwartalnika *LiryDram*, październik-grudzień 2019

### SILNE.

się za świadomym macierzyństwem, a środki koncepcyjne nazywa jednymi z największych wynalazków ludzkości, pozwalającym kobietom na odzyskanie kontroli nad swoją biologią i ciałem. Żąda również prawa do życia seksualnego, które uznaje za niezbywalną potrzebę człowieka, jest za wolnością seksualną i przeciw monogamii. To ona pierwsza pisze o różności doznań kobiecych i męskich, o udawanym orgazmie, o homoseksualizmie. Domaga się również legalizacji aborcji. Tematy te tak bardzo bulwersowały opinię publiczną, że *Wiadomości Literackie* zaczęto drwiąco nazywać *Wiadomościami Ginekologicznymi*. Tadeusz Boy-Żeleński i grono skupione wokół pisma postanowiło jednak nie przejmować się docinkami, uważając, że najistotniejsze zadanie pisarzy polega na ideowej kreacji życia społecznego. Boy we wstępnym artykule



Irena Krzywicka (1933)

do pierwszego wydania dodatku napisał, że „na łamach pisma zaczęły się wciskać tematy na pozór obce literaturze..., ale czy może być coś obce literaturze, zwłaszcza w zakresie spraw społecznych?” Wszyscy skupieni wokół pisma mieli świadomość czynnego uczestniczenia w wielkim dziele Reformy. „W oczach naszych odbywa się proces gwałtownej przebudowy świata. Żyjemy w okresie stałej rewolucji” – pisała Krzywicka.

I Boy i Krzywicka przemiany życia społecznego i wolność zmanifestowali swoim własnym życiem. Otóż, pomimo że oboje byli w związkach małżeńskich, nawiązali romans, którego wcale nie ukrywali przed światem zewnętrznym, a który bynajmniej nie rozbił ich małżeństw. Krzywicka po latach, w wydanej w 1992 przed jej śmiercią autobiografii, napisze, że jej małżeństwo było naprawdę dobre i z mężem była głęboko zaprzyjaźniona, a obopólne uczucie, jakie wybuchło między nią a Boyem, było zarówno dla niej jak i dla niego wielką inspiracją i jednocześnie siłą napędową ich twórczości. W życie Boya ta miłość wniosła ponoć powiew świeżości i nową energię, która zmieniła go z dnia na dzień i od tego czasu rozpoczęło się jego wielkie pisarstwo. Romans przetrwał aż do wybuchu wojny i śmierci Boya.

W Polsce powojennej okresu socjalizmu, trudno mówić o istnieniu ruchu feministycznego, bowiem emancypacja kobiet była traktowana jako sposób na wprowadzenie nowego ustroju, a nie rzeczywiste wsłuchiwanie się w potrzeby kobiet i odpowiadanie na nie. W wielu aspektach równouprawnienie kobiet i mężczyzn, które głosił komunizm, zostało faktycznie wprowadzone w życie – dostęp kobiet do edukacji, rynku pracy, zapewnienie opieki nad dziećmi (powstawanie żłobków i przedszkoli), legalizacja aborcji i dostęp do środków antykoncepcyjnych – stały się faktem. Państwo więc rzeczywiście zadbało o sferę publiczną, ale sfera

prywatna nadal zdominowana była przez kościół i katolickie wychowanie, a tradycyjny, patriarchalny model rodziny, według którego kobiecie przypisywano zajęcia domowe, a mężczyźnie sferę publiczną, miał się bardzo dobrze. W rezultacie kobiety pracowały na dwa etaty – jeden w pracy, drugi w domu, i przeważnie padały ze zmęczenia, zastanawiając się przy okazji, czy o to chodziło w tym całym feminizmie.

**SILNE.**

Tymczasem przez świat Zachodni w latach 70. przetoczyła się tzw. II fala feminizmu. Jej matką okrzyknięto Simone de Beauvoir, która w 1949 roku napisała książkę pt. *Druga płeć*. Przeanalizowała w niej różne aspekty podporządkowania się kobiet mężczyznom i doszła do wniosku, że kobiety przyjmują przypisane im role na skutek wychowania i uwarunkowań społecznych, a nie z własnego wyboru i z poczucia swojej tożsamości. „Nie rodzimy się kobietami – stajemy się nimi” – pisała. Według niej to nie biologia, ale kultura przesądza o rolach płciowych. Idealem byłaby tożsamość uniwersalna, w której różnice płci by się zatarły. Właśnie ta idea równości społecznej obu płci stała za postulatami manifestujących feministek II fali. Ruch ten najszybciej i najmocniej rozwinął się w USA, gdzie w latach 50. forsowano w mediach wzorzec kobiety-Pani Domu, która realizuje się sprząając, gotując i wychowując dzieci, podczas gdy jej mąż pracuje. Kampania ta nie zdołała jednak zatrzymać procesu przemian społecznych,



Simone de Beauvoir 1955

trendy w zmianach świadomości kobiet okazały się nie do odwrócenia i toczyły się siłą bezwładności jak wielki walec. Duży wpływ na taką sytuację miała z pewnością II wojna światowa, podczas której kobiety, pod nieobecność mężów i synów, którzy zostali powołani do wojska, wykonywały prace do tej pory zarezerwowane dla mężczyzn, np. w bankowości czy przemyśle elektrycznym lub farmaceutycznym. Znacznie zwiększył się również udział kobiet w życiu publicznym. Po wojnie coraz więcej dziewcząt kończyło studia i podejmowało pracę, pragnąc niezależności ekonomicznej i nie chcąc być jedynie matkami i żonami. Te młode wykształcone kobiety szybko zorientowały się, że w swoich miejscach pracy nie są traktowane na równi z mężczyznami – pracują za niższe pensje, ich droga awansu jest ograniczona, odbijają się od „szklanego sufitu”, są uważane za gorsze, i to tylko dlatego, że mają inną płęć. Stąd właśnie na sztandarach feministek II fali znalazły się postulaty zniesienia wszelkich form dyskryminacji płciowej i zrównania praw mężczyzn i kobiet. Dopuszczenie kobiet do życia publicznego spowodowało również wyciągnięcie na światło dzienne spraw do tej pory skrywanych i uważanych za prywatne jak np. przemoc domowa i molestowanie seksualne. *Private is political* – prywatne jest polityczne – krzyczały maszerujące

### **SILNE.**

feministki II fali, chcąc zwrócić uwagę opinii publicznej na krzywdy doświadczane przez kobiety, które nie kwalifikowały się do miana przestępstw, a były raczej traktowane przez społeczeństwo jako „dopust boży”. Feministki II fali chciały również mieć możliwość kontrolowania swojej rozrodczości – domagały się pełnego dostępu do środków antykoncepcyjnych i legalizacji aborcji. Uważały, że mają prawo same decydować o swoim ciele i życiu. Występowały też przeciwko stereotypom postrzegającym kobietę jako uosobienie seksu.

II fala wywalczyła bardzo wiele, w wielu krajach doszło do zmiany ustawodawstwa i wprowadzenia zapisów wzmacniających pozycje kobiet – zagwarantowano równą płacę, równe szanse zatrudnienia, a także doszło do legalizacji aborcji i zapewniania swobodnego dostępu do antykoncepcji. W tym czasie powstało również wiele organizacji wspierających kobiety, centra planowania rodziny oraz różne fundacje i stowarzyszenia oferujące pomoc prawną w przypadkach przemocy domowej, molestowania, rozwodu czy trudnościach w ściąganiu alimentów.

Skutki feminizmu II fali nie przypadły do gustu wszystkim kobietom. Ujawniły również kilka paradoksów emancypacji, które doprowadziły do powstania tzw. *backlash*, czyli ruchów konserwatywnych wręcz negujących zdobycze feminizmu. Pracujące zawodowo kobiety najczęściej wracały do domów, gdzie ich mężowie i rodziny oczekiwały od nich wywiązywania się z tradycyjnych ról matek, żon i gospodyń domowych. Pracę zawodową trudno było pogodzić z obowiązkami domowymi. Wiele kobiet wcale więc nie uważało, że ich życie się poprawiło, a wręcz odwrotnie, były zdania, że się pogorszyło.

Feminizm upowszechnił pogląd, że samorealizację i szczęście można osiągnąć jedynie dzięki karierze zawodowej i zdobyciu autonomii, z czym wiele kobiet się nie zgadzało. Amerykańskie czasopisma dolewały oliwy do ognia pisząc o klęsce feminizmu, uznając kampanie na rzecz równości kobiet i mężczyzn za winne wszelkich nieszczęść, jakie spadły na kobiety, od depresji po rozpad rodzin. Do głosu doszły też kobiety z innych kultur i klas społecznych. Feministki II fali to były głównie białe kobiety z klasy średniej i zarzucano im, że nie rozumiały problemów kobiet z mniejszości etnicznych i dołów społecznych, a uzurpowały sobie prawo do reprezentowania wszystkich kobiet. W latach 80. to właśnie te kobiety z innych kultur i grup społecznych zaczęły wyrażać swoje niezadowolenie i dezaprobatę dla feministek. Słowo „feministka” zaczęło się źle kojarzyć. Nastąpiło rozbitcie ruchów feministycznych, i tak zawsze mocno podzielonych, na jeszcze więcej odłamów. To wszystko doprowadziło do zjawiska określanego III falą, która z grubsza rzecz biorąc, trwa do dzisiaj.

Czytam o tej III fali, ale trudno ją określić jednym zdaniem. Wśród badaczy tematu również nie ma całkowitej zgodności. Niektórzy piszą, że współczesny feminizm to nadal druga fala, inni, że to trzecia fala, a może nawet czwarta. Przebijam się z trudem przez opisy różnych współczesnych nurtów feminizmu takich jak: nurt liberalny, radykalny,



feminizm socjalistyczny, psychoanalityczny, postmodernistyczny, lesbij-ski, etniczny, indywidualistyczny, jest również ekofeminizm. W każdym coś znajduję, z czym się zgadzam i jednocześnie natrafiam na postulaty, które bardziej lub mniej wykrzywają mi twarz, bo budzą kontrowersję. W końcu trafiam na określenie, które moim zdaniem spina w jedną klamrę te wszystkie odłamy i nurty. Można powiedzieć, że wszystkim ich wyznawczyniom chodzi tak naprawdę o poprawę jakości życia kobiet i ludzi w ogóle. Ponieważ różne sprawy są dla różnych kobiet ważne, stąd różne drogi i koncepcje mające naprawić ten świat. Bo feministki zazwyczaj są również za ekologią, za obroną praw zwierząt, za większą sprawiedliwością społeczną, przeciw globalizmowi, przeciw kapitalizmowi, ale zawsze za wolnością osobistą i równością wszystkich ludzi.

**SILNE.**

W Polsce ostatnich lat, na skutek czarnych protestów obserwujemy pewne nasilenie nastrojów feministycznych. Po 1989 roku ruch feministyczny zaczął się tworzyć głównie w środowiskach akademickich. Feministki organizowały manifesty, pisały artykuły, manifesty, domagały się przywrócenia legalności aborcji. Dziś działa około 350 stowarzyszeń feministycznych, grup nieformalnych i organizacji zarejestrowanych w OŚCE – Ośrodku Informacji Kobiecej, takich jak Centrum Praw Kobiet czy Federacja na Rzecz Kobiet i Planowania Rodziny. Od 10 lat organizowany jest Kongres Kobiet. Środowiska feministyczne nadal jednak są wąskie i często postrzegane jako dziwaczny, niezrozumiały stwór. Do niedawna wiele kobiet nie chciało się z nim identyfikować, ale dziś wydaje mi się, że sytuacja się zmienia i feminizm znów staje się modny. I na szczęście, bo przecież współczesne kobiety przejęły ideały feministek i już od dawna korzystają ze zdobyczy tego ruchu. Myślę, że ta niechęć do feministek i odzeganie się od nich wynika przede wszystkim z niezrozumienia i braku wiedzy na ich temat. Dlatego mam nadzieję, że ten artykuł przybliży czytelnikom, czym tak naprawdę jest feminizm i o co w nim chodzi. Bo przecież każdy, komu na sercu leży równość i wolność jest feministką.

W pracy korzystałam z następujących publikacji:

Aneta Górnicka-Boratyńska *Stańmy się sobą*

Joanna Helios, Wioletta Jedlecka *Urzeczywistnianie idei feminizmu w międzynarodowym dyskursie o kobietach* Uniwersytet Wrocławski 2018.

Joanna Helios, Wioletta Jedlecka *Wpływ feminizmu na sytuację społeczno-prawną kobiet* Uniwersytet Wrocławski 2016

*Anna Siwek*

*Powieściopisarka, podróżniczka i dziennikarka. Miłośniczka pieszych wędrówek, pięknych widoków i dalekich podróży. Sercem feministka. Los rzucił ją w różne strony świata, oprócz Warszawy, skąd pochodzi, mieszkała w Montrealu, Londynie, a teraz od piętnastu lat jest w Brukseli.*

# rozwód po polsku

## SILNE.

Jaki jest rozwód po polsku? Jest go coraz więcej, nieubłaganie więcej niż by chciało tradycyjne społeczeństwo. Czego by chciało tradycyjne społeczeństwo? Przerwania „tradycyjnego wzorca rodziny”. Jest tylko jeden mały problem w tym dążeniu.

Tradycyjny model rodziny nie istnieje. Przestał istnieć już jakiś czas temu. Rozpłynął się – co ciekawe – wcale nie w gąszczu ideologii gender i feminizmu. Rozpłynął się, ponieważ dłużej nie było po co udawać, że się jakkolwiek sprawdza.

Dziś prawie 50% małżeństw w Polsce kończy się rozwodem. Muszę przyznać, że w obliczu tych danych, pary, które decydują się na ten krok, są w moich oczach bardzo odważne i bardzo, bardzo romantyczne.

Muszę powiedzieć, że nadal jestem entuzjastką tej koncepcji, że dwoje ludzi chce ze sobą być do końca swoich dni. Wydaje mi się mieć to sens. Jednak ostrożnie podchodzę do samej koncepcji instytucji małżeństwa. Mój pogląd nie jest powodowany własnymi doświadczeniami, chociaż nie pozostały one bez wpływu na mnie. Miałam szanse obserwować rozwody w Polsce i dwóch innych krajach.

Za każdym razem to były silne emocje, którym się przyglądałam, lub których byłam świadkiem.

Magda Umer mawiała, że dowiadujemy się „z jakim człowiekiem się związałam, dopiero podczas rozwodu”. Chciałabym powiedzieć – amen.

Zawsze w historiach rozwodowych uderzały mnie te jednoznaczne stwierdzenia – jak mogłem/mogłam nie widzieć z jakim się związałem/związałam. Powtarzane jak mantra przez wszystkich uczestników spektaklu. Nie mogliśmy. Bo ludzie się zmieniają, bo byliśmy pełni nadziei, chcieliśmy spróbować, gdyż wierzyliśmy że się uda. Bo od dziecka – nam dziewczynkom – wpajano ten idealistyczny obrazek, że poznamy kogoś z kim będziemy szczęśliwi. Nie będziemy szczęśliwi z nikim, zanim nie zostaniemy szczęśliwi same ze sobą.

Nikt nas tego nie uczył.

To taki przepis na życiową porażkę zafundowany wielu pokoleniom. Bo jak wyjdiesz za mąż, jak urodzisz dziecko, jak spłacisz kredyt to będziesz szczęśliwa. Większej bzdury nie można chyba usłyszeć.

No dobrze, dojdźmy do tego etapu, w którym ludzie postanawiają, że jednak będzie im lepiej bez siebie.

## USA

Moment złożenia wniosku do sądu, jest momentem, który kończy małżeństwo. Od tej pory nie liczą się już żadne dowody, które ktoś może złożyć w sądzie. Nie są uznawane, ponieważ sąd traktuje ludzi jak dorosłych i wie, że skoro postanowili się rozstać i złożyli dokumenty w sądzie

to znaczy, że nie chcą być razem, ergo mogą być z kimś innym, mieszkać, wyjeżdżać na wakacje i budować swoje życie od nowa. Żadnych detektywów, żadnych zdjęć z romantycznych weekendów z kochanką. Nic, co można by wykorzystać w sprawie. Dowody zdrady w sprawie rozwodowej można gromadzić przed złożeniem pozwu o rozwód w sądzie. Zatem po złożeniu dokumentów można żyć normalnie. Bo ludzie czasem się rozstają, bo zmieniły się im życiowe drogi, bo zmienili życiowe priorytety, bo miłość się skończyła. Wtedy często pojawia się ta trzecia osoba. I to nie ona jest powodem rozstania. Powodem jest fakt, że związek się skończył. Pojawiła się przestrzeń na nową osobę, ale to nie ona jest przyczyną, jest jedynie skutkiem.

**SILNE.**

### Hiszpania

Pomyślmy teraz o Hiszpanii. Za czasów generała Franco popularne były rozważania podczas rozwodu kto jest winny rozpadu pożycia. Teoretycznie miało to chronić kobiety, które tradycyjnie były uwikłane w model bycia w domu i zajmowania się dziećmi. Mężczyźni tradycyjnie pracowali przez wiele godzin, wychodząc po pracy ze znajomymi na piwo i lampkę wina. To teoretycznie sprzyjający tryb życia do romansowania i zdrad. Żeby zatem chronić kobietę rozprawiano się z wiarołomnym mężem.

Po upadku dyktatury stwierdzono, że ustalanie kto jest winny ustania pożycia jest niehumanitarne. Aktualnie sądy stosują rozwiązania, w których nie wolno ustalać winnego rozpadu małżeństwa. Sądu to nie interesuje, kto z małżonków zdradzał, kto co robił. Liczą się dwa fakty – kto obejmuje opiekę nad dziećmi i czy strony ustaliły podział majątku. Na koniec sprawa sprowadza się do rozliczeń finansowych. Tylko i wyłącznie. Co ciekawe, rozwód za porozumieniem stron jest bezpłatny i można go przeprowadzić podpisując jedynie porozumienie między byłymi małżonkami. Jeśli brak porozumienia, strony spotykają się w sądzie i z właściwą hiszpańską zwyczajową opieszałością sprawa toczy się kolejne miesiące lub lata. Sądy coraz częściej zasądza opiekę naprzemienną rodzicom. Polega ona na opiekowaniu się dziećmi na zmianę, pokrywaniu wszystkich kosztów na pół. W tej sytuacji nikt nie płaci nikomu alimentów. W sytuacji, jeśli jedno z małżonków pracowało a drugie nie, temu który pozostawał w domu przysługuje przez pewien czas pensja rekompensująca. Oczywiście druga strona stara się zrobić wszystko, żeby nie płacić tej rekompensaty lub żeby była ona jak najmniejsza.

### Polska

Jak to wygląda w Polsce?

W Polsce nadal rozważamy, co się wydarzyło. Nasz kodeks rodzinny, rodem z lat 70-tych PRL-u, rozstrzyga, kiedy ustało pożycie małżonków. Jakby deklaracja dwóch osób lub nawet jednej nie wystarczyła do stwierdzenia, że związku już nie ma. Ja wiem, że usłyszę, że to ma chronić

### **SILNE.**

kobietę, aby mąż wiarołomny, co z nią nie chce być, jej nie pozbawił środków do życia. Ale weźmy się zastanówmy. Czy ktokolwiek, nawet sąd w pięknej todze, może nas zmusić do życia z kimś, z kim nie chcemy? Czy może wpłynąć na nasze decyzje, że czas już się rozstać? Jesteśmy dorośli i podjęliśmy decyzję. Po co nas pytać, kiedy przestaliśmy sypiać razem, z kim teraz sypiamy, czy gotujemy i prasujemy koszule? Jedna z moich znajomych usłyszała kiedyś pytanie do świadka podczas swojego rozwodu: „Czy w domu pachniało obiadem jak mąż wracał z pracy?” Znajoma zaczęła się śmiać, a sąd ukarał ją grzywną za obrazę sądu. Bo to serio zależy od zapachu obiadu – szczęście rodzinne. Znam domy, gdzie zawsze pachniało obiadem, a życie tam przypominało obóz koncentracyjny. Znam też takie, w których nigdy nikt nie gotował i tworzyli autentyczną rodzinę.

Na końcu związku chodzi tylko o to jak podzielić pieniądze.

Taki mam wniosek z obserwacji.

Nie idziemy do sądu po sprawiedliwość. Idziemy do sądu po wyrok. Sąd nie jest od tego, żeby grozić nam palcem i powiedzieć: „Oj nieładnie, nieładnie! Brzydko i źle się zachowałeś. Byłaś niegrzeczna i nieusłuchana. Do kąta teraz marsz i przemyśl swoje zachowanie”.

Sąd jest od tego, żeby zakończyć funkcjonowanie tej podstawowej komórki społecznej i zdecydować komu, ile się należy pieniędzy, jeśli była para nie umie się porozumieć w tej kwestii.

Otwórzmy oczy – cały ten cyrk, który sobie fundujemy w sądach rodzinnych jest w istocie kwestią kasy, która ma zostać podzielona. A w Polsce istnieje przyzwolenie społeczne na pozbawianie kobiet środków do życia. „A niech suka teraz sobie poradzi! Bładź wstrętna – zobaczymy z czego teraz będzie żyła”.

W polskim społeczeństwie nadal uważa się, że alimenty płaci się kobiecie, a nie dzieciom. Przyzwala się na niepłacenie tychże. Matki, siostry, kochanki zeznają jako świadkowie, żeby pomóc mężczyźnie w unikaniu płacenia. Żeby go „obronić”. Powiedzmy to wyraźnie – to jest system przemocowy, który tę przemoc wspiera i wzmacnia. Majątek małżonków jest własnością obojga. Kropka.

Jeśli nie podpisywali umowy o rozdzielności to wszystko co zarabiają jest własnością obojga. Bez względu na to, czy to kobieta czy mężczyzna w tym czasie zajmowali się domem i dziećmi. Nie jest tak, że mężczyzna zarabiał, więc to on decyduje, co z pieniędzmi robi. Nie jest tak, że kobieta, która poświęciła kilka lat swojej kariery zawodowej, aby urodzić i wychować dzieci, nie ma prawa do wspólnych pieniędzy, bo przecież nie ona je zarobiła. Zarobiła.

Wycieńmy pracę reprodukcyjną. Koszty pracy i opieki nad dziećmi. Ona także wtedy pracowała.

Ale „zbrojne ramię patriarchy” zadba, aby mężczyzna nie musiał płacić. Zadba, żeby jego własne dzieci nie otrzymały pieniędzy i musiały ponosić tego konsekwencje.

Powiedzmy sobie szczerze – to dzieci ponoszą konsekwencje. To dzieciom trzeba powiedzieć: „Nie. Nie możesz chodzić na karate – nie mam na to pieniędzy. Nie, nie mogę kupić ci truskawek, zbyt dużo kosztują.”

Szanowne matki i siostry i kochanki – to wy krzywdzicie te dzieci, którym odbieracie majątek wspólny byłych małżonków. I to nie jest tak, że chronicie mężczyzn przed czymkolwiek.

**SILNE.**

Po prostu krzywdzicie dzieci. Kiedy Twój syn nie płaci alimentów – krzywdzisz swoje wnuki. Kiedy zeznajesz, że ich majątek wspólny – to Twój majątek, bo ci przepisał samochód albo firmę, żeby się nie podzielić z żoną – to krzywdzisz dzieci.

Oczywiście podobna skala dotyczy kobiet. Te, które chciały wykorzystać sytuację i zdobyć więcej niż im się należy, także krzywdzą dzieci. Sytuacja w polskim sądzie jest patowa. W każdym z przypadków wszyscy są przegrani. Czy tak musi być? Nie!!!!

Ponieważ wystarczy uznać, że oboje rodzice mają obowiązek i przywilej łożyć na utrzymanie dzieci. Powołali je do życia. To była ich decyzja. Teraz ponoszą konsekwencje tych decyzji.

Oboje.

Nie tylko jedno z nich, które ma dzieci pod opieką non stop.

Nie.

Oboje rodziców. Konsekwentnie po równo.

Jeśli nie mogą spędzać równej ilości czasu z dziećmi, to powinni wyrównać ten czas środkami materialnymi. Oboje rodziców potrzebują czasem oddechu i odpoczynku.

Ja wiem, że nie wszystkie sprawy są jednoznaczne i oczywiste. I właśnie te niuanse opieki powinien rozstrzygać sąd. A nie pytać nas, kiedy przestaliśmy uprawiać seks. Sąd powinien mieć czas, żeby ustalić jak będziemy się opiekować dziećmi i czy nie dzieje im się krzywda. A nie pytać teściowe, czy synowa piekła ciasta. I przesłuchiwać tłum świadków, żeby stwierdzić, że ludzie przestali się kochać i nie chcą już być razem. Oraz, że przestali sypiać w jednym łóżku.

System tworzymy my. To my jesteśmy odpowiedzialni za fakt, że w Polsce panuje społeczne przyzwolenie na niepłacenie alimentów. Obserwowałam kiedyś pewną sprawę. Bogaty manager zwolnił się z pracy, żeby nie mieć wysokich zarobków. Dział HR na to przytknął oczy. Żona wezwała szefów swojego męża i pytała podczas rozprawy o tę sytuację oraz o kochankę męża. Kochanka była z tej samej firmy. Wszyscy wiedzieli o ich romansie. Na sprawie sądowej zeznawali, że nie wiedzieli. Nic a nic. Kiedy żona zapytała ich, w sądzie, dlaczego kłamią – spuścili wzrok. Kłamali, bo uważali, że pomagają koledze. Nie pomagali mu. Krzywdzili jego dzieci. Nie tę żonę. Dzieci.

Żona i mąż po rozwodzie muszą sobie radzić sami ze swoim utrzymaniem. Nie tworzą już rodziny, nie muszą się wspierać finansowo. Alimenty to nie prezenty.

To pieniądze na edukację, wyżywienie i lepszą przyszłość dzieci.

W IMIĘ WSZYSTKICH BOGIŃ FEMINIZMU I WSZYSTKICH ŚWIĘTOŚCI – PROSZĘ BARDZO WSZYSTKICH PAŃSTWA O ZAPRZESTANIE KRZYWDZENIA DZIECI.

**SILNE.** Jeśli możesz coś zrobić to zareaguj na przemoc. Przemoc ekonomiczna, to także przemoc. Bardziej wyrafinowana i mniej widoczna. Przejawia się w pozbawianiu kobiet wspólnego majątku, przepisywaniu na matki i inne kobiety z rodziny firm, domów, samochodów. To niepłacenie za pracę w rodzinnych firmach. Uznawanie jej za coś normalnego, co się należy. Usprawiedliwianie i legitymizacja niepłacenia alimentów. Przyczynianie się do ich niepłacenia. Pomoc w ukrywaniu dochodów. To wszystko przejawy przemocy ekonomicznej.

Bardzo szkodliwej, bo wymierzonej przeciw osobom najbardziej niewinnym i bezbronnym – dzieciom.

Rozwód i rozstanie są częściami naszego życia. Nie należy ich demonizować. Niekiedy lepiej być samemu niż w złym dla nas towarzystwie.

Jednak postarajmy się zrobić wszystko, żeby straty na tej wojnie były jak najmniejsze. Podpowiem Wam jak to zrobić – nie iść na nią!

*Kasia Piątek*

*Biofizyczka (Uniwersytet Łódzki), specjalistka ds. dyplomacji i protokołu (PISM i Uniwersytet Warszawski), absolwentka studiów nad efektywną równością płci (Universidad Nacional de Cuyo) specjalista ds. przeciwdziałania przemocy ze względu na płeć (Szkoła Psychiatrii i Psychologii w Madrycie) „Fascynuje mnie zmiana i świat – mam nadzieję, że kiedyś te zjawiska zrozumie”*

## niech eksploduje

Richard A. Gardner był profesorem psychiatrii na Uniwersytecie Columbia. Pracował tam nieodpłatnie, utrzymując się przede wszystkim z wynagrodzeń za pracę jako biegły sądowy, oraz z wydawnictwa Creative Therapeutics, które sam założył i w którym publikował swoje książki.

To on jest twórcą „teorii” PAS, czyli Syndromu Alienacji Rodzicielskiej, gdzie słowo teoria zostało ujęte w cudzysłów nie bez przyczyny – PAS nie został uznany przez świat akademicki ani żadną uprawnioną organizację naukową, nie spełniał bowiem warunków i kryteriów pracy badawczej – „teoria” opierała się bowiem, jak pisano, na osobistych przekonaniach, doświadczeniu, światopoglądzie i uprzedzeniach jego twórcy. PAS nie jest też uwzględniony w DSM, diagnostycznym i statystycznym podręczniku zaburzeń psychicznych.

Czym jest PAS? W prostych słowach, „teoria” opiera się na założeniu, że dziecko, w przypadku rozwodu rodziców, unika kontaktu z tym opiekunem, który nie sprawuje nad nim codziennej pieczy, ponieważ zostało

poddane praniu mózgu, a jego niechęć czy strach w stosunku do drugiego rodzica nie ma nic wspólnego z faktem, że było ono świadkiem lub doświadczało przemocy lub molestowania od ojca – piszę „ojca”, bowiem Richard A. Gardner zasłynął w sądach głównie obroną ojców, starających się o całkowitą lub naprzemienną opiekę, pomimo ciężących na nich oskarżeniach o ciężkie nadużycia.

Gardner stał na stanowisku, że dziecko powinno być odebrane matce, sprawcy PAS, i przekazane ojcu lub, ewentualnie, do instytucji, która „odpierze” mu mózg i nauczy, jak na nowo pokochać drugiego rodzica.

Najbardziej znane książki Richarda A. Gardniera to: *Child Custody Litigation: A Guide for Parents and Mental Health Professionals* 1986, *The Parental Alienation Syndrome and the Differentiation Between Fabricated and Genuine Child Sex Abuse* 1987, *Sex-Abuse Hysteria: Salem Witch Trials Revisited* 1991 i *True and False Accusations of Child Sex Abuse* 1992.

Wszystkie wydał sam.

Pierwszą z nich osobiście rozesłał do wszystkich sądów rodzinnych w Stanach Zjednoczonych, a jej treść, mimo sprzeciwu i zakłopotania psychologicznego establishmentu, trafiła na podatny grunt. Musiało być w „teorii” PAS coś bardzo ujmującego, co przekonało umysły, sumienia i serca sędziów i adwokatów, bo zaraz potem Gardner stał się w USA ważnym ekspertem i biegłym w sprawach rozwodowych, zwłaszcza w tych, gdzie pojawiały się zarzuty o molestowanie seksualne dzieci oraz o przemoc.

Odbłyło się tysiące rozpraw w oparciu o „teorię” PAS, rozpowszechnianą i używaną przez jej orędowników. Zakończyły się wyrokiem odebrania dziecka matce i uznania, że jego niechęć do ojca wynika tylko i wyłącznie z syndromu alienacji.

Sam Gardner uczestniczył w ponad 400 procesach, i tak byłoby zapewne do dziś – był zagorzałym bojownikiem o swoją sprawę – gdyby w maju 2003 roku nie zmarł, o czym opowiem na koniec tej historii, bo każda historia zasługuje na swoje zakończenie.

Na temat PAS napisano tysiące tomów. Opublikowano setki opinii, polemik, recenzji, mów pochwalnych i interpretacji. Czasem jednak nie ma sensu bić się na argumenty. Będzie lepiej, jeśli to Dr Richard A. Gardner powie swoimi słowami, o co w tym wszystkich chodzi.

Zapnijcie pasy. Oto cytaty zaczerpnięte z jego książek:

- ▶ Zdecydowana większość (prawdopodobnie ponad 95%) wszystkich zarzutów wykorzystywania seksualnego jest uzasadniona.
- ▶ W każdym z nas jest trochę pedofilii.
- ▶ Pedofilia wewnątrzrodzinna (czyli kazirodztwo) jest szeroko rozpowszechniona i jest prawdopodobnie starożytną tradycją.
- ▶ Normalne dziecko przejawia szeroką gamę fantazji i zachowań seksualnych, z których wiele można by określić jako „chore” lub „zbożone”, gdyby były okazywane przez dorosłych.

**SILNE.**

### **SILNE.**

- ▶ Miał pecha (ojciec), jeśli chodzi o miejsce i czas urodzenia, co do społecznego nastawienia do pedofilii. Nie są to jednak powody, by go potępiać.
- ▶ Jednym z kroków, które społeczeństwo musi podjąć, aby poradzić sobie z obecną histerią (dot. pedofilii), jest „zejście z niej” i przyjęcie bardziej realistycznej postawy wobec pedofilskich zachowań.
- ▶ Drakońskie kary wymierzone pedofilom wykraczają daleko poza to, co uważam za wagę przestępstwa.
- ▶ Usunięcie pedofilskiego rodzica z domu powinno być poważnie rozważane tylko wtedy, gdy wszystkie próby leczenia i zbliżenia z rodziną okazały się daremne. Pedofile, którzy wykorzystują dzieci poza domem, powinni najpierw otrzymać możliwość leczenia środowiskowego. Jeśli to zawiedzie, wtedy i tylko wtedy należy rozważyć jakiś rodzaj przymusowego uwięzienia.
- ▶ Podczas swoich przemówień przeciwko „zbrodcom”, którzy są przedmiotem ich pogardy, (adwokaci drugiej strony) często osiągną poziom taki podniecenia, który można łatwo uznać za seksualny. Psychologicznie, takie osoby zawsze walczą o stłumienie swoich własnych niedopuszczalnych pedofilskich impulsów, które nieustannie naciskają na uwolnienie.
- ▶ Nie ma wątpliwości, że sprawy o nadużycia są „podniecające” dla wielu różnych osób w nie zaangażowanych, oskarżycieli, prokuratorów, prawników, sędziów, oceniających, psychologów, dziennikarzy, czytelników gazety i wszystkich innych – z wyjątkiem fałszywie oskarżonych i niewinnej ofiary.
- ▶ Sędziowie również mogą tłumić pedofilskie impulsy, z obawy przed represją i poczuciem winy. Dochodzenie w szczegółach sprawy zapewnia im voyeurystyczne i zastępcze gratyfikacje. Uwięzienie domniemanego sprawcy może służyć psychologicznemu wyparciu własnych, posiadanych przez sędziego impulsów pedofilskich.
- ▶ Matka jest usatysfakcjonowana psychologicznie (jej własne, hamowane seksualne potrzeby) wizualnymi obrazami, które dostarcza zarzut o molestowanie seksualne (dziecka).
- ▶ Zdecydowana większość ludzi w historii świata uważała pedofilię za normę.
- ▶ Dzieci cierpią dlatego, że nasze społeczeństwo przesadnie reaguje na pedofilię.
- ▶ Pedofilia może sprzyjać przetrwaniu gatunku ludzkiego, służąc celom prokreacyjnym.
- ▶ Wykorzystywanie seksualne niekoniecznie jest traumatyczne. Wyznacznikiem tego, czy molestowanie seksualne będzie traumatyczne dla dziecka, jest społeczna postawa wobec takich spotkań.
- ▶ Należy zachować szczególną ostrożność, aby nie zrazić dziecka do molestującego rodzica. Usunięcie pedofilskiego rodzica z domu



powinno być poważnie rozważane tylko wtedy, gdy wszystkie próby leczenia okazały się daremne.

- ▶ Należy powiedzieć dziecku, że nie ma idealnego rodzica. Wykorzystywanie seksualne należy umieścić na liście negatywnej, ale należy również docenić pozytyw.
- ▶ Starszym dzieciom można pomóc zrozumieć, że kontakty seksualne między osobą dorosłą a dzieckiem nie są powszechnie uważane za czyn naganny. Dziecko może dowiedzieć się o innych społeczeństwach, w których takie zachowanie było i jest uważane za normalne. Można by pomóc dziecku docenić mądrość słów szekspirowskiego Hamleta, który powiedział: „Nic nie jest ani dobre, ani złe, ale to myślenie takim to czyni”.
- ▶ W takich dyskusjach należy pomóc dziecku zrozumieć, że mamy w naszym społeczeństwie przesadnie karną i moralistyczną postawę wobec kontaktów seksualnych między dorosłym a dzieckiem.
- ▶ Jeśli matka zareagowała na molestowanie w sposób histeryczny lub użyła tego jako pretekstu do kampanii oczerniania ojca, terapeuta postąpi dobrze, jeśli spróbuje ją „otrzeźwić”. Jej histeria przyczyni się do poczucia dziecka, że popełniono ohydny zbrodnię, a tym samym zmniejsza prawdopodobieństwo jakiegokolwiek zbliżenia z ojcem. Trzeba zrobić wszystko, co możliwe, by pomóc jej spojrzeć na „zbrodnię” z właściwej perspektywy. Trzeba jej pomóc zrozumieć, że w większości społeczeństw w historii świata takie zachowanie było wszechobecne i nadal tak jest.
- ▶ Być może można jej pomóc w zrozumieniu, że w historii świata jego (ojca) zachowanie było prawdopodobnie częstsze, niż powściągliwe zachowanie tych, którzy nie wykorzystują seksualnie swoich dzieci.
- ▶ Trzeba (sprawcy) pomóc zrozumieć, że nawet dzisiaj (pedofilia) jest szeroko rozpowszechnioną i akceptowaną praktyką wśród dosłownie miliardów ludzi. Musi docenić to, że szczególnie w naszym zachodnim społeczeństwie przyjmujemy bardzo karzącą i moralistyczną postawę wobec takich skłonności.
- ▶ Musi nauczyć się panować nad sobą, jeśli ma uchronić się przed drażniącymi karami wymierzonymi w naszych społeczeństwach, które okazują pedofilskie impulsy.
- ▶ Terapia z ojcem nie powinna skupiać się na głównym problemie (tj. molestowaniu seksualnym). Zamiast tego terapię należy poświęcić na rozmawianie o innych rzeczach, ponieważ celem terapii jest pomaganie ludziom zapomnieć o ich problemach.
- ▶ Żyjemy obecnie w niebezpiecznych czasach, podobnie jak w nazistowskich Niemczech. Histeria wykorzystywania seksualnego jest wszechobecna.
- ▶ Dzieci są z natury seksualne i mogą inicjować kontakty intymne poprzez „uwodzenie” dorosłego.

**SILNE.**

- ▶ Jeśli związek seksualny zostanie wykryty, dziecko prawdopodobnie będzie zmyślać, tak że to dorosły będzie obwiniany za inicjację.

**SILNE.** Zastanawiam się czasem, czy istnieje miejsce w duszy człowieka, gdzie jego szaleństwo spotyka się z sumieniem. Miejsce, gdzie bestia pochyla głowę i spuszcza oczy. Gdzie wszystkie słowa i wszystkie czynki odbijają się w lustrze życia, i gdzie żadne sztuczki nie są w stanie przykryć ani dobra, ani potworności, które nosimy w sobie. Chodzi mi o miejsce, gdzie rozstrzyga się spór, kim w istocie jesteśmy, i na co zasługujemy. Być może dla wielu powierzchnia ich zwierciadła zawsze pozostanie mętna i nieczuła na jakikolwiek blask. Chciałabym jednak wierzyć, że kiedy przypadkiem, na chwilę, na jego tafli pojawia się pojedynczy refleks, niespodziewana smuga światła, ulotny błysk, to wówczas to, co wyłania się z mroku, eksploduje nagle, i zabija.

25 maja 2003 roku Richard A. Gardner nie pojawił się, jak zwykle, w sądzie, gdzie miał zeznawać jako biegły. Znalaziono go we własnym domu, zaszlachtowanego, jak świnia, nożem do steków. Wykluczono udział osób trzecich, a jego śmierć, po drobiazgowym śledztwie, uznano za samobójstwo.

„W lutym 2020 roku powstał, pod wpływem silnego lobby ojcowskiego, parlamentarny Zespół ds. Przeciwdziałania Alienacji Rodzicielskiej. Skład osobowy zespołu: Grzegorz Braun, Dobromir Sośnierz, Janusz Korwin-Mikke i Robert Winnicki.

Priorytetowe orzeczenie opieki naprzemiennej przez sądy rodzinne, kara dwóch lat więzienia dla rodzica utrudniającego kontakty z drugim rodzicem i 12 lat pozbawienia wolności, jeśli drugi rodzic – w następstwie tzw. alienacji – targnie się na swoje życie. To podstawowe założenia senackiego projektu 63, który zakłada nowelizację kodeksu rodzinnego i opiekuńczego oraz kodeksu karnego.” – Wyborcza, 10.04.2021

Anita Deskiewicz

[@malarzeczmilosciinneprzemocze](#)

*Asystentka Zdrowienia, pracująca z kobietami z doświadczeniem przemocy. Entuzjastka i praktyczka metody Otwartego Dialogu. Wiedzę czerpała w WSPS w Sopocie (Psychologia Społeczna) oraz w L'Università Sapienza w Rzymie (Kultura wobec przemocy płciowej w ujęciu interdyscyplinarnym). Edukatorka. Certyfikowana Mediatorka Rodzinna. Rzeczniczka Praw Ofiar Przestępstw przy MSWiA w Gdańsku w 2002 roku. Z doświadczeniem w związku z osobą narcystyczną. Zakochana w literaturze, interior designie, fotografii i psie Beppino (no i w kimś jeszcze). Dumna mama dorosłych dzieci, Marty i Dymitra. Wieczna podróżniczka, osoba z krótkim lontem, gdy chodzi o victim blaming (wtedy nie ma zmiłuj). Na stałe mieszka we Włoszech. Lubi wino Primitivo di Manduria, koty rasy Devon Rex i swój biały długopis.*

# pykanko

*Przemoc zaczyna się od małej rzeczy, codziennej kontroli lub niewielkiej przypierdolki, a nie od ciężkiego pobicia. Dopiero potem narasta, aż pewnego dnia masz wybite zęby lub symptomy ciężkiego zespołu stresu pourazowego. Wyjście z przemocy też zaczyna się od małej rzeczy, od przeczytanej książki, od telefonu do przyjaciółki lub zapakowania torby.*

**SILNE.**

*Bądźcie uważne na małe rzeczy – czasem mogą uratować życie.*

Gdy już opadnie kurz, gdy wychodzisz, lub uciekasz, albo jesteś usuwana z przemocowego związku, zastanawiasz się jak (fuck!) mogłam dać się tak zmanipulować? Jak (fuck!) mogłam nie dostrzegać, w czym tkwię? I jak ja (FUCK!), kiedyś ogarnięta, fajna, z zasobami i sukcesami, mogłam być tak ślepa?

Zostawmy dziś kwestię poczucia winy, która z powyższych fucków wynika.

Wiemy, że wina przygniata, odbiera wiarę i wpycha w odmęty depry, ale kiedy zobaczysz mechanizm, kiedy już zajrzysz misiowi do brzuszka, zrozumiesz, że nie ma w tym siły, magii, nadprzyrodzonych mocy, wiedzy tajemnej, i Twoich defektów a jedynie dwa guziki, mała rzecz, dwa niewinne przyciski które, jak słynny guzik atomowy w rękach szaleńca, niosą cywilizacyjną zagładę.

Według psychologii społecznej, wszyscy podlegamy tym samym mechanizmom, wszyscy mamy te same emocje, wszyscy też podążamy ścieżkami stereotypów bo prościej stąpać po drodze, którą ktoś już wykarczował i oczyścił z patyków i kamieni. Wszyscy też opieramy się, w naszych relacjach, na zasadach wiary, nadziei i miłości, bez względu na religię, rasę i pochodzenie, bo to one pozwalają nam żyć w tym dość okrutnym, przyznacie, świecie.

Chyba, że pojawia się ktoś, kto postanawia mieć nad nami władzę i kontrolę, osoba zaburzona osobowościowo, pozbawiona empatii, skrupułów, manipulująca, świadoma, oj tak, bardzo świadoma, że przywiązanie to mechanizm przetrwania.

O tym dziś chcę powiedzieć: o trauma bonding – uwiązaniu traumatycznym – o dwóch guzikach, które kompletnie rozpierdoliły Ci życie.

Jeden, dajmy na to biały – wystarczy małe pyk, i dostajesz wszystko co potrzebujesz: opiekę, uwagę, czułość, pomoc, miłość, gesty, pamięć, ciepłe słowa.

I drugi, czarny, pyk, i nagle pojawia się obojętność, zniecierpliwienie, złość, fochy, dopierdolki, cisza, obarczanie winą, dystans, i wszystko to, co w zamyśle ma Cię ukarać.

I potem znów, pyk, biały, i pyk, czarny.

Pyk.

Pyk.

Pyk.

I tak na zmianę.

Delirium.

**SILNE.** Adelyn Birch, zajmująca się przerywanym wzmocnieniem, mówi o tym mechanizmie jako o najpotężniejszym motywatorze na planecie. Oto bowiem masz miłość, radość, spokój, zaufanie, plany, bliskość, a potem krótkie pyk, i już tego nie masz.

A potem znów masz.

I nie masz.

Kiedy pojawia się w Tobie strach przed utratą związku, pan od pyków już Cię ma. Wtedy zaczyna się intensywna, radosna zabawa guzikami, akty miłości i dewaluacji, z bonusem w postaci władzy i kontroli, i Twoim całkowitym rozregulowaniem. To musi być niezła frajda, c'nie?

Na tę manipulację, broń atomową zębów, mamy słabe mechanizmy obronne. Przywiązujemy się do ludzi, bo od urodzin to nasz jedyny sposób na przetrwanie. Dziecko bez opiekuna umiera. Odbieranie nam miłości wiąże się z głęboko zakorzenionym, atawistycznym strachem przed śmiercią – jako gatunek przetrwaliliśmy tylko dlatego, że obok byli inni, z którymi dzieliliśmy się jedzeniem, schronieniem, i ciepłem. Ten strach mamy w sobie, w genach, przekazujemy go kolejnym pokoleniom, bo daje szansę przeżycia.

Przywiązanie to dobry mechanizm. Dzięki niemu czytasz dziś ten tekst, Twoje dziecko bawi się na dywanie, a Twoja mama gotuje niedzielny obiad. Powtórzę – przywiązanie to dobry, ważny mechanizm, dzięki niemu istniejemy.

Tyle tylko, że ok. 6% populacji, ludzie z psychopatycznymi, socjopatycznymi i narcystycznymi zaburzeniami osobowości, używa go do nieonych celów, a ty miałaś to nieszczęście na jednego z nich trafić.

Kiedy poznasz trauma bonding i jej reguły, kiedy zrozumiesz, jak działała ta zabawa, kiedy dotkniesz strachu, który w Tobie wzbudza, przyjrzyj się temu na chłodno, powiesz „aha, taka to podła sztuczka”, rykniesz: FUCK!

A wtedy misiowi oklapną uszka.

Anita Deskiewicz

[@malarzeczmiłościinneprzemoc](#)

*Asystentka Zdrowienia, pracująca z kobietami z doświadczeniem przemocy. Entuzjastka i praktyczka metody Otwartego Dialogu. Wiedzę czerpała w WSPS w Sopocie (Psychologia Społeczna) oraz w L'Università Sapienza w Rzymie (Kultura wobec przemocy płciowej w ujęciu interdyscyplinarnym). Edukatorka. Certyfikowana Mediatorka Rodzinna. Rzeczniczka Praw Ofiar Przestępstw przy MSWiA w Gdańsku w 2002 roku. Z doświadczeniem w związku z osobą narcystyczną. Zakochana w literaturze, interior designie, fotografii i psie Beppino (no i w kimś jeszcze). Dumna mama dorosłych dzieci, Marty i Dymitra. Wieczna podróżniczka, osoba z krótkim lontem, gdy chodzi o victim blaming (wtedy nie ma zmiłuj). Na stałe mieszka we Włoszech. Lubi wino Primitivo di Manduria, koty rasy Devon Rex i swój biały długopis.*

# gdy układanka nie pasuje do obrazka, czyli o ukrywaniu przemocy w domu<sup>1</sup>

SILNE.

Ostatnio dobrze zaczęłam. To zacznę jeszcze raz. Zacznę od początku. Od początku roku. Byliśmy naiwni jak dziewczyna, która wychodząc za mąż ma nadzieję, że ot nadszedł najlepszy dzień jej życia. Dzień przejścia na lepszą stronę mocy. Że teraz to będzie. I wszystko się zmieni. On się zmieni, uczucie się nie zmieni. Zmieni zdanie.

Ja też tak liczyłam. Liczę na nagle-lepsze wraz z corocznym odliczaniem do północy. Tylko jakoś kurde, fajerwerki są tylko na początku. Widzicie wkoło dużo szczęśliwych par? Ucieszę Was – wcale nie są takie szczęśliwe. Większość z nas buduje fasady, elewacje frontowe ze zdobieniami, gzymsami i rzygaczami tryskającymi tęczą z brokatem. Bywa, że im więcej decorum, tym więcej pięknięć zakrywają.



W piktogramach wysyłanych w świat, pełnych widoczków i scenek rodzajowych, adresowanych do nas przez kanały socjalne, wszystko jest takie piękne. Pięknie jak na zdjęciu. Ale po zdjęciu filtra, odłożeniu obiektywu, mamy sporo niewywoływanych in publico negatywów. Tymczasem w świat idzie przekaz pozytywny. Jak się z tym czujemy? Jak nie wiemy jaka jest prawda, to to nas boli. Boli

w porównaniu. Jeśli zaś wiemy, że poza kadrem już tak różowo nie jest, a temu czarującemu mężowi i ojcu zdarzy się czasem dodać życiu smaku i przypieprzyć tej ślicznej żonie, to też nas boli. Ale inaczej. O ile zazdrość może nas tchnąć do tego by się bardziej starać, poprawiać, ulepszać, pretendować, o tyle strach daje poczucie braku sprawczości. Paraliżu. Jak pomóc?

Swój dom nazywam czasem domem samotnej matki, a siebie źródłem referencji. Często po publikacji tekstu poruszającego temat poruszający

<sup>1</sup> Tekst po raz pierwszy ukazał się na [www.mamatygry.com](http://www.mamatygry.com) 13.05.2021

**SILNE.**

– a to rozvodu, depresji, czy kwestii wierności małżeńskiej, dzwoni do mnie koleżanka z dobrego domu, że się wyprowadza. Czy może u mnie pomieszkać. Albo obejrzeć mnie, wysondować i zobaczyć jak wyglądam już po. Nie krępujcie się. Czuję, że im więcej wyrzucam z siebie, tym jestem lepsza. Im więcej wydalłam wstydliwych rzeczy, tym silniejszy staje się mój organizm. Odtruwam się. Detoksykuję. To co wyrzucam z siebie, co było moim balastem, bywa, że staje się deseczką ratunku dla innych. A po co tonący ma się brzytwy chwycić? Podaję rękę. Przybijam piątkę. Też tak miałam.

Nawet nie wiecie ile ja słucham. A to, co słyszę otwiera mi oczy. Zdejmuje klapki, aż wypadam z kłapek. Dziewczyny oprowadzają mnie w swoim życiu od kuchni. Pokazują mi swoje truchła w szafkach. Nawet nie spodziewacie się, ile dziewczyn doświadczyło przemocy. Znęcania się psychicznego, bicia, straszenia, przemocy ekonomicznej, czy seksualnej, ile jest poniżanych i traktowanych jak przedmiot. Ile doświadcza małżeńskiego gwałtu. Tak, tak – ze strony swojego męża.

Słyszałam o chłopcach, co walili głową żony o ścianę, rozbijali szczęki i łamali obie ręce, cięli nożem ciuchy, sikali na nie, nie zgadzali się na zakup porządnych podasek, nie pozwalali spać, przyprowadzali do domu prostytutki, wmawiali im, że mają depresję i myśli samobójcze, podczas gdy zwyczajnie zabawiali się z kochanką na boku, a je chcieli wpędzić w poczucie winy. To jest przemoc.

Kiedy budujemy fasady, sami sobie fundujemy więzienie. A kiedy wykończymy taką piękną elewację, za zamkniętymi drzwiami dzieją się rzeczy, które „nie powinny wychodzić za cztery ściany” trudno nam ją zburzyć, zwać z niej.

Jak księżniczka na wieży. Patrzymy na wszystko z góry, bo sami boimy się być tacy małuczcy. Że wyjdzie na jaw, że nasze życie nie było snem na jawie i jawi się w ponurych barwach. Że wyjdziemy na kłamczuszków. Boimy się, że jak zleziemy to zmienią nam się perspektywy. Zmienią. Ale jakie mamy teraz widoki na przyszłość?

Słyszałam ostatnio jak wyglądały kiedyś przygotowania do wiejskiego ślubu. Do ślubu w dniu ślubu. Otóż baby, czyli mężatki, przystrajając pannę młodą w czepiec i inne dyrdymały śpiewały jak ciężki ją los czeka w małżeństwie. Wyciągały brudy, biadały nad tym, ile spadnie na nią obowiązków, jak trudne jest wychowanie dzieci, jak może zachowywać się po ślubie mąż. Pod koniec rzewne łyż łała już sama przyszła żona. Wiedziała w co wchodzi, co ją może spotkać. Co najwyżej czekało ją przyjemne rozczarowanie. Ale wiedziała, że nie ma co spodziewać się dobrego. Miała świadomość nieuchronności losu, tego że już za późno, że nie ma wyjścia, nie ma odwrotu. Musi wyjść. Wyjść za mąż. Klamka zapadła. Okaze się słaba jeśli powie, że jak tak to nie. Potem wyjścia nie ma tym bardziej. Bo co ludzie powiedzą?

*Egoistka, nie potrafiła... nie chciała. Jeśli ją bił to dlaczego nikt o tym nie wiedział? Dlaczego nie odeszła wcześniej? Może nie było tak źle. Histeryzuje.*

Dlaczego pozwalała się tak traktować? A może to coś z nią jest nie tak? Może się za mało starała? Może mu nie dawała? Powinna robić wszystko żeby nie rozbijać rodziny. W naszej rodzinie nie było rozwodów.

Słyszycie głosy? Wewnętrzne? Czy te zza pleców? Może te i te. A może słyszycie je kierowane wraz z wytykanym palcem? Nie krępujcie się. Oko za oko, palec za palec. Też wystawcie. Swoim myślom i dobrym radom od „życzliwych”. Dobrzy ludzie wyciągają, nie wystawiają.

**SILNE.**

Rozwód to nie porażka. To rozwiązanie. Rozwiązanie umowy na związek. Z związku z.

Wiele kobiet doświadcza przemocy. Bardzo wiele. Nie musi. Trwanie przy partnerze dla dobra dziecka jest oksymoronem. To tak nie działa. Dziecko wyczuje fałsz, hipokryzję. Staniemy się blaznami we własnym teatryku. Dzieci to najbardziej empatyczne istoty. Wchłaniają emocję. Jeśli rodzice się krzywdzą to pęka im serce i rozbija się na milion małych kawałków bo czuje się bezradne. Wiem co mówię. Niestety. I mam nadzieję, że moja córka nigdy tego nie doświadczy.

Dobrze zaczęłam więc i dobrze skończę. Kochane – karma wraca. Ale nieraz trzeba jej podać nowy adres. Jeśli Wasz partner stosuje wobec Was jakąkolwiek formę przemocy, cierpi na zaburzenia psychiczne i nie chce się leczyć, zdradza, ćpa, czy jest alkoholikiem – lepiej nie będzie. Lepiej zwać. I koniec. Bo bez końca nie ma początku.

PS. Oczywiście, że i kobiety też bywają podłe, zaburzone, uzależnione itd. Tak, tak. W to nie wątpię ten tekst możecie odmieniać przez osoby męsko i żeńskoosobowe). Ale mi historie opowiadają dziewczyny, kobiety, żony, konkubiny, matki i rozwódki i do nich przemówiłam tu na piśmie. Bo nie do wszystkich mogę dotrzeć osobiście.

PS. Jeśli jesteście ofiarami przemocy zgłóście się np. do Centrum Praw Kobiet. Wierzę w Was.

*Marta Tygrys Pokorska-Jurek*

*Redaktor rtv, doświadczona optymistka, wesola rozwódka, kława mama. Autorka nieznośnych felietonów, bajek i słuchowisk dla dzieci <https://mamatygrys.com>*

SILNE.

# seksualność osób z niepełnosprawnością intelektualną

wpis w ramach kampanii społecznej #niepełnosprawni

Wpis ten publikowany jest w ramach kampanii społecznej #niepełnosprawni organizowanej przez Karolinę z bloga *Wysmakowana* i Monikę z bloga *Z pamiętnika wózkera*. Codziennie, przez cały kwiecień publikujemy wpisy mówiące o życiu osób z niepełnosprawnością. Ja podjęłam się tematu szalenie w Polsce kontrowersyjnego, tematu tabu, jakim jest seksualność osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Zaczynając od czegoś, co znamy wszyscy i wszystkie, piramidy potrzeb Masłowa, potrzeby seksualne są jednymi z podstawowych potrzeb człowieka, na równi z pożywieniem i wydalaniem. W przypadku osób z niepełnosprawnością intelektualną, są one zupełnie pomijane, jakby niepełnosprawność była cechą, która nie pozwala na ich istnienie, a tak wcale nie jest.

Według zapisów Powszechnej Deklaracji Praw Człowieka:

**Artykuł 2.**

Każda osoba jest uprawniona do korzystania ze wszystkich praw i wolności ogłoszonych w niniejszej Deklaracji bez jakiegokolwiek różnicy, zwłaszcza ze względu na rasę, kolor skóry, płeć, język, religię, poglądy polityczne lub jakiegokolwiek inne, pochodzenie narodowe lub społeczne, majątek, urodzenie lub jakąkolwiek inną sytuację (ang. or other status, franc. ou de toute autre situation). Ponadto, nie powinno się czynić żadnego rozróżnienia na podstawie statusu politycznego, prawnego lub międzynarodowego kraju lub terytorium, do którego dana osoba przynależy, bez względu na to, czy ów kraj lub terytorium jest niepodległe, powiernicze, zależne albo poddane jakimkolwiek ograniczeniom suwerenności

**Artykuł 6.**

Każdy jest uprawniony do uznawania wszędzie jego osobowości prawnej.

**Artykuł 16.**

1. Pełnoletni mężczyźni i kobiety, bez jakichkolwiek ograniczeń ze względu na rasę, narodowość lub religię, mają prawo do zawierania związku małżeńskiego i zakładania rodziny. Korzystają oni z równych praw co do zawierania małżeństwa, w czasie jego trwania i po jego rozwiązaniu.
2. Małżeństwo może być zawarte wyłącznie na podstawie dobrowolnej i pełnej zgody przyszłych małżonków.



3. Rodzina jest naturalną i podstawową komórką społeczeństwa oraz jest uprawniona do ochrony ze strony społeczeństwa i państwa.

### Artykuł 25.

Każda osoba ma prawo do poziomu życia odpowiadającego potrzebom zdrowia i dobrobytu jej samej i jej rodziny, włączając wyżywienie, ubiór, mieszkanie, opiekę medyczną i niezbędne świadczenia społeczne, jak również prawo do zabezpieczenia na wypadek bezrobocia, choroby, niezdolności do pracy, wdowieństwa, podeszłego wieku, a także innych przyczyn utraty środków utrzymania w następstwie okoliczności niezależnych od jej woli.

**SILNE.**

Według zapisów Konwencji ONZ o Prawach Osób Niepełnosprawnych:

### Artykuł 23. Poszanowanie życia rodzinnego i domowego

1. Państwa-Strony podejmą skuteczne i właściwe działania mające na celu eliminację dyskryminacji wobec osób niepełnosprawnych we wszelkich kwestiach odnoszących się do sfery małżeństwa, rodziny, rodzicielstwa i związków, na równych zasadach z innymi obywatelami, aby zagwarantować:

(a) Prawo wszystkim osobom niepełnosprawnym, zdolnym do zawarcia związku małżeńskiego, do wejścia w związek małżeński i założenia rodziny na zasadach całkowitej dobrowolności i zgody przyszłych małżonków,

(b) Prawo osób niepełnosprawnych do podejmowania nieprzymuszonej i odpowiedzialnej decyzji dotyczącej czasu wydania na świat oraz liczby potomstwa, oraz prawo do informacji stosownej do wieku odbiorców, dotyczącej edukacji seksualnej i planowania rodziny, jak również środki do realizacji wyżej wymienionych praw,

(c) Zachowanie zdolności rozrodczej osób niepełnosprawnych, w tym dzieci, na równych zasadach z innymi obywatelami.

### Artykuł 24. Edukacja

1. Państwa-Strony uznają prawo osób niepełnosprawnych do edukacji. Mając na celu realizację tego prawa bez jakiegokolwiek formy dyskryminacji i na zasadach równości, Państwa-Strony zagwarantują system edukacji integracyjnej na wszystkich etapach edukacyjnych oraz kształcenia ustawicznego, ukierunkowany na:

(a) Pełny rozwój ludzkiego potencjału, poczucia godności i własnej wartości, oraz wzmocnienie poszanowania dla praw człowieka, fundamentalnych swobód i różnorodności członków rodziny ludzkiej.

### Artykuł 25. Zdrowie

Państwa-Strony uznają, iż osoby niepełnosprawne mają prawo do możliwie najwyższego standardu zdrowia bez dyskryminacji ze względu na niepełnosprawność. Państwa-Strony podejmą właściwe

kroki, aby zagwarantować osobom niepełnosprawnym dostęp do usług zdrowotnych z uwzględnieniem kwestii płci, w tym rehabilitację zdrowotną. W szczególności Państwa-Strony:

### **SILNE.**

(a) Zagwarantują osobom niepełnosprawnym taki sam zakres, jakość i standard bezpłatnej lub przystępnej cenowo opieki medycznej i programów zdrowotnych, jak innym obywatelom, w tym w obszarze zdrowia seksualnego i związanego z rozrodczością oraz programów zdrowia publicznego,

(b) Zapewnią usługi zdrowotne ukierunkowane na szczególne potrzeby osób niepełnosprawnych, w tym wczesne rozpoznanie i leczenie, oraz usługi ukierunkowane na minimalizowanie i zapobieganie niepełnosprawności, w tym wśród dzieci i osób w podeszłym wieku,

(c) Zapewnią powyższe usługi zdrowotne w możliwie bliskiej odległości od środowisk osób niepełnosprawnych, również w okolicach wiejskich,

(d) Będą wymagać od osób pracujących w sektorze opieki zdrowotnej, aby zapewniły osobom niepełnosprawnym opiekę o takiej samej jakości jak pozostałym członkom społeczeństwa, w tym, na zasadzie nieprzymuszonej zgody i pełnego poinformowania, między innymi poprzez podnoszenie świadomości praw człowieka, godności, autonomii i potrzeb osób niepełnosprawnych przez szkolenia i propagowanie standardów etycznych w publicznej i prywatnej służbie zdrowia,

(e) Zakazą dyskryminowania osób niepełnosprawnych przy udzielaniu ubezpieczenia zdrowotnego oraz ubezpieczenia na życie, w sytuacji, gdy takie ubezpieczenie jest dozwolone przez ustawodawstwo danego kraju, i będzie ono udzielone w sposób sprawiedliwy i racjonalny,

(f) Będą zapobiegać przypadkom odmowy opieki lub usług zdrowotnych oraz płynów i żywności ze względu na niepełnosprawność.

Osób z niepełnosprawnością dotyczą również zapisy Powszechnej Deklaracji Praw Seksualnych i Reprodukcyjnych.

Konwencja rozstała ratyfikowana przez Prezydenta RP 6 września 2012 roku, jednak wciąż wiele kwestii, zwłaszcza systemowych, musi zostać zmienionych. Według rekomendacji Komitetu ONZ ds. Praw Osób z Niepełnosprawnościami, jak i Rzecznika Praw Obywatelskich wciąż problemami (dotyczącymi podjętej przeze mnie kwestii) są:

- ▶ Odejście od takiej terminologii jak „upośledzenie umysłowe”, „niezdolność do pracy”, „niezdolność do pełnienia ról społecznych” lub „zależność lub brak zdolności do autonomii” i zastąpienie jej terminologią w pełni szanującą godność osób z niepełnosprawnościami,
- ▶ Uchylenie przepisów umożliwiających ubezwłasnowolnienie osób z niepełnosprawnościami, a przez to pozbawienie poszczególne osoby zdolności do czynności prawnych oraz ustanowienie mechanizmów wspierania podejmowania decyzji, które szanują autonomię i wolę danej osoby,

- ▶ Wprowadzenie przepisów w celu zapewnienia ochrony osób z niepełnosprawnościami przed dyskryminacją we wszystkich dziedzinach życia, w tym kompleksowego dochodzenia roszczeń oraz zakazanie tzw. dyskryminacji krzyżowej ze względu na niepełnosprawność, płeć, wiek, pochodzenie etniczne, tożsamość płciową i orientację seksualną.

**SILNE.**



- ▶ Zalecenie, aby kobiety i dziewczęta z niepełnosprawnościami miały dostęp do pomocy w podejmowaniu decyzji życiowych i nie były poddawane sterylizacji bez ich pełnej, swobodnej i świadomej zgody,
- ▶ Zalecenie zaprzestania stosowania terapii konwersyjnej oraz wspieranie osób z niepełnosprawnością psychospołeczną z poszanowaniem tożsamości płciowej i orientacji seksualnej osoby,
- ▶ Zalecenie zniesienia przepisów uniemożliwiających zawieranie małżeństw i zakładania rodzin przez osoby z niepełnosprawnościami oraz opracowania kompleksowych systemów wsparcia pomocy rodzinom z dziećmi niepełnosprawnymi, a także rodzicom niepełnosprawnym.

Czym jest ubezwłasnowolnienie całkowite? Jest to pozbawienie osoby zdolności do czynności prawnych, w tym do zawarcia związku małżeńskiego. Osoby z niepełnosprawnością intelektualną często zostają ubezwłasnowolnione przez własne rodziny z powodu źle rozumianej troski o dobro danej osoby. Przed nami jeszcze dużo pracy, nie tylko w obrębie rozwiązań systemowych, ale i, lub przede wszystkim, edukacyjnych.

### **SILNE.**

To, w jaki sposób w Polsce widziana jest seksualność osób z niepełnosprawnością intelektualną zobaczyć można w serialu *Tabu Polska*, odcinek 2 *Na przekór wszystkim*, w którym przedstawione są dylematy i brak zgody rodziców na związek, zwłaszcza sformalizowany, dwóch osób z zespołem Downa. Osoby te traktowane są przez swoich bliskich jak dzieci, którymi przecież nie są.

W porównaniu z podejściem polskim, polecam angielski serial dokumentalny *Edukacja seksualna* w którym Anna Richardson ukazuje między innymi związek kobiety z niepełnosprawnością intelektualną, szczęśliwy i pełny. Sam serial obejrzyć można w internecie lub na Focus.Tv, polecam go z całego serca. Kolejnym, tym razem filmem dokumentalnym, poruszającym kwestię seksualności osób z niepełnosprawnością jest australijska produkcja pt. *Sekstercja* mówiąca o pracownicy seksualnej od lat świadczącej usługi seksualne osobom z niepełnosprawnością, w tym intelektualną lub sprzężoną. Obejrzyjcie, jest w tej kobiecie ogrom empatii i chęci pomocy.

Nawiązując do tego tematu, w wielu krajach, również u naszych sąsiadów, w Niemczech i Czechach działa instytucja asystenta seksualnego dla osób z niepełnosprawnością, czyli osób pomagających w rozładowaniu napięcia seksualnego. W Polsce główną inicjatorką tematu seksualności osób z niepełnosprawnością jest dr Alicja Długołęcka, edukatorka seksualna, wykładowczyni w Zakładzie Psychoterapii i Rehabilitacji Seksualnej AWF w Warszawie.

Warto również wspomnieć o dostępności do usług ginekologicznych świadczonych kobietom z niepełnosprawnością. Kilka miesięcy temu udostępniony został raport *Przychodzi baba do lekarza* zrealizowany przez Fundację Kulawa Warszawa na terenie województwa mazowieckiego. Wynika z niego, iż kobiety z niepełnosprawnością traktowane są jak pacjentki drugiej kategorii, lub jak dzieci. Począwszy od rejestracji, przez utrudnienia architektoniczne, po podejście pielęgniarek czy lekarzy/lekarek. Kobiety z niepełnosprawnością intelektualną często na wizyty przychodzą z matką albo opiekunką z DPS-u, rozmowa prowadzona jest poza nimi, to osoby postronne uzyskują informacje, nie pacjentki. Często również pojawiają się mocno niestosowne komentarze dotyczące zdrowia reprodukcyjnego, do jednej z kobiet biorących udział w raporcie wezwany został psychiatra gdy poprosiła o wypisanie recepty na antykoncepcję. Lekarzom brak empatii jak i podstawowej wiedzy na temat potrzeb kobiet z niepełnosprawnością. Te z niepełnosprawnością intelektualną traktowane są najgorzej, ponieważ ich zdanie nie liczy się w ogóle.

Na koniec chciałam zaznaczyć, że osoby z niepełnosprawnością nie muszą być wcale cis- lub heteronormatywne.

Jak już wspomniałam, jest w naszym kraju, jak i w naszej mentalności potrzebna wielka zmiana, dotycząca świadomości potrzeb i praw osób z niepełnosprawnością, a szczególnie z niepełnosprawnością intelektualną. Mam nadzieję, że choć odrobinę zmusiłam Was tym wpisem

do przemyślenia własnych przekonań, szczególnie, jeśli w Waszym bliskim otoczeniu są osoby z niepełnosprawnością, i, że zacznie dostrzegać i szanować ich pełną podmiotowość w każdym aspekcie życia.

#NIEdyskryminujNIEpełnosprawnych

#STOPdyskryminacji

**SILNE.**

Źródła:

<http://konwencja.org/konwencja/>

<https://www.rpo.gov.pl/pl/content/rekomendacje-dla-polski-komitetu-onz-komitetu-ds-praw-osob-z-niepełnosprawnościami>

<http://libr.sejm.gov.pl/tek01/txt/onz/1948.html>

[https://pl.m.wikipedia.org/wiki/Powszechna\\_Deklaracja\\_Praw\\_Seksualnych](https://pl.m.wikipedia.org/wiki/Powszechna_Deklaracja_Praw_Seksualnych)

<https://m.filmweb.pl/serial/Tabu+Polska-2014-728745/episodes>

<https://www.focus.pl/artykul/kalectwo-nie-wyklucza-udanego-seksu>

<https://poland.us/strona,18,17628,0,seksterapia-kontrowersyjny-film-dokumentalny-o-niepełnosprawnych-i-osobach-swiadczaczych-im-uslugi-erotyczne.html>

<https://www.kulawawarszawa.pl/przychodzi-baba-do-lekarza/>

<https://pl.wikipedia.org/wiki/Ubezwnowolnienie>

<https://szczerydobolu.pl/zona-nie-chce-sie-kochac-brak-seksu/piramidapotrzebmaslowa/>

Dorota „Nietoperz” Grochala

Autorka bloga [nietoperzczytaiozlada.blogspot.com](http://nietoperzczytaiozlada.blogspot.com), działa w Manifie Rzeszów, dotychczas jej wiersze były publikowane w antologiach poezji wydawnictwa Poetariat, a teksty w art-punk-dada-zinie „Wyżewy z Sandałka”.



# czy można nauczyć się miłości do siebie?

**SILNE.**

Nie nauczono mnie wielu rzeczy, na które w życiu trzeba zwracać uwagę. Nie nauczono mnie mówić NIE, kiedy mam na to ochotę, nie nauczono mnie Krzyczeć, gdy mnie boli, nie nauczono mnie Milczeć, gdy chcę być sama. NIE NAUCZONO mnie, że moje CIAŁO to moja ŚWIĄTYNIA i wreszcie, nie nauczono mnie, że mój umysł mogę PROJEKTOWAĆ, jak tylko JA chcę, aby wyglądał mój świat.

Żeby zrozumieć, dlaczego piszę o tym czego mnie, często NAS, jako kobiety nie nauczono, muszę opowiedzieć o tym, czym się zajmuję na co dzień. Jestem psycholożką i trenerką personalną, w swojej pracy łączę wiedzę i umiejętności związane z naszym umysłem, uczuciami i ich wpływem na zachowania, postrzegania świata i reakcje ciała. Najczęściej spotykam się z dwiema drogami, dzięki którym ludzie są gotowi na zmianę. Pierwsza jest taka, że ktoś chce zadbać o swoje ciało. Nauka świadomego korzystania z jego możliwości nierzadko wiąże się z utratą kilogramów. Drugim sposobem jest bardziej świadoma decyzja wynikająca z potrzeby pracy nad swoimi przekonaniem. Dotychczasowe patrzyenie na świat przestaje ludziom służyć, odczuwają cierpienie i są gotowi na zmianę.

Wieloletnia praca z ludźmi i nad samą sobą pozwoliła mi wysunąć wniosek: waga to stan umysłu. Osoby, które chcą schudnąć, nie walczą z wagą, ale z Niskim poczuciem własnej wartości, z przekonaniem, że sami muszą osiągnąć coś ważnego, ale nie czują siły ani wiary w to, że im się uda. To wszystko sprowadza się do WAŻNOŚCI. Mały test, jeżeli masz tak, że:

Potrzeby innych (najbliższych też) są ważniejsze od Ciebie. Jeżeli miewasz wyrzuty sumienia, za to że powiedziałaś/eś to, co myślisz. Jeżeli masz wyrzuty sumienia, za to, że odpoczywasz.

Jeżeli robisz rzeczy tylko, aby sprawić komuś przyjemność, znacznie częściej niż rzeczy, na które Ty masz ochotę, a sama/sam podczas ich wykonywania nie odczuwasz radości.

Jeżeli jedzenie jest jakkolwiek formą nagrody.

Jeżeli na przynajmniej trzy zdania odpowiedziałaś/eś twierdząco, to warto zastanowić się nad tym, jak Ty siebie postrzegasz. Ważność nie oznacza, że jako człowiek nie jesteś istotna/ty, lecz Twoje potrzeby są niezaspakajane, a co ważniejsze, czy Ty dajesz sobie przestrzeń na to, aby je zauważyć.

Dlatego postanowiłam walczyć z własnymi przekonaniem o sobie samej i zachęcam Was, jako cudowne istoty, którym należy się miłość, szacunek i uważność w stosunku do siebie, do stworzenia sobie przestrzeni

na wyżej wymienione uczucia. Pytanie jak to robić, aby miało to przyślowiowe „ręce i nogi”? Zwróciłam uwagę na: regularność, adekwatne ćwiczenia i słuchanie organizmu. Dla mnie to 365 dni pracy nad sobą, czyli dokładnie tyle czasu, aby weszło mi to w nawyk, stało się częścią mojego wyboru i życia.

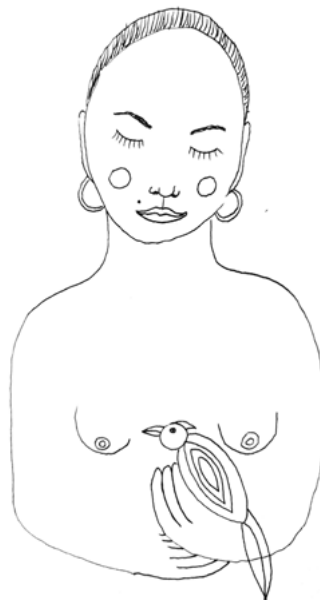
Zacznijmy od AKCEPTACJI, a gdzie ona się zaczyna? Zaczyna się w tzw. rodzinie pierwotnej, czyli od osób które nas wychowały. Zależy od czasu poświęconego na rzecz nas, czyli zabawy, słuchania nas, spędzonego jakościowo czasu przez rodziców/opiekunów. Od tego, czy nasze pomysły i zachowania były aprobowane. Od tego, czy rodzice/opiekunowie dawali przestrzeń na nasze pomyłki, eksploracje, inicjatywny, czy byli raczej apodyktyczni, mało zainteresowani, a może nie mieli czasu na zobaczenie „naszego świata”.

Kolejna sprawa to, jaki mamy charakter i temperament, jak to mówią: „każdy reaguje na swój sposób” i tak samo jest w tym przypadku. Dzieci uczą się świata od rodziców, a oznacza to, że początkowo widzą wiele zachowań/reakcji poprzez pryzmat ich perspektywy, a później jak kalka powtarzając ich schematy. Dostają sygnały, co jest dobre (aprobata), a co nie jest dobre (brak aprobaty/krytyka) i zostaje to w nich na długie lata, tworząc schematy zachowań, przekonania o swojej wartości w świecie, ludziach i samych sobie. Dopiero jako dojrzałsi ludzie zaczynamy dostrzegać, że to „po prostu nie jest nasze”.

Wróćmy do sposobu zachowania w dorosłym życiu, po tym, jak pewne zachowania z czasów dzieciństwa stały się źródłem odbioru siebie i innych. Jedne dzieci w związku z brakiem akceptacji będą bardziej wycofane, mniej pewne siebie, poczucie wartości utrzymywać się będzie na niskim poziomie, czasem ciężko im nawet mieć większe ambicje, bo są „nic nie warci”. Inne, patrząc na typ temperamentu, ten sam brak akceptacji z dzieciństwa będą wyrażały poprzez większe starania, aby być w końcu zauważone – będą „krzyczały” i „wołały” „zauważ mnie!!!”. Pewnego dnia stworzą taki model zachowania, który pozornie będzie mówił o ich pewności siebie. Mogą się nawet wydawać aroganccy, ale dlatego, że przez całe życie „walczyli” o choćby skrawek uwagi. A jako dorośli, mimo że głośny, mimo że chwali się, w środku pusty jest, bo akceptacji nie dostał, kiedy od niej jego życie najbardziej zależało.

Jak zbudować akceptację siebie, której w dzieciństwie nie dostaliśmy? Oczywiście, są od tego specjaliści, ale pierwszym krokiem do budowania samoświadomości jest UWAŻNOŚĆ na własne potrzeby. Nie chodzi tu

**SILNE.**



### **SILNE.**

o to, co muszę zrobić, aby być piękną/ny, zauważona/ony lub postrzegany za wyjątkową/wego, tylko o to, czego JA, dzisiaj, teraz, w tym momencie chcę! Co jest mi potrzebne. Sama refleksja nad tym powoduje całkiem poważną zmianę w układzie biochemicznym mózgu. Wydzielamy naturalne endorfiny, aby sprawdzić sobie przyjemność, pozbywając się niewłaściwych dla nas regulacji emocji. Wydaje się, że jest to banalnie proste, bo przecież jem czekoladę, kiedy mam na nią ochotę. Ale czy na pewno? Może ją jesz, bo jest Ci przykro i chcesz poprawić sobie humor, a w ten sposób wypracowałeś/eś sobie takich schemat „nagrody za smutki w życiu”. Może jest tak, że jesteś głodna/y, ale nie wiesz na co masz ochotę i wybierasz to, co znasz, czyli zamówienie posiłku na szybko, a okazuje się, że zadając sobie pytanie, na co mam ochotę – może byłaby inna reakcja? Przykładowo usiąść w fotelu i napić się kawy podczas słuchania muzyki. Wydaje się proste dla ludzi, którzy tak robią, dla ludzi, którzy mają wysokie poczucie własnej wartości, ale tysiące, jak nie miliony osób nie wpadnie na to, aby zadać sobie to pytanie i wybierają drogę wyuczonego schematu reagowania, który jest zaprzeczeniem AKCEPTACJI TWOICH POTRZEB.

*Ada Jakimowicz*

*psycholożka, trenerka personalna*

## kiedyś zaparkuję krzywo

Piątkowe popołudnie, podjeżdżam pod supermarket. Parkuję i jeszcze wyrównuję, sprawdzam w tylnej kancerce, czy wszystko jest idealnie. Nie chcę, żeby ktoś pomyślał, że zaparkowałam „jak baba”. Wsiadam, zmerzam w stronę sklepu. Na miejscu tuż przy wejściu stoi w poprzek czarne audi, a jego właściciel, pan z brzuszkiem i w ciemnych okularach, wchodzi zrelaksowanym krokiem przez automatyczne drzwi. Pewnie nie martwi się, że ktoś posądzi go o to, że zaparkował „jak facet”. Następnego dnia stoję z koleżankami, patrzymy przez okno na nasze zostawione przed budynkiem samochody.

- Stałam trochę krzywo, ale już nie chciało mi się poprawiać – mówi jedna, a druga natychmiast się przyłącza:
- Ja trochę za blisko linii, ale śpieszyłam się do was.
- W ogóle jakies dziwnie duże są te miejsca – dodają.
- Tak, niewymiarowe – zgadzają się pozostałe dziewczyny.



Wtedy myślę sobie, że nie tylko ja mam obsesję na punkcie parkowania – i wcale nie czuję się przez to lepiej.

Albo nieco wcześniej, też w samochodowych klimatach: jadę na przegląd, stoję w kolejce do niewygodnego krzeselka i jak wariatka odpytuję się w myślach z przebiegu, żeby – gdy przyjdzie odpowiedni moment – podać go bez zająknięcia. W ręce trzymam dumnie książeczkę serwisową (za pierwszym razem zapomniałam jej ze schowka i przeżywałam to potem przez trzy dni). Tymczasem na niewygodnym krzeselku siedzi siwy pan w kraciastej koszuli.

– Przebieg? Nie pamiętam, musielibyśmy podejść sprawdzić. Książeczka serwisowa? Nie mam. A jak ona wygląda?

– Nie sprawia wrażenia zawstydzonego.

Albo ten dzień, kiedy próbowałam naprawić gniazdko, które wyskoczyło ze ściany. Najpierw uspokoiłam osoby postronne, że owszem, wyłączyłam bezpieczniki, tak, na pewno te dobre, a wiem to, ponieważ są opisane, zaś moja umiejętność czytania nie zanika tylko dlatego, że znajduję się w pobliżu skomplikowanej technologii, co więcej, empirycznie sprawdziłam, że prądu nie ma. Osoby postronne były pod wrażeniem. Niestety, kontaktu nie udało mi się naprawić, bo w środku brakowało istotnego elementu, o którego założenie nie zadbał fachowiec. To jednak nie uchroniło mnie przed poczuciem porażki. Do dziś trochę mi źle, gdy patrzę na ten kontakt. Dlatego z pewnym podziwem słuchałam znajomego, który bez ogródek stwierdził, że ma dwie lewe ręce, majsterkowanie to piekło i woli komuś zapłacić, byle nie musiał w domu wymieniać nawet żarówki. Zdumiewałam się, czytając w przekładanej wówczas książce bezceremonialne wyznanie autora, że składanie mebli z Ikei całkiem go przerasta.

Sytuacje można by mnożyć w nieskończoność, ale chyba widać już, w czym tkwi problem. Część kobiet, w tym ja, codziennie, często podświadomie czuje się w obowiązku walczyć ze stereotypami na temat naszej płci, mimo że już na pierwszy rzut oka widać, że są one zupełnie bezpodstawne. Jednak w przypadku mężczyzn pewne zachowania zwykle nie niosą ze sobą żadnych negatywnych konsekwencji, podczas gdy w przypadku kobiet prowadzą do powstawania i utrwalania krzywdzących, z gruntu fałszywych uogólnień, zwłaszcza gdy mowa o obszarach uznawanych za typowo „męskie”, takich jak motoryzacja, technologia, sport, nauki ścisłe. Innymi słowy, kiedy robi coś jeden mężczyzna, to robi to jeden mężczyzna. Kiedy robi coś jedna kobieta, jest duża szansa, że ktoś od razu wyciągnie wnioski, że tak samo postępują wszystkie inne. Dlatego mamy wrażenie, że każdy nasz błąd obarcza swoim ciężarem również wszystkie pozostałe kobiety, i odwrotnie – że wszystkie błędy kobiet z całego świata obciążają także nas. Jesteśmy winne, dopóki nie zostanie udowodnione inaczej. I nie chodzi tylko o banalne, z pozoru mało istotne sytuacje na sklepowym parkingu. W książce *Misogynation* Laura Bates opowiada, jak często spotyka się z argumentem, że kobiety nie nadają

**SILNE.**

### SILNE.

się na kierownicze stanowiska, a jej rozmówcy nieodmiennie twierdzą tak dlatego, że sami mieli kiedyś okropną szefową<sup>1</sup>. Tymczasem jeden czy nawet setka okropnych szefów nie przekłada się na powszechną opinię o tym, że mężczyźni nie powinni pełnić funkcji zarządczych. Te same mechanizmy można zaobserwować chociażby w polityce, kulturze, środowiskach akademickich i naukowych, a także w sposobie prezentowania kobiet i kwestii kobiecych w mediach. Właśnie w odniesieniu do tego ostatniego przykładu Agnieszka Graff pisze tak:

Rzecz jednak w tym, że gdy mowa o kobietach, logika absurdalnych uogólnień ma swoją moc. Stereotyp przywołuje piękną fantazję o rzeczywistości idealnie symetrycznej i dwoistej: panie na prawo, panowie na lewo. Tu mamy krawaty, tam apaszki. Mężczyźni myślą, kobiety czują. Stereotyp porządkuje świat i sprawia przyjemność: utwierdza nas bowiem w przekonaniu, że wiedza potoczna jest słuszna, a rzeczywistość nas nie zaskoczy, odbiegając od naszych przyzwyczajzeń<sup>2</sup>.

I dlatego wielu ludziom łatwiej jest z uwagą śledzić, czy pani w „kobiecy” autku zaparkuje „jak baba”, niż choćby zauważyć pana od czarnego audi.

Podsumowując, kobiety częściej padają ofiarą stereotypów i, jak się przekonałam, częściej czują się w obowiązku z nimi walczyć, a przynajmniej postępować tak, by nie przydawać im mocy lub uniknąć wtłoczenia w któryś z nich. Gdy zdałam sobie z tego sprawę, zaczęłam zauważać przykłady tego zjawiska na każdym kroku, zarówno u siebie, jak i u innych, bliskich i nieznanym mi kobiet. Wraz z tą świadomością przyszło najważniejsze, a także najtrudniejsze pytanie: co chcę z tym zrobić? No właśnie – czego bym chciała? Dla siebie i dla innych? Jakie wnioski mają płynąć z tego tekstu? Z jakim przesłaniem chcę pozostawić czytelniczki?

To nie jest prosty, jednopłaszczyznowy problem, który da się rozwiązać w pięć minut i bez wysiłku. Im bardziej go analizuję, tym bardziej moje myśli rozgałęziają się i mogłabym podążać za nimi w wiele różnych stron. Ale w ostatecznym rozrachunku, tak na dziś, na teraz, dochodzę do wniosku, że chciałabym dwóch rzeczy:

- ▶ na planie ogólnym przydałoby się to, co w przypadku każdego innego problemu – żeby o tym mówiono. Do znudzenia. Niech wszyscy wiedzą, że stereotypy dotyczące płci to jednak w dużej mierze stereotypy dotyczące kobiet, a przynajmniej że w ich przypadku okazują się one bardziej uciążliwe, bardziej uporczywe, łatwiej się konstytuują i trudniej je obalić, częściej są powtarzane, a sięgnięcie po któryś z nich rzadziej spotyka się ze sprzeciwem i oburzeniem. Niech coraz więcej osób zauważa to zjawisko w codziennym życiu. Wytyka je palcem, buntuje się przeciwko niemu. Unika go

<sup>1</sup> Laura Bates, *Misogynation: The True Scale of Sexism*, Simon & Schuster, 2018, p. 20.

<sup>2</sup> Agnieszka Graff, *Świat bez kobiet*, Marginesy, Warszawa 2021, s. 51.

we własnych działaniach. Może przy następnym spotkaniu z koleżankami, zamiast drobiazgowo analizować pozycje naszych aut, porozmawiamy właśnie o tym,

- ▶ na planie osobistym chciałabym natomiast, żebyśmy potrafiły trochę odpuścić i przede wszystkim być dla siebie dobre. Bycie aktywistką z pierwszego punktu to nie to samo co bycie więźniarką stereotypu. Nie jesteśmy ambasadorkami kobiecej połowy ludzkości pracującymi dwadzieścia cztery godziny na dobę i to w ramach wolontariatu. Z naszego indywidualnego punktu widzenia nie każdy moment musi być dobry na aktywizm, warto też rozpoznać momenty, które na dobrą sprawę aktywizmem nie są, bo naszych wysiłków i starań nikt nie zauważa, a my mimo to poświęcamy na nie cenną energię i przestrzeń umysłową. Dlatego myślę sobie nieśmiało, że czasem zamiast ze stereotypem dyskutować, warto pokazać mu środkowy palec.

**SILNE.**

Skoro pytacie – nie, nie uważam, żeby miało mi to przyjść łatwo. To chyba coś, co trzeba sobie wypracować. Do czego trzeba samą siebie namówić, przekonać. Jeśli ma się moją wrażliwość, a przy tym właściwe wielu z nas, kulturowo i społecznie uwarunkowane dążenie, by w oczach wszystkich zyskiwać wyłącznie pozytywne oceny, z pewnością nie będzie to łatwe. Ale zrobiłam już pierwszy krok – zaczęłam fantazjować. Czasem wyobrażam sobie, że któregoś dnia – może będę się spieszyć, może będzie mnie boleć głowa, a może po prostu nagle ogarnie mnie pewność siebie podpatrzona u pana z czarnego audi – no więc w takim właśnie dniu zaparkuję krzywo i w ogóle się tym nie przejmę. Jak jakiś facet.

*Elżbieta Janota*

*tłumaczka, współautorka podcastu „Już tłumaczę”*



# portret kobiet z sekcji komentarzy

**SILNE.**

W wielu miejscach brakuje kobiet. Te braki są zazwyczaj niedostrzegalne, a gdy już zostaną zidentyfikowane, często zbywa się je pobłażliwymi uwagami, które sugerują, że albo dana przestrzeń nie nadaje się dla kobiet, albo nas ta dziedzina po prostu nie interesuje. Można by analizować wiele obszarów właśnie pod kątem ich różnorodności i odsetka kobiet, który jest w nich aktywny, a w tym tekście chciałabym przyjrzeć się jednemu z nich: sekcjom komentarzy w Internecie.

Wiem, że pisanie o komentarzach to jak walka z wiatrakami. Jestem pewna, że w czasie, jaki potrzebowałam na napisanie tego akapitu, pojawiły się ich tysiące, jeśli nie miliony, a przejrzenie jakiegokolwiek wycinka to mozolna i nierzadko wykańczająca psychicznie praca. Na pewno zgodzicie się ze mną, że sekcja komentarzy w Internecie to toksyczne miejsce. Często, gdy czytam jakiś obiecujący i mądry tekst, mówię sobie: „nie zajrzę w komentarze”, co oczywiście zazwyczaj i tak robię, i kończy się to moralnym kacem. Jednak na potrzeby tego tekstu, zamiast podchodzić emocjonalnie do tych w przeważającej mierze nienawistnych komentarzy, postanowiłam się im przyjrzeć i zobaczyć, kto je pisze i co pisze.

Nie mam na to żadnych badań, ale chyba się nie pomylę, mówiąc, że większość komentarzy w Internecie to czyste zło. Jednak mimo wszystko sądzę, że to, jakie opinie się w nich pojawiają, to nie jest całość ludzkiej myśli. Może to i trochę naiwne, ale naprawdę tak myślę – a to dlatego, że komentarze, przynajmniej te, które przeglądałam, zostawiali głównie mężczyźni, a przecież nie tylko oni istnieją na tym świecie, mimo że to przede wszystkim im wydaje się, że mają coś do powiedzenia, zwłaszcza w tematach, które ich nie dotyczą. Gdzie w takim razie są kobiety i czemu ich tam nie ma?

To pytanie przyszło mi do głowy, gdy przeglądałam lokalne artykuły prasowe na stronach miejskich dzienników z mojej okolicy i na ich stronach na Facebooku, poświęconych styczniowej fali protestów będących wynikiem opublikowania uzasadnienia wyroku w sprawie aborcji, czyli tematowi, który dotyczy przede wszystkim kobiet i osób z macicami. W moim mieście i okolicznych miejscowościach odbywały się wtedy takie protesty, a relacje i zdjęcia z nich przez jakiś czas pojawiały się w postaci krótkich notek. Same informacje podane w artykułach nie budziły większych emocji: krótko o wyroku, w skrócie o postulatach osób strajkujących – żadnych pejoratywnych określeń w samych doniesieniach nie mogłam się doszukać. Jednak komentujący internauci nie byli tak bezemocjonalni w swojej ocenie tej sytuacji. Ciekawy jest nie tylko „profil” komentującego, ale także to, jaki obraz kobiet wyłania się, gdy porównać te komentarze.

„Drogie Panie nie dajcie się znowu wpuścić w rządową propagandę. Za tydzień pokażą wzrost zakażeń dowalą nowymi zakazami. Przyjdzie czas na wojenki. Dziś nie można im dawać pretekstu. Gospodarka walczy oddolnie więc wyciągają was. Zobaczcie to”<sup>1</sup>

**SILNE.**

„Ale coś wam napiszę. Nie wygrywa się z adymami na ulicach. Ci co was wysłali piją teraz drogi koniak i zajadają kawiozem. Czemu nie stworzycie partii kobiet bez tych .....dla których obraźliwe wulgarnie słowa codziennością? Ustawy zmienia się w parlamencie nie na ulicy. Ale do tego trzeba większości parlamentarnej .”

„«To jest wojna » xD nie No leż dziewczynki z zapawkami i piorunami na tekturkach xD yay może macie jeszcze fanclub na Twitterze?”

„jestem przeciw temu wyrokowi ale co to daje że wychodzicie na ulice i manifestujecie niszczyte dobro od ludzi a my podatnicy za to płacimy czyli ja. Są jeszcze inne formy manifestacji bo Wy Oni myślicie że wyjdą na ulice w kilku i zmienicie ten wyrok?”

„Im za to płacą czy z natury są tacy głupi? Kto zapłaci za farbę na radiowozach? Za czyszczenie ulic z farb? Gdyby to byli pseudokibice po prostu wysłaliby prewencję z pałkami a na to byłoby co?”

„Decyzje podejmuje się przed współzyciem. To jest czas na wybór i o decydowaniu o waszej pusi juleczki 15 letnie. Weźcie się do nauki biologii”

„Mnie to Już to nudzi niech się za robotę wezmą”

Prawda, ile dobrych rad? Ja osobiście nie dziwię się, czemu nie ma praktycznie żadnych komentarzy zostawianych przez kobiety, a jeżeli są, najczęściej ich autorki to strażniczki patriarchy. Od czego w ogóle zacząć taki komentarz czy odpowiedź na któryś z powyższych, by nie zostać sprowadzoną do głupiej Julki, która wszystkiego musi się nauczyć (najlepiej od mądrzejszych mężczyzn), którą trzeba uratować, wyciągnąć z tej błahiej wojenki o bzdurne nic? Jak wynika z opinii komentujących, nasze sprawy wcale nie są najważniejsze i co więcej, najwyraźniej nie wiemy, jak o nie w ogóle zaważyć. Robimy to źle. Najlepiej byłoby, gdybyśmy dały sobie spokój. Te pobłażliwe uwagi, które przypominają głośkanie po główce, w prawdziwym świecie wypowiedziane z cieniem złośliwego uśmiechu, uderzające w przemądrzały ton, głośne, by zniechęcić innych od wypowiedzania się, nie są najgorsze. Najgorsza jest

---

<sup>1</sup> Wszystkie komentarze skopiowałam z ich oryginalną pisownią. Podkreślenia kursywą są moje.

### SILNE.

agresja, przemoc słowna i groźby, nie zawsze tak niebezpośrednie jak w tym przykładzie, którego autor porównuje nas do bydła. W takiej atmosferze trudno jest powiedzieć cokolwiek, często uważamy to za bezsensowne, przeczuwając, że z tak głupimi argumentami nie ma co polemizować. Najczęściej nasz komentarz ginie w całym tym seksistowskim bagnie pełnym trolli, z którymi nie da się walczyć (choć ciekawy wyjątek stanowi Mary Beard, która opracowała innowacyjne podejście w tym temacie<sup>2</sup>). Jak bowiem w limicie słów jednocześnie się obronić i wyrazić własne zdanie? Szkoda na to czasu i energii – czasem lepiej jest

wyjść na ulicę, działać w swoim gronie, edukować tych, którzy chcą się uczyć i którzy chcą coś od nas usłyszeć. Ostatecznie sekcja komentarzy to niekoniecznie miejsce, z którego można coś wynieść i – jak widać na powyższych przykładach – nie jest to miejsce, w którym kobiety mogą czuć się bezpiecznie, a okrutnie jest oczekiwać od nas, że będziemy walczyć o swoje w obliczu tak jawnej wrogości i pogardy.

Najczęściej sama przybieram postawę biernej, ale bardzo aktywnie przeżywającej obserwatorki. Jako osoba wrażliwa nie czuję się dobrze, czytając takie słowa, a wiem, że większość z autorów tylko czeka, by się na mnie rzucić i zejść do najniższego poziomu argumentacji. Czasem jednak mam siłę, by – po pierwsze – zgłaszać takie komentarze (co niestety może być strasznie męczące i nieskuteczne. Raz pisałam z redakcją jednego z lokalnych dzienników z prośbą o uważniejsze moderowanie komentarzy pod artykułem o Marszu Równości w Katowicach, ale niewiele to dało), a po drugie – często wbrew wszystkim instynktom, które każą mi oderwać wzrok od ekranu, zamknąć przeglądarkę lub rzucić telefonem – zostawić coś od siebie i to najczęściej właśnie w miejscu, gdzie nie ma żadnych przychylnych sprawie komentarzy. Może znów trochę naiwnie na to patrzę, ale robię to dlatego, że gdy w takiej seksistowskiej, mizoginistycznej i agresywnej zalewie widzę jakiś głos rozsądku, jakąś zachętę do działania, jakąś małą oznakę, że druga strona istnieje i że można inaczej myśleć i pisać, czuję się lepiej. Nigdy nie wiadomo, do kogo nasze słowa trafią – jestem pewna, że wiele osób komentujących i trolli w ogóle nie bierze tego pod uwagę. Chociaż jeden pojedynczy komentarz może niewiele zmieniać, nigdy nie wiadomo, czy nie przyczyni się do chwilowego zastanowienia albo do podważenia jakiegoś *status quo*, ani czy nie będzie stanowił dla kogoś impulsu do działania albo najzwyczajniej w świecie nie sprawi, że się kompletnie nie załamamy.



<sup>2</sup> <https://www.theguardian.com/books/2014/aug/27/mary-beard-befriends-twitter-trolls-online-abuse>

Mimo że czasami niewiele nas jest w sekcjach komentarzy znajdujących się pod artykułami czy informacjami na temat spraw, które nas dotyczą, nie znaczy to, że nie jesteśmy w nie zaangażowane, że nie jest to nasze miejsce lub że nas to nie interesuje.

Świat internetowych opinii to świat nam nieprzychylny, operujący skrótami, w którym często nie ma żadnych zasad, a najdrobniejsze błędy w naszej argumentacji są natychmiast brutalnie wytykane, a obraz nas samych jako naiwnych, głupich i bezsilnych zbyt mocno utrwalony, by jakiegokolwiek rozsądne treści zdołały się przebić przez mur stereotypów. Tym samym wypycha się nas i nasze uwagi poza krąg internetowej debaty, która zarezerwowana jest tylko dla tych najbardziej bezwzględnych, najbardziej agresywnych i najgłośniejszych. Mimo to sekcje komentarzy to nie całe spojrzenie na daną sprawę, to nie cała prawda – warto o tym pamiętać, gdy przyjdzie nam załamywać ręce nad poziomem dyskusji i gdy zaczniemy się zastanawiać, gdzie podziały się wszystkie rozsądne osoby.

**SILNE.**

*Paulina Rzymanek*

*tłumaczka, współautorka podcastu „Już tłumaczę”*

# koniec uciszania kobiet

Uciszanie kobiet trwa od zawsze. Przybiera przeróżne formy, zaczynając od z pozoru drobnych żarcików, przez lekceważenie i podważanie wiarygodności, kończąc na przemocy.

To bardzo wygodna sytuacja, kiedy kobiety w ogóle nie mówią o agresji i o dyskryminacji z jaką się spotykają. Tworzona jest wtedy atmosfera zakłamania, która ma na celu utrzymanie społeczeństwa w przekonaniu, że kobiety zmyślają, wyolbrzymiają i tylko czekają na okazję, aby zniszczyć życie mężczyznom, tym których znają i tym których nie znają też.

Kiedy kobiety zaczynają mówić głośno o swoich problemach, to robi się nieciekawie. Nieciekawie dla kogo? Dla wszelkich mizoginów, którzy nie mogą znieść, że dziewczyny już się nie boją mówić i nie pozwolą się zakrzyczeć. No i co zrobić w takiej sytuacji? Odwrócić uwagę od problemów kobiet i skierować ją na mężczyzn. Tak właśnie wygląda taktyka facetów, którzy nie mogą znieść, że kobiety odważnie zabierają głos.

W praktyce wygląda to następująco. W czasie dyskusji, często jest to dyskusja w Internecie, panie poruszają kwestie niedopuszczalnych zachowań z jakimi się spotkały ze względu na płeć.

### SILNE.

I co się wtedy dzieje? Pojawia się pan, najczęściej jest ich kilku lub kilkunastu i wypisują teksty w stylu: „mężczyźni też mają problemy”, „nie wszyscy faceci tacy są” „gdybyście chciały równości, a nie przywilejów, to byście zajęły się problemami mężczyzn”, „kiedy zrobicie coś z problemami facetów” itd. Jest to już powtarzalny schemat działań. Przeanalizujmy więc te stwierdzenia. To, że mężczyźni też mają problemy to fakt. Wszyscy ludzie je mają i nikt tego nie neguje. Nie może być jednak przyzwolenia na głoszenie teorii, że skoro mężczyźni też spotykają się z trudnościami, to już problemy kobiet są nieważne i można je bagatelizować. Problemy mężczyzn nie są ważniejsze od problemów kobiet i takie stwierdzenie to oczywistość, a nie próba uzyskania przywilejów.

Kolejna sprawa to oburzenie wielu panów, że nie wszyscy mężczyźni dyskryminują kobiety i kiedy kobiety o tym mówią, to szkodzą tym „porządnym” facetom. Skoro są tacy porządni i popierają równe prawa dla wszystkich, to może niech zaczną reagować na niedopuszczalne komentarze i zachowania tych „złych” facetów.

Kiedy poruszy się temat niewłaściwego zachowania wobec kobiet, które oparte jest tylko na dyskryminacji ze względu na płeć, to nie ma kobiety, która w swoim życiu przynajmniej raz nie spotkała się z tego typu dyskryminacją i agresją. Zazwyczaj, kiedy kobiety już się przełamia i o tym mówią, to wymieniają wiele takich sytuacji. No i co robią ci wszyscy mężczyźni, którzy tak bardzo oburzają się, że przecież oni są nieskazitelni i nigdy nic złego nie zrobili osobiście. Co robili, kiedy obok nich kobiety były wyśmiewane, zaczepiane, wyzywane i atakowane, tylko dlatego, że są kobietami. Stali obok i nie reagowali, a czasem nawet podśmiewali się, bo przecież próby upokarzania kobiet są takie zabawne, zwłaszcza dla pań, które same radzą sobie z tymi skandalicznymi zachowaniami i nie oczekują wsparcia, bo zdają sobie sprawę, że prędzej spotkają się z wyśmianiem niż jakimkolwiek wsparciem. Trzeba mówić wprost, mężczyźni którzy otwarcie nie reagują i nie krytykują takich zachowań, przyczyniają się do dyskryminacji i przemocy wobec kobiet oraz dają ciche przyzwolenie na nie.



**BURZA MÓZGÓW**

Następna sprawa to roszczeniowe teksty i wymagania skierowane do kobiet, aby zajęły się problemami facetów. To jest dopiero impertynencka postawa, sami są najczęściej w tej grupie, co dla kobiet nie robi nic, ale jednocześnie oczekują, aby kobiety porzuciły swoje problemy i biegły zajmować się ich sprawami. Zdarza się, że kobiety zaczynają się tłumaczyć, że starają się o to, aby mężczyźni mieli lepiej i właśnie swoje problemy odsuwają na drugi plan, a zajmują się tymi roszczeniowymi facetami. Oczywiście, jeśli ma się możliwość, to trzeba pomagać innym,



zarówno kobietom jak i mężczyznom. Ale nie na zasadzie, że kiedy pojawia się facet z wymaganiami, zamiast zwykłej rozmowy uwzględniającej ważność każdej strony, to on staje się od razu najważniejszy i trzeba zabiegać o to, aby czasem się nie obraził, bo jakaś kobieta uzna, że zajmie się tylko swoimi problemami i innych kobiet.

Powiedzmy to wreszcie głośno i wyraźnie. Kobiety nie muszą się tłumaczyć, że priorytetem dla nich są ich problemy. Kobiety nie muszą w każdym zdaniu dodawać, że mężczyźni też spotykają się z trudnościami. Kobiety nie muszą zawsze pilnować, aby w każdym ich działaniu byli uwzględnieni mężczyźni, bo jak nie, to pojawi się zarzut, że chcą przywilejów i się wywyższają. Kobiety mogą myśleć o sobie, walczyć o swoje prawa i działać na rzecz innych kobiet. I to nie jest egoizm i chęć przywilejów, to jest po prostu równość i dbanie o własne dobro.

Mężczyźni mogą sami nagłaśniać swoje problemy, sami angażować się w akcje, które mają im pomóc. Nie mają prawa wечно wymagać tego od kobiet i spychać trudności kobiet na drugi plan, zwłaszcza kiedy sami dla kobiet nie robią nic. Szczególnie, kiedy nie reagują na dyskryminację i przemoc wobec kobiet. Co więcej, chyba każdy/każda z nas spotkał/spotkała się z sytuacją, kiedy jakaś dziewczyna asertywnie zareagowała na bezczelne teksty i zaczepki, czy to w życiu codziennym, zawodowym, czy w Internecie, to od razu prócz tego jednego osobnika pojawili się następni i klepali wzajemnie po plecach. Wobec tej kobiety próbowali wtedy personalnych i obraźliwych ataków, bo nie mogli znieść, że nie bała się zabrać głosu i przeciwstawić chamstwu. Jakoś mężczyźni w takich sytuacjach nie są skorzy, aby się włączyć i zwrócić uwagę na bezczelność innych facetów, ale sami wymagają od kobiet ciągłego zaangażowania i wsparcia.

Jest jeszcze jedna próba uciszania kobiet. Podczas wymiany zdań, w momencie kiedy kobieta wygrywa i ma więcej merytorycznych argumentów, to mężczyzna, który nie może tego znieść i nie umie przyznać się do tego, że brakło mu logicznych argumentów, zaczyna zwracać się do rozmówczynie „kobietko” lub „dziewczynko”. To jest tak oklepana zagrywka, że każdy facet, który jej używa powinien zdawać sobie sprawę, jak sam się kompromituje. W chwili, kiedy używa zwrotu „kobietko” lub „dziewczynko”, zamiast prowadzić merytoryczną dyskusję, udowadnia że przegrał. Po co taki osobnik to robi? Po to, aby podkreślić niby wyższość swojej płci. Wydaje mu się, że kiedy zaznaczy, że on jest facetem, a rozmówczyni dziewczyną, to nic innego się już nie liczy i bez znaczenia jest, to co dalej mówi lub pisze. W końcu on jest mężczyzną, więc wydaje

**SILNE.**



*guilty of being  
who I am*

mu się, że na pewno wie wszystko lepiej, nawet jeśli fakty podparte źródłami temu przeczą. Mówiąc wprost o tym wszystkim, co zostało napisane wyżej, kobiety nazywane są feminazistkami, które nienawidzą mężczyzn. Tworzone są często wtedy teorie, które mają zdyskredytować kobiety. Kolejna próba uciszania i zastraszania.

**SILNE.**

Co to pokazuje? To, że mizogini zaczęli się bać, że tracą swoją władzę, że zdają sobie sprawę z inteligencji i wytrwałości kobiet, a to najbardziej rani ich kruche ego. Wiedzą, że kobiety mają swoje zdanie i nie będą tolerować zacofania i agresji. Próbują więc manipulować pozostałymi mężczyznami i wmawiać im, że kobiety się wywyższają.

Są mężczyźni, którzy nie obrażają się i nie traktują jako personalnych ataków powyższych przykładów. Są też tacy, którzy wpadają prawie w histerię, kiedy kobiety ośmiela się zwrócić uwagę na niewłaściwe zachowania wielu facetów. O czym świadczy taka reakcja? O tym, że sami mają coś na sumieniu, znają kogoś, kto ma coś na sumieniu i nic z tym nie zrobili albo jest im tak wygodnie, bo boją się równości i tego, że mogą stracić swoje przywileje, które mają od zawsze. Dlatego trzeba systematycznie uciszać kobiety, umniejszać ich wiarygodność i głosić zacofane teorie. Ale czasy, kiedy kobiety to tolerowały już dawno się skończyły. Świat idzie do przodu i to po prostu wstyd, że mimo dostępu do wiedzy, są nadal grupki, które nie nadążają i żyją w swojej zacofanej rzeczywistości.

Brzmi dosadnie? Ma tak brzmieć. Na dyskryminację, mizoginię i przemoc nie ma przyzwolenia i nie można bać się mówić tego wprost.

*dr Iwona Herbuś*

*bizneswoman, pisarka, naukowczyni, feministka*

<https://www.instagram.com/iwonaherbus/>

*Autorka poradnika „NIC Z CZEGOŚ czyli OBUDŹMY SIĘ, NIM BĘDZIE ZA PÓŹNO”*



# chcę powiedzieć

Zostałam zgwałcona przez mojego męża. Tak przez męża!

Przez faceta, któremu ufałam, którego kochałam, z którym miałam się zestarzeć i pić kawę siedząc na werandzie przed drewnianym domem.

Zgwałcił mnie mój mąż... prawie mnie to zniszczyło, odebrało siłę.

Myślałam, że jestem słaba a to przecież nie prawda.

Myślałam, że jestem zła, nie ważna, nic nie warta, zimna. Tak zimna, stałam się zimna a we mnie jest (i była) tak duża potrzeba miłości. Potem już nie mogłam, nie umiałam jej dać ani brać. Nie chodzi o seks, chociaż tego też już nie chciałam. Nie czułam, nie kochałam, nie złościłam się, nie płakałam. Postanowiłam wtedy, że nigdy więcej nie będę płakać. I tak do dziś. Muszę się uczyć płakać. Przecież płacz jest u niemowląt sposobem komunikowania się, u dorosłych wyrażeniem uczuć, wyrzuceniem ich z siebie. Zostało mi to odebrane, to i jeszcze coś.

Wtedy nie wiedziałam, że to się stało. A może wiedziałam i dlatego, że to tak bardzo bolało to nie pamiętałam. Żyłam obok niego, bo już nie z nim. Minęło tyle lat, które mogły być piękne a nie były, życie stało się koszmarem. Odeszłam.

Teraz jestem wolna i bezpieczna.

Po dwóch ciężkich latach terapii dokopałam się do tego. Znalazłam powód dlaczego ciągle czułam że coś jest nie tak. Zgwałcił mnie mąż.

Pokonam to.

*anna mahui*

## gniew kontrolowany

Jeszcze parę stuleci wstecz kobiety były spychane do drugorzędnej roli w polityce, w życiu traktowane jako „mniejsze zło” bądź jedynie entourage mężczyzny. Dziś emancypacja rozwija się w szybkim tempie, ale w niektórych polskich środowiskach wciąż panuje ciemnogród. Niby uznawane są za płęć piękną, lecz jednocześnie za mniej rozumną od męskiej. Mężczyznom wmawia się natomiast od dziecka, że to oni od zarażania dziejów pełnią rolę przywódców stada (chyba baranów, ale na pewno poza tymi, którzy są dzisiaj po naszej stronie). Nic bardziej mylnego z tym przywództwem, bo za każdym wielkim przywódcą, bohaterem narodowym stoi mała i krucha istota – kobieta – matka, siostra, żona (jak chcesz to i kochanka). Ukoronowaniem emancypacji są, bez wątpienia, prawa wyborcze kobiet, o które tak walczyły dzielne sufrażystki. Szkoda

**SILNE.**

**SILNE.**

tylko, że obecna partia rządząca w Polsce ma kobiety i ich prawa na samym końcu swojej szarej komórki, a przedwyborcze hasła to tylko czcze obietnice. Próbuje obarczyć nas odpowiedzialnością, winą za ten cały bałagan z pandemią, za dewastację kościołów i rozwiążność, obarczyć poczuciem winy i wstydu. Kościołów nie trzeba chronić przed kobietami, raczej odwrotnie – to kobiety i dzieci należy chronić przed kościołem z wiadomych powodów. Nie chcemy być trumnami dla naszych płodów, bezmyślnymi maszynami rozplodowymi ani wylęgarnią dzieci. Dziewczyny, nie bójcie się! Nie dajmy się zastraszyć i zdeptać naszej godności! Niech obudzi się w nas młody duch dawnych wojowniczek!



Polska to nie tylko katolicy i hetero! Wszyscy mają prawo czuć się równymi obywatelami. Świat nie kręci się tylko wokół katolicyzmu. W naszym kraju żyją wyznawcy różnych religii i o różnych poglądach politycznych, a także o różnych upodobaniach seksualnych. Dość religijnego monopolu na straszenie piekłem duszyczek! Dość! Nie jestem za aborcją i nikomu bym jej nie poleciła, ani nie zachęcała do niej, ale zwolennicy i politycy obu kontrowersyjnych w poglądach partii powinni w końcu zrozumieć, że tu nie chodzi o to, tylko o zakaz aborcji – to jest wprost narzucanie kobietom męczeństwa! To nie jest epoka świętych męczennic! Decyzja Trybunału Konstytucyjnego to kolejna próba skłócenia narodu. Jeśli teraz się wycofamy, ten demoniczny chłopczyk, niedowartościowany w swej męskości, za chwilę gotów zacząć prowadzić nam kalendarzyk małżeński, stosować monitoring okresu, badać temperaturę pochwy i wprowadzić obserwację śluzu, a nasze dzieci zacznie posyłać w ofierze kościołowi, w wiadomych celach. Nie wolno nam się poddać ani w tej

sprawie, ani w żadnej innej, która uderza w naszą kobiecość, nasz dom i rodzinę! Z góry tak zakładam, bo wierzę, że żadna kobieta nie podejmie tak drastycznej decyzji, jeśli nie będzie zagrożone jej życie, czy dziecka. Taka decyzja niesie za sobą, niestety, straszne i nieodwracalne psychiczne krzywdy dla każdej z nas. To indywidualna sprawa sumienia! Gdyby Bóg chciał ocalić człowieka od grzechu, nie dopuściłby do pożarcia tego nieszczęsnego owocu z drzewa mądrości – do poznania w takim samym stopniu dobra, jak i zła. Jest to jednoznaczne z tym, że człowiek został obdarzony wolną wolą i sam decyduje o swoim losie. Bóg, w swej nieopartej miłości, dał człowiekowi tę wolną wolę i nikt, prócz Boga, nie ma prawa człowiekowi jej odebrać.

**SILNE.**

Przestańcie nas demonizować i narzucać nam swoje ciasne horyzonty i wypaczony światopogląd. Kto toczy wojny w imię Boga, powinien przedstawić pismo uwierzytelniające od Niego. Bóg, w którego głęboko wierzę, nie nawołuje do wojen, wręcz przeciwnie, nawołuje do miłości, do czerpania z dobrobytu i radości z życia. Bóg powiedział: kochaj bliźniego swego jak siebie samego. Kocham, nie oceniam, nie narzucam, wybaczam i współczuję. To jest język miłości. Wydaje mi się, że wielu dziś zgubiło gdzieś tę lekcję miłosierdzia. Nie obwiniajcie nas o zbliżający się wielkimi krokami upadek Kościoła. Ten upada z racji ciężaru grzechów, jakich przez wieki się dopuszczał i ostatnio dopuścił. Nie przez kobiety, które sprowadził do roli drugorzędnej i mimo rozkwitu emancypacji społecznej i kulturowej, teraz muszą znowu walczyć o życie, o godność i prawa. Kipi w nas gniew, ale ten gniew jest słuszny! Nadmieniam też, podkreślam dobitnie i powtarzam, że nie jestem za i stanowczo nie popieram dewastacji kościołów, ani innych obiektów, stanowiących jakąkolwiek wartość dla ich wyznawców. Nie jestem zwolennikiem innych aktów wandalizmu i wulgaryzmu – niezależnie od płci! Protest w kościele to jeszcze jednak nie dewastacja!

Mamy XXI wiek i inteligentny człowiek idzie z duchem postępu, mając w sercu prawdziwe wartości. Jest to odpowiedni czas, by zamienić bogoojczyźniane banały i slogany, kipiące hipokryzją, na lekturę, która zapewni nam rozwój duchowy. Współczesna świadoma kobieta doskonale potrafi odróżnić fakty od naciągania prawdy na modłę wyznawanego światopoglądu czy głoszonej ideologii! Współczesna świadoma kobieta nie sięga po wulgaryzmy i język nienawiści! Wiadomo, że kiedy emocje nas ponoszą, trudno o zachowanie spokoju, kultury, ale jest to możliwe. Dziewczyny! Zróbmy to, co potrafimy najlepiej... Połączmy siły, ruszmy na Warszawę, na Żoliborz i przytulmy po matczynemu tego zagubionego małego człowieczka, bo jego zachowanie świadczy tylko o tym, że brak mu miłości. Przytulmy go w matczynym uścisku, niech poczuje siłę naszego instynktu macierzyństwa. Może uda się nam stopić jego nienawiść do kobiet i odbudować jego poczucie męskości, bo ewidentnie jest ono zaburzone. Wtedy zapłonie nadzieja, że przestanie grzebać w naszych macicach i sumieniach jak w piaskownicy!

**SILNE.**

Inteligentni ludzie powinni usiąść do dialogu, zamiast wzajemnie pluć na siebie i obrzucać się błotem. Przemoc rodzi przemoc, a tu trzeba obustronnego dialogu i wysłuchania stron, bez mydlenia oczu dekalogiem czy wyrwanymi z kontekstu zapisami z Biblii czy konstytucji, która – moim zdaniem – jest już przestarzała z uwagi na postęp czasu, nauki, technologii i rozwoju intelektualnego, od czasu jej powstania, skoro tak łatwo można ją manipulować, tak sprzecznie interpretować. Zresztą spisana została dla państwa suwerennego i demokratycznego, a z tym ostatnim lichutko, oj lichutko w wykonaniu polskiego rządu, więc... Właśnie tego dialogu wymagamy od władz Państwa – jak równy z równym, jak suweren i podmiotem. Żądamy uszanowania naszych praw i poglądów, naszej godności kobiecej.

A wy, święte niewiasty, muśnięte immunitetem krwiożerczych partii... Połóżcie jedną rękę na sercu, sięgnijcie do swoich sumień i pamięci, i przyznajcie, ile skrobanek macie na sumieniu, ile szelestów antykoncepcyjnych zafundowałyście swojej świętej prokreacji, ile dzieci utraciłyście, ile oddałyście do domów dziecka czy domów opieki? A może się mylę i jesteście świętsze niż my, kobiety protestujące także w obronie Waszych praw? Możemy się nie lubić, ale to jest nasza wspólna sprawa i wspólna walka o nas, o los wszystkich kobiet w tym kraju. Dlatego proszę... Przyłączcie się do protestu. Nie bójcie się waszych mężów i politycznych wodzów. Stańcie się w końcu Paniami swojego losu!

Dziękuję za uwagę

*Magdalena Kapuścińska*

*poetka, satyryczka, felietonistka, fotograficzka i wydawczyni*

## własność

Auvers, północna Francja, dwudziesty siódmy lipca 1890 roku. Vincent van Gogh strzela sobie w brzuch z pistoletu. Na polu kukurydzy, nad którym wibrują chmury, krucze pióra i krzyk. Pistolet malarz ukradł swojemu psychiatrze. Córka owego psychiatry przez dwa dni zajmuje się umierającym Van Goghiem. To znaczy nabija mu fajkę i parzy kawę, której ten nie może wypić. Nic innego, nic więcej. Zgodnie z życzeniem – Van Gogh chce, żeby zostawiono go w spokoju.

Córka psychiatry przez dwa dni służy też dwójce żandarmów, którzy koczują w jej domu. Na parterze. Malarz kontempluje sufity na piętrze. Czekają, aż Van Gogh poczuje się na tyle dobrze, aby można go było aresztować. I postawić oskarżenie. Samobójstwo jest w ówczesnej Francji zakazane. Nie można zabijać ciała, które powinno skończyć jako

mięso armatnie w przyszłej wojnie (bo ta na pewno kiedyś wybuchnie). Ciało, które żyjąc zużywa pieniądze, płaci podatki, płodzi inne ciała. Ciało Vincenta Van Gogha należy do Francji. Na duszę, umysł, talent Francja gwizdże. Jej jest potrzebny tylko ten worek kości, nazwisko wpisane w sądowy rejestr. Obok nazwiska numer, który jest przeznaczeniem...

**SILNE.**

Twoje ciało jest upaństwowione, mówi prawodawstwo Polski Polce. Chcesz czy nie chcesz, jesteś wpisana w sądowy rejestr, zalegalizowana i obciążona dowodem „osobistym” po to, aby rodzić synów, czyli mięso armatnie, albo córki, by dalej rodziły – podatników i kredytobiorców. Każda pielucha obciążona jest podatkiem Vat. Skoro Państwo ma w nosie nasze dusze, umysł i talenty, to może i my powinniśmy o nich przestać dyskutować? Cały szum, który podnosi się wokół tematu aborcji – filozoficzny, etyczny, religijny czy społeczny – odwraca naszą uwagę od fundamentu. Fundamentem tym jest własność. Do własności powinniśmy powrócić. Nieważne, czy brzmi to ładnie czy brzydko. Własność określa majątek. Własność określa wolność.

„Starożytne” feministyczne hasło: „Mój brzuch należy do mnie” zostało porzucone jako zbyt brutalne i prostackie. A przecież życie na tym padole łez jest proste. Stwierdzam: moje ciało należy do mnie. Mój brzuch należy do mnie. To, co znajduje się we wnętrzu tego brzucha – połknięta szklana kulka, pusta macica albo macica z płodem, nadzjerka czy wchłonięta w okresie prenatalnym „siostra bliźniaczka” – należy do mnie. I ja decyduję o tym, co z tym zrobię. Jeśli będę chciała oddać komuś nerkę, to oddam. Jeśli będę chciała usunąć ciążę, usunę. Bo to jest moje ciało. Bo to jestem ja. Zaprzeczanie temu jest po prostu niedorzeczne. Czy kobiety boją się własności, a więc i wolności? Wiem jedno: „wolna” Polska, ze swoją ustawą antyaborcyjną, ba – z całym prawem reprodukcyjnym, boi się wolnych kobiet. Swoje należy wziąć, a nie tłumaczyć, że jest nasze. Nie ma miejsca na duszę, kiedy w gruncie rzeczy mówimy o... pieniądzach.

*Izabela Szolc*



# hortensja w krainie absurdu

**SILNE.**

Hortensja usiadła na brzegu kibla i zapłakała. Ciche kwilenie przerozdziło się w spazmatyczny szloch wstrząsający obleczonym w workowaty dres ciałem. Hortensja roniła krokodyle łzy nad swym ciężkim losem. Wena twórcza opuściła ją już jakiś czas temu, a poza tym nasza bohaterka dawno nie czuła się tak oszukana. Tak zawiedziona i zdruzgotana prawdą, która właśnie do niej dotarła. Żyła bowiem dotychczas w przekonaniu, że królem absurdu jest Monty Python – ale okazało się to kłamstwem.

Obowiązkowa prasówka z każdym kolejnym dniem przyprowadzała Hortensję o coraz bardziej intensywny opad zuchwy. Narastała w niej nieprzeparta ochota na spuszczenie łomotu znamienitej części społeczeństwa, która z okazji ostatnich wyborów parlamentarnych pokazała urnom porażające bladeścią zadki. Siedząc na brzegu sedesu, Hortensja zadawała sobie pytanie o granice narodowej głupoty, ale szybko się zrelektowała. Przecież to jest Polska. Tu jest MIŚ. Tylko teraz taki jakby mało śmieszny z tym swoim odlepionym oczkiem, bo przecież nie wiadomo, co spod tej słomy jeszcze wyskoczy.

Kurwa, pomyślała Hortensja po wyczerpaniu zasobów kanalików łzowych przeznaczonych na jeden dramatyczny występ, po prostu kurwa. Poczucie bezsilności i irytacji powoli ustępowało chęci zalania kartki papieru sarkastycznym słowotokiem. Czyżby wena postanowiła wrócić z wakacji?

Hortensja szybko się ogarnęła i przystąpiła do pisania listu adresowanego do kancelarii pana premiera. Słowa dosłownie same wyskakiwały spod pióra. Hortensja upajała się swym ciętym językiem przesiąkniętym cynizmem. Przedstawiła kilka propozycji, które rząd mógłby w najbliższym czasie wdrożyć w praktykę. Wśród nich znalazły się między innymi:

1. Uznanie owsianki za potrawę satanistyczną z uwagi na jej nazwę wyraźnie kojarzącą się z Owsiakiem, który – jak doskonale wiadomo – jest wicherzycielem, złodziejem i wrogiem Kościoła katolickiego w Polsce.
2. Zakazanie kobietom jazdy na rowerze, ponieważ bezpośredni kontakt krocza z siodełkiem wywołuje u nich niezdrowe podniecenie i negatywnie wpływa na ich możliwości rozrodcze.
3. Wprowadzenie klauzuli sumienia dla sprzedawców zatrudnionych w sklepach handlujących takimi warzywami jak ogórek, cukinia, bakłażan itp. Sprzedawca powinien mieć prawo odmówić wydania tychże produktów klientom, gdyż ich kształt może przywołać na myśl fallusa, w związku z czym zachodzi podejrzenie, iż nie będą wykorzystywane one do celów konsumpcyjnych.



4. Zakazanie trzymania zwierząt w domu, bo ludzie, zamiast iść w niedzielę na mszę, wolą wybrać się z psem na spacer czy pobawić z kotem.
5. Wprowadzenie zakazu sprzedaży jakichkolwiek produktów zawierających zioła, albowiem ich stosowanie nie jest niczym innym, jak propagowaniem praktyk pogańskich. A poza tym każdy światły człowiek przecież wie, że zioła szkodzą i są trujące – i nawet taka niewinna bazylia kusząca aromatem niczym diabeł może doprowadzić do utraty zmysłów.
6. Zakazanie sprzedaży owoców, gdyż ich spożycie powoduje wzrost patologicznych postaw w społeczeństwie, czego doskonałym przykładem jest coraz większa liczba ataków na obywateli dokonywanych przez psychopatów dzierżących w garściach maliny, morele, banany itp. Policyjne statystyki biją na alarm!

**SILNE.**

Zadowolona ze swego dzieła Hortensja zapakowała list do koperty i w podskokach pognąła na pocztę, radośnie mruczając pod nosem piosnkę własnego autorstwa: „Jestem ciocia dobra zmiana, dziś wygnam z ciebie szatana, tralala”. Jednakże w drodze powrotnej do domu Hortensja doznała nagłego ataku refleksji. Kurwa, a co jeśli oni to wezmą na serio?! Przystanęła, podumała, po czym klęknęła na chodniku i z całej siły przywaliła czołem o krawężnik. Profilaktycznie. Żeby podobne pomysły już więcej jej do głowy nie przychodziły.

Monika Dudzik

*Kobieta, która nie godzi się na przedmiotowe traktowanie kobiet i narzucanie im z palca wyspanych ideałów. Miłośniczka książek i seriali, pasjonatka rękodzieła artystycznego i fotografii.*



# ja, prawdziwa polka, piszę do polityków

**SILNE.**

Kreślę niniejsze słowa z nieukrywanym wzruszeniem, od którego aż łzy mi się oczach zbierają. Są to łzy radości, gdyż wreszcie doczekałam wspańiałych czasów w mej ukochanej ojczyźnie, kiedy w końcu ktoś postanowił zrobić porządek z szerzącym się wszędzie dziwkarstwem, plugastwem i bezceństwami, które porządnym ludziom mącą w głowach i kierują ich na złą drogę.

Nie umiem wyrazić swej wdzięczności dla tych, którzy dla mnie – kobiety będącej jedynie puchem marnym – chcą jak najlepiej. Jako istota krucha i zagubiona nie miałam pojęcia, co dla mnie jest odpowiednie, aż pojawili się ci, co wskazali mi właściwy kierunek.

Uważam, iż każda moja rodaczka powinna uzmysłwić sobie, iż sensem istnienia kobiety jest służba społeczeństwu poprzez stanie na straży domowego ogniska i rodzenie dzieci. Tylko Polka, która to rozumie i z pokorą przyjmuje, ma prawo określać się mianem prawdziwej Polki. Reszta to wywrotowa hałastra, którą należy tępić wszelakimi możliwymi sposobami.

Specjalnie dla was, drodzy politycy, ośmieliłam się przygotować kilka propozycji, które z pewnością pomogą w przywróceniu naturalnego ładu w tym kraju, bo to, co już się tu wyprawia, jest wręcz nie do pomyślenia i trzeba jak najprędzej się z tym rozprawić.

Po pierwsze – zakazać sprzedaży antykoncepcji w jakiejkolwiek formie, z prezerwatywami włącznie. Jednocześnie należy zobligować przedstawicielki płci żeńskiej w wieku rozrodczym do prowadzenia kalendarzyka. Po to oczywiście, by dni płodne zostały efektywnie wykorzystane.



Po drugie – zobowiązać Polki w wieku rozrodczym do urodzenia minimum dziesięciorga zdrowych dzieci. Nie muszę chyba dodawać, że w rachubę wchodzi wyłącznie poród siłami natury bez jakiegokolwiek znieczulenia. Odstępstwa od tych zasad powinny być surowo karane.

Po trzecie – przestać uznawać gwałt za przestępstwo. Zrozumcie, kobiety, gwałcielem to wasz dobroczyńca i dawca cennego nasienia, dzięki któremu sprowadzicie na świat kolejne dziecko. Przestańcie więc być hipokrytkami – przecież zakładacie kuse spódniczki i wydekoltowane bluzki właśnie po to, by prowokować i zachęcać potencjalnych sprawców.

Po czwarte – obowiązkowe obrzezanie kobiet. Seks ma służyć jedynie prokreacji, a nie przyjemności. Należy więc zrobić wszystko, by pozbawić Polki możliwości przeżywania orgazmu.

Po piąte – raz w tygodniu poddawać kobietę w wieku rozrodczym obowiązkowym badaniom mającym na celu sprawdzić, czy jest lub była w ciąży. Badanie powinno być przeprowadzone w obecności komisji składającej się z reprezentantów władzy świeckiej i kościelnej przez ginekologa specjalnie powołanego na tę okoliczność przez ową komisję.

Po szóste – w każdym polskim domu zainstalować monitoring, by mieć baczność na to, w jaki sposób Polki podchodzą do kwestii współżycia. Jeśli odmawiają go mężczyznom, należy je pociągać do odpowiedzialności karnej i poddawać przymusowemu zapłodnieniu.

Po siódme – wydać zakaz przekraczania przez Polki granic kraju. Jeżdżą za granicę wszak wyłącznie po to, by się wyskrobać lub nażreć wczesnoporonnych tabletek dostępnych w wielu państwach bez recepty.

Po ósme – odebrać Polkom prawa wyborcze i odciąć je od życia publicznego. Skończy się wtedy te durne rumakowanie oraz pieprzenie o różnych przywilejach czy godności.

Drodzy politycy! Zwracam się do was z gorącym apelem o to, aby wasze żony, córki, siostry, przyjaciółki i kochanki posłużyły innym Polkom za dobry przykład. Pchnijcie je w objęcia gwałcicieli! Pozwólcie umrzeć wskutek ciąży stanowiącej zagrożenie dla życia! Przeczolągajcie na kolanach przez zacne i sprawiedliwe sądy, gdy zdarzy się im poronić lub urodzić martwe dziecko! Niech świecą przykładem w imię słusznej sprawy! Jestem przekonana, że dzięki temu Polki z miłą chęcią i promiennym uśmiechem na ustach rozchylą swe uda przed tymi, którzy chcą wejść między nie z głębokim, dynastycznym przesłaniem.

To pisałam ja, prawdziwa Polka, szczerze oddana Idalia Ciemnopolska z Wypiżdżewia Dolnego.

*Monika Dudzik*

*Kobieta, która nie godzi się na przedmiotowe traktowanie kobiet i narzucanie im z palca wyssanych ideałów. Miłośniczka książek i seriali, pasjonatka rękodzieła artystycznego i fotografii.*

**SILNE.**

# każdx ma szansę, masz i ty

**SILNE.**

*If tomorrow, women woke up and decided they really liked their bodies, just think how many industries would go out of business (Pomyślcie, jak wiele przemysłów poszłoby z torbami jeśli jutro kobiety obudziłyby się i zdecydowały, że lubią swoje ciała) – Gail Dines,*

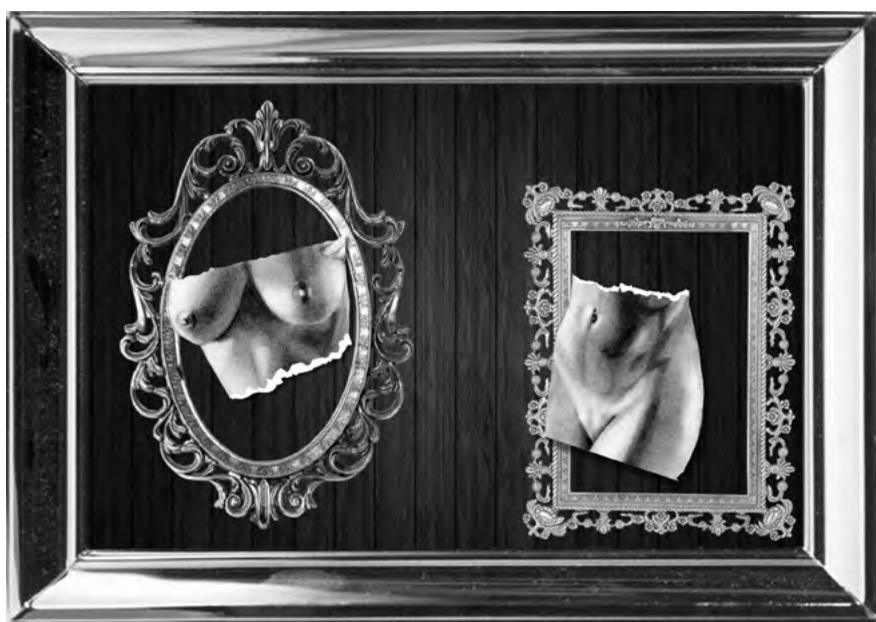
Jakieś pięć lat temu pierwszy raz usłyszałam cytaty powyżej. Cytat dał mi wiele do myślenia. O jakie przemysły chodzi?

W świecie korpo i w międzynarodowych mediach mówimy o przemyśle beauty, czyli przemyśle piękna. Przemysł mody, zdecydowanie, te wszystkie bielizny kryjące, wymyślone mankamenty, na przykład zdrowe ciało i skórę, brzuch, który istnieje, spodnie wydłużające nogi, te, które broń buk nie mogą być noszone przez kogoś poniżej 178 cm wzrostu. Przemysł spożywczy z produktami lajt, o obniżonej wartości tłuszczu i z całym szajsem aspartamu i syropu fruktozowo-glukozowego, a także wszechproduktami z wysoką zawartością błonnika i mniej niż 200 kcal na 100 gram. Czoło tej łodzi niewoli umysłów zajmuje przemysł farmakologiczny i medycyna estetyczna (tam można dostać wszystko, zmniejszyć żołądek, wyciąć żebra tak jak Marylin Monroe, która cierpiała na endometriozę i miała wiele poronień oraz była zabawką mediów, ale za to jaką piękną) zdobyć tabletki na ograniczenie łaknienia i specjalne produkty na szybkie spalanie, a w przypadku nagłej potrzeby także na przeczyszczenie.

Założenie wyboru tego, jak myślimy o sobie jest dla mnie tak nietrafione jak klapki w listopadzie w Polsce. O jakim wyborze możemy realnie mówić, jeśli odkąd oglądamy bajki i telewizję oraz chodzimy do przedszkola, szkoły Nasze mózgi bombardowane są przez treści stygmatyzujące określony wygląd, określające normy, cele dotyczące stylu i wyglądu, od oczu i nosa po brzuch, policzki i stopy. Wiążąc nierozłącznie lepiej niż kredyt na dom Nasze poczucie wartości z wybajdurzonym przez media wyglądem.

Jeśli prześledzimy historię kanonów piękna, swoją drogą jak szkodliwy jest to twór wie każda osoba odstająca od obecnego kanonu, z pewną łatwością zauważymy brak stabilności w postrzeganiu piękna kobiecego.

Kobiecość jest kolorowa, i tak jak na poziomie Drag Queens mnie zachwyca, tak jednocześnie zastanawia, że trans kobiecość prezentuje ten normcore narzucony kobietom przez media. Kobiecość z falbankami, makijażem, kolorowymi paznokciami, na szpilkach, która jest wdzięczna i urocza, flirciarska i zalotna.



**SILNE.**

Czasem zastanawiam się, czy to może być droga do wyzwolenia, nie znam odpowiedzi. Nie mam zdania, tylko zauważam, że ta kobiecość jest bardzo brokatowa i stylowa, a to tylko jedna z wielu form na bycie.

Nie ujmuje Twojej tożsamości żaden krój, kolor ani lakier do paznokci. Jeśli nie malujesz paznokci, to także jest ok. Jest tak samo Twoim wyborem jak moim moje szpony kolorowe.

Kiedy zaczęłaś się porównywać do innych? Czy pamiętasz ten moment? Czy pamiętasz ten moment, kiedy ktoś powiedział Ci, jaka jesteś? Dlaczego nie możesz, nie mogłabyś być modelką albo baletnicą albo nauczycielką?

Czy kojarzysz te momenty kiedy Twój wygląd oznaczono?

By dalej oznaczać bezterminowy proces porównywania, dążenia i nieosiągnięcia celu bycia w kanonie.

Kanon na wczoraj i kanon na jutro to mogą być całkowicie różne brwi, na ten przykład. Taaaaak, brwi mogą być gęste lub nie, jasne i ciemne, cienkie i grube, mogą także mieć różne kolory. I przede wszystkim mają kształty. Z reguły mamy brwi bo mamy, z jakiejś genetycznej loterii i tyle. One po prostu są. Ale postaci w bajkach i serialach są wystylizowane nawet w wieku 10+. Media dla nastolatek promują już nie tylko gadżety, ale pewien look. Waga, proporcje, spodnie, bluzki, fryzura i brwi. Od jaśkółek, super cienkich jak w latach 20. XX wieku, po ciemne i krzaczaste.

Nie ma fizycznie żadnej osoby, która wpasowywałaby się w każdy moment i każdy typ, urody.

Sama idea typów urody także ogranicza, bo są cztery pory roku, a wiecie co jeszcze jest mieszane? Typy. Tak, takie niedoskonałe, które o zgrozo nie mogą się wpasować w żaden typ.

OLABOGA, OLABOGINII, jak żyć?

### **SILNE.**

A te wszystkie niewpasowalności w sztucznie stworzone ramy przemywane na okładkach czasopism, które czasem mijamy mimochodem po gumy w Relay lub Żabce, widzimy na wysoce sfotoszopowanych billboardach ze stylówkami za 99 PLN lub 1399 PLN, widzimy na filtrowanych i retuszowanych przez system w smartfonie fotkach na IG, one wszystkie, one wszystkie są nie tylko tworzone w Nas, ale także karmione, gdy chcąc przymierzyć spodnie z wysokim stanem okazuje się, że Twoje cudne biodra sprawiają, że ich pas nie przylega do Twego ciała tylko odstaje, gdy idziesz na laminację brwi, a one jednak mają to w pompie i każda idzie w swoją stronę, gdy chcesz chodzić w tenisówkach, a Twój partner mówi, że uwielbia czerwone szpilki, jak te które widział na nogach gwiazdy filmu *Atomic Blonde*.

Te niewpasowalności czerpią z Twoich kompleksów, które same inicjują i karmią, a zarabiają na tym nie tylko sprzedawczynie i sprzedawcy, projektanci/coraz częściej projektantki/wielkie korporacje i agencje reklamowe, ale co ważne zarabiają na tym osoby, którym nie zabraknie nigdy środków do życia i które nie dbają o szwaczki w Bangladeszu i Indonezji ani trochę.

Więc o jakim wyborze możemy mówić, tak całkowicie uczciwie?

Moim zdaniem możemy mówić o swoistym buncie, o wyborze oporu, wyborze rezygnacji z podążania za trendami, modą, nieśledzeniu kont influenserek i influencerów, makijażystów i makijażystek z YouTube'a.

O wyborze niedyskutowania i nieporównywania, niekomentowania cudzej wagi, stylu, wyzywania się dawania uwag zbędnych i wiecznie dotyczących wyglądu. Możemy mówić o sobie i innych dobrze i mówić fajne i dobre rzeczy, a jak nie mamy nic do powiedzenia poza komentarzem nowych spodni lub makijażu lub pandemicznych zmian w kształcie ciała, mówmy nic, mówmy mniej nieprzychylnych ocen, komentarzy, także do siebie.

Niedoskonale wspaniałe i dobre dla siebie, lepsze, bez presji, że od razu mamy być wolne od wszystkiego i dla odmiany jednocześnie ściśnienione, bo znowu robimy coś nie tak.

Wszystko z Tobą ok, bądź woln*x*, ten tekst to tylko albo aż zbiór informacji i refleksji z nadzieją, że zobaczysz, jak*x* jesteś fajn*x* i że nie musisz kupić tego podkładu koniecznie, jesteś ok i masz wybór, teraz.

*Emilia Szulc*

# niby takie same, a tak różne

**SILNE.**

Dialog przeprowadziły dwie kobiety przed trzydziestką: jedna z wykształceniem średnim, wychowana w rodzinie katolickiej w mieście (Pani M), druga z wykształceniem wyższym finansowym, wychowana w rodzinie katolickiej na wsi (Pani W). Kobiety wychowały się w latach 90, więc wpływ kultury na ich zachowanie, osądy czy wyobrażenie świata i swojej przyszłości jest taki sam.

Obie oglądały wieczorynkę, później VIVE czy MTV, telefony komórkowe czy komputer z Internetem miały już jako nastolatki. Pani M ma młodszą niepełnosprawną siostrę, Pani W jest najmłodsza z trójki rodzeństwa. Obie wychowały się w pełnych rodzinach, lecz stosunek Pani W do rodziców jest zupełnie odmienny od stosunku Pani M.

Obie kobiety uczęszczały do kościoła co niedziele oraz w każde święta. Pani M do około 13 roku życia również udzielała się bardzo aktywnie w życiu społeczności kościelnej – śpiewała w scholii, uczestniczyła w zajęciach plastycznych na plebanii, jeździła na ferie zimowe. Pani M wychowała się w klasie średniej robotniczej – w ich domu nigdy się nie przelewało. Mama nie pracowała opiekując się chorą córką, a tata pracował przede wszystkim fizycznie nie rozwijając się czy awansując.

Pani M poszła na studia dzienne od razu po napisaniu matury, nie dała rady jednocześnie pracować i studiować. Pani W wychowała się w rodzinie, w której oprócz prowadzenia gospodarstwa, sprzedaży produktów rolnych rodzice pracowali również zawodowo. Podczas studiów nie pracowała, jedynie pomagała w wakacje w prowadzeniu gospodarstwa, co zdecydowanie pomagało w osiągnięciu wysokich wyników w nauce.

Poniższy dialog to fragmenty rozmów przeprowadzonych w przeciągu trzech lat znajomości w neutralnym środowisku. Pokazuje różnice i wpływ religii oraz środowiska na odbieranie rzeczywistości. Każda osoba ma swój bagaż doświadczeń i każda ma prawo inaczej postrzegać świat (to jest piękna cecha ludzkości).

Pytanie jednak brzmi, co wpływa na tak różny osąd chociaż warunki dorastania były podobne? Czy jednak dyplom uczelni wyższej o niczym nie świadczy? Po co wszyscy chcą mieć świadectwo uczelni wyższej skoro nie wpływa ono na naszą „światowość”? Czy miejsce zamieszkania ma aż takie znaczenie? Przecież wiele osób z małych miejscowości ma niesamowicie otwarty umysł, tworzy przepiękną przestrzeń wokół siebie i odnosi się z szacunkiem nawet do tego co nieznanne. Jednocześnie wiele osób z wielkich miast jest zaślepionych w swoich poglądach i nie dopuszczają do siebie innych możliwości, wręcz narzucając siłą swoją wizję i poglądy. To może jednak religia ma taki wpływ na postrzeganie tego co nas otacza oraz przyjmowanie osądów innych jako swoje? Może samodzielne

## widzę słyszę mówię

---

myślenie, zadawanie pytań i ciekawość jest spowodowana temperamentem i środowisko nie ma z tym nic wspólnego? A może właśnie wszystko ma znaczenie i każdy element w jakiś sposób nas kształtuje?

**SILNE.** Do jakiego momentu można zmienić swoje przekonania i czy w ogóle można?

**Pani M:** Mój kolega gej zabrał mnie ostatnio na zakupy, chodziliśmy po sklepach by wybrać idealny stój do nowej pracy.

**Pani W:** Jak gej to pewnie jakieś pedalskie rurki. Żaden normalny facet by czegoś takiego nie założył. Tak samo jak widziałam ostatnio filmik, jak facet się maluje. Przecież to chore, czego Ci durni ludzie już nie wymyślą

**Pani M:** Znasz jakąś osobę homoseksualną?

**Pani W:** Nie, w moim otoczeniu są same zdrowe osoby, wiesz skoro tylko jakiś odsetek osób jest homo to raczej musi to być jakaś choroba, ale nie znam żadnych badań, wiem swoje.

**Pani M:** Przeglądałam dzisiaj programy wyborcze różnych kandydatów.

**Pani W:** Ja jestem apolityczna, mnie to nie dotyczy i nie wpływa na moje życie.

**Pani M:** Byłam wczoraj na protestach, to chore co się dzieje, cieszę się, że tyle osób wyszło na ulice, czuje się moc.

**Pani W:** Oczywiście prawo aborcyjne powinno zostać takie jakie jest, mężczyźni nie powinni o tym decydować. Mam znajomą, która ma chorego syna podłączonego pod respirator, oni nie rozumieją co ona przeżywa jak np. jest burza i martwi się, że jak zerwie się trakcja jej dziecko może nie przeżyć. Ci rządzący są nienormalni.

**Pani M:** Dlaczego ludzie nie rozumieją, że narażają siebie i bliskich chodząc do kościoła podczas pandemii, przecież porozmawiać z bogiem można wszędzie.

**Pani W:** A niby jak w domu przyjmiesz komunię? Ja to jeszcze zrozumieć, bo jestem młoda, a taka babcia co od 70 lat chodzi do kościoła? Co to za komunie, jeśli nie mogę wejść do kościoła jako chrestna.

**Pani M:** Bardzo żałuję, że nie miałam w szkole etyki. Religia z księdzem była w porządku, ale niczego nie wniosła do mojego życia, wszystko wiedziałam już wcześniej, a na problematyczne pytania ksiądz nie potrafił mi odpowiedzieć.

**Pani W:** Religia jest Ci potrzebna. Skąd byś wiedziała co jest moralne, a co nie? Jak inaczej się dowiedzieć co jest dobre, a co złe jak nie z religii? Ludzie niewierzący są niemoralni.

**Pani M:** Wybierasz się na wesele w ten weekend? Ten ślub nie miał być jakoś na jesień? Po za tym w lutym? Przecież ten miesiąc nie ma literki r.



**Pani W:** Miał być później, ale jesienią będzie rodzić, a teraz nie widać jeszcze brzucha. A ślub nie może być w marcu bo wtedy jest post, my katolicy nie robimy imprez w wielki post. Ja tam się cieszę, że będzie teraz bo my z chłopakiem też właśnie dowiedzieliśmy się, że jestem w ciąży, nie będę musiała nowej sukienki kupować.

**SILNE.**

**Pani M:** Ja nie zdecydowałabym się na dziecko z partnerem, który jest ciągle zagranicą. Poza tym trzeba to czuć, ja nie czuję się gotowa do roli mamy, to wielka odpowiedzialność, a ludzkość nie potrafi zadbać o klimat, a sprowadza ciągle nowych ludzi na świat.

**Pani W:** Rolą kobiety jest urodzić dzieci i być matką, do tego została stworzona. Każda kobieta, która z własnej woli nie chce mieć dzieci nie jest prawdziwą kobietą. Tę rolę dostałyśmy od boga, tak zostałyśmy zaprojektowane czy nam się to podoba czy nie.

**Pani M:** Wczoraj się śmiałam z moją mamą, że ma jakieś dziwne fluidy, za każdym razem jak wchodziła do pokoju jak robiłam coś na komputerze to wszystko się zawieszało, teraz mojej siostrze robi tak samo, chociaż komputer jest nowy. Ale jak mama siada do komputera to wszystko chodzi sprawnie, ale może to dlatego, że robi to wolniej.

**Pani W:** Moja mama jest tak głupia, że i tak nie siada do komputera bo i tak tata wszystko załatwia, ona nawet papierów urzędowych nie wypełnia bez taty.

**Pani M:** Jak skończę 35 lat będę startować na prezydenta RP, ten kraj potrzebuje nowego powiewu, potrzebuje silnej kobiety.

**Pani W:** No nie wiem czy ja bym na Ciebie zagłosowała, skoro nie wierzysz w mojego boga, nie będziesz szanowała moich wierzeń, poglądów i obrządków.

*Paulina*

# jest nadzieja

**SILNE.**

Było już ze mną tak źle, że znów trafiłam do kliniki. Tym razem innej – do najstarszej prywatnej kliniki w pięknym kraju, w którym mieszkam. O dziwo pobyt opłacany jest z ogólnego ubezpieczenia. Okazało się, że można inaczej. Podejście do pacjenta – zawsze mamy dla ciebie czas, by cię wysłuchać, uczyć się ciebie, jak najlepiej cię zrozumieć, by jak najtrafniej ci pomóc. Nauczymy cię i wesprzemy w ćwiczeniu nowych strategii radzenia sobie w kryzysie. Plus – rozbudowanie diagnozy i zmiana leków, które w zasadzie zmieniły wszystko.

Od trzech tygodni nie dręczą mnie już zwidy i urojenia. Wahania nastrojów zniknęły. Doświadczam tylko lęku, ale uzbrojona w nowe sposoby radzenia sobie z nim – techniki oddechowe, mindfulness, aromaterapia, muzykoterapia, piłka relaksacyjna, kąpiele rozluźniające – potrafię go opanować, gdy jest na poziomie „opanowalnym”. Gdy nie jest, sięgam po tabletkę uspokajającą.

Jak dzisiaj.

Nigdy nie przypuszczałam, że będę chciała zostać dłużej w klinice psychiatrycznej, zamiast chcieć uciekać z niej po dwóch dniach. Trafiłam na początek na oddział interwencyjny dla potencjalnych samobójców. *Brzozowy Dom*, tak się nazywał. Bezpieczeństwo przede wszystkim. Uroczy spacerniak z brzozą pośrodku. Zakaz samodzielnego wychodzenia – mogę, ale z asystą. Potem stopniowe rozluźnianie zasad, gdy zacznę się czuć lepiej. Następnie przenosiny na piętro dla stabilniejszych pacjentów i możliwość odbywania długich, samotnych spacerów z widokiem na ośnieżone Alpy. Krok za krokiem w kierunku samodzielności. Pierwsza sobota w domu. Następnie, już przed planowanym wyjściem, weekend w domu z noclegiem. Nagle nie ma permanentnie dostępnej obsługi medycznej. Strach. Mój mąż nie jest moim pielęgniarzem. Jak to będzie?... Było dobrze.

Program na oddziale interwencyjnym był okrojony, ale i tak intensywniejszy, niż się spodziewałam. Cztery razy w tygodniu – wizyta lekarska. Dwa razy w tygodniu – terapia indywidualna. Raz w tygodniu – psychoedukacja.



*accepting  
who you are  
can be a heavy burden to carry*

Do tego arteterapia i terapia ruchowa, dostęp do siłowni i tak piękne ulokowanie kliniki na wsi, że można uprawiać jogging pośród pól i lasów.

Moje bezpieczne miejsce.

Na terapii otworzyłyśmy z dr J. bardzo dawne rany, wracając do domu nie chciałam ich zbyt szybko znów obudować zbroją, lecz pozwolić im się powoli zablizniać. Boli, ale idę do przodu, nierównym wprawdzie krokiem, lecz w przód.

Przed pobytem w klinice nie miałam już nadziei na wyzdrowienie – ba, nawet na zdrowienie. Teraz mam. Tyle osób we mnie wierzy, że nawet ja zaczęłam wierzyć w siebie. Jest nadzieja – w nowej diagnozie, trafniejszych lekach i nowym podejściu. Choć jestem skomplikowanym przypadkiem, bo są we mnie ślady i schizofrenii, i choroby dwubiegunowej, i zaburzeń ze spektrum borderline. Gdy ten ostatni element wskoczył na miejsce, otwały mi się oczy i zaczęłam rozumieć dynamikę mojego związku, relacji z innymi, własnych emocji i reakcji, gier w poczucie winy i tendencji samobójczych, obezwładniającego poczucia pustki i samotności – do granic wytrzymałości.

Ten fragment układanki jest jak mapa, gdy przeżywam skrajne emocje, usiłuję się na niej znaleźć. Ach, więc teraz dzieje się to. Tak, za chwilę zacznie się to. Oddychamy. Przepuszczamy. Uruchamiamy wewnętrzne wojowniczeki, by zatrzymały lawinę wspomnień, żalu czy ogromnego lęku. Jestem dorosła. Jestem teraz bezpieczna. Jestem tutaj, we własnym domu. Nic mi nie grozi. Jestem dorosła. Jestem teraz bezpieczna, jestem tutaj... Moja mantra codzienna.

Ogrom pracy wykonują za mnie moje sny. Sny pełnią zwykle funkcję kompensacyjną, pokazując to, do czego nie mamy dostępu na jawie, prowadzą nas krok głębiej, krok dalej, posuwając nas w procesie zdrowienia lub zwracając uwagę na coś, o czym po drodze zapomnieliśmy. Śnią mi się więc i sny wspierające, i koszmary senne, dobijające się niewygodnymi treściami, bym przypadkiem nie zapomniała ich wziąć ze sobą w tę podróż zdrowienia. Bądź uważna, mówią. Bądź trzeźwa. Bądź w kontakcie ze sobą. Bądź świadoma.

Myślę o tych z was, które przeżywają kryzysy psychiczne bądź cierpią na zaburzenia psychiczne. Proszę, walczcie o prawidłową diagnozę. Testujcie z lekarzami leki, aż natraficie na takie, które faktycznie przynoszą wam ulgę, a nie są tylko „typowym lekiem w tej sytuacji”. Nalegajcie na to,



**SILNE.**

## straciłam głowę

---

by uczono was umiejętności radzenia sobie z emocjami, natrętnymi myślami, niepokojem i lękiem. Wszystkie na to zasługujemy. Nie dajcie sobie wypisać recepty i odesłać do domu. Walczcie o siebie. Czytajcie, edukujcie się z siebie samych.

**SILNE.** Jest nadzieja.

Zuzanna Korońska

*Pisarka, autorka książki „Ja i inni wariaci” (Edipresse), psycholożka, graficzka, prowadzi bloga [www.bipolarlandscape.com](http://www.bipolarlandscape.com). Autorka i narratorka cyklu podcastów łączących światy zdrowia i zaburzeń psychicznych: <https://www.youtube.com/channel/UCeEA-T2v-gwj6NdcGbMTFBLw>*

# złość

Z powodu pewnych wydarzeń sprzed ponad trzydziestu kilku lat, moja złość skierowała się głównie do środka. Podziwiam wszystkie z was, które potrafią się wydrzeć, wykrzyknąć swoją złość, niezgodę, protest – zaznaczyć tą złością wasz teren, na który wchodzić nie wolno. Moja złość jest cicha i raczej złowieszcza. W najlepszym przypadku płaczę z napięcia. W najgorszym zadaję sobie ból – bo przecież wszystko to i tak moja wina.

Moja siostra jest mistrzynią reagowania w złości. Jest dla mnie niedosięglym wzorem w tym zakresie. Potrafi być agresywna. Ja marzę o tym, by to potrafić, zamiast przeproszająco się tłumaczyć, krztusić czy zamrażać wszystkie emocje w jednym momencie.

A jaką ty masz relację ze swoją złością?

Lubisz być zła?

Boisz się być zła?

Nie potrafisz być zła, wściekła?

Cięte riposty przychodzą do ciebie zawsze po czasie?

Złość to bardzo użyteczna emocja. Broni granic. Broni wartości. Broni potrzeb. Ale jak się do niej zabrać, skoro podchodzimy do niej jak pies do jeża?

Jak mawiają tu, gdzie mieszkam: krok za krokiem:

**Krok 1:** zauważam, co się dzieje w moim ciele. Napięcie mięśni. Poruszenie. Twarz mi się napina. Łapię się na tym, że zaciskam pięści.

**Krok 2:** identyfikuję to jako złość czy wściekłość. Tak, właśnie to teraz czuję.

**Krok 3:** zaczynam ze sobą rozmawiać: co się stało? Albo właśnie: co się nie stało?

**Krok 4:** badam moje potrzeby. Które zostały podeptane albo zignorowane? Potrzeba szacunku – dla mnie samej, dla kogoś, dla moich wartości?

Bezpieczeństwa? Bycia wziętą pod uwagę? Spokoju? Relaksu? Bycia usłyszaną? Bycia dla kogoś ważną?

Krok 5: Reakcja. Tu – do wyboru, do koloru. Być może samo uświadomienie sobie zaniedbanych potrzeb rozbroi twoje pięści. Być może masz ochotę wykrzyknąć coś do kogoś, poboksować materac, iść pobiegać, napisać protest song, namalować swoją niezgodę, pójść na protest, zrobić happening. Zrób to.

**SILNE.**

Zauważyłam, że gromadząca się, niezadresowana złość ma tendencje eksplozywne. Lub implozywne, i wtedy jest jeszcze groźniejsza, zatruwając nas od środka goryczą i poczuciem bezradności.

Dziewuchy, złośćmy się. Świat będzie od tego zdrowszy.

Zuzanna Korońska

Pisarka, autorka książki „Ja i inni wariaci” (Edipresse), psycholożka, graficzka, prowadzi bloga [www.bipolarlandscape.com](http://www.bipolarlandscape.com). Autorka i narratorka cyklu podcastów łączących światy zdrowia i zaburzeń psychicznych: <https://www.youtube.com/channel/UCeEA-T2v-gwj6NdcGbMTFBLv>



# aborcja – gdzie szukać pomocy

**SILNE.**

Poradnik Federacji na rzecz Kobiet i Planowania Rodziny o dostępie do aborcji



Federacja  
na rzecz  
Kobiet  
i Planowania  
Rodziny

Chcę przerwać ciążę, bo:

1. jestem w niechcianej ciąży
2. w mojej ciąży zdiagnozowano ciężkie i nieodwracalne wady płodu
3. ciąża zagraża mojemu zdrowiu fizycznemu/psychicznemu
4. ciąża jest wynikiem czynu zabronionego

Masz pytanie lub wątpliwość? Potrzebujesz interwencji? Skontaktuj się z nami: [federacja@federa.org.pl](mailto:federacja@federa.org.pl), tel. 22 635 93 95, 501 694 202

Dyżury pomocowe ginekolożek:

- środa 16:00-20:00 – tel. 22 635 93 92
- sobota 16:00-19:00 – tel. 513 086 230
- (+ również mailowo – [ginekolozki@federa.org.pl](mailto:ginekolozki@federa.org.pl))

Kontakt do prawniczki: [prawniczka@federa.org.pl](mailto:prawniczka@federa.org.pl), tel. 663 107 939

**WAŻNE!** Wszystkie podane niżej opcje są legalne i bezpieczne dla osoby w ciąży. Osoba w ciąży nigdy nie jest karana za swoją aborcję. Bez względu na powód, metodę czy miejsce aborcji. Jeśli masz jakieś wątpliwości lub szczególną sytuację zdrowotną – zapytaj i skonsultuj.

## Ad. 1 – jestem w niechcianej ciąży

### Metoda farmakologiczna

Ciążę można przerwać metodą farmakologiczną w domu. To ta sama metoda, którą stosuje się w polskich szpitalach.

Zestaw poronny (misoprostol i mifepriston) można zamówić u grup pomocowych:

[WOMEN HELP WOMEN](http://womenhelp.org) – [info@womenhelp.org](mailto:info@womenhelp.org)

- do aborcji do końca 10. tygodnia ciąży. Po tym terminie kobiety w ciąży mogą liczyć na porady i wsparcie, gdyż WHW współpracuje z organizacjami działającymi poza granicami Polski.

[WOMEN ON WEB](http://womenonweb.org) – [info@womenonweb.org](mailto:info@womenonweb.org)

- do aborcji do 10. tygodnia ciąży, w II trymestrze dla osób z Polski w ciąży z wadami płodu DARMOWY zestaw wraz z konsultacją lekarską.

Przed aborcją warto się zapoznać z naszą [Broszurą o aborcji farmakologicznej](#).

Aborcja domowa metodą farmakologiczną jest możliwa do 23. tygodnia ciąży (samodzielności płodu do przeżycia poza organizmem osoby w ciąży). Po tym terminie można narazić się na zarzut dzieciobójstwa.

Wsparcia w aborcjach udzielają:

- [KOBIEITY W SIECI](mailto:administracja@maszwybor.net) – [administracja@maszwybor.net](mailto:administracja@maszwybor.net), tel. 725 892 134, **SILNE.**
- [ABORCYJNY DREAM TEAM](mailto:kontakt@aborcyjnydreamteam.pl) – [kontakt@aborcyjnydreamteam.pl](mailto:kontakt@aborcyjnydreamteam.pl).

### **Wyjazd za granicę**

Możliwy jest też wyjazd do kliniki zagranicznej. Przy ciążach w I trymestrze polecana jest jednak aborcja domowa.

Wsparcia w wyjazdach za granicę udziela

- [ABORCJA BEZ GRANIC](#) – +48 22 29 22 597 (możliwość refundacji kosztów zabiegu ze środków [Abortion Support Network](#)).

ORGANIZACJE/KOLEKTYWY POMOCOWE ZA GRANICĄ (pomoc w tłumaczeniu, zakwaterowaniu, itp.):

- Berlin: [Ciocia Basia](#) – [ciocia.basia@riseup.net](mailto:ciocia.basia@riseup.net), tel. 22 39 70 500
- Wiedeń: [Ciocia Wienia](#) – [ciocia-wienia@riseup.net](mailto:ciocia-wienia@riseup.net)
- Amsterdam – [anamsterdam@riseup.net](mailto:anamsterdam@riseup.net)
- Czechy: [Ciocia Czesia](#) – [ciocia\\_czesia@riseup.net](mailto:ciocia_czesia@riseup.net)
- Szwecja: [ReproAdvice](#) – [se.sisterhood@gmail.com](mailto:se.sisterhood@gmail.com)

### **Ad. 2 – w mojej ciąży zdiagnozowano ciężkie i nieodwracalne wady płodu**

Po opublikowaniu pseudowyroku Trybunału Konstytucyjnego o sygn. akt K 1/20, czyli od dnia 27 stycznia 2021 roku aborcja z powodu wad płodu jest niemożliwa w publicznym szpitalu w Polsce.

Są jednak inne możliwości.

#### **Zagrożenie zdrowia/życia pacjentki w ciąży:**

Aborcja w Polsce dostępna jest ze względu na zły stan psychiczny lub fizyczny osoby w ciąży. Ciąże z ciężko i nieodwracalnie uszkodzonym płodem są ciążami podwyższonego ryzyka. Są też wielkim obciążeniem psychicznym dla pacjentki, mogą powodować depresję i traumę.

Żeby przerwać ciążę z tej przesłanki potrzebujesz:

- w przypadku zagrożenia zdrowia fizycznego – opinii/zaświadczenia od lekarza specjalisty od choroby, na którą cierpi osoba w ciąży (np. kardiolog, onkolog) lub dowolny, który stwierdza zagrożenie życia.
- w przypadku zagrożenia zdrowia psychicznego – opinii/zaświadczenia od lekarza specjalisty z dziedziny psychiatrii.

#### **Jeśli nie wiesz:**

- do jakiego psychiatry się zgłosić,
- który szpital respektuje takie zaświadczenia

– **zgłoś się do nas**, prowadzimy Sieć Lekarzy i Lekarek Przyjaznych Pacjentkom.

### Metoda farmakologiczna

Możesz napisać do organizacji [WOMEN ON WEB \(info@womenonweb.org\)](mailto:info@womenonweb.org), podać wiek ciąży i poprosić o DARMOWY zestaw poronny do domowej aborcji farmakologicznej. Nie bój się, taka aborcja jest bezpieczna.

**SILNE.** Przeczytaj naszą [Broszurę o aborcji farmakologicznej](#), a w razie wątpliwości lub powikłań od razu jedź do szpitala. Mają obowiązek udzielić Ci pomocy i nie spotka Cię za to żadna odpowiedzialność prawna.

### Wyjazd za granicę

Cały czas dostępne i legalne jest przerywanie ciąży w klinikach zagranicznych (np. Niemcy, Słowacja, Szwecja, Czechy, Austria, Holandia, UK), gdzie prawo jest bardziej liberalne.

Wsparcia w wyjazdach za granicę udziela [ABORCJA BEZ GRANIC](#) – tel. **22 29 22 597** (możliwość refundacji kosztów zabiegu ze środków [Abortion Support Network](#)).

ORGANIZACJE/KOLEKTYWY POMOCOWE ZA GRANICĄ (pomoc w tłumaczeniu, zakwaterowaniu, itp.):

- Berlin: [Ciocia Basia](#) – [ciocia.basia@riseup.net](mailto:ciocia.basia@riseup.net), tel. **22 39 70 500**
- Wiedeń: [Ciocia Wienia](#) – [ciocia-wienia@riseup.net](mailto:ciocia-wienia@riseup.net)
- Amsterdam – [anamsterdam@riseup.net](mailto:anamsterdam@riseup.net)
- Czechy: [Ciocia Czesia](#) – [ciocia\\_czesia@riseup.net](mailto:ciocia_czesia@riseup.net)
- Szwecja: [ReproAdvice](#) – [se.sisterhood@gmail.com](mailto:se.sisterhood@gmail.com)

Najdłużej ciążę można przerwać w Holandii (do 22. tygodnia ciąży) oraz Wielkiej Brytanii: [Harris Birthright Centre](#) – tel. **+44 (0)20 3299 3246** (do 24. tygodnia ciąży bez ograniczeń, później wady śmiertelne, których interpretacja jest szeroka).

### Działania prawne

Jeśli masz problem z dostępem do aborcji w kraju, zgłoś się do nas jak najszybciej. Złożymy w Twoim imieniu wniosek o środek tymczasowy, który może nakazać szpitalowi wykonanie aborcji. Po wyegzekwowaniu aborcji możemy złożyć skargę o rekompensatę pieniężną dla Ciebie od rządu. Rekompensata przysługuje Ci też, jeśli musiałaś wyjechać do kliniki zagranicznej.

### Ad. 3 – ciąża zagraża mojemu zdrowiu fizycznemu/psychicznemu

Jeśli ciąża zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu (fizycznemu lub psychicznemu), masz prawo do jej przerywania w publicznym szpitalu na NFZ.

Nie ma ograniczeń czasowych – aborcja z tej przesłanki możliwa jest przez całą ciążę.

Nie ma rejonizacji – sama możesz wybrać szpital, w którym odbędzie się aborcja.



Jednocześnie według [zaleceń Konsultantów Krajowych w dziedzinie położnictwa, ginekologii i perinatologii](#) opieka nad pacjentkami, które zdecydowały o przerwaniu ciąży, powinna być kontynuowana:

1. w lokalnym szpitalu ginekologiczno-położniczym,
2. ośrodku, w którym prowadzono diagnostykę prenatalną, albo
3. w szpitalu, gdzie była prowadzona ciąża.

**SILNE.**

Jest to jednak zalecenie dla szpitali, żeby nie odsyłały pacjentek, a nie dla kobiet w ciąży. Najlepiej jednak w pierwszej kolejności kierować się do lokalnych szpitali, bo te centralne mogą być obciążone.

Ponadto konsultanci podkreślają, że bezprawna odmowa może skutkować:

1. nałożeniem kar umownych przez NFZ,
2. wytoczeniem powództwa cywilnego przez pacjentkę oraz
3. sankcjami nałożonymi przez Rzecznika Praw Pacjenta.

Warto wykorzystywać ten dokument w rozmowach z personelem medycznym o dostępie do aborcji.

**Aby przerwać ciążę potrzebujesz:**

1. w przypadku zagrożenia zdrowia fizycznego – opinii/zaświadczenia od lekarza specjalisty od choroby, na którą cierpi osoba w ciąży (np. kardiolog, onkolog) lub dowolny, który stwierdza zagrożenie życia.
2. w przypadku zagrożenia zdrowia psychicznego – opinii/zaświadczenia od lekarza specjalisty z dziedziny psychiatrii.
3. swojej pisemnej zgody. Do szpitala warto iść z już przygotowanym pismem ([wzór podania do ordynatora o wykonanie aborcji](#)). Przygotuj podanie w 2 kopiach – jedną zostawisz w szpitalu, na drugiej weźmiesz potwierdzenie wpływu. Wówczas zostaje ślad w dokumentacji, co może ułatwić wyegzekwowanie aborcji.

Poza opisanymi wyżej wymogami polskie prawo nie stawia innych wymagań – żadnych dodatkowych opinii, konsultacji ani konsyliów.

Pamiętaj, że zgodnie z prawem lekarz stwierdzający występowanie przesłanek do przerwania ciąży, nie może tej ciąży przerwać, chyba że ciąża bezpośrednio zagraża życiu kobiety (natychmiastowe ratowanie życia).

Tak więc, co do zasady, aby przerwać ciążę potrzebujesz dwóch lekarzy: jeden wystawia zaświadczenie, drugi wykonuje aborcję.

Lekarz może odmówić przeprowadzenia aborcji, jeśli powołuje się na klauzulę sumienia. Pamiętaj, że klauzula sumienia przysługuje osobom, a nie placówkom. Jeśli cały szpital powołuje się na klauzulę sumienia, to od razu zawiadom Rzecznika Praw Pacjenta, NFZ i Ministra Zdrowia o nadużyciu i poproś o interwencję. Jeśli lekarz powołuje się na klauzulę sumienia, to ordynator oddziału lub dyrektor szpitala powinien wskazać innego lekarza, który przerwie ciążę lub inną placówkę, w której na pewno będzie można mieć aborcję.

Z czego to wynika? Z [decyzji KMRE ws. wyroków ETPCz](#). Warto je wydrukować i mieć zawsze przy sobie w rozmowach ze szpitalem. Jeśli lekarz odmawia wydania opinii/zaświadczenia lub wykonania aborcji:

- SILNE.**
1. żądaj od lekarza wpisu o odmowie i uzasadnienia odmowy w swojej dokumentacji medycznej,
  2. żądaj od szpitala wydania także osobnej odmowy na piśmie. Najlepiej złóż podanie w tej sprawie do ordynatora/dyrektora ([wzór podania do ordynatora o wydanie odmowy na piśmie](#)). Przygotuj 2 kopie podania – jedną zostawisz w szpitalu, na drugiej weźmiesz potwierdzenie wpływu.
  3. żądaj opinii innego lekarza lub szpitala, także jeśli przyczyna odmowy odnosi się do wyników badań, wieku ciąży lub innych kwestii medycznych, zgłoś się do dyrektora szpitala, aby wskazał innego lekarza, który wyda orzeczenie/wykona aborcję. Jeśli wszyscy lekarze odmawiają, to złóż podanie do ordynatora/dyrektora o uzasadnienie odmowy oraz wskazanie innej placówki, która udzieli świadczenia ([wzór podania do ordynatora o wydanie odmowy na piśmie oraz wskazanie innej placówki](#)). Do podania załącz [decyzje KMRE ws. wyroków ETPCz](#). Przygotuj 2 kopie podania – jedną zostawisz w szpitalu, na drugiej weźmiesz potwierdzenie wpływu.

Ponadto:

1. skonsultuj się z innym specjalistą z danej dziedziny (orzeczenie może wydać lekarz z prywatnej placówki ochrony zdrowia),
2. złóż sprzeciw do Rzecznika Praw Pacjenta lub/i wnioszek o interwencję do wojewódzkiego konsultanta ds. ginekologii i położnictwa,
3. złóż skargę do NFZ na niewykonanie kontraktu,
4. na dalszym etapie możliwe jest wszczęcie postępowania z zakresu odpowiedzialności zawodowej, karnej lub cywilnej (w tym roszczenia o odszkodowanie i/lub zadośćuczynienie finansowe).

W kwestii wzorów skarg lub pomocy przy postępowaniu sądowym, zgłoś się do naszej prawniczki: [prawniczka@federa.org.pl](mailto:prawniczka@federa.org.pl).

Po otrzymaniu orzeczenia udaj się do szpitala z oddziałem ginekologiczno-położniczym. Najlepiej od razu idź do ordynatora oddziału, aby ustalić wszystkie kwestie związane z przeprowadzeniem aborcji, w tym daty oraz składu zespołu wykonującego zabieg.

Jeśli w trakcie hospitalizacji personel zaczyna kwestionować orzeczenie lekarskie albo przedłuża procedury, aby opóźnić przeprowadzenie aborcji, to złóż skargę do [Rzecznika Praw Pacjenta](#). Skarga może być złożona mejlowo, z opisem sytuacji, z załączonymi orzeczeniami czy opisami badań. Jeśli potrzebujesz wsparcia, nasza prawniczka pomoże ci w złożeniu takiej skargi ([prawniczka@federa.org.pl](mailto:prawniczka@federa.org.pl)).

#### Ad. 4 – ciąża jest wynikiem czynu zabronionego

Jeśli zachodzi uzasadnione podejrzenie, że ciąża powstała w wyniku czynu zabronionego (np. gwałtu, kazirodztwa, współżycia z osobą poniżej 15. roku życia), masz prawo do jej przerwania w publicznym szpitalu na NFZ, prywatnym gabinecie posiadającym kontrakt z NFZ lub prywatnym gabinecie odpłatnie. Obecnie nie są nam znane prywatne gabinety, które wykonywałyby aborcję.

**SILNE.**

Ciążę z tej przesłanki można przerwać do 12. tygodnia jej trwania. Potrzebne jest zaświadczenie od prokuratora, w którym stwierdza wysokie prawdopodobieństwo, że ciąża pochodzi z czynu zabronionego. Należy złożyć pisemny wniosek do prokuratora o niezwłoczne wydanie zaświadczenia (zgodnie z zasadą, że na piśmie nic nie ginie, chociaż dopuszczalne jest także zgłoszenie takiego żądania do protokołu podczas składania zawiadomienia o podejrzeniu popełnienia przestępstwa) i codzienne wysyłanie maili do prokuratury z pytaniem, czy zaświadczenie zostało już wydane.

Jeśli prokurator odmawia wystawienia zaświadczenia należy złożyć zażalenie na decyzję odmowną prokuratora do sądu właściwego do rozpoznania sprawy za pośrednictwem prokuratora (który potem sam przekaże zażalenie sądowi) bez względu na to, jak zatytułowana jest ta odmowa. W przypadku zwlekania z odpowiedzią można złożyć skargę na naruszenie prawa strony do rozpoznania sprawy w postępowaniu przygotowawczym bez nieuzasadnionej zwłoki. Skargę wnosi się do prokuratora, który potem przekaże ją do właściwego sądu. Bezpłatnej pomocy prawnej w tym zakresie udziela [Fundacja Przeciw Kulturze Gwałtu](#). Wskazówki dotyczące wyegzekwowania aborcji w publicznym szpitalu opisane są w pkt 3.

Federa



# Śnięta królewna – złota klatka

**SILNE.**

Obudził ją hałas. Odgłos tłuczonego kubka poranił jej uszy i gwałtem wyrwał z objęć Morfeusza. Do sypialni dochodziło echo złowieszczonego posłowania:

– Do jasnej kurwy!

Mimo, że był środek upalnego lata poczuła przesywający chłód, więc naciągnęła ciężką kołdrę z gęsiego pierza na twarz jakby chciała ukryć się przed światem. Leżała w dwumetrowym łóżku skleconym z białych desek. Białych jak jej dusza. Czystych, niewinnych bez skazy i sęków. Prześcieradło wymięte. Wszystko dookoła sprawiało wrażenie cichego krzyku, który dobiegał tylko do jej głowy. Pościel jeszcze pachniała snem, który uciekł wraz z przerażającym odgłosem upadającego kubka na posadzkę kuchni. Zamknęła oczy i modliła się by zasnąć snem wiekowym, by Charon wyprawił ją w podróż powrotną do rodzinnego domu, do ojca.

Nagle poczuła się zupełnie naga i wcale nie dlatego, że ściągnięto z niej kołdrę. Wciąż przecież miała na sobie błękitną piżamę w białe puchate i słodkie jak wata cukrowa obłoki. To była jej ulubiona piżama. Sto procent bawełny i sto procent bałwana w człowieku, z którym dzieliła życie od dwóch lat.

– Wstawaj leniwa krowo! – Usłyszała bardzo wyraźnie, gdyż bardzo subtelnie wyszeptał jej na ucho.

Dwa razy nie musiał powtarzać. Posłusznie wstała i ruszyła w kierunku miejsca swoich tortur. Oczy na wpółprzymknięte, ale doskonale wiedziała, gdzie ma pójść. Złapała za czajnik i nalała wody. Nasypała kawy do dwóch śnieżnobiałych kubków. To jej ulubiony kolor. Lubiła otaczać się przedmiotami w białych i jasnych barwach oraz błękitach. Jak przez szybę dochodziły do niej obelgi i wulgaryzmy. Nie zwracała uwagi. Słyszała, ale nie docierały do niej. Dalej śniła. Rzęsy posklejane wczorajszym makijażem sprawiały, że nie wiele widziała. Zaparzyła kawę sypiąc sól zamiast cukru. Trudno się nie pomylić, kiedy kolekcjonowała cukiernice i trzymała w nich wszystko, co możliwe od cukru po gumki recepturki, sól czy miętowe landryny. Postawiła kubki na równie białym stole. Ręką podparła brodę, wciąż z zamkniętymi oczyma marzyła nieprzytomnie. Prawie zasnęła na siedząco. Już prawie jej umysł bujał w obłokach, miękkich, puszystych, przyjaznych w dotyku. Nagle poczuła mocne szarpnięcie. Dość boleśnie złapana za pukiel kędzierzawych kasztanowych włosów została sprowadzona na ziemię.

– Obudź się pierdolona królewno! Przestań do jasnej kurwy, śnić! Znalazłaś już swojego księcia. Nic lepszego w życiu cię nie spotka.

Do jej oczu napłynęła słona fala łez. Powieki z resztkami makijażu skleiły się jeszcze mocniej. Maskara spływała czarnym strumieniem

po piegowatym nosie Anki. Nie mówiła nic. Próbowwała jedynie zata-  
mować potok łez. Szarpał nią kilka razy usilnie próbując podnosić ją  
z kuchennej posadzki. Nie była w stanie podnieść się, a może po prostu  
nie chciała. Skopał ją jak nieposłusznego psa, który nie chce wykonywać  
tresowanych sztuczek.

**SILNE.**

– Wstań suko! – pieklił się, tracąc panowanie nad sobą.

Ponownie złapał za włosy i ciągnąc ku górze próbował ją zmusić  
do wstania. Wstała. Nie mogła znieść bólu. Stała przygarbiona z zębą  
na twarzy, nie mogła się wyprostować. Nie dała rady. Krzyż życia przy-  
gniótł jej kruchą i wrażliwą istotę. Upadła na kolana. Przez zaciśnięte  
zęby cedziła pod nosem najciszej jak to możliwe:

– Wybacz, Boże. Nie dźwignęłam. Pozwól mi wrócić do domu.

Cichuteńko wypuszczała intencje, mimo, że usta bezgłośnie poruszały  
się w rytm modlitwy oprawca usłyszał. Najwidoczniej jej ból dotknął  
także czegoś, co zazwyczaj nazywane jest duszą.

– Boga nie ma, słyszysz? To ja jestem twoim bogiem, to do mnie powin-  
naś się modlić. Karmię cię, więc to jakbym darował ci życie – usły-  
szała. – Jestem twoim wybawcą. Czyż nie wyciągnąłem cię z pato-  
logicznego domu, nie odziałem, nie nakarmiłem, nie skryłem pod  
swoim dachem?

W duchu wyszeptała – nie grzesz, skurwielu.

Oberwała w twarz. Strugi jaskrawej krwi wypłynęły z jej drobnego,  
piegowatego nosa. Spłynęły na usta. Wyszedł.

Zaryglowała drzwi. Stała przed lustrem.

– Już nigdy więcej! Nikt więcej nie będzie ciągnął mnie za włosy – mó-  
wiła do lustra z zakrwawionymi zębami.

Złapała za maszynkę. Zgoliła swoje gęste pukle.

Godzinę później przychodzi sms.

– Przepraszam kochanie. Wiem, chuj ze mnie. Wybacz. Śpieszyłem się  
do pracy.

Sms drugi:

– Kochanie... Bądź grzeczną dziewczynką. Chyba się na mnie nie  
gniewasz?

Po kolejnych piętnastu minutach sms trzeci:

– Dlaczego kurwo nie odpisujesz?

Odpisała:

– Przepraszam kochanie, prasowałam koszule.

Sms kolejny:

– No sama widzisz... Jak się ciebie opierdoli to od razu inaczej chodzisz  
i wracasz do życia. Uprasuj jeszcze spodnie na kant. Wszystkie! Buty  
wypastuj sam, żebyś nie powiedziała, że cię poniżam. Buzi.

Godzina osiemnasta tego samego dnia. Jerzy wraca do domu  
z ogromnym bukietem kwiatów. Wychodzi z auta i zauważa kawałek  
tkaniny na swoim bucie. Rozgląda się dookoła. Wszędzie leżą skrawki  
jego koszul i spodni. Próbuje dostać się do domu, ale Anka zmieniła

**SILNE.**

zamki. Walił pięścią i kopał nogą w zaryglowane drzwi. Rzucił kamieniami w jej postać w oknie. Bezskutecznie. Przecież sam zamówił najlepsze i najbezpieczniejsze. Takie przez które nie słycać krzyków, płaczu, błagań i awantur. Podobnie jak okna. Krzyczał i odgrażał się. Anka stała w oknie obserwując małego sfrustrowanego człowieczka. Mimo, że dynamicznie ruszał ustami nie dochodził do niej żaden dźwięk. Nie musiała tego słyszeć i nie chciała. Doskonale zdawała sobie sprawę z tego, co miał jej do przekazania. Krzyczał tak frustrowany jakieś dwie godziny. Nikt z sąsiadów nie usłyszał. O to też zadbał. Kupił spory kawałek ziemi z dala od sąsiedztwa jakichkolwiek budynków. Potem ucichł. Otworzył bagażnik, wyciągnął zakupy i zaczął przygotowywać grilla. Na pierwszy głód poszło piwo, potem drugie, trzecie i kolejne. Potem wrzucił na ruszt kiełbasę. Upił się i próbował urobić żonę. Zapraszał by dołączyła do niego. Włączył muzykę w aucie. Postarał się. Wybrał ich ulubioną piosenkę. Nie zrobiło to jednak na Ance wrażenia.

– Wpuść mnie chociaż do toalety, muszę się załatwić. Tak nie można – bełkotał.

Anka dalej wstała niewzruszona w oknie.

– Tępa kurwa – bełkotał.

Rozpiął rozporek i nasikał na drzewo, które zasadził z Anką poprzedniej wiosny, zanim poroniła ich dziecko. Potknął się o puszkę od piwa. Stracił równowagę. Upadł twarzą na rozżarzoną kratę grilla.

*Magdalena Kapuścińska*

*poetka, satyryczka, felietonistka, fotograficzka i wydawczyni*



SZTUKA

Akt miłosny przekuł w akt małżeństwa  
który pomylił z aktem własności

To zaskakujące jak łatwo napisać dramat  
w zaledwie trzech aktach

**SILNE.**

EPIZOD

Nie jestem kopciuszkiem  
byś pomiatał mną na prawo i lewo  
nie taką bajkę napisałam dla nas

Ale jeśli już  
ubrałeś mnie w teatr jednego widza  
wczuję się w rolę z królewską godnością  
i pozwól że wypowiem swoją kwestię

skoro ja tu tylko sprzątam  
to wynoś się pan z tą ubłoconą prozą  
z mojej baśni tysiąca snów  
gdzie jestem królową życia  
a ty jedynie epizodem

ZOMBIE

Próbują mówić mi jak mam żyć

Wydaje im się  
że wiedzą wszystko  
lepiej ode mnie

Pozjadali własne rozумы  
teraz próbują zjeść mój

Magdalena Kapuścińska

poezka, satyryczka, felietonistka, fotograficzka i wydawczyni.

BEZIMIENNE BOHATERKI

**SILNE.**

Aktywistko,  
Opiekunko osoby z niepełnosprawnością,  
Plakaciaro,  
Opiekunko osoby starszej,  
Samotna matko,  
Dziewczynko,  
Nastolatko z MSK,  
Prawniczko pro bono,  
Matko adopcyjna,  
Fighterko,  
Ekolożko.  
Codzienna Bohaterko!  
Twój trud, którego nikt nie widzi  
Hołd Ci składam.

(Wiersz inspirowany hasłem Manify Rzeszów 2020 *Bohaterki Bohaterkom*, opublikowany w antologii poezji *Ludzie, których podziwiam* wydawnictwa Poetariat).

SUKIENKA

Nie ubieraj sukienki  
Jeśli możesz trafić na dołek  
Policyjna przemoc  
Nie zna granic

NIEBIESKO

Niebieski mundur – bezpieczeństwa gwarancja.  
On Ci pomoże, złapie złodzieja, mordercę,  
Zaopiekuje się bezdomnym kotem,  
Sprawnie wykona swoją robotę.  
Gdy dzieje się coś złego na 997 dzwoń,  
Oni rzucą się nawet w wody toń  
Nieumiejąc pływać.  
Od tej propagandy już chce mi się rzygać.  
Zabójstwa na komisariatach, przemoc,  
Pokaz siły, legitymowanie bezprawne – i nasza niemoc.  
Dołki, przemoc seksualna, utrudnianie z prawnikiem kontaktu,  
Przymilne gadki.  
Zawsze byliście „trochę niebiescy, a trochę brunatni”.  
Policja – jednostki antysocjalne  
„Zdejmij mundur, przeproś matkę.”  
„Raz, dwa, trzy, jebać psy”.



\*\*\*

Faszyzm  
Rasizm  
Homofobia  
Transfobia  
Nacjonalizm  
Ksenofobia  
Tęcza  
Wybierz jedno.  
Co obraża w naszym kraju?...

Zdejmijcie tęczę z nieba!

\*\*\*

Wyrok TK Julii Przyłębskiej  
Wojna na ulicach  
Dyktator na Żolibożu  
Policja łamie  
Ręce i godność  
Prawo (bezprawie?)  
Dla wybranych

O sobie  
Będę decydować  
JA

**SILNE.**

MATEMATYKA

Ty  
+  
Ja  
+  
Cokolwiek  
-  
Zgoda  
=  
Gwałt

Ty  
+  
Ja  
+  
Zgoda  
=  
Seks

Dorota „Nietoperz” Grochala

Autorka bloga [nietoperzczytaiozlada.blogspot.com](http://nietoperzczytaiozlada.blogspot.com), działa w Manifie Rzeszów, dotychczas jej wiersze były publikowane w antologiach poezji wydawnictwa Poetariat, a teksty w art-punk-dada-zinie *Wyziewy z Sandałka*.

**SILNE.**

MISTYKA QUEER W MYŚL B. FRIEDAN

pięknie sens sklejał litery czy rytmy wczas aż warzyło zapach w metaforach  
w pociągowym czekaniu na mgłę pooraną po oraniu nudy wśród ludu

nagle przestało być przysiadalnie po hektycznych wieczorach w warszawskim  
śródmieściu  
obeznało się życie uczuciowe w nieprawie do pewnych twierdzeń  
dychotomicznych

w tych krajach w tej przestrzeni legalność spisuje związki w odpowiednio  
skrojone na chromosomach pćie

*malwina* krzywi lekko górną wargę na relatywistyczną rachityczność i jasno  
przejada przez pizzę: geny – tak, to genetycznie

informacja ta eruptuje w kosmos i spada gradem pytań o przysłówki  
niebycie gejem homofobiczne  
niebycie lesbijką homofobiczne  
niebycie transem transfobiczne  
podróże wszelakie wpisujemy w tranzycję inaczej niby jak by chciano przejąć  
wiedzę

*natalia* przegryza socą smalec z porem i gruszką na bazie białej fasoli i  
policzkuje mnie w twarz: jak śmieć szantażować emocjami

*mati* wyzywa mnie na pojedynek depresyj ale bez grzeczności wyrzuca  
mi roszczeniowego buca urażającego rycerskość

nie wymyślono słowa nie zatwierdzono gramatyki to  
poczucie mieści się w hipotetycznych granicach

POPROMIENNIE

„Yo, what’s up neutron. You ain’t gettin money, what planet ya flew from?”  
Azealia Banks, *Out of space*

no elo neutron – lecę na zewnętrzną powłokę  
mijam świąteczne targi koło diabła c.o. wokół ludzie  
bez masek puszki na strajk kobiet telewizyjna transmisja  
błyskawic aż blok babki po kądzieli zamiast dzwonka ma szczek chihuahuy

**SILNE.**

podczas powrotu panuje zmrok – na odlewach odwracam wzrok  
aż energia rozjaśnia i rozpogadza niebo – aura atomowa wyrasta  
w grzyb za wieżą strażacką na horyzoncie – popłoch piwnica  
podmucha poległy liście z drzew ekomesjanistycznie

wychodziwa z orzechnicą ledwo trzeźwą ze zdezorientowania nad werandę  
przewraca się mży popromienny opad jak wiosenna stratosferyczna ciecz  
nad głową przestaje już błękitnieć – brunatnieje siwo  
skapitulowane w kapitał powietrze

Łukasz Kaźmierczak/Łucja Kuttig

Autorze próz poetyckich *Kokosty* (Łódź, 2018) z kolażami Marty Motyl, a także tomiku *Agresty* (Poznań, 2019). Na okładkach obydwu książek widnieją reprodukcje obrazów Joanny Łańcuckiej. Publikowało w *Zadrze*, czasopismach, zinach i antologiach (ostatnio w *Dezorientacjach* i w *Wierszach dla opornych*). Obecnie przygotowuje tomik pt. *Orzechnia. Orzechnini – Orzechnica – Orzechniczka* dzięki wsparciu z Nagrody im. A. Włodka. Chętnie uczestniczyło w feminariach Wspólnego Pokoju zainicjowanych przez Beatę Gulę.

### **Ciało-śmiało! Przewodnik po dojrzewaniu Sonya Renee Taylor, Znak Emotikon, Kraków 2019**

**SILNE.**

Interesujecie się edukacją seksualną, utożsamiacie z ruchem body positivity? Znacicie z Facebooka fan page Body Is Not An Apology? A może słyszałyście o Fundacji Nowoczesnej Edukacji SPUNK? Może macie córki, które wchodzić będą w okres dojrzewania, a może same przeżywacie właśnie ten czas i przypadkiem trafiłyście na mój tekst? Bez różnicy :) Ta książka jest ewenementem na polskim rynku wydawniczym i każda z Was młodszych czytelniczek, jak i mam, powinna ją zakupić.

Książka przeznaczona jest dla dziewczynek w wieku 8+. Tego zazdrościć dzisiejszym młodym ludziom, dostępu do lektur, o jakich ja w moich czasach mogłam tylko pomarzyć. No ale przechodźmy w końcu do samej książki.

Książka podzielona jest na osiem rozdziałów tematycznych.

Pierwszy to dojrzewanie, czym ono jest, jak przebiega, jakich zmian w ciele można się spodziewać, huśtawki emocji, średnia rozpiska wieku w jakim zaczynają się kolejne przemiany. Sam proces dojrzewania przyrównanie zostało do pociągu zatrzymującego się na kolejnych stacjach.

Drugi rozdział to szersze omówienie wspomnianych poprzednio zmian: szybki wzrost, zmiany dotyczące figury, masy ciała, skóra, pryszcze, pojawienie się włosów łonowych i pod pachami (i innych też), nadmierna potliwość. W rozdziale tym zamieszczone jest dużo wskazówek, jak o ciało dbać: o zęby, uszy, oczy, paznokcie (wspomniany jest również piercing), stopy, dłonie.

Rozdział trzeci w całości poświęcony został pierśiom, etapom ich wzrostu, zakupowi pierwszego biustonosza, wyjaśnieniu, jak zmierzyć swój rozmiar.

Rozdział czwarty to zmiany w obrębie wulwy, włosy łonowe, wyjaśnienie budowy sromu (jak ja nie lubię tego słowa!), obserwacja śluzu.

Rozdział piąty to miesiączka. Budowa macicy, cykl miesięczkowy, czym jest okres, PMS, obserwacja cyklu, odpowiedzi na pytania dotyczące bólu, długości, regularności, zapachu. Nie brak oczywiście rad jak dbać o siebie w trakcie miesiączki, instrukcji używania tamponów, podpasek jak i kubeczków. Na koniec obalenie kilku mitów związanych z okresem.



Rozdział szósty to dbanie o siebie, informacje dotyczące odpowiedniego odżywiania, snu i unikania używek.

Rozdział siódmy to przyjaźń, relacje z drugą osobą, cechy dobrego przyjaciela, poznawanie nowych osób, utrata dotychczasowych znajomych.

Rozdział ósmy mówi o bezpieczeństwie emocjonalnym, prawie do prywatności, zgodzie na każdy dotyk, o szukaniu pomocy u zaufanych dorosłych, o nieuleganiu presji rówieśniczej. Na końcu znajduje się słowniczek trudniejszych wyrazów. Duża czcionka ułatwia czytanie młodszemu, dzięki czemu wydaje się, że czytamy szybciej. Język jest prosty i zrozumiały nawet dla młodych dziewcząt, a wspomniany już słowniczek wyjaśnia trudniejsze pojęcia.

Wydaje się, że to książka jak każda inna, co w niej więc tak wyjątkowego? Najlepsze wątki zostawiłam na koniec. Wszędzie, w każdym temacie, w każdej kwestii podkreślane jest, że ciało, każde, bez względu na wagę, wzrost, kolor skóry, (nie)pełnosprawność, jest idealne, bo jest jedyne i niepowtarzalne, bo takiego zestawu genów na świecie nie ma nikt inny, a to one decydują o tym jak wyglądamy. Czas kolejnych przemian w ciele również jest genetycznie dostosowany do jego rozwoju, choć oczywiście ukazane są też objawy, które powinny zaniepokoić.

Autorka bardzo często zwraca uwagę na to, by swoje wątpliwości rozwiązać podczas rozmów z dorosłymi do których dziewczyny posiadają zaufanie. Decyzja o goleniu się lub nie, noszeniu stanika, czy w jakichkolwiek innych kwestiach dotyczących ciała jest indywidualna i osobista, i tylko nasza.

W treści uwzględnione są dziewczyny z różnych miejsc, posiadające różne kolory skóry, dziewczyny niepełnosprawne, a nawet wegetarianki i weganki, jeśli temat bezpośrednio odnosi się do tych cech. Ilustracje również przedstawiają bardzo różnorodne dziewczyny, pod wszystkimi względami. Patrzcie!

Polecam z całego serducha, a książka trafia na półkę Nadzi. Już niedługo i jej się przyda. Za ok 3-4 lata?...

*Dorota „Nietoperz” Grochala*

Autorka bloga [nietoperzczytaioglada.blogspot.com](http://nietoperzczytaioglada.blogspot.com), działa w Manifie Rzeszów, dotychczas jej wiersze były publikowane w antologiach poezji wydawnictwa Poetariat, a teksty w art-punk-dada-zinie „Wyziewy z Sandałka”.



**SILNE.**

### **Chciałabym, żebyś mnie napisała. Opowiadania nie tylko erotyczne** Hanka V. Mody, Wydawnictwo Internetowe e-bookowo, Będzin 2018

**SILNE.** Czytając różne romanse, erotyki, szczególnie polskie, zastanawiałam się, czy kiedyś trafi w moje ręce książka, która spełniać będzie moje, dość wyśrubowane, standardy. I oto jest! *Chciałabym, żebyś mnie napisała*. Jest to zbiór dziewiętnastu opowiadań, zahaczających swoją tematyką od romansu i erotyku, przez relacje sensualne po zupełnie romantyczne i tragiczne.

Każde z opowiadań jest inne, choć mają one również i wspólne cechy. Te z nich, w których występuje erotyka, ocierają się (a nawet więcej) o fetysze, tematykę lekkiego BDSM i konsensualnego bólu czy kinków. Przy tym są bardzo bezpośrednie, dosłowne i o wiele bardziej klimatyczne niż Gray, którym wszyscy się zachwycają.

Nie brak tu też realizacji potrzeb seksualnych poza związkiem, braku możliwości ich realizacji, depresji czy ONS (one night stand). Zbiór zawiera też dwa opowiadania tęczowe, lesbijskie, jedno z nich jest erotyczne, drugie – romantyczno-sensualne. Jest również coś, czego się nie spodziewałam, wątek poliamorii, związku 3osobowego.

Ostatnia z historii bardzo skojarzyła mi się z psychodelicznym filmem *Mechanik* (swoją drogą bardzo polecam), i niemożnością zaakceptowania utraty drugiej osoby, co prowadzić może do zaburzeń psychicznych.

*Chciałabym żebyś mnie napisała* to przepiękny, sekspozytywny, romantyczny i sensualny zbiór opowiadań o ludzkiej seksualności, związkach i emocjach, w którym nie ma tematów tabu, seks jest seksem, autorka nie boi się używać nazw narządów płciowych, nie boi się dosłownych opisów, mówiący nie tylko o heteroseksualnych i monoromantycznych relacjach.

Emocjonalny język, pobudzające wyobraźnię opisy, i totalna bezpośredniość. Choć mi samej daleko do BDSM, jestem szczerze zachwycona przedstawionymi historiami. I polecam wszystkim, dosłownie. W końcu w polskiej literaturze ukazała się książka poruszająca tematykę wszelkiego typu relacji i związków, którą czyta się z przyjemnością i której chce się więcej i więcej. Mam nadzieję, że kiedyś powstanie kolejna jej część.

*Dorota „Nietoperz” Grochala*

*Autorka bloga [nietoperzczytaiozlada.blogspot.com](http://nietoperzczytaiozlada.blogspot.com), działa w Manifie Rzeszów, dotychczas jej wiersze były publikowane w antologiach poezji wydawnictwa Poetariat, a teksty w art-punk-dada-zinie „Wyziwy z Sandałka”.*



## POLECAMY PUBLIKACJE

**SILNE.**

- ▶ Publikacja Wielkiej Koalicji za Równością i Wyborem o strategiach manipulacji *Ordo Iuris Kontrrewolucja kulturowo-religijna. Czy Polsce grozi prawo podporządkowane ideologii chrześcijańskich fundamentalistów* (Warszawa 2020)
- ▶ *To jest wojna. Kobiety, fundamentaliści i nowe średniowiecze* Klementyna Suchanow, Wydawnictwo Agora, Warszawa 2020
- ▶ *Gwałt polski*, Maja Staśko, Patrycja Wieczorkiewicz, Wydawnictwo Krytyki Politycznej, Warszawa 2020
- ▶ *Aborcja jest*, Katarzyna Wężyk, Wydawnictwo Agora, Warszawa 2021

### Stowarzyszenie Łódzkie Dziewuchy Dziewuchom

**kontakt:**

<https://www.facebook.com/lodzkieodziewuchy>

[https://www.instagram.com/lodzkie\\_dziewuchy/](https://www.instagram.com/lodzkie_dziewuchy/)

<https://twitter.com/dziewuchylodz>

<http://lodzkiedziewuchy.org.pl/>

<https://www.facebook.com/Gals4GalsLodz>

email: [lodzkiedziewuchy@gmail.com](mailto:lodzkiedziewuchy@gmail.com)

Możesz nas wesprzeć przekazując darowiznę na konto:

**28 1750 0012 0000 0000 3888 0012**

TYTUŁ PRZELEWU: darowizna – silne

Dla przelewów zagranicznych:

PL 28 1750 0012 0000 0000 3888 0012

SWIFT : RCBWPLPW



## WAŻNE LINKI

Aborcja Bez Granic: TELEFON: +48 22 29 22 597

<https://aborcjabezgranic.pl/>

**SILNE.**

Ciocia Basia: strona na Facebooku: [@ciociabasiaberlin](https://www.facebook.com/ciociabasiaberlin) [ciocia.basia@riseup.net](mailto:ciocia.basia@riseup.net)

Women on Web: <https://www.womenonweb.org/>

Kobiety w Sieci: <https://www.maszwybor.net/>

Women Help Women: <https://womenhelp.org/>

Wielka Koalicja za Równością i Wyborem: <http://www.wielkakoalicja.pl>

Grupa Ponton:

Telefon Zaufania +48 226359392

w piątki w godz. 16:00 – 20:00.

[info@ponton.org.pl](mailto:info@ponton.org.pl)

**JEŚLI DOŚWIADCZASZ PRZEMOCY, JEŚLI WIDZISZ, ŻE KTOŚ DOŚWIADCZA PRZEMOCY – SKONTAKTUJ SIĘ Z:**

**Centrum Praw Kobiet**

<https://cpk.org.pl/pomoc/pierwszy-kontakt/>

Siedziba główna Fundacji Centrum Praw Kobiet

ul. Wilcza 60 lok. 19

00-679 Warszawa

tel/faks: (22) 622-25-17

e-mail: [sekretariat@cpk.org.pl](mailto:sekretariat@cpk.org.pl)

