



SJU SÄTT ATT STÖTTA ALLAS RÄTT TILL SIN KROPP

KONKRETA TIPS TILL DIG SOM VILL FÖRÄNDRA

DAGS ATT FLYTTA TILLBAKA MAKTEN ÖVER KROPP OCH SEXUALITET

På många håll i världen har människor förlorat rätten att bestämma över sin kropp, sin sexualitet och om – och i så ifall när – de vill ha barn. Konsekvenserna är samhällen där människor sitter fast i förtryck. Det vill Afrikagrupperna ändra på och jobbar därför med SRHR, sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter. Bland annat genom att stötta en feministisk organisering så att skadliga normer och stereotyper kan bräckas och förtrycket försvinna.

Sexuella rättigheter kränks världen över

De sexuella rättigheterna kränks genom till exempel tvångsåktenskap, våldtäkt, diskriminering och våld mot främst flickor, kvinnor och hbtqi+ personer. Sexuellt tvång ökar dessutom risken för ofrivilliga graviditeter och sexuellt överförbara infektioner, som hiv. Ja, anledningarna är många att kämpa för SRHR och rätten att uttrycka sin sexualitet, få trygg och rättvis vård, bestämma över sin kropp och få älska den en vill.

HBTQI+

står för homosexuella, bisexuella, trans, queer, intersex och andra sexuella identiteter

Tillsammans kan vi förändra

SRHR är inte bara rättigheter, utan nödvändiga förutsättningar för jämställdhet och hållbar utveckling. Det är också grunden för andra rättigheter som rätten till hälsa, arbete och utbildning. Men konservativa krafter och patriarkala strukturer över hela världen försöker begränsa flickors, kvinnors och hbtqi+ personers rätt att själva bestämma över sin kropp. Var med och förändra det!

Den här guiden innehåller förslag på aktiviteter som vi hoppas du blir inspirerad av. Vad du än väljer stärker det våra partnerorganisationers och vårt solidaritetsarbete. Din insats gör skillnad!

Afrikagrupperna är en ideell, feministisk och såväl politiskt som religiöst obunden solidaritetsorganisation som verkar i samarbete med partnerorganisationer i Angola, Moçambique, Namibia, Sydafrika och Zimbabwe. Vi stödjer också kampen för ett fritt Västsahara.

DET HANDLAR OM...

UNGA

Många unga saknar tillgång till preventivmedel, vilket kan leda till ofrivillig graviditet. Men tonåringar ska inte behöva bli föräldrar. Därför bör skolor erbjuda en kvalitativ och fördomsfri undervisning om sexualitet, samtycke och relationer så att unga kan göra informerade val och bestämma över sin egen kropp och sitt eget liv.

HBTQI+

Alla ska själva få definiera sin sexuella läggning, sin könsidentitet och sitt könsuttryck. Självklart ska hbtqi+ personer ha samma rättigheter, möjligheter och skyldigheter som alla andra, men de löper större risk att utsättas för förföljelse, hot och våld. I alltför många länder är homosexualitet både kriminaliserat och stigmatiserat. Sexualitet kan vara en fråga om liv eller död.

HIV

Välbehandlad hiv överförs inte vid sex. Med tillgång till effektiv behandling kan du leva som vanligt. Men utan behandling blir hiv en fråga om liv och död. Den höga andelen hivinfektioner bland unga kvinnor i södra Afrika speglar bristande jämställdhet och genusbaserat våld. Svaga hälsosystem, stigma och diskriminering förvärrar situationen. Om fler människor fick tillgång till mediciner skulle många liv räddas.

NORMER

Patriarkala strukturer och skadliga genusnormer – förväntningarna på hur vi ska vara, se ut och agera beroende på vår könstillhörighet – bidrar till att upprätthålla ojämlika maktförhållanden.

Hela samhället, från individ till beslutsfattare, måste verka för att förändra normer så att genusbaserat våld, homofobi och rasism blir oacceptabelt.

FRI ABORT

Osäkra aborter är en av de främsta orsakerna till mödradödlighet i världen. Restriktiva abortlagar innebär inte färre aborter. Istället genomförs fler osäkra aborter, med fara för flickors och kvinnors liv. Det enda sättet att minska komplikationer och dödlighet vid abort är att öka tillgången till säkra metoder – och självklart tillgången till preventivmedel.

AKTIVITETER FÖR ALLAS RÄTT TILL SIN KROPP



1. POESIGRUPP MED FOKUS PÅ SRHR-FRÅGOR

Spoken word eller dikt – ordet är ett kraftfullt verktyg.
Inspirera varandra till att uttrycka er.



1. Via QR-koden här bredvid kan du lyssna på Teresia Bella Nelumbu när hon läser sin dikt "Voices".
2. Vad är diktens budskap? Hur kan ni hämta inspiration från den? Diskutera.
3. Boka tillfällen att ses och skriva egna dikter. Välj ett temaområde för varje träff, till exempel abort, sexualitet, normer kring familjebildning, samtycke...
4. Ordna en poesiväll där ni bjuder in vänner och bekanta att lyssna till er poesi.
5. Det finns inga rätt eller fel – ha kul!

2. SEMINARIUM

Seminarium eller föreläsning är bra sätt att få igång diskussion och lärande.

1. Välj ett tema. Förslag på globala kampanjer att koppla till:
 - 16 Days of Activism against Gender-Based Violence (25/11–10/12)
 - Världsaidsdagen (1/12)
 - Internationella mensdagen (28/5)
 - Internationella preventivmedelsdagen (26/9)
 - Internationella abortdagen (28/9).
2. Skapa en rubrik som väcker intresse.
3. Bjud gärna in personer till panelsamtal, det räcker ofta med tre. En liten panel ger deltagarna större chans att säga sitt och det ger mer för publiken.
4. Tänk på mångfald och representation. Om du inkluderar människor med olika bakgrund bidrar det till bättre diskussion.
5. Marknadsför eventet. Skapa ett Facebookevent som kan livesändas och kontakta kansliet för att sprida det.

Tips!

Vill du bjuda in någon från kansliet till panelen? Eller kanske någon (på länk) från en av våra partnerorganisationer? Kontakta kansliet för att undersöka möjligheter och tillgänglighet. En föreläsning eller seminarium går även att hålla digitalt. Dra nytta av Afrikagruppernas centrala samverkansavtal med ABF, där ABF kan erbjuda lokaler och tekniskt stöd.

3. KAMPANJ PÅ SOCIALA MEDIER

Övertyga era följare om hur viktigt det är med SRHR!

1. Vad är målet med er kampanj? Exempelvis att mobilisera eller övertyga en politiker?
2. Fundera över er målgrupp och formulera ett huvudbudskap.
3. Välj en plattform på sociala medier där ni vill skapa er kampanj, exempelvis Tik tok eller Instagram. En namninsamling skapar ni enkelt på mittskifte.org
4. Planera era inlägg och gör en tidsplan.
5. Skapa en hashtag eller använd en befintlig. Exempel #ShutItAllDown #metoo #SafeAbortionDay #LetsEndFemicide
6. Samarbeta med andra organisationer. Ett bra sätt är att mejla dem och be dem dela era inlägg. Alternativt, starta en arbetsgrupp där ni bjuder in personer från andra organisationer eller Afrikagruppernas lokalgrupper.

4. BOKCIRKEL

För dig som vill fördjupa dig i ämnena.

1. Samla en grupp med 4–6 deltagare.
2. Välj böcker som handlar om SRHR, till exempel abort eller sexualitet
3. Utse en samtalsledare som ansvarar för att formulera frågor som ni kan diskutera, och som fördelar ordet så alla kommer till tals. Skifta samtalsledare då och då.
4. Fika och småprat är en bra inledning för att få igång diskussionen.
5. Delge era reflektioner om boken på ett Instagramkonto, eller en blogg.
6. Hör av er till författaren och se om ni kan bjuda in personen.

PSST...

Kontakta kansliet om du vill skriva något för hemsidan eller vår tidning Agera!



Förslag på böcker

Collective Amnesia av Koleka Putuma

Inte så farligt av Roxane Gay

Hundra om dagen: berättelser om abort av Anna Bengtsdotter

Flicka, kvinna, annan av Bernardine Evaristo

Bara lite blod av Anna Dahlqvist

Valfritt seriealbum av Liv Strömquist

5. SKYLTVERKSTAD + DEMONSTRATION

Är det någon demonstration på gång som rör SRHR? Varför inte delta? Eller dra igång en egen?

1. Skapa ett event på Facebook där ni kan bjuda in personer att delta i er skyltverkstad. Bestäm tid och plats.
2. Fråga kansliet om stöd för att låna lokal, förslagsvis via vårt samarbete med ABF.
3. Införskaffa gamla kartonger och färger. Uppmana deltagarna att ta med sig material hemifrån, så minimerar ni nyinköp.
4. Förbered fika eller frukt.
5. Dokumentera er skyltverkstad. Lägga upp bilder på sociala medier eller gör en livesändning.
6. Demonstrera!

6. ENGAGERA DIG I LOKALEVENT

Om du inte har tid att själv arrangera ett event kan du delta i evenemang ordnade av andra. Ta kontakt med Afrikagruppernas lokalgrupper för tips på evenemang. Kontaktuppgifter till våra lokalgrupper hittar du på vår hemsida.

Tips!

Utvärdera din aktivitet. Vad gick bra? Vad kan vi göra ännu bättre nästa gång? Vilka lärdomar tar vi med oss? Mall finns på hemsidan.

7. STARTA EN INSAMLING

Att ge en gåva ett konkret sätt att bidra till vår gemensamma kamp för global solidaritet. Afrikagrupperna har ett 90-konto och granskas av Svensk Insamlingskontroll. Därför kan du känna dig trygg i vetskapen att pengarna hamnar i rätt händer.

Du kan också stötta oss via Världens Barn:



Många av aktiviteterna kostar en slant att genomföra. Som medlem kan du ansöka om stöd från vår aktivitetsfond. Kontakta medlem@afrikagrupperna.se för mer information.

FÖR EN RÄTTVIS VÄRLD



Vi vill skapa förändring i södra Afrika. Verklig förändring. Från patriarkala normer, förtryck och orättvisa ekonomiska strukturer till demokratiskt starka, inkluderande och livfulla civilsamhällen.

Därför utgår Afrikagruppernas arbete från de människor vars rättigheter kränks. De vet vad som måste göras och vilket stöd som behövs. Allt sker i samarbete med lokala partnerorganisationer som är på plats i samhällena. Till skillnad från många andra organisationer ger vi kärnstöd, stöd som

våra partner bestämmer över själva, så fokus blir på långsiktig utveckling och demokratiska processer, inte på enskilda projekt.

På så sätt flyttar vi steg för steg makten dit där den hör hemma – hos de enskilda människorna och hos lokalsamhällena.

Vi arbetar inom tre fokusområden:

- sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter, SRHR
- mat och markrättigheter
- naturresurser, företag och mänskliga rättigheter.

Allt arbete genomsyras av feminism, solidaritet och klimaträttvisa.

Allt detta bidrar våra medlemmar till, och vi vill gärna bli fler. Välkommen.

Bli medlem nu – ju fler vi är, desto starkare blir vår röst! Swisha 240 kr med hjälp av QR-koden härintill.

Maila också gärna dina kontaktuppgifter till medlem@afrikagrupperna.se



Tegelviksgatan 40, 116 41 Stockholm
Tel: 08-442 70 60
afrikagrupperna.se