

45 anni | Mali | presidente | *Convergence des Femmes Rurales pour la Souveraineté Alimentaire*

Alimata Traoré

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

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



81 anni | Svizzera | già direttrice di
Sacrificio Quaresimale

Anne-Marie Holenstein

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

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



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

Belén Alarcón **Alarcón**

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

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



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

Blandine Bukayafwa

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

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



59 anni | Svizzera | volontaria attiva
comunità riformata di Lugano

Caterina Fierz Carinci

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

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



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

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

Claudaline Muhindo Mugaruka

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

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



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

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

Sister Debora

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

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



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

Sister Dominica

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

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



71 anni | Laos coordinatrice volontaria
Buddhism for Development Project

Douangdeuane Bounyavong

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

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



50 anni | Kenya | animatrice | Caritas Nyahururu

Elizabeth Diyala

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

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



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

Zimbabwe | Présidente ZIMSOF,
Coordinatrice internationale LVC, Ambasciatrice de l'ONU

Elizabeth Mpofu

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

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



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

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

Elsy Marulanda Alvarez

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

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



42 anni | Repubblica Democratica del Congo | animatrice per i gruppi nei villaggi | Centre pour la Promotion Agricole de la Lukula

Esther Kiswe

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

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



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

80 anni | Filippine | già presidente della Commissione per i Diritti umani

Etta Rosales

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

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



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

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

Francisca Diouf

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

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



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

Gloria Amparo Suárez

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

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



30 anni | Kenya | artigiana e costruttrice di focolari
Caritas Kitui

Grace Kathini Kavilu

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

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



62 anni | Svizzera
casalinga libera, autrice e conferenziera

Ina Praetorius

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

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



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

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

Juana Vasquez Arcon

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

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

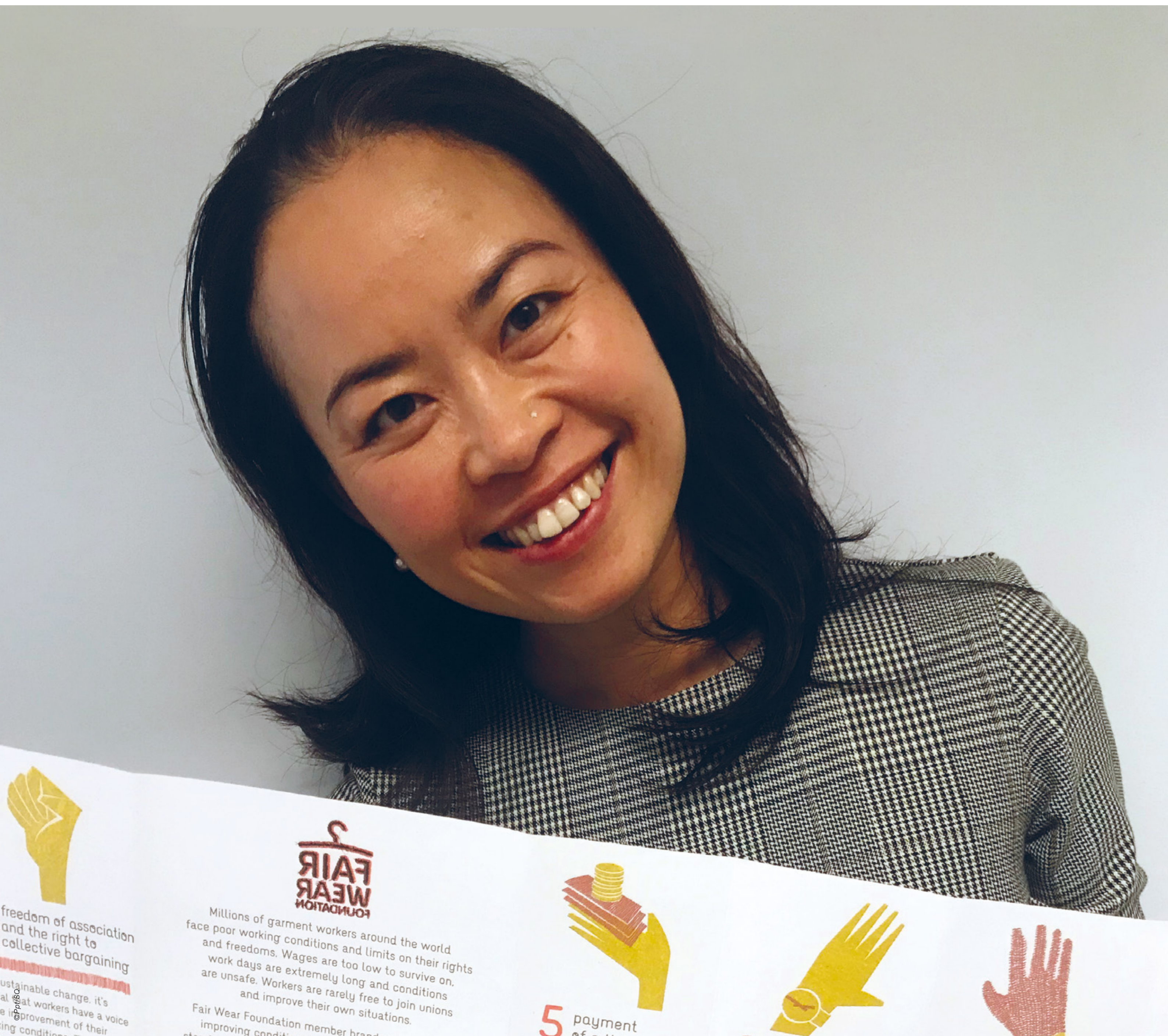


40 anni | Cina e Paesi Bassi | responsabile degli audit nelle fabbriche tessili nei paesi di produzione | Fair Wear Foundation

Juliette Li

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

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



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

Kaliamma

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

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



40 anni | Indonesia
responsabile di campagne d'azione | *Walhi*

Khalisah Khalid

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

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



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

60 anni | Svizzera
coordinatrice di politica di sviluppo | *Alliance Sud*

Lavinia Sommaruga Bodeo

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

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



54 anni | Libano | direttrice | *Najdeh*

Leila

Leila è direttrice dell'organizzazione libanese *Najdeh*. È licenciata in psicologia e filosofia.

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



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

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

Leticia Elvia

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

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



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

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

Lucie Sawadogo

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

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



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

32 anni | India | capo del villaggio
Social Education and Economic Development Society

Malliga

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

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



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

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

Mamitiana Andriamanalina

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

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



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

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

Mamy Rakotondrainibe

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

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



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

52 anni | Camerun | segretaria esecutiva
Réseau du Développement Durable

Marie Crescence Ngobo

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

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



32 anni | Brasile | rappresentante alla Conferenza ONU sul clima
Rede Juruena Vivo

Marta Tipuici

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

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



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

Sister Mary John OSB

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

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



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

Mbali Baduza

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

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



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

25 anni | Nepal | consulente agronoma
Social Service Centre

Narma Sunar

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

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



38 anni | Burkina Faso | vice coordinatrice
Programma nazionale *Sacrificio Quaresimale*

Natacha Compaoré

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

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



47 anni | Repubblica Democratica del Congo
coordinatrice di progetto | *Centre d'Aide Juridique*

Sœur Nathalie

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

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



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

Nathalie Kaboré

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

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



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

Ndiouck Séne

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

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



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

48 anni | Hong Kong, Cina | fondatrice e consulente
Students and Scholars Against Corporate Misbehavior

Ngai Pun

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

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



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

49 anni | Sudafrica | contadina e attivista
Trust for Community Outreach and Education

Nomvuzo Nopote

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

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



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

52 anni | Laos | medico e direttrice
Association for Community Development

Nong Chouthavong

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

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



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

42 anni | Sudafrica | portavoce
Amadiba Crisis Committee

Nonhle Mbuthuma

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

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



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

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

Obertina Johanis

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

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



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

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

Philomène Edjego

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

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



44 anni | Burkina Faso | animatrice progetto per la sicurezza alimentare | *Fédération Lougouzena*

Simone Bilgo

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

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



44 anni | Svizzera | co-fondatrice e direttrice | *Opaline*

Sofia de Meyer

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

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



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

41 anni | Svizzera | fondatrice e presidente | *Fondation Zoein*

Sophie Swaton

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

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



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

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

Suzan Mark

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

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



60 anni | Haiti | responsabile di progetto | *Batay Ouvriyé*

Yannick Etienne

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

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



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

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

Aldebaram Moura

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

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



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

