

W

futebol feminino / women's football

JÉSSICA SILVA

#04

NOVEMBRO 2020

TEXTOS
EM INGLÊS
ENGLISH
CONTENT

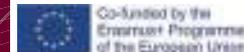
EQUAL
OPPOR
TUNITIES

INCLU
SION

GENDER
EQUALITY

SPORTS
INTE
GRITY

WEL
COME
MI
GRANTS
AND
REFU
GEEES





MEN'S NEYMAR
MERCURIAL VICTORY VI
(AG) ARTIFICIAL-GRASS
FOOTBALL BOOT

EM CONDIÇÕES MAIS VANTAJOSAS PARA AS SÓCIAS DO SINDICATO

rhythmfoot



DISTRIBUIDOR AUTORIZADO RHYTHMFOOT WWW.RHYTHMFOOT.PT

UMA W ESPECIAL

A SPECIAL W

A revista W está de volta e desta vez em moldes muito especiais. Esta é a primeira edição na retoma pós COVID-19, com todas as dificuldades acrescidas e tem uma temática diferente, por ter sido produzida no âmbito do projeto SPIN Women, financiado pelo programa Erasmus+ da União Europeia. Toda a revista foi produzida com o intuito de dar voz ao projeto e apresentar histórias de vida, instituições e iniciativas relacionadas com a integração social de mulheres através do desporto, em especial das provenientes de minorias e contextos desfavorecidos. Foi nesse contexto que identificámos histórias de superação a nível nacional e internacional. Destaco a entrevista de fundo a Jéssica Silva, hoje campeã europeia de clubes e atleta da seleção nacional, que nos contou um pouco sobre as suas origens e os desafios por detrás do desporto feminino e a apresentação de um relatório pioneiro: "acesso e participação igual de raparigas e mulheres migrantes no desporto", coordenado pela Camino, parceira alemã do SPIN, que se baseou nas conclusões de grupos de trabalho dos diferentes países parceiros e concluiu, sem sombra de dúvida, que os clubes desportivos de base têm dificuldades em alcançar minorias, migrantes ou refugiadas. Este projeto chamado W continua a deixar-nos orgulhosos por ter sido o primeiro espaço de comunicação totalmente dedicado ao futebol feminino em Portugal, o sindicato orgulha-se de dar voz às jogadoras e espera que projetos como o SPIN contribuam para uma perceção diferente sobre as necessidades específicas de milhares de jovens raparigas. Um agradecimento final a toda a equipa que levou a cabo esta revista e a todas as participantes que emprestaram a sua voz e as suas histórias tão marcantes para este projeto. Esta é, por todas as razões, uma W especial, e o Sindicato dos Jogadores, a VIDC-Fairplay (Áustria), a FAI (Irlanda), a Camino (Alemanha), a Liikkuka (Finlândia), a MHRO (Hungria) e a UISP (Itália) agradecem a quem a fez acontecer.

W magazine is back and in a special way. In the first edition since COVID-19, with all the inherent difficulties, there's also a special theme for these pages. This W was produced in scope of the SPIN Women project, financed by the Erasmus+ program from the European Union. All the magazine was created in the spirit of giving voice to the project and to present life stories, institutions and initiatives related to the social inclusion of women through sport, specially those from minorities or less privileged backgrounds. It was in that context that we identified overcoming stories, at a national and international level. The first highlight goes to the interview to Jéssica Silva, member of the Portuguese national team and now a Champions League winner, who told us about her background and the challenges behind women sport. A pioneering report about access and participation of migrant women in sport, also stands out, coordinated by Camino, German partner of SPIN, based on the findings of workgroups in the different countries who are involved in the project. It showed that sport clubs have difficulties on including minorities, migrants and refugees. We are proud of the W project, the first communication project in Portugal to be exclusively dedicated to women's football. The Union feels honored to share the voice of the female players and hopes that projects like SPIN are able to show a different light about the specific needs of thousands of young girls. Thanks to the team involved in this magazine and all who used their voice and stories to this project. This is, for all the reasons, a special W, and Sindicato dos Jogadores (Portugal), VIDC-Fairplay (Austria), FAI (Ireland), Camino (Germany), Liikkuka (Finland), MHRO (Hungary) and UITSP (Italy) thank everybody who helped on it.

CONSELHO EDITORIAL

Joaquim Evangelista
Presidente do SJPF

João Oliveira
Secretário Geral do SJPF

DIRETOR

Hugo Vinagre

DIRETOR ADJUNTO

Bruno Carvalho

ARTE

Luís Martins

FOTOGRAFIA

Alexa Vachon, André Veloso

COLABORADORES

Carla Couto, José Manuel Ribeiro
e Pedro Calado

SEDE DA REDAÇÃO

Rua Nova do Almada, n.º 11, 3.º Esq.
1200-288 Lisboa

IMPRESSÃO

Graficas Jider, S.A.

MORADA DO IMPRESSOR

C/Paloma, 28 Pol. Ind. Los Gallegos
Fuenlabrada Madrid

TIRAGEM

5000 Exemplares

ESTATUTO EDITORIAL

A W é uma publicação quadrimestral, destinada às jogadoras de futebol que atuam em Portugal, bem como às futebolistas portuguesas que estão no estrangeiro. A W respeita os direitos e deveres da liberdade de expressão e de informação, de acordo com a Constituição da República Portuguesa. Apresenta-se tanto em suporte papel como no site do Sindicato dos Jogadores (www.sjgadores.pt), a revista W é independente de clubes, partidos ou outras organizações, e rege-se por critérios jornalísticos de rigor e isenção, respeitando a jogadora de futebol e a diversidade de opiniões, e cumprindo a Lei de Imprensa e as orientações definidas pela Direção da revista. A W faz uma clara distinção entre notícias, entrevistas e opinião.

JOAQUIM EVANGELISTA
PRESIDENTE SINDICATO DOS JOGADORES



SUMÁRIO

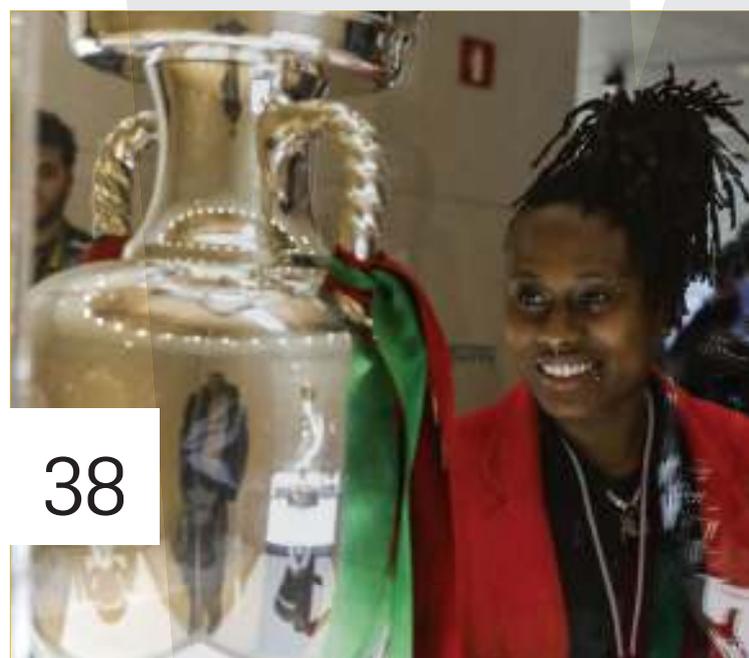


10

28



© FPF



38



10 Jéssica Silva

A Liga dos Campeões, vencida ao serviço do Lyon, é o mais recente parágrafo da carta de apresentação da internacional portuguesa.

Member of the Portuguese national team, Jéssica Silva now has a Women's Champions League to add to her resumé.

28 Jennifer Fri

Uma história de vida entre África e a Europa, numa entrevista em que nos conta como sempre amou o futebol, onde agora é árbitra.

A story that takes place between Africa and Europe, with an everlasting love for football, which has taken her to be a referee.

38 Cynthia Uwak

Ao ser mulher, negra e lésbica, acabou por ser expulsa da seleção e não pode voltar ao seu país. Nada disso a impediu de atingir a glória.

As a black lesbian woman, she was kicked out of her national team and can't enter her own country. None of that could stop her achieving glory.

42 Champions Without Borders

As refugiadas em Berlim encontraram uma nova forma de ganharem autoconfiança e se integrarem na sociedade: através do futebol.

Refugees in Berlin found a new way to develop their self-confidence and social integration: entering a football team.

46 Khalida Popal

Insultada desde criança por jogar futebol, deixou o Afeganistão quando era ameaçada de morte por ajudar a criar a seleção feminina.

Insulted since a child for playing football, she left Afghanistan while she suffered death threats for helping create a women's national team.





BIG POWERS

São uma equipa de meninas de etnia cigana, entre os 10 e os 18 anos, nascida em 2016 no bairro social de Santa Tecla, em Braga. Parte do Projeto Geração Tecla E7G, da Cruz Vermelha de Braga, financiado pelo programa governamental Escolhas, com a missão de promover a inclusão social, já conseguiu também cumprir um sonho: assistiram a um treino da seleção feminina de Portugal e conviveram com as jogadoras.

This team composed by girls of the Roma community, between ages 10 and 18, was born in 2016 on a social housing project in Braga, north of Portugal. Supported by a governmental program for social inclusion, it already made one dream come true: the girls saw a practice from the Portuguese women's national team and were able to talk to the players.

FPF CRIOU FUNDO DE APOIO DE 4,7 M€, COM A COLABORAÇÃO DO SINDICATO

Para ajudar os clubes a fazer face aos problemas de tesouraria decorrentes do encerramento das competições por decreto da FPF, aquele organismo, com a colaboração do Sindicato dos Jogadores e da Associação Nacional dos Treinadores de Futebol, criou um fundo de apoio para o futebol não-profissional de 4,7 M€. Este fundo chega a clubes de seis competições distintas e abrange os diversos patamares e variantes do futebol feminino. Os clubes tiveram de solicitar ajuda e as candidaturas estiveram abertas até 30 de abril, mediante comprovativo de contas em dia ao mês de fevereiro.

FPF, with the help of the Players Union and National Association of Football Managers, created a 4,7 M€ fund to support non-professional football, after their competitions were terminated earlier than expected, following the Covid-19 pandemic. Women's football is, of course, also included and the clubs had to ask for help and prove their finances were in order before the problem started.



EURO ADIADO PARA JULHO DE 2022

O mundo (do futebol e não só) parou e teve de se proceder à recalendarização do quadro competitivo a nível global. O Euro'2020 e os Jogos Olímpicos de Tóquio foram adiados para 2021 e, como consequência, também o Europeu de futebol feminino, previsto para 2021, em Inglaterra, foi protelado para julho de 2022. Continuará a ter lugar em Inglaterra e vai decorrer nos mesmos estádios previstos para a edição que foi adiada.

The world stopped and the sports calendar had to be changed. Euro'2020 and the Tokyo Olympic Games were postponed to 2021 and has a result, the Women's Euro also changed from 2021 to 2022. It will still be in England, in the same stadiums that were chosen previously.



FIFPRO ALERTA PARA OS PERIGOS E QUER APROVEITAR OPORTUNIDADE

A FIFPro (Federação Internacional dos Jogadores Profissionais de Futebol) alertou para a vulnerabilidade das condições de trabalho no futebol profissional feminino, cujo desenvolvimento e expansão se encontram ameaçados pelas implicações da pandemia Covid-19. O risco de uma crise financeira profunda, que pode resultar em diversas insolvências num sector que estava em franco crescimento só poderá ser travado caso sejam tomadas as devidas medidas de apoio a ligas, clubes e jogadoras. É referido ainda que é necessário dar particular atenção às competições internacionais femininas, atendendo à importância na implementação do desporto e ao potencial económico para as jogadoras que representa. Deixam ainda recomendações para aplicar medidas financeiras especiais para apoiar as jogadoras, clubes e competições femininas, assim como assegurar que os investimentos pré-crise não são retirados e que não se verificarão decisões discriminatórias com base no género na gestão da crise.

FIFPro warned about the vulnerability of the working conditions on women's professional football, whose development and expansion is threatened by the Covid-19 pandemic. The risk of a deep financial crisis, that can end in several insolvencies in an area that was growing can only be stopped if the leagues, clubs and players are supported. It is also noticed that that women's international competitions are extremely important on the sport's implementation and the economic potential for the players. It is also recommended that special financial measures are created to support the players, clubs and women's competitions, and also that investments before the crisis are maintained, without decisions which discriminate based on genre.

ZOOM

KATHLEEN KRÜGER

Seguindo a tradição no Bayern de constituir a estrutura muito à base de antigos jogadores, a *Team Manager* de 35 anos está desde 2012 no cargo, sobrevivendo a vários treinadores. Considerada pela Bundesliga como a mulher mais importante do campeonato alemão, a ex-jogadora assinou pelo Bayern aos 18, mas aos 24 já estava a pendurar as chuteiras, para se dedicar completamente a estudar Relações Internacionais. Rapidamente os seus planos voltariam a mudar, quando o clube lhe ofereceu um estágio como assistente do diretor desportivo da altura. Hoje, o seu escritório tem vista para os relvados do complexo de treinos dos campeões europeus. O segredo? Conseguir ver as coisas do ponto de vista dos jogadores. Colega e confiante, é a única pessoa fora do plantel a fazer parte do grupo de Whatsapp dos jogadores. Além de planear e inspecionar os locais das futuras deslocações, é a primeira a chegar nas viagens ao estrangeiro.

Nos dias de jogo senta-se no banco, com um auricular e o seu dia só acaba quando os futebolistas vão para casa.



BUNDESLIGA'S MOST POWERFUL WOMAN

Following Bayern's tradition, after playing in the first team, Kathleen Krüger is the Team Manager since 2012. Signed at 18, she ended her career after six seasons, to focus on her studies.

Her life changed again quickly, after she was invited to be a trainee at Bayern, assisting the Sporting Director. Today she sits at the bench and is viewed by players as a colleague: the only person outside the squad included on the team's Whatsapp group.



JÉSSICA SILVA

FOI POR DIVERSAS VEZES VÍTIMA DE RACISMO, MAS NÃO SÓ: COMENTÁRIOS MACHISTAS, SEXISTAS, HOMOFÓBICOS, JÁ OUVIU DE TUDO. AOS 25 ANOS, E NUM MOMENTO ALTO DA CARREIRA, AO CHEGAR À “MELHOR EQUIPA DO MUNDO”, O LYON, SOFREU UM REVÉS INÉDITO NO SEU PERCURSO NA CARREIRA: ROTURA TOTAL DO TENDÃO DE AQUILES. JÉSSICA ABRE O LIVRO, FALA DO MAR DE PRECONCEITOS QUE TEVE DE ENFRENTAR ATÉ AO MOMENTO E, MAIS DO QUE IDENTIFICAR OS PROBLEMAS, DÁ O PASSO SEGUINTE: APONTA A SOLUÇÕES

Several times she was the victim of racism but not only this: Also the target of macho, sexist and homophobic comments, she has heard everything. At the age of 25, and at a high point in her career, after joining the “best team in the world”, Lyon, she suffered an unprecedented setback in her journey: total rupture of the Achilles tendon. Even so her season still ended on a high note, becoming the first Portuguese woman to win the Champions League. Jessica opens the book, talks about the wave of prejudices she has had to face so far and, more than just identifying the problems, moves on to the next step: pinpointing the solutions.

“TEMOS DE SER RADICAIS
E PUNIR A DISCRIMINAÇÃO”
“We have to be radical and punish discrimination”

Nascida em Vila Nova de Milfontes, herdou dos genes do falecido pai, que era futebolista, a paixão pelo desporto-rei. Jéssica, que conhece por dentro as realidades sueca, espanhola e francesa, abordou temas como a discrepância “abismal” no tratamento do género, analisando o caminho que está a ser trilhado e falta ainda percorrer em Portugal. Os três primeiros meses de recuperação da sua grave lesão coincidiram com o período de confinamento, que foi autorizada pelo Lyon a passar por cá, depois de já ter preferido ser operada em Portugal, até porque o clube francês esteve em contacto com a FPF. Em Agosto, viria a tornar-se campeã europeia de clubes e com toda a justiça: apesar da sua ausência da fase final da Liga dos Campeões feminina, disputada em Espanha, Jéssica participou em três jogos da prova, tendo mesmo marcado um golo nos oitavos de final.

Podemos começar pelo início: Vila Nova de Milfontes. Foi aí que começaste a dar os primeiros pontapés na bola? Como é que surge o futebol na tua vida?

Sempre joguei futebol, na escola, no recreio, na rua, à porta de casa, ia lá para o campo do Milfontes, o futebol já nasceu comigo. Mas só quando fui viver para Aveiro, especificamente para Águeda – a minha mãe casou-se e fomos viver para lá –, e aí, sim, começou o futebol a sério, passados uns anitos, em 2009. Mas sempre estive muito presente no meu dia-a-dia, com os amigos ou mesmo sozinha.

Identificas algum momento em particular, ou foi uma coisa natural?

Foi uma coisa muito natural. O meu falecido pai foi jogador de futebol e eu sinto que me está nos genes, porque é o que a minha família me diz, sempre procurei algo esférico para dar pontapés, acho que foi algo que nasceu comigo. Depois no futebol federado é que comecei a aprender a jogar a sério.

Foi no Albergaria, certo?

Não, foi no Ferreirense, muita gente não sabe. Tento sempre lembrar, comecei no Ferreirense, estive lá duas épocas. Era uma equipa pequenina que estava no campeonato Promoção e, então, sim, depois fui para o Clube de Albergaria, que foi onde joguei mais temporadas. Sinto que é o meu clube do coração, onde cresci bastante como atleta e como pessoa. Foi, sem dúvida, o clube que me formou, não só na parte desportiva, como humana.

Houve alguém que tenha desempenhado um papel importante nesse percurso inicial e que tenha sido preponderante para o que se seguiu?

Born in Vila Nova de Milfontes, she inherited her passion for the number one sport from her late father who was a footballer. Jessica, who knows reality within Sweden, Spain and France, addressed topics such as the “abysmal” discrepancy in the treatment of gender, analysing the path that is being followed and what still remains to be done in Portugal. The first three months of recovery from her serious injury coincided with the confinement period, authorised by Lyon to be spent here, as she preferred to go through surgery in Portugal and the French club was in contact with the FPF. In August she would rightly become European club champion: despite her absence from the Women’s Champions League final held in Spain, Jessica participated in three games in the competition and scored a goal in the round of the last 16.

We can start from the beginning: Vila Nova de Milfontes. Was it where you started kicking a ball? How does football come into your life?

I always played football, at school, in the playground, on the street, on my door step, I used to go to the Milfontes pitch, I was born with football inside me. But only when I went to live in Aveiro, specifically in Águeda – my mother got married and we went to live there –, and then, yes, football really started for me, after a few years, in 2009. But it was always very present in my daily life either with friends or even on my own.

Can you identify a particular moment for this to happen or did it come naturally?

It was a very natural thing. My late father was a football player and I feel like it’s in my genes because that’s what my family also tells me, I always looked for something spherical to kick, I think it is something that I was born with. Then, with federated football I started to learn how to play seriously.

It was at Albergaria, right?

No, a lot of people don’t know but I started at Ferreirense. I always try to mention that I started at Ferreirense, I was there for two seasons. It was a small non-league team and then, after that I went to Clube de Albergaria, which is where I played more seasons. I feel it as the club of my heart; it’s where I grew up as a player and as a person. It is, undoubtedly the club that moulded me, not only on a sporting level but also on a human level.

Is there anyone who has played an important role in this initial stage and was key to what followed?

Professor Paula Pinho clearly did, she continues to be a coach at Clube de Albergaria, as well as Rosário who was the director, the team-manager. They were very present in my life during the years that I was at Albergaria and taught me a lot, both personally and about sport. I am aware that I have evolved a lot as a player with them. I did a lot of extra training with Professor Paula. Unfortunately, we didn’t always have the pitch available for us and there were difficulties with schedules because I was always dependent on getting lifts and so on, but Professor Paula always found a way to improve my individual skills, and she is a person I hold much affection for. She had a huge influence on my development and knows me very well.



What about family support: was it always present or was there a barrier that you had to overcome?

Apart from a situation where I went to train with a team, before I started playing football, I always had the support of my family.

I never had the opportunity to have my mother or my brothers go to watch my matches, to have my family watching me from the stands, only now when we have games here in Lisbon are my uncles able to watch me. But they always followed me, even if in a more distant way, they never stopped me from playing football, I always managed to play. Of course, it was always a pain to come home late with my football boots covered in synthetic grass, and then my mum would pick on me a little more. [laughs]

You moved to Sweden at the age of 19: how was that experience, how did you live through that period adapting to a new reality at such a young age?

At the time it was very difficult because it was the first time I found myself outside my comfort zone. It is a fact that I no longer lived with my mother and my brothers at the time, but I was always very close to the people who were with me. When I went to Sweden I didn't even know which team I was going to, Linköping was one of the best teams in Europe and had great potential in the Swedish league.

And it was hard because I was not playing, it was difficult: I was 19 years old, which is a young / adult age, but I have been always very fond of home, fond of friends, the feeling for home, even inside the team, and I left the comfort of the Albergaria Club and found myself there, in Sweden, the adaptation was complicated. The fact that I wasn't playing didn't help either. But now I look back at that experience in a super positive way. I learned a lot and it was only after that experience that I became aware of the sacrifices I had to make to be a professional football player. I really wanted to have an international career, and in Portugal I was far from imagining that I could become professional. I always had great ambition and I knew I had to go abroad. It was good because I realised the sacrifices I had to make, what I had to give up and the skills I had to develop to become what I wanted. It was good, I felt good with the team and they

CORAÇÕES COM COROA JÉSSICA RECEBEU APOIO DA ASSOCIAÇÃO PRESIDIDA POR CATARINA FURTADO

Quando me apresentei à Associação Corações com Coroa era uma miúda, com as minhas fragilidades, estava a crescer mais rápido do que as outras, porque estava longe da família, nunca tive um background cheio de flores, e a Associação acompanhou-me sempre, esteve sempre ao meu lado. Deram-me uma bolsa de estudo, porque eu também apresentava bons resultados escolares, e tinha uma dinâmica de vida que não era propriamente fácil: viva no Porto, estudava em Aveiro, treinava em Albergaria, ainda fazia umas sessões de fisioterapia em Ílhavo, ou seja, chegava a casa à uma, duas da manhã e voltava a acordar às seis da manhã para apanhar o comboio para ir estudar e ter treino e tudo de novo. A bolsa foi importante não só do ponto de vista económico, mas também emocional e psicológico, porque estiveram presentes, ajudaram-me, apoiaram-me. Eu e a Catarina temos uma relação de amizade muito forte e as pessoas da Corações com Coroa estão muito ligadas ao meu percurso e a quem eu estou muito agradecida, porque tenho noção que me tornei uma mulher muito mais forte e positiva devido ao seu apoio.

CORAÇÕES COM COROA [HEARTS WITH A CROWN] JESSICA RECEIVED SUPPORT FROM THE ASSOCIATION PRESIDED BY CATARINA FURTADO.

When I introduced myself to the Association Corações Com Coroa [Hearts with a Crown] I was just a fragile girl, I was growing up faster than the others because I was away from my family, I don't come from a privileged background and the Association always supported me, it was always by my side. I was granted a scholarship because I also had good school results and had a lifestyle that was not easy: I lived in Porto, studied in Aveiro, trained in Albergaria, and still had some physiotherapy sessions in Ílhavo, that meant that I would get home at one, two in the morning, wake up at six to catch a train to go to school and afterwards have training and then all over again.

The scholarship was important not only from an economic, but also from an emotional and psychological point of view because they were always there, they helped me, supported me. Catarina and I have a very close friendship and the people at Corações com Coroa are very much part of my life and I am very grateful to everyone because I realise that I have become a much stronger and more positive woman due to their support.





treated me very well. I grew as a player but I had difficult moments and I think it is when we are in difficulty that we manage to awaken in us something we didn't even know we had.

And what level of education did you reach?

I only finished the 12th year. Due to having high competition status I could have gone to university but I went to Sweden. When I came back to Portugal, I did not go back to study. Now, although it's not easy, it is something that I want to go back to without a doubt. I would no longer choose Sports Science but something related to communication, marketing, to people.

Before, I only considered studying something related to Sport but things have changed...

How do you see Women's football in Portugal? Does it already have a place or can it become even more prominent?

It definitely has a place, but there is still a lot more to do. I think it's improving because people already look at women differently, not only in football, but in sport in general. I welcome what we are doing and feel that we are committed to valuing women in football, and important steps have been taken in that direction, but there is still a long way to go.

Compared to other countries we are still taking our first steps. But it is with pride that I speak of Portuguese women's football, in the last five years there has been big growth in the sport. People are zapping and stopping to watch a women's football match for example, there is already interest. Nowadays, it is normal to see a poster of a woman holding a football under her arm or on her foot, we already see these images on television, games are now advertised...It is a cultural issue that is gradually changing and that is positive.

And in relation to your experience, what comparison can be made between our situation and that of countries like Sweden, Spain or now France?

I think we are on the right track. We are still far from some others because we are also a smaller country and a change in mentality does not happen overnight. A study, a statistic, has just come out that shows that there are many more girls who want to play football and

Claramente, a professora Paula Pinho, que continua a ser treinadora do Clube de Albergaria, assim como a Rosário, que era diretora, a team-manager da equipa. Foram pessoas que estiveram muito presentes na minha vida durante todos os anos que estive no Albergaria e me ensinaram muita coisa, quer na parte pessoal, quer na parte desportiva. Tenho consciência que evoluí muito como atleta com elas, cheguei a fazer muitos treinos extra com a professora Paula. Infelizmente, nem sempre tínhamos o campo disponível e havia ainda a dificuldade ao nível de horários, porque eu estava sempre dependente de boleias e assim, mas a professora Paula encontrava sempre forma de aprimorar as minhas capacidades individuais e é uma pessoa por quem tenho bastante carinho. Marcou-me bastante na minha formação e conheceu-me bastante bem.

E quanto ao apoio familiar: esteve sempre presente ou foi uma barreira que teve de ser ultrapassada?

Tirando uma situação onde fui treinar a uma equipa, antes de começar a jogar futebol, sempre tive o apoio da minha família. Nunca tive a oportunidade de ter a minha mãe a ir ver os meus jogos, ou os meus irmãos, ter a minha família na bancada, só mais agora, quando temos jogos aqui em Lisboa, já tenho os meus tios a poderem ir ver. Mas foram-me seguindo sempre, mesmo que de uma forma mais distante, nunca me proibiram de jogar futebol, sempre o consegui fazer. Claro que foi sempre uma chatice chegar tarde a casa, com as chuteiras cheias de bolinhas de sintético, a minha mãe lá me chateava mais um bocadinho. [risos]

Emigraste para a Suécia com 19 anos: como é que foi essa experiência, como viveste esse período, a adaptação a uma nova realidade, tão jovem?

Na altura foi muito difícil, porque foi a primeira vez que saí da minha zona de conforto. Já não vivia com a minha mãe e os meus irmãos, é certo, mas sempre fui muito ligada a quem estava comigo. Quando fui para a Suécia nem tinha bem a noção para que equipa estava a ir, o Linköping era uma das melhores equipas da Europa e a grande potência no campeonato sueco. E custou-me, porque não estava a jogar, era muito difícil: tinha 19 anos, que é uma idade jovem/adulta, mas sempre fui muito de casa, dos amigos, de me sentir em casa, mesmo na própria equipa e saí do contexto do Clube de Albergaria e apanhei-me ali na Suécia, foi complicada a adaptação. O facto de não estar a jogar também não ajudou. Mas agora olho para essa experiência de uma forma super-positiva. Aprendi bastante e estou consciente que só depois dessa experiência fiquei com a noção dos sacrifícios que tinha de fazer para ser jogadora profissional de futebol. Queria muito ter uma carreira internacional, em Portugal estava longe de imaginar que podia ser profissional. Sempre tive uma ambição muito maior e sabia que tinha de sair. Foi bom porque percebi os sacrifícios que tinha de



fazer, do que tinha de abdicar e das valências que tinha de desenvolver para ser aquilo que queria. Foi bom, senti-me bem com a equipa, elas tratavam-me super-bem, cresci como jogadora, mas tive momentos difíceis e acho que é na dificuldade que conseguimos despertar em nós algo que julgávamos não ter.

E a que nível de escolaridade chegaste?

Só fiz o 12.º ano. Com o estatuto de alta competição, ia para a faculdade, mas fui para a Suécia. Quando voltei a Portugal, não voltei a estudar. Agora, não é fácil, mas é algo que eu quero retomar, sem dúvida. Já não ia querer Ciências do Desporto, mas algo mais ligado à Comunicação, ao Marketing, às pessoas. Só pensava em algo ligado ao Desporto, mas as coisas mudaram...

Como vêes o futebol feminino em Portugal? Pode ser encarado como um espaço de inclusão ou poderia ainda ser muito mais efetivo?

Claro que já é um espaço de inclusão, mas ainda há muito mais a fazer. Acho que está a crescer, porque as pessoas já olham para as mulheres de uma forma diferente, não só no futebol, mas no desporto em geral. Vejo com bons olhos o que estamos a fazer e sinto que estamos empenhados em valorizar a mulher no futebol e estão a ser dados passos importantes nesse sentido, mas sem dúvida que ainda há muito por caminhar. Comparativamente a outros países, ainda estamos a dar os

that shows that there is also a growing interest on the part of the parents, who now support and allow their daughters to play football. We, the current National Team, will not last forever and it seems to me that there is a wonderful generation to come, we look at our under-19s, under-17s and even under-15s and see girls with a lot of quality, a lot of talent and that they are already being developed from a very young age. Now there is training, there are clubs investing in this area and giving the girls a place to play football. At 19, 20 years old I tried to train in a boys club to do extra training, but only one club accepted me all the others refused. I am sure that if it was today they would no longer say “no”.

Throughout your career, abroad or even in Portugal, did you experience any type of discrimination?

Not so much now, but especially in the North I felt racism without a doubt. At that time, I was still crying because of that, and on one occasion I left the pitch, I was substituted and as the bench was very close to the side-line the referee accompanied me as I went off, the police came and everything, racism is something that is always very present. There may be less now but there are still people who have racist behaviour, they are unaware of the impact that this has on the life of a player, racism and other types of discrimination or prejudice, such as the one that establishes that football players are all lesbians. This prejudice exists. I have already come across comments like that and it seems to me that people are unaware of the impact that this has, they discriminate in an unconscious way. But it is necessary to have a punishment for that, there must be mechanisms that allow any kind of prejudice to disappear and cease to exist in football, because we are all welcome to add value to the sport, players, referees, managers, the public, any sports agent. Any kind of discrimination, be it gender, sexist, homophobic or racist is something that exists not only in Portugal but also in other countries. I also felt it in Spain, for example, and it shouldn't exist. I think that some kind of legislation has to be created to punish this type of situation. A movement must be created and in that aspect football is a very strong, very powerful



phenomenon and can be a very useful tool to put an end to all types of discrimination and prejudice.

Reporting those cases should be the first step?

Yes, absolutely yes. I don't know if through a support line, a complaints line. But, for example, on a social network: we may not be able to arrest that person, but Facebook can ban that profile. I think we have to be radical and punish offenders because we have already realised that campaigns like "No to racism" are beautiful, they are fine but in practice they are not enough.

We had the case of Marega, it was ugly, but I even think it was "good" in a way because it exposed what was out there hiding and brought the theme of racism to the table. In Italy, for example, what is going on there is incredible. Racist chants happen frequently and there is no severe punishment as there should be. We must be radical we cannot allow it, whether for racism or any other type of discrimination. Even for the referees. I remember playing in the North and hearing a comment that I can hardly repeat: 'Hey, spotted cow!' for a referee who had skin problems. It even hurt me. I think that any discriminatory or derogatory comment must be banned. I speak of football because it's my reality and we can become a much healthier sport, it hurts me a lot.

You supported the position of Marta, a player from Brazil who refused to be sponsored during the World Cup. Do you think there is still a long way to go when it comes to gender equality?

Yes, no doubt. Women must be valued in relation to what they give to the sport and Marta proved to everyone that she is the best of all time. She continues to prove that she is outstanding. I think it is not just in football, but in sport in general: women are undervalued.

Marta's position showed her courage because more than for her own benefit she did it for the following generations and in defence of women's football. We should all be thankful for it, because it is a way of claiming our right so that the difference is not so noticeable. At the World Cup for example: we had incredible audiences, we watched good football matches, we saw incredible players in action. There is quality. And the discrepancy is huge, abysmal and it

nossos primeiros passos, bem dados. Mas é com orgulho que falo do futebol feminino português, porque nos últimos cinco anos houve um crescimento enorme da modalidade. As pessoas estão a fazer zapping e já param para ver um jogo de futebol feminino, por exemplo, já há interesse. Hoje em dia, é normal vermos num cartaz uma mulher com uma bola debaixo do braço ou no pé, já se veem imagens dessas na televisão, já se anunciam jogos... É uma questão cultural que aos poucos está a mudar e isso é positivo.

E face à tua experiência, que comparativo se pode fazer entre a nossa realidade e a de países como Suécia, Espanha ou agora França?

Julgo que estamos no bom caminho. Estamos ainda longe de algumas realidades, porque também somos um país mais pequeno e a mudança de mentalidades não se faz de um dia para o outro. Saiu há pouco um estudo, uma estatística que demonstra que há muito mais raparigas a aparecer que querem jogar futebol e isso denota que há também um interesse crescente por parte dos pais, que agora apoiam muito mais e permitem que as suas filhas joguem futebol. Nós, na Seleção, não duramos para sempre, e parece-me que há aí uma geração muito bonita que está a chegar, porque olhamos para as nossas sub-19, sub-17 e até mesmo as sub-15 e vemos miúdas com muita qualidade, muito talento e que já estão a ser trabalhadas desde muito novas. Agora, há formação, há clubes a investirem nessa vertente, a darem lugar às miú-

das para jogarem futebol. Eu, com 19, 20 anos, procurei treinar num clube de rapazes, para fazer um treino extra, mas só um é que me aceitou, todos os outros recusaram. Tenho a certeza de que, se fosse agora, já não diziam “não”.

Ao longo da carreira, fosse no estrangeiro, ou mesmo em Portugal, sentiste algum tipo de discriminação?

Agora nem tanto, mas sobretudo no Norte, cheguei a sofrer racismo, sem dúvida alguma. Na altura, ainda chorava, cheguei a sair do campo, fui substituída e a árbitra, como a bancada era muito perto da linha lateral, acompanhou-me na saída, chegou a vir a polícia e tudo o mais, mas o racismo é algo que está sempre muito presente. Talvez haja cada vez menos, mas continuam a existir pessoas que têm comportamentos racistas, não têm a noção do impacto que eles têm na vida de um jogador ou jogadora, de um atleta. Quem diz racismo, diz qualquer outro tipo de discriminação ou preconceito, como aquele que estabelece que as jogadoras de futebol são todas lésbicas. Esse preconceito existe. Já me deparei com comentários do género e parece-me que as pessoas não têm noção do impacto que isso pode ter, discriminam de uma forma inconsciente. Mas tem necessariamente de haver uma punição, mecanismos que possibilitem que qualquer tipo de preconceito se dissipe e não exista no futebol, porque somos todas bem-vindas para acrescentar à modalidade, jogadoras, árbitras, dirigentes, público, qualquer agente desportivo. Todo o tipo de discriminação, seja de género, comentários machistas, sexistas, homofóbicos ou racistas é algo que existe, não só em Portugal, mas também em outros países. Também senti isso em Espanha, por exemplo, e não deve existir. Acho que tem de ser criada algum tipo de legislação para punir este tipo de situações. Deve ser criado um movimento, e nesse aspeto o futebol é um fenómeno muito forte, muito poderoso e pode ser um instrumento muito útil para acabar com todo o tipo de discriminação e preconceito.

A denúncia dos casos que vão acontecendo deve ser o primeiro passo?

Sim, claro que sim. Não sei se com uma linha de apoio, de denúncia. Mas, por exemplo, numa rede social: se calhar, não conseguimos prender essa pessoa, mas o Facebook consegue banir esse perfil. Acho que temos de ser um bocado radicais e punir, porque já percebemos que campanhas como o “No to racism” são bonitas, são muito giras, mas não chegam, na prática. Tivemos este caso do Marega, foi feio, mas acho que até foi “bom” ter acontecido, porque andava por aí escondido e trouxe o tema do racismo para cima da mesa. Em Itália, por exemplo, é incrível o que se passa. Esses cânticos são frequentes e não há uma punição severa, como devia haver. Temos de ser radicais, não podemos permitir. Seja para o racismo ou qualquer outro tipo de discriminação. Mesmo para os árbitros. Lembro-me de estar a jogar no Norte e ouvir um comentário que até me custa estar a dizer: ‘Ah, vaca malhada!’, para uma árbitra que tinha um problema de pele. Até me doe. Acho que qualquer comentário discriminatório ou redutor tem de ser banido. Falo do futebol porque é o meio em que estou inserida e como podemos ser um desporto tão mais saudável, custa-me muito.

Apoia-te a posição da Marta, jogadora do Brasil que recusou ser patrocinada durante o Mundial. Achas que ainda há

shouldn't be, it can't exist. The male players are overrated. The difference is exorbitant and I think you can balance things up a bit. Even at the level of infrastructure and support: there must be equality. I don't even talk about wages anymore. But for example, do not force us to play on synthetic grass, changing rooms must be available, they must give us the possibility to play at prime times, for example. There are teams that continue to train at eight, nine at night because the boys are playing and that is not fair. With the current situation that I am facing, I believe that the differences are becoming blurred and there is interest in this process, but it is still very dubious. For example, at Albergaria, we had cargo containers and the boys had proper changing rooms. Any organisation, be it clubs, city councils, the state, must find solutions and means to give the same conditions that are given to boys.

In the last season you suffered a serious injury unlike any other in your career (total rupture of the Achilles tendon). How did you face this setback?

*At the time I suffered the injury, there was still a brief delirious moment there, so to speak, but I soon had a real sense of the severity of the injury. Of course it affected me. I went to the changing room asking: “Why me? Why me?” I felt that I was going through a very good moment, I felt better as a player, the fact that I was in the best team in the world was also giving me enormous confidence to help the national team. Generally, I was in a positive mood and that break hurt. But I think I dealt with the situation well. I questioned everything that was going on, but at the same time I also said: “I want my surgery with our best doctor”, because I already knew it was Dr Noronha, “I want to stay in Portugal and then return to recover from the injury as well as I can”. With this situation of Corona, and not wanting to sound selfish, not least because there is never a good time to suffer an injury, the truth is that it hurt less because I was not watching anyone playing or my team mates competing. I tried to see things on the positive side and to recover well to start the season in the best possible way. **W***



um longo caminho a percorrer no que diz respeito à igualdade do género?

Sim, sem dúvida. A mulher deve ser valorizada face ao que dá à modalidade e a Marta provou a toda a gente que é a melhor de todos os tempos. Continua a provar que é uma fora de série. Acho que não é só no futebol, é no desporto em geral: a mulher é subvalorizada. A posição da Marta mostrou a valentia dela, porque, mais do que para ela, fez aquilo também para as gerações seguintes e pela defesa do futebol feminino. Todas nós devíamos estar agradecidas, porque é uma forma de reivindicarmos o direito a que a diferença não seja tão acentuada. No Mundial, por exemplo: tivemos audiências incríveis, assistimos a bons espetáculos, vimos em ação jogadoras incríveis. Há qualidade. E a discrepância é enormíssima, abismal e não deve, não pode existir. Os jogadores, os homens, são sobrevalorizados. A diferença é exorbitante e acho que dá para equilibrar um pouco as coisas. Mesmo a nível de infraestruturas, de apoios: tem necessariamente de haver aqui igualdade. Já nem falo em termos salariais. Mas que não nos obriguem a jogar em sintéticos, que nos sejam disponibilizados balneários, que tenhamos a possibilidade de jogar em horários nobres, por exemplo. Há equipas que continuam a treinar às oito, nove da noite porque estão os rapazes a jogar e isso não é justo. Com as novas realidades com que me vou deparando, julgo que se vão esbatendo as diferenças e há interesse nesse processo, mas ainda é tudo muito dúbio. Por exemplo, no Albergaria, estávamos em contentores e os rapazes têm um balneário a sério. Qualquer organização, sejam clubes, Câmaras Municipais, Estado, devem arranjar soluções e meios para dar as mesmas condições que são dadas aos rapazes.

Na última época sofreste uma lesão grave, como ainda não tinhas tido na carreira (rotura total do tendão de Aquiles). Como é que enfrentaste esta contrariedade?

Na altura que sofri a lesão, ainda houve ali um momento de delírio, digamos assim, mas tive logo a noção da gravidade da lesão. Claro que me custou. Entrei no balneário a questionar-me: “Porquê eu? Porquê eu?” Sentia-me num momento muito bom, sentia-me melhor jogadora, o facto de estar na melhor equipa do mundo estava a dar-me enorme confiança para ajudar a Seleção. Estava num momento positivo no global e essa quebra doeu. Mas julgo que enfrentei bem a situação. Questionei tudo, mas no mesmo momento disse: “Quero ser operada pelo nosso melhor doutor”, porque já sabia que era o Dr. Noronha, “quero ficar em Portugal e depois voltar para recuperar o melhor possível”. Com esta situação do Corona, e não querendo parecer egoísta, até porque não há bons timings para sofrer uma lesão, mas a verdade é que custou menos, porque não estava a ver ninguém a jogar, as minhas colegas a competir. Tentei ver as coisas pelo lado positivo e recuperar bem, para recomeçar a época da melhor forma possível. **W**

“UM PROJETO COM HISTÓRIA E COM FUTURO” “A PROJECT WITH HISTORY AND WITH A FUTURE”



O SPIN WOMEN É UM PROJETO QUE CONTA COM A PARTICIPAÇÃO ATIVA DO SINDICATO DOS JOGADORES DESDE 2008. APESAR DE JÁ MUITO TER SIDO FEITO NO ÂMBITO DA INCLUSÃO SOCIAL ATRAVÉS DO DESPORTO, ADEQUAR AS ESTRATÉGIAS ÀS MULHERES MIGRANTES, OU PROVENIENTES DE MINORIAS ÉTNICAS E CONTEXTOS SOCIAIS MARGINALIZADOS, É UM DESAFIO TOTALMENTE NOVO. O SINDICATO PROPÕE-SE A FAZÊ-LO, AO LADO DOS SEUS PARCEIROS DE SEMPRE.

SPIN WOMEN IS A PROJECT THAT HAS HAD THE ACTIVE PARTICIPATION OF THE PLAYER'S UNION SINCE 2008. ALTHOUGH MUCH HAS ALREADY BEEN DONE IN THE CONTEXT OF SOCIAL INCLUSION THROUGH SPORT, ADAPTING STRATEGIES TO MIGRANT WOMEN, OR THOSE FROM ETHNIC MINORITIES AND SOCIAL CONTEXTS MARGINALIZED IS AN ENTIRELY NEW CHALLENGE. THE UNION PROPOSES TO DO SO, ALONGSIDE ITS USUAL PARTNERS.



O SPIN – Sport Project Inclusion Network – é uma rede internacional que tem desenvolvido projetos financiados pelo programa Erasmus+ desde 2008. Com o SPIN Women, aprovado para o biénio 2019-2020 o foco passa a ser a inclusão social de mulheres, migrantes, refugiadas, provenientes de minorias étnicas ou de contextos sociais desfavorecidos, através do desporto. Este projeto mantém a matriz de sempre, procurar respostas ao desafio de como pode o desporto ser um instrumento de inclusão e igualdade de oportunidades e como se podem minimizar comportamentos discriminatórios e contribuir, assim, para uma missão de âmbito social. Estão as organizações desportivas e os clubes preparados para este desafio? Olhando para a sociedade em geral, as mulheres de minorias

étnicas e migrantes pertencem aos grupos mais excluídos e vulneráveis da Europa. Foi por essa razão que o SPIN Women foi desenhado para mostrar as diferentes perspetivas, de modo a que as mulheres nessas condições possam ultrapassar barreiras que podem estar na falta de domínio do idioma, ou em padrões culturais e religiosos que tornam o desporto inacessível.

PARCEIROS

A parceria do projeto abrange ONGs e organizações desportivas de sete países da UE, incluindo a VIDC-fairplay (Áustria), que mantém a coordenação do projeto, a Camino (Alemanha), a UISP (Itália), a Associação de Futebol da Irlanda (FAI), a Liikkukaa (Finlândia), a Organização dos Direitos Humanos Mahatma Gandhi (Hungria) e o Sindicato dos Jogadores (Portugal).

SEMANA EUROPEIA INCLUSIVA DE EVENTOS DESPORTIVOS

Depois do trabalho de pesquisa, no habitual “focus group” desenvolvido em cada um dos países membros, uma das atividades mais relevantes do ano de 2019 foi a realização de “eventos de inclusão desportiva” durante a Semana Europeia do Desporto (EWoS), um grande sucesso e uma experiência de aprendizagem. As organizações parceiras nos sete países do projeto (Áustria, Alemanha, Fin-



2011

NASCIMENTO DO PROJETO SPIN: DESENVOLVIDO PARA ABORDAR QUESTÕES DE INCLUSÃO E INTEGRAÇÃO NO E ATRAVÉS DO DESPORTO.
BIRTH OF THE SPIN PROJECT: CREATED TO ADDRESS INCLUSION AND INTEGRATION ISSUES IN AND THROUGH SPORT.



2017

A REDE ESPIN VOLTA A CONSEGUIR A APROVAÇÃO DE UM PROJETO FINANCIADO PELO PROGRAMA ERASMUS+, DESTA VEZ FEITO FOCADO EM DAR RESPOSTA AO PROBLEMA DA CRISE MIGRATÓRIA E DO AUMENTO DO NÚMERO DE REFUGIADOS NA EUROPA. “SPORTS WELCOMES REFUGEES” FOI O MOTE DO PROJETO.
ESPIN SEES A PROJECT FINANCED BY THE ERASMUS+ PROGRAM APPROVED ONCE AGAIN, THIS TIME FOCUSED ON ANSWERING THE MIGRATORY CRISIS AND THE RISING NUMBER OF REFUGEES IN EUROPE. “SPORTS WELCOMES REFUGEES” WAS THE MOTTO.



2018

O SINDICATO ORGANIZOU COM O SPIN UMA CONFERÊNCIA EUROPEIA: “SPORTING INCLUSION OF MIGRANTS AND REFUGEES IN A TRANSFORMING EUROPE”, NA CIDADE DO FUTEBOL. ESTIVERAM PRESENTES CERCA DE 80 FIGURAS NACIONAIS E INTERNACIONAIS LIGADAS A ESTA ÁREA.
THE PORTUGUESE UNION, WORKING WITH SPIN, ORGANIZED AN EUROPEAN CONFERENCE: “SPORTING INCLUSION OF MIGRANTS AND REFUGEES IN A TRANSFORMING EUROPE”, ON THE FPF HEADQUARTERS. AROUND 80 SPORTS RELATED NATIONAL AND INTERNATIONAL PERSONALITIES WERE PRESENT.

SPIN WOMEN

lândia, Hungria, Irlanda, Itália, Portugal) organizaram um total de 13 eventos desportivos, com o objetivo de aumentar a participação e inclusão de refugiados, em particular mulheres e raparigas. Em Portugal, a ação decorreu entre 23 e 30 de setembro de 2019, na Academia do Jogador, em Odivelas, nova casa do Sindicato, e foi um sucesso. Além da participação de Carla Couto, embaixadora do Sindicato dos Jogadores para o futebol feminino, o evento contou ainda com a colaboração de Patrícia Morais (jogadora do Sporting), Joana Marchão (jogadora do Sporting), Edite Fernandes (jogadora do Futebol Benfica) e Rilany (ex-jogadora do Benfica). As jogadoras orientaram atividades com “bola no pé” de quase 40 crianças, uma sessão que contou com a colaboração da ANFR – Associação Nacional de Futebol de Rua. No final de novembro de 2019, o parceiro alemão, Camino, organizou em Berlim um programa de formação de formadores, focado na aprendizagem de técnicas e estratégias para trabalhar com o público alvo do projeto. Nessa formação, o Sindicato dos Jogadores fez-se representar por Carla Couto, embaixadora para o futebol feminino e Anselmo Cardoso, ex-profissional de futebol, promotor do Departamento de Educação e licenciado em Educação Física. Ambos adquiriram conceitos teórico-práticos sobre como interagir e promover a participação em atividades desportivas de mulheres, com dificuldades de integração, barreiras culturais e sociais ou, até, contextos traumáticos.

PROJETOS EM CURSO

Devido à crise de Covid-19, as atividades do projeto SPIN Women tiveram de ser reorganizadas, como por exemplo, a reunião internacional em Portugal e a conferência sobre o tema “Fortalecer as mulheres das minorias étnicas no futebol”, previsto para o final de abril de 2020.

Os parceiros do projeto pretendem retomar a atividade plena, como as reuniões nacionais para replicar o processo de aprendizagem do encontro de Berlim e a conferência prevista para Viena. Apesar das dificuldades deste ano atípico, os parceiros estão comprometidos em levar adiante este projeto pioneiro. **W**



2019

KICK-OFF DO PROJETO SPIN WOMEN. MAIS UMA VEZ É APROVADO PARA FINANCIAMENTO DO PROGRAMA ERASMUS+ DA UNIÃO EUROPEIA, DESTA FEITA ABORDANDO OS PROBLEMAS DA INTEGRAÇÃO DE MULHERES, MIGRANTES, REFUGIADAS E PROVENIENTES DE GRUPOS MARGINALIZADOS, BEM COMO O PAPEL DO DESPORTO NA DIMINUIÇÃO DA DESIGUALDADE DE GÊNERO, DISCRIMINAÇÃO EM FUNÇÃO DA ORIGEM, RAÇA, CREDO OU ORIENTAÇÃO SEXUAL.

BIRTH OF SPIN WOMEN, ONCE AGAIN SUPPORTED BY THE ERASMUS+ PROGRAM OF THE EUROPEAN UNION. CENTERED ON THE INTEGRATION PROBLEMS OF WOMEN, MIGRANTS, REFUGEES AND MARGINALIZED GROUPS, ALSO USES SPORT TO HELP AGAINST GENDER INEQUALITY AND DISCRIMINATION BASED ON ORIGIN, RACE, CREED OR SEXUAL ORIENTATION.



The SPIN - Sport Project Inclusion Network - is an international network that has been developing projects funded by the Erasmus + program since 2008. With SPIN Women, approved for the 2019-2020 biennium, the focus is on the social inclusion of women, migrants, refugees, coming from ethnic minorities or disadvantaged social contexts through sport. This project maintains the usual matrix, looking for answers to the challenge of how sport can be an instrument of inclusion and equal opportunities and how to minimize discriminatory behavior and therefore contribute to a social mission. Are sports organizations and clubs prepared for this challenge?

Looking at society in general, women from ethnic minorities and migrants belong to the most excluded and vulnerable groups in Europe. It was for this reason that SPIN Women was designed to show the different perspectives, so that women in these conditions can overcome barriers that may be due to lack of mastery of the language, or in cultural and religious standards that make sport inaccessible.

PARTNERS

The project partnership covers NGOs and sports organizations from seven EU countries, including VIDC-fairplay (Austria), which maintains the project coordination, Camino (Germany), UISP (Italy), the Irish Football Association (FAI), Liikkukaa (Finland), the Human Rights Organization Mahatma Gandhi (Hungary) and the Players Union (Portugal).



INCLUSIVE EUROPEAN WEEK OF SPORTING EVENTS

After the research work, in the usual “focus group” developed in each of the member countries, one of the most relevant activities of the year 2019 was the organization of “sports Inclusion events” during the European Sport Week (EWoS), a great success and a learning experience. Partner organizations in the seven project countries (Austria, Germany, Finland, Hungary, Ireland, Italy, Portugal) organized a total of 13 sporting events, with the aim of increasing the participation and inclusion of refugees, in particular women and girls.

In Portugal, the action took place between September 23 and 30, 2019, at the Player’s Academy, in Odivelas, the new union house, and it was a success. In addition to the participation of Carla Couto, ambassador of the Union of Players for women’s football, the event also had the collaboration of Patrícia Morais (Sporting player), Joana Marchão (Sporting player), Edite Fernandes (Benfica football player) and Rilany (ex-Benfica player). The players guided activities with “ball in the foot” of almost 40 children, a session that had the collaboration of ANFR - National Association of Street Football.

In late November 2019, the German partner, Camino, organized a training program for trainers in Berlin, focused on learning techniques and strategies to work with the project’s target audience. In this formation, the Union of Players was represented by Carla Couto, ambassador for women’s football and Anselmo Cardoso, former soccer professional, promoter of the education department and graduated in physical education. Both acquired theoretical and

practical concepts on how to interact and promote participation in women’s sports activities, with integration difficulties, cultural and social barriers or even traumatic contexts.

ONGOING PROJECTS

Due to the Covid-19 crisis, the activities of the SPIN Women project had to be reorganized, such as, for example, the international meeting in Portugal and the conference on the theme “Strengthening ethnic minority women in football”, scheduled for the end of April 2020, which would feature the launch of this special edition of W.

The project partners intend to resume full activity, such as national meetings to replicate the learning process of the Berlin meeting and the conference planned for Vienna. Despite the difficulties of this atypical year, the partners are committed to carrying out this pioneering project. **W**



IGUALDADE NO ACESSO MULHERES E RAPARIGAS



E PARTICIPAÇÃO PARA MIGRANTES NO DESPORTO

*EQUAL ACCESS AND PARTICIPATION
OF MIGRANT WOMEN AND GIRLS IN SPORTS*



Os direitos das mulheres são direitos humanos. Quando se trata de assegurar que os direitos de todas as mulheres e raparigas são respeitados, todos os agentes desportivos devem e têm de cumprir o seu papel. Mas que barreiras existem para as mulheres e raparigas migrantes praticarem desporto? Quais as estratégias e iniciativas que poderão ter mais sucesso para promo-



PROMOVER A INCLUSÃO DE MIGRANTES É UM PROCESSO QUE SE DEPARA SEMPRE COM BARREIRAS COMO O RACISMO E A DISCRIMINAÇÃO. CONTUDO, AS MULHERES E RAPARIGAS MIGRANTES TÊM UM PROBLEMA ACRESCIDO, NA MEDIDA EM QUE SÃO DO SEXO FEMININO, FATOR QUE PRATICAMENTE DUPLICA AS CONTRARIEDADES

ver a sua inclusão nos desportos de base? Que recomendações poderão ser deixadas aos clubes?

Estas foram as questões sobre as quais se debruçou um estudo levado a cabo pela Camino, um organismo de pesquisa da Alemanha, conduzido ao abrigo do contexto do projeto SPIN Women, com o apoio de outros parceiros do SPIN. Nesse estudo, focámo-nos em refugiados e grupos marginalizados, como por exemplo, os ciganos. O estudo residiu numa abordagem feita a partir da experiência: 54 especialistas, a maioria mulheres, reuniram-se em grupos de trabalhos em sete países.

Promover a inclusão de migrantes é um processo que se depara sempre com barreiras como o racismo e a discriminação. Contudo, as mulheres e raparigas migrantes têm um problema acrescido, na medida em que são do sexo feminino, fator que praticamente duplica as contrariedades no contexto de barreiras sobre

o qual se debruçou o estudo. Isto porque existe um grande vazio no que diz respeito a exemplos a seguir na dinamização do desporto para as mulheres e raparigas migrantes, assim como uma enorme carência no que concerne a promoções específicas para o efeito. As migrantes são confrontadas com uma estrutura familiar patriarcal, por um lado, e pelo domínio esmagador nas estruturas desportivas por parte dos homens, por outro.

Apesar de ainda se verificarem fortes barreiras quanto à igualdade do género e ainda existir uma grande exclusão dos migrantes, o estudo demonstra existirem já algumas estratégias bem-sucedidas para a sua inclusão. Estas estratégias incluem formas de alcançar mulheres e raparigas migrantes, desenvolver ofertas específicas talhadas para suprir as suas necessidades, assim como promover a sua qualificação e aceitação, por forma a que os clubes se tornem mais acessíveis e acolhedores. **W**



Saiba mais aqui sobre o estudo realizado com base em grupos de trabalho nacionais, entre os quais o português. *Read here about the report based on a focus group publication about some national workgroups.*

Mais sobre a Camino: *More about Camino at: <https://camino-werkstatt.de/en/>*





Sport Inclusion of Migrant
and Minority Women

#SPINWomen

www.sportinclusion.net



spin

Os “focus groups” realizados por cada um dos parceiros do SPIN Women deram origem ao relatório, da autoria da Camino: “Equal access migrant women in sports”.

The focus groups carried out in each of the partner countries, in SPIN Women project, resulted on the report, by Camino: “Equal access migrant women in sports”.



Women’s rights are human rights. When it comes to ensuring that the rights of all women and girls are respected, the sports sphere can and must play its part. But which barriers do exist for migrant women and girls to play sports? Which strategies are successful to foster their inclusion in grassroots sports? What recommendations can be given to grassroots sport clubs and initiatives?

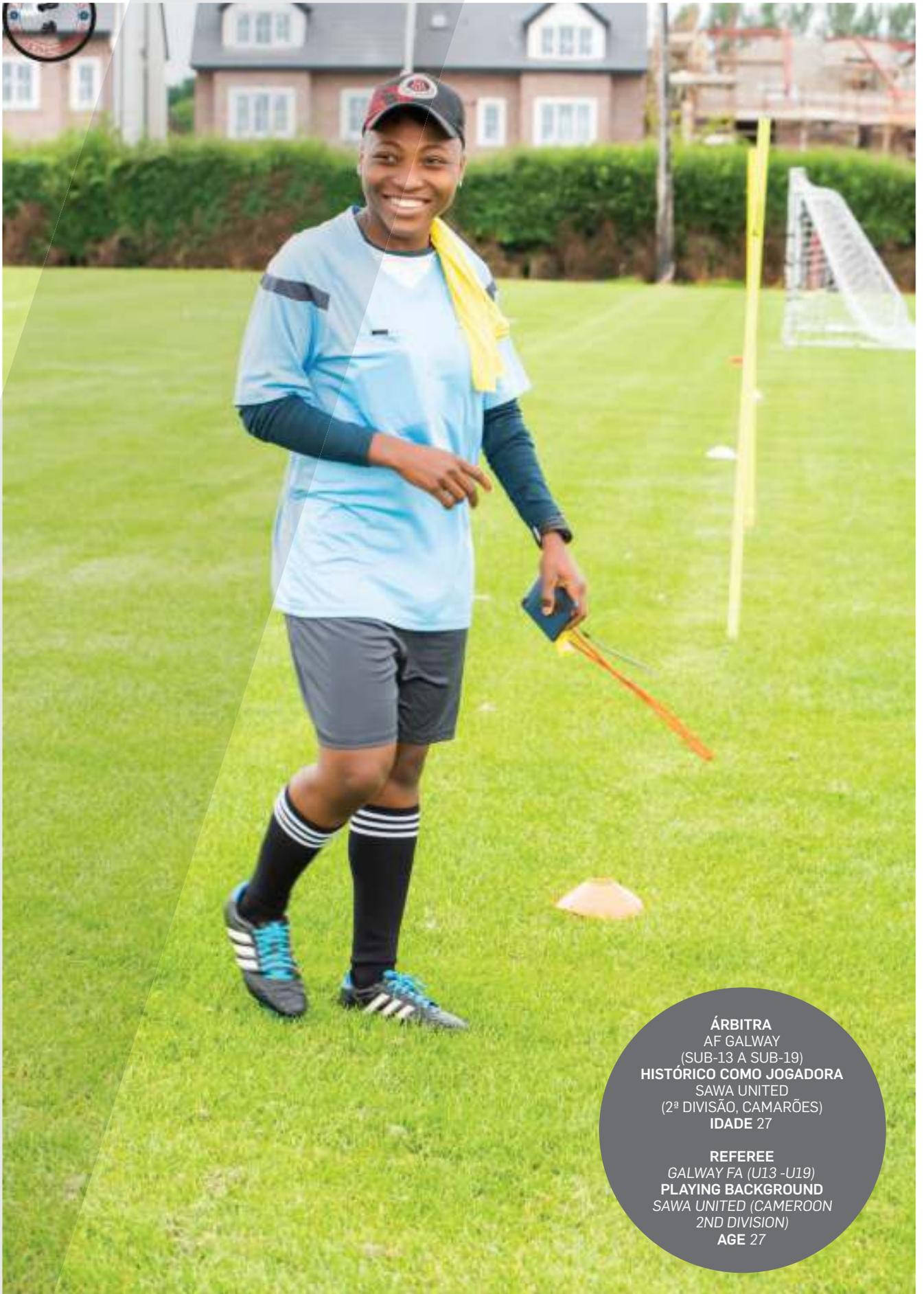
These were main questions for a study which Camino, a research institute from Germany, conducted within the context of SPIN Women project, with the support of the other SPIN partners. In the study, we focused on refugees and marginalised groups, e.g. Roma. The study relies on an approach based on experience: 54 experts, more than half of them women, met in focus groups in seven countries.

Promoting the inclusion of migrants always entails dealing with the issue of racism and discrimination.

However, migrant women and girls are not only disadvantaged, because they are migrants, but also because they are female. This double disadvantage becomes apparent within the context of the barriers which we discovered in the study. There is a lack of role models and empowerment of migrant women and girls in sports, as well as a lack of specific promotion. Migrant women and girls are confronted with patriarchal family structure on the one hand, and with male-dominated sports structures on the other hand. Even though there are strong barriers linked to gender inequality and migrant exclusion, the study shows that there exist successful strategies for inclusion. These strategies include ways to reach migrant women and girls, to develop specific offers tailored to their needs, to foster qualification and empowerment and to make clubs more accessible and welcoming.

JENNIFER FERI

A MINHA VIAGEM NO FUTEBOL:
UMA PERDIÇÃO DESDE MENINA
*MY FOOTBALL JOURNEY -
A PASSION FROM CHILDHOOD!*



ÁRBITRA
AF GALWAY
(SUB-13 A SUB-19)
HISTÓRICO COMO JOGADORA
SAWA UNITED
(2ª DIVISÃO, CAMARÕES)
IDADE 27

REFEREE
GALWAY FA (U13 -U19)
PLAYING BACKGROUND
SAWA UNITED (CAMEROON
2ND DIVISION)
AGE 27

Quando começou o teu envolvimento no futebol?

Adoro futebol desde a infância e sonhava jogar futebol no meu país. Sou dos Camarões, por isso pode-se dizer que nasci para jogar futebol. Primeiro, joguei na escola primária e na rua, descalça. Em todas as férias escolares existiam torneios de futebol de rua, cada rua tinha a sua equipa e havia até uma taça e prémios. Na escola secundária, joguei competições em que diferentes escolas da mesma região jogavam entre si e as melhores passavam para a fase seguinte.

Que idade tinhas nesses torneios de rua?

Tinha à volta de oito anos quando comecei a jogar futebol de rua na escola primária. Na altura, muitas vezes eram equipas mistas. Lembro-me de ser giro, era uma forma tão natural de jogar, eu e a minha melhor amiga viajávamos para jogar competições de rua. Foi quando passei para a escola secundária que descobri que existiam mais raparigas a jogar futebol – e então passei a jogar numa equipa de raparigas. Eu vivia em Douala [capital dos Camarões], então jogava lá, mas depois deixei Douala para ir para um colégio interno noutra zona do país.

O que aconteceu ao futebol quando acabaste a escola?

Entrei para a faculdade e integrei o plantel das caloiras, que era a chamada equipa B, mas passei logo para a equipa A. Como na equipa A nos exigiam o máximo para melhorar, eu corria todas as manhãs para estar em forma. Era uma equipa pequena, por isso tive de lutar pelo meu lugar e para estar em forma. Treinávamos às segundas, quartas e sábados. Tínhamos um subsídio para treinar e jogar que foi muito útil. Enquanto estava na universidade, passei a jogar por um clube, o Sawa United. Conheci o clube através de uma amiga, fui falar com o treinador e ele convidou-me para fazer um teste: tinham um amigável e entrei ao intervalo. No fim disse que tinha ficado muito satisfeito comigo. Consegui conciliar os treinos do Sawa United com os da minha universidade, porque eram em alturas diferentes. O clube estava na segunda divisão e éramos pagas, tanto para treinar como para jogar. Deixei o Sawa United ao fim de um ano, quando vim para a Europa.

Como descreverias a promoção da participação feminina no futebol do teu país?

Há uma grande promoção para o futebol feminino no meu país – ao nível da liga nacional, as mulheres são pagas para promoverem a modalidade e angariarem mais raparigas. A nível local, alguns pais não querem que as suas filhas joguem. Por exemplo, quando eu estava na escola secundária, vivia com a minha irmã e ela recusou que eu disputasse um torneio porque dizia: “Eu andei na escola foi para estudar, não para jogar à bola” – teve de vir o meu treinador explicar-lhe os benefícios da minha participação e garantir-lhe que estava em boas mãos para ela me autorizar a disputar o torneio.

Emigrar e assentar: como se deu todo o processo e de que forma o futebol encaixou nele?

Vim como refugiada e fiquei nove meses num hostel. As circunstâncias eram um desafio, na medida em que partilhava o quarto e as ins-

talações com mais três pessoas, de diferentes origens e culturas. Foi complicado, chegou a ser muito duro, porque era fácil gerarem-se situações de conflito e não havia privacidade. Deixei o hostel assim que consegui a autorização de residência. Para mim, a maior diferença entre África e a Europa foi que em África as pessoas normalmente integram-te mesmo que não te conheçam, dizem 'anda e joga' – percebi que aqui na Europa algumas pessoas se sentem mais confortáveis nos seus ambientes e entre amigos, então não são sempre tão abertas até provares o que vales, foi difícil fazer amigos e entrar em grupos. Mas a minha personalidade ajudou, sou uma pessoa sociável e no desporto tento envolver-me. Quando vim para a Europa, o frio foi um problema – ainda é! Não tinha um grande domínio da língua inglesa, era mesmo apenas o mais básico, o rudimentar, e sentia que muita gente não queria falar comigo porque tinham de repetir as coisas vezes sem conta até que finalmente eu as percebesse. A língua foi, definitivamente, outra barreira que tive de enfrentar. Quando estava no hostel, comecei a jogar por uma equipa local, o Salthill Devon FC, mas as outras jogadoras eram demasiado jovens e então parei, comecei a

treinar sozinha e a jogar com os rapazes do hostel. Falaram-me de outro clube local e passei a jogar pelo Corrib Rangers Women FC. Integrei então um programa apoiado pela Associação de Futebol da Irlanda (FAI), em cooperação com o projeto BRIDGE, do Galway City Partnership, que trabalha no sentido de incentivar pessoas de diversas origens étnicas e culturais e de diferentes nacionalidades a envolverem-se no futebol. Entrei na arbitragem através deste programa, tirei em simultâneo o curso inicial de arbitragem e o de treinadora de futebol e depois tirei o primeiro nível de treinadora, quando houve uma visita da UEFA, em 2018, no âmbito do Futebol e Refugiados. E cerca de três meses depois de tirar o curso de árbitra, fui chamada para apitar um torneio nacional feminino, a taça Gaynor.

Fiz então outro nível do curso de arbitragem e atualmente espero fazer o terceiro. Tenho apitado jogos de sub-13 a sub-19 da Associação de Futebol de Galway.

E agora? Quais são os planos para o futuro?

Gostava de incentivar outros imigrantes a integrar o desporto. Não é só no desporto, mas ajudá-los a fazerem o que querem mesmo noutras áreas. Isso permite-te motivares-te e saíres da tua zona de conforto, é importante. No que diz respeito à arbitragem, quero continuar a formação, claro, e continuar sempre a jogar futebol, que é a minha paixão.

Qual é a tua opinião sobre a participação das mulheres de origens migrante ou minoritária no futebol?

Sinto que as mulheres migrantes não têm o apoio das famílias para jogar, julgo que há aqui um certo conflito de interesses. Outro grande desafio prende-se com o aspeto financeiro, especialmente se as pessoas tiverem outro tipo de prioridades – se fores mãe, por exemplo, poderá haver falta de tempo para jogar futebol. Julgo também que a confiança das mulheres pode ser um problema, no sentido de saírem da sua zona de conforto – e isto passa por alguma falta de informação. As mulheres podem estar ainda algo inseguras quanto à forma como serão tratadas se praticarem um desporto como o futebol, integradas num clube ou numa equipa. **W**

When did you become involved in football Jennifer?

I loved football since childhood and it was my passion to play football in my country, I am from Cameroon, so I was born to play soccer. First, I played soccer in primary school and street soccer, you know street soccer without boots, just playing around. Every holiday from school we had a street competition, each street had its own team and there was a cup and prizes. At secondary school I played in competitions where different schools from the same region came together and the best teams would travel to the next level.

Jennifer, what age were you when you first started playing street soccer?

I was around 8 when I started playing street football and playing in primary school. When I played street soccer it was mixed teams sometimes. I remember it was nice, it was such a natural way to play, me and my best friend travelled together to street competitions. It was when I went to secondary school that I found out that there were more girls playing soccer – I then played in a girls' team. I was living in Douala so I played there, then I left Douala to go to a boarding schools in a different province.

So, what happened with soccer after you left school, Jennifer?

I joined a team at the University, I played with the fresher's squad, it was called team B, and I went from team B to team A, eventually. While in team A they pushed us hard to improve, I ran every morning to get fit. It was a small squad, so you had to fight for your place and be fit. We trained Monday, Wednesday and Saturday. We got an allowance for training and also for playing matches which was helpful. While at the University I found a club called Sawa United. I was introduced to the club by a friend, then I went to see the coach and he invited me to come for trial, they had a friendly match and the coach put me in at half time, at the end he said he was happy with me. In Sawa United I could fit my university training and Sawa's training in at the same time as they trained at different times The club was in the second division at the time and every day you got paid for training and matches. I left Sawa United after one year as this was the time that I had to come to Europe.

Tell me, how would you describe the promotion of female participation in soccer in your country?

There is very high promotion for female soccer in my country – at national league level players get paid to play, to promote and bring out more girls. At the grassroots some parents don't want their girls to play. For example, when I was living with my sister I was in secondary school, she refused for me to go to a tournament because she said, "I went to school to study not to play soccer" – my coach had to come and explain to my sister the benefits and that I was in safe hands before she allowed me to play in the tournament.

Moving abroad and settling, what was that like and where did soccer fit in?

I came as a refugee and spent nine months in a hostel. The circum-

stances were a challenge as I was sharing one room and facilities with three other people, you know, people from different backgrounds in one room was very hard, it could lead to conflict and there was no privacy. I left the hostel after I got my residency papers. For me, I found that the difference between Africa and Europe was that in Africa people tend to embrace you even if they don't know you, they will say come and play – what I found here (in Europe) is that some people were more comfortable in their own environments and networks, with their own friends so they were not always so open until you proved yourself, it was hard to make friends and break into networks. But my personality helped, I am a social person and I try to involve myself in sport. When I came to Europe the weather was a challenge, it still is now! I had little English too and I felt many people did not want to speak to me as they had to repeat things over again because it took me time to process what they were saying, so I felt that some people did not give me a chance because of the language, so yes language was a challenge. When I was in the hostel, I started playing football with a local club – Salthill Devon FC initially – the team was

very young so when I stopped, I was just training by myself and playing with the boys from the hostel. I was told about another local club and I got involved playing for Corrib Rangers Women FC. I got involved in a programme supported by the Football Association of Ireland in cooperation with the Galway City Partnership BRIDGE project that works to encourage people from diverse ethnic, cultural or national backgrounds to get involved in football. I got into Refereeing through this programme, I did both the basic refereeing and soccer coaching courses. I did the first coaching course when there was a UEFA Study visit in 2018, on Football and Refugees. After I did the Referees course, I had a gap for 3 months, then I got called to referee at a national tournament for females (The Gaynor Cup). I then did the second level course for Refereeing and at present I am hoping to do the third level. Locally I have been refereeing matches U13 -U19 in the Galway Football Association.

What are your future plans?

I would like to encourage other immigrants to part take in sport in general. Not just sport but to do what they want to do, so you motivate yourself and come out of your comfort zone as this is important. With regards Refereeing I want to continue to Referee, complete my various courses and of course continue to play soccer my passion.

Do you have any thoughts on the participation in soccer of females from migrant/minority backgrounds?

I feel females from a migrant background are not encouraged by families to play, so there's a lack of family/parental support. Another main challenge is finance especially if people have priorities, so having other priorities, if you're a mother for example, can lead to a lack of time for playing football. Female's confidence I think can be an issue, I mean confidence to step outside their comfort zone – this can be influenced by a lack of communication about how people think they might be treated if they get involved in sport, women might be unsure about how they would be treated if they got involved in a club or team. **W**

"IN AFRICA PEOPLE TEND TO EMBRACE YOU EVEN IF THEY DON'T KNOW YOU, THEY WILL SAY COME AND PLAY – WHAT I FOUND HERE (IN EUROPE) IS THAT SOME PEOPLE WERE MORE COMFORTABLE IN THEIR OWN ENVIRONMENTS AND NETWORKS"



UISP

COMPROMISSO TOTAL
NA LUTA PELA
IGUALDADE DE DIREITOS
E OPORTUNIDADES

*ENGAGEMENT FOR EQUAL RIGHTS
AND OPPORTUNITIES*

O NASCIMENTO
E EVOLUÇÃO DA
CARTA DOS DIREITOS
DAS MULHERES
NO DESPORTO,
CONTADO POR
MANUELA CLAYSSET,
RESPONSÁVEL PELA
POLÍTICA DE DIREITOS
E GÊNERO DA UISP.

THE BIRTH AND
EVOLUTION OF
THE CHART OF
WOMEN RIGHTS IN
SPORT, AS TOLD BY
MANUELA CLAYSSET,
RESPONSIBLE FOR UISP
GENDER AND RIGHTS
POLITICS.

O histórico da UISP (*Unione Italiana Sport Per tutti*) ao nível da luta pela igualdade de direitos e oportunidades remonta ao ano da sua fundação, 1948, e tornou-se em algo de muito concreto através de muitas horas de estudo, trabalho, iniciativas e projetos. Um primeiro resultado importante sobre os direitos das mulheres, e especificamente sobre a igualdade de oportunidades de acesso à prática desportiva, foi alcançado em 1985. “Nesse ano, a Coordenação de Mulheres da UISP chegou a uma conclusão interessante” - diz Manuela Claysset, responsável pela política de direitos e género da UISP. “Após um longo estudo, consultando regras e estatutos do desporto, graças a uma importante rede de contatos, elaborou a Carta dos direitos das mulheres no desporto. O gráfico foi apreciado por responsáveis do desporto, política e comunicação social e, em 1987, foi apreciado pelo Parlamento Europeu, que convidou

UISP history about rights and equal opportunities starts with its foundation year, 1948, and became concrete through many hours of study, work, initiatives and projects. A first important result on women rights, and specifically on equal opportunity to access to sport practice, was reached on 1985.

“In that year UISP Women Coordination ended with an interesting work. – tells Manuela Claysset, responsible for UISP gender and rights politics – After a long study consulting sport rules and statutes, thanks to an important networking, it realised the Chart of women rights in sport. The chart was appreciated from sport, politics and media, and in 1987 it was acquired by the European Parliament, which invited European countries to update approaches and paths to be followed in the field of women’s sport and related communication. Since then many things have changed, but Uisp has continued, also thanks to the work with other European associations, a path that led us in 2010 to the Olympia project, through which we reviewed and updated that Chart, asking partners to contribute in different areas of study.”

European Chart of Women’s Rights in Sport was born from the Olympia project, which deals with new themes and problems: sport promotion, leadership, communication, supporters. To build the new Chart, proposals, commitments and experiences have been taken into consideration by the various parties involved, from the world of sport to local authorities to the parliament. It was also a way to share with them existing good practices in involved countries.

“New version allowed us to be modular, open up to the issues of LGBT rights, violence or sexual exploitation on the occasion of major events - continues Claysset - Over time there have been continuous analyses and insights and as an association we have continued to work and to update the Chart of Rights. In 2016 we translated it into an innovative

form, comics, with an illustrated edition by the Italian comics artist Francesca Casano (Franziska); in 2019 with the association Giulia Giornaliste, with the manifesto “Women, media, sport”, on the subjects of communication and journalistic language”. Over the years the Chart has been approved by various local institutions and administrations, not only in a formal way but through the transfer on the territory and an in-depth analysis of the existing situation. Many experiences to promote the practice have also matured, which have become good practices to follow, such as the women’s gym in Turin, recently replicated in Ferrara, or the football tournament for mothers in Enna.

“The Chart of Women’s Rights in Sport has proved to be a very flexible tool - concludes Manu-



os países europeus a atualizar abordagens e caminhos a serem seguidos no campo do desporto feminino e da comunicação relacionada. Desde então, muitas coisas mudaram, mas a UISP continuou, também graças ao trabalho com outras associações europeias, um caminho que nos levou em 2010 ao projeto Olympia, através do qual analisamos e atualizamos a Carta, pedindo aos parceiros que contribuíssem em diferentes áreas de estudo.”

A Carta Europeia dos Direitos da Mulher no Desporto nasceu do projeto Olympia, que trata de novos temas e problemas: promoção do desporto, liderança, comunicação, apoios. Para elaborar a nova Carta foram levadas em consideração pelas várias partes envolvidas propostas, compromissos e experiências, do mundo do desporto às autoridades locais e ao parlamento. Foi também uma maneira de compartilhar com eles as boas práticas existentes nos países envolvidos.

“A nova versão permitiu-nos ser muito flexíveis, com grande abertura aos problemas de direitos LGBT, violência ou exploração sexual por ocasião de grandes eventos”, continua Claysset. “Com o tempo, houve análises e avaliações contínuas e, como associação, continuamos a trabalhar e a atualizar a Carta dos Direitos. Em 2016, traduzimos para uma forma inovadora, com uma edição ilustrada da artista de banda desenhada italiana Francesca Casano (Franziska); em 2019, com a associação Giulia Giornaliste, com o manifesto ‘Mulheres, comunicação social, desporto’, sobre temas de comunicação e linguagem jornalística.”

Ao longo dos anos, a Carta foi aprovada por várias instituições e administrações locais, não apenas formalmente, mas através da transferência no território e de uma análise aprofundada da situação existente. Também amadureceram muitas experiências para promover a prática, que se tornaram boas práticas a seguir, como a academia feminina em Turim, recentemente replicada em Ferrara, ou o torneio de futebol para mães em Enna.

“A Carta dos Direitos da Mulher no Desporto provou ser uma ferramenta muito flexível” - conclui Manuela Claysset - “que nos permite raciocinar de maneira mais ampla sobre a questão dos direitos, bem



LINKS

Chart in Italian: http://www.uisp.it/nazionale/aree/politichegeneri/files/CARTA_ITALIANO.pdf

Chart in English: http://www.uisp.it/nazionale/aree/politichegeneri/files/CHART_ENGLISH.pdf

Chart in French: http://www.uisp.it/nazionale/aree/politichegeneri/files/CHART_FRANCAISE.pdf

Chart in German: http://www.uisp.it/nazionale/aree/politichegeneri/files/CHARTA_DEUTCH.pdf

Illustrated version in Italian: <http://www.uisp.it/nazionale/aree/politichegeneri/files/ChartaFumettoIT.pdf>

Illustrated version in English: <http://www.uisp.it/nazionale/aree/politichegeneri/files/ChartaFumettoEN.pdf>

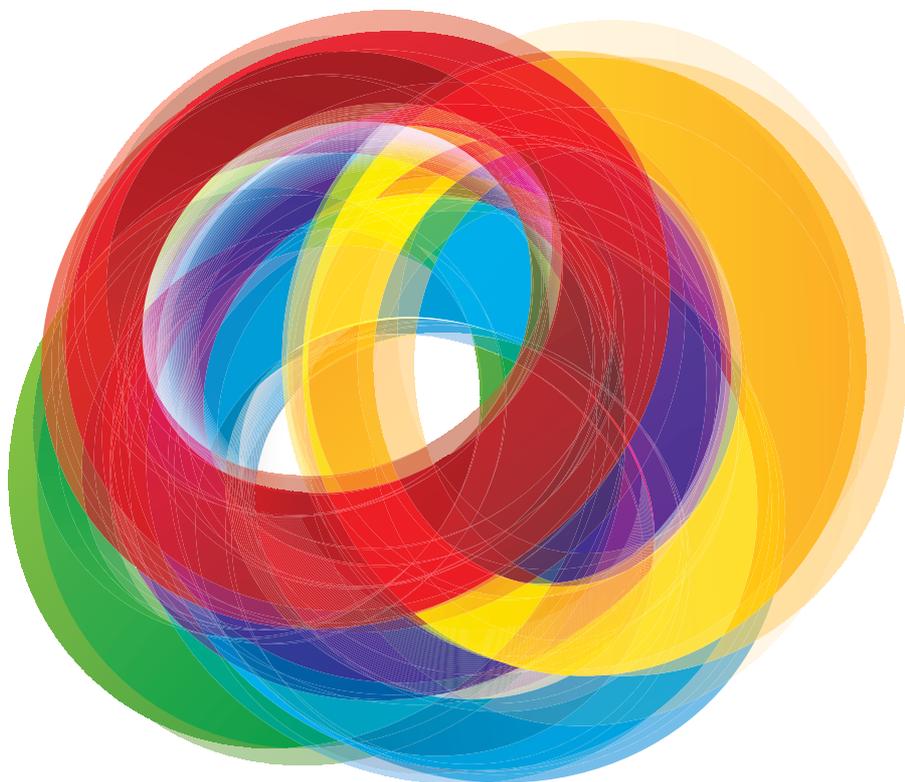
Illustrated version in French: <http://www.uisp.it/nazionale/aree/politichegeneri/files/ChartaFumettoFR.pdf>



como sobre as dificuldades e oportunidades das pessoas transexuais, como feito com o Alias, membro promovido pela UISP, destinado a todas as pessoas que realizam a mudança de sexo, para que não tenham dificuldades em aceder à atividade desportiva. Estamos a trabalhar constantemente na atualização contínua de conteúdos e pedidos: como associação desportiva e de promoção social, continuaremos a implementar algumas alternativas, colocando-as em prática, para promover os direitos de todos.” **W**

la Claysset - which allows us to reason in a broader way on the issue of rights, as on the difficulties and opportunities of transsexual people, as done with the Alias membership promoted by Uisp, aimed at all those people who are carrying out the change of sex, so that they do not have difficulties in accessing motor activity. We are constantly working on a continuous updating of contents and requests: as a sports and social promotion association we will continue to implement some choices and put them into practice, to promote the rights for all.” **W**

Eu apoio!



2020

ODIVELAS

CIDADE EUROPEIA DO DESPORTO

CÂMARA MUNICIPAL

Odivelas



ZOOM

BOLA P'RA FRENTE E7G

A Associação Nacional de Futebol de Rua (ANFR), em parceria com o Sindicato dos Jogadores, proporciona aos jovens do Bairro Padre Cruz, em Carnide, Lisboa, composto por uma população de minorias e diferentes contextos migratórios, uma experiência diferente. Tudo começou numa praça do bairro social, apenas com uma bola e um apito, numa perspetiva de contribuir, através dos treinos, para o combate à desocupação, insucesso escolar e absentismo. Já distinguido como boa prática no SPIN Good Practice Guide e também pela European Commission Integration, teve a mais recente iniciativa em parceria com o Sindicato dos Jogadores no passado mês de setembro, quando muitos rapazes e raparigas viram o seu bairro ser visitado pelos ex-jogadores Carla Couto e Anselmo, no âmbito de Semana Europeia do Desporto.

A woman with long brown hair, wearing a white t-shirt and black shorts with a white Nike logo, is captured in a dynamic pose as she kicks a red ball. She is wearing white sneakers with orange accents and black socks. In the background, another person in a white t-shirt and black shorts is walking. The setting is an outdoor urban area with green trees and a multi-story building under a blue sky with light clouds.

STREET FOOTBALL

The Portuguese Association of Street Football, in partnership with the Players Union is giving a shot at street football for kids of Bairro Padre Cruz, a social housing project in Lisbon, composed by minorities and people from different migrant backgrounds. Bola P'ra Frente tries to put the youngsters free time to good use, fighting also school underachievement and absenteeism. The project was already distinguished in the SPIN Good Practice Guide and the European Comission.

CYNTHIA UWAK

DA OPRESSÃO AO PODER
*WHEN OPPRESSION
BECOMES POWER*

MULHER, NEGRA, LÉSBICA. CYNTHIA UWAK REUNIU
ALGUNS DOS MAIS PERIGOSOS PRETEXTOS PARA
SER ALVO DE PRECONCEITO E DISCRIMINAÇÃO.
*WOMAN, BLACK, LESBIAN. CYNTHIA UWAK HAS GATHERED
SOME OF THE MOST DANGEROUS EXCUSES TO BE TARGET
OF PREJUDICE AND DISCRIMINATION.*



A ponta de lança nigeriana, duas vezes distinguida com o prémio de melhor jogadora africana do ano, hoje com 34 anos, tem uma vida repleta de histórias e episódios que ilustram bem a intolerância e humilhação que está reservada aos que pertencem a minorias rejeitadas pela sociedade.

A subserviência nunca foi o caminho trilhado por Cynthia, que nunca se incomodou por ser inoportuna ou inconveniente, segundo os padrões vigentes. A liberdade e as convicções sempre guiaram os seus passos e foi pagando o preço pelo caminho, mas é sem remorsos ou arrependimentos que segue na estrada que tem pela frente.

Mas foi olhando para trás, para o início, que Cynthia Uwak nos contou a sua história. “Ia para a rua jogar futebol com os rapazes, para a maioria deles eu era apenas a miúda. Mas a minha paixão por aquele desporto motivou-me ainda mais e levou-me a querer melhorar sempre”, lembrou. Esse foi o primeiro passo na caminhada que se seguiu: com apenas 16 anos, jogou o Mundial de sub-19 de 2002. Voltou a ter nova participação em 2004, antes de lançar os alicerces para sua bem-sucedida carreira de jogadora na Europa, dois anos depois. No Mundial de sub-20, disputado na Rússia em 2006, foi escolhida para a equipa All-Star do torneio, graças aos seus quatro golos. Como recompensa pelos seus feitos, acabou por ser chamada à seleção principal que disputou o Mundial Feminino de 2007, na Suécia – Cynthia marcou o único golo da Nigéria na prova.

EXPULSA PELA HOMOFOBIA

A rutura com o seu próprio país dar-se-ia pouco antes do Mundial de 2011. Era então uma das mais famosas e bem-sucedidas jogadoras de África, ganhara dois títulos da CAN pela Nigéria e tinha jogado em clubes das ligas principais da Suécia, França e Alemanha. Contudo, não marcaria presença no Mundial de 2011, disputado na Alemanha. “Enquanto estive na Nigéria, as pessoas ficaram incomodadas com a minha forma de vestir, sempre gostei de usar gravatas. Por causa dos meus dreadlocks e piercings, que são considerados estereótipos para lésbicas na África, a minha orientação sexual rapidamente se tornou um problema. No entanto, as pessoas não podem ser julgadas apenas pela sua aparência.” Como Cynthia nunca escondeu a sua homossexualidade, que é proibida na Nigéria, ela e outras lésbicas foram excluídas do grupo que disputou o Mundial de 2011.

“Fui expulsa da seleção da Nigéria por causa da minha orientação sexual. Mas só porque não fiquei calada”, disse Uwak. “Por uma questão de auto preservação, não vou a casa há anos. No aeroporto, seria reconhecida e presa imediatamente. Na Nigéria, a homossexualidade é uma ofensa criminal. Lutei contra mim mesma por demasiado tempo; desse ponto de vista, eles deveriam ter-me expulso da seleção aos cinco anos!”, declarou Cynthia Uwak.

OS DIFERENTES NÍVEIS DO RACISMO

Outro problema com que se deparou, também discriminatório, foi o racismo. Ela considera que, em comparação com o futebol masculino, o futebol feminino é praticamente fechado ao público. “Se nada ficar registado em vídeo ou áudio, só podes ir ao treinador, clube ou associação com o teu testemunho, e os incidentes racistas geralmente não têm repercussões. Enquanto o público não estiver interessado, esses incidentes permanecem sem consequências”, declara, antes de passar para outro nível: “Ganhei menos em alguns clubes do que jogadoras europeias, mesmo sendo sempre uma das estrelas da minha equipa. Às vezes, nem recebia salário. Mas as mulheres não têm uma defesa séria dos seus interesses no futebol feminino”. **W**

“NÃO VOU A CASA HÁ ANOS. NO AEROPORTO, SERIA RECONHECIDA E PRESA IMEDIATAMENTE. NA NIGÉRIA, A HOMOSSEXUALIDADE É UMA OFENSA CRIMINAL”





"I HAVEN'T BEEN HOME FOR YEARS. AT THE AIRPORT, I WOULD BE RECOGNIZED AND ARRESTED IMMEDIATELY. IN NIGERIA HOMOSEXUALITY IS A CRIMINAL OFFENSE"

The two-time African football player of the year, Nigerian striker today with 34 years old, has a life full of stories and episodes regarding the intolerance and humiliation that is reserved for those who belong to minorities rejected by society.

Subservience was never the path taken by Cynthia, who never bothered to be inconvenient, according to current standards. Freedom and convictions have always guided her steps and she has paid the price along the way, but it is without remorse or regret that she follows the road ahead.

But it was looking back at the beginning that Cynthia Uwak told us her story. "I was on the street with the boys and played football, for most of them I was just the girl. But my love for this sport was so great that it motivated me even more to get better", she remembered. That was the first step in the journey that followed: at just 16 she played in the Under 19 World Cup 2002. Another participation followed in 2004, before finally laying the foundation stone for her successful player career in Europe two years later. At the Under 20 World Cup 2006, in Russia, she was chosen in the All-Star team of the tournament, thanks to her four goals. As a reward for her achievements she received a call for the national team for the Women's World Cup 2007 in Sweden, where Cynthia scored Nigeria's only goal.

KICKED OUT BY HOMOPHOBIA

The break with her own country followed shortly before the World Cup in 2011. She was now one of the best-known footballers in Africa, had won two African Cup of Nations titles with Nigeria and had club positions in the top leagues of Sweden, France and Germany. At the 2011 tournament in Germany, however, Cynthia Uwak should no longer be there. "During my time in Nigeria people had been amazed at my style of dress, I just always liked to wear ties. Because of my dreadlocks and piercings, which are considered stereotypical for lesbians in Africa, my sexual orientation quickly became an issue. Nevertheless, people cannot be judged just on the basis of their appearance." Since Cynthia made no secret of her homosexuality and same-sex sexuality is prohibited in Nigeria, she and other lesbian players were excluded from the squad for the 2011 World Cup. "I was kicked out of the Nigerian national team because of my sexual orientation. But just because I didn't keep silent about it," said Uwak. "For self-protection, I haven't been home for years. At the airport, I would be recognized and arrested immediately. In Nigeria homosexuality is a criminal offense. I fought against myself for far too long, from that point of view they should have kicked me out of the national team when I was 5 years old!", stated Cynthia Uwak.

RACISM ALWAYS THERE

Another problem that she faced, with implications for discrimination, was racism. She considers that, compared to men's football, women's football is practically closed to the public. "If you don't have anything on camera or sound, you can only go to the coach, club or association with your testimony, and racist incidents are usually not pursued there. As long as the public is not interested, these incidents remain without consequences", declares, before moving to another level: "I earned less at some clubs than European players, even though I was always one of the stars of my team. Sometimes I didn't even get a salary. But there is no serious representation for women's interests in women's football." **W**

SOLIDÁRIO: BERLIM FORTALECE A INCLUSÃO

*SOLIDARITY:
BERLIN STRENGTHENS
THE INCLUSION*



A CHAMPIONS ohne GRENZEN (CHoG) é uma equipa que viabiliza o acesso ao futebol a mulheres adultas refugiadas em Berlim através da prática gratuita do desporto, além de outras atividades de lazer e formações adicionais não só para jogadoras como para outras funções na estrutura do futebol. O principal objetivo da CHoG passa por inculcar autoconfiança e sentido de comunidade assim como reduzir as desigualdades através do incentivo à participação e cooperação entre mulheres de todas as idades e origens. A maioria das jogadoras é proveniente do Afeganistão e Irão, mas há também jogadoras de países como Somália, Kosovo, França, Alemanha, Síria... O principal objetivo passa por criar um espírito comunitário e incentivar à confiança, interação e perspetivas futuras através do desporto.

CHAMPIONS ohne GRENZEN (CHoG) is a team that creates access to football for adult refugee women in Berlin through cost-free football practice, further leisure time activities and formations to both, their players as well as other footballing structures. The most important goals for the CHAMPIONS are building self-confidence and community as well as reducing inequalities through fostering participation and exchange amongst women of all ages and backgrounds. The background of the players are very different, most of them were born in Afghanistan or Iran, but there is players from countries like Somalia, Kosovo, France, Germany, Syria...

The main goal it's about creating community and building confidence, networks and perspectives through sports. There is a weekly outdoor football an an indoor fitness practice as well as many more activities off the pitch; for free. The project is been built since 2013.

Realiza-se um treino semanal no relvado, assim como uma sessão de trabalho no ginásio, além de uma série de atividades em diversas outras vertentes, de forma gratuita. O projeto está em desenvolvimento desde 2013.

CARMEN GRIMM, TREINADORA E FUNDADORA:

“O que torna tão especial esta equipa é que as razões que afastam as mulheres da prática do futebol vão além do que é socialmente aceite sobre o que as mulheres (a partir de uma certa idade, na Alemanha) devem fazer ou não. Na Alemanha, todas as mulheres que queiram jogar futebol ainda enfrentam tratamentos homofóbicos e sexistas por parte dos clubes e das federações, o que resulta numa gritante falta de representatividade e visibilidade. No meu caso, por exemplo, em formações de treinadores com apenas duas mulheres entre 25 participantes, ambas tivemos de provar a dobrar as nossas competências. Para as mulheres que enfrentam múltiplas discriminações devido à sua condição de refugiadas, a situação é ainda mais complexa: as obrigações decorrentes do seu estatuto residencial e da burocracia alemã, as limitações inerentes ao facto da maioria morar na periferia e até aos problemas de saúde de familiares, dos seus filhos, ou mesmo delas próprias, tornam complicado o compromisso de treinar de forma regular semanalmente. Algumas mulheres também hesitam em tentar um novo desporto na idade adulta e outras disseram-nos que os seus afazeres domésticos já eram, por si só, um desporto.

Estes obstáculos, contudo, não nos fizeram pôr em causa o nosso projeto, ainda o tornaram mais crucial. Fizemos questão de encontrar a melhor resposta para qualquer dificuldade com que nos deparássemos. Assim, os treinos têm lugar no local mais central de Berlim, que já se tornou um ex-libris para os recém-chegados: Alexanderplatz. Começa cedo, por isso ninguém tem de ir para casa de noite e podem trazer os filhos, que têm quem cuide deles durante o treino. Não é necessária qualquer inscrição e está assente que não haverá alterações de horário nem de lugar. O recinto pode ser trancado se não quisermos ter ninguém por perto durante o treino. As instruções são dadas de forma gestual por equipas de treinadores, por isso não é necessário dominar o alemão. O desporto é acompanhado por outras atividades e aconselhamentos fora do campo. Nós também encorajamos mulheres que não tenham a experiência de serem refugiadas – para quem os treinos não passam de uma forma de testarem as suas capacidades – a tornarem-se jogadoras. A sua participação é essencial para criar um espaço de intercâmbio e um espírito de equipa forte que torne o treino um momento agradável.”

Havere Morina, jogadora, ativista e jovem treinadora na CHoG, que em 2019/20 ganhou o NIKE Made to Play Fund pela equipa criada por si num projeto com a CHoG.

“A ÚNICA CASA QUE TEMOS”

O que o desporto me ensinou foi a estabelecer objetivos na vida. Ainda em criança, quando jogava com os rapazes, aprendi a ignorar os vizinhos e os que criticavam uma rapariga que jogava fute-



© ALEXA VACHON



**“NÓS RÍAMOS,
CHORÁVAMOS E
CRESCEMOS JUNTAS.
PODIA SER QUEM EU
ERA. E PUDE TORNAR-ME
EM QUEM QUERIA SER,
NÃO TINHA MEDO DE
SER JULGADA PELO MEU
ASPETO”**

bol. Ainda me motivou mais!
Mas jogar futebol representou mais para mim. Perdi muitas vezes a casa durante a vida. De cada vez, tive de me adaptar a uma nova realidade. De cada vez, quase desesperei. Mas nunca me esqueci de colocar sempre novos objetivos. Foi assim, por exemplo, quando dei por mim em Berlim, sem a minha família. Eu não estava em casa quando a polícia os veio buscar. Deparei-me com um mar de incertezas. Felizmente, encontrei a minha equipa em Berlim: CHAMPIONS ohne GRENZEN. Tornou-se de imediato a minha família. Nós ríamos, chorávamos e crescemos juntas. Podia ser quem eu era. E pude tornar-me em quem queria ser, não tinha medo de ser julgada pelo

meu aspeto. E até me proporcionou a oportunidade de conhecer pessoas de outros países e viajar. Isto é algo que quero passar para as mais novas: qualquer rapariga deve ter a oportunidade de jogar futebol independentemente do que os outros possam dizer – isso pode ajudá-las a passar por momentos difíceis. Apesar da minha situação ainda instável na Alemanha, quero agora construir bases mais fortes de apoio às jogadoras mais jovens e combinar o futebol com outras formas de ativismo contra a violência, racismo, islamofobia e sexismo. **W**



**CARMEN GRIMM,
COACH AND FOUNDER:**

"What's special about the team is that the reasons keeping women away from practice go beyond social notions of what women (of a certain age, in Germany) should do or not do. In Germany, all women who want to play football still face homophobic and sexist treatment from clubs and federations, a lack of representation and visibility resulting, in my case, e.g. in coaching formations with only two women out of 25 participants having to prove their abilities twice as hard. For women that face multiple discriminations due to their refugee status, the situation is even more complex: Obligations resulting from

the residential status and German bureaucracy, limitations resulting from their mostly peripheral housing situation, from their families and kids or their health condition make it hard for some women to commit to a weekly practice. Some women also hesitate to try a new sport as an adult and a few women have told us that all their domestic duties were a kind of sport already.

These obstacles however didn't make us put into question our project, but even made it more critical. We made it our aim to find good answers to any argument that had ever been brought up against attendance: Practice takes place at the most central place in Berlin which also has become a famous spot for new arrivals: Berlin Alexanderplatz. It starts early, so nobody has to go home at night and can bring their children that are taken care of during training. It doesn't require registration and holds its promise to never change its time and place. The sports ground can be locked in case we don't want

**"WE LAUGHED AND
CRIED AND GREW
TOGETHER. I COULD
BE WHO I WAS. AND I
COULD BECOME WHO I
WANTED TO BE, I WASN'T
STARED AT BECAUSE OF
MY LOOKS"**

anybody around us during training hours. The instructions are given by diverse coaches teams with the use of their bodies, so German skills are not required. The sport is being accompanied by activities and council off the pitch. We also motivate women without refugee experiences – for whom this practice is just as much a place to discover their own abilities – to become players. Their attendance is critical to build a space for exchange and a solid team core allowing practice to be fun."

Havere Morina, player, activist and young coach with CHoG that won the NIKE Made to Play Fund for her own girls' football project with CHoG in 2019/2020.

"THE ONLY HOME WE HAVE"

What sport has taught me, is to set goals in life. As a child, when I played with the boys, I learned to not listen to neighbours and others that talked badly about a girl playing football. It even motivated me!

*But playing football has been more to me. I have lost my home many times in my life. Everytime, I had to get used to a new surrounding. Everytime, I almost despaired. But I always remembered to set goals and to keep moving. This was the case, too, when I found myself in Germany without my family. I wasn't home when the police came for them. I was in doubt about everything. And luckily, I came across my team in Berlin: CHAMPIONS ohne GRENZEN. The team immediately felt like family. We laughed and cried and grew together. I could be who I was. And I could become who I wanted to be, I wasn't stared at because of my looks. It even provided me with the opportunity to meet other people from outside of Germany and to travel. This is something I now want to pass on to younger girls: Any girl should have the chance to play football no matter what others might say – it can help them to go through tough times. Regardless of my still unstable situation in Germany, I now want to build this way further for younger girls and to combine football with other forms of activism against violence, racism, islamophobia and sexism. **W***



© ALEXA VACHON

A woman with dark hair in a ponytail, wearing a red soccer jersey, is captured in a dynamic pose as if running or celebrating on a field. The background is blurred, suggesting an outdoor sports setting. The image is overlaid with semi-transparent geometric shapes, including a large white triangle and a smaller white triangle, which frame the text.

KHALIDA POPAL

KHALIDA POPAL

UMA AMAZONA PELA IGUALDADE
AN AMAZON FOR EQUALITY



CHAMARAM-LHE RAMEIRA QUANDO,
AINDA MENINA, JOGAVA FUTEBOL
NAS RUAS DE KABUL. TEVE DE
DEIXAR O AFGANISTÃO EM 2011,
FACE ÀS SUCESSIVAS AMEAÇAS DE
MORTE DE QUE FOI ALVO, DEPOIS DE
DINAMIZAR A CRIAÇÃO DA SELEÇÃO
NACIONAL FEMININA. FOI REFUGIADA
NA DINAMARCA, SOFREU UMA LESÃO
GRAVE NO JOELHO QUE A DEIXOU FORA
DOS RELVADOS E MERGULHADA NUMA
DEPRESSÃO PROFUNDA. CRIOU A GIRL
POWER, INSTITUIÇÃO DE INCLUSÃO
DE MINORIAS ATRAVÉS DO FUTEBOL
FEMININO E DENUNCIOU A PRÁTICA DE
ABUSOS SEXUAIS NA SELEÇÃO FEMININA
AFEGÃ: EIS KHALIDA POPAL.

*SHE WAS CALLED A WHORE WHEN, AS
A GIRL, SHE PLAYED FOOTBALL ON THE
STREETS OF KABUL. SHE HAD TO LEAVE
AFGHANISTAN IN 2011, IN THE FACE OF
THE SUCCESSIVE DEATH THREATS SHE
WAS TARGETED, AFTER BOOSTING THE
CREATION OF THE NATIONAL WOMEN'S
TEAM. SHE WAS A REFUGEE IN DENMARK,
SUFFERED A SEVERE KNEE INJURY THAT
LEFT HER OFF THE PITCH AND PLUNGED
INTO A DEEP DEPRESSION. CREATED
GIRL POWER, AN INSTITUTION FOR THE
INCLUSION OF MINORITIES THROUGH
WOMEN'S FOOTBALL AND DENOUNCED
THE PRACTICE OF SEXUAL ABUSE IN
THE AFGHAN WOMEN'S TEAM: HERE IS
KHALIDA POPAL.*

Nascida em Kabul há 33 anos, Khalida Popal é rosto maior no combate à discriminação no futebol, a nível mundial. Cresceu por entre os destroços do regime talibã e enfrentou o preconceito enraizado na sociedade afegã, sendo apelidada de rameira quando jogava à bola na rua, ainda miúda.

Ao fim de três anos a jogar futebol, apesar dos insultos e da discriminação, foi uma das principais impulsionadoras da criação da seleção feminina do Afeganistão, conseguindo quebrar a resistência e assegurando o apoio da Federação – por motivos de segurança, os treinos tinham lugar nas instalações da Nato, em 2007. Um ano depois, no Paquistão integrou a equipa nacional que fez o primeiro jogo de sempre pelo seu país. “Foi indescritível”, declarou Popal ao portal da Hummel, empresa de material desportivo com a qual colabora atualmente e que criou um equipamento especial para a seleção feminina de futebol com hijabs, antes de prosseguir: “Mesmo antes do jogo começar, já me estava a marimbar para o resultado. De mil e uma formas, já tínhamos ganho. Tínhamos alcançado o nosso objetivo, foi melhor do que ganhar um Mundial!”

Quatro anos volvidos, viu-se forçada a deixar o seu país. As ameaças de morte multiplicaram-se e levaram-na a virar costas ao Afeganistão. Foi para a Índia, primeiro, onde foi sucessivamente perseguida por falta de visto, para a Noruega, depois, e finalmente para a



#METOO

Dinamarca, onde se fixou e reside com a família nos dias de hoje. Viveu durante quase um ano num campo de refugiados, procurou arranjar um clube onde pudesse continuar a jogar futebol, mas uma grave lesão no joelho impediu-a de prosseguir a carreira. Caiu numa depressão profunda. Numa entrevista dada em 2017, assumiu o desespero em que se encontrava. “De um momento para o outro, tinha perdido tudo: tinha perdido o meu país, a minha identidade, estava num campo de refugiados, tinha perdido a minha família, não podia voltar a jogar. Sentia-me com uma boneca a pairar no ar: não conseguia voar pelo céu, nem conseguia aterrar no chão”, referiu. Foi com a ajuda de psiquiatras e antidepressivos que conseguiu recuperar.

Retirada, focou a sua atenção e energias no apoio às mulheres dos campos de refugiados. Procurou demonstrar o poder do desporto como instrumento terapêutico e de autoestima. Criou a organização Girl Power, que visa incluir e motivar minorias na Europa, como imigrantes, refugiadas e membros da comunidade LGBT, e que trabalha no sentido de fomentar a tolerância religiosa e racial na Europa, através do desporto e, mais concretamente, do futebol feminino. Tornou-se ainda embaixado-

ra do Street Child World Cup que junta crianças desfavorecidas e promove a sua interação e partilha de experiências e vivências.

Popal continua a ter um papel ativo na defesa dos direitos das mulheres e igualdade no desporto. Desempenha funções como diretora de programa e eventos da seleção feminina de futebol do Afeganistão e denunciou a prática de abusos sexuais na equipa nacional afegã, um escândalo que incluiu o presidente da federação, outros dirigentes e treinadores. “As jogadoras da minha equipa nacional sofreram de abusos sexuais”, reiterou em entrevista à DW. “Algumas delas foram violadas pelo presidente da federação de futebol. Elas sofreram de abusos sexuais e mentais e foram assediadas por alguns treinadores.” **W**

Born in Kabul for 33 years, Khalida Popal is an emblematic warrior in the fight against discrimination in football, worldwide. She grew up among the wreckage of the Taliban regime and faced prejudice rooted in Afghan society, being called a whore when she played ball in the street, still a girl.

After three years playing football, despite insults and discrimination, she



was one of the main drivers of the creation of the Afghan women's national team, managing to break the resistance and ensuring the support of the Federation – for security reasons, the training took place in Nato's facilities in 2007. A year later, in Pakistan, she joined the national team that played the first game ever for her country. "It was indescribable", declared Popal to the portal of Hummel, a sports equipment company with which she collaborates today and who created special equipment for the female soccer team with hijabs, before proceeding: "Even before the match started, I knew I was completely uninterested in the final score. In so many ways, we had already won. We had reached our goal. It was better than winning a World Cup!"

Four years later, she was forced to leave her country. Death threats have multiplied and prompted her to turn her back on Afghanistan. She went to India, first, where she was persecuted for lack of a visa, then to Norway, and finally to Denmark, where she settled and lives with her family today. She lived for almost a year in a refugee camp, tried to find a club where she could continue to play football, but a serious knee injury prevented her from pursuing her career. She fell into a deep depression. In an interview given in 2017, she assumed the desperation she was in. "Suddenly I was losing everything: I had lost my country, my identity, I was in a refugee camp, I had lost my family, I couldn't play again. I felt like a doll hovering in the air: I couldn't fly through the sky, nor could I land on the ground", she said. It was with the help of psychiatrists and antidepressants that she managed to recover.

Withdrawn, she focused her attention and energies on supporting women in refugee camps. She wanted to demonstrate the power of sport as a therapeutic and self-esteem tool. Created the organization Girl Power, which aims to include and motivate minorities in Europe, such as immigrants, refugees and members of the LGBT community, and which works to promote religious and racial tolerance in Europe, through sport and, more specifically, women's football. She also became an ambassador for the Street Child World Cup, which brings together disadvantaged children and promotes their interaction and sharing of experiences.

Popal continues to play an active role in defending women's rights and equality in sport. She serves as program and events director for the Afghan women's football team and denounced the sexual abuse of the Afghan national team, a scandal that covered the federation president, other officials, and coaches. "The players on my national team suffered from sexual abuse", she reiterated in an interview with DW. "Some of them were violated by the president of the football federation. They suffered from sexual and mental abuse and were harassed by some coaches." **W**



“AINDA HOJE SE MANTÉM NA LUTA”

CARLA COUTO

Embaixadora do Sindicato dos Jogadores para o futebol feminino Ex-jogadora de futebol com o record de internacionalizações por Portugal (145 jogos) e jogadora do século para a FPF

Former football player with the record for international caps for Portugal (145 games). FPF's player of the century

Enquanto mulher e ex-jogadora, como vê a história da Khalida Popal?

Antes de mais, é com profunda tristeza que vejo as privações pelas quais a Khalida passou em nome de um sonho, que era jogar futebol. Foi superando todas as barreiras que lhe foram aparecendo e quando, por fim, tinha alcançado alguma estabilidade, noutra país, sofre uma lesão grave que a impede de concretizar esse sonho de jogar futebol. É uma história triste, por um lado, mas também inspiradora, porque foi sempre uma pessoa combativa, a lutar pelos seus direitos e das suas companheiras, ao impulsionar a criação da seleção nacional feminina. Foi uma pessoa que perdeu tanto, mas viu no futebol o seu refúgio, nunca baixou os braços e ainda hoje se mantém na luta.

Na tua experiência internacional, sentiste alguma vez dificuldades para superar a barreiras culturais de estar num novo país?

Em Itália, vivi com duas colegas italianas e foi bom para mim porque aprendi a falar uma nova língua, rapidamente. A comida em si não é muito diferente, só muda um bocadinho: nós comemos tudo junto, o bife com as batatas e o arroz, eles comem primeiro a massa, depois o bife, a seguir a salada. Na China, a situação foi muito mais complicada, a começar pela barreira da língua, mas também outros aspetos culturais, até à própria alimentação. Nestas duas experiências senti o quão difícil é ser imigrante e ter de me adaptar rapidamente a hábitos e formas de estar diferentes. Foi muito difícil comunicar: eram poucas as palavras que falava em inglês e, mesmo essas, não ajudavam muito naquele contexto. Em Itália, sofri ainda porque ao fim de quatro meses, deixei de receber salário, tive de pedir a ajuda do sindicato, fui a primeira mulher que ajudaram. Foi um misto de sensações muito grande, porque era o concretizar de um sonho aos 37 anos, e depois a frustração de ter de treinar e jogar sem receber. O futebol feminino ainda está em fase de desenvolvimento e as estratégias para ajudar jogadoras estrangeiras, ao nível profissional, ou simplesmente mulheres marginalizadas, como as da comunidade cigana, refugiadas, minorias religiosas, ao nível amador, ainda carecem de um grande trabalho dos clubes e organizações desportivas.

“STILL REMAINS IN THE FIGHT”

As a woman and former player, what can you tell about the story of Khalida Popal?

First, it is with deep sadness that we see the hardships that she went through in a dream, which was playing football. She overcame all the barriers that appeared to her and when, at last, she had achieved some stability, in another country, she suffered a serious injury that prevents her from realizing that dream of playing football. It is a sad story, on the one hand, but also inspiring, because she has always been a combative person, fighting for her rights and that of her companions, while promoting the creation of the national women's team. She was a person who lost so much and saw football as her refuge, her escape and lost it too. But the truth is that she never dropped his arms and remains in the fight today.

In your international experience, did you ever experience difficulties in overcoming the cultural barriers of being in a new country?

In Italy, I lived with two of my colleagues, who were Italian, and it was good for me, because I learned to speak a new language. The food itself is not very different, it just changes a little bit there: we eat everything together, the steak with the fries and rice, they eat the pasta, then the steak, then the salad. In China, the situation was much more complicated, starting with the language barrier, but also with the culture and the food. On those two experiences I felt how hard it is to be an immigrant, having to adapt quickly to customs and different ways of living. Basically, I have never been able to communicate, there were words I could speak in English and even those were not very useful in that context. In Italy, I also suffered because after four months I stopped getting payed and ended up being the first person that the Union helped in women's football. It was a great mix of sensations because it was the realization of a dream, at 37, and then the frustration of training and playing without salary. Women's football is still developing and strategies for helping foreign players, at a professional level, or simply marginalized women, like the Romani community, refugees, religious minorities, at an amateur level, still need a lot of work by the clubs and sporting organizations.

NADINE KESSLER

DIRETORA DA UEFA PARA O FUTEBOL FEMININO
UEFA'S HEAD OF WOMEN'S FOOTBALL

“UMA FORÇA INTERIOR
E PERSEVERANÇA”
“AN INNER STRENGTH
AND PERSEVERANCE”

“O futebol ajuda a aumentar a confiança, melhora a nossa auto-estima e ajuda-nos a superar as dificuldades da vida. Em suma, completa-nos. No meu caso, o futebol ajudou-me a tornar-me na mulher que sou hoje. Permitiu-me desenvolver uma força interior e, com isso, uma determinação que me ajudaria a superar todos as contrariedades que a vida me reservaria.

Estou convencida de que, sem o futebol, eu não teria aprendido tanto sobre diferentes culturas e conhecido lugares tão diferentes no mundo. Também não teria aprendido o quão importante é, especialmente nos dias de hoje, seguir certos princípios e viver segundo determinados valores.

É de uma importância extrema que as mulheres se envolvam no futebol e tenham acesso a esse desporto incrível.

Uma maior participação desportiva capacita as mulheres. Promove saúde e bem-estar, melhora a auto-estima, ensina a liderança e estimula as capacidades de trabalhar em equipa e a perseverança.”

“ABRAÇANDO AS DIFERENÇAS”

“A UEFA incentiva uma cultura e práticas inclusivas no futebol. Apoia o tratamento justo e o envolvimento significativo de cada indivíduo, adotando diferenças como etnia, idade, gênero, religião, orientação sexual, cultura, origem nacional, renda ou capacidade, etc.

A UEFA está empenhada em utilizar o poder e a popularidade do futebol de várias formas. Esforçamo-nos para nutrir a diversidade e manter o jogo livre de racismo e qualquer forma de discriminação; estamos determinados a que o futebol seja totalmente acessível a pessoas de todas as origens, porque todos devem ter o direito de participar no nosso desporto.”

Relatório do comité de Responsabilidade
Social no Futebol (FSR) da UEFA



“Football helps to grow our confidence, improve our self-esteem, and helps us to overcome difficulties in life. In total, it just fulfils us.

In my case, football helped me to become the woman I am today. It enabled me to develop an inner strength, and with that, a determination that would help me overcome any setbacks that life would throw at me. I am convinced that, without football, I wouldn't have learned so much about different cultures and explored different places in the world. I also wouldn't have learned how important it is, especially nowadays, to stick to certain principles and live your values.

It is entirely important that women are getting involved with football and have the access to experience this amazing sport.

Increased sports participation empowers women. It promotes health and wellness, improves self-esteem, and teaches leadership, team skills and perseverance.”

“EMBRACING DIFFERENCES”

“UEFA encourages an inclusive culture and practices in football. It endorses the fair treatment and meaningful involvement of each individual, while embracing differences such as ethnicity, age, gender, religion, sexual orientation, culture, national origin, income or ability, etc.

UEFA is committed to making use of the power and popularity of football in a variety of ways. We strive to nurture diversity and keep the game free of racism and any forms of discrimination; we are determined that football should be fully accessible to people of all abilities, because everyone should have the right to take part in our sport....”

UEFA's FSR (The Football and Social Responsibility) report

ZOOM



ANA CLÁUDIA

Accountant, model and football player for Atlético Ourense, a club where she lifted cups and played in the Champions League, this Portuguese Super Woman is about to have an additional role in her life: becoming a mother. We made her a visit almost in the end of pregnancy, taking her to the ground where she was happy so many times before. Now with 31 years old, Ana Cláudia still hasn't decided if she'll come back to football after the birth of her child, but either way, she as already granted a beautiful career.

ANA CLÁUDIA

Dois anos e meio após ter aparecido nas páginas da revista W, quando mostrou que era possível trabalhar como contabilista, jogar na Liga dos Campeões e ainda fazer uma perninha como modelo, a jogadora do Atlético Ourense está de volta. E desta vez a Super Mulher não veio sozinha, pois fomos visitá-la aos oito meses de gravidez. Na companhia de Carla Couto, dominou novamente a bola no relvado que tantas vezes pisou, recordando também o momento em que partilhou a novidade no balneário com as colegas. Sem saber se, aos 31 anos, chegou o momento de pendurar as chuteiras, Ana Cláudia acabou por, sem o ter planeado, deixar registado na nossa reportagem o momento em que fez o convite para madrinha do filho.



Use o QR Code e veja um trabalho para mais tarde recordar, onde ainda encontrará a ligação para ler a entrevista completa.

VAMOS ÀS COMPRAS

Damos-te a conhecer as grandes novidades da Rhythmfoot no que ao material desportivo diz respeito. Na W, ficas a conhecer as melhores sugestões para estares na moda sem abdicar do conforto. Confere as melhores opções de mercado no que toca a calças, camisolas e casacos. Para nunca te sentires fora de jogo. www.rhythmfoot.pt



NIKE
Tiempo
legend 8
academy AG

NIKE
Casaco



NIKE
Calças



NIKE
Nike Tiempo
Legend 8
Elite
FG



「 GANHA UM TOP 「

SÓCIA

DE TREINO

NIKE 「

FAZ-TE


SINDICATO DOS
JOGADORES

 ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA
DE JOGADORES
AMADORES

FUTEBOL AMADOR
COM APOIO PROFISSIONAL

FUTEBOL E INCLUSÃO SOCIAL, QUE FUTURO ?

A participação no projeto SPIN Women tem enriquecido a todos os níveis a minha percepção sobre a importância do fenómeno desportivo e o potencial transformador na vida de milhares de jovens, independentemente da nacionalidade, género ou condição social. Ao longo da minha carreira, num contexto completamente diverso, também experienciei a necessidade de integração em contextos diferentes. Por opção enquanto projeto profissional, mudei-me para dois países diferentes, Itália e China. Duas experiências muito diferentes pela simples forma de receber hábitos das pessoas que me rodeavam, no clube e em casa. Em Itália senti-me quase parte da cultura local ao fim de pouco tempo, a adaptação foi extremamente fácil, na China encontrei um mundo tão diferente que tornou a adaptação muito mais difícil. De ambas as experiências saí uma pessoa diferente e uma atleta com outra visão sobre o papel do desporto, e do futebol em particular, na integração social. Estas experiências demonstraram-me que o desporto tem uma linguagem universal, mas essa linguagem não basta para fazer com que todos os jovens atletas se sintam integrados, compreendidos, apoiados e estimulados a fazer melhor. Antes de uma carreira profissional há, desde logo, uma infância e uma adolescência em que são poucas as barreiras visíveis por quem nasce em determinada cultura. As minorias silenciosas, esquecidas, nalguns casos silenciadas, pelos dogmas, a inércia e a falta de apoios do próprio Estado e sistema desportivo sentem grandes dificuldades. Se pensarmos na rapariga que pela autoridade familiar é obrigada a deixar a escola ou a acreditar que o desporto é para os rapazes, da mulher a quem a impossibilidade de usar um certo traje

imposto pela cultura ou religião que pratica a pode impedir de praticar desporto, da migrante que fugiu à guerra e à fome e transporta consigo traumas que não são visíveis a olho nu, mas que se sentem em qualquer interação no dia-a-dia, devemos questionar o nível de compreensão e preparação da nossa sociedade dita desenvolvida, dos professores nas escolas, dos clubes e respetivos treinadores. Será o desporto que se diz inclusivo uma verdadeira ferramenta para combater a exclusão e discriminação? Estão os clubes de base preparados para fazer este trabalho?

É pouco plausível que num mundo de desenvolvimento tecnológico, cada vez mais acelerado, se perca pouco tempo com aqueles que têm de ir mais devagar, ou percorrer um caminho diferente para encontrar a sua felicidade e sucesso.

Com o trabalho já realizado no projeto SPIN Women, percebi que a iniciativa nunca pode estar apenas de um lado, tem de se encontrar a meio caminho, entre a capacidade para criar espaços de conforto e segurança para as mulheres e minorias e da aprendizagem onde deve, sobretudo, encontrar-se uma solução de compromisso. Na origem de cada grande jogadora de futebol está uma mulher com todo o percurso de vida marcado pelas dificuldades naturais de um mundo ainda demasiado intransigente. Acredito que as organizações do desporto podem fazer muito mais, encontrar respostas para as dificuldades de integração social e, mais tarde, garantir igualdade de direitos e oportunidades profissionais para as mulheres. Esta é, aliás, uma batalha civilizacional que vai para além do papel desempenhado pelo desporto.



CARLA COUTO
EMBAIXADORA DO SINDICATO DOS JOGADORES
PARA O FUTEBOL FEMININO

WHAT FUTURE FOR FOOTBALL AND SOCIAL INCLUSION?

My participation on the SPIN Women project has given me a better look on how sports are important to improve the lives of thousands of youngsters, regardless of nationality, gender or social condition. As a professional player, I lived in Italy and China. These two experiences showed me that the sport's language is universal, but isn't ensure every young athlete feels included, understood, supported and stimulated to improve. Even before a professional career, granting a childhood and adolescence without social barriers is key. Silent minorities, forgotten, silenced in some places, by dogmas, inertia, who aren't supported by the state itself and the sport system, feel lots of difficulties. With the works already developed by the SPIN Woman project, I understood that the initiative can never be only on one side, so spaces of comfort and security for women and minorities can start to be created.

NO FUTEBOL, UNS SÃO MAIS IGUAIS QUE OUTRAS

Em dezembro de 2019, a revista americana Sports Illustrated atribuiu pela quarta vez em 66 edições o prêmio de desportista do ano a uma mulher. Na capa, a vencedora surge de vestido branco, cabelo pintado de lilás e segurando um grande martelo de demolição, que ilustra com rigor a sua imagem pública. Nesse ano, Megan Rapinoe atingiu o pico da sua carreira futebolística. Ao segundo título de campeã mundial, pelos Estados Unidos, juntou quase todos os prêmios possíveis, Bola de Ouro feminina, Bola e Bota de Ouro no Mundial, FIFA The Best, IFFHS, FIFPro World XI e uns quantos mais ainda. Nunca lhe tinha sucedido nada assim na carreira e já contava 33 anos. A influência na seleção americana nunca variara muito, já fora importante, por exemplo, na medalha de ouro olímpica de 2012. A razão para este súbito (e justo) reconhecimento talvez tenha sido a projeção que ganhou nos últimos quatro anos, desde que se ajoelhou durante o hino americano em solidariedade com um jogador de futebol americano (Colin Kaepernick) ostracizado pela NFL depois de ter feito o mesmo, em protesto contra os casos constantes de civis negros mortos pela polícia. Foi então que o mundo se apercebeu da indomável Rapinoe, que encontrou na seleção americana uma mão cheia de personalidades semelhantes e instruídas, como as co-capitãs Alex Morgan e Hope Solo. Dessa firmeza nasceu o processo contra a Federação dos Estados Unidos que exigia, para as mulheres, as mesmas condições que são dadas aos homens e com um bom argumento: a seleção feminina vence mais (ganhou quatro dos oito mundiais realizados) e gera maiores receitas. Um juiz deitou por terra a parte financeira das reclamações, por entender que a equipa feminina é mais bem paga do que a masculina, numa tese rebuscada que

Rapinoe e as colegas vão contestar em recurso. E com apoios fortes. Joe Biden, candidato democrata às eleições presidenciais, criticou imediatamente a decisão do tribunal e participou numa conversa via redes sociais com Megan, que aproveitou a oportunidade para sugerir (por graça) que Biden a escolhesse para o cargo de vice-presidente: "Acho que conseguia conciliar com o futebol." Megan Rapinoe é originária de uma família da Califórnia rural e tem uma irmã gémea (Rachael), que também foi futebolista. O irmão mais velho Brian é toxicod dependente e começou um trajeto de reformatórios e cadeias ainda Megan não chegara à adolescência. Antes de se fixar no futebol, ela experimentou atletismo e basquetebol, mas foi mesmo o "soccer" que lhe valeu uma carreira universitária, em Portland. Nessa altura, já jogava nas seleções jovens (são 17 anos ao serviço da equipa nacional) e com grande destaque, como médio ou extremo. Seguiram-se sete clubes, incluindo o Sydney FC, na Austrália, e o Lyon, em França, mas sobretudo muitas causas. A primeira foi a homossexualidade, assumida bastante cedo, e o papel interventivo que sempre teve em várias associações LGBT, mas sempre com uma piscadela de olho à política, à filantropia e ao desporto paralímpico. Em 2015, levantou a voz contra os relvados sintéticos, eliminados nas provas masculinas mas habituais nas femininas, e depois dedicou-se a Trump, que já insultou várias vezes. A seleção campeã de 2019 recusou visitar a Casa Branca. Durante a pandemia, numa conversa a quatro com outro casal homossexual de desportistas (Megan vive com a basquetebolista Sue Bird), disse que Putin, o presidente lhe parece "bastante gay, basicamente um travesti".



**JOSÉ MANUEL
RIBEIRO**
DIRETOR DO JORNAL O JOGO

IN FOOTBALL, SOME ARE MORE EQUAL THAN OTHERS

Being on the cover of Sports Illustrated as Sportsperson of the Year, just the fourth time for a woman in 66 editions, Megan Rapinoe was fairly recognized. She was already important in the national team and won almost all the most biggest football prizes around the world. With 33 years old, 2019 wasn't particularly different for her than the last few seasons. Maybe the main reason for this sudden appreciation was the attention she got in the last four years, since she kneeled during the national anthem, in solidarity with Colin Kaepernick, ostracised by the NFL after doing the same, in protest for the black lives killed by the police. She has defended several causes, starting with homosexuality, an issue she opened up about at a young age, never forgetting politics, philanthropy and paralympic sports. And after winning another World Cup with the national team, they refused to visit the White House.



O TEMPO DAS MULHERES MIGRANTES

Há no Mundo, e desde o início deste século, cada vez mais mulheres migrantes. Assistimos à chamada "feminização das migrações", fenómeno crescente e que, em países como Portugal, demonstra que as mulheres são já a maioria da população estrangeira.

Mulheres investidoras, estudantes, investigadoras, ou desportistas, entre outros perfis, fazem parte de fluxos globais de mobilidade humana. Agora já não são os homens que "vão à frente", sozinhos, em busca de oportunidades. Este é o tempo das mulheres, por razões muito mais vastas do que a mera migração laboral. O projeto SPIN Women refletiu sobre os mecanismos que podem apoiar a integração das mulheres migrantes e de minorias étnicas através do desporto ou da prática recreativa do mesmo. O desporto permite-nos "ser parte", fomenta a convivalidade e cria pertenças. O desporto

tem potencial de criar uma linguagem metafórica e universal, para lá de línguas, culturas ou religiões, mas, igualmente, tem o poder de fomentar ligações entre quem chega e quem já cá está. A integração é, de acordo com a Comissão Europeia (2004), "um processo dinâmico e bidirecional de acomodação mútua por todos os imigrantes e residentes dos Estados-Membros". É, se quiserem, o ideal de uma equipa em campo: diversa nas competências de cada jogadora, unida no foco de atingir objetivos comuns, capaz de se superar e transformar na força do coletivo.



PEDRO CALADO

ALTO-COMISSÁRIO PARA AS MIGRAÇÕES (2014-2019)

MIGRANT WOMEN'S TIME

Since the start of this century, we are witnessing a so called "migrant feminization", a growing occurrence that, in countries like Portugal, show that women are already the majority of the foreign population. Women that are investors, students, or players, among other profiles, create global flows of human mobility. Nowadays, men don't go alone to the "front line", searching for opportunities. This is women's time, for so many more reasons than labor migration. The SPIN Women project worked on the mechanisms that can support the integration of migrant women and ethnic minorities through sport and it's recreational practice. Sport allow us to "be part of" and fosters friendliness. Sport has the potential to create an universal and metaphorical language, beyond cultures and religions, but also to promote connections between those who arrive and local people. Its like a team: different skills for each player, who are stronger when united to overcome common goals.

O Sindicato dos Jogadores, a APJA e o projeto SPIN Women enaltecem o trabalho de excelência do Dr. Pedro Calado como Alto Comissário para as Migrações. *The Portuguese Players Union, APJA and SPIN Women project pay their tribute to Mr. Pedro Calado, for the excellent work as High Commissioner for Migrations.*



COM O FUTEBOL PORTUGUÊS

www.paninigroup.com



www.paninigroup.com

Hertz[®]
CARROS USADOS

O seu novo usado
espera por si!



HERTZ
PARCEIRO OFICIAL
DO SINDICATO
DOS JOGADORES



SINDICATO DOS
JOGADORES

A **Hertz Carros Usados** é um programa de excelência que selecciona as melhores viaturas em frota exclusivamente para si.

+1.700 viaturas nacionais
para venda

Compre sem preocupações!

2 anos garantia • test-drive 3 dias