

ЮСТИНА ВИДЖИНЬСКА

УГОЛОВНОЕ ДЕЛО ЗА ЗАЩИТУ

БЕЗОПАСНЫХ АБОРТОВ

Польша

ОТПРАВЬ
ПИСЬМО –
ДОБЕЙСЯ
ПЕРЕМЕН

AMNESTY
INTERNATIONAL



МАРАФОН ПИСЕМ

«МАРАФОН ПИСЕМ»: БОЛЕЕ 20 ЛЕТ МЫ ПИШЕМ ПИСЬМА, КОТОРЫЕ СПАСАЮТ ЖИЗНИ

Когда даже горстка людей объединяется ради одной цели, то результаты могут быть просто удивительными.

Около 20 лет назад в Польше небольшая группа активистов провела 24-часовой марафон по написанию писем. В последующие годы эту идею подхватили и в других странах. Сегодня «Марафон писем» – это крупнейшая правозащитная акция в мире.

В 2001 году было написано 2326 писем, а в 2022 почти 5,3 миллиона писем, твитов и подписей. Люди во всём мире использовали силу слов, чтобы объединиться вокруг идеи о том, что расстояние – это не помеха для солидарности. За эти годы совместными усилиями эти люди изменили судьбы более 100 человек, спасая их от пыток, преследований и несправедливых тюремных заключений.

В этом году героями кампании снова стали люди со всего мира, и всех их объединяет одно – их права были нарушены. Чьи-то правительством, чьи-то полицией, а чьи-то крупными корпорациями. И все из-за того, что они такие, какие они есть, или потому, что они просто отстаивали свои права. Вместе мы можем побороться за их права. Благодаря «Марафону писем» они получают письма со словами поддержки и солидарности от тысяч людей со всего мира. Они и их родные узнают, что об их ситуации известно множеству людей, и они не забыты. А отправляя письма властям, требуя немедленных действий для исправления несправедливости, мы можем создать более справедливый и равноправный мир.

Amnesty не только проводит акции по написанию писем, но также обращается к тем, у кого есть власть и полномочия, чтобы изменить положение этих людей, например, к политикам из их стран. «Марафон писем» также проводит публичные мероприятия и активно работает в соцсетях, привлекая внимание общественности к проявлениям несправедливости.

Отдельные люди и группы людей, которые становились героями нашей кампании в прошлые годы, рассказывают, как изменилась их жизнь после этих акций и как им придавало сил осознание того, что столько людей беспокоятся о них.

Часто власти страны заметно меняют свое отношение к этим людям или группам людей, находящимся в похожей ситуации. Иногда обвинения снимают и люди выходят на свободу. С ними начинают обращаться более гуманно, и принимаются новые законы или постановления, направленные на борьбу с несправедливостью.

«Скажу от всего сердца – эта кампания спасла мне жизнь. Вы не дали им убить меня, потому что они поняли, что вы всегда рядом»,

активистка-эколог Яни Сильва, 2021

ПЕРЕД ТЕМ, КАК НАЧАТЬ

Занятия по обучению правам человека могут проходить в самых разных условиях, например, в школьных классах, в общественных и семейных группах, в активистских группах. Как организатор вы можете скорректировать занятия с учётом условий и особенностей группы, с которой вы работаете. Например, вам стоит учесть, что группа уже знает об обсуждаемом вопросе, размер группы и как лучше организовать занятие, чтобы у всех была возможность активно в нём участвовать, помещение, в котором проходят занятия, проходят они традиционно или онлайн и любые другие ограничения. Перед акцией поддержки обсудите с участниками, насколько безопасно для них в ней участвовать.

Все занятия построены на **методе обучения, основанном на активном участии**, когда учащимся не просто предлагают некую информацию, а они сами изучают, обсуждают, анализируют и критически подходят к каждому конкретному случаю. Этот метод позволяет участникам:

РАЗВИТЬ важнейшие навыки и умения

СОСТАВИТЬ собственное мнение, задать вопросы и глубже понять изучаемые темы

САМИМ КОНТРОЛИРОВАТЬ процесс обучения и выстраивать обсуждение в соответствии с их интересами, возможностями и соображениями

СВОБОДНО ОБЩАТЬСЯ, что важно для эмоционального вовлечения и формирования личного отношения к обсуждаемой теме.



Акция по написанию писем в Антверпене (Бельгия) в рамках «Марафон писем» 2022.

Почитайте о людях, за которых мы боремся:
<https://eurasia.amnesty.org/marafon-pisem/>

Свяжитесь с командой Amnesty в своей стране:
amnesty.org/countries

Напишите твит в поддержку
 @Amnesty с хэштегом #W4R23

Если вы не знакомы с методами обучения, основанными на активном участии, пожалуйста, до начала занятий загляните в специальное пособие Amnesty International, которое

вы найдете здесь: www.amnesty.org/en/documents/ACT35/020/2011/en/ (на английском языке)

Amnesty International предлагает учебные курсы, по разным вопросам прав человека в Академии Amnesty, в том числе, на русском и казахском языках здесь: <https://academy.amnesty.org/learn>



ВАШИ СЛОВА ИЗМЕНЯЮТ МИР

АКТИВИСТКИ ОПРАВДАНЫ

Сесилия Чимбири, Джоана Мамомбе и Нетсай Марова провели антиправительственный протест в мае 2020, после которого их арестовали, отвели в полицейский участок, а там заставили сесть в машину и вывезли за пределы города Хараре (Зимбабве). Там их били, пытали и бросили на обочине дороги. Женщины еще не вышли из больницы, когда им предъявили уголовные обвинения из-за акции протеста. Позже их также обвинили в распространении ложных сведений и воспрепятствовании правосудию из-за того, что они рассказали о своём похищении. После нападения Нетсай уехала из Зимбабве. Во время «Марафона писем» 2022 года в их поддержку собрали более полумиллиона подписей и 4 июля 2023 года Сесилия и Джоана были оправданы Верховным судом.



© Amnesty International/ Vongai Chikwanda/ Kuvanihah Moodley

ИЗ КАМЕРЫ СМЕРТНИКОВ НА СВОБОДУ

Четырнадцатого ноября 2017 года Магаи Матиоп Нгонгу, школьнику из Южного Судана, вынесли смертный приговор за убийство. Магаи вспоминал, как он сказал судье, что смерть была несчастным случаем и ему тогда было всего 15 лет. Но Магаи всё равно судили за убийство, не предоставив ему доступа к адвокату. В ходе «Марафона писем» 2019 года в его поддержку было написано более 700 000 писем, сообщений и твитов. В марте 2022 года Верховный суд освободил Магаи, поскольку он был ребёнком на момент вынесения смертного приговора. Магаи сейчас находится в безопасности вне страны и намерен помогать людям, попавшим в такое же положение.



ПРАВООЩИТНИК ВЫШЕЛ НА СВОБОДУ

Учитель Бернардо Кааль Соль занимался защитой общин, пострадавших от строительства гидроэлектростанций на реке Кахабон на севере Гватемалы. В ноябре 2018 года он был приговорен к более чем семи годам тюремного заключения по надуманным обвинениям, призванным помешать его правозащитной деятельности. В ходе «Марафона писем» 2021 года в поддержку Бернардо было проведено более полумиллиона акций и в марте 2022 года он вышел на свободу.



© Simone Dalmaso

О ПРАВАХ ЧЕЛОВЕКА

Права человека – это основные свободы и средства защиты, которыми обладает каждый из нас. Они основаны на принципах достоинства, равенства и взаимного уважения – вне зависимости от возраста, гражданства, пола, расы, религии и сексуальной ориентации.

Права нужны для того, чтобы справедливо относились как к вам, так и к другим, а также чтобы иметь возможность самим выбирать, как вам жить. Эти основные права человека универсальны – они распространяются на всех нас, всех людей в этом мире. И они неотъемлемы – их нельзя у нас отобрать. Они неделимы и взаимозависимы – они все одинаково важны и связаны между собой.

После страшных преступлений, совершённых в ходе Второй мировой войны, международные документы по правам человека, начиная со Всеобщей декларации прав человека, заложили прочную основу для национального, регионального и международного законодательства, призванного улучшить жизнь людей во всём мире. Права человека можно рассматривать как законы для правительств. Они налагают на правительства и должностных лиц обязательства соблюдать, защищать и обеспечивать реализацию прав тех, кто находится как под их юрисдикцией, так и вне её.

Права человека – это не роскошь. Их нельзя соблюдать лишь тогда, когда это целесообразно.









ВСЕОБЩАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА (ВДПЧ)

ВДПЧ была составлена Организацией Объединённых Наций за несколько лет после Второй мировой войны. С 1948 года Всеобщая декларация служит основой международной системы прав человека. Все страны мира согласились, что они обязаны соблюдать общие принципы, изложенные в 30 статьях этого документа.

Сама ВДПЧ, как следует из названия, является декларацией. Это декларация о намерении каждого правительства в мире руководствоваться определёнными нормами в обращении с отдельными людьми. Права человека вошли в международное законодательство: после принятия ВДПЧ на основе её принципов было составлено множество других законов и договоров, обязательных к исполнению. Эти законы и договоры обеспечивают основание для таких организаций, как Amnesty International, обращаться к правительствам с призывами воздерживаться от такого рода поведения или обращения, которое пережили герои нашего «Марафона писем».



ВСЕОБЩАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА

 <p>ГРАЖДАНСКИЕ ПРАВА И СВОБОДЫ Право на жизнь, свобода от пыток и рабства, право не подвергаться дискриминации.</p>	<p>Статья 1 Свобода и равенство в уважении и правах</p> <p>Статья 2 Свобода от дискриминации</p> <p>Статья 3 Право на жизнь, свободу и личную безопасность</p> <p>Статья 4 Свобода от рабства</p> <p>Статья 5 Свобода от пыток</p>
 <p>ЮРИДИЧЕСКИЕ ПРАВА Право на презумпцию невиновности, право на справедливый суд, право не подвергаться произвольному аресту или задержанию.</p>	<p>Статья 6 Все находятся под защитой закона</p> <p>Статья 7 Все равны перед законом</p> <p>Статья 8 Правовая защита, когда права нарушены</p> <p>Статья 9 Запрет на произвольный арест, задержание или изгнание из страны</p> <p>Статья 10 Право на справедливый суд</p> <p>Статья 11 Презумпция невиновности</p> <p>Статья 14 Право искать убежища и защиты в другой стране</p>
 <p>СОЦИАЛЬНЫЕ ПРАВА Право на обучение, заводить семью и вести семейную жизнь, на отдых, на медицинское обслуживание.</p>	<p>Статья 12 Право на частную, личную и семейную жизнь</p> <p>Статья 13 Право выбирать себе место для жизни и свободно передвигаться в пределах своего государства</p> <p>Статья 16 Право вступать в брак и заводить семью</p> <p>Статья 24 Право на досуг и отдых</p> <p>Статья 26 Право на образование, в том числе бесплатное начальное образование</p>
 <p>ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ПРАВА Право на собственность, на работу, на жилище, на пенсию, на адекватный уровень жизни.</p>	<p>Статья 15 Право на гражданство</p> <p>Статья 17 Право владеть имуществом</p> <p>Статья 22 Право на социальное обеспечение</p> <p>Статья 23 Право на труд, справедливую зарплату и вступать в профсоюзы</p> <p>Статья 25 Право на жизненный уровень, необходимый для поддержания здоровья и благосостояния</p>
 <p>ПОЛИТИЧЕСКИЕ ПРАВА Право работать на госслужбе в вашей стране, право участвовать в выборах, право на мирные собрания, свобода выражения мнений, религии и убеждений</p>	<p>Статья 18 Свобода вероисповедания и убеждений</p> <p>Статья 19 Свобода выражения мнений и право распространять информацию</p> <p>Статья 20 Свобода вступать в ассоциации и проводить мирные собрания</p> <p>Статья 21 Право на участие в политике и равный доступ к госслужбе</p>
 <p>КУЛЬТУРНЫЕ ПРАВА, СОЛИДАРНЫЕ ПРАВА Право участвовать в культурной жизни общества.</p>	<p>Статья 27 Право участвовать в культурной жизни общества</p> <p>Статья 28 Право на международный порядок, при котором все права и свободы могут быть полностью осуществлены.</p> <p>Статья 29 Обязанность соблюдать и уважать права других</p> <p>Статья 30 Никто не может отнять у вас ваши права!</p>



ЗАНЯТИЕ

АБОРТ И ПРАВА ЧЕЛОВЕКА

КЛЮЧЕВЫЕ ПОНЯТИЯ

- Правозащитницы
- Сексуальные и репродуктивные права
- Право на здоровье
- Доступ к безопасным абортам

ОБ ЭТОМ ЗАНЯТИИ

Участники узнают о проблемах, с которыми сталкиваются правозащитницы, о праве на здоровье и о том, насколько важен доступ к безопасным абортам, на примере реальной истории Юстины Выджиньска, которую осудили за то, что она помогла другой женщине достать таблетки для прерывания беременности. В рамках занятия участникам предлагается написать письмо Генеральному прокурору Польши с призывом отменить несправедливый приговор Юстине, а также выразить солидарность с Юстиной.

ВОЗРАСТ: 14+

ВРЕМЯ

90 минут. Вам может потребоваться дополнительное время для **написания писем**.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Участники:

- **поймут** важность доступности услуг безопасных аборт и последствия отсутствия такого доступа.
- **выяснят**, с какими трудностями сталкиваются женщины, обращающиеся за услугами в области сексуального и репродуктивного здоровья.
- **поймут** проблемы, с которыми сталкиваются женщины-правозащитницы.
- **узнают** о кампании Amnesty International «Марафон писем».
- **напишут** письма в поддержку Юстины Выджиньска и продемонстрируют солидарность с ней.

МАТЕРИАЛЫ

- **Материалы: карточки** (стр. 12)
- **Материалы: аборт и права человека** (стр. 13)
- **Материалы: история Юстины** (стр. 15)
- **Справочная информация** (стр. 14)
- **Бумага, ручки и конверты** (если будете писать письма)
- Факультативно: видео с Юстиной Выджиньска [amnesty.org/w4r-videos](https://www.amnesty.org/w4r-videos)
- Факультативно: петиция и другие материалы с eurasia.amnesty.org/marafon-pisem

ПОДГОТОВКА

- Распечатайте материалы для каждого участника или участницы.
- Прочитайте дополнительную информацию на стр. 14 и материалы о связи аборт и прав человека на стр. 13, а также историю Юстины на стр. 15.

СПРАВОЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

- Более подробная информация о правах женщин: [amnesty.org/en/what-we-do/discrimination/womens-rights/](https://www.amnesty.org/en/what-we-do/discrimination/womens-rights/) (на английском языке)
- Более подробная информация о доступе к безопасным аборт и правах человека: eurasia.amnesty.org/chto-my-delaem/seksualnye-i-reproduktivnye-prava
- Двадцатиминутный курс по «Марафону писем»: <https://academy.amnesty.org/learn/course/external/view/elearning/151/marafon-pisem>

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

На этом занятии упоминаются аборт и права женщин, которые могут считаться спорными в некоторых сообществах, религиях или отдельными людьми. Очень важно подобрать к этому занятию деликатный подход и уважать различные точки зрения и опыт. Ведущий должен создать безопасную и инклюзивную среду, в которой всем участникам будет комфортно обмениваться своими мыслями и чувствами. Перед началом занятия сообщите участникам о темах, которые будут обсуждаться, и предоставьте им возможность отказаться от участия, если в какой-то момент они почувствуют себя некомфортно. Главная задача в том, чтобы добиться понимания и сопереживания, поэтому всегда используйте уважительные и безоценочные формулировки и поощряйте участников к тому же. Будьте готовы оказать эмоциональную и информационную поддержку участникам, которых эти обсуждения могут затрагивать лично.

ПЕРЕД ЗАНЯТИЕМ

Тема аборта может вызывать сильные эмоции. Подробно изучите материал и оцените возможные проблемные моменты. Это позволит вам вести дискуссии с пониманием и эмпатией. В процессе занятия постоянно следите за участниками, чтобы понимать, насколько им комфортно. Это можно делать с помощью невербальных сигналов, личного общения или коротких пауз для размышлений. Во время и после занятия давайте участникам возможность выразить свои чувства и мысли по поводу занятия и обсуждаемых тем. Это поможет им справиться с сильными переживаниями, которые они могли испытать.

Занятие рассчитано примерно на 90 минут. Мы настоятельно рекомендуем выполнить все задания, поскольку каждое из них построено на основе предыдущего и помогает всесторонне изучить тему. Если вы проводите занятие в аудитории, то, возможно, придется разбить его на две части, чтобы выполнить все задания.



20 МИНУТ

1. КРУГ РАЗМЫШЛЕНИЯ: МОЖЕТЕ ЛИ ВЫ ПОНЯТЬ?

Попросите участников сесть или встать в круг. Скажите, что вы сейчас зачитаете несколько утверждений и предложите им задуматься, относятся эти утверждения к ним или нет. Вы будете читать утверждения одно за другим. Если утверждение откликнется кому-то из участников, они должны об этом сообщить, например, подняв вверх руки, похлопав по ногам или дважды хлопнув в ладоши. Объясните, что это упражнение для участников, чтобы они могли выразить себя, а не объясниться. Им не нужно говорить или объяснять, почему или как это связано с их личным опытом.

Утверждения:

- Меня критиковали или угрожали мне за то, во что я верю.
- Мне было страшно из-за того, что я сказал/а или сделал/а что-то, с чем другие не согласились.
- Меня расстраивают правила или законы, которые я считаю несправедливыми.
- Я чувствовал/а неуверенность, когда мне нужно было принять важное решение о собственном будущем.
- Мне казалось, что я не могу принимать решения по поводу собственного тела.
- Мне приходилось выбирать, что лучше для моего здоровья или тела.
- Я чувствовал/а себя счастливой/ым, когда мне удавалось самостоятельно решить какую-либо проблему.
- Я гордилась/ся собой потому, что нашла/ёл способ исправить ситуацию, когда оказалась в трудном положении.
- Я гордилась/ся тем, что в какой-то момент я прислушалась/ся к себе и сделал/а правильный выбор для себя и собственной жизни.
- Я чувствовал/а радость и удовлетворение, поддержав другого человек в тяжёлой ситуации.
- Я испытал/а радость и облегчение от того, что мне кто-то помог, когда я думал/а, что должна/ен справляться с трудной ситуацией в одиночку.

Подведите итоги, используя следующие вопросы:

- **Если Вам не трудно, поделитесь своими соображениями о том, что вы чувствовали при выполнении этого задания.**
- **Почему важно искать поддержку и общаться с другими людьми, когда мы оказываемся в сложных ситуациях?**
- **Получали ли вы когда-нибудь помощь с неожиданной стороны? Что вы при этом чувствовали?**

Найдите точки соприкосновения и завершите обсуждение, напомнив о важности эмпатии и сопереживания, например, скажите, что столкновение с проблемами, чувство страха, непонимания или трудности – это нормальные составляющие человеческой жизни. Скажите, что именно благодаря эмпатии в этих общих для всех нас эмоциях и переживаниях мы можем найти понимание, поддержку и взаимосвязь, и это помогает нам развиваться и преуспевать.

Обратите внимание на то, что некоторые утверждения касались возможности принимать решения о собственном будущем, а также о выборе, связанном с собственным телом и здоровьем. Спросите участников:

- **Почему так важно, чтобы мы могли самостоятельно принимать решения, касающиеся нашего тела и здоровья?**
- **Что происходит, если за нас решают другие люди?**

Если вы беспокоитесь, что участники могут почувствовать себя неловко или уязвимо, вы можете попросить всех закрыть глаза и использовать звуки вроде барабанного боя или аплодисментов. Или же это может быть просто молчаливое размышление без какого-либо внешнего выражения. Но, выражая свое мнение, участники могут увидеть или услышать, что и другие люди сталкиваются с подобными проблемами и ситуациями, и что они не одиноки.



30 МИНУТ

2. АБОРТ КАК ВОПРОС ПРАВ ЧЕЛОВЕКА

Скопируйте и вырежьте **карточки** со стр. 12 или напишите свои собственные на отдельных листках.

Начните с констатации, что, когда речь заходит о принятии решений относительно нашего тела, нашего здоровья и нашего будущего, именно тема аборта часто оказывается трудной и вызывает в обществе смешанные чувства и различные мнения.

Объясните, что мы будем играть в игру в слова-ассоциации и раздайте карточки с разными темами, написанными на них. Когда участники получают карточку, им предлагается поделиться первым словом, мыслью или чувством, которое приходит им в голову, когда они думают об этой теме. Установите базовые правила:

- Нет правильных или неправильных ответов, и вы не должны чувствовать себя обязанной/ым объяснять свой ответ.
- Нет ничего страшного в том, чтобы пропустить карточку, если она не вызывает у вас немедленных ассоциаций или если в данный момент вам неудобно ими делиться.

Начните занятие с демонстрации – сами выберите первую карточку. Например, если вы взяли карточку «Выбор», вы можете сказать: «Свобода». Передайте карточку соседу по кругу. Он или она говорит свою ассоциацию, затем передает карточку следующему и так далее. Продолжайте игру до тех пор, пока все карточки не перейдут по кругу и у каждого не будет возможности рассказать о своей ассоциации с каждой темой.

После того как все карточки пройдут по кругу, начните краткое обсуждение общих тем и неожиданных идей, которые обнаружились:

- **Удивило ли вас это упражнение? Чем?**
- **Были ли какие-то общие темы или чувства, которые проявились в наших ассоциациях?**
- **Как эти темы и наши ассоциации связаны с правами человека и дискуссией об аборте в обществе?**

Завершая обсуждение, напомните всем, что целью данного задания не является достижение консенсуса или изменение чье-либо мнения об аборте. Наоборот, цель в том, чтобы добиться понимания и уважения к различным точкам зрения, а также подчеркнуть сложность проблемы для общества и прав человека.

Отметьте смелость необходимую для того, чтобы поделиться личными мыслями и чувствами на столь деликатную тему. Поблагодарите всех за открытость и готовность участвовать в этом занятии. Предложите участникам продолжить размышлять над темами и ассоциациями, возникшими в ходе упражнения, и над тем, как они связаны с их собственными взглядами на аборт и права человека.

И наконец, напомните всем, что к обсуждению таких чувствительных тем, как аборт, всегда следует подходить с эмпатией, уважением и стремлением понять разные точки зрения, даже если они отличаются от нашей собственной.

Правозащитницы и активистки из польского НКО Abortion Dream Team.

Слева направо: Наталья Бронярчик, Юстина Выджиньска, Кинга Елинска и Каролина Венцкевич.





25 МИНУТ

3. НА ЗАЩИТЕ БЕЗОПАСНОГО АБОРТА: ИСТОРИЯ ЮСТИНЫ

Объясните, что мы собираемся рассмотреть реальный случай из жизни женщины, которая была осуждена за то, что помогла другой женщине достать таблетки для аборта. Прочитайте вслух следующий текст:

Юстина Выджиньска - правозащитница и доула, живущая в Польше. Она входит в группу, которая называет себя «коллективом активисток» и ведёт кампанию против стигматизации абортов в Польше. Они проводят тренинги и безоценочные консультации по вопросам безопасного аборта. В марте 2023 года Юстину осудили на восемь месяцев общественных работ за то, что она помогла беременной женщине достать таблетки для прерывания беременности. Адвокаты Юстины обжаловали приговор, и в настоящее время апелляция еще рассматривается.

Аня (не настоящее имя) - женщина, обратившаяся за помощью к Юстине, - пережила домашнее насилие. Юстина узнала о ситуации Ани от знакомых и решила помочь, так как сама в прошлом была в отношениях с абьюзером и понимала ее страхи. Юстина отправила Ане по почте свои таблетки для прерывания беременности, но посылку перехватил партнёр Ани и сообщил о случившемся в полицию. Аня так и не приняла таблетки и вместо этого ей пришлось сделать небезопасный аборт, чтобы прервать беременность».

Доула: человек, сопровождающий беременных и оказывающий неосуждающую эмоциональную, информационную, физическую и организационную поддержку на различных этапах беременности, включая роды, возможный аборт или выкидыш.

Раздайте копии истории Юстины (стр. 15) и «Аборты и права человека» (стр. 13). Дайте участникам несколько минут, чтобы прочитать материалы. Затем соберите участников и обсудите с ними некоторые из следующих вопросов. Вы можете использовать **справочную информацию** (стр. 14) для управления обсуждением.

- **С какими трудностями столкнулась Аня при получении доступа к безопасному аборту, как части услуг в области сексуального и репродуктивного здоровья? Как эти препятствия повлияли на её выбор и здоровье?**
- **Работа Юстины направлена на поддержку права на здоровье и право распоряжаться собственным телом. Что эти права значат для вас?**
- **Почему работа Юстины так важна?**
- **Можете ли вы представить себе, что вы помогаете таким людям, как Аня или Юстина, учитывая те непростые ситуации, в которых они оказались? Что вам нужно для того, чтобы это сделать? Или, наоборот, что может помешать вам?**
- **Как, по вашему мнению, история Юстины иллюстрирует проблемы, с которыми сталкиваются женщины, защищающие права человека и, в частности, права женщин?**
- **Какими способами мы, отдельные люди или общество в целом, можем поддержать таких правозащитниц, как Юстина?**

ОТПРАВЬ
ПИСЬМО –
ДОБЕЙСЯ
ПЕРЕМЕН

AMNESTY
INTERNATIONAL



15 МИНУТ

4. ПОТРЕБУЙТЕ СПРАВЕДЛИВОСТИ

Расскажите о кампании Amnesty International «Марафон писем». Объясните, что Amnesty International призывает людей потребовать справедливости для Юстины Выджиньска. Вы можете привести примеры из прошлогодней кампании (стр. 3), демонстрирующие, насколько успешным может оказаться написание писем и другие акции, или посмотреть одноминутный видеоролик о Мозесе Акагуба, которого освободили из камеры смертников благодаря людям, принявшим участие в «Марафоне писем» в 2014 году: youtu.be/8cU6EPY5r_c (на английском языке).

Если участникам не хватает времени, чтобы написать письма, предложите им договориться о том, как это сделать потом, или распределите задания между группами. Попросите их проявить творческий подход.

Покажите участникам видео о Юстине: amnesty.org/w4r-videos (на английском языке).



© Grzegorz Żukowski

29 января 2021 года тысячи людей прошли маршем по Варшаве, чтобы отметить 100 дней протеста против введения в Польше практически полного запрета на аборт.

**ОТПРАВЬ
ПИСЬМО –
ДОБЕЙСЯ
ПЕРЕМЕН**

AMNESTY
INTERNATIONAL

НАПИШИТЕ ПИСЬМО

Предложите участникам написать письмо польским властям, используя контактную информацию, указанную справа.

- Расскажите властям что-нибудь о себе, чтобы письмо получилось личным.
- Расскажите ему, что вас потрясло в деле Юстины Выджиньска.
- Напишите, почему вы считаете, что никого нельзя наказывать за содействие женщине, обратившейся за помощью в проведении безопасного аборта.
- **Потребуйте от них принять все необходимые меры для отмены несправедливого приговора Юстине Выджиньска и не выдвигать никаких других обвинений против нее за законную деятельность по защите прав человека.**

Генеральному прокурору
National Prosecutor's Office
ul. Postępu 3
02-676 Warsaw
Poland

Обращение: Уважаемый
Генеральный прокурор

Эл. адрес: biuro.podawcze.pk@prokuratura.gov.pl
Twitter / X: @PK_GOV_PL

Хэштеги: #IAmJustyna #W4R23

ПРОЯВИТЕ СОЛИДАРНОСТЬ

Продемонстрируйте Юстине, что вы поддерживаете ее. Отправьте ей послание со словами солидарности и надежды. Будьте креативны! Опубликуйте его в своих социальных сетях с хэштегами #IAmJustyna и #W4R23. Затем отправьте письмо по адресу, указанному справа.

Несколько советов:

- Вы можете подчеркнуть то, как важно помогать другим и поддерживать их, или рассказать, почему доступ к аборту важен лично для вас.
- Можете нарисовать таблетки для аборта, чтобы подчеркнуть, что они являются безопасным методом. Во всём мире в борьбе за право на безопасный аборт используется зелёный цвет.

Пожалуйста, не используйте изображения вешалок. В некоторых странах они стали символом небезопасных абортов, однако в Польше этот метод не применяется и, следовательно, может быть стигматизирующим.

Юстина говорит по-польски и по-английски. Вот несколько примеров сообщений, которые вы можете использовать:

Wspieram Ciebie, Justyna. Dziękuję Ci za Twoją pracę. (польский)

I support you, Justyna. Thank you for your work. (английский)

Юстине Выджиньска

c/o Amnesty International Polska
Sapieżynska 10A
00-215 Warsaw
Poland

Эл. адрес:
dla.justyny@amnesty.org.pl

Сотрудники Amnesty International выражают свою солидарность с Юстиной Выджиньской.





РАЗДАТОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

КАРТОЧКИ

АБОРТ

РАВЕНСТВО

ДОСТУП К
МЕДИЦИНСКОМУ
ОБСЛУЖИВАНИЮ

РЕПРОДУКТИВНЫЕ ПРАВА



ВЫБОР



«МОЁ ТЕЛО, МОИ ПРАВА»



КОНТРОЛЬ



ПРАВА ЖЕНЩИН





РАЗДАТОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

АБОРТ И ПРАВА ЧЕЛОВЕК

У каждого из нас есть права. В том числе право на наивысший достижимый уровень физического и психического здоровья, право на образование, свободное самовыражение, право голоса, право на справедливую зарплату и равную оплату равного труда, право на жизнь без насилия и дискриминации и другие.

Однако в мире многие люди по-прежнему сталкиваются с дискриминацией, например, по признаку пола, гендера, сексуальной ориентации или гендерной идентичности. Гендерное неравенство лежит в основе многих проблем, которые несоразмерно затрагивают женщин, девочек, ЛГБТИ и людей с разнообразной гендерной самоидентификацией – таких как домашнее и сексуальное насилие, более низкая оплата труда, отсутствие доступа к образованию и недостаточное медицинское обслуживание.

Каждый должен иметь возможность принимать решения о своем собственном теле, поскольку все мы имеем право на физическую автономию и каждый обладает сексуальными и репродуктивными правами. Это означает, что люди имеют право на доступ к информации, товарам и услугам в области сексуального и репродуктивного здоровья, например, к современной контрацепции и безопасным абортам – доступным, недорогим, соответствующим всем требованиям и качественным. Люди также имеют право выбирать, когда и с кем вступать в интимные отношения или в брак, хотят ли они иметь детей, и если да, то сколько, когда и с кем.

По сути, вопрос об аборте – это вопрос о возможности человека принимать решения относительно своего тела, здоровья и будущего. Когда люди могут свободно решать, продолжать им беременность или нет, они лучше контролируют своё здоровье, планируют свою жизнь и живут достойно.

Рассмотрим, как следующие права человека связаны с абортом:

Права на здоровье и жизнь: если аборт ограничен или полностью запрещен, люди могут прибегнуть к небезопасным методам, что может привести к серьезным последствиям для здоровья или даже к смерти. Поэтому обеспечение доступа к услугам безопасного аборта имеет огромное значение для защиты этих прав.

Право на достойную жизнь: возможность принимать решения о собственном теле, в том числе решение об аборте, является одним из основных условий достойной жизни. Принудительное продолжение беременности может иметь значительные физические, эмоциональные и социально-экономические последствия, что потенциально подрывает право человека на достойную жизнь.

Право на личную самостоятельность и невмешательство в частную жизнь: Эти права подразумевают контроль над собственной жизнью и телом, а также принятие решений без вмешательства других. В случае с абортом это означает свободу принятия решения сохранять или не сохранять беременность без необоснованного вмешательства или принуждения.

Право на свободу и личную неприкосновенность: В некоторых странах аборт является уголовным преступлением, и люди подвергаются наказанию и тюремному заключению за аборт или содействие доступу к аборту. Это посягательство на право на свободу.

Права на равенство, отсутствие дискриминации и равную защиту закона: Эти права подразумевают, что все люди, независимо от их личных качеств и обстоятельств, должны пользоваться равной защитой закона и не подвергаться дискриминации. Законы, ограничивающие проведение абортов, несоизмеримо сильнее ущемляют права женщин, девочек и людей, способных забеременеть, из определенных групп, например, бедных, молодых или из маргинализированных слоев населения, тем самым нарушая эти права.

Право на свободу от пыток и других видов жестокого обращения: В определенных случаях отказ или задержка в проведении безопасного аборта или предоставлении помощи после аборта являются жестоким, бесчеловечным и унижающим достоинство обращением и могут быть приравнены к пыткам. Это также одна из форм гендерного насилия.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

АБОРТ И ПРАВА ЧЕЛОВЕКА

Уголовные и другие карательные законы и меры, ограничивающие или лишаящие доступа к абортam, часто вынуждают женщин, девушек и других людей, которые могут забеременеть, прибегать к подпольным и/или небезопасным абортam или сохранять беременность, которая может нанести ущерб их физическому и психическому здоровью. Женщины, девушки и люди, которые могут забеременеть, обладают, помимо прочих прав, правами на личную и физическую самостоятельность, свободу и личную неприкосновенность, достоинство и равенство, а также на отсутствие дискриминации. Отсутствие доступа к аборту ставит все эти права под угрозу. Уголовное преследование за аборт также может привести к нарушению прав человека, поскольку вынуждает беременных прибегать к небезопасным абортam, что в ряде случаев приводит к смерти и травмам, которые можно было бы предотвратить.

Правозащитницы, такие как Юстина, – это женщины, занимающиеся защитой любых прав человека, а также есть защитники прав женщин – люди любого гендера, защищающие права женщин и права, связанные с гендерным равенством, включая сексуальные и репродуктивные права. В мире, где господствуют патриархальные устои, где глубоко укоренились гендерное, социальное и экономическое неравенство, гендерная и пересекающаяся дискриминация, они систематически подвергаются стигматизации и нападкам из-за того, кем они являются и за что они борются.

Во всём мире правозащитницы выступают против несправедливости, нарушений прав человека, злоупотреблений и дискриминации, часто из-за того, что сами испытали это на себе. Их деятельность имеет важнейшее значение для прогресса человечества: они борются за права человека, против патриархата и расизма, добиваясь революционных изменений во многих сферах. Действия защитников прав женщин по своей природе бросают вызов патриархальным структурам власти, пагубным социальным нормам и стереотипным гендерным ролям. Правительства должны выполнять свои обязательства и обеспечить этим активистам возможность свободно и в полной безопасности заниматься своей деятельностью.

И наконец, важно подчеркнуть, что международное право и стандарты в области прав человека четко определяют, что права человека вступают в силу после рождения, а не до него. В некоторых странах приняли и применяют законы и меры, направленные на защиту прав человека плода, эмбриона, зиготы и гамет в ущерб правам женщин, девочек и всех людей, которые могут забеременеть. Противники абортов, выступающие за их криминализацию, также часто пытаются утверждать, что аборт несовместим с «правом на жизнь» плода. Однако это утверждение неверно. Международные и региональные соглашения по правам человека, защищающие право на жизнь, а также официальные органы, занимающиеся толкованием статей, защищающих жизнь и другие гарантии прав человека, не распространяют эту защиту на период до рождения. Ни один международный правозащитный орган никогда не признавал плод объектом защиты права на жизнь, предусмотренного Международным пактом о гражданских и политических правах,

Конвенцией о правах ребенка или другими международными договорами в области прав человека. Кроме того, ни один из органов по защите прав человека никогда не признавал аборт несовместимым с правами человека, в том числе с правом на жизнь.

Amnesty International говорит о женщинах и девочках, людях, которые могут забеременеть, а также о беременных людях или индивидуумах. Такая формулировка позволяет признать, что, хотя большинство случаев аборта связано с трансгендерными женщинами и девочками (т.е. женщинами и девочками, чья личная идентичность и пол соответствуют полу, присвоенному им при рождении), интерсексуальные люди, трансгендерные мужчины и мальчики, а также люди с другой гендерной идентичностью могут обладать репродуктивной способностью, позволяющей им забеременеть, и могут нуждаться в аборте и делать его.



ИСТОРИЯ ЮСТИНЫ

Польша

ОТПРАВЬ
ПИСЬМО –
ДОБЕЙСЯ
ПЕРЕМЕН

AMNESTY
INTERNATIONAL



Собственный опыт аборта без поддержки и доступа к достоверной информации, дали Юстине Выджиньска силу и мотивацию помогать другим принимать информированное решение относительно своей репродуктивной жизни. В Польше, где закон об аборте является одним из самых жёстких в Европе, Юстина стала одной из со-основательниц Abortion Dream Team, активистского объединения, проводящего кампании против стигматизации аборта и информирующее о доступе к безопасным абортам.

В феврале 2020 года с Юстиной связалась Аня (не настоящее имя). Аня подвергалась насилию со стороны партнёра, была беременна и находилась в отчаянии. Она говорила, что скорее умрет, чем продолжит беременность. Юстина, сама пережившая насилие со стороны партнёра, поняла, что должна помочь. Она отправила Ане по почте таблетки для прерывания беременности, но партнёр Ани перехватил посылку и обратился в полицию, которая конфисковала таблетки.

В ноябре 2021 года прокурор предъявил Юстине обвинение в «помощи в проведении аборта». В марте 2023 года она была признана виновной и приговорена к восьми месяцам общественных работ. Её адвокаты подали апелляцию.

Осуждение Юстины – это опасный прецедент. Она и другие активисты поддерживают и предоставляют достоверную информацию таким людям, как Аня, которые без этой помощи останутся в одиночестве и без доступа к безопасному аборту.

Несмотря на враждебное отношение к себе, Юстина не теряет отваги: «Мною двигало желание помочь, когда никто другой не хотел или не мог помочь. Для меня помощь Ане была очевидным, порядочным и честным поступком».



© Karolina Domagalska



© Amnesty International Польша



© Paul Lovis Wagner

Вверху: Юстина Выджиньска.

В центре: Юстина покидает слушания по делу о помощи в проведении аборта, Польша, июль 2022 года. На улице собралась большая толпа, чтобы её поддержать.

Внизу: Участники Регионального форума стран Европы и Центральной Азии в Берлине в 2023 г. выражают свою солидарность с Юстиной.

05

AMNESTY INTERNATIONAL

Amnesty International – это всемирное движение, которое насчитывает более 10 миллионов человек, выступающих за мир, в котором права человека доступны каждому. Наша цель – это мир, в котором власть имущие выполняют свои обещания, соблюдают международное право и отвечают за свои действия. Мы расследуем нарушения прав человека, когда бы и где бы они ни происходили, и обнаружим факты о них. Мы убеждаем правительства и другие влиятельные группы, например, крупные компании, держать свои обещания и соблюдать международное право. Рассказывая яркие истории о людях, с которыми мы работаем, мы мобилизуем миллионы сторонников со всего мира на борьбу за перемены и в защиту активистов, подвергающихся опасности. С помощью обучающих программ и тренингов мы помогаем людям отстаивать свои права.

Наша деятельность защищает людей и помогает им – от отмены смертной казни до продвижения сексуальных и репродуктивных прав, и от борьбы с дискриминацией до защиты прав беженцев и мигрантов. Мы помогаем привлекать к ответственности тех, кто применяет пытки, изменять репрессивные законы и освобождать людей, которых бросили в тюрьмы лишь за то, что они высказали своё мнение. Мы выступаем в защиту всех и каждого, на чью свободу и достоинство посягают.

© Amnesty International 2023

На содержание этого документа, если нет иных указаний, распространяется лицензия Creative Commons (авторская, некоммерческая, без права использования отдельных частей, международная 4.0).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode>

Дополнительную информацию вы можете найти на странице с лицензиями на нашем сайте:

www.amnesty.org

В тех случаях, когда правообладателем материалов является не Amnesty International, эти материалы не подпадают под действие лицензии Creative Commons.

Первая публикация в 2023
Amnesty International Ltd
Peter Benenson House,
1 Easton Street
London WC1X 0DW, UK

Сентябрь 2023

Индекс: POL 32/7064/2023 Russian

Язык оригинала: английский

Все изображения © Amnesty International, если не указано иное.

Фото на обложке: © Karolina Jackowska

eurasia.amnesty.org

**ОТПРАВЬ
ПИСЬМО –
ДОБЕЙСЯ
ПЕРЕМЕН**

AMNESTY
INTERNATIONAL

