



CORAÇÕES
E MENTES
LGBTQIA+

Fortalecendo emoções, cultivando resiliência





CORAÇÕES
E MENTES
LGBTQIA+

Fortalecendo emoções, cultivando resiliência

Gaia+

MINISTÉRIO DOS
DIREITOS HUMANOS
E DA CIDADANIA

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

Projeto:

Aprendizagem para Corações e Mentes - *Formação socioemocional que promove os direitos e enfrentar a violência contra pessoas LGBTQIA+*

Contrato referente:

Código do instrumento 971669 | Processo nº 00135.216020/2024-51

SOMOS A GAIA+

- Uma ONG com 10 anos de atuação, que promove educação com compaixão.
- Usamos metodologias da Universidade Emory (EUA), como o SEE Learning e o CBCT, com evidências científicas dos resultados positivos - inclusão, saúde mental e fortalecimento da cidadania.
- Já formamos milhares de profissionais e temos trajetória sólida em projetos com foco em diversidade e inclusão.





Desafio

- Deterioração da saúde mental de ativistas e profissionais que atuam na causa LGBTQIA+.
- Altos níveis de estresse e burnout da comunidade LGBTQIA+ devido à constante luta contra a discriminação e violência.

O que podemos fazer?

- **Formação e escuta a pessoas que trabalham** (seja em instituições, abrigos, organizações sociais, coletivos ou de forma autônoma) com **o cuidado de pessoas LGBTQIA+** em contextos de vulnerabilidade social, emocional ou econômica.
- Desenvolvimento de competências socioemocionais, autocompaixão e resiliência para atuar neste contexto.
- Adaptação da metodologia baseada no SEE Learning e CBCT para este público e contexto, já utilizadas com sucesso pela Gaia+.
- Garantia de uso das estratégias mesmo após o término das ações presenciais



Projeto Corações e Mentes LGBTQIA+

Promover habilidades sociais, emocionais e éticas com cultivo de compaixão por meio da metodologia do CBCT®, programa baseado em evidências científicas para desenvolver autoconsciência, bem-estar e compaixão.

O CBCT® (Cognitively-Based Compassion Training) foi desenvolvido em 2005 pelo professor Lobsang Tenzin Negi, PhD, Diretor Executivo do Centro de Ciência Contemplativa e Ética Baseada na Compaixão, da Emory University. As pesquisas científicas desenvolvidas mostram que o programa obtém diminuição significativa em biomarcadores de estresse e resposta inflamatória, depressão, solidão, sintomas de transtorno de estresse pós-traumático; e aumento significativo em compaixão e sua atividade neural relacionada, empatia e sua atividade neural relacionada, autocompaixão e esperança.



EMORY
UNIVERSITY

+130 PAÍSES
BENEFICIADOS

+77 AFILIADOS
NO MUNDO

METAS

1

Adequação dos materiais para o público e o contexto

2

Capacitação de profissionais

3

Capacitação da comunidade LGBTQIA+

4

Cartilhas exclusivas do programa

5

Comunicação

6

Palestras com a comunidade LGBTQIA+

META 1

Adequação dos materiais para o público e o contexto

Régua de comunicação

O Instituto +Diversidade elaborou uma régua de comunicação com linguagem inclusiva e acolhedora, validando todos os materiais produzidos no âmbito do projeto.

Materiais de apoio

Análise de aproximadamente 300 slides e 8 PDFs, resultando em orientações para ajustes de linguagem e conteúdo inclusivo.

Letramento e formação

Realização da palestra e formação "Criando Ambientes Seguros e Acolhedores para Pessoas LGBTQIA+" em quatro encontros virtuais, totalizando 10 horas de capacitação.

Facilitação da roda de diálogo

Acompanhamento da roda de diálogo junto às pessoas assistidas pela Instituição Claudia Wonder, com sugestões e orientações para a condução das atividades.

Validação de métricas

Revisão dos instrumentos de coleta de dados e métricas do programa.

Acompanhamento contínuo

Disponibilidade da consultoria em seguir prestando suporte contínuo à equipe do projeto por meio de reuniões e orientações.

META 1

Destques



Sayuri Morinaga Valentin Conde Rodrigo Ruschel Ravi Matos | Instituto +Di... Kaique Gollo Gaia+ | Mah =)

INSTITUTO +DIVERSIDADE

CRIANDO AMBIENTES SEGUROS E ACOLHEDORES PARA **PESSOAS LGBTQIA+** ENCONTRO 3

Fortalecimento da parceria da Gaia+ com o Instituto +Diversidade.

Essa parceria potencializou o alcance das ações do projeto, trouxe aprendizados para ambas as equipes e abriu caminho para futuras colaborações que seguem fortalecendo o compromisso conjunto com a promoção de ambientes seguros, inclusivos e compassivos.

META 2

Capacitação de profissionais



OBJETIVO

Capacitar até 100 profissionais que atuam em ONGs e entidades e realizam o atendimento da comunidade LGBTQIA+

Identificar instituições elegíveis para parceria e formação presencial

Inscrição para formação online, convite para profissionais de todo o Brasil



6 turmas



136 pessoas formadas

META 2

Destques



As avaliações dos participantes e o acompanhamento constante indicam um alto nível de satisfação e um impacto positivo tanto no fortalecimento individual quanto no aprimoramento do ambiente institucional

META 3

Capacitação da comunidade LGBTQIA+



OBJETIVO

Capacitar até 50 integrantes da comunidade LGBTQIA+ que estejam em extrema vulnerabilidade social, e integrem um programa social voltado a empregabilidade e geração de renda

Identificar instituições elegíveis para parceria

Formação

Envio de material de apoio



2

turmas



75

pessoas formadas

META 3

Destaques



As atividades do Projeto Aprendizagem para Corações e Mentes direcionadas às pessoas assistidas pelas instituições parceiras avançaram de forma consistente e efetiva, respeitando o planejamento e as especificidades de cada realidade institucional.

META 4

Cartilhas exclusivas do programa

Escuta qualificada

Entrevista com o público-alvo e roda de diálogo com grupo de familiares para entender as demandas e necessidades de conteúdo relacionado à formação realizada.

Elaboração das cartilhas

Síntese dos principais conceitos abordados nas formações.
Temas: Compaixão é cuidado; Atenção e Autoconsciência; Autocompaixão; Compaixão e Interdependência.

META 4

Destaques



familiaeresistencia e outros 4
Parada do Orgulho LGBT de São Paulo - APOGLBT

familiaeresistencia Nossa reunião bimestral contou hoje com uma fonoaudióloga muito especial, a @juliana.portas, que fez uma oficina com os adolescentes trans. Também conhecemos a Marília Camargo, do @gaia_mais, que nos apresentou os projetos e formações que eles realizam e esperamos que venham muitas parcerias a partir desse encontro.

Nossas famílias existem e resistem!
#revogaclm
#criancastransexistem
12 sem

amalalalama que incrível! feliz por essas iniciativas do famílias!
12 sem 2 curtidas Responder

paradaoz ❤️❤️❤️
12 sem 2 curtidas Responder

monalizagodoy_ Encontro de muita potência !!!
17 de maio

Curtido por **gaia_mais** e outras 79 pessoas

Adicione um comentário... Postar



META 5

Comunicação



1



2



3



4



Ponto de partida

Régua de comunicação
elaborada pelo Instituto
+Diversidade

Identidade visual

Logotipo,
landing page

Peças de divulgação

Digital e físico

Criação de conteúdo

Redes sociais
e mailing

Pontos de contato com participantes

E-mails
informativos

Relatórios

META 5

Destaques



META 6

Palestras com a comunidade LGBTQIA+

Reflexões e relatos de pessoas da própria comunidade LGBTQIA+ sobre estratégias e ferramentas para lidar com os desafios de forma compassiva, promovendo os direitos e enfrentamento à violência.

Senso de pertencimento

Maior conexão

META 6

Destaques



Cadu Oliveira conversou com profissionais da Casa Neon Cunha sobre redução de danos e cuidado interseccional



Cintia conversou com profissionais da rede de acolhimento sobre corpos dissidentes, deficiência e cuidado interseccional



Kimble Parker Sorrells conversou com profissionais da rede de acolhimento sobre autoempatia, justiça social e celebração da identidade trans



Paola Souza e Marie Claire compartilharam as experiências na Transcidadania

RESULTADOS

98%

das pessoas participantes das turmas online afirmaram que a formação ampliou a perspectiva de como dependemos das outras pessoas para nosso bem-estar e felicidade.

100%

das pessoas participantes das turmas online afirmaram que a formação contribuiu para que elas mesmas pudessem reconhecer as necessidades e vulnerabilidades de outras pessoas.

RESULTADOS



242

pessoas inscritas nas turmas online de forma orgânica em um período de 10 dias de divulgação das vagas.

161

total de pessoas atendidas pelo projeto tanto pelas turmas online, quanto pelas turmas presenciais em casas e centros de acolhimento.

+92%

resultado no NPS das turmas online, métrica reconhecida e validada para atestar a qualidade de cursos e treinamentos.

+95%

das pessoas participantes relataram que o curso ajudou ou ajudou muito a desenvolver um senso de segurança e tranquilidade internas.



“Eu não sei nem como agradecer. Sem esse projeto, eu não teria me descoberto e talvez nem tivesse encontrado a força de vontade para tentar transformar a vida de outras pessoas LGBTQIAP+. Espero de coração que o resultado deste curso inspire vocês a criarem outras edições, para que mais pessoas possam ter essa experiência transformadora.”

*Uma pessoa nunca tem todos os seus direitos
até que todos tenham os seus direitos.*

Marsha P. Johnson

Gaia⁺

