



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?

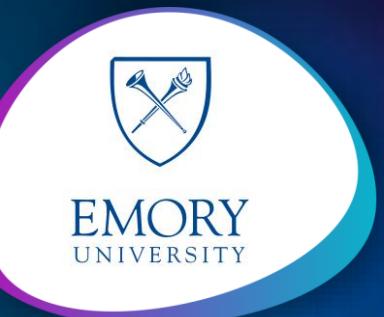
- **Formação e escuta a pessoas que trabalham** (seja em instituições, abrigos, organizações sociais, coletivos ou de forma autônoma) com **o cuidado de pessoas LGBTQIA+** em contextos de vulnerabilidade social, emocional ou econômica.
- Desenvolvimento de competências socioemocionais, autocompaixão 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.



+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+

7

Impressão de
material
educativo e
informativo

8

Apoio a gestão
administrativa
e financeira do
projeto

META 1

Adequação dos materiais para o público e o contexto

1.1 Régua de comunicação

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

1.2 Materiais de apoio

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

1.3 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.

1.4 Facilitação de 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.

1.5 Validação de métricas

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

1.6 Acompanhamento contínuo

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

META 1

Destaque

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

INSTITUTO
+DIVERSIDADE

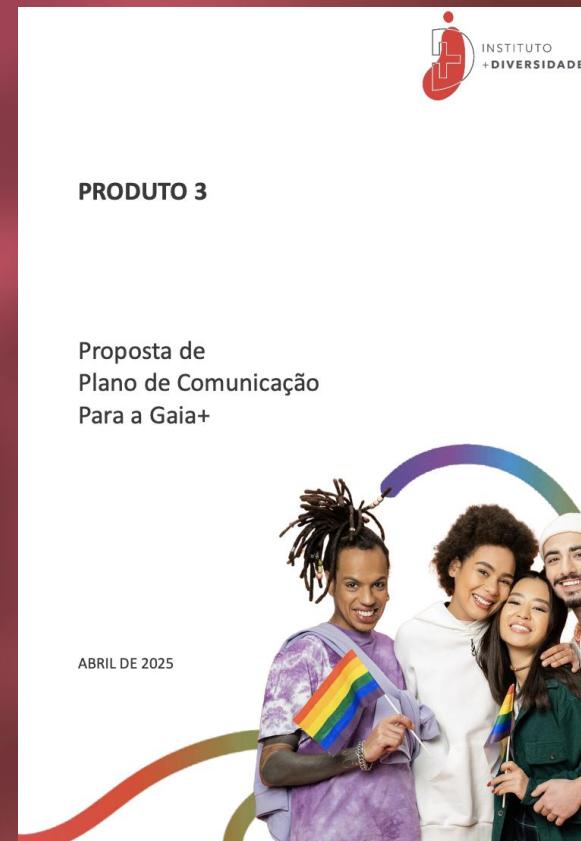
CRIANDO AMBIENTES SEGUROS
E ACOLHEDORES PARA
PESSOAS LGBTQIA+
ENCONTRO 3

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.

1.1 Construção da régua de comunicação

A consultoria elaborou a régua de comunicação do programa, assegurando linguagem inclusiva e acolhedora. Documento complementar a este relatório: 'meta 1 - atividade construção de régua de comunicação'. Além da elaboração da régua de comunicação, o Instituto +Diversidade também participou da validação de todas as primeiras postagens e conteúdos produzidos no âmbito do projeto, garantindo alinhamento com as diretrizes de comunicação inclusiva e respeitosa. Adicionalmente, o Instituto contribuiu ativamente com a divulgação do projeto em sua rede e contatos de networking, ampliando o alcance das ações propostas.



1.2 Materiais de apoio

Foram analisados aproximadamente 300 slides e 8 PDFs, resultando em orientações para ajustes de linguagem e conteúdo. Documento complementar a este relatório: 'meta 1 - análise para materiais de apoio atualizados'.



1.3 Letramento e formação

1.3.1 Palestra de sensibilização

A palestra “Criando Ambientes Seguros e Acolhedores para Pessoas LGBTQIA+” foi realizada no dia 31/03/2025, das 16h às 18h. Todos os profissionais da ONG Gaia+ foram convidados a participar, sendo a presença obrigatória para os integrantes diretamente envolvidos na execução do projeto. O encontro teve como objetivo promover um primeiro momento de sensibilização, esclarecimento e construção de ambiente seguro, apresentando conceitos fundamentais para a atuação junto à comunidade LGBTQIA+.

EXERCÍCIO PRÁTICO

01

Caso aconteça uma situação de LGBTfobia entre as pessoas participantes e você esteja presente, **como você mediaria a situação?**

Ravi Matos | Instituto Galá

1.3 Letramento e formação

1.3.1 Palestra de sensibilização

Conteúdo abordado: Conceitos de diversidade, gênero e orientação sexual; identidade de gênero e expressão de gênero; boas práticas para a construção de ambientes seguros e acolhedores; principais termos e conceitos relacionados à comunidade LGBTQIA+; reflexão sobre preconceitos estruturais e microviolências; e orientações práticas para promover respeito e inclusão no ambiente institucional.

Acesse a gravação do encontro: [Clique aqui](#)

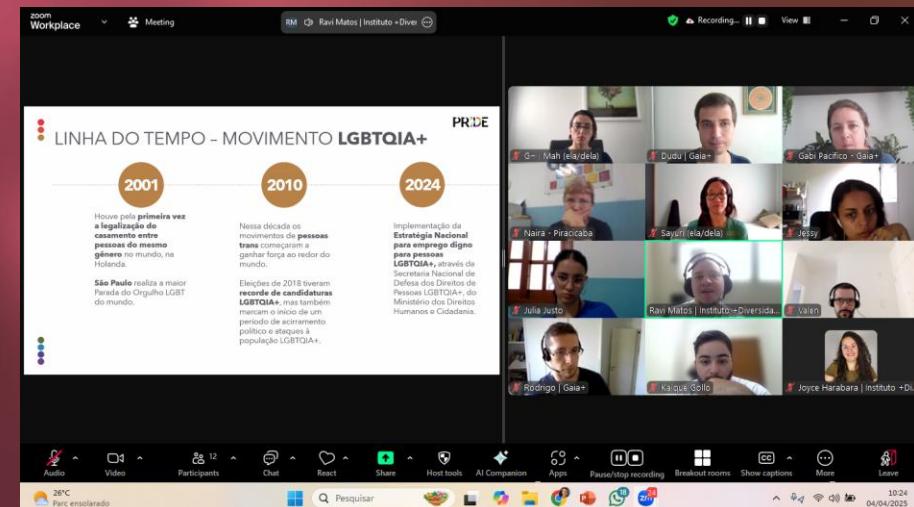
Documento complementar a este relatório: “apresentação sensibilização - material utilizado” e “Lista de presença sensibilização”.



1.3 Letramento e formação

1.3.2 Formação 'Criando Ambientes Seguros e Acolhedores para Pessoas LGBTQIA+'

A formação foi composta por três encontros virtuais, totalizando 8 horas. A formação foi composta por três encontros virtuais, totalizando 8 horas de capacitação, com aprofundamento nos conceitos abordados na palestra de sensibilização e desenvolvimento de conhecimentos e práticas para atuação qualificada junto à população LGBTQIA+.



1.3 Letramento e formação

1.3.2 Formação 'Criando Ambientes Seguros e Acolhedores para Pessoas LGBTQIA+'

Encontro 1: 04 de abril de 2025 | Horário: 9h30 às 12h30

Acesse a gravação do encontro: [Clique aqui](#)

Encontro 2: 11 de abril de 2025 | Horário: 9h30 às 12h30

Acesse a gravação do encontro: [Clique aqui](#)

Encontro 3: 25 de abril de 2025 | Horário: 9h30 às 11h30

Acesse a gravação do encontro: [Clique aqui](#)



1.4 Facilitação de roda de diálogo

No dia 27/06/2025, a consultoria acompanhou a roda de diálogo realizada pela equipe da ONG Gaia+ junto às pessoas assistidas pela Instituição Claudia Wonder, com o objetivo de acompanhar a atuação dos profissionais da ONG na prática e, a partir dessa observação, oferecer sugestões, orientações ou ideias complementares que possam contribuir para o aprimoramento da condução de atividades e o fortalecimento do ambiente acolhedor dentro das instituições. [Documento complementar a este relatório](#): “meta 1 - atividade acompanhar facilitação ou roda de diálogo”.



1.5 Validação de métricas

Os instrumentos de coleta de dados e métricas do programa foram revisados e validados. [Documento complementar a este relatório](#): 'meta 1 - validação das métricas e indicadores utilizados pelo programa'.

1.6 Validação de métricas

A consultoria seguiu prestando suporte contínuo à equipe do projeto por meio de reuniões e orientações.

META 1

Resultados

O projeto foi adaptado e adequado a comunidade LGBTQIA+, considerando inclusive os dois públicos de pessoas atendidas no projeto – pessoas profissionais atuantes com a comunidade e pessoas integrantes e assistidas pelas Instituições e Casas de referência à comunidade LGBTQIA+.

META 2

Capacitação de profissionais

OBJETIVO

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

ETAPAS

Identificar instituições elegíveis para parceria

contatar e apresentar programa em reunião de trabalho

organizar calendário de capacitação

realizar comunicação com os participantes

realizar sensibilização com os participantes

realizar formação com os participantes

enviar material de apoio

RESULTADOS

7 turmas

140 pessoas atendidas

META 2

Destaque



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

Turma 1 | Casa Neon Cunha

A primeira turma da formação do projeto Corações e Mentes LGBTQIA+ foi destinada às pessoas profissionais da alta direção da Casa Neon Cunha, instituição parceira do programa, reconhecida pelo trabalho de acolhimento, promoção de direitos e inclusão de pessoas LGBTQIA+ em situação de vulnerabilidade. A comunicação com as pessoas participantes aconteceu por e-mail, contendo todas as informações do projeto, o cronograma dos encontros e o formulário de inscrição, vide modelo no arquivo anexo “comunicado sobre o projeto – turma 1, casa neon cunha”. Foram realizados quatro encontros presenciais, organizados conforme a disponibilidade institucional:

- **Encontro 1:** 31/03/2025 – 10h às 12h
- **Encontro 2:** 07/04/2025 – 10h às 12h
- **Encontro 3:** 14/04/2025 – 10h às 12h
- **Encontro 4:** 28/04/2025 – 10h às 12h

7 pessoas profissionais formadas



Turma 2 | Casa Neon Cunha

A segunda turma da formação na Casa Neon Cunha foi estruturada para atender profissionais da equipe técnica e operacional da instituição, composta por pessoas que atuam diretamente no acolhimento cotidiano, nos serviços de apoio e nos atendimentos às pessoas acolhidas. Essa turma teve características distintas da turma anterior, formada pela alta direção. Muitos dos participantes tinham menos contato com processos formais de treinamento e conteúdos estruturados de formação. Além disso, algumas das pessoas integrantes da turma eram, elas próprias, ex-acolhidas da Casa Neon Cunha, trazendo uma experiência de vida diretamente atravessada pelas realidades de vulnerabilidade e superação que o projeto busca abordar e transformar.



Turma 2 | Casa Neon Cunha

A comunicação e o convite para participação foram organizados internamente pela Casa Neon Cunha, com o apoio da equipe de facilitadores do projeto. O cronograma dos encontros foi previamente acordado com a instituição, garantindo a participação efetiva das pessoas profissionais. A formação foi composta por dois encontros, sendo o primeiro presencial e o segundo em formato online, permitindo maior flexibilidade de participação:

- **Encontro 1:** 17/05/2025, das 10h às 16h, formato presencial;
 - **Encontro 2:** 19/05/2025, das 19h15 às 21h15, formato online, com participação e condução de Carlos Eduardo, referência em saúde integral e cuidado interseccional.
- Link da gravação do encontro:** [Clique aqui](#).

11 pessoas profissionais formadas



Turma 3 | Casa Florescer

A terceira turma da formação do projeto Corações e Mentes LGBTQIA+ foi realizada com as pessoas profissionais da Casa Florescer, importante centro de acolhimento especializado no atendimento de mulheres trans e travestis em situação de vulnerabilidade na cidade de São Paulo. Esta turma apresentou uma dinâmica específica, considerando a rotina intensa da Casa e o fato de parte das pessoas profissionais atuarem em regime de plantão com escalas alternadas entre dias pares e ímpares. Além disso, no primeiro dia previsto para o início do curso, as próprias pessoas acolhidas pela Casa demonstraram interesse espontâneo em participar, o que gerou uma abertura positiva para o envolvimento das conviventes, mas também demandou ajustes na programação da turma específica para profissionais.

Cronograma e conteúdo da formação:

- **Encontro 1:** dia 08/04/2025, das 15h às 17h
- **Encontro 2:** 22/04/2025, das 15h às 17h
- **Encontro 3:** 06/05/2025, das 15h às 17h
- **Encontro 4:** 24/07 das 15h às 17h

13 pessoas profissionais atendidas



Formação online aberta

Com o objetivo de democratizar o acesso à formação e atender de forma ainda mais plural as pessoas profissionais que atuam no acolhimento e cuidado da população LGBTQIA+, o projeto Corações e Mentes LGBTQIA+ ofertou duas turmas abertas e gratuitas, realizadas em formato online, voltadas a pessoas profissionais de diferentes instituições, coletivos e organizações sociais de todo o Brasil. A divulgação das turmas foi realizada por meio do site oficial do projeto, disponível em: www.seelearningbrasil.org.br/lgbt. Neste endereço, as pessoas interessadas acessaram as informações sobre o curso, o público-alvo e o formulário de pré-inscrição. Importante ressaltar que:

- O preenchimento do formulário não garantiu a vaga automaticamente;
- Após o período de inscrições, as pessoas inscritas passaram por uma triagem, seguindo critérios previamente estabelecidos (como vínculo institucional, atuação junto à população LGBTQIA+, disponibilidade e ordem de inscrição);
- As pessoas aceitas receberam a confirmação oficial por e-mail, com orientações sobre acesso às aulas;
- As pessoas que não atenderam aos critérios ou que ficaram em lista de espera também foram comunicadas por e-mail.

Formação online aberta

Panorama global de inscritos: ao todo, o processo de inscrição para as turmas online contou com 241 pessoas inscritas, provenientes de diferentes regiões do Brasil, demonstrando o amplo alcance e o interesse pelo projeto. A maior parte das pessoas inscritas se concentrou no estado de São Paulo, com **130 pessoas**, o que representa pouco mais da metade do total, evidenciando o alcance regional do projeto e a rede de instituições parceiras no território paulista. Entretanto, o interesse pela formação se estendeu para todas as regiões do país, demonstrando a relevância da temática em âmbito nacional. Destacam-se, além de São Paulo, estados como o Rio de Janeiro (**25 pessoas**), Rio Grande do Sul (**20**), Espírito Santo (**10**), Bahia (**8**), Pernambuco, Sergipe e Paraná (cada um com **6 pessoas**), além de representantes de estados do Norte e Nordeste, como Paraíba, Ceará, Roraima, Alagoas, Amazonas e Pará. Também houve inscrições de pessoas do Distrito Federal, Goiás, Minas Gerais, Mato Grosso do Sul, Rondônia e Santa Catarina. Essa diversidade territorial reforça o compromisso do projeto em democratizar o acesso a formações qualificadas e em promover o fortalecimento de profissionais que atuam diretamente no cuidado e acolhimento da população LGBTQIA+, independentemente de sua localização geográfica – confira a listagem completa no documento anexado “lista de pessoas inscritas nas formações das turmas online”. Após a aplicação dos critérios de seleção, que incluíram o vínculo profissional com instituições que atuam no acolhimento de pessoas LGBTQIA+, a ordem de inscrição e a disponibilidade para participação, um total de **153 pessoas foram confirmadas para participar efetivamente das turmas online**, confira a listagem completa no [Documento complementar a este relatório](#) “lista de pessoas inscritas aceitas nas formações das turmas online”.

Ao final 91 pessoas foram atendidas nestas duas turmas

Turma 4 | Formação online

Turma oferecida no período da noite, atendendo profissionais que não poderiam participar em horário comercial. Cronograma, conteúdo e registros:

- **Encontro 1:** 02/06/2025, das 19h às 21h.
Aula disponível em: <https://youtu.be/6H79lvRg3bY>
- **Encontro 2:** 04/06/2025, das 19h às 21h: Aula disponível em:
<https://youtu.be/g5u9-R7-emQ>
- **Encontro 3:** 09/06/2025 das 19h às 21h.
Aula disponível em: https://youtu.be/3eW_0QkPJJE
- **Encontro 4:** 11/06/2025 das 19h às 21h.
Participação especial de Kimble. Aula disponível em:
https://youtu.be/AYbmD9_Pg7A



Para mais detalhes acesse os **Documentos complementares a este relatório** “lista de presença e pós-aula, turmas online 4, encontro 1”, “lista de presença e pós-aula, turmas online 4, encontro 2”, “lista de presença e pós-aula, turmas online 4, encontro 3” e “lista de presença e pós-aula, turmas online 4, encontro 4”

Turma 5 | Formação online

Turma oferecida no período da manhã, ampliando o acesso para profissionais com disponibilidade nesse turno. Cronograma, conteúdo e registros:

- **Encontro 1:** 03/06/2025, das 10h às 12h. Aula disponível em: <https://youtu.be/j4gSUU6isWA>
- **Encontro 2:** 05/06/2025 das 10h às 12h:
Aula disponível em: <https://youtu.be/x4lRmS1Xe28>
- **Encontro 3:** 10/06/2025, das 10h às 12h.
Aula disponível em: <https://youtu.be/177O7bdy26U>
- **Encontro 4:** 12/06/2025, das 10h às 12h.
Participação especial de Cíntia Rodrigues. Aula disponível em:
<https://youtu.be/lbwfkDEQHA>



Para mais detalhes acesse os **Documentos complementares a este relatório** “lista de presença e pós-aula, turmas online 5, encontro 1”, “lista de presença e pós-aula, turmas online 5, encontro 2”, “lista de presença e pós-aula, turmas online 5, encontro 3” e “lista de presença e pós-aula, turmas online 5, encontro 4”

Turma 6 | Centro de Referência Cláudia Wonder

A sexta turma da formação do projeto Corações e Mentes LGBTQIA+ foi dedicada às pessoas profissionais do Centro de Referência LGBTQIA+ Cláudia Wonder, equipamento público municipal de grande importância para a população LGBTQIA+ em situação de vulnerabilidade na cidade de São Paulo. O Centro Cláudia Wonder atua diretamente no acolhimento e na promoção de direitos de pessoas LGBTQIA+, oferecendo atendimento psicossocial, jurídico e encaminhamentos diversos. Por isso, a formação das e dos profissionais do equipamento foi considerada uma etapa estratégica do projeto. A formação foi realizada de forma presencial na sede do equipamento, com dois encontros de carga horária ampliada, garantindo aprofundamento dos conteúdos, práticas e vivências propostas:

- **Encontro 1:** 06/06/2025 das 8h às 12h.
- **Encontro 2:** 25/06/2025 das 14h às 18h.

14 pessoas profissionais foram atendidas



Turma 7 | Casa 9 de Julho

A última turma de formação vinculada à Meta 2 foi composta pelas pessoas profissionais da Casa 9 de Julho. Mesmo após termos alcançado a meta estabelecida no projeto, a equipe decidiu fortalecer a parceria com a instituição e oferecer uma formação adicional, atendendo a uma demanda real e contribuindo diretamente para a qualificação das práticas de cuidado socioemocional desenvolvidas no serviço. A turma foi um sucesso, reunindo profissionais profundamente engajados(as) e abertos(as) ao aprendizado, o que possibilitou um ambiente rico de troca, reflexão e construção conjunta.

- **Encontro 01:** dia 06/11/2025, das 14h às 16h
- **Encontro 02:** dia 07/11/2025, das 14h às 16h
- **Encontro 03:** dia 13/11/2025, das 14h às 16h
- **Encontro 04:** dia 14/11/2025, das 14h às 16h

4 pessoas profissionais foram atendidas



META 2

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.

META 2

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.

META 2

Resultados

“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.”

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

ETAPAS

Identificar instituições elegíveis para parceria

contatar e apresentar programa em reunião de trabalho

organizar calendário de capacitação

realizar comunicação com os participantes

realizar sensibilização com os participantes

realizar formação com os participantes

enviar material de apoio

RESULTADOS

3 turmas

114 pessoas atendidas

META 3

Destaque



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.

Turma 1 | Casa Florescer

Na Casa Florescer, situada na cidade de São Paulo, o processo de formação também foi direcionado às pessoas acolhidas pela instituição, em sua maioria mulheres trans e travestis em situação de rua ou em contexto de alta vulnerabilidade. A abertura espontânea dessa turma ocorreu no dia 01/04/2025, quando as conviventes demonstraram interesse em participar do encontro inicialmente programado para profissionais. A partir dessa escuta ativa e do diálogo com a coordenação, a turma de pessoas acolhidas foi formalmente estruturada. Cronograma da turma:

- **Encontro 1:** 01/04/2025, das 14h às 15h.
- **Encontro 2:** 08/04/2025, das 14h às 15h.
- **Encontro 3:** 22/04/2025, das 14h às 15h.
- **Encontro 4:** 24/07/2025, das 14h às 15h.

25 pessoas atendidas



Turma 2 | Claudia Wonder

A formação destinada às pessoas assistidas pela Casa Claudia Wonder foi estruturada em quatro encontros presenciais, conduzidos pela equipe do programa Gaia+, em articulação com a equipe técnica da instituição. A atividade faz parte do compromisso do programa em ampliar o bem-estar, o fortalecimento emocional, o senso de pertencimento e a autocompaixão da população LGBTQIA+ em situação de vulnerabilidade social.

- **Encontro 1:** dia 11/06/2025, das 14h às 16h.
- **Encontro 2:** dia 18/06/2025, das 14h às 16h.
- **Encontro 3:** dia 27/06/2025, das 14h às 17h Este encontro contou com a participação especial de **Paola Souza**, referência na pauta LGBTQIA+ e no programa Transcidadania.
- **Encontro 4:** dia 30/06/2025, das 14h às 17h

50 pessoas atendidas



Turma 3 | Casa 9 de Julho

A formação destinada às pessoas assistidas pela Casa Claudia Wonder foi estruturada em quatro encontros presenciais, conduzidos pela equipe do programa Gaia+, em articulação com a equipe técnica da instituição. A atividade faz parte do compromisso do programa em ampliar o bem-estar, o fortalecimento emocional, o senso de pertencimento e a autocompaixão da população LGBTQIA+ em situação de vulnerabilidade social.

- **Encontro 1:** dia 11/06/2025, das 14h às 16h.
- **Encontro 2:** dia 18/06/2025, das 14h às 16h.
- **Encontro 3:** dia 27/06/2025, das 14h às 17h
- **Encontro 4:** dia 30/06/2025, das 14h às 17h

39 pessoas atendidas



META 3

Resultados

Promovemos o aumento dos índices de autocompaixão e bem-estar entre as pessoas participantes, bem como a redução do estresse percebido e a ampliação das práticas de autocuidado. Ao longo dos encontros, observamos maior abertura emocional, melhora no clima relacional e fortalecimento da capacidade de reconhecer necessidades internas e cuidar de si de maneira mais intencional.

Além dos relatos das próprias pessoas participantes, recebemos, desde o primeiro encontro, diversos retornos das equipes profissionais que as acompanham no dia a dia. Esses relatos foram fundamentais para confirmar, na prática, a efetividade das formações, evidenciando mudanças perceptíveis no comportamento, na convivência e na maneira como os participantes interagiam entre si. Em uma das instituições, ao final de um dos encontros, a psicóloga da casa compartilhou um depoimento profundamente marcante: afirmou que, até então, nunca havia presenciado uma roda em que não ocorresse algum episódio de agressão entre os participantes. Naquele dia, no entanto, a roda transcorreu em um ambiente de respeito, escuta e abertura, o que emocionou toda a equipe presente e demonstrou de forma contundente o impacto das atividades realizadas.

META 4

Cartilhas exclusivas
do programa

ETAPAS

entrevistas com o público do projeto para aprofundamento das demandas e necessidade

produção do conteúdo

validação do conteúdo

diagramação do conteúdo

divulgação da cartilha

META 4

Destaque



Construção coletiva de materiais que podem ser compartilhados no mundo concreto e nos meios digitais, com conteúdo que apoia as formações e faz sentido para o público.

1. Pesquisa e escuta qualificada

A etapa de escuta ativa e levantamento das necessidades do público foi estruturada formalmente em duas atividades principais:

- Entrevistas com o público-alvo para aprofundamento nas demandas e necessidades
- Participação da roda de diálogo com os familiares para aprofundamento das demandas e necessidades

Essas atividades foram fundamentais para garantir que o processo de produção das cartilhas partisse das necessidades reais, respeitando as vivências, as dores e as expectativas das pessoas LGBTQIA+ em situação de vulnerabilidade social e dos profissionais e familiares envolvidos nos processos de acolhimento.

1.1 Entrevistas com o público-alvo

As entrevistas aconteceram entre os fevereiro e maio de 2025 e envolveram:

- Profissionais das instituições Casa Neon Cunha e Casa Florescer; e
- Pessoas LGBTQIA+ acolhidas por essas organizações.

Durante as entrevistas, foram levantados aspectos relacionados a: principais desafios enfrentados no cotidiano, especialmente no que diz respeito ao autocuidado e à saúde emocional; barreiras de acesso a materiais educativos e informações de qualidade; lacunas percebidas em relação à linguagem, formato e abordagem de materiais educativos existentes; e sugestões sobre os temas e formatos mais acolhedores e eficazes para apoiar o fortalecimento emocional da comunidade.

Esse processo permitiu compreender melhor as especificidades e demandas tanto do público diretamente beneficiado quanto dos profissionais responsáveis pelo acolhimento.

Importante: Para garantir a privacidade e segurança das pessoas entrevistadas, em especial considerando o contexto de vulnerabilidade social e emocional, não foram realizados registros fotográficos ou audiovisuais durante essa etapa.

1.2 Participação da roda de diálogo

Em 17 de maio de 2025, a equipe participou da roda de diálogo realizada pela organização Famílias e Resistência, instituição parceira que reúne familiares de pessoas LGBTQIA+. O momento foi voltado para ouvir as vivências, dúvidas e angústias das famílias, assim como apresentar o projeto e as cartilhas em desenvolvimento. Durante o encontro, foi possível identificar dificuldades comuns enfrentadas pelos familiares no processo de acolhimento e apoio às pessoas LGBTQIA+ e também preocupações relacionadas à saúde emocional e ao bem-estar das pessoas acolhidas. Além do mapeamento das expectativas e sugestões sobre materiais que possam apoiar tanto as famílias quanto as pessoas diretamente beneficiadas pelo projeto.



2. Produção do Conteúdo | 3. Validação | 4. Diagramação

A partir da escuta qualificada foi consensuado o desenvolvimento de quatro cartilhas impressas e digitais, organizadas conforme os módulos da formação Corações e Mentes LGBTQIA+. Essa decisão ampliou o escopo inicialmente previsto (de uma única cartilha) e fortaleceu o alinhamento pedagógico do projeto, permitindo que os conteúdos fossem apresentados de forma mais didática, prática e acessível, respeitando o tempo e a realidade dos públicos atendidos.

As cartilhas foram elaboradas também considerando como base os materiais utilizados nas formações do projeto e referências complementares alinhadas às temáticas do projeto e à realidade da comunidade LGBTQIA+. O desenvolvimento dos materiais seguiu os seguintes princípios:

- Linguagem acessível, acolhedora e afirmativa, livre de termos excessivamente técnicos ou acadêmicos;
- Estrutura textual clara e objetiva, conectada ao cotidiano das instituições e das pessoas LGBTQIA+;
- Conteúdo prático, com exemplos, exercícios simples e orientações aplicáveis;
- Inclusão de QR Codes que direcionam para práticas guiadas em áudio, facilitando o acesso e a utilização dos materiais;
- Coerência com o posicionamento institucional do projeto.

Cartilha 1: intitulada “*Compaixão é cuidado*”, apresenta o conceito de compaixão no contexto da comunidade LGBTQIA+, destacando a importância do cuidado como um gesto coletivo e político de enfrentamento das violências e desigualdades. O material reforça o papel das redes de apoio e do pertencimento como elementos fundamentais para o fortalecimento emocional e social das pessoas LGBTQIA+. Além do conteúdo conceitual, a cartilha traz a prática guiada “*Olhar que cuida*”, que convida as pessoas a desenvolverem um olhar mais atento e compassivo em relação a si mesmas e aos outros.



Experimente:

- Fazer a prática guiada, usando o QR Code.
- Observe como você se sente e o que muda quando você se conecta com essa e outras lembranças de momentos de compaixão.

Sobre o projeto

A Beira+ lança uma adesivação intitulada “Salde a memória” e traz a lembrança de momentos de compaixão entre pessoas LGBTQIA+. O programa Corações & Mentes é uma iniciativa que promove a resiliência para quem vive situações desafiadoras. Corações & Mentes LGBTQIA+! Fortalecendo empatia, cultura e resiliência. Corações & Mentes LGBTQIA+ é um projeto que visa promover a resiliência para quem vive situações desafiadoras. A Beira+ lança uma adesivação intitulada “Salde a memória” e traz a lembrança de momentos de compaixão entre pessoas LGBTQIA+. O programa Corações & Mentes é uma iniciativa que promove a resiliência para quem vive situações desafiadoras. Corações & Mentes LGBTQIA+! Fortalecendo empatia, cultura e resiliência. Corações & Mentes LGBTQIA+ é um projeto que visa promover a resiliência para quem vive situações desafiadoras.

COMPAIXÃO É CUIDADO

O que é compaixão?

Compaixão é o desejo genuíno e afetuoso que surge quando percebemos o sofrimento de alguém e sentimos a motivação de aliviar esse sofrimento. No contexto LGBTQIA+, compaixão significa reconhecer que, dentro da nossa própria comunidade, também existe dor, cansaço, solidão e abraços diferentes. E que, ao ofer para isso com cuidado, todas as pessoas podem se fortalecer mutuamente, construir redes de apoio e transformar nossas histórias por meio da colaboração.

O bê-a-bá do bem-estar e as condições da compaixão

Empatia, Compaixão, Resiliência, Autopercepção, Senso de segurança

Por que cultivar compaixão?

Porque ninguém atravessa este mundo só. Fortalecer a compaixão entre pessoas LGBTQIA+ é garantir que nossa luta não seja só resistência, mas também cuidado, escuta, presença e solidariedade.

Além disso, a compaixão nos ajuda a construir pontes com pessoas aliadas – quem, mesmo não vivendo as mesmas dores, escute, apoiar e se responsabilizar pela construção de um mundo mais justo.

Prática - Olhar que cuida

- Traga à mente a lembrança de um momento de compaixão, acolhimento e segurança. Pode ser algo simples, como um sorriso ou um abraço. Pode ser algo que aconteceu com você ou que você presenciou.
- Reconheça como essa lembrança faz você se sentir. Tente notar as sensações no corpo, os pensamentos e as emoções também.
- Essa lembrança é uma amostra da compaixão que habita em você. Guarde ela em um lugar bem fácil de achar na sua mente. Sempre que estiver precisando de um pouco de conforto, repouse um pouco nessa memória.

“Uma pessoa nunca tem todos os seus direitos até que todos tenham os seus direitos.”
- Martha P. Johnson

O que é o Corações & Mentes LGBTQIA+?

O Corações & Mentes LGBTQIA+ é um protocolo baseado em ciência e práticas contemplativas. Ele desenvolve habilidades que ajudam a reconhecer nosso próprio sofrimento e, principalmente, o sofrimento das outras pessoas – ampliando nossa capacidade de cuidado, empatia e ação ética. Nosso programa é baseado no CBCT™ (Cognitive-Behavioral Compassion Training), um programa de cultivo da compaixão desenvolvido na Universidade Emory, nos EUA.

Cartilha 2: “Atenção e Autoconsciência”, aborda o tema da atenção plena e da autoconsciência como ferramentas essenciais para o cuidado emocional e a redução do sofrimento, especialmente diante de contextos de vulnerabilidade e discriminação. O conteúdo discute como padrões automáticos de pensamento e reação podem gerar sofrimento e apresenta a importância de desenvolver o espaço entre o estímulo e a resposta como estratégia de fortalecimento emocional. A cartilha inclui a prática guiada “*Observando a atenção*”, que incentiva o exercício da atenção de forma gentil e acolhedora.



Experimente:

- Experimente fazer a prática guiada, usando o QR Code.
- Anote: que sensações surgem? É desafiador tratar a si com gentileza?
- Faça essa prática uma vez por semana.

Sobre o projeto

Cultivando resiliência cultiva-se mentes LGBTQIA+! Fortalecendo mentes. Corações e mentes LGBTQIA+! Desafios e mentes. Lgbtqia+ promove ações de apoio a pessoas de diferentes idades e estilos de vida.

Prática - Um olhar mais gentil

Pense em uma situação difícil que viveu.

- Diga o que você diria a uma pessoa querida passando pela mesma situação? Agora, direcione essas palavras a você. Observe o que muda.

Autor: Erika Hilton

Quando não somos capazes de olhar para as pequenas conquistas que tivemos, perdemos o brilho de potência.

Cartilha 3: intitulada “Atenção e Autoconsciência”, explora a importância de cultivar uma relação mais respeitosa e gentil consigo mesmo, especialmente para pessoas LGBTQIA+ que frequentemente enfrentam a internalização do preconceito e da autocrítica excessiva. O material apresenta os três movimentos da autocompaixão — reconhecer a dor, lembrar das próprias forças e alinhar expectativas — e oferece ferramentas práticas para que as pessoas possam lidar com o sofrimento de maneira mais saudável. A prática guiada “*Um olhar mais gentil*” propõe um exercício concreto de desenvolvimento da autocompaixão no dia a dia.



Experimente:

- Observe sua atenção durante a semana.
- Quando se perder, traga-se de volta, com gentileza. Isso pode levar o movimento de balanço da sua respiração, apenas repousando nela, tranquilamente.
- Você pode se perguntar: "O que percebo quando escolho onde colocar minha atenção?"
- Experimente fazer a prática guiada, usando o QR Code.



CORAÇÕES & MENTES LGBTOIA+


www.galaxiamed.org


www.coracaosementes.org


chitarrista.com.br

ATENÇÃO E AUTOCONSCIÊNCIA

Escolher onde colocar sua atenção também é cuidado

Por que atenção importa?

Atenção é a base de tudo que sentimos, pensamos e fazemos. Quando não temos consciência de onde ela está, podemos nos perder em pensamentos, memórias, medos ou julgamentos – muitos deles marcados pelas violências que atravessam nossas existências LGBTOIA+.

Desenvolver uma atenção estável nos permite perceber padrões, regular emoções e escolher onde queremos colocar nossa energia. É recuperar nosso poder de tomar decisões!

Padrões automáticos e sofrimento

Nossas respostas emocionais nem sempre são escolhas conscientes. Muitas vezes são rótulos antigos, construídos para sobreviver em ambientes hostis – seja lá LGBTfobia, racismo, misoginia, capacismo ou outras formas de opressão.

Observar esses padrões é o primeiro passo para ter mais consciência de nossas vidas interiores.

Espaço entre estímulo e reação

Existe um espaço – ainda que pequeno – entre aquilo que nos acontece e a forma como reagimos. Esse espaço pode ser cultivado. Ele abre possibilidades de agir com mais presença, discernimento e autocuidado, em vez de só reagir.



O diagrama mostra uma curva colorida (verde, amarelo, laranja) que se eleva de um lado e desce do outro, formando um arco. À esquerda da curva, há um círculo rotulado "Estímulo". À direita, há um círculo rotulado "Espaço consciente". Dentro desse espaço, há o texto "Sensações", "Sentimentos" e "Idéias / Pensamentos". À direita da curva, há um círculo rotulado "Resposta".

Prática - Observando a atenção

- Ao longo do dia, perceba onde sua atenção está. Está em pensamentos difíceis? Em preocupações? Em julgamentos sobre si ou sobre outras pessoas?
- Quando perceber, trazer a atenção para algo que faça sentir presente: sua respiração, a textura de um objeto nas mãos, um som agradável, a sensação dos pés no chão.
- Não estamos tentando fugir de pensamentos. Estamos buscando formas de reconhecer que podemos escolher para onde queremos olhar.

Nossos sentimentos são nossos caminhos mais genuinos para o conhecimento.

— Audre Lorde —

Cartilha 4: “*Compaixão e Interdependência*”, amplia a discussão sobre compaixão, trazendo o entendimento de que todos estamos interconectados e que o cuidado coletivo é fundamental para o bem-estar individual e social. A cartilha propõe reflexões sobre o papel das redes de apoio, da construção de vínculos e do senso de pertencimento como estratégias de fortalecimento diante das adversidades. Inclui ainda a prática guiada “*Mapa da interdependência*”, que estimula as pessoas a identificarem e valorizarem as redes de apoio formais e informais que fazem parte de suas vidas.



Experimente:

- Experimente fazer a prática guiada, usando o QR Code.
- Anote: como você se sente ao reconhecer que faz parte de uma rede de cuidados?
- Faça essa prática uma vez por semana.

CORações & MENTES
LGBTQIA+

Sobre o projeto

A Gaiá+ promove encontros, debates emocionais e culturais para pessoas LGBTI+, fortalecendo a rede de apoio entre os participantes. O Projeto é resultado de um trabalho de pesquisas e reflexões entre pessoas que vivem a experiência de serem LGBTI+ e que buscam fortalecer a rede de apoio entre elas.

CORações & MENTES | Fortalecendo a rede de apoio entre pessoas que vivem a experiência de serem LGBTI+ e que buscam fortalecer a rede de apoio entre elas.

Gaiá+ | Centro de Estudos e Desenvolvimento Cultural e Social

@gaiamais • www.gaiamais.org

COMPAXÃO e INTERDEPENDÊNCIA

Ninguém vive, resiste ou floresce só

Expanding our circle of care

Praticar compaixão começa por reconhecer nossa interdependência, ou seja, a maneira pela qual vivemos em interconexão. Que nosso bem-estar não é algo individual. É tecido em redes, relações, histórias e afetos.

Empathy limited for a broadened compassion

Nossa empatia costuma ser mais forte com quem percebemos como parte do nosso grupo. Isso é humano e natural. Mas, se pudéssemos ampliar esse círculo de consideração? Isto é totalmente possível e é parte do exercício da compaixão. É reconhecer que as opressões que atravessam uns pessoas também podem impactar outras.

Gratitude and interdependence

Nada do que somos ou fazemos é construído só. Alguém plantou, colheu, costurou, ensinou, abriu caminhos. Alguém segurou nossa mão, ofereceu escuta e atenção.

Reconhecer essa rede não é romantizar ou praticar gratidão ingênua, mas entender que somos parte de algo maior e que isso é muito bom pois não estamos só.

Compaixão in action

Sentir junto Empathy emotional Compartilhar experiências semelhantes Pensar sobre Empathy cognitive Imaginar o que a outra pessoa sente e suas perspectivas Importar-se Preocupação empática

Desejo de fazer algo para aliviar o sofrimento. Compaixão

Prática - Mapa da interdependência

Desenhe no centro da folha algo que te representa.

- Ao redor, anote tudo que contribui para sua vida e bem-estar (alimento, moradia, saúde, afeto, conhecimento).
- Depois, pergunte-se: “Quem torna isso possível?” Anote ao redor dessas coisas os nomes de pessoas, grupos e movimentos que fazem isso tudo possível.

Observe esse mapa de interdependência que te apóia e tente notar como se sente ao reconhecer que você faz parte de tudo isso?

“Comunidade é de onde a amar floresce e o apoio é infinito.” – Sylvia Rivera

5. Divulgação

Produzimos 500 unidades físicas de cada cartilha e realizamos uma ampla divulgação do material junto às instituições parceiras e à comunidade atendida. A decisão de disponibilizar também a versão digital ampliou significativamente o alcance da iniciativa, permitindo que o conteúdo chegassem às pessoas que participaram das formações online e garantindo sua circulação contínua. Além disso, o formato digital assegura a perpetuidade do material, favorecendo seu uso futuro em ações de promoção de direitos, cuidado socioemocional e enfrentamento à violência contra a população LGBTQIA+.



META 4

Resultados

Promovemos o aumento dos índices de autocompaixão e bem-estar entre as pessoas participantes, bem como a redução do estresse percebido e a ampliação das práticas de autocuidado. Ao longo dos encontros, observamos maior abertura emocional, melhora no clima relacional e fortalecimento da capacidade de reconhecer necessidades internas e cuidar de si de maneira mais intencional. Além dos relatos das próprias pessoas participantes, recebemos, desde o primeiro encontro, diversos retornos das equipes profissionais que as acompanham no dia a dia. Esses relatos foram fundamentais para confirmar, na prática, a efetividade das formações, evidenciando mudanças perceptíveis no comportamento, na convivência e na maneira como os participantes interagiam entre si. Em uma das instituições, ao final de um dos encontros, a psicóloga da casa compartilhou um depoimento profundamente marcante: afirmou que, até então, nunca havia presenciado uma roda em que não ocorresse algum episódio de agressão entre os participantes. Naquele dia, no entanto, a roda transcorreu em um ambiente de respeito, escuta e abertura, o que emocionou toda a equipe presente e demonstrou de forma contundente o impacto das atividades realizadas.

META 5

Comunicação

ETAPAS

executar a régua de comunicação definida em conjunto com a consultoria

elaborar peças de divulgação

realizar publicações periódicas

comunicar e atualizar o público do projeto acerca das etapas

elaborar relatórios de acompanhamento

elaborar relatório final do projeto

META 5

Destaque



Divulgação e contato com o público por diferentes canais de comunicação.



Redes sociais

Realizamos uma ampla estratégia de divulgação em nossas redes sociais, utilizando conteúdos informativos, materiais visuais e chamadas para participação. As publicações ampliaram significativamente o alcance do projeto, fortalecendo a visibilidade das ações, mobilizando a comunidade e promovendo diálogos importantes sobre cuidado, direitos e proteção da população LGBTQIA+.



Redes sociais



20/05/2025
Instagram – post
5.399 visualizações
193 interações



22/05/2025
Instagram – post e story
6.515 visualizações
131 interações



10/07/2025
Newsletter
279 visualizações
(42% de abertura)

Redes sociais



26/07/2025
Instagram – post
3.503 visualizações
78 interações

Corações e Mentes LGBTQIA+ em Brasília

A Gaia+ participou do Seminário Plurais, realizado pela Fiocruz, que reuniu iniciativas de todo o Brasil voltadas à equidade no atendimento de populações vulnerabilizadas. Representados por Valentin Conde, apresentamos o projeto Corações e Mentes LGBTQIA+, que promove saúde mental e cuidado comunitário com base no CBCT, fortalecendo tanto profissionais que atuam em casas de acolhimento e centros de cidadania quanto pessoas LGBTQIA+ vulnerabilizadas. Caso queira conhecer mais e apoiar essa iniciativa, entre em contato conosco respondendo a este e-mail.

Surpresa na volta das férias

Em agosto, as atividades do Gaia+ Crianças voltaram com tudo. Os gaianinhos estão muito felizes com o retorno das oficinas de esporte, cultura, saúde e compaixão. Para encantar ainda mais essa volta, uma ação de voluntariado

12/09/2025
Newsletter
246 visualizações
(38% de abertura)

gaiaMais e thayoamaral Áudio original

gaiaMais @thayoamaral diretora de comunicação da @casaeoncunha, destacou a importância de receber a Gaia+ durante o treinamento Corações e Mentes LGBTQIA+. 🏳️🌈

A iniciativa tem como objetivo promover o desenvolvimento de competências socioemocionais, fundamentais para o fortalecimento e a valorização das pessoas da comunidade LGBTQIA+.

Momentos como esse reforçam o quanto a troca de saberes e o acolhimento podem transformar trajetórias e abrir novos caminhos de respeito, inclusão e a construção de ambientes mais acolhedores e diversos.

Este conteúdo faz parte do projeto Corações e Mentes LGBTQIA+, realizado a partir da Emenda Parlamentar da Deputada Tabata Amaral, conforme Termo de Fomento 971669 firmado com a Gaia+.

#Inclusão #Diversidade #Treinamento #GaiaMais #CasaNeonCunha #lgbtqiamais #EducaçãoSocioemocional #CoraçõesEMentes #ImpactoPositivo

Editado - 4 sem

Currido por lenira.zambon e outras 20 pessoas 22 de setembro

Adicione um comentário... Postar

22/09/2025
Instagram - reels
769 visualizações
23 interações

Redes sociais



29/09/2025
Instagram – reels
583 visualizações
20 interações

23/10/2025
Instagram - reels
2.479 visualizações
254 interações

13/11/2025
Instagram – reels
1.090 visualizações
39 interações

Redes sociais



CORAÇÕES & MENTES LGBTQIA+

Conclusão da formação Corações e Mentes LGBTQIA+ com usuários e equipe técnica da Casa 9 de Julho de acolhimento para homens gays

gaia Mais e valenconde

gaia Mais 3 sem
Nesta semana, os usuários e a equipe técnica da Casa 9 de Julho (@casa9dejulho_), espaço de acolhimento para homens gays, concluíram a formação Corações e Mentes LGBTQIA+, iniciativa da Gaia+. 🏳️

Estamos extremamente contentes com o alcance e o impacto deste projeto, que reafirma nosso compromisso com a compaixão, a escuta e o fortalecimento da comunidade.

O processo formativo foi muito potente, com muita alegria envolvida, muita troca e construção conjunta. ❤️

Agradecimentos especiais a @valenconde que conduziu esses encontros com sensibilidade, presença

14 de novembro

Adicione um comentário...



CORAÇÕES & MENTES LGBTQIA+

Entrega dos totens e cartilhas nas casas de acolhimento

gaia Mais e outros 3

gaia Mais 1 sem
No Corações e Mentes LGBTQIA+, seguimos fortalecendo os espaços de acolhimento por onde passamos. Depois das sensibilizações socioemocionais realizadas nas casas de acolhimento, retornamos a esses lugares com a entrega de cartilhas, totens de práticas de autocuidado e materiais de apoio. ❤️🏳️

(@casaneoncunha, Casa Florescer, @crlgbtioeste, @casa9dejulho_) ❤️

Cada totem e cada cartilha foi pensado para criar, dentro dessas instituições, um espaço de pausa, onde qualquer pessoa possa respirar, se cuidar e acessar práticas simples que fortalecem o bem-estar e o autocuidado.

E para quem quiser continuar essa

14 de novembro

Adicione um comentário...

14/11/2025
Instagram – post
2.346 visualizações
25 interações

28/11/2025
Instagram - post
3.505 visualizações
44 interações

Site

Desenvolvido e atualizado continuamente em formato de landing page com informações do projeto, conteúdos formativos e materiais de apoio, garantindo navegação simples e acesso facilitado aos recursos oferecidos. A produção e manutenção dessas páginas asseguraram que participantes, instituições e interessados pudessem acompanhar o andamento das atividades e acessar conteúdos de forma organizada e transparente.

Acesse em:

<https://www.seelearningbrasil.org.br/lgbt>



Site

Materiais exclusivos

Cartilhas

Práticas de autocuidado

Materials de aula

Gaia+ MINISTÉRIO DOS DIREITOS HUMANOS E DA CIDADANIA DO LADO DO PÔR DO SOL

Página de menu de materiais

Práticas de autocuidado

Cartilhas

INTROPOÇÃO

ESTABILIZAÇÃO

Página de áudios de prática de autocuidado

Cartilhas

COMPADÃO É CUIDADO

ATENÇÃO E AUTOCONSCIENTEZA

AUTOCOMPADÃO

Página de cartilhas

Materiais de aula

Encontro 1 - Se conectando com um momento de cuidado

Encontro 2 - Desenvolvendo uma atenção estável e intida

Encontro 3 - Cultivando Autocompação – partes 1 e 2

Encontro 4 - Expressando nosso mundo de consideração

Gaia+ MINISTÉRIO DOS DIREITOS HUMANOS E DA CIDADANIA DO LADO DO PÔR DO SOL

Página do material das aulas

Material impresso

Foram produzidos materiais impressos de alta qualidade como o banner que utilizamos em todas as formações presenciais, além disso também produzimos as cartilhas e totens, distribuídos às instituições participantes. Esses materiais reforçaram a implementação das práticas apresentadas nas formações, servindo como referência permanente para equipes e pessoas assistidas. A presença física dos materiais contribuiu para fortalecer o engajamento, a autonomia e a continuidade das ações de cuidado e proteção.



Transparência

O conteúdo de comunicação, bem como os arquivos produzidos ao longo do projeto, foi disponibilizado na landing page exclusiva, assegurando total transparência e acesso público. Além disso incluímos o relatório parcial e final em nosso site institucional. Essa prática reforça o compromisso institucional da Gaia+ com a prestação de contas, a democratização da informação e a difusão de conhecimentos que permanecem disponíveis mesmo após o encerramento das atividades.



Participação em eventos

Houveram participações institucionais significativas evidenciando o reconhecimento crescente do trabalho desenvolvido pelo projeto *Corações e Mentes LGBTQIA+* e sua relevância no campo da equidade, do cuidado socioemocional e da promoção dos direitos da população LGBTQIA+.

1º Seminário Plurais – Seminário Nacional sobre Equidade na Saúde, promovido pela Fiocruz em Brasília/DF. No dia 25 de agosto, o projeto foi convidado a integrar a programação.

12º Congresso Internacional da Associação Brasileira de Estudos da Trans-Homocultura – CINABETH 2025, em Brasília/DF. O projeto foi inserida na programação oficial do evento, iniciado em 25 de outubro.



A screenshot of a social media post from the account 'gaia_mais e valenconde'. The post features a photo of two people, a man and a woman, standing in front of a chalkboard. The caption reads: 'A Gaia+ participou do Seminário Plurais, realizado pela @officialfiocruz, que reuniu iniciativas de todo o Brasil voltadas à equidade no atendimento de populações vulnerabilizadas.' Below the caption, there is a block of text in Portuguese, followed by several user comments in Portuguese. At the bottom, there are standard social media interaction icons (like, comment, share) and a timestamp '16 de setembro'.

Participação em eventos

Essas participações ampliaram a visibilidade nacional do projeto, reforçaram sua credibilidade técnica e institucional, e consolidaram sua contribuição para a agenda de equidade, cuidado e enfrentamento às violências que historicamente atingem a população LGBTQIA+.



gaia Mais 15 sem Estaremos em Brasília!

A Gaia+ marcará presença no 12º Congresso Internacional da Associação Brasileira de Estudos da Trans-Homocultura – CINABETH 2025 com o projeto Corações e Mentes LGBTQIA+, compartilhando como nossa formação tem fortalecido a sociedade por meio da inclusão, do cuidado e da compaixão.

É de grande importância poder apresentar este projeto em um evento tão relevante, que amplia vozes e promove reflexões necessárias sobre diversidade e direitos da comunidade LGBTQIA+.

Venha nos prestigiar no dia 25 de agosto e ajude a compartilhar essa

15 1 22 de agosto

Adicione um comentário...

META 5

Resultados

A amplitude das estratégias de divulgação, aliada à consistência metodológica do trabalho, gerou forte mobilização das instituições parceiras e das pessoas participantes, refletindo-se em um engajamento qualificado e na criação de redes de apoio que permanecem ativas para além das formações. A superação do número de participantes inicialmente previsto evidencia o interesse pelo tema e a relevância do projeto nos territórios atendidos. As relações estabelecidas ao longo do processo ampliaram significativamente o alcance das ações e reforçaram o compromisso coletivo com a defesa de direitos, a proteção integral e a promoção de ambientes seguros para pessoas LGBTQIAA visibilidade do projeto ganhou dimensões ainda mais amplas com sua participação em eventos acadêmicos e formativos de grande relevância nacional, permitindo compartilhar práticas, metodologias e resultados em espaços de produção científica, debate público e incidência política. Essas participações consolidaram o projeto como referência na promoção de direitos, no enfrentamento à violência e no cuidado socioemocional da população LGBTQIA+, ampliando sua legitimidade e impacto.

META 6

Palestras com a
comunidade LGBTQIA+

ETAPAS

contratação
de palestrante

alinhamento
com os
objetivos do
programa

produção de
conteúdo

realização de
palestra

disponibilização
de conteúdo e
curadoria extra
para os
participantes

1. Etapa de contratação das pessoas palestrantes e facilitadoras

Antes da realização dos encontros, foi conduzido um processo criterioso de pesquisa e seleção no mercado, com o objetivo de identificar profissionais com trajetória reconhecida, alinhamento aos valores do programa e experiência prática no trabalho com a comunidade LGBTQIA+, especialmente em contextos de vulnerabilidade social. O processo priorizou profissionais que, além da qualificação técnica, fossem pessoas diretamente reconhecidas ou integrantes da comunidade, de forma a garantir representatividade, conexão e legitimidade às ações.

2. Alinhamento com os objetivos do programa

Após a contratação, todas as pessoas envolvidas participaram de encontros de alinhamento com a equipe do projeto. Esses encontros tiveram o objetivo de apresentar em detalhes o programa Corações e Mentes LGBTQIA+, esclarecer as metas e resultados esperados e garantir que o conteúdo das atividades estivesse conectado ao compromisso do projeto com o fortalecimento da comunidade, o cuidado, o enfrentamento das violências e a promoção de ambientes seguros e acolhedores. O alinhamento permitiu a construção coletiva dos conteúdos e metodologias das palestras e rodas de diálogo, respeitando o protagonismo das pessoas contratadas e assegurando a coerência com os princípios do programa.

Palestrante: Carlos Eduardo de Oliveira Redução

- Data: 19/05/2025
- Horário: 19h15 às 21h15
- Formato: online – roda de diálogo
- Público: Profissionais da Casa Neon Cunha
- Direcionamento: Redução de danos e cuidado interseccional
- Curadoria complementar: indicação de cursos do CEDELEI e AHF Brasil sobre saúde integral e prevenção; projetos Corpes Dissidentes e projeto Lacração; e exposição sobre diversidade no Museu da Diversidade Sexual.

Link da gravação do encontro: [Clique aqui.](#)



Palestrante: Kimble Parker Sorrells (voluntário)

- Data: 11/06/2025
- Horário: 19h às 21h
- Formato: Online – Roda de Diálogo
- Público: Turma 1 do programa de formação – Profissionais de instituições de acolhimento
- Direcionamento: Autocompaixão, Justiça Social e Celebração da Identidade Trans. Este encontro contou com o recurso de tradução simultânea, possibilitando que o conteúdo fosse transmitido diretamente em português, garantindo acessibilidade e participação ativa do público, independentemente das barreiras linguísticas. Durante o encontro,

Link da gravação do encontro: [clique aqui](#).

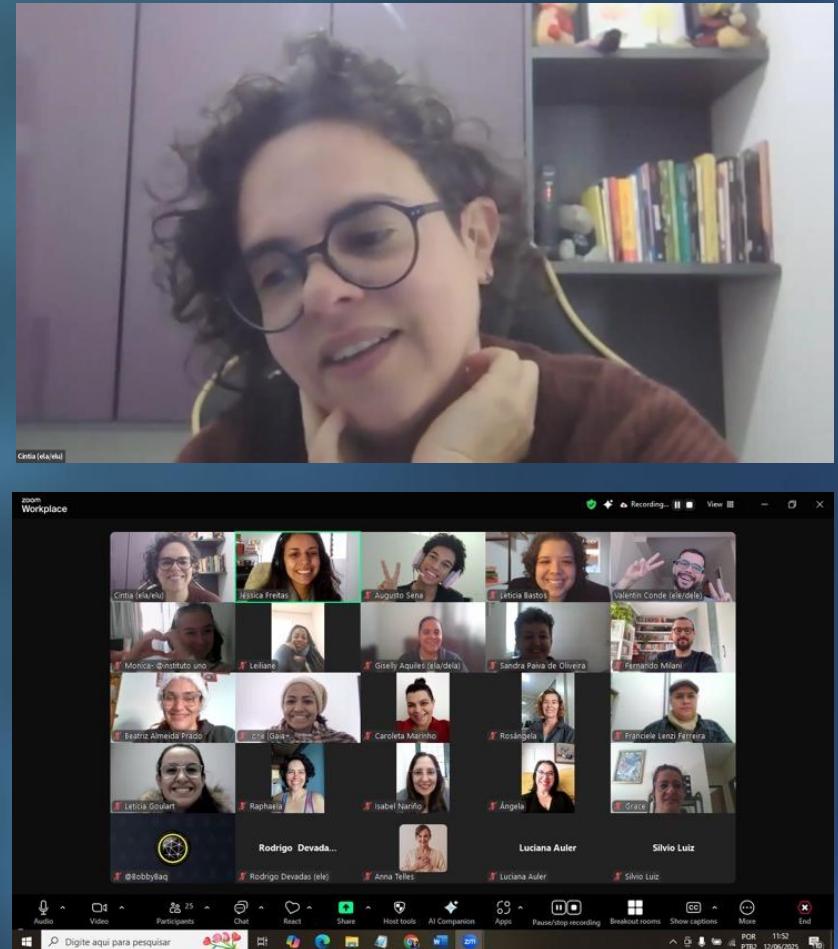


Palestrante: Cíntia Rodrigues

- Data: 12/06/2025
- Horário: 10h às 12h
- Formato: Online – Roda de Diálogo
- Público: Pessoas acolhidas por instituições parceiras, profissionais da rede de acolhimento e comunidade em geral
- Direcionamento: corpos dissidentes, deficiência e cuidado interseccional

Curadoria complementar: referências sobre o novo símbolo internacional da deficiência e debates sobre representação visual; artigos e materiais sobre capacitismo e interseccionalidade de gênero e deficiência; recomendações de conteúdos sobre linguagem inclusiva e o combate à infantilização de pessoas com deficiência; indicação de recursos para profissionais que atuam no acolhimento de pessoas LGBTQIA+ com deficiência intelectual; e indicação de coletivos e redes de apoio para pessoas com deficiência e LGBTQIA+.

Link da gravação do encontro: [Clique aqui.](#)



Palestrante: Paola Souza

- Data: 27/06/2025
- Horário: 14h às 16h
- Formato: Presencial – Roda de Diálogo
- Local: Centro de Cidadania Claudia Wonder – São Paulo
- Público: Pessoas acolhidas pelo programa Transcidadania e profissionais da rede de acolhimento
- Direcionamento: Trajetórias e impacto do Transcidadania

Curadoria complementar: O que é lugar de fala? de Djamila Ribeiro, Interseccionalidade de Carla Akotirene, Viagem Solitária de João Nery e Transfeminismos de Letícia Nascimento, além do podcast Quem tem medo de travesti, de Renata Carvalho. Inclui também obras audiovisuais como Bixa Travesty, a série Pose e o curta Dores de Amor. Também destacou referências contemporâneas importantes como Carla Akotirene, Bárbara Carine e Giovanna Heliodoro (Trans Preta).



Curadoria extra consolidada e disponibilizada para todas as pessoas participantes



Para saber mais!

Para aprofundar reflexões e fortalecer repertórios no trabalho com pessoas LGBTQIA+, reunimos uma curadoria afetosa e potente de materiais que dialogam com os temas centrais do projeto: identidade, interseccionalidade, compaixão e resiliência.

Leituras Fundamentais

- O que é lugar de fala?** – Djamila Ribeiro
Um convite didático para entender que toda fala parte de um lugar social, político e histórico.
- Interseccionalidade** – Carla Akotirene
Essencial para compreender como raça, classe e gênero atuam juntos nas opressões.
- Viagem solitária** – João Nery
Autobiografia marcante de um homem trans no Brasil — uma leitura sensível e histórica.
- Transfeminismos** – Letícia Nascimento
Porta de entrada para o pensamento transfeminista negro no Brasil.
- Gênero e deficiência: intersecções e perspectivas** - Anahi Guedes de Mello e Adriano Henrique Nuernberg
Quando identidade de gênero e deficiência se cruzam.

Podcast

- Quem tem medo de travesti - com Renata Carvalho (Spotify)**
Episódios curtos, intensos e diretos sobre arte, política e existência trans.
- TravaTalk - com Sofia Favero (Spotify)**
Episódio onde Sofia, doutora em psicologia, fala sobre construção da identidade gênero e o processo de escrita de suas obras.

Filmes e Documentários

- Bixa Travesty** (2018)
A potência de Linn da Quebrada em cena: corpo, desejo e militância.
- Pose** (série – HBO)
Um mergulho na cultura ballroom e nas trajetórias de pessoas trans negras e latinas.
- Dores de Amor** (YouTube)
Curta-metragem brasileiro sobre afetos e vivências trans.

Influenciadoras e Intelectuais

- Carla Akotirene (@carlaakotirene)** – Feminismo negro e interseccionalidade com profundidade.
- Barbára Carine (@uma_intelectual_diferentona)** – Crítica afiada e pedagógica sobre raça e gênero.
- Giovanna Heliodoro (@transpreta)** – Produção transfeminista com afeto e embasamento teórico.

Movimentos e Projetos

- É de lei (@ccdedelei)** Atuando desde 1998 na promoção da redução de danos sociais e à saúde associados ao uso de drogas.
- Corpos Dissidentes (@corpedissidentes)** – Fotolivro, Exposição e Intervenção Urbana por meio de fotografias de corpos dissidentes, pela artista Bella Tozini

Não se esqueça de acessar as nossas redes:

- [@gaia_mais](#)
- [www.fiquebem.org.br/lgbt](#)



Para saber mais!

Para aprofundar reflexões e fortalecer repertórios no trabalho com pessoas LGBTQIA+, reunimos uma curadoria afetosa e potente de materiais que dialogam com os temas centrais do projeto: identidade, interseccionalidade, compaixão e resiliência.

Leituras Fundamentais

- O que é lugar de fala?** – Djamila Ribeiro
Um convite didático para entender que toda fala parte de um lugar social, político e histórico.
- Interseccionalidade** – Carla Akotirene
Essencial para compreender como raça, classe e gênero atuam juntos nas opressões.
- Viagem solitária** – João Nery
Autobiografia marcante de um homem trans no Brasil — uma leitura sensível e histórica.
- Transfeminismos** – Letícia Nascimento
Porta de entrada para o pensamento transfeminista negro no Brasil.
- Gênero e deficiência: intersecções e perspectivas** - Anahi Guedes de Mello e Adriano Henrique Nuernberg
Quando identidade de gênero e deficiência se cruzam.

Podcast

- Quem tem medo de travesti - com Renata Carvalho (Spotify)**
Episódios curtos, intensos e diretos sobre arte, política e existência trans.
- TravaTalk - com Sofia Favero (Spotify)**
Episódio onde Sofia, doutora em psicologia, fala sobre construção da identidade gênero e o processo de escrita de suas obras.

Filmes e Documentários

- Bixa Travesty** (2018)
A potência de Linn da Quebrada em cena: corpo, desejo e militância.
- Pose** (série – HBO)
Um mergulho na cultura ballroom e nas trajetórias de pessoas trans negras e latinas.
- Dores de Amor** (YouTube)
Curta-metragem brasileiro sobre afetos e vivências trans.

Influenciadoras e Intelectuais

- Carla Akotirene (@carlaakotirene)** – Feminismo negro e interseccionalidade com profundidade.
- Barbára Carine (@uma_intelectual_diferentona)** – Crítica afiada e pedagógica sobre raça e gênero.
- Giovanna Heliodoro (@transpreta)** – Produção transfeminista com afeto e embasamento teórico.

Movimentos e Projetos

- É de lei (@ccdedelei)** Atuando desde 1998 na promoção da redução de danos sociais e à saúde associados ao uso de drogas.
- Corpos Dissidentes (@corpedissidentes)** – Fotolivro, Exposição e Intervenção Urbana por meio de fotografias de corpos dissidentes, pela artista Bella Tozini

Não se esqueça de acessar as nossas redes:

- [@gaia_mais](#)
- [www.fiquebem.org.br/lgbt](#)

META 6

Resultados

A Meta 6 previa a realização de três eventos/palestras, e superamos esse objetivo ao realizar quatro encontros, incluindo uma participação internacional voluntária, que contou inclusive com tradução simultânea. Essa ampliação do previsto demonstra não apenas a capacidade de mobilização do projeto, mas também o reconhecimento crescente de sua relevância. Os eventos reuniram públicos diversos, promoveram diálogos qualificados e ampliaram significativamente o alcance das ações, fortalecendo o engajamento das pessoas participantes e o compromisso coletivo com a promoção dos direitos da comunidade LGBTQIA+. Além disso, as interações geradas nesses espaços possibilitaram múltiplas indicações, novos convites e conexões com profissionais, instituições e redes de defesa de direitos, o que reforça a potência do projeto enquanto articulador de encontros, aprendizagens e estratégias de enfrentamento às violências que afetam a população LGBTQIA+.

META 7

Impressão de material educativo e informação para distribuição em casas de acolhimento da comunidade LGBTQIA+

ETAPAS

Contratação do serviço gráfico e impressão de livros e distribuição nas casas de acolhimento

Contratação de serviço gráfico para impressão de cartilhas e distribuição nas casas de acolhimento

Contratação de serviço gráfico para impressão de totens de autocuidado e distribuição nas casas de acolhimento

Contratação de serviço gráfico e distribuição

A produção dos materiais foi realizada conforme previsto e sua distribuição um sucesso, veja detalhes também no descritivo da meta 4.



Totem fixado em um ponto estratégico da Casa Neon Cunha



META 7

Resultados

Produzimos mais de 2 mil materiais educativos e informativos em alta qualidade, o que ampliou significativamente o alcance das ações do projeto. Esses materiais fortaleceram a rede de acolhimento ao oferecer informações acessíveis e consistentes, que contribuíram, e continuarão contribuindo, para a promoção de direitos e para o enfrentamento às violências que atingem a comunidade LGBTQIA+.

META 8

Apoiar a gestão administrativa e financeira do projeto, assegurando a correta prestação de contas junto ao Transferegov.

Apoio no controle documental,
organização de notas fiscais,
registros de execução, elaboração de
relatórios financeiros e suporte à
equipe na prestação de contas final

Contratação de serviço de apoio a gestão administrativa e financeira do projeto, assegurando a correta prestação de contas junto ao Transferegov:

Foi realizada e entregue a prestação de contas do projeto, garantindo que todas as etapas administrativas, financeiras e documentais fossem realizadas conforme as exigências legais e dentro dos prazos estabelecidos.

Utilizamos o sistema interno Asana para gestão das tarefas e monitoramento das metas, e os canais institucionais para divulgação como a [página de transparência](#) e o próprio Transferegov.

Edital Tábata Amaral / emenda																											
Responsável	 Mah ❤️ ✨ x Recently assigned																										
Data de conclusão	 Sem data de conclusão																										
Projetos	 Execução 25 Emendas Parlamentares x Adicionar aos projetos																										
Dependências	Adicionar dependências																										
Campos	<table border="1"><thead><tr><th>#</th><th>Valor total</th></tr></thead><tbody><tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>200.000</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>—</td></tr><tr><td>A Agência</td><td>3336-7</td></tr><tr><td>A Conta Captação</td><td>7658-9</td></tr><tr><td>A Conta Movimentação</td><td>7658-9</td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/> Aporte</td><td>Sim</td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/> Projeto</td><td>Emenda</td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/> Recibo</td><td>Sim</td></tr><tr><td># Valor solicitado</td><td>445.978</td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/> Fonte</td><td>Privado</td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/> Captado</td><td>R\$ 200.000</td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/> Total</td><td>R\$ 200.000</td></tr></tbody></table>	#	Valor total	<input checked="" type="checkbox"/>	200.000	<input type="checkbox"/>	—	A Agência	3336-7	A Conta Captação	7658-9	A Conta Movimentação	7658-9	<input checked="" type="checkbox"/> Aporte	Sim	<input checked="" type="checkbox"/> Projeto	Emenda	<input checked="" type="checkbox"/> Recibo	Sim	# Valor solicitado	445.978	<input checked="" type="checkbox"/> Fonte	Privado	<input checked="" type="checkbox"/> Captado	R\$ 200.000	<input checked="" type="checkbox"/> Total	R\$ 200.000
#	Valor total																										
<input checked="" type="checkbox"/>	200.000																										
<input type="checkbox"/>	—																										
A Agência	3336-7																										
A Conta Captação	7658-9																										
A Conta Movimentação	7658-9																										
<input checked="" type="checkbox"/> Aporte	Sim																										
<input checked="" type="checkbox"/> Projeto	Emenda																										
<input checked="" type="checkbox"/> Recibo	Sim																										
# Valor solicitado	445.978																										
<input checked="" type="checkbox"/> Fonte	Privado																										
<input checked="" type="checkbox"/> Captado	R\$ 200.000																										
<input checked="" type="checkbox"/> Total	R\$ 200.000																										

META 8

Resultados

Realizamos a prestação de contas de forma organizada, dentro do prazo e em conformidade com todas as exigências estabelecidas. A produção dos relatórios e documentos ocorreu de maneira clara e transparente, reduzindo riscos de inconsistências e devoluções e assegurando a credibilidade, a segurança administrativa e a conformidade legal do projeto.

VISÃO FINANCEIRA DO PROJETO



Meta	Descrição	Valor Planejado	Valor Executado
1	Adequar e adaptar o material do programa para a comunidade LGBTQIA+	R\$ 30.000,00	R\$ 30.000,00
2	Capacitar até 100 profissionais que atuam em ONGs e entidades e realizam o atendimento da comunidade LGBTQIA+	R\$ 66.000,00	R\$ 66.000,00
3	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	R\$ 66.000,00	R\$ 66.000,00
4	Produzir cartilha customizada e específica do programa para a comunidade LGBTQIA+, focada para os profissionais e integrantes da comunidade	R\$ 14.000,00	R\$ 14.000,00
5	Customizar e comunicar o projeto gerando engajamento e transparência	R\$ 9.000,00	R\$ 9.000,00
6	Realizar encontros de sensibilização/palestra de engajamento do público do programa com pessoas integrantes e referenciadas pela comunidade LGBTQIA+	R\$ 15.000,00	R\$ 5.000,00
7	Utilizar os rendimentos para impressão do material educativo e informativo para distribuição em casas de acolhimento da comunidade LGBTQIA+	R\$ 4.334,00	R\$ 4.320,12
8	Apoiar a gestão administrativa e financeira do projeto, assegurando a correta prestação de contas junto ao Transferegov	R\$ 3.342,62	R\$ 3.342,62
-	valor total	R\$ 207.676,62	R\$ 197.662,74
-	valor devolvido		a preencher



Sustentabilidade e Caminhos Futuros

A partir deste projeto, a comunidade LGBTQIA+ passou a integrar de forma permanente os públicos prioritários da Gaia+. Esse marco orienta hoje nossa mobilização para a busca de novos patrocinadores, com o objetivo de manter **turmas abertas de forma contínua** e garantir que esse trabalho siga vivo e acessível. Essa estratégia já apresenta resultados concretos: fomos habilitados e selecionados no **Edital Itaú**, o que nos permite dar sequência imediata às formações, com **novas turmas já planejadas** para o próximo ciclo. Paralelamente, seguimos ampliando o diálogo com outros financiadores e estruturando novas frentes de sustentabilidade para assegurar a continuidade e a expansão das ações iniciadas aqui.

Nossa governança institucional também incorporou aprendizados deste projeto. Na renovação do Conselho da ONG, convidamos **uma pessoa trans** para integrar esse time estratégico, fortalecendo a participação, o compartilhamento de conhecimentos e o direcionamento das decisões a partir de perspectivas diversas e representativas. Essa escolha reafirma nosso compromisso com a inclusão profunda, com a escuta ativa e com a construção de políticas e programas mais coerentes com as realidades das populações que atendemos.

O legado deste projeto segue, portanto, **sustentável, expansivo e transformador**, garantindo que as ações de cuidado, equidade e promoção de direitos não se encerrem aqui, mas continuem a gerar impacto duradouro nos territórios e nas vidas das pessoas LGBTQIA+.

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

Marsha P. Johnson

Gaia+



www.gaiamais.org

+55 19 3302 5916 | Rua Dona Santina, 291 - São Luiz - 13405-369 - Piracicaba - SP