



Programa

Empoderadas

Relatório Mensal – Maio/2023



SUMÁRIO

HISTÓRIA E IDEALIZAÇÃO	2
RESUMO DE MAIO DOS POLOS.....	3
RESULTADO: PSICOLOGIA	4
RESULTADO: ASSISTENTE SOCIAL	8
RESULTADO: ACOLHIMENTO JURIDICA.....	12
ROTEIRO DAS AULAS	16
FOTOS DO MÊS.....	20
AGENDA DO MÊS.....	31
ENGAJAMENTO EM MAIO.....	32



HISTÓRIA E IDEALIZAÇÃO

O Programa Empoderadas, idealizado em 2019 por Erica Paes, fundadora do IDMEP, tem como principal missão promover a segurança e o bem-estar feminino. Desde 2021, com a colaboração da Secretaria de Estado de Desenvolvimento Social e Direitos Humanos do Rio de Janeiro (SEDSODH) e a parceria com a UERJ por meio da descentralização orçamentaria, o programa vem sendo executado.

Integrando a estratégia do Rio de Janeiro para combater o feminicídio, conforme a Lei Estadual nº 9.985 de 2022, o Empoderadas também alinha suas ações aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU, focando no ODS 5, que prioriza a igualdade de gênero.

No âmbito prático, o programa atua em todo o estado do Rio de Janeiro, fornecendo:

1. **Treinamentos:** Capacitação sobre técnicas para combater a violência contra mulheres, bem como reconhecimento de sinais de violência no dia a dia.
2. **Ações de Impacto:** Como o projeto Empoderadas Social, que visa recuperar a autoestima e autonomia de mulheres que sofreram violência ou que, com o tempo, perderam seu autoconhecimento.
3. **Acolhimento Especializado:** Uma metodologia centrada na prevenção, com profissionais treinados para ouvir e acolher vítimas de violência. As mulheres são inseridas em uma rede de acolhimento multidisciplinar, recebendo apoio social, jurídico e psicológico.
4. **Formação Profissional:** Para romper o ciclo de violência e promover a independência financeira, são oferecidos cursos profissionalizantes, capacitando as mulheres para uma vida mais autônoma e digna.

Em resumo, o Programa Empoderadas se apresenta como um alicerce integrado, buscando abordar várias facetas da vida feminina para promover sua segurança, dignidade e autonomia.



DESTAQUES DE MAIO DOS POLOS

Os polos, em sua diversidade e alcance, estão emergindo como centros vitais de mudança, evidenciando um potencial de crescimento notável e um compromisso inabalável com a luta contra a violência feminina e a promoção da igualdade de gênero.

A dedicação e o esforço da equipe nesses polos são palpáveis. Eles se tornaram a espinha dorsal do programa, impulsionando a assiduidade e o envolvimento crescente das alunas. A participação ativa e determinada dessas mulheres sinaliza seu comprometimento e desejo por uma transformação genuína.

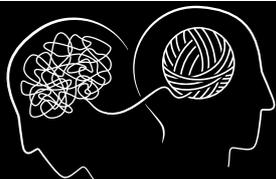
Podemos visualizar algum dos resultados de acolhimentos importantes no mês de setembro:

- 360 Novas alunas
- 180 Mulheres acolhidas nos cursos
- 3000 Mulheres acolhidas nos eventos

Quando consideramos esses polos em conjunto, eles formam uma força coletiva poderosa na defesa da igualdade e na prevenção da violência contra a mulher. O engajamento profundo da equipe e a resposta entusiasmada das alunas sugerem um futuro brilhante e esperançoso para o programa, onde mais mulheres encontrarão suporte e capacitação.

Em suma, é indiscutível que os polos têm impactado e elevado a vida de milhares de mulheres, fornecendo não apenas apoio vital, mas também fomentando uma maior conscientização sobre a violência feminina.

Estamos diante de um programa com bases sólidas e com uma visão ampla, aspirando a um crescimento contínuo e a uma contribuição ainda mais significativa para a transformação da sociedade.



PSICOLOGIA

O acolhimento psicológico para mulheres e a prevenção contra a violência são tópicos inter-relacionados e de extrema relevância. Ambos os temas possuem impacto significativo na saúde mental, física e social das mulheres. Abordar essa questão não apenas através de um viés clínico, mas também social e preventivo, é essencial para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária. **Abaixo, são destacados alguns pontos sobre a necessidade e importância desses temas:**

1. Saúde Mental e Violência contra a Mulher:



Experiências de violência, seja ela física, sexual ou psicológica, podem ter graves consequências na saúde mental das mulheres. Depressão, ansiedade, transtorno de estresse pós-traumático e outros transtornos podem surgir ou se agravar em consequência da violência.

2. Vitimização:

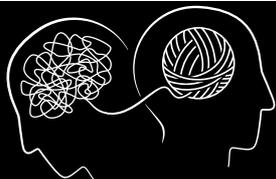


Vitimização: (acredito que poderíamos substituir por outra palavra para evitar qualquer estigmatização associada à palavra “vitimização” e a abordar a situação mais compreensão/ como sugestão, poderíamos colocar “experiências traumáticas”) Mulheres que já sofreram algum tipo de abuso ou violência possuem uma maior vulnerabilidade a episódios recorrentes. O acolhimento psicológico é uma ferramenta crucial para romper esse ciclo, ajudando a mulher a reconstruir sua autoestima e capacidade de autocuidado.

3. Empoderamento:



O acolhimento psicológico desempenha um papel fundamental no empoderamento feminino. Dentro desse ambiente terapêutico, muitas mulheres têm a oportunidade de explorar e questionar os padrões sociais que as oprimem, além de desenvolver ferramentas para enfrentar situações de violência ou abuso. Esse processo auxilia na promoção do fortalecimento e autonomia das mulheres.



PSICOLOGIA

4. Educação e Prevenção:



É essencial criar programas educacionais para prevenir a violência contra a mulher. Essa educação deve ser disseminada em escolas, comunidades e outras instituições. Homens e mulheres devem ser educados sobre igualdade de gênero, respeito mútuo e a importância de relações saudáveis.

5. Apoio Social:



Para muitas mulheres, romper com ciclos de violência implica em desafios não apenas emocionais, mas também sociais e econômicos. Por isso, a rede de apoio (que pode incluir psicólogos, assistentes sociais, advogados, entre outros) é fundamental para garantir que elas tenham os recursos necessários para reconstruir suas vidas.

6. Políticas Públicas:

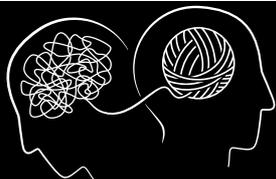


O acolhimento psicológico desempenha um papel fundamental no empoderamento feminino. Dentro desse ambiente terapêutico, muitas mulheres têm a oportunidade de explorar e questionar os padrões sociais que as oprimem, além de desenvolver ferramentas para enfrentar situações de violência ou abuso. Esse processo auxilia na promoção do fortalecimento e autonomia das mulheres.

7. Desmistificação da Terapia:



Desmistificação da Terapia: Ainda existe um estigma associado à busca por cuidados com a saúde mental. É fundamental desmistificar a terapia e destacar sua importância como uma ferramenta de autocuidado, saúde e bem-estar.



PSICOLOGIA

Em resumo, a necessidade do acolhimento psicológico para mulheres, bem como a prevenção contra a violência, são questões interligadas e de suma importância para a promoção da saúde e bem-estar feminino. A integração entre políticas públicas, serviços de saúde e a sociedade em geral é fundamental para criar ambientes mais seguros e acolhedores para todas as mulheres.

O Programa Empoderadas tem demonstrado um papel fundamental na sociedade, especialmente ao observarmos os números relacionados à assistência psicológica.

2023

Até o momento, já realizamos impressionantes **2097** acolhimentos, o que por si só já evidencia a urgente demanda por tais serviços e o impacto deste programa.

Ao analisarmos esses acolhimentos mais a fundo, observamos que três formas específicas de violência predominam em nosso cenário: **a Violência Física, a Violência Sexual e a Violência Psicológica**. Essas categorias não apenas evidenciam os desafios que muitas mulheres enfrentam diariamente, mas também refletem as múltiplas facetas da opressão e do abuso que precisamos combater incansavelmente.

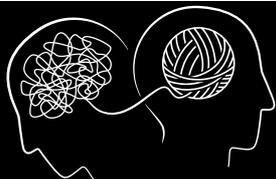
Neste mês a psicologia participou de 21 eventos dentre eles:



- Workshops de Prevenção e Enfretamento a Violência Contra a Mulher
- Workshops nas Escolas



- Empoderadas Social
- Roda de conversa
- Inauguração de polos



PSICOLOGIA



Esse número é alarmante, pois indica que a demanda por serviços de apoio e intervenção psicológica está crescendo rapidamente. Esse aumento pode ser interpretado de duas formas:

Por um lado, pode sinalizar um aumento nos casos de violência;

Por um lado, pode sinalizar um aumento nos casos de violência;

Por outro, pode indicar que mais mulheres estão buscando ajuda, conscientes de seus direitos e da existência de redes de apoio como a Empoderadas.

A magnitude desses números não apenas realça a relevância do trabalho que estamos desenvolvendo, mas também ressalta a necessidade de continuarmos fortalecendo nossas estratégias, ampliando nossos serviços. Afinal, nosso objetivo principal é garantir que todas as mulheres saibam que não estão sozinhas e que têm onde recorrer em momentos de crise.



ASSISTÊNCIA SOCIAL

O Serviço Social desempenha um papel fundamental no apoio a mulheres, especialmente no contexto da prevenção e resposta à violência. Esta área busca não só prover suporte imediato a quem sofreu abusos, mas também trabalha na articulação de rede de apoio que possa prevenir futuros incidentes e ajudar as mulheres a reestruturarem suas vidas. **O Serviço Social atua de acordo com os princípios fundamentais e defesa intransigente dos Direitos Humanos:**

1. Escuta qualificada:



Importante instrumento técnico para o Serviço Social, permite adquirir informações sobre cada caso, que possibilitarão escolhas e resoluções de suas necessidades, tornando-se uma forma de prestar uma assistência de qualidade, através do acolhimento e empatia, possibilitando a superação da violação de direitos e fortalecimento da mulher no desempenho da sua função protetiva.

2. Intervenção Imediata:



Em casos de violência, a intervenção rápida é essencial. Assistentes sociais podem auxiliar as mulheres a encontrar abrigos, obter medidas protetivas ou mesmo auxiliá-las a reportar crimes às autoridades competentes, em articulação com o serviço Jurídico.

3. Educação e Prevenção:



um método cujo pressuposto é a construção do diálogo, através de ações coletivas e trocas de experiências vividas pelas mulheres. Implementando programas educacionais voltados para a garantia de direitos das mulheres com uma proposta educativa.



ASSISTÊNCIA SOCIAL

4. Rede de Apoio:



Muitas vezes, mulheres em situações de violência sentem-se isoladas e sem saída. Assistentes sociais podem conectar essas mulheres a redes de apoio, através de estratégias e articulação com os serviços intersetoriais.

5. Crianças Afetadas:



Em muitos casos de violência doméstica, crianças também são afetadas, seja direta ou indiretamente. O Serviço Social pode providenciar o suporte necessário para essas crianças, garantindo que elas também recebam cuidados, educação e proteção.

6. Advogando por Direitos:



Assistentes sociais muitas vezes atuam na garantia de direitos, possibilitando o acesso à informação, defesa intransigente da liberdade e dos direitos humanos, lutando por uma sociedade mais justa e igualitária.

Através do trabalho do Serviço Social, mulheres podem ser empoderadas a tomar decisões que beneficiem suas vidas, rompendo ciclos de dependência e abuso.





ASSISTÊNCIA SOCIAL

Por fim, é fundamental reconhecer a importância deste serviço na vida de muitas mulheres. O trabalho realizado pela equipe pode ser a diferença entre uma mulher permanecer em um ciclo de violência ou encontrar o caminho para uma vida livre de abusos. Esse papel, portanto, é crucial na construção de uma sociedade mais justa e igualitária.

2023

Como resultado da demanda crescente de programas de apoio social e bem-estar para mulheres. A assistência social foi um componente crítico deste projeto.

Até agora, foram

323
acolhimentos

Embora esses números demonstrem um avanço significativo em termos de alcance e intervenção, também mostram o enorme desafio que ainda enfrentamos.

A quantidade de casos registrados recentemente é especialmente notável e preocupante. Se levarmos em consideração este mês, onde **acolhemos 105 mulheres**. Fica evidente que este número indica que há uma demanda crescente por assistência social. Por um lado, esse aumento pode indicar um agravamento nas situações que interrompem a intervenção. Por outro lado, isso pode indicar que o Programa está ganhando popularidade e que mais mulheres estão buscando o apoio necessário e acreditando no sucesso do programa.



ASSISTÊNCIA SOCIAL

Podemos também evidenciar que neste mês as assistentes sociais participarão de 26 eventos, dentre eles:



- Workshops de Prevenção e Enfretamento a Violência Contra a Mulher
- Workshops nas Escolas



- Empoderadas Social
- Círculo de Empoderamento
- Inauguração de polos

Esses dados mostram claramente que nossa missão é ampla e contínua. O compromisso das Empoderadas é garantir que cada mulher saiba que existe uma rede de apoio disponível para ajudá-la e orientá-la. Por fim, o bem-estar e a dignidade de todas as mulheres são essenciais para a criação de uma sociedade mais igualitária e justa.



JURÍDICO

Onde o mesmo é fundamental para as mulheres, especialmente quando se trata de prevenção e combate à violência. Ter acesso a serviços legais adequados e especializados pode fazer uma diferença significativa na vida de mulheres que enfrentam situações de violência ou que buscam meios de prevenção contra possíveis violações. **Vamos abordar os principais pontos sobre a necessidade e a importância desse acolhimento:**

1. Defesa dos Direitos:



Ter acesso a um acolhimento jurídico garante que as mulheres conheçam seus direitos. Esse conhecimento é fundamental para que elas possam reivindicar proteção e justiça quando seus direitos estiverem ameaçados ou forem violados.

2. Medidas protetivas:



A lei prevê medidas protetivas para mulheres vítimas de violência e garante sua aplicação. O acolhimento jurídico especializado pode auxiliar na solicitação e obtenção destas medidas, que visam garantir a segurança e o bem-estar da vítima.

3. Responsabilização dos agressores:



A assistência jurídica é fundamental para garantir que os agressores sejam devidamente responsabilizados pelos seus atos, sejam eles de natureza física, sexual, moral, psicológica ou patrimonial.



JURÍDICO

4. Orientação e informação:



Muitas mulheres não denunciam a violência ou não buscam seus direitos simplesmente por falta de informação ou medo. Um acolhimento jurídico eficiente pode fornecer orientações claras sobre os passos a serem tomados, os direitos da vítima e os recursos disponíveis.

5. Aplicação de leis específicas:



São diversas as leis que tratam sobre a proteção das mulheres contra a violência. Um profissional do direito especializado pode guiar a vítima através destas leis, garantindo sua aplicação correta e eficaz.

6. Acesso à justiça:



Acesso à justiça: em muitas situações, a vítima enfrenta barreiras socioeconômicas que dificultam o acesso à justiça. A assistência jurídica gratuita promovida pelo Empoderadas é essencial para garantir que todas as mulheres, independentemente de sua condição financeira, possam buscar justiça.

7. Empoderamento:



Acesso à justiça: em muitas situações, a vítima enfrenta barreiras socioeconômicas que dificultam o acesso à justiça. A assistência jurídica gratuita promovida pelo Empoderadas é essencial para garantir que todas as mulheres, independentemente de sua condição financeira, possam buscar justiça.



JURÍDICO

O acolhimento jurídico tem se estabelecido como uma ferramenta primordial na reavaliação e enfrentamento da violência contra as mulheres. Mais do que apenas um meio de assegurar justiça, ele é um instrumento que capacita, informa e orienta, garantindo que as mulheres possam exercer seus direitos com autonomia e discernimento. Em uma estrutura que busca um acolhimento integral, este setor não opera isoladamente. A sinergia com profissionais de outras áreas, como psicólogos e assistentes sociais, é crucial para assegurar um suporte abrangente àquelas que enfrentam situações de violência. O papel dos advogados dentro deste cenário é incontestável.

2023

Sendo pilares desta iniciativa, eles têm respondido ao desafio com vigor e dedicação.

378
acolhimentos

Um número que, embora refletindo avanços na capacidade de intervenção e alcance do programa, também ressalta o colossal desafio que persiste.

Os dados recentes, em especial os referentes a esse mês com 82 **mulheres acolhidas**, evidenciam duas perspectivas. A primeira é a crescente necessidade de intervenção, uma indicação alarmante de situações que exigem ação imediata. A segunda, mais esperançosa, sugere que o programa está ganhando visibilidade e confiança, com mais mulheres reconhecendo a sua importância e buscando o suporte necessário. Essa dualidade sublinha a relevância do acolhimento jurídico, não apenas como resposta a situações críticas, mas como um pilar no empoderamento e proteção das mulheres, reafirmando seu papel crucial na luta contra a violência de gênero.



JURÍDICO

Podemos também evidenciar que nesse mês os advogados participarão de 30 eventos, dentre eles:



- Workshops de Prevenção e Enfretamento a Violência Contra a Mulher
- Workshops nas Escolas



- Empoderadas Social
- Assessoria Jurídica
- Inauguração de polos



ROTEIRO DE AULA

DESENVOLVIMENTO DO MÊS

PLANO DE AULA - ALINHAMENTO TÉCNICO DE AUTODEFESA DO PROGRAMA EMPODERADAS

Objetivo:

- Capacitar técnica e emocionalmente os Coordenadores(as) e Professoras de Autodefesa do Programa.
- Servir como modelo para as aulas ministradas nos diversos polos do Programa.
- Boas-vindas e apresentação do objetivo do treinamento. Aquecimento (10 minutos):
- Exercícios articulares de braços, pernas, pescoço e tronco;
- Exercícios aeróbicos e de força para preparação física;
- Flexibilidade.

Exercícios de Base (15 minutos):

- Em dupla, um de frente para o outro, em Base com os pés paralelos, cintura pélvica encaixada e musculatura abdominal contraída. Um com as mãos levemente nos ombros do parceiro de treino por dentro e o outro (agressor) com as mãos nos ombros por fora. O objetivo é esgrima de forma que as mãos fiquem por dentro, fazendo a conexão correta, o que impedirá o empurrão do agressor. Alternar a posição de agressor e agredido.
- Em dupla, um de frente para o outro, em Base com os pés paralelos, cintura pélvica encaixada e musculatura abdominal contraída. Os dois fazem uma pegada de mão cruzada, tentando deslocar o parceiro de treino. Alternar as mãos, exercitando os dois lados.
- Em dupla, um de costas para o outro, conectados apenas pelas costas, em Base com os pés paralelos, cintura pélvica encaixada e musculatura abdominal contraída, devem sentar-se e levantar ao comando do instrutor. Incentivar a dupla mais veloz e coesa durante a execução. O instrutor pode pedir trocas de parceiros durante o exercício, exigindo uma nova conexão com o novo parceiro de treino.
- Em quarteto, um de costas para o outro, conectados pelas costas com os braços entrelaçados, em Base com os pés paralelos, cintura pélvica encaixada e musculatura abdominal contraída, devem sentar-se e levantar ao comando do instrutor. Incentivar o quarteto mais veloz e coeso durante a execução. O instrutor pode pedir trocas de quartetos durante o exercício, exigindo uma nova conexão com os novos parceiros de treino.

Descanso e Hidratação (10 minutos)

Revisão dos Desvencilhamentos de Pegadas com Verbalização (40 minutos):



- Pegada de mão do mesmo lado; (Demonstração prática da técnica em dupla).
- Pegada de mão cruzada; (Demonstração prática da técnica em dupla).
- Pegada de mão dupla em um só braço; (Demonstração prática da técnica em dupla).
- Pegada de mãos, sendo uma em cada braço em baixo; (Demonstração prática da técnica em dupla).
- Pegada de mãos, sendo uma em cada braço no alto. (Demonstração prática da técnica em dupla).

Encerramento da Capacitação (3 minutos):

Recapitulação dos aprendizados e agradecimentos aos participantes.

Observações:

- É importante que as professoras sempre destaquem os princípios de segurança durante a execução dos exercícios e a necessidade de respeito mútuo entre as parceiras de treino.
- As professoras devem demonstrar cada técnica com clareza e fornecer feedback individualizado às participantes para auxiliar no aprimoramento das habilidades.
- As professoras devem incentivar o trabalho em equipe e a comunicação efetiva durante os exercícios em dupla, trio ou quarteto.

Após o encerramento das aulas, é essencial que as professoras reforcem alguns pontos importantes para o aprimoramento técnico das assistidas do Programa.

- Encoraje as assistidas a praticarem as técnicas ensinadas em suas aulas de autodefesa, regularmente. Elas devem ser conscientizadas que a consistência na prática é fundamental para o desenvolvimento das habilidades e aperfeiçoamento das técnicas aprendidas.
- Use a comunicação efetiva com as alunas durante as aulas. Uma comunicação clara e objetiva é essencial para a compreensão das técnicas e para garantir a segurança durante os exercícios.
- Cada aluna pode ter características físicas e emocionais diferentes, e é importante ajustar as abordagens de ensino conforme necessário.
- Enfatize a importância do respeito mútuo entre as alunas, bem como a necessidade de priorizar a segurança durante os treinos. Devemos ficar atentos a possíveis sinais de desconforto ou lesões durante as aulas, tomando as medidas adequadas para garantir a segurança de todas as alunas; nunca é demais reiterar esse tema.
- Devemos buscar incessantemente o aprimoramento técnico e a atualização das práticas de autodefesa. A participação em workshops, seminários e cursos



especializados é uma forma de se manter atualizada e oferecer um ensino cada vez mais qualificado.

Observações Fundamentais:

1. As professoras devem estar cientes da responsabilidade que têm ao ensinar autodefesa e respeitar os limites de cada aluna.
2. As professoras devem compartilhar experiências e trocar conhecimentos para o benefício de todas.
3. As professoras devem estimular o feedback construtivo entre as alunas para promover uma relação de confiança e aprendizado mútuo.
4. As professoras devem reiterar a importância de praticar técnicas de aquecimento adequadas antes de cada aula, reforçando que os limites individuais devem ser respeitados, visando a prevenção de lesões. Mente eufórica e corpo debilitado não combinam e sempre nos trazem problemas.
5. As professoras devem buscar atividades motivacionais e lúdicas durante as aulas para tornar o aprendizado mais divertido e estimulante.
6. Com o engajamento e dedicação das professoras, o Programa Emponderadas poderá proporcionar um ambiente seguro e capacitado para suas alunas, promovendo o empoderamento e a autodefesa de mulheres em todas as esferas da vida.



ROTEIRO DE AULA

MÊS DE MAIO – FOTOS









Aulas de prevenção a violência
contra Mulher 🇧🇷



















AGENDA DE MAIO

No mês de maio tivemos um alcance nas ações de mais de 5400 mulheres, onde realizamos mais de 60 ações.

Podemos destacar as ações mais importantes de maio:

Ações	Data	Local
Workshop Prevenção e Enfretamento a Violência Contra a Mulher	04/05/23	Urucânia
Ação Roda de Conversa	04/05/23	Grajaú
Ação Workshop na Escola	08/05/23	Nilópolis
Ação Workshop na Escola	10/05/23	Nilópolis
Ação Roda de Conversa	12/05/23	Nilópolis
Ação Workshop na Escola	16/05/23	Nilópolis
Workshop Prevenção e Enfretamento a Violência Contra a Mulher	17/05/23	São José do Ubá
Inauguração de Polo	18/05/23	Miracema
Ação Workshop nas Escolas	18/05/23	Nova Iguaçu
Workshop Prevenção e Enfretamento a Violência Contra a Mulher	19/05/23	Armação dos Búzios
Ação Workshop na Escola	23/05/23	Nova Iguaçu
Workshop Prevenção e Enfretamento a Violência Contra a Mulher	23/05/23	Campo Grande
Inauguração de Polo	24/05/23	Bom Jardim
Ação Workshop na Escola	25/05/23	Duque de Caxias
Inauguração de Polo	29/05/23	Valença
Ação Workshop na Escola	31/05/23	Cascadura

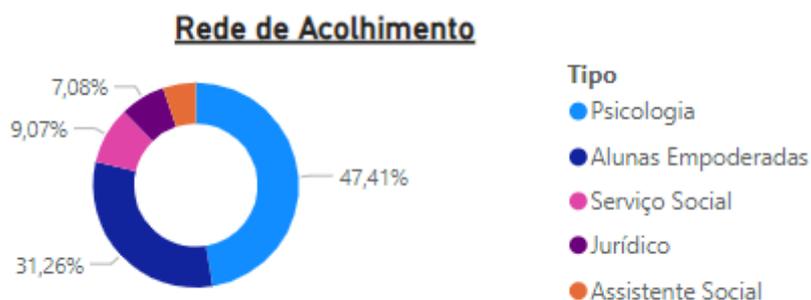


ENGAJAMENTO EM MAIO

- **Crescimento Notável em Maio:** Destacou-se um aumento expressivo nas inscrições de alunas, especialmente no Rio de Janeiro, com a implementação de ações e workshops nos polos, colocando o município em destaque em maio.



- **Programa Empoderadas:** O crescimento é resultado do impacto contínuo do programa Empoderadas, que tem transformado vidas ao longo do tempo.
- **Equipe Dedicada:** O avanço exponencial é creditado à equipe dedicada de professores no estado do Rio de Janeiro, cujo compromisso vai além das salas de aula, estabelecendo uma robusta rede de suporte educacional.
- **Combate à Violência de Gênero:** A equipe desempenha um papel fundamental na luta contra a violência de gênero, garantindo um espaço seguro e empoderador para as mulheres.
- **Colaboração Multidisciplinar:** O sucesso não é apenas atribuído aos professores, mas também ao incansável trabalho da equipe jurídica, psicológica e social, que se destaca, acolhendo mais de 730 mulheres na área de psicologia em maio.





- **Eventos e Comunidade:** Mais de 60 eventos foram realizados, não apenas como oportunidades de aprendizado, mas como espaços para a construção de comunidade e o fornecimento de ferramentas vitais para o empoderamento pessoal e profissional das mulheres.

Eventos de Empoderamento



- **Transformação de Realidades:** Ao refletir sobre a trajetória do programa, destaca-se o poder da coletividade e dedicação na transformação de realidades.
- **Missão de Empoderamento:** A missão é criar uma onda de mudança, onde cada mulher empoderada seja o reflexo de um mundo mais justo, igualitário e repleto de oportunidades.
- **Confiança no Caminho Escolhido:** Considerando as conquistas alcançadas e o potencial futuro, a organização expressa confiança em estar no caminho certo.