

LIVRE

PROJETO SOCIAL EM PROL DA SAÚDE FEMININA

COMO NASCEU O PROJETO LIVRE

A ideia do Livre surgiu durante um projeto de voluntariado realizado em junho de 2021 pelas 4 fundadoras. O Projeto de voluntariado consistia na dinamização de centros de estudos de crianças e centros de dia de idosos. Durante esse tempo houve um contacto muito próximo com a comunidade local, tendo sido possível entender de que forma alguns temas e problemáticas ainda estão presentes.

Os assuntos da saúde feminina continuam a ser tabu, o que vulnerabiliza as mulheres que não têm meios para garantir a higiene, saúde e segurança respeitantes à sua saúde íntima.

Nesse sentido, a higiene e o cuidado feminino ainda é visto com algum estigma, vulnerabilizando a posição da mulher e comprometendo até o seu bem estar. Paralelamente a questão financeira é também um entrave. O elevado custo de bens de higiene feminina, tendo em conta as capacidades financeiras médias, faz com que esta questão tenda a ser relegada para segundo plano.

Por isso mesmo, acreditamos que este projeto será importante ao permitir acesso a bens de saúde íntima às mulheres com necessidades económicas e sociais para que sejam livres e independentes. Tudo isto atuando numa ótica com preocupações económicas e sustentáveis.



PROJETO LIVRE

O Projeto Livre realiza a distribuição de *Kits de Pensos Reutilizáveis* e *Kits de Preservativos*.

O Kit de Pensos Reutilizáveis foi desenvolvido adequadamente para conseguir auxiliar a mulher durante todo período menstrual. Cada Kit é composto de uma Bolsa Impermeável com uma aba separatória para armanejamento dos pensos usados e pensos limpos. Para mais, cada Kit contém 6 Pensos Reutilizáveis; sendo 2 Pensos Diários; 2 Pensos Normais e 2 Pensos Intensos (Noturnos). Todos os Kits são distribuídos com um informativo de como higienizar o penso. O custo do Penso Reutilizável varia entre 4,50€/6€; cada Kit posso um custo estimado de 30€.

O *Kit de Preservativo* contém 5 preservativos, de diferentes marcas, em um envelope branco; como forma de mitigar o efeito 'tabu'. O Kit de Preservativos tem um custo estimado de 0,50€.

NOSSOS OBJETIVOS

O principal objetivo do Projeto Livre é contribuir para a diminuição da pobreza menstrual na sociedade de Santo Antão e, simultaneamente, ter um papel ativo no desenvolvimento de iniciativas que promovam a educação sexual. Atualmente, estamos com outras propostas de extensão do Projeto à Ilha de São Vicente, onde futuramente vamos começar a atuar.

Dessa forma, o Projeto Livre pretende realizar a doação de kits de pensos reutilizáveis e preservativos à comunidade, principalmente à sociedade vulnerabilizada. Para mais, realizamos a distribuição de preservativos masculinos tendo em vista a diminuição da elevada taxa de gravidez precoce na Ilha. Para além da distribuição dos pensos e dos preservativos, realizamos sessões de educação menstrual e sexual como forma de trazer forte empoderamento à mulher. Atualmente, atuamos na Ilha de Santo Antão

Nesse sentido, o Projeto dinamiza sessões de educação menstrual às mulheres que os recebem por meio de voluntários e educadores capacitados. Durante as sessões são transmitidos conhecimentos básicos sobre a menstruação de forma a que as mulheres estejam informadas e familiarizadas com um tema tão normal e importante na vida de todas elas. Para além do foco na educação menstrual, são também transmitidos conhecimentos sobre cuidados de higiene íntima e quais os cuidados de limpeza necessários dos pensos higiénicos reutilizáveis.

Paralelamente são dinamizadas campanhas de distribuição de preservativos que incluem sessões de informação sobre educação sexual de forma a sensibilizar a comunidade para a necessidade de utilização de métodos contraceptivos de forma a diminuir a gravidez precoce. Diante da considerável taxa de gravidez precoce na Ilha, as sessões têm sido realizadas tanto para homens como para mulheres; separadamente. Através de educadores sexuais oferecemos um ambiente confortável para o esclarecimento de dúvidas; e o ensino fundamental sobre a utilização adequada do preservativo.



EM PARCERIA COM A OMCV

O Projeto Livre possui uma parceria com a Organização das Mulheres de Cabo Verde que auxilia diretamente no monitoramento das principais mulheres em condições vulneráveis tanto na Ilha de Santo Antão, como na Ilha de São Vicente., em especial em zonas rurais e semi rurais. A OMCV é uma ONG de utilidade pública, fundada em 27 de Março de 1981, e possui como foco central a promoção feminina, a pequena infância, o empoderamento das mulheres e famílias, a igualdade de gênero.

Em parceria com o Projeto Livre, a OMCV auxilia na distribuição dos pensos e dos preservativos através do contacto direto com instituições e responsáveis de entidades governamentais. Além disso, a OMCV constituiu recentemente um grupo de mulheres para a produção dos pensos reutilizáveis. O trabalho realizado pelas mulheres constitui um dos principais meios de ganho; e, por essa razão, o Projeto Livre apoiará a produção local em Cabo Verde de forma a auxiliar diretamente essas mulheres.

Os pensos reutilizáveis têm um custo de produção de 4,50€. Em sequência, oferecemos a Bolsa Impermeável cuja produção seria de 9.95€ x 2 metros; e o pano seria de 8.95/9.90€ (também poderá ser feito com capulanas africanas) x 2 metros. (Preço estimativo de cada Kit de 30€).

INICIATIVAS DESENVOLVIDAS E OBJETIVOS FUTUROS

De uma forma geral, no segundo semestre de 2021, as iniciativas desenvolvidas pelo Livre foram:

- Realização de uma campanha de angariação de fundos, entre os meses de julho e agosto de 2021, na qual foram arrecadados cerca de 3.700€;
- Realização de várias parcerias com empresas e particulares de forma a divulgar o projeto e angariar doações de bens para distribuição;
- Com parte do valor angariado foi possível comprar cerca de 1.080 pensos reutilizáveis e 1.300 preservativos, que foram enviados para Santo Antão em Setembro de 2021, conjuntamente com cerca de 25 kits de pensos e xxx preservativos que resultaram de diversas doações e parcerias feitas ao Projeto;
- Realização de campanhas de entrega dos pensos reutilizáveis a meninas e mulheres em Santo Antão, nas quais são feitas sessões de educação sexual e menstrual;
- Realização de campanhas de distribuição de preservativos;
- Realização de uma campanha de angariação de fundos no Brasil, entre os meses de Setembro de 2021 a Fevereiro de 2022, na qual foram arrecadados cerca de R\$ 3.878,16, cujo valor será utilizado para uma nova compra de pensos reutilizáveis;
- Em Abril de 2022 estivemos presentes no Festival de Tunas da Desconcertuna, com a qual fizemos uma parceria para que nos fosse possível fazer uma campanha de angariação com o objetivo de conseguirmos 200€ que nos permitirão comprar cerca de 7 kits de pensos. Angariamos 112€ revertidos a apoio a OMCV.

Em 2023, continuamos os nossos esforços para angariar parcerias e divulgar o nosso projeto. Durante o primeiro trimestre de 2022, fizemos uma nova compra de 100 pensos e 850 preservativos e ainda fechamos várias parcerias que nos permitiram receber doações de bens para juntar ao material que compramos. Em 2023, pretendemos enviar mais de 200 Kits para Santo Antão, além da produção de 500 pensos em São Vicente. Por fim, enviaremos 12 Caixas de 144 preservativos.

COMO APOIAR

O apoio ao Projeto Livre permite que as iniciativas por nós dinamizadas e as doações de pensos e preservativos cheguem a um maior número de pessoas e assim tenha um impacto ainda mais positivo.

Este apoio pode ser feito de variadas formas, entre as quais:

- Contribuir para a angariação de fundos a decorrer até Janeiro de 2023;
- Fazer donativos de preservativos e pensos reutilizáveis;
- Seguir e partilhar as redes sociais do Projeto Livre;
- Ser nosso parceiro;
- Fale connosco.

FALE CONNOSCO

Caso tenha interesse em apoiar o Projeto, seja por meio de parcerias, ou por doações físicas, entre em contacto connosco. Para mais, também estamos abertas para contacto no caso de dúvidas e sugestões. Agradecemos todo tipo de auxílio.

Para entrar em contacto connosco:

Email: livresantoantao@gmail.com ou analasmotta@gmail.com

Instagram: @livre.santoantao

Facebook: /livresantoantao

Linkedin: projetolivresantoantao