SAQUAREMA
PREFEITURA

SUSTENTAÍ

ão - Agosto de 2025 * Quinta edição - Agosto de 2025 * Quint o - Ag

Essa newsletter contém imagens interativas.
Ao ver a "mãozinha" ao lado da imagem, basta tocar nela
e você sera direcionado a um link sobre o tema.

AGOSTO LILÁS

O SILÊNCIO NÃO É MAIS UMA OPÇÃO

QUANDO A VIOLÊNCIA APARECER, DENUNCIE
ASTA!
LO FIM DA VIOLÊNCIA
CONTRA A MULHER

Agosto chegou e, com ele, uma causa que precisa ecoar em todas as ruas, praças e lares: o enfrentamento à violência contra a mulher. Em Saquarema, não nos calamos. Damos voz, damos vez, damos suporte. Essa edição da SustentAí é dedicada à força das mulheres e ao compromisso do município com a ODS 5 – Igualdade de Gênero.

Vamos juntas reconstruir histórias, romper ciclos e plantar sementes de uma nova cultura. Porque aqui, cuidar de quem cuida é prioridade.

ESSA TAL

SUSTENTABILIDADE

Não existe justiça climática, educacional ou econômica sem justiça de gênero.

Quando falamos de violência contra a mulher, não estamos falando só de um tipo de agressão. Estamos falando de uma estrutura. Porque as violências se entrelaçam, e, quando se é mulher, esse impacto é sempre mais profundo.

Mudanças climáticas?

Mulheres são as primeiras a perder suas casas, sua renda e sua saúde.

Educação?

Meninas abandonam a escola mais cedo, especialmente quando há pobreza, abuso ou sobrecarga de cuidado.

Trabalho?

Elas ganham menos, têm menos acesso a cargos de liderança e enfrentam dupla, tripla jornada.

Saúde?

Suas dores são ignoradas, seus corpos, julgados, suas necessidades, negligenciadas.

Interseccionalidade?

Mulheres negras, indígenas, trans, lésbicas e com deficiência acumulam camadas de vulnerabilidade que o sistema insiste em silenciar.

E por isso, sim, precisamos de políticas específicas.
Precisamos de leis só para elas.
De secretarias que as enxerguem.

De gestões que reconheçam que mulheres não são “pauta transversal” — são urgência estrutural.

Porque quando olhamos para cada um dos 17 ODS, é impossível não ver que, por trás de cada desigualdade, existe uma mulher sendo atingida primeiro — e se levantando depois, quase sempre sozinha.
Agosto Lilás é sobre violência, mas também é sobre coragem, justiça e reconstrução.
E se é pra transformar o mundo, que seja com elas no centro da decisão.

#aquitemODS

ODS 5
Igualdade de Gênero

Enfrentar a violência contra a mulher exige coragem, estrutura e compromisso. Em Saquarema, a rede de proteção se fortalece a cada ação integrada. Conheça os pilares que sustentam essa transformação:

CRAM – Centro de Referência de Atendimento à Mulher
É aqui que muitas histórias começam a mudar. Atendimento psicológico, jurídico e social em um só lugar, com escuta qualificada e acolhimento respeitoso.

Patrulha Maria da Penha
Monitoramento ativo de mulheres com medida protetiva. A patrulha atua com sensibilidade e firmeza, garantindo que a lei esteja de fato ao lado de quem precisa.

Projeto Violeta
Mais do que acolhimento, é ação imediata. Parceria entre o Tribunal de Justiça e a Prefeitura para oferecer atendimento rápido e especializado a mulheres em situação de violência, dentro do Fórum de Saquarema.

SerH
Atendimentos individuais e coletivos para homens que cometeram violência doméstica, promovendo reflexão, responsabilização e mudança de comportamento. Uma ação que ajuda a romper o ciclo da violência e a proteger mais mulheres.

Clique aqui e saiba mais.

Aluguel Social Emergencial (em parceria com a Secretaria de Desenvolvimento Social)
Quando sair de casa é questão de sobrevivência, o município entra em cena. O aluguel social garante até 2 anos de moradia para mulheres em risco iminente, oferecendo tempo e suporte para recomeçar longe da violência.

Saúde que Escuta e Protege
Em parceria com a Secretaria de Saúde, foi iniciado um trabalho de levantamento de dados e qualificação do primeiro atendimento às mulheres violentadas. Identificar, acolher e encaminhar com agilidade é salvar vidas desde o primeiro olhar.

ODS 5 na prática é isso: proteger, empoderar e garantir que nenhuma mulher fique sozinha. Em Saquarema, essa luta é de todas e todos nós.

TÁ, MAS...

E EU COM ISSO?

Precisa de ajuda? Faça assim...

Tá em dúvida? **Peça ajuda.**

Tá em risco? **Não espere.**

Sentiu medo, ameaça ou controle excessivo?
Te chamam de “*louca*” quando tenta se defender?
Sabe de alguém que parou de sorrir, se afastou ou vive “*pisando em ovos*” dentro de casa?

Isso pode ser violência.

Denúncia Anônima

Disque 180
(Central de Atendimento à Mulher)

EMERGÊNCIA

Ligue 190
(Polícia Militar)

PEÇA AJUDA

22 99621-6147
Secretaria da Mulher (CRAM – Centro de Referência de Atendimento à Mulher) de 9h às 17h

Guarda Maria da Penha

22 99619-7917
Monitoramento de medidas protetivas, apoio emergencial e orientação de segurança 24h.

Clínica da Mulher

07h às 17h
Clínica municipal especializada em atenção integral à saúde da mulher.
Rua Estudante Elcira Oliveira Coutinho, SN –

E LEMBRE-SE:

Você não precisa ter certeza para pedir ajuda — ***basta sentir que algo está errado***. Se não for com você, mas com alguém próximo, ofereça apoio sem julgamento. ***Acolher é um ato de resistência.***

// AGOSTO LILÁS

Em 2025, o Agosto Lilás em Saquarema foi um mês inteiro de mobilização, informação e afeto. Entre ruas, praças, pedaladas e rodas de conversa, a cidade se vestiu de lilás para lembrar que a violência contra a mulher não pode ser normalizada, e que existe rede de apoio para cada vítima.

07/08 – 19 anos da Lei Maria da Penha

Celebração e conscientização sobre uma das leis mais importantes no enfrentamento à violência doméstica. Mesa de conversa com os estudantes de Direito da Universidade Estácio de Sá, com a presença da Marcia, Secretária da Mulher, Manoela, Secretária de Governança e Sustentabilidade, Dr Andrew, Juiz da Comarca de Saquarema e Alor Junior, Psicólogo da Secretaria da Mulher.

13/08 – Fórum Municipal de Enfrentamento à Violência Doméstica (Centro de Eventos)

Debate com especialistas, gestores e sociedade civil sobre avanços e desafios no combate à violência.

15 a 17/08 – Feira Lilás – Garimpo Delas

Espaço de empreendedorismo feminino, economia criativa e fortalecimento da autonomia financeira das mulheres.

CONTRANSIN
Dê passagem ao
respeito!

20/08 – Pedágio Educativo no Centro de Bacaxá

Distribuição de materiais informativos e diálogo direto com a população sobre a rede de apoio à mulher.

24/08 – Pedalada Agosto Lilás

Passeio ciclístico pela cidade, unindo esporte, mobilização e a cor da luta.

FRASES QUE PARECEM COMUNS, MAS QUE SÃO VIOLÊNCIA

A violência contra a mulher nem sempre deixa marcas visíveis. Muitas vezes, ela se esconde nas palavras, nos gestos, nas ameaças disfarçadas de cuidado. Reconhecer os tipos de violência é o primeiro passo para romper o ciclo.

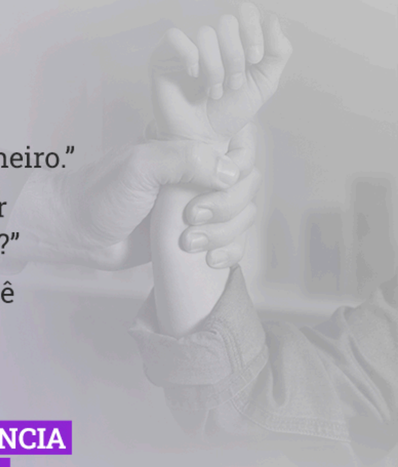
VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA

- “Se eu não puder confiar em você, é melhor você nem sair de casa.”
- “Você está exagerando, ninguém vai acreditar em você.”
- “Sem mim, você não é nada.”

VIOLÊNCIA MORAL

- “Ela nem sabe quem é o pai da criança.”
- “Vive se fazendo de vítima pra se promover.”
- “Essa aí tem fama na cidade toda.”

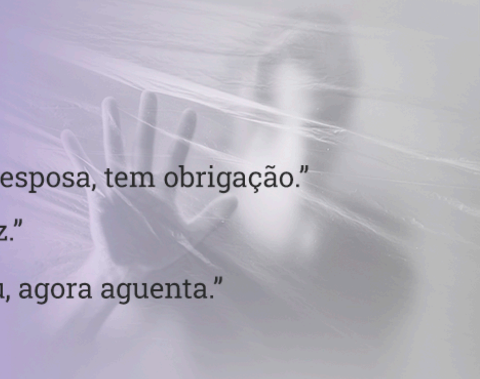
VIOLÊNCIA PATRIMONIAL



- “Não precisa ter conta no banco, eu cuido do dinheiro.”
- “Peguei seu celular pra ver com quem você fala, e daí?”
- “Se separar? Tudo que você tem tá no meu nome.”

VIOLÊNCIA FÍSICA

- “Foi só um empurrão, você também me tira do sério.”
- “Se não fosse você me irritar, isso não teria acontecido.”
- “Vai chorar? Nem foi forte.”



VIOLÊNCIA SEXUAL

- “Você é minha esposa, tem obrigação.”
- “Se me ama, faz.”
- “Você provocou, agora aguenta.”

Se você já ouviu ou viveu algo parecido, saiba: você não está sozinha. Em Saquarema, existe uma rede pronta para te acolher e te proteger. Não é drama. É violência. E precisa parar.

PRÓXIMA

FASE

Clique no texto para abrir o site

EV.Gov – Educação em Direitos Humanos: aprenda a identificar e prevenir a violência contra mulheres e meninas. Um escudo de conhecimento para proteger vidas!

Clique no texto para abrir o site

SEST SENAT – Combate à Violência Doméstica: descubra os tipos de violência, sinais de alerta e caminhos de apoio. **Um power-up de percepção e acolhimento!**

Clique no texto para abrir o site

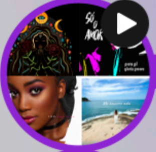
ESMP/SP – Rede de Proteção: entenda como funciona a rede de apoio e os serviços disponíveis. **O mapa da missão** contra a violência!

SUSTENTABILIDADE É

pop

Ao clicar nos links, você vai encontrar podcasts, nossa playlist incrível, além de perfis que vão te surpreender com cada conteúdo sensacional.

PODCAST



PLAYLIST

SEC MULHER

MARIA DA PENHA

MIN. DAS MULHERES

GENTE QUE CONSTRÓI

A linha de frente contra a violência doméstica tem rosto, tem força e está aqui.

MARCIA AZEREDO

MARIA EDUARDA MOSQUEIRA

FERNANDA DA SILVA

JOYCE RIBEIRO

LARISSA GERALDA DE LIMA

EDINEA DA SILVA

ROGERIO LESSA

MARLON PINTO

ALAOR DE SOUZA JUNIOR

MAIZA DOS SANTOS

MARIA DE LOURDES NAZARE

JESSICA ALMEIDA

CATARINA RODRIGUES

MARIO DIAS PEREIRA

ELISA PINHEIRO

SUELI FERREIRA

ANDREZA DOS SANTOS

SANDRA REGINA ROCHA

TATIANA NASCIMENTO

RUTHE HELENA BARBOSA

ROBERTA NAZARETH DOS SANTOS

RENATA MATOS

REGINA XAVIER VIDAL

PALOMA MENDES

NEUSA MARIA DA SILVA

JOSE MEIRELES

MONICA DAS DORES

PEDRO HENRIQUE PERES

JULIANA ALBINO

JULIANA DE ASSIS

ISABELA CRISTINA BARROS

GILCELENE BRAGA

GEORGIA VOLTAN

JAMILY MOREIRA

JAQUELINE CUSTODIO

JOÃO VICTOR SOUZA

FERNANDA ANGELICA

FRANCINE SANCHES

ROSIANE CERQUEIRA

EVELYN HILLARY ALMEIDA

ESTEFANIA PEIXOTO

FERNANDA SOARES

DIOGO LEITE POLYCARPO

DANIELA DOS SANTOS

ANDREA SIMÕES

ANA CLAUDIA DOS SANTOS

ANA GEORGEA OLEGARIO

BRUNO DA SILVEIRA

CKETHERIN CARLA OLIVEIRA

a palavra é sua

Quer ver sua sugestão na Sustent*Aí*? Mande sua contribuição ***clicando aqui***! As escolhidas aparecerão por aqui em futuras edições!

Clique aqui e fique sempre por dentro dos conteúdos da nossa newsletter.