



SERES (con) viver com o VIH

Apoio Técnico e Financeiro às

Organizações Não Governamentais de Mulheres

7 março 2024

## SERESiliente

### CARACTERIZAÇÃO DO PROJETO

O SERESiliente é um programa híbrido de partilha de conhecimentos através de:

1. Apoio entre pares (de e para mulheres que vivem com o VIH), apoio individual e de grupo
2. Conversas na Positiva (vídeos e podcasts com profissionais de saúde, uma iniciativa nacional de prevenção e educação/informação sobre VIH com mulheres e para o público em geral mas sempre com enfoque na mulher), publicados nas nossas redes sociais e
3. Um estudo longitudinal sobre Qualidade de Vida (QdV) e Resiliência

O principal objetivo é quebrar o isolamento e reduzir ou eliminar a ansiedade, a depressão e outros problemas mentais, bem como reter e manter o tratamento com o objetivo principal de aumentar a QdV e a resiliência das mulheres que vivem com VIH



SERES (con) viver com o VIH

Apoio Técnico e Financeiro às

Organizações Não Governamentais de Mulheres

7 março 2024

## SERESiliente

DESCREVA O CARÁTER INOVADOR DO PROJETO, ASPETOS A DESTACAR, CONTINUIDADE,...

Este projeto surge em março de 2020, com carácter inovador de apoio individual e grupal online com o nosso grupo apenas. Devido à necessidade sentida, passámos a receber mulheres encaminhadas pelos hospitais e por iniciativa própria.

Os nossos vídeos surgem também no início de 2020, no contexto da pandemia, com gravações de vídeo exclusivamente no nosso grupo com uma médica para esclarecer dúvidas relativas quer ao VIH quer ao Covid. Devido à necessidade sentida passámos a divulgar externamente nos meios sociais. As nossas 23 Conversas já alcançaram 743.998 mil pessoas.

Os nossos projetos são sempre acompanhados de estudos longitudinais que nos permitem dizer que 100% das mulheres que acompanhamos se encontram indetetáveis (portanto não transmitem o VIH), 100% conhecem o significado de Indetetável igual a Intransmissível, 75% transmitem o conhecimento nas suas comunidades.



SERES (con) viver com o VIH

Apoio Técnico e Financeiro às

Organizações Não Governamentais de Mulheres

7 março 2024

## SERESiliente

COLOQUE AQUI AS PRINCIPAIS AÇÕES PREVISTAS E CRONOGRAMA  
cronograma: 1 ano

Atividade 1: 5 vídeos e 5 podcasts de Conversas na Positiva, a realizar durante 1 ano,

Atividade 2: 40 notícias sobre informações de fontes credíveis e atuais relacionadas com o VIH e as mulheres, Covid-19 publicadas nas redes sociais

Atividade 3 :75 reuniões/sessões inter-regionais semanais online/virtuais.

Atividade 4: 6 encontros presenciais no exterior.

Atividade 5: 500 h de apoio individual, com o objetivo de iniciar e manter a terapia, apoio emocional na doença, luto, etc. as mulheres estão sobrecarregadas com mais desafios e maior vulnerabilidade e o nosso apoio entre pares é essencial para ultrapassar os desafios da vida e da doença.

Atividade 6 – estudo longitudinal



SERES (con) viver com o VIH

## SERESiliente

COLOQUE AQUI A EQUIPA ASSOCIADA AO PROJETO E PARCERIAS

Equipa:

Isabel Nunes – directora executiva, produção

Raquel Freire – realizadora de vídeos e podcasts

Judite Corte-Real – facilitadora e assistente de produção

Cláudia Marques – directora financeira

Vasco Alves – TOC e Paulo Santos contabilista.

Parcerias informais:

Médicas e enfermeiras dos Hospital São José, Hospital Curry Cabral, HUC, Hospital de Cascais, Hospital de São João, Hospital Fundão

A Seres é membra da IAS (International AIDS Society), EACS (European AIDS Clinical Society), ICW (International Community of Women Living with HIV/AIDS)





SERES (con) viver com o VIH

## SERESiliente

### DESCREVA OS PRINCIPAIS RESULTADOS ESPERADOS

- 100% membras em tratamento, 100% indetetáveis e portanto não transmitem o VIH. 100% conhecem Indetetável igual a Intransmissível. 75% divulgam os conhecimentos adquiridos nas suas comunidades. Verificado pelo estudo longitudinal
- 100.000 pessoas alcançadas com os nossos 5 vídeos e respetivos podcasts (verificado pelas estatísticas)
- 75% das membras com boa saúde mental (baixos índices de ansiedade, depressão, ataques de pânico). Verificado com o estudo longitudinal.
- um estudo longitudinal
- criação de novos laços de amizade. Na Seres as amigadas, mesmo de regiões diferentes, perduram ao longo do tempo