

“A nossa missão em mais de 70% contra a violência no namoro

*Cátia Silva, é a presidente da Associação
de crimes de violência doméstica, p*

POR ANA CATARINA ROSA

A violência doméstica é um dos crimes que continua a aumentar em pleno século XXI. O flagelo desta realidade faz com que, dia após dia, sejam reportadas notícias, não apenas do aumento de casos, mas de tragédias que culminam em muitos casos na morte de muitas vítimas.

Procurar o apoio em uma associação, é por vezes a solução encontrada e, é aqui que entra a Associação Supera_te. Criada a 26 de Setembro de 2022, por Cátia Silva, Presidente Executiva e uma sobrevivente desta realidade, a mesma detém como missão humanizar e promover o fim da violência doméstica, independentemente do género.

O Diário dos Açores esteve à conversa com a Cátia para conhecer melhor a Associação Supera_te e perceber que mensagem a mesma poderá transmitir às mulheres, jovens e até mesmo homens que vivem assolados pela realidade da violência doméstica.

Fale-nos um pouco sobre si ?

Chamo-me Cátia Sofia Silva, tenho 41 anos e sou empresária desde os 15 anos.

Sou mãe da Letícia com 19 anos, do Paulo com 17 anos e do Diogo de 13 e realizei com eles o meu maior sonho. Gostaria de ter sido mãe de um 4º filho e apesar das minhas 10 gravidezes, não consegui concretizar totalmente o meu sonho, mas eles os três, foram a prova de que nunca devemos desistir dos nossos sonhos por mais obstáculos que tenhamos. Um problema de saúde fez-me ter vários abortos espontâneos, mas deu-me a honra de ser mãe destes 3 incríveis seres humanos.

Sempre fui uma menina alegre, resiliente e astuta. Em adulta, mantive estas características e desenvolvi a coragem, a lealdade e a fé inabalável em construir uma vida extraordinária.

Profissionalmente estive ligada à área de estudos de mercado e *marketing* durante 20 anos. Desenvolvi em paralelo a minha área de formação, a nutrição, juntamente com o *coaching*, apoiando e orientando mulheres, especialmente mulheres vulneráveis na área de bem-estar e emagrecimento.

Estudei nos últimos 16 anos o comportamento humano, neurociência, neuroestratégia e relacionamentos e já perdi o número de cursos, certificações, palestras que fiz.

Em 2022 certifiquei-me como formadora e técnica de apoio à vítima.

Sou apaixonada por estudar, ler e viajar.

Conheço muitos países, mas nada como a minha ilha mágica de São Miguel. Tenho o sonho de receber a chaves da cidade de São Miguel (risos).

Sou a voz do *Gps do Amor*, da Rádio Atlântida.

Tive desde sempre, a missão de contribuir positivamente para o bem-estar da comunidade.



O que contribuiu para que a Cátia criasse esta associação sem fins lucrativos, não só a nível nacional, como também a de abrir uma filial em Rabo de Peixe?

Aos 18 anos, casei com aquele que viria a ser comigo, o protagonista de uma relação abusiva. Onde vivi durante sete anos em dinâmicas abusivas pautadas de muitas agressões físicas, emocionais, psíquicas, sexuais e financeira.

Após 16 anos de fugir deste relacionamento, encontrava-me, como todos vós em plena pandemia e com autorização dos meus filhos e apoiada pela turma de *coaching* e desenvolvimento humano, do Instituto *Viver com Propósito* comprometi-me a escrever o meu primeiro livro, o “*Sai da casa em que te deitas*”, que saiu em Março de 2021 e onde partilhei grande parte do ciclo de violência doméstica em que vivi.

Quando o livro saiu, fui convidada a colaborar numa reportagem exclusiva na TVI e vieram mais programas de televisão, congressos e entrevistas, abrindo assim, portas à procura de ajuda de muitas vítimas.

Com o apoio de um amigo da adolescência, Bruno Lavrador, criou-se a comunidade *Mulheres Fora da Caixa*. No entanto, dada a procura de muitos homens vítimas de violência doméstica, entendemos que não poderíamos trabalhar apenas com um

lado desta problemática, mas sim num todo para gerar equilíbrio e equidade.

Abrimos em 26 de Setembro de 2022 a Associação *Supera_te* com a missão de Humanizar contra a violência doméstica e promover assim, a equidade para todos e o fim da violência doméstica, independentemente do género. Mas, nunca esquecendo que as mulheres são, em larga escala, as que mais sofrem de abusos físicos, psíquicos e emocionais. Atentando contra a dignidade humana de cada um de nós.

Outros amigos, colegas de escola e profissionais foram-se juntando e apoiando a criar a *Supera_te* e a desenvolver a nossa missão.

A nossa chegada a São Miguel foi simples, pois foi aqui que encontrei refúgio para superar muitos aspectos que a violência doméstica tinha trazido à minha vida e que abriu espaço para eu profissionalizar-me e ajudar outras vítimas deste flagelo.

Todos os meses trazia grupos de pessoas mais fragilizadas emocionalmente para viver uma experiência única e inesquecível, voltando para o Continente com novas feridas e quebra de crenças em relação aos relacionamentos interpessoais e/ou intimidade completamente diferente daqueles que tinham antes de embarcar para esta experiência em São Miguel.

Com a minha paixão a esta ilha e como o Bruno também estava rendido, tornou-

se simples a escolha com toda a equipa de começarmos por cá e devolver à ilha a minha gratidão, desenvolvendo aqui o projecto pioneiro.

Observamos o mercado desta área, desenvolvemos uma trajectória e com o público-alvo bem definido, os jovens, demos o pontapé de arranque.

Foi Rabo de Peixe que nos impulsionou para o resto do país. Agradecendo a confiança que o Senhor Presidente, Jaime Vieira e todo o apoio e carinho com que somos, desde o primeiro dia, recebidos pela sua equipa da junta de freguesia. E a Escola Profissional da Ribeira Grande que nos abriu as portas para implementar a primeira parte do projecto.

Tivemos um resultado surpreendente e jamais, abriremos mão de continuar a servir esta comunidade.

A nossa missão em mais de 70% é formar e capacitar os jovens contra a violência no namoro e doméstica (no seio familiar). Assim, como apoiar e orientar para a compreensão de um relacionamento saudável, o conhecimento de si mesmo e para a sua responsabilidade social.

Quais são os principais objectivos da Associação Supera_te?

Os objectivos da *Supera_te* são simples. Trabalhar arduamente na prevenção e chegar ao maior número de alunos possível de todo o país e ilhas.

Apoiar as vítimas de forma humanizada e personalizada. Não somos um atendimento de apoio à vítima, pois não foi de todo, e desde sempre, a nossa intenção duplicar aquilo que já é feito, e em grande parte, bem feito.

Mas sim criar sinergias para que todos façamos o nosso papel com um único propósito, ajudar a vítima a construir uma vida extraordinária como bem merece.

Há mais de 30 anos atrás, iam às escolas ensinar-nos a lavar os dentes, mas até hoje ninguém nos ensina a relacionar-nos uns com os outros, sabendo de todas as experiências, traumas, dores, condicionamentos, entre tantas outras coisas que isto tudo acarreta.

Chegou a hora de nos movimentarmos contra este flagelo que é somente o crime mais denunciado em Portugal e as estatísticas não são risonhas.

Embora as mulheres ainda sejam em números, as maiores vítimas de violência doméstica, a verdade é que foi noticiado que têm aumentado os casos de denúncia por parte de homens. Esta é uma realidade na vossa associação? Verifica-se a procura da mesma por parte dos homens que são vítimas ou ainda é um grande tabu?

Uma excelente pergunta, porque tem sido um tema que, quando abordamos sentimos muita resistência.

Os homens estão a anos-luz de conseguirem identificar-se como vítimas deste