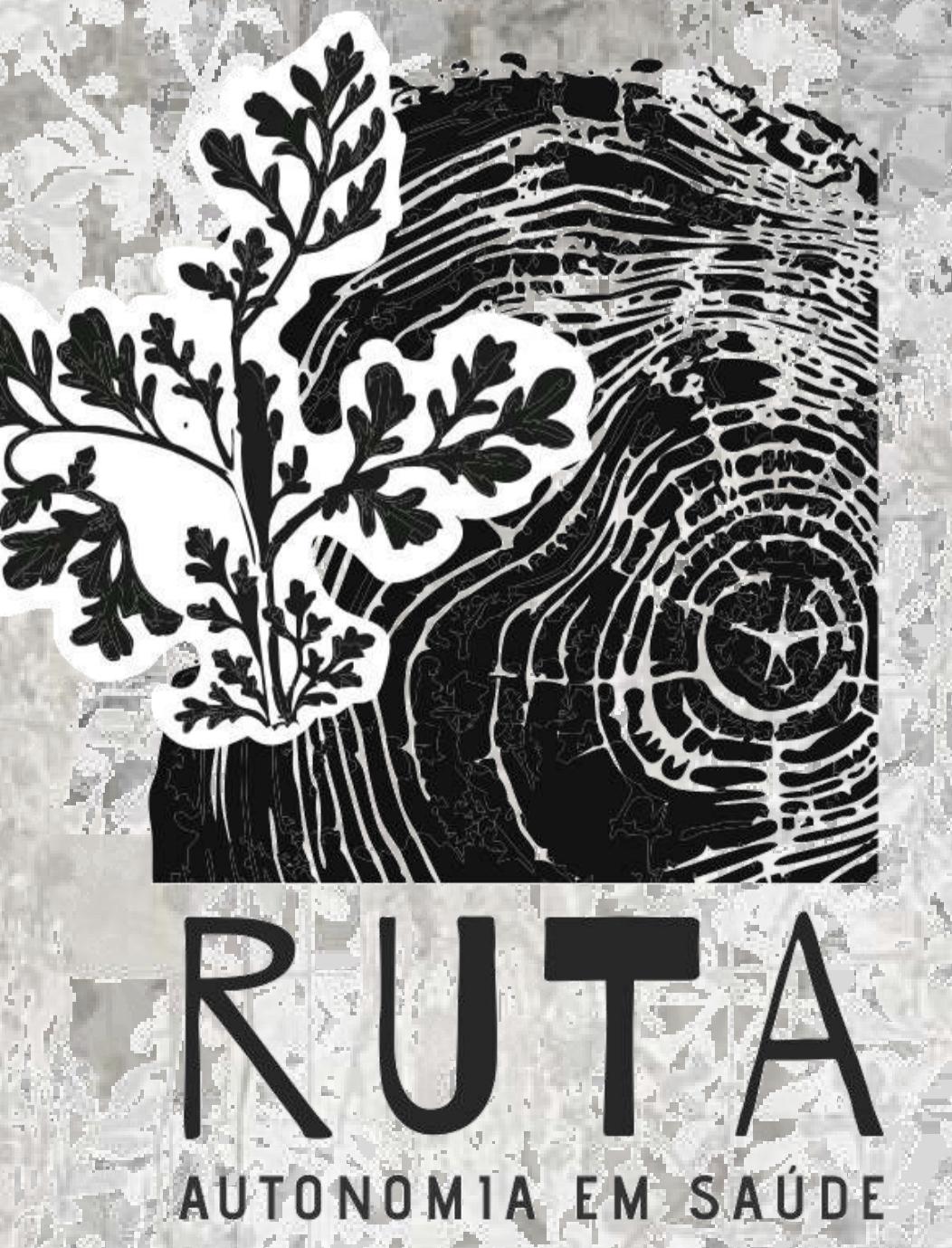
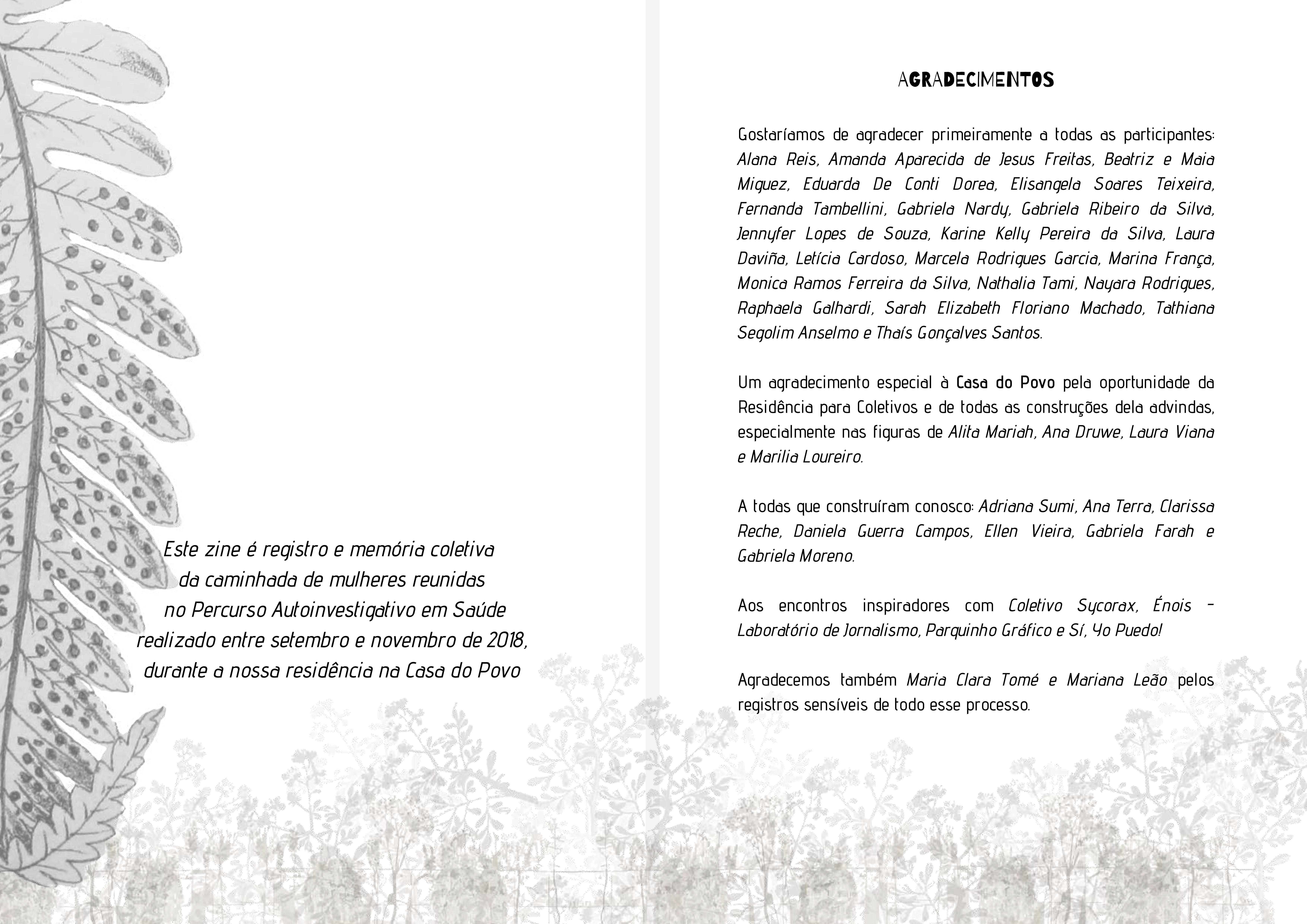




PERCURSO AUTOINVESTIGATIVO EM SAÚDE





AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer primeiramente a todas as participantes: *Alana Reis, Amanda Aparecida de Jesus Freitas, Beatriz e Maia Miguez, Eduarda De Conti Dorea, Elisângela Soares Teixeira, Fernanda Tambellini, Gabriela Nardy, Gabriela Ribeiro da Silva, Jennyfer Lopes de Souza, Karine Kelly Pereira da Silva, Laura Daviña, Letícia Cardoso, Marcela Rodrigues Garcia, Marina França, Monica Ramos Ferreira da Silva, Nathalia Tami, Nayara Rodrigues, Raphaela Galhardi, Sarah Elizabeth Floriano Machado, Tatiana Segolim Anselmo e Thaís Gonçalves Santos.*

Um agradecimento especial à Casa do Povo pela oportunidade da Residência para Coletivos e de todas as construções dela advindas, especialmente nas figuras de *Alita Mariah, Ana Druwe, Laura Viana e Marilia Loureiro*.

A todas que construíram conosco: *Adriana Sumi, Ana Terra, Clarissa Reche, Daniela Guerra Campos, Ellen Vieira, Gabriela Farah e Gabriela Moreno*.

Aos encontros inspiradores com *Coletivo Sycorax, Énois - Laboratório de Jornalismo, Parquinho Gráfico e Sí, Yo Puedo!*

Agradecemos também *Maria Clara Tomé e Mariana Leão* pelos registros sensíveis de todo esse processo.

*Este zine é registro e memória coletiva
da caminhada de mulheres reunidas
no Percurso Autoinvestigativo em Saúde
realizado entre setembro e novembro de 2018,
durante a nossa residência na Casa do Povo*

APRESENTAÇÃO

Nós, hoje Coletiva Ruta, éramos Parteironas Bruxonas, e de setembro à novembro de 2018 estivemos em residência na Casa do Povo. Este zine traz as colagens produzidas pelas participantes do Percorso Autoinvestigativo no nosso último encontro, com a intenção de ser uma produção reflexiva e simbólica desse processo, e também de registro e memória do que foram esses encontros, e de cada uma dessas mulheres e suas histórias.

O Percorso Autoinvestigativo em Saúde nasce inspirado nas premissas da autonomia, cuidados naturais, faça você mesma e cultura *hacker*. Com a experiência prévia de facilitar oficinas voltadas para estes temas percebemos que o modelo de oficinas curtas frequentemente se mostrava mobilizador, mas com grandes limitações para aprofundar práticas e reflexões. Com a seleção para Residência para Coletivos na Casa do Povo tivemos a possibilidade de estruturar o XXT Lab, laboratório vivo onde se deram as atividades do Percorso.

O laboratório contava com recursos e insumos que foram subsídio para a abordagem dos temas tratados em uma sequência de encontros, como anatomia, prazer, autoexame ginecológico, cultura e análise de secreção, tratamentos naturais (fitoterapia, óleos essenciais e alimentação) e direitos sexuais e reprodutivos. O percorso pretendeu ser um espaço de autoconhecimento coletivo, investigação e experimentação com foco na saúde das mulheres.

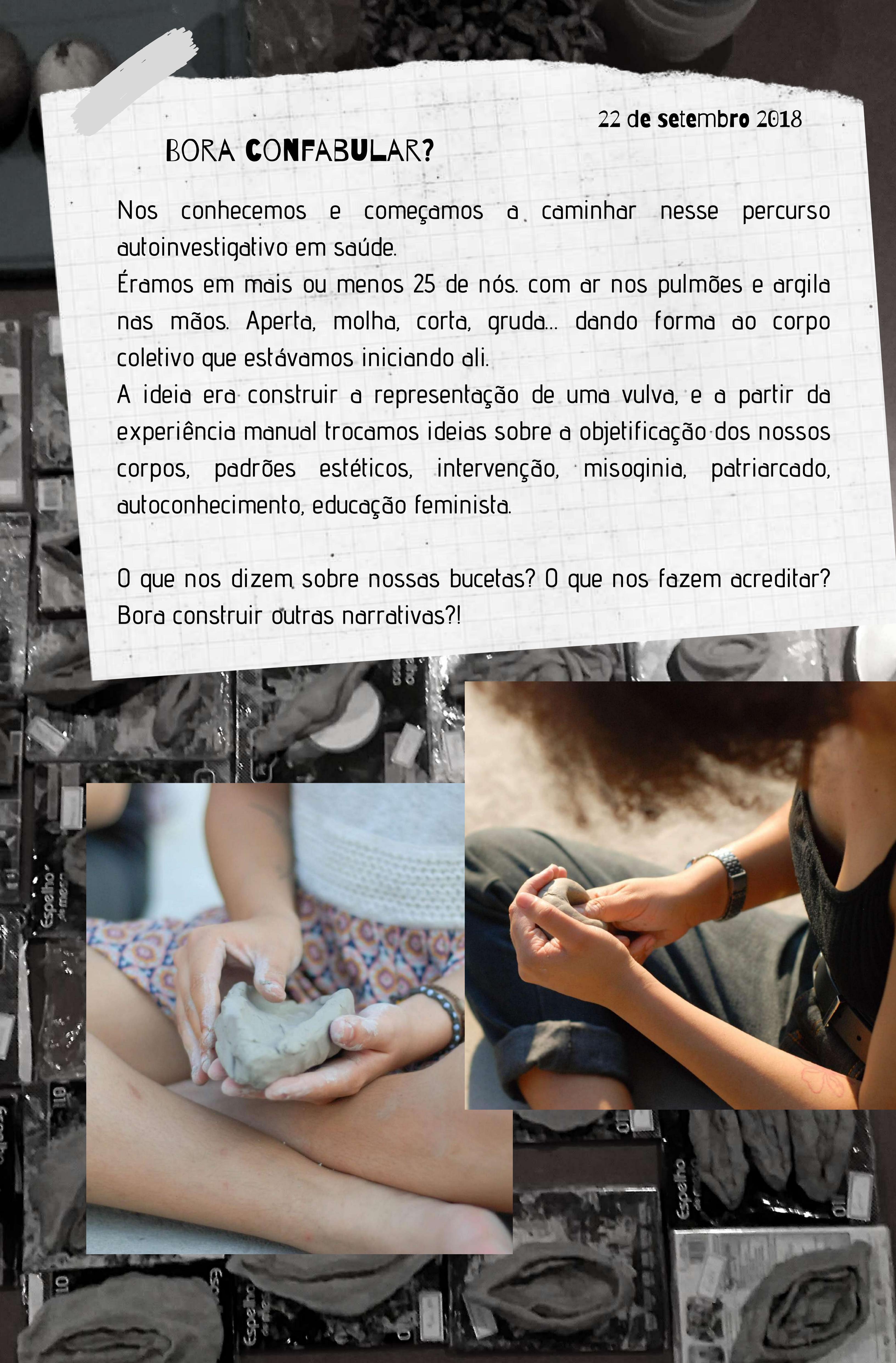
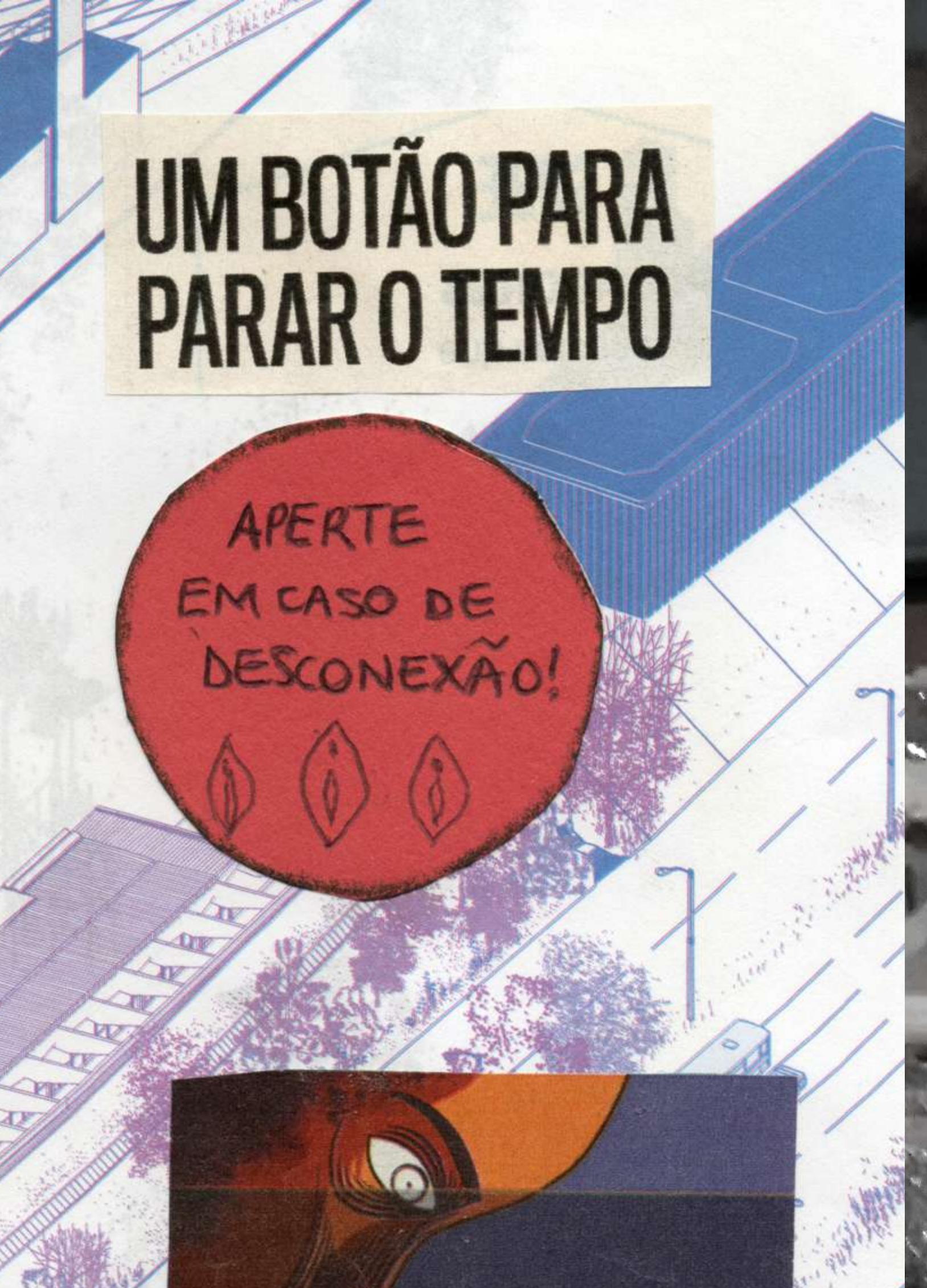
A seguir vocês verão cada uma das colagens e uma breve apresentação das vivências que o percorso proporcionou.

A CASA DO PVO

A Casa do Povo (CdP) foi construída coletivamente por pessoas da comunidade judaica da Europa Oriental no contexto pós 2ª Guerra Mundial, sendo inaugurada em 1953 no Bom Retiro, bairro central da cidade de São Paulo. Nasceu com o propósito de homenagear os que morreram nos campos de concentração nazistas e criar um espaço que reunisse as mais variadas associações que tinham nascido aqui, na luta internacional contra o fascismo. O prédio abrigou neste momento uma escola, um teatro, biblioteca e jornal próprios, sendo muito importante para diversos grupos e atividades.

Durante a ditadura civil-militar, foi um lugar de resistência cultural e política. Devido a uma crise institucional, fechou na década de 80. No final dos anos 2000, a Casa do Povo iniciou um projeto de renovação com o objetivo de dar continuidade aos ideais de seus fundadores. Nesses caminhos, há continuidades e rupturas: memórias que permeiam o espaço através da arquitetura onde se percebem as muitas mãos que construíram o edifício, o jornal Nossa Voz e a biblioteca que se reconstruíram em outras formas, os grupos que ocupam o espaço e o transformam, com política, cultura e arte em diversos formatos. Um centro cultural - mas não só - que funciona através da coletividade.





22 de setembro 2018

BORA CONFABULAR?

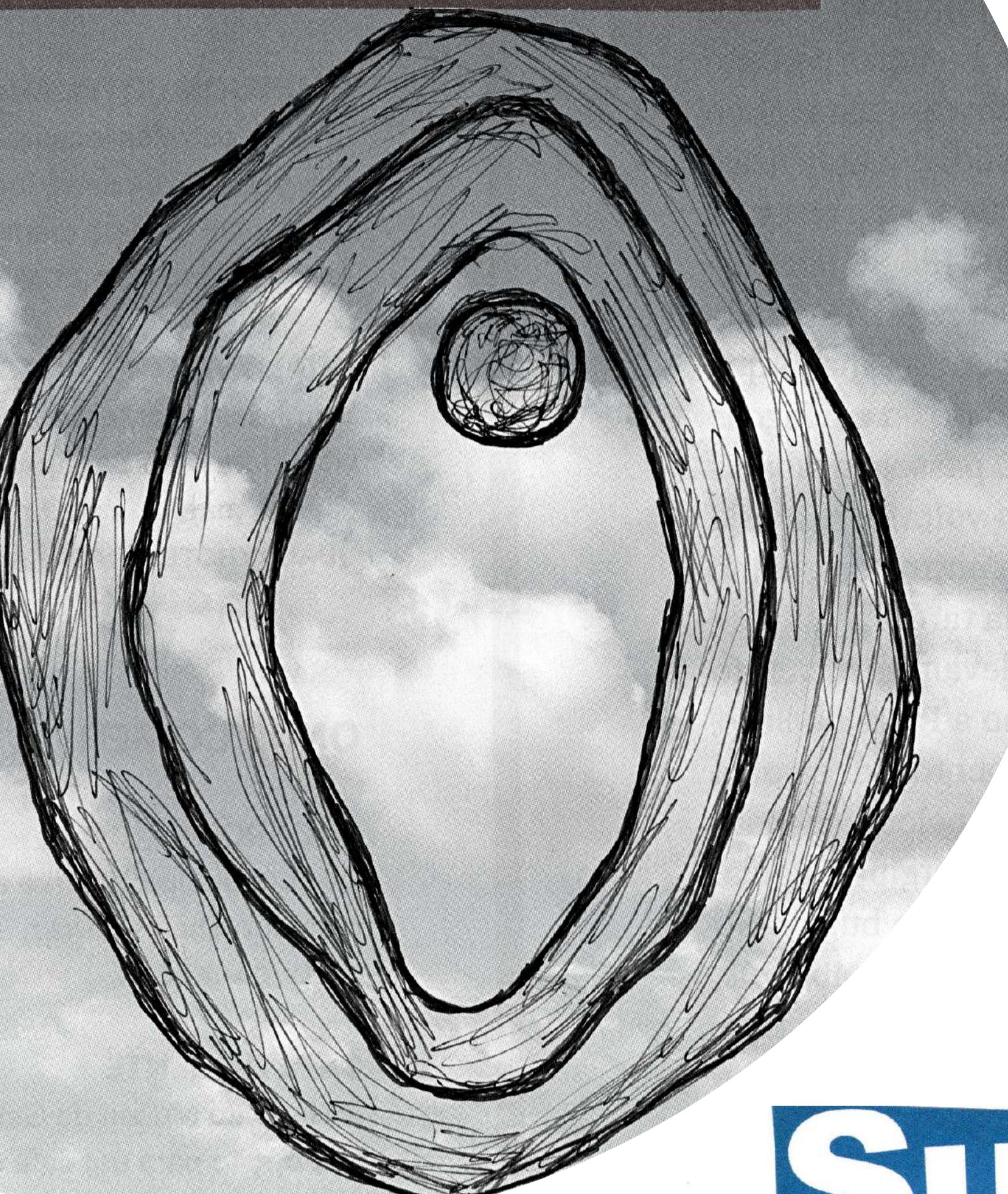
Nos conhecemos e começamos a caminhar nesse percurso autoinvestigativo em saúde.

Éramos em mais ou menos 25 de nós. com ar nos pulmões e argila nas mãos. Aperta, molha, corta, gruda... dando forma ao corpo coletivo que estávamos iniciando ali.

A ideia era construir a representação de uma vulva, e a partir da experiência manual trocamos ideias sobre a objetificação dos nossos corpos, padrões estéticos, intervenção, misoginia, patriarcado, autoconhecimento, educação feminista.

O que nos dizem sobre nossas bucetas? O que nos fazem acreditar?
Bora construir outras narrativas?!

A MUDANÇA ESTÁ EM
SUAS MÃOS



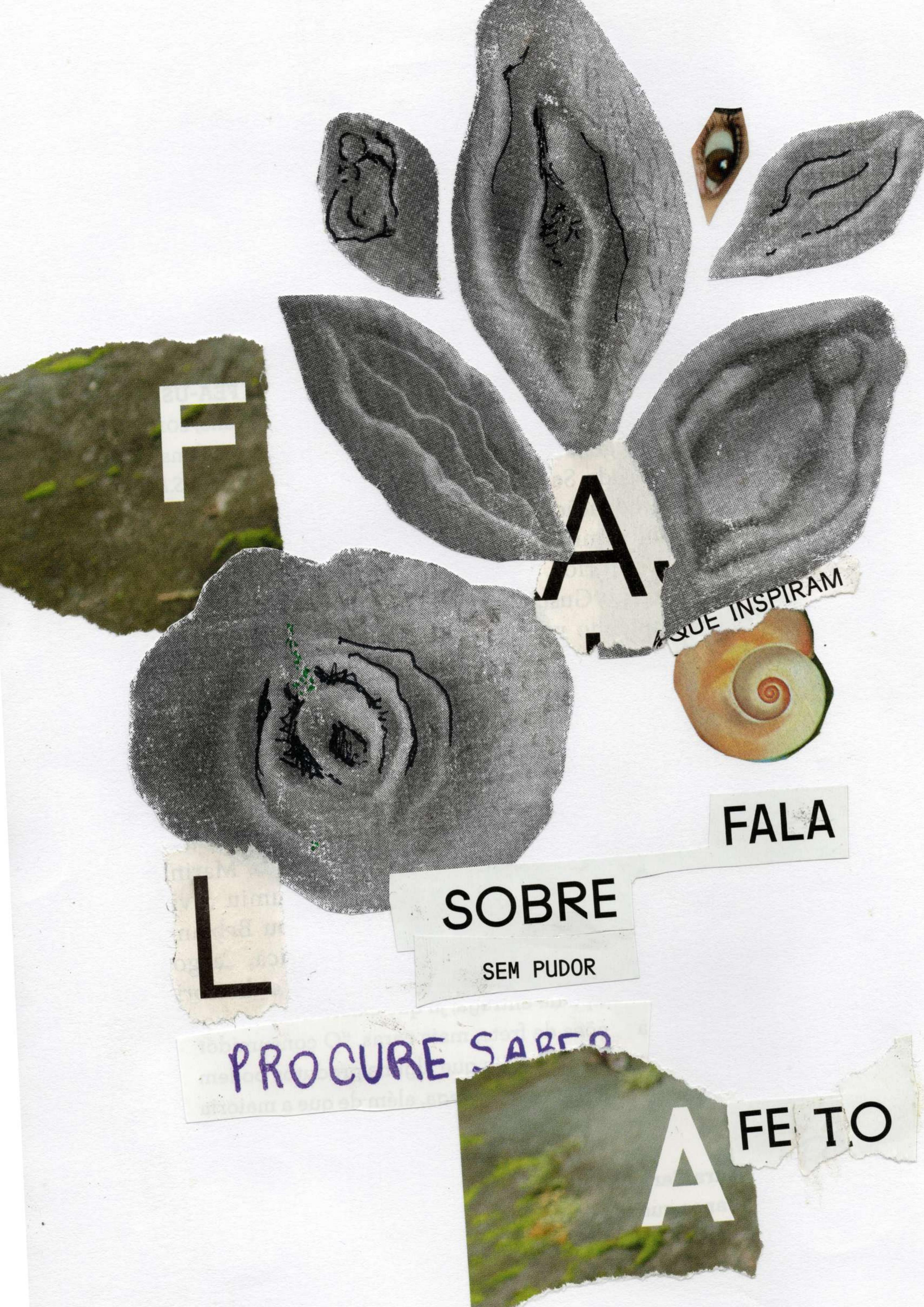
Sua



vida

sus necessidades

Você diz o que é perfeito para você



GINECOLOGIA AUTÔNOMA

Anatomia e fisiologia dos nossos corpos, microbiota vaginal, exames ginecológicos, contracepção não hormonal, desequilíbrios, perequítites... Trocamos ideia de tudo um pouco!

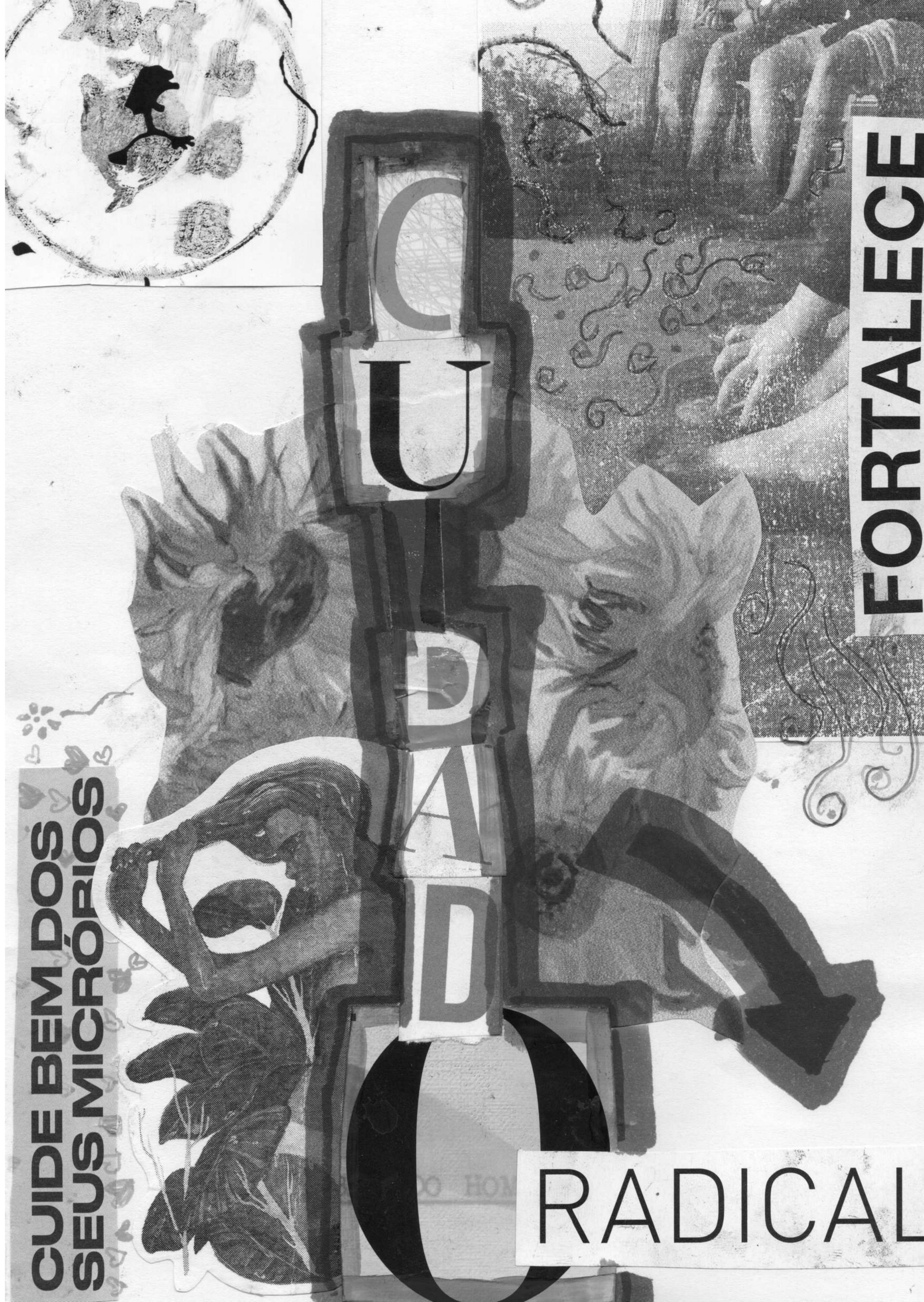
Depois experienciamos um dos momentos mais aguardados: autoexame ginecológico e microscopia das secreções vaginais! Quem disse que só médicos podem ver colos do útero e microbiota vaginal?

Também foi dia de conversar e compartilhar saberes sobre as ervas. Trocamos histórias de nossas mães, tias e avós, cuidados populares de autonomia e desinstitucionalização da saúde. Como é importante visitar e revisitar esses saberes; teve escaldapés, carinho, música, respiro.

Autocuidado é ato revolucionário e resistência ao controle dos nossos corpos



AUTO
NOMIA
CUIDADO
HUAUTO



SOBRE NOSSOS CORPOS

queremos

apenas

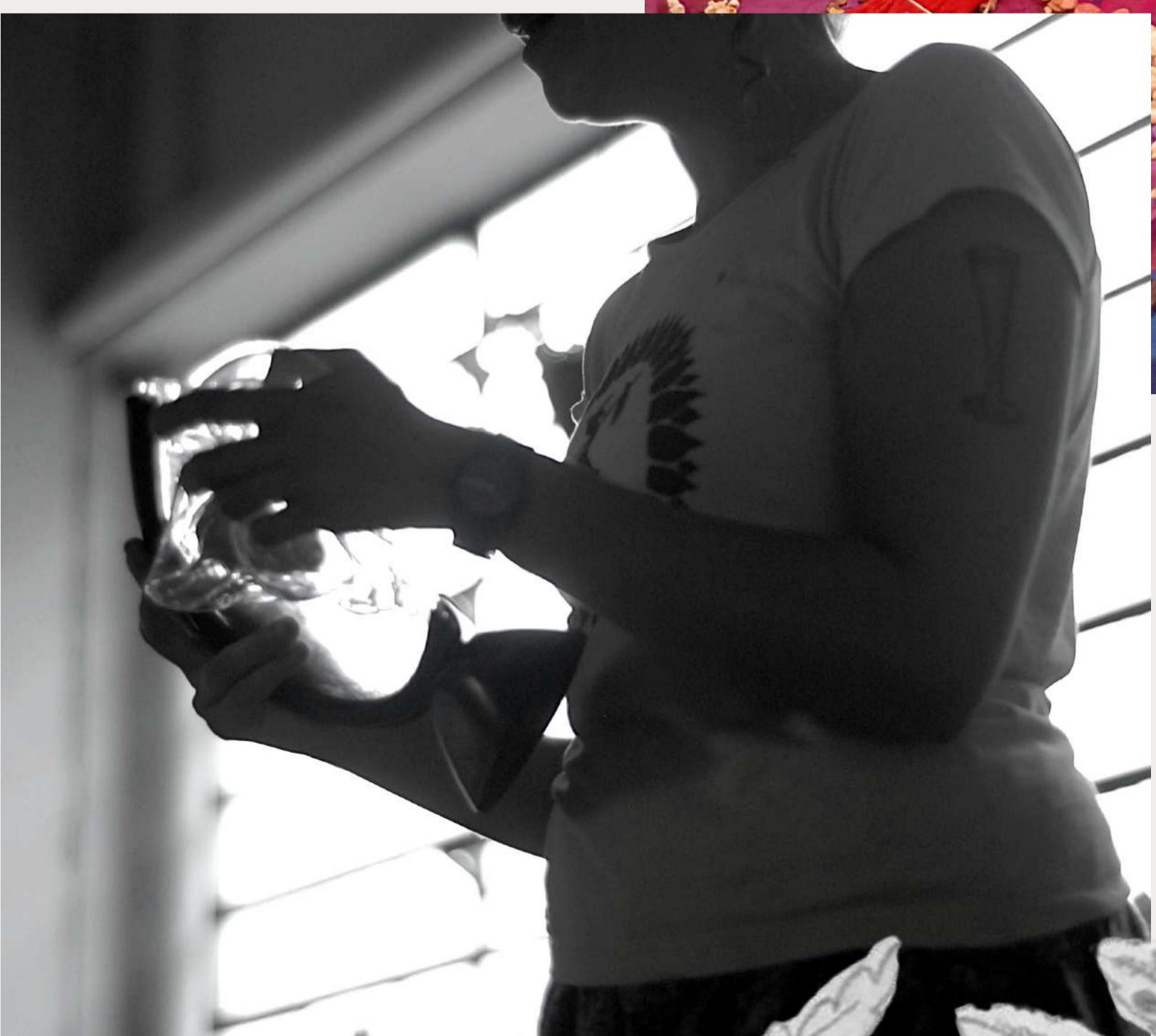
AUTONOMIA

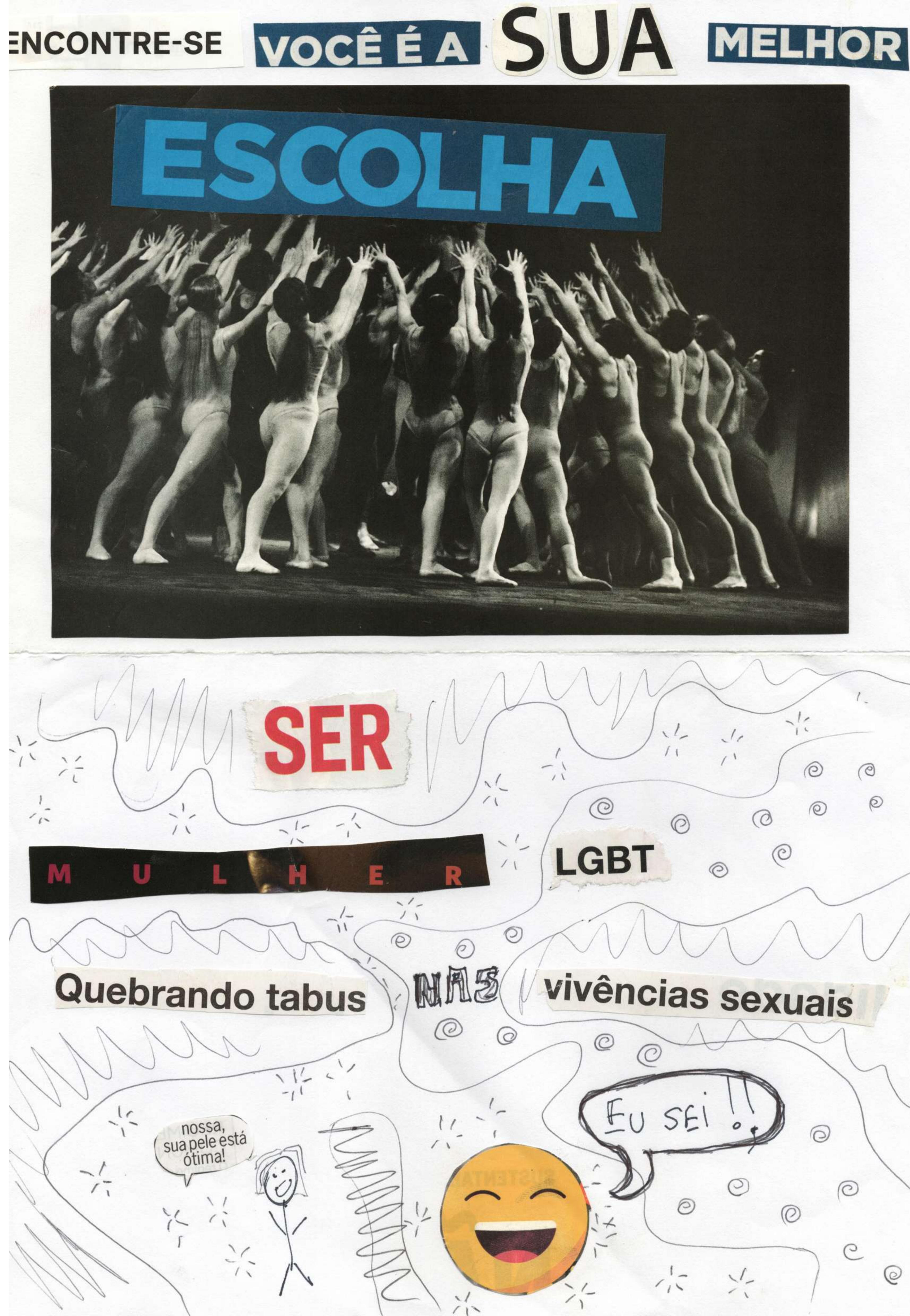
27 de outubro 2018

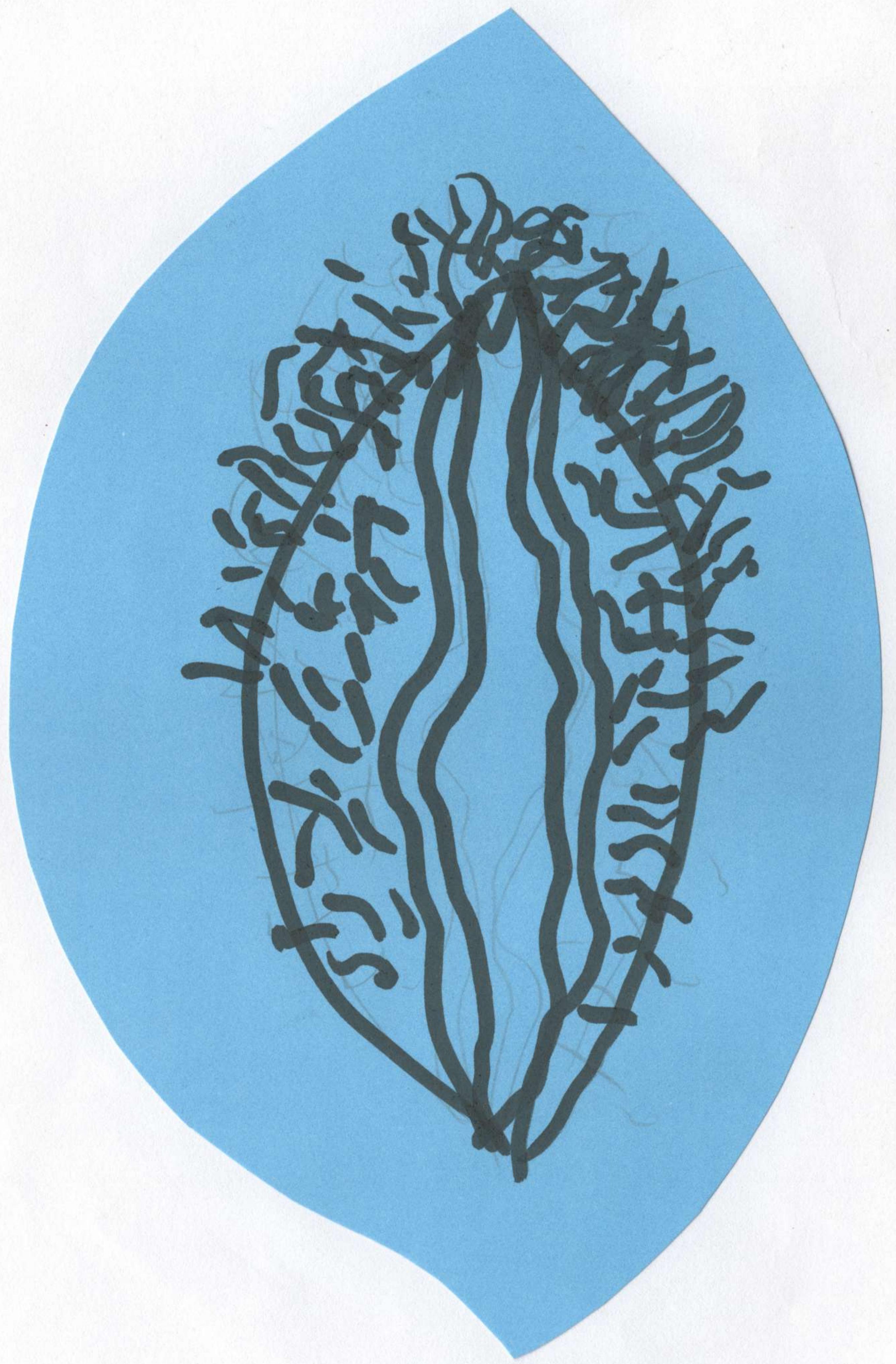
PRECISAMOS FALAR SOBRE DIREITOS SEXUAIS E REPRODUTIVOS

Dia em que tivemos o presente de discutir um monte de coisa massa com convidadas queridas demais: nossa amiga parceira parteira Ellen (Bruxaria Distro) e as minas do Coletivo Sycorax (que traduziu, dentre outros, o livro Calibã e a Bruxa: mulheres, corpo e acumulação primitiva, da Silvia Federici).

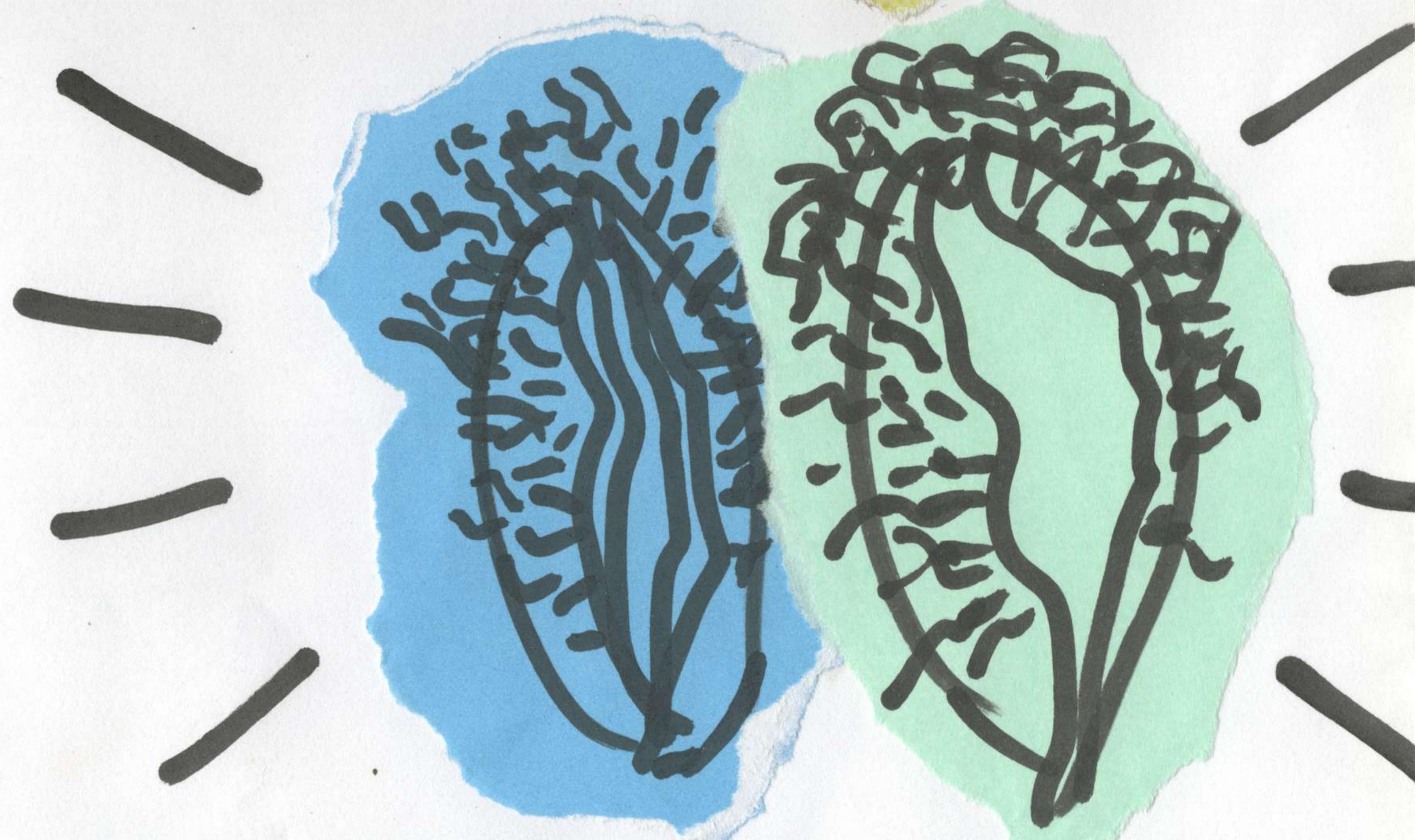
Conversamos sobre aborto, falsa ideia de liberdade sexual, cultura do estupro, patriarcado, sapatonas e bissexuais, e tivemos a oportunidade de participar de uma comemoração muito especial e forte do coletivo Sí, Yo Puedo!



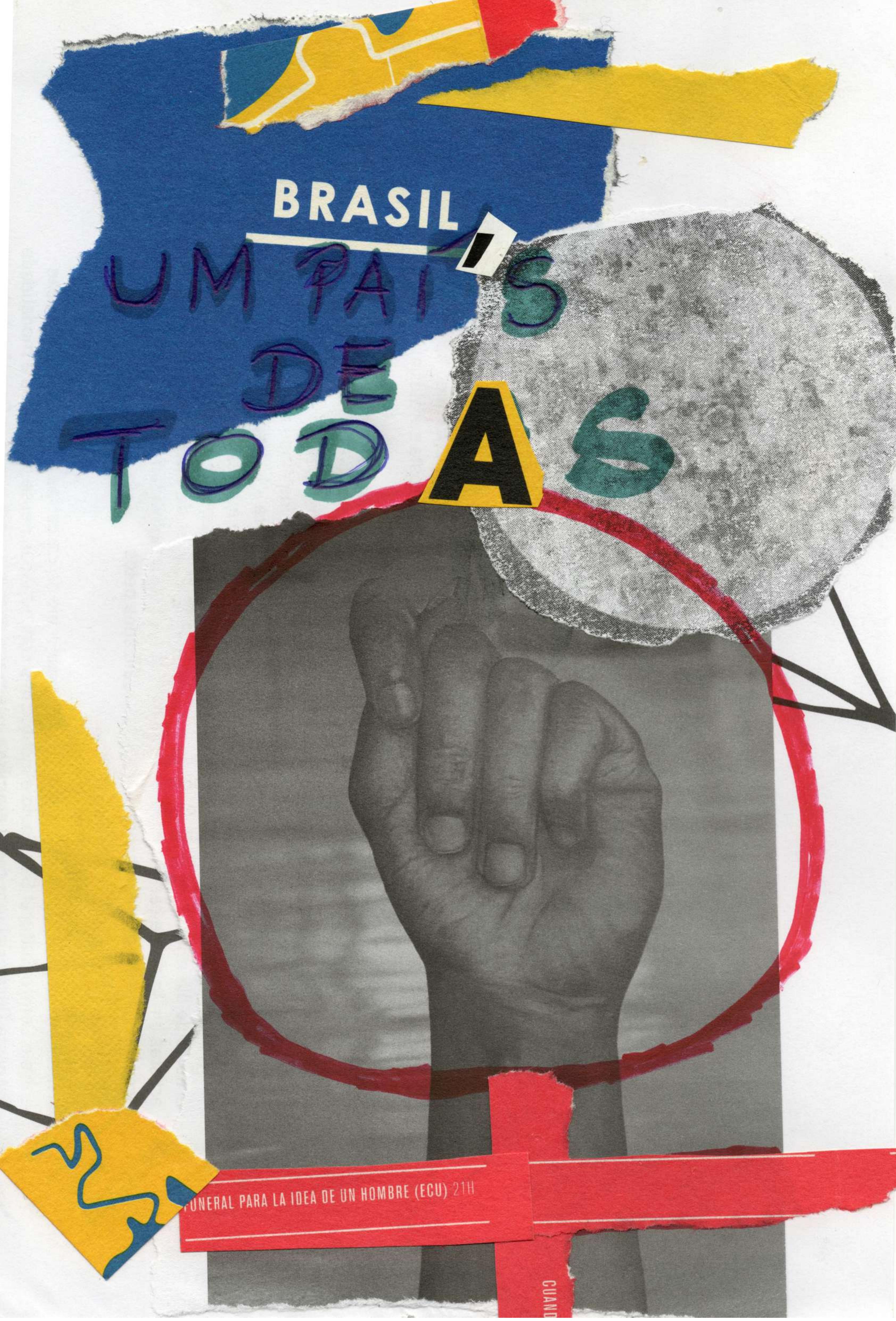




XANADU.COM
É MUITO
34K 4 n° 4



10 de novembro 2018



SE EU SEI FAZER UM BOLO, EU SEI FAZER UMA BOMBA

A alimentação é política, as coisas sempre acontecem na cozinha. Brotos, leites vegetais, pastinhas dos resíduos, chapati e banana louca foram algumas das comidas que preparamos enquanto batíamos um papo bom sobre alimentação.

Além disso também fizemos alguns cosméticos naturais: desodorante com óleo de coco e desinfetante de laranja.

Fechamos o dia do melhor jeito possível: mesa grande e cheia de comida boa e vegana e nós tudo juntinho rindo e desfrutando.



LUGAR
QUE
transforma
CAMINHO



NATUREZA

CHEIA
DE LUZ



MULHERÉOSSE

METAMORFOSE

24 de novembro 2018



FECHANDO PARA COMEÇAR

Dia de fechamento desse percurso para abrir caminho para outros.

Tivemos uma vivência em aromaterapia, cada pessoa fez seu próprio óleo de massagem a partir de óleos essenciais experimentados, um exercício de reconhecer desejos, anseios, excessos e faltas.

Delícia de cheiro que virou esse último encontro!

E por fim, construímos esse zine. Compartilhando os sentimentos que essa caminhada gerou. Fomos tecendo, pintando e colando o que foi esse percurso pra nós.

Todo mundo deixou um pedacinho de si aqui, e aqui viverão para sempre.

Que essa caminhada esteja se multiplicando em cada uma e tantas outras mil,

Agradecemos imensamente!

COLETIVA RUTA





CONTRA O

FEMINICÍDIO



EXPANSÃO

VIDA

UNIVERSO



UTOPIAS

CORPOS

alma



AUTOAMOR



XXXt LAB
LANÇA UM OLHAR AFETUOSO PARA OS MOMENTOS GRANDIOSOS DE
descoberta.

PROPÕE UMA BEM-VINDA REFLEXÃO SOBRE O PAPEL DA S

MULHERES

MANIPULADORAS

PROTAGONISTAS



DE SI MESMAS

**AUTONOMIA
DO CUIDADO**

LICENÇA PARA GOSTAR-SE

o toque

Espaço de encontros

NARRATIVAS MÚLTIPHAS



O RENASCIMENTO
MOTIVADO PELA

DESCOBERTA
DE NOVOS MUNDOS

Em voz alta

referências

PEQUENAS EPIFANIAS

do
prazer...

OHH!
novas



2018

Ana Beatriz Gonçalves

Ana Clara Cerqueira

Ana Lígia Carvalho

Luísa Midori

Marianne Estermann

Rafaela do Nascimento

Veri Firmino

*Colaboradoras: Caroline
Cecilie e Gabriella Coelho*

2020

Ana Clara Cerqueira

Caroline Cecilie

Gabriela Barbosa

Gabriela Moreno

Luísa Midori

Rafaela do Nascimento

Veri Firmino



RUTA

AUTONOMIA EM SAÚDE

INSTAGRAM

@COLETIVARUTA

FACEBOOK

/COLETIVARUTA

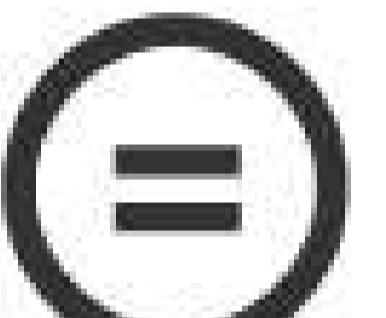
WWW.COLETIVARUTA.COM.BR



BY



NC



ND

é permitindo fazer download e compartilhar, desde que atribuído o crédito; não é permitido alterações de nenhuma forma ou utilizá-lo para fins comerciais.

SÃO PAULO

SETEMBRO/2020