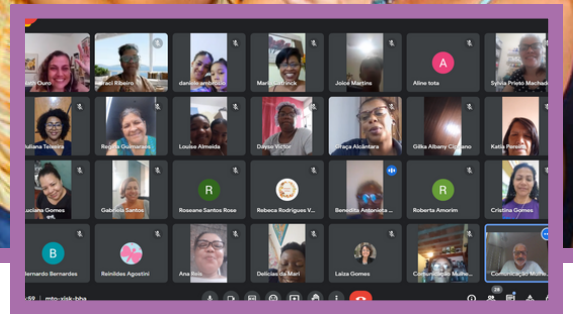


Relatório de Atividades



2023





Sumário

I. Apresentação	3
II. Atividades desenvolvidas em 2023	13
1. Cursos e palestras	13
2. Oficinas e Rodas de Conversa	23
3. Eventos diversos	25
III. Comunicação Institucional	33
IV. Parcerias da ASPLANDE	39
V. Pesquisa 2023 sobre o Impacto dos projetos da ASPLANDE no desenvolvimento das empreendedoras que participam da rede ASPLANDE	42
VI. Conclusões	49
 Anexo I: Atividades desenvolvidas em 2023	50
 Anexo II: Avaliação dos resultados da Pesquisa de Impacto nos negócios de empreendedoras que participaram das turmas de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia realizadas em 2023	55





I. Apresentação

A ONG ASPLANDE foi criada em 1992, com a missão instrumentalizar populações de baixa renda – especialmente grupos formados por mulheres chefes de família – para o planejamento, implementação e monitoramento de empreendimentos comunitários e cooperativos, voltados para um desenvolvimento integral e harmônico.

Na Rede Cooperativa de Mulheres Empreendedoras da Região Metropolitana do Rio de Janeiro, criada em 1997, mais de 1000 empreendedoras já receberam ou recebem apoio, capacitação e mentoria, estabelecem parcerias e intercâmbio e fazem vendas compartilhadas.

Os projetos de formação de empreendedoras ASPLANDE têm o objetivo de promover a atuação empreendedora das mulheres atendidas, por meio da sua qualificação no planejamento, na gestão administrativa e financeira e no desenvolvimento de produtos e serviços, viabilizando a divulgação e venda conjuntas e a valorização do trabalho dentro dos princípios do comércio justo. As áreas cobertas por esses projetos são a gastronomia, Sabores do Rio, o artesanato e os serviços, Raízes do Rio, e os negócios de Impacto Social, Impacta Mulher.

Em paralelo com os projetos de formação, a ASPLANDE investe na formação das empreendedoras como Embaixadoras dos Direitos da Mulher por meio do projeto Basta à violência Doméstica.





Sabores do Rio

Sabores do Rio

O Projeto Sabores do Rio tem como finalidade contribuir para qualificar e promover a atuação empreendedora de mulheres da área de gastronomia nas regiões onde a ASPLANDE desenvolve seu trabalho.

As mulheres contempladas pelo projeto têm acesso a informações e ferramentas de trabalho nas áreas de planejamento do negócio, formação de preço, gestão administrativa e financeira, desenvolvimento de novos produtos e serviços, bem como à elaboração do Plano de Negócio e Comunicação.



Raízes do Rio

Raízes do Rio

O objetivo do Projeto Raízes do Rio é reunir empreendedoras que atuam nas atividades ligadas ao artesanato, costura e serviços, valorizando a escolha de temas que valorizem a identidade cultural do estado do Rio de Janeiro.

A missão é aprimorar a produção, a partir de técnicas ambientalmente sustentáveis, tais como reciclagem e matérias primas não poluentes, e viabilizando a divulgação e vendas conjuntas com a valorização do trabalho através dos princípios do comércio justo.



Impacta Mulher: Negócios de Impacto Social

Incubadora de Negócios Sociais Impacta Mulher

O Projeto Incubadora de Negócios Sociais Impacta Mulher visa apoiar empreendedoras das regiões em que a ASPLANDE atua a se tornarem embaixadoras para empreendimentos sociais e criativos em suas comunidades.

Através de diversas atividades, a Incubadora estimula a capacidade das empreendedoras de conduzir seus negócios, melhora o impacto social e contribui para o desenvolvimento sustentável das regiões onde estão inseridos.

Regiões geográficas

Os territórios de atuação das mulheres entrevistadas são:

- Cidade do Rio de Janeiro, que abrange o Centro, a Zona Sul, a Tijuca, a Zona da Leopoldina e a Zona Oeste, com seus bairros principais, Campo Grande, Santa Cruz, Pedra de Guaratiba e Jacarepaguá.
- Baixada Fluminense e suas principais cidades, Caxias, Nova Iguaçu, São João de Meriti, Belford Roxo e Queimados.
- Niterói, São Gonçalo e outras localidades.



Para uma instituição como a ASPLANDE, que trabalha com a inclusão socioeconômica e o protagonismo de mulheres periféricas da Região Metropolitana do Rio de Janeiro, só é possível realizar um trabalho tão potente e inspirador graças a um grande contingente de pessoas incríveis que a ela dedicam uma parte do seu tempo e dos seus conhecimentos.

Listamos a seguir os colaboradores que atuaram em 2023, em todas as frentes e que tornaram possíveis os resultados alcançados, da coordenação geral até os voluntários.



Colaboradores da Asplande no ano de 2023

Coordenadora Geral

Mara Ferreira

Coordenadoras

Margarete Teixeira

Tereza Coni

Secretária Executiva

Dayse Maria Valença Ferreira

Administrativo

Elizabeth Lima de Almeida

Comunicação e Mídias Sociais

Anna Paula Rodrigues

Aruane Garzedin

Glaucia Torres

Kate Marques Antoniazzi

Leilane Fidelis

Colaboradores

Ana Lúcia Barbosa

Anna Paula Rodrigues

Ângela Maria Soares

Clara Aragão

Elisete Napoleão

Gabriela Jordano

Helios Malebranche

Assessoria

Paulo Sérgio Borges

Contabilidade

Jarbas Luiz de Carvalho

Design

Anna Paula Rodrigues

Layla Lima

Estagiária

Thamirys de Lima

Leilane Fidelis

Luiza Araujo

Maria Adelina Araujo

Moara Flausino

Wolgrand Ribeiro

Layla Lima

Leilane Fidelis

Maribel Soarez

Margarete Teixeira

Maria Adelina Araújo

Maria Regina Fontes

Thamirys de Lima

Wolgrand Ribeiro



Professores e Palestrantes

Adriana Mota
Aduni Benton
Alexsandra Souza
Aline Corrêa
Aline Maia
Ana Beatriz Oliveira
Ana Claudia
Ana Cláudia Soares da Silva
Ana Gabriela
Ana Lúcia Barbosa
Ana Reis
Beatriz Gomes
Bell Lima
Benedita Antonieta
Camila Amador
Claudia Alves
Claudia Pereira
Claudia Pitta
Claudia Queiroga
Cleide Maria Silva
Crislândia Moraes
Cristiane Silva
Cristina Santana
Daniela Neves
Danilo Loureiro
David Rosnez
Dayse Bello
Dayse Victor
Deila Simões
Denise Thomé da Silva
Diana Paes
Dolores Lima
Dona Gê

Durval Pereira
Edna Calheiros
Elisa Camarate
Elisete Napoleão
Eliza Oliveira
Ellen Gonzales
Ellen Moraes
Erian Ozório
Evelyn Serra Parente
Fatima Anselmo
Flávia Domingues
Francisca Brito
Gabriela Bittencourt
Gabriela Machado
Gabrielle Jordano
Geiza Rocha
Ingrid Maryelin
Ivanete Silva
Joana Rangel
João Vitor da Costa
Josilda Santos
Juliana Lemos
Júlia Sant'Ana
Jupira Bispo
Layla Lima
Lilian Prates
Liza Simões
Luana Vieira
Luciana Cruz
Luciana Duarte
Lu Rufino
Margarita Campo
Maria Adelina Araujo

Maria das Graças
Maria Elizabeth Araujo
Maria Regina Fontes
Maribel Suarez
Marília Albuquerque
Marília Lopes
Maristella Sodrê
Marta Pereira Poit
Mechelle Gonzaga
Mônica Costa
Mônica Francisco
Monique Ferraz
Noemia Magalhães
Patricia Paixão
Patrícia Pina
Paula Goulart
Paulo Sergio Borges
Pedro
Raquel Cordeiro
Rita de Cássia
Ruth Rodrigues
Sandra Schwarzstein
Silvana Aluá
Solimar Rosa
Stefanie Schmidt
Sumaya
Tatiana Lorena
Tati Brandão
Thais Garcia
Thamirys de Lima
Vanessa Hervé
Vanessa Santana
Winnie Louise



Extensão UFRJ

Alice Bizoni Lopes da Silva
Bernardo Boechat de Almeida Carneiro
Brenno Ferraz de Moura
Caio Amaral Mytton Thornycroft
Caio Emanuel Ribeiro dos Santos
Carla Rafaela Lopes da Silva
Christian Gomes de Figueiredo Carriço
Daniel Israel Benedicto Ottoni
Eduardo Ribeiro Affonso Júnior
Erica Pereira Alves
Ester Pinto do nascimento
Fábio Vinycius do N. B. da Silva
Felipe Freire de Andrade
Filipe Ramos Cerqueira
Gabriela Machado da Silva
Gabriele Borges de Faria Araújo
Gabriel Mendes Ribeiro Marioni
Giovanna da Costa Silva
Guilherme Alvares Braz
Guilherme Lima Pessanha de Oliveira
Gustavo Lobato
Jessica de Souza Silva
Júlia da Rosa Baptista Andrade

Juliana Barbosa Kaizer
Laís Perdigão Loes
Lucas de Araujo Pessôa
Lucca Rezende Rodrigues
Luis Antonio Soares Caetano
Luiz Felipe Ribeiro Bastazini
Marco Cabral Campelo
Marcos Vinícius Silva Miranda Gomes
Maria Eduarda Souza Rodrigues
Maria Jundi Ribeiro
Mariana Marques Pagani
Mariana Trajezer Junqueira dos Santos
Marina Oliveira de Souza Santana
Matheus Ribeiro Marques Pereira
Natália Gonçalves da Silva Carvalho
Pedro Fernandes Soares
Pedro Henrique Gabriel Rufino
Pedro Henrique Lima
Rodrigo Simões Gularte
Samantha Tavares Rodrigues Cutcher
Vitor Barcelos Alves de Almeida
Yasmim Barbosa Seidel da Costa
Yasmim Vianna do Nascimento Pereira





Vamos ouvir Monique Ferraz, mentora de temas ligados a *Marketing* e *Planejamento*:

“Que orgulho dividir um pouco do meu conhecimento com mulheres tão fortes, criativas e ousadas. Em todas as aulas elas me enchem de energia e inspiração com suas experiências, curiosidades e vontade de fazer mais e melhor. Só tenho a agradecer à ASPLANDE por fazer possível esses encontros tão ricos”.



Monique Ferraz
Gerente de Marketing e Design

E agora Layla Lima, colaboradora voluntária nas áreas de *Design Digital* e *Chat GPT*:

“Tenho muito orgulho de ser voluntária na ASPLANDE. Admiro cada mulher que contribui para manter essa rede forte! Observo de perto o trabalho coletivo dedicado ao crescimento pessoal e profissional de todas nós. Cada encontro é marcado por histórias e trocas inspiradoras, destacando a potência do trabalho em rede de apoio. Abrir espaço para que as mulheres aprendam a questionar, discutir e crescer torna essa experiência ainda mais significativa. Aprendi na prática como funciona um sistema onde a colaboração coletiva é nosso principal valor. Sou profundamente grata pela generosidade e acolhimento das pessoas que tive a oportunidade de conhecer até aqui. Além disso, a participação ativa nos projetos e todo o apoio, como sempre, foram fundamentais durante minha transição de carreira para a tecnologia. A colaboração com outras voluntárias na aplicação de conceitos na área é mais um reflexo da solidariedade presente na ASPLANDE.”



Layla Lima
Designer de
Produtos Digitais



E o Professor Helios Malebranche da UFRJ:

“Um dos principais objetivos da Pró-Reitoria de Extensão da UFRJ é atuar no empreendedorismo social, inovação, habilidades transformadoras e mudança de paradigmas, sempre em atenção à comunidade externa à Universidade. Nesse contexto, temos alunos oriundos de diversos cursos, principalmente do Curso de Administração da UFRJ, para os quais o acesso prático ao empreendedorismo social é de extrema importância.

Assim sendo, a parceria que estabelecemos com a ASPLANDE muito contribui com nossos objetivos e, principalmente, com o programa de extensão da UFRJ”.

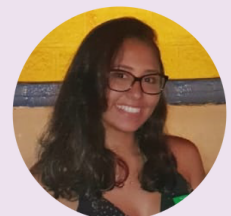


Helios Malebranche

*Prof do Departamento de
Administração da FACC/UFRJ
Pró-Reitor de Planejamento,
Desenvolvimento e Finanças
da UFRJ*

E a estudante de Contabilidade da UFRJ, Thamirys Gabrielle Pereira de Lima:

“Apoiar empreendedoras através do estágio na Asplande tem sido uma experiência enriquecedora para mim, principalmente por ser estudante de contabilidade. Estar em contato com elas me permite ter uma experiência mais real do mundo dos negócios, especialmente no que se refere às microempreendedoras individuais. O ambiente colaborativo da ONG também me proporciona um aprendizado contínuo, pois tenho a chance de conhecer profissionais experientes de diversas áreas voltadas ao empreendedorismo. Além disso, é muito bom fazer parte de uma equipe que sempre me acolhe e me ajuda não só no meu crescimento profissional como no pessoal.”



Thamirys Gabrielle

*Estudante de
Contabilidade
da UFRJ*



Expressamos nossa gratidão aos parceiros apoiadores e aos parceiros estratégicos, que permitem o desenvolvimento dos nossos projetos. Nossa gratidão à rede de pequenos doadores que contribuem para manter o dia a dia institucional.





II. Atividades realizadas em 2023

Temos muito orgulho em dizer que de janeiro a dezembro de 2023 realizamos 94 Cursos, 22 Oficinas, 34 Rodas de Conversas, 16 Palestras, 9 Eventos, 12 mentorias coletivas e 32 mentorias individuais. Todas as atividades desenvolvidas estão listadas no Anexo II deste relatório. Apresentamos a seguir o escopo e os benefícios de cada uma delas. O total de participações ao longo de 2023 foi de 5.065.

1. Cursos e Palestras

Os cursos realizados pela ASPLANDE podem ser divididos em Cursos Avulsos sobre os mais diversos temas, aplicados a todos os grupos de empreendedoras e os Ciclos de Formação ou Aceleração de Empreendimentos, este ano realizados para as empreendedoras da área de Gastronomia.

Entre os cursos avulsos, que visam alcançar todo o grupo de empreendedoras, independente da sua área de atuação, tivemos um conjunto de cursos ministrados pelo SEBRAE, abrangendo planejamento, gestão, comunicação, técnicas de negociação, marketing, uso de aplicativos e legalização de negócios.

Além disso, tivemos um treinamento específico chamado *In Book*, constituído de uma série de oficinas, criadas pelo SEBRAE, que mergulham nos melhores livros de negócios da atualidade de um jeito dinâmico, interativo e prático, a fim de ajudar o empreendedor a fazer suas ideias acontecerem.

E ainda diversos cursos e palestras ministrados por voluntários da ASPLANDE, palestrantes convidados ou instituições parceiras, abrangendo educação financeira, precificação, *marketing*, elaboração de *pitch*, parcerias e uso de mídias digitais, entre outros temas.



Vale destacar a realização de um curso preparatório para empreendedoras que vão participar do processo seletivo para bolsas da escola de gastronomia Le Cordon Bleu.

Le cordon bleu

Conhecido mundialmente por sua excelência no domínio de técnicas e instruções direcionadas ao ensino e hospitalidade da culinária parisiense e francesa, “Le Cordon Bleu” teve origem na cidade de Paris, por conta de uma tradição local que teve início no século XVI com um grupo de homens que fazia parte da cavalaria francesa, na ordem intitulada “*L’Ordre des Chevaliers du Saint-Esprit*”. Essa ordem usava como símbolo uma fita azul, denominada “Le Cordon Bleu”.

A escola de nível internacional, fundada pela jornalista e editora da revista “*La Cuisinière Cordon Bleu*”, Marthe Distel, tem até hoje o intuito de promover orientações e sugestões de grandes chefs franceses de renome na França. Ela está presente também no Brasil e concede anualmente, por meio de concurso público, bolsas de estudo para participação de pessoas com elevado potencial de desenvolvimento na área de Gastronomia, que não têm recursos para pagar o curso.

No último processo de seleção, as empreendedoras Krause Cristina e Grazielle Ferreira foram selecionadas e participaram do curso ao longo de 2023.

Em 2023, a ASPLANDE organizou, desde o mês de julho, encontros quinzenais com o grupo de candidatas visando prepará-los para o concurso anual da escola Le Cordon Bleu. A consultora Gabriela Jordano trabalhou o tema *storytelling*; a equipe da UFRJ, professoras Ceci Santiago e Tania Muzy e o colaborador Thiago Muzy, revisaram os conceitos básicos da matemática que são cobrados na prova de seleção; e a professora Adelina Araújo abordou a parte da língua portuguesa.

Como resultado, 3 pessoas do grupo de empreendedoras da Asplande foram selecionadas na primeira fase do concurso (prova objetiva), o que consideramos como um resultado positivo do esforço empregado.



Finalmente, como tema extra curricular, tivemos o curso “África e Seus Autores”, onde a professora Adelina Araújo visitou mensalmente um país africano com foco na literatura desse país. Nos encontros, que deverão ter continuidade em 2024, foram apresentadas informações atualizadas sobre 8 países e seus povos, costumes e culturas, e abordados um ou mais autores locais, contextualizando-se os textos no cenário histórico ou cultural.

Todos os cursos e palestras realizados ao longo do ano estão detalhadamente listados no Anexo I deste relatório.


CURSO

Calendário de Estratégia Promocional

04 e 10 de outubro

10h às 12h

Monique Ferraz



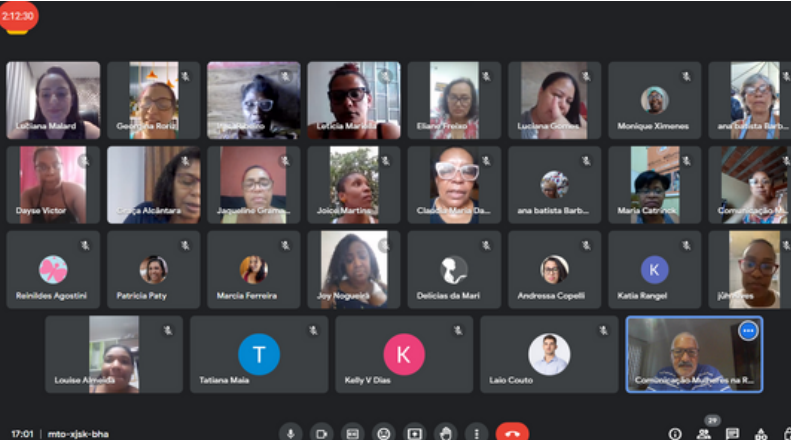
monique ferraz (Apresentando)

Calendário de estratégia promocional

Criado por: Monique Ferraz

ASPLANDE

10:05 | rtt-huzl-saz



2:12:30

17:01 | mto-xjak-bha

CURSO

Técnicas de Negociação

05 e 12 de setembro

15h às 17h

SEBRAE

com SEBRAE



CURSO

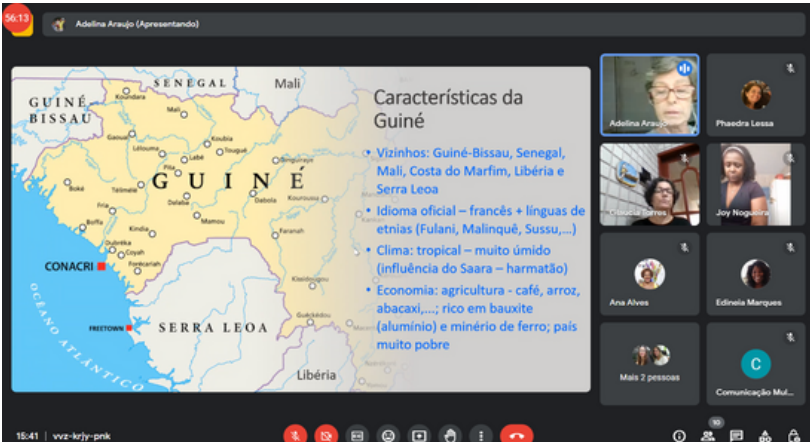
A África e Seus Autores

6º encontro: Guiné

11/08

15h às 17h

Maria Adelina Araujo



Adelina Araujo (Apresentando)

Características da Guiné

- Vizinhos: Guiné-Bissau, Senegal, Mali, Costa do Marfim, Libéria e Serra Leoa
- Idioma oficial – francês + línguas de etnias (Fulani, Malinqué, Sussu,...)
- Clima: tropical – muito úmido (influência do Saara – harmatão)
- Economia: agricultura - café, arroz, abacaxi,...; rico em bauxite (alumínio) e minério de ferro; país muito pobre

15:41 | wvz-krly-prk



CURSO

Aplicativo de Mensagens para Pequenos Negócios

14 e 21 de julho

15h às 17h

com SEBRAE




Helena Lima está apresentando

Os aplicativos de mensagem no Brasil

- ▶ O WhatsApp está instalado no smartphone de 99% dos brasileiros, e 93% usam o aplicativo todo dia.
- ▶ Uma pesquisa sobre mensageria móvel no Brasil também revela que o Telegram chega a 27% dos celulares no país, dobrando a presença no último ano.
- ▶ 90% dos brasileiros usam o WhatsApp para enviar mensagens de texto, e 81% se comunicam por áudio, segundo a pesquisa Panorama Mobile Time/Opinion Box. 67% utilizam a chamada de voz, enquanto 50% publicam e visualizam stories através do WhatsApp Status.
- ▶ O Telegram reforçou a presença no Brasil: ele estava instalado em 13% dos smartphones brasileiros em janeiro de 2019, e foi para 27% em 2020. No entanto, a proporção de usuários que abrem o app todo dia, ou quase todo dia, caiu de 61% para 53% em seis meses. (Entre os usuários de WhatsApp, essa proporção é de 98%.)


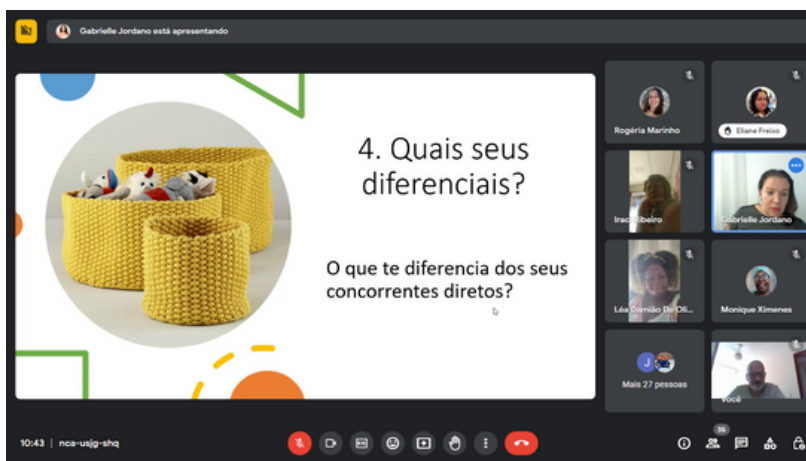
Fonte: <https://panoramamobiletime.com.br/pesquisa-mensageria-no-brasil-fevereiro-de-2020/>



Gabrielle Jordano está apresentando

4. Quais seus diferenciais?

O que te diferencia dos seus concorrentes diretos?

CURSO

Como Fazer um Bom Pitch

09/06
10h às 12h

Gabrielle Jordano
Fusion Integrate




RODA DE CONVERSA

A Importância do Protagonismo Empreendedor de Jovens Periféricas

26/05
16h às 17h


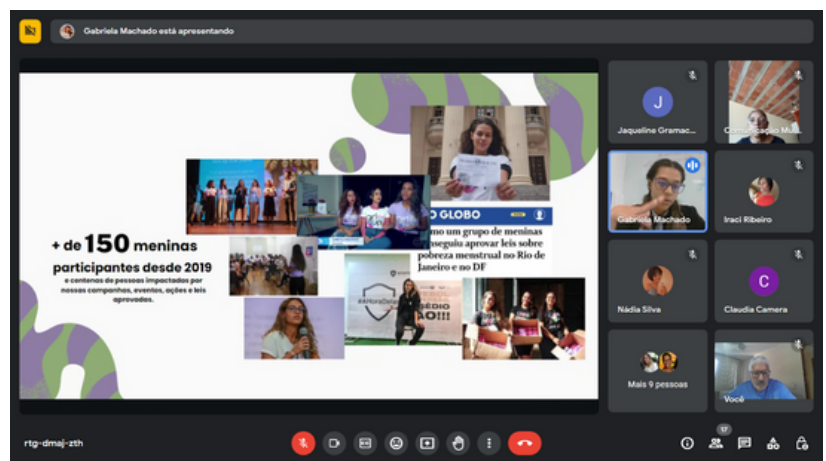
Gabriela Machado
Diretora do ELZAs,
técnica em Administração





Gabriela Machado está apresentando

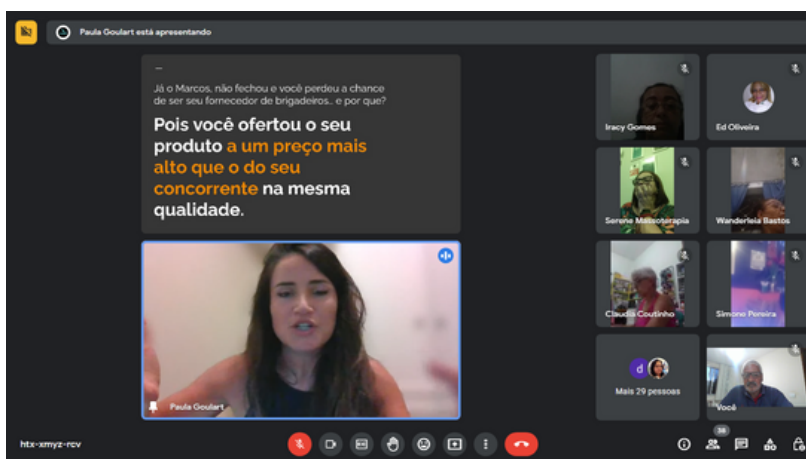
+ de 150 meninas participantes desde 2019 e centenas de projetos impactantes por essas companhias, eventos, ações e leis aprovadas.

Paula Goulart está apresentando

Já o Marcos, não fechou e você perdeu a chance de ser seu fornecedor de brigadeiros... e por que?

Pois você ofertou o seu produto a um preço mais alto que o do seu concorrente na mesma qualidade.



CURSO

Como Precificar um Produto ou Serviço

03/04
17h30 às 18h30

Paula Goulart
Engenheira Especialista em Gestão



Link: meet.google.com/htx-xmyz-rcv





O Ciclo de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia 2023, patrocinado pelo Assaí Atacadista e pela Academia Assaí, foi realizado para 2 turmas.

Sabores do Rio, Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia

Com o objetivo de formar Empreendedoras da área da Gastronomia, o projeto “Sabores do Rio”, realizado pela ASPLANDE e patrocinado pelo Assaí Atacadista e pela Academia Assaí, apoiou, em 2023, um total de 50 empreendedoras nas 2 turmas realizadas. Esta formação coloca o grupo de formandas em um outro patamar do empreendedorismo, mais capacitadas para enfrentar as dificuldades do mercado competitivo.

Nas duas turmas do **Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia 2023**, foram oferecidas ferramentas como: o *design thinking*, uma abordagem que cria as condições necessárias para que, num ambiente criativo, o time tenha *insights* (ideias) e consiga colocá-los em prática; a educação financeira; e estratégias de *marketing* e sustentabilidade. Tais ferramentas são eficazes para impulsionar o empreendedorismo e estimular o desenvolvimento de negócios criativos, que são pouco difundidas para empreendedoras.

Ao analisar o perfil majoritário das participantes, a trajetória do curso é desenhada com aprendizados eficazes e que eliminem ou diminuam as dúvidas e dificuldades das empreendedoras.

Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia 2023

Sabores do Rio

Parceira Academia Assaí ASSAÍ

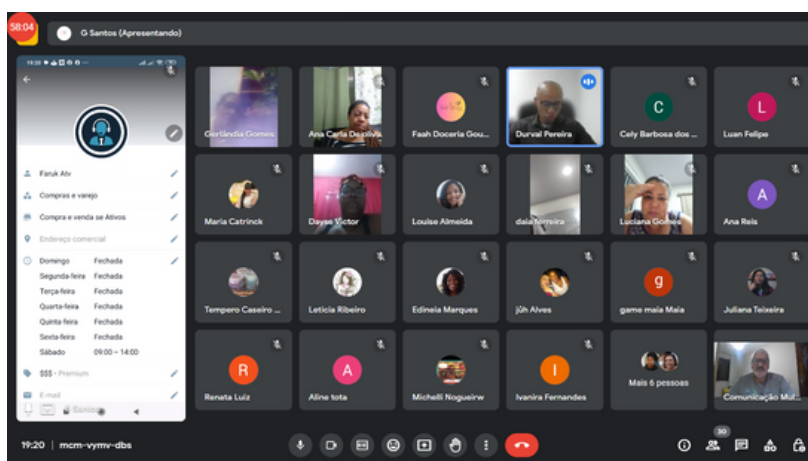
CURSO

WhatsApp para Impulsionar o Negócio

com Durval Pereira

23/10
18h30 às 20h30

O Link será enviado para as inscritas no dia.





Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia 2023

Sabores do Rio

Parceira: Academia Assai

CURSO

Design Thinking

com Joana Rangel

04 e 11/09
10h às 12h

O Link será enviado para as inscritas no dia.

Joana Rangel (Apresentando)

ABORDAGEM E APLICAÇÃO

11:19 | mcm-vymv-dbs

Nath Ouro está apresentando

Apresentação de Slides do Powerpoint - FOTOGRAFIA DIA 01 - PowerPoint

CÍRCULO CROMÁTICO

TRIÁDE: MESMO TOM, COMPLEMENTARES, PARA COMBINAÇÕES HARMÔNICAS

14:21 | mto-xjak-bha

Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia 2023

Sabores do Rio

Parceira: Academia Assai

CURSO

Fotografando para Mídias Digitais

com SEBRAE

SEBRAE **13 e 18/07**
15h às 17h

O Link será enviado para as inscritas no dia.





Prêmio Academia Assaí

O Prêmio Academia Assaí é uma iniciativa do Assaí Atacadista e do Instituto Assaí com o objetivo de reconhecer, valorizar e apoiar empreendedores da área de alimentação de todo o Brasil, para fortalecimento e crescimento dos seus negócios, sejam eles formais ou informais.

Em 2023, ele foi realizado em 2 etapas, uma regional e outra nacional. Podem se inscrever empreendedores em 3 categorias: que tenham um negócio aberto ao público e com endereço permanente (Ponto Fixo); que se dedicam ao comércio de rua (Ambulante); ou que tenham um negócio em que o consumidor escolhe o produto desejado e aguarda sua produção (Venda sob Encomenda).

A empreendedora Suzana Carvalho Ladeira, que participa do projeto Sabores do Rio, se inscreveu no prêmio Academia Assaí na categoria Ambulante, com o seu empreendimento Donuts & Cia. Após passar pela primeira etapa, ficou entre os 2.100 selecionados do país e ganhou um prêmio em dinheiro. Na segunda etapa, ela ficou entre os 210 colocados e ganhou um valor adicional em dinheiro e um vale compras do Assaí. Na terceira etapa, ela apresentou um *pitch* de 1 minuto falando sobre seu produto, como é feito, como é vendido, os desafios e vitórias do dia a dia, seu vídeo ficou entre os 30 melhores escolhidos, e ela ganhou um telefone celular, mais um prêmio em dinheiro e a semana de imersão em São Paulo, para concorrer ao Prêmio Nacional.

Empreendedoras selecionadas para a 1ª Etapa do Prêmio Academia Assaí
Confira a lista com as 24 representantes da Asplande. ▶

Sabores do Rio

Claudia Pitta
Pitta's Delicias
@pittasdeliciasgourmet

Daniele Ambrosio
AMBROS - Candy & Cake
@ambroscandycake

Elizabeth Oliveira
Tempeiro Caseiro da Beth
@temperocaseirodabeth

Adriana Miranda
Da Família -
Fábrica de Salgados
@da_familia

Alexsandra de Souza
Top Fit Saudáveis
@top_fit_saudaveis

Ana Paula Salles
Cozinha Afetiva
Comunitaria Sustentavel
@cozinhaafetivacomunitaria



Ingrid Maryelin
Harina Pan

Juliana Garcia
Juliana Garcia Confeitaria
@julianagarciaconfeitaria

Luana Tavares
The Nana Donuts
@thenanadonuts

Dayse Lucia Victor
Comida Afetiva As Marias
@confortfoodasmarias

Gabriela Cerqueira
Sabores e Momentos
@saboresemomentos.official

Dayane Ferreira
Day Fergom
@day_fergom

Maria Valdirene
Val Bolos
@valbolosrj

Monique Ximenes
Coma Fit
@coma.fit

Patricia Paixão
Empório Mineiro Bão D+
@emporiomineirobaodmats

Suzana
Donut & Cia
@donut_ecia

Tatiana Silva
Salgados da Taty
@Salgadosdataty

Thamyres Carvalho
Opção Saudável Gourmet
@opcaosaudavelgourmet

Rosimar Custódio
Atelier Sabor Gastrô
@atelier.saborgastro

Simoni
Donna Marmita
@donnamarmitarj

Solimar
Sol Bolos Personalizados
@solbolosr

Marcia Ferreira
Delicias da Marcia
@deliciasdamarcia_cakes

Margarita Campo
Patacón Son y Sabor
@quentinhas_colombianas

Maria Elizabeth Araujo
Denginhos de Vó
@denginhosdevoeficial

Você está aqui.
Estapa Regional

Próximas etapas

- 2.100 Premiados
- 210 Finalistas
- 30 Vencedores regionais

Boa sorte a todas!



“Todo o processo, que começou em Abril com a semana de capacitação online e a mentoria individual, mudaram minha visão sobre meu negócio e me deram muitas alternativas para melhorar ainda mais. Em São Paulo, tivemos visitas a grandes empresas como a Nestlé, à faculdade de finanças da FGV, e visitamos a sede do Assaí, conhecendo os bastidores dessa grande rede. Todos os prêmios recebidos foram maravilhosos, mas a semana de imersão em São Paulo, para aprender, com todas as despesas pagas pelo Assaí, foi especial. E a placa linda que nos deram com nossa categoria, nos homenageando foi linda demais. Em muitos dias não acredito que vivi tudo isso.

Acredito que essa iniciativa do Assaí, que começou como um pequeno fornecedor de materiais e alimentos para varejistas, nos incentivou a não desistir e nos deu o gás necessário para lutar pelo nosso sonho de empreender num país onde nem sempre se dá o devido valor ao trabalho dos pequenos empreendedores. O apoio de redes como a ASPLANDE, e todo o carinho e principalmente que o respeito o pessoal do Assaí demonstraram por nós virou nosso combustível pra seguir em frente e enfrentar o que vier”.



Suzana Carvalho Ladeira

*Sabores do Rio -
Empreendimento Donuts e Cia
Finalista do Prêmio Academia
Assaí*





Vamos ouvir a Professora e Mentora Joana Rangel:

“Tenho uma imensa gratidão por poder contribuir com a ASPLANDE ministrando aulas de Design Thinking. É uma experiência enriquecedora e inspiradora ver o empenho e a dedicação de mulheres empreendedoras em busca de seus sonhos e metas.

A troca de conhecimento e a criação de soluções inovadoras juntas são verdadeiramente recompensadoras para mim e acredito que para elas também.

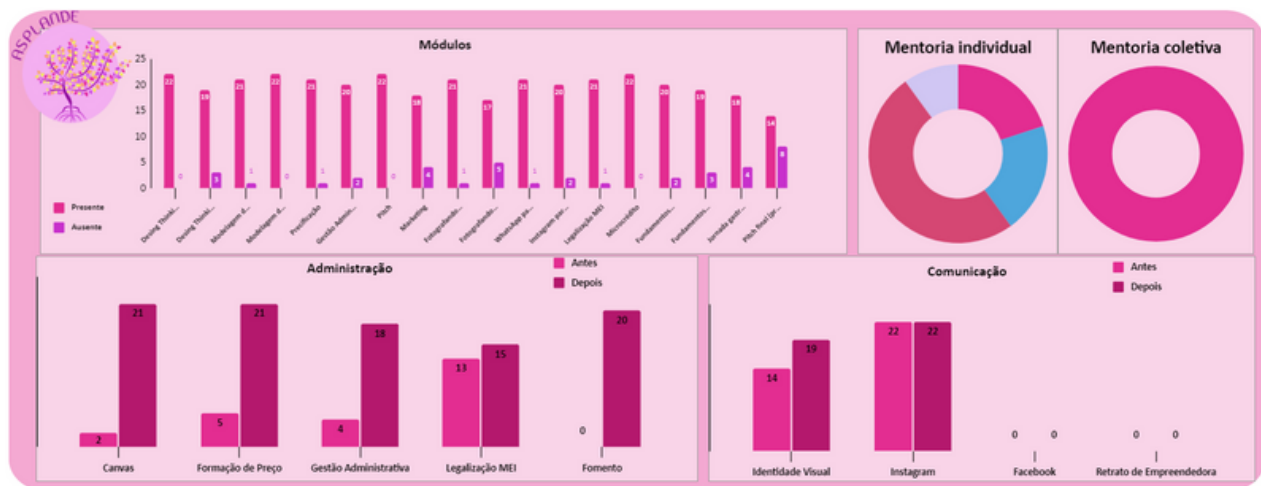
Quem compartilha, multiplica e é sempre um prazer cultivar sementes numa rede tão fértil quanto a ASPLANDE.”



Joana Rangel

Professora e Mentora na área de Design Thinking

Pesquisa de Impacto nos negócios de empreendedoras que participaram das turmas de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia realizadas em 2023



Os resultados completos da pesquisa estão apresentados no Anexo II deste Relatório.



2. Oficinas e Rodas de Conversa

Nas oficinas realizadas em 2023, os temas abordados foram a saúde mental e as inovações:

- As oficinas "Escuta e Cuidado" e "Inspire e não Pire", conduzidas pela professora Maribel Suarez da UFRJ, foram encontros periódicos (quinzenais ou semanais) com conversas e práticas de cuidado pessoal, nos quais buscou-se ampliar a consciência e o repertório com as formas de lidar com as tensões cotidianas geradoras de sofrimento e adoecimento, como ansiedade, baixa autoestima, cansaço, conflitos e violência, dentre outros.
- Os temas Inovações e Uso do Chat GPT pelas empreendedoras foram abordados em oficinas pela consultora Gabriela Jordano.

OFICINA

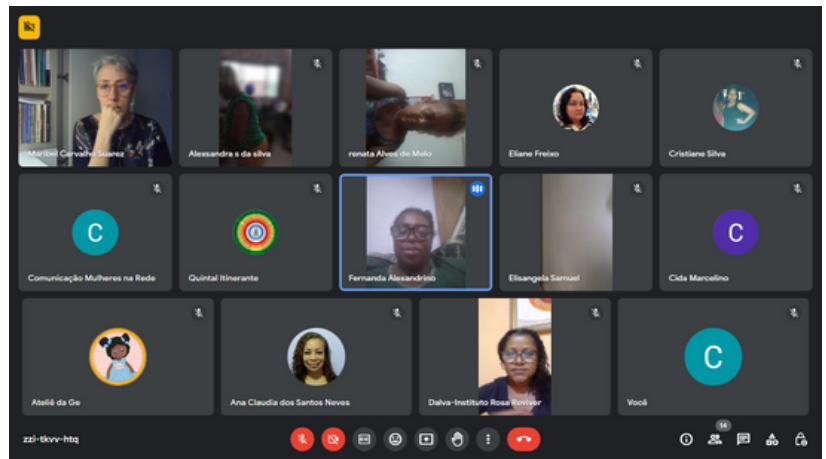
Escuta e Cuidado

Traga seu Tema para Dividir e Cuidar com o Grupo



25/05
16h às 17h

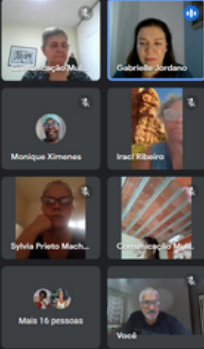

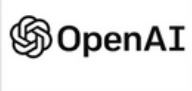
Maribel Suarez
Professora da Coppead/UFRJ



Gabrielle Jordano está apresentando

SIM, O CHAT GPT É PARA VOCÊ!

GABRIELLE JORDANO
CEO FUSION INTEGRATE | INTEGRATUR



OFICINA

Sim, o Chat GPT é para Você!



10/05
10h às 12h

Gabrielle Jordano
Fusion Integrate





As Rodas de Conversa proporcionam o compartilhamento de experiências, dificuldades e aprendizados entre as participantes, em temas técnicos, em temas de negócios e em temas ligados à saúde física e mental das empreendedoras e suas famílias, permitindo aos participantes o diálogo, a escuta e o exercício reflexivo.

As Rodas de Conversas conduzidas por empreendedoras que atuam como voluntárias da ASPLANDE seguiram uma programação regular ao longo do ano, variando-se palestrantes e convidados. São elas:

- Conversas que Inspiram, com Regina Fontes e Ana Lúcia Barbosa
- Palavra de Mulher, com Cris Silva e Crislândia Moraes
- Sabor e Saúde, com as Chefes Vanessa Lourenço e Claudia Pitta.

Outras Rodas de Conversa sobre temas que surgiram de necessidades específicas ou de oportunidades de contato e diálogo com diversos especialistas também enriqueceram o compartilhamento de troca de experiências entre as empreendedoras.

Conversas que Inspiram

No canal do Youtube: Compartilhando Saberes

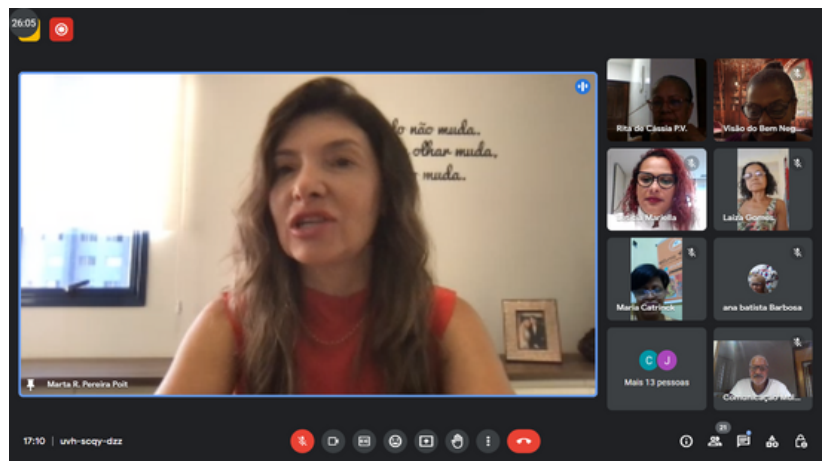
Ana Lúcia Barbosa e Regina Fontes convidam e conversam com:

13/09 17h-18h

Parceria: **SyD Creative Events**

Rita de Cassia
Pedagoga e Assistente Social, criadora do Artesinares e Fontinhos da Ritinha

Marta Pereira Poit
Empreendedora e Cofundadora do Investe Favela



Palavra de Mulher

30/08 17h-18h

Conversam com:

Cristiane Silva **Crislândia Moraes**

Adriana Mota
Pedagoga e mãe do Flávio

Marília Albuquerque
Mãe, da Associação Nacional Mães da Resistência em PE e da Pastoral da Diversidade na CABS



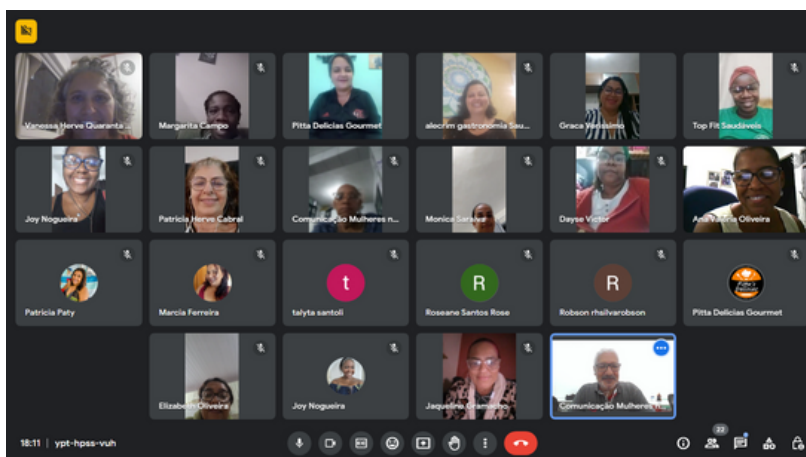
Sabor e Saúde
Tema: Venha descobrir se sua produção é sustentável

19/07
17h às 18h

Vanessa Santana, da Alecrim Gastronomia Saudável e Claudia Pitta, do Pitta's Delicias Gourmet convidam e conversam com:

Maria das Graças
Restaurante Tudo do Peixe

Vanessa Hervé
Projeto Nutrição Favéla Orgânica com o Ciclo do Alimento



3. Eventos diversos da ASPLANDE

Além dos cursos, oficinas e rodas de conversa, a ASPLANDE promoveu dois Encontros de Confraternização com a entrega de prêmios ligados a atuações destacadas, o Prêmio Dandara e o Prêmio Tia Angélica.

Prêmio Dandara

O Encontro de Confraternização entre Empreendedoras foi criado em 1998 e, desde 2012, foi estabelecido o prêmio Dandara, que já está na sua 11ª Edição. Neste evento, em que as Mulheres Empreendedoras comemoram o Dia Internacional da Mulher, a ASPLANDE homenageia mulheres que fazem a diferença na construção de um mundo melhor.

Lembrando Dandara, figura emblemática da resistência negra feminina, foram mais uma vez homenageadas 21 mulheres e 4 instituições parceiras, que fizeram em 2022/23 a diferença na construção de um mundo melhor.







Prêmio Tia Angélica

O Prêmio Tia Angélica foi estabelecido em 2016, como um seguimento do Prêmio Dandara, e homenageia a respeitada empreendedora social, moradora do Parque Paulista em Duque de Caxias, Maria Angélica de Jesus, que organiza o projeto social comunitário Grupo Tia Angélica.

O prêmio busca aproximar as mulheres da Baixada e dar visibilidade aos seus trabalhos e lutas. Em sua VIII edição, em 2023, o prêmio foi conferido a 16 empreendedoras sociais da Baixada Fluminense.

Prêmio Tia Angélica 2023

Conheça quem criou

O Prêmio Tia Angélica busca aproximar as mulheres da Baixada e dar visibilidade aos seus trabalhos e lutas. Homenagearemos pessoas que estão contribuindo para construir uma Baixada Fluminense de Paz, solidariedade e justiça social.



Tia Angélica

10/11 10h às 13h
Rua Camerino, 51
Centro - Rio de Janeiro

Apoio: 

Prêmio Tia Angélica 2023

Conheça quem apresenta

O Prêmio Tia Angélica busca aproximar as mulheres da Baixada e dar visibilidade aos seus trabalhos e lutas. Homenagearemos pessoas que estão contribuindo para construir uma Baixada Fluminense de Paz, solidariedade e justiça social.



Cristiane Silva



Ana Lúcia Barbosa

10/11 10h às 13h
Rua Camerino, 51
Centro - Rio de Janeiro

Apoio: 

Prêmio Tia Angélica 2023

Conheça quem faz a comunicação

O Prêmio Tia Angélica busca aproximar as mulheres da Baixada e dar visibilidade aos seus trabalhos e lutas. Homenagearemos pessoas que estão contribuindo para construir uma Baixada Fluminense de Paz, solidariedade e justiça social.



Layla Lima



Luiza Lima



Luiza Araujo



Anna Rodrigues

10/11 10h às 13h
Rua Camerino, 51
Centro - Rio de Janeiro

Apoio: 

Prêmio Tia Angélica 2023

Conheça quem organiza



Dayse Valença



Paulo Borges



Regina Fontes



Tia Angélica



Ana Barbosa



Cris Santana



Crislândia Moraes



Cristiane Silva



Elizabeth Araujo



Elizabeth Lima

10/11 10h às 13h
Rua Camerino, 51
Centro - Rio de Janeiro

Apoio: 





Encontro de empreendedoras da ASPLANDE com alunas da Universidade de Duke dos Estados Unidos

Fazia alguns anos que não recebíamos a visita de alunos da Universidade De Duke e em 2023, tivemos a grata surpresa de receber a professora Magda Silva com um grupo de alunas. Nesse dia, promovemos um encontro de troca entre empreendedoras das ASPLANDE com as alunas da Duke.

Dia das Boas Ações





EXPOFAVELA

A Expo Favela Innovation Rio 2023, realizada em julho de 2023, apoiada pela Prefeitura do Rio e por instituições como SENAC e SENAI, foi considerada a maior feira de negócios de favela do mundo.

O evento teve a participação de 8 empreendedoras ligadas à ASPLANDE e abriu oportunidades para que essas mulheres apresentassem seus empreendimentos a investidores, ampliando *networks*, participando de jornadas de desenvolvimento de negócio, trazendo visibilidade aos negócios inovadores e essenciais para o sistema socioeconômico de suas comunidades.



Monique Ximenes

Coma Fit
[@coma.fit](#)



Mechelle Gonzaga

Poderosa Na Chapa
[@poderosa.nachapa](#)



Luana Tavares

The Nana Donuts
[@thenanadonuts](#)



Rose Borges

Piabas Moda
[@piabasmoda](#)



Vanessa Noronha

Dra. Vanessa Noronha
[@biomedica.dra.vanessanoronha](#)



Ana Lúcia Barbosa

Negócio Social Visão do Bem
[@socialvisaadobem](#)



Elizabeth Lima

Bell Lima
[@acessoriosbellima](#)



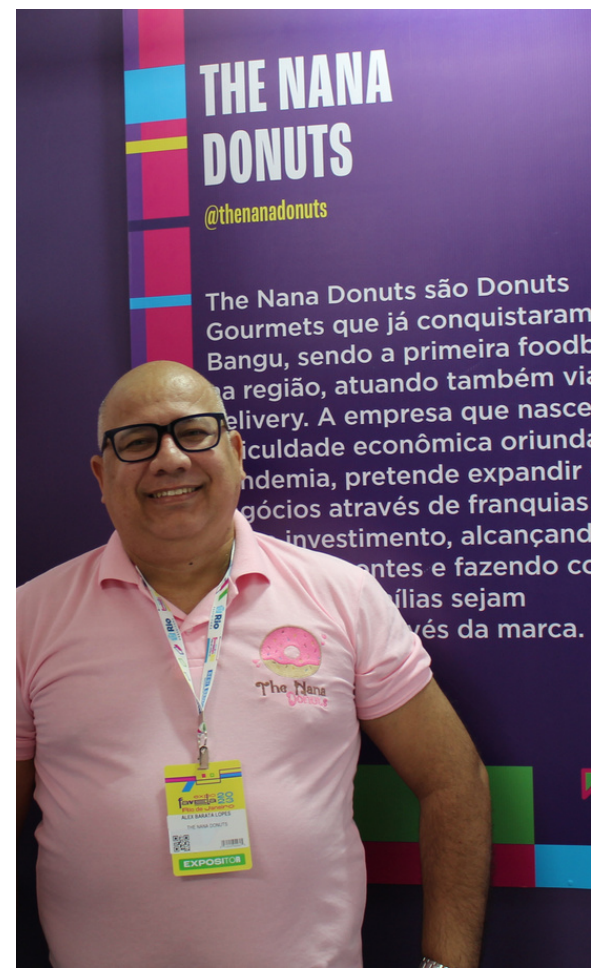
Gilza Roza

Artesãos de Japeri
[@forumdeeconomiajaperi](#)



Joelma Alcântara

Jojo Serviços
[@jojosservicos](#)





Monique de Paula Ximenes foi uma das empreendedoras da ASPLANDE que foi selecionada para participar do evento.

“Participar da ASPLANDE é sempre certeza de mais aprendizado, as mentorias que participamos nos dão mais bagagem de conhecimento do mundo empreendedor, fortalece nossa confiança de que podemos fazer sempre nosso melhor. 2023 não foi um ano fácil pra mim, mas os conselhos e as informações que recebi fizeram com que eu não desistisse do meu negócio, sou muito grata por fazer parte dessa família que é a Asplande.

A participação na Expo Favela foi mais um aprendizado. Conheci muitos projetos interessantes, troquei ideias com outros empreendedores e apresentamos nossos produtos às pessoas que visitaram nosso estande. Achei uma experiência maravilhosa. Dei entrevistas, conheci artistas que deram palestras, e fiz um pitch para financiadores”.



Monique Ximenes
Empreendedora à frente
do negócio Coma Fit

Feira do Empreendedor Rio de Janeiro





III. Comunicação Institucional

Para dinamizar nossos trabalhos e incentivar a participação das empreendedoras, hoje a ASPLANDE conta com um time incrível que vem fazendo um trabalho muito profissional e potente na comunicação institucional: Luiza Araújo está à frente como Coordenadora da Equipe de Comunicação, Anna Paula Rodrigues como Titular do Design, Luisa Lima na Social Mídia, todas voluntárias da ASPLANDE. O time se completa com as estagiárias vindas do programa de Extensão da UFRJ, Liz Brandão, Millena Salles, produtoras de conteúdo, e Thamirys de Lima, produtora e revisora de conteúdos financeiros.

No dia a dia, esse time cuida da divulgação de todas as atividades realizadas e cuida também da produção de textos e vídeos, entrevistas e todo material que é veiculado nas mídias: site, WhatsApp, Facebook, Instagram e LinkedIn. O grupo assumiu as redes sociais no início de 2023 e, com ideias novas e muita vontade de trazer conhecimentos, curiosidades, compartilhar experiências e novidades, programar o que seria postado, planejar novas estratégias e criar novos quadros, passou a ser uma atividade colaborativa, onde foi possível transformar o perfil da ASPLANDE a partir das ideias de cada uma das voluntárias do grupo.

“Assumir a tarefa de administrar as redes sociais da ASPLANDE foi um desafio. No começo, muitas pessoas da equipe de comunicação se uniram para apoiar esta transição, e mais adiante, com a chegada das voluntárias do programa de Extensão da UFRJ, nossas energias foram renovadas. Como resultado, o perfil da ASPLANDE hoje transmite muito mais a missão, os valores e a personalidade da ONG. E o objetivo é desenvolver cada vez mais mecanismos para captar novos olhares e apoios por meio das principais plataformas de mídia”.



Luiza Araújo
Coordenadora da Equipe
de Comunicação



“Trabalho com a comunicação visual da Asplande desde 2018, cuidando da comunicação interna e externa de projetos, campanhas, produtos e programas. Desde 2022 estou no time que cuida das redes sociais da ONG. Nesse ano de 2023, mais do que nunca, foi um ano de diversos aprendizados, tanto profissionalmente, quanto no meu desenvolvimento pessoal, e a Asplande teve um grande papel nisso. Poder trabalhar e me desenvolver como profissional com algo que gosto tanto, e ainda por cima auxiliar no trabalho tão importante que a Asplande faz, é um privilégio!”.



Anna Paula Rodrigues
Designer da Instituição

Retrato da Empreendedora e E-Book “Mulheres que Inspiram”

O Retrato da Empreendedora é uma publicação semanal em que uma entrevistada conta a sua história de vida e sua trajetória no mundo empreendedor. São depoimentos tomados por um grupo de voluntárias que vivenciam e se emocionam com cada história contada.

Em 2023, as voluntárias que atuam nos Retratos foram: Moara Flausino, Glaucia Torres, Patrícia Hervé Cabral e Adelina Araújo. E, desde a criação do blog *Mulheres em Rede Compartilhando Saberes* <http://mulheresnarede.org.br/porta/index.php/category/blog/>, o colaborador Wolgrand Ribeiro dá uma contribuição valiosa em termos de revisão ortográfica e gramatical de todos os textos escritos e publicados.





Depoimento da entrevistadora Patrícia Hervé Cabral:

“É com muito entusiasmo que falo sobre o trabalho que realizei junto a ASPLANDE, onde tive a oportunidade de conduzir uma pesquisa e de escrever histórias inspiradoras de mulheres microempendedoras. Foi muito gratificante ver como essas mulheres superaram suas dificuldades e como suas histórias impactaram positivamente nas suas vidas e na vida de seus familiares.

Ao longo desse processo, pude testemunhar a força do empreendedorismo feminino e como desempenha um papel crucial no desenvolvimento econômico e social, inspirando outras mulheres. O apoio da ASPLANDE foi fundamental para o sucesso desses projetos e fico feliz por ter a oportunidade de contribuir para o empoderamento dessas mulheres”.



Patrícia Hervé Cabral
Voluntária da ASPLANDE

Nosso revisor de textos, Wolgrand Ribeiro.

Wolgrand é Biólogo com especialização em Microbiologia e chegou à ASPLANDE por intermédio da ATADOS em 2015, quando, ao conhecer Dayse e Paulinho, se engajou nessa fantástica parceria, trabalhando há cerca de oito anos. Na ASPLANDE, iniciou realizando palestras nas áreas de saúde e de Relações Inter Pessoais (RIP), e, em 2017, passou a atuar como revisor de textos, notadamente nos Retratos das Empreendedoras. Em 2020, com a pandemia, com a formação de um grupo mais sólido de voluntárias entrevistadoras e com o lançamento anual do e-book “Mulheres que Inspiram”, o trabalho de Wolgrand aumentou e ele já revisou um total de quase 300 textos.

“Os textos são emocionantes com incríveis histórias das empreendedoras envolvendo muita emoção e superação, tendo como pano de fundo a Pandemia. Esses textos, quem sabe em um futuro próximo, poderão mostrar para a sociedade a incrível caminhada dessa ONG chamada ASPLANDE !!!!!!!”



Wolgrand Ribeiro



O e-book *Mulheres que Inspiram* foi lançado em seu volume 3 em junho de 2023, contendo histórias de 53 Mulheres que fazem parte do Programa Rede Cooperativa de Mulheres Empreendedoras da Região Metropolitana do Rio de Janeiro, e atuam em negócios da Gastronomia, do Artesanato e nos Negócios de Impacto Social. Mais uma vez, as histórias nos mostraram a trajetória de vida de mulheres que, enfrentando dificuldades pessoais e econômicas e barreiras sociais, promoveram mudanças importantes na qualidade de vida de seus familiares e de suas comunidades. O projeto tem a curadoria de Adelina Araújo. Para a composição do volume 3, as histórias publicadas no *blog* no período de abril de 2022 a junho de 2023, foram revisadas e ilustradas por Moara Flausino, Gláucia Torres e Adelina Araujo, todas voluntárias da ASPLANDE.

O projeto editorial foi executado por Anna Paula Rodrigues, responsável pela ilustração da capa, diagramação, *design* interno e construção do ferramental para ilustração do e-book, e Luiza Araújo, responsável pela diagramação, revisão e montagem dos textos e ilustrações.

O lançamento do e-book foi feito presencialmente no auditório do Metrô Rio, com a presença de um grande número de empreendedoras, de toda a equipe de produção das histórias e do e-book, de vários representantes da ASPLANDE e diversos parceiros, como a professora Maribel Suarez da UFRJ, Karolina Mendes, representante da Secretaria da Mulher do Estado do Rio de Janeiro e Janaína Castilho e Lorraine, representantes da Secretaria de Inclusão Sócio Produtiva do município do RJ.

*“Trabalhar nas histórias das empreendedoras e na construção agora anual do e-book *Mulheres que Inspiram* são atividades que me dão satisfação e me trazem um enorme aprendizado. Criatividade, alegria, solidariedade, capacidade de enfrentar desafios e vencer dificuldades são algumas das lições que eu recebo de cada uma dessas Mulheres. E trabalhar com a equipe do e-book, já consolidada no seu 3º volume, é só prazer”.*



Adelina Araújo
Voluntária da ASPLANDE,
Curadora do E-book



"Fazer parte da ASPLANDE é uma honra e um aprendizado constante. Escrever as histórias das empreendedoras é um desafio que emociona, nosso propósito é manter a verdade que elas nos trazem nas entrevistas e que farão parte do eBook "Mulheres que Inspiram". Só tenho a agradecer. Mais um ano se passou e o amor e admiração que sinto pela ASPLANDE só cresce."



Moara Guimarães Flausino
Estudante de Jornalismo e
voluntária na ASPLANDE

"Participo como voluntária da ASPLANDE desde setembro de 2021. Tem sido uma experiência riquíssima graças à generosidade de tantas empreendedoras que se dispuseram a ter suas histórias registradas através da minha escrita. A cada entrevista tomo conhecimento de um pouco mais de brasileiras que persistem na realização de seus sonhos, agregando talento à construção de um empreendimento, movimentando toda uma rede de mulheres. Este ano me tocou profundamente a cerimônia presencial de lançamento do terceiro e-book. Oportunidade em que senti a vibração de tantos depoimentos empoderados. Espero continuar nesta caminhada, contribuindo no registro de tantas histórias inspiradoras".



Gláucia Torres
Voluntária da ASPLANDE
- Blog "Minha história" e
outros





PARTICIPE!

Contar histórias de mulheres empreendedoras é inspirar novas histórias.

Lançamento do novo E-book
Mulheres que Inspiram Vol.3

29/06
10h às 13h

Auditório do Metrô
Av. Pres. Vargas, 2000 - Central do Brasil



Mulheres que Inspiram

ASPLANDE

Vol. 3

Coletânea de Histórias de Mulheres Empreendedoras da Região Metropolitana do Rio de Janeiro

<http://www.asplande.org.br/publicacoes-2/publicacoes-2023/>



IV. Parcerias da Asplande

Para a ASPLANDE, realizar parcerias significa criar oportunidade de acesso a bons profissionais do mercado, agregar valor ao nosso trabalho e expandir o *networking* das nossas empreendedoras.

Parceria com SEBRAE

Em 2020 iniciamos uma parceria com o SEBRAE RJ, que foi consolidada em 2021, através do Comunidade SEBRAE, na pessoa de sua coordenadora, Carla Teixeira Panisset.

Ao longo de 2023, fruto dessa parceria, foram realizadas no programa ASPLANDE Mulheres em Rede Compartilhando Saberes, mentorias, cursos, oficinas e oportunidades para as empreendedoras da família ASPLANDE.

Fundo ManaMano, uma Parceria com a UFRJ

Criado em 2020 pela UFRJ, ASHOKA, Instituto Dara e ASPLANDE e contando com a participação da Gastrotomia, Luta pela Paz, Criola, Redes da Maré e Rede ASTA, o Fundo Manamano (www.manamano.org.br) vem viabilizando a realização de Ciclos Semestrais de Formação Mentorias e Capital Semente no valor de R\$ 2.500,00, para cada participante. Em 2023, o Manamano apoiou 25 Nano Empreendedoras periféricas.

“Participar e fazer parte da ASPLANDE é uma oportunidade de adquirir conhecimento e independência financeira, e de entender o mundo do empreendedorismo, com mentorias e acompanhamento por pessoas capacitadas. Novas parcerias e crescimento pessoal. Me trouxe entusiasmo e resiliência, de que podemos ser mulheres de negócios bem sucedidas, assumimos os riscos e focamos em nossos objetivos e metas. É assim que me sinto fazendo parte da ASPLANDE!”



Letícia Léa de M. Mariella
Sabores do Rio -
Empreendimento Fidéus
Gastrô



Parceria com a pró-reitoria de extensão da UFRJ

Em 2023 ampliamos nossa parceria com a UFRJ e passamos a Receber estagiários através da pro-reitoria de extensão.

Parceria com ATADOS

Para quem ainda não conhece o site www.atados.com.br, a ATADOS é uma ONG que faz a ponte entre quem quer se voluntariar e as instituições que precisam de voluntários. Desde que foi criada, a ASPLANDE tornou-se parceira dessa instituição incrível, que mostra na prática que brasileiro tem interesse e disponibilidade para contribuir com um Brasil melhor!!!

O Dia das Boas Ações, evento realizado pelo ATADOS no Parque Garota de Ipanema, foi mais uma vez um grande sucesso. Na edição de 2023, a ASPLANDE participou com empreendedoras do Raízes do Rio, Sabores do Rio e com as Embaixadoras dos Direitos das Mulheres. Foi um evento muito potente!





Parceria com a Fundação Cherie Blair

Em 2021, a ASPLANDE iniciou uma parceria com a organização Cherie Blair (cherieblairfoundation.org), visando, após um processo de seleção em inglês, a conexão de empreendedoras com mentores internacionais. Atualmente 3 empreendedoras da Asplande fazem parte deste projeto.

Ter a oportunidade de participar de uma mentoria internacional, voltada para mulheres empreendedoras, é algo que nunca imaginei. Mas é algo que combina completamente com o trabalho da Asplande, que se concretiza e combina com todo o trabalho que é feito por aqui. Tem sido incrível aprender com mais essa fonte de conhecimento, que só vem agregando valor ao meu negócio.



Anna Paula Rodrigues
Empreendedora na
Atemporal Social

Parceria com Aipe

No final de 2023, o Projeto Mulheres em Rede Tecendo o Empreendedorismo de Impacto Socioambiental foi um dos selecionados no edital Aipe. Entre 2024 e 2025 serão realizados 4 Ciclos Aceleração de Negócios de Impacto Social e ou Ambiental. A primeira turma já foi selecionada no final de 2023.



V. Pesquisa 2023 sobre o Impacto dos projetos da ASPLANDE no desenvolvimento das empreendedoras que participam da rede ASPLANDE

Com o objetivo de avaliar o impacto das atividades realizadas, a Asplande realiza uma escuta anual das empreendedoras, que é feita com o uso de um questionário, onde os negócios são abordados em seus diversos aspectos, e a empreendedora reporta o impacto sentido.

As respostas ao questionário, respondido em 2023 por 87 empreendedoras, foram trabalhadas e condensadas, em termos numéricos, conforme apresentado a seguir.

1. Tópicos abordados na pesquisa

Os 3 tópicos abordados na Pesquisa de Impacto foram: identificação da Empreendedora; apresentação do negócio; e impacto das atividades realizadas sobre o negócio.

2. Identificação da Empreendedora

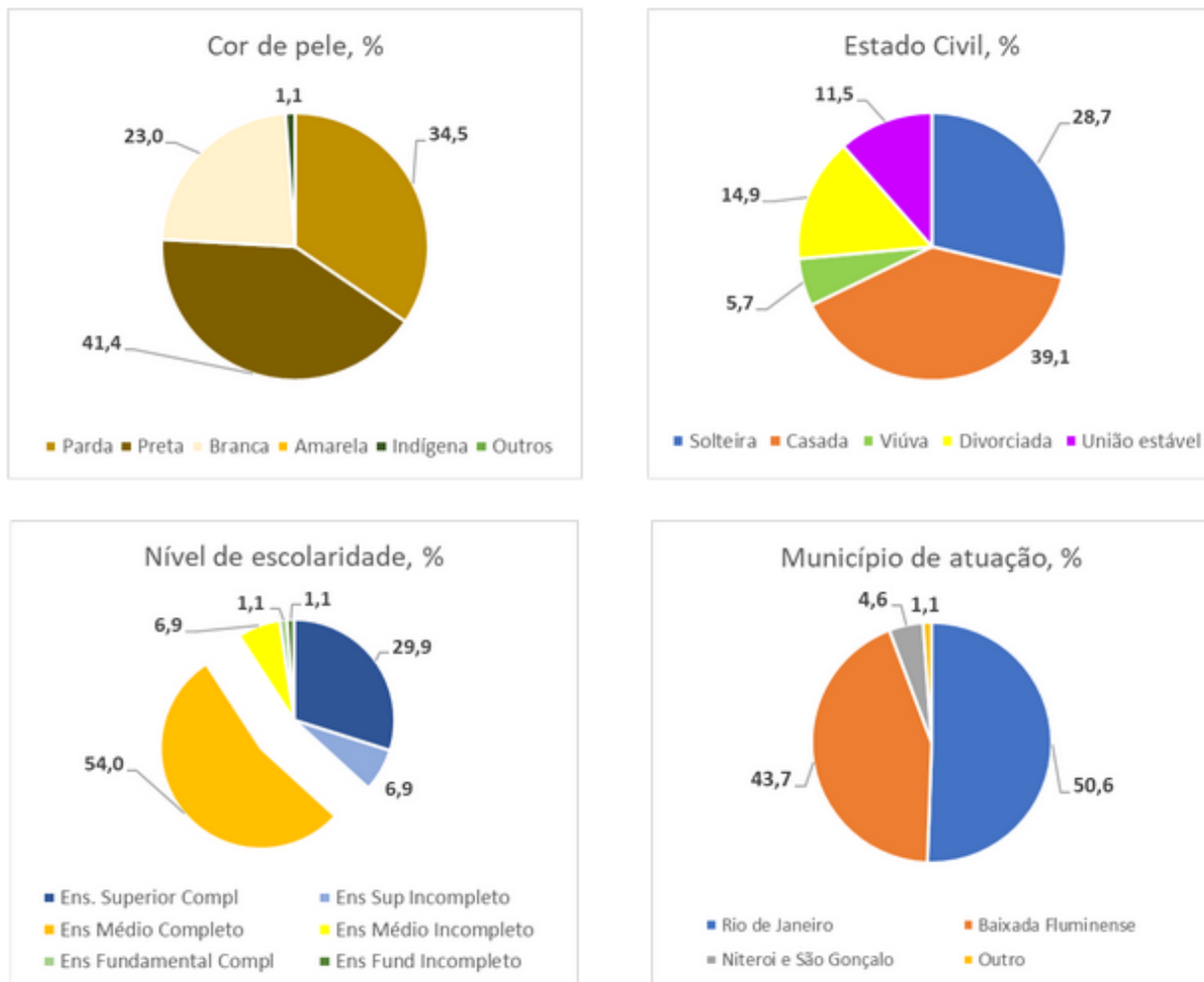
Neste tópico, a empreendedora se identifica, informando seus dados pessoais e socioeconômicos. Como mostrado na Figura 1, as empreendedoras que responderam à pesquisa:

- São predominantemente de cor Preta (41,4%) e Parda (34,5%);
- Em termos de estado civil, as mulheres casadas predominam (39,1%);
- O nível de escolaridade “Ensino médio completo” (54%) é o que predomina; e
- A maior parte atua no Rio de Janeiro, Centro e Zona Oeste (50,6%), 43,7% das entrevistadas atua na Baixada Fluminense e 4,6% em Niterói e São Gonçalo.



Dados socioeconômicos das empreendedoras que participaram da Escuta 2023:

Figura 1



3. Características do negócio

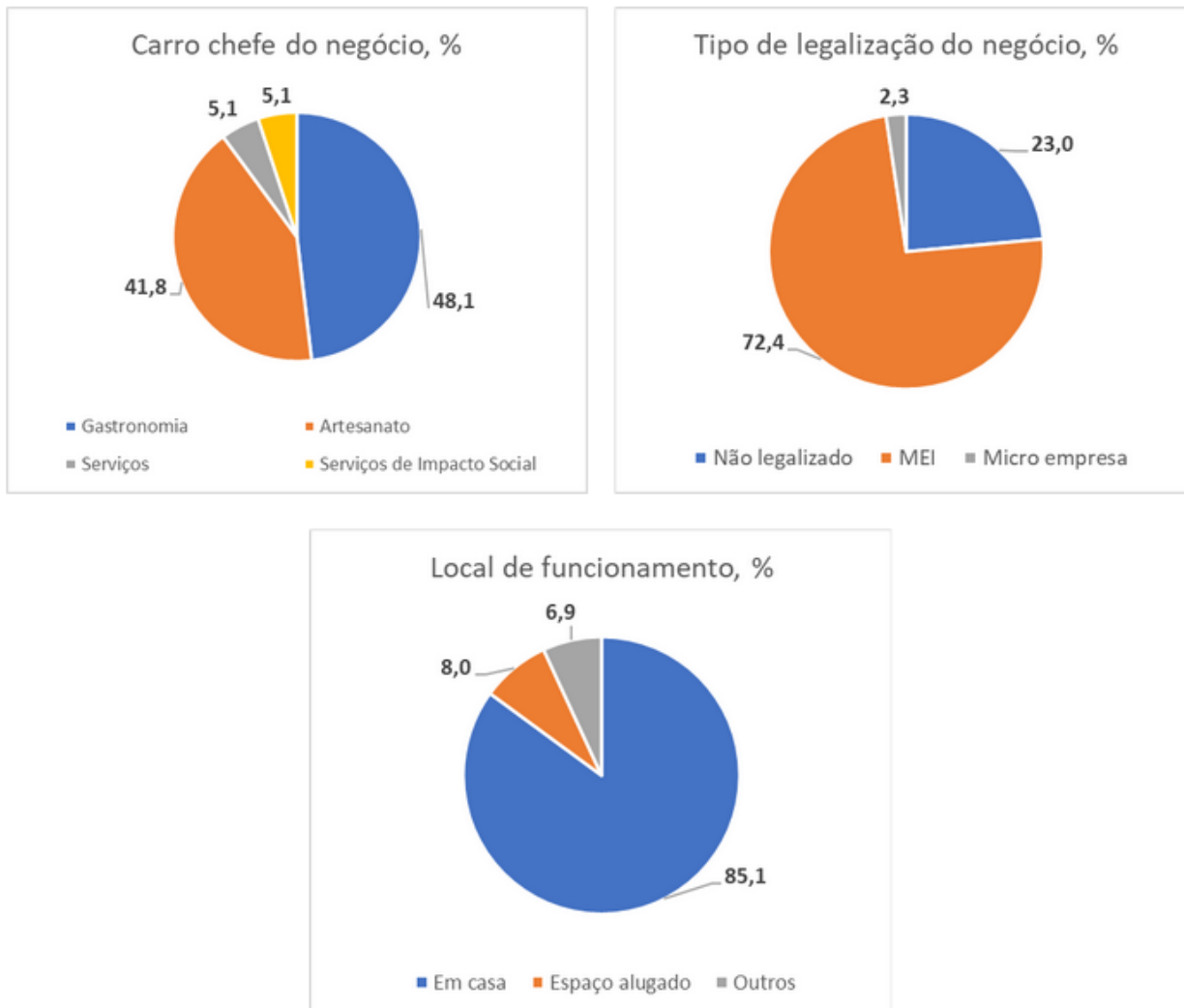
Na Figura 2 estão apresentadas a área do negócio ou seu carro chefe e tipo de legalização que ele possui, se é MEI, microempresa ou um negócio ainda informal, e o local de trabalho utilizado (residência, loja alugada, etc). Observe-se que:

- A maior parte das empreendedoras atua nas áreas de gastronomia (48,1%) e artesanato (41,8%). As áreas de serviços (5,1%) e serviços de impacto social (5,1%) representam apenas 10,2%;
- Em termos legais, a maior parte dos negócios (72,4%) são de microempreendedoras individuais (MEI), existindo ainda 23,0% de negócios não legalizados e apenas 2,3% dos negócios são microempresas;
- e
- A maior parte das empreendedoras atuam em suas próprias casas (85,1%).



Área do negócio e tipo de legalização:

Figura 2



Na Figura 3, estão mostradas a carga horária dedicada, a renda mensal obtida, a dependência que a empreendedora tem do negócio em termos de renda e o uso ou não do sistema *delivery*. Observa-se que:

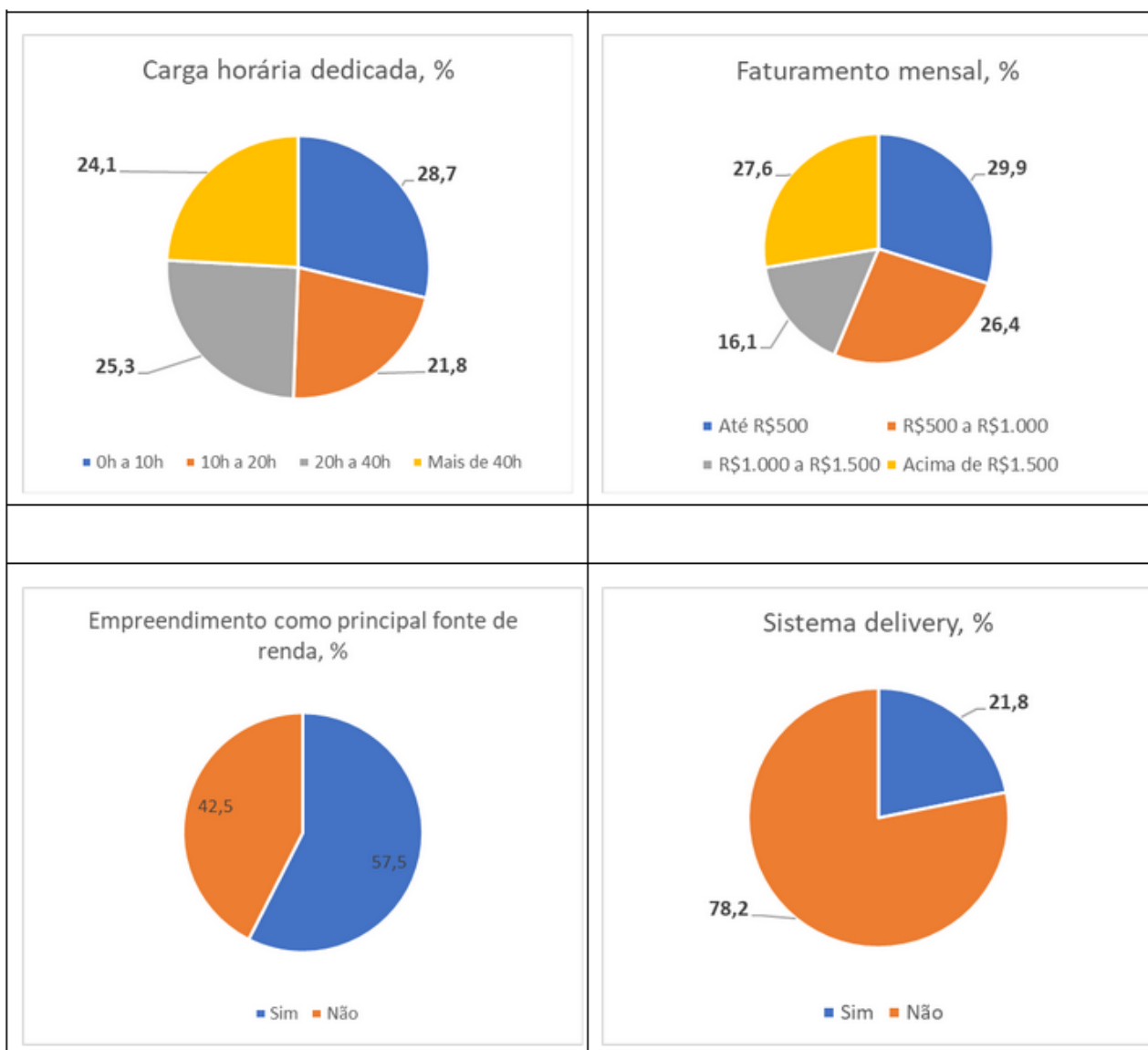
- A carga horária dedicada pelas empreendedoras é bem distribuída, existindo empreendedoras que dedicam de 0 a 10h (28,7%), de 10 a 20h (21,8%), de 20 a 40h (24,1%), até mais de 40h (25,3%) semanais em proporção semelhante;
- A maior parte das empreendedoras tem renda mensal do negócio de até R\$ 500,00 por mês (29,9%), seguida das que têm renda de R\$500,00 e R\$1.000,00 por mês. Apenas 27,6% têm renda mensal acima de R\$1.500,00;



- Mais de 50% das empreendedoras dependem unicamente do negócio como principal fonte de renda (57,5%); e
- A maior parte (78,2%) ainda não utiliza ainda o sistema de entrega (*delivery*) na comercialização dos seus produtos.

Carga horária dedicada ao negócio, faturamento e uso do sistema *delivery*:

Figura 3





4. Impactos dos cursos e atividades da Asplande sobre os negócios

A contribuição dos cursos e das atividades desenvolvidas e as oportunidades oferecidas pela Asplande em 2023 para os negócios e para a vida das empreendedoras foi avaliada de acordo com os aspectos listados na Tabela I e os resultados foram classificados como de: alta contribuição (A), média contribuição (M) e baixa contribuição (B).

Impactos das atividades da Asplande sobre os negócios, conforme observado pelas empreendedoras:

Dados percentuais de respostas

	Alta contribuição	Média contribuição	Baixa contribuição
Gerenciamento do negócio	66,7	31,0	2,3
Gerenciamento de preços	72,4	26,4	1,1
Seleção de fornecedores	65,5	31,0	3,4
Formação de parcerias	41,4	43,7	14,9
Confiança no potencial empreendedor	86,2	12,6	1,1
Atitude mais saudável e respeitosa ao meio ambiente	83,9	16,1	0,0
Comunicação no negócio	78,2	20,7	1,1
Visibilidade do negócio	63,2	33,3	3,4
Senso de cidadania e direitos	79,3	19,5	1,1



Observa-se que a maior parte das empreendedoras sentiu uma alta contribuição para os seus negócios em quase todos os itens perguntados, sendo que os tópicos em que mais de 70% das empreendedoras que responderam ao questionário sentiram uma alta contribuição das atividades da Asplande foram:

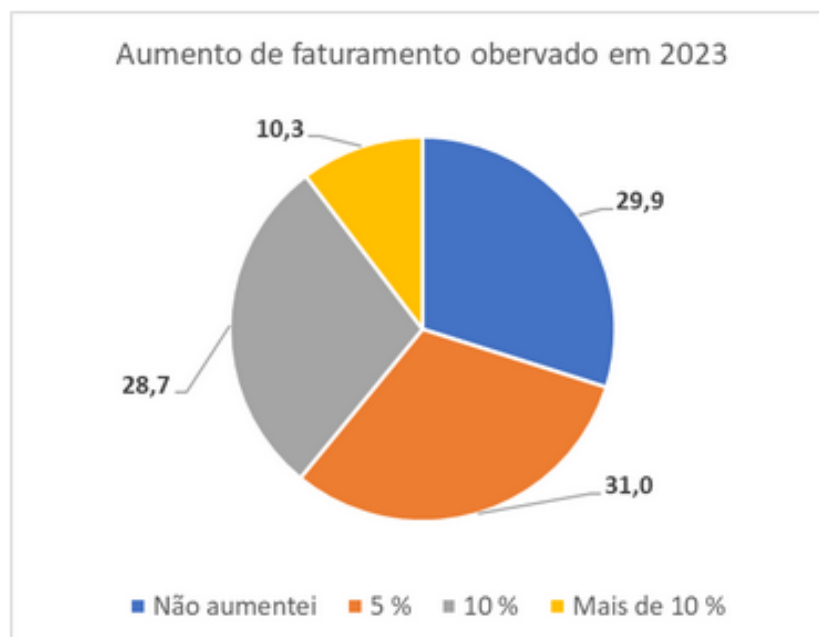
- O gerenciamento de preços (72,4%),
- A confiança no potencial empreendedor (86,2%),
- A atitude mais saudável e respeitosa ao meio ambiente (83,9%), e
- O senso de cidadania e direitos (79,3%).

A menor contribuição foi a observada sobre a formação de parcerias (41,4%).

Finalmente, em termos do faturamento obtido durante o ano, a maior parte das empreendedoras afirmou que conseguiu em um aumento de apenas 5 a 10% no seu faturamento, como mostrado na Figura 4, o que, num cenário de inflação próximo de 5% ao ano, mostra um resultado próximo da estabilidade em relação a 2022. No entanto, para as empreendedoras que conseguiram um melhor gerenciamento de preços, isto pode ter significado também um aumento no lucro do negócio.

Aumento de faturamento observada pelas empreendedoras em decorrência das atividades da Asplande:

Figura 4





VI. Conclusões

Completando 21 anos de existência, a Asplande, cada vez mais, amplia sua atuação como uma assessoria de desenvolvimento de empreendedoras periféricas. Sua atuação abrange atualmente todos os municípios no entorno da cidade do Rio de Janeiro e o atendimento a empreendedoras que moram mais distante do centro do Rio foi claramente potencializada pela implantação bem sucedida das atividades EAD durante a pandemia.

Em continuidade ao processo implantado em 2020, como mostra a Figura 5 o número de empreendedoras que participaram das atividades EAD, palestras, cursos, oficinas, rodas de conversa e mentorias em 2023 foi semelhante aos números de 2021 e 2022, mesmo que as atividades comemorativas como os Prêmios Dandara e Tia Angélica, o lançamento do volume 3 do *e-book* Mulheres que Inspiram, o encerramento do ano, entre outros, tenham sido realizadas de forma presencial.

Evolução da participação das empreendedoras nas atividades *on-line* desde 2020

Figura 6





Anexo I: Atividades desenvolvidas em 2023

A) Cursos e palestras

O Ciclo de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia foi realizado no ano de 2023 para 2 turmas: a primeira de junho a agosto e a segunda de setembro a novembro, beneficiando um total de 50 empreendedoras e seus negócios.

Cada Ciclo de Aceleração constou dos seguintes módulos:

- *Desing Thinking*, com Monique Ferraz
- Modelagem do Negócio, com Gabrielle Jordano e Joana Rangel
- Precificação, com Paulo Borges e Thamirys Gabrielle Pereira de Lima
- Gestão Administrativa Financeira, com Paulo Borges e Thamirys
- Estratégia de *Marketing*, com Paula Goulart - Engenheira Especialista em Gestão
- Fotografando para Mídias Digitais, com o SEBRAE
- Whatsapp para impulsionar o Negócio, com Durval Pereira
- Instagram para Alavancar o Negócio, com Tatiana Lorena
- Legalização de MEI, com Thamirys Gabrielle Pereira de Lima
- Microcrédito para Impulsionar o Negócio, com o SEBRAE
- Fundamentos de Aproveitamento Integral, com Maristela Sodré
- Jornada Gastronômica “Quitutes de abraçam”
- *Pitch Final* (PRESENCIAL)

Diversos cursos foram ministrados pelo SEBRAE para as empreendedoras como um todo. Em 2023 foram eles:

- Mulher Empreendedora e a Descoberta do Propósito da parceria
- Técnicas de Negociação
- Como Planejar seu Negócio
- *Pitch Eficaz*
- Como Aumentar suas Vendas
- *Marketing Digital*
- Aplicativo de Mensagens para Pequenos Negócios



- Produção de Vídeo para Pequenos Negócios
- Você Sabe Comunicar o Valor do Seu Negócio?
- Fotografando para Mídias Digitais

Um treinamento específico ministrado pelo SEBRAE foi o *In Book*, constituído de uma série de oficinas, criadas pelo próprio SEBRAE, que mergulham nos melhores livros de negócios da atualidade de um jeito dinâmico, interativo e prático, a fim de ajudar o empreendedor a fazer suas ideias acontecerem. Os seguintes módulos foram aplicados:

- *In Book - Storytelling* com SEBRAE
- *In Book - Vendas*
- *In Book - Empreendedorismo Digital*
- *In Book - Criatividade*
- Tivemos ainda diversos cursos ministrados por voluntários da ASPLANDE, palestrantes convidados ou instituições parceiras, quais sejam:
- *Marketing Digital: Como usar o Instagram para Vender*, com Paula Goulart
- *Como Fazer o Imposto de Renda do MEI*, com Luciana Duarte - Consultora de Negócios
- *A África e Seus Autores*, com Adelina Araújo
- *Como Precificar um Produto ou Serviço*, com Paula Goulart
- *Curso Prático do MEI*, com David Rosnez
- *Marketing Digital Avançado*, com Paula Goulart
- *Como Fazer um Bom Pitch*, com Gabrielle Jordano
- *Encontro Preparatório para o Concurso de Bolsa para a Escola de Gastronomia Le Cordon Bleu*, com Gabrielle Jordano, Adelina Araújo e equipe da UFRJ
- *Aula Prática de Como Usar o Chat GPT*, com Layla Lima
- *Storytelling*, com Geisa Rocha do Rio de Impacto
- *Calendário de Estratégia Promocional*, com Monique Ferraz
- *Como Impulsionar as Mídias Sociais Gastando Pouco*, com Stefanie Schmidt
- *Palestras*
- *A Importância da Assessoria de Imprensa para Nano Empreendedoras*, com Flávia Domingues da FMais
- *Como Criar Negócios para Mudar o Mundo*, com o SEBRAE



- Você sabe Comunicar o Valor que o seu Negócio Entrega, com o SEBRAE
- Gestão do Tempo e Produtividade, com o SEBRAE
- Imprevisibilidade e Incerteza como Essência da Experiência de Empreendedoras de Periferia, com Julia Sant'Ana
- Confiança Criativa: Respirar para Inovar com SEBRAE
- Colaboração nos Negócios com SEBRAE
- Mentoria Coletiva Licenças Transitórias para Eventos, com Mechele Gonzaga
- Mentoria Coletiva MEI - Legalização e Como Manter Legalizado, com o SEBRAE

B). Oficinas e Rodas de Conversa

A professora Maribel Suarez da UFRJ ministrou oficinas mensais abordando os seguintes temas:

- Escuta e Cuidado - "Traga seu Tema para Dividir e Cuidar com o Grupo"; e
- Inspire e não Pire - Prática de cuidado corporal e exercícios de respiração.

A voluntária Gabrielle Jordano ministrou as seguintes oficinas:

- Como Inovar o seu Empreendimento
- Sim, o Chat GPT é para você!

As Rodas de Conversa feitas de forma recorrentes dentro das programações mensais foram:

- Sabor e Saúde, com Chef Maria Elizabeth Araujo do Denguinho da Vó e Vanessa Santana da Alecrim Carioca, empreendedoras e voluntárias da ASPLANDE
- Palavra de Mulher, com Cris Silva e Crislândia Moraes, empreendedoras e voluntárias da ASPLANDE
- Conversas que inspiram, com Regina Fontes, Ana Lúcia Barbosa e Letícia Mariella, empreendedoras e voluntárias da ASPLANDE

Outras Rodas de Conversa enriqueceram o contato das empreendedoras com outros assuntos e oportunidades de troca:

- Discussão sobre o Papel do CEDIM
- *Network*, Parcerias e relacionamentos com Ellen Moraes da Kawaii Clube
- Educação Financeira com Daniela Neves, Educadora Financeira
- Olhar por Cima das Correntes – Ana Lúcia Barbosa



- Roda de Conversa ASPLANDE com o Coletivo ELZA's da Zona Norte - A Importância do Protagonismo Empreendedor de Jovens Periféricas
- Reunião com grupo da Beleza e Saúde
- Mulheres que Impactam, com a Jornalista Geisa Rocha, Coordenadora do Rio de Impacto e do Fórum de Desenvolvimento do Rio de Janeiro

C) Eventos diversos

Os Encontros de Confraternização realizados com entrega de prêmios foram:

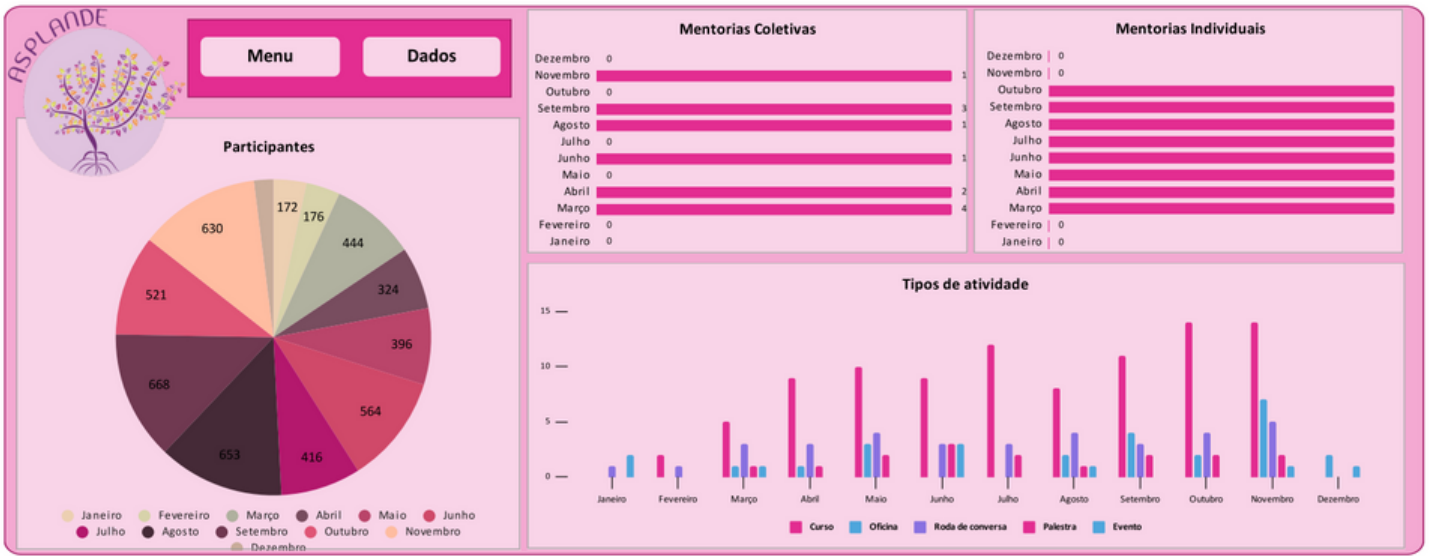
- XXVI Encontro de Confraternização entre Empreendedoras e 11ª Edição do Prêmio Dandara 2022.
- Lançamento do 3º volume do e-book Mulheres que Inspiram
- VIII Prêmio Tia Angélica.
- Confraternização anual.

Outros eventos:

- Planejamento anual de atividades 2023, realizado em janeiro
- Encontro de empreendedoras da ASPLANDE com Alunos da Universidade de Duke dos Estados Unidos

Mentorias			
Mês	Individuais	Mês	Coletivas
Janeiro	0	Janeiro	0
Fevereiro	0	Fevereiro	0
Março	4	Março	4
Abril	1	Abril	2
Mai	4	Mai	0
Junho	4	Junho	1
Julho	8	Julho	0
Agosto	4	Agosto	1
Setembro	4	Setembro	3
Outubro	3	Outubro	0
Novembro	0	Novembro	1
Dezembro	0	Dezembro	0
Total	32	Total	12

Tipo de atividade							Total de participantes (Mês)	
Mês	Curso	Oficina	Roda de conversa	Palestra	Evento	Total	Mês	Participantes
Janeiro	0	0	1	0	2	3	Janeiro	172
Fevereiro	2	0	1	0	0	3	Fevereiro	176
Março	5	1	3	1	1	11	Março	444
Abril	9	1	3	1	0	14	Abril	324
Mai	10	3	4	2	0	19	Mai	396
Junho	9	0	3	3	3	18	Junho	564
Julho	12	0	3	2	0	17	Julho	416
Agosto	8	2	4	1	1	16	Agosto	653
Setembro	11	4	3	2	0	20	Setembro	668
Outubro	14	2	4	2	0	22	Outubro	521
Novembro	14	7	5	2	1	29	Novembro	630
Dezembro	0	2	0	0	1	3	Dezembro	101
Total	94	22	34	16	9	175	Total	5065





Anexo II: Avaliação dos resultados da Pesquisa de Impacto nos negócios de empreendedoras que participaram das turmas de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia realizadas em 2023.

Realizamos uma escuta com o objetivo de saber sobre os impactos do Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia sobre os negócios das empreendedoras que participaram das turmas 01 e 02 em 2023. Das 46 participantes das duas turmas 45 responderam ao questionário. As respostas obtidas estão condensadas a seguir:

1. Quanto ao aumento de faturamento:

- 37,8% aumentaram o faturamento do seu negócio em mais de 10%;
- 31,2% aumentaram o faturamento do seu negócio em 10%;
- 20% aumentaram o faturamento do seu negócio em 5%;
- 11% não perceberam aumento.

2. Quanto às atividades e oportunidades oferecida pela Sabores do Rio, onde elas deveriam responder se o curso teve uma alta, média ou baixa contribuição no seu negócio, nos seus diversos quesitos, das 45 entrevistadas:

- 39 responderam que o curso teve uma alta contribuição no **melhor gerenciamento do seu negócio**, 5 responderam que teve uma média contribuição e 1 respondeu que teve uma baixa contribuição;
- 40 responderam que o curso teve uma alta contribuição para um **gerenciamento melhor dos preços de seus produtos e serviços**, 4 responderam que teve uma média contribuição e 1 respondeu que teve uma baixa contribuição;
- 40 responderam que o curso teve uma alta contribuição para que **aprendessem a selecionar melhor seus fornecedores**, 4 responderam que teve uma média contribuição e 1 respondeu que teve uma baixa contribuição;



- 26 responderam que o curso teve uma alta contribuição para que **fizessem mais parcerias**, 13 responderam que teve uma média contribuição e 6 responderam que teve uma baixa contribuição;
- 43 responderam que o curso teve uma alta contribuição para que **acreditassem mais no seu potencial empreendedor**, 1 respondeu que teve uma média contribuição e 1 respondeu que teve uma baixa contribuição;
- 33 responderam que o curso teve uma alta contribuição para que **adotassem uma cozinha mais saudável e respeitosa com o meio ambiente**, 10 responderam teve uma média contribuição e 2 responderam que teve uma baixa contribuição;
- 42 responderam que o curso teve uma alta contribuição para a **melhora da comunicação sobre o seu negócio**, 2 responderam que teve uma média contribuição e 1 respondeu que teve uma baixa contribuição;
- 32 responderam que o curso teve uma alta contribuição para o **aumento da visibilidade do seu negócio**, 12 responderam que teve uma média contribuição e 1 respondeu que teve uma baixa contribuição;
- 40 responderam que o curso teve uma alta contribuição para que **adquirissem mais senso de cidadania e dos seus direitos**, 3 responderam que teve uma média contribuição e 2 responderam que teve uma baixa contribuição.

Com base nesses resultados, pode-se afirmar que o Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia 2023 atingiu todos os objetivos estabelecidos na sua concepção.



Parceiros





ASPLANDE faz Parte da Rede



participa do ManoMano
em parceria com



MANAMANO
Fundo de Transforma o Social





<http://www.asplande.org.br>

<http://www.mulheresnarede.org.br>

Instagram: @asplandeong

Facebook: [facebook.com/asplande](https://www.facebook.com/asplande)

E-mail: asplande@asplande.org.br

Tel.: (21) 2210-1922

End.: Rua Álvaro Alvim 48, sala 806 - Cinelândia

CEP 20031-010 Rio de Janeiro/RJ