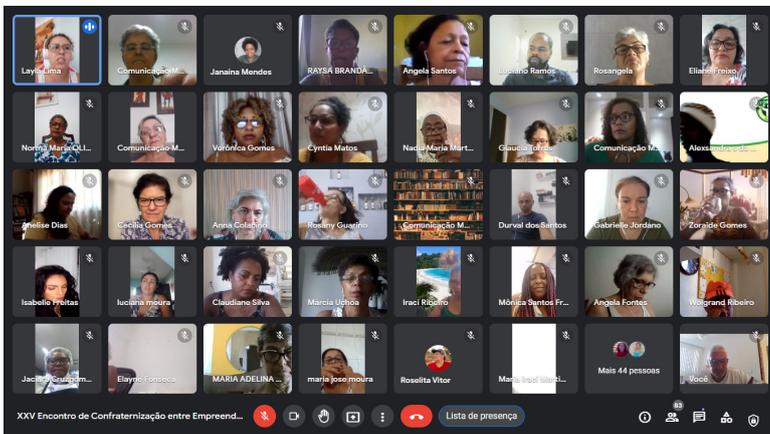
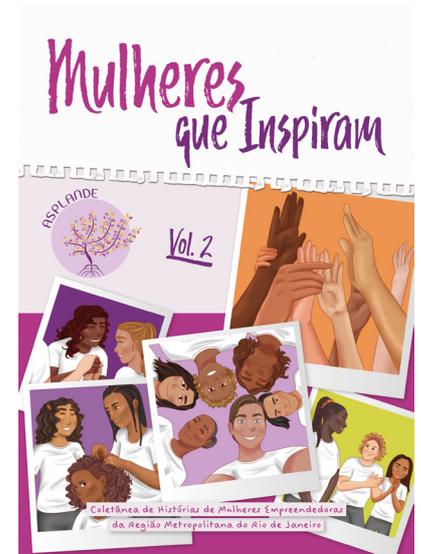
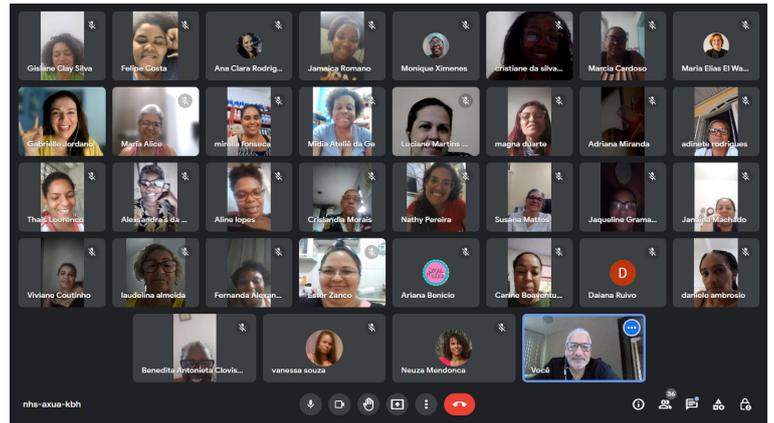


Relatório de Atividades

2022



“Quando a gente pensa na ideia do empreendedor, em outra classe social, em outra região geográfica pensa numa pessoa que tem recursos pra manter uma estrutura com designer gráfico, administrador de redes sociais, assessor de imprensa, contador e assim ele cria uma startup. Desse lado, a gente não tem recurso econômico e não consegue alcançar todos esses pontos. Para conseguir ganhar dinheiro a gente tem que ter esses braços econômicos. A Asplande ajuda a gente a conectar esses braços.”

(Empreendedora que participou do grupo focal em 2022)



Sumário

I. Apresentação	4
Colaboradores da Asplande no ano de 2022	7
II. Atividades desenvolvidas em 2022	10
1. Cursos	10
Sabores do Rio, Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia	11
Pesquisa sobre a Aceleração para Empreendedoras da área de Gastronomia.....	13
2. Oficinas	14
3. Rodas de Conversa.....	15
4. Prêmio Dandara e Pêmio Tia Angélica	16
Prêmio Dandara	17
Prêmio Tia Angélica	18
5. Outros Eventos	19
III. Comunicação Institucional	23
Retrato da Empreendedora e E-book “Mulheres que Inspiram”	24
IV. Parcerias da Asplande	26
Parceria com Sebrae	26
Fundo ManaMano, uma Parceria com a UFRJ	27
Parceria com ATADOS	28
Parceria com o SESC	29
Parceria com a Fundação Cherie Blair	30
Instituto Le Cordon Bleu	31
V. Pesquisa 2022	32
Impacto dos projetos da Asplande no desenvolvimento das empre-	
endedoras que participam da rede Asplande	
VI Conclusões	35
Anexo I: Atividades desenvolvidas em 2022	38
Anexo II: Avaliação dos resultados da Pesquisa de Impacto nos negócios de emprede-	
doras que participaram das turmas de Aceleração para Empreendimentos de Gastrono-	
mia realizadas iniciadas em 2019 até o primeiro semestre de 2022	45



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.

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

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.

Incubadora de Negócios Sociais Impacta Mulher

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



Impacta Mulher:
Negócios de
Impacto Social

Através de diversas atividades, a Incubadora capacita as empreendedoras para 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 e a Zona da Leopoldina.
- Baixada Fluminense e suas principais cidades, Caxias, Nova Iguaçu, São João de Meriti, Belford Roxo e Queimados.
- Outras regiões, abrangendo a Zona Oeste do Rio de Janeiro, com seus bairros principais, Campo Grande, Santa Cruz, Pedra de Guaratiba, Jacarepaguá 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 2022, em todas as frentes e que tornaram possíveis os resultados alcançados, da coordenação geral até os voluntários.





Colaboradores da Asplande no ano de 2022

Coordenadora Geral

Mara Ferreira

Coordenadoras

Margarete Teixeira

Tereza Coni

Secretária Executiva

Dayse Maria Valença Ferreira

Comunicação e Mídias Sociais

Anna Paula Rodrigues

Aruane Garzedin

Beatriz Carvalho

Débora Vitória

Glaucia Torres

Isadora Terra

Colaboradores

Ana Lúcia Barbosa

Anna Paula Rodrigues

Ângela Maria Soares

Clara Aragão

Cris Santana

Cynthia Matos

Eizen Wanderley

Elisete Napoleão

Gabriela Jordano

Gabriel Almeida

Geiza Rocha

Iluska Catta

Layla Lima

Administrativo

Elizabeth Lima de Almeida

Assessoria

Paulo Sérgio Borges

Contabilidade

Jarbas Luiz de Carvalho

Design

Anna Paula Rodrigues

Layla Lima

Kate Marques Antoniazzi

Leilane Fidelis

Luiza Araujo

Maria Adelina Santos Araujo

Moara Flausino

Wolgrand Ribeiro

Leilane Fidelis

Luciana Duarte

Luciana Cruz

Maribel Soarez

Margarete Teixeira

Maria Adelina Santos Araújo

Maria Regina Fontes

Mirella Domenich

Silvia Andrade

Tatiana Brandão

Tatiane Rodrigues

Wolgrand Ribeiro





Professores e Palestrantes

Adriana Ferreira
Alexsandra Souza
Ana Beatriz de Abreu
Ana Lúcia Barbosa
Andressa Doberstein
Ângela Soares
Anna Paula Rodrigues
Benedita Moraes
Bruno Matos
Carlos Coan
Carmem Martins
Carolina Wist
Carol Maciel
Cássia Santos
Cecilia Gomes
Christiane Carminati
Cintia Nascimento
Claudia Coutinho
Claudia Pereira
Cláudia Pitta
Cleonice Puggian
Cleuza Souza
Crislândia Moraes
Cristiane Freitas
Cristiane Silva
Cristina Santana
Cyntia Matos
Danielle Oliveira
Daniel Zandoná
Davi Moura
Durval Pereira
Ed Oliveira
Elena Martinis
Ellen Moraes
Elias Vieira de Paula

Elizabeth Pimentel
Felipe Araújo
Flavia Oliveira
Gabriela Anastácia
Gabriel Almeida
Gabriela Viana
Gabrielle Jordano
Geiza Rocha
Gil Piaulino
Gisele Paixão Barthar
Giulia Pederneiras
Gizeli Hermano
Grazielle Ferreira
Gustavo Reis
Ivi Felix
Janaína Mendes
Janaína Ribeiro
Jaqueline de Souza
Juliana Reis
Jurema Batista
Kelen Turmina
Lara Chateaubriand
Layla Lima
Leila Nascimento
Lemuel Simis
Letícia Mariela
Letícia Tavares
Luanna Sales
Luciana Duarte
Luciano França
Luiz Coelho
Luna Pesce
Magna Rodrigues
Márcia Ferreira
Marcos Bandeira
Maria Adelina S. Araújo

Maria Angélica
Maria Clara Nunes
Maria Cintra
Maria Elizabeth Araújo
Maria Fernanda Bastos
Maria Regina Fontes
Maribel Suarez
Maristella Sodré
Michele Gonzaga
Michelli Nogueira
Monique Ximenes
Natália Magalhães
Neiva Previtali
Paula Petrucio
Paula Rascao
Paulo Borges
Paulo Cesar L. Pereira
Pretta Gonçalves
Renata Alves
Renata Souza
Richard Flor Esteves
Rita Afonso
Roberto Leonardo
Roselita Albuquerque
Sandra M. Schwarzstein
Serrate Tostes
Silvania Godoi
Solimar
Tatiana Lorena
Terezinha Adairis Soares
Vanessa de Souza
Vanessa Lourenço
Vanessa Santana
Viviane Pereira
Yasmin Bitencourt
Zélia Dourado

Consultores do Sebrae que fizeram as capacitações em 2022

Ana Lucia Coelho Valle
Ana Julião
Ana Rita
Beth Ullmann
Claudia Herling
Conceição Macedo
Georgia Bittencourt
Giulienne Nogueira

Katia Silva
Luana Fiuza
Marcia Sampaio
Márcio Cerbela
Nathalia Ouro
Sérgio Justo
Victor Gonçalves





"Na ASPLANDE há um ano, sou grata pela oportunidade de entrevistar mais de 20 mulheres empreendedoras. Retratar suas histórias. Mergulhar nesse universo de mulheres potentes, capazes de transformar para melhor a nossa sociedade, tem sido uma experiência riquíssima."

Gláucia Torres



"Eu já tive a oportunidade de conversar com muitas empreendedoras da Asplande, que sempre se mostram muito gratas por toda a mudança - para melhor - que a ONG faz na vida delas. É uma grande satisfação saber que as nossas ações fazem a diferença, que atinge quem precisa."

Leilane Fidelis

"O SEBRAE acredita na potência das mulheres empreendedoras para transformar realidades. Contar com parceiros como a Asplande nos ajuda a cumprir nossa missão de capacitar empreendedoras para que elas sejam bem-sucedidas nas suas trajetórias."

Renata Roqui de Moraes,
Comunidade SEBRAE



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 desenvolvidas em 2022

Temos muito orgulho em dizer que de janeiro a dezembro de 2022 realizamos 28 Cursos, 53 Oficinas, 53 Rodas de Conversas, 281 mentorias individuais e coletivas.

Todas as atividades desenvolvidas estão listadas no Anexo I deste relatório. Apresentamos a seguir o escopo e os benefícios de cada uma delas. O total de participações contabilizado ao longo de 2022 foi de 5776.

1. Cursos

Os cursos realizados pela Asplande são divididos em Ciclos de Formação ou Aceleração de Empreendimentos e Cursos Avulsos dos mais diversos temas. O Ciclo de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia 2022, patrocinado pelo Assaí Atacadista e pela Academia Assaí, foi realizado em 2 turmas.

2º Ciclo de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia 2022

Sabores do Rio

Patrocinado por ASSAÍ ATACADISTA

O Uso do WhatsApp para Alavancar o Negócio

com Durval Pereira

10/11
15h às 17h

O Link será enviado para as inscritas no dia.

Durval Pereira está apresentando

WhatsApp Business - Para Equipe de Vendas

Auxílio no Funil de Vendas

Durante o processo de vendas, a equipe comercial precisa abordar o cliente mais de uma vez. E o caso por exemplo de quem vende empreendimentos ou outros bens com alto valor agregado. Em uma primeira conversa já é preciso fazer com que o cliente tenha interesse de fazer o pedido. Com esse segundo abordagem mais específica para ele.

16:14 | nhs-axuu-kbh

20:28 | Curso: Embalagem

Lista de presença

Sabores do Rio

Curso

Embalagem

com Gabriel Almeida, engenheiro de alimentos

17/05
18h15 às 20h00





Nos demais cursos realizados, foram abordados temas de interesse geral das empreendedoras de todas as especialidades, conforme o Anexo I.

A seguir, apresentamos de forma mais detalhada o Ciclo de Aceleração para empreendedoras da área de Gastronomia, que teve a maior abrangência em 2022.

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 Assai, apoiou 40 mulheres do ramo culinário em 2022. Abordando conteúdos 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.

As duas turmas do Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia 2022 ofereceram ferramentas capazes de 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.





Prêmio Academia Assai

Parabéns Grazielle!

Uma das 15 finalistas do Prêmio Academia Assai 2022

Sabores do Rio



Grazielle Ferreira
Veganos & Especiais
@veganos.especiais

Finalistas



Grazielle Ferreira
Veganos & Especiais
@veganos.especiais



Luana Vieira
D'licias da Lu
@dliciasda.lu



Claudia Valéria de Souza
Doceria Claudia Souza
@doceriacleidiasouza



Selecionadas

Gostaríamos de aplaudir novamente as **empreendedoras** da ASPLANDE selecionadas e finalistas do Prêmio **ACADEMIA ASSAI 2022**



Alessandra Souza
Top Fit Saudáveis
@top_fit_saudaveis



Maria Elizabeth Araújo
Denginhos de Vó
@denginhosdevocticial



Mechelle Anchieta Ganzaga
Poderosa Na Chapa
@poderosa.nachapa



Selecionadas



Rosany Duarte
Sweety Produtos Artesanais
@sweetyprodutosartesanais



Suzana de Carvalho
Donut & Cia
@donut_cia



Mariza Franca de Almeida
Doce's Estrela
@doceestrela



Selecionadas



Márcia Ferreira da Silva
Delicias da Marcia
@deliciasdamarcia_cakes



Monique Ximenes
Fit.COMA
@fit.coma



Rosi Custodio
Atelier Sabor Gastrô
@atelieresaborgastro



Edira de Oliveira
Art Taste Gastronomia
@cozinha.da.ed



"Pelo segundo ano consecutivo, realizo a mentoria coletiva com a turma de Mulheres dos Sabores do Rio. Ver a evolução das mulheres, o empenho e a alegria genuínos em adquirir conhecimento para crescerem e se desenvolverem com seus empreendimentos, me traz satisfação imensa ver os resultados e participar dos trabalhos da Asplande!"

Gabriela Jordano,
Professora e Mentora





“A Asplande traz para nós empreendedoras a confiança que você é capaz de voar com asas de águia e renascer como a Fênix. É assim que eu me sinto. Quero e vou continuar a fazer parte deste projeto maravilhoso e me capacitar mais para ajudar a salvar outras pessoas. Assim como a Asplande me salvou.”

Ed Oliveira, Participante da Turma de Aceleração de Negócios de Gastronomia

Pesquisa sobre a Aceleração para Empreendedoras da área de Gastronomia

Em 2022, foi realizada uma pesquisa com 60 mulheres que participaram de 9 turmas de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia, sobre os impactos da aceleração, das atividades de formação e das oportunidades oferecidas pela Rede Sabores do Rio.

A maioria delas reconhece o crescimento obtido ao participar das turmas de aceleração, tanto a nível pessoal como para os seus negócios, como revelado na Tabela I a seguir.

Tabela I: Impactos da Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia

<i>Item da pesquisa</i>	<i>Impacto alcançado</i>
Gerenciamento do negócio	85% alto e 13,3% médio
Melhor gerenciamento dos produtos e serviços	85% alto e 11,7% médio
Seleção dos fornecedores	73,3% alto e 23,3% médio
Realização de mais parcerias	58,3% alto, 33,3% médio e 8,3% baixo
Acreditar no próprio potencial	85% alto e 13,3% médio
Adoção de uma cozinha mais saudável e sustentável	65% alto, 30% médio e 5% baixo





Melhoria na divulgação do negócio	80% alto e 16,7% médio
Aumento da visibilidade do negócio	75% alto, 21% médio e 5,3% baixo
Adquiriu mais senso de cidadania e dos direitos	88,3% alto e 10% médio

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

2. Oficinas

Nas oficinas, tratou-se do aperfeiçoamento didático dos temas abordados nos cursos e palestras realizados ao longo do ano, num processo aberto e dinâmico, que possibilitou a construção e a fixação de conceitos, a inovação e a troca de experiências.

Particularmente o SEBRAE ministrou e coordenou oficinas ligadas ao planejamento, educação financeira, comunicação e marketing de forma regular ao longo de 2022.

2º Ciclo de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia 2022

Sabores do Rio

Construção do Canvas em Empreendimentos de Gastronomia

com **Gabrielle Jordano**
Fusion Integrate

13/09
15h às 17h

O Link será enviado para as inscritas no dia.





3. Rodas de Conversa

As Rodas de Conversa proporcionaram 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 às 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 Santana, Cynthia Matos, Crislândia Moraes e Cristiane Silva
- Sabor e Saúde, com as Chefes Alé Souza e Beth Araujo

A Jornalista Geisa Rocha, Coordenadora do Rio de Impacto e do Fórum de Desenvolvimento do Rio de Janeiro, também conduziu mensalmente a Roda de Conversa “Mulheres que Impactam”.

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

Cabe destacar que o Sebrae e a Coppead/UFRJ foram parcerias importantes para a realização das Rodas de Conversa.





Conversas que Inspiram

No canal do Youtube:
Compartilhando Saberes

Ana Lúcia Barbosa e Regina Fontes convidam e conversam com:

09/11
17h-18h

Parceria: SvB Creative Events

Nil Santos Rosângela Maria de Sá

Mulheres que Impactam

Geiza Rocha
Jornalista e coordenadora do Rio de Impacto e Fórum de Desenvolvimento do Rio

Maria Clara Nunes
Energia da Terra

Monique Ximenes
Coma Fit

27/10
11h às 12h30

Pelo link:
youtube.com/forumdesenvolvimento

Em parceria com:
RIO MERCADO ALERE VIVA ÁGUA

Sabor e Saúde

Tema: O Diálogo entre Consumidor e o Agricultor Familiar

17/05
17h às 18h

Chef Alé Souza, da Top Fit e Chef Beth Araujo, do Denguinhos de Vô convidam e conversam com:

Richard Flor Esteves
Raiz Orgânica

Palavra de Mulher

31/08
17h-18h

Cyntia Matos Crislândia Moraes

Conversam com:

Maria Angélica
Artesã, pesquisadora sobre Sustentabilidade, Agro Ecologia, Resíduos Sólidos e Proteção à Natureza

Roselita Albuquerque
Coordenadora da Marcha pela Vida das Mulheres e pela Agroecologia

Curadoria: Sandra Schwarzstein

Parceria: cuidado

4. Prêmio Dandara e Prêmio Tia Angélica

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.



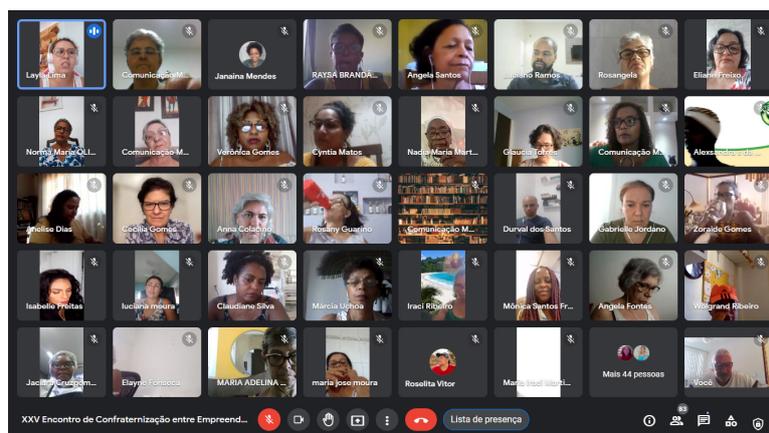


Prêmio Dandara

O Encontro de Confraternização entre Empreendedoras foi criado em 1998 e, desde 2012, foi estabelecido o prêmio Dandara, que já está na sua 10ª 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. O Tema de 2022 foi o “Basta à Violência Doméstica” e foram homenageadas 20 mulheres.

Conheça o Prêmio Dandara acessando o link:

<http://www.asplande.org.br/programas-e-projetos/>





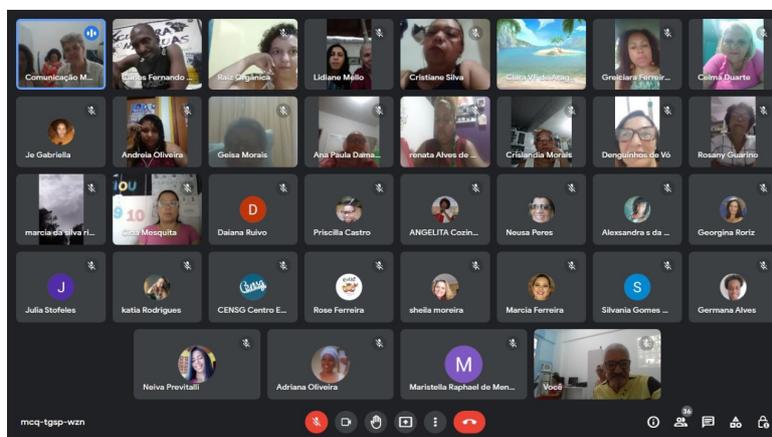
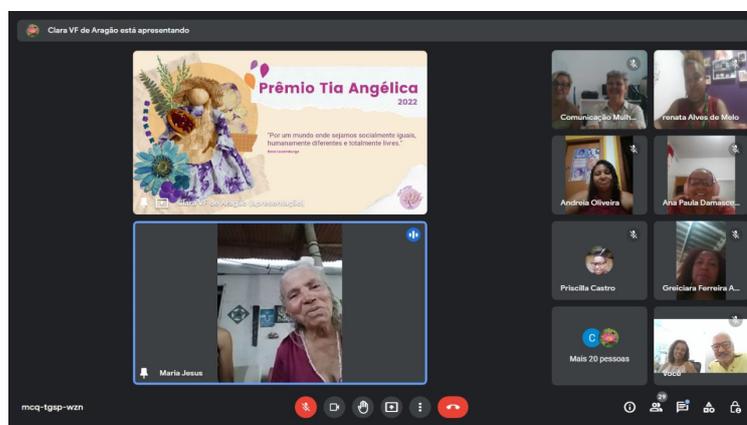
Prêmio Tia Angélica

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, que organiza o projeto social comunitário Grupo Tia Angélica.

O prêmio, que teve sua VII edição em 2022, é conferido a empreendedoras sociais da Baixada Fluminense e busca aproximar as mulheres da Baixada e dar visibilidade aos seus trabalhos e lutas. 15 mulheres foram homenageadas em 2022 com este prêmio.

Conheça o Prêmio Tia Angélica acessando o link:

<http://www.asplande.org.br/programas-e-projetos/>



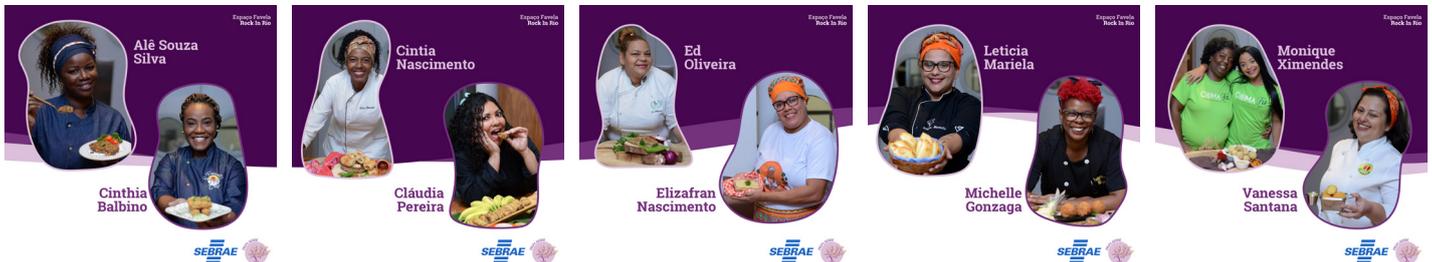


5. Outros Eventos

A Asplande participou ainda de diversos eventos externos, seja na coordenação ou como palestrante convidada ou como simples participante, conforme o Anexo II. Alguns deles estão detalhados a seguir, a título de ilustração.

Espaço favela

No Festival Rock in Rio, foi criado o Espaço Favela, que além de mostrar potentes vozes das comunidades cariocas em apresentações musicais no palco, contemplou também a gastronomia, apostando em 21 empreendedores de 18 comunidades cariocas, selecionados em parceria com o Sebrae, sendo que 11 dessas empreendedoras participam do programa Sabores do Rio da Asplande.



“Ao ver meu nome iniciando a lista dos aprovados foi um sentimento único. O Espaço Favela me deu a Clareza que o meu trabalho pode ir além do que eu imaginava.”

Alê Souza da Top Fit Saudáveis





Feira do Empreendedor Rio de Janeiro

Em sua décima edição, com o tema "O Vento de Novas Oportunidades", a Feira do Empreendedor 2022, promovida pelo Sebrae aconteceu de 1º a 3 de setembro, e reuniu mais de 120 pequenos negócios, que expuseram seus produtos e serviços, entre eles a Asplande representada em 2 stands do evento.



Feira do Empreendedor São Paulo

Evento similar foi promovido pelo SEBRAE em São Paulo de 7 a 10 de outubro, e também contou com a participação de empreendedoras ligadas à Asplande, que puderam acompanhar a rica programação de palestras, talks, aulas-show oferecidas, além de expor também em 2 stands do evento.





"Este evento me fez voar nas asas da realização"
Cristiane Silva do Ateliê Sebastianas



"Hoje dia 8/10 estou deslumbrada esse dia do Empreendedorismo que está acontecendo na Expo de São Paulo. Parabéns ao SEBRAE por este evento maravilhoso que só nós faz crescer cada vez mais como sempre Asplande só nos traz benefício com as parcerias vem realizando ao logo dessa caminhada só nos faz crescer cada vez mais Gratidão Sebrae e Asplande"

Regina Fontes, artesã do Raízes do Rio,
Creative Eco Arte.





Os Desafios da Mulher Periférica que Empreende

Dentro da parceria com o SESC, a ASPLANDE organizou nos dias 27, 28 e 29 de setembro de 2022 um Seminário para o projeto Pautas Sociais do SESC, que em 2022 abordou as questões de mulheres periféricas e sua inserção social e produtiva. O Evento teve como objetivo ampliar o repertório das equipes técnicas do Desenvolvimento Comunitários dos SESC dos estados do RS/SC/PR/SP/RJ/MG/SE/CE/PE/MA/BA e de lideranças parceiras desses Sesc's.

Curso
Os Desafios da Mulher Periférica que Empreende
com SESC



27 e 28 de setembro
14h às 17h



Recording You are viewing João Paulo - SESC DW's screen View Options

Metodologia

- Aprendizagem significativa;
- Investimento no aspecto intelectual e subjetivo;
- Aproximação entre **teoria e prática**;
- Desenvolvimento de melhores condições para solucionar as próprias dificuldades.



Mute Stop Video 17 Participants Chat Share Screen Record Live Transcript Reactions Apps

Zoom Meeting Recording Original Sound Off View



Regina
maykelyneloureiro
https://zoom.us/j/97487574600?pwd=andkTjNK...
Maria Elizabeth Pimentel
Iviana
K405
Crislinda
Alexandra S da Silva
Tati Brandão
Ana Paula
Paulo - Asplande
Tatiane Valença

22

Leave





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.

No dia a dia, esse time cuida da divulgação de todas as atividades realizadas e cuida também da produção de textos, entrevistas e todo material que é veiculado nas mídias: site, Whatsapp, Facebook e Instagram.

“Atuar na comunicação da Asplande foi um grande desafio para mim, mas graças a essa oportunidade, coloquei em prática muito do que eu havia estudado, e também aprendi a ter bastante autonomia.

A nossa produção de conteúdo, junto com a designer Anna Paula e o apoio das redatoras do Retrato de Empreendedora, tem trazido muitos resultados. Hoje temos um engajamento muito maior nas redes e temos conseguido alcançar muitas empreendedoras que não conheciam o trabalho da Asplande.

Além disso, temos conseguido democratizar diversos conhecimento sobre negócios e temos conscientizado mais pessoas sobre a importância do empreendedorismo social. O trabalho em equipe tem sido super fluído, não tenho nada do que reclamar, todos tem muito compromisso.

[...] Fico muito feliz de usar minhas habilidades em prol desse projeto que transforma a vida de tantas mulheres do Rio de Janeiro. Para mim, ser voluntária da Asplande é dar esperança, acreditar na força das mulheres e torná-las independentes de forma coletiva”

Débora Vitório Gomes da Silva,
Gestora de Mídias Sociais





"Trabalhar com a Asplande tem sido uma oportunidade sensacional. Fui bem recebida pela Dayse e Paulinho desde o primeiro dia que entramos em contato, e as empreendedoras com quem trabalho são igualmente acolhedoras.

Além estar cada vez mais melhorando minhas habilidades enquanto profissional, poder fazer parte da história da Asplande é uma sensação incrível. O senso de comunidade é fortíssimo, e o impacto das ações é perceptível de longe."

Anna Paula Rodrigues

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 inspiradores tomados por um grupo de voluntárias que vivenciam e se emocionam com cada história contada. Em 2022, as voluntárias que atuam nos Retratos foram: Moara Flausino, Luiza Araújo, Glaucia Torres, Aruane Garzedin e Adelina Araújo.

O e-book Mulheres que Inspiram, lançado em seu volume 2 em março de 2022, contém histórias de 50 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.

As histórias mostram a trajetória de vida de mulheres que ousaram assumir seus próprios caminhos no mercado competitivo, enfrentando dificuldades pessoais e econômicas e barreiras sociais e promovendo mudanças importantes na qualidade de vida de seus familiares e de suas comunidades.



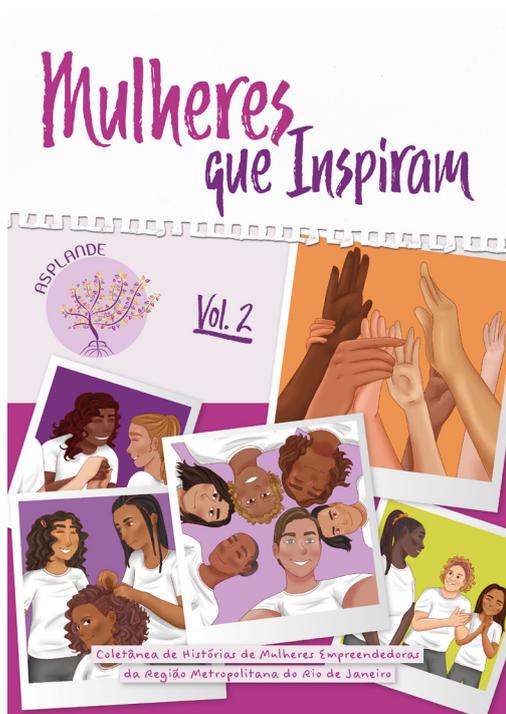


No volume 2, as histórias, originalmente publicadas de 2017 a 2020, foram atualizadas e reescritas por Gláucia Torres, Isadora Terra e Adelina Araujo.

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

"Foi ótimo conviver com esta equipe, cujo trabalho competente e dedicado resultou nesta linda obra".

Adelina Araújo, Curadora do e-book Mulheres que Inspiram



Você pode baixar o e-book pelo link:
<http://www.asplande.org.br/publicacoes-2022/>





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. São muitos os parceiros com que a Asplande vem contando desde a década de 1990, mas em 2022 os principais foram o SEBRAE, a UFRJ, a Atados, o SESC e a Fundação Cherie Blair.

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 2022, fruto dessa parceria, foram realizadas no programa ASPLANDE Mulheres em Rede Compartilhando Saberes, mentorias, cursos, oficinas e oportunidades para as empreendedoras da família ASPLANDE.

Podemos citar como exemplo, a participação de 11 empreendedoras de gastronomia no Espaço Favela durante o Rock in Rio e a cessão de dois stands nas Feiras do Empreendedor Rio e São Paulo.



“O SEBRAE acredita na potência das mulheres empreendedoras para transformar realidades. Contar com parceiros como a Asplande nos ajuda a cumprir nossa missão de capacitar empreendedoras para que elas sejam bem sucedidas nas suas trajetórias.”

Renata Roque do Sebrae RJ





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, e desde 2020 já apoiou 32 Nano Empreendedoras periféricas.



“Empreender para mim é fazer acontecer, independentemente do cenário, e com o Manamano ganhei autonomia para cuidar do meu negócio, acreditando em mim e no meu potencial. Gratidão por todo aprendizado”.

Rafaela Nunes da Delícias d'Ella

“Eu, Eliane Freixo, artesã da Rede Raízes do Rio, Asplande, venho falar um pouquinho da importância do Fundo Manamano em minha vida na pandemia. Já começou com o desafio para participar da 2ª turma Manoamano. Eu encarei fazer um Pitch do meu negócio e com esse teste consegui ser classificada, fui vencendo meus medos, as mentorias com os professores, formações em administração, fazendo com que eu confiasse mais na minha capacidade como gente e mulher de negócio, empreendedora, foram etapas vencidas. Com o fundo comprei uma máquina industrial para melhorar a qualidade do meu trabalho e para poder fazer parcerias com prestações de serviço com outras empresas. O Manamano na minha vida me deu formação para seguir em frente. Sou muito grata ao Manamano e à Asplande.”

Eliane Freixo, empreendedora do Raízes do Rio.





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!!!

Depois de 2 anos, o Dia das Boas Ações voltou a ser realizado presencialmente no Parque Garota de Ipanema, em maio de 2022. A ASPLANDE participou com empreendedoras do Raízes do Rio, Sabores do Rio as Embaixadoras dos Direitos das Mulheres. Foi um evento muito potente!!!

Venha participar do evento do Atados:



Asplande estará presente com gastronomia, impacto social e as Embaixadoras de Direitos das Mulheres

Iremos participar no dia **29/05 das 10h as 18h** no Parque Garota de Ipanema
Av. Francisco Ehering, 2-224
Arpoador, Rio de Janeiro





Parceria com o SESC **Os Desafios da Mulher Periférica que Empreende**

Dentro da parceria com o SESC, a ASPLANDE organizou nos dias 27, 28 e 29 de setembro de 2022 um Seminário para o projeto Pautas Sociais do SESC, que este ano está abordando as questões de mulheres periféricas e sua inserção social e produtiva. O Evento teve como Objetivo ampliar o repertório das equipes técnicas do Desenvolvimento Comunitários dos Sesc dos estados do RS/SC/PR/SP/RJ/MG/SE/CE/PE/MA/BA e lideranças parceiras desses Sesc.

Curso
Os Desafios da Mulher Periférica que Empreende
com SESC



27 e 28 de setembro
14h às 17h



Recording You are viewing João Paulo - SESC DM's screen View Options

Metodologia

- Aprendizagem significativa;
- Investimento no aspecto intelectual e subjetivo;
- Aproximação entre **teoria e prática**;
- Desenvolvimento de melhores condições para solucionar as próprias dificuldades.



Mute Stop Video 17 Participants Chat Share Screen Record Live Transcript Reactions Apps

Zoom Meeting Recording Original Sound Off View



Leave





Parceria com a Fundação Cherie Blair

Desde 2008, a Fundação Cherie Blair, fundada pela ex-primeira dama britânica, auxilia micro, pequenas e médias empresas dirigidas por mulheres em todo o mundo, por meio de programas de desenvolvimento empresarial, mentoria nos negócios e tecnologia móvel. A fundação já ajudou cerca de 100.000 mulheres.

No programa de mentoria, iniciado em 2010, a fundação conecta empreendedoras a mentores de diferentes partes do mundo em uma plataforma on line, onde a empreendedora é orientada a estabelecer metas e prioridades, além de traçar um plano de ação para o seu negócio, e o mentor compartilha seu conhecimento e experiências com a mentorada.

No final de 2021, a ASPLANDE iniciou uma parceria com a organização Cherie Blair (cherieblairfoundation.org). A parceria ainda está em desenvolvimento e prevê, após um processo de seleção em inglês, a conexão de empreendedoras com mentores internacionais.





Instituto Le Cordon Bleu

O Instituto Le Cordon Bleu, em parceria com a FAETEC, está oferecendo para a turma do primeiro semestre de 2023 do curso de gastronomia Cordontec, ministrado por esse instituto, 44 bolsas para candidatos de baixa renda. Durante a formação, os alunos vão adquirir habilidades e conhecimentos para desenvolver profissionalmente competências, tanto na cozinha quanto na confeitaria.

Ainda que a Asplande não tenha uma parceria firmada como Instituto Cordon Bleu, foi através de um contato realizado pela Asplande que um grupo de empreendedoras tomou conhecimento do processo seletivo e se inscreveu no concurso. A seleção se iniciou em dezembro com a aplicação de uma prova de matemática e português. Desta fase, saíram 300 candidatos, que farão sua apresentação pessoal em um vídeo e uma entrevista presencial.

Na primeira fase da seleção as empreendedoras Krause da Silva, Grazielle Ferreira e Cláudia Nascimento, do projeto Sabores do Rio, foram selecionadas, o que consideramos uma vitória para esse grupo maravilhoso e batalhador. Parabéns!!!

Conheça as empreendedoras aprovadas para a próxima etapa no processo seletivo para uma bolsa de 100% em curso na Le Cordon Bleu:



Krause da Silva
Kumbucas



Grazielle Ferreira
Veganos & Especiais



Claudia Nascimento
Doceria Claudia Souza





V. Pesquisa 2022

Impacto dos projetos da Asplande no desenvolvimento das empreendedoras que participam da rede Asplande

A seguir, apresentamos um resumo do trabalho de pesquisa realizado por Patrícia Hervé Quaranta sobre os Impactos do Trabalho da Asplande na vida das Empreendedoras.

“Através de seus projetos, a Asplande vem apoiando, ao longo desses últimos 30 anos, mulheres em situação de vulnerabilidade a desenvolverem suas habilidades profissionais e pessoais como microempreendedoras. Assim, com o objetivo de avaliar o impacto de suas ações, junto às empreendedoras acompanhadas, a Asplande decidiu realizar uma pesquisa, com o apoio de uma pesquisadora, estudante da área de Desenvolvimento Sustentável da Universidade de Rennes, na França.

A pesquisa teve como objetivo principal conhecer a contribuição dos projetos da Asplande para o desenvolvimento das empreendedoras, não somente do ponto de vista profissional, mas também do ponto de vista social e emocional.

Numa primeira parte da pesquisa, no mês de maio de 2022, foram realizadas 12 entrevistas individuais e formados 2 grupos de discussão com empreendedoras atuando em diferentes setores como alimentação, artesanato, saúde entre outros.

Na segunda fase, foi realizada uma pesquisa entre 16 e 21 de junho, via questionário estruturado, enviado por Whatsapp para todas as empreendedoras que já tenham participado no passado ou que ainda participam dos programas da Asplande. Nessa pesquisa tivemos um retorno de 100 questionários respondidos. O principal objetivo dessa fase foi medir os indicadores que mais impactaram para as mudanças vividas pelas empreendedoras.





A pesquisa permitiu apresentar elementos concretos sobre os impactos positivos dos programas da Asplande. As entrevistadas relataram sobre as mudanças e transformações vividas através dos programas realizados. Algumas dessas transformações impactaram mais do que outras.

Pudemos constatar através da pesquisa que o empoderamento feminino não se reduz apenas aos aspectos econômicos, mas também às dimensões sociais, ambientais e de cidadania. Esta constatação se confirmou pelos resultados da pesquisa que mediu a intensidade das contribuições vividas pelas empreendedoras através de 20 indicadores. Assim, através desses indicadores, foi possível confirmar as transformações mais intensas que permitiram aumentar o empoderamento das mulheres.

Para cada indicador, as empreendedoras que responderam à pesquisa atribuíram graus de intensidade de contribuição, numa escala de 0 a 5, onde 0 significa que os projetos da Asplande não tiveram nenhuma contribuição no seu desenvolvimento e 5 significa que os projetos da Asplande tiveram uma contribuição muito forte para o seu desenvolvimento como empreendedora.





Entre os 20 indicadores avaliados, os TOP 5 indicadores que tiveram mais forte contribuição foram:

1. Motivação para se aperfeiçoar
2. Desenvolvimento da consciência cidadã e dos direitos
3. Sentimento de maior apoio e menos isolamento
4. Aumento da confiança e da autoestima
5. Trocas de experiências com outras empreendedoras

Os programas da Asplande permitem consolidar as relações de troca de experiências entre as empreendedoras. Eles colocaram em evidência modelos que inspiram outras empreendedoras através do desenvolvimento de suas competências profissionais e socioemocionais assim como o desenvolvimento da consciência cidadã. A interação entre as empreendedoras facilita a troca de experiências e estimula a motivação no aprendizado.

Apesar das lacunas das empreendedoras em termos de gestão financeira e administrativa de suas empresas, a maioria das mulheres tem uma forte motivação em aprender. A fixação do preço é vista como o início da profissionalização consistindo assim num desafio maior para a gestão do negócio. Outra dificuldade relatada pelas empreendedoras na pesquisa é o sentimento de sobrecarga de trabalho, uma vez que o empreendedor tem que ter conhecimento em diversas áreas desde a produção até a entrega dos produtos e/ou serviços.

A pesquisa mostrou que os dispositivos atuais da Asplande de apoio às mulheres microempreendedoras têm tido um papel fundamental para vencer obstáculos e contribuir para a viabilidade de seus negócios."

por Patrícia Hervé Quaranta





VI. Conclusões

A pandemia do COVID-19 acarretou transformações em todos os setores da sociedade. O isolamento social recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e amplamente adotado pelos países afetados pelo vírus, incluindo o Brasil, levou à suspensão de aulas e atividades presenciais as mais diversas.

Nas atividades desenvolvidas pela Asplande e pela Rede de Mulheres Empreendedoras o cenário não foi diferente e as oficinas, cursos, rodas de conversa e encontros comemorativos tiveram que passar para a modalidade on-line. Ou seja, a Asplande aderiu amplamente à chamada Educação à Distância (EAD), que parecia uma modalidade de difícil implantação em vista dos recursos de informática de que dispunham a maior parte das empreendedoras associadas.

No entanto, como ocorreu com milhões de estudantes no mundo inteiro, as aulas, oficinas, rodas de conversa, mentorias e até as confraternizações passaram a ser feitas on-line. O EAD, que já experimentava um crescimento contínuo, se tornou uma prática comum desde a educação básica até o ensino superior e também nos treinamentos realizados pela Asplande.

A despeito da limitação do contato pessoal, que fazia do ensino presencial a modalidade preferida, o EAD trouxe o rompimento de barreiras. Na Asplande, as empreendedoras precisavam, em geral, se deslocar arcando com o custo do transporte e se ausentando de seus ambientes domésticos e de trabalho, o que impedia muitas vezes sua participação nas atividades. A implantação do programa on-line reduziu custos e democratizou o acesso de todos aos treinamentos oferecidos, como mostraremos a seguir.





Na Tabela II, estão listados os números de eventos realizados nas Redes Metropolitana, Baixada Fluminense e Zona Oeste e no Programas Impacta Mulher, Sabores do Rio e Raízes do Rio, em 2019 e 2020. O número total de participantes nos eventos presenciais de 2019 e de 2020 foi estimado, enquanto nas atividades on-line o número de participantes nas atividades passou a ser contabilizado.

Tabela II: Atividades presenciais e on-line desenvolvidas em 2019 e 2020

	2019	2020	
	<i>Atividades presenciais</i>	<i>Atividades presenciais</i>	<i>Atividades on-line</i>
Rede Metropolitana	10	3	30
Rede Baixada Fluminense	11	2	9
Rede Zona Oeste	11	1	11
Impacta Mulher	28	7	5
Sabores do Rio	19	3	23
Raízes do Rio	11	2	10
Prêmios Dandara e Tia Angélica	2	1	1
Participação em atividades de terceiros	20		
Total de participantes	2800 (estimado)	475 (estimado)	2863

Na Tabela III, a contabilização feita por tipo de evento, mostra o crescimento da participação e o acesso definitivo aos treinamentos, independentemente da localização geográfica da empreendedora.





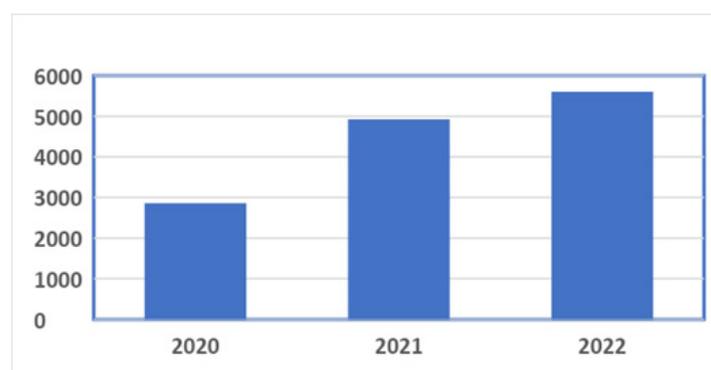
Tabela III: Contabilização das atividades EAD desenvolvidas em 2021 e 2022

Modalidade	2021	2022
Oficinas	53	53
Rodas de conversa	47	53
Cursos	18	42*
Eventos comemorativos	2	2
Mentorias individuais e coletivas	200	281
Total de participações	4921	5776

*Cursos avulsos + módulos do Programa de Aceleração de Negócios em Gastronomia

Com o crescimento alcançado pelo EAD desde 2020, a área de atendimento da Asplande se expandiu e, hoje, empreendedoras periféricas de São Gonçalo, Itaboraí, Região Oceânica de Niterói e até de outros estados estão participando da Rede de Mulheres Empreendedoras. Além disso, palestrantes convidados de outros estados e até mesmo de outros países puderam contribuir com seus conhecimentos para o crescimento das Mulheres Empreendedoras.

Crescimento da participação nas atividades on-line desenvolvidas pela Asplande desde 2020.





Anexo I: Atividades desenvolvidas em 2022

A) Cursos

Ciclo de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia 2022, realizado no ano de 2022 para 2 turmas: a primeira de abril a agosto e a segunda de agosto a dezembro. Cada Ciclo de Aceleração constou dos seguintes módulos:

- Encontro com as Participantes
- Design Thinking em Empreendimentos de Gastronomia, com Luiz Coelho
- Construção do Canvas em Empreendimentos de Gastronomia e Mentoria Coletiva Construção do Canvas, com Bruno Matos
- Micro Crédito, um Impulsionador de Nano Negócios, com Lemuel Simis da Firgun
- Como Precificar, com Paulo Borges, Sociólogo e Professor
- Fluxo de Caixa, com Paulo Borges
- Estratégias de Marketing Digital, com Tatiana Lorena
- O Uso do Instagram para Alavancar o Negócio, com Tatiana Lorena
- O Uso do WhatsApp para Alavancar o Negócio, com Durval Pereira
- Como fazer Post para as Redes Sociais, com Anna Paula Rodrigues
- Gestão Administrativa e Financeira para Negócios da Área de Gastronomia - Aprendendo a Precificar, com PAEG /UFRJ
- Fundamentos de Aproveitamento Integral dos Alimentos e Apresentação dos Trabalhos pela Participantes, com a Chefe Maristela Sodré
- Jornada Gastronômica "Quitutes que Abraçam"





- Encerramento do Cursos com Apresentação dos Negócios e Apresentação das Páginas do Site Sabores do Rio

Outros cursos realizados foram:

- Como Apresentar seu Negócio em Vídeo, com Carol Wist
- Rotulagem e Embalagem, com Gabriel Almeida - Engenheiro de Alimentos
- Degustação e Avaliação de Alimentos Através dos Sentidos, com Gabriel Almeida Rodrigues Martins - Engenheiro de Alimentos
- Gestão Administrativa e Financeira para Negócios da Área de Gastronomia - Gerenciando Custos e Inserindo valor de entrega nos preços dos produtos, com PAEG /UFRJ
- Educação Financeira, com Roberto Leonardo
- História da África com foco na migração de africanos para o Brasil, com Adelina Araujo, voluntária
- Pigmentação e uso de Aromatizantes, com Gabriel Almeida Rodrigues Martins - Engenheiro de Alimentos

B) Oficinas

O Sebrae conduziu as seguintes oficinas:

- Mulheres que Inspiram
- Como reconhecer características empreendedoras de sucesso
- Como planejar o meu negócio
- Pitch eficaz, teoria e prática
- Google meu negócio
- Como definir o preço de venda
- Como controlar o fluxo de caixa
- Marketing digital





- Fotografando para mídias digitais
- Técnicas de Negociação
- Produção de vídeos para pequenos negócios
- Aplicativos de mensagem para pequenos negócios

Outras oficinas realizadas ao longo de 2022 foram:

- Como Impulsionar seu Negócio Usando Redes Sociais na prática com Durval Pereira
- Desing Thinking para Pequenos Negócios com Luiz Coelho
- Competências Comportamentais com Elias Vieira de Paula
- Gestão de Negócios com Cecilia Gomes CFO/CEO do Sustentaí
- Como Impulsionar seu Negócio Usando Redes Sociais com Durval Pereira
- MEI, da Legalização à Manutenção, com Luciana Duarte
- Como usar o Google Meet com Daniel Zandoná
- Utilizar o WhatsApp para se relacionar com clientes. Como? com Gustavo Reis, CEO BETA food Service CMO PulseFlix
- Pitch para empreendedoras de Gastronomia com Gustavo Reis
- Entendendo a Ficha Técnica na prática com a Prof^a Letícia Tavares UFRJ/PAEG
- Como Utilizar as Rede Sociais para Vender Mais com Paula Petrúcio, empresária e Mentora de Empreendedoras





C) Rodas de Conversa

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

- Conversas que Inspiram, com Regina Fontes e Ana Lúcia Barbosa, empreendedoras e voluntárias da Asplande
- Palavra de Mulher, com Cris Santana, Cynthia Matos, Crislândia Moraes e Cristiane Silva, empreendedoras e voluntárias da Asplande
- Sabor e Saúde, com as Chefes Alé Souza da Top Fit Saudáveis e Beth Araujo da Denguinho da Vó, empreendedoras e voluntárias da Asplande
- Mulheres que Impactam, com a Jornalista Geisa Rocha, Coordenadora do Rio de Impacto e do Fórum de Desenvolvimento do Rio de Janeiro

A Prof^a Maribel da Coppead/UFRJ também realizou Rodas de Conversa regulares, relacionadas com a saúde mental, a motivação e a capacidade das empreendedoras de lidar com conflitos. Os temas abordados foram:

- O Corpo Fala, Cuidando das Emoções e saúde do Corpo
- Cuidando da Energia do Corpo
- Coragem
- Cuidar da Motivação
- Cuidando da Ansiedade
- Lidando com os Erros
- Comunicação nos momentos de conflito
- Empatia para lidar com os conflitos
- Comunicação nos Conflitos em Família

As Rodas de Conversa conduzidas pelo SEBRAE foram:





- Mulher empreendedora e a descoberta do seu propósito
- Criatividade Feminina para aumentar as vendas
- Planeje-se! Criando um plano de ações para mulheres empreendedoras
- Delas por elas: criando experiências emocionais para as mulheres empreendedoras
- Você sabe comunicar o valor que seu negócio entrega
- Colaboração nos negócios
- Confiança criativa: respirar para inovar
- Como criar negócios que melhoram o mundo
- Objetivos de desenvolvimento sustentável e a aplicação nos negócios
- Gestão do tempo e Produtividade

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

- Organização do Espaço de Trabalho com a Personal Organizer Ângela Soares, empreendedora e voluntária da Asplande
- Conversa Previdenciária e Aposentadoria da Empreendedora com Sylvania Godoi, Doutoranda UFRJ
- Alimentação Viva com Zélia Dourado, Educadora e Naturopata
- Alimentação Viva, com Alexandra Souza, empreendedora e voluntária da Asplande
- Como melhorar suas vendas nas redes com Davi Moura, Giulia Pederneiras, Rita Afonso e Paulo César L. Pereira
- Papo de Boteco com Natália Braga Magalhães, proprietária de duas franquias da Rede de Bares Mané
- Inovação e Design na Costura e no Artesanato, com Layla Lima, empreendedora e voluntária da Asplande





- Motivação para empreendedoras com Felipe Araujo, palestrante convidado
- Um Olhar por Cima das Correntes, Regina Fontes e Ana Lúcia Barbosa conversam com Mônica Francisco, Juliana Alves e Marcelo Arruda

D) Eventos diversos

Os Encontros de Confraternização realizados com entrega de prêmios foram:

- O XXV Encontro de Confraternização entre Empreendedoras e 10ª Edição do Prêmio Dandara 2022, em março, com o Tema “Basta à Violência Doméstica”.
- O VII Prêmio Tia Angélica foi realizado em outubro.
- Encerramento do ano e Confraternização de Natal, realizado no CEDIM em janeiro.

Os eventos externos que tiveram a participação da Asplande foram:

- Seminário Mulheres Reais – Patrocínio e Realização Schlumberger
- StandUp: Contra assédio sexual em espaços públicos, com Yasmin Bitencourt, jovem feminista de Duque de Caxias
- Dayse Valença como palestrante da Roda de Conversa Projeto Pautas Sociais Rotas do SESC Nacional sobre a temática das mulheres visando a partilha do trabalho da Asplande na universalização dos direitos humanos e a inclusão socioeconômica das mulheres
- Apresentação no SEBRAE do pitch de empreendimentos em Gastronomia
- Apresentação da pesquisa sobre o Impacto dos projetos da Asplande no desenvolvimento das empreendedoras que participam da rede Asplande por Patrícia Hervé Quaranta
- Encontro com empreendedoras de Japeri





- Curso com SESC voltado para Os Desafios da Mulher Periférica que Empreende
- Participação nas Feiras do Empreendedor Rio de Janeiro e São Paulo
- Participação no evento Espaço Favela
- Palestra “Empreendedorismo Feminino” para Universidade da Colômbia
- Encontro de Cooperativismo Popular e Organização de Rede Cooperativa Japeri
- Seminário Cooperativismo e Negócios de Impacto: cenário e oportunidades, OCB/Sescoop
- Encontro para Criação da Rede Cooperativa de Mulheres Empreendedoras de Japeri.





Anexo II:

Avaliação dos resultados da Pesquisa de Impacto nos negócios de empreendedoras que participaram das turmas de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia realizadas iniciadas em 2019 até o primeiro semestre de 2022.

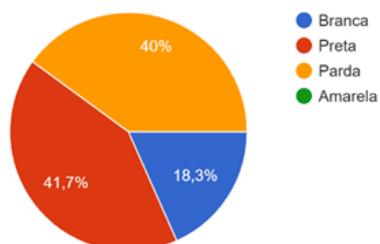
Avaliação dos resultados da Pesquisa de Impacto nos negócios de empreendedoras que participaram das turmas de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia realizadas iniciadas em 2019 até o primeiro semestre de 2022. A pesquisa foi realizada com 60 empreendedoras das 115 que concluíram a aceleração.

A maioria delas reconhece o crescimento obtido, tanto pessoal, como para o seu negócio, ao participar das turmas de aceleração.

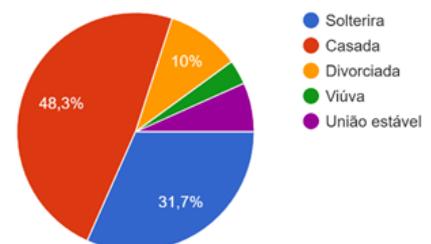
Foram três os tópicos abordados:

Apresentação da Empreendedora

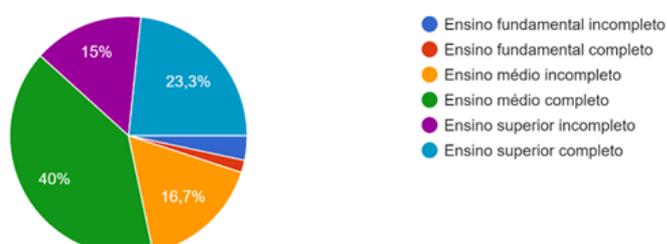
Como você se identifica?
60 respostas



Qual o seu estado civil?
60 respostas



Qual o seu nível de escolaridade?
60 respostas

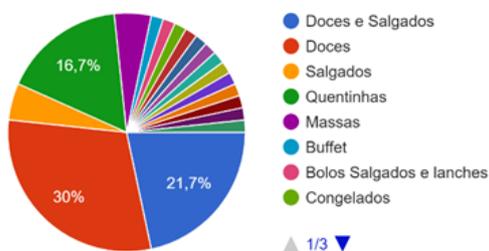




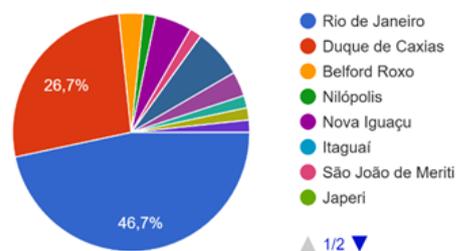
Na apresentação da Empreendedoras, 41,7 % se autodeclararam pretas, 40% pardas e 18,3% brancas; 48,3 % são casadas e 31,7% solteiras; 40% possuem o ensino médio (EM) completo, 16,7% EM incompleto, 23,3% completaram o ensino superior (ES) e 15% ES incompleto.

Apresentação do negócio

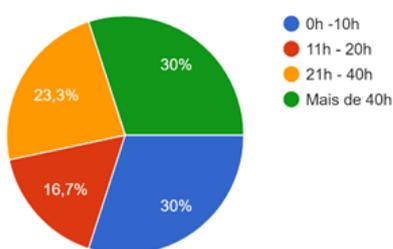
Qual o carro chefe do seu negócio?
60 respostas



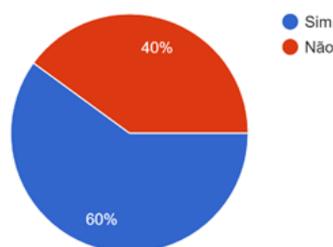
Qual o seu município?
60 respostas



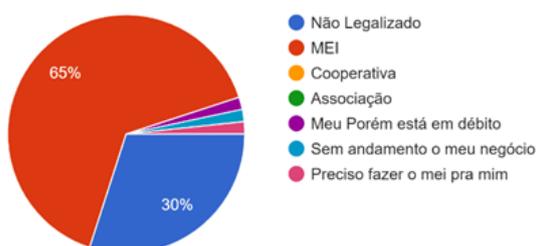
Quantas horas semanais você dedica ao seu negócio?
60 respostas



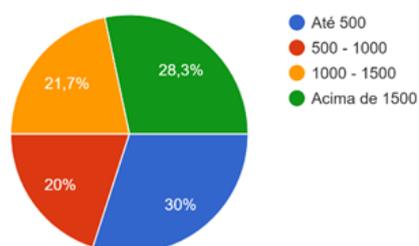
Seu negócio é sua principal fonte de renda?
60 respostas



Seu negócio é legalizado?
60 respostas



Qual é o faturamento mensal do seu negócio, em reais?
60 respostas





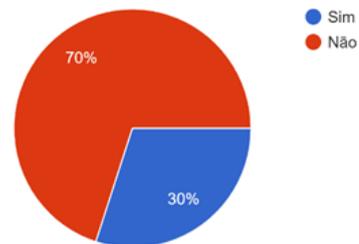
Qual o seu local de funcionamento

60 respostas



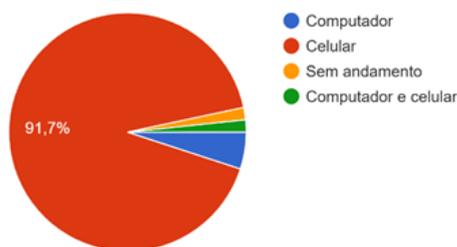
Você tem sistema de delivery?

60 respostas



Quais equipamentos são usados para impulsionar as mídias sociais do seu negócio?

60 respostas



Na apresentação dos negócios 30% das empreendedoras atuam com doces; 21,7 % doces e salgados e 16,7% fornecem quentinhas; 46,7 % atuam na cidade do Rio de Janeiro e 26,7 % em Duque de Caxias; O número de horas semanais dedicados ao empreendimento é bem distribuído: 30% 0-10 h, 16,7% 11-20 h, 23,3% 21-40 h e 30% acima de 40 h; O faturamento mensal em R\$: 30% até 500, 20% de 500-1000, 21,7% de 1000-1500 e 28,3% acima de 1500;

A maioria, 60%, tem sua principal fonte de renda no empreendimento; Apenas uma menor parte dos empreendimentos, 30%, são informais, enquanto 65% são cadastrados no MEI; 85% dos empreendimentos funcionam em suas próprias casas, enquanto apenas 10% em locais alugados; 91,7% usam o celular como principal meio de impulsionar o seu negócio; 70% possuem delivery.

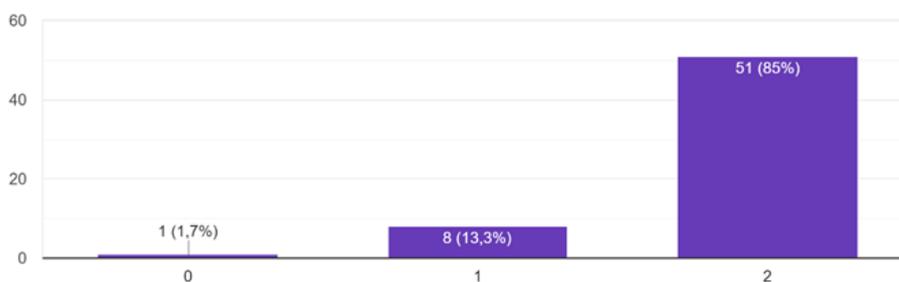




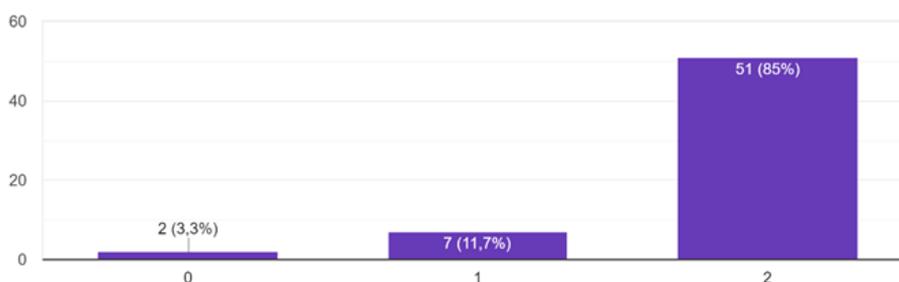
Impactos do Curso de Aceleração, das atividades de formação e oportunidades oferecidas pela Rede Sabores do Rio

Em uma escala de 0 a 2, quais têm sido os Impactos para seus Negócios? Indique a contribuição das atividades em cada categoria, sendo 0 baixa contribuição, 1 média contribuição e 2 alta contribuição:

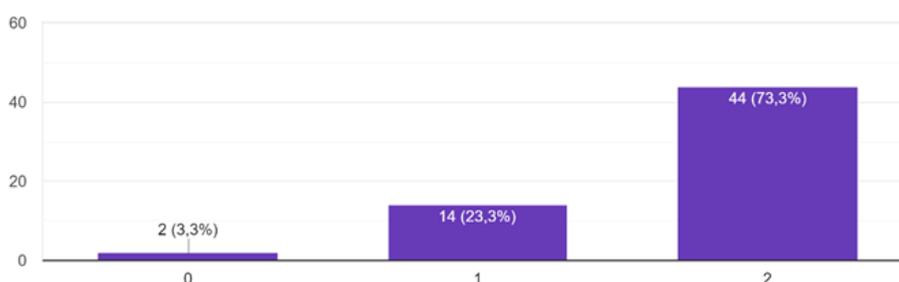
Passei a gerenciar melhor o negócio
60 respostas



Passei a gerenciar melhor os preços dos produtos e serviços
60 respostas



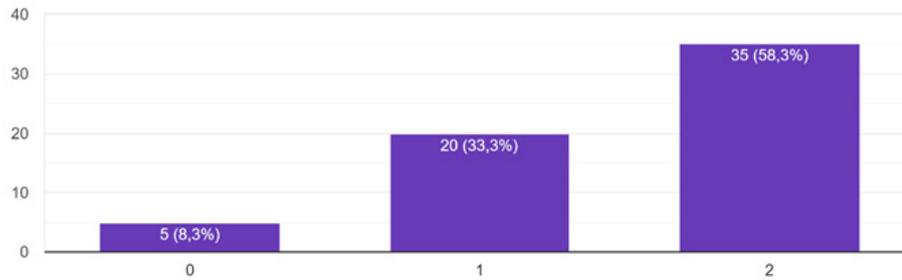
Aprendi a selecionar melhor os fornecedores
60 respostas





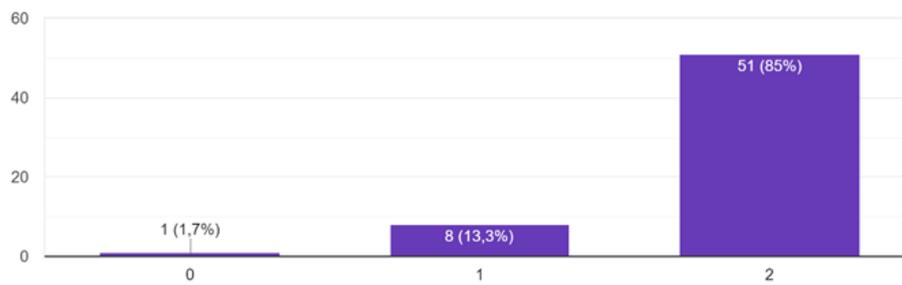
Passei a fazer mais parcerias

60 respostas



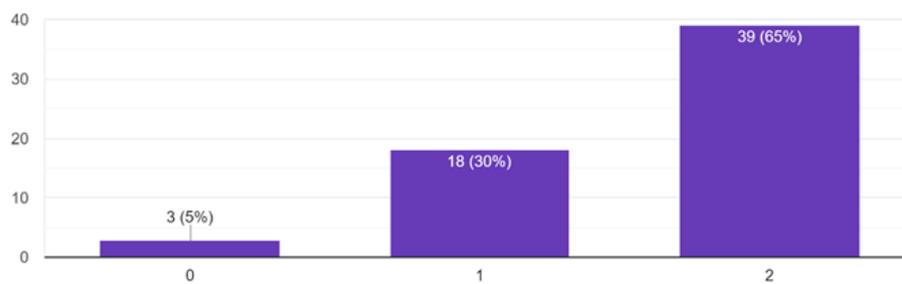
Passei a acreditar mais no meu potencial empreendedor

60 respostas



Passei a adotar uma cozinha mais saudável e respeitosa ao meio ambiente

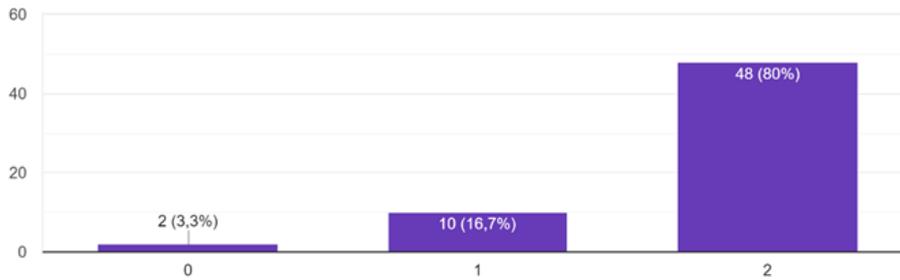
60 respostas





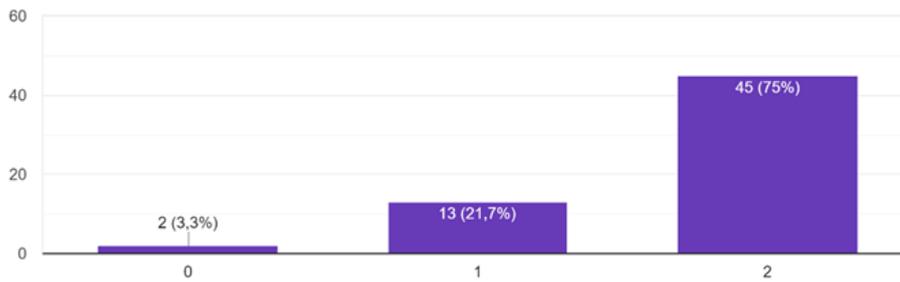
Passei a comunicar melhor sobre meu negócio

60 respostas



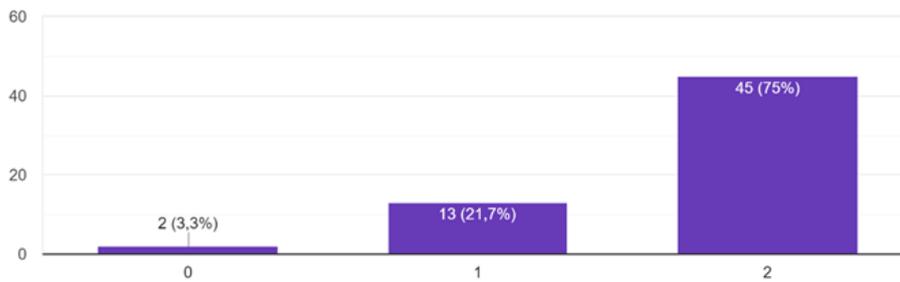
Aumentei a visibilidade do negócio

60 respostas



Aumentei a visibilidade do negócio

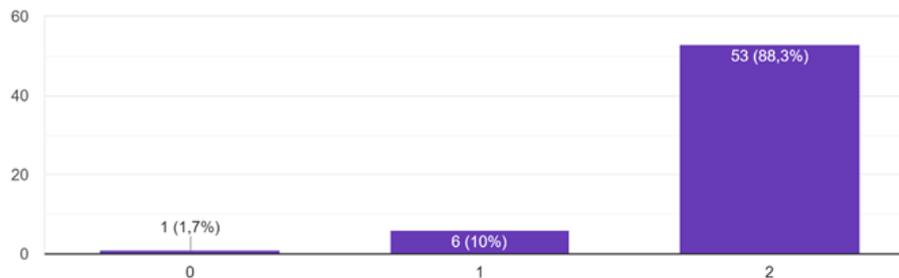
60 respostas





Adquiri mais senso de cidadania e dos meus direitos

60 respostas



Os Impactos do Curso de Aceleração, das atividades de formação e oportunidades oferecidas pela Rede Sabores do Rio, classificados em como: Alto (A), médio (M) e baixo (B), estão condensados a seguir:

- Gerenciamento do negócio: 85% A e 13,3% M;
- Melhor gerenciamento dos produtos e serviços: 85% A e 11,7% M;
- Seleção dos fornecedores: 73,3% A e 23,3% M;
- Realizar mais parcerias: 58,3% A, 33,3% M e 8,3% B;
- Acreditar no próprio potencial: 85% A e 13,3% M;
- Adotar uma cozinha mais saudável e sustentável: 65% A, 30% M e 5% B;
- Melhorou a divulgação do negócio: 80% A e 16,7% M;
- Aumentou a visibilidade do negócio: 75% A, 21,7% M e 5,3% B;
- Adquiriu mais senso de cidadania e dos direitos: 88,3% A e 10% M.





Parceiros





ASPLANDE Faz Parte da Rede



participa do ManaMano
em parceria com



MANAMANO

Fundo de Transformação Social





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

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

Instagram: @asplandeong

Facebook: 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