

Mulheres que Inspiram

ASPLANDE



Vol. 2



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

Título: Mulheres que inspiram (Vol. 2)

Autores do Volume 2

Leisa Ribeiro, Fernando Bastos, Gabriela Garcia, Isabela Lessak, Juliana Queiroz, Gabriela Mejia, Patrícia Vougo, Hemily Gonçalves, Jéssica Fusco, Ed Zahida, Alice Bastos, Taíssa Lopes, Adelina Araujo, Beatriz Carvalho e Moara Flausino.

Atualização das histórias:

Gláucia Torres, Isadora Terra e Adelina Araújo

Curadoria: Maria Adelina Santos Araujo

Páginas: 113

Assunto da Obra: Histórias de 47 mulheres que fazem parte do Programa AS-PLANDE Rede Cooperativa de Mulheres Empreendedoras da Região Metropolitana do Rio de Janeiro e atuam em diversos tipos de negócios.

Ano e Cidade de publicação: 2022, Rio de Janeiro.

Projeto editorial: Anna Paula Rodrigues e Luiza Araújo.

Sumário

Mulheres que Inspiram

Agradecimentos	6	Joseane Teixeira	60
Homenagem	7	Jupira Bispo	62
Prefácio	9	Laudelina Ferreira	64
Apresentação		Letícia de Souza	66
ASPLANDE	11	Liliane Guerra	68
Sabores do Rio	13	Luciene Rosane	70
Raízes do Rio	14	Ludmyla Oliveira	72
Impacta Mulher	15	Magna Rosangela	74
Prêmio Dandara	16	Maria Belísia	76
Prêmio Tia Angélica	17	Maria das Dores	78
Empreendedoras		Maria Iraci	80
Tia Angélica	18	Maria Isabel Cardoso	82
Adilma Viana	20	Maria José	84
Aira Nascimento	22	Maria Regina Fontes	86
Ana Cláudia Neves	24	Maria Serrate	88
Ana Lúcia Santos	26	Maria Thaís	90
Ana Regina	28	Neuza Nascimento	92
Cláudia da Mata	30	Norma Carvalho	94
Claudiane dos Santos	32	Paloma Cordeiro	96
Claudilene da Silva	34	Patrícia Silva	98
Crislândia Moraes	36	Reinildes Agostini	100
Cyntia Matos	38	Renata Almeida	102
Eliane Freixo	40	Renata Lara	104
Elza Ribeiro	42	Roberta Azevedo	106
Gabriela Anastácia	44	Sara Graziela	108
Georgina Braga	46	Curadoria	110
Iraci Ribeiro	48	Edição e Redação	111
Isabelle Freitas	50	Produção Editorial	112
Ivi Félix	52		
Janaina Ribeiro	54		
Joana Darc	56		
Joelma Alcântara	58		

Sumário

Regiões

Rio de Janeiro

Adilma Viana	20
Aira Nascimento	22
Ana Lúcia Santos	26
Ana Regina	28
Claudiane Santos	32
Isabelle Freitas	50
Janaina Ribeiro	54
Joana Darc	56
Joelma Alcântara	58
Joseane Teixeira	60
Jupira Bispo	62
Laudelina Ferreira	64
Letícia de Souza	66
Luciene Rosane	70
Ludmyla Oliveira	72
Magna Rosangela	74
Maria das Dores	78
Maria Isabel Cardoso	82
Norma Carvalho	94
Paloma Cordeiro	96
Patrícia Silva	98
Renata Lara	104
Sara Graziela	108

Baixada Fluminense

Tia Angélica	18
Ana Cláudia Neves	24
Cláudia da Mata	30
Claudilene da Silva	34
Crislândia Moraes	36
Cyntia Matos	38
Eliane Freixo	40
Elza Ribeiro	42
Gabriela Anastácia	44
Georgina Braga	46
Iraci Ribeiro	48
Ivi Félix	52
Maria Belísia	76
Maria Iraci	80
Maria José	84
Maria Regina Fontes	86
Maria Serrate	88
Maria Thaís	90
Neuza Nascimento	92
Reinildes Agostini	100
Renata Almeida	102
Roberta Azevedo	106

Outros regiões

Liliane Guerra	68
----------------	----

Sumário

Projetos

Sabores do Rio

Laudelina Ferreira	64
Liliane Guerra	68
Luciene Rosane	70
Maria José	84
Maria Serrate	88
Maria Thaís	90
Neuza Nascimento	92
Patrícia Silva	98
Sara Graziela	108

Raízes do Rio

Adilma Viana	20
Ana Cláudia Neves	24
Ana Regina	28
Cláudia da Mata	30
Claudiane Santos	32
Crislândia Moraes	36
Eliane Freixo	40
Elza Ribeiro	42
Georgina Braga	46
Iraci Ribeiro	48
Janaina Ribeiro	54
Joseane Teixeira	60
Jupira Bispo	62
Letícia de Souza	66
Ludmyla Oliveira	72
Magna Rosangela	74
Maria Belísia	76
Maria das Dores	78
Maria Iraci	80
Maria Isabel Cardoso	82
Maria Regina Fontes	86
Norma Carvalho	94
Paloma Cordeiro	96
Reinildes Agostini	100
Renata Almeida	102
Roberta Azevedo	106

Impacta Mulher

Tia Angélica	18
Aira Nascimento	22
Ana Lúcia Santos	26
Claudilene da Silva	34
Cyntia Matos	38
Gabriela Anastácia	44
Ivi Félix	52
Joana Darc	56
Joelma Alcântara	58
Ludmyla Oliveira	72
Maria das Dores	78
Maria Isabel Cardoso	82
Neuza Nascimento	92
Renata Lara	104

Agradecimentos

Agrademos a todas as mulheres da Rede Cooperativa de Mulheres Empreendedoras da Região Metropolitana do Rio de Janeiro, que ousaram assumir seus próprios caminhos no mercado competitivo, por abrirem suas histórias para que outras possam tomá-las como exemplos de ajuda mútua, busca de conhecimentos e superação.

Aos voluntários Leisa Ribeiro, Fernando Bastos, Gabriela Garcia, Isabela Lessak, Juliana Queiroz, Gabriela Mejia, Patrícia Vougo, Hemily Gonçalves, Jéssica Fusco, Ed Zahida, Alice Bastos, Taíssa Lopes, Adelina Araújo, Beatriz Carvalho, Moara Flausino, Gláucia Torres e Isadora Terra, que, ao escreverem essas histórias, também as vivenciaram, sofreram com as dificuldades e se alegraram com as vitórias das Mulheres Empreendedoras.

À equipe da Asplande por sua importante atuação na promoção e no suporte aos projetos femininos, fazendo a diferença para as mulheres que participam do programa e para suas famílias. Este e-book é um ato de celebração da Asplande pelas conquistas de cada Mulher Empreendedora.

Agradecemos, especialmente, à Anna Paula Rodrigues e Luiza Araujo, que desenharam, montaram, ilustraram, revisaram, diagramaram, enfim, deram mais vida e beleza às Histórias das Mulheres Empreendedoras.

Homenagem

Conceição Luz



Mulher negra, militante histórica da Assistência Social do Rio de Janeiro e do movimento de defesa da cultura negra, associada e coordenadora da ASPLANDE

Conceição Luz foi também militante na defesa das medidas de proteção contra o COVID-19 e na campanha de vacinação, mas, no início de 2022, foi surpreendida pelo vírus e faleceu no dia 4 de fevereiro de 2022



Homenagem

Conceição Luz

Nascida em Nilópolis, **Maria da Conceição Luz Ferreira, Conceição Luz** ou, simplesmente, **Ceiça**, se formou em **Serviço Social na Universidade Federal Fluminense**, em 1988, trabalhou na Emater de 1988 a 2004 e em seguida ingressou no serviço público do Rio de Janeiro, onde atuou como **Assistente Social na Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social**, na **Secretaria Municipal de Assistência Social** e na **Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**.

No **Sindicato dos Assistentes Sociais do Estado do Rio de Janeiro**, Conceição Luz foi uma militante na defesa da Assistência Social prestada pela Prefeitura do Rio de Janeiro e na defesa dos direitos dos trabalhadores. Foi também conselheira do Conselho Municipal de Assistência Social do Rio de Janeiro, presidente do **Conselho Estadual de Assistência Social** e do **Conselho da Pessoa Idosa** de Nova Iguaçu.

Militante do movimento em **defesa da cultura negra** e interessada em **arte popular**, Conceição Luz conheceu a **ASPLANDE** ainda na década de 90, se tornou uma associada, participou ativamente da **Rede de Mulheres Empreendedoras da Baixada Fluminense** e foi coordenadora da ASPLANDE.

Adotou a Doutrina Espírita Kardecista como filosofia de vida, praticando no dia a dia na família, nas amizades, no trabalho de missionária, enfim, sendo caridosa com todos. Estudiosa da Doutrina, participava assiduamente das tarefas do bem na **Casa Espírita Leopoldo Machado**, em Nilópolis-Rio de Janeiro, como palestrante e participante de encontros, reuniões mediúnicas, campanhas de doações, coleta de cestas básicas, entre outros.

Evangelizadora de crianças, base do **Projeto Luz**, que projetava todo esforço para suprir algumas necessidades básicas dos pequeninos. Na Festa do Natal das crianças, ela movimentava famílias e amigos, era realmente um Ser de Luz.

Desde o início da pandemia Conceição Luz foi também militante na **defesa das medidas de proteção contra o COVID-19** e na campanha de **vacinação**, mas, no início de 2022, foi surpreendida pelo vírus e **faleceu no dia 4 de fevereiro de 2022**, deixando todos os seus amigos e admiradores emocionados e tristes com a sua partida.

Pessoa amiga, alegre, dinâmica, dedicada às causas que abraçava, Conceição Luz deixou **saudades** em todos os grupos onde atuou e também no Núcleo de Experiência Discente da UNIGRANRIO, onde era aluna do curso de Psicologia.

Ceiça deixa leveza, um sorriso doce, um olhar acolhedor e um afago amoroso. Somos felizes por ter convivido de perto com ela, que trocava tristeza por caridade doada ao próximo.

Fica aqui registrada a homenagem da ASPLANDE e da Rede Metropolitana de Mulheres Empreendedoras.

Prefácio

Mulheres em Rede: solidariedade e vida instigante

Quantas histórias preciosas este livro coloca nas nossas mãos! É com enorme prazer e alegria que escrevo este prefácio. Como são belas as histórias de vida que nos são narradas por suas corajosas autoras. Quanta delicadeza, quantos relatos de enfrentamentos, quanta superação e resistência social. São mulheres que se levantam e resistem porque são teimosas, persistentes e nunca renunciam a seus sonhos. Parabéns à equipe da ASPLANDE que, na forma mais competente, responsável e comprometida com as transformações sociais – e em especial com as lutas das mulheres – vem tecendo parcerias em um bonito bordado de redes e fortalecendo a teia que é estendida por mulheres empreendedoras e solidárias que se dão as mãos.

Resistindo ao repúdio reservado historicamente às mulheres que fazem, prova de coragem e iniciativa nos espaços públicos, as autoras das histórias compartilhadas por este livro, vêm dar visibilidade às memórias de protagonismo que a sociedade ainda tende a ignorar. Os relatos que generosamente nos trazem bebem nas histórias de quando eram meninas que, além de enfrentar o desafio de terem nascido mulheres, foram confrontadas com as adversidades que fazem parte do cotidiano de quem vem de classes sociais empobrecidas e sofre com o racismo e com a discriminação reservada a quem vive na periferia. Em suas trajetórias, com dignidade, foram assumindo seus múltiplos papéis de mãe, de filha, de mulher, de esposa, de amiga, de estudante, de trabalhadora entre tantos outros. Para superar a precariedade dos empregos menos valorizados socialmente e pobremente remunerados, buscaram realizar o sonho do pequeno negócio próprio. Fazem ver que enfrentaram batalhas pessoais e comunitárias e, um dia, se viram fortalecidas pelas ações da ASPLANDE, que lhes proporcionou um espaço de compartilhamento de saberes e de aprendizado e estímulo à ação coletiva.

Em sua grande maioria, são mães (algumas avós) moradoras das periferias da cidade do Rio de Janeiro e da Baixada Fluminense. Algumas são migrantes, vieram para o Rio de Janeiro ainda bem jovens. Vivendo em distintos territórios, o que elas têm em comum é o cuidado e a luta diária pela subsistência de suas famílias, o ativismo no ambiente comunitário e o esforço de geração de renda que realizam num mundo em que, a cada dia, as determinações socioeconômicas, em mãos de poucos, usurpam os direitos sociais básicos de trabalhadoras e trabalhadores.

Não são mulheres que saíram de suas casas para serem meras empreendedoras e se perderem no cruel mundo da concorrência inclemente onde são disputados os escassos espaços de mercado. Não! São trabalhadoras que empreendem na perspectiva de uma economia solidária, que vai contra a corrente econômica vigente e me parece ter, até mesmo, um efeito subversivo. Transformando habilidades afetivas ancestrais, desenvolvidas ao longo de uma miríade de gerações de mulheres que lutaram para existir, subsistir e resistir elas, juntas, resignificam agora suas tristezas e tragédias pessoais, familiares e comunitárias. Descubrem que estas habilidades as ajudam a manter a sua saúde mental, algo de inestimável valor nestes tempos instáveis e caóticos. Fortalecem suas identidades

personais e sociais e lutam pelo bem viver, dando forma concreta à ética do cuidado com suas famílias, com as futuras gerações e com o planeta. Como numa grande ciranda, se organizam alegre e amorosamente.



Sandra Monica Silva Schwarzstein

Sandra Monica Silva Schwarzstein é Assistente Social, Doutora em Política Social, Facilitadora de Trabalhos em Grupos com Mulheres, Terapeuta de Família, Arteira e colaboradora da ASPLANDE.

Rio de Janeiro, 08 de março de 2022.



A ONG **Asplande** tem a missão de 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**, as empreendedoras recebem apoio, capacitação e mentoria, estabelecem parcerias e intercâmbio e fazem vendas compartilhadas.

Os projetos de formação de empreendedoras da Asplande são divididos em 3 grandes áreas: a gastronomia, **Sabores do Rio**, o artesanato e os serviços, **Raízes do Rio**, e a **Incubadora de Negócios Sociais Impacta Mulher**. Uma vez engajadas nos projetos, as mulheres atendidas recebem treinamento em **planejamento, gestão administrativa e financeira e desenvolvimento de produtos e serviços**, viabilizando a valorização do trabalho dentro dos princípios do comércio justo.

Na plataforma de **Ensino à Distância Mulheres em Rede – Compartilhando Saberes**, <http://mulheresnarede.org.br/>, são disponibilizados recursos de aprendizagem e troca de informações sobre todos os assuntos ligados aos negócios, desde o planejamento até a aferição dos resultados. O **Blog do Empreendedorismo Feminino** e a seção **Minha História**, criados em 2017, têm como objetivos mostrar os desafios enfrentados por essas mulheres, inspirar e motivar outras mulheres a fazerem o melhor de suas vidas.

Por meio do *e-book* **Mulheres que Inspiram**, as histórias contadas ultrapassam os muros da Asplande e da Rede de Mulheres Empreendedoras, e servem de exemplo e inspiração para outros públicos no Brasil afora e no mundo. Você poderá percorrê-lo, de acordo com a sua linha de interesse, pelo nome da empreendedora, pelo tipo de negócio ou pela região geográfica de atuação.

No **volume 1**, foram apresentadas as histórias escritas de março de 2020 a novembro de 2021, dentro do período marcado pela pandemia do COVID-19, que modificou a vida e os negócios do mundo inteiro.

No **volume 2**, estão apresentadas as histórias escritas de 2017 até o início de 2020. Desde a publicação original dessas histórias no blog, as vidas das entrevistadas passaram por muitas transformações, algumas mudaram de atividades, outras optaram por retornar ao mercado de trabalho tradicional e outras, que davam ainda seus primeiros passos, estabeleceram seus empreendimentos sobre bases sólidas e são hoje pessoas e empresas reconhecidas no mercado e multiplicadoras dos conhecimentos adquiridos. Por isso, as histórias contidas neste volume foram revisitadas, atualizadas e, muitas delas, completamente reescritas para que pudessem espelhar a realidade das entrevistadas em 2022.



www.asplande.org.br



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.

www.saboresdorio.org.br





Raízes do Rio

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

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

www.asplande.org.br/raizesdorio





Impacta Mulher: Negócios de Impacto Social

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.

Por meio de diversas atividades, a Incubadora estimula a capacidade das empreendedoras de conduzir seus negócios, melhorar o **impacto social** dos mesmos e contribui para o desenvolvimento sustentável das regiões onde estão inseridos.

Este projeto é financiado pelo **fundo DICE** (Developing Inclusive and Creative Economies - Desenvolvendo Economias Inclusivas e Criativas), do **British Council**, desenvolvido por meio de uma colaboração entre a Asplande, no Brasil, e a **Social Starters**, no Reino Unido.

www.impactamulher.org.br



Prêmio Dandara

Prêmio Dandara e Encontro de Confraternização Entre Mulheres da Região Metropolitana do RJ

O **Encontro de Confraternização entre Mulheres da Região Metropolitana do RJ**, evento que comemora o Dia Internacional da Mulher, foi criado na **Asplande** em 1998. E, a partir de 2012, foi criado o **Prêmio Dandara**, para homenagear 30 mulheres que fazem a diferença na construção de um mundo melhor.

QUEM FOI DANDARA?

Além de esposa de Zumbi dos Palmares, **Dandara** foi uma das **lideranças femininas negras** que lutou contra o sistema escravocrata do século XVII. Relatos nos levam a crer que ela nasceu no Brasil e se estabeleceu no Quilombo dos Palmares ainda menina. Plantava como todos, trabalhava na produção da farinha de mandioca, aprendeu a caçar, mas também aprendeu a lutar capoeira, empunhar armas e, quando adulta, liderou as falanges femininas do exército negro dos Palmares.

Dandara representa a luta das **Mulheres Negras** por um lugar de respeito na sociedade.

O prêmio Dandara dá visibilidade os trabalhos e lutas das mulheres empreendedoras.



Prêmio Tia Angélica

Maria Angélica de Jesus, a Tia Angélica, é uma entrevistada especial para este e-book.

Por sua trajetória de vida e atuação social, **Tia Angélica** dá nome ao prêmio criado em 2016 pela **Asplande** e conferido anualmente a um grupo de pessoas que se destacam por suas contribuições para a construção de uma Baixada Fluminense de **Paz, Solidariedade e Justiça Social**.

Tia Angélica sempre ajudou famílias em dificuldades financeiras, especialmente organizando atividades de lazer e festas para as crianças moradoras do bairro Parque Paulista, Duque de Caxias, próximo a sua casa.

Em 2005, conheceu a **Ação da Cidadania**, fundada pelo sociólogo Betinho, onde viu que poderia fazer muito mais pelas crianças do seu bairro. Com essa participação veio o registro do **Grupo Tia Angélica, GTA**, que ampliou os atendimentos à sua comunidade e adjacências.

Hoje o GTA trabalha com a biblioteca comunitária, horta comunitária, distribuição de alimentos e doações, além de desenvolver ações na área da saúde da mulher.

A organização é componente do movimento **Rede Nacional de Comunidades Saudáveis**, e participa de diversos movimentos ligados à saúde e bem estar das pessoas menos favorecidas.

O Prêmio Tia Angélica dá visibilidade aos trabalhos e lutas das mulheres da Baixada Fluminense.



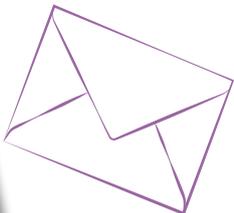
Maria Angélica de Jesus

Grupo Tia Angélica

Duque de Caxias/RJ
(21) 97379-7560
@gtagrupo tiaangelica



Com histórias de resiliência, de poder feminino e de crença no empreendedorismo, Tia Angélica representa, com muita honra vibrando em seu peito, todas as mulheres da Baixada.



“Ser mulher não é fácil, mas nós somos fortes, somos guerreiras. Eu me sinto muito orgulhosa em ser mulher. Não importa a minha idade, não importa o que eu sou.”



Maria Angélica de Jesus

Grupo Tia Angélica

Escrito por:
Moara Flausino

Maria Angélica de Jesus, conhecida carinhosamente por **Tia Angélica**, é uma mulher baiana, de sonhos crescentes e alma radiante. Com o tom de voz soando como se estivesse sorrindo o tempo todo, ela conta sobre sua jornada com orgulho e saudade.

Descobrimo um novo mundo ao se mudar para o Rio na década de 1960, ela deixou o campo baiano em busca de oportunidades de trabalho, passando a morar na Baixada Fluminense, onde se tornou mãe e trabalhou por muito tempo para manter sua família. Um tempo depois, já **envolvida com amigas e espaços que estimulavam ações sociais**, conheceu a **ASPLANDE** através de um seminário. Tendo uma conexão forte com os membros da ONG, Tia Angélica começou a se envolver com as atividades da ASPLANDE até se tornar um **motivo de homenagem e celebração** com o conhecido "**Prêmio Tia Angélica**".

Visando exaltar e comemorar anualmente as conquistas de empreendedoras da Baixada pelo **impacto em seus negócios ou ações sociais**, o prêmio se tornou um grande evento e **simboliza um momento de festa, gratidão e solidariedade**. A ideia da homenagem surgiu a partir de Dayse Valença e a sugestão de que a representante fosse uma **ativista viva** partiu de Cyntia e Nill Santos da **Amac**. Com histórias de resiliência, de poder feminino e de crença no empreendedorismo, Tia Angélica representa, com muita honra vibrando em seu peito, todas as mulheres da Baixada. Dizendo ficar ansiosa durante todo o mês de outubro, quando ocorre o evento, Tia Angélica se emociona e engrandece seu espírito em cada nova edição. "O Prêmio Tia Angélica foi uma surpresa. Me colocou para ser o espelho dessas mulheres e eu me sinto muito orgulhosa, muito feliz."

Além de homenagear empreendedoras, o evento também lhe toca fundo por **homenagear mulheres** e, por isso, é o motivo de ser um sonho realizado que ela jamais tinha sonhado: "Ser mulher não é fácil, mas nós somos fortes, somos guerreiras. Eu me sinto muito orgulhosa em ser mulher. Não importa a minha idade, não importa o que eu sou."

Sempre vivendo na direção da verdade e do amor, Tia Angélica **sabe encontrar um pedaço de lar em cada espaço que encontra e em cada pessoa que conhece**. Atualmente, aposentada e continuando a trabalhar com o que ama e lhe traz sentido à vida, ela não pensa em parar. Com o trabalho em sua ONG, **Grupo Tia Angélica**, ativo e com o apoio de outras ações sociais cariocas, ela ajuda as pessoas que precisam, seja com **alimentos, roupas ou doação de cestas básicas**. Ser solidária está em seu sangue. Ela sabe que pode chegar aonde quiser e, se estiver acompanhada, tem ainda mais confiança para pular as fronteiras: "**Eu sozinha faço muita coisa, mas com vocês eu faço muito mais.**"

Adilma de Souza Viana

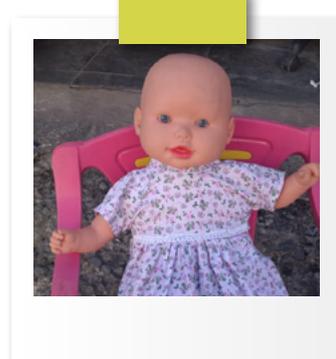
Adilmart



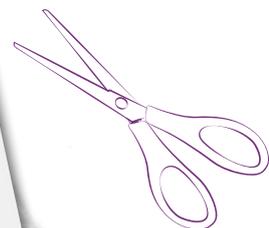
Paciência/RJ
(21) 99170-1139



Cultura criativa
e bonecas



Em 2010, quando se aposentou, sentiu necessidade de encontrar formas de ocupar seu tempo e viu no artesanato uma opção para complementar sua renda, fazer novas amizades e desenvolver as habilidades que já possuía.



“Este ano, eu e duas amigas vamos nos unir no propósito de restaurar 100 bonecas para doar”.




Raízes do Rio

Adilma de Souza Viana

Adilmart

Escrito por:
Ed Zahida
& Adelina Araujo

"Consertar uma boneca é realizar um sonho", esse é o pensamento de **Adilma de Souza Viana**, 73 anos, artesã que se dedica especialmente a **restaurar bonecas, fazer vestidos e preparar as pequenas para doar**.

Adilma é moradora do bairro de Paciência, na Zona Oeste do Rio de Janeiro, e trabalhou por muitos anos como inspetora de alunos em uma escola municipal. Sempre gostou do **artesanato**, e conta que "aprendi no curso ginásial, quando os alunos tinham a disciplina de prendas do lar. Desde então nunca parei". Na escola em que trabalhava, recebia encomendas variadas de seu artesanato, como as **bijuterias de novelas** que ela reproduzia e que fizeram sucesso, mas essa atividade era apenas **um hobby que tinha prazer em cultivar**.

Em 2010, quando se **aposentou**, sentiu necessidade de encontrar **formas de ocupar seu tempo** e viu no artesanato uma opção para complementar sua renda, fazer novas amizades e desenvolver as habilidades que já possuía. O **maior impulso** que ela teve foi de **seus filhos** que, ao verem a mãe triste em casa, decidiram incentivá-la e ajudá-la a se tornar uma empreendedora.

Buscando se preparar melhor para colocar suas ideias em prática, ela conheceu a **Rede de Mulheres Empreendedoras** da Zona Oeste e foi convidada a ingressar na **ASPLANDE**, onde teve orientadores, participou de vários encontros e recebeu toda a ajuda que precisava. "Foi de extrema importância aprender como precificar meus produtos, e até hoje **levo comigo esses ensinamentos**. Por isso, ainda participo das *lives* e de outras atividades *on-line*, sempre que posso," conta ela.

A especialidade de Adilma é a **costura criativa**; ela faz jogos americanos, panos de prato com aplicação, cobre alimentos, *sousplats* feitos com discos de vinil, e está sempre criando novidades. Atualmente, ela trabalha especialmente com as bonecas que restaura e veste para **doação**: "No último Natal, foi gratificante ver a alegria de uma menina especial que ganhou uma das minhas bonecas. Este ano, eu e duas amigas vamos nos unir no **propósito de restaurar 100 bonecas para doar**".

Antes da **pandemia**, Adilma vendia seus produtos em **feiras** próximas à sua casa e em Itaguaí, mas quando foi decretado o isolamento, ela se apavorou. Sua filha Andrea Cristina, veio morar com ela e, juntas, começaram a fazer **máscaras**. E, assim, se passou o ano de 2020, "**a costura foi minha terapia**". Mas, em 2021, teve a Covid-19, sua recuperação foi lenta e hoje ela já não anda sozinha na rua. Só expõe perto de sua casa e costuma dizer que "estou de boa, costuro e minha neta Larissa vende e faz as entregas".

Como **mensagem**, ela diz que "buscar sempre por inovações, conhecimento e sempre ter perseverança é a grande jogada para se ter sucesso no mercado atual".

Aira Nascimento

As Josefinas COLAB & Espaço Cultural

Campo Grande/RJ
(21) 97254-4192

@asjosefinascolab
www.asjosefinas.com



Espaço colaborativo
de formação
e mentoria



Ao fundar As Josefinas, Aira queria abordar esses problemas, dando prioridade à desigualdade racial e de gênero.



Hoje a casa atua com projetos em 3 pilares: formação empreendedora, projetos culturais e autocuidado.



Aira Nascimento

As Josefinas COLAB & Espaço Cultural

Escrito por:
Adelina Aranja

Aira Nascimento fundou **As Josefinas COLAB**, uma casa de formação empreendedora de mulheres da periferia carioca e **Espaço Cultural** de fomento da Cultura Afro. Tem como foco a formação e mentoria de mulheres cis ou trans e mães empreendedoras das periferias, dando-lhes ferramentas para investir no autocuidado, educação empreendedora e cultura, valorizando seu território, memória e ancestralidade, com uso da Metodologia do Quintal.

Mulher negra, indígena nascida em Natal-RN, Aira é carioca de coração, neta de Josefa Silva e mãe do Bento. Nordestina, engenheira de produção, especialista em melhoria de processos, mentora de negócios, educadora social na **Casa Amarela no Morro da Providência**, foi coordenadora de geração de renda do **Instituto Dara** criando o projeto **Cozinha da Gente e Beleza Real**. Unindo sua experiência profissional às demandas do seu entorno, criou um **Negócio de Impacto Social**.

A ideia d'As Josefinas surgiu no curso **AfreeTech**, braço educacional do movimento **Black Money**, e ganhou corpo quando, em 2019, Aira ingressou na **Incubadora de Negócios Sociais Impacta Mulher**. "Através do Impacta, surgiram parcerias e assim nasceu nosso espaço cooperativo", conta ela.

Campo Grande é o bairro mais populoso do Rio de Janeiro, mas sua distância ao centro da cidade **dificulta o desenvolvimento pessoal e o acesso a oportunidades de trabalho, lazer e cultura**, especialmente para as mães de família. Ao fundar As Josefinas, Aira queria abordar esses problemas, dando prioridade à **desigualdade racial e de gênero**. Em 2019, o coletivo realizou **oficinas, mentoria de projetos, rodas de conversa**, entre outras atividades, frequentadas por mães e filhos.

Em 2020-21, As Josefinas construiu redes que lhe permitiram dar uma **resposta ao Covid em 3 fases**. A primeira, emergencial, foi a **distribuição de cestas básicas** de produtos locais e **kits** de higiene, com a compra de itens de empreendedoras selecionadas, a fim de fazer a economia circular, e o suporte básico do empreendedorismo por meio de vídeos e *Whatsapp*. Na segunda fase, o foco foi **gerar renda** pela venda de máscaras, absorventes ecológicos, etc, e de uma **parceria** com a **ONG Mazomba** para formação de costureiras. A terceira, ainda em formação, visa a **criação de um fundo de apoio** às empreendedoras e *marketplace*.

Hoje a casa atua com **projetos em 3 pilares**: formação empreendedora, projetos culturais e autocuidado. A maioria dos projetos são gratuitos. Vale à pena conhecê-los!

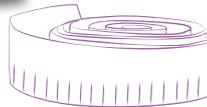
A **mensagem** de Aira para as mulheres empreendedoras é a seguinte: "Vá e faça seu melhor. Você tem capacidade e recursos para avançar. O conhecimento é uma grande riqueza e, somado à nossa ancestralidade é uma grande potência".

Ana Claudia dos Santos Neves

Criações By Ana

Duque de Caxias/RJ
(21) 98379-1711

@criacoesbyana



a maior conquista da artesã é enfim ter parado de deixar seus sonhos e a si mesma em segundo plano



Desde cedo, observava a avó costurar, o pai e a tia a desenhar, a mãe no tricô e o tio, ator, desenvolvendo seu lado criativo que deu origem a seu negócio Criações By Ana.



Ana Claudia dos Santos Neves

Criações By Ana

Escrito por:
Patrícia Vongo
& Gláucia Torres

Encontrar **Ana Cláudia dos Santos Neves**, 46 anos, quatro anos após a publicação de sua história, em maio de 2018, no *blog* das **Mulheres em Rede Compartilhando Saberes**, nos mostra a disposição de quem foi uma das pioneiras do **Projeto Raízes do Rio** da **ASPLANDE**.

Esta é a mulher que tem como **lema**: “**sonhos** determinam o que você **quer**, a **ação** determina o que você **conquista**”, frase de Aldo Novak. Com isso, fala com naturalidade de suas vivências, buscando ajudar outras mulheres a despertar suas potencialidades. Conta que, enquanto esperava os filhos na escola, conversava com outras mães, escutando, aconselhando, transformando aquele ambiente em espaço terapêutico.

Desde cedo, observava a avó costurar, o pai e a tia a desenhar, a mãe no tricô e o tio, ator, desenvolvendo seu lado criativo que deu origem a seu negócio **Criações By Ana**.

Passando por diversos **cursos**, conheceu uma associação de mulheres que a levou à **ASPLANDE**, onde aprendeu a valorar o seu empreendimento: dar preço, divulgar seu trabalho e valorizar o artesanato. Seu carro chefe são os **chaveiros de feministas famosas e as bolsas**.

Participou do **TEDx Pedra do Sal**, realizado em novembro de 2018 pela **ASPLANDE**, abordando o tema “**Desengavetando Sonhos**”, onde conta sua trajetória, com desenvoltura, incluindo o período de trabalho no **Lixão do Jardim Gramacho**. Ana Claudia era a única mulher que trabalhava com sucata de ferro. Essa experiência também foi tema do Programa Francisco Barbosa da **Rádio Tupi**, por isso, foi convidada para uma entrevista ao vivo no programa diário da Isabele Benito da mesma rádio.

Na **pandemia** do Coronavírus, por já estar expondo virtualmente, notou que obteve mais visibilidade. Começou a confeccionar máscaras, numa produção de quase vinte horas ao dia. Encomendas de mães a fizeram criar uma proteção com material transparente para bebês, como opção para a máscara e as entregas são feitas com a ajuda da família. Além de suas redes no *Instagram* e *Facebook*, seus produtos estão expostos na lojinha virtual **Pertinho de Casa**, Porém, a **saudade** é o sentimento que define a falta que sente dos eventos da ESPM, feiras de artesanato, e do contato mais próximo com outras empreendedoras.

Continua válido o registro de que a **maior conquista** da artesã é enfim ter parado de deixar seus sonhos e a si mesma em segundo plano. Enxergou no artesanato a forma de realizar uma atividade, tão sonhada desde a infância, permitindo trilhar um caminho para concretizar outros sonhos.

Ana Lúcia Barbosa Santos

Visão do Bem



Méier/RJ
(21) 98375-7923
@socialvisaodobem



Projeto social
do ramo óptico



“Nosso negócio transforma vidas e muda a realidade social de quem mais precisa, não só da população que busca o serviço, mas de todos que fazem o projeto acontecer”



Elas recebem capacitação empreendedora para a geração de renda com a revenda direta dos óculos, criando assim um impacto social e econômico real, bem como o empoderamento e a autonomia financeira dessas mulheres, chamadas de Agentes da Visão



Ana Lúcia Barbosa Santos

Visão do Bem

Escrito por:
Ed Zahida
& Ana Lucia Santos

Ana Lúcia Barbosa Santos acredita ter herdado a **força** e a **resiliência** dos pais. Filha mais velha de quatro irmãos, sua história pessoal e familiar foi feita de batalhas. Aos 52 anos, ela é hoje casada, mãe de uma filha linda chamada Alessandra, e uma empreendedora social de sucesso.

Tendo trabalhado por anos no setor jurídico e comercial de grandes empresas brasileiras, Ana se destacava por sua **liderança**, mas seu grande **sonho** sempre foi **empreender**. Seu último trabalho no mundo corporativo foi a implementação de um projeto social em comunidades do Rio de Janeiro, uma iniciativa patrocinada por uma multinacional francesa. A princípio, o trabalho duraria pouco tempo, mas Ana acabou ficando por 2 anos e começou a enxergar um público que ainda não conhecia: **ONGs**, associações de moradores, projetos sociais dos mais variados tipos e mulheres que faziam a diferença dentro das comunidades.

Assim, em novembro de 2017, nasceu o **Visão do Bem**: um negócio social do ramo óptico que promove a inclusão e o desenvolvimento das regiões menos favorecidas no Rio de Janeiro, oferecendo à população local acesso a **consultas, exames oftalmológicos e venda de óculos de grau de qualidade**. Tudo a preços acessíveis. A venda é realizada pelas mulheres das próprias comunidades, que estão fora do mercado de trabalho. Elas recebem capacitação empreendedora para a geração de renda com a revenda direta dos óculos, criando assim um impacto social e econômico real, bem como o empoderamento e a autonomia financeira dessas mulheres, chamadas de Agentes da Visão.

"Colocar no papel o que está dentro do coração é fácil. Principalmente quando você tem muita paixão pelo que faz. Decidi juntar minha **experiência profissional** e a **vontade de fazer a diferença** para essas pessoas que estão excluídas do mercado tradicional das óticas. Tenho na minha família históricos de problemas de visão e sei como é importante e caro ter uma boa saúde visual," conta Ana.

O Visão do Bem hoje **atende a mais de 5 mil pessoas**, contando com 14 agentes da visão, que atuam nas grandes comunidades do Rio de Janeiro – Complexo do Alemão, Grande Tijuca, Complexo de São Carlos, assim como São Gonçalo, Duque de Caxias, Mesquita, Belford Roxo, Japeri, Niterói e demais localidades. O **objetivo** é crescer ainda mais para poder atender a um maior número de pessoas. "Nosso negócio **transforma vidas** e muda a realidade social de quem mais precisa, não só da população que busca o serviço, mas de todos que fazem o projeto acontecer," conclui Ana Lúcia.

Ana Regina dos Santos Vieira

Anny Ateliê - Arte em Feltro

Campo Grande/RJ
(21) 98539-9630

@ateliananafeltros



Bonecas e
guirlandas de
feltro



Como terapia, procurou fazer cursos de habilidades manuais: da costura ela acabou não gostando, mas do artesanato, sim.



O trabalho, porém, nunca parou: continuou pesquisando, inventando novos personagens e produzindo sem parar.


Raízes do Rio

Ana Regina dos Santos Vieira

Anny Ateliê - Arte em Feltro

Escrito por:
Ed Zahida
& Isadora Terra

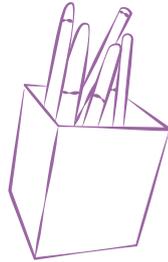
Ao ter que deixar seu trabalho como recreadora de creche para cuidar dos pais, que, ao final, vieram a falecer, **Ana Regina dos Santos Vieira** se viu diante de uma realidade à qual não estava nada acostumada: a **ociosidade e os sintomas de depressão** pela perda de seus entes queridos. Como **terapia**, procurou fazer cursos de habilidades manuais: da costura ela acabou não gostando, mas do artesanato, sim.

Fez **crochê, feltro** e, em razão do grande estímulo dado por sua instrutora, Ana continuou se aprimorando. Também participava de **feiras**, onde começou a desenvolver uma carteira de clientes e, com o tempo, passou a aprender de forma **autodidata**, comprando revistas, pesquisando na *internet*, praticando sozinha e aplicando um toque pessoal às suas peças. Depois de quatro anos atuando em eventos noturnos, a artesã decidiu que preferia trabalhar durante o dia e, foi então, que conheceu a **ASPLANDE**. Por meio da organização, ela começou a participar de **palestras, reuniões, cursos profissionalizantes**, e, assim, surgiram várias **oportunidades de trabalho**.

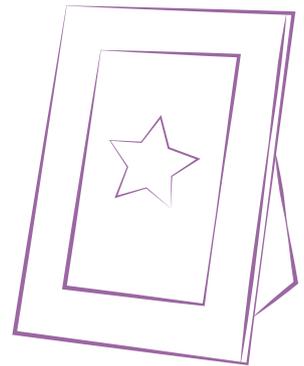
Para Ana Regina, a arte em feltro não é só uma forma de gerar renda extra, mas uma válvula de escape que acabou se tornando uma grande paixão. Muito crítica em relação a seu trabalho, ela não aceita falhas e **se aperfeiçoa constantemente** no intuito de oferecer sempre o melhor. Busca manter uma relação bem próxima com seus clientes, oferecendo-lhes amostras de produtos e realizando pessoalmente as entregas. Assim, ela conquista a **confiança e a admiração** de todos, sendo inclusive convidada para festas e comemorações. O carro-chefe das vendas **são bonecos e guirlandas de feltro**, mas Ana também dá sua contribuição para o meio-ambiente produzindo **porta-objetos** a partir da **reciclagem** de embalagens; todos devidamente decorados!

Muito assustada com o falecimento da prima por **Covid-19** logo no início de 2020, Ana Regina permaneceu um longo período isolada em casa. O trabalho, porém, nunca parou: continuou pesquisando, inventando novos personagens e produzindo sem parar. "Minha sala ficou até o teto de boneca," diz ela, que passou a vender somente pelo *WhatsApp*, enquanto as entregas eram feitas pela filha. Com o tempo, voltou a frequentar as sessões de fisioterapia e **encontrou ali uma nova clientela**, pois os demais pacientes queriam comprar seus produtos. "O negócio tem fluído bem, não com a mesma intensidade de uma feira, mas voltou a funcionar normalmente. Como estou aposentada, não tive problemas financeiros graves durante a pandemia, e, como sempre estoquei material, também **nunca faltou nada**," conta ela.

Claudia Helena Machado da Matta



Duque de Caxias/RJ
(21) 97982-0961



“Eu descobri que minha vida
são as tintas e os pincéis.”



Claudia está sempre incentivando as pessoas a saírem de estados depressivos através da arte.

Raízes do Rio

Claudia Helena Machado da Matta

Escrito por:
Leisa Ribeiro
& Gláucia Torres

A história de **Claudia Helena Machado da Matta**, 52 anos, publicada no site da **ASPLANDE, Mulheres em Rede Compartilhando Saberes**, em 17 de agosto de 2017, traz a seguinte informação: “Eu descobri que minha vida são as **tintas e os pincéis**. Pinto tecidos há muitos anos e agora estou fazendo um curso para pintar telas”.

Neste encontro, passados quatro anos, com a mesma gargalhada e empatia que a define, vê-se que Claudia e as tintas continuam inseparáveis. **Fiel à pintura em tecido**, sua arte também inclui **materiais recicláveis** como garrafas *pet*, latas de tintas, barricas de massa, filtros de café. Em sonho, vê-se uma andarilha, mochila nas costas, tintas e pincéis colorindo o mundo à sua volta.

Quem passa em frente à sua casa encontra uma verdadeira galeria de arte a céu aberto. No muro, surge uma árvore com suas flores de tampinhas; no cacto, brotam flores de fuxico; um arbusto acolhe flores coloridas de garrafa *pet*; embalagens de produtos de limpeza transformadas ganham carinhas alegres a sustentar pequenos vasos com plantas. Esse conceito de arte integrada à reciclagem faz parte dos seus cursos na **AMAC**. No interior da casa, a exposição de telas com cores vibrantes com temática da natureza.

Participa, como voluntária, desde 2016, no **Projeto AMAC - Mulheres de Atitude e Compromisso Social em Caxias**, onde preside o conselho fiscal, ensina artesanato e faz a decoração da ONG. Projeto criado por Nill Santos, a AMAC tem a missão de contribuir para que mulheres rompam o ciclo de violência e de vulnerabilidade social. Direcionado inicialmente para as mães, o **AMAC do amanhã** surgiu para acolher as crianças dessas mulheres com diversas atividades, buscando trabalhar seus traumas. No momento, as aulas presenciais estão suspensas.

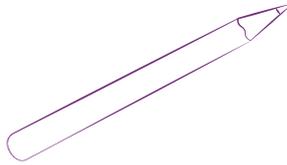
Recentemente, fez o curso de formação do **Projeto Raízes do Rio**, já no formato *on-line* da ASPLANDE, ampliando o seu olhar como empreendedora. Sente falta dos encontros presenciais na ESPM e no núcleo de Caxias.

Atualmente, seus produtos são feitos por encomenda, através do **boca-a-boca**, indicações de quem já a conhecia. As entregas são realizadas por ela mesma. Além disso, usa sua rede particular para divulgação dos produtos, mas pretende aprender um pouco mais sobre como usar as ferramentas de mídia e criar sua logomarca.

Com emoção registra que ser reconhecida pelas pessoas nas ruas “**olha a minha professora de artesanato**” é gratificante. Claudia está sempre incentivando as pessoas a saírem de estados depressivos através da arte.

Claudiane Silva dos Santos

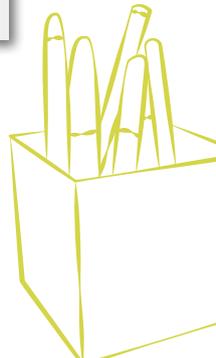
Claudiane Artes



Cidade de Deus/RJ
(21) 98686-6489
@claudianeartes



ela despertou sua criatividade ao começar a desenhar sobre a capa do caderninho que usava para fazer anotações.



espera, assim, poder continuar produzindo peças únicas com o objetivo de eternizar emoções para seus clientes.



Claudiane Silva dos Santos

Claudiane Artes

Escrito por:
Ed Zahida
& Isadora Terra

O ditado popular “**a necessidade é a mãe da invenção**” parece ilustrar bem a trajetória profissional de **Claudiane dos Santos**. Antes de se encontrar no artesanato, ela já havia atuado nas mais variadas funções; foi atendente, auxiliar de caixa, e até assistente em consultório dentário. Certo dia, porém, quando trabalhava com o marido em um serviço de chaveiro, ela **despertou sua criatividade** ao começar a **desenhar sobre a capa do caderninho** que usava para fazer anotações. Queria deixá-lo mais bonito e assim, mal podia imaginar que dali surgiria a ideia para o seu tão sonhado negócio próprio.

Através da **internet**, aprendeu técnicas de **confecção, encadernação** e, em meio a tantas dicas e informações, acabou personalizando um caderno para sua filha iniciar o ano letivo. O resultado foi um tremendo sucesso entre as amigas: todas queriam um igual. Começou então a oferecer serviços de encadernação customizada para as crianças que estudavam com sua filha, enxergando no artesanato um modo de garantir uma **renda extra**, assim como uma forma de grande **auto-satisfação**. Trabalhar em casa lhe trouxe também outras vantagens: pôde mais facilmente cuidar de seus dois filhos, apesar das diferentes rotinas de cada um.

Foi graças à madrastra que Claudiane conheceu a **ASPLANDE**, e os **encontros e palestras** da organização lhe permitiram ampliar sua visão de mercado, aprender sobre novas maneiras de empreender e tirar suas ideias do papel. “A ASPLANDE tem uma grande parcela na concretização deste meu sonho, que tem se tornado cada dia maior,” comenta ela.

Antes da **pandemia**, o carro-chefe de seu negócio era a **encadernação artística** de agendas, cadernos, *planners*, álbuns e bloquinhos. Há três anos, porém, ela tem trabalhado principalmente com confeitarias realizando projetos de papelaria personalizada. Usando sua fiel máquina *mini-plotter*, Claudiane recorta e imprime *toppers* de bolo, adesivos e caixinhas temáticas para festas; tudo ao gosto de cada cliente. As vendas, inclusive, aumentaram consideravelmente durante o período de isolamento, uma vez que as pessoas passaram a comemorar majoritariamente em casa.

Embora no início tenha tido dificuldades para construir uma carteira de clientes, os que possui atualmente são fidelizados, uma vez que ela oferece um serviço diferenciado. Claudiane em breve aprenderá a **sublimação** – uma técnica de impressão para estampar tecidos – e espera, assim, poder continuar produzindo peças únicas com o objetivo de **eternizar emoções** para seus clientes.

Claudilene Batista da Silva

Zanol & Batista Assessoria Administrativa LTDA

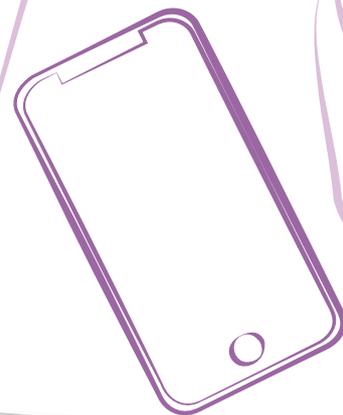
São João de Meriti/RJ
(21) 98855-5324



Assessoria,
consultoria e cursos



“num momento de baixa estima,
pude ver como meu trabalho
estava ajudando outras mulheres
a crescerem profissionalmente”.



“Nunca é tarde para correr atrás
dos sonhos, e a idade não importa
quando se tem uma mente criativa
e força de vontade”.



Impacta Mulher:
Negócios de
Impacto Social

Claudilene Batista da Silva

Zanol & Batista Assessoria Administrativa LTDA

Escrito por:
Ed Zahida
& Adelina Araujo

Mãe aos 16 anos, **Claudilene Batista da Silva** decidiu esperar sua filha Stephanie se formar em enfermagem para, só então, construir seu próprio caminho. Aos 35 anos, ingressou na faculdade de Administração e, **aos 41, conquistou seu diploma**, por isso, acredita que "Nunca é tarde para correr atrás dos sonhos, e a idade não importa quando se tem uma mente criativa e força de vontade".

Claudilene começou sua jornada profissional aos 12 anos de idade, trabalhando na revenda de tecidos na época em que Vilar dos Teles era a capital do *jeans* e, depois, em uma empresa de pequeno porte do ramo automotivo na Tijuca. Atuando **sempre na área administrativa**, ela adquiriu ainda jovem uma boa experiência de mercado e chegou a assumir a função de gerente.

Além dos **20 anos de experiência acumulada**, sua formação em Administração foi um passo importante na sua carreira. "Pude **adaptar o que aprendia à realidade** que já vivia profissionalmente, uma verdadeira alavancagem de conhecimentos, que me fez **segura e confiante** de minhas habilidades," revela ela.

Após a faculdade, ingressou em um **MBA em Gestão Empresarial pela FGV** e, com a bagagem adquirida, foi impulsionada a buscar algo novo e melhor. Em 2014, com o objetivo de ajudar outras empresas a se organizarem, criou a **Zanol** com o apoio de seu marido, **Izaltino**. O audacioso portfólio de serviços da empresa incluía desde o planejamento de recursos empresariais, assessoria na gestão financeira e a demonstração de resultados até a implantação de projetos de redução de custos. "Conseguir uma cartela de clientes não é uma tarefa fácil, porém, com **persistência**, fui trilhando meu caminho", conta a empreendedora.

Em maio de 2016, conheceu a **ASPLANDE** por meio da **ATADOS**. Frequentou reuniões no centro do Rio e na Baixada Fluminense, onde teve uma **mentoria** que a ajudou a se achar como profissional, pois, "num momento de baixa estima, pude ver como meu trabalho estava ajudando outras mulheres a crescerem profissionalmente". Em contrapartida à instituição, ela deu **palestras sobre o Micro Empreendedorismo e sobre o Empreender como ação para atravessar barreiras**.

Em 2019, foi chamada para **gerenciar** a empresa **JCTM Comércio e Tecnologia Ambiental** no município de Belford Roxo, onde ministrou treinamentos e implantou projetos de redução de custos que geraram **economia e aumento de produtividade**. Também foi convidada a fazer parte da empresa, sendo hoje sócia atuante.

Para a empreendedora, hoje aos 48 anos, é muito importante ser clara e transmitir segurança para quem busca seus serviços. Claudilene acredita que "as mulheres que desejam seguir seus sonhos e iniciar uma carreira profissional independente precisam ter **coragem, perseverança** e, principalmente, **muito amor** pelo que fazem".

Crislândia Moraes da Silva

CrisArtes

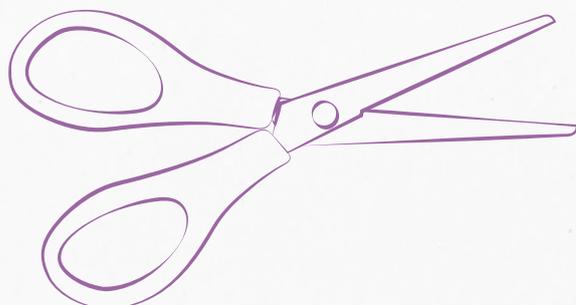
Duque de Caxias/RJ
(21) 99115-5702



almeja conquistar um maior reconhecimento como artesã, além de continuar crescendo profissionalmente



eleita para a executiva do Fórum da Economia Solidária, onde permaneceu por dois anos



Crislândia Moraes da Silva

CrisArtes

Escrito por:
Hemily Gonçalves
& Isadora Terra

Apesar da **trajetória difícil**, **Crislândia Moraes da Silva** tem motivos de sobra para sentir-se grata. Residente do bairro de Imbariê, em Duque de Caxias, a carioca é casada há 32 anos com o namorado de adolescência, tem dois filhos e um trabalho que lhe traz muita **alegria e satisfação**. Ela carrega com muito carinho em seu coração todos os momentos felizes e os sonhos concretizados.

Nascida em uma família simples e criada pelo pai e pela madrasta, ela se emociona ao lembrar do abandono da mãe quando tinha apenas 6 meses de vida. Aos dezesseis, conheceu o atual marido, engravidando logo em seguida do primeiro filho. Seu pai, porém, foi contra a união, levando-a a sair cedo de casa no Complexo da Maré. Com muito **esforço e sacrifício**, foi em Duque de Caxias que o casal conseguiu comprar uma casa para a nova família.

Crislândia tinha na época um emprego fixo com carteira assinada, mas devido a **problemas de saúde** de seu segundo filho recém-nascido, se viu obrigada a deixar o emprego para se dedicar em tempo integral à criança, que necessitou de cuidados até a idade de 12 anos. Após esse longo período em casa, ela encontrou muitas dificuldades para voltar ao mercado de trabalho formal e, buscando ocupar o tempo livre, entrou na oficina de artesanato do **Projeto Escola Aberta** da **FAETEC**, em Imbariê.

Seu primeiro contato com a costura havia ocorrido ainda na infância, mas foi nesse curso que ela aprendeu a criar **bordados, trançados de fita e arte em jornal**, passando a expor as suas peças no **Festival da Economia Solidária**. Localizada na Praça Roberto Silveira, em Duque de Caxias, essa iniciativa visa desenvolver a economia local através da **promoção de empreendimentos cooperativos**, como artesanato, gastronomia e agricultura familiar. Crislândia participou dele por treze anos, sendo também eleita para a executiva do **Fórum da Economia Solidária**, onde permaneceu por dois anos.

Com todas as atividades do fórum interrompidas devido à **pandemia** — e com o marido e o filho sem trabalho — o período de isolamento foi no início **bem difícil** para Crislândia. Porém, ela conta que logo **se adaptou** à nova realidade, continuando a fazer seus trabalhos de costura em casa e hoje, pode respirar aliviada vendo todos da família empregados ou procurando emprego. Embora siga fazendo parte do fórum, ela revela que ainda não tem planos para voltar a participar dos festivais. Sonha em ter uma casa própria na Região dos Lagos e, no âmbito profissional, almeja conquistar um maior **reconhecimento como artesã**, além de continuar crescendo profissionalmente.

Cyntia Matos Pereira Irineu

Entrelaços e Casa Cuidado

Duque de Caxias/RJ
(21) 99377-9151

@entrelacoscosturandohistorias
@casacuidado



Educação e
Costura criativa



“Esperançar no sentido dado por Paulo Freire: não é esperar, mas esperançar com atitude através da ação”.



Como educadora e empreendedora social, oferece palestras e ajuda mulheres a se tornarem empreendedoras em todo o estado do Rio de Janeiro.



Cyntia Matos Pereira Irineu

Entrelaços e Casa Cuidado

Escrito por:
Gabriela Garcia
& Glância Torres

A história de **Cyntia Matos Pereira Irineu**, 44 anos, foi registrada no *blog Mulheres em Rede Compartilhando Saberes* da **ASPLANDE** em 05 de agosto de 2017. Por meio da amiga, Tia Angélica, conheceu a ONG ASPLANDE há nove anos. Conseguiu, junto a outras militantes da economia solidária, a implantação do **Programa Asplande Rede Cooperativa de Mulheres Empreendedoras da Baixada**. No seu primeiro ano, ajudou a lançar o prêmio de mulheres empreendedoras da Baixada chamado **Prêmio Tia Angélica**.

Cyntia também é artesã e divide seu tempo entre a ASPLANDE e a **criação de bolsas**, fonte de renda que lhe permite se dedicar ao trabalho voluntário. Como **educadora e empreendedora social**, oferece palestras e ajuda mulheres a se tornarem empreendedoras em todo o estado do Rio de Janeiro.

Indicada pela ASPLANDE, fez o curso de extensão em **Arte, Cultura e Inovação**, com duração de um ano, na **Universidade das Quebradas – UFRJ**. Lá, aprimorou suas discussões sobre temas e assuntos de identidade social, desigualdades e outros tópicos relacionados.

Participou do TEDx Pedra do Sal em novembro de 2018, realizado pela ASPLANDE, com a palestra “Costurando Histórias, Memórias e Afetos”, um belo resumo de seu engajamento social e reverência à sua avó Diva.

O projeto das **Hortotecas**, como voluntária do **GTA (Grupo tia Angélica) – Biblioteca Parque Paulista**, cujo objetivo era plantar-colher-comer juntas a levou a um **seminário de dez dias em Londres**. A partir dessa experiência, do impacto da realidade brasileira na volta, Cyntia passou a se dedicar a um projeto de “escuta ativa”, com duas cadeiras de praia itinerantes e o convite “escuto histórias”.

Em seguida, surgiu o projeto **Entrelaços – Costurando Memórias, Histórias e Afetos**, integrante da Incubadora de Negócios Sociais Impacta Mulher. Promove, através de Rodas de conversas, mediada pelo bordado de uma colcha de retalhos, um momento de **terapia** às mulheres e meninas da região metropolitana. **Entrelaços** tem promovido várias campanhas: sapatinhos solidários; escrita de cartinhas de jovens para os avós solitários; confecção de máscaras etc.

Em março de 2020 fundou, em parceria com a Michelle, a **Casa Cuidado**, espaço de fortalecimento feminino, com o objetivo de geração de renda entre elas. Atende diretamente a 30 crianças e 25 mulheres, mas alcança 200 crianças e mais de 300 mulheres com suas ações. Atualmente a gestão é feita por Cyntia e Débora Silva. A casa se mantém com doações, bazar e os artesanatos produzidos.

“Esperançar no sentido dado por Paulo Freire: **não é esperar**, mas **esperançar com atitude através da ação**”.

Eliane Freixo

Freixo Artes



Nilópolis/RJ
(21) 97443-8761
@freixo_artes

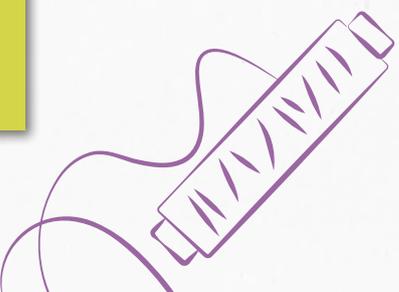
Costura criativa
utilitária



“As meninas falam que eu já praticava economia solidária sem saber, porque sempre usei de troca, aquilo que está novo, mas não é pra mim, eu posso passar, sempre teve isso na família e eu trouxe isso”.



“A rede foi essencial para suportar as perdas, enfrentar as dificuldades e percebermos que não estamos sozinhas”



Eliane Freixo

Freixo Artes

Escrito por:
Isabela Lessak
& Gláucia Torres

A conversa com a **Eliane Freixo** nos revela, pelas suas vivências, a sua capacidade de se reinventar, sempre na busca do crescimento pessoal e profissional. Uma mulher que quer ter "direito de fala", um desabafo, não ter medo de se expressar e de assumir quem ela é.

Com **10 anos** na **ASPLANDE**, faz parte da **Rede de Mulheres Empreendedoras da Baixada** e do **Projeto Raízes do Rio**, participando ativamente de cursos, palestras e encontros. Iniciou através do Fórum Cooperativista Popular de Economia Solidária, fez o curso **A Mulher Empreendedora**, com Helena Martins. Sua Marca, a **Freixo Artes**, é de **costura utilitária**: moda casa, utensílios, enxoval infantil.

A empreendedora conta que: "As meninas falam que eu já praticava **economia solidária** sem saber, porque sempre usei de troca, aquilo que está novo, mas não é pra mim, eu posso passar, sempre teve isso na família e eu trouxe isso".

Durante a **pandemia** do Coronavírus, as atividades das feiras do **Circuito Carioca de Economia Solidária - RioEcosol** foram suspensas, atingindo as artesãs de surpresa. Muitas, como Eliane, que ainda não participavam das mídias, viram suas atividades zeradas. A confecção de máscaras apareceu como uma oportunidade. Trocadas por alimentos não perecíveis, compôs cestas básicas distribuídas às artesãs mais necessitadas, trabalho realizado em diversas comunidades pelas mulheres da Rede da Baixada.

Um novo mundo surge com as atividades *on-line* da ASPLANDE: rodas de conversas, cursos e encontros "A rede foi essencial para suportar as perdas, enfrentar as dificuldades e percebermos que não estamos sozinhas", frisou Eliane.

Durante a pandemia, foi criado o **Projeto ManaMano**, parceria da UFRJ e Aoshá. Este projeto oferece mentoria, durante seis meses, e um incentivo semente de R\$ 3.000,00 para ser aplicado no negócio. Eliane foi indicada, em agosto de 2012, para a segunda turma do **Fundo ManaMano**, tornando-se uma embaixadora do projeto. Com o **incentivo semente** recebido comprou uma máquina industrial.

A mentoria de 6 meses do Projeto MANAMANO focou na inclusão digital. Seu processo tem sido lento, mas com a ajuda dos jovens estudantes, usa *WhatsApp* comercial, *Instagram* e *Facebook* a fim de expor seus produtos. Acredita que esses estudantes serão profissionais diferenciados com o aprendizado adquirido na troca com as empreendedoras mais experientes.

Sente-se uma **empreendedora organizada**, com o olhar de negócio, distante da época em que era uma dona de casa que fazia artesanato. Pela frente todo um novo se apresenta. Busca parcerias para trabalhos colaborativos no atendimento de pedidos específicos. Pós-pandemia? Aulas de Informática.

Elza Ferreira Ribeiro

Zum Zum - organizadores em tecido



Duque de Caxias/RJ
(21) 97555-3619

@ezribeiro53



A Colmeia apoia, promove e divulga os produtos artesanais, a fim de gerar renda para as participantes — chamadas abelhinhas — nas diversas áreas de atuação: de pano, recicladora, festeira, de papel, gesso e feltro.



aprendeu a costurar, bordar e fazer macramê ainda na infância para ocupar o tempo em que não estava na escola.



Elza Ferreira Ribeiro

Zum Zum - organizadores em tecido

Escrito por:
Adelina Aranja

Elza Ferreira Ribeiro aprendeu a **costurar, bordar e fazer macramê** ainda na infância para ocupar o tempo em que não estava na escola. **Assim nasceu sua paixão pelo artesanato.** Já adulta e com 3 filhas, sempre que podia, participava de cursos e descobria novas técnicas de trabalhos manuais. Em 1993, com a criação do programa **Ação da Cidadania**, começou a fazer trabalhos sociais, apoiando famílias carentes e motivando pessoas a aproveitar seu potencial de criação para gerar renda.

Hoje, com 68 anos, 3 filhas, 4 netas, 3 netos e 2 bisnetas, Elza ainda está na luta, "passo todo o tempo disponível a **estudar técnicas e várias formas de artesanato**" para transmitir o que sabe sobre artesanato com materiais recicláveis, pintura em tecido, bordado, macramê, customização de roupas e calçados, entre outros.

Em 2014, Elza organizou o **Grupo Colmeia**, a fim de reunir artesãs em encontros abertos em um **ateliê colaborativo**. A Colmeia apoia, promove e divulga os produtos artesanais, a fim de gerar renda para as participantes — chamadas **abelhinhas** — nas **diversas áreas de atuação**: de pano, recicladora, festeira, de papel, gesso e feltro. Artesãs de todos os municípios do Grande Rio participam das **oficinas**, onde todas podem "aprender e/ou ensinar, estabelecendo troca de saberes e harmonizando o ambiente no grupo". Também assistem a **palestras** e partilham histórias de vida em **bate-papos** que **elevam a autoestima e as ajudam a superar problemas e dificuldades**.

Para se capacitar na administração da Colmeia, Elza fez o **curso de empreendedorismo** na **Universidade da Correria**, um projeto criado por Anderson França, a fim de orientar jovens de todas as idades a abrir e gerir seus próprios negócios. Depois do curso, foi convidada a fazer parte de uma loja colaborativa, que funcionou primeiro no *Shopping Nova América*, e depois no *Shopping Carioca*. Assim, a abelha criou a **ZUM ZUM**, marca de organizadores em tecido para diversos usos: bolsas, *necessaires*, organizadores para banheiro e cozinha, "porta tudo" ou quase tudo. Na loja colaborativa, teve a oportunidade de divulgar e vender seus trabalhos.

Quando Elza conheceu a **ASPLANDE**, em 2017, se identificou com a proposta e o trabalho, passou a frequentar as reuniões, se integrou ao projeto **Raízes do Rio** e fez mais uma **capacitação em pintura na AANIS** (Arte-Amor-Natureza-Inclusão Social).

Em 2021, mesmo com a reclusão involuntária, Elza atuou no projeto **BASTA À VIO-LÊNCIA DOMÉSTICA**, lançado pela ASPLANDE, tornando-se embaixadora e participando do lançamento da cartilha digital, "ao mesmo tempo criei uma coleção com essa marca para que não esqueçamos que **a MULHER merece e precisa ser bem cuidada** e não pode tolerar nenhuma forma de violência".

A empreendedora **deseja** "que 2022 nos apoie para que possamos **voltar a sonhar, planejar e realizar.**"

Gabriela Anastácia

Gamarc Comunicação e Papo de Empreendedora

São João de Meriti/RJ
(21) 96864-9130

@gamarc.co
@papodeempreendedora



Consultoria e
Treinamento

Ga
marc
COMUNICAÇÃO

Papo de Empreendedora, um movimento criado para democratizar o acesso à educação empreendedora, principalmente para as mães, por meio de rodas de conversa e capacitação.



Gabriela começa a entender que o mercado exige que a mulher priorize o trabalho e se mate por ele. Não comporta uma queda de produtividade como a que advém da maternidade, sendo cruel com as mulheres empreendedoras.



Impacta Mulher:
Negócios de
Impacto Social

Gabriela Anastácia

Gamarc Comunicação e Papo de Empreendedora

Escrito por:
Adelina Araujo

Jornalista de 34 anos, carioca, moradora da Baixada Fluminense e mãe do Arthur, **Gabriela Anastácia** é empreendedora da área de **Comunicação e Marketing** e também está à frente de um **Negócio de Impacto Social**.

Começou a trabalhar aos 16 anos **revendendo bijuteria e produtos naturais**, teve seu primeiro emprego como recepcionista em uma escola de informática e trabalhou na área comercial até os 21 anos. Em 2008, **migrou para a comunicação**, seu sonho. Passou por redações, comunicação institucional e assessoria de imprensa.

Em 2012, conheceu a **Rede de Mulheres Empreendedoras**, onde começou a frequentar as reuniões, a compreender o movimento, até ser “picada pelo bichinho” do empreendedorismo e optar pela Construção e Gestão de Comunicação e **Marketing**. Assim nasceu a **GAMARC** em 2013 e, desde a conquista do primeiro cliente, a marca vem se reinventando. Gabriela tem um carinho muito grande por ela, que é seu ganha-pão, **sua principal fonte de renda**.

Mas, em 2016, houve uma **reviravolta** na vida de Gabriela, quando tornou-se mãe. Na época, ela tinha carteira regular de clientes, que começou a cair. Sentindo-se mal, Gabriela começa a entender que **o mercado exige que a mulher priorize o trabalho e se mate por ele**. Não comporta uma queda de produtividade como a que advém da **maternidade**, sendo cruel com as mulheres empreendedoras.

Ao reavaliar sua rotina a fim de traçar novos rumos, e ao trocar ideias com outras mulheres que viviam as mesmas dificuldades, surgiu a ideia do **Papo de Empreendedora**, um movimento criado para democratizar o **acesso à educação empreendedora**, principalmente para as mães, por meio de **rodas de conversa e capacitação**. Com o lema “inspirar, aprender e empreender”, o Papo foi criado em 2016 como um projeto no *Instagram*. Em 2017 as trocas cresceram e, em 2018, ela fez *workshops* em locais como o espaço **CoLabore**, da **Rede Sistema Fator de Ensino** em parceria com o *Shopping Grande Rio*, que contou com a participação de especialistas que já conquistaram seu lugar no mercado e que mostraram às participantes estratégias para se investir, amadurecer e consolidar marcas.

Em 2019, Gabriela foi apresentada à **ASPLANDE** por sua amiga Beatriz Carvalho, e participou do projeto **Impacta Mulher**, mais um grande divisor de águas na sua vida, o que lhe trouxe a oportunidade de estudar e de se reposicionar no mercado como **empreendedora social**.

Como **mensagem** a outras empreendedoras, Gabriela diz: “leveí muito tempo para implementar novos hábitos que passaram a ser fundamentais para minha vida, mas ainda tenho muito a avançar. A **maternidade** foi importante nesse processo porque me fez **refletir e rever minhas prioridades**. A **organização** do dia a dia me prepara para os imprevistos que, depois que se é mãe, aumentam consideravelmente. E o **autoconhecimento** me leva ao exercício de ser mais compassiva comigo mesma”.

Georgina Moreira Roriz Braga

Ginart Biscuit



Nova Iguaçu/RJ
(21) 99645-9137

@gina_biscuit



“Fui apanhada pela depressão, me vi mergulhada numa tristeza profunda, e resolvi me dedicar ao artesanato e, quem sabe, fazer disso uma atividade econômica?!”



Eu respiro artesanato, me alimento de artesanato, tomo banho de artesanato, durmo artesanato e até brigo com o sono para ficar fazendo artesanato”.



Georgina Moreira Roriz Braga

Ginart Biscuit

Escrito por:
Ed Zahida
& Adelina Araujo

A **massa de biscuit**, biscoito em francês, constituída basicamente de amido de milho e cola branca, é um material prático para se fazer pequenas esculturas, pois não precisa ser aquecido para que o formato da modelagem seja mantido. Usada na confecção de lembrancinhas e topos de bolo de casamento, a prática do *biscuit* serve como "apoio terapêutico", por sua capacidade de levar o artesão à introspecção a fim de **melhorar a saúde emocional**.

Georgina Moreira Roriz Braga, 55 anos, 2 filhos e moradora do bairro de Tinguá, Nova Iguaçu, encontrou no *biscuit* **uma forma de sair da depressão**. Com ele, se **consolidou financeiramente e criou uma rede de relacionamentos** que preenche sua vida.

Georgina **começou a fazer artesanato aos 6 anos de idade**, quando aprendeu a fazer crochê. Na idade adulta, enquanto formou e cuidou de sua família, foi co-bradora de Van, vendedora de roupas e cosméticos e até fez ovos de Páscoa para vender. **Costurava, bordava e fazia crochê e tricô**, mas só como atividades prazerosas.

Mas, de 2003 a 2010, sua vida virou de cabeça para baixo, perdeu o pai num acidente, a mãe com problema renal e o irmão por complicações da hepatite C. "Fui apanhada pela depressão, me vi mergulhada numa tristeza profunda, e **resolvi me dedicar ao artesanato** e, quem sabe, fazer disso uma atividade econômica?!", conta Georgina. Fez alguns cursos e se identificou com o *biscuit*, era habilidosa e viu que este poderia ser o seu negócio.

Foi em 2013, na **Feira do Aipim**, um evento que acontece todo no mês de agosto no Tinguá, que Georgina começou a divulgar seu trabalho. Sua grande amiga, Iracy Ribeiro, a ajudou a construir uma carteira de clientes e a apresentou à **ASPLANDE**, onde ingressou no **Projeto Raízes do Rio** e aperfeiçoou seu negócio. Até hoje, ela acompanha todas as atividades da ASPLANDE, sendo uma **embaixadora da ONG**. Participou da elaboração da cartilha e do catálogo "**Basta à Violência Doméstica**" e é feliz por estar nesse grupo, pois tem a oportunidade de saber dos problemas de outras pessoas e de ver que os dela não são tão graves.

Até 2019, Georgina expôs em feiras e participou da **EXPO Noivas e Debutantes**, no *TopShopping* Nova Iguaçu, mas a **pandemia** afetou muito seu negócio de *biscuit*. Além disso, sua família foi muito afetada pela Covid-19, principalmente seu marido que ficou 7 meses em tratamento. Nos períodos mais críticos de isolamento, ela **fez máscaras bordadas** e hoje já não participa de feiras. Faz suas vendas pelas redes sociais e, desde março de 2021, faz crochê para uma loja.

Para expressar **seu sentimento pelo artesanato**, Georgina diz: "eu amo o artesanato, acho que nasci fazendo artesanato e não me vejo sem ele. **Eu respiro artesanato**, me alimento de artesanato, tomo banho de artesanato, durmo artesanato e até brigo com o sono para ficar fazendo artesanato".

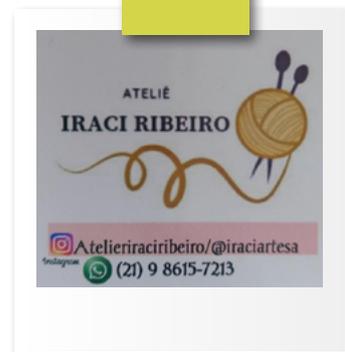
Iraci Ribeiro

Atelier IR

Queimados/RJ
(21) 98615-7213
@iraciartesa



Tricô
e costura criativa



“Mulheres juntas movem o mundo, mas mulheres como Iraci, movem galáxias”.



recebeu Moção da ALERJ em reconhecimento a seu trabalho com jovens em situação de vulnerabilidade.



Iraci Ribeiro

Atelier IR

Escrito por:
Fernando Bastos
& Gláucia Torres

Ao revisitarmos a história da **Iraci Ribeiro**, 62 anos, publicada no *blog* da **ASPLANDE - Mulheres em Rede Compartilhando Saberes** em 28 de junho de 2017, encontramos o seguinte recado às futuras empreendedoras: “mulher, você que tem talento, coloque ele para fora, procure capacitação e busque apoio, a rede ASPLANDE pode ser uma delas, há outras mulheres como você que podem te ajudar a **abrir um leque na sua vida profissional e emocional**, melhorando sua autoestima.” Hoje a encontramos cheia de entusiasmo, conversamos via vídeo, o contato visual é um forte na comunicação da Iraci.

Iraci desenvolveu seu talento a partir dos ensinamentos de Maria da Glória, sua mãe e referência de vida. Aos 12 anos, aprendeu a fazer crochê, na adolescência começou a tricotar. Atualmente, através do seu empreendimento **Atelier IR**, produz roupas e acessórios de tricô.

Com o tema “**Artesanato como transformação**”, Iraci participou do **Podcast #2 Artesã Nata**, conduzido por Luciana Salvatore que declarou: “Mulheres juntas movem o mundo, mas mulheres como Iraci, movem galáxias”. Na **pandemia** conseguiu trabalho para seis artesãs graças a Luciana. Segundo Iraci, “Vira uma aranha fazendo teia, uma mão dá a outra”.

Na ASPLANDE, há quase 14 anos, “aprendeu a se valorizar”. De acordo com ela, na ASPLANDE “**se entra sardinha e sai tubarão**”. A rede de mulheres, além de mentoria em gestão, fornece **ajuda psicológica e financeira**, dá suporte e trabalha a autoestima. Permite a troca de experiências e leva as participantes a conhecer mais da Economia Solidária. Participa da **RESF** nacional – Rede de Economia Solidária e Feminista.

“A dificuldade se chuta como uma bola que vai parar, daí você chuta e vai para outro lugar”, é seu **recado**. No projeto **Mulher de Paz**, com bolsa do governo estadual, recebeu **Moção da ALERJ** em reconhecimento a seu trabalho com jovens em situação de vulnerabilidade.

Iraci Eco Artesanatos é um grupo aberto de acordo com a demanda. Exige qualidade, responsabilidade e comprometimento. Não é ser **eu**, mas ser **nós**, não é cooperativa, nem associação. É uma rede com mais liberdade onde **todos ganham** e foi como Iraci aprendeu a valorizar seu trabalho como líder desta rede.

Seu trabalho com grifes de moda **levou suas roupas para um desfile em Paris**. De olho na área internacional busca assessoria bilíngue. No momento, feira não é o foco, a não ser feiras para exibir o trabalho, como exposições organizadas pelo **SEBRAE**.

Encara a vida como uma escada a subir degrau a degrau. Durante a **pandemia** considera que passou para o segundo degrau. O objetivo hoje é estar atenta ao seu entorno. Vem se aprimorando na Internet. Pretende se inscrever no projeto **ManaMano**. “Perseverar e a busca do Amor faz a gente se mover. **Se mova que muitas mulheres precisam de você**”, conclui Iraci.

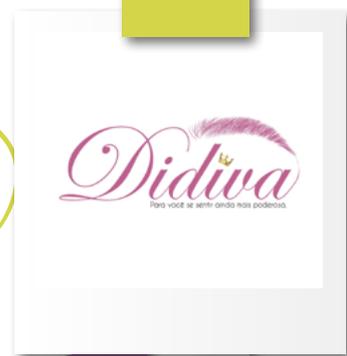
Isabelle de Oliveira Freitas

Didiva



Maquiagem e
Design de
sobrancelhas

Copacabanas/RJ
(21) 98899-8260
@didiva.combrasil



“Não ache que as coisas são fáceis. Tenha em mente que o que não desafia, não nos transforma.”



Claudia está sempre incentivando as pessoas a saírem de estados depressivos através da arte.


Raízes do Rio

Isabelle de Oliveira Freitas

Didiva

Escrito por:
Isabela Lessak
& Glância Torres

A formação de **Isabelle de Oliveira Freitas** como empreendedora, especialista em sobrancelhas e maquiagem, foi registrada em setembro de 2017 no *blog Mulheres em Rede Compartilhando Saberes* da **ASPLANDE**. Em sua primeira entrevista, ela contou: "Sempre gostei de estar bem-informada e ajudar outras pessoas, então procurei entender como funciona o mercado de trabalho e o que poderia fazer para ser reconhecida e me realizar financeiramente."

Na ASPLANDE, **estudou, aprendeu e ajudou** outras mulheres com seu exemplo e do seu trabalho. Atualmente, afastada das atividades, lembra da dedicação de Paulinho nos cursos de **Educação Financeira**.

Neste encontro com a Isabelle, quatro anos depois, ela nos atualiza a sua trajetória. Trabalhou na Rua Sete de Setembro em **salão especializado em cabelos crespos**; depois, por conta própria, ocupou 01 boxe, que virou 02 com uma funcionária, no térreo do prédio do salão. Ao buscar outro boxe, **surgiu a oportunidade de um salão**, no mesmo prédio, onde permaneceu por dois anos. Nova mudança a leva para o *La Belle* na Praça Tiradentes, já com duas funcionárias, exercendo suas atividades por cinco anos.

Após esse período, já como **MEI**, passou a trabalhar numa sala própria em Copacabana. Com a **pandemia** do Coronavírus, as atividades foram suspensas. Nasceu sua filha caçula e passou a exercer a maternidade em tempo integral. O retorno às atividades presenciais ocorreu em novembro de 2021.

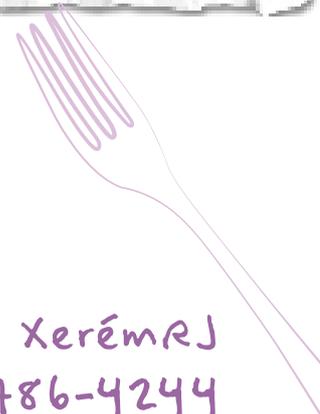
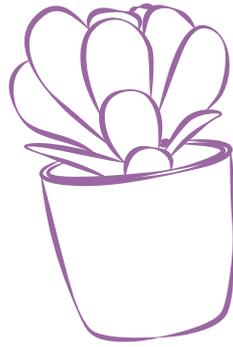
Dedica-se com amor às atividades de **maquiagem e design de sobrancelhas**, consciente do **impacto na autoestima** de suas clientes. A recompensa vem a cada "ficou como eu queria". Além da maquiagem, trabalha com "**penteados prontos**": tranças, coques grisalhos, franjas e cílios. Pretende realizar a venda destes produtos via *e-commerce*. Por enquanto, a divulgação de suas atividades é no boca-a-boca, cartão de visita e no Instagram.

Adepta do **trabalho voluntário**, participa de um projeto na **Fundação São Joaquim**, na Tijuca. Na **ONG Inatos** – Instituto Nacional de Assistência, Trabalho, Oportunidades e Saúde, em Vila Isabel, foi voluntária no **Projeto Raízes da Vila**, coordenado pelo bailarino Rafael Felix. Foi convidada para trabalhar com adolescentes acolhidas no **Abrigo de Meninas**, ajudando-as a se capacitar para um trabalho, pois, a partir dos 18 anos, deixam a instituição.

Seu **recado** às mulheres que buscam começar um empreendimento é: "Não pode se estagnar. Procure aprofundar sempre os conhecimentos, profissionalize-se com o que gosta. Com amor vem o reconhecimento. Não ache que as coisas são fáceis. Tenha em mente que o que não desafia, não nos transforma."

Ivi Felix

Mantiquira Mercado Local



XerémRJ
(21) 98786-4244

@mantiquira_mercadolocal



Mercado comunitário,
e-commerce
e capacitação



Ivi tem a meta de “contribuir para uma economia CRIATIVA, SOLIDÁRIA e SUSTENTÁVEL”.



Inspirada por histórias ouvidas de que seu pai ajudou muita gente, teve a ideia de transformar um galpão pertencente ao posto em um espaço dedicado ao fomento de cadeias produtivas e de serviços da região.



Ivi Felix

Mantiquira Mercado Local

Escrito por:
Adelina Araujo

Em um **negócio social**, além de obter retorno para o seu investimento, o empreendedor deve promover transformação social. **Ivi Felix**, criadora do **Mantiquira Mercado Local**, no Distrito de Xerém, Baixada Fluminense, é uma empresária social.

Formada em **Produção Cultural** pela Universidade Federal Fluminense, em 2004, Ivi trabalhou em **projetos de cultura e transformação social** em Ouro Preto-MG, se especializou em patrimônio histórico, coordenou projetos culturais, atuou como arte educadora do **Museu da Inconfidência** e concluiu o mestrado em **Antropologia**.

Em 2012, com a morte do pai em um assalto, Ivi voltou para o Rio para administrar, com o irmão, o **posto de gasolina** que herdaram em Xerém e, **olhando à sua volta**, começou a pensar em como poderia transformar seu entorno. Inspirada por histórias ouvidas de que **seu pai ajudou muita gente**, teve a ideia de transformar um galpão pertencente ao posto em **um espaço dedicado ao fomento de cadeias produtivas e de serviços da região**. Poderia então vender produtos locais, promover capacitação profissional e realizar atividades culturais.

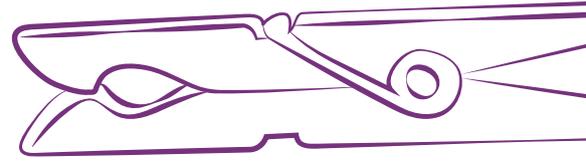
Assim surgiu o **Mantiquira**, nome indígena que significa "local onde as nuvens se reúnem para chorar". O espaço reformado foi inaugurado em 2018 e iniciou a venda de **alimentos vindos da agricultura familiar, bebidas e produtos artesanais** da comunidade, sediou **curiosos** de culinária, **eventos** para promoção do turismo, oficinas de teatro e rodas de choro. Em 2019, Ivi participou do **Projeto Impacta Mulher** que deu força ao seu negócio como projeto social. Além das vendas, uma parceria com o **SENAC** permitiu a criação de logos e *design* de embalagens para produtores, e o edital **Aldir Blanc** proporcionou recursos para a montagem de cursos online como o **Cozinha da Floresta**.

Daí em diante, "a **ASPLANDE** foi meu fio condutor, por meio do qual fiz uma **viagem à Londres**, fruto da cooperação da ASPLANDE com o **British Council** e a **Social Starters**, que me mostrou a visão de uma sociedade já consciente do retorno que o negócio social proporciona". Também conseguiu, por intermédio de sua mentora, uma parceria com a **University of Southern California** para criação do *e-commerce* do Mantiquira. E, nesse difícil período 2020/2021, "**investi na minha qualificação**, participei da 1ª turma no Brasil do programa **Academy for Women Entrepreneurs (AWE)**, do curso de inglês para negócios e hoje fazemos parte do programa de aceleração do **Instituto Ekloos**".

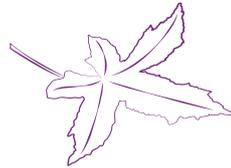
Atualmente, no Mantiquira, os produtos são vendidos *on-line* no espaço do *site* feira-e-mercearia, que permite aos produtores escoarem sua **produção sem desperdício**. O próximo passo é reformar o espaço, construir lojas modulares, e reinaugurá-lo com um modelo híbrido de comércio presencial e virtual. Os **planos futuros** incluem fazer do modelo Mantiquira Mercado Local **uma franquia social**. Com tais ações, Ivi tem a meta de "**contribuir para uma economia CRIATIVA, SOLIDÁRIA e SUSTENTÁVEL**".

Janaína Ribeiro

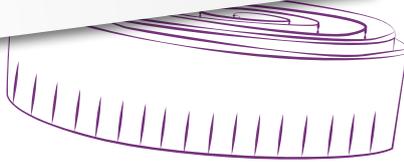
Atelier Art da Jana



Cosmos/RJ
(21) 96441-6981



Artesanato sustentável



No processo de recuperação, Janaína retomou o artesanato e daí veio a cura.



Janaína fez também um lindo trabalho com crianças do seu bairro, ensinando o que sabia e desenvolvendo atividades com elas, usando materiais reciclados, com benefício para o meio ambiente, pela redução do lixo.




Raízes do Rio

Janáína Ribeiro

Atelier Art da Jananal

Escrito por:
Adelina Aranja

Janáína Ribeiro é artesã experiente, mora na Zona Oeste, tem 59 anos, 3 filhos, 1 neta, e acredita na realização pessoal por meio do trabalho que se faz com prazer.

Sua história com os trabalhos manuais começou cedo, mas para chegar ao artesanato como negócio, Janáína passou por muitas dificuldades. Casou-se jovem, seu marido não permitia que ela trabalhasse fora, mas ela **costurava e frequentava cursos de artesanato**, oferecidos pela **Igreja Batista Ricardo de Albuquerque** em Guadalupe, onde aprendeu a fazer crochê e conheceu outras técnicas de trabalhos manuais.

Com a **morte do marido**, quando sua filha Uiara tinha apenas 4 meses, **teve que sustentar a casa** e, por um tempo, o **artesanato** foi sua **única fonte de renda**. Nos anos 80, ela ganhou "muito dinheiro" com a febre dos **chinelos de crochê**. Depois, trabalhando como copeira no arquivo Nacional, fazia **bijuterias** nas horas vagas e as vendia aos colegas de trabalho, complementando sua renda.

Mais adiante, com os filhos do segundo casamento, Tuane Kimberli e o Rhuan Levy, se afastou do artesanato para cuidar das crianças e da mãe, e viveu períodos muito difíceis. Voltou a trabalhar fora, num hospital, onde não tinha a oportunidade de fazer artesanato. O estresse tomou conta de Janáína, ela teve **depressão e síndrome do pânico** e se afastou do trabalho em licença médica.

No **processo de recuperação**, Janáína retomou o artesanato e daí veio a cura. Convidada por sua amiga Elói, frequentou um curso no **Sindicato de Professores** em Campo Grande, local das reuniões da **Rede de Mulheres Empreendedoras** da Zona Oeste, e lá conheceu Dilma e Ana, que gostaram dos seus trabalhos e a aconselharam a frequentar as reuniões da Rede, promovidas pela **ASPLANDE**. Aceitando o convite, encontrou o incentivo que precisava para investir no **sonho de ter o artesanato como meio de vida**.

Antes da **pandemia**, Janáína fez também um lindo trabalho com crianças do seu bairro, ensinando o que sabia e desenvolvendo atividades com elas, usando **materiais reciclados**, com benefício para o meio ambiente, pela redução do lixo. Utilizavam caixas de leite, calças *jeans* usadas e discos de vinil, para fazer bolsas, porta absorventes e outros objetos pessoais de muito bom gosto. Desde 2020, ela não faz mais este trabalho, mas ainda confecciona **bolsas** a partir de **tecidos jeans reciclados**, e as vende para uma clientela que já conhece o seu trabalho e gosta dele.

A receita de Janáína com o artesanato não é grande, mas controlando as despesas e, com a ajuda de Uiara, hoje uma enfermeira com 38 anos, ela segue **trabalhando com prazer**. A depressão desapareceu e ela não usa mais antidepressivos. Ela ainda participa das atividades *on-line* da ASPLANDE.

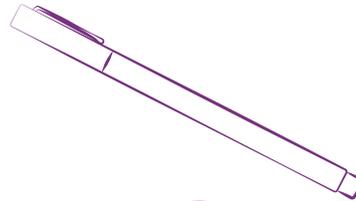
Para outras artesãs, Janáína deixa o **recado** de que "Vale a pena investir nos sonhos de vida, apostar no que se sabe e gosta de fazer".

Joana Darc Purcino Lage

Origamizes - Origami das Raizes



Inhaúma/RJ
(21) 97383-9098
@origamizesjd



Oficinas de
origami e poesia



Suas oficinas de origami e poesia permitem ressignificar marcas, resgatar afetos e memórias por meio do fortalecimento de raízes



Pedagoga, Arte Educadora, Facilitadora de leitura, Poeta, Origamista e Escritora não abarcam todas as nuances dessa mulher que está sempre em movimento.



Impacta Mulher:
Negócios de
Impacto Social

Joana Darc Purcino Lage

Origamizes – Origami das Raízes

Escrito por:
Isabela Lessak
& Glância Torres

A conversa com a **poeta da ASPLANDE, Joana Darc Purcino Lage**, segue a linha do tempo do registro da sua história em novembro de 2017 no *blog* das **Mulheres em Rede Compartilhando Saberes**, da Asplande. Pedagoga, Arte Educadora, Facilitadora de leitura, Poeta, Origamista e Escritora não abarcam todas as nuances dessa mulher que está sempre em movimento. Foi professora bolsista durante a implantação dos Projetos do CIEP, experiência que a enriqueceu como educadora.

Atuou como Educadora Social no **Lar Fabiano de Cristo**, até 2018. Lá, conheceu a ASPLANDE, por meio da palestra do Paulinho. O trabalho de reciclagem com garrafas *pet* foi a vitrine para o **Estágio de Cooperação em Educação da Agência de Cooperação Internacional do Japão**. Em **Saitama**, ministrou Oficina de reaproveitamento de garrafas *pet*, ênfase no meio ambiente. Fez palestra na **Fukuoka High School**, renomada escola de ensino médio; mergulhou na arte do Origami; consolidou a ligação que, desde criança, já possuía com o Japão.

Suas **Oficinas de Origami e Poesia** permitem ressignificar marcas, resgatar afetos e memórias por meio do fortalecimento de raízes, atende profissionais de educação, cuidadores, trabalhadores da saúde, comunidade escolar e idosos. Com professores, trabalha o Origami dentro do conceito **Ksudama – Elemento de Cura**. Focada na **preservação ambiental**, incorporou o uso de revistas e jornais na confecção dos origamis.

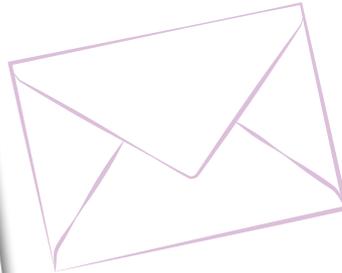
Atuou na implantação do programa **School Of Life - Escola da Vida**, em Comuna de Bellini-Itália, mentoria de Ricardo Belino. Pela ASPLANDE: participou, em novembro de 2018, do **TEDx Pedra do Sal**, caracterizada como uma japonesa; foi indicada para o curso de **Extensão em Produção Cultural na Universidade das Quebradas – UFRJ**, onde começou a **despertar a consciência da sua ancestralidade**, participando de vivências, interações e trocas culturais com os povos originários.

No evento **"130 anos da abolição"**, criou poesias, ofereceu **Oficina de Origami** e, com apenas 16 cartões de origami, começou a esboçar o universo do **Origami Afro**. Seu projeto **Origamizes – Origamis das Raízes** faz parte da Incubadora de Negócios Sociais – Impacta Mulher, da Asplande. A logo, um corpo de mulher preenchido por raízes, foi criação de sua filha caçula Jennifer Purcino.

Possui dois *e-books* autorais: **'Guardiãs da vida'**, abordando sua ancestralidade indígena e, **"Eco'Poesí – Tributo à Natureza"**, em sua retórica pesquisas sobre poluição e preservação ambiental além de poesias ecológicas; participou de mais de 06 antologias de poesias. Agora está finalizando a obra literária **"Por Trás Das Cortinas – Gritos em Silêncio"**, parceria a convite de Sandra Flor. E, em março, lançará o primeiro **Tutorial de Origami e Poesia**, o segundo volume já em elaboração.

Joelma Alcântara

Jojo Serviços



Nova Brasília/RJ
(21) 99209-3995

@jojoserVICOS



Observando a realidade da Nova Brasília, Joelma Alcântara, a Jojo, decidiu criar um serviço para ajudar essas pessoas a resolverem seus problemas do dia a dia.



"criei o Instituto Jojo, que oferece qualificação para jovens e adultos. Realizamos uma obra no nosso espaço, que ficou de cara nova!"



Joelma Alcântara

Jojô Serviços

Escrito por:
Beatriz Carvalho
& Adelina Araujo

Procurar emprego diariamente é a realidade de muitas pessoas periféricas, mas nem sempre elas conseguem elaborar um currículo atrativo para o mercado de trabalho ou imprimí-lo, por simples falta de recursos. Observando a realidade da Nova Brasília, **Joelma Alcântara**, a **Jojô**, decidiu criar um **serviço para ajudar essas pessoas a resolverem seus problemas do dia a dia**.

Pernambucana determinada, Jojô chegou ao Rio aos 11 anos em 1997. E não foi fácil para ela se adaptar à vida no Complexo do Alemão, um dos lugares mais violentos da cidade: "Meu pai faleceu no ano seguinte e a vida foi bem difícil. **Parei de estudar aos 14 anos, pois tinha que ajudar a minha mãe na lojinha de doces**, dentro da qual vivíamos, enquanto ela fazia faxinas".

Em 2008, ela **voltou à sala de aula** para cursar Administração de Empresas e, em 2013, conseguiu bolsa de 100% para o curso de RH. "Eu era o orgulho da minha mãe! Com o nível superior, trabalhei em um escritório de advocacia por 7 anos até criar coragem para sair da empresa e buscar alternativas. Trabalhei com cosméticos, depois com consórcios, mas não tive sucesso", conta a empreendedora.

A **Jojô Serviços** nasceu em 2017, tendo como público-alvo pessoas com **dificuldade de acesso a serviços digitais**, porém, hoje já atende públicos de diversas classes sociais. Oferece serviços de agendamento de documentos, cálculos trabalhistas, abertura de MEI dentre outros, "nossa lista está em constante crescimento de acordo com a necessidade dos clientes". Ela tem **parceria com advogados, contadores e profissionais de diversas áreas**, "um ajuda o outro e todos crescemos".

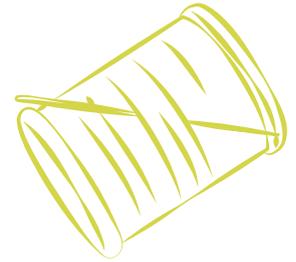
Em 2019, Jojô conheceu a **ASPLANDE** e participou da **Incubadora de Negócios Sociais Impacta Mulher**. "As aulas foram muito importantes para o desenvolvimento do meu negócio e a **mentoria** foi essencial para que eu permanecesse de portas abertas durante a pandemia". Em 2020, recebeu o **Prêmio Dandara**, pela atuação no **Combate ao Preconceito e ao Feminicídio**: "Fiquei muito feliz, ganhei visibilidade e fui convidada a participar de uma matéria no **Voz das Comunidades**".

Sem dúvidas a **pandemia** foi desafiadora para Jojô: "Aprendi a prestar os serviços que ficaram digitais, e isso permitiu que o meu negócio crescesse ainda mais e aumentasse o faturamento". Jojô presenciou muitas transformações nas políticas públicas do Complexo, "perdemos excelentes cursos e projetos". Por isso, em 2021, "criei o **Instituto Jojô**, que oferece **qualificação para jovens e adultos**. Realizamos uma obra no nosso espaço, que ficou de cara nova!". Para 2022, são **muitos os planos** de Jojô: curso de inglês e de informática, investimentos em comunicação e *marketing* e, "quem sabe?", uma **nova filial** em um ponto estratégico no Complexo do Alemão.

Concluindo, Jojô afirma que "A ASPLANDE ajuda muito no desenvolvimento de mulheres que têm um negócio ou ideia, e nos dá **a ajuda necessária para que essas ideias saiam do papel**."

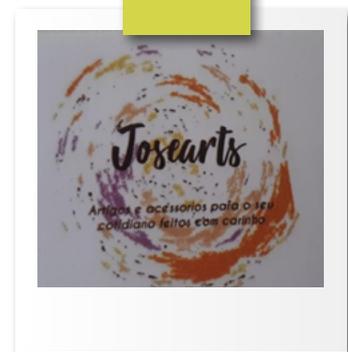
Joseane Teixeira

Josearts



Campo Grande/RJ
(21) 98723-8827

@joseane_arts



Trabalhou com os sogros, amadurecendo a ideia sobre o que produzir, até resolver ter seu próprio negócio.



“me surpreendi e até realizei meu sonho de comprar uma máquina eletrônica de bordado de segunda mão.”



Joseane Teixeira

Josearts

Escrito por:
Adelina Araujo

Joseane Teixeira sempre gostou do artesanato e nunca gostou de ficar parada, mas para chegar à condição de artesã experiente, dona de seu negócio, precisou trilhar um caminho de **trabalho e dedicação**. Hoje, ela se sente orgulhosa com o que alcançou.

Natural de João Pessoa, na Paraíba, de onde saiu há 24 anos, Joseane tem 42 anos, é casada, tem uma filha, Thaysa, de 11 anos e mora no Bairro de Inhoaíba – Campo Grande. Sua história com o **artesanato como atividade profissional** começou quando Thaysa nasceu. Até então, trabalhava como operadora de Caixa, “mas decidi cuidar dela pessoalmente, educá-la do meu jeito”.

Inicialmente, não sabia o que fazer, pois queria criar algo diferente das colegas, ou seja, **innovar** e não copiar empreendimentos de outros artesãos. Depois, precisava ter dinheiro para comprar os materiais necessários e o **apoio da família** foi fundamental. Trabalhou com os sogros, amadurecendo a ideia sobre o que produzir, até resolver ter seu próprio negócio.

Desenvolveu peças com a **costura criativa** e, um belo dia, vendo a exposição da **Feira do Circuito Rio Ecosol** da Zona Oeste, no calçadão de Campo Grande, perguntou o que deveria fazer para participar da Rede. Daí, uma nova porta se abriu, “conheci a **Rede de Mulheres Empreendedoras da Zona Oeste**, comecei a frequentar as reuniões mensais da **ASPLANDE**, obtive informações para me registrar e tirar minha **carteira de artesã**, fiz cursos de gestão, para empreender melhor e, enfim, as coordenadoras me apoiaram e incentivaram na implantação do meu negócio”.

Usando a costura criativa, além do **tricô, crochê e fuxico**, Joseane confeccionou panos de prato, cachecóis, bijuterias e os mais diversos acessórios pessoais e para a casa. Teve a oportunidade de **expor seu artesanato**, participar das **Feiras do Circuito Rio Ecosol** na Zona Oeste e divulgar seus produtos utilizando o *Whatsapp*, *Instagram* e por meio de suas amigas. Com o passar do tempo, restringiu suas vendas à feira de Campo Grande e estava satisfeita com o rendimento financeiro que recebia.

Em 2020, com a chegada da **Covid-19**, Joseane ficou temerosa e deixou de ir à feira, mas **usou a situação para fazer máscaras** para vender a vizinhos, parentes e amigos. “Confesso que meu empreendimento está até melhor do que quando eu vendia nas feiras, mas sinto saudades e aguardo ansiosamente que essa situação da Covid-19 melhore e que eu possa voltar às feiras e empreender na Rede, junto com todas as amigas. Sinto falta desse convívio com as amigas do circuito”.

Concluindo, Joseane diz que, mesmo com a pandemia, ela conseguiu segurar seu empreendimento, “me surpreendi e até **realizei meu sonho** de comprar uma máquina eletrônica de bordado de segunda mão. Estou muito feliz pois ampliei meu negócio com a ajuda de Deus”.

Jupira Bispo

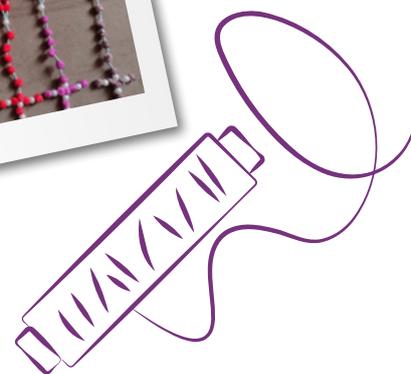
Jupi Biju



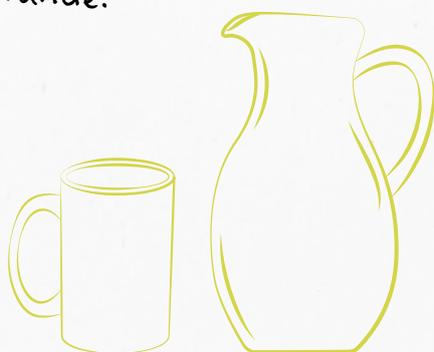
Campo Grande/RJ
(21) 96913-6797



Pensou no artesanato, sonhou com seu negócio, pesquisou e criou peças, até encontrar uma porta aberta.



Jupira chegou a coordenar a Feira do Circuito Rio ECOSOL em Campo Grande.



Jupira Bispo

Jupi Bijou

Escrito por:
Adelina Araujo

Aliar o **artesanato à reutilização de materiais** é uma forma de contribuir para a **redução do desperdício** e para a **preservação dos recursos naturais**. A artesã **Jupira Bispo** de 59 anos, moradora de Campo Grande, mãe de Bárbara e Beatriz, oferece essa contribuição ao mundo. Sempre trabalhou com **bijuterias** feitas com o **reaproveitamento de tecidos, papelão e garrafas plásticas** e suas vendas sempre complementaram a renda da família.

Natural de Corumbá, Mato Grosso do Sul, Jupira veio para o Rio porque o marido, militar da marinha, se transferiu de lá. Em Corumbá, ela trabalhava com artesanato, fazia **cartões em papel vegetal**, mas parou com a vinda para o Rio. Nos primeiros anos, cuidava da casa e das filhas, mas com o tempo, **sentiu falta de uma atividade profissional**. Pensou no artesanato, sonhou com seu negócio, pesquisou e criou peças, até encontrar uma porta aberta.

O projeto brotou do sonho quando Bárbara usou na faculdade FEUC um colarzinho feito por Jupira, com base em outro comprado pelo marido. Suas colegas o acharam lindo, ela o vendeu e pediu à mãe que fizesse outros. A partir daí, Jupira desenvolveu outras peças, e foi na **feira** que funcionava na **FEUC** que, de fato, nasceu seu negócio, a **Jupi Bijou**.

Para expandi-lo, Jupira divulgou suas peças de porta em porta no comércio do bairro, até dar um novo salto, quando conheceu a **Feira de Economia Solidária** da Zona Oeste. Frequentou as reuniões da **Rede de Mulheres Empreendedoras**, conseguiu seu lugar na Feira de Campo Grande e em outras feiras da **ECOSOL** e foi convidada a ingressar na **ASPLANDE**.

Em sua primeira reunião da ASPLANDE, Dayse Valença lhe recomendou que escrevesse à irmã Lourdes Dill, de Santa Maria (RS), coordenadora do **Projeto Esperança/Coesperança** e da maior feira brasileira da economia solidária, a **FEICOOP**. Jupira fez o contato, participou dessa feira algumas vezes e essa experiência lhe acrescentou muito.

Jupira chegou a coordenar a Feira do Circuito Rio ECOSOL em Campo Grande. Tinha uma boa clientela, mas, em 2017, teve um problema de saúde e acabou reduzindo suas atividades e parando com as feiras. Em 2021, participando de uma feira particular, uma cliente se interessou por um **terço feito de tecido**, comprou um e "me perguntou se eu fazia para revender, falei que sim, dei meu contato e, 5 dias depois, ela me ligou encomendando terços para uma loja de artigos religiosos na Tijuca, que hoje atendo. Com isso, já confeccionei terços para **batizados, bodas de ouro e aniversários de 15 anos**, e não tenho participado das feiras", conta ela.

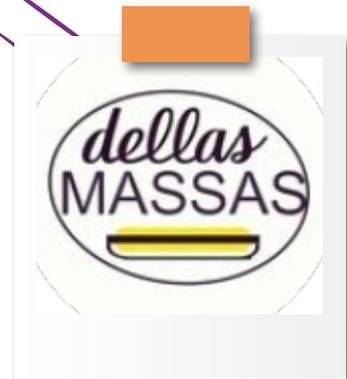
A **mensagem** de Jupira para as novas artesãs é: "não fique triste porque naquele dia você não vendeu nada ou porque as pessoas só olharam os produtos, mas não compraram. Lembre-se, se não vendeu hoje, tem amanhã, tem depois e assim você vai. Não desista!"

Laudelina de Almeida Ferreira

Dellas Massas



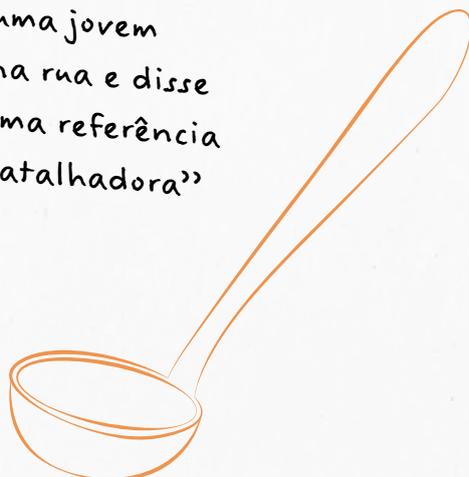
Cidade de Deus/RJ
(21) 97221-3074
@dellasmassas.oficial



Sua principal motivação de vida é “deixar um legado para a família e demais pessoas de que com trabalho e perseverança tudo é possível”.



certa vez, uma jovem a abraçou na rua e disse que ela é “uma referência de mulher batalhadora”



Laudelina de Almeida Ferreira

Dellas Massas

Escrito por:
Isabela Lessak
& Glância Torres

Conversar com a **Laudelina de Almeida Ferreira**, 69 anos, atualizando sua caminhada em tempos de **pandemia** foi um encanto, emoção e percepção da força que a orienta em busca de um mundo melhor. Parte de sua história encontra-se no *blog* das **Mulheres em Rede Compartilhando Saberes**, em 25 de abril de 2018.

Natural de Maricá, chegou ao Rio na adolescência, fixando residência na Cidade de Deus (CDD). Enfrentou dificuldades para concluir sua formação básica, seja pela qualidade das escolas, como pela distância a percorrer. Concluiu Pedagogia na PUC Rio em 2008.

Na PUC, encarou o desafio de ser Laudelina – criativa, comunicadora, entusiasmada e social. Assim é o positivismo de seu nome, uma mulher de **50 anos representando a CDD**. Enfrentar os preconceitos do ambiente universitário da Zona Sul carioca fortaleceu sua maneira de encarar a vida, construindo-a como uma **agente de mudanças**. Ela conta, emocionada, que, certa vez, uma jovem a abraçou na rua e disse que ela é “uma referência de mulher batalhadora”.

Trabalhou em ONGs na comunidade com crianças, jovens, adultos e terceira idade e, desde 2012, integra um dos **Coletivos da Rede Cidade de Deus de Economia Solidária do Projeto Ecosol da Prefeitura** ligado à **Economia Solidária**. Uma das iniciativas para suprir as necessidades das artesãs foi a criação pelo Coletivo de um fundo para auxiliar no transporte de barracas, despesas gerais, xerox, papéis etc.

Gestora dedicada das três feiras solidárias da Cidade de Deus, Taquara e Freguesia, coordenou 20 empreendedoras, 50% de artesãs da CDD e 50% externas. “A feira da CDD foi interrompida por questões de abandono da comunidade pelo poder público”, relata Laudelina com tristeza.

Com a **pandemia** do Coronavírus as atividades presenciais foram suspensas entre março de 2020 e maio de 2021 causando grande impacto às artesãs. Passou, então, a atender por encomenda os pedidos de salgados e do famoso empadão. Com o retorno das atividades, as três feiras mensais seguem os protocolos sanitários, distanciamento, uso de máscaras, álcool-gel e o incentivo à vacinação de suas artesãs.

A irrequieta Laudelina começou a fazer crochê com retalhos doados, confeccionar almofadas e tapetes de material reaproveitável, para integrar o **Ateliê As Talentosas**. Associou-se à **Casa de Artesanato de Tamoios RJ**, o que permite que suas peças sejam comercializadas na **Loja da FAERJ** no Shopping Recreio, além das **feiras**.

Laudelina define a ASPLANDE como “um local de **acolhimento e de troca**”, onde sabe que pode contar sempre com os coordenadores. Atualmente, participa das atividades *online* disseminando os conhecimentos para as artesãs.

Sua **principal motivação** de vida é “deixar um **legado** para a família e demais pessoas de que com **trabalho e perseverança** tudo é possível”.

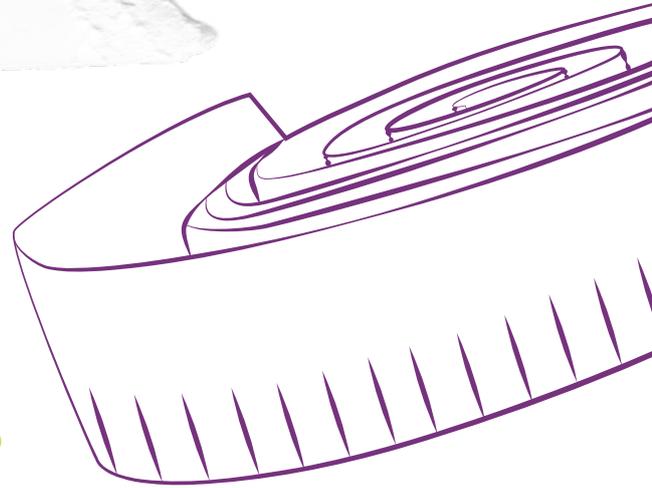
Leticia Santos de Sousa

Designer de Sobrancelhas

Guaratiba/RJ
(21) 96913-6797



“o design de sobrancelhas surgiu no dia em que destruíram minha sobrancelha e resolvi consertá-la. Consegui e investi nisso.”



Tive uma incrível mentoria, aprendi a identificar e tratar meus reais problemas, consegui diminuir o nível de estresse e reduzir dívidas, me aproximando do equilíbrio”.

Raizes do Rio

Letícia Santos de Sousa

Designer de Sobrancelhas

Escrito por:
Adelina Araújo

Estudo, trabalho, força de vontade, sorriso e “Vamos que vamos”!!! Ouvir **Letícia Santos de Sousa** falar de sua vida nos faz imaginar seus ideais e sua **atitude positiva diante** dos desafios. Jovem empreendedora de 34 anos, Letícia mora em Guaratiba e trabalha como **designer de sobrancelhas**.

Sua caminhada até aqui? Foi dura! Letícia saiu da casa dos pais aos 18 anos, morou sozinha, recebeu ajuda de amigos, **enfrentou dificuldades e trabalhou muito**, mas hoje está feliz com o que conseguiu. Completou o Ensino Médio, fez um curso técnico em informática e sonhou trabalhar no Corpo de Bombeiros, mas não imaginava seu marido indo buscá-la no batalhão entre colegas. Desistiu da profissão e pesquisou outras atividades em que pudesse se encontrar... **Gostava do desenho** e era perfeccionista.

“O *design* de sobrancelhas surgiu no dia em que destruíram minha sobrancelha e resolvi consertá-la. Consegui e investi nisso. Fiz o curso de **Designer de Sobrancelhas no Senac** e hoje sou especialista em recuperar sobrancelhas”.

Depois do curso, Letícia trabalhou no **Spa das Sobrancelhas**, no *Shopping Rio 2*, onde se apaixonou pela atividade, adorou o clima entre colegas e a liderança que encontrou. “Quando fui demitida, levei comigo boa parte das clientes, pois os grupos de *Whatsapp* do condomínio facilitaram o contato e outras pessoas me *stalkearam* pelo *Facebook*”, conta a empreendedora.

Em 2018, ela conheceu a **Rede de Mulheres Empreendedoras**, por intermédio de uma grande amiga, Roberta Azevedo e sua mãe, sua segunda família, e foi convidada para uma reunião da **ASPLANDE**: “Tive uma incrível mentoria, aprendi a identificar e tratar meus reais problemas, consegui diminuir o nível de estresse e reduzir dívidas, me aproximando do equilíbrio”.

Durante a **pandemia**, Letícia não parou de trabalhar como *designer* de sobrancelhas. Atende em domicílio, tem uma boa carteira de clientes, obtida principalmente por indicação, e está satisfeita com seu rendimento. Ela ainda acompanha as atividades *on-line* da Asplande quando não tem clientes agendados.

Como força motora no dia a dia, Letícia costuma usar a seguinte frase: “Quando estiver cansada e pensar em desistir, **continue**. Pode ter alguém se inspirando em você, não a decepcione. **A palavra ‘desistir’ não existe no meu dicionário**”.

Liliane Guerra

Tudo Vegano



Marmelópolis/MG
(21) 96603-6841

“Se você tem um sonho, corra atrás dele, vale mais a pena ganhar pouco e ser feliz do que amontoar riquezas às custas de sua saúde. Insista no que você quer e em breve o retorno virá!”



Desenvolveu um queijo cremoso tipo catupiry, com sabor e aparência próximos à mussarela, e compôs um cardápio com hambúrgueres, pizzas e quibes.




Sabores do Rio

Liliane Guerra

Tudo Vegano

Escrito por:
Adelina Aranja

Liliane Guerra, 40 anos, nutricionista e empreendedora de **gastronomia vegana**, é a nossa entrevistada. Seu negócio foi construído para mostrar que a alimentação vegana não está necessariamente associada à perda de variedade e sabor da comida, como muitos acreditam ao pensar no veganismo. Liliane prepara **pratos saudáveis e saborosos**, veganos, sim, com muito orgulho.

O veganismo é **um estilo de vida** que busca excluir todas as formas de exploração animal, não só para uso na alimentação, mas também no vestiário e em outras aplicações. O vegetarianismo, por outro lado, é **um estilo de alimentação** de base vegetal, que exclui as carnes. Ou seja, toda comida vegana é vegetariana, mas o inverso não é verdadeiro.

Liliane já era uma **adepta do veganismo**, preparava **saborosos pratos veganos** e seu esposo era um dos beneficiados de sua culinária. Um dia, na praia, ele comprou um hambúrguer vegano e lhe deu para provar. "Era sem graça e a qualidade do pão era ruim". Seu esposo então lhe disse: "comprei este hambúrguer só para você ver como o seu é bom". Esta afirmação a impressionou e ela decidiu: "**também vou vender**".

Criou um cardápio e começou a oferecer seus produtos em escolas com orientação vegetariana. Desenvolveu um queijo cremoso tipo catupiry, com sabor e aparência próximos à mussarela, e compôs um cardápio com **hambúrgueres, pizzas e quibes**. Assim nasceu a marca **Tudo Vegano** e o negócio foi posto em prática.

Em 2018, Liliane foi encaminhada à **Rede Mulheres Empreendedoras** por uma amiga e, em seguida, conheceu a **ASPLANDE**, quando Paulo Borges foi dar uma palestra na Catedral de Santo Antônio. Daí, ela foi a algumas reuniões da ONG, reuniões essas que lhe deram ânimo na condução do empreendimento e uma ajuda valiosa.

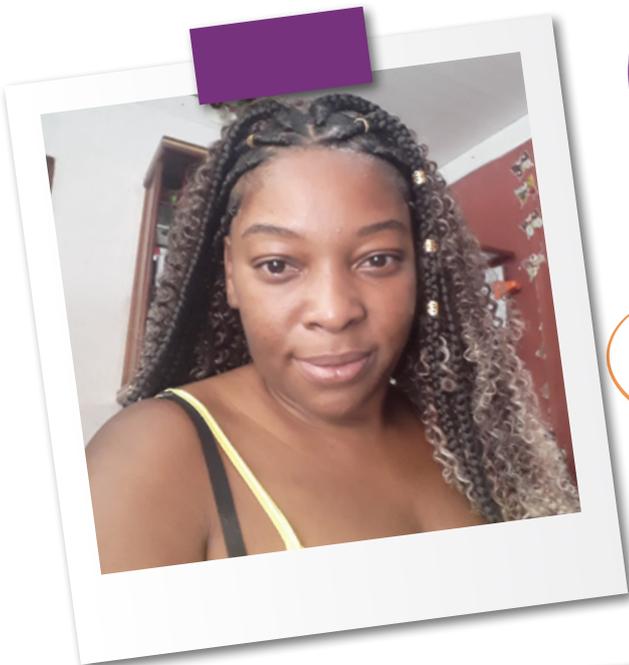
Quanto ao mercado, Liliane participou da **Feira de Caxias**, mas com a baixa procura por produtos veganos na Baixada Fluminense, ela concentrou-se nas vendas para a merenda escolar, principalmente em **escolas adventistas**, uma vez que a Igreja Adventista defende o vegetarianismo há mais de 100 anos e, mais recentemente, o veganismo como prática de seus seguidores.

Liliane forneceu os produtos veganos às escolas até 2019, mas ela e seu marido estavam **em busca de uma vida mais saudável**, na roça. Compraram um sítio no interior de Minas Gerais e se mudaram para lá com a filha de 7 anos, ainda antes da **pandemia**. Atualmente, ela está pensando em voltar a trabalhar, mas ainda não sabe bem o que fazer.

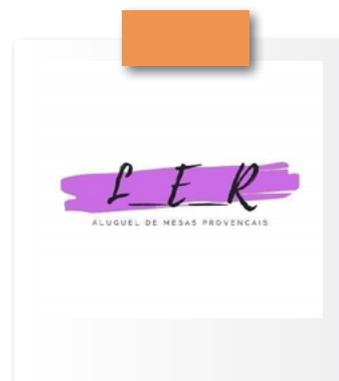
Como **mensagem** final a outras empreendedoras, Liliane diz: "Se você tem um sonho, corra atrás dele, vale mais a pena ganhar pouco e ser feliz do que amontoar riquezas às custas de sua saúde. Insista no que você quer e em breve o retorno virá!".

Luciene Rosane de Souza Rezende

Ateliê Sabor e Arte



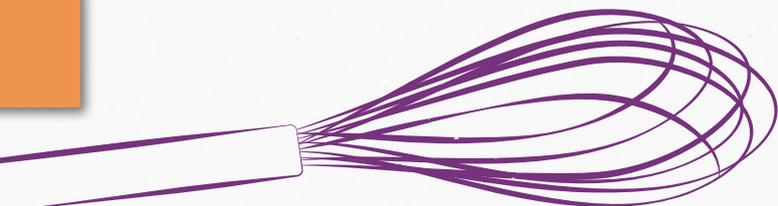
Tijuca/RJ
(21) 98480-6142
@l_e_r_festas



Em 2014, Luciene trabalhou nas eleições e, com a comissão de 400 reais que recebem, investiu em mesas e estantes para festas; foi assim que ela ingressou no empreendedorismo.



Primeiro montou o kit quarentena, composto de bolo, docinhos e salgadinhos; "Foi um sucesso!".



Luciene Rosane de Souza Rezende

L&R Festas e Brinquedos

Escrito por:
Hemily Gonçalves
& Adelina Araújo

Luciene Rosane de Souza Rezende tem 35 anos, três filhos, é casada e trabalha com **festas e brinquedos**. Sua trajetória no mercado de trabalho se iniciou em 2006, quando aos 16 anos, começou a trabalhar em uma casa de festas. Aos 22, foi trabalhar em um banco onde permaneceu por 5 anos, porém, quando engravidou de sua filha mais nova, decidiu parar de trabalhar fora para cuidar das crianças. Quando a nova rotina se estabilizou, ela começou a pensar em como poderia ter uma **renda extra**.

Em 2014, Luciene trabalhou nas eleições e, **com a comissão** de 400 reais que recebeu, **investiu em mesas e estantes para festas**; foi assim que ela ingressou no empreendedorismo. Uma de suas maiores **dificuldades** foi **administrar suas receitas e despesas**, além de conquistar clientes para o seu produto, pois havia muita concorrência nesse ramo de negócio. Também não eram tarefas fáceis **conciliar a vida profissional e pessoal** e conseguir pessoas que quisessem trabalhar com ela, já que as principais demandas ocorriam nos finais de semana.

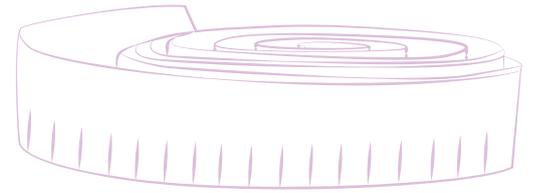
Foi por meio de uma amiga, que estava no mesmo ramo que, em 2016, ela pôde ingressar no curso **"Pegue e monte"** da **ASPLANDE**, que foi ministrado na **Fundação São Joaquim**, na Tijuca, próximo à comunidade do Borel, onde ela reside. Em seguida, **fez diversos cursos**, onde aprendeu desde os **fundamentos da administração financeira**, por exemplo, como montar uma planilha, até a **gestão de marketing e logística**. Além disso, conheceu outras pessoas, que estavam na luta para progredir no empreendedorismo, cada qual em uma área específica, que sempre lhe estenderam a mão quando ela precisou. Graças a isso, Luciene conseguiu reconhecimento profissional e foi crescendo. "A rede foi uma mãe para mim".

Desde o início da **pandemia**, o maior desafio que Luciene enfrentou foi "sair do meu mundo de festas grandes para lidar com as mini festas, isto é, **lidar com a crise sem perder o foco**". A estratégia foi **investir nas festas pequenas**, para que as famílias não deixassem de comemorar os aniversários. Primeiro montou o **kit quarentena**, composto de bolo, docinhos e salgadinhos; "Foi um sucesso!". Depois, pensou nos **acessórios para festas**, no estilo pegue e monte, considerando pequenos espaços e, finalmente, passou a oferecer **o combo, o kit quarentena mais o pegue e monte**. A estratégia funcionou bem: Luciene passou pela crise, trabalhando muito, mantendo suas redes sociais sempre atualizadas, e mantendo seu negócio aberto. Hoje, ela ainda continua com os **kits** para pequenas festas e o negócio já tem um fluxo normal.

Com os filhos já crescidos — a filha Milena de 16 anos já trabalha com ela enquanto Thalys tem 10 anos e Maria Eduarda, 8 — o **maior desejo** de Luciene é "ter minha loja. Isso é fundamental; ter meu espaço e meu canto".

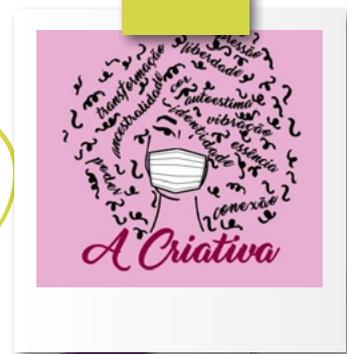
Ludmyla Oliveira

Crioula Criativa



Campo Grande/RJ
(21) 97973-2008

@sou.acriativa



“Além das vendas, lutamos pela capacitação e valorização do empreendedorismo feminino”

“Iniciamos o ano de 2022 com muito a ser feito. Fechamos uma parceria com o Grupo SOMA e estamos recebendo resíduos da produção da Farm. Lançamos a nossa coleção Brisa, que representa um retorno aos ensinamentos ancestrais.”



Ludmyla Oliveira

Crioula Criativa

Escrito por:
Adelina Araujo
& Ludmyla oliveira

Costurar, reaproveitar, exaltar a cultura afro-brasileira, **valorizar** a beleza da mulher negra e **compartilhar** saberes, são os verbos que **Ludmyla Oliveira** conjuga no seu dia a dia de empreendedora. Moradora de Campo Grande, Ludmyla, 33 anos, é **administradora por formação e costureira por paixão**.

A moda sempre teve um lugar especial em seu coração, mas Ludmyla, apaixonada pelos números, estudou **Administração** e se especializou em **Gestão e Educação Financeira**. Ainda na faculdade, **decidiu unir conhecimentos acadêmicos à sua vivência profissional** por meio do empreendedorismo e, em 2015, criou com sua mãe a **Crioula Criativa**, uma *fashiontech - startup* de inovação na área de moda.

Daí em diante, ela diz: **"Somos o futuro da indústria da moda**. Trabalhamos em 360° dos insumos, com confecção artesanal de cada produto. Transformamos resíduos em jóias e acessórios, **unindo design com sustentabilidade**. Além das vendas, lutamos pela **capacitação e valorização do empreendedorismo feminino**, transformando conhecimento em impulsionamento de sonhos, ministramos aulas sobre gestão empresarial, educação financeira, empreendedorismo, moda, tendo como missão o impulsionamento e desenvolvimento social da periférico".

Em 2019, Ludmyla conheceu a **ASPLANDE**, que a ajudou a desenvolver a parte social do seu negócio. E conheceu Aira Nascimento e se tornou apoiadora da casa **As Josefinas**, onde também realiza capacitação de empreendedoras locais.

Quanto à **pandemia**, Ludmyla diz: "O fechamento das atividades físicas foi um baque para todos os empreendedores periféricos, mas olhando o momento com cautela, vimos que o mundo precisava arregaçar as mangas e lutar com as armas que tinha contra o Covid. Na Criativa, em 2020/21, **confeccionamos e doamos máscaras** à população em situação de vulnerabilidade e atuamos junto a população e profissionais de hospitais públicos e UPA's. Em outubro/2020, ganhamos o edital da **"Shell Iniciativa Jovem - Soluções para a Retomada"**, que nos possibilitou remunerar todas as costureiras voluntárias das nossas atividades contra o Covid".

"Atuei ainda mais na **Capacitação de Empreendedores em Educação e Gestão Financeira** em diversas redes, e estudamos as transformações que a pandemia trouxe para a sociedade, moda, o consumo e a própria vida. Atendemos empresas focadas nas vendas **B2B (Business to Business)**. Passamos também por capacitações no programa **GE Formando Líderes**, e fomos destaque do **Meta Business** por 3 anos seguidos".

"Iniciamos o ano de **2022** com muito a ser feito. Fechamos uma **parceria** com o **Grupo SOMA** e estamos recebendo resíduos da produção da **Farm**. Lançamos a nossa **coleção Brisa**, que representa um retorno aos ensinamentos ancestrais. Estamos reestruturando nosso site para **vendas nacionais e internacionais**. E continuamos a atuar em capacitação com parceiros", a empreendedora conta orgulhosa.

Magna Rosângela Rodrigues

Magna Estilo - Arte em Crochê

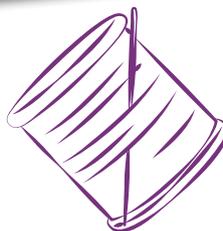
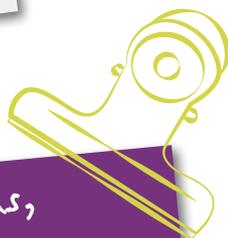


Campo Grande/RJ
(21) 99191-9455

@magnaestilo



Ela não precisa de receitas,
basta ver um esboço e o traduz
para a linguagem do crochê



O despertar de Magna para o
artesanato foi gerado por sua mãe,
que lhe ensinou tudo o que sabia
de trabalhos manuais, tricô,
crochê, bordados e costura.



Magna Rosângela Rodrigues

Magna Estilo – Arte em Crochê

Escrito por:
Adelina Aranja

Magna Rosângela Rodrigues tem 57 anos, é mãe de Ítalo Antônio, amor de sua vida, e **conhece todos os segredos do artesanato**. Empreendedora versátil, ela nunca se deixou abater pelos problemas, sempre se adapta e, com criatividade, encontra novas formas de trabalho.

O **despertar de Magna para o artesanato** foi gerado por sua **mãe**, que lhe ensinou tudo o que sabia de trabalhos manuais, **tricô, crochê, bordados e costura**. Mas antes de se consolidar como artesã, ela empreendeu em outros ramos de negócio.

Aos 15 anos, já trabalhava com **bijuterias** no Saara, onde conheceu muitos artesãos dessa especialidade. Em 1974, imigrantes coreanos chegaram ao Brasil e começaram a vender bijuterias baratas, tornando o negócio inviável para artesãos como Magna. Ela buscou como alternativa **artigos para festas**. Com estudo e dedicação, conquistou nova clientela, mas essa área também foi atingida pela concorrência.

Voltou-se para técnicas menos impactadas pela indústria com maquinários. Fez **costura e modelagem, bordados especiais, vestidos de noiva e collants** para ginástica rítmica. Mas a atividade que se tornou seu carro chefe foi o **crochê**, que ela fazia desde os 7 anos, com perícia nos detalhes, agulha e linha finas. Ela não precisa de receitas, basta ver um esboço e o traduz para a linguagem do crochê, com sua marca, "**Magna Estilo – Arte em Crochê**, porque Magna é um nome forte, que faço questão de representar e que me representa". Sua logo, criada pelo filho, estudante de *Design*, representa a Maga das linhas com sua vara de condão — uma agulha de crochê.

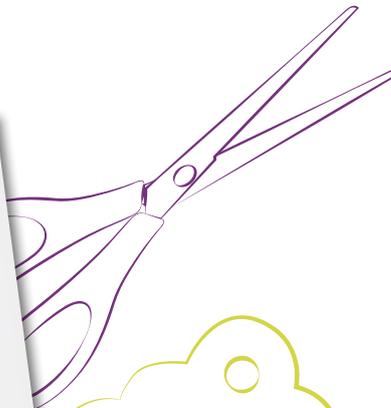
Em 2013, ela conheceu o **Circuito Carioca da Economia Solidária (Ecosol)** e começou a expor seu trabalho nas feiras. Foi apresentada à **Rede de Mulheres Empreendedoras** na Zona Oeste e conheceu a **ASPLANDE**, onde recebeu orientações que a ajudaram a se organizar e progredir, embora já tivesse uma carreira construída.

Durante a **pandemia**, Magna pôde aproveitar todos os eventos e mentorias que a ASPLANDE ofereceu *on-line*. Aprendeu muito, passou a utilizar melhor as redes sociais e fortaleceu sua atividade de **ministrar aulas por vídeo**. Foi uma das 6 escolhidas da ASPLANDE para participar do **Fundo de Transformação Social ManaMano**, conseguiu recursos e fortaleceu vários projetos. Em janeiro de 2021, contraiu a Covid-19, passou por 2 meses de recuperação, e ainda tem sequelas da doença, mas está viva e se ajustando à nova realidade. Com a reabertura das feiras, ela voltou à **Feira de Campo Grande**, com a novidade dos chaveiros confeccionados com a **técnica amigurumi**.

Seus problemas de saúde, artrite e Covid, nunca impediram que ela continuasse sua luta. Pelo contrário, serviram como impulsos para vencer desafios "quanto mais dor eu sinto, mais insisto – quem manda no meu corpo sou eu". Por isso, em 2020, ela recebeu o **Prêmio Dandara**. Seu lema é: "nunca desista, sempre faça o seu melhor".

Maria Belisia Nunes Pantoja

Belisia Fashion Rio



Costura
criativa

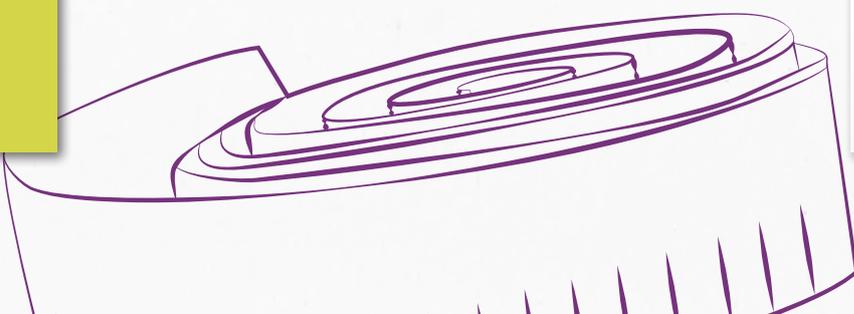
Santa Cruz/RJ
(21) 98280-0376
@belisiapantoja



Percebendo a necessidade das crianças da vizinhança, agregou uma biblioteca infantil ao projeto original. Com tijolos e um guarda-roupa, criou prateleiras e arrecadou livros.



Belisia, uma cirandeira que dá as mãos a outras mulheres, numa dança alegre, que empolga, que modifica.



Maria Belisia Nunes Pantoja

Belisia Fashion Rio

Escrito por:
Gabriela Mejia
& Glância Torres

No *blog* das **Mulheres em Rede Compartilhando Saberes**, da **ASPLANDE**, em 8 de janeiro de 2018, encontra-se um vídeo sobre a empreendedora **Belisia Pantoja**. Uma mulher “**a cara da riqueza**”, riqueza repleta de empatia, otimismo, solidariedade e amor pelo que faz.

Faz parte da **Rede Cooperativa de Mulheres Empreendedoras da Zona Oeste** da **ASPLANDE** desde 2016. Formou-se no **Projeto Raízes do Rio**, aprendendo que “não é só se sentar na máquina e fazer o produto, tem que valorizar o mesmo, planejar as etapas, otimizando tempo e custos”. Fala com entusiasmo que a **ASPLANDE** a impulsionou, possibilitou o seu empoderamento, por meio das palestras, oficinas e prática da solidariedade. Sempre em busca de conhecimento e de Inovação, seu carro-chefe é a **carteira que vira sacola**.

Na palestra “**As mãos que traduzem meus sonhos**”, apresentada no **TEDx Pedra do Sal**, em novembro de 2018, nos conta sua trajetória desde a infância em **Cametá** no **Pará**, seu sonho de ser freira e o **encontro com o artesanato**. Aprendeu a balancear o coração (criação e prazer) e a razão (venda e sustento). No **Rio**, confeccionou seu próprio uniforme e passou a receber encomendas de colegas do hospital em que trabalhava. Após um acidente, suspendeu suas atividades, retomando com o desafio de fazer “**artesanato para uma loja da zona Sul**”.

Durante a **pandemia** de **Coronavírus**, confeccionou máscaras, as quais doou parte para outras mulheres gerarem renda e passou a atender encomendas pelo *WhatsApp*, *Facebook* e *Instagram*.

Conheceu a **FIRGUN Brasil** – plataforma de empréstimos coletivos, parceira da **ASPLANDE**. Solicitou um empréstimo para o **projeto de aulas de costura** a mulheres da comunidade. Antes da **pandemia**, fez a manutenção das máquinas de costura, mas aguarda a oportunidade de retomar as atividades presenciais. As aulas serão gratuitas, é seu lado “irmã Belisia de Santa Cruz” atuando. Além disso, foca nos materiais recicláveis, reduzindo custo e valorando coisas que antes seriam jogadas no lixo.

Percebendo a necessidade das crianças da vizinhança, agregou uma **biblioteca infantil** ao projeto original. Com tijolos e um guarda-roupa, criou prateleiras e arrecadou livros. O artesanato com tampinhas plásticas, ensinará aos pequenos o cuidar do meio-ambiente.

No **Bate-Papo Firgun** no *Instagram*, com **Lemuel Simis**, empolgado, ele afirma “**A Bel tem um coração gigante**”. **Belisia**, uma cirandeira que dá as mãos a outras mulheres, numa dança alegre, que empolga, que modifica.

“**Acreditar em sua capacidade, ter foco e não ter medo dos obstáculos que poderão vir. Em cada tropeço, um sorriso para um novo horizonte. Lembre-se que até o sol tem dias que surge brilhante e tem dias que a nuvem ofusca o seu brilho**”, é a **mensagem** que ela oferece às empreendedoras.

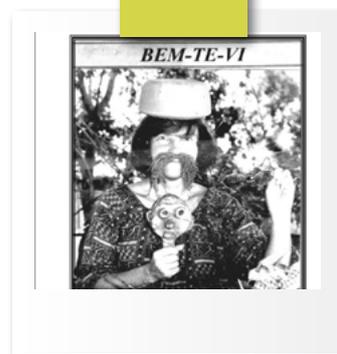
Maria das Dores Dalpiaz

Oficina Bem-te-vi

Centro/RJ
(21) 99667-7583
@oficinasbemtevi



Bonecas e
educação
popular



“Minha missão é formar
e conscientizar cidadãos
de forma criativa e divertida.
Acredito que é brincando
que se aprende.”



Conta que na década de 70
foi um momento em que venderam
muito, pois os psicólogos descobriram
algo que não era produzido no Brasil.

Raízes do Rio

Impacta Mulher:
Negócios de
Impacto Social

Maria das Dores Dalpiaz

Oficina Bem-te-vi

Escrito por:
Isabela Lessak
& Glância Torres

Parte importante da história da catarinense **Maria das Dores Dalpiaz**, 85 anos, encontra-se no *blog* das **Mulheres em Rede Compartilhando Saberes**, no site da **ASPLANDE**, publicado em 15 de dezembro de 2017. Neste mesmo dezembro, foi agraciada com a **Moção de Aplausos e Congratulações da ALERJ**. Quatro anos depois, a encontramos com brilhos nos olhos, entusiasmada com seus novos projetos.

Carolina Batista realizou um vídeo-documentário, em três partes, para o seu canal **Bem Te Vejo** do *YouTube*, retratando a trajetória de vida tão rica da educadora e bonequeira, Maria das Dores. Vida que permeia momentos importantes da história do Brasil.

Entrar no seu estúdio é mergulhar na sua "Trouxa Mágica". Ela vai nos apresentando, com muito carinho, cada "**Maleta de Sonhos**": maleta para confeccionar bonecos; maleta com *banners* ecológicos, escritos ou bordados; maletas com mini teatro Lambe-Lambe; maleta com as famílias de bonecos; coleção de bonecos exóticos. A curiosidade começa ao olhar a parte externa das maletas, com dizeres que convida ao envolvimento com seu conteúdo. Encanta-se estimulando a criatividade de crianças e adultos e vários truques são usados para que a semente criativa germine em terrenos tão distintos.

Sua "**Bonecoteca Bem-te-vi**" inclui bonecos pedagógicos flexíveis: família, diferentes etnias, grávidas (mãe-pai-filho-neném que mama). Conta que na década de 70 foi um momento em que venderam muito, pois os **psicólogos** descobriram algo que não era produzido no Brasil. Várias artesãs confeccionavam os bonecos, e, assim, começou a rede: "Sozinho nada somos", conta a artista.

O registro do dia a dia de seus trabalhos, as histórias das crianças, tudo o que vivia nos projetos, encontra-se nos livros "**Ponto de Partida**" e "**Pedagogia da Mochila Mágica**".

Criou as **petinholas**, uma espécie de castanholas brasileiras, feitas de tampas de garrafa *pet* amarradas em uma argola com técnica de macramê. Sua **Caixa de Teatro Lambe-Lambe Bem-te-vi**, foi inspirada no Teatro Lambe-Lambe da baiana Denise di Santos e da cearense Ismine Lima.

Animada, fala dos seus novos projetos: criar o "**Cine Bem-te-vi**", versão em vídeo do teatro de Lambe-Lambe; a "**maleta-teatro**" com a peça sobre Padim Cícero; e o lançamento do livro "**Encontros com Dodô**", histórias de pessoas que tiveram uma chance de promoção social através de seus encontros com Maria das Dores. Como dizia Toinho, seu professor latim: "O importante na vida é ter projetos".

Maria das Dores reconhece a ASPLANDE como uma entidade que permite o **empoderamento das mulheres**. Ela faz Educação em forma de Economia Solidária, estimulando o potencial das pessoas, através da alfabetização e leitura poética do mundo em que se encontra e conta: "Minha **missão** é formar e conscientizar cidadãos de forma criativa e divertida. Acredito que **é brincando que se aprende.**"

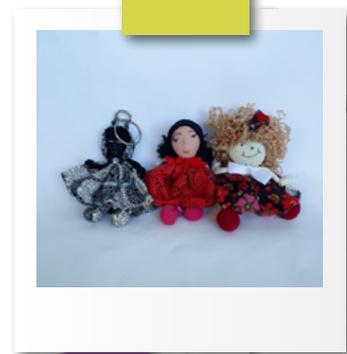
Maria Iraci Martins de Macedo

Dona Iraci

São João de Meriti/RJ
(21) 99049-7529



Costura
criativa



No ano de 2016, na época da Olimpíada, ela teve a oportunidade de confeccionar almofadas e travesseiros para o evento, junto a outras artesãs



Dona Iraci vem se conectando com as linhas, bordados e costura desde criança, ao confeccionar suas próprias bonecas para vivenciar a infância no campo.



Maria Iraci Martins de Macedo

Dona Iraci

Escrito por:
Moara Flausino

Com histórias de muita luta e orgulho ao construir o seu artesanato, **Dona Iraci** vem se conectando com as linhas, bordados e costura desde criança, **ao confeccionar suas próprias bonecas** para vivenciar a infância no campo. Mantendo a pequena Iraci viva dentro dela até hoje, a relação familiar com a costura se torna o principal motivo para continuar criando suas produções.

Casada aos 19 anos, Dona Iraci manteve-se ativa **produzindo peças sob encomenda** e, nos dois anos seguintes, **preparando o próprio enxoval** para sua mais nova família, quando estava grávida. Sempre **costurando à mão** e preparando cada processo com muito carinho, foi somente anos depois, vindo para o Rio de Janeiro, que Dona Iraci **se profissionalizou na área de costura**.

Em terras cariocas, seus sonhos de menina e suas vivências com a costura se entrelaçaram ainda mais. Ao confeccionar **roupas, bijuterias e bordados**, não demorou muito para Dona Iraci conhecer a **ASPLANDE** através do projeto **"VIVA VIDA"**, o qual, com uma **visão também sustentável de empreendedorismo**, foi um período rico em aprendizados, que a manteve ainda mais disposta para atravessar as portas da organização. Na ONG, atua na **Economia Solidária**, participa das **formações e mentorias**, enxergando um espaço de muito aprendizado e força. Sua admiração também está no propósito das mulheres da Rede, sentindo-se representada com a luta pelos direitos das mulheres e pela liberdade feminina, aspecto que, segundo ela, é um "objetivo além da comercialização. A ASPLANDE trouxe muitas coisas gostosas, que **ajudam a gente a viver**. Aprendemos a se respeitar, a se amar."

No ano de 2016, na época da **Olimpíada**, ela teve a oportunidade de **confeccionar almofadas e travesseiros** para o evento, junto a outras artesãs: "A Olimpíada foi, para mim, uma das melhores experiências que eu já tive em todo o período do meu trabalho". Além de encher o coração de Iraci com muita gratidão, as criações também se tornaram uma alternativa para ela nos tempos atuais da **pandemia**. Com **material de sobra** em casa, as chances de venda de suas criações eram pequenas devido ao isolamento social, mas **nem isso a parou de criar sua arte**.

Atualmente, ela se prepara para retomar suas vendas e está ainda mais experiente e confiante. Com sua alma de criança eternizada na ponta dos dedos e na memória, Dona Iraci sonha em trazer um público maior para a sua costura, **ensinando os bordados que tanto ama**. Sem medo do futuro, **ela acredita e planeja o seu empreendimento**, sempre pronta para manter a sincronia entre a agulha e a linha em sua vida.

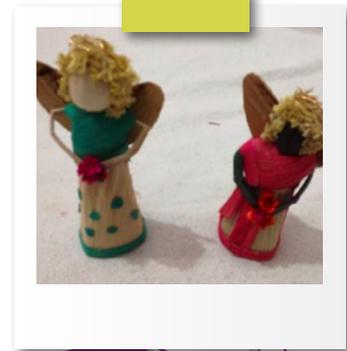
Maria Isabel dos Santos Cardoso

Aki Artesanatos



Bangu/RJ
(21) 99646-9091

Artesanato
com piagava



continua firme e forte na
crença da transformação das
mulheres de sua região
por meio do empreendedorismo
e das redes de apoio.



atuou como multiplicadora
contribuindo para o desenvolvimento
daquelas que não podiam se deslocar
para participar das atividades
presenciais.


Raízes do Rio


Impacta Mulher:
Negócios de
Impacto Social

Maria Isabel dos Santos Cardoso

Aki Artesanatos

Escrito por:
Glândia Torres

Maria Isabel dos Santos Cardoso, baiana de Salvador, 74 anos é a vitalidade em pessoa. Assistente Social e pós-graduada em Recursos Humanos, hoje está aposentada. Encontra-se num período de afastamento de suas atividades, mas continua firme e forte na crença da transformação das mulheres de sua região por meio do empreendedorismo e das redes de apoio.

Como artesã, seu material de trabalho é a **piaçava**, cria produtos como **brincos, colares, pulseiras e tiaras, acessórios de decoração e utilidades para o lar**, gerando complemento de renda. O seu negócio **Aki Artesanatos** foi encerrado e tem atendido apenas por encomenda.

Há mais de 25 anos coordena a **Associação de Mulheres da Comunidade Kolping de Vila Aliança**, instituição que **oferece cursos profissionalizantes** como cabeleireiro, costura, informática, carpintaria e música. Atividades suspensas por conta da **pandemia** do Coronavírus. Apesar dos desafios e das dificuldades de conseguir financiadores para manter os professores e instrutores da Associação que preside, Isabel não desiste do sonho de ampliar as atividades da instituição.

Sua preocupação com a renda das artesãs a levou a buscar diversas parcerias. Conheceu a **ASPLANDE** através de Paulo Borges, colaborador e educador da instituição, parceria que Isabel faz questão de celebrar, caminhando para **mais de 20 anos**. Foi uma das pioneiras.

Conta que a Asplande foi fundamental na criação e consolidação da **Rede da Zona Oeste**. Fala, com sabedoria, que não dá para trabalhar isolado. A ASPLANDE possibilita acesso a cursos de formação, oficinas e palestras, atividades que **trabalham a autonomia das mulheres empreendedoras**, possibilitando um olhar mais profissional na administração do seu negócio, colaborando para o crescimento da comunidade. Além disso, atuou como **multiplicadora** contribuindo para o desenvolvimento daquelas que não podiam se deslocar para participar das atividades presenciais.

Para ela, a prioridade é o crescimento dos empreendimentos e das empreendedoras. Atualmente a modalidade *online* das atividades coordenadas pela ASPLANDE, embora traga alguns desafios, **amplia a possibilidade** de participação e o contato entre as participantes da rede continua.

Isabel gostaria de lembrar que “a **resiliência** é fundamental quando se é empreendedora, **não desistir, viver cada dia, observar as oportunidades**. Saber que nada está pronto, mas que com **persistência e conhecimento** as dificuldades podem ser superadas”.

Maria José Moura Duarte

Delicias d'Zezé

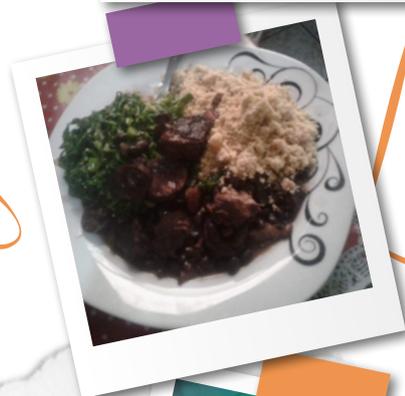
Duque de Caxias/RJ
(21) 98896-9098



Feijoadas
e quitutes



se deu conta de que o que mais gostava de fazer era cozinhar, tornou-se uma artesã da culinária.



Sua experiência com feijoadas para grandes grupos fez com que fosse convidada a preparar a feijoada do Prêmio Tia Angélica



Maria José Moura Duarte

Delícias d'Zezé

Escrito por:
Juliana Queiroz
& Gláucia Torres

Conversamos com **Maria José Moura Duarte**, 60 anos, sobre seu negócio **Delícias d'Zezé** quatro anos após a publicação de sua história no *blog* da **ASPLANDE, Rede de Mulheres Compartilhando Saberes**, em 29 de setembro de 2017.

Recordou o início dos trabalhos com artesanatos, mas, após participar em **cursos e mentorias** na ASPLANDE, se deu conta de que o que mais gostava de fazer era cozinhar, tornou-se uma **artesã da culinária**. Seu carro chefe é a feijoada.

Sua experiência com **feijoadas** para grandes grupos fez com que fosse convidada a preparar a feijoada do **Prêmio Tia Angélica** da Mulher Empreendedora da Baixada Fluminense, prêmio que visa contribuir para o fortalecimento da teia solidária entre mulheres empreendedoras da Baixada, para 150 pessoas. Em 2021, no evento *on-line* de 30 de outubro, todos lembraram saudosos da feijoada da Zezé.

A página *Delícias d'Zezé* no *Facebook* nos convida a deliciar tanto a feijoada, como os demais quitutes. A propaganda boca a boca também é fundamental na divulgação.

Zezé pontuou que a ASPLANDE proporciona suporte, possibilidade de entrar em contato com outras empreendedoras, participação em eventos e rodas de conversa, ou seja, cria condições de formação de redes de trocas solidárias. Muitas sociedades são formadas com foco nas habilidades de cada participante.

Neste período de **pandemia**, ela nos fala da importância da **flexibilidade**, de buscar novas alternativas. Passou a fornecer sob encomenda feijoada, mocotó, atender a eventos em diversas modalidades: entrega na sua própria casa, na casa do cliente, e até oferece junto com a feijoada uma equipe para servir. Aprendeu a valorizar seu produto e aproveita oportunidades, como no final de 2021, confeccionando **porta-panetones artesanais** para incrementar sua receita.

Mencionou como um marco sua participação no evento "**Mulheres do Mundo**" do Museu do Amanhã. Durante os três dias de evento aprendeu como observar "os desejos" do público e ter flexibilidade, do caldinho de feijão chega ao caldo de abóbora, pois o público presente demandava comidas mais leves.

Maria José deixa como **mensagem** a todas a importância de: "Nunca desistir de nossos sonhos "

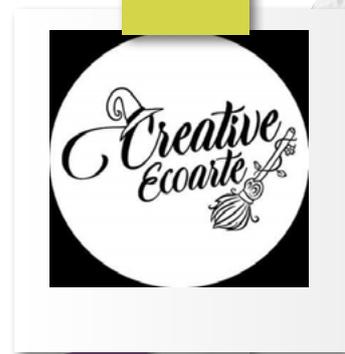
Maria Regina Fontes

Creative Eco Arte

Belford Roxo/RJ
(21) 99672-3559
@creative_ecoarte



Artesanato
criativo



segue na missão de integrar,
incentivar, acolher e dar um
empurrãozinho em tantas
mulheres que buscam
a autonomia em negócios
de economia solidária.



“aqui está formada uma Rede”:
quando duas ou mais mulheres
se juntam na condução de um
negócio.



Maria Regina Fontes

Creative Eco Arte

Escrito por:
Glância Torres

A conversa com **Maria Regina Fontes** revela uma mulher que ama o que faz, que tem como propósito inspirar muitas outras e acredita na força de **Redes de Mulheres Empreendedoras**, como podemos ver na sua fala "**O Poder das Redes**" no TEDx Pedra do Sal de 2019. Alerta que "aqui está formada uma Rede": quando duas ou mais mulheres se juntam na condução de um negócio. Ela, sua "bruxinha" e um jovem apaixonado formam essa Rede.

Com esse entendimento, segue na missão de integrar, incentivar, acolher e dar um empurrãozinho em tantas mulheres que buscam a autonomia em negócios de economia solidária. Uma de suas preocupações é divulgar a gestão e sustentabilidade dos empreendimentos.

Hoje aos 71 anos mostra a mesma energia que tinha quando sua história foi publicada no *blog* das **Mulheres em Rede Compartilhando Saberes** da **ASPLANDE** em 03 de maio de 2017.

Cria o **Grupo Creative EcoArtes** há quase 40 anos. Continua com o **Artesanato Criativo** atendendo encomendas. Lembra da importância da flexibilidade nos empreendimentos. Inicia com **bonecas feitas de palha de milho**, pela escassez do material, migra para a **fibra de banana**, pela dificuldade da desfibra da bananeira, migra para as **bonecas em tecido**. Tecidos com padronagens africanas, crus, popelines estampados 100% ecológicos. Usa **cones de papelão** para linhas ou **garrafa pet** como base. Cabeça de bola de isopor, tinta e cola. Gostaria de utilizar tintas ecológicas produzidas em comunidades indígenas que detém essa tecnologia, mas o preço inviabiliza. Seu carro chefe é a **bruxinha de cabaça**, cabaças essas adquiridas quando encontra portadores do Rio Grande do Sul.

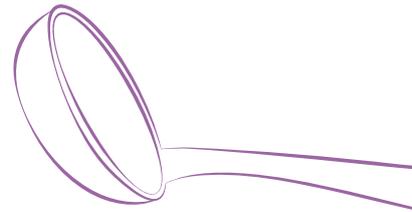
Faz parte da ASPLANDE há 20 anos como colaboradora assídua. É coordenadora, junto com a Ana Lúcia, do "**Conversas que inspiram**". Participa do **Projeto Raízes do Rio** com cerca de 90 artesãs, programa ASPLANDE "Rede Cooperativa de Mulheres Empreendedoras".

Durante a pandemia o que mais sente falta é do convívio com as outras mulheres, das atividades olho no olho. Foi preciso aprender e adaptar-se às *lives on-line*, participa compartilhando seus depoimentos e incentivando as mais novas. Participa do programa de distribuição de cestas básicas para as empreendedoras mais vulneráveis. O papel fundamental da ASPLANDE é a busca de parceiros que patrocinem essas iniciativas.

Suas bruxinhas com *design* especial dão vida aos prêmios nas cerimônias do **Prêmio Dandara**, realizado no Dia Internacional das Mulheres, homenageia 30 mulheres que fazem a diferença na Região Metropolitana, e o **Prêmio Tia Angélica**, para empreendedoras da Baixada Fluminense.

Maria Serrate Tostes Leite

Montserrat Cozinha & Arte



Duque de Caxias/RJ
(21) 99276-3187

@montserrat.cozinhaearte



Gastronomia



o Panella's. "o objetivo é montar uma cozinha compartilhada onde mulheres guerreiras com potencial na área de gastronomia possam trocar saberes, desenvolver sua autoestima e se fortalecerem mutuamente"



Tendo como base as receitas de suas avós — uma portuguesa e a outra do interior do estado do Rio de Janeiro —, Maria resolveu investir na culinária depois que se aposentou.



 Sabores do Rio

Maria Serrate Tostes Leite

Montserrat Cozinha & Arte

Escrito por:
Hemily Gonçalves
& Isadora Terra

Professora aposentada, casada, com dois filhos e um neto, **Maria Serrate** curte demais os momentos em família. Segundo ela, é o que renova as suas energias e diz ter aprendido isso com as mulheres fortes de sua família: a mãe e as avós. “Uma das estratégias para um belo encontro familiar é a preparação de uma refeição gostosa, seja essa um simples lanche ou um almoço comemorativo, em volta de uma mesa repleta de gente,” afirma ela.

Tendo como base as **receitas de suas avós** — uma portuguesa e a outra do interior do estado do Rio de Janeiro —, Maria resolveu **investir na culinária** depois que se aposentou. Assim nasceu **Montserrat Cozinha & Arte**, um empreendimento próprio, no qual ela produz saladas, geléias, compotas, antepastos e *chutney* por meio do aproveitamento integral de legumes e verduras. Com a utilização de cascas, talos, folhas e sementes, há assim uma maior **variedade nutricional** e se **evita o desperdício de alimentos**. Os amigos e familiares testaram e aprovaram seus quitutes e daí foi um pulo: com panfletos na mão e batendo de porta em porta, ela iniciou a divulgação do seu trabalho.

Foi participando da feira de **Economia Solidária**, em Duque de Caxias, que Maria conheceu a **ASPLANDE**, o que a levou a um outro nível, dando a ela oportunidades para expandir seu negócio de uma maneira profissional. Através do projeto **Sabores do Rio**, uma ideia antiga foi tomando força e forma, levando Maria Serrate a criar um projeto com outras três empreendedoras do ramo de gastronomia: o **Panella's**. “O objetivo é montar uma cozinha compartilhada onde mulheres guerreiras com potencial na área de gastronomia possam trocar saberes, desenvolver sua autoestima e se fortalecerem mutuamente,” ressalta ela. Atualmente, o grupo está procurando um espaço adequado para que o projeto se torne realidade.

Além dos eventos ligados à ONG, Maria já participou também do **WOW - Mulheres do Mundo** — um importante festival dedicado à apresentação de trabalhos realizados por mulheres — e foi vencedora do Prêmio Paulo Ramos como um aporte ao projeto Panella's. Tendo um grande significado para Duque de Caxias, o prêmio visa **incentivar iniciativas culturais e empreendimentos** em sua cidade.

“Sou grata à minha família, aos meus amigos e todas as pessoas que estão à frente do trabalho que a ASPLANDE desenvolve. Fazer parte desta rede de mulheres é uma oportunidade única e estou surpresa de como esta interação tem contribuído para o avanço de tantas mulheres corajosas, determinadas e criativas. Elas têm mudado minha forma de pensar e de agir”, reflete a empreendedora.

Maria Thaís Lima Carvalho

Açaí Santa Tereza

Belford Roxo/RJ
(21) 99766-4559



Açaí gourmet

“Nunca desistam de suas metas! A perseverança nos leva para o caminho da vitória; obstáculos sempre virão e não devemos jamais nos abater por quaisquer pedras. Pensemos sempre fora da caixa e façamos das nossas ideias o tempero ideal para a nossa vida”.

Finalmente, resolveu voltar ao seu antigo emprego e à sua área de formação, Departamento Pessoal e Recursos Humanos, com a certeza de que a experiência adquirida foi muito importante para ela.


Sabores do Rio

Maria Thaís Lima Carvalho

Açaí Santa Tereza

Escrito por:
Adelina Araujo

Thatá, Maria Thaís Lima Carvalho, tem 38 anos, “duas filhas carnis e um filho de coração”, é moradora do bairro de Santa Tereza, em Belford Roxo, onde é líder comunitária e criou o **Açaí Santa Tereza**.

O açaí, cujo nome vem da língua tupi “yasa’i” e significa “fruta que chora”, por causa do seu suco, é considerado **um dos mais potentes alimentos antienvhecimento**. O frutinho roxo é um **verdadeiro arsenal de nutrientes**, como vitaminas (A, E, D, K, B1, B2, C), minerais (cálcio, magnésio, potássio, ferro), aminoácidos, antioxidantes e óleos essenciais. É uma espécie nativa da região amazônica, sendo que **o maior produtor mundial de açaí é o estado do Pará**, conhecido como “Capital Mundial do Açaí”. Sua polpa é um importante alimento na dieta dos habitantes do norte do Brasil desde antes do descobrimento da América, mas o uso do açaí só se difundiu para o resto do país nos anos 1980-1990.

No Grande Rio, onde as lojas de suco e os negócios de alimentação saudável costumam ser bem acolhidos pelo público, **o açaí logo se adaptou ao gosto carioca** e ganhou jeitão de *milk-shake* ou *sunday* com todos os ingredientes que empreendedores como Thatá sabem agregar à sua polpa. Thatá começou a preparar e comercializar o açaí em seu apartamento, fazendo as vendas no sistema *delivery*, depois montou uma **tenda**, e chegou a ter um **trailer** que funcionava como sua loja. O açaí era servido acompanhado de frutas, chocolates e sorvete, conforme o desejo do cliente.

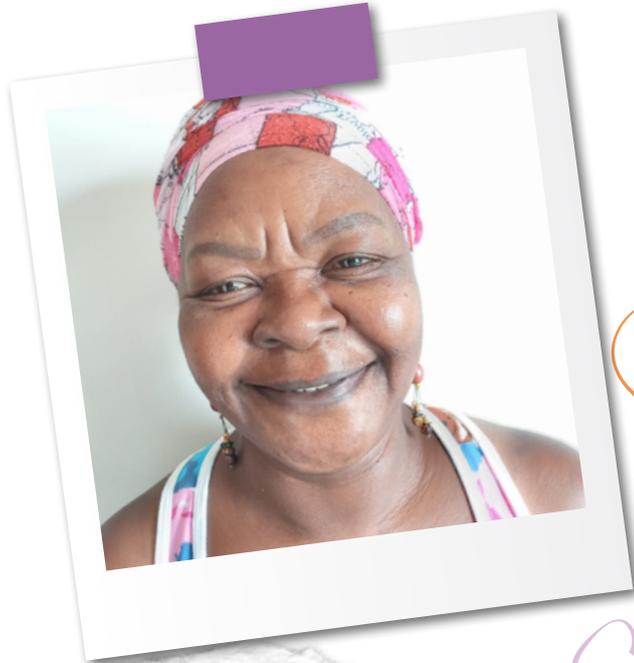
Em 2018, Thatá conheceu o **Movimento Permanente de Mulheres** de Belford Roxo e, por meio deste, conheceu a **ASPLANDE**, onde participou do projeto **Sabores do Rio**, aprimorou seu conhecimento de balanços de **receitas e custos**, e também **aprendeu a gerenciar** melhor a vida financeira do Açaí Santa Tereza. Seu esposo Willian e seu irmão Lucas a ajudaram muito a conduzir o negócio.

Com a **pandemia** e os problemas de saúde que surgiram em sua família, as dificuldades na manutenção do empreendimento cresceram muito. Thatá tentou se estabilizar somente com o sistema *delivery*, mas este não fluiu bem. Finalmente, resolveu voltar ao seu antigo emprego e à sua área de formação, **Departamento Pessoal e Recursos Humanos**, com a certeza de que **a experiência adquirida foi muito importante para ela**.

Thatá optou por fazer o caminho de volta do empreendedorismo para o trabalho formal em uma empresa, mas deixa a seguinte **mensagem** para outras empreendedoras: “Nunca desistam de suas metas! A perseverança nos leva para o caminho da vitória; obstáculos sempre virão e não devemos jamais nos abater por quaisquer pedras. Pensemos sempre fora da caixa e façamos das nossas ideias o tempero ideal para a nossa vida”.

Neuza Nascimento

Coluna da Neuza e Dona Preta Produtos Caseiros



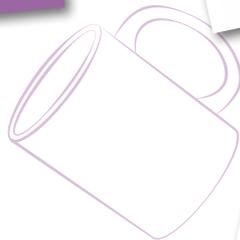
Duque de Caxias/RJ
(21) 99328-1170

@donapretapc

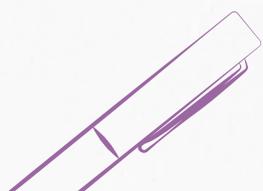
Escrita
e Gastronomia



“Em uma família de 10 irmãos, sou a única que leio, a que nasceu com o dom da escrita.”



dirigia por quinze anos o CIACAC — Centro Integrado de Apoio a Crianças e Adolescentes de Comunidades — uma organização criada por ela própria



Neuza Nascimento

Coluna da Neuza e Dona Preta Produtos Caseiros

Escrito por:
Taíssa Lopes
& Isadora Terra

Natural de Santos Dumont (MG), **Neuza Nascimento** concluiu o ensino médio aos 47 anos e se sente uma sobrevivente: "Em uma família de 10 irmãos, sou a única que leio, a que nasceu com o **dom da escrita**." Mudou-se para o Rio de Janeiro ainda criança, onde trabalhou desde cedo como doméstica e dirigiu por quinze anos o **CIACAC** – Centro Integrado de Apoio a Crianças e Adolescentes de Comunidades – uma organização criada por ela própria na Zona Norte que visa estimular o desenvolvimento de jovens de comunidades pobres por meio de atividades de **educação, lazer e cultura**. Hoje, ela se dedica a duas atividades: a **escrita e a gastronomia**.

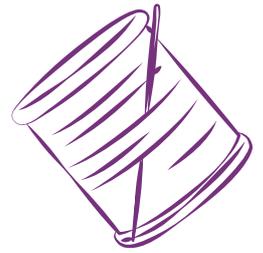
Neuza nunca imaginou trabalhar com a venda de **licores e geléias**, mas a ideia surgiu graças a um **pé de amora** no quintal de casa: "A árvore se encheu de frutos em pouco tempo e eu acabei comendo um monte, fiz suco, dei para os vizinhos... mas elas continuavam a cair! Decidi juntar açúcar e colocar no fogo; o resultado foi uma geléia simples e gostosa. Ofereci para os amigos e recebi elogios." Tendo feito o mesmo com os outros frutos que davam em casa – goiaba, jamelão, seriguela, carambola, jambo, cajá e banana – ela passou a vendê-los no **Festival da Economia Solidária** em Duque de Caxias. Foi lá onde conheceu a **ASPLANDE** e, através da organização, participou de diversas **oficinas de capacitação e eventos de exposição**, além de passar a ter contato com uma grande rede de empreendedoras.

O **pandemia** tem sido um período de medo, insegurança, aprendizado e reflexão para Neuza. Por ter que cuidar dos parentes mais velhos, ela mal ficou em casa e seu negócio gastronômico sobreviveu graças ao apoio de amigos, colegas das redes das quais participa e da **ASPLANDE**. Ela conta ainda com uma outra carta na manga: a escrita. Tendo seu primeiro conto publicado pela **Universidade de Santa Catarina** em 2017, a produção de conteúdo para o site @lupadobem é atualmente sua principal fonte de renda. Através da sua própria coluna – **colunadaneuza** – ela publica matérias sobre coisas boas que acontecem pelo Brasil afora. Com um foco em projetos sociais e pessoas que se destacam por contribuir pelo bem comum, busca inspirar seus leitores com exemplos de **superação**.

Seja vendendo licores ou escrevendo colunas, o **segredo** do sucesso de Neuza tem sido "transformar os desafios em degraus e bola pra frente," ou seja: dar um passo de cada vez. A todas as mulheres que gostariam de empreender, ela deixa um recado: "é preciso continuar sempre produzindo, buscando clientes e se capacitando, além de ter boa vontade, amor e paciência. Muita paciência."

Norma Maria de Carvalho

Norma Fer



Madureira/RJ
(21) 99488-3136

normamariaoliveiradecarvalho@yahoo.com.br



Costura criativa
e tie dyes



Tal fato lhe fez mudar de perspectiva, pois o trabalho feito em uma cor diferente a ensinou a ser única, ou seja, a ser ela mesma.

“Não se intimidem como eu me intimidei. Coloquem seus sonhos em prática e não tenham o mesmo medo que eu tive porque, depois de muito tempo, eu dei a cara à tapa e graças a Deus estou aqui: firme e forte até hoje!”


Raízes do Rio

Norma Maria de Carvalho

Norma Fer

Escrito por:
Hemily Gonçalves
& Isadora Terra

Moradora de Madureira, a trajetória de **Norma Maria de Carvalho** com o artesanato teve início ainda na infância, quando ajudava a sua mãe com os produtos que fabricavam em casa. Aprendendo as técnicas do ofício ao longo da adolescência, começou a trabalhar no **Clube de Mães** da comunidade da Igreja Católica em Heliópolis e, de lá, passou a participar também do **Clube da Economia Solidária**, sempre dando visibilidade às suas peças artesanais através de **feiras e exposições**.

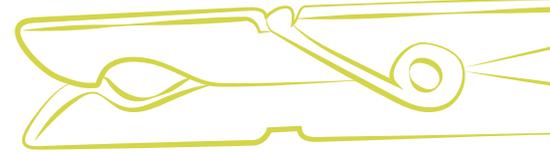
No início da carreira, porém, sofreu **preconceito e discriminação** na família e fora de casa. Um episódio memorável ocorreu durante uma aula de artesanato no **Senai Cetiqt**, onde ela criou um cachorro de lã vermelho, por falta de variedade de outras cores. Por alguma estranha razão, seus colegas acharam a cor da peça inaceitável e chegaram a pedir que Norma fosse expulsa ou retirada da turma. No dia da exposição das peças em uma feira, porém, as crianças adoraram o **cachorrinho vermelho** e algumas pediram um igual. Ela acabou fazendo **tie dyes** em vermelho.

Tal fato lhe fez mudar de perspectiva, pois o trabalho feito em uma cor diferente a ensinou a ser única, ou seja, a ser ela mesma. A partir desse momento, quem achava a sua maneira de trabalhar esquisita teve uma bela surpresa, pois seus **tie dyes** começaram a fazer grande sucesso. Hoje, a artesã de 64 anos realiza com muita satisfação seu trabalho de casa, fazendo toalhas, artesanato, enxovais da igreja, além de fitas, capas de óculos, entre outros. Sempre manuseando seus **tie dyes**, e tendo como principal referência o famoso cachorrinho de lã vermelho, Norma **se considera uma artista**, mas evita expor-se demais por receio que possa de novo sofrer preconceito.

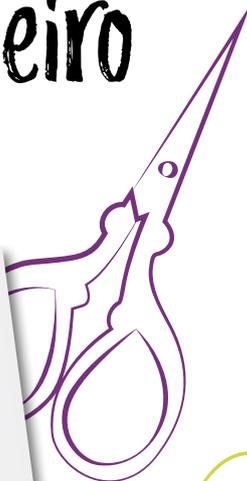
Atualmente, ela realiza trabalhos voluntários na **Creche Municipal São Judas Tadeu** e na **Legião da Boa Vontade**, além de dar aulas de alfabetização para alunos da 4ª série na **Escola Arca de Noé** e para adultos acima de quarenta anos. Às demais empreendedoras, Norma manda um **recado**: "Não se intimidem como eu me intimidei. Coloquem seus sonhos em prática e não tenham o mesmo medo que eu tive porque, depois de muito tempo, eu dei a cara à tapa e graças a Deus estou aqui: firme e forte até hoje!"

Paloma Cordeiro

Art'sloma



Paciência/RJ
(21) 99469-5989
@artsloma



Bolsas
e necessaires



Em uma parceria da Asplande com a empresa de moda feminina Mercatto, Paloma criou uma bolsa exclusiva e o valor arrecadado das vendas foi dividido entre as demais empreendedoras da rede.



Paloma aprendeu por conta própria a arte da costura criativa e o bordado



Paloma Cordeiro

Art'sloma

Escrito por:
Hemily Gonçalves
& Isadora Terra

Aos 30 anos, **Paloma Cordeiro** vivia na casa da mãe em Realengo e o dinheiro era apertado; o trabalho do marido mal dava para sustentá-la com seu recém-nascido. As coisas começaram a melhorar quando o casal conseguiu adquirir um imóvel pelo programa **Minha Casa, Minha Vida**, no bairro da Paciência. Foi uma alegria imensa, mas ela continuava desempregada e passou a ficar, também, longe da família.

Precisava realizar alguma atividade que pudesse ajudar no sustento da casa, lhe permitindo, ao mesmo tempo, cuidar de sua filha. Foi então que lhe veio a ideia de entrar em contato com a mãe e a sogra para lhes pedir emprestado uma **máquina de costura e um molde de bolsa**. Nas semanas que seguiram, Paloma **aprendeu por conta própria** a arte da **costura criativa e o bordado**, passando a vender seus produtos inicialmente para amigos e familiares.

Com o tempo, comprou a própria máquina, foi se aperfeiçoando e ganhando a confiança da vizinhança. Graças às vendas de suas **bolsas e necessaires**, em diversas **feiras** pelo Rio, — como Largo da Carioca, Largo do Machado e Méier —, sua clientela logo se expandiu e o artesanato se tornou definitivamente uma fonte de **renda extra** para ela. “Sou muito grata a Jesus, que sempre esteve comigo me dando força e coragem para seguir em frente,” conta ela.

Conheceu a **ASPLANDE** em 2014, através de uma das colaboradoras da organização, e, desde então, frequenta assiduamente as inúmeras **reuniões, palestras e eventos** realizados nos espaços da ONG. Em uma **parceria** da ASPLANDE com a empresa de moda feminina **Mercatto**, Paloma criou uma **bolsa exclusiva** e o valor arrecadado das vendas foi dividido entre as demais empreendedoras da rede. Com isso, cada uma conseguiu comprar material para dar continuidade aos seus trabalhos, além de poder divulgar os seus negócios.

Suas bolsas fizeram parte da **coleção Tecendo Solidariedade**, em 2017, do site **Raízes do Rio**, um projeto que consistiu na criação de uma linha de acessórios de moda pelas artesãs da Zona Oeste e Baixada dentro dos princípios da **economia solidária**. No caso das bolsas, as artesãs se reuniram para produzir e vender diversos modelos de bolsas em hotéis do Rio de Janeiro.

O período de isolamento da **pandemia** foi cruel. Afastada dos eventos em espaços públicos e com o marido desempregado em casa, Paloma passou a vender suas bolsas pelas **redes sociais**. Mas ainda não teve o retorno desejado e busca ajuda com o *marketing* digital, acreditando que uma maior divulgação dos produtos possa impulsionar as vendas. Embora já tenha voltado a participar de feiras, relata ter tido prejuízo, pois não conseguiu vender o suficiente para cobrir o aluguel pago por uma barraca. “Acredito que esteja todo mundo sem dinheiro. Não tenho medo de trabalhar, mas às vezes ficamos sem rumo,” ela desabafa. “Mas vai melhorar. Assim esperamos todos”.

Patrícia Pereira Nascimento Silva

Paty Trufas

Casa Branca/RJ
(21) 98550-6413



Trufas
e caixinhas
artesanais



Além de aplicar os conceitos no seu negócio, tem orientado outras pessoas a melhorar seus próprios negócios com dicas de organização.

A Patrícia de hoje pode ser considerada uma mulher otimista com pé no chão.




Sabores do Rio

Patrícia Pereira Nascimento Silva

Paty Trufas

Escrito por:
Glância Torres

Registramos aqui uma conversa com a **Patrícia Pereira Nascimento Silva** da **Paty Trufas**. A jovem, tímida no início de seu próprio negócio, retratada há quatro anos no *site* da **ASPLANDE** em **Mulheres em Rede – Compartilhando Saberes** em 05 de junho de 2017, deu lugar a uma mulher mais segura e com planos para o seu empreendimento, consciente de seus potenciais.

Moradora do Morro da Casa Branca, na Tijuca, iniciou a Paty Trufas com o apoio do marido, encarregado das vendas. Trabalha na confecção das trufas de sexta a domingo.

Com a chegada da **pandemia** do Coronavírus, as vendas nas ruas foram interrompidas, o que causou um impacto no seu negócio. Ao mesmo tempo, seu marido fez um curso **on-line** de eletrônica e passou a trabalhar em consertos de máquinas, saindo da área de vendas. Patrícia, por outro lado, aproveitou este tempo para realizar vários **cursos pela internet**, descobrindo novos modos de preparar seus doces. Durante este período, tem feito as vendas por encomenda.

Dedica-se também ao artesanato, um amor antigo, produzindo **caixinhas artesanais** para presentes de MDF, utilizando as **técnicas de decoupage e pintura**, sempre com muito carinho, planeja, no futuro, incorporar as caixinhas em venda integrada com as trufas.

Sua participação no **Projeto Sabores do Rio** da ASPLANDE foi e é importante na aquisição de conhecimento na área da administração do empreendimento através de **cursos e palestras**, assim como pela **mentoria** que a organização disponibiliza. Além de aplicar os conceitos no seu negócio, tem orientado outras pessoas a melhorar seus próprios negócios com dicas de organização.

Está planejando, em parceria com uma amiga, especializada em salgados, abrir um negócio conjunto, em um espaço que está sendo reformado na Calçada da Fama da comunidade. No momento, comercializam os **doces e salgados** na Igreja que frequentam, fazendo um estudo de mercado com os clientes que são convidados a opinar sobre a qualidade e o sabor.

A Patrícia de hoje pode ser considerada **uma mulher otimista com pé no chão**, destacando a importância de **persistir** nos seus objetivos e ter **flexibilidade** para enfrentar as crises.

Reinildes Agostini

Mimo de Sophie Atelier

Duque de Caxias/RJ
(21) 98326-7478
@ateliermimodesophie



Material
de encadernação

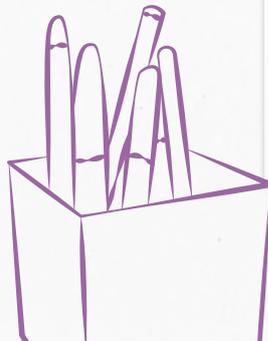
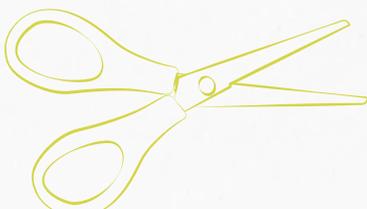


“Devemos pensar nossas ações de forma positiva. Em vez de acharmos que, contando nossas experiências, estaremos dividindo o lucro, devemos pensar que, ao partilhar o conhecimento, aumentamos o ganho, pois mais pessoas serão beneficiadas”.



“investi na solidificação do meu comércio online. Hoje, produzo material de encadernação com a marca Mimo de Sophie Atelier”


Raizes do Rio



Reinildes Agostini

Mimo de Sophie Atelier

Escrito por:
Adelina Araujo

A história de **Reinildes Agostini** com a **Rede de Mulheres Empreendedoras** tem duas vertentes: a sua atuação como embaixadora da Rede no município de Duque de Caxias e a sua atividade de empreendedora do ramo do artesanato.

Natural do Rio de Janeiro, Reinildes tem 46 anos, dois filhos, é enfermeira por formação, reside em Caxias e sua história com a Rede começou em 2014, quando conheceu o **Festival** que funcionava às sextas feiras na Praça Roberto Silveira, em Duque de Caxias. O Festival era então mais do que uma feira, era um espaço de arte, cultura, troca de saberes e comercialização de roupas, bijuterias, calçados e artigos confeccionados em crochê, tricô, biscuit, cerâmica, entre outros, produzidos por associados ao **Fórum Municipal de Economia Solidária** de Duque de Caxias.

Este Fórum, criado em 2004, congrega artesãos, agricultores familiares, pequenos fabricantes de calçados, prestadores de serviço e empreendedores dos ramos de confecção e gastronomia, e reunia mensalmente seus quase 200 membros, **90% mulheres**, na Catedral de Santo Antônio.

Após o primeiro contato com o Festival e com o Fórum e, por sua formação nos movimentos sociais da Igreja Católica, Reinildes se reconheceu nos princípios da Economia Solidária (Ecosol) e participou da **comissão executiva do Fórum** até 2018. Por meio de Cynthia e Crislândia, ela conheceu a **Rede Cooperativa de Mulheres Empreendedoras** da Região Metropolitana do Rio de Janeiro e a **ASPLANDE**, e participou ativamente da organização de encontros, na assessoria e formação profissional, na mobilização de interessados e na identificação de necessidades. Ela foi realmente uma embaixadora da Rede em Duque de Caxias.

Em 2019, Reinildes decidiu mudar de rumo. Como **artesã e empreendedora**, ela se voltou para os bordados, a costura criativa e a encadernação. E nos anos de 2020 e 2021, "investi na solidificação do meu comércio *on-line*. Hoje, produzo material de encadernação com a marca **Mimo de Sophie Atelier** e ainda revendo produtos prontos, utilizando como plataformas a *Shopee* e o Mercado Livre".

Ela ainda participa da Rede de Mulheres e da ASPLANDE, "que foi onde encontrei **apoio para crescer**", mas tem estado um pouco afastada das atividades devido ao grande aumento do número de pedidos em 2021, "precisei me dedicar para não deixar furo".

Por fim, Reinildes deixa o **recado** para as mulheres que desejem participar de movimentos ligados à economia solidária: "Devemos pensar nossas ações de forma positiva. Em vez de acharmos que, contando nossas experiências, estaremos dividindo o lucro, devemos pensar que, ao **partilhar o conhecimento**, aumentamos o ganho, pois mais pessoas serão beneficiadas".

Renata de Almeida Silva Paula

RENARTES

Queimados/RJ
(21) 98657-3988



Acessórios para
decoração
e roupa de bebê



“nunca desistam de seus sonhos, e não deixem ninguém dizer se o que você faz ou quer fazer é viável ou lucrativo, pois os desejos são seus.”



Já sabe que quer focar seu negócio em acessórios de tricô, crochê e bordados para decoração da casa, além de roupas de bebê.




Raizes do Rio

Renata de Almeida Silva Paula

RENARTES

Escrito por:
Leisa Ribeiro
& Gláucia Torres

A história da empreendedora **Renata de Almeida Silva Paula**, 46 anos, moradora de Queimados, foi registrada, em 06 de julho de 2017, no *blog* das **Mulheres em Rede Compartilhando Saberes** da **ASPLANDE**. Agora, ao atualizar sua linha do tempo, encontramos a Renata, aluna de Administração Pública da UFF.

Participa da ASPLANDE há mais de 15 anos, na área do **Projeto Raízes do Rio**, mas não chegou a fazer uma formação específica. Na ASPLANDE, Renata aprendeu como é gerir seu próprio negócio, recebendo **mentoria permanente** e já sabe que quer focar seu negócio em **acessórios de tricô, crochê e bordados para decoração da casa**, além de **roupas de bebê**.

Realiza suas vendas através do **boca-a-boca**, mas tem como projeto para o próximo semestre **aprender mais sobre as mídias digitais** para divulgar seus produtos. Precisou dar uma pausa nos seus negócios para se dedicar à sua graduação em Administração Pública pela UFF, a qual irá concluir neste primeiro semestre de 2022. E, durante estes quatro anos de curso, atendeu algumas encomendas.

A **pandemia** do Coronavírus não causou impacto no seu negócio, pois já estava com suas atividades suspensas. No entanto, tem participado das atividades *online* da Asplande, conciliando com as atividades da faculdade. Tem sido satisfatório, por conta da disponibilidade de tempo e da distância, mas sente muita falta dos encontros presenciais na ASPLANDE e da faculdade.

Renata é uma mulher que demonstra força e determinação, administrando seu negócio, juntamente com suas tarefas de mãe dedicada, cuidados com a avó e seu curso universitário.

Como **mensagem** para as mulheres empreendedoras, ela diz: "nunca desistam de seus sonhos, e não deixem ninguém dizer se o que você faz ou quer fazer é viável ou lucrativo, pois os desejos são seus. Não há nada melhor, do que fazer o que gosta."

Renata Lara

Casa Anitcha, Cine Rosa Choque & Casas Colaborativas

Grajaú/RJ

(21) 99966-8342

@casa.anitcha

@festivaldesapeguese

@cine.rosachoque



O Festival Desapegue-se [...], após mais de 100 edições, foi reconhecido pela lei nº 6396/2018 como de interesse cultural, ecológico e social para o município do RJ

“Com o cine itinerante, transportado pelo meu ‘fusquitcha’, visitamos comunidades, tribos indígenas e quilombolas, falando sobre equidade de gênero, cultura de paz e transição planetária, impactando muitas pessoas”.



Impacta Mulher:
Negócios de
Impacto Social



Renata Lara

Casa Anitcha, Cine Rosa Choque & Casas Colaborativas

Escrito por:
Beatriz Carvalho
& Adelina Araujo

Sustentabilidade é o conjunto de práticas que garante o atendimento às necessidades humanas sem prejudicar a natureza, que se apoia em 4 pilares: social, econômico, ecológico e cultural/espiritual. As crises econômica, social, ecológica e sanitária, somadas a uma visão egocentrada e antropocêntrica do mundo, dificultam a sustentação desses pilares. É necessário e urgente que a sociedade recupere a confiança e a cooperação mútua visando a regeneração planetária!

A trajetória de **Renata Lara** foi fundada nos **ensinamentos budistas** de que, na vida, nossa única certeza é a **impermanência**. Tudo muda, passamos por mudanças que são as marcas da nossa existência. Ela pensava: "Quais serão as marcas da minha vida?" Em 2008, num imóvel alugado no Grajaú, criou a **Casa Anitcha**, que, a partir de encontros com amigos, se tornou um **empreendimento dedicado à cultura e ao lazer** da comunidade, por meio de saraus, exibição de filmes e debates.

Em seguida, criaram o Festival Desapegue-se. Na 1ª edição, o objetivo era a troca de livros, CD's e DVD's, mas, em 2018, após mais de 100 edições, foi **reconhecido** pela lei nº6396/2018 **como de interesse cultural, ecológico e social** para o município do RJ se tornando um evento de disseminação de práticas de ecologia, alimentação saudável e economia solidária, um modelo "viral" replicável em qualquer comunidade.

O período de 2009 a 2018 foi de muito aprendizado, desde o contato com o **Instituto Ecobairro Brasil** até a formação de **Design em Sustentabilidade** no curso **Gaia Education** e o treinamento **Cidades em Transição**, Renata conheceu o *design* sustentável e se integrou a um **movimento de transformação** de núcleos urbanos em cidades sustentáveis. "Fui uma das 7 mulheres a iniciar o movimento Cidades em Transição no Brasil. Isso é muito gratificante!", conta a empreendedora.

Tendo a economia compartilhada como norte, criou a **moeda social NIT**, que permite **trocas de serviços e produtos** fora da tradicional lógica capitalista. E em 2019, participou do projeto **Impacta Mulher da ASPLANDE**, que foi importantíssimo para a continuidade do seu trabalho.

Em 2020, Renata teve que deixar o imóvel do Grajaú, e foi morar num assentamento em Ubatuba-SP, perto da natureza, onde deu continuidade aos cursos virtuais, que ministrava com Júlio Monteiro. E seu projeto **Cine Rosa Choque**, foi contemplado com recursos da lei **Aldir Blanc**, através da **Secretaria de Cultura e Economia Criativa** do Estado do RJ. "Com o cine itinerante, transportado pelo meu 'fusquitcha', visitamos comunidades, tribos indígenas e quilombolas, falando sobre equidade de gênero, cultura de paz e transição planetária, impactando muitas pessoas".

Atualmente, Renata apoia a implantação de **casas colaborativas e sustentáveis** através do projeto **Rede de Casas da Transição**. O protótipo é a Casa da Transição Picinguaba, em Ubatuba, e a Casa Amanita, em Sta Teresa – RJ. O novo projeto pretende conectar uma rede comprometida com a **autogestão, cultura de paz, permacultura e regeneração planetária**.

Roberta Farias da Silva de Azevedo

Magia do Aroma Saboaria Artesanal



Santa Cruz/RJ
(21) 96482-6474
@magiadoaroma

Saboaria
artesanal



“Infelizmente, ainda hoje, há aqueles que não levam a sério o artesanato, mas eu fiz dele o meu ganha-pão e deu certo. A todas as mulheres que queiram fazer o mesmo, eu sugiro que se dediquem ao trabalho e sigam em frente”



“Quando encontro alguma artesã que está com preços baixos ou altos demais, não deixo de falar da ASPLANDE e da Rede de Economia Solidária, pois desejo que todas tenham a oportunidade que eu tive lá atrás”



Roberta Farias da Silva de Azevedo

Magia do Aroma Saboaria Artesanal

Escrito por:
Ed Zahida
& Isadora Torres

Moradora de Santa Cruz, na Zona Oeste do Rio de Janeiro, a recifense **Roberta Azevedo** é casada e mãe de quatro filhos. Sua especialidade sempre foi **bordar peças em ponto cruz**: criava jogos de lençóis, almofadas, enxovais para bebês e muito mais, os quais vendia em feiras. Mas no dia em que descobriu a fabricação de **sabonetes artesanais**, a paixão foi imediata e decidiu mudar de ramo.

Com a ajuda da mãe, Dona Hozana Farias de Moura, e do marido, Roberta comprou as matérias-primas e botou a mão na massa. A atividade logo se tornou uma nova fonte de renda e a venda de sabonetes foi intensa por um período de quatro anos. Mas ela sabia que precisava ir além. Por meio de parcerias da **ASPLANDE** e do **Sebrae**, participou de dois cursos profissionalizantes: o de **Gestão e Viabilidade** na **FEUC** em Campo Grande e o de **Empreendedorismo** no **CEDIN**, no centro do Rio, onde pôde aprimorar sua técnica de produção e tornar seu negócio ainda mais lucrativo. "Aprendi a precificar meus produtos! Sei exatamente quando posso fazer promoções e dar desconto. Quando encontro alguma artesã que está com preços baixos ou altos demais, não deixo de falar da ASPLANDE e da **Rede de Economia Solidária**, pois desejo que todas tenham a oportunidade que eu tive lá atrás," conta ela, animada.

Na **família**, quase todos estão **envolvidos com o empreendedorismo**. O marido marceneiro ajuda Roberta fazendo as bancas das feiras em que participa; as duas filhas têm cada uma seu próprio negócio: uma criou a marca de bolsas e acessórios **Impacto Ela**, enquanto a outra seguiu os passos da mãe produzindo sabonetes artesanais, só que veganos — sua marca se chama **Alquimia Caslu**. Já os filhos trabalham em empresas, um na área de informática e o outro em vendas. "**Aprenderam comigo**," diz ela orgulhosa.

Mesmo com muito esforço e ajuda da família, o sucesso não dá espaço para moleza. Roberta **aconselha** aos iniciantes, ou até mesmo aqueles com mais experiência, a **se especializarem**. É fundamental aprender sobre a matéria-prima, o produto e sobre o público que deseja atingir, assim como valorizar o próprio trabalho. "Infelizmente ainda hoje há aqueles que não levam a sério o artesanato, mas eu fiz dele o meu ganha-pão e deu certo. A todas as mulheres que queiram fazer o mesmo, eu sugiro que se dediquem ao trabalho e sigam em frente," argumenta ela.

Foi com uma certa tranquilidade que Roberta viveu o difícil período de isolamento, durante a **pandemia**, produzindo em seu ateliê e vendendo seus sabonetes artesanais pelo *Instagram* e *WhatsApp*. Mas a vida já voltou ao normal: ela hoje já participa de **feiras e exposições** — como o **Circuito Ecosol**, no calçadão de Campo Grande — e tem dado aulas de saboaria artesanal.

Sara Graziela

Ateliê Sabor e Arte



Tijuca/RJ
(21) 96463-7089

@ateliédosaboreartenatijuca



alimentos caseiros
e artesanais



Como o pão caseiro feito por ela mesma já fazia parte da alimentação de sua família e ela costumava até assá-los para presentear amigos e parentes, a escolha não foi difícil



as dificuldades sempre existirão, mas fazem parte do processo de caminhada para o sucesso

Sabores do Rio



Sara Graziela

Ateliê Sabor e Arte

Escrito por:
Hemily Gonçalves
& Isadora Torres

Formada em ciências sociais pela UERJ, a mineira **Sara Graziela** veio para o Rio de Janeiro em 2009 para participar de um projeto em uma ONG no Morro do Borel, na Tijuca. Hoje, aos 36 anos, está envolvida no desenvolvimento de um projeto que nasceu a partir dos vários desafios que vivenciou ao longo dos anos: o **Ateliê Sabor e Arte**, um negócio de **alimentos caseiros e artesanais**, como pães, bolos e doces.

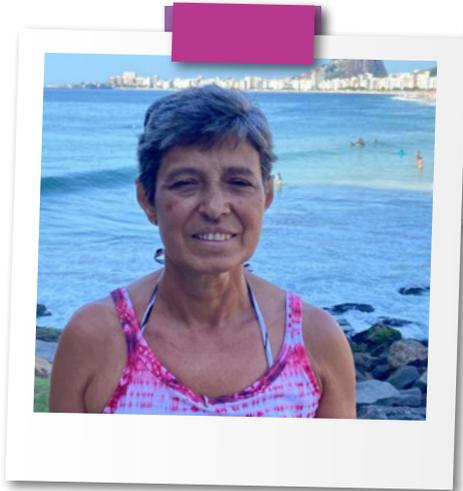
A ideia surgiu nos tempos de universidade com o objetivo de gerar uma **renda extra**. Não tendo com quem deixar as duas filhas para que pudesse fazer um estágio, teve que rapidamente pensar em uma outra forma de sustentar a família. Graças a uma dica da amiga, Sara conheceu a **ASPLANDE** e passou a participar dos encontros mensais da organização na **Fundação São Joaquim**, uma ONG localizada nas adjacências do Borel. A partir daí, começou a buscar informações sobre o empreendedorismo, *marketing*, assistindo tutoriais na *internet* para descobrir o que seria viável. Como o pão caseiro feito por ela mesma já fazia parte da alimentação de sua família e ela costumava até assá-los para presentear amigos e parentes, a escolha não foi difícil: decidiu que entraria no **ramo gastronômico**.

A criação de estreia do Ateliê Sabor e Arte foi um **panetone**, e seus primeiros clientes acabaram sendo as próprias colegas que conheceu nas reuniões da ASPLANDE. Hoje, Sara trabalha em casa, **sempre buscando aperfeiçoar seus produtos**, enquanto mantém viva a **busca pelo conhecimento**; ela faz cursos na área de gestão e *marketing*, além de assessorias e trocas de experiências com outras empreendedoras.

Sara continua trabalhando em casa e suas vendas são feitas, principalmente, pelas **redes sociais**, através de uma página para divulgar o seu negócio. Aos poucos, as pessoas estão tomando conhecimento de seu trabalho, mas ela continua com o **desejo de ter uma loja física**.

A ASPLANDE teve e tem um papel fundamental para o **desenvolvimento e crescimento** de seu empreendimento. Sara costuma compartilhar seu aprendizado com pessoas que podem agregar valor, e estar na Rede. Tudo isso a fez perceber que as dificuldades sempre existirão, mas fazem parte do **processo de caminhada para o sucesso**. Afinal de contas, ele está logo ali, atrás das dificuldades.

Curadoria



Adelina Araujo

A curadora, Maria Adelina Santos Araújo teve a missão de preparar, cuidar da concepção e montar este e-book a partir de histórias escritas por diversos colaboradores voluntários, contando com uma competente equipe de voluntárias que atualizaram e revisaram as histórias e que atuaram no projeto editorial.

Maria Adelina tem formação em Engenharia Química, trabalhou na Petrobras por 32 anos como pesquisadora do Centro de Pesquisas Leopoldo Américo Miguez de Mello e professora na Universidade Petrobras, e atua como voluntária da AS-PLANDE desde 2018, principalmente como relatora na seção Minha História do blog do Empreendedorismo Feminino.

Esta Curadoria foi feita com o intuito de tecer com o conjunto das Histórias de Empreendedoras uma grande teia de solidariedade que faça sentido para o público leitor que busca inspiração e motivação para enfrentar os seus próprios desafios

Edição e Redação

As histórias contidas neste volume foram atualizadas por Isadora Terra, Gláucia Torres e Adelina Araújo. Os autores dos textos originais foram mantidos, mesmo que as histórias tenham se alterado muito, como forma de reconhecimento pelo trabalho realizado. Algumas empreendedoras se desligaram da Rede desde a época em que foram entrevistadas e não foram localizadas, portanto suas histórias não constam deste volume.



Isadora Terra

Editora de imagens, formada em Cinema pela *Concordia University* (Canadá). Voluntária da Asplande desde 2021.

Gláucia Torres

Engenheira Química formada na Universidade Federal da Bahia em 1978. Trabalhou na Petrobras por 35 anos. Aposentada, atua como voluntária da ASPLANDE desde 2021.



Autoras deste volume:

- | | | |
|--------------------|--------------------|-------------------|
| ■ Adelina Araújo | ■ Gabriela Garcia | ■ Juliana Queiroz |
| ■ Alice Bastos | ■ Gabriela Mejia | ■ Leisa Ribeiro |
| ■ Beatriz Carvalho | ■ Isabela Lessak | ■ Moara Flausino |
| ■ Ed Zahida | ■ Hemily Gonçalves | ■ Patrícia Vougo |
| ■ Fernando Bastos | ■ Jéssica Fusco | ■ Taíssa Lopes |

Produção Editorial

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 Araujo, responsável pela diagramação, revisão dos textos e montagem de textos e ilustrações a partir do ferramental construído por Anna Paula.

Elas desenvolveram este projeto com tal nível de competência, criatividade, seriedade e dedicação, que as classificam como parte do time Mulheres que Inspiram.

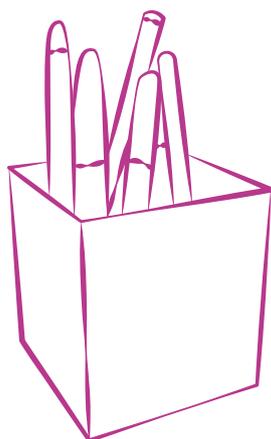


Luiza Araujo

Formada em Letras - Português Literaturas pela UFRJ e voluntária na ASPLANDE da seção Minha História do *blog* das Mulheres Empreendedoras desde 2021.

Anna Paula Rodrigues

Designer gráfica formada em Desenho Industrial, e designer voluntária na ASPLANDE desde 2018.



"Nós, mulheres, crescemos ouvindo falar de uma tal "rivalidade feminina" e somos encorajadas socialmente a acreditar que estamos em eterna competição umas com as outras. A coletânea de histórias Mulheres Que Inspiram desmistifica esta teoria e expõe uma realidade de cumplicidade onde, mulheres, com o apoio da Asplande, trabalham em prol de um mundo melhor não só para si mesmas, mas também, para todas. Testemunhar e poder compartilhar suas histórias cheias de lições e bons exemplos com outras pessoas, é uma honra."

- Luiza Araujo (Produtora Editorial voluntária na ASPLANDE)



"O Mulheres Que Inspiram não é apenas uma coletânea de histórias, é também um testemunho da diversidade de mulheres que fazem parte da Rede que a Asplande conseguiu construir com seus anos de atuação. Fazer parte da equipe que traz o Mulheres Que Inspiram à Vida, destacando a força e história dessas mulheres, é uma honra indescritível."

- Anna Paula Rodrigues
(designer voluntária na ASPLANDE)

