

PROJETO



Sabores do Rio

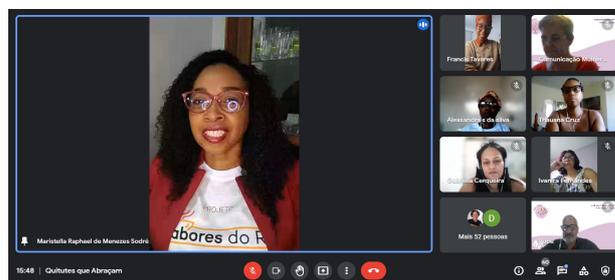
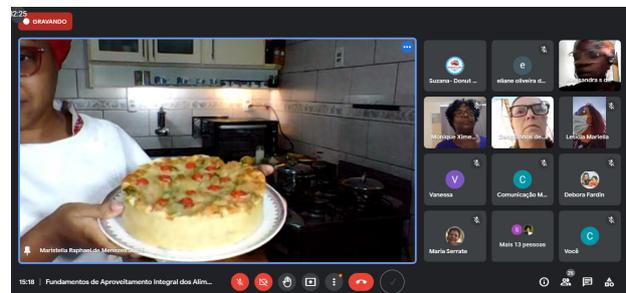
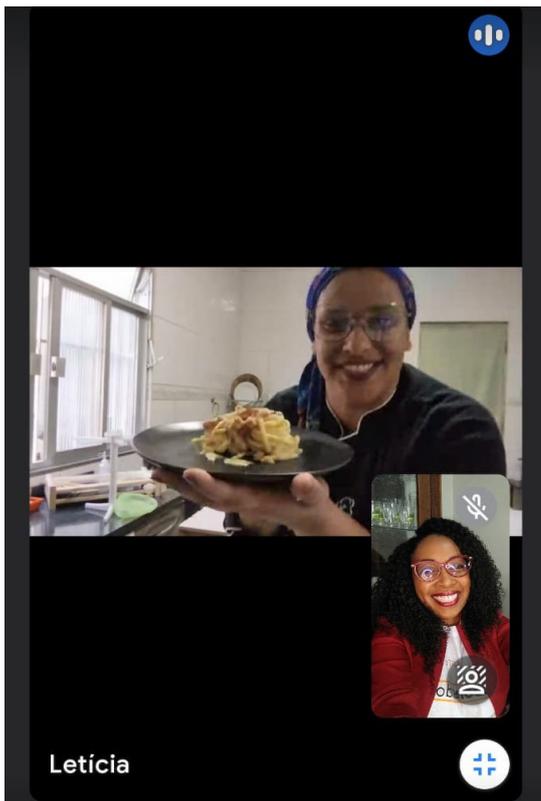
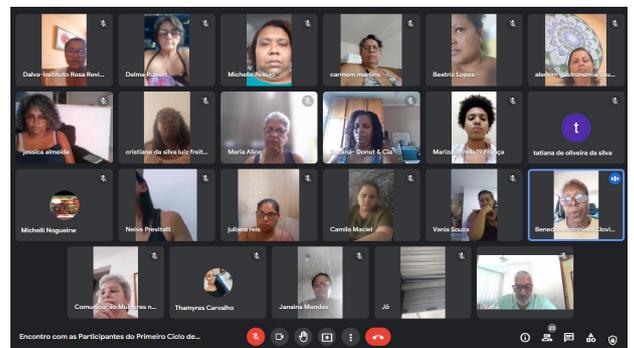
REALIZAÇÃO



PARCERIA



Relatório Projeto Sabores do Rio 2022



SUMÁRIO

I. Apresentação	3
II. Atividades	5
Projeto Sabores do Rio, Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia	5
Jornada Gastronômica, Quitutes que Abraçam	6
Sabor e Saúde	7
Prêmio Academia Assaí	8
Espaço Favela	9
Bolsa Le Cordon Bleu	10
E-book “Mulheres que Inspiram”	11
Anexo 1	13
Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia	
Anexo 2	17
Avaliação de Impacto	
Anexo 3	24
Colaboradores da Asplande no ano de 2022	
Parceiros	26

I. Apresentação

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

Listamos no anexo I todas(os) colaboradores, da coordenação geral até as(os) voluntários que atuam no Projeto Sabores do Rio 2021 e 2022.

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

Gláucia Torres



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

Leilane Fidelis

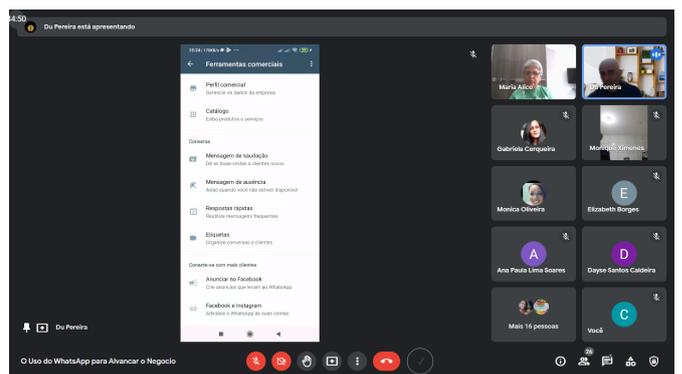
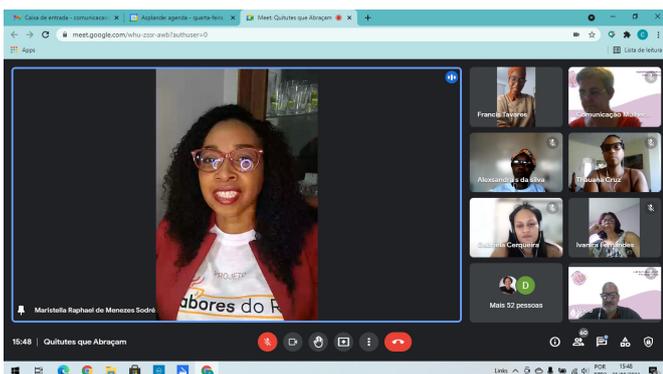
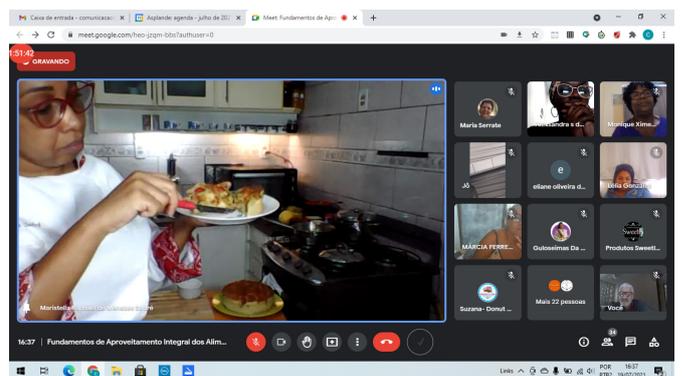
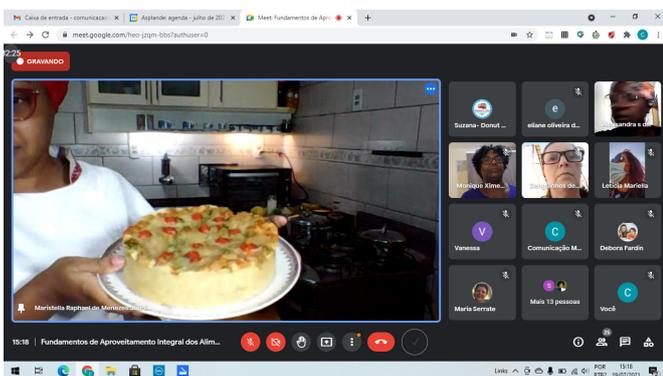
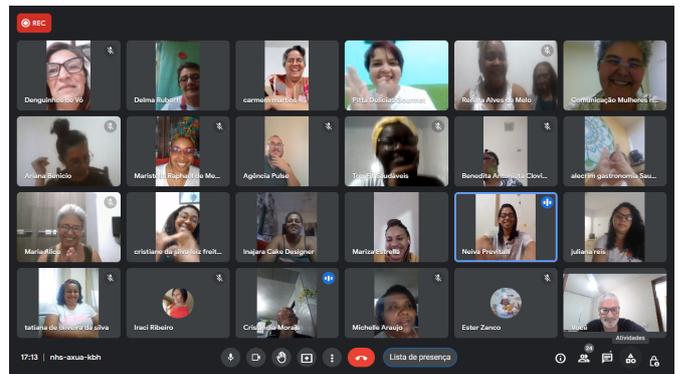
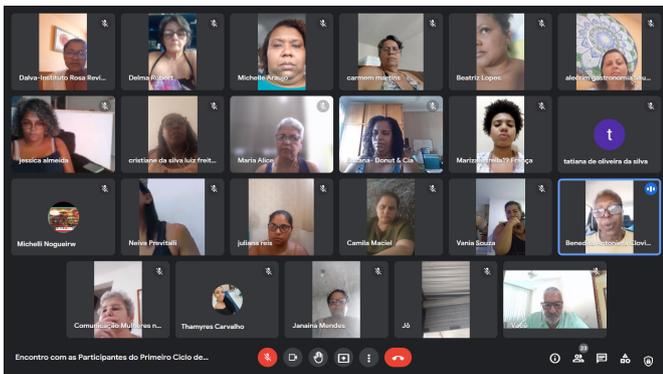
"O SEBRAE acredita na potência das mulheres empreendedoras para transformar realidades. Contar com parceiros como a Asplande nos ajuda a cumprir nossa missão de capacitar empreendedoras para que elas sejam bem-sucedidas nas suas trajetórias."

Renata Roque de Moraes,
Comunidade SEBRAE



Nossa gratidão ao Instituto Academia Assaí, que possibilitou a realização de 4 turmas de Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia.

<p>Encontro com</p> <p>Participantes do 1º Ciclo de Aceleração de Negócios na Área de Gastronomia 2022</p> <p>Sabores do Rio</p> <p>24/03 15h às 16h</p> <p>ISRA UNIFE ACADEMIA ASSAÍ BENS NEGÓCIOS ASSAÍ ATACADISTA</p>	<p>1º Ciclo de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia 2022</p> <p>Sabores do Rio</p> <p>Encerramento do Curso</p> <p>com Apresentação dos Negócios e Apresentação das Páginas do Site Sabores do Rio</p> <p>03/08 15h às 17h</p> <p>O Link será enviado para as inscritas no dia.</p>	<p>Sabores do Rio</p> <p>Encontro com as selecionadas</p> <p>para o 2º Ciclo de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia 2022</p> <p>30/08 15h às 17h</p> <p>O Link será enviado para as inscritas no dia.</p>
---	--	---



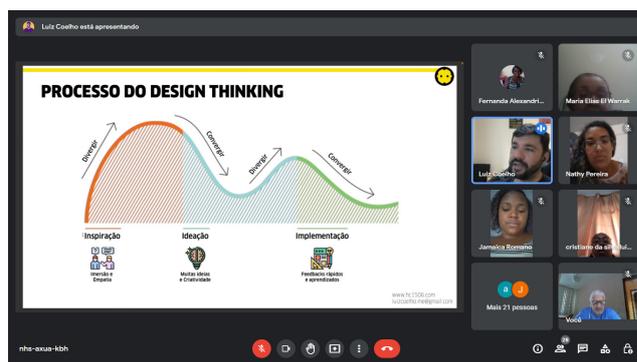
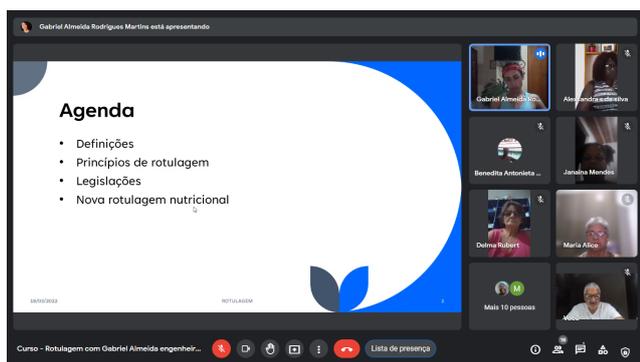
II. Atividades

Projeto Sabores do Rio, Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia

Com o objetivo de formar Empreendedoras da área da Gastronomia, o projeto "Sabores do Rio", realizado pela Asplande e patrocinado pelo Assaí Atacadista e pela Academia Assai, apoiou em 2021 e 2022 80 mulheres do ramo culinário, e 76 concluíram os ciclos.

Através de conteúdos como: o design thinking, uma abordagem que cria as condições necessárias para que num ambiente criativo, o time tenha insights (ideias) e consiga colocá-los em prática; a educação financeira; e estratégias de marketing e sustentabilidade.

As quatro turmas do **Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia 2021/2022** ofereceram ferramentas capazes de impulsionar o empreendedorismo e estimular o desenvolvimento de negócios criativos, que são pouco difundidas para empreendedoras. Ao analisar o perfil majoritário das participantes, a trajetória do curso é desenhada com aprendizados eficazes e que eliminem ou diminuam as dúvidas e dificuldades das empreendedoras.



Jornada Gastronômica, Quitutes que Abraçam

Em 2020 introduzimos nos **Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia** a **“Jornada Gastronômica, Quitutes que Abraçam”** Um programa de 1 hora em que 4 participantes da aceleração, montam uma equipe e constroem um cardápio completo – Entrada, Prato principal, sobremesa e bebida – com uma abordagem de aproveitamento integral. No dia do evento online, cada uma apresenta de sua cozinha um item do cardápio, sob o comando de uma quinta participante.

Sabores do Rio

Quitutes que Abraçam

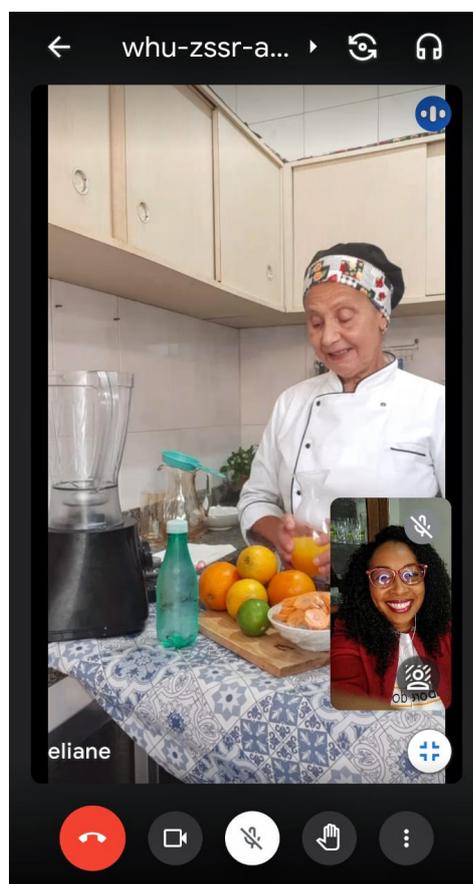
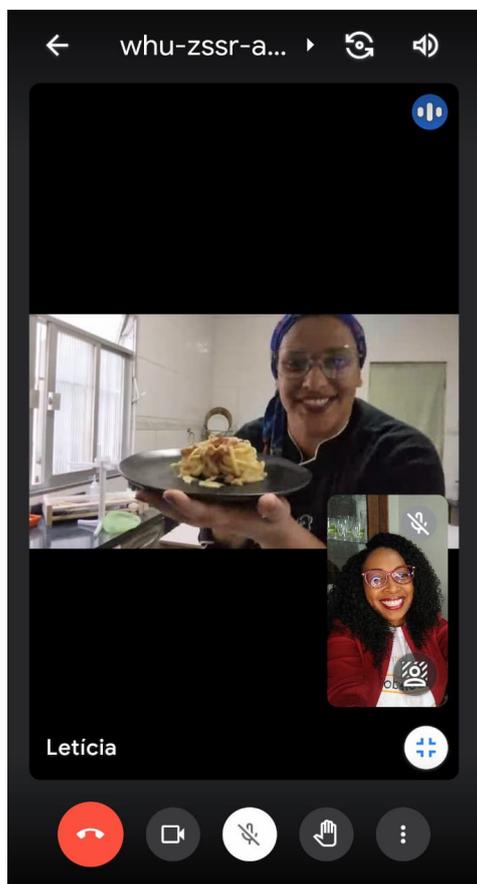
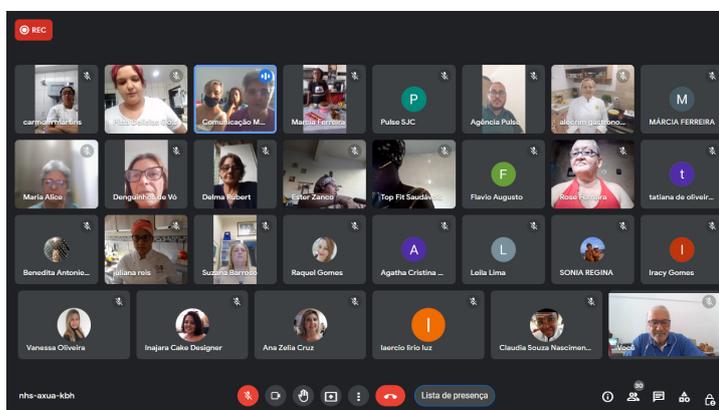
Jornada Gastronômica com empreendedoras do Sabores do Rio que cozinham com a alma e o coração e fazem quitutes reconfortantes, aproveitando de forma respeitosa e integral cada alimento.
Será uma Experiência Deliciosamente Incrível!!!

21/07
15h às 16h

Apresentação:

Quituteiras:

- Cláudia Pitta - Pitta's Delicias Gourmet
- Márcia Ferreira - DELÍCIAS DA MÁRCIA
- Juliana Reis - Ju Olivera
- Vanessa Lourenço - Alceim Gastronomia Saudável
- Carmem Martins - Martins Saudável



Sabor e Saúde

Em 2022, a partir dos **Ciclo de Aceleração para Empreendedoras de Gastronomia**, foi criado o Programa Mensal Online **Sabor e Saúde** comandado por duas Empreendedoras do projeto que recebe convidadas para conversar sobre Alimentação Saudável, uso integral dos alimentos, produtos orgânicos, alimentação viva, entre outros – a média de participação tem sido 40 pessoas por programa.

Em 2023 será lançado o **Programa Mensal Online Petiscos de Boteco** que será comandado por uma empreendedora do projeto;

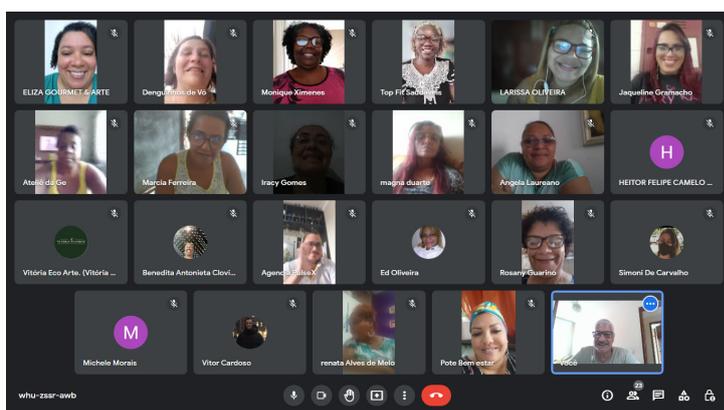
Sabor e Saúde

23/06
11h às 12h

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

Christiane Carminati
Jornalista e educadora em Alimentação Viva

ASAP RINDE



Sabor e Saúde

16/11
14h às 15h

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

Monique Ximenes
ComaFit

Elizafran Oliveira
Eliza Gourmet & Arte

Edira Ferreira
Cozinha da ed

ASAP RINDE

Sabor e Saúde

19/10
14h às 15h

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

Leticia Mariela
Fideus Gastrô Massas

Cintia Nascimento
Tok e Paladar

Claudia Pereira
Pote Bem Estar

ASAP RINDE



Prêmio Academia Assaí

Selecionadas		Selecionadas	
	Rosany Duarte Sweetly Produtos Artesanais @sweetlyprodutosartesanais		Márcia Ferreira da Silva Delícias da Márcia @deliciasdamarcia_cakes
	Suzana de Carvalho Donut & Cia @donut_ecia		Mariza Franca de Almeida Doce's Estrela @docees.estrela
	Monique Kinenes Fit.COMA @fit.coma		Rosi Custodia Atelier Sabor Gastrô @atelier.saborgastrô
	Edira de Oliveira Art Taste Gastronomia @cozinha.da.ed		
			

Parabéns Grazielle!

Uma das 15 finalistas do Prêmio Academia Assaí 2022

Sabores do Rio



Grazielle Ferreira
Veganos & Especiais
@veganos.especiais

Finalistas		Selecionadas	
	Grazielle Ferreira Veganos & Especiais @veganos.especiais		Luana Vieira D'licias da Lu @dliciasda.lu
	Claudia Valéria de Souza Doçeria Claudia Souza @doçeriacleudiasouza		Alexandra Souza Top Fit Saudáveis @top_fit_saudaveis
			Maria Elizabeth Araujo Denginhos de Vó @denginhosdevoticiol
			Machelle Anchieta Gonzaga Poderosa Na Chapa @poderosa.nachapa
			

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

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

Gabriela Jordano, Professora e Mentora





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

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

Espaço favela

Espaço Favela Rock in Rio

Alê Souza Silva



Cynthia Balbino



Espaço Favela Rock in Rio

Cintia Nascimento



Cláudia Pereira



Espaço Favela Rock in Rio

Ed Oliveira



Elizafran Nascimento



Espaço Favela Rock in Rio

Leticia Mariela



Michelle Gonzaga



Espaço Favela Rock in Rio

Monique Kimendes

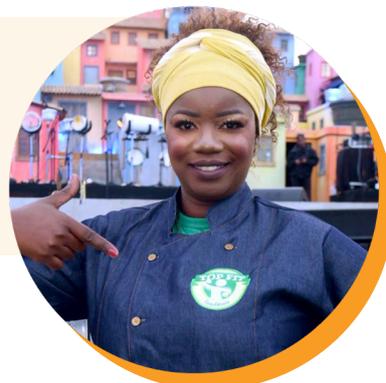


Vanessa Santana



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

Alê Souza da Top Fit Saudáveis



Bolsa Le Cordon Bleu

Conheça as empreendedoras que são **finalistas** no processo seletivo para uma **bolsa de 100%** em curso na Le Cordon Bleu:



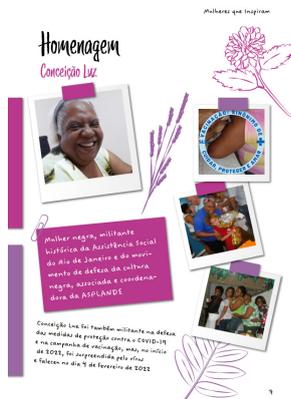
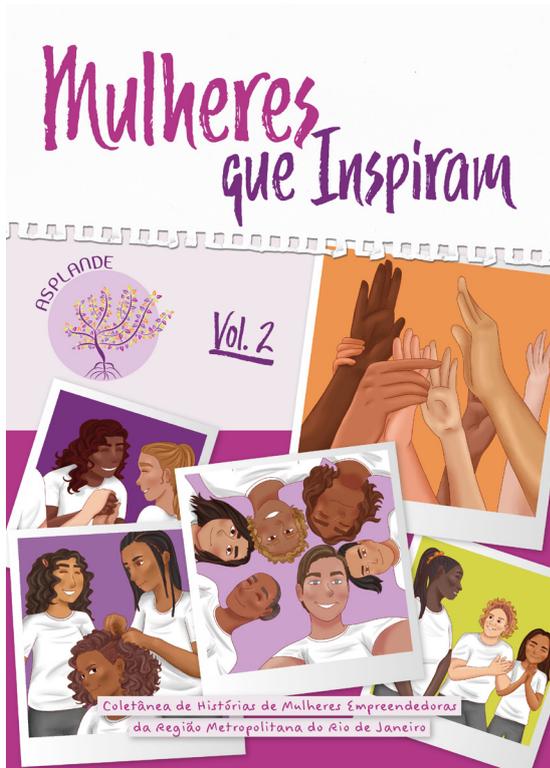
Krause da Silva
Kumbucas



Graziella Ferreira
Veganos & Especiais



Claudia Nascimento
Doceria Claudia Souza



Sumário
Mulheres que Inspiram

Apresentação	4
Homenagem	7
Índice	7
Apresentação	10
ASPLANDE	10
Sabores do Rio	10
Roteiro do Rio	10
Impacto Mulher	10
Prêmio Dandara	10
Prêmio Tia Angélica	10
Empreendedoras	10
Tia Angélica	10
Adriana Viana	10
Ana Nascimento	10
Ana Claudia Neves	10
Ana Lucia Santos	10
Ana Regina	10
Claudia da Mata	10
Claudiane dos Santos	10
Claudiane da Silva	10
Cristiane Moraes	10
Cynthia Matos	10
Elaine Feres	10
Ela Ribeiro	10
Georgette Assis	10
Genyza Braga	10
Iso Ribeiro	10
Isabel Freitas	10
Isa Faria	10
Janeira Ribeiro	10
Josina Davi	10
Justina Alcântara	10
Josiane Teixeira	10
Juza Bispo	10
Laelândia Fonseca	10
Letícia de Souza	10
Liliane Duarte	10
Luciene Dourado	10
Ludmila Oliveira	10
Márcia Evangelista	10
Maria Belfia	10
Maria das Graças	10
Maria Inês	10
Maria Inês Cardozo	10
Maria José	10
Maria Inês Cardozo	10
Maria Serrate	10
Marta Tassi	10
Nezta Nascimento	10
Norma Corvelho	10
Poliana Cardoso	10
Poliana Silva	10
Renata Aguiar	10
Renata Almeida	10
Renata Lima	10
Roberta Azevedo	10
Sara Oliveira	10
Camêria	10
Edição e Revisão	10
Projeto Editorial	10



Você pode baixar os e-books pelo link:

<http://www.asplande.org.br/publicacoes-2022/>

Anexo 1

Ciclo de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia

O Curso é dividido em 13 Módulos com 35 horas de aula teóricas e práticas, seguidas de mentoria via WhatsApp, mentorias individuais, para as empreendedoras que têm alguma dificuldade específica, e mentorias coletivas, para as empreendedoras que têm dificuldades em um tema comum do processo de formação.

As empreendedoras que participam do projeto são convidadas a integrarem a Rede Sabores do Rio que hoje reúne 170 empreendedoras da área de gastronomia. No espaço Rede, elas podem participar dos cursos, oficinas, rodas de conversas e oportunidades oferecidas pela ASPLANDE e seus parceiros. Além disso, este espaço proporciona parcerias e negócios entre as empreendedoras.

Metodologia

Referenciada no princípio da aprendizagem significativa, a metodologia adotada pela ASPLANDE abrange aspectos intelectuais e subjetivos – visceral, envolvendo o organismo como um todo, mas que, principalmente, é um processo que ocorre entre pessoas. Este tipo de aprendizagem torna o indivíduo mais aberto a novas experiências, capacitando-o para enfrentar melhor as dificuldades inerentes ao seu processo de desenvolvimento. O uso dessa abordagem resulta numa maior aproximação entre teoria e prática.

Assim, o processo de Aceleração é organizado com o intuito de reavivar e estimular todos os conhecimentos prévios e experiências das participantes e de relacionar os interesses e as necessidades das protagonistas com os conhecimentos novos que elas precisam para aprimorar sua atuação como empreendedoras e gestoras do seu negócio.

Programação do Curso

Mês 01

Processo de Seleção, Apresentação e Integração das Participantes

- Lançamento do Edital com Ficha de Inscrição
- Resultado do processo de Seleção
- Encontro com as selecionadas /2h
- Criação do Grupo do WhatsApp

Mês 02

Módulo 1 - Design Thinking em Empreendimentos de Gastronomia
(2 horas aula e mentoria via WhatsApp até o início do módulo seguinte)

Módulo 2 - Canvas de Negócio (4 horas de aula e mentoria via WhatsApp até o início do módulo seguinte)

- Construção do Canvas em Empreendimentos de Gastronomia Parte 01
- Construção do Canvas em Empreendimentos de Gastronomia Parte 02

Módulo 3 - Microcrédito, um Impulsionador de Nano Negócios (2 horas de aula)

Mês 03

Módulo 4 - Como Fazer o Pitch do Negócio (6 horas de aula e mentoria via WhatsApp até o início do módulo seguinte)

Módulo 5 - Precificação (2 horas de aula e mentoria via WhatsApp até o início do módulo seguinte)

Módulo 6 - Fluxo de Caixa (2 horas de aula e mentoria via WhatsApp até o início do módulo seguinte)

Módulo 7 - Estratégias de Marketing do Negócio (2 horas de aula e mentoria via WhatsApp até o início do módulo seguinte)

Mentoria Coletiva para legalização como MEI

Mês 04

Módulo 8 - Instagram para Alavancar o Negócio (2horas de aula e mentoria via WhatsApp até o início do módulo seguinte)

Módulo 9 - WhatsApp Business (2horas de aula e mentoria via WhatsApp até o início do módulo seguinte)

Módulo 10 - Fundamentos de Aproveitamento Integral dos Alimentos (4 horas de aula e mentoria via WhatsApp até o início do módulo seguinte)

Parte 1 Fundamentos de Aproveitamento Integral dos Alimentos parte 1

Parte 2 Fundamentos de Aproveitamento Integral dos Alimentos parte 2

Neste Módulo, as participantes são desafiadas a criarem uma receita doce ou salgada a partir de um produto típico da culinária brasileira aproveitando-o integralmente ou usando sobras de uma preparação anterior.

Durante todo o processo de formação, as alunas são estimuladas:

- a usarem produtos orgânicos e como forma de obterem preço mais baixo, fazerem conexão com agricultores familiares.
- a adotarem o uso de embalagens biodegradáveis menos agressivas ao meio ambiente;
- a fazerem compostagem dos resíduos dos preparos e cultivarem pequenas hortas.

Mês 05

Módulo 11 - Como fazer Posts nas Redes Sociais (2 horas de aula e mentoria via WhatsApp ou mentoria individual no caso das empreendedoras que têm demandas específicas)

Módulo 12 - Jornada Gastronômica "Quitutes que Abraçam" (1 hora de Apresentação).

Trata-se de um programa online em que 5 empreendedoras se candidatam voluntariamente a apresentar um menu completo – entrada, prato principal, sobremesa e bebida – a partir dos conceitos abordados no Módulo 10 -Fundamentos de Aproveitamento Integral dos Alimentos.

Nesse dia, a apresentação do Show Gastronômico é comandada por uma das 5 participantes, que convida as 4 quituteiras a apresentarem de suas cozinhas o item do menu escolhido)

Módulo 13 - Encerramento do Curso (2 horas).

O Encerramento, também é comandado por uma empreendedora. Nesse dia da culminância do Ciclo de Aceleração, cada empreendedora faz a apresentação do seu negócio utilizando a metodologia Pitch, em 3 minutos.

Anexo 2

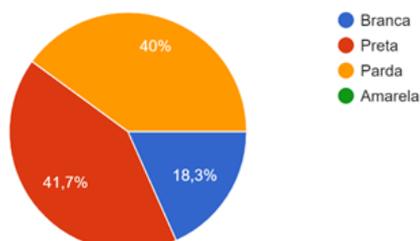
Avaliação de Impacto

Avaliação dos resultados da Pesquisa de Impacto nos negócios de empreendedoras que participaram das turmas de Aceleração para Empreendimentos de Gastronomia realizadas. A pesquisa foi realizada com 60 empreendedoras, a maioria delas reconhece o crescimento obtido, tanto pessoal, como para o seu negócio, ao participar das turmas de aceleração.

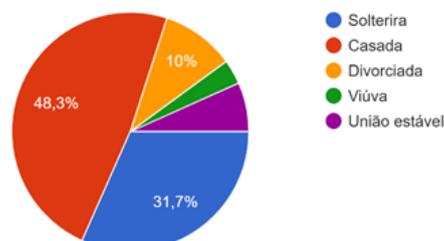
Foram três os tópicos abordados:

Apresentação da Empreendedora

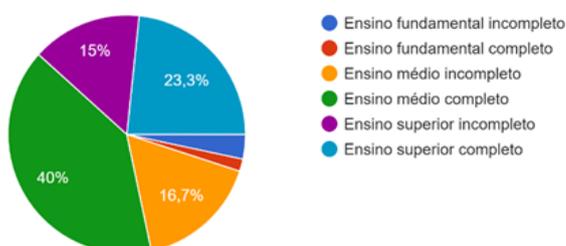
Como você se identifica?
60 respostas



Qual o seu estado civil?
60 respostas



Qual o seu nível de escolaridade?
60 respostas

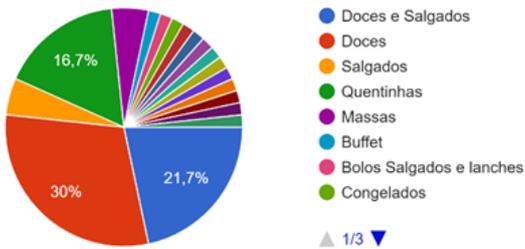


Na **Apresentação da Empreendedoras**, 41,7 % se autodeclararam pretas, 40% pardas e 18,3% brancas; 48,3 % são casadas e 31,7% solteiras; 40% possuem o ensino médio (EM) completo, 16,7% EM incompleto, 23,3% completaram o ensino superior (ES) e 15% ES incompleto.

Apresentação do negócio

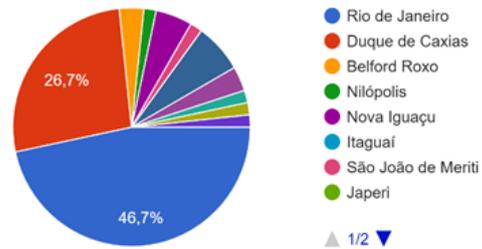
Qual o carro chefe do seu negócio?

60 respostas



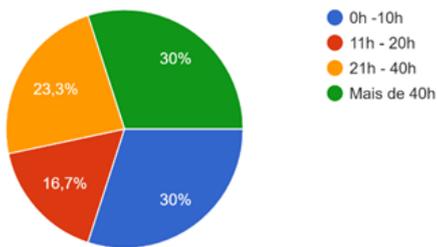
Qual o seu município?

60 respostas



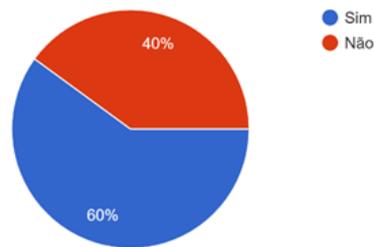
Quantas horas semanais você dedica ao seu negócio?

60 respostas



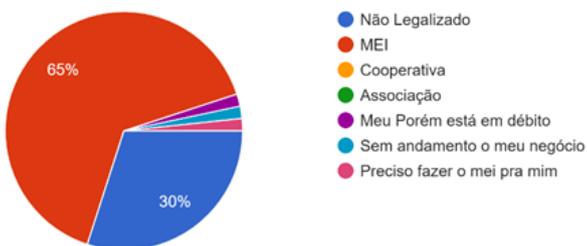
Seu negócio é sua principal fonte de renda?

60 respostas



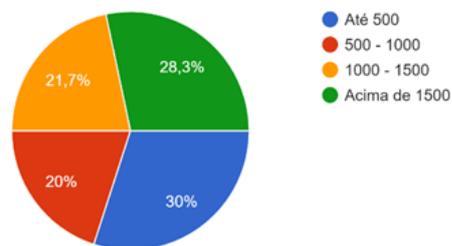
Seu negócio é legalizado?

60 respostas



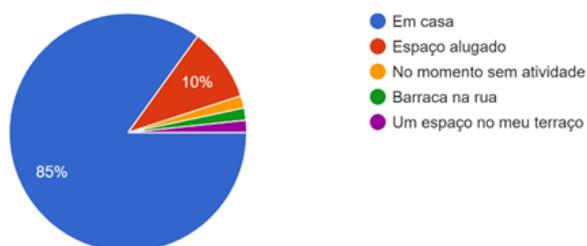
Qual é o faturamento mensal do seu negócio, em reais?

60 respostas



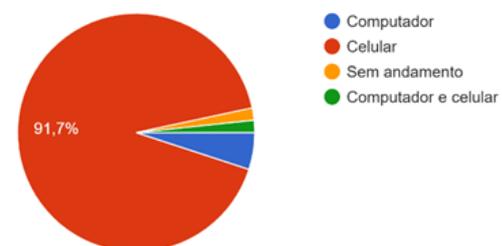
Qual o seu local de funcionamento

60 respostas



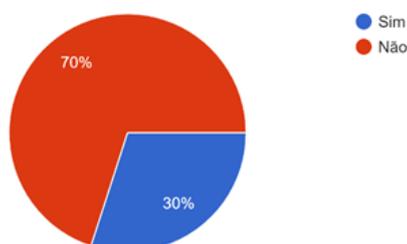
Quais equipamentos são usados para impulsionar as mídias sociais do seu negócio?

60 respostas



Você tem sistema de delivery?

60 respostas



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

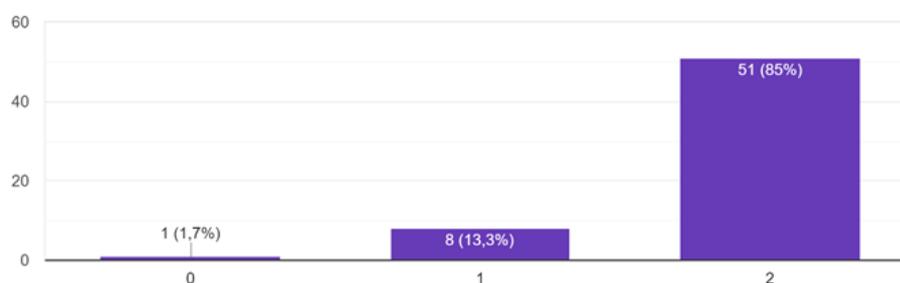
A maioria, 60%, tem sua principal fonte de renda no empreendimento; apenas uma menor parte dos empreendimentos, 30%, são informais, enquanto 65% são cadastrados no MEI; 85% dos empreendimentos funcionam em suas próprias casas, enquanto apenas 10% em locais alugados; 91,7% usam o celular como principal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

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

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

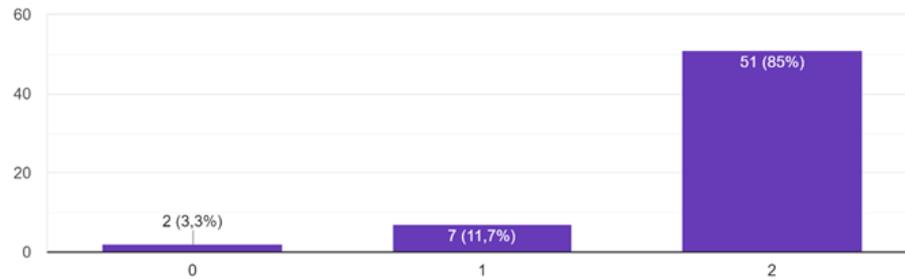
Passei a gerenciar melhor o negócio

60 respostas



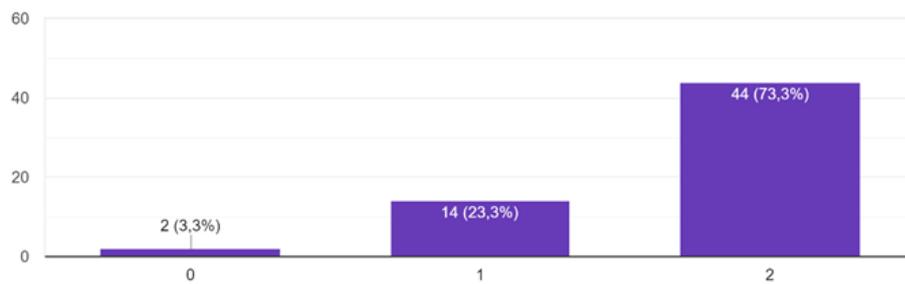
Passei a gerenciar melhor os preços dos produtos e serviços

60 respostas



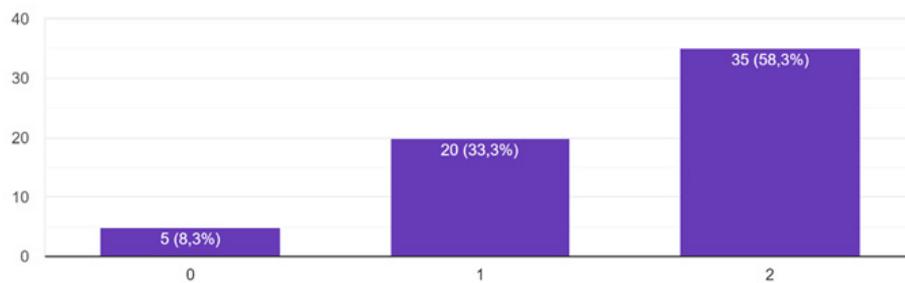
Apreendi a selecionar melhor os fornecedores

60 respostas



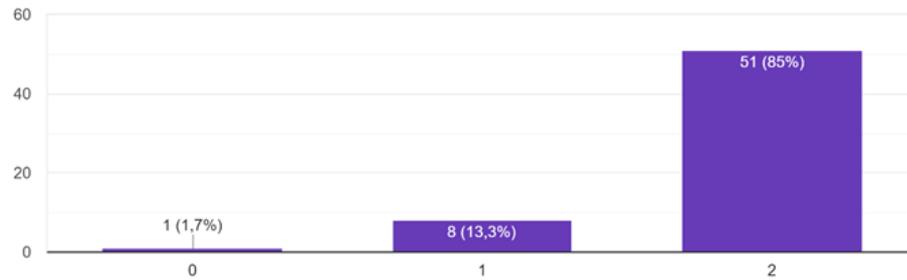
Passei a fazer mais parcerias

60 respostas



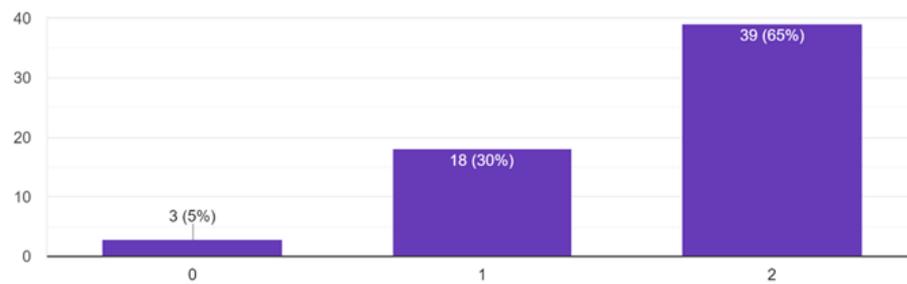
Passei a acreditar mais no meu potencial empreendedor

60 respostas



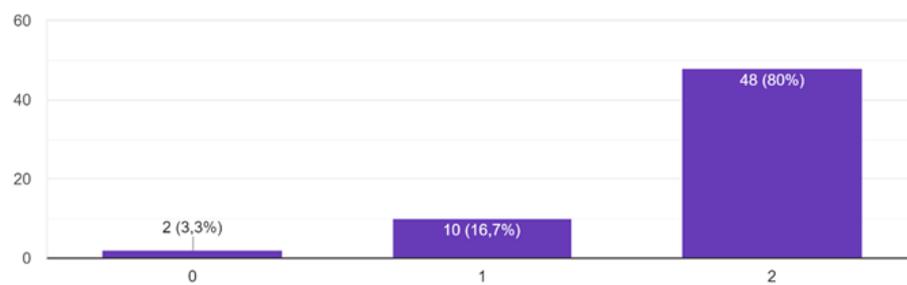
Passei a adotar uma cozinha mais saudável e respeitosa ao meio ambiente

60 respostas



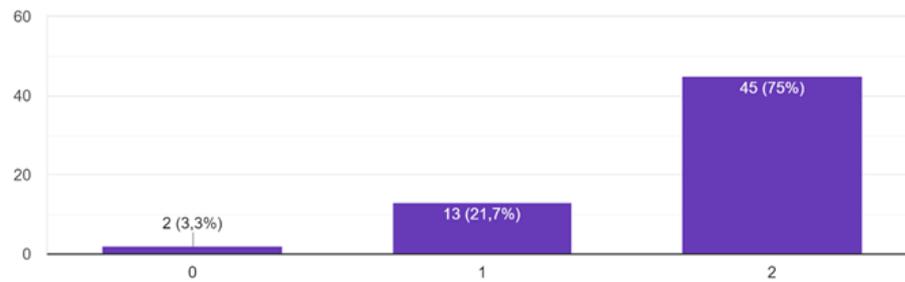
Passei a comunicar melhor sobre meu negócio

60 respostas



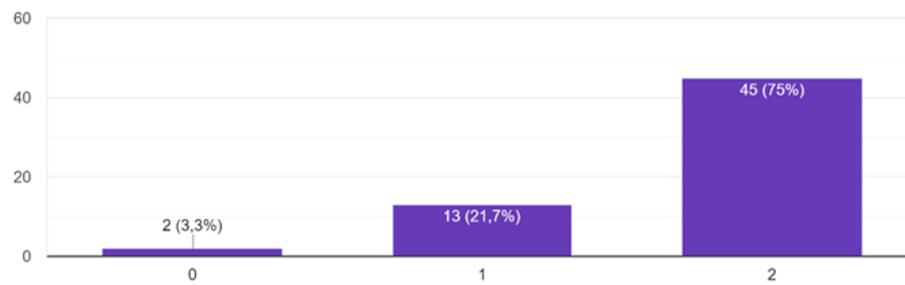
Aumentei a visibilidade do negócio

60 respostas



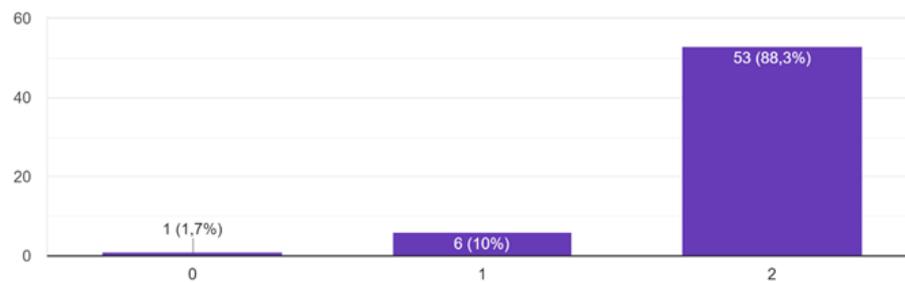
Aumentei a visibilidade do negócio

60 respostas



Adquiri mais senso de cidadania e dos meus direitos

60 respostas



Os Impactos do Curso de Aceleração, das atividades de formação e oportunidades oferecidas pela Rede Sabores do Rio, foram classificadas em relação ao impacto como: Alto (A), médio (M) e baixo (B).

Gerenciamento do negócio: 85% A e 13,3% M;

Melhor gerenciamento dos produtos e serviços: 85% A e 11,7% M;

Seleção dos fornecedores: 73,3% A e 23,3% M;

Realizar mais parcerias: 58,3% A, 33,3% M e 8,3% B;

Acreditar no próprio potencial: 85% A e 13,3% M;

Adotar uma cozinha mais saudável e sustentável: 65% A, 30% M e 5% B;

Melhorou a divulgação do negócio: 80% A e 16,7% M;

Aumentou a visibilidade do negócio: 75% A, 21,7% M e 5,3% B;

Adquiriu mais senso de cidadania e dos direitos: 88,3% A e 10% M

Anexo 3

Colaboradores da Asplande no ano de 2022

Coordenadora Geral

Mara Ferreira

Coordenadoras

Margarete Teixeira
Tereza Coni

Secretária Executiva

Dayse Maria Valença Ferreira

Administrativo

Elizabeth Lima de Almeida

Assessoria

Paulo Sérgio Borges

Contabilidade

Jarbas Luiz de Carvalho

Design

Anna Paula Rodrigues
Layla Lima

Comunicação e Mídias Sociais

Anna Paula Rodrigues
Aruane Garzedin
Beatriz Carvalho
Débora Vítório
Glaucia Torres
Isadora Terra

Kate Marques Antoniazzi
Leilane Fidelis
Luiza Araujo
Maria Adelina Santos Araujo
Moara Flausino
Wolgrand Ribeiro

Colaboradores

Ana Lúcia Barbosa
Anna Paula Rodrigues
Ângela Maria Soares
Clara Aragão
Cris Santana
Cynthia Matos
Eizen Wanderley
Elisete Napoleão
Gabriela Jordano
Gabriel Almeida
Geiza Rocha
Iluska Catta

Layla Lima
Leilane Fidelis
Luciana Duarte
Luciana Cruz
Maribel Soarez
Margarete Teixeira
Maria Adelina Santos Araújo
Maria Regina Fontes
Mirella Domenich
Silvia Andrade
Tatiana Brandão
Tatiane Rodrigues
Wolgrand Ribeiro

Professores e Palestrantes

Adriana Ferreira	Flavia Oliveira	Maria Clara Nunes
Alexsandra Souza	Gabriela Anastácia	Maria Cintra
Ana Beatriz de Abreu	Gabriel Almeida	Maria Elizabeth Araújo
Ana Lúcia Barbosa	Gabriela Viana	Maria Fernanda Bastos
Andressa Doberstein	Gabrielle Jordano	Maria Regina Fontes
Ângela Soares	Geiza Rocha	Maribel Suarez
Anna Paula Rodrigues	Gil Piaulino	Maristella Sodrê
Benedita Moraes	Gisele Paixão Barthar	Mechele Gonzaga
Bruno Matos	Giulia Pederneiras	Michelli Nogueira
Carlos Coan	Gizeli Hermano	Monique Ximenes
Carmem Martins	Grazielle Ferreira	Natalia Magalhães
Carolina Wist	Gustavo Reis	Neiva Previtalli
Carol Maciel	Ivi Felix	Paula Petrucio
Cássia Santos	Janaína Mendes	Paula Rascao
Cecilia Gomes	Janaína Ribeiro	Paulo Borges
Christiane Carminat	Jaqueline de Souza	Paulo Cesar L. Pereira
Cintia Nascimento	Juliana Reis	Pretta Gonçalves
Claudia Coutinho	Jurema Batista	Renata Alves
Claudia Pereira	Kelen Turmina	Renata Souza
Cláudia Pitta	Lara Chateaubriand	Richard Flor Esteves
Cleonice Puggian	Layla Lima	Rita Afonso
Cleuza Souza	Leila Nascimento	Roberto Leonardo
Crislândia Moraes	Lemuel Simis	Roselita Albuquerque
Cristiane Freitas	Letícia Mariela	Sandra Monica Schwarzstein
Cristiane Silva	Letícia Tavares	Serrate Tostes
Cristina Santana	Luanna Sales	Silvania Godoi
Cyntia Matos	Luciana Duarte	Solimar
Danielle Oliveira	Luciano França	Tatiana Lorena
Daniel Zandoná	Luiz Coelho	Terezinha Adairis Soares
Davi Moura	Luna Pesce	Vanessa de Souza
Durval Pereira	Magna Rodrigues	Vanessa Lourenço
Ed Oliveira	Márcia Ferreira	Vanessa Santana
Elena Martinis	Marcos Bandeira	Viviane Pereira
Ellen Moraes	Maria Adelina Santos Araújo	Yasmin Bitencourt
Elias Vieira de Paula	Maria Angélica	Zélia Dourado
Elizabeth Pimentel		

Consultores do Sebrae que fizeram as capacitações em 2022

Ana Lucia Coelho Valle	Conceição Macedo	Marcia Sampaio
Ana Julião	Georgia Bittencourt	Márcio Cerbela
Ana Rita	Giulienne Nogueira	Nathalia Ouro
Beth Ullmann	Katia Silva	Sérgio Justo
Claudia Herling	Luana Fiuza	Victor Gonçalves

Parceiros



ASPLANDE Faz Parte



ASPLANDE Participa do ManaMano em Parceria com:



MANAMANO
Fundo de Transformação Social





www.asplande.org.br
www.mulheresnarede.org.br
Instagram: @asplandeong
Facebook: facebook.com/asplande
E-mail: asplande@asplande.org.br
Tel.: (21) 2210-1922
End.: Rua Álvaro Alvim 48, sala 806 - Cinelândia
CEP 20031-010 Rio de Janeiro/RJ