

REVISTA



# CONECTA

MARÇO/2022  
Edição Especial  
ANIVERSÁRIO

## MARIAM CHAMI



**8 DE MARÇO**

A importância do Dia  
Internacional da Mulher

**FRIDA KAHLO**

História do Ícone  
atemporal é tema de  
exposição em Lisboa  
Mostra "IMPERFEITA"

# ÍNDICE

04

DIA INTERNACIONAL DA MULHER

DESTAQUE SUA MARCA

MARÍLIA AMARO

07

08

GRUPO REDE CONEXÃO 4 ANOS

É O TANTO FAZ QUE TE ADOECE

NORMA ACQUAVIVA

12

14

FRIDA KAHLO

AUTOIMAGEM, COMPORTAMENTO  
E AUTOESTIMA

RENATA ARON

18

20

PRÊMIO CONEXÃO -  
EMPREENDEDORAS MUNDIAIS

MATERNIDADE PRETA PELO  
OLHAR DE UMA MÃE PRETA

TAINÁ BRIGGS

25

26

CAPA: MARIAM CHAMI

MULHERES PELO MUNDO COM  
CATARINA

CATARINA COELHO

30

32

ADRIANA OLIVEIRA

MATERNIDADE NA VEIA

SAMARA FELIPPO

35

36

MICHELLE PANDORA

VOCÊ CUIDA DO SEU EMOCIONAL?

KEYLA PICCOLI

39

41

VERA ARAUJO E SORAIA  
MENDONÇA

CRESCIMENTO DO MARKETING  
DIGITAL

DEBORAH RIBEIRO

45

46

SOMOS F\*DAS

MAIZA SILVA



# EDITORIAL

Gosto de pensar no mês de março como um mês de comemorações. É claro que reivindicar e lutar por direitos é cabível e para lá de necessário. No entanto, lembrar nossas conquistas e destacá-las é fundamental e quase um ritual para seguirmos ainda mais fortes em busca da nossa liberdade.

Nessa edição especial, em comemoração ao "Dia Internacional da Mulher" e aniversário do Grupo Rede Conexão Mulher, mais que celebrar, nós homenageamos inúmeras mulheres que já passaram pela Conecta e que fazem história todos os dias, seja por meios de seus empreendimentos digitais, físicos ou na mesmo na academia, inspirando gerações.

Mariam Chami, a nossa brasileira muçulmana, sim ela nossa! Nascida em terras brasileiras, a influencer, sem sombra de dúvidas, cumpre seu papel de influenciar pessoas em busca de equidade, quebra de paradigmas e preconceitos. Em entrevista digna de capa, ela nos conta como é realizar esse trabalho, quase missionário, sem ultrapassar os limites do respeito e da autoafirmação.

Em "Somos F\*das" apresentamos os bastidores desse projeto mundial que já entrou para o registro histórico do empreendedorismo feminino no mundo e que está apenas começando.

Boa Leitura!

Maiza Silva  
Editora Chefe  
[maiza@redeconexaomulher.com](mailto:maiza@redeconexaomulher.com)



# 8 DE MARÇO

DIA INTERNACIONAL DA MULHER



# Por que o Dia da Mulher precisa (mais que nunca) ser celebrado?

O Dia Internacional da Mulher se tornou oficial através de um decreto da ONU (Organização das Nações Unidas) realizado em 1975, contudo, esta data é comemorada desde o começo do século 20.

Hoje a data se tornou importante para manifestar a necessidade de que haja igualdade entre os gêneros e este fator faz com suas origens sejam resgatadas.

É sempre importante lembrar que o dia da mulher surgiu a partir da luta por melhores condições de trabalho solicitadas por operárias americanas e europeias.

Foi a partir destas reivindicações (feitas no começo do século passado) que muitas destas trabalhadoras se envolveram em uma campanha (da qual fazia parte o movimento socialista) para exigir condições de trabalho mais adequadas.

Naquele tempo, as mulheres trabalhavam em condições inferiores aos homens, embora realizassem as mesmas tarefas.

Traçando uma linha do tempo entre os primeiros "dias das mulheres" que surgiram pelo mundo, podemos 'dizer' que a data começou a ser celebrada, provavelmente, a partir de uma grande passeata que ocorreu em Nova York no dia 26 de fevereiro de 1909.

A partir daí, novos movimentos começaram a se espalhar pela Europa e, ao longo do século XX, a data passou a ser celebrada conforme as especificidades de cada época e país.



Na década de 1960, os movimentos pelos direitos civis que ganharam as ruas, também reforçaram a necessidade de se lutar para que os direitos das mulheres fossem, de fato, instituídos.

Naquela época, mulheres emblemáticas queimaram sutiãs e este gesto se tornou representativo por denunciar a opressão masculina (patriarcal) que sempre se impôs sobre as mulheres.

Atualmente, apesar dos inegáveis avanços como o direito ao voto e outras grandes conquistas, ainda temos vivenciado situações de retrocesso em relação às conquistas femininas em todo o mundo.





No Brasil, infelizmente, existem mulheres que ainda vivem situações de opressão e desigualdade aviltantes.

Quando se trata de desigualdade de gênero, da violência doméstica, por exemplo, nosso país apresenta dados alarmantes.

Somos o quinto país do mundo no ranking de violência contra a mulher, atrás somente de países como El Salvador, Colômbia, Guatemala e Rússia. Os dados são do Alto Comissariado das Nações Unidas para os Direitos Humanos (ACNUDH).

Já em relação ao mercado de trabalho, de acordo com o relatório Global 'Gender Gap Report' (Relatório Global sobre a Lacuna de Gênero 2020), do Fórum Econômico Mundial, o Brasil ocupa a vergonhosa 130ª posição em relação à igualdade salarial entre homens e mulheres que exercem as mesmas funções, em um ranking no qual estão 153 países.

Recentemente no Brasil, presenciamos, a associação entre a cratera na Marginal do Tietê em São Paulo e contratação de mulheres.

O vídeo e a sua apologia foram compartilhados, inclusive, por autoridade que ao propagar o machismo explícito mostram o quanto o dia 08 de março ainda é urgente e necessário.

A luta da mulher, as questões de gênero ainda sofrem muitas resistências no Brasil e no mundo.

Todos estes indicadores mostram, portanto, que a celebração do Dia Internacional da Mulher, para além do aspecto comercial que envolve a data, continua sendo um ato necessário de resistência e de reflexão em prol de todas as mulheres: as de hoje, as que já se foram, mas deixaram seu legado de lutas e conquistas, e as meninas que, no futuro, merecem viver em um mundo mais igualitário e acolhedor.



CONHEÇA NOSSOS PROJETOS

 @redeconexaomulher

 [www.redeconexaomulher.com](http://www.redeconexaomulher.com)



# DESTAQUE SUA MARCA

POR MARÍLIA AMARO



Todos sabemos (e alguns de nós não aceitam), mas a embalagem vende o produto, sim! Afinal, nosso cérebro tende, inconscientemente, a buscar e se interessar pelo o que é belo, e isso não é diferente quando falamos de marca, seja ela pessoal ou empresarial.

Pense bem! Quando você tem uma marca bem definida, uma paleta de cores de acordo com o público que você deseja atingir e uma tipografia equivalente ao seu posicionamento, você já tem 80% de chances a mais de vender o mesmo produto que o seu concorrente que não se preocupa com isso.

Às vezes, as pessoas economizam no momento da criação, achando que não vai fazer diferença e, lá na frente, quando tudo está errado, procuram um designer para, enfim, construir uma identidade visual que realmente converse com o objetivo que deveria ter sido definido lá no começo, antes de tudo.

Diversas pessoas chegam até mim e dizem coisas como: "Eu faço tudo certinho, mas não consigo chamar a atenção do meu cliente em potencial". Será que faz mesmo? Sua marca se destaca onde quer que ela seja apresentada?

Não importa se você acha tudo isso balela, a real é que estudos comprovam que a identidade visual de uma empresa é o que define quem irá comprar dela.

E olha só, a identidade visual não é só escolher uma paleta de cores, tipografia e sair por aí toda serelepe, pimpona não viu? Por trás de tudo isso, existem estudos técnicos, que definem cada escolha, a começar por reuniões entre o profissional de designer e o responsável pela marca.

Se antes você tinha dúvidas de que para agregar valor à sua marca era preciso possuir uma identidade visual bem definida, espero que elas tenham caído por terra aqui mesmo.



**Todos temos uma identidade, com sua marca  
não pode ser diferente!**



GRUPO

REDE CONEXÃO

REVISTA  
**CONECTA**

EDITORA  
 **CONECTA**

 **CONECTA**  
BUSINESS TRAVEL

AGÊNCIA  
 **CONECTA**



Rádio Conexão Mulher



# "Conectar para Transformar, Transformar para Realizar"



Além de Catarina, a rede também foi criada por Luiza Paragó (que não está mais no projeto) e Maíza Silva, jornalista.

Catarina também ressalta que “as ações da rede sempre foram baseadas em três pilares principais: impactar, transformar e empoderar”.

Mas de que forma estes três conceitos foram e continuam sendo efetivamente aplicados?

Através do acolhimento, da visibilidade, do networking proporcionado pelas atividades e da aceleração de negócios que são possíveis através da troca de conhecimento, união e apoio mútuo que as mulheres conectadas vivenciam e estabelecem por meio de encontros virtuais e presenciais.

O lema da Rede Conexão Mulher é simples e direto: "Conectar para Transformar, Transformar para Realizar".

Foi com este objetivo que a Rede, inicialmente chamada 'Conexão Mulher Empreendedora', surgiu em 2018 com a intenção de apoiar mulheres empreendedoras, inicialmente, em Portugal.

“Fundei a Rede em 08 de março de 2018, depois de cinco meses morando em Portugal, pois senti que faltava algo nessa conexão Brasil x Portugal. Sentia uma inquietação porque entendo que precisamos apoiar os negócios geridos por mulheres, bem como inspirar e contribuir para a transformação da sociedade”, ressalta a desenvolvedora de negócios Catarina Coelho, uma das fundadoras da Rede Conexão Mulher.





Segundo Catarina, o primeiro evento presencial da Rede Conexão Mulher ocorreu em Lisboa no dia 12 de abril de 2018. “Este evento foi um sucesso, o projeto cresceu, ganhou o mundo e nós nos tornamos, a partir daí, uma Rede”, salienta. Depois deste, ocorreram outros 26 eventos pelo mundo entre 2018 e 2019 em países como Inglaterra, Estados Unidos e Brasil. Por aqui, Rio de Janeiro, São Paulo e Belo Horizonte foram as cidades escolhidas para sediar eventos que transformaram a vida de mais 23 mil mulheres, ou seja, muito além dos locais nos quais ocorreram.

Em 2020, com as profundas mudanças impostas pela pandemia e os inúmeros desafios decorrentes, um dos quais determinou a necessidade do distanciamento social e, portanto, dos eventos presenciais; a Rede Conexão Mulher soube usar a criatividade para encontrar alternativas e continuar o trabalho de conexão virtualmente.

Foi assim que a Rede criou produtos e serviços para gerar visibilidade e legitimar marcas femininas lideradas por mulheres dos mais distintos lugares.

Uma das ferramentas criadas, em 2020, foi a Revista Conecta, uma publicação editorial feita com o objetivo declarado de romper as barreiras geográficas e gerar oportunidades para que mulheres empreendedoras dos mais diversos cantos do mundo, pudessem divulgar seus trabalhos, vivências, ideias e ideais.

Já em 2021 com o mundo ainda vivendo sob a imposição da pandemia, a Rede Conexão Mulher se mostraria ainda mais ousada ao expandir sua atuação e alcance internacional através de programas no rádio e na TV.

Estes dois projetos que ampliaram ainda mais a abrangência da Rede também abriram espaço para a criação de uma agência de marketing especializada no universo feminino.

É preciso ressaltar que todo o trabalho realizado pela Rede Conexão Mulher, desde os primórdios, se concentra, sobretudo, na busca pela independência emocional e financeira das mulheres, objetivos que têm sido plenamente atingidos.

“Acredito que um dos grandes desafios que as mulheres que empreendem enfrentam é a solidão, pois atuamos no formato digital, por isso, o planejamento é essencial. Contar com um time coeso, que caminhe junto, é outro aspecto importante”, reforça Catarina.

Para o ano que se inicia, há inúmeros projetos em gestação e um deles é o livro “Somos F\*da’ que reúne relatos de mulheres empreendedoras dos mais distintos perfis, lugares e campos de atuação.





Este livro foi lançado em um dia emblemático (8 de março, Dia Internacional da Mulher) apresenta depoimentos de 22 empreendedoras (e coautoras) sobre suas experiências pessoais, profissionais e os desafios que enfrentaram (e enfrentam) para realizar seus sonhos.

Com lançamento previsto para ocorrer, primeiro, em Lisboa, e depois em Londres, Rio de Janeiro e Minas Gerais, a obra pretende mostrar que é possível, sim, empreender e alcançar objetivos quando, ao longo do caminho, aspectos como apoio, união, empatia e sororidade são incluídos.

Em seus quatro anos de existência, a Rede Conexão Mulher já contou com a participação de mulheres como Gabriela Priori, Fabiana Scaranzi, Susana Werner, Bru Fioreti, Joanna Moura, Cris Guerra, Irina Cordeiro, Lilian Sá, Kyra Grace, Dani Suzuki, Samara Felippo, Cris Arcangeli, entre outras.



# É O 'TANTO FAZ' QUE TE ADOECE

Por Norma Acquaviva



“Ou a gente cuida da mente ou a mente acaba com a gente”.  
“O que não resolvemos na mente, o corpo transforma em doença”.

Uma mente mal cuidada, nos deixa doentes. Afinal, o que você não resolve na sua mente, o corpo transforma em doença. Quando ouvi essas duas frases, gostei tanto que resolvi compartilhar. Para mim, elas se completam.

Segundo a metafísica da saúde, ciência muito utilizada para ajudar no diagnóstico de pacientes, grande parte dos problemas de saúde são resultados de um processo psicossomático em que o indivíduo foi “levando” determinado problema emocional e que, por não resolvê-lo, deixou que se tornasse, de fato, um problema físico.

A campanha “Janeiro Branco”, criada a partir de 2013, acredito eu, surgiu principalmente com foco no bem-estar, na saúde mental e emocional. Janeiro, por se tratar de um mês de renovação e início de ano, tende a fazer com que prometamos, a nós mesmos, muitas coisas. Em estado de euforia e de realizações, as chances de tomarmos atitudes exacerbadas são enormes, é aí que acabamos perdendo a noção da nossa realidade sobre o que a gente consegue realizar de fato.

O mês de janeiro, pelo menos para mim, tem todo um significado. Tanto pelas pessoas ficarem mais ansiosas quanto por elas estarem também reflexivas. Algumas se dispõem a realizar uma avaliação da própria vida, outras fazem planos que não vão alcançar, grandes metas e objetivos. Saber o que eu posso fazer e realizar é diferente de pensar positivo.

Mas por que em janeiro, não poderia ser em março, abril, julho?

Veja bem! Eu não posso falar que no ano de 2022 vou começar a atender pessoas, dar assistência, aconselhamentos se eu não estiver fundamentada em algum curso de psicologia, de psicanálise, de coaching, seja o que for, antes, eu preciso fazer planos que sejam focados, direcionados, que tenham uma meta, planos que eu tenha condições de realizar, primeiro, antes de atender pessoas em 2022. Eu preciso ter um curso específico na área de assistencialismo para fazer algum atendimento de assistência, seja ele qual for: advogado, psicólogo, coaching, até mesmo um atendimento de reiki. Existe uma necessidade de sermos coerentes em tudo isso.

Acredito muito que o mês de janeiro, de verdade, seja muito propício a comprometer a saúde mental das pessoas, justamente por causa das expectativas que alguns criam, de forma excessiva, por meio de metas e objetivos inalcançáveis. Eu percebo ainda que algumas pessoas fantasiam e não dão a devida importância ao que realmente estão passando, acreditando que não seja o momento ainda de se cuidarem. É muito importante sermos honestos com nós mesmos e não procrastinar o que depois poderá se tornar muito difícil de consertar.

Percebam que o número de pessoas consumindo bebidas alcoólicas aumentou muito, principalmente, entre as mulheres, porém cerveja não é remédio. Ainda seguindo esse mesmo raciocínio, os testes de internet também aumentaram consideravelmente, mas a internet não dá diagnóstico.



**Ansiedade não é frescura, amigo não é psicólogo, depressão não é a falta de crença em Deus, pânico, crise de pânico e síndrome do pânico não são frescuras.**





Refleta comigo! Você tem questionado os seus relacionamentos sociais? Seus relacionamentos amorosos, não apenas entre parceiros, mas as relações que tenham vínculo de amorosidade como, por exemplo, com os filhos, pai, mãe, entre outros?

O “Janeiro Branco” é uma campanha muito parecida com o “Outubro Rosa” e o “Novembro Azul”, justamente pelo objetivo de chamar a atenção de toda humanidade para as questões e necessidades ligadas à saúde mental e emocional das pessoas. Ter sido criada junto às comemorações de final de ano, de Natal, de ano novo, vida nova, faz parte de uma estratégia que visa aproveitar toda essa energia do holopensene mundial, típica da época, para abordar a saúde mental e lembrar que é preciso fazer, todos os meses, um exame consciencial e levar um bate papo muito íntimo de você com você mesmo.

Os terapeutas, os psicólogos e os psicanalistas precisam chamar atenção para o assunto não apenas no mês de janeiro, mas em todos os meses do ano a fim de provocar reflexões sobre as alterações da rotina e hábitos comuns das pessoas. Perguntas sobre como andam a alimentação, o apetite, o sono, o humor e, principalmente, informar quais são as principais doenças que afetam a saúde mental do indivíduo, orientar que além da ansiedade e da depressão existem várias outras patologias ligadas às emoções.

É muito importante que tais informações circulem em todas as mídias, no rádio, nas mídias sociais, nas instituições públicas ou privadas. Por isso, faz parte sim dos objetivos da campanha conquistar mais pessoas e divulgar ainda mais a importância desse item com as pessoas mais dispostas a refletir sobre a própria vida, uma vez que o momento é muito propício para abordagem do assunto, principalmente, porque ainda vivenciamos um momento mundial que há muito a humanidade não vivia.

A pandemia mexeu muito com todos nós e, ao exigir que ficássemos confinados dentro de casa, muitas pessoas se deram conta de que estavam confinadas dentro delas mesmas.

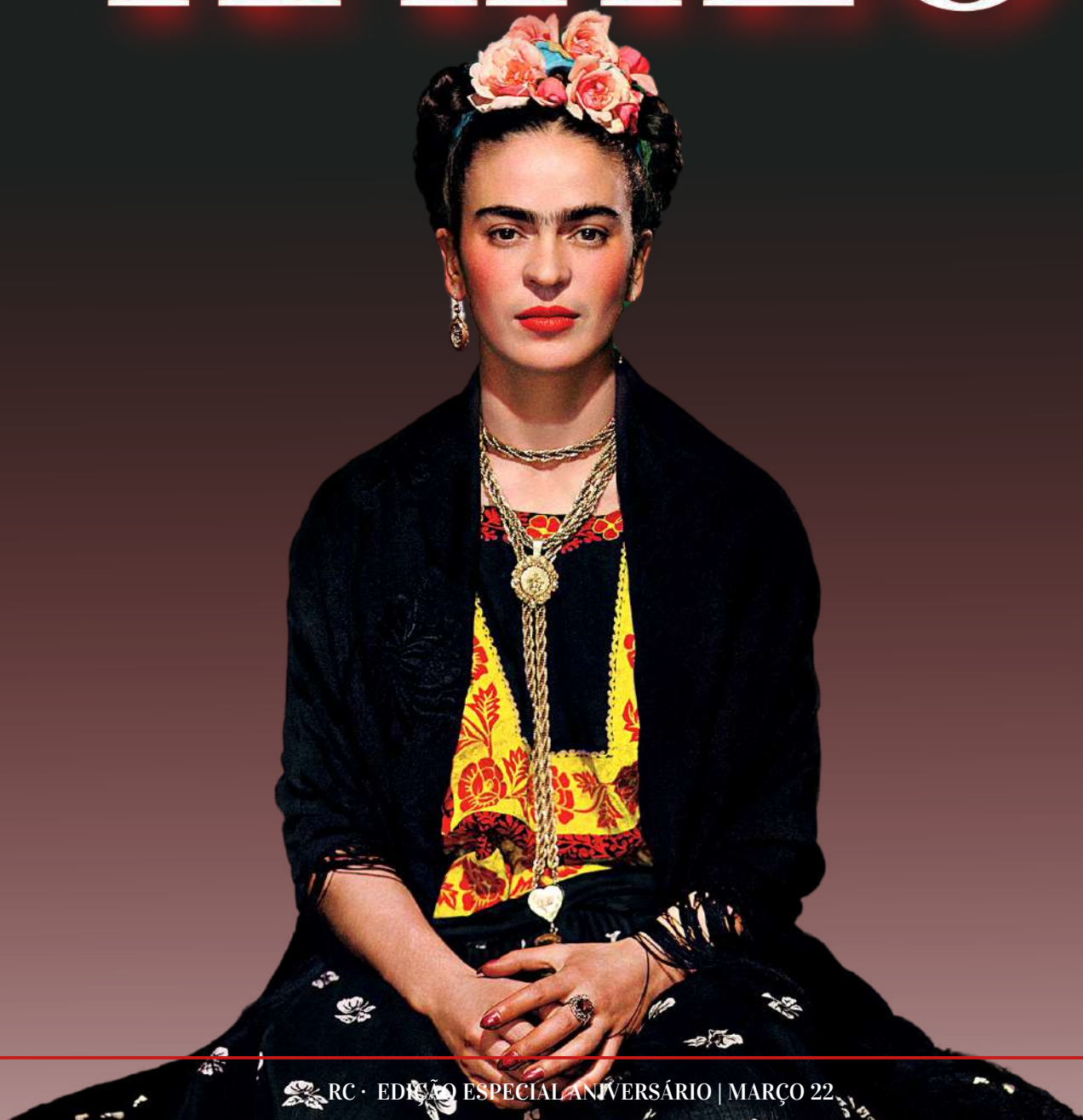
Embora não exista uma verdade absoluta, principalmente porque o significado do branco varia culturalmente, no entanto, existe um princípio manifestado em todo mundo de que o branco é a cor da paz, da tranquilidade, da sensatez e da lucidez.

A lucidez significa equilíbrio e equilíbrio significa saúde mental.

Precisamos falar muito mais sobre a saúde da mente todos os meses do ano e vamos sim falar, cada vez mais, sobre a saúde mental e saúde emocional, principalmente, no mês de janeiro, a fim de ajudar muito mais pessoas a planejarem a vida no decorrer dela, tudo de uma maneira mais centrada, pontual, com metas possíveis de serem realizadas e fundamentadas na realidade de cada indivíduo.

Todas essas ações fortalecem o autocuidado e impulsionam muito a criação de políticas públicas voltadas à população no âmbito da saúde do corpo e da mente.

# FRIDA KAHLO





**Frida Kahlo: a atemporalidade de uma artista que transformou as próprias dores em arte e símbolo de resistência feminina.**

Uma mulher à frente do seu tempo, com dores intensas e que conseguiu transformar toda dor que sentia, no corpo e na alma, em arte. Uma artista que se tornou ícone por sua trajetória e que, hoje, é fonte de inspiração para mulheres de idades e nacionalidades diferentes.

Assim é Frida Kahlo, pintora mexicana reconhecida por suas sobancelhas icônicas e que, hoje, estampa inúmeros produtos que vão desde camisetas a canecas, pôsters e, claro, muitos, muitos livros.

Nascida Magdalena Carmen Frida Kahlo y Calderón, na cidade mexicana de Coyoacán, em 6 de julho de 1907, Frida se tornou famosa no mundo inteiro, sobretudo, depois de sua morte, em 13 de julho de 1954. Autora de retratos e autorretratos, a artista assinou obras cuja inspiração encontrou na natureza e na riquíssima cultura popular de seu país.

Para explorar aspectos ligados à sua própria identidade, Frida Kahlo empregou o Naif, estilo artístico reconhecido por valorizar a representação de temas cotidianos e manifestações culturais de um povo.

A grande quantidade de cores próprias do estilo, nas mãos de Frida, retratou questões ligadas ao pós-colonialismo, identidade gênero e outros preconceitos intrínsecos à sociedade mexicana da época.

As pinturas de Frida também continham, quase sempre, elementos autobiográficos que misturavam realismo e fantasia, o que explica sua classificação como 'surrealista ou realista mágica', muito embora sempre tenha ressaltado, principalmente em entrevistas, que não pintava sonhos, mas sua própria realidade.

Como pintora, a artista se consagrou em meados de 1930, depois de expor suas obras nas cidades de Nova York e Paris. Muito bem conceituada por sua maneira de mostrar, em telas, o mundo, Frida não se limitou em retratar seus conflitos mais íntimos.

Antes mesmo de se tornar reconhecida como pintora fora de seu país, Frida já dialogava com as questões políticas, pelo menos, desde 1927, ano que data sua adesão ao Partido Comunista Mexicano.

A vida política deu a Frida Kahlo mais do que possibilidades de discutir assuntos relacionados aos espaços e direitos sociais. Foi durante sua participação no Partido Comunista Mexicano, que a pintora conheceu Diego Rivera, famoso muralista mexicano que, mais tarde, se tornou seu marido.

O relacionamento intenso e também conturbado do casal fez com que a pintora desenvolvesse seu estilo artístico, mas também intensificou suas dores emocionais.



Apesar de todo o talento da artista, o trabalho de Frida Kahlo permaneceu relativamente desconhecido do grande público até meados de 1970, período em que sua arte foi descoberta por historiadores e ativistas políticos.

Ao longo dos anos 80, sua peculiar figura passou então a ser citada em alguns trabalhos, mas foi somente na década seguinte que Frida se tornou, de fato, uma figura conhecida mundialmente não somente pelos amantes da arte, como também por pessoas fora do circuito artístico.

Aspectos da personalidade de Frida Kahlo como sua sexualidade, o envolvimento da artista em manifestações políticas e os relacionamentos com grandes expoentes da época fizeram com a que a pintora fosse conhecida como libertária, característica fortemente reconhecida pelos movimentos Chicano (movimento social, político e de resistência formado pelos descendentes de mexicanos nas décadas de 1940 e 1950), Feminista e LGBTQ+.

De forma gradual, Frida Kahlo, se tornaria, ao longo do tempo, uma figura celebrada internacionalmente e de destaque como artista que privilegiou a cultura de seu país e que fez, da própria vida, um manifesto em prol da libertação feminina, mesmo que de forma não intencional.

Reconhecida como uma das artistas mais celebradas do planeta, as exposições itinerantes com as obras de Frida Kahlo arrastam multidões que apreciam e arrematam sua arte para além dos milhares de dólares.

Embora as quantias exorbitantes arrecadadas com a venda dos quadros de Frida, em leilões mundo afora, tente dar às obras da artista, o valor imensurável que sua arte representa, principalmente, em se tratando de direito às minorias, o sucesso da pintora não se precifica ao sistema monetário,



uma vez que seu acervo foi construído a partir de sua personalidade marcante, formada pelas sequelas da poliomielite, contraída ainda na infância; a deficiência decorrente de um terrível acidente de trânsito que a deixou paralisada e, claro, pelas angústias dos amores e preconceitos que viveu.

Avassaladora, exótica e revolucionária são alguns dos adjetivos atribuídos a Frida Kahlo, uma mulher que nunca deixou de pintar suas próprias dores, transformando-as em arte e símbolo de resistência que, hoje, orienta mulheres contemporâneas.

Frida Kahlo: musa inspiradora da mostra 'Imperfeitas'

Nunca se fez tão necessário reconhecer nos quadros de Frida Kahlo sua história. Um legado, agora, retratado pela exposição "Imperfeitas" promovida pela Galeria Coletivo 284, em Lisboa, Portugal, no emblemático Dia Internacional da Mulher, 8 de março.

Para os organizadores da exposição e proprietários do Coletivo, Adriana Scartaris e Paulo André, Frida Kahlo foi escolhida como inspiração da mostra por ser uma mulher que rompeu, à sua época, estereótipos de gênero e revelou caminhos e escolhas possíveis para todas as mulheres”.

Adriana, que além de empreendedora é artista plástica, também participa da exposição com a tela “Dual como toda mulher” na qual criou uma releitura baseada na imagem de Frida.

“Dual como toda mulher. Dual entre o sagrado e o profano, entre o bem e o mal, entre a guerra e a paz, entre o divino e o mundano. Nem santa nem demônio, capaz de sentir na pele e na alma todos os prazeres e dores do mundo.

A obra lida com as dualidades da artista mexicana que se manifesta em toda mulher. Existe na criação da imagem o conceito de que não há pessoas perfeitas. Neste século XXI, muitas das questões de Frida Kahlo permanecem. São colocadas de novas maneiras, mas indagam o papel da mulher na sociedade, seja ela artística ou não”, destaca o jornalista e mestre em artes visuais, Oscar D’Ambrosio, ao descrever a releitura feita por Adriana Scartaris.

Outra artista que estará presente na mostra é a brasileira Joelma Santanita. Produtora de vinhos, Joelma criou uma técnica especial na qual mistura aquarela e vinho.

O resultado de seu método, segundo a própria artista, revela toda a ‘autenticidade, complexidade e intensidade’ de Frida Kahlo. Por esta razão, retratei a Frida com vinho tinto, mostrando que ser imperfeito é a consequência de cada indivíduo, pois cada um de nós é único”, conta Joelma.

Já Manuel Casa Branca, crítico de arte, sobre a obra de Santanita diz:



“Do olhar de Frida perpassa uma ausência, com seu gesto, seu pincel e seu vinho, matéria e pigmento, Joelma é cúmplice desse olhar. Observa o retrato de Frida, desenha, acrescenta flores tão características da cultura de Frida: “lo Dia de los Muertos”. O desenho é linha, plano e gradação tonal, explorando a tonalidade “Bordeaux” vínica, monocromática, como se de aquarela, ou de uma tinta sépia, se tratasse”, conclui.

### O Coletivo 284

O espaço Coletivo 284 nasceu do sonho dos empreendedores Adriana Scartaris, brasileira, e do português, Paulo André, e é descrito pelos criadores como uma “incubadora de projetos” e um “local em que são realizadas conexões artísticas entre profissionais de diversas áreas”. A exposição “Imperfeitas”, que reúne trabalhos artísticos variados e inspirados na artista mexicana Frida Kahlo, é mais um destes projetos produzidos pelo Coletivo 284.



# AUTOIMAGEM

## COMPORTAMENTO E AUTOESTIMA

POR RENATA ARON



Você sabe o que é autoestima?

Pelo dicionário encontramos o significado: qualidade de quem se valoriza, se contenta com seu modo de ser e demonstra conseqüentemente, confiança em seus atos e julgamentos.

Eu vou mais além, autoestima é saúde, é cuidar de você e da sua imagem pessoal. Isso significa que a visão que temos sobre nós mesmos impacta diretamente no quanto nos valorizamos ou desvalorizamos. Esta percepção molda as nossas escolhas, sentimentos e comportamentos.

Autoestima não se cria, ela se desenvolve à medida que caminhamos ao longo da nossa vida.

Dizemos que quando uma pessoa tem baixa autoestima, quando ela se vê de forma negativa, acaba criando sentimentos de inadequação, vergonha, ansiedade, culpa e tristeza. Não nos sentimos bem, e demonstramos isso ao mundo através da nossa imagem e na forma que nos colocamos em nossas relações e em todas as áreas da nossa vida.

Já o oposto, quando temos uma autoestima alta, nos sentimos bem com o nosso reflexo no espelho, o que nos leva a ter sentimentos e comportamentos positivos, nos trazendo autoconfiança também em todas as áreas da nossa vida.

Percebem porque dizemos que a autoimagem e autoestima caminham juntas e são o núcleo dos nossos comportamentos?

Estes ciclos se tornam viciosos, pois nosso cérebro grava na nossa memória a resposta. E, toda vez que repetimos o comportamento, ele para ser mais rápido e prático, para economizar nossa energia, ele busca na memória padrões já registrados. Ou seja, teremos a mesma resposta.

E como podemos mudar? Como podemos conquistar uma autoimagem positiva, aumentando nossa autoestima e conseqüentemente nossa confiança e segurança?

Através de autoconhecimento e tornar um hábito!



**Para podermos compreender a influência da autoimagem tem sobre nossos comportamentos, primeiro precisamos saber que ela está relacionada a nossa autoestima.**



- AUTOCONHECIMENTO

Para conquistarmos uma imagem que nos traga confiança, segura de si, o primeiro passo é saber quem somos.

O que gosta? Quais suas qualidades e defeitos? Quais dessas características quer transmitir ao mundo? Como é seu lifestyle? Quais seus objetivos profissionais? O que gosta de vestir?

Além disso, também sugiro aos meus clientes fazerem um exercício:

- Quando foi a última vez que se olharam no espelho e se sentiram realmente bem? Que sorriram? Sentiram confiança? Sentiram que podiam dominar o mundo?
- Então neste dia, como estavam vestidos? Cores? Peças de roupa? Sapatos? Acessórios? Como estava seu penteado? Usava maquiagem? Quanto mais detalhes melhor.
- Faça também o exercício ao contrário, no dia que se sentiu inseguro, triste, frustrado....

A idéia é ter bem claro o que vai te dar a resposta com o sentimento e comportamento de segurança e confiança.

- TORNE UM HÁBITO

E a partir das respostas do autoconhecimento, tornar hábito saber gerar a intenção de como se quer sentir.

Vou exemplificar:

Se nos sentimos seguras toda vez que vamos trabalhar com um blazer, nos maquiemos e prendemos o cabelo. Ao nos olharmos vestidas assim, nosso cérebro já tem na memória o sentimento e comportamento resultante= confiança e segurança

Logo nos sentindo seguras e confiantes, aumentamos nossa autoestima, o que nos deixa ainda mais confiantes. E entramos no ciclo vicioso positivo falado acima. No começo é difícil, tire um tempo antes de se arrumar, ao acordar e criar a intenção de como quer se sentir.

E escolha os itens que irá usar. Pois depois esse processo acaba se tornando um hábito! Criando uma associação das respostas do seu autoconhecimento as respostas de sentimento e comportamento positiva.



# PRÊMIO CONEXÃO EMPREENDEDORAS MUNDIAIS



# ‘Prêmio Conexão Mulher - Melhores Empreendedoras Mundiais do Ano’ destaca atuação de mulheres de vários perfis

*Mulheres que atuam em frentes diversas do empreendedorismo tiveram seu trabalho reconhecido por meio de premiação criada pelo Grupo Rede Conexão Mulher*

Um prêmio criado para reconhecer e valorizar o trabalho realizado por mulheres empreendedoras de vários perfis e lugares: assim é o “Prêmio Conexão Mulher Melhores Empreendedoras Mundiais do Ano” que, em sua primeira edição, foi entregue em 31 de janeiro de 2022.

Criado pela Rede Conexão Mulher, grupo de comunicação internacional composto por mulheres empreendedoras que atuam em diferentes países, o prêmio destacou o trabalho de profissionais da comunicação, da educação, das artes, da mídia digital, entre outras áreas.

Com o lema “Conectar para Transformar, Transformar para Realizar” a Rede Conexão Mulher foi criada em 2018 com o objetivo de apoiar mulheres empreendedoras, inicialmente, em Portugal. Segundo a fundadora, Catarina Coelho, a rede foi fundada com a intenção de “apoiar os negócios geridos por mulheres, bem como inspirar e contribuir para a transformação da sociedade”.

O primeiro evento presencial da Rede Conexão Mulher ocorreu em Lisboa em abril de 2018, depois deste, já ocorreram outros 26 eventos pelo mundo entre 2018 e 2019 na Inglaterra, Estados Unidos e Brasil.

## Mudanças necessárias

Todos os eventos promovidos pela Rede impactaram mais de 23 mil mulheres. Em 2020, com as mudanças impostas pela pandemia e os inúmeros desafios decorrentes, um dos quais determinou a necessidade do distanciamento social e, portanto, dos eventos presenciais;

a Rede Conexão Mulher soube usar a criatividade para encontrar alternativas e continuar o trabalho de conexão virtualmente.

Em meio ao novo cenário imposto pela pandemia da Covid-19, a Rede também criou produtos e serviços para gerar visibilidade e legitimar marcas femininas lideradas por mulheres, em vários cantos do mundo. Uma destas criações é a Revista Conecta, idealizada pela jornalista Maiza Silva, com o objetivo declarado de romper as barreiras geográficas e gerar oportunidades para que mulheres empreendedoras dos mais diversos cantos do mundo pudessem divulgar seus trabalhos e vivências empreendedoras.

Em 2021, a Rede Conexão Mulher expandiu sua atuação e alcance internacional através de programas no rádio e na TV, comandados pela CEO do Grupo, Catarina Coelho.

## Sobre o Prêmio

O ‘Prêmio Conexão Mulher - Melhores Empreendedoras Mundiais do Ano’ que, segundo as organizadoras, destaca “os desafios e as conquistas da mulher empreendedora” foi impulsionado através das redes sociais. Foi por meio da interação e do engajamento do público que acompanha o perfil da Rede Conexão Mulher no Instagram e no LinkedIn, que as premiadas foram escolhidas em categorias como “Comunicação”; “Comportamento”; “Impacto Social”; “Diversidade”, entre outras. Vale ressaltar que a próxima edição do prêmio acontecerá no dia 19 de novembro de 2022, em formato presencial, na cidade de Lisboa.



## Conheça o perfil das ganhadoras de 2021 e suas respectivas categorias:



**Impacto social – Nina Silva**

Executiva de TI, Nina Silva é considerada uma das 100 pessoas afrodescendentes, com menos de 40 anos, mais influentes do mundo. Sócia fundadora do Movimento Black Money, ela também é palestrante e escritora.



**Comunicação – Catarina Furtado**

A comunicadora portuguesa, Catarina Furtado, atua em várias mídias: é jornalista, apresentadora de TV e também atriz. Também escreveu contos infantis e letras de músicas. Furtado também é Embaixadora da Boa Vontade da UNFPA (Fundo das Nações Unidas para Atividades Populacionais da ONU).



**Diversidade – Mariana Cyrne**

Mariana Cyrne é criadora de conteúdo digital e seu perfil no Instagram possui mais de 50 mil seguidores. Temas como 'vida descomplicada' que envolvem aspectos como comportamento, moda, beleza, rotina, entre outros, estão entre suas postagens.



**Comportamento – Lúcia Helena Galvão**

A professora, Lúcia Helena Galvão, leciona Filosofia na organização Nova Acrópole há 31 anos. É uma das palestrantes mais ativas de seu meio e aborda temas variados como ética, sociopolítica, simbologia, entre outros. Atuante na internet, ela também é um "fenômeno" nas redes sociais e no YouTube, plataforma na qual possui milhares de seguidores e acumula mais de 60 milhões de visualizações dos vídeos de suas palestras. Lúcia também é escritora, poetisa e, frequentemente, escreve para veículos jornalísticos brasileiros.



**Influência – Bianca (Boca Rosa)**

A carioca Bianca Andrade da Silva, influencer que ficou conhecida como 'boca rosa', também é youtuber, apresentadora, empresária, diretora criativa e atriz. Em seu canal no YouTube, Boca Rosa conta com mais de um milhão de inscritos.



Moda – Roselyn Silva

Natural de São Tomé e Príncipe, a estilista Roselyn Silva tem se destacado por criar uma moda feita das cores vibrantes que estão presentes nos tecidos africanos. Unindo o apreço por suas origens e a busca por expressar em suas peças toda a modernidade e cosmopolitismo dos tempos atuais, a estilista cria peças sofisticadas, com design único e que tem se tornado objetos de desejo de muitas mulheres.



Cultura – Ingrid Silva

A bailarina carioca Ingrid Silva atua, hoje, em Nova York no Dance Theatre of Harlem, tem uma trajetória peculiar, pois é negra e isso a levou a pedir 'mais diversidade no balé'. Em 2020, ela apareceu em um anúncio da Nike comemorando o Mês da História Negra, narrado por Serena Williams. Para além da dança, Ingrid é cofundadora da EmpowHerNY, plataforma na qual diferentes mulheres podem compartilhar suas histórias. Ela também é autora do livro "A sapatilha que mudou meu mundo".



Podcast – Pretas em NY

O Pretas em NY é um podcast apresentado por três mulheres pretas brasileiras, estilosas e modernas que se orgulham de suas origens e vivências. É um programa feito para debater, de forma ágil e descontraída, questões cotidianas de mulheres brasileiras e falantes do idioma português que vivem ou desejam viver nos EUA. Apresentado por Elis Clementino, Rute Borges e Isabela Adão, o Pretas em NY é transmitido através do canal do podcast no Youtube.



Gastronomia – Carla Sousa

A chef portuguesa Carla Souza, formada pela Escola de Hotelaria, fez o seu percurso profissional sempre ao lado de chefes conceituados. Descendente de cabo-verdianos, ela é uma das mais destacadas chefs de cozinha de Portugal.



Saúde – Jaqueline Goes

A professora baiana e biomédica, Jaqueline Góes, fez parte da equipe que sequenciou o DNA do coronavírus logo nos primeiros casos de Covid-19, na América Latina. Devido ao seu trabalho, a fabricante de brinquedos Mattel a homenageou e produziu uma boneca Barbie baseada em suas feições.





CONHEÇA NOSSOS PROJETOS



Destaque – Tati Infante

A atriz, Tati Infante, começou a criar conteúdos digitais para reduzir a tensão causada pela pandemia. Questões como rotina familiar e empreendedorismo, sempre com pitadas de humor, são o destaque de suas publicações.

 @redeconexaomulher

 [www.redeconexaomulher.com](http://www.redeconexaomulher.com)



MATERNIDADE PRETA PELO OLHAR DE UMA

# MÃE PRETA

POR TAINÁ BRIGGS



Quando me recordo dos motivos que me inspiraram a coordenar o “Mães pretas: maternidade solo e dororidade”, livro lançado em agosto desse ano que traz relatos sobre a minha maternidade e de mais 36 mulheres negras mães solas, lembro da emoção arrebatadora que me acometeu ao receber o aceite da proposta literária pela editora ao lembrar das minhas ancestrais, das mães pretas que vieram antes de mim e que tiveram suas trajetórias invisibilizadas. Portanto, não poderia começar essa escrita sem referenciar e saldar aquelas que com muito sangue, suor e lágrimas contribuíram para que hoje aqui eu chegasse viva e sã para exaltar aquilo que desde o período escravocrata nos foi impedido de vivenciar: A nossa maternidade!

E eu não consigo me pôr no lugar daquelas que oriundas do continente que gerou a humanidade, tiveram seu direito de gerar, sequestrado. E num gesto sádico eu diria, tinham por função serem as parteiras, mães de leite e babá dos filhos de suas senhoras, e como um contragolpe a todo esse processo cruel, elas ofertavam afeto e dedicação àquelas crianças.

São elas, as mulheres negras que mesmo no período pós libertação dos escravizados, (sim porque libertação é outra coisa, é algo que esse país ainda deve a população negra) São elas que continuam morrendo, como aponta o artigo publicado pela scielo com o título: “Mulheres brasileiras...mortes invisíveis” que aponta dados alarmantes sobre a mortalidade entre gestantes e parturientes: “Há décadas se dispõe dos meios necessários para que nenhuma mulher morra por complicações associadas à gravidez. No entanto, ainda se morre, e de forma muito desigual.

No Estado do Rio de Janeiro, entre 2001 e 2003, aquelas que tinham menos de três anos de estudo morreram quatro vezes mais do que mulheres com nível universitário. Além de ser socialmente desigual, há também grande disparidade racial: mulheres pretas morreram cerca de cinco vezes mais, independente dos anos de estudo.”

Seguindo essa linha de pesquisa, com relação a violência obstétrica, é correto afirmar que a má assistência ao parto tem cor. Em 2017, foram divulgados os resultados da pesquisa intitulada Nascer no Brasil, coordenada por pesquisadores da FIOCRUZ, que informa o seguinte:

Dados de 23.894 prontuários de mulheres coletados entre 2011 e 2012 comprovaram que pessoas gestantes negras têm menor chance de receber analgesia durante o trabalho de parto.; durante a episiotomia (incisão efetuada na região do períneo para ampliar o canal de parto) a chance de uma pessoa negra não receber anestesia local para o procedimento é 50% maior quando comparada à uma pessoa branca ou parda. Possuem maior risco de ter um pré-natal inadequado, realizando menos consultas do que o indicado pelo Ministério da Saúde, peregrinam mais na busca de um local para parir e têm mais restrições para a presença de um acompanhante no parto.

Toda essa realidade afeta diretamente nossa maternidade, do momento da gravidez até o fim da vida, uma vez que a cada 23 minutos são os jovens filhos de pele preta que morrem no Brasil.



**Quando se trata da maternidade preta, o fluxo natural da vida se inverte, e somos nós que temos muito mais chance de enterrar nossos filhos.**



# MARIAM CHAMI



FOTO: Uğur Sevinç | @theugursevinc



Muçulmana ou brasileira? Sem dúvidas, é essa a maior incógnita de quem encontra, à primeira vista, Mariam Chami nas redes sociais. Indagações como: “deve ter se convertido por amor” ou “foi obrigada a se casar com um muçumano “de verdade””, permeiam o imaginário popular até que, depois de uma pesquisa rápida na internet, encontramos uma brasileira decidida a romper preconceitos.

Filha de pai muçumano e mãe convertida ao islamismo, por vontade própria, Mariam Chami fala, nessa edição especial da Revista Conecta, sobre a carreira de influencer e como tem usado a visibilidade das redes sociais para falar sobre religião, cultura e nacionalidade.

Boa leitura!



FOTO: Uğur Sevinç | @theugursevinc

**(RC) Você sempre diz que as pessoas não entendem os conceitos de cultura, religião e costume, como você define esses três aspectos e como o seu trabalho ajuda a desmistificar a religião muçulmana?**

Na verdade, eu falo sobre cultura, nacionalidade e religião. A religião está relacionada ao espírito, é onde você vai alimentá-lo, já a cultura é onde você vive, com quem se vive, é o meio; a nacionalidade é onde você nasce. É isso que eu tento explicar para as pessoas: que o muçumano pode ser de qualquer lugar, pode ser do Brasil; dos Estados Unidos; pode ser na Argentina; da China; do Japão; da Coreia; de qualquer lugar do mundo. Cultura não tem relação nenhuma com religião, pode ser que, claro, algumas coisas se misturem, porém um brasileiro pode ser muçumano e isso não interfere em nada. Quando eu trago essa informação, facilita tudo. Geralmente, eu recebo mensagens de pessoas dizendo para eu voltar para o meu país. Como eu vou voltar para o meu país se eu já estou nele? Eu sou uma muçulmana brasileira. Se as pessoas conseguissem compreender o conceito de religião, nacionalidade e cultura, elas não fariam esse tipo de coisa, então é um trabalho muito difícil, né?

**(RC) Existe algum julgamento negativo pela forma como você se posiciona na internet? por que te questionam?**

É claro que existe. Eu tenho hates também, no entanto, na proporção de seguidores que tenho, essas pessoas não chegam a 1%. Existem pessoas que não concordam, que são intolerantes e que são preconceituosas, porém, a quantidade de pessoas que são educadas e que são incríveis é muito maior. É claro que a gente não é dinheiro para agradar todo mundo, né?! (risos) Eu sempre digo que a gente pode discordar, mas é preciso manter o respeito.



**(RC)** Quando você decidiu investir na carreira de influencer, sentiu medo de como as pessoas receberiam esse trabalho?

Se eu tivesse parado para pensar no que as pessoas achariam ou deixariam de achar, tenho certeza que eu nem teria começado. E, talvez, eu não estaria onde estou hoje. Talvez, as pessoas que eram intolerantes manteriam os mesmos pensamentos preconceituosos de antes por não terem conhecimento acerca do islã.

**(RC)** Você já disse em outras entrevistas que começou no digital alimentando um blog, de lá para cá, o que mudou quanto ao seu posicionamento em relação à igualdade de gênero?

Eu já tive blog, Instagram, Facebook em que eu falava sobre religião, mas eu falava de uma forma mais impessoal, sem me colocar tanto nesse contexto ou mostrar minha vida pessoal como faço hoje. Apesar de aparecer nos vídeos, antes, eu falava de forma mais séria, depois, com o tempo, eu fui me colocando mais como uma mulher que fala sobre religião. De qualquer forma, desde o início, meu posicionamento em relação a igualdade de gênero sempre foi o mesmo, de que a religião não deve tratar as pessoas com igualdade, afinal, quando a gente trata o outro com igualdade, acabamos sendo injustos, percebe. É preciso tratar as pessoas com equidade.

**(RC)** Sobre as diferenças entre homens e mulheres muçulmanos?

Nós mulheres somos diferentes dos homens e isso não significa que um é melhor que o outro, apenas significa que eles são diferentes e, de fato, são. E também não significa que a mulher seja mais frágil, nada disso. As pessoas precisam ser tratadas com equidade para termos justiça. Então, como religião, o próprio islã dá todos os direitos para que as mulheres garantam seus direitos.



FOTO: Uğur Sevinç | @theugursevinc

Um bom exemplo é que, há quase mil e quinhentos anos, as mulheres muçulmanas têm direito ao voto, sendo que, aqui no Brasil, esse direito só foi conquistado a partir de 1932, por meio de decreto. O divórcio, o segundo casamento e escolher o próprio marido são alguns dos muitos direitos que as mulheres muçulmanas possuem.

**(RC)** O que é liberdade para você?

É conseguir viver com as próprias escolhas, poder sempre ser quem você quer ser, independente do que outros achem ou pensem. Para mim liberdade é isso!

**(RC)** Como você concilia a maternidade, o casamento e o trabalho de influencer?

Ninguém dá conta de tudo, mas a gente faz tudo ao mesmo tempo.

(RC) Sobre os novos projetos, teremos novidades?

Um dos projetos que eu coloquei em prática há alguns meses é o “Mariam Pelo Mundo” em que eu viajo pelos países árabes ou muçulmanos e mostro como é a religião, a cultura, a culinária e, principalmente, mostro como as mulheres vivem nesses países. Meu objetivo com o “Mariam Pelo Mundo” é fazer com que as pessoas compreendam que o islã não é tudo aquilo que a mídia diz e que, às vezes, acaba mascarando muitas coisas. Eu quero mostrar para as pessoas que existem mulheres muçulmanas médicas, engenheiras e empresárias, por exemplo. Turquia e Líbano são alguns países que eu já estive com esse projeto, nos meses de abril e maio, eu vou visitar outros dois países, mas é surpresa.


 @mariamchami\_



FOTO: Uğur Sevinç | @theugursevinc



# COLUNA MULHERES PELO MUNDO COM CATARINA

POR CATARINA COELHO



## PELE SUBLIME - FÓRMULA DE SUCESSO

Lisa Marie comemora dois anos de sua marca com grande evento em Lisboa, um workshop onde ensinou a técnica criada pela maquilhadora e patenteada "PELE SUBLIME".

A especialista estará com evento em Luxemburgo no mês de abril e no Porto no mês de Junho.

Lisa também comemora o lançamento do seu novo site.

[@LISA.MARIE\\_MAKEUP](#)



## UMA PAIXÃO QUE VIROU NEGÓCIO

A empreendedora e designer Simone Mendes, movida por suas paixões, gastronomia, fotografia e pela cidade do RJ, decidiu criar um modelo de negócio de compartilhamento de suas experiências por lugares já consagrados como seus preferidos, ou seja, aquele passeio sem chance de dar errado. Boas risadas, bons cliques, troca de experiência e energias.

[@CICERONE\\_RIO](#)



## REALIZAÇÃO DE SONHOS

Tem sido meses intensos de estudo acadêmico para a psicanalista Laura Kastrup. Na reta final de seu doutorado em Psicologia na Universidade Pública de Buenos Aires - UBA, ela tem se dedicado também à concretização de um sonho: uma coletânea de artigos curtos e reflexivos que abordam questões contemporâneas comuns a todos nós. O livro deve ser lançado ainda no segundo semestre deste ano.

[@LAURAKASTRUP.PSICANALISE](#)

## SOMOS EMPREENDEDORAS

A advogada Tania Sá Hammerschmidt é a mais nova gestora do coletivo Somos Empreendedoras. Ela, que tem uma brilhante carreira jurídica e já ajuda a transformar a vida de outras mulheres, agora somará força com Thaís Garcia, Letícia Torzecki e Helga Vianna.

[@TANIASAADVOGADA](#)





# COLUNA MULHERES PELO MUNDO COM CATARINA

POR CATARINA COELHO



## REPRESENTATIVIDADE E VOZ

Em viagem pela Europa, a atriz Fabiana Karla conheceu o projeto "SOMOS F\*Das", primeiro livro do Grupo Rede Conexão Mulher.

Na ocasião, Fabiana deixou claro a importância desse movimento, principalmente, para dar mais visibilidade e voz a todas nós, mulheres reais.

[@FABIANAKARLAREAL](#)



## NOVO TALENTO DA ARTE PORTUGUESA

A artista portuguesa, Catarina Regalado, vem se destacando no universo das artes e da ilustração, ela que é apaixonada pela história e legado da inspiradora Frida Kahlo também é irmã do produtor da Oasis TV, Daniel Regalado.

[@ARTS.OF.THEMYSCIRA](#)



## UM BRINDE A ARTE

Formada em arquitetura, Patrícia Figueiredo desenvolveu a sua visão criativa/artística através da colagem da enunciação da linguagem através das imagens da pintura das esculturas. Com destaque para trabalhos onde a temática é o 'Universo Feminino'.

[@ART\\_OF\\_PATFIGUEIREDO](#)

## + 50 IDADE NÃO É DOCUMENTO

Cris Guerra, comunicadora e escritora, fala de maneira natural sobre moda madura e como se sentir bem com essa experiência.

Levanta questões sobre comportamento, beleza e auto conhecimento, mostrando que a idade das pessoas não a tornam invisíveis e defende que o que envelhece é a obsessão pela juventude.

[@EUCRISGUERRA](#)





# ADRIANA OLIVEIRA



## Como acontece o processo criativo durante cada sessão fotográfica ?

A técnica fotográfica é apenas uma ferramenta, na verdade meu processo criativo se baseia mesmo em elementos intangíveis que produzem fotos mais genuínas. Para tocar uma alma priorizo a confiança, o acolhimento, o prazer, a mensagem, a integridade e a simplicidade. A vivência me fez perceber que o Studio é um espaço de vulnerabilidade no qual a verdadeira essência da mulher pode ser revelada como uma flor desabrochando sob condições específicas de luz e uma boa dose de paciência e atenção. Meu processo de criação se inicia ainda na etapa do agendamento.

**Você posou recentemente para um ensaio fotográfico no qual celebrou seus 50 anos. Conte-nos a sua experiência.**

Quando decidi fazer o ensaio, pensei em todas as mulheres que me confidenciaram ter o desejo de serem fotografadas mas... e esse “mas” é fatal! Entendi que era um bloqueio autoimposto. Por isso, resolvi romper a casca e me lancei nessa aventura. Dizem que ao chegar aos 50 anos vivemos uma segunda juventude, se isso for verdade, estou amando mais a segunda que a primeira! Hoje, me permito mais porque dou passos mais seguros em direção ao que acredito. Consciente do processo existente por trás da câmera, me aventurei para o outro lado. Escolhi cuidadosamente cada detalhe para uma caracterização baseada na Era Vitoriana, uma época em que a voz feminina foi muito reprimida. O resultado foi épico, senti uma energia maravilhosa nessa forma lúdica de me mostrar para o mundo.



## Fotografia, um processo de cura do feminino

Fortalecer a autocompaixão, o empoderamento e o autoconhecimento entre as mulheres é um dos objetivos da fotógrafa Adriana Oliveira. Em entrevista à Revista Conecta, ela fala sobre suas inspirações e como utiliza a fotografia para despertar a força do feminino.

## O que te motiva em relação a fotografia feminina

A conexão com as mulheres em toda sua diversidade. Essa conexão abre caminho para o resgate empático da autoestima através da imersão fotográfica. Ciente de todas as barreiras que nós mulheres criamos como defesa, desenvolvi uma abordagem especial para construir um ambiente onde as mulheres experimentam um tempo só delas para que sua beleza única possa ser revelada, celebrada e eternizada.



Soube de sua grande afinidade com Frida Kahlo. Na busca por sua identidade artística, como você traçaria um paralelo com ela?

Considerando todas as tragédias que Frida viveu, pode-se dizer que ela conseguiu encontrar o caminho para a paz através de sua arte autobiográfica, singular e impactante. Embora seu corpo, por diversas vezes, fosse moído, moldado e realinhado, sua mente e alma construíram uma vida além da dor. Ela conseguiu transpor sua trajetória pessoal para suas pinturas deixando um legado de grande resiliência diante de suas tragédias. Levei anos para consolidar meu estilo na fotografia, de início, não me via como artista. No aprendizado contínuo, eliminei ruídos e excessos do caminho e eliminei tudo que me distraía da mensagem principal. Descobri um desejo forte de trazer a verdadeira essência das mulheres à superfície, revelando as cicatrizes da alma que se acumulam ao longo da vida. A fotografia é a escrita com a luz, não há fotografia sem ela. Ilumino as histórias das mulheres que fotografo e isso cura.



Sobre o “Dia Internacional da Mulher”, qual a importância dessa data para você?

Celebro essa data há algum tempo, com grande entusiasmo. A cada ano sinto mais orgulho das nossas conquistas e do aumento do protagonismo feminino na sociedade. Descobrimos que podemos ser ouvidas mas, principalmente, que somos mais fortes unidas. Minha contribuição nesta luta está baseada em viver e pregar um mundo com mais sororidade.

Se desejarem conhecer o meu universo de imagens, convido a acessar.



@adrianafotografia



www.adrianaoliveira.com



# MATERNIDADE NA VEIA

POR SAMARA FELIPPO



Quando fui convidada para integrar essa Rede linda, materna e feminina, confesso que tive um certo receio em aceitar. Fiquei tensa!

A única vez que escrevi pra uma coluna falei sobre basquete. Ou melhor, sobre como era ser a esposa de um jogador de basquete. Sim, fiz isso. O tempo passou, me tornei mãe nesse período, duas vezes. Me separei, me reergui e entendi, há poucos anos, o que é maternidade na veia e qual é o meu propósito. E não, não é ser mãe. Eu posso criar muitas coisas além de filhos.

Ser mãe foi o que me levou a conduzir minha fala, levar minha experiência e oferecer escolhas a muitas mulheres. Foi a forma que decidi, por meios dolorosos, outros não, a tomar as rédeas da minha vida, ser ativista e levantar bandeiras que percebi serem necessárias.

Quando perguntei qual tema estreariamos na coluna, brinquei dizendo: "Maternidade na veia?" E, prontamente, elas amaram. Parece clichê, mas na hora fui transportada pro meu "fantástico" mundo da maternidade real. Me imaginei sentada naquelas cadeiras de exames de sangue, tomando uma dose de maternidade na veia. Tomei dose alta na separação. E agora na pandemia... overdose. Mas mesmo com toda a overdose e passando por tudo que já passamos, faríamos tudo de novo.

A impressão que tenho é que nós mulheres, precisamos da maternidade na veia. Mesmo as que dizem, hoje em dia, veementemente que "não pensam ou não querem ter filhos". Temos a necessidade de sermos mãe de alguém ou alguma coisa o tempo todo, mesmo que inconscientemente. Mulheres se intitulam o tempo todo: "Mãe de pet", "mãe de planta", "mãe de marido"... De onde vem isso? Que autocobrança é essa? Que necessidade de maternar é essa?

Entre pesquisas, até a idade é quase imposta para que você tenha filho logo, antes dos 30, porque: "Do ponto de vista médico, o período dos 20 aos 30 anos é considerado ideal para a gravidez. Afinal, é nessa fase que a fertilidade da mulher está em alta, que o corpo apresenta um risco menor de ter problemas durante a gestação e de o bebê apresentar falhas genéticas, pois os óvulos são mais novos." Ou seja, corra mana.

Se eu disser que fui mãe pela primeira vez aos 30, exatamente, por isso e nem tinha lido esses artigos, você acreditaria? Pois é. Caímos em mitos e crenças o tempo todo, em prol de uma dose de maternidade. A maternidade é dosada, vem em gotas durante toda nossa vida. Tipo soro no hospital. Desde crianças, a sociedade manipula, induz, introjeta sem sequer pedir nossa licença ou oferecer escolhas. Ainda aqui nas minhas pesquisas, me deparei com isso: "Como tomar a decisão de ser mãe?"

Deve ser uma escolha sua e do seu parceiro, que deve ser bem pensada e planejada. Se depois de dar muitas voltas você decidir que ser mãe não é para você e que prefere levar uma vida em casal ou sozinha, não se preocupe. Talvez seu momento ainda não tenha chegado"

Primeiro, a decisão é bem mais sua do que dele. Segundo, eu estava, inclusive, achando bacana até chegar no: "Talvez seu momento não tenha chegado", porque minha amiga, segundo nossa cultura machista, não há possibilidade desse momento não chegar.



**E ele não chega pra muitas mulheres, seja por algum fator de saúde ou porque elas "burlaram" o sistema desde crianças**

# MICHELLE PANDORA







### Pandora e o feminismo negro: a diversas nuances de ser mulher

Feminismo Preto no Brasil: este é um tema complexo quando sabemos que por aqui a igualdade de gênero ainda exige esforço diário por parte de mulheres de todas as raças. Contudo, em um contexto de desigualdades sociais extremas, precisamos, sim, ‘falar’ sobre as dificuldades que as mulheres pretas enfrentam, diariamente, para conquistar espaços, quaisquer que sejam.

Para se ter uma ideia do quanto o Brasil, apesar de ter durante muito tempo se declarado como ‘cordial’, é racista, aqui, desde sempre, pessoas negras sempre foram (e ainda são) aquelas que têm menos acesso à moradias dignas, à educação de qualidade, entre outros serviços básicos que contribuem para uma vida com mais qualidade.

E neste contexto de desigualdade social que gera violências cotidianas em todas as regiões do país, as mulheres negras continuam, neste século XXI, ocupando a base da pirâmide social brasileira.

Uma pergunta lançada pelas autoras Laura Dias e Natália Araújo (em artigo para o Portal Geledés), por exemplo, questiona o seguinte: “Por que na pirâmide social capitalista brasileira, o homem branco se encontra no topo e a mulher negra na base?”

Percebe-se que as mulheres negras já nasciam com os seus destinos predeterminados ao analfabetismo e a servidão”.

Pois é justamente por viver em uma realidade tão desigual e aparentemente imutável, que para celebrar o Mês Internacional da Mulher, se faz importante ‘falarmos’ sobre o feminismo preto, sobre mulheres pretas que tem conseguido mudar suas realidades, superar desafios diários e construir seus sonhos.

### E uma destas mulheres é a mineira Pandora.

Pandora compartilha todos os dilemas da conjuntura social brasileira, pois nasceu em Minas Gerais, um estado que se desenvolveu à custa da mineração e claro, do intenso tráfico de pessoas escravizadas realizado na época da colonização do país. Nascida em uma família multirracial, filha de pai negro e mãe branca, ela enfrentou desde cedo episódios de racismo na escola, em ambientes de trabalho e outros locais, mas nunca deixou de acreditar que realizaria seus sonhos.

Pandora nasceu em Belo Horizonte, na capital mineira, e teve uma infância como a da maioria das garotas negras de sua idade, lembrando sempre que nascer em um país racista como o Brasil é, sobretudo, ter que aprender a conviver com as limitações impostas pela cor da pele onde quer que se vá. É sofrer *bullying* na escola em razão do cabelo crespo, é não poder ser coroada como 'rainha da pipoca' e ver o título ser dado para uma garota branca, é, enfim, colecionar momentos de racismo declarado e velado que vão se acumulando ao longo das experiências diárias.

(Sim, ela realmente passou por tudo isso, entre outras 'coisas').

No entanto, o que se destacou ao longo de sua trajetória é que ela, inexplicavelmente, não abaixou a cabeça para nenhum dos episódios de racismo que sofreu e, sim, ela sofreu, é claro. Se sentiu humilhada, quando criança, mas por ter tido sempre o apoio dos pais, vivenciou as situações e seguiu adiante cultivando o desejo de que veria seus sonhos realizados e lutando por eles. Mesmo que não tivesse consciência ou um pensamento propriamente 'feminista', Pandora é um exemplo de mulher preta que seguiu e segue superando os muitos desafios impostos em razão da sua etnia.

E apesar de fazer parte da base da pirâmide social brasileira, Pandora ousou, primeiro, confrontar a 'servidão' (citada no artigo das autoras acima); ousou cultivar e lutar para realizar seus sonhos, algo por si só, peculiar, quando lembramos que as mulheres negras parecem nascer com seus destinos definidos.

Foi assim que, literalmente, 'nadando contra a corrente', ela foi conquistando espaços, se sobressaindo em situações que pareciam imutáveis e, de maneira singular, se tornou blogueira, repórter de TV e, depois disso, vieram outras posições de destaque que jogariam mais luz sobre sua trajetória e, claro, sobre a cor da sua pele.



Atualmente morando na Europa, em Portugal, Pandora hoje é, além de diretora da Agência PAN, empresa que oferece serviços de assessoria de imprensa e marketing digital; CEO da Vegas MakeUp, empresa que produz cosméticos *cruelty free*; apresentadora da TV Caras e *youtuber*.

No Mês Internacional da Mulher, terminamos este artigo com um desejo: que as conquistas de Pandora sirvam para mostrar a todas as meninas negras que a cor de suas peles não é (ou não pode mais ser) empecilho para a realização de seus sonhos e que o feminismo preto tenha um alcance cada vez maior.

 @michellepandoraoficial

# VOCÊ CUIDA DO SEU EMOCIONAL?

POR KEYLA PICCOLI



E se a gente colocasse agora na balança: Competência Emocional x Competência Técnica. Qual das duas ganharia na balança da sua vida?

Competência emocional é tão importante quanto a competência técnica.

Existem muitas pessoas que ao longo da vida investem muito em títulos e diplomas mas por algum motivo não conseguem ter êxito profissional, não conseguem passar em um processo seletivo de uma empresa ou até mesmo conseguem um bom trabalho mas depois acabam perdendo.

O que todos nós precisamos entender é que tudo gira em torno das nossas EMOÇÕES, saber gerir nossas emoções é tão importante quanto as nossas competências técnicas, pois se não soubermos gerir nossas emoções, administrar os nossos comportamentos diante de cada uma das nossas emoções, teremos prejuízos de relacionamentos, financeiros e auto estima baixa, ou seja, nos perderemos o tempo inteiro.

De que forma?

- Comprando aquilo que não precisava e nem deveria comprar.
- Falando aquilo que não deveria ter falado.
- Gritando e desrespeitando quando não deveria ter gritado, nem tão pouco desrespeitado, e como consequência pessoas que amamos se afastarão.
- Viveremos focados nos problemas sem conseguir encontrar o caminho para a solução.
- Baixo nível de empatia.
- Não conseguiremos nos adaptar a novos ambientes e situações.
- Não saberemos lidar com as diferenças.
- Vitimização
- Mania de perseguição...etc.



**O segredo é fortalecer e potencializar o máximo o nível de inteligência emocional a fim obter uma vida muito mais leve, realizada, com emoções fortalecidas e feliz.**



# ESCOLHA SEU DESTINO

NÓS CUIDAMOS DE TUDO PARA VOCÊ



Cruzeiros



Passagens Aéreas



Seguro Viagem



Pacotes de Viagens



Pacotes Orlando | Disney



Hotéis

**M** MONACO MILES

*Mais do que apenas uma agência de viagens!*



@monacomilesbr

www.monacomiles.com.br

**Cadastur**

Fazendo o turismo legal.

**VERA  
ARAÚJO**

**SORAIA  
MENDONÇA**



Mulheres são invejosas, só competem, não sabem trabalhar juntas! Mulheres são piores do que os homens! Mulheres não gostam de exatas, só de humanas: conheça as empresárias Vera Cirino Araújo e Soraia Mendonça que contradizem estas e outras “verdades” que nos venderam

Estas são apenas algumas das muitas mentiras que são propagadas sobre as mulheres desde sabe-se lá quando. Estas mentiras vieram para se juntar àquelas, mais antigas ainda, e que nossas mães e avós cansaram de ouvir: mulher só sabe ‘pilotar’ fogão; mulher no volante, perigo constante; mulher não entende de números, só de atividades domésticas e por aí afora.

São muitas as bobagens mas, infelizmente, elas continuam sendo faladas aqui e ali, em lugares e situações distintas, quando a intenção é diminuir alguma mulher que esteja em posição de comando ou lutando para chegar lá.

É bem verdade que o mundo evoluiu bastante desde o final da década de 1960, época na qual o feminismo surgiu com vigor. Desde então, as mulheres ocuparam e continuam ocupando posições de liderança, mas ainda continuam ouvindo estas e outras tantas bobagens até piores. Às vezes, são as próprias mulheres que contribuem para difundir tais besteiras! E isso se chama falta de sororidade e empatia!

Com o Dia Internacional da Mulher se aproximando queremos, primeiro, mostrar com este texto que seres humanos que somos, nós mulheres, temos sim, defeitos, assim como os homens. Mas o fato de termos consciência deles não significa, em hipótese alguma, que concordamos com a propagação contínua e insistente das mentiras como estas que abrem este texto!]

Como exemplo, queremos ‘falar’ sobre uma empresa que foi fundada por duas mulheres que são, acima de tudo, amigas, e que, apesar de atuarem no competitivo mundo dos negócios, continuam se apoiando, se fortalecendo e trabalhando juntas em prol do desenvolvimento da organização.

O nome da empresa? Caleb Assessoria Empresarial. O nome das duas mulheres, amigas e empresárias? Vera e Soraia.

Ambas são paulistas da capital, se conheceram no começo do século XXI, quando Soraia foi cobrir a licença maternidade de Vera e, de lá para cá, houve uma ‘revolução’ na vida de ambas.

Contadoras, as duas tinham um sonho em comum: ter uma empresa de contabilidade diferenciada, na qual cada cliente pudesse se sentir, de fato, tratado de forma exclusiva. Ao longo de suas respectivas carreiras, cada uma delas enfrentou seus próprios percalços, buscou a profissionalização e a qualificação profissional, e assim, o ‘sonho’ da empresa própria finalmente se tornou realidade.

Mas não pensem nem por um minuto que isto foi ou é uma tarefa fácil, pois foi aí, inseridas em um ambiente desafiador e competitivo, que elas perceberam o quanto a sociedade brasileira ainda é “atrasada” e teme o sucesso das mulheres.

Para se ter uma ideia, quando estas duas mulheres, que são realmente amigas e praticam a sororidade desde quando este termo era pouco utilizado (no começo dos anos 2000) resolveram que fundariam, sim, uma empresa, tiveram que ouvir todos os clichês ditos por uma sociedade patriarcal e machista ao extremo para com mulheres destemidas como elas.




Diante disso, como empreender e levar adiante um sonho quando as próprias mulheres se juntam para dizer que 'mulheres não se ajudam'; 'mulheres não servem para lidar com números' entre tantas outras bobagens?

Pois é, o caminho não foi e continua não sendo fácil para a Vera e a Soraia, simplesmente, porque elas ousaram, sim, construir um negócio próprio, atuar em uma área predominantemente masculina (negócios/contabilidade) e têm conseguido, para 'horror' de alguns, conquistar espaços cada vez mais amplos e sólidos.

Sempre buscando aprimorar suas habilidades e competências, sempre abrindo caminhos cada vez mais significativos em seus projetos cotidianos, elas têm mostrado com suas vivências, o quanto o profissionalismo e a busca constante por conhecimento são essenciais para gerenciar um negócio (isso vale para seres humanos de quaisquer gêneros, aliás!)

Este texto é, portanto, uma forma de celebrar o Dia Internacional da Mulher através de um 'case' que tem se revelado, a cada dia, uma maneira de mostrar o quanto as mentiras e clichês difundidos sobre liderança feminina, empreendedorismo e inteligência caem por terra quando mulheres ousam e, sobretudo, se apóiam e se fortalecem.



 @soraiamendonca1

 @veracirinos



# EUROPE TOUR

STIFLER TATTOOART

25/05-28/06/2022

# BOOKINGS OPEN

LONDON - BARCELONA - ITALY - PORTUGAL



# CRESCIMENTO DO MARKETING DIGITAL

POR DEBORAH RIBEIRO



Alterações no mercado consumidor impulsionado pelo digital impactam no comportamento das pessoas.

Não é nenhuma novidade que o consumo de conteúdo digital aumentou nos últimos anos, devido às mudanças no comportamento das pessoas que são impulsionadas pelo avanço da tecnologia e da comunicação. E, gradualmente, pessoas das mais diversas áreas profissionais e comportamentais se integram à internet, sobretudo às redes sociais, para a prestação de serviços, divulgação de produtos ou até mesmo para compartilhar o seu dia a dia com dicas.

Déborah Ribeiro, jornalista e CEO da Letra Comunicação e Marketing, em Belo Horizonte, alerta que devido a pandemia do novo coronavírus, o processo de consumo impactou esse cenário. “As pessoas passaram a permanecer por mais tempo em casa e com isso a internet foi uma grande aliada para a realização de diversas atividades”.

Além disso, a especialista lembra que muitas pessoas tiveram que se adaptar ao digital e às suas tendências, e passaram a entender que uma boa estruturação do seu perfil e imagem nesse formato pode gerar até mesmo uma boa renda. “É nessas horas que muita gente fica perdida, pois um bom perfil no digital precisa de muita sabedoria e cuidado no decorrer do processo, para que as coisas funcionem com harmonia e gere resultados”, garantiu.

Devo separar meu pessoal do profissional?

Essa é uma das principais dúvidas dos profissionais. Muitas pessoas optam pelo uso de perfis profissionais para a realização de negócios e serviços, pois preferem separar para ter mais cautela com o que gera receita. Entretanto, não alterar, não é um problema. Pode ser até mesmo a solução. Mas, requer cuidado. “Uma boa identidade visual é o ponto chave de sucesso para o seu perfil. A dica é tentar ao máximo deixar claro no início quem você é e o que aborda. Algumas redes sociais já possibilitam essa mudança. Apresentar quem você é e o que você faz, logo no início, é essencial”, afirma Déborah Ribeiro.

Outra dúvida constante é com relação ao conteúdo. Durante a quarentena, as pessoas passaram a consumir muito conteúdo informativo, de entretenimento e até mesmo educativo nas redes sociais, e em 2021, esse comportamento não vai ser diferente. “A coerência nesse momento é um ponto essencial na hora da criação de conteúdo. Isso não significa que o seu conteúdo deva ser engessado e sempre formal, mas ser coerente consigo mesmo para que haja identificação dos seguidores com o seu perfil”, completa a CEO da Letra Comunicação e Marketing, em BH.

Por isso, nada adianta utilizar uma linguagem rebuscada e muito complexa para tentar atrair credibilidade e mostrar vantagens. Mesmo que a sua especialidade seja áreas consideradas complexas e até mesmo formais, como a área jurídica, de negócios, econômica, da saúde ou imobiliária, por exemplo, a simplicidade pode salvar a alma do seu perfil. finalizou a jornalista



**Tente humanizar ao máximo a sua página aparecendo em fotos de conteúdos, vídeos e lives. São os conteúdos que mais engajam**



# SOMOS F\*IDAS







“Somos F\*das”, um projeto para registrar na história do empreendedorismo feminino, mulheres de verdade.

Um legado construído para inspirar e contribuir com a transformação de inúmeras pessoas, esse é o objetivo deste grande projeto “SOMOS F\*Das”. A materialização de um conceito que nasceu para consolidar posicionamentos e desconstruir paradigmas, quebrar crenças e, acima de tudo, destruir a imagem enganosa que cada mulher carrega de si mesma, baseada no que ouviu ou sentiu em algum momento da vida.

Assim definimos a primeira obra literária lançada pelo Grupo Rede Conexão Mulher que, já no seu lançamento oficial, fez história e se tornou best seller numa jornada que atravessou o oceano.

### Portugal

8 de março, Dia Internacional da Mulher: uma data emblemática que marca conquistas e celebra o aniversário do Grupo Rede Conexão Mulher. Em Lisboa, o ‘palco’ do lançamento foi a mostra “Imperfeita”, exposição de vários trabalhos artísticos inspirados no acervo da artista mexicana, Frida Khalo, realizada na Galeria de Arte Coletivo 284.

10 de março, cidade do Porto: A livraria FNAC abre as suas portas e recebe o projeto “Somos F\*das”.

### Inglaterra

14 de março, Londres: o projeto chega à terra da rainha. No CIEE Global Institute London, a Rede Conexão Mulher marca mais um lançamento pela representatividade da cidade reconhecida como um dos lugares mais inovadores do mundo quando o assunto é arte.

### Depois de um oceano, chegamos ao Brasil

22 de março, Niterói: cidade natal da idealizadora e CEO da Rede Conexão Mulher, Catarina Coelho.





24 de março, Rio de Janeiro: Na livraria Blocks, a nossa embaixadora, Faiga Marques, esteve à frente da noite de autógrafos, recebeu convidados e homenageou cada uma das coautoras presentes.

Além das montanhas, foi a vez de Minas Gerais receber o projeto "Somos F\*das". Em Belo Horizonte, o evento ficou marcado pela emoção. No dia 26 de março, na livraria Café com Letras, anunciamos o lançamento da nossa editora de livros independente, além de consolidarmos a Rede Conexão Mulher no estado.

Sem sombra de dúvidas, a primeira edição do livro "Somos F\*das" entrou para história mundial do empreendedorismo feminino e marcou a jornada pessoal de cada um dos envolvidos nesse projeto que, a princípio, seria uma coletânea contendo a história de 22 mulheres reais que superaram suas próprias objeções.



Tamanho é a representatividade de "Somos F\*das", que o exemplar deixou de ser apenas um livro para se tornar também um documentário a ser lançado em breve, pelo olhar do cineasta Felipe Rafael de Freitas, que irá relatar os bastidores e toda a trajetória do projeto, desde a concepção da iniciativa até o lançamento oficial da obra.







Catarina Coelho, Marília Amaro, Priscilla Goes, Faiga Marques, Claudia Vieira, Saio Castro, Pollyana Leal, meu muito obrigado por conectar, transformar e realizar sonhos. Danni Suzuki por se dedicar em escrever o prefácio.

Bruno de Freitas, Felipe Rafael de Freitas, Norma Acquaviva, Ana Paula Damoulis, Lisa Marie e Max Coelho por todo apoio.

As nossas autoras que acreditaram neste projeto quando ainda era apenas um sonho: Ana Castro, Helena Guitler, Rhyanne Louback, Alecia Rocha, Tania Jackson, Paloma Navarro, Marcia Oliveira, Keyla Piccoli, Taliane Bernardinelli, Patricia Castro, Tatiane Mançu, Tathiane Deândhela, Renata Aron, Karine Vargas, Danielle Farias, Sil Pimentel, Debora Prates, Tamara Monte, Susanne Neumman, Leticia Bergamo, Priscila Dias, Leah Oliver.

O livro SOMOS F\*Das recebeu na sua primeira semana de lançamento o selo de Best Seller. O livro está entre os assuntos mais comentados no mundo literário, nesse mês de março. Além de recordista de tiragem e vendas, "Somos F\*das" se destacou pela linguagem acessível e de fácil compreensão, uma conquista de todas que acreditaram ser possível conectar para realizar.

Por Maiza Silva  
Editora do Grupo Rede Conexão Mulher



[COMPRE AQUI SEU EXEMPLAR](#)

# ANUNCIANTES



 @marujafoto



 @cakeriabybrunacorrea




 @blocks




 @plotjato



 @haru.atelie



 @cafe\_com\_letras



 @alinealvesfotografia



 @bhuai



 @motogirlexpress




 @lucakesbolosartesanais



 @valdete\_estilista



 @emotiva.atelie



 @cadettesilk

## EXPEDIENTE

MAIZA SILVA - EDITORA RESPONSÁVEL - 21810/MG  
MARÍLIA AMARO - DIAGRAMAÇÃO E DESIGN  
CATARINA COELHO - RESPONSÁVEL COMERCIAL  
UĞUR SEVINÇ - FOTOGRAFO MARIAM CHAMI

## POLÍTICA EDITORIAL

Empreendedorismo, carreira, finanças, cultura, bem-estar e outros assuntos que fazem parte do universo feminino são abordados em nossa publicação de forma atraente e com objetivo de informar nossas leitoras sobre tudo que acontece no mundo dos negócios.

Nossa abordagem principal é estimular a geração de negócios inovadores, por meio de conteúdos objetivos e cases de sucesso, divulgar profissionais qualificados e comprometidos com o bem-estar e a saúde emocional de mulheres empreendedoras.

A proposta desta edição é comunicar tanto com quem já se posicionou no mercado e encontra-se em estabilidade do SEU negócio, quanto com mulheres que buscam inspiração para começar um novo empreendimento.

Por meio de uma linguagem acessível, a Rede Conexão Mulher promove uma interlocução capaz de transitar por assuntos técnicos, de forma descontraída, acolhedora e curiosa, visto que nosso público se sente confortável e acolhido no propósito de empreender e destacar-se profissionalmente.

## ANUNCIE EM NOSSOS PORTAIS



SEGUE NOSSO INSTA



NOSSO SITE



ATENDIMENTO:

+55 21 9.7510-8793

+351 914941235

## TERCEIRA EDIÇÃO 19 DE NOVEMBRO DE 2021

Publicação em homenagem  
ao Dia Mundial do  
Empreendedorismo  
Feminino

## FALE COM A REVISTA CONECTA

Envie suas dúvidas, sugestões e pautas para: revista@redeconexaomulher.com. Aguardamos seu contato.



GRUPO | REDE CONEXÃO