

ESPAÇO DO POVO



Março 2023 | Edição 92 | Ano 16 | Distribuição Gratuita

Rocinha: uma das favelas mais populosas do Brasil nasceu de uma fazenda



Nessa série especial, vamos apresentar a partir do relato de moradores, histórias das principais favelas do país, começando pela Rocinha, localizada no Rio de Janeiro

Página 10

POLÍTICA

Marielle Franco: cinco anos de um crime sem respostas

Página 3

EMPREDEDORISMO

Trabalho de mulher é o que ela quiser

Página 8

POLÍTICA



Conheça o ativista periférico do Grajaú que tem a missão de representar os territórios periféricos em Brasília

Guilherme Simões assumiu a nova Secretaria Nacional de Políticas para Territórios Periféricos, pasta sob gestão do Ministério das Cidades

Página 9

Desbravando caminhos: a relevância da liderança feminina na comunicação e publicidade para um futuro inclusivo

Por Joildo Santos



Neste mês onde se comemora o Dia Internacional da Mulher, não poderíamos deixar de manter ativa e discutir um tema de suma importância e urgência no âmbito da comunicação: a relevância da presença feminina nos setores de comunicação e publicidade, particularmente em posições de liderança, e como isso pode favorecer um ambiente propício à in-

vação, respeito e diversidade.

Para alcançar a igualdade de oportunidades e fomentar um ambiente de trabalho inclusivo e diversificado, é imprescindível engajar todos aqueles que almejam transformar essa realidade. Progressos têm sido feitos, como a ascensão de pautas como ESG e outras iniciativas, que vêm aumentando a representatividade femi-

na e a diversidade em variados segmentos da sociedade.

Contudo, é crucial ressaltar que tais iniciativas devem ser adotadas pelo seu potencial transformador e não apenas como cumprimento de uma exigência do politicamente correto. A verdadeira mudança só se concretizará quando houver uma consciência genuína sobre a importância da diversidade e da inclusão, que se traduza em ações efetivas.

É igualmente importante reconhecer que, no que diz respeito a disparidades, o mercado vinculado às periferias e favelas enfrenta desafios ainda maiores, como a escassez de apoio financeiro e a desconfiança em relação aos empre-

endedores dessas áreas. Esse problema complexo demanda soluções criativas e eficazes, e a inserção de mulheres em cargos de liderança pode ser uma das abordagens para enfrentar esse desafio, por exemplo, fomentando o empreendedorismo feminino e a representatividade dessas comunidades no mercado.

Assim, é essencial reconhecer a relevância da presença feminina nos setores de comunicação e publicidade, especialmente em posições de liderança, e como isso pode colaborar para um ambiente de trabalho mais inclusivo e diversificado. Além disso, é importante engajar

todos aqueles que desejam transformar essa realidade e estar cientes dos desafios que enfrentamos, particularmente quando se trata de comunidades mais vulneráveis.

Como líderes e membros ativos da sociedade, temos o dever de trabalhar conjuntamente para promover a diversidade, a inclusão e o respeito em todos os segmentos sociais, e construir um ambiente de trabalho onde todos possam prosperar e contribuir para um mundo melhor.



Joildo Santos

Fundador do Espaço do Povo e CEO do Grupo Cria Brasil.

EXPEDIENTE

Espaço do Povo é uma publicação do Grupo Cria Brasil.

CEO Grupo Cria Brasil
Jornalista Responsável

Joildo Santos
joildosantos@paraisopolis.org
MTB 67099 SP

Diretora Executiva Cria Brasil
Francisca Rodrigues
franrodrigues@grupocria.com.br

Editora-chefe do Jornal Espaço do Povo

Gisele Alexandre
gisele.alexandre@agenciacriabrasil.com.br
MTB 60305 SP

Repórter Cinematográfico

Léu Britto
leu.britto@agenciacriabrasil.com.br

Edição

Caroline Martins
caroline.martins@agenciacriabrasil.com.br

Redação

Aline Almeida
aline.almeida@agenciacriabrasil.com.br

Leonardo Almeida
leonardo.almeida@agenciacriabrasil.com.br

Fotografia

Luis Maíke
Anderson Jorge
Léu Britto

Publicidade

(11) 977234537
(11) 952117476

Acompanhe nossas redes sociais

Cria Brasil
Instagram: @criabrasilcomunicacao
Facebook: Agência Cria Brasil

Espaço do Povo
Instagram: @espacodopovo
Facebook: Jornal Espaço do Povo
Site: www.espacodopovo.com.br

Marielle Franco: cinco anos de um crime sem respostas

Após cinco anos da morte de Marielle Franco e Anderson Gomes, a investigação ainda não encontrou os mandantes do assassinato

Por Leonardo Almeida

O crime aconteceu no dia 14 de março de 2018, no Rio de Janeiro. Marielle tinha acabado de sair de uma reunião, quando encontrou Anderson e os dois foram assassinados. Os acusados pelo crimes estão presos, são os ex-policiais Roni Lessa e Élcio Queiroz. Porém a investigação não fez grandes avanços nos últimos anos. Ainda existem pontos que a investigação não conseguiu esclarecer, como: Quais os motivos que levaram a morte de Marielle e Anderson? Quem foi o mandante do crime?

Motivos

Até o momento, a investigação não concluiu se houve motivação política na morte de Marielle Franco. A investigação segue algumas linhas de apuração, uma delas é a denúncia apresentada pelo Ministério Público, contra Roni Lessa e Élcio Queiroz, que sugere que Vereadora foi morta devido à sua posição a favor dos direitos humanos.

Suspeitos

As equipes do Ministério Público e da Polícia Federal estão revisando todas as linhas de investigação. Uma destas linhas se baseia em alguns nomes já citados em depoimentos anteriores,

como o bicheiro Rogério Andrade. Segundo promotores do Gaeco (Grupos de Atuação Especial de Combate ao Crime Organizado), em Abril de 2018, um mês após a morte de Marielle, o bicheiro iniciou tratati-

vas para abrir um bingo clandestino em parceria com Roni Lessa, na Barra da Tijuca, Rio de Janeiro.

Alguns políticos também estão no radar dos investigadores, um deles é Domingos Brazão, Conselheiro de Conta do

Estado do Rio de Janeiro. Em 2019, o Ministério Público do Estado do Rio de Janeiro entrou com processo contra Domingos, por obstrução das investigações do caso.

Outro nome é Cristiano Girão, ex-vereador na cidade do Rio de Janeiro, e ex-chefe da milícia Gardênia Azul. Girão está preso, acusado de duplo homicídio, crime que teria participação de Roni Lessa.

Governo Federal promete maior empenho nas investigações

A solução do caso tornou-se um compromisso do presidente Lula perante os brasileiros. Conforme divulgado pelo Governo Federal, existe a intenção de tornar as investigações responsabilidade federal, pois até o momento, os investigadores do estado do Rio de Janeiro não esclareceram o suficiente sobre o assassinato de Marielle e Anderson Gomes.



Crédito: Intervenção urbana assinada por "Bueno" na Avenida Consolação em São Paulo.

Você conhece o Wikifavelas?

O Wikifavelas surgiu como uma iniciativa para preservar a memória e a identidade coletiva dos moradores das periferias, reunindo conhecimento em um espaço virtual. Dentro do site é possível explorar diversos assuntos, como a história da sua favela, artigos sobre direitos humanos ou coletivos que atuam nas periferias do Brasil.

As publicações podem ser vídeos, filmes, imagens, poemas e textos. Todas as postagens são abertas ao público e possuem espaço para discussão dos usuários, dialogar com o público

das favelas respeitando as diversas visões existentes dentro das periferias brasileiras.

Para colaborar com a plataforma, você precisa se cadastrar no site wiki-favelas.com.br e escolher um assunto para criar conteúdo ou colaborar com as informações já disponíveis no site.

Aponte a câmera do seu celular para o QRCode e acesse o site do Wikifavelas.



Crédito: Morro do Salgueiro, Maurício_Hora.

Casa na favela de Belo Horizonte ganha prêmio internacional

Crédito: Leonardo Finotti.



A casa, que está localizada no Aglomerado da Serra, Belo Horizonte, maior favela de Minas Gerais, recebeu o título de "Casa do Ano", prêmio entregue pelo site ArchDaily, um dos principais sites de arquitetura do mundo. O imóvel concorreu com mais de 1,6 mil moradias, destas, 161 são brasileiras, porém era a única localizada em uma favela.

A construção usou os mesmos materiais das demais casas da favela,

possui 66 metros quadrados, dois andares, é bem ventilada e possui bastante iluminação natural. O grande desafio foi carregar os materiais até o terreno da construção, pois não há rua de acesso, a casa fica no final de uma viela. O projeto foi realizado pelo coletivo de arquitetos Levante, que atua desde de 2017 oferecendo serviços de forma voluntária ou a preços baixos para obras nas favelas.

Hey Brother, isso é assédio!

Por Débora Pereira

Diante da expulsão de dois participantes do maior reality show do Brasil, veio o questionamento de um deles: o que foi que você disse?

Hey Brother, você cometeu o crime de assédio sexual e não foi a vítima quem disse isso, o Brasil inteiro viu o crime que você cometeu.

No momento da comunicação da eliminação dos participantes do Big Brother Brasil, Mc Guimê e Cara de Sapato, “não sabiam” o que tinham feito, já a vítima, Dania, começou a chorar e a pedir desculpas. É muito importante nós observamos estas nuances, para que cada vez mais não restem dúvidas de que ocorreu um assédio.

Nossa construção social patriarcal usa um “método” que funciona muito bem para controlar as mulheres: a culpa. E naquele momento da eliminação dos participantes, foi dito a eles, que ELES haviam ultrapassado os limites, mas é a Dania, quem toma para si a responsabilidade e por isso, chora e se desculpa. Já os dois homens, que cometeram um crime em rede nacional, diziam que não estavam entendendo o



Crédito: Freepik.

que havia acontecido. Notem que aqui eles passam a utilizar a dúvida, o possível “mal entendido” para se inocentar.

Colocar a mulher em dúvida é um mecanismo usado há séculos por homens para controlar as mulheres e inocentar os homens de qualquer possível dano moral. Na Idade Média, as mulheres eram diagnosticadas com histeria, na época, uma doença relacionada ao útero e ao sexo feminino, esse diagnóstico passou a ser usado para demonizar as mulheres que passaram também a serem acusa-

das de bruxaria. Qualquer questionamento ou recusa das exigências que vinham do dito “papel da mulher” passou a ser dado como histeria e bruxaria, e por isso, as mortes em massa de mulheres eram justificadas na sociedade.

Trazendo a reflexão para o momento atual, o “se fazer de desentendido” pelos homens é uma ferramenta que colabora para que ele continue cometendo os abusos con-

tra as mulheres, já colocar em dúvida o que ela falou e o que ela entendeu, é a forma de coibir as mulheres de denunciarem seus algozes. Essa prática é antiga e funciona numa sociedade que aprendeu a demonizar as mulheres e a isentar os homens das responsabilidades de seus atos. É preciso estarmos atentas para fazer uma boa leitura e não deixar passar essa “falta de entendimento” mas-

culino sobre o que eles fazem todos os dias, os homens matam, abusam e mentem quando são questionados e denunciados pelas mulheres. Fingir que não entendeu o que está acontecendo é uma tática para manter os homens na infantilidade e inocência eterna, enquanto as mulheres são postas em dúvida sobre a sua sanidade mental e a sua capacidade de autoanálise, sendo demonizadas e mortas quando tentam se defender.

Mulheres, não duvide do que está sentindo, caso sinta um desconforto na aproximação de algum homem. Você se sentiu constrangida e ele não parou? Você sentiu medo da reação dele quando disse não? Você se esquiva e ele se aproxima cada vez mais? Você disse ‘não’ e ele insiste? Isso é assédio sexual e assédio sexual é crime.

Não duvide de si mesma, denuncie!

Débora Pereira

Psicóloga, psicoterapeuta, palestrante e desde 2021 atua como analista de RH no Emprego Comunidades de Paraisópolis.



A importância das redes de apoio para promover o protagonismo feminino nas favelas

Por Fran Rodrigues

O slogan da Associação das Mulheres de Paraisópolis (AMP), "Nenhuma mulher ficará para trás!", diz muito sobre solidariedade. A palavra, que eu conheci a pouco tempo, mas a ação eu já via há alguns anos acontecendo na prática. Durante esses 10 anos atuando em Paraisópolis e três na instituição do G10 Favelas, como diretora de uma das iniciativas, a Cria Brasil, presenciei e fiz parte de uma rede de mulheres extremamente fortes que transformaram a vida de milhares de outras mulheres. Observei o nascimento de projetos que foram desenhados para mudar realidades de dor e violência e que hoje são negócios de sucesso e alcançam ainda mais histórias. Todos eles, liderados e gerenciados por mulheres.

O Emprega Comunidades, por exemplo, uma iniciativa que tem como objetivo capacitar e empregar moradores de favelas, nasceu especialmente para as mulheres, com o desejo de proporcionar uma alternativa

para aquelas que eram violadas e violentadas todos os dias.

Com esse mesmo propósito, outros projetos foram desenvolvidos e apoiados pelo G10 Favelas, como o Mãos de Maria, Costurando Sonhos, o G10 Bank e o Sacoleiras Vendem Tudo. Na atuação nas favelas do Brasil, o grupo percebeu que as mulheres são o coração da maioria das famílias, pois são elas que cuidam, que geram e que, na maioria das vezes, levam alimento para dentro de casa. Provando essa observação, o IBGE mostrou que quase metade das casas brasileiras, são chefiadas por mulheres.

Desse modo, é inegável o tamanho da força feminina e do seu poder de transformação. Porém, o que é difícil de discordar também, é que essas mesmas mulheres, que chefiam casas, empresas e suas próprias vidas, ainda precisam de uma validação masculina para serem efetivamente respeitadas e validadas. Infelizmente, ainda existe muita violên-

cia, machismo e misoginia. Parece até mentira, mas as mulheres ainda precisam gritar para que tenham sua voz escutada, e muitas vezes, nem assim conseguem. A união feminina e a rede de apoio são essenciais para potencializar essa força e para que todas possam ter suas vidas validadas.

É um ciclo. Para que as mulheres de Paraisópolis tivessem acesso a capacitação e a possibilidade de viver em liberdade com sua própria renda, mulheres como Sueli Feio, Maria Nilde, Elizandra Cerqueira, Juliana Oliveira, Rejane Santos, Flávia Rodrigues, e Jaqueline Amorim tiveram que dar as suas caras pela causa e fazer acontecer, juntas a outras lideranças que iniciaram esse trabalho lá atrás, elas têm aberto caminhos para que outras mulheres possam dar continuidade a esta rede de apoio não somente em Paraisópolis, onde surgiu há alguns anos, como também em outras comunidades no Brasil.

Por meio do G10 Favelas, essas lideranças têm



Crédito: divulgação.

se conectado e trocado ideias, compartilhando suas dores, suas experiências, seus cases de sucesso para potencializar outras lideranças femininas nas comunidades no Pará, Maranhão, Rio de Janeiro, Pernambuco, Ceará, Minas Gerais, entre outras. Elas têm discutido o papel da mulher periférica na sociedade e também levado informação para aquelas que não sabiam nem sequer em qual direção seguir.

Elas criaram soluções para libertar as mulheres por meio da gastronomia, da moda, da comunicação, do crédito bancário, formações e conhecimento para que andem lado a lado e não deixem nenhuma mulher para trás.

Eu como mulher peri-

férica, preta, nordestina, filha de uma cearense, faço parte dessa rede. Uma cadeia, onde cada envolvida é de extrema importância. Também tenho certeza que a dona Bárbara, que mesmo passando tantas dificuldades teve força e contou com uma rede de apoio para sair de um quadro de violência doméstica. A solidariedade foi importante para salvar a vida da minha mãe e tantas outras mulheres que vieram antes de mim e delas. Eu sei que ainda existe uma longa caminhada para avançarmos na sociedade, mas sei também que iremos chegar juntas.



Fran Rodrigues

É jornalista, coordenadora de comunicação do G10 Favelas, produtora cultural e voluntária na Associação das Mulheres de Paraisópolis. É diretora-executiva da Cria Brasil, agência de comunicação de favelas. É fundadora da Potência Periférica, uma iniciativa que valoriza artistas e projetos culturais da periferia.

Gerações e identidade

Por Judith Britto

Li quatro dos livros de Annie Ernaux, a francesa laureada com o Prêmio Nobel de Literatura em 2022 (publicados no Brasil pela Editora Fósforo): “O lugar”, “Os anos”, “O acontecimento” e “A vergonha”.

Os escritos de Ernaux conformam uma espécie de autobiografia com fundo sociológico, revelando a transição da geração de seus pais – sem estudos e donos de um pequeno comércio numa cidade provinciana da França – para a dela, que teve acesso à universidade. Nessa passagem do tempo transitam sentimentos de inferioridade, horror à violência, pressão por costumes conservadores... enquanto o dia a dia flui na vida comum.

“O lugar”, que a própria autora recomenda como o primeiro de seus livros a ser lido, trata das relações de família, em especial com o pai, no entorno social em transformação: os pais procuram sobreviver e tentam melhorar de vida a partir do trabalho físico, enquanto almejam para os filhos o estudo e uma condição melhor, de menos esforço. Isso ocor-

reu com a autora, que pôde estudar, ser professora e depois escritora de sucesso. Além disso, pôde viver em cidades maiores e menos provincianas que as de sua infância, e se casou com um homem escolarizado e burguês.

Essa ascensão também estabelece uma espécie de “diferença familiar de classe” entre as duas gerações. Diz Ernaux: “Ao longo do verão, enquanto esperava meu primeiro cargo de professora, pensei: ‘um dia terei de explicar todas essas coisas’. Terei de escrever sobre meu pai, sobre a vida dele e sobre essa distância entre nós dois, que teve início em minha adolescência. Uma distância de classe, mas bastante singular, que não pode ser nomeada. Como um amor que se quebrou.”

De certa forma minha família – como tantas outras no Brasil – também viveu essa transformação. Até a geração de meus pais (quando crianças e jovens), a vida na zona rural exigia prioridade ao trabalho braçal, garantindo a sobrevivência do grupo. Meu pai, o mais velho de sete irmãos, co-

meçou a trabalhar na lavoura ainda criança, e somente pôde frequentar a escola rural por poucos meses. Ele contava: mesmo tão pequeno, tinha consciência de que não poderia ficar muito na escola, pois precisaria voltar ao trabalho na plantação, em tempo integral. Como as diferentes séries eram ministradas em conjunto, numa mesma sala de aula, para aproveitar mais a oportunidade, ele prestou atenção simultaneamente no que era ensinado aos alunos mais avançados.

Foi assim que aprendeu a ler e a fazer contas, tornando-se, mais tarde, um comerciante que, em parceria com minha mãe, conseguiu criar com dignidade seus oito filhos. Com a humildade das pessoas simples que sempre foram, e com muito amor, meus pais superaram a “diferença de classe” em relação aos filhos (entendida na concepção de Ernaux), mantendo a família unida.

Annie Ernaux também

trata do sentimento de inferioridade em relação às pessoas mais abastadas de seu convívio, por conta da transição do mundo de seus pais para o novo, ao qual ascendia. Em “Os anos”, falando na terceira pessoa, escreve: “As duas moças que estão com ela na foto são endinheiradas. Ela não se identifica com as colegas. Ela é mais forte e mais sozinha. De tanto andar na companhia delas e de ir juntas a festas, sente-se inferior. Também não se identifica com o mundo dos trabalhadores que pertence à sua família, com o pequeno comércio dos pais. Passou para o outro lado, mas não saberia dizer do quê.”

Em contraponto a essa melancolia disruptiva da autora, lembrei-me do que diz Gilson Rodrigues, Presidente do G10 Favelas – que construiu sua própria ascensão, de menino sem rumo a líder de milhões de pessoas –, referindo-se ao local onde fez sua vida: “Não quero melhorar de vida para sair da favela.

Quero melhorar a favela – e a vida das comunidades – para ficar aqui!”. É com essa identidade e ousadia que Gilson e seu time acessam empresas e executivos para atrair recursos e investimentos para as favelas. É com essa ousadia que mostram os empreendimentos do G10 na bolsa de valores em New York ou em Milão. Ou que organizam jantares de arrecadação de fundos nos locais mais chiques da cidade de São Paulo.

Dia destes li, aqui no “Espaço do Povo”, uma entrevista de moradora que confirma essa identidade com Paraisópolis: “Foi aqui que formei minha família, conheci pessoas e construí a vida. Para mim, Paraisópolis se resume em uma palavra: casa.” Significa que os moradores têm orgulho e se identificam com o lugar e a comunidade. Como diz o slogan do G10: “Favela vai vencer!”



Judith Brito

É mãe, avó e executiva do Grupo Folha e do Grupo UOL.

Trabalho de mulher é o que ela quiser

No mês da mulher, você conhece a história da Daiana, uma serralheira que aprendeu o ofício com o pai e se apaixonou pela profissão

Por Leonardo Almeida

Existem profissões que de maneira preconceituosa são consideradas “trabalho de homem”. Talvez não pensemos em mulheres trabalhando em oficinas de serralheria, por exemplo. As ferramentas pesadas, faíscas de solda e barras de aço, fazem parte de um ambiente dominado por homens.

Dayana Gouveia, aos 18 anos, ousou mudar esse cenário. Foi atraída pela oficina da serralheria da família e seguiu os passos do avô, pai e do irmão mais velho. Começou ajudando na oficina em dias cheios de trabalho, e pegou gosto pela profissão que virou sua paixão.

“O meu pai e meu avô já trabalhavam com portas de aço e portões, e

abriram uma oficina aqui na garagem de casa. Então meu pai me ensinou o serviço”, conta Dayana. “Eu ia com ele fazer orçamentos, vi ele trabalhando e aprendi o trabalho. Então quando estavam na correria, me deixavam na oficina eu “batia mola e fazia fita”, completa.

Apesar do gosto pela profissão, Dayana sofreu resistência por parte da família, já que seus avós não viam com bons olhos a neta trabalhando como serralheira, porém contava com o apoio do seu falecido pai, Cláudio da Silva Alves, de acordo com ela, seu maior incentivador: “Meus avós não gostavam muito não. Já meu pai dizia que tinha que ser assim mesmo, tem

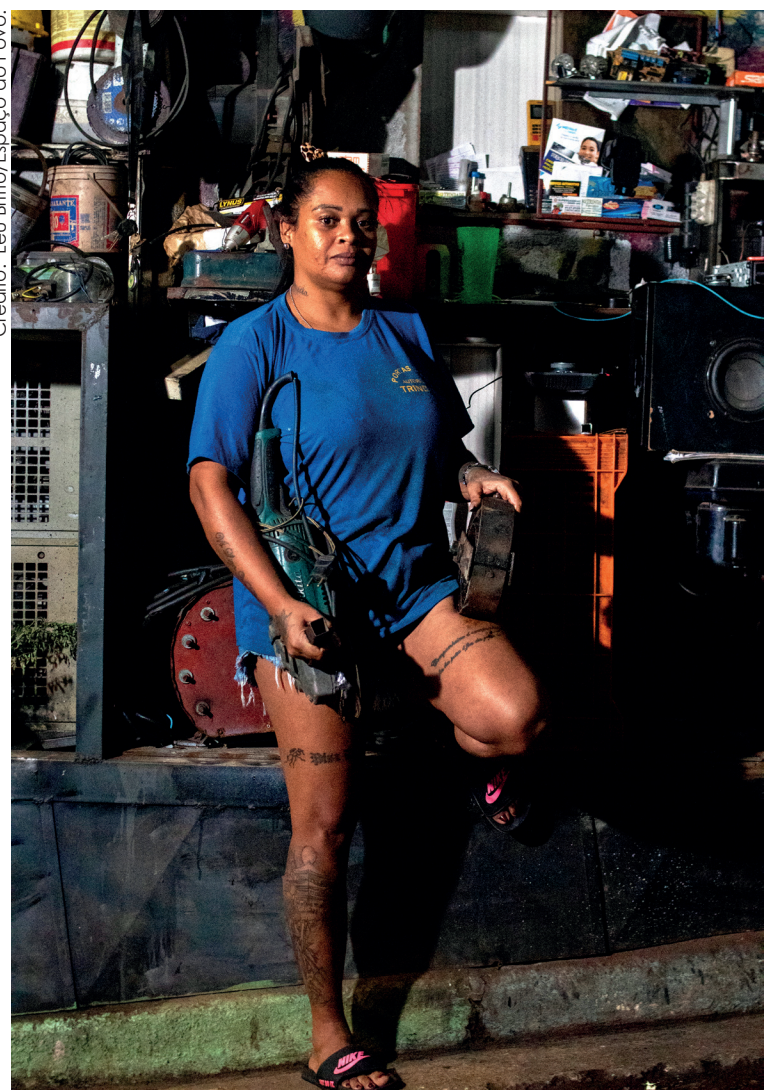
que trabalhar, não importa do que seja. Meu pai gostava”, lembra.

Por ser uma profissão dominada por homens, Dayana enfrentou diversas situações de machismo por parte dos clientes, que não acreditavam na qualidade do serviço prestado por uma mulher.

“Aqui onde eu moro, tem eu e outra mulher, que é de outra serralheria. As pessoas comentam, os clientes falam, poxa trouxe uma mulher. Daí eu começo a fazer as coisas e eles mudam de opinião. Mas, a única pessoa que tentou me impedir de trabalhar foi meu avô. É triste, a pessoa não poder trabalhar com o que ela gosta. Eu aprendi essa profissão e as pessoas criticam. Mas triste a gente fica”, desabafa.

Atualmente, Dayana enfrenta dificuldades para encontrar trabalho na serralheria, os clientes diminuíram e, por isso, ela precisa conciliar o trabalho na oficina com outros trabalhos.

“Não está tendo serviço, realmente tá tudo parado, se dá um serviço uma vez por mês é muito. Além de fazer bicos



Crédito: Léo Britto/Espaço do Povo.



Crédito: Léo Britto/Espaço do Povo.

[como serralheira], eu trabalho também como cuidadora de idosos e segurança”, disse.

Ela superou a resistência da família, a desconfiança dos clientes e comentários machistas e seguiu na profissão que ama. É um laço de amor que mantém com seu pai, a pessoa que lhe motivou a ser serralheira.

“Quando tem esse serviço para fazer, eu gosto

muito, porque me lembro do pai, e por mais que meu avô me xingava, brigava comigo, eu lembro do meu avô. Porque foram eles que me ensinaram”, finaliza.

A oficina da “Central das Portas” possui 60 anos de tradição, começou com o avô, passou pelo pai, agora cabe a Dayana manter o legado da serralheria.

Conheça o ativista periférico do Grajaú que tem a missão de representar os territórios periféricos em Brasília

Guilherme Simões assumiu a nova Secretária Nacional de Políticas para Territórios Periféricos, pasta de sob gestão do Ministério das Cidades

Por Aline Almeida

Cria do Grajaú, periferia mais populosa da cidade de São Paulo, Guilherme Simões (38), em janeiro foi nomeado Secretário Nacional de Políticas para os Territórios Periféricos pelo Ministério das Cidades, pasta criada pelo atual Governo. O secretário tem a missão de representar, periféricos, favelados, e desenvolver iniciativas que os coloquem no centro e sejam protagonistas em seus territórios e também na política.

No início deste mês, Guilherme concedeu uma entrevista exclusiva para nossa equipe, onde falou sobre sua trajetória e também sobre o papel assumido por ele na secretaria.

“A criação da secretaria é uma conjunção de fatores, uma soma de coisas. Uma reivindicação histórica dos movimentos sociais, das entidades periféricas, agora temos um espaço dentro do governo para pensar política pública de acordo com o que a gente vive, que a gente sente, que a gente sofre”, conta Guilherme.

Quem mora na periferia carrega consigo anseios, incômodos, causas, e com Guilherme não é diferente. Ele conta que foi durante uma visita à ocupação do Movimento dos Trabalhadores sem teto (MSTs) em Taboão da Serra (SP), que se encontrou na luta popular.

“A partir dali eu percebi que era um lugar que acolhia muito os meus incômodos, pois eu já estava estudando e já tinha um senso crítico e entendia que a cidade. Na verdade, era um fosso social que separava ricos e pobres, pretos e brancos”, lembra.

Por ser periférico e estar engajado no ativismo social, entende perfeitamente quais são as necessidades de quem mora nas favelas. Ele conta o que motivou o Governo a criar essa secretaria. “Durante a campanha eleitoral do presidente Luiz Inácio Lula, ele visitou o Complexo do Alemão, favela do Rio de Janeiro, e foi recebido por comunicadores comunitários e ativistas que entregaram em suas mãos um plano

de ação popular que o deixou impressionado. Ele falou que, se fosse eleito, iria dar uma resposta para esse plano popular que traz toda a solução dos problemas do território, ou seja, os próprios moradores e movimentos periféricos têm desenvolvido políticas públicas para si mesmos, é a potência gerando resultados”, conta Guilherme.

O secretário ressaltou durante a entrevista que, apesar de ter um orçamento enxuto de 500 milhões para desenvolver critérios que vão de encontro com as atribuições da pasta, que são urbanização de favelas e prevenção de riscos, fará o que for possível para que as favelas estejam mobilizadas e, que os agentes periféricos sejam protagonistas e que proponham políticas, mas que também ajudem a executá-las.

Durante o mês de março, o secretário estará em caravana nas favelas pelo país para conhecer iniciativas que podem construir políticas públicas como na cultura, educação, sa-

neamento, moradia. “Vamos dar visibilidade e mostrar força, mostrar que o território periférico que muitas vezes é visto como um lugar de abandono, de ausência, é também um lugar de muitas possibilidades, de muita potência”, finaliza Guilherme.

Para conferir a entrevista exclusiva comple-

ta, aponte a câmera do seu celular para o QRCode e acesse o nosso canal no Youtube.



Crédito: Luis Maíke/Espaço do Povo.



Rocinha: uma das favela mais populosa do Brasil nasceu de uma fazenda

Nessa série especial, vamos apresentar a partir do relatos de moradores, histórias das principais favelas do país, começando pela Rocinha, no Rio de Janeiro

Por Aline Almeida

Localizada na Zona Sul do Rio de Janeiro, a favela da Rocinha já foi considerada a maior comunidade do Brasil. Segundo o Censo Demográfico de 2010, realiza-

do pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), há 69 mil habitantes na região, porém pelos registros da Light S.A (concessionária de distribuição de energia

elétrica) a população é estimada em 120 mil pessoas, já para os moradores o número ultrapassa 150 mil residentes.

Em 2013, essa gigantesca comunidade pas-

sou a ser considerada um bairro e teve sua área delimitada pela lei nº 1995/93. O nome "Rocinha" surgiu pelo fato dos moradores que vendiam hortaliças na região da

Gávea, informavam aos seus clientes curiosos que os alimentos eram da "rocinha", lugar que hoje é a favela, mas que antigamente era uma grande fazenda.

A roça que virou favela

O processo de favelização da Rocinha começou por volta de 1940, quando o Rio de Janeiro passava por uma forte migração de trabalhadores rurais para as áreas urbanas em busca de oportunidades nas indústrias que começaram a se instalar no país. Muitas empresas se estabele-

ceram longe das regiões centrais das cidades, dificultando o trajeto dos trabalhadores que moravam nos subúrbios do centro. Com isso, muitas pessoas passaram a se mudar para perto das fábricas, um dos motivos da Rocinha ter crescido sem nenhuma regularização dos terrenos, as pessoas construía barracos da

noite pro dia, resultando em uma "urbanização desordenada".

Ao mesmo tempo em que a Rocinha crescia como comunidade, sem nenhum amparo do poder público e sem nenhuma infraestrutura, os moradores passaram a lutar por esses direitos, através de manifestações populares e culturais.

Para Antônio Firmino (56), morador da Rocinha há 30 anos, formado em Geografia, e articulador cultural da favela, a cultura e educação andam sempre juntas. "As manifestações culturais são muito mais do que só entretenimento, é a construção de relações com as pessoas, é a troca de saberes e fazeres", explica.

Antônio está entre o grupo de pessoas que trabalham para preservar as memórias da favela.

Em 2007, ano que ocorreu o Fórum Cultural da Rocinha realizado por várias instituições e artistas do território, surgiu a ideia de criar o grupo pró-museu da Rocinha, no ano seguinte. Em 2011, o projeto foi incluído no Programa Pontos de Memória/ Instituto Brasileiro de Museus (Ibram/MinC) como Ponto de Memória.

Batizado de "Museu Sankofa", leva esse nome em referência ao ideograma presente no adinkra, conjunto de símbolos ideográficos dos povos acã, grupo linguístico da África Ocidental. Representado por um pássaro mítico que tem os pés para frente e cabeça para trás, Sankofa reforça a ideia de que para construir o presente e o futuro, é preciso olhar o passado, ou seja, o museu

internaliza as memórias e histórias locais da favela com a cidade do Rio de Janeiro.

Atualmente, o acervo conta com 19 mil documentos, porém, ele não tem um espaço físico fixo, ou seja, é um museu itinerante, que percorre a favela, composto por fotos, documentos, objetos e filmes sobre a história e o cotidiano da favela.

Saiba mais sobre a história da Rocinha apontando a câmera do seu celular para o QRCode



Créditos: chensiyuan/Wikimedia Commons

ESPECIAL FAVELAS DO BRASIL



Crédito: Fala Roça.

Fala Roça: comunicação comunitária como resistência

Michel Silva (29), nascido e criado na favela da Rocinha, começou sua trajetória como jornalista em 2011. Tudo começou pelo fato dele não aceitar como o jornalismo tradicional retrata a realidade da favela: “eu percebi que a Rocinha era retratada de uma forma muito marginalizada e estigmatizada pelos veículos tradicionais”, disse.

A partir daí, em 2013, Michel criou o jornal Fala Roça, com o objetivo de trazer representatividade para o território, através do projeto “Agência de Redes Para a Juventude” que estimula jovens periféricos a colocarem suas ideias em prática.

com 19 anos na época, Michel encontrou outros jovens que tinham o mesmo pensamento para dar vida ao jornal impresso da Rocinha e para a Rocinha.

O jornalista conta que a escolha do nome do jornal se deu por quererem preservar a memória histórica da favela. A produção é feita de maneira independente e, sem investimento público ou privado, o jornal precisou deixar de ser impresso em outubro de 2021, mas as notícias permanecem sendo publicadas de maneira digital no site do veículo.

“A versão impressa foi lançada em 2013 e, em seguida, também fomos para a versão digital,

porque percebemos que não íamos ter grana para poder continuar com as impressões”, explica Michel. “Estamos passando por um processo de aceleração de negócios e pretendemos voltar com o impresso ainda esse ano”, completa.

Um dos fatores que destaca o jornalismo local do Rio de Janeiro é o fato deles sempre estarem envolvidos as questões sociais da favela. O comunicador explica que o jornalista de favela não faz só jornalismo, ele também executa projetos sociais em seus territórios.

“É uma questão muito antiga, as pessoas nas favelas criam inicia-

tivas comunitárias para preencher as lacunas que o Estado deixa, então, nós mesmos se auto organizamos como comunidade”, conta.

Já outro fator muito presente no exercício da profissão dos jornalistas de favela no Rio é a censura. Muitas produções e matérias acabam não sendo publicadas, por que o jornalista pode ser confundido como X9 [fofoqueira ou cagueta], por isso é importante que todos do território conheçam o jornalista.

Hoje, o jornal Fala Roça é uma associação de comunicação sem fins lucrativos, com isso tem apoio de instituições e conseguem pa-

gar uma equipe fixa de quatro jornalistas que também são moradores da favela. Mesmo antes da criação do jornal, os moradores sempre tiveram seus meios de comunicação próprios.

Um exemplo é o jornal Tagarela, que no período da Ditadura Militar trazia temas focados na mobilização comunitária.

[Aponte a câmera do seu celular para o QRCode e acesse o site do Fala Roça](#)



Inspiração e revolução por mais mulheres na ciência

Mulheres cientistas contam que ainda buscam pela igualdade de gênero no ambiente acadêmico e profissional

Por Leonardo Almeida

O número atual de mulheres na ciência revela um crescimento expressivo delas nas universidades e instituições de pesquisa. Apesar de existir equilíbrio na representatividade entre os gêneros, não há igualdade de oportunidades. As mulheres são minoria em cargos de liderança, e possuem maiores obstáculos ao longo da carreira profissional e acadêmica.

Conforme dados do CNPq (Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico

e Tecnológico), as mulheres constituem 43,7% dos pesquisadores científicos no Brasil. Em nível mundial, esse número diminuiu para 30%, segundo dados da ONU (Organização das Nações Unidas). Porém, o CNPq mostra otimismo sobre os dados, já que o número de pesquisadoras é o maior em uma década. Apesar de o número de pesquisadoras ter crescido, as mulheres ainda sofrem com barreiras em suas carreiras. A bióloga e professora universitária

Leticia Sueiro, vê muitas dificuldades na carreira das mulheres devido aos estereótipos construídos pela sociedade: "São muitos os obstáculos que a gente enfrenta, pelo fato da sociedade ter sido construída com base nesse preceito de que mulheres possuem perfil de cuidar, que somos sensíveis, como se os homens não pudessem ser delicados, essas características são apenas habilidades humanas", afirma a bióloga.

A maternidade, por

exemplo, é um dos maiores desafios, pois a pausa na carreira pode prejudicar o desempenho na vida acadêmica, em comparação a trajetória masculina.

Leticia Sueiro diz que "a maternidade também é um fruto social, porque quem vai cuidar do filho é só a mãe? A única coisa que nós temos e os homens não têm, são as glândulas mamárias, mas o cuidado com a criança todo homem pode ter."

De modo geral, os

homens não precisam interromper suas carreiras por conta do nascimento de um filho. Seguem trabalhando e estudando, continuam suas pesquisas científicas sem pausas. Este tipo de cultura machista aumenta a distância entre homens e mulheres na vida acadêmica, e devido essas barreiras, muitas mulheres abandonam os estudos e o trabalho.

Crédito: Divulgação.



Talita Dantas



Leticia Sueiro



Thabata Ganga



Crédito: Anderson Jorge / Agência Cria Brasil.

Carreira acadêmica e as inspirações

Atualmente no Brasil, conforme dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), 57% dos universitários são mulheres.

O número de pesquisas realizadas por mulheres cresceu 11% nos últimos anos. No período entre 2011 e 2015, 49% dos estudos científicos foram conduzidos por mulheres.

A possibilidade de

criar um ambiente com mais mulheres nas universidades, ajuda na evolução da pesquisa brasileira e mundial, e motiva mais mulheres a permanecer nas universidades.

Como relata Talita Dantas, que é moradora do Jardim Ângela, periferia da cidade de São Paulo, formada em Química pela Unifesp de Diadema.

"Foi uma experiência incrível, você se vê como um potencial. O fato de ter outras mulheres do lado, te ensinando muita coisa. Eu tive uma orientadora que também era mulher, então foi um espaço muito agradável de estar por ter mulheres me acompanhando nesta jornada", lembra Talita.

Com todas as ad-

versidades e os desafios enfrentados, muitas mulheres são inspiração para garotas que desejam iniciar na área da ciência. Thabata Ganga, engenheira biomédica, mestranda em inovação tecnologia pela Unifesp, que nasceu no bairro dos Pimentas, na periferia de Guarulhos, São Paulo, fala como quer servir de

inspiração para outras garotas periféricas.

"Eu gostaria que essas meninas fossem rebeldes, a inovação vem da rebeldia. Eu quero servir como um exemplo, para que cada vez mais tenhamos mulheres engenheiras, cientistas, e principalmente que venham da comunidade", conclui Thabata.

Dignidade menstrual: Um direito de todos os corpos que menstruam

Conheça projetos sociais que lutam por garantir esse direito além de desenvolverem conteúdos que possibilitam a quebra de tabus em torno da menstruação

Por Aline Almeida

Menstruação. Essa palavra ainda causa estranhamento em pleno século XXI. Quem menstrua aprende desde “mocinha” que não pode sentar com as pernas abertas, que não se deve falar de menstruação em público, muito menos mostrar o absorvente. Ensinam que o sangue que sai, é sujo e impuro. Isso gera nas pessoas que menstruam (mulheres cisgênero, homens

transgênero, pessoas transmasculinas, não binárias e intersexo) traumas e as distanciam de conhecimento do próprio corpo. E, por se tratar de um assunto que não deve ser falado, muitas pessoas não sabem que o absorvente que para algumas é apenas mais um item higiênico, para outras é artigo de luxo.

De acordo com o relatório “Pobreza Menstrual no Brasil”,

estudo realizado pela Unicef (Fundos da Nações Unidas para a Infância) em 2021, mais de 700 mil meninas vivem sem acesso a banheiro ou chuveiro em suas casas. Além disso, mais de 4 milhões não têm acesso a itens básicos de cuidados menstruais, ou seja, milhares de pessoas vivem com a ausência de condições sanitárias mínimas.

O que é pobreza menstrual?

É a falta de recursos básicos, como absorventes, coletores menstruais, sabonetes, água potável e papel higiênico. A ausência de banheiros seguros, saneamento básico, coleta de lixo e também a falta de conhecimento (tabus e preconceitos). Ou seja, a pobreza menstrual é caracterizada pela desigualdade social, e isso causa muitos impactos, como psicológicos, profissionais, e na saúde.

Menstruação em período escolar

O estudo “Impacto da Pobreza Menstrual no Brasil”, realizado por Always e Toluna, mostra que 1 a cada 4 estudantes já deixou de ir à aula por não ter absorventes. O levantamento mostra ainda que, durante o ano letivo, as alunas perdem cerca de 45 dias de aulas por falta de condições durante o período menstrual. Vale destacar que pessoas que menstruam passam a maior parte da vida escolar menstruando, considerando que a idade média da primeira menstruação das brasileiras é aos 13 anos, isso de acordo com a Pesquisa Na-

cional de Saúde (PNS) de 2013.

Além disso, homens trans que menstruam também passam por uma série de situações que impactam a vida com a pobreza menstrual, como diz o ginecologista Jadson Lener “Muitos homens trans não conseguem completar a transição e continuam com o útero, menstruam mensalmente e alguns acabam tendo a disforia de gênero, (condição caracterizada pela desconexão entre o sexo com que o indivíduo nasce e a sua identidade de gênero.)” disse.

Crédito: Arquivo Projeto Luna.





Crédito: Luis Maíke/Espaço do Povo.

Corpos que menstruam nos presídios

Segundo a Pesquisa Nacional de Informações Penitenciárias (INFOPEN), 29,4% de mulheres que estão em presídios, não possuem condições adequadas na saúde individual e coletiva das presidiárias.

Políticas públicas são necessárias para o combate à pobreza menstrual, mas mesmo diante dessas falhas, há alguns projetos desenvolvidos por mulheres para levar dignidade aos corpos que menstruam. Conheça alguns deles:

Projeto Luna - Cria-

do em 2020 por Victória Dezembro, quando foi despertada pela causa a partir do momento em que leu um artigo que contava sobre a situação desumana das presidiárias brasileiras com falta de absorventes que improvisam com miolo de pão. A ONG conta com apoio de parceiros focando em doação de kits de saúde menstrual a pessoas em situação de vulnerabilidade, visando educar e gerar conscientização sobre os impactos sociais e econômicos causados pela pobreza menstrual. "além de combatermos a pobre-

za menstrual, também trabalhamos na quebra de tabus sobre algo que é fisiológico e natural, esse ano estamos desenvolvendo uma cartilha educativa, para assim, normalizarmos a menstruação." explica Victória.

Fluxo sem Tabu - Fundado também em 2020 por um estudante que na época tinha apenas 16 anos, chamada Luana Escamilla. O projeto surgiu depois que Luana assistiu ao documentário "Absorvendo o Tabu",

que conta a pobreza menstrual em um vilarejo rural na Índia. Ela ficou impactada e resolveu pesquisar o tema e descobriu que no Brasil a pobreza menstrual atinge milhares de corpos. Desde sua fundação, a ONG já impactou mais de 23 mil pessoas.

"O Fluxo Sem Tabu tem dois pilares muito importantes, um que é a parte de realmente fornecer os kits, (os absorventes) e o segundo pilar que a parte da educação, a gente não entrega o kit vai embora, a gente faz questão de fazer

palestras e oficinas", disse Luana.

Girl Up - É um movimento global associado à Fundação das Nações Unidas que treina e conecta meninas e mulheres para que sejam líderes e ativistas pela igualdade de gênero. Como parte da Girl Up, a Girl Up Brasil já apoiou cerca de 150 iniciativas de meninas em mais de 20 estados do Brasil. Entre as iniciativas estão os milhares de projetos de lei sobre dignidade menstrual.

Babás: quem cuida dos filhos delas, quando elas cuidam dos nossos filhos?

Conheça a rotina de algumas mães da periferia de São Paulo, que vivem esse dilema diariamente

Por Aline Almeida



Crédito: Luis Maike/Espaço do Povo.

Elas passam horas longe de casa. Antes de sair para mais um dia de trabalho, tentam ao máximo desfrutar o pouco tempo que tem com os filhos, nem que seja ao menos para dar um beijo, enquanto eles dormem. Assim é a rotina da maioria de mulheres que são mães e trabalham como babás: sair para cuidar da cria de outras. Mas, enquanto isso, quem cuida dos filhos delas?

Tamires Nascimento, 24, moradora de Taboão da Serra (SP), começou a trabalhar como babá há cinco meses, e conta que a

parte mais difícil é ter que ficar longe dos filhos, “eu tenho muito afeto por crianças e o valor do salário ajuda muito, ainda mais que tenho dois filhos pequenos para criar, mas é difícil ficar muitas horas longe deles”.

Ela conta que além de cuidar das crianças, uma de três e outra de seis anos, ainda faz a comida e cuida da casa, mesmo tendo sido contratada apenas para a função de babá.

Essa é a realidade de muitas, várias pessoas confundem as profissões, acham que babá é uma empre-

gada doméstica ou uma cuidadora, mas a babá é uma profissional do cuidado. É ela quem acompanha de perto as necessidades relacionadas à saúde, alimentação, entretenimento e aprendizagem da criança.

Brayan, de 1 ano e 8 meses, e Pietro, 7 anos, filhos de Tamires, passam a maior parte do tempo com sua tia, que recebe R\$ 400 ao mês para ficar com as crianças, ou seja, ela trabalha de babá para pagar uma babá.

O caso não é diferente para Mariana Pereira Duarte, 26, de Paraisópolis (SP), que

também optou por trabalhar como babá para conseguir uma renda melhor. Mãe de Lorenzo, cinco anos, ela explica que o filho fica com a avó paterna. “Minha maior dificuldade é ter que ficar longe do meu filho quando tenho que viajar ou dormir fora”, diz.

Já para Elisângela Conceição Amaral, 46, de Cidade Ademar (SP), a maior dificuldade tem sido comprovar experiência em carteira de trabalho, mesmo sendo mãe de três filhos e tendo trabalhado como babá por mais de dez anos. “Hoje quero arrumar outro trabalho de babá, mas eles fazem questão de registro, sou técnica de enfermagem também, tenho toda uma bagagem mais a exigência está grande”, afirma.

Ela relembra que quando os filhos mais velhos eram pequenos, ela contava muito com a ajuda da mãe, e o pouco tempo que tinha para ficar com eles, tentava compensar de alguma maneira. Hoje, a filha mais velha é quem cuida da irmã caçula de nove anos.

Quando surgiu a profissão?

As babás, ou seja, as profissionais responsáveis por cuidar das crianças de outras famílias, existem há muito tempo. No Brasil colonial elas eram conhecidas como “amas de leite”, era assim como ficaram conhecidas as escravas que tinham filhos, e que alimentavam com o seu leite os bebês das famílias dos senhores.

Já nos séculos XIX e XX, surgem as governantas, mulheres que eram responsáveis por coordenar toda a casa, elas que designavam outros empregados para a educação das crianças.

Na década de 1970 o mercado de trabalho começa a ganhar a presença de mulheres como designadora de profissões, que até então era comandada apenas por homens, sendo assim, mulheres que antes só trabalhavam em casa, começaram a precisar de mulheres para cuidar de seus filhos. Que perpetuam até os dias atuais.

Da Quebrada: comida boa e consciência social

Restaurante vegano de gastronomia periférica, oferece cardápio com alimentos vindos de pequenos produtores

Por Leonardo Almeida



Crédito: Marcos Alencar.

São apenas cinco meses de funcionamento, mas já dá para dizer que o restaurante Da Quebrada é sucesso. O estabelecimento traz em sua essência dois elementos fundamentais: o reaproveitamento dos alimentos o protagonismo das pessoas da periferia, especialmente as mulheres negras.

O restaurante é um projeto da Escola de Gastronomia Periférica, instituição em que Adélia Rodrigues é cofundadora e atua como gestora pedagógica: “A escola é quem dá base para nossa principal bandeira, o reaproveitamento de alimentos.

O uso integral de tudo, sem desperdício, é que compõe nosso restaurante”, conta.

A Escola de Gastronomia Periférica, que há 11 anos oferece aulas de gastronomia gratuitamente para moradores das quebradas de São Paulo, trabalha com foco na erradicação da pobreza, na boa saúde e no bem-estar, que fazem parte dos objetivos de desenvolvimento sustentável criados pela ONU (Organização das Nações Unidas). O Da Quebrada possui cardápio vegano, o prato mais pedido é o “prato feito”, que possui itens diferentes a cada dia, conforme

os ingredientes entregues pelos produtores parceiros.

“Como o cardápio nunca é igual, sempre partimos do que o produtor trouxe para a gente. Respeitamos muito a questão da sazonalidade”, diz Adélia.

Os ingredientes do restaurante são fornecidos por agricultores do MST (Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem Terra), e produtores da região de Parelheiros, extremo sul da capital paulista. Além da parceria com a marca Mãe Terra que disponibiliza insu-

mos secos.

Localizado na Vila Madalena, bairro nobre de São Paulo, o território causa curiosidade do público. Adélia fala que a escolha do local também é uma questão política: “A gente tem que estar em todos os lugares, a gente também tem que ter o direito de ir e vir, seremos vistos e respeitados em todos os espaços que a gente estiver”, finaliza.

O Da Quebrada conta também com o chef Edson Leite, que é sócio de Adélia Rodrigues neste desafio. Ed-

son é cofundador da Escola de Gastronomia Periférica, onde também dá aulas de gastronomia. O chef já teve programas de TV como o “Me Poupe” e o “Minha Receita” na Band. Além de promover o “Somos Ponte”, fundo de apoio solidário às famílias da periferia de São Paulo.

O restaurante Da Quebrada fica na Rua Harmonia, 271, Vila Madalena, São Paulo. O valor médio do “prato feito” é R\$54.

Crédito: Marcos Alencar.



Dez entre dez brasileiros elegem feijão

Por Mônica Faria

Salve, comunidade!!! Feliz Ano Novo!!! Atrasada, eu? Não! É que dizem que o ano só começa depois do Carnaval. Bora arregaçar as mangas e pensar em uma alimentação mais saudável?

Hoje vamos falar sobre queridinho do Brasil: o feijão!

As Frenéticas já cantavam: "(...) dez entre dez brasileiros elegem feijão! Puro, com pão, com arroz. Com farinha ou macarrão! E nessas horas que esquecem dos seus preconceitos, gritam que esse crioulo é um velho amigo do peito (...)"

O Brasil é o terceiro maior produtor mundial de feijão, só perde para Myanmar e Índia, respectivamente. É o produto mais consumido pelas famílias brasileiras junto com o arroz e é um dos mais antigos alimentos do mundo.



Crédito: Arquivo Pessoal.

Mas, o que é o feijão?

Feijão é uma leguminosa (grãos produzidos em vagens) e é um dos principais grãos fornecedores de proteína na alimentação dos brasileiros. Além disso, possui boas quantidades de carboidratos, substância que garante a energia necessária para o funcionamento do corpo, e é também uma ótima fonte de ferro, vitaminas do complexo B e fibras. Além de tudo isso, é um item que está presente em qualquer cesta básica.

Apesar de muito rico em nutrientes, apresentam o que chamamos de fatores antinutricionais (FAN). Fatores estes, representados por oligossacarídeos, inibidores de tripsina, ácido fítico, tanino e hemaglutinina que tornam a absorção de nutrientes difícil.

Assustou? Tudo isso tem jeito! Basta usar uma técnica muito simples para além de absorver todos os ingredientes, deixar o feijão mais leve, retirando todos aqueles gases que causam aquela sensação de desconforto. A técnica se chama "remolho".

Basta lavar o seu feijão e deixá-lo de molho por 12 horas na geladeira e depois disso, lavar novamente e só então, levá-lo para a panela.

Depois disso, use e abuse, seja da forma tradicional, em saladas, em conserva e até doce.

Quer dicas de receitas? Me chame pelo direct do Instagram @monicafariabr, ou pelo Instagram do nosso jornal.

"(...) Feijão tem gosto de festa, é melhor e mal não faz, ontem, hoje, sempre feijão, feijão, feijão, o preto que satisfaz! (...)" - Frenéticas.



Mônica Faria (Instagram: @monicafariabr)

Bailarina, produtora de eventos e chefe de cozinha. Atua em Paraisópolis há 11 anos desenvolvendo diversas atividades voltadas à gastronomia "Também é apresentadora do programa Comida de Favela na Tv +FavelaTv"

Pina Contemporânea: novo espaço cultural em São Paulo



Crédito: Divulgação.

No mês de março, foi inaugurado um novo complexo de arte dentro da Pinacoteca de São Paulo. Criado para oferecer mais acesso à arte, o edifício Pina será dedicado a obras contemporâneas e já está com duas exposições abertas: “Chão da Praça” e “Haegue Yang: quase colonial”.

A Pina Contemporânea conta com 6 mil metros quadrados e dois grandes espaços expositivos: a Grande Galeria, com mil metros quadrados, e a Galeria Praça com 200 metros quadrados. Além disso, o espaço também conta com áreas de biblioteca, arquibancadas, café e restaurante, que estão em fase

de finalização. O espaço tem capacidade para receber 1 milhão de visitantes por ano e passa a ser o segundo maior museu da América Latina, ficando atrás somente do Museu Nacional de Antropologia do México.

Serviço:

Pina Contemporânea
Endereço: Av. Tiradentes, 273 – Luz, São Paulo
Funcionamento: de quarta a segunda, das 10h às 18h
Ingresso: Inteira, R\$20,00 – meia: R\$10,00
Até dia 4 de abril, a entrada para visita-ção das exposições na Pinacoteca Contemporânea não será cobrada.

Cine na Praça: filmes de grandes sucessos gratuitos e ao ar livre

O Cine na Praça, esse ano chega à 11ª edição, com o objetivo de democratizar o acesso ao cinema, e também oferecer uma experiência de assistir grandes sucessos de bilheteria ao ar livre e de graça. Entre os dias 2 e 30 de março, sempre às quintas, às 19h, o projeto ocupa o Parque do Povo, na Zona Sul de SP. A programação conta

com clássicos sucesso de bilheteria à época, como, “Se7en” (1995), do diretor David Fincher e do roteirista Andrew Walker e interpretações impecáveis de Morgan Freeman e Brad Pitt, “Guerra ao Terror” (2010), vencedor do Oscar de melhor filme e melhor diretora para Kathryn Bigelow e também

com “Ilha do Medo (2010), com Leonardo DiCaprio e Mark Ruffalo como protagonistas.

Serviço:

Parque do Povo
Endereço: Avenida Henrique Chamma, 420 - Pinheiros, São Paulo
Funcionamento: Quinta, às 19h
Entrada gratuita.



Crédito: Divulgação.

NO **APP** OU NA
LOJA FÍSICA PEDE

CASASBAHIA

VEM PRA LOJA!

RUA ERNEST RENAN, 1032

PARAISÓPOLIS

