

DESTEMIDAS

RELATÓRIO FINAL JULHO 2024 - MAIO 2025



DESTEMIDAS

RELATÓRIO FINAL JULHO 2024 - MAIO 2025



APRESENTAÇÃO



O projeto Destemidas, fruto de uma parceria entre a Luta pela Paz e a jornalista Carol Barcellos, visa promover o potencial de meninas e jovens do Complexo da Maré utilizando a corrida como ferramenta de desenvolvimento pessoal e emancipação de mulheres. A metodologia envolve treinos semanais, corridas, passeios culturais e rodas de conversa para incentivar a prática esportiva, debater o direito à cidade e ampliar o acesso a espaços de lazer e entretenimento. Além da saúde física, o projeto Destemidas trabalha a saúde mental ao fortalecer laços e promover o diálogo entre mulheres.

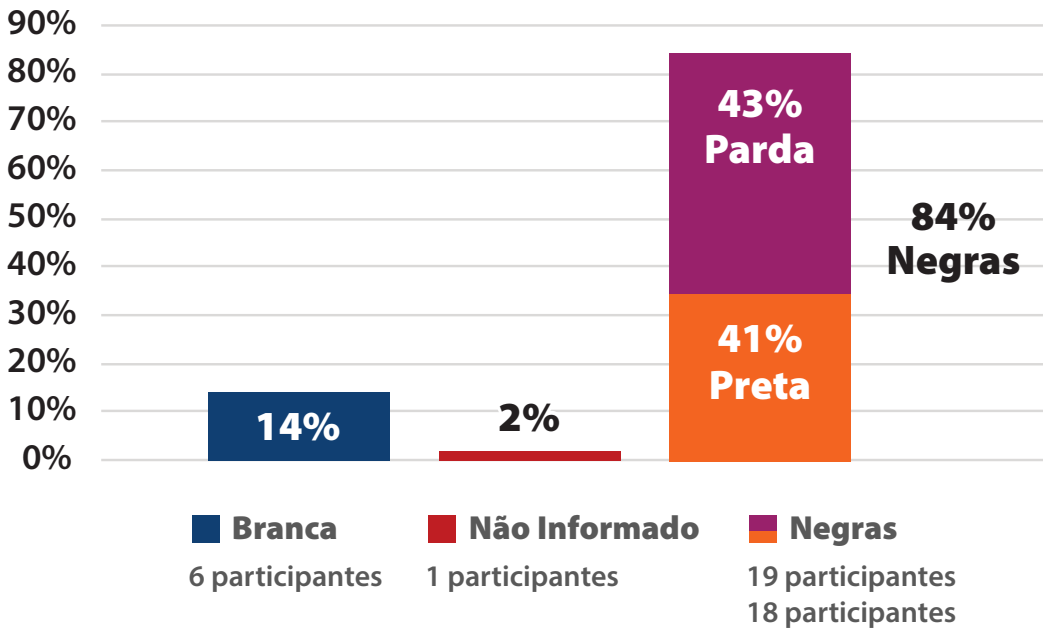
PERFIL



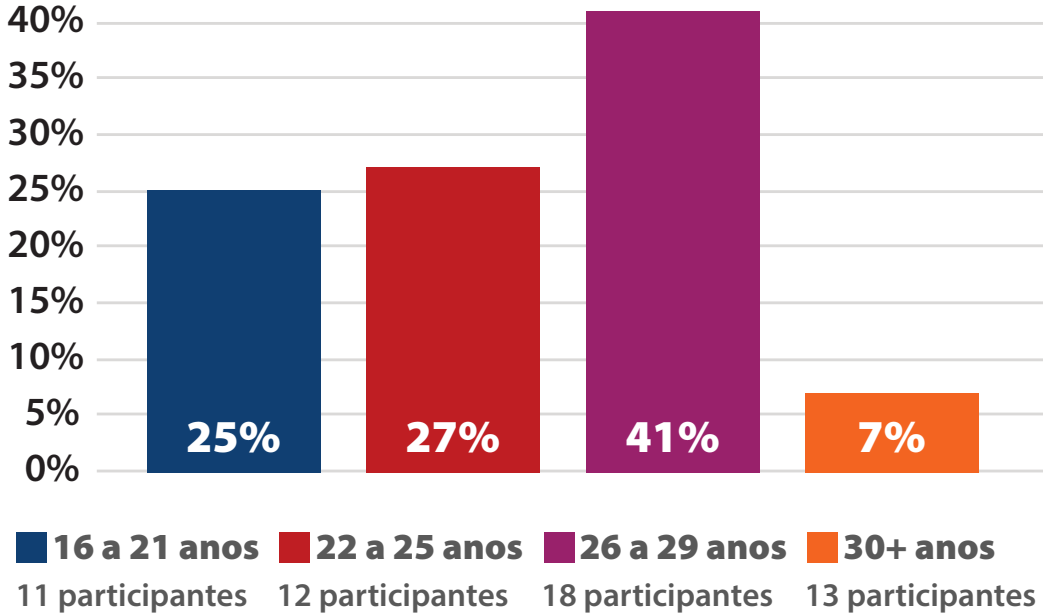
44 participantes 100% mulheres

Cor ou raça das participantes

(Obs: o Número de negros é a junção de Pretos e Pardos)



Faixa etária das participantes



Resultados Gerais

- 40 participantes ativas
- 107 sessões de treinos internos
- 64 sessões de Desenvolvimento Pessoal
- 4 sessões de treinos externos



Foto: Matheus de Araujo Fonseca

Avaliação - questionário de desenvolvimento pessoal

- 90,32% das participantes concordam totalmente ou concordam que as atividades do projeto destemidas as ajudaram a se sentir em forma.
- 90,32% das atletas do projeto passaram a se ver de forma positiva depois de frequentarem as atividades.
- 70,97% das participantes se sentem com mais motivação para ir atrás dos seus objetivos.



DESTAQUES

Marcha das Mulheres Negras

As atletas do Destemidas marcaram presença na 10ª edição da Marcha das Mulheres Negras, em Copacabana, no Rio de Janeiro. A mobilização ocorreu em diversos estados do Brasil em celebração ao Dia Internacional da Mulher Negra Latino-Americana e Caribenha, 25 de julho.

Fernanda Dias | Imagens do Povo



Moção de Aplausos e Reconhecimento

No dia 5 de julho de 2024 o projeto Destemidas teve a honra de receber o Prêmio Mulheres que Inspiram em uma emocionante cerimônia em frente à Câmara Municipal do Rio de Janeiro. Este reconhecimento especial celebra atletas e grupos que se destacam na luta por justiça social, igualdade e respeito à diversidade.



Foto: Jean Barreto (Imagens do Povo | LPP)

Foto: Jean BarrGabriel Henrique Barbosa | Agência AV Fotografia)

Rainha do Mar

As Destemidas marcaram presença na maior prova 100% feminina de esportes do mar, a Rainha do Mar. As atletas brilharam, e cinco delas conquistaram o pódio na prova de 5Km:

Adryele Vieira

1º lugar na faixa de 25 a 29 anos

Emanuelle da Conceição

1º lugar na faixa de 30 a 34 anos

Walkiria dos Santos

1º lugar na faixa de 20 a 24 anos

Kelvelene dos Santos

2º lugar na faixa de 25 a 29 anos

Thais Felix

3º lugar na faixa de 25 a 29 anos



PASSEIOS CULTURAIS

Museu do Amanhã

As Destemidas marcam presença em museus e centros culturais localizados no Estado do Rio de Janeiro, uma oportunidade de ocupar espaços públicos e ter acesso à programação dos equipamentos culturais. Um desses momentos especiais foi a visita das atletas à mostra “CyberFunk: Tecnologias de uma Cidade Ritmada”, no Museu do Amanhã, localizado na região portuária do Rio de Janeiro.



Fotos de Leandro Ferreira | Luta pela Paz

Visita ao Quilombo Cafundá Astrogilda

As Destemidas visitaram o Quilombo Cafundá Astrogilda, em Vargem Grande onde desbravaram trilhas e se refrescaram nas maravilhosas cachoeiras do local.

Experiências como essas, vão além da diversão. Cada passo na trilha é um lembrete de que o lazer também é um direito, e que atividades ao ar livre são essenciais para nossa saúde física e mental. Afinal, quando nos cuidamos e nos fortalecemos, isso reflete em todas as áreas da nossa vida.



Fotos Raquel Tavares | Agência AV Fotografia / LPP

TREINOS EXTERNOS



Destemidas na Corrida Pará Noel | Foto: André Vieira (AV Fotografia/LPP)



Correndo pelo Rio, na Ilha do Fundão
Foto: Monara Barreto (Imagens do Povo/LPP)



Destemidas na Corrida da Portela | Foto: Carolina Guedes (Imagens do Povo/LPP)



RODAS DE CONVERSA

Realizadas semanalmente, em horários flexíveis, as rodas de conversa constituem um dos pilares do projeto Destemidas. Segundo Viviane Carmen, coordenadora de projetos da Luta Pela Paz, “esses encontros oferecem às jovens a oportunidade de se expressar sobre temas que impactam suas vidas e estimulam reflexões sobre autoimagem, relações interpessoais e perspectivas futuras. Esse espaço é essencial para que as participantes, muitas delas moradoras de favelas, se vejam como agentes de mudança em suas comunidades”, comenta.

Além disso, as rodas de conversa permitem que as jovens exercitem a fala e a escutem em um ambiente seguro. Jeanne, uma das alunas do projeto, destaca a importância desse espaço, descrevendo as rodas como “libertadoras”. Para ela, “compartilhar experiências e ouvir outras mulheres tem sido fundamental para construir autoconfiança e empoderamento”, relata. Mãe de três meninos e cria da Maré, Jeanne reflete sobre como o projeto a ajuda a cuidar de si mesma, tanto física quanto mentalmente.



Roda conversa e oficina sobre corpo (Foto: Geovane Peixoto | LPP)

SEMINÁRIO MULHERES DA LUTA

O III Seminário Mulheres no Esporte, cujo tema foi “Mulheres da Luta”, foi realizado pela Luta pela Paz em julho de 2024 na Casa G20 com o objetivo de ampliar o espaço de discussão e promover a troca de experiências sobre a inclusão de meninas e mulheres no esporte. O evento proporcionou um ambiente inspirador para a reflexão e o debate sobre os desafios e as estratégias para a participação e a retenção de mulheres nas mais diversas modalidades esportivas, bem como em espaços de gestão e formação.

“Uma transformação social não pode acontecer e ser efetiva sem a participação de todos os setores da sociedade. A luta é pelo direito das mulheres, mas isso não significa que nós temos que travar essa batalha sozinhas”, disse Carol Barcellos, co-fundadora do projeto Destemidas, em sua participação no seminário.



Monara Barreto | Imagens do Povo / Luta pela Paz

HISTÓRIA DE VIDA

Adryele Barbosa

Cria da Nova Holanda, no Complexo da Maré – zona norte do Rio de Janeiro, Adryele Barbosa descobriu, por meio do projeto Destemidas, uma paixão pelo esporte que transformou - e segue transformando -, sua vida. Quando a atleta conheceu a Luta pela Paz, há 2 anos, por meio de uma prima, a prática cotidiana do esporte era com o objetivo de perder peso. No entanto, após sua primeira corrida durante uma competição, a visão de Adryele sobre o esporte mudou completamente.

A jovem de 27 anos nunca foi muito fã de atividades esportivas, mas o Destemidas a fez enxergar o esporte como uma forma de promover seu bem-estar, tanto físico quanto mental. Timidamente, Adryele começou a perceber o impacto positivo da prática da corrida e da caminhada em sua vida.

“O esporte mudou outras áreas da minha rotina. Se eu posso correr 21 km, percebi que posso realizar outras coisas que antes achava impossível. A disciplina que desenvolvi me ajuda a estabelecer novos objetivos.”

Bacharel em Direito, ela também se matriculou em um curso de Educação Física e começou a praticar natação após conhecer os organizadores da corrida Rei e Rainha do Mar, evento em que participou por meio do Destemidas. Recentemente, Adryele completou com sucesso as provas de natação no mar e corrida do evento Hero SwimRun, em Búzios.

Adryele conta que superar sua timidez e se expor nas corridas e rodas de conversa promovidas pelo projeto representa uma grande conquista pessoal. As interações nos encontros das Destemidas têm sido fundamentais para que as participantes desenvolvam habilidades de expressão e argumentação.

O projeto Destemidas tem impactado indiretamente as meninas e mulheres de comunidades da Maré que vêem as corredoras como inspiração. Alguns treinos acontecem em locais públicos, como praças, atraindo a atenção de novas participantes para o projeto.

“O desenvolvimento da Adryele foi progressivo. Ela não costuma faltar, presta muita atenção nas orientações dadas e sempre tenta extrair o melhor dela no dia. A evolução foi mérito total da dedicação que teve com ela mesma e com o projeto.”

Para além da atividade física, o Destemidas é uma inspiração não só para as próprias atletas mas também para outras mulheres da Maré. Dá pra ver o brilho nos olhos de outras mulheres quando estamos praticando corrida pelo território.”

(Karine Serra, educadora esportiva)

A história de Adryele Barbosa Vieira reflete este ciclo. Inspirada pela prima, ela se envolveu, desenvolveu novas habilidades, e hoje é inspiradora de outras mulheres de seus círculos de interação, demonstrando que, com dedicação e apoio, é possível alcançar grandes conquistas.







Lei de
Incentivo ao
Esporte

PATROCÍNIO

MATTOS FILHO

PINHEIRO NETO
ADVOGADOS

TRUXT
INVESTIMENTOS



BAHIA
ASSET MANAGEMENT



交通銀行
BANK OF COMMUNICATIONS

B
BM

instituto
YDUQS

phi
Philantropia Inteligente



VERDE
asset management

REALIZAÇÃO



LUTA PELA PAZ

MINISTÉRIO DO
ESPORTE

GOVERNO FEDERAL

BRASIL

UNIÃO E RECONSTRUÇÃO



lutapelapaz.org