

ESTIHLAÇOS

ED I_2024





TALITA NASCIMENTO

CARTA DA DIADEMA

Queridas leitoras e leitores,

É com imensa alegria e orgulho que apresentamos a primeira edição da Revista Estilhaços. Este projeto nasce do desejo de criar um espaço onde nossas múltiplas subjetividades e expressões possam ser naturalizadas e celebradas. Aqui, a moda é mais do que uma simples tendência; é uma ferramenta poderosa de quebra de estereótipos negativos e materialização de nossas potências.

Na Estilhaços, acreditamos na política do bem viver, onde o descanso é potencializado e valorizado como parte essencial do nosso cotidiano. Queremos que cada uma de vocês se sinta inspirada a cuidar de si mesma, reconhecendo o auto-cuidado como uma estratégia de bem-viver em meio ao caos. Nosso objetivo é pautar o cuidado como prioridade, algo que é nosso por direito, valorizando nossa existência de forma coletiva e individual.

A moda, para nós, é um carro-chefe. Ela, além de refletir nossa identidade sapatão, também cria novas narrativas sobre nossas vestimentas. Queremos fazer a moda circular entre mulheres (cis e trans) lésbicas e bissexuais e pessoas trans que se identificam com a vivência sapabi, promovendo uma troca rica e inclusiva. A vestimenta é uma forma de expressão da nossa identidade, e é fundamental que nossas expressões, que sempre estiveram presentes no cotidiano, ganhem espaço nas capas das revistas de moda e beleza.

Estilhaços traz essa representação com o objetivo de naturalizar nossas múltiplas subjetividades e expressões que permeiam o nosso dia a dia. Queremos falar sobre moda, maquiagem, beleza, culinária, saúde, e trocar ideias e dicas sobre descanso. Queremos ser pautadas para além da luta, abordando todos os componentes de subjetividade que compõem o que é ser sapatão.

Convidamos vocês a embarcar nesta jornada conosco, construindo uma estratégia de bem-viver no cotidiano. Que esta revista seja um espaço de troca, inspiração e fortalecimento para todas e todos nós.

Com carinho,
Talita Nascimento



AD)))

Escaneie o
QRCode e acesse a
audiodescrição da
revista.

DESCANSA, MILITANTE!

POR CAMILA MARINS



Descansa, militante! Quantas vezes ouvimos essa frase em tom de “meme” e piada? Desconsideramos a seriedade desta frase e, muitas vezes, vemos as nossas (e a nós mesmas) tombarmos e nos retirarmos da luta política em função de adoecimentos. Adoecemos. E sequer nos damos conta do processo, principalmente nós, mulheres negras. Pressão alta, dor de cabeça, insônia, ansiedade e até pânico. São alguns dos sintomas que o nosso corpo apresenta. E é comum muitos companheiros dizerem que aquela ali não aguentou ou “política é dura mesmo”. Não podemos aceitar esses discursos sob o risco de cairmos em uma lógica patriarcal sustentada pelo capitalismo. Somos nós, mulheres, que cuidamos dos outros ao longo de nossas vidas, acumulando o trabalho invisível não remunerado e, portanto, explorado. Nesse trabalho de cuidado individual com cada pessoa e também coletivo, vamos nos perdendo de nós mesmas. Deixamos de nos cuidar. E esse cenário piora no caso de mulheres negras. O trabalho de cuidado com nós mesmas é a possibilidade real da materialidade das políticas públicas que lutamos para conquistar apresentarem benefícios positivos re-

ais em nossa saúde física e mental. Precisamos de corpo e saúde para desfrutarmos das conquistas de nossas lutas coletivas. A escritora bell hooks, em seu livro “Salvação” afirma: “Muitos dos nossos ganhos materiais gerados pela luta militante antirracista têm tido pouco impacto positivo na psique e na alma de pessoas negras, pois a revolução interior, que é a fundação sobre a qual construímos o amor-próprio e o amor pelos outros, não aconteceu”.

“

**Precisamos
de corpo e
saúde para
desfrutarmos
das conquistas
de nossas lutas
coletivas.**

Vivemos em um tempo que nos falta tempo; nosso bem mais precioso e que é consumido pelo capitalismo. O imediatismo, a urgência e a produtividade assumem protagonismo em nossas vidas. Dormimos e acordamos com os celulares. Como militantes, lidamos, todos os dias,

Camila Marins (@camilamarinsrj) é jornalista, mestrandona em políticas públicas em direitos humanos pela UFRJ e uma das editoras da Revista Brejeiras, publicação feita por e para lésbicas.

com tragédias individuais e coletivas, acumulando dores e sofrimento. O trabalho de cuidado de nós mesmas precisa ser dirigido por nós e também por uma rede de solidariedade para que nós, mulheres, possamos reivindicar o espaço público e a política. Isso não significa transferir a responsabilidade de nossas vidas para outras pessoas, mas sim coletivizar o cuidado como política dos nossos espaços e de nossas vidas em comunidade. Pensar redes de alimentação segura e saudável, de lazer, de cultura que não sejam direcionadas para o trabalho. Por uma política, enfim, da alegria.

Eu digo a vocês, mulheres: descansem. A reintegração de posse dos nossos tempos (e são muitos) é urgente. Como diria bell hooks: “Dar amor a nós mesmos, amar a negritude, é restaurar o verdadeiro significado de liberdade, esperança e possibilidade na vida de todos nós”. E vamos recuperar a nossa capacidade de sonhar e desejar nesse mundo. —

MERCADO DA BELEZA

FONTE DE RENDA
E EMPODERAMENTO
PARA PESSOAS LBT



**Profissionais do ramo investem
na valorização de estéticas
descentralizadas e criação
de espaços acolhedores para
fidelizar o público**

MATÉRIA: NAÍSE DOMINGUES
FOTOS: TALITA NASCIMENTO

Os padrões impostos pela indústria da beleza podem ser cruéis. Distorção de imagem, excesso de intervenções estéticas no corpo e até reprodução de racismo são, há anos, amplamente difundidas como o ideal estético. Na contramão disso, profissionais do ramo, cada vez mais, voltam seus trabalhos para valorização da beleza natural e criação de espaços e atendimentos inclusivos e acolhedores. Além disso, nos últimos anos, o crescimento do mercado de beleza, estética e cuidados pessoais demonstrou sua importância na recuperação econômica, tanto no consu-



[...] sempre foi um refúgio de algumas mulheres da minha família, tirar um sustento em um momento difícil através da área da beleza.

MARINA CARVALHO



mo quanto no empreendedorismo. Essas frentes são lideradas, por exemplo, por mulheres e pela fatia econômica representada pela classe C [renda familiar de 4 a 10 salários mínimos].

Para quem oferece serviços, trabalhar com beleza é, muitas vezes, uma alternativa pela flexibilidade de horários, oportunidade de formação profissionalizante e/ou complemento de renda para quem busca uma segunda ocupação remunerada. No contexto de pessoas LBT, a necessidade de renda própria e independência financeira muito cedo, torna o segmento uma opção ainda mais viável.

Ao ingressar na universidade pública, Marina Carvalho, mulher lésbica, 25, viu no ramo uma possibilidade de empreender. Durante a infância, teve como referência mulheres da família que trabalhavam com beleza e cresceu com interesse na área. Ainda jovem, aprendeu a fazer depilação com a mãe

e quando precisou de uma fonte de renda, aliou o conhecimento adquirido na infância a novos cursos na área e investiu na profissão.

- [Minha mãe] ficou desempregada e começou a fazer depilação, unha, cabelo pra fora, todas essas coisas. Minha irmã fazia maquiagem pras pessoas, sabe? Então, sempre foi um refúgio de algumas mulheres da minha família, tirar um sustento em um momento difícil através da área da beleza". E quando eu passei para faculdade, queria entrar em alguma área de trabalho que fosse me permitir uma flexibilidade de horário para conciliar e conseguir ganhar dinheiro – conta a designer de sobrancelhas e depiladora.

Mas para além da herança familiar ou a necessidade financeira, outro fator também incentiva pessoas a empreender com a beleza: a demanda por atendimentos personalizados. À exemplos de Madam C.J Walker* e Zica Assis, atender a demanda de pessoas racializadas ou que

de alguma forma não se sentem contempladas pelos serviços e produtos disponíveis abriu um nicho para o empreendedorismo. Este é o caso de Rafé, não-binárie pansexual, 33, que começou cortando o próprio cabelo e, logo, a sua forma de estilizar os fios crespos chamou a atenção de amigos. Do boca a boca de amigos na faculdade aos atendimentos domiciliares, além de valorizar aspectos naturais dos cabelos, seu diferencial também estava na sua identidade LBT.

- Eu não gosto muito de trabalhar com química, com alisamento, prefiro os cabelos mais naturais, dar um ar mais natural pra pessoa. Eu escolhi esse nicho e acho que as pessoas me procuram por eu não estar inserida nesse padrão de cabelo liso – comenta Rafé.

Para além de um atendimento personalizado, a criação de um ambiente acolhedor e livre de preconceitos também instigou esses profissionais a sair do mercado tradicional. No lugar de salões de beleza e clínicas de estética, espaços alternativos e o atendimento domiciliar tornaram-se a melhor opção.

- Eu entendi que, por exemplo, fazendo o serviço domiciliar e recebendo as pessoas na

minha casa eu conseguia criar um ambiente muito melhor e muito mais confortável. Isso justamente porque a área da beleza ela não é um ambiente, na maioria das vezes, confortável para todas, principalmente mulheres LBT – justifica Marina.



RAFÉ

“Eu escolhi esse nicho e acho que as pessoas me procuram por eu não estar inserida nesse padrão de cabelo liso.

TODAS AS FORMAS DE CUIDADO

Como espaço de acolhimento, o momento do cuidado estético também se torna um local de troca de informações, aprendizados e até promoção da saúde. O trabalho de pessoas como Marina e Rafé, que buscam valorizar a existência de clientes – principalmente aqueles que não se encaixam em padrões sociais e de gênero – dá luz para outro aspecto do ramo: o autocuidado de forma integrada. Isso inclui desde um atendimento humanizado à integração com profissionais de outras áreas.

Escutar as queixas e entender os aspectos do cliente não torna o profissional da beleza psicólogo – esta é outra área! –, mas ajuda a oferecer um direcionamento que vai além da estética. Como profissional que cuida dos cabelos, Rafé conta que recomenda acompanhamento com endocrinologistas, dermatologistas e outros profissionais que

podem auxiliar no cuidado estético, mas de dentro para fora.

– Não só mulheres, mas também pessoas não-bináries ou pessoas que possuem ovário e útero: conforme a idade passa, começa a menopausa e a preocupação com a calvície. Além de serem afetadas pelo estresse, tem a questão hormonal, gravidez também, que podem causar a queda do cabelo. Muitas pessoas acham que um corte de cabelo resolveria o problema, que uma hidratação resolveria, mas não. Um dermatologista vai ajudar no seu couro cabeludo, o endócrino vai ajudar nessa questão hormonal e também tem o psicológico, que pode causar a queda no cabelo ou afinar o fio. Então é muito importante também pautar isso, passar essa visão para clientes – recomenda Rafé.

Para que cada vez mais profissionais consigam trazer um atendimento livre de preconceitos e julgamentos, Marina contribui trazendo outros pontos de vista para suas alunas. Por exemplo, ao aprender sobre ética no local de trabalho em cursos na área da estética, ela aprendeu mais sobre as vestimentas e aparência do profissional do que o trato com o cliente. Agora, como professora de designer de sobrancelhas e depilação, ela adaptou as recomendações:

– A primeira aula que eu dou é sempre sobre ética no ambiente de trabalho. Eu ressignifiquei isso para os meus alunos. Então, eu sempre falo muito sobre essa questão feminina de rivalidade, de falar da aparência uma das outras, de julgar umas às outras, na depilação. Eu sempre gosto de explicar que os pelos não são inimigos de ninguém, que eles são naturais no nosso corpo e têm uma função biológica de proteção da nossa pele. A gente tira por questão estética, isso não tem a ver com higiene, não tem a ver com limpeza, é uma escolha da pessoa – explica. —

*Conhecida como Madam C.J Walker, Sarah Breedlove é conhecida por ser a primeira mulher estadunidense a ficar milionária. Mulher negra e filha de escravos, desenvolveu a própria linha de cosméticos para cabelos crespos no século XIX.

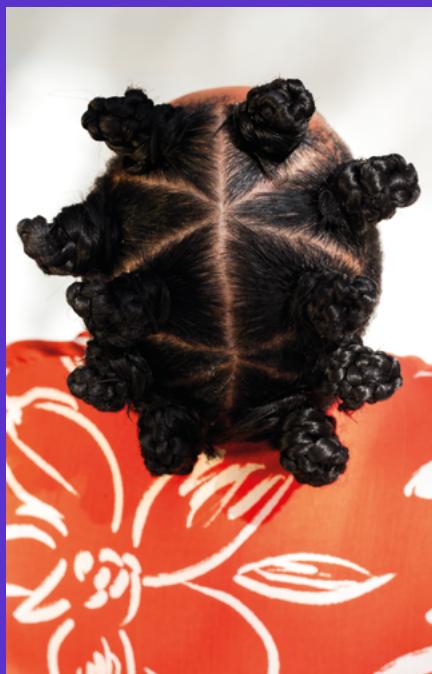


O
RÍGUNO
PERIFÉRICO

LUA SE
ESCONDE
ENTRE AS
ÁRVORES

REZO ENTRE
SEGREDOS E
ALTARES

SERÁ QUE PARA
SONHAR SEJA
TÃO TARDE?





UM BOM
TOM PRA
IMAGINAÇÃO

O ENIGMA
DA EQUAÇÃO
QUANDO
TOCO SUA
MÃO





**OUTONO
ME LEMBRA
NOSSAS
VERDADES**

**BRISA, FOLHAS
E INFINITAS
POSSIBILIDADES**

**ENTRE CICLOS,
CANTOS E
SAUDADES**





CIDADES
ACORDADAS,
DESEJOS
ADORMECIDOS



DANÇAS E
GARGALHAS
CORTAM O
INFINITO

A ENCRUZILHADA
ABRE PARA O
NOVO CICLO.

PAPEL SELOFONE
COLORIDO

UNI DUNE TÊ
E FUI ESCOLHIDA





QUANDO A
POESIA VIRA
CANTIGA E
ABRIGO.

ENTRE
CONSTELAÇÕES
E ESTRADAS

ESTILHAÇOS E
TRANSGRESSÕES



DIREÇÃO CRIATIVA:
Talita Nascimento

EDITORIA DE MODA:
Lidi Oliveira

ASSISTENTE DE PRODUÇÃO DE MODA:
Gabrielly Cipriano

DIREÇÃO DE FOTOGRAFIA:
Talita Nascimento

DIREÇÃO DE ARTE:
Julianna Pimenta

ASSISTENTE (PRODUÇÃO DE ARTE):
Maria das Graças Dias

CERÂMICA:
Ana V Lopes

PRODUÇÃO:
Naíse Domingues

MODELOS:
Elayne Sacramento, Winona Evelyn, Lua Portugal, Nicole Pessoa

HAIRSTYLIST:
Day Sommer

MAQUIAGEM:
Duda Sodré e Ju Sales

SOCIAL MEDIA:
Vivian Oliveira



O FUTURO É ANCESTRAL E COLETIVO

MATÉRIA: NAÍSE DOMINGUES
FOTOS: TALITA NASCIMENTO

RESGATE DE ORIGENS COMO ESTRATÉGIA DE SOBREVIVÊNCIA

Conexões ancestrais com a espiritualidade como um processo de cura das feridas deixadas pela colonização

As consequências da colonização para a existência de povos originários estão cada vez mais presentes nos espaços de discussão sobre direitos humanos. Temas como cidadania plena, direito à terra e o respeito aos costumes e sabedorias dos povos indígenas, por exemplo, são cada vez mais difundidos. Em um aspecto mais profundo, os problemas sociais decorrentes desse processo também impactam diretamente o bem-viver, a saúde física e mental dessa população.

Por trás de cada história de colonização, roubo de terras e expulsões territoriais, existem gerações adoecidas pela desconexão com sua verdadeira origem, seja pela ligação com o território ou pelo rompimento com tradições e sabedorias partilhadas em comunidade. Contudo, os costumes que se perdem ao longo dos anos podem ser resgatados por aqueles que buscam manter viva a memória de seus ancestrais. Fazer o caminho de volta para casa tem sido a estratégia de pessoas que, de alguma forma, sentem que precisam se reconectar às raízes para reconhecer seu lugar no mundo e a si mesmas.

Enquanto passava por um momento em que precisava curar a si mesma, Sara



Rebeca, mulher originária do povo Kokama, do Amazonas, lembrou-se da forma como a avó – mãe de criação e registro – curava as pessoas do entorno com rezas e ervas. Também lembrou-se de como as mãos curandeiras da mais velha deixaram de ajudar a comunidade quando ela passou a frequentar a igreja. E mesmo quando adoeceu, se recusou a utilizar seus conhecimentos para si. Sara acredita que a desconexão com as raízes foi um dos motivos para o adoecimento da avó. Quando percebeu que precisava se reencontrar com sua origem para se curar das violências que passou, foi no legado dos cuidados recebidos pela avó que ela se espelhou.

– Eu precisei me reconnectar espiritualmente, eu precisei voltar pra mim, para o que eu sempre fui, para o que eu fui criada pra ser. E a minha avó era uma pessoa totalmente voltada para a medicina.

Sara deixou de morar com a avó ainda criança, aos 8 anos, quando precisou ir para a cidade começar os estudos. Ela acredita que foi preparada durante toda a infância para

saber ouvir a espiritualidade quando adulta. E foi através da medicina ancestral que ela teve respostas sobre traumas que marcaram gerações de mulheres de sua família.

– A minha mãe viveu muitas relações abusivas, a minha avó viveu muitas relações de abuso, e isso aconteceu comigo também, aconteceu com minha irmã. E eu entendi que eu preciso quebrar isso, para minhas sobrinhas não passarem por essa situação, para que elas entendam que o corpo delas é deles e que ninguém tem o direito de violar esse corpo, ninguém tem que machucar e ferir esse corpo, porque esse corpo não pertence a ninguém além delas mesmas. E a gente só entende isso tendo essa conexão, sabe?

Sair de situações de violência e superar seus efeitos é sempre difícil. Mas reconhecer que a violência existe é o primeiro passo. No entanto, muitas vezes elas acontecem de forma repetida nos ciclos familiares e sociais até serem normalizadas. Nesse sentido, vale refletir sobre os efeitos de imposições sociais e culturais nas dinâmicas familiares de populações afetadas pela colonização, que afeta diretamente o meio onde vivem, levando à perda de conexão com os lugares, pessoas e consigo mesmas. Isso é ainda mais comum para pessoas racializadas e LGBTQIAPN+, por exemplo. A ruptura com esses padrões que não nos cabem pode vir através de conexões com a espiritualidade e ancestralidade.

Quando jovem, Gisele Umbelino, mulher indígena da etnia Tupiniquim, mudou com a família para o Rio de Janeiro e viu todos os ritos e costumes que vivenciava serem substituídos por tradições cristãs. A partir daí, sua criação foi orientada por um modelo de “família tradicional”: casar, cuidar do lar e abdicar de formação acadêmica e profissional. Aos 27 anos, quando estava noiva e prestes a casar, começou a se questionar se aquela era a vida que queria. Ali também se viu repetindo o mesmo ciclo que levou suas ancestrais a abandonarem suas origens.

– Por conta das violências físicas, da violência contra a mulher e dos abusos que minhas ancestrais sofreram, elas se esconderam. Mas até quando seria isso? – ela se perguntou quando percebeu que poderia romper com esta lógica. – Eu me olhava no espelho e não me via. E era muito doloroso. Tinha coisas que eu sabia da minha terra, do Espírito Santo, de onde nós viemos. Eu pensava ‘nossa, como seria se a gente estivesse lá na comunidade, na aldeia, naquela terra e não aqui?’.



**Eu precisei me
reconectar
espiritualmente,
eu precisei voltar
pra mim, para o
que eu sempre fui,
para o que eu fui
criada pra ser.**

A CURA É COLETIVA

Atualmente, Gisele e Sara vivem juntas na Zona Norte do Rio de Janeiro. Elas, que já eram amigas há 14 anos, firmaram os laços enquanto estavam à procura da conexão com a espiritualidade. Foi nesta busca que (re)encontraram a pajé Rita Tupinambá, conexão que elas descrevem como um “presente da espiritualidade”. Rita também é o nome da avó que criou Sara com tanto amor. A conexão foi tão profunda que, atualmente, as três ministram uma roda de cura com a ajuda da medicina tradicional indígena para pessoas que estão em busca de cura e reconexão espiritual como processos de bem-viver.

– A medicina indígena vem para que você se entenda primeiro, para que você consiga se firmar, para que você consiga sentir que é filha dessa terra, desse chão aqui. Ajuda a entender por que estou passando por isso, por que não consigo me curar, e aí a medicina vem e fala – explicou Sara, que acredita que o grupo tem laços ancestrais que precisam ser trabalhados em conjunto.

Ao longo das sessões que participam, Sara e Gisele também passam pelo próprio processo de cura. Isso porque ele é contínuo e coletivo. Experiências em que pessoas se juntam para praticar a espiritualidade envolvem a escuta ativa, acolhimento e aprendizado, mas, acima de tudo, aproximam-nos de um modo de vivência que rompe com a lógica apresentada. Isso significa uma nova forma de se enxergar na sociedade, de se relacionar com o ambiente em que se está inserido e também a construção de autoestima e de novas narrativas para futuras gerações.

– Me reconectar a mim foi um processo tão doloroso, porque eu sempre escutei, né, que meu fenótipo era feio. E hoje é incrível, assim, porque hoje eu não me vejo sem as minhas pinturas. Hoje eu não consigo enxergar essa pessoa feia que as pessoas citavam pelos meus traços. Pelo contrário: eu amo usar as minhas pinturas, eu amo chegar nos lugares e, mesmo que me olhem com preconceito ou não, sou eu – diz Sara, que hoje, orgulhosa, entende que havia aprendido a negar a ancestralidade por conta do preconceito. – Era uma coisa que eu já tinha, que eu já sabia, que eu nasci pra ser, e que por muito tempo eu me neguei para tentar ser o que os outros queriam, o que a sociedade queria. Porque a sociedade não queria me ver com a minha cara pintada.

Trabalhar a espiritualidade foi uma das formas que Sara encontrou para curar traumas que carrega desde a infância. Apesar de parecer uma questão individual, essa perspectiva mostrou a necessidade de cuidar de crianças feridas que se tornam adultos adoecidos.

– Todo mundo está carregando suas feridas o tempo inteiro, todo mundo está ferido, todo mundo está machucado, todo mundo vem de tormentas na infância, todo mundo está se arrastando e levando suas feridas junto com você. E elas ficam ali, minando sangue, até você chegar na sua vida adulta. E quando você vira adulto, tem que trabalhar, fazer uma faculdade porque é uma exigência social se você quiser ser alguma coisa na vida. Você tem que fazer inglês, isso e aquilo, aí entra num mundo totalmente louco. Mas aquela criança continua lá. Se você não foi lá cuidar, ela fica gritando para você o tempo inteiro. E é isso que a espiritualidade faz, ela faz você voltar à sua criança, se olhar, estar de encontro com ela – explica Sara, que também entende a importância do perdão neste processo.

A MEDICINA ANCESTRAL É PARA TODOS?

A falta de conexão consigo é uma realidade muito comum para pessoas que vivem um dia a dia exaustivo: jornadas extensas de trabalho, rotinas inadequadas de sono, má alimentação e diversos fatores de estresse colaboram cada vez mais com o aumento do cansaço mental e físico. Como consequência, cada vez mais pessoas sofrem com ansiedade e depressão e outras consequências negativas para o corpo. Para sair desse adoecimento, é necessário acompanhamento especializado, uso de medicamentos quando necessário e o estabelecimento de uma rotina saudável. A medicina indígena é utilizada por pessoas que buscam a cura das consequências desses males no campo espiritual de cada um.

No entanto, assim como todo tratamento, a medicina indígena também precisa ser ministrada por especialistas. Cada povo, etnia e organização indígena têm seus próprios ritos, ervas e insumos. E dentro de cada configuração social, existem pessoas designadas para trabalhar a espiritualidade com elementos como ayahuasca, jurema preta e rapé. Apesar de não serem designadas pajés, Sara e Gisele trabalham e são guiadas espiritualmente pela pajé Rita Tupinambá.

– Muita gente hoje procura uma conexão, vai em qualquer pessoa que se diz pajé e utiliza ayahuasca e rapé sem ter a dimensão do que é. Se uma medicina indígena for mal administrada, ela pode te prejudicar – alerta Sara.

Vale ressaltar que a medicina indígena não é alucinógena. Ela precisa ser preparada de forma responsável e adequada e só deve ser utilizada em rituais específicos. Em alguns casos, o preparo do corpo acontece com até 15 dias de antecedência para as rodas de cura, com cuidados específicos com alimentação e sem consumo de bebidas alcoólicas, por exemplo.

– As pessoas estão precisando de cura, desesperadas. Como não sabem como, começam a ir para todos os lados, encontram pessoas que não têm orientação, conhecimento ou vivência. E, em vez de se ajudar, elas acabam se prejudicando cada vez mais – complementa Gisele.

Quem estiver em busca de conectar-se espiritualmente deve estar atento. Opte por lideranças indígenas sérias, que honram a ancestralidade e estão dispostas a compartilhar conhecimento com todos. O respeito pelo ritual é o primeiro passo. —

COLUNA ILUSTRA DA

Eu quero dividir contigo
Alguns segredos de pintura.
Minha palavra favorita, um lugar,
O filme que eu vejo em dias duros e os
Versos favoritos de alguma poeta caribeña.
Quero compartilhar meu corpo com você,
Te mostrar alguns feridas e
Cicatrizes das guerras que venci
Meus poemas ruins e também
Compartilhar sonhos sobre um velho novo mundo nosso
Quero compartilhar telas e velas,
Meus lençois e camisetas,
Quero te dar noites insônes e te sentir tão dentro, como se
fosse uma parte de mim.
Partilho remendos, bares duvidosos, cerveja barata e
pagodes de amor.
Revoluçãoes, revoltas, compartilho tinta
E tudo mais que você quiser.

RENAYA DOREA

RENAYA DOREA



ESTRATÉGIAS DE BEM-VIVER



Revista Estilhaços entrevista Priscila Rodrigues, Diretora do Observatório de Favelas

1. Dentro da lógica de produtividade em que vivemos, quais atravessamentos você percebe que são mais prejudiciais para manter a mente e corpo saudáveis?

Olha, eu sempre vou falar de uma perspectiva racializada, né? Da minha perspectiva que é individual, mas também é coletiva e não é única.

Enquanto uma mulher preta e sapatão, essa lógica atravessa meu corpo e minha experiência de inúmeras formas, mas eu quero destacar duas: a primeira é aquela que a maior parte das pessoas pretas aprendem desde pequena que “você precisa ser duas vezes melhor”. E não é apenas sobre o que a gente cresce ouvindo, mas sim como essa máxima se atualiza ao longo dos anos. Na escola, na faculdade, no trabalho... Imagina só? O mundo já está acelerado no modo 2x e você precisa correr 4x. E mesmo você correndo muito, com “sorte”, você vai chegar no mesmo lugar de quem veio caminhando, olhando a vista. E essa é talvez uma das grandes questões, nos retiraram o direito de “apreciar a vista”. Eu quando era mais nova lia muito e muito e tentava intencionalmente ampliar o meu vocabulário, então cada palavra nova que eu me deparava nos livros, eu ia atrás do significado pra entender melhor e começar a empregar nas minhas frases. Nessas buscas eu conheci a palavra “flanar” e eu me lembro de ficar muito fascinada por essa palavra e que era/é muito utilizada na Europa como uma possibilidade de se entregar ao ócio, de conhecer despretensiosamente e profundamente a cidade, de experimentar... e eu sempre faço um paralelo do ato de “flanar” com a possibilidade de “vadiar” aqui na nossa experiência brasileira e como no pós abolição a “lei da vadiagem” era - e ainda é - uma forma de controle da população negra urbana. E aí é verdade que está tudo mais acelerado, mas a real é que na minha experiência nunca foi devagar, sabe? Não deu pra parar pra olhar a vista.

E isso me leva para o segundo ponto: a naturalização da exaustão. Tem uma palavra que eu detesto e que ficou muito na moda um tempo atrás. A tal da resiliência que é basicamente a capacidade de você esticar, esticar e não arrebentar. Como se fossemos de borracha. Mulheres racializadas, como eu, são sempre atreladas a adjetivos como “fortes”, “guerreiras” e similares. Além de sermos geralmente associadas ao cuidado, a cuidar. E quando a gente descansa? Quando somos cuidadas? As poucas experiências que tenho em que fui considerada enquanto um corpo possível também para o descanso, foi majoritariamente na relação com outras mulheres negras, mulheres que enxergam a minha humanidade.

2. Quais artifícios e “gambiarras” você encontra para manter o equilíbrio entre a produtividade e o seu bem estar?

Bom, penso que é importante dizer que para além de uma experiência de cuidado pessoal, eu acredito no bem viver enquanto um novo projeto de sociedade. Então, as minhas experiências estão desde caminhar aos domingos despretensiosamente, a não jogar lixo no chão, a respeitar todas as pessoas e me posicionar contra qualquer prática discriminatória e a experimentar outras possibilidades de saber, em uma perspectiva decolonial.

O posicionamento frente às micro relações e às macros, a estrutura, precisam ser coerentes. Não adianta realizar toda a noite a sua skincare e não se importar com as queimadas na Amazônia. A máscara de argila não vai te proteger da poluição do ar

Por aqui, na intimidade, eu mantendo perto apenas quem me quer bem e me respeita. As relações de afeto com a família, amigos/as e minha namorada são profundas, mas também simples, sempre baseadas na reciprocidade. Cuido especialmente da minha saúde emocional, mantendo a terapia em dia. Também dedico uma atenção especial à minha saúde financeira, evitando endividamentos e preocupações. Acho que é assim que dia após dia vou adiando o fim do mundo - Ailton Krenak.

3. Como você aconselharia pessoas LBT e racializadas que também estão buscando formas de ascender profissionalmente sem deixar o processo adoecer-las?

Insistir. Eu acho que é o melhor conselho que posso dar. E ele é também pra mim. Nem todo dia/semana/mês é possível manter os compromissos com você mesma. Vai ter semana que não vai dar pra garantir nem mesmo uma hora de terapia ou manter uma alimentação saudável ou se exercitar. E tudo bem. No próximo dia/semana/mês vai dar pé.

Quem vende a ideia de que é simples, é só querer... nunca calçou os nossos sapatos e muito menos caminhou os nossos passos. É difícil pra caramba! Por isso, só a teimosia, a mesma que faz a gente se manter vivo em um país tão eficaz em descobrir novas formas de nos matar, de aniquilar nossas existências, amores e sonhos... É essa insistência que nos permite imaginar e construir outras formas de ascensão que nos caiba. Como diria a Conceição Evaristo “a gente combinamos de não morrer”. —

A ARTE DA MIXOLOGIA:

ANCESTRALIDADE E INTUIÇÃO NO COPO

MATÉRIA: NAÍSE DOMINGUES
FOTOS: DIVULGAÇÃO

E se você descobrisse que é possível misturar ancestralidade com a arte de fazer bebidas? É exatamente isso que Luízie, uma das fundadoras do Saravá Bar Instituto Nômade, faz. Como Mixologista, Educadora e Técnica em Nutrição, ela utiliza técnicas que valorizam ingredientes naturais, produz seus próprios insumos para bebidas - alcoólicas ou não - e tem a intuição e a magia das ervas como receita para satisfazer seus clientes.

- Eu me tornei mixologista, que na verdade é justamente essa pessoa que vai produzir os próprios insumos, os próprios xaropes. Na minha atuação, sou muito adepta das plantas, do natural. Tanto que até reformei um bar particular onde também faço eventos. Eu nunca vou levar um xarope industrializado, entende? Nem mesmo o açúcar" - explica.

Apesar de muitas pessoas enxergarem o bartender como alguém que está ali para embebedar o público, em seu trabalho, Luízie tenta proporcionar outras experiências para seus clientes, inclusive, apostando em bebidas não alcoólicas. Além de se preocupar com a procedência dos produtos, ela faz drinks personalizados para proporcionar a experiência perfeita para cada cliente.



- Eu me preocupo bastante, não só com a procedência desses insumos, mas em eles serem naturais. Mesmo trabalhando com álcool, que é também um carro-chefe do Saravá, a gente faz bastante evento corporativo. Então, essa preocupação de levar sempre qualidade e saúde é fundamental - afirma ela, que utiliza da escuta ativa e a intuição para dar às pessoas o que elas precisam naquele momento: - Gosto de trabalhar com insights, então temos até uma cartinha nossa que é preparada desse jeito. Por exemplo, é um sentimento, né? O que você está precisando? Aí eu brevemente



“

A mixologia pode ser uma arte que mistura tradição, intuição e inovação, mas assim como muitas tradições, carece de pessoas que tragam perspectivas racializadas.



converso com a pessoa, faço uma anamnese e, a partir disso, surge o insight de uma bebida que ela estava precisando. E super funciona assim!

A prática consciente da arte de ser bartender também passa pelo que Luizie aprendeu com sua avó quando era criança. Isso a ajudou a apurar o paladar e escolher melhor quais frutas ou ervas usar para cada objetivo.

– Para mim, é algo de berço. Minha avó era manauara, então isso vem de família. Quando eu era pequena, ela fazia sucos e vitaminas que chamava de ‘imunidade’, com mais de cinco frutas e chás com mais de sete ervas. Ela me perguntava o que tinha ali, e eu já ia desenvolvendo o paladar – relembra.

A arte da mixologia e a profissão de barwoman contam com cada vez mais mulheres. No entanto, quando começou, há 11 anos, Luízie encontrou um cenário completamente diferente para se estabelecer no mercado sendo mulher e negra. Atualmente, nos cursos que ministra, ela incentiva suas alunas a investirem na carreira, tanto com dicas quanto com um espaço de acolhimento.

– Eu vou impulsionar mais gente como eu para ocupar esses lugares, os lugares que quiserem. Eu me sinto muito privilegiada porque desde a infância sou bolsista. Estou aqui para mostrar a amplitude do que podemos abraçar dentro do bar. Às vezes, somos vistos de forma limitada, mas a consciência não é essa. Pode ser além. – destaca.

A mixologia pode ser uma arte que mistura tradição, intuição e inovação, mas assim como muitas tradições, carece de pessoas que tragam perspectivas racializadas. Por isso, em suas aulas, Luízie reforça a importância de mostrar a relação ancestral da diáspora no bar.

– Nos cursos comuns, nem é falado que foi um homem negro que fez os primeiros uísques, ou que a origem das bebidas vem do Antigo Egito. Nossa história muitas vezes é abafada e apagada. Hoje, percebo que, por eu ser mulher, estou inspirando muitas outras mulheres, independentemente de cor ou raça, a participarem desses cursos. Nos primeiros anos, eu via uma ou duas mulheres na sala. Hoje, já tenho turmas com mais mulheres do que homens, e isso é o máximo! – celebra. —

EMPREENDEDORISMO

COMO FERRAMENTA DE CONSTRUÇÃO DE BASE PARA AS SAPABI

Sejamos sinceras: você consome microempreendedores lesbi? Qual seria o seu papel para girar essa economia ativa de resistência? É possível que ao comprarmos um produto não façamos críticas sobre sua origem, produção e relevância para aquele empreendedor, porém precisamos virar a chave. Para uma boa parte das mulheres lesbi, pode ser até mesmo a única opção e a sua principal fonte de renda.

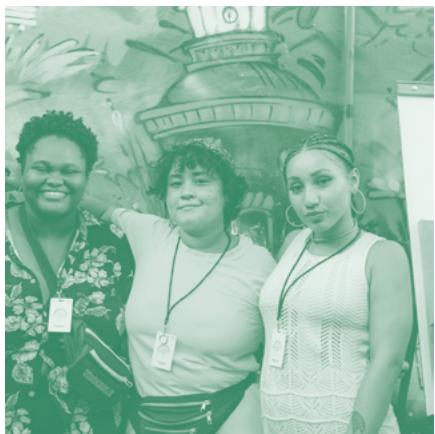
Empreender no Brasil já é um role, quando você é mulher o buraco fica cada vez mais embaixo, sendo lésbica então... Esquece! Mesmo com todos esses atravessamentos, nós não desistimos de requebrar as estruturas e tirar do papel nossos planos e sonhos. E aqui não tem romantização desse processo não! Sabemos que é lento e doloroso. Na nossa vida o que não é, né? A vontade de querer fazer dar certo tem que ser maior do que a vontade da estrutura de fazer dar errado, e nesse cabo de força estamos levantando nosso impérios. Sigamos na admiração de quem dá o sangue nesse corre e nos inspira para que sejamos sempre mais e mais, quebrando as estatísticas e nos apoderando deste capital, fazendo ele girar nas nossas mãos. Embora enfrente desafios únicos, a jornada empreendedora lésbica oferece uma oportunidade poderosa para quebrar barreiras, de-

safiar normas e criar espaços mais inclusivos e inovadores.

Não podemos esquecer de tantas mulheres lésbicas que empreendem por falta de opção. Não são incluídas no mercado de trabalho, não têm uma rede de apoio familiar estruturada e sofrem as violências dessa sociedade lesbofóbica, racista, machista e classista. Para essas mulheres, que sofrem o peso do mundo apenas por existirem, a sobrevivência muitas vezes requer estratégias, entre elas o empreendedorismo, através da geração de renda que garante sua existência. Muitas dessas mulheres, sendo arquitetas de sua própria estrutura, encontram nos trabalhos autônomos uma oportunidade de se estabelecer, crescer profissionalmente e desfrutar dos resultados do seu corre.

Empreender é mais do que abrir um negócio; é uma forma de expressar quem você é e de fazer uma diferença significativa no mundo. Para mulheres lésbicas, isso significa não apenas estabelecer empreendimentos de sucesso, mas também ser continuidade de tantas outras que vieram antes e estão aí construindo a diversidade – para além de um conceito, mas na concretude de seu significado presentes e ativas nas nossas diversidades. Ao assumir o controle de suas carreiras e criar suas próprias oportunidades, vocês podem se tornar modelos inspiradores e

POR HUMANIZAÇÃO NO ASFALTO
(TEXTO POR MARINA CARVALHO)



Humanização no Asfalto é um grupo que movimenta arte e cultura LGBT-QIAPN+. Criado em 2016, sua atuação consiste tem produções culturais, eventos e exposições artísticas na periferia do Rio de Janeiro.

líderes que desafiam preconceitos. O mercado está ávido por novas perspectivas e soluções criativas. Cada novo negócio lançado é uma oportunidade para mostrar que a diversidade é uma força e não apenas um conceito.

Seja livre para sonhar e criar, tire seus planejamentos do papel, estude, se aprofunde, tenha coragem e o principal, se joga! Não é papo de coach motivacional, estamos todas no mesmo barco aqui! Botando um sonho para frente, construindo essa canoa junto com as que vieram antes de nós, caindo no oceano para desbravar esse novo universo que muitos disseram não ser para nós! Se nós não formos juntas, não iremos... Então vamos tirar as âncoras dos pés e aprender a voar, ou melhor, mergulhar nesse universo de empreender. ■



**Governo Federal, Ministério da Cultura, Prefeitura da
Cidade do Rio de Janeiro e Secretaria Municipal de
Cultura apresentam:**

REVISTA ESTILHAÇOS 2024 / ED I

DIREÇÃO GERAL:

Talita Nascimento

DIREÇÃO DE CONTEÚDO:

Naíse Domingues

DIREÇÃO DE MODA:

Lidi Oliveira

DIREÇÃO DE ARTE:

Julianna Pimenta

DIAGRAMAÇÃO:

Estúdio Ok

IDENTIDADE VISUAL:

Carolina Moraes

PRODUÇÃO:

Talita Nascimento

Naíse Domingues

Humanização no Asfalto

ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO:

Talita Nascimento

ASSESSORIA DE IMPRENSA:

Naíse Domingues

ASSESSORIA JURÍDICA:

Maria Eduarda Santos

CONTADORA:

Laryssa Oliveira

AUDIODESCRIÇÃO:

Ana V Lopes

COLUMNISTAS:

Camila Marins, Renaya

**Dorea e Humanização no
Asfalto**

COLABORADORES:

Priscila Rodrigues, Marina

Carvalho, TSara Repika

Kokama, Gisele Umbelino,

Rafé Ferreira e Luízie Lisbôa

AGRADECIMENTOS:

A todo povo de Rua

(Laroyê), Arena Carioca

Dicró, Parque Ari Barroso,

**e à todes que acreditaram
na potência da Revista
Estilhaços.**

Apoio:

Patrocínio:



CULTURA



MINISTÉRIO DA
CULTURA



R E V I S T A

ESTILHACOS



DISPONÍVEL EM AUDIODESCRIÇÃO



AD)))

Aponte a
câmera do
seu celular

REVISTA ESTILHACOS 2024 / ED I

revistaestilhacos revistaestilhacos.com.br

