



Daniela Metello, Isadora Lacava, Lara Montenegro, Amanda Olalquiaga e Sarah Habersack, da Rede Solidária Entre Nós

# DO acolhimento

» BRUNA PAUXIS

Ao longo da história, a união entre mulheres demonstrou-se forte motor de mudanças sociais. Atualmente, com a potência das redes sociais e globalização, é possível estabelecer coletivos grandes e a distância, que evoluem para imensas redes de apoio e até organizações. No Distrito Federal, grupos de mulheres têm crescido, criados para transformar um contexto comum, para empoderamento ou pela solidariedade.

Para além de atividades específicas, há coletivos femininos que focam na construção de relações e no acolhimento mútuo. Na capital federal, que abraça pessoas de todo o país, a servidora pública Fernanda Machiaveli, 41, criou, em 2018, um grupo de WhatsApp com outras três amigas para trocar experiências sobre o puerpério. “Eu estava grávida da minha segunda filha e já sabia que enfrentaria após o parto um momento de solidão, com minhas amigas trabalhando e minha vida em pausa, além de não ter família aqui”, recorda.

Com o tempo, elas foram incluindo outras mulheres que, por sua vez, adicionaram mais participantes. “Passávamos as madrugadas, enquanto estávamos amamentando, conversando, trocando experiências”, lembra Fernanda.

Ela destaca ter tido sorte por compartilhar as descobertas da maternidade junto a outras mulheres que experienciavam o mesmo. “A gente foi construindo uma rede de afeto, de troca e de apoio mútuo.”

## Gratidão

Para a oficial de projetos em educação Julia Caligorne, 33, a inclusão no grupo foi uma chance dela desenvolver conexões em Brasília. Ao vir de Minas Gerais para a capital, com seu marido e uma filha de sete meses, Júlia engravidou em suas primeiras semanas aqui. “Nem me lembro como foi esse período no qual morei aqui antes de entrar no grupo, porque foi por meio dele que consegui organizar minha vida na cidade”, observa, completando que o grupo é também um espaço de troca de dicas entre as famílias e as mulheres.

Uma experiência que a marcou aconteceu durante a gestação de seu segundo filho, Milo. À época, Ava, a mais velha, estava com dificuldades para dormir, o que consequentemente fazia com que Júlia não pregasse os olhos. “Foi o primeiro desabafo que fiz no grupo e recebi zero julgamento. Elas me ouviram, me ajudaram, me recomendaram uma profissional que fez com que toda a situação se resolvesse”, agradece.

## Experiência

Hoje, sete anos depois de sua criação, o grupo tem mais de 200 mulheres, com filhos de diferentes idades. Muitas acompanharam o crescimento das crianças pela internet. São anos de mensagens trocadas no coletivo.

“Quando entrei no grupo, meu primeiro filho tinha 3 anos. Não estava tecnicamente no puerpério, mas era mãe de primeira viagem, sem família por perto nem rede de apoio. Acrescente a isso aquele contexto pós-pandemia para ter uma ideia de quanto esse grupo significou, era como ter uma roda de conversa praticamente 24 horas por dia na palma da mão”, relembra Endora Barboza, 43, mãe de dois meninos.

Um ano depois, a fotógrafa engravidou do segundo filho. “Aí sim, usei e abusei dos conselhos, indicações de profissionais da saúde, dicas e técnicas para aliviar as cólicas, o nascer dos dentes, as febres inexplicáveis e muito mais”, detalha.

Endora enfatiza que o coletivo segue relevante para ela, mesmo dois anos após o nascimento do caçula. “Primeiro, faço questão de apoiar as que chegam com suas questões em busca de ajuda. Depois, porque agora, para mim, é um grupo de dicas para melhorar e tornar mais leve nosso dia a dia”, completa.

## Solidariedade

A Rede Solidária Entre Nós é uma associação de Brasília que surgiu da ideia da geógrafa Lara

# À transformação social

Coletivos de mulheres mudam a própria realidade e o mundo à sua volta a partir de troca de experiências e da união de forças



Julia (E) e os filhos, Milo e Ava. Ao lado, Endora com Theo e Guilherme (no colo). Ambas fazem parte de um grupo de apoio no WhatsApp com mais de 200 mulheres



**Nem me lembro como foi esse período no qual morei aqui antes de entrar no grupo, porque foi por meio dele que consegui organizar minha vida na cidade”**

**Julia Caligorne,**  
oficial de projetos

juntas virtualmente. Até então, eu conhecia pessoalmente apenas uma delas”, diz a geógrafa.

Lara, Isadora Lacava, Amanda Olalquiaga, Sarah Habersack e Daniela Metello se juntaram em prol de um objetivo que permitiu a elas criarem uma conexão para além da associação. “Somos muito, muito próximas, amigas para todas as horas. A visão política e o entendimento de mundo foram os elos a partir dos quais iniciamos uma relação de afeto profundo e de parceria pra vida”, observa.

## Acolhimento

No segundo semestre de 2020, as cinco mulheres atendiam a cerca de 350 famílias com entrega mensal de cestas básicas em várias regiões administrativas do DF. Em junho de 2021, a Rede Solidária Entre Nós se formalizou como associação.

Entre 2020 e 2024, a entidade movimentou mais de R\$ 2 milhões para ajudar pessoas em situação de vulnerabilidade. “Apoiamos milhares de pessoas durante um período crítico de avanço da pobreza, crise sanitária e negacionismo”, destaca.

Atualmente, mais três amigas estão envolvidas nos projetos e no administrativo-financeiro da rede — Nhanja Ribeiro, Ariadne Santiago e Marcia Bergamaschi.

Entre as diversas ações, o grupo entrega cestas básicas nas regiões do Sol Nascente, Paranoá e Itapoã.

Montenegro, de 42 anos. Na quarentena, em 2020, ela se mobilizou para ajudar pessoas em situação de rua. “Acionei alguns contatos, amigos me procuraram para somar no movimento e comecei a articular as primeiras parcerias com lideranças comunitárias e organizações da

sociedade civil”, recorda Lara.

O movimento ganhou mais força ao ser divulgado em um grupo no WhatsApp de mulheres progressistas de Brasília. “Três meses depois da primeira publicação nas redes sociais, já estávamos em um time de cinco mulheres trabalhando