

**Veículo:** Gazeta

**Data:** 10/03/2021

**Link:** <https://www.agazeta.com.br/todaselas/os-cursos-que-ajudam-as-mulheres-a-serem-mais-empoderadas-0321>

Liderança feminina

## Os cursos que ajudam as mulheres a serem mais empoderadas

Seja para aprender uma profissão ou conhecer mais sobre si mesma, muitas mulheres encontram na educação uma ferramenta para enfrentar o machismo

**Natalia Bourguignon**

[nbourguignon@redgazeta.com.br](mailto:nbourguignon@redgazeta.com.br)

**Vitória / Rede Gazeta**  
Publicado em 10/03/2021 às 11h41



A maior parte deles pode ser feito pela internet. Crédito: RF\_studio/Pexels



Identificar o machismo na sociedade nem sempre é simples. Construir ferramentas para combatê-lo pode ser ainda mais desafiador. Mas estar informada e preparada faz toda a diferença nesse processo.

A Gazeta reuniu cursos e oficinas que auxiliam nesse processo. Seja falando diretamente sobre o tema da desigualdade de gênero, ou oferecendo recursos para que mulheres possam romper o ciclo de violência.

Um exemplo são os cursos profissionalizantes, que colocam mulheres no caminho da independência financeira, o que muitas vezes significa a libertação de uma situação difícil ou até perigosa dentro de casa. Veja lista abaixo:

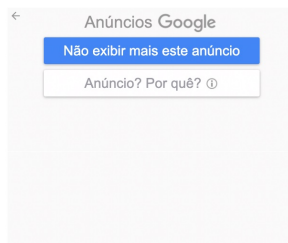
### PARA SE INFORMAR

#### Pensamento computacional

O Centro de Referência em Formação e em Educação a Distância do Ifes (Cefor) oferece o curso Lovelace: Pensamento Computacional no Cotidiano Feminino. O objetivo é despertar nas participantes o interesse pela programação a partir de atividades cotidianas simples. O curso é totalmente on-line e já está disponível no site do Cefor, e só se inscrever.

#### Oratória e marketing pessoal

O Ifes também tem disponível o curso "Maratona Mais Mulheres na Política: Protagonismo feminino na política" que ensina como falar em público e apresentar-se presencial ou virtualmente, bem como a fazer marketing pessoal. Ele é inicialmente voltado para mulheres que desejam ou planejam se candidatar a cargos públicos, mas esses conhecimentos, certamente, são úteis para qualquer pessoa. As aulas podem ser feitas [nesse link \(clique aqui\)](#).



### Educação financeira

O Poder Judiciário do Espírito Santo, em parceria com o Instituto Win e o Rotary Club tem o projeto Mulheres Superando o Medo. Mais de 100 mulheres já foram atendidas pelo programa, que visa ajudar vítimas de violência doméstica do município de Vila Velha a aumentarem suas rendas e alcançarem autonomia financeira. As inscrições podem ser feitas nesse link.

### Design para redes sociais

O Projeto Eva Horizontes, da Ufes, vai abrir em abril o curso de Introdução ao Design para Redes Sociais para Mães. O curso tem o objetivo de oferecer uma formação básica em redes sociais para empoderar mulheres que por muitas vezes acabam se enxergando apenas no papel materno, trazendo uma alternativa de renda para essas mulheres. Há ainda uma formação em parentalidade, para fortalecer as relações familiares das participantes do curso. Serão ofertadas 20 vagas para a terceira turma do curso, que contará com aulas virtuais e encontros presenciais no Centro Social São José de Calasanz, em Vila Nova de Colares, Serra. Para não perder a data, [é só seguir o projeto no Instagram](#).

### Lei Maria da Penha e assédio no trabalho

O Instituto Saberes, do Senado federal, oferece muitos cursos gratuitos online sobre temáticas de gênero e as matrículas estão abertas. Um deles é sobre a [Lei Maria da Penha](#). O curso traz um diálogo sobre essa ferramenta legislativa na prevenção e erradicação da violência contra a mulher. Há ainda um curso sobre [assédio sexual e moral no trabalho](#).

### PARA APRENDER UMA PROFISSÃO

A Agência de Desenvolvimento das Micro e Pequenas Empresas e do Empreendedorismo do Estado (Aderes), em parceria com o Senac, se prepara para abrir vagas em cursos profissionalizantes. Os detalhes sobre as inscrições estarão disponíveis no site a partir de 8 de fevereiro. Veja oportunidades:



- Básico de corte e costura - 64 vagas
- Biscoitos Finos e artesanais - 120 vagas
- Design de sobancelhas - 16 vagas
- Marketing Digital E-commerce - 37 vagas
- Montagem e manutenção de computadores - 30 vagas
- Salgados finos - 120 vagas
- Confeitaria básica - 130 vagas

### PARA ABRIR O PRÓPRIO NEGÓCIO

O Sebrae-ES se prepara para oferecer em março o seminário EMPRETEC, uma metodologia criada pela Organização das Nações Unidas (ONU), que desenvolve qualidades típicas do comportamento de um empreendedor, além de ajudar a identificar novas oportunidades de negócios. Dessa vez, a edição será voltada para mulheres que querem aprimorar suas habilidades seja para abrir o próprio negócio ou para melhorar algum que já existe. A inscrição já está aberta, porém o curso é pago. [Veja detalhes aqui](#).

### PARA CRESCER NAS EMPRESAS

Algumas empresas de consultoria e recursos humanos têm atuado para oferecer cursos de lideranças femininas com a intenção de prepará-las para cargos de gestão. As propostas são oferecidas diretamente para as empresas com a intenção de mudar o cenário de desigualdade de oportunidades entre os trabalhadores dos sexos feminino e masculino.

De acordo com a Especialista em Treinamento e Desenvolvimento da empresa, Fabíola Costa, da Rophen Consultoria, teve a ideia de montar esse programa, olhando as necessidades das mulheres no mercado de trabalho. [Veja detalhes aqui](#).

"O curso busca resgatar os valores e as qualidades femininas que podem e devem ser usadas na liderança, trabalhando ferramentas de uma liderança mais humanizada e conectada com a vida da mulher. Além de discutir marketing pessoal e profissional aliado ao planejamento de carreira das mulheres e os desafios sobre os papéis que historicamente a mulher carrega."