



8 DE MARÇO



Esta edição especial do
ONJornal.com
é dedicada à todas as
guerreiras chamadas
de mulher !





0 Dia Internacional da Mulher e a Luta por Igualdade: História e Reflexões

O Dia Internacional da Mulher, celebrado anualmente em 8 de março, não é apenas uma data comemorativa, mas um símbolo da luta histórica das mulheres por direitos, equidade e respeito. Essa data tem suas raízes em movimentos trabalhistas e feministas do final do século XIX e início do século XX, quando mulheres começaram a se mobilizar para reivindicar melho-

res condições de trabalho, direito ao voto e igualdade de oportunidades.

Apesar das inúmeras conquistas ao longo das décadas, a luta por igualdade de gênero ainda é um desafio global. Mulheres continuam enfrentando desigualdade salarial, barreiras no mercado de trabalho, sub-representação em cargos de liderança, além de altos índices de violência de gênero.



No final da tarde de 25 de março de 1911, um incêndio começou nos andares superiores do edifício Asch, onde funcionava a Triangle Shirtwaist. As vítimas, em sua maioria jovens imigrantes judias e italianas, ficaram presas porque as portas de saída estavam trancadas pelos proprietários para evitar roubos e pausas não autorizadas.

A Origem do Dia Internacional da Mulher

O incêndio na fábrica Triangle Shirtwaist Company, ocorrido em Nova York em 25 de março de 1911, é um dos marcos históricos mais importantes para a consolidação do Dia Internacional da Mulher, embora não seja sua única origem. O trágico evento, que vitimou 146 trabalhadores (125 mulheres e 21 homens), expôs as condições desumanas de trabalho e impulsionou a luta por direitos trabalhistas e segurança industrial em todo o mundo.

O Incêndio de 1911

No final da tarde de 25 de março de 1911, um incêndio começou nos andares superiores do edifício Asch, onde

funcionava a Triangle Shirtwaist. As vítimas, em sua maioria jovens imigrantes judias e italianas, ficaram presas porque as portas de saída estavam trancadas pelos proprietários para evitar roubos e pausas não autorizadas.

- Vítimas: 146 mortos, a maioria mulheres.
- Causa das mortes: Falta de saídas de emergência adequadas, escadas de incêndio frágeis e portas trancadas.
- Impacto: O desastre gerou uma comoção pública que levou à criação de novas leis de segurança no trabalho e ao fortalecimento dos sindicatos de mulheres.



Relação com o 8 de Março

Embora o incêndio tenha ocorrido em 25 de março, a data oficial do Dia Internacional da Mulher (8 de março) está ligada a uma série de eventos operários e políticos do início do século XX:

- Conferência de 1910: Clara Zetkin propôs a criação de um dia anual para as mulheres na II Conferência Internacional de Mulheres Socialistas em Copenhague, antes do incêndio da Triangle.
- Greve Russa de 1917: Em 8 de março de 1917 (calendário gregoriano), operárias russas realizaram a marcha "Pão e Paz", evento decisivo para a oficialização da data.
- Confusão Histórica: Muitas vezes, o incêndio de 1911 é confundido com uma greve inexistente em 8 de março de 1857, mas ambos os eventos reforçam o caráter operário e de luta por direitos da celebração.





Entenda como aconteceu a evolução os direitos das mulheres no Brasil

A evolução do direito das mulheres no Brasil iniciou-se de forma árdua, marcada pela luta contra um sistema jurídico que as considerava civilmente incapazes. O Código Civil de 1916 refletia essa realidade, submetendo a mulher à autoridade do marido. A primeira grande ruptura ocorreu na década de 30, com a conquista do voto feminino, que abriu as portas para que as mulheres deixassem a esfera exclusivamente privada e passassem a ocupar o espaço político.

Na metade do século XX, avanços legislativos como o Estatuto da Mulher Casada (1962) e a Lei do Divórcio (1977) começaram a desfazer os nós da submissão doméstica. No entanto, o verdadeiro divisor de águas foi a Constituição de 1988. Ao estabelecer a igualdade plena entre ho-



mens e mulheres perante a lei, a chamada “Constituição Cidadã” forneceu o alicerce jurídico necessário para que a discriminação de gênero passasse a ser combatida de forma institucional.

O século XXI trouxe uma mudança de foco para a proteção da integridade física e psicológica da mulher. A criação da Lei Maria da Penha (2006) e, posteriormente, da Lei do Feminicídio (2015), representaram marcos globais

no enfrentamento à violência doméstica. Essas leis não apenas punem o agressor, mas também reconhecem que a violência contra a mulher possui raízes estruturais que exigem intervenções específicas do Estado para serem erradicadas.

Atualmente, o direito das mulheres caminha para a busca da igualdade material e o fim de estereótipos no Judiciário. O fim da tese da “legítima defesa da honra” e a obrigatoriedade



de julgamentos com perspectiva de gênero mostram que o sistema está se modernizando. Apesar das leis robustas, o desafio atual reside em transformar a igualdade escrita no papel em uma realidade prática, combatendo a desigualdade salarial e garantindo maior representatividade nos espaços de poder.



Mulher x Homem: conheça as soluções para diminuir a desigualdade salarial entre os gêneros

A disparidade salarial entre homens e mulheres continua sendo uma das maiores barreiras à equidade de gênero. De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), as mulheres ganham, em média, 22% a menos do que os homens no Brasil, mesmo quando ocupam cargos e funções semelhantes.

Essa desigualdade se torna mais grave para mulheres negras e indígenas, que enfrentam um duplo preconceito: racial e de gênero. Além disso, setores como tecnologia, engenharia e ciência ainda têm uma representatividade femini-



na muito baixa, sendo dominados majoritariamente por homens. Principais barreiras no mercado de trabalho:

- Diferença salarial entre homens e mulheres.
- Dificuldade de ascensão a cargos de liderança.

- Preconceito em áreas historicamente masculinas.
- Falta de políticas de inclusão e equidade de gênero nas empresas.

Soluções possíveis:

- Implementação de

políticas de igualdade salarial.

- Maior incentivo à presença feminina em áreas como STEM (Ciência, Tecnologia, Engenharia e Matemática).

- Criação de programas de mentoria e capacitação profissional para mulheres.





Conheça as principais leis que protegem e garantem os direitos das mulheres no Brasil



Neste Dia Internacional da Mulher, é preciso ressaltar que no Brasil, algumas leis atuam na proteção das mulheres assim como no combate à violência de gênero como a Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/06), que protege mulheres contra violência doméstica e familiar (física, psicológica, sexual, patrimonial ou moral) praticada por parceiros, ex-parceiros ou familiares. Ela funciona criando medidas protetivas de urgência, afastando agressores do lar, proibindo aproximação, e acele-

rando prisões preventivas, punindo agressões com detenção de 3 meses a 3 anos. O impacto dessas políticas reflete a importância de uma rede de proteção ativa para reduzir os índices de violência letal e garantir a dignidade feminina em todo o território nacional.

Além da Lei Maria da Penha, o país conta com a Lei do Feminicídio (Lei nº 13.104/15), que qualifica o assassinato de mulheres por razões de gênero como crime hediondo, garantindo punições mais severas. No campo do consumo, o

Código de Defesa do Consumidor (CDC) também é uma ferramenta essencial, sendo utilizado para combater práticas abusivas como a “taxa rosa”, onde produtos femininos chegam a custar 12% a mais que itens masculinos idênticos sem justificativa técnica. Essas normas visam garantir relações de consumo mais justas, seguras e livres de qualquer tipo de discriminação.

Celebrar este 8 de março é, acima de tudo, disseminar o conhecimento sobre

esses direitos e os canais de denúncia disponíveis para enfrentar estatísticas e reduzir índices de crimes contra a mulher. O Ligue 180 (Central de Atendimento à Mulher) e o 190 (Polícia Militar) continuam sendo ferramentas vitais para o acolhimento e socorro imediato. O acesso à informação e o suporte institucional formam a barreira necessária para que a liberdade e a integridade de todas as mulheres sejam preservadas todos os dias do ano.





Amazonas alcança menor taxa de feminicídios do País e fortalece rede de proteção à mulher

O Amazonas celebra a marca histórica de possuir a menor taxa de feminicídios do Brasil, com um índice de 0,46 casos para cada 100 mil habitantes em 2025. Com apenas 20 registros ao longo do ano passado, o menor número desde 2021, o estado consolidou uma redução significativa nos crimes letais, superando positivamente a média nacional de 0,69. O dado reforça a eficácia das políticas públicas que buscam interromper o ciclo de violência antes que ele atinja seu desfecho mais grave.

Esse cenário positivo é impulsionado pela expansão do Programa Ronda Maria da Penha, que desde sua criação em Manaus, em 2014, tornou-se um mecanismo essencial na fiscalização de



Medidas Protetivas de Urgência. Nos últimos dois anos, o programa foi interiorizado para nove municípios, incluindo Parintins, Tefé e Tabatinga.

Para manter esses índices em queda, o Estado investe na conscientização e no uso de canais de denúncia, como o Ligue 180 e o 190 para emergências. As autoridades

reforçam que a denúncia formal é o primeiro passo para ativar a rede de proteção.

A eficácia do sistema é comprovada pelo fato de que, entre as vítimas de feminicídio em 2025, apenas uma possuía medida protetiva, evidenciando que o acompanhamento policial direto é uma barreira crucial contra a violência fatal.



Mulheres já chefiam quase metade dos lares brasileiros e impulsionam o empreendedorismo

O cenário social brasileiro consolidou uma mudança histórica: quase metade dos lares no país é atualmente chefiada por mulheres. Segundo dados recentes do IBGE e do Censo Demográfico, a proporção de domicílios sob liderança feminina saltou de 22% para quase 50% em pouco mais de duas décadas, refletindo uma nova configuração familiar e econômica. Para a maioria dessas mulheres, a responsabilidade de prover o sustento doméstico vem acompanhada do desafio de conciliar a gestão da casa com a geração de renda em mercados cada vez mais competitivos.

Nesse contexto, o empreendedorismo surge não apenas como uma opção de carreira, mas como uma estratégia de sobrevivência



e autonomia. Pesquisas do Sebrae e do Instituto Rede Mulher Empreendedora (IRME) indicam que cerca de 49% das donas de negócios no Brasil são as principais responsáveis pelas finanças de suas famílias. O levantamento também aponta que a maternidade é um dos maiores gatilhos para a abertura de novos negócios: mais de 75% das empreendedoras brasileiras decidiram investir no pró-

prio empreendimento após o nascimento dos filhos, buscando a flexibilidade que o mercado de trabalho formal muitas vezes nega.

Apesar da força desses números, as “mães empreendedoras” ainda enfrentam barreiras estruturais significativas, como o acesso restrito ao crédito e a sobrecarga da jornada dupla. Enquanto os negócios liderados por mulheres apresentam altos índices de resiliência e foco

no bem-estar comunitário, a renda média mensal ainda esbarra em limitações de investimento inicial. Especialistas apontam que apoiar a mulher chefe de família é investir diretamente no desenvolvimento social do país, uma vez que o sucesso desses pequenos negócios se traduz, imediatamente, em melhoria na educação e na qualidade de vida das futuras gerações.





Projetos impulsionam recomeço de mulheres refugiadas e migrantes em Manaus e Boa Vista

Projetos voltados à qualificação profissional, ao empreendedorismo e ao fortalecimento da autonomia feminina têm ajudado mulheres refugiadas e migrantes a reconstruir suas vidas em Manaus (AM) e Boa Vista (RR). As iniciativas são desenvolvidas pelo Instituto Hermanitos, organização fundada em 2019 que atua na promoção de oportunidades e na integração social de pessoas em situação de deslocamento forçado na região Norte.

“Sair de seu país de origem, muitas vezes de maneira forçada, é um processo que exige coragem e capacidade de adaptação. Muitas mulheres chegam ao Brasil precisando reconstruir praticamente tudo: rede de apoio, renda e perspectivas de futuro. Nosso trabalho é justamente criar caminhos para que esse recomeço aconteça com mais segurança, formação e oportunidades reais”, afirma Anderson Mattos, diretor de Programas e Projetos e cofundador do Instituto Hermanitos. Ao longo de 2025, a organização desenvolveu e ampliou diversas iniciativas voltadas ao público feminino em Manaus (AM), incluindo projetos que valorizam culturas tradicionais e promovem oportunidades de geração de renda. Um dos destaques é o projeto “Tida Warao”, que capacitou 20 mulheres indígenas do povo Warao, da Venezuela. A formação integrou empreendedorismo, saberes tradicionais e identidade cultural, valorizando práticas artesanais e conhecimentos transmitidos entre gerações.

Outra iniciativa que ga-



nhou destaque foi o projeto “Somos Mais”, voltado para homens e mulheres com mais de 50 anos, público que frequentemente enfrenta maiores dificuldades para acessar ou retornar ao mercado de trabalho. A jornada formativa inclui atividades voltadas ao empreendedorismo, ao fortalecimento da autonomia financeira e ao resgate da autoestima das participantes. No final do ano passado, o projeto teve uma turma especial somente de mulheres. Pensando também na juventude, a primeira edição do “Chicas Digitais” beneficiou 18 jovens mulheres, entre 16 e 20 anos. A formação abordou conteúdos relacionados à área de Tecnologia da Informação, incluindo informática, programação de computadores e inteligência artificial. Os três projetos são realizados pelo Hermanitos com o apoio da Agência da ONU para Refugiados (ACNUR). Os projetos Somos Mais e Tida Warao também contam com o apoio da Embaixada do Japão.

Além das novas inicia-

tivas, o projeto “Mujeres Fuertes” segue como uma das principais ações da organização. Voltado para mães solo e chefes de família em situação de vulnerabilidade social, o programa apresenta o empreendedorismo como um caminho possível para a independência financeira. A iniciativa é realizada em Manaus e Boa Vista.

“Ao longo das formações vemos mudanças muito concretas acontecerem. Muitas mulheres chegam inseguras ou desacreditadas nas próprias capacidades e, com o tempo, passam a desenvolver habilidades, planejar negócios e enxergar novas possibilidades para suas vidas e para suas famílias”, destaca a coordenadora do Mujeres Fuertes, Ana Vasconcelos.

O projeto é executado pelo Hermanitos com recursos oriundos de reversão trabalhista do Ministério Público do Trabalho no Amazonas e Roraima (MPT-AM/RR) e conta com apoio do Tribunal Regional do Trabalho da 11ª Região (TRT 11ª Região), da Agência da ONU para Refugiados (ACNUR) e do Servi-

ço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas do Amazonas (Sebrae-AM).

Para o diretor-presidente do Instituto Hermanitos, Tulio Duarte, investir em formação e inclusão produtiva é uma forma concreta de promover transformação social. “Quando uma mulher encontra oportunidades para estudar, empreender e gerar renda, ela não transforma apenas a própria vida — ela fortalece sua família e contribui para o desenvolvimento das comunidades onde passa a viver.

É esse ciclo de oportunidades que buscamos construir cada vez mais”, afirma.

O Instituto Hermanitos atua na promoção da dignidade, do acolhimento e da geração de oportunidades para pessoas refugiadas e migrantes nos estados do Amazonas e Roraima.

Por meio de programas de empregabilidade, formação empreendedora, capacitações, apoio psicossocial e ações culturais, a instituição contribui para a integração e valorização desses grupos no contexto amazônico.



Mulheres no esporte: Força, talento, resistência e inspiração

O esporte sempre foi um espaço de superação, disciplina e paixão. Ao longo da história, as mulheres conquistaram cada vez mais espaço nas mais diversas modalidades, mostrando talento, força e determinação dentro e fora das arenas. Do futebol ao atletismo, do judô à ginástica, da natação ao vôlei, elas provaram que o esporte não tem gênero, tem dedicação, esforço e amor pela prática.

Durante décadas, as mulheres enfrentaram barreiras para competir. Em muitos países, algumas modalidades chegaram a ser proibidas para elas, e o acesso a competições, patrocínios e reconhecimento sempre foi menor em comparação aos homens. Ainda assim, atletas mulheres resistiram, lutaram por oportunidades e abriram caminhos para as novas gerações. Hoje, o esporte feminino cresce em visibilidade, audiência e respeito. Grandes eventos internacionais mostram ao mundo a qualidade técnica e o espírito competitivo das atletas, que se tornaram



referência não apenas em resultados, mas também em representatividade.

Entre tantos exemplos de superação no esporte feminino, um dos nomes mais emblemáticos é o de Marta. Nascida em Dois Riachos, no interior de Alagoas, Marta enfrentou dificuldades desde a infância para seguir o sonho de jogar futebol — um espor-

te que por muito tempo foi culturalmente associado apenas aos homens no Brasil.

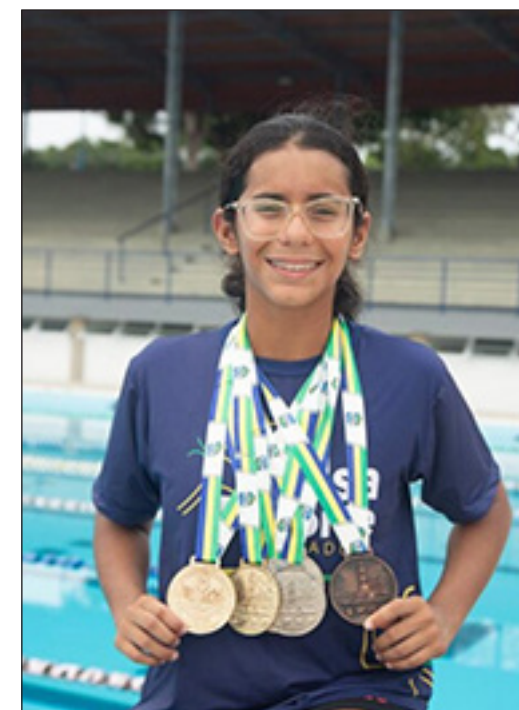
Mesmo diante de preconceitos e falta de estrutura, Marta persistiu. Com talento extraordinário e muita dedicação, ela conquistou o mundo e se tornou uma das maiores jogadoras da história do futebol. Eleita diversas ve-

zes a melhor jogadora do planeta, a brasileira transformou-se em símbolo da luta pelo reconhecimento do futebol feminino.

Mais do que títulos e recordes, Marta representa a resistência de uma geração que precisou provar, repetidas vezes, que mulheres podem brilhar no mais alto nível do esporte. Sua trajetória inspira meninas em todo o mundo a acreditarem que também podem ocupar os campos, quadras, pistas e tatames.

O crescimento do esporte feminino é resultado de anos de luta por igualdade de oportunidades. Hoje, cada vez mais mulheres ocupam papéis importantes não apenas como atletas, mas também como treinadoras, árbitras, gestoras e jornalistas esportivas.

Essa presença amplia o debate sobre respeito, inclusão e valorização da mulher em todos os níveis do esporte. Além de promover saúde e qualidade de vida, o esporte também se torna uma ferramenta poderosa de transformação social, incentivando confiança, liderança e autonomia.



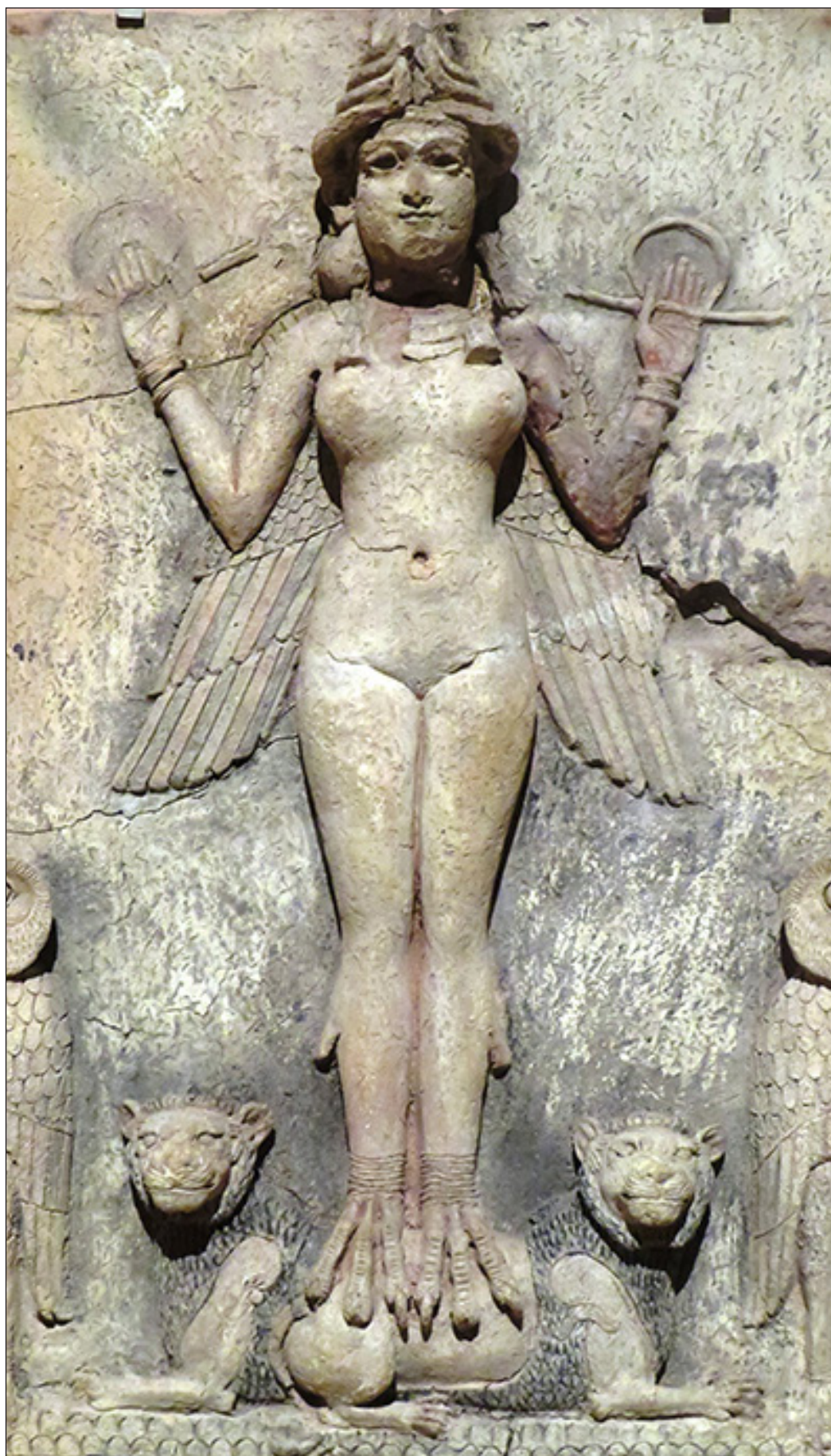
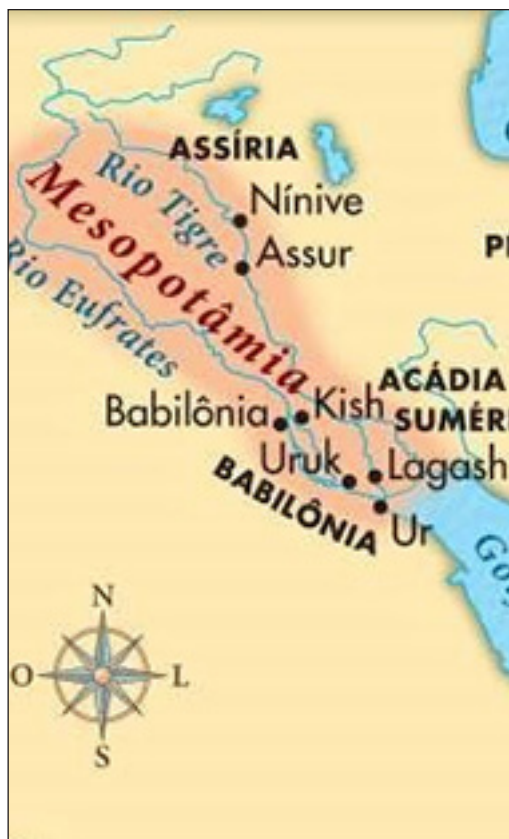


Rainha Enheduanna: Suma sacerdotisa em sumério e primeira escritora antes de Moisés bíblico, viveu na Mesopotâmia há mais 4200 anos

Enheduanna foi uma princesa e suma sacerdotisa da Mesopotâmia, filha de Sargão de Acádia, também conhecido como Sargão, o Grande. Ela viveu, adorou e escreveu há mais de 4,200 anos, muito antes de outros antigos, como Hamurabi, o Faraó Tut ou o Moisés bíblico. Ela deixou um legado literário de poesia, orações, hinos e uma narrativa pessoal que em alguns lugares parece um livro de memórias. A escrita de Enheduanna é emocional, envolvente e intensa, rica em imagens e metáforas vívidas.

Enheduanna, cujo nome significa “alta sacerdotisa, ornamento do céu” em sumério, pertencia a uma longa linhagem de sacerdotisas antes e depois de seu mandato, e serviu no templo do deus da lua Nanna, na poderosa e próspera cidade de Mesopotâmia, no sul do país. Ur, conhecida pelos cristãos como a casa de Abrão e Sarai, que viveram muito mais tarde (cerca de 300 anos após a dinastia do Rei Sargão,

o Grande, pai de Enheduanna). ficando conhecida como Babilônia, enquanto a dos acadianos ficou mais tarde conhecida como Assíria. Seu “Hino a Inanna” parece algo como um salmo bíblico, elevando Inanna acima de qualquer outro deus: “Rainha de vasto coração, senhora selvagem. . . Senhora da glória, que colhe os poderes do céu e da terra. . . É ela quem governa os deuses. . . Ela agarrou o cajado do pastor e se tornou sua grande líder.” Fonte: <https://www.cbeinternational.org/>





Valentina Tereshkova: a primeira mulher a viajar sozinha para o espaço durante a guerra fria

Cosmonauta russa completou 48 voltas na órbita da Terra em três dias, ajudando a consolidar a liderança da União Soviética na corrida espacial durante a Guerra Fria

Após sua carreira como cosmonauta, Valentina ingressou na política, tornando-se membra do Soviete Supremo e integrante do Comitê Central do Partido Comunista. Desde 2011, ela ocupa um dos assentos na Duma Estatal da Rússia.

Tendo como marco inicial as teorias sobre exploração espacial desenvolvidas por Konstantin Tsiolkovski e os experimentos conduzidos pelo Grupo de Estudos de Propulsão Reativa na década de 1930, o programa espacial da União Soviética ingressou em sua era de ouro após a Segunda Guerra Mundial, alavancado pelo desenvolvimento de novos sistemas de propulsão de mísseis.

Com o início da Guerra Fria, Estados Unidos e



União Soviética iniciaram uma forte concorrência pela primazia na exploração do universo e pelo aperfeiçoamento da tecnologia aeroespacial — um ativo estratégico para o aperfeiçoamento

dos sistemas de defesa e de segurança nacional das duas superpotências.

Coube à União Soviética a liderança na corrida espacial, afirmada por uma sequência de feitos inéditos. Em

1957, os soviéticos lançaram o R-7, o primeiro míssil balístico intercontinental. Nesse mesmo ano, colocaram em órbita o Sputnik 1, o primeiro satélite artificial da história.

Rainha Nzinga Mbande: foi líder militar na atual Angola e lutou contra a colonização portuguesa e a escravidão em Palmares no Brasil

Rainha Nzinga Mbandi nasceu em 1582, foi uma líder militar e política soberana dos reinos de Ndongo e Matamba, na atual Angola, célebre por sua resistência de décadas contra a colonização portuguesa no século XVII

Filha de Ngola Mbande Kiluanji, rei do Ndongo, mostrou-se exímia negociadora ao ser enviada pelo irmão, sucessor do rei Ngola Mabande, à Luanda,

um dos maiores centros de exportação de escravizados do continente africano, a fim de negociar um tratado de paz que estabeleceria o respeito à soberania do reino. Nzinga conhecia bem a língua e a cultura portuguesa, em virtude dos contatos com missionários e comerciantes que passavam pelo Ndongo.

A Rainha Nzinga morreu aos 82 anos, em 17 de dezembro de 1663 e, depois

da sua morte, a ocupação portuguesa acentuou-se para o interior do continente, visando o comércio de viventes o tráfico de escravizados.

* Curiosidades: Centenas de soldados do exército de Nzinga foram enviados para o Brasil como escravizados, tendo influenciado com suas táticas, as lutas e a resistência contra a escravidão no Brasil, especificamente em Palmares.

