



+QPÃO

UM PROJETO DE FORMAÇÃO DE MULHERES E IMPACTO
SOCIAL DESENVOLVIDO PELA ASSOCIAÇÃO **TONKIRI VOA**

Por meio da capacitação profissional no ramo de padaria e confeitaria, +QPÃO foi criado para gerar conhecimento e autonomia financeira para pessoas que se encontram em situação de vulnerabilização social.

O curso compreende a formação técnica completa na arte de fabricar pães, pizzas, folhados, bem como a formação integral do ser humano, acolhendo desejos e sonhos profissionais de mulheres periféricas.



A esquerda, Vó Tutu, professora e parceira Tonkiri e a direita, Tina Torres, responsável pela cozinha da sede.



Ao se inscreverem no curso, os participantes recebem uma apostila com o conteúdo completo e um avental Tonkiri.

As aulas são ministradas por especialistas de cada área e compreendem 4 módulos, divididos entre aulas práticas e teóricas, da seguinte forma:

Módulo 1.1 – Quem sou eu hoje? Por Rodrigo Carrancho, fundador da Escola Aberta do Cuidado

Conversarão sobre como as alunas chegaram na aula. Falarão sobre a trajetória profissional, sonhos e desejos de cada uma.

Criarão um mapa de onde elas vivem, o que já conhecem e como podem se apropriar e valorizar seus saberes e a sua história.



Exercício da aula inaugural.



Aula inaugural com Rodrigo Carrancho.



Módulo 1.2 – Saúde, segurança e higiene na cozinha. Com Tina Torres, cozinheira e colaboradora Tonkiri.

Bate papo sobre higiene pessoal, roupas, limpeza e manuseio de alimentos e matéria prima.



Luiza e Tina, responsáveis pela cozinha Tonkiri, como alunas +QPão.



Modelando o pão em aula prática do curso.

Módulo 1.3 – Pães de Fermentação Natural. Com Fernanda Lion, nossa padeira, idealizadora do curso e assistente social

Usando a técnica de fermentação natural, aprendem e realizam receitas de pão sourdough do campo, integral com castanha do Pará, provolone com tomilho, nozes com figo e cacau com gotas de chocolate.



Início da modelagem dos pães, com Fernanda Lion.



Módulo 1.4 – Pães de Fermentação Natural, com Fernanda Lion.

Usando a tecnica de fermentação natural, aprendem e realizam receitas de pão de forma clássico, multigrão e de banana.



Fernanda com pão de fermentação natural, feito pelas alunas.



Pão de forma multi grãos, preparado em aula.



Módulo 1.5 – Pães de Fermentação Natural, com Fernanda Lion.

Usando a técnica de fermentação natural, aprendem e realizam receitas de *focaccia*, baguete, *sourdough* e doces, como *cookies* de variados sabores, *brownie*, *babka* e rolinho de canela, no forno de lastro e vapor.



Preparação da massa da focaccia



Professora e alunas com os pães e doces prontos, feitos em aula.



Módulo 2.1 – Pizzas, com Fernanda Lion.

Usando a tecnica de fermentação natural, iniciam o modulo de pizzas com o preparo das massas.



Abrindo a massa da pizza.

Módulo 2.1 – Pizzas, com Fernanda Lion.

Cocção das pizzas iniciadas no dia anterior, no forno de lastro e vapor.



Cida, aluna do curso, levando sua pizza ao forno.



Módulo 2.2 – Economia, com Rafael Rossi. Financeiro e operações, co-fundador Tonkiri.

Aulas de matemática, cálculo de porcentagem usado nas receitas, precificação e diferença entre receita bruta e receita líquida.



Aula de Matemática Financeira com Rafael Rossi.



Módulo 2.3 – Apresentação pessoal, com Sueli Santos. Analista Sênior de Treinamento e Desenvolvimento da DP6.

Sueli ensina como se comportar em entrevistas, dá sugestões para driblar o nervosismo e lidar com essa situação, muitas vezes nova, para os participantes do curso.



Conversa com Sueli Santos.

Módulo 2.4 – Quem sou eu agora? Com Rodrigo Carrancho.

Rodrigo retoma as historias contadas pelas alunas no modulo anterior e conversam sobre a contribuição do curso nessa nova fase que se inicia, com um novo ofício.



Conversa de finalização do Círculo do Cuidado.

Módulo 3 e 3.1 - Pães Tradicionais, com Vó Tutu. Fundadora do Instituto Vó Tutu, professora e parceira Tonkiri, ministra aulas de padaria e confeitaria, além de doar 2000 pães por dia para famílias em vulnerabilidade social, que moram na Brasilândia, bairro onde também reside.

Em dois encontros, as alunas farão pães recheados, pão tipo bisnaga, pães simples, brioche, rosca doce, bolos e salgados variados.



Final do módulo de pães tradicionais, com Vó Tutu.



Módulo 4 – Folhados, com Ramiro Murillo. Fundador da padaria El Panadero e campeão nacional de panificação pela FIPAN 2023.

Os alunos terão a oportunidade de aprender a fazer *croissant*, *danish*, *pain ou chocolat* e outros preparos que utilizam a técnica de massa folhada. As aulas serão ministradas na El Panadero, com toda a infraestrutura de uma padaria profissional



Moldando folhados na El Panadero



Finalização do módulo de folhados, com Ramiro Murillo.





Toda a produção é distribuída entre os participantes, para que possam saborear os deliciosos novos aprendizados.



NOSSOS RESULTADOS EM 2023

- 32 pessoas foram beneficiadas diretamente, recebendo um total de 88 horas de formação mais a certificação.
- O currículo do curso foi cumprido integralmente, com sucesso.
- 60% das mulheres que fizeram o curso optaram por aplicar os conhecimentos adquiridos em seus próprios negócios.
- As alunas e alunos aprenderam diversas receitas com padeiros e padeiras renomados. Fizemos questão de usar os melhores ingredientes do mercado e proporcionar acesso a alimentação, informação, uso de bons insumos e nutricionalmente adequados.
- Houve um aumento da gama de alimentos e paladar. Muitos provaram coisas que nunca tinham experimentado, é surpreendente acompanhar esse processo!
- Além das aulas práticas de padaria, entramos no campo do autoconhecimento, valorização de saberes, escuta e confiança.
- Estabelecemos parcerias relevantes com o departamento de RH da padaria Le Jazz, do Santa Luzia e El Panadero.

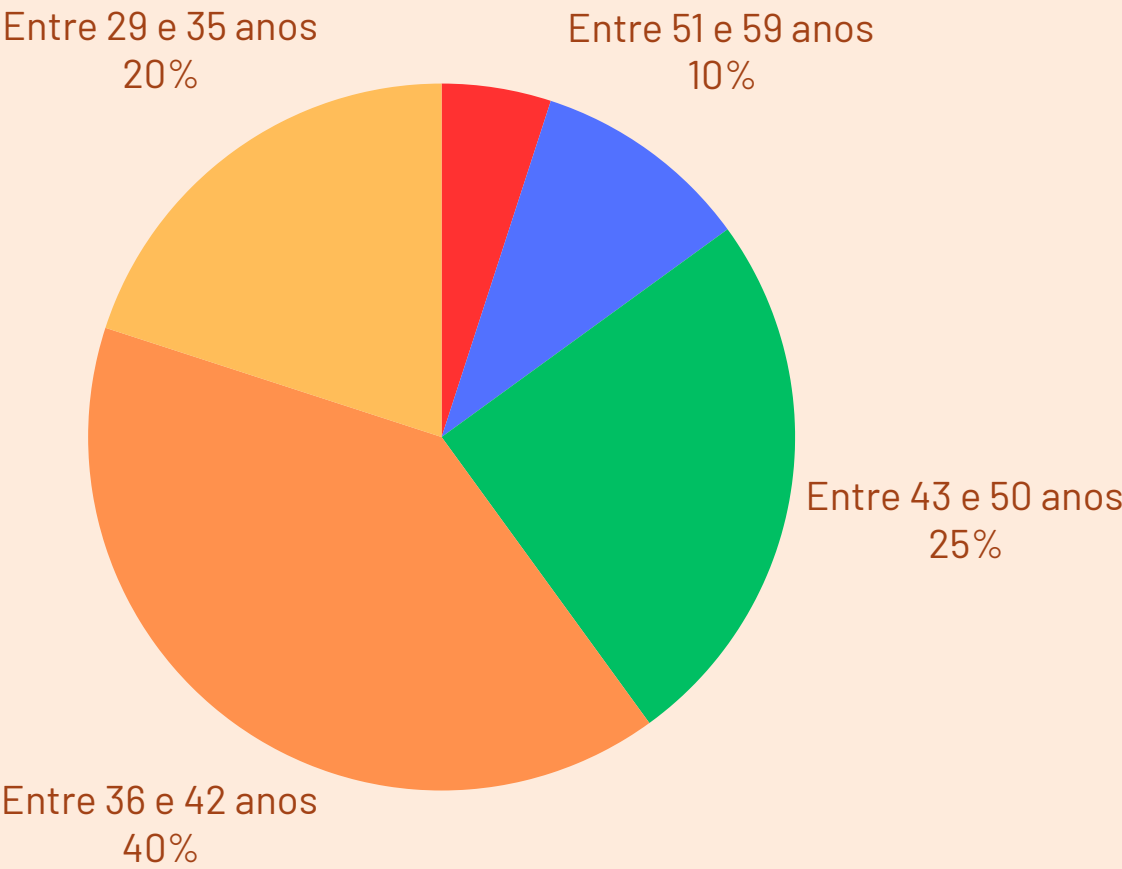


- Tivemos aulas de matemática aplicada e contamos com a presença de profissionais de RH de grandes empresas para diálogos inspiradores.
- As aulas foram longas e o clima de acolhimento e troca de saberes, foram uma constante em nosso grupo. No dia a dia, os laços foram estreitados e criou-se um elo de confiança e colaboração numa rede incipiente de aprendizados e fazeres.
- 100% dos participantes aprovaram o material didático utilizado no programa.
- 100% dos participantes se disseram satisfeitos com a organização do programa oferecido.
- Dentre os aspectos que foram considerados mais relevantes para os alunos entrevistados, destaca-se a possibilidade de ter aulas práticas em espaços de trabalho adequados, com ferramentas e orientações dos melhores instrutores do mercado.
- O conhecimento e o gosto adquirido em aulas técnicas e didáticas, se transformaram em interesse contínuo.

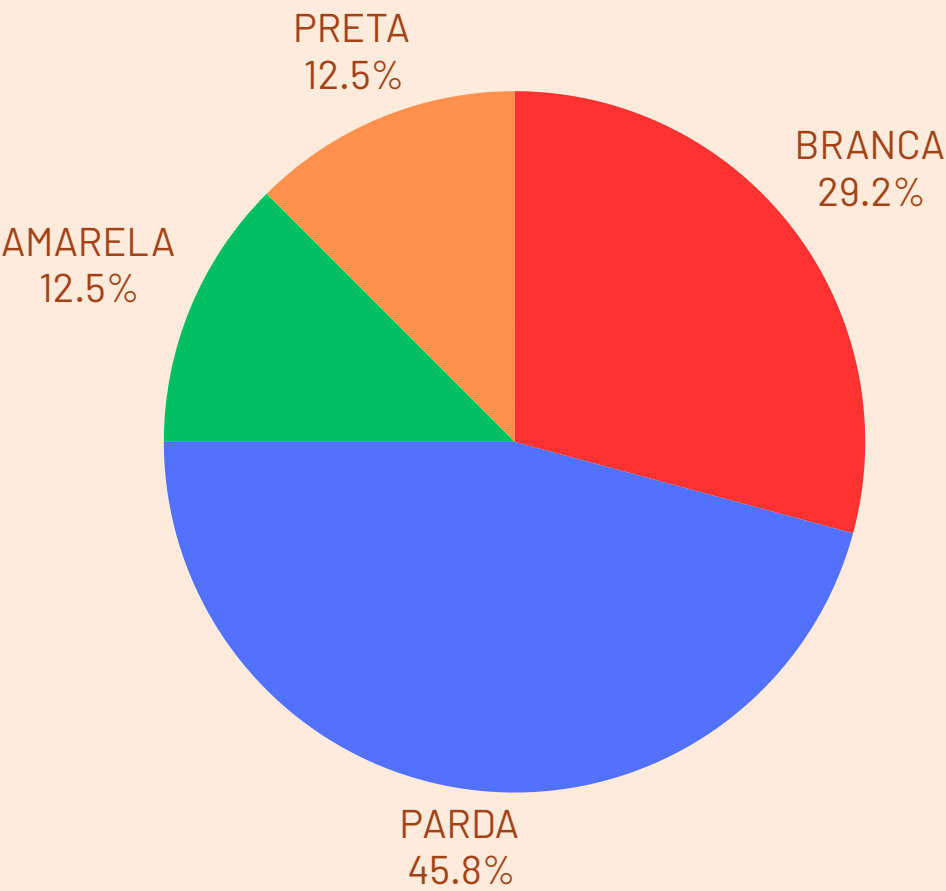


PERFIL DOS PARTICIPANTES 2023

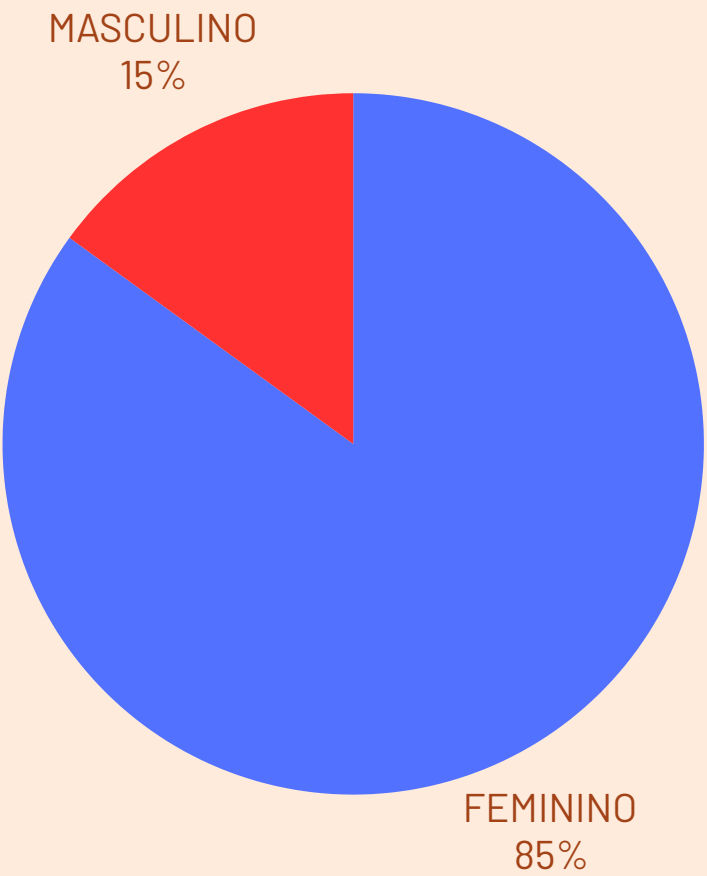
IDADE



RAÇA

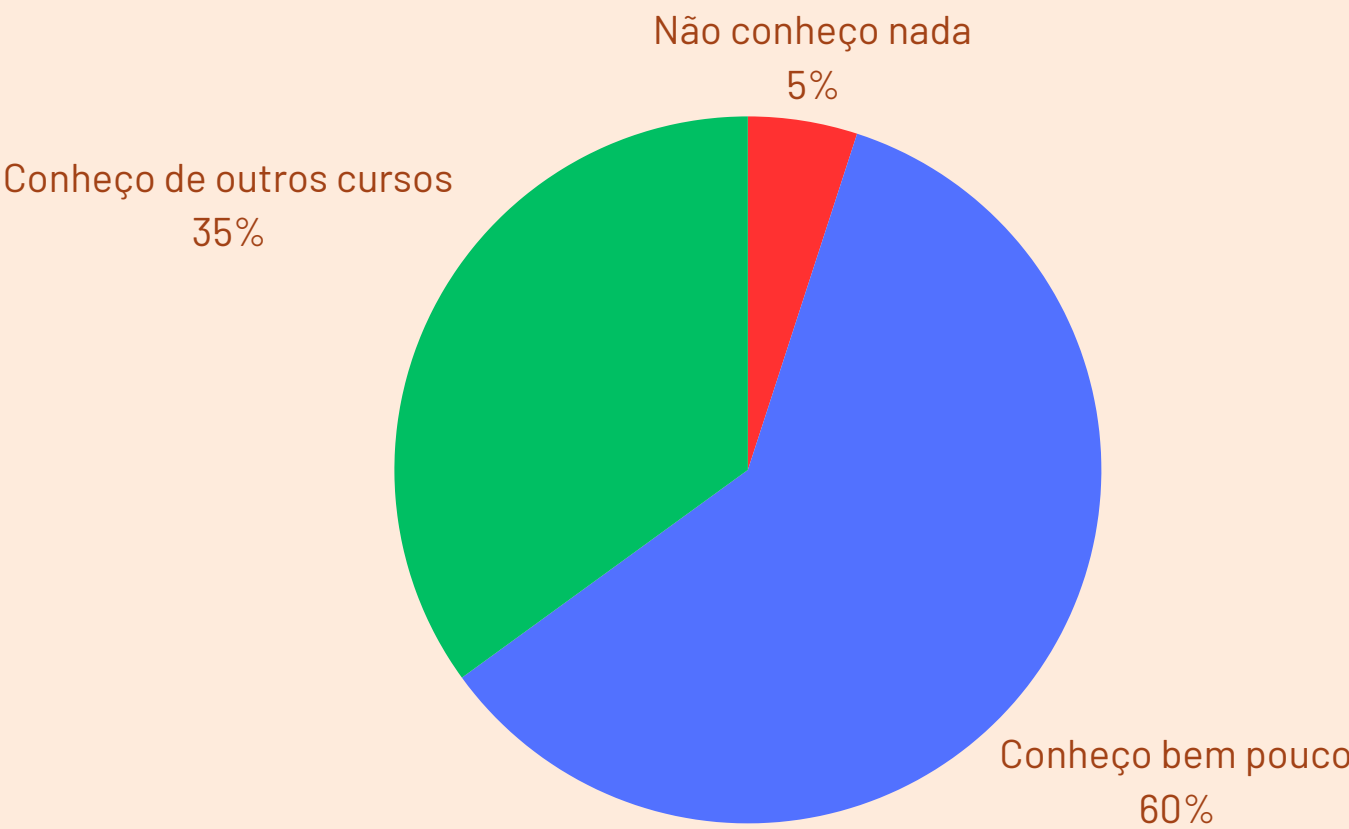


GÊNERO

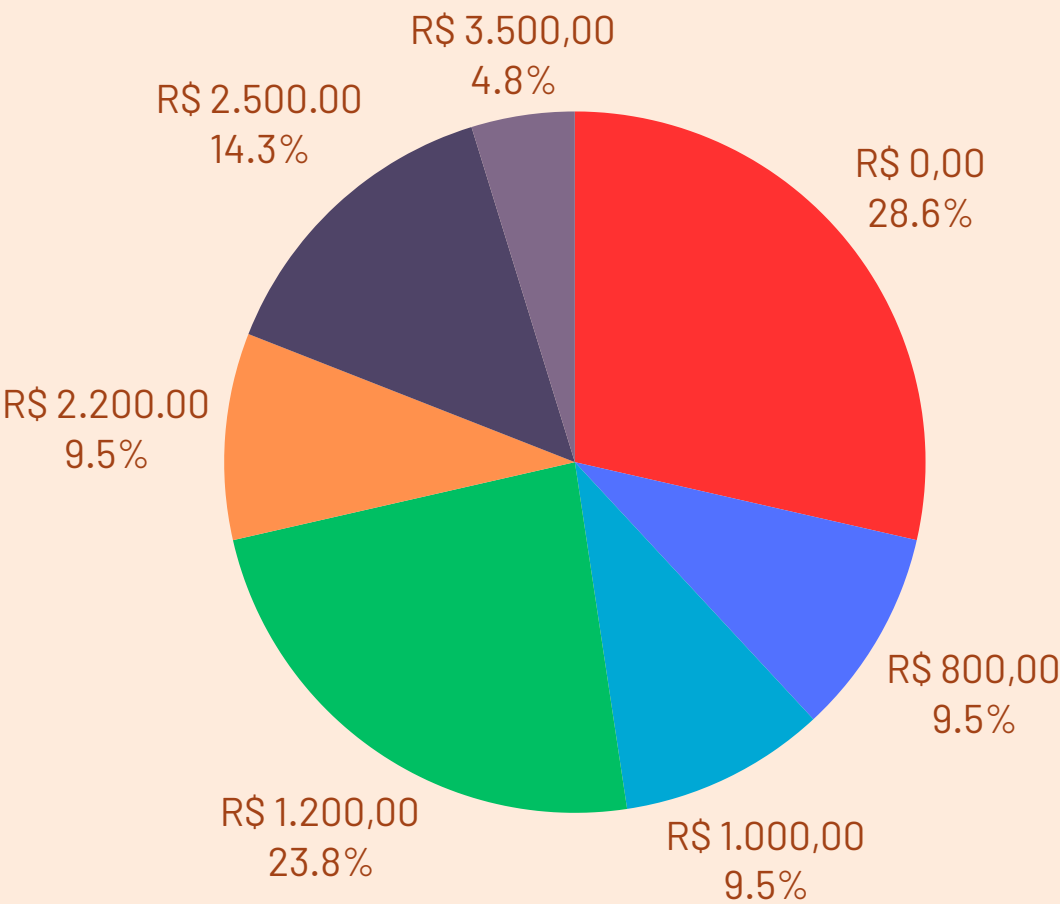


PERFIL DOS PARTICIPANTES 2023

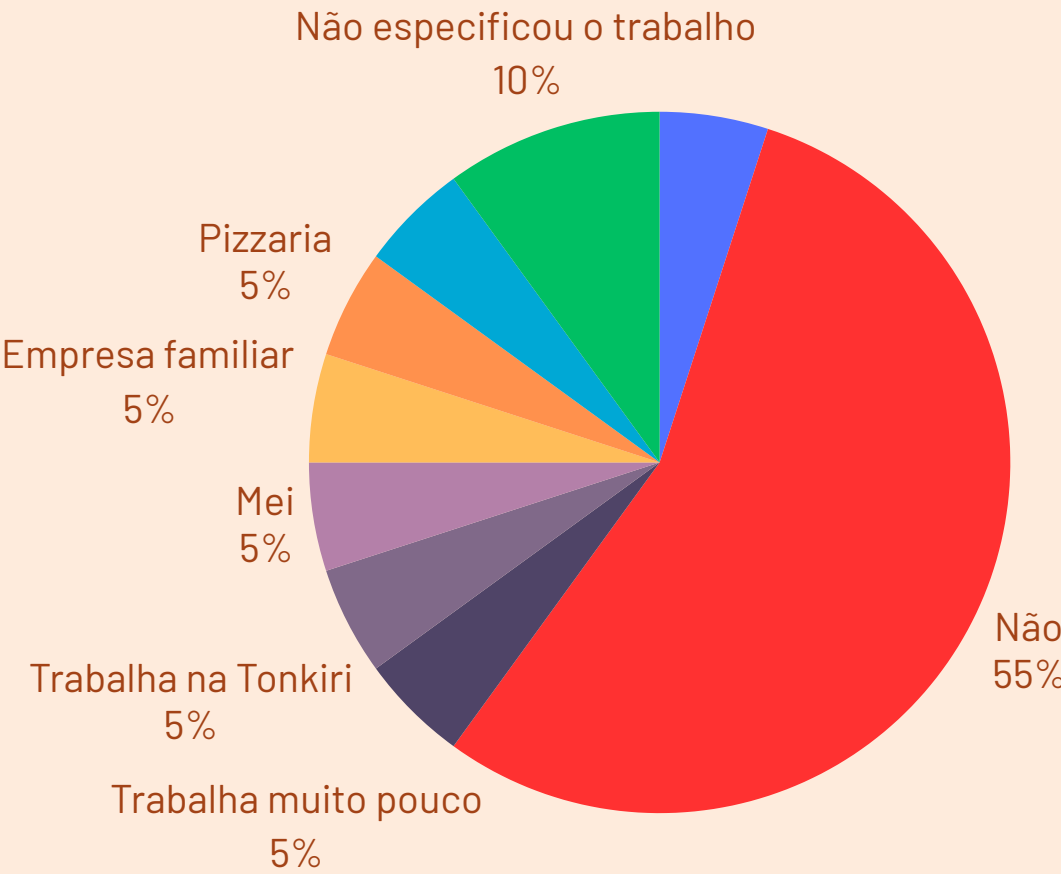
CONHECIMENTO PRÉVIO



RENDA MENSAL



SITUAÇÃO LABORAL*



*Muitos dos entrevistados não especificaram sua situação laboral. A maioria está desempregado.



VENHA CONOSCO NESTE MOVIMENTO!

TODAS AS PESSOAS SÃO ESSENCIAIS PARA A CONTINUIDADE DESTE PROJETO!

JUNTAS SOMOS MAIS FORTES, VAMOS MAIS LONGE E COM MAIS SEGURANÇA!

O Projeto +QPão é um trabalho excepcional, transforma vidas, saberes e fazeres, alinhado com os desafios mais urgentes do mundo atual! E para continuar esse projeto, tão importante de empoderamento por meio da formação, precisamos de você!

EM 2024 TEREMOS NOVAS TURMAS! ACOMPANHE NOSSAS REDES SOCIAIS.

Toda quantia nos ajuda a viabilizar o sonho de muitas mulheres empreendedoras que vivem em situação de vulnerabilidade alimentar e social.

Uma oportunidade de melhorar a vida de alguém e sentir como fazer o bem, faz bem.

