

## **“Diário da Mulher Exausta”: campanha que aborda o cansaço e adoecimento feminino será lançada neste sábado**

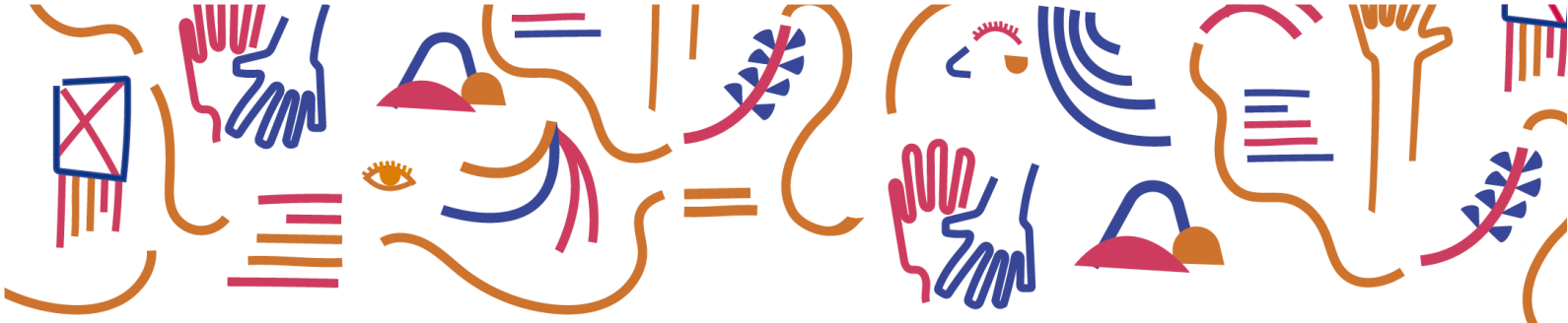
*Iniciativa reúne oito coletivos mineiros para discutir, junto com AIC, as causas e consequências da sobrecarga feminina e propor alternativas para um bem-viver*

**Belo Horizonte, 5 de fevereiro de 2025** - Os avanços quanto à igualdade de gênero têm sido importantes para as mulheres, porém também trouxeram consigo um paradoxo: mais espaços conquistados, mais jornadas se multiplicando. De acordo com uma pesquisa da Think Olga, uma organização não-governamental de inovação social, **7 em cada 10 diagnósticos de ansiedade e depressão, em 2019, eram de mulheres, sendo mais que o dobro da incidência em homens.**

Diante desses dados alarmantes, o AIC Lab e oito coletivos de mulheres mineiras - Mamães Leas, Circuito Inclusão, Leia Mulheres Araçuaí, Católicas pelo Direito de Decidir, Coro Angélico de Santa Luzia, Mulheres Jornada Extraordinária, Casa das Marias e Coletivo Coisa de Preta -, **lançam no próximo sábado, dia 8 de fevereiro, a partir de 9h30, a campanha “Diário da Mulher Exausta: com luta e afeto, juntas pelo direito ao bem viver”, na Casa Terra (Rua Eurita, 62, Santa Teresa, BH).**

De acordo com a coordenadora do AIC Lab, Laiene Souza, o objetivo da iniciativa é jogar luz sobre as principais causas, consequências e alternativas para fazer frente à situação de acúmulo de responsabilidades, rotinas exaustivas, cobranças por toda parte, estresse e depressão vividos cotidianamente, em maior ou menor grau, por mulheres das mais diversas localidades, classes, raças, idades. “A campanha foi lançada nas redes sociais em 27 de janeiro e é uma construção conjunta entre AIC Lab e os coletivos de mulheres mineiras que busca abordar a condição de sobrecarga das mulheres e seus impactos na saúde física, mental, emocional e social feminina”, destaca.

Essa campanha integra o projeto Periferia Viva Mulher, que desde 2023 vem sendo desenvolvido pela AIC - Agência de Iniciativas Cidadãs, com recursos do Ministério das



Mulheres/Governo Federal, via emenda parlamentar da ex-deputada federal Áurea Carolina. Em sua 2ª edição (2024-2025), o projeto reúne 110 coletivos femininos e 30 micronegócios liderados por mulheres, envolvidas numa grande rede de trocas com ações de formações, escrita de projetos e campanhas colaborativas para a disseminação dos direitos das mulheres periféricas.

Mais informações sobre a campanha e a versão digital da cartilha podem ser acessadas no site do AIC Lab:

<https://aic.org.br/aiclab/materiais/diario-da-mulher-exausta-com-luta-e-afeto-juntas-pelo-direito-ao-bem-viver/>

#### **Serviço**

**Lançamento campanha “*Diário da Mulher Exausta: com luta e afeto, juntas pelo direito ao bem viver*”,**

Data: 08 de fevereiro de 2025 (Sábado)

Horário: das 9h30 às 12h00

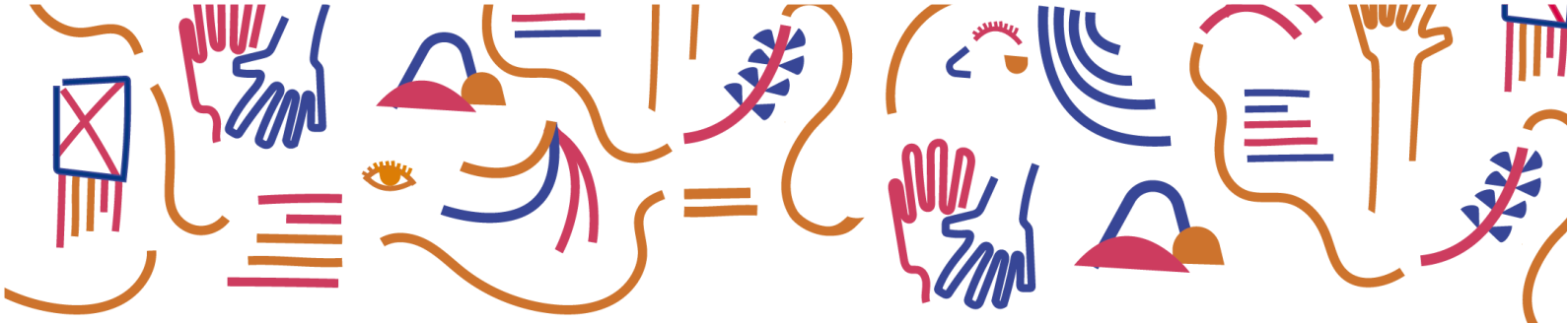
Local: Casa Terra - Rua Eurita, 62, Santa Teresa, Belo Horizonte

#### Programação

- 9h30 às 10h: Café com música e prosa
- 10h as 10h30: Práticas de Autocuidado
- 10h40 às 11h40: Roda de Conversa sobre a temática da campanha
- 11h40 as 12h00: Apresentação musical.

#### **Sobre o AIC Lab**

O [AIC Lab](#) é um laboratório institucional de experimentação metodológica da AIC e um espaço de referência para o fortalecimento dos mais variados coletivos e organizações da sociedade civil que atuam pela promoção da cidadania no Brasil. Fruto da confluência e do amadurecimento de experiências construídas na AIC ao longo de décadas, o AIC Lab atua em três eixos: comunicação, desenvolvimento institucional e articulação em redes.



### **Sobre a AIC**

Fortalecer, articular e promover ações coletivas de construção da cidadania é o horizonte que norteia o trabalho da [AIC - Agência de Iniciativas Cidadãs](http://aic.org.br), organização sem fins lucrativos que soma 31 anos de atuação em variados projetos e programas, realizados junto a uma rede de mais de 500 entidades parceiras. Seu trabalho já obteve o reconhecimento de prêmios nacionais e internacionais.

### **Assessoria de imprensa**

Júlia Cunha

[julia.c@aic.org.br](mailto:julia.c@aic.org.br)

(31) 99294-7697