

Metamorfose

LARISSA MARIANO

Isolar-se. Passar pelo estágio mais bruto de dor. Apoiar-se e esperar. As faces de quem sabe transformar-se, as fases de quem se reconhece por inteiro.

De quem sabe que a dor, tão inevitavelmente, ensina quem passa por ela disposto a reerguer-se quando chegar o momento. De quem entende que a metamorfose é necessária para que a vida venha a lhe presentear com asas.

Asas dispostas a deixar que os quatro ventos dissipem o passado, dispostas a voar com leveza e força até o bom futuro de quem soube esperar seu tempo certo. Das borboletas conscientes de seu papel e de sua história a encher de esperança as almas de quem ouve.

Borboletas. Que se abrem de um casulo para redescobrir as possibilidades de um universo mudado, que passa a ser tão particular, mas tão compreensível. Tão íntimo, mas tão ansioso por compartilhar. Que é de cada asa que o carrega, mas que se deixa espalhar a cada longo voo.

Que espera. Que alcança e supera o inesperado. Que entende a vida a seus próprios passos. Que sabe levar a leveza.

A mulher, tão borboleta em seus estágios difíceis, tão fortalecida em estar pronta a enfrentar o seu casulo, o seu momento de esperar, de lutar para ver criar e abrir suas



Bianca Mauri

próprias asas.

Asas que, ao longo de cada tempo, puderam aprender a alçar voo de cada situação, a equilibrar-se diante do tropeço, a tentar de novo diante da queda, a ter coragem diante do desconhecido.

Mulheres que talvez não soubessem tudo o que enfrentariam em seus caminhos, mas tomaram impulso para seguir em frente. Para, principalmente, não retroceder em medo e insegurança.

Mulheres fortes o bastante para acreditar no próprio sucesso. Borboletas delicadas o suficiente para fazer o próprio coração ouvi-las determinadas a travar uma batalha nova, de direções que talvez fossem completamente diferentes.

Mulheres que se importaram em dividir seus voos de borboleta, em amparar as que eram mais novas no

bater de asas. Em acolher e, sob o colorido que esvoaça, cada particularidade do ser.

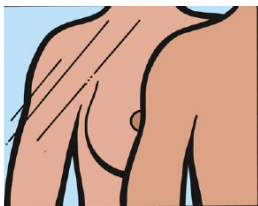
Mulheres que são borboletas de alma. Que não perdem o seio em seu próprio âmago. Que exalam vontade de viver no colorir que fazem do mundo.

Mulheres que sabem que uma mama, um seio é esteticamente recuperado com uma prótese, com um reconstruir após se retirar.

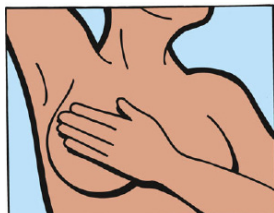
Mulheres que devem saber a beleza que deixam por onde passam. A história, a superação, a vivência. Mulheres que têm a delicadeza de ser uma verdadeira fortaleza.

Mulheres que, essencialmente, sabem que o seio mais importante é o coração que bate tomado pela ânsia da joia mais valiosa: a vida. ♀

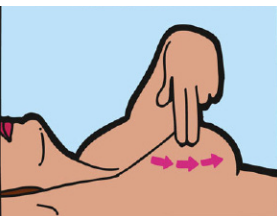
Saiba como prevenir o câncer de mama



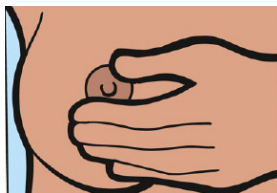
1 No espelho, procure anormalidades visíveis na mama.



2 Apalpe as mamas à procura de "caroços".



3 Apalpe os mamilos e verifique se há alguma anormalidade.



4 Sentada, procure secreção no mamilo.

EXPEDIENTE

O Mundo Mulher é um veículo comunitário voltado para as mulheres do Centro de Santo André em parceria com a Associação Viva Melhor para mulheres que já tiveram câncer de mama. Faz

parte do Projeto Integrado do 3º semestre (matutino) de Jornalismo da Universidade Metodista de São Paulo, com orientação dos professores: Texto: Alexandra Gonzales e Eduar-

do Grossi Diagramação: José Reis Fotografia: Oswaldo Hernandez Equipe de edição: Ediglei Leandro, Gabrielli Salviano, Larissa Mariano, Letícia Beppler, Michelly Souza,

Vinícius Marques e Vitória Souza. Universidade Metodista de São Paulo: Rua Alfeu Tavares, 149, Rudge Ramos, São Bernardo do Campo, SP. CEP: 09641-000 Telefone: (11)2464-2222 ♀

Mundo Mulher

A mulher no centro da informação

Junho de 2014

Centro - Santo André

Ano 1 - Edição 1

Clima de festa: ONG Viva Melhor faz 15 anos



Ediglei Leandro

CONHEÇA A ASSOCIAÇÃO - Fruto da reaproximação de duas amigas após enfrentarem o câncer de mama, a ONG já contabiliza mais de 3 mil atendimentos a mulheres mastectomizadas. As voluntárias da associação trabalham oferecendo desde próteses externas até apoio psicológico. **Páginas 4 e 5**



Vitória Rocha



Michelly Souza



Letícia Beppler

Viva Melhor ganha Prêmio Destaque

Página 2

Direito da mulher é tema de caminhada

Página 6

Dona de ótica sonha em criar um museu

Página 7

Associação Viva Melhor ganha Prêmio Destaque Social da ACISA

VITÓRIA ROCHA

A Associação Viva Melhor, para mulheres que já tiveram câncer de mama, venceu a categoria Destaque Social, da terceira edição do Prêmio Mulher Empreendedora da ACISA (Associação Comercial e Industrial de Santo André), por seu desempenho ao longo do ano de 2013.

Este ano, pela primeira vez, ONGs puderam participar do evento com o objetivo de ampliar o reconhecimento do empreendedorismo feminino. Houve a premiação de duas categorias: Mulher Empreendedora, para mulheres com micro, pequenas ou médias empresas e Destaque Social, para mulheres que administram organizações sociais sem fins lucrativos.

Para a ganhadora da segunda categoria e vice-presidente da Associação Viva Melhor, Terezinha Cipriani, a premiação foi uma surpresa. "É muito bom quando nosso esforço é reconhecido", ela conta. "Esse prêmio vai fortalecer nosso trabalho e servirá de incentivo para as voluntárias", completa.

Fundada em maio de



Vencedoras dos prêmios oferecidos no evento Núcleo Mulher Empreendedora

“É muito bom quando nosso esforço é reconhecido”

Terezinha Cipriani,
vice-presidente da Associação Viva Melhor

"Pensamos que as mulheres que atuam no terceiro setor são também merecedoras de um prêmio, pois são empreendedoras sociais – não visam lucros, apenas tentam melhorar a vida de outras mulheres".

As reuniões do NME ocorrem todas as quartas-feiras à noite e permitem a participação de mulheres que tem um CNPJ registrado em seu nome em Santo André há pelo menos um ano. ♀

1999, a Associação atua em Santo André há quinze anos e já ajudou mais de 3 mil mulheres com câncer de mama através de apoio emocional, doação de próteses e em-

préstimos de perucas.

Segundo a coordenadora do Núcleo Mulher Empreendedora (NME), Ana Maria Mascaro, a inclusão de ONGs na competição foi essencial.

A evolução da conquista feminina em Santo André

ANA MARIA MASCARO (*)

Se formos buscar desde o início, veremos que a mulher sempre teve que travar batalhas para obter sua evolução e liberdade, lutando muito por um espaço na sociedade.

No início, mulher deveria ter filhos, ser dona de casa, ser mulher, companheira e, muitas vezes, se sujeitar a obediência, primeiro a seus pais e depois a seus maridos. E não foram poucas as ve-

zes em que vimos mulheres pagarem com a própria vida por rebelar contra o sistema instalado.

Hoje vivemos uma realidade muito melhor. Não importa de onde ela seja, mulher é mulher em qualquer lugar. Tem morena, negra, branca, baixa, alta, loira e ruiva. São mulheres e são únicas.

Hoje não importa o que elas façam, nem de onde elas sejam, o importante é que elas façam a diferença. Já está provado que estas mu-

lheres são capazes de exercer qualquer profissão, cuidar de si, conquistar aquilo que desejam e provocar mudanças.

As mulheres hoje já são 53% na sociedade e por isto são grandes transformadoras de opinião. Cabe nós a mudança do que ainda está nos incomodando. Penso em duas lutas ainda a serem travadas: a violência contra a mulher e a luta por salários iguais aos dos homens e não por uma questão de gênero, mas por uma questão de competência. ♀



* Coordenadora do Núcleo de Mulheres Empreendedoras da ACISA.

Proprietária de ótica tem sonho de criar um museu de óculos

LETÍCIA BEPLER

Com o passar do tempo, as mulheres conquistaram aos poucos seu espaço e são maioria no comércio. Maria Helena Campos, 59, é exemplo disso. Há 40 anos ela – que já se considera andreense – mora e trabalha no Centro, onde tem sua própria ótica, que lhe garante o sustento.

Sua carreira começou no bairro da Penha, em São Paulo, como cabelereira. Depois que casou-se, foi ajudar seu marido na ótica no centro de Santo André. Desde o início, ela percebeu que o trabalho que precisava fazer não era apenas vender óculos. "Quando eu vim para cá era cabelereira, não sabia vender", conta Helena, que aplicou os seus conhecimentos de estética no atendimento da loja.

A parte técnica a qual se dedicou, o atendimento especial, o preço e a qualidade são os diferenciais de seu trabalho, segundo ela. "Isso foi muito importante para que o meu trabalho crescesse. E por eu fazer esse lado de estética, ajudou muito. Hoje até faço óculos para os filhos dos meus clientes", relata.

Trabalhando apenas no ramo de ótica, Helena conseguiu comprar um apartamento e pagar faculdade para os três filhos. Hoje, ela tem um padrão de vida estável. Com a expansão do segmento, os consumidores se distanciaram do Centro. "Hoje em cada esquina tem uma ótica, e até por causa do trânsito as pessoas preferem comprar em lojas de bairro. O Centro ficou um pouco abandonado", diz.

Há 40 anos no mesmo lugar, Helena não pensa em mudar de local e vai reformar sua loja e tem o sonho de montar um museu de óculos. "O meu sonho é fazer um museu, tenho muitas armações antigas de óculos de sol e grau, já até mandei fazer a planta". ♀



Maria Helena Campos exhibe recortes de reportagens sobre a história dela e sua ótica

Mulheres desempenham profissões masculinas

GABRIELLI SALVIANO

O centro de Santo André é um local heterogêneo. Por ser a região comercial mais intensa da cidade reúne diversas pessoas com histórias distintas. As diferenças podem ser notadas nas profissões desempenhadas no bairro, onde duas mulheres têm ocupações não convencionais: Daniela Lino é vigilante na estação de trem Prefeito Celso Daniel e Valéria Cristina é cabo da Polícia Militar, na base comunitária de segurança da Praça do Carmo.

Daniela resolveu ser vigilante para ter um salário estável, já que a profissão de costureira era incerta.

Ela diz que no início sofreu preconceito por parte de seus colegas, mesmo tendo a formação adequada para esta função. "Teve uma época em que os vigilantes antigos não me deixavam nem andar e sempre pediam para



Daniela se orgulha da profissão

“Se a mulher fosse o sexo frágil, não teria conquistado tudo o que possui hoje.”

Valéria Cristina
Cabo da Polícia Militar

eu ficar por perto. Mostrei que sabia me cuidar e provei que era capaz de desenvolver o mesmo serviço", contou.

Para Valéria, o começo da carreira também foi difícil, já que existe muita cobrança nesse ramo. A policial revelou ter medo de não conseguir seguir na área. "Aqui em Santo André

existiam apenas 3 mulheres na equipe, enquanto haviam 199 homens", completou.

A vigilante do trem afirma que não acredita que a mulher é o sexo frágil. "Eu falo por mim, sou mãe solteira de 2 filhos, trabalho em uma área dominada por homens, sustento uma casa e estudo. Tem homem que não consegue fazer o que eu faço", gabase Daniela.

Valéria concorda com a vigilante: "Se a mulher fosse o sexo frágil, não teria conquistado tudo o que possui. Na maioria das vezes fazemos um trabalho melhor." Para Daniela, a delicadeza é um diferencial da mulher. "Nós temos mais cuidado e com essa postura evitamos confusões e chegamos mais longe."

Mesmo diante do preconceito, as profissionais desempenham suas funções com amor e contam os casos com entusiasmo. "Aprendemos a conviver em harmonia, sem mais brigas", explica Valéria. Daniela demonstra orgulho ao falar da carreira. "Eu adoro minha profissão". ♀

Direito das mulheres é tema de caminhada em Santo André

VINÍCIUS MARQUES

Vestidas de lilás, carregando faixas e gritando palavras de ordem, cerca de 2 mil mulheres foram às ruas do Centro de Santo André na “Parada Lilás”, em março deste ano. O evento, organizado pela Secretaria de Políticas para Mulheres, teve como objetivo cobrar os direitos da mulher, garantir o espaço delas na sociedade e serviu como um protesto contra a violência doméstica.

A secretária de Políticas para Mulheres, Silmara Conchão, destacou que esta não é uma luta apenas das mulheres, mas dos homens e de todas as secretarias. “Temos que celebrar as conquistas, mas também o caminho que ainda temos a trilhar. A desigualdade entre homens e mulheres é perversa”, disse.

Mulheres de diferentes segmentos, ONGs e Centros Educacionais trouxeram à tona temas diversos. A estudante Claudia César é voluntária na ONG Viva Melhor, que apoia mulheres mastectomizadas, e estava presente no evento. “É uma ótima oportu-



Duas mil mulheres compareceram à Parada Lilás reivindicando menos desigualdade

nidade para divulgação e para ajudar outras mulheres a entender o câncer”, disse.

A caminhada também prestou homenagem a Maria Vilani que foi assassinada pelo namorado, o pintor Washington Fernandes, no Tênis Clube, no centro da cidade no início de março. Este foi mais um caso de violência no município, já que dados apontam que a cada cinco minutos uma andreense é vítima de alguma agressão.

A Secretaria de Políticas para Mulheres disse que trabalha, por meio do Centro de Referência da Mulher Vem Maria, a prevenção, o combate à violência e a assistência mulheres em situação de violência, oferecendo acompanhamento social, psicológico e orientação jurídica. Somente no primeiro trimestre deste ano, foram realizados mais de 250 atendimentos no “Vem Maria”.

GUIA DE SERVIÇOS

Ainda na segunda edição da Parada Lilás, foi lançado o Guia de Serviços para Mulheres Andreenses. O uia reúne todos os serviços que a Prefeitura oferece sobre segurança e cidadania, saúde, qualidade de vida, educação, entre outros e é encontrado nos principais serviços realizados pela Secretaria de Políticas para Mulheres. ♀

Santo André oferece melhores oportunidades na área da beleza

MICHELLY SOUZA

Santo André é a cidade do ABC que oferece melhores chances para quem deseja abrir franquias na área da beleza. Segundo dados da Consultoria Rizzo Franchise, este setor teve o quarto maior crescimento da região no último ano.

Para a gestora da franquia andreense do Instituto Embelleze, Miriam Miam, o grande atrativo deste ramo é a estabilidade econômica. “Quando você tem um salão você sabe que o ganho é certo. Ninguém deixa de fazer

uma unha, um cabelo ou uma depilação, uma semana pode ter um (ganho) maior outra menor, mas a renda é certa”.

Diversas pesquisas mostram que a mulher brasileira gasta no mínimo cem reais por mês com despesas relacionadas à beleza. A cabeleireira Leticia Medeiros diz que o valor pode variar dependendo do tipo de serviço prestado, mas que o gasto está em torno desta faixa. Miriam destaca que seja o atendimento feito em casa ou no salão, haverá demanda e retorno.

De acordo com o IBGE,

em 2012 os lucros do setor de estética passaram dos 20 milhões e vêm atraindo cada vez mais jovens para o mercado. “Tem uma moçada de 15 anos que procura fazer o curso de cabelo porque quer começar cedo. Uma menina que começa a trabalhar agora e que gosta do faz, trabalhando bem, e tendo responsabilidade, com 30 anos esta com a vida dela formada”, declara Miriam.

O ingresso de homens numa área dominada por mulheres também tem aumentado, 30% dos alunos do Instituto Embelleze hoje são homens e não apenas para cursos de barbearia ou cabeleireiro, “o homem está deixando de ter esse preconceito de que manicure só pode ser mulher”, explica Miriam.

AUTOESTIMA

Além da parte econômica, a realização pessoal também é fator decisivo para quem quer seguir carreira. Miriam afirma que é preciso ter paixão pelo o que se faz. “Mais que mexer com a aparência da pessoa, mexemos com a autoestima dela. Para quem está dentro da área é uma coisa que te faz bem.

Fabiana Almeida, também cabeleireira, afirma que um bom tratamento pode transformar uma pessoa. “Se a mulher se olhou no espelho e viu o cabelo ou a unha mal feita, ela fica com a autoestima baixa. Mas quando ela passa por um tratamento, sem sombra de dúvidas ela se sente poderosa e pronta pra matar mais um leão.” ♀

Mulheres que tiveram câncer de mama recebem próteses gratuitas

EDIGLEI LEANDRO

Em Santo André, uma iniciativa da entidade Viva Melhor mudou a vida de mulheres mastectomizadas. A associação criou uma prótese feita de polietileno e tecido, que é distribuída gratuitamente em todo o país. O trabalho começa com visitas a hospitais que fazem o tratamento da doença e em muitos casos as voluntárias contam com ajuda do corpo clínico. O objetivo é dar melhores condições às pacientes, além de fornecer apoio e assistência na luta contra o câncer de mama.

“Quando vamos ao hospital, levamos uma prótese feita de algodão, já que por conta da cirurgia a paciente ainda não pode receber a de polietileno. Tudo isso acontece em meio a uma conversa, com orientação para que ela procure a associação e assim possamos ajudá-la com a doação da prótese final”, disse Cleide Oliveira, uma das coordenadoras.

O trabalho ajuda mulheres como Cleonice Socorro, que há cerca de três anos



Próteses doadas às mulheres atendidas pela entidade

sofreu com o câncer e precisou retirar o seio direito. Somente um ano e meio depois ela pôde fazer a cirurgia de reconstrução mamária. Para ela, poder contar com uma prótese que substituisse temporariamente seu seio foi uma forma de passar pelo tratamento com facilidade. “A prótese deixa a paciente

segura, amparada e melhora sua autoestima e assim influencia diretamente na recuperação”, afirma.

Cleide Oliveira, conta que a presidente da associação, Vera Chiavelli, já chegou a testar alpinismo como enchimento até chegar ao modelo atual.

Segundo Cleide, grande parte das mulheres tem ver-

gonha de aceitar sua condição. Sem informação elas acabam completando o local do seio retirado com algodão, panos ou até bichos de pelúcia, na tentativa de melhorar a própria imagem.

AUXÍLIO

A Viva Melhor também trabalha com a venda dos suportes que recebem a prótese. Hoje o sutiã é vendido a R\$45 - valor que é revertido para a confecção de novas próteses pelas voluntárias da entidade -, mas a intenção é encontrar um patrocinador que possa ajudá-las a fazer a distribuição gratuita. Somente no último ano, a ONG já entregou mais de 1100 próteses e suportes. Além disso, a associação ajuda com o empréstimo de perucas, lenços, atendimentos telefônicos e pela internet a mais de 500 mulheres de outras regiões.

O sustento da ONG é garantido com atividades como as feiras de artesanato, venda de camisetas e o brechó, contando também com doações de empresas. ♀

ATIVIDADES DA ENTIDADE NO ÚLTIMO ANO

♀ 319 reuniões de grupos de apoio à mulher com câncer de mama;

♀ 1100 próteses e suportes enviados e distribuídos pelo Brasil;

♀ 70 empréstimos de perucas, aproximadamente;

♀ 519 atendimentos telefônicos e por internet;

♀ 200 cadastros para atendimentos;

♀ 334 atendimentos presenciais (2012);

♀ 341 próteses entregues (2012);

♀ 234 atendimentos presenciais (2013);

♀ 384 próteses entregues (2013);

♀ 129 atendimentos presenciais (2014**);

♀ 295 próteses entregues (2014**);

♀ Ao todo, a ONG Viva Melhor já ajudou mais de três mil mulheres.



Números válidos até 14/05/2014

LARISSA MARIANO

Um bolo, risadas e a doce vontade de viver. É assim que a Associação Viva Melhor para Mulheres Mastectomizadas – mulheres que retiraram a mama após um câncer – alcança seu décimo quinto aniversário. A festa foi realizada no Parque Regional de Santo André, reunindo em um piquenique mulheres que passaram pelos projetos de apoio da organização ou que simplesmente abraçam a causa através do compromisso como voluntárias.

É exatamente de um abraço que Vera Chiavelli e Terezinha Cipriani – hoje presidente e vice-presidente da Associação Viva Melhor, respectivamente – começaram o trabalho. Sem encontrar apoio e informações suficientes dentro do município, as duas amigas se reaproximaram após contraírem câncer de mama. Elas criaram um espaço para amparar a mulher enquanto enfrenta a doença. “A ideia era fazer da organização um ombro amigo, um lugar onde a mulher pudesse se apoiar enquanto passasse pelo câncer”, contou Vera.

A sede da Associação fica no Centro desde a fundação e foi conquistada por meio da iniciativa de Ivete Garcia, que durante toda a carreira política – como vereadora, presidente da Câmara e vice-prefeita – esteve à frente de políticas a favor da mulher e, consequentemente, da organização. “Mantive sempre laços afetivos e políticos com a Viva Melhor apostando no seu fortalecimento e contribuindo para a conquista de espaços. Tenho muito orgulho de ter participado desse processo”, relata.

Vera conta que no começo não imaginava que o projeto daria tão certo, com tanto reconhecimento, tantas mulheres atendidas. Hoje, já são mais de 3 mil mulheres que se encaixam nesse relato da presidente da associação e que passaram pelo grupo de apoio ou puderam receber as próteses doadas pela Associação – principal serviço oferecido pela entidade.

PRÓTESES

Confeccionadas pelas próprias voluntárias da entidade, as próteses de mama são o principal destaque com relação ao trabalho da Viva Melhor e podem ser adquiridas gratuitamente. Enviadas para todo o território brasileiro, a



Festa de aniversário foi comemorada no Parque Regional da Criança em Santo André

Viva Melhor

Há 15 anos ampara mulheres na luta contra o **CÂNCER**

mulher que a recebe arca apenas com os custos do envio e do sutiã para colocá-la, que é vendido a preço de custo.

SITE

Através do endereço da Viva Melhor na internet é possível realizar as encomendas de próteses e sutiãs que são

“Nós não somos uma mama, nós somos um ser completo, complexo e altamente especial.”

Débora Rodrigues
Paciente atendida pela Associação Viva Melhor

enviadas pelo correio às mulheres que solicitarem e não puderem fazer a retirada na sede da ONG, além de obter diversas informações sobre o câncer de mama, desde cartilhas explicativas sobre o autoexame até orientações psicológicas de como lidar com a doença.

Secretária da entidade e responsável pelo envio das próteses, Marina Palma diz que tem satisfação em realizar seu trabalho com capricho e carinho por observar um retorno muito positivo de quem as recebe. “Eu fico pensando, quando preparo uma caixinha e envio para essa mulher. Ela mora lá em Manaus, não me co-

nhece e eu também não a conheço. Quando ela abre aquela caixa, vê que a prótese mudou a vida dela. E vai contando para a amiga, se torna uma corrente que, hoje, está em todo o Brasil”, diz.

A iniciativa de doar as próteses tem como principal objetivo aumentar a autoestima da mulher. “Muitas delas chegam encurvadas, a bolsa usada para disfarçar o lado operado, em que a mama foi retirada. Quando colocamos a prótese nela, já se olha no espelho de uma forma diferente, porque ela está vendo a diferença. Mesmo que no dia seguinte ela tenha uma quimioterapia, a Viva Melhor não vai tirar a dor, mas vai fazê-la enfrentar aquilo de uma maneira diferente”, explica Marina.

É o que relata Débora Rodrigues, que conta todas as suas experiências com o câncer em uma página no Facebook, Razões de ser, eu e o câncer. “A maioria (das mulheres) acaba se isolando muito, tanto da parte social como da vaidade. E a mulher continua a mesma. A gente não se resume a uma mama. Eu tive a sorte de fazer a reconstrução, mas a mulher continua. Nós não somos uma mama, nós somos um ser completo, complexo e altamente especial”.

VOLUNTÁRIAS EM FAMÍLIA

MARINA PALMA (*)

“Sempre sonhei em ser voluntária.

Na Associação Viva Melhor encontrei tudo o que imaginava em uma Instituição, onde já trabalho há 12 anos.

Sempre acolho a paciente com muita atenção, carinho e amor.

A paciente sempre chega muito fragilizada e merece todo o meu respeito.

Me sinto realizada em trabalhar para o próximo e poder cumprir com dignidade a minha missão!” ♀



(*) Voluntária responsável pelo envio das próteses

NATALIA PALMA (*)

“Comecei como voluntária por acaso e ainda muito nova.

Minha mãe já era voluntária na Viva Melhor e me pediu ajuda para fazer fichas, planilhas e agora eu administro o site.

Por ele recebemos pedidos de próteses e sutiãs adaptados do Brasil todo, e ser a pessoa que tem esse primeiro contato é emocionante.

Hoje com 27 anos sou Voluntária há 11 e com muito orgulho. Ajudo, respeito e dou muito carinho nas trocas de email.” ♀

(*) Voluntária responsável pelo conteúdo do site

