

Variedades

Jornal
aplateia

Sant'Ana do Livramento/RS,
7 e 8 de março de 2026

Dia da

mulher

Elas Fazem a
Diferença!

8 DE MARÇO - DIA INTERNACIONAL DA MULHER

M O R A N A

Protagonismo feminino

A história de Andrea Bertelli e Andrea Rodrigues na Morana

Empreender é mais do que abrir uma loja: é transformar sonhos em realidade, carregar propósito em cada escolha e espalhar beleza em gestos que ficam na memória. Na Morana, cada acessório é mais do que um presente, é confiança, autoestima e emoção. Dois caminhos que se cruzaram desde a infância se transformaram em coragem, amizade e a certeza de que protagonizar a própria história é a maior realização de uma vida.

A decisão de empreender na Morana nasceu da maturidade e da vontade de assumir o próprio caminho, construir uma vida com mais liberdade, propósito e realização. Ao entrarem na casa dos 40 anos, entenderam que era o momento de transformar sonhos em realidade e protagonizar a própria história. “Claro que existem desafios, mas temos diálogo, respeito e muita transparência”, contam as empresárias.

Cada acessório vendido vai muito além da beleza. Eles elevam a autoestima, despertam confiança e fazem cada mulher se sentir ainda mais bonita. Presentes em aniversários, comemorações e conquistas, esses detalhes carregam significado e emoção, transformando momentos simples em lembranças que ficam para sempre.

Empreender ensinou sobre coragem, confiança e superação diária, e fortaleceu a certeza de que protagonizar a própria história é um caminho de empoderamento e realização. A rotina diária, a dedicação ao trabalho e o cuidado com cada detalhe refletem não apenas na loja, mas na cidade e na vida das mulheres que entram nela.

Em 2025, essa trajetória ganhou ainda mais reconheci-

mento quando a loja participou de uma das ações mais marcantes da marca: a campanha de Natal da Morana. Para as empresárias, fazer parte de um projeto dessa dimensão foi motivo de orgulho e reforçou a certeza de que as escolhas feitas ao longo do caminho estavam dando resultado. “Participar da campanha de Natal da Morana foi muito especial para nós. Isso só aumenta a nossa satisfação e mostra que estamos no caminho certo”, destacam.

A felicidade, então, vai muito além do comércio: é perceber que o trabalho gera oportunidades, contribui para a cidade e leva autoestima e propósito a quem cruza o caminho da Morana. Cada conquista é a prova de que a força feminina se manifesta no equilíbrio entre sonhos, amizades, família e coragem para seguir em frente.

Andrea Bertelli e
Andrea Rodrigues



M O R A N A

📍 Rua Rivadávia Corrêa, n.º 511
@morana.livramento
☎ 55 3626-0685
📱 Morana Livramento

Nossa capa



No Dia da Mulher, comemorado em 8 de março, celebramos conquistas, força e protagonismo feminino. Este caderno traz histórias de mulheres que transformam suas vidas e inspiram outras, mostrando coragem, propósito e determinação. A foto que abre a edição mostra Andrea Bertelli e Andrea Rodrigues, proprietárias da Morana.



EDITORIA E REPORTAGEM

Laura Leite

📱 @lauraa_mello
☎ (55) 99911-8861



MANUELA SANCHES

www.manuelasanches.adv.br
e-mail:
msprevidenciario@gmail.com

Quando a Justiça tem nome e história

Vice-presidente da OAB, Manuela Sanches une técnica, liderança e propósito em uma trajetória que abre caminhos para outras mulheres

A escolha pelo Direito não foi automática, nem óbvia. Aos 17 anos, recém-formada no ensino médio, Manuela Sanches se via dividida entre caminhos completamente distintos: direito, relações públicas e hotelaria. Hoje, ela reconhece que era cedo para decidir o futuro. Mas havia sinais.

Desde criança, gostava de argumentar, de defender colegas, de comprar brigas que nem eram suas. A mãe a chamava de “advogada sem pasta”. A vóia justiceira já pulsava e falou mais alto. Diferente de muitos que ingressam na faculdade pensando em concursos ou estabilidade, Manuela escolheu a advocacia de forma consciente. “Eu não fiz Direito pensando que, se nada desse certo, seria advogada. Eu escolhi ser advogada.”

Formada pela URCAMP em 2011, após uma trajetória inteira em escola pública, experiência que reforçou sua crença na educação como ferramenta real de transformação social, mergulhou em estágios que lhe permitiram conhecer diferentes áreas da profissão. Em 2012, abriu o próprio escritório, começando literalmente do zero, sem familiares na área jurídica.

O Direito Previdenciário entrou em sua vida quase como destino. Após estagiar na Procuradoria do INSS, passou a ser procurada para consultorias na área. Decidiu se especializar, concluiu pós-graduação e, aos poucos, concentrou sua atuação exclusivamente nesse ramo. Hoje, fala com paixão sobre a possibilidade de, por meio da correta aplicação da lei, resgatar a dignidade de pessoas em situação de vulnerabilidade social.



Ao longo de quase 14 anos de carreira, também escolheu contribuir com a classe. Atuou nas Comissões do Jovem Advogado e de Seguridade Social da OAB e, atualmente, ocupa o cargo de vice-presidente da subseção. Em um cenário historicamente ocupado por homens, a representatividade tem peso. Em Sant'Ana do Livramento, houve apenas uma mulher presidente da instituição. Para ela, ocupar esse espaço é mais do que conquista pessoal, é avanço coletivo.

O início da carreira, no entanto, exigiu firmeza. Jovem e mulher, sentiu que precisava provar constantemente sua competência.

Questionamentos sobre idade e tempo de atuação eram frequentes, como se credibilidade tivesse prazo mínimo. A resposta foi investir ainda mais em conhecimento. “Conhecimento é patrimônio imaterial”, afirma.

A caminhada a tornou mais madura e mais humana. A advocacia a colocou diante de realidades muito diferentes da sua, ampliando sua visão de mundo e fortalecendo sua postura resolutiva diante dos problemas. Desenvolveu um olhar mais sensível no atendimento aos clientes, unindo técnica e humanidade.

Fora dos tribunais, Manu é filha do Serginho e da Ana, irmã da Carolina e da Nathália, esposa do Flávio e mãe da Mel, sua companheira de quatro patas. É dinda, tia, amiga presente. Ama viajar, gosta de festa, mas tam-

bém valoriza o silêncio da casa e o convívio com a família. Erra, acerta, demora para responder mensagens, busca evolução espiritual e ainda acredita na sororidade como força transformadora.

Para meninas que sonham com a advocacia, deixa um recado direto: não desistam. Haverá desafios, preconceitos e disputas de ego. Mas seguir a própria vocação e investir em conhecimento especializado é o caminho para construir não apenas uma carreira, mas uma trajetória com propósito.

No fim das contas, a “advogada sem pasta” cresceu. E segue fazendo da profissão que escolheu um espaço de atuação firme, estratégica e, acima de tudo, humana.



Expediente

Projeto Gráfico: Hanelle Abot/ Samuel Palmeira | Gerente Comercial: Márcia do Amaral Paiva | Diagramação: Maik Acosta
Revisão Ortográfica: Jurema Luz | Artes Publicitárias: Maik Acosta

Propósito, liderança e transformação



A trajetória de Laura Saravia à frente do Sest Senat

A trajetória de Laura Saravia começou aos 17 anos, com a vontade simples e forte de ajudar em casa. Estudava à noite e trabalhava durante o dia, começando na recepção de uma clínica sem experiência e com muita timidez. Foi ali que descobriu o poder da comunicação, a paixão por trabalhar com pessoas e desenvolver equipes, e o gosto por organizar, planejar e criar estratégias. Cada passo foi construindo confiança e preparando o terreno para desafios maiores.

Passou pela RBS TV como Executiva de Contas, depois dedicou 11 anos ao Grupo A Plateia como Diretora Comercial, coordenando equipes de jornal, rádio, TV e provedor. Cada experiência trouxe aprendizados sobre metas, negociação e estratégia, mas, acima de tudo, sobre pessoas: confiar, incentivar, corrigir e celebrar conquistas. O que mais a realizava não era apenas vender, mas ver outros crescerem e acreditar no próprio potencial.

Há pouco mais de três anos, chegou ao Sest Senat como coordenadora administrativa. Um ano atrás assumiu a direção da unidade de Sant'Ana do Livramento, um passo maior, com mais responsabilidade e propósito. Nada foi fácil, mas a disposição para aprender, ouvir, corrigir e tentar de novo fez cada etapa valer a pena. Liderança, para ela, não é um cargo, mas assumir responsabilidades,

tomar decisões, formar equipes fortes e entregar resultados.

O Sest Senat vai muito além de cursos e atendimentos de saúde: oferece oportunidades, autoestima, confiança e transformação. A qualificação profissional, especialmente para mulheres, abre portas, amplia possibilidades e muda histórias. Iniciativas como projetos voltados para mulheres empreendedoras do transporte

e da comunidade mostram que, quando uma mulher cresce, ela puxa outras junto e isso transforma realidades.

A liderança feminina, para Laura, combina firmeza e acolhimento. Escuta, sensibilidade e senso de cuidado não são fragilidade, mas forma de transformar ambientes e gerar resultados consistentes. Ela busca ser uma líder acessível, que dá autonomia, orienta, confia e caminha junto, aprendendo todos os dias com sua equipe.

Fora da direção, Laura é mãe, esposa, filha e amiga, e encontra força nos momentos simples em família. Mas o que realmente a move é propósito: ver alguém conquistar emprego após qualificação, sair sorrindo de um atendimento de saúde, perceber que o trabalho diário faz diferença na vida das pessoas e na comunidade.

Estar à frente do Sest Senat é mais que um cargo: é responsabilidade, gratidão e oportunidade de transformar vidas. Cada decisão, cada iniciativa e cada aprendizado refletem o impacto que a liderança feminina pode ter, unindo coragem, empatia e determinação para abrir caminhos e inspirar outras mulheres a seguir seu próprio caminho.



Gabrielli Nunes
PODOLOGIA, ESTUDO DA PISADA E LASERTERAPIA

- PODOLOGIA GERAL E ESTUDO DA PISADA
- LASERTERAPIA
- CONFECÇÃO DE PALMILHAS
- BAROPODIOMETRIA

CONVÊNIO COM O VIDA CARD
Aceitamos novas parcerias de convênios

Em cada passo, uma nova conquista!

(55) 99635 7995
R. Manduca Rodrigues, 500 - sala 104

@gabriellinunespodologiageral
@gabriellinunes_podologia

www.casmer.com.uy

Si sos beneficiario FONASA y tu número de cédula termina en 3

este mes podés elegirnos

CASMER
El mejor lugar para cuidar tu salud

Por más información llámá al 4623 5607

COBERTURA TOTAL DE ASISTENCIA MÉDICA

Decisões, força e liderança



A história
da delegada
Giovana Muller

Assinar o próprio nome. Tomar decisões. Assumir responsabilidades. Foi esse desejo de autonomia que levou a delegada Giovana Muller a ingressar na Polícia Civil. Mais do que estabilidade ou salário, ela buscava protagonismo na própria história.

A trajetória, no entanto, começou bem antes do concurso. Aos 14 anos, viu a realidade da família mudar drasticamente quando a empresa do pai faliu. “Da noite para o dia, perdemos quase tudo”, relembra. Foi nesse momento que passou a trabalhar durante o dia e estudar à noite, determinada a construir um futuro diferente.

Formou-se em Direito com o objetivo de advogar para uma empresa calçadista onde trabalhava. Mas, no mesmo ano da formatura, a empresa também encerrou as atividades. O desemprego durou pouco: dois meses depois, foi chamada para atuar no Fórum, resultado de um concurso realizado anos antes. A partir dali, decidiu seguir estudando até conquistar a aprovação na Polícia Civil. “Teve alguma sorte, mas muito estudo e trabalho árduos”, resume.

O início na nova carreira exigiu coragem. Mudança de cidade, profissão de risco, sem conhecer ninguém e com um filho ainda bebê. Após 15 anos como funcionária pública, deixou a zona de conforto para recomeçar.

Sobre liderança feminina na área policial, Giovana reconhece avanços, mas também desafios. “As mulheres passam por concurso em igualdade de condições, porém o patriarcado e o machismo ainda têm espaço na sociedade e podem minar a liderança feminina.” Ela destaca que atualmente um terço dos delegados são mulheres e que a instituição já contou com uma chefe de Polícia, além de ocupar cargos estratégicos na Segurança Pública.

No atendimento às vítimas, especialmente mulheres, acredita que a presença feminina pode facilitar a empatia e o

acolhimento, mas faz uma ressalva. “Isso também é um estereótipo. Podemos ter uma mulher mais firme e um homem mais sensível. O bom atendimento independe de sexo ou gênero, depende da personalidade e do compromisso profissional.”

Fora da função, Giovana se define como intensa, independente e corajosa. “Quase sempre”, acrescenta, entre sorrisos. Amiga leal, “ariana infernal, às vezes um doce”, como ela mesma brinca. Ama o filho “mais que tudo”, valoriza o contato com a natureza e os momentos com a família e amigos.

“Sou uma mulher forte, mas que também sofre muitos revezes, como todo mundo. Todo dia é uma batalha.” O que a sustenta emocionalmente é a consciência dos papéis que desempenha: mãe, profissional, mulher. “Tentar conhecer a mim mesma, evoluir como ser humano e entender que tudo é passageiro. Daqui nada levamos, a não ser o que alimentamos no espírito e na alma.”

No Dia da Mulher, a trajetória de Giovana Muller mostra que liderança é construída com coragem, estudo e escolhas diárias. É sobre assumir responsabilidades, enfrentar desafios e, mesmo nos dias difíceis, seguir firme. Uma mulher que combina força e sensibilidade, aprendizados e intensidade, e que continua escrevendo a própria história todos os dias.



A escolha certa para o teu futuro!

Cursos técnicos
Cursos profissionalizantes
Graduação e pós

Conde de Porto Alegre, 841
(55) 98454.2905 | (55) 3244.5354



Anhanguera
Graduação e Pós-Graduação

im
INSTITUTO MIX
DE PROFISSÕES

Exattus20
ESCOLA TÉCNICA

Coragem que veste farda

Atuar no sistema prisional, para Maria Ionara Rodrigues Melo, é mais do que exercer uma profissão, é assumir, diariamente, um compromisso com coragem, equilíbrio emocional e responsabilidade. Há 14 anos na Polícia Penal, ela construiu sua trajetória enfrentando preconceitos e ocupando um espaço historicamente masculino. “A mulher pode, sim. Se ela quiser, ela pode fazer o que o homem faz”, afirma.

A inspiração para a carreira também tem raízes familiares. Filha do policial militar Paulo Hernandes Melo (*In Memoriam*), cresceu compreendendo o significado da farda, da disciplina e do compromisso com a sociedade. Hoje, ao vestir o uniforme, carrega não apenas sua própria história, mas também valores que a acompanham desde cedo.

Maria ingressou na carreira em 17 de junho de 2011, na Penitenciária Feminina Madre Pelletier, em Porto Alegre. Depois de atuar por anos em Uruguaiana, está desde 2020 em Sant'Ana do Livramento. Ao longo do tempo, percebeu o quanto a profissão moldou sua personalidade. “Me tornei uma mulher mais decidida, mais corajosa.”

Dentro do ambiente prisional, os desafios são diários. Além das situações complexas que en-

volvem pessoas privadas de liberdade, muitas delas em sofrimento emocional, há também o enfrentamento do machismo e da desvalorização. “Cada dia que a gente coloca o pé lá dentro é um desafio. É preciso técnica, equilíbrio e força.”

Conciliar a rotina intensa com a maternidade também exigiu superação. Mãe de três filhos, ela passou anos viajando a trabalho enquanto eles ainda eram pequenos. “Foi uma fase difícil, mas passou. Hoje eu olho para trás e pen-



Maria Ionara Rodrigues Melo, policial penal e mãe de três filhos, fala sobre fé, desafios e força feminina no sistema prisional

so: eu venci.”

A fé é o que a sustenta. Ionara repete com convicção que é Deus quem a mantém firme, quem lhe dá coragem e equilíbrio para lidar com as pressões da profissão. “Se eu estou ali todos os dias, é porque Ele me dá força.”

Quando veste a farda, ela diz representar uma mulher de fé, perseverança e dedicação. Uma mulher que trabalha com amor. “Eu amo o que faço. Quando a gente coloca amor no trabalho, o ambiente se torna melhor.”

Para outras mulheres que sonham em ingressar na Polícia Penal, ela deixa um recado direto: “Nunca permita que ninguém acabe com o seu sonho. Tenha coragem, tenha foco, tenha fé. Não desista.”

Entre ciência e sensibilidade

Há 21 anos na área da saúde, Dionara Pereira Cardozo transformou o cuidado em missão

Para Dionara Pereira Cardozo, a enfermagem nunca foi apenas uma escolha profissional. Foi um caminho que se revelou aos poucos e que, quando fez sentido, passou a ser definitivo. Sempre se identificou com a área da saúde, com o dinamismo, a responsabilidade e o trabalho em equipe. Mas foi nas experiências vividas, no contato direto com quem precisa de ajuda, que entendeu: cuidar era mais do que uma habilidade, era propósito.

Ela define a profissão de forma simples e profunda: a união entre ciência e amor. Técnica aliada à empatia. Conhecimento que se traduz em presença.

Há 21 anos na área da saúde, Dionara construiu uma trajetória marcada por disciplina, preparo e humanidade. Durante oito anos, integrou

as fileiras do Exército Brasileiro, experiência que fortaleceu sua postura, sua precisão e seu senso de responsabilidade. Características que hoje caminham lado a lado com a sensibilidade no exercício da enfermagem.

A rotina, no entanto, não é feita apenas de protocolos e procedimentos. É feita de dor, despedidas, angústias e também de esperança. Lidar com essa carga emocional exige equilíbrio. Ela aprendeu a manter a postura profissional sem abrir mão da empatia. Aprendeu que ser forte não significa ser indiferente. E que reconhecer os próprios limites também faz parte do cuidado.

Para Dionara, a enfermagem ensinou muito sobre força feminina. Não a força dos músculos, mas a força de continuar, mesmo quando ninguém vê o quanto isso

exige. É firmeza nas decisões sob pressão, é resiliência diante dos desafios diários, é agir com humanidade mesmo nos dias mais difíceis.

Ser mulher influencia sim, principalmente na escuta, na sensibilidade e na forma de acolher. Mas ela faz questão de destacar que o que sustenta o cuidado é a ética, a formação e o compromisso profissional. Humanidade e competência caminham juntas.

O que mais a emociona é testemunhar a superação. Ver um paciente recuperar a esperança, aliviar uma dor, oferecer conforto, ainda que por alguns minutos, é o que dá sentido à rotina intensa.

Fora do ambiente de trabalho, Dionara é mãe do João Pedro. É filha que sustenta, irmã conselheira, tia de três, neta, sobrinha, afilhada presente. É também uma mulher que sente medo, que se cansa, que precisa de colo e descanso. Uma mulher que entende que cuidar dos outros só é possível quando também aprende a cuidar de si.

Neste Dia da Mulher, sua mensagem é direta: cuidar é um ato de coragem. A enfermagem exige dedicação e resiliência, mas oferece a chance de transformar vidas todos os dias. E cada gesto, por menor que pareça, faz diferença.





Educação que transforma vidas

A educação pública faz parte da história de vida de Nadia Rosane Maciel há mais de três décadas. Professora por vocação construída ao longo do tempo, iniciou sua trajetória em 1992, quando foi nomeada para atuar na rede municipal de ensino de Sant'Ana do Livramento. Desde então, dedicou sua caminhada profissional à formação de crianças e jovens, construindo uma carreira marcada pelo compromisso com a escola e com a comunidade.

Curiosamente, a docência não era o primeiro sonho de Nadia. Quando jovem, imaginava seguir outros caminhos, como a carreira de marinheira ou a psicologia. Com o passar dos anos, porém, a sala de aula revelou um propósito que ela não imaginava no início. Ao acompanhar o crescimento de seus alunos e perceber que a escola também é um espaço de formação humana, descobriu que ensinar era, na verdade, o lugar onde se sentia realizada.

Formada em Pedagogia pela URCAMP de Livramento, Nadia construiu uma longa trajetória na educação pública. Além de ter atuado na rede municipal, também desenvolveu carreira no ensino estadual, onde trabalha há 26 anos. Atualmente, exerce a função de diretora da Escola Estadual General Neto, mantendo o vínculo diário com a rotina escolar e com os desafios que fazem parte da realidade da educação.

Ao falar sobre a profissão, ela destaca o orgulho de saber que o trabalho de um professor vai muito

além da transmissão de conteúdos. Para Nadia, a maneira como o educador se posiciona, acolhe e orienta os estudantes também contribui diretamente para a formação do caráter de crianças e jovens.

Entre as lembranças mais marcantes da carreira estão os momentos vividos quando atuava como alfabetizadora. Segundo ela, um dos instantes mais emocionantes do ano acontecia por volta do mês de maio, quando os alunos começavam a ler as primeiras palavras. A conquista das crianças muitas vezes a emocionava profundamente. Em diversas ocasiões, conta que precisava sair da sala e ir até o banheiro para chorar, tamanha era a emoção de acompanhar aquele processo de aprendizagem.

Como mulher, Nadia acredita que a docência também carrega um olhar sensível e acolhedor, especialmente dentro da realidade da escola pública. Muitos estudantes chegam à sala de aula enfrentando dificuldades e carências diversas, e muitas vezes encontram no ambiente escolar um espaço de apoio, escuta e orientação.

Apesar dos desafios presentes na educação, especialmente quando a escola não conta com o comprometimento de algumas famílias, ela acredita que o ensino público tem um papel fundamental na transformação de realidades. Para a professora, quando escola e família caminham juntas, é possível construir oportunidades e abrir novos caminhos para os estudantes.

A trajetória de Nádia Rosane Maciel na escola pública

Ao final de cada dia de trabalho, a maior satisfação está em saber que, mesmo diante das dificuldades, foi possível seguir em frente e cumprir o propósito de educar. Para Nadia, ser professora exige dedicação, amor e fé. E é justamente essa combinação que sustenta uma profissão que, segundo ela, vai muito além de uma carreira: é um verdadeiro compromisso com a vida das pessoas.



Educação com sensibilidade e propósito

No Dia da Mulher, a professora Ivone Leguisaman destaca o valor do afeto, da escuta e da dedicação no processo de ensinar e contribuir para a formação dos alunos.



Ivone ao lado mãe Maria Izabel Leguisaman

A escolha pela carreira de professora nasceu dentro de casa. Ivone Leguisaman conta que foi incentivada pela mãe, que sempre acreditou na força transformadora da educação. Com o tempo, o desejo de ajudar os outros e contribuir para o desenvolvimento das pessoas fortaleceu essa decisão. Para ela, ser professora vai além de uma profissão: é uma missão construída com afeto, dedicação e compromisso.

Ao longo de sua trajetória no magistério, a busca constante pelo conhecimento foi um dos fatores que mais contribuíram para sua formação como mulher e profissional. A participação em cursos, novas experiências e os desafios da sala de aula ajudaram a fortalecer sua identidade docente, tornando-a cada vez mais sensível, preparada e comprometida com o ensino.

Entre os momentos marcantes da carreira, Ivone lembra com emoção do processo de leitura de um aluno autista, com deficiência intelectual. Acompanhar cada avanço e ver o brilho nos olhos do estudante ao reconhecer palavras foi uma experiência inesquecível. Para ela, aquele momento reforçou o verdadeiro sentido da inclusão e da importância do trabalho do educador.

Mesmo com tantas conquistas, a profissão também apresenta desafios. Ivone destaca que o uso

inadequado da tecnologia muitas vezes interfere na atenção dos estudantes. Além disso, as adaptações necessárias para garantir a inclusão nem sempre são fáceis de desenvolver, seja pela falta de tempo ou de formação específica. O descomprometimento de algumas famílias e a questão da remuneração também são dificuldades enfrentadas no dia a dia.

Para Ivone, ser mulher influencia positivamente na forma de ensinar. A sensibilidade, o cuidado e a escuta fazem parte de sua prática pedagógica, fortalecendo os vínculos construídos no ambiente escolar. Ela acredita que educar vai além de transmitir conteúdos: é acolher e caminhar junto com cada aluno em seu processo de aprendizagem.

Ao falar de referências, lembra com carinho da irmã, Ivonete Leguisaman, um nome marcante da educação em Sant'Ana do Livramento. Sua trajetória foi construída com dedicação ao ensino e com a crença de que o estudo é capaz de transformar vidas.

Mesmo fora da escola, Ivone afirma que a professora continua presente em sua vida. A educação está nos projetos sociais, na convivência com a família e nos momentos de carinho com a neta Aurora Giordana. Para ela, ser professora não fica apenas na sala de aula, mas é uma essência que acompanha toda a vida.

Dignidade que varre as ruas e constrói sonhos

Rosane Nascimento dos Santos encontrou na limpeza urbana uma nova oportunidade quando mais precisava. Após ficar desempregada do trabalho como doméstica, soube que a empresa Canaã Soluções Ambientais estava contratando mulheres. Entregou o currículo, aguardou e, um mês depois, veio a contratação. Há sete meses, veste o uniforme com orgulho para ajudar a manter Sant'Ana do Livramento limpa.

Para ela, contribuir com a cidade vai além do serviço diário. É uma forma de cuidado com o lugar onde vive. “Me sinto feliz com a limpeza da minha cidade e saber que de alguma forma eu contribuo para manter tudo organizado”, resume.



Rosane Nascimento dos Santos fala sobre trabalho, dignidade e o valor do reconhecimento diário

O maior desafio é manter as ruas limpas, especialmente diante das dificuldades da rotina. Mas o que compensa o esforço é o reconhecimento. Rosane se emociona ao falar

dos elogios que recebe e do respeito das pessoas pelo seu trabalho. É ali que encontra motivação, principalmente nos dias mais cansativos.

A estabilidade financeira também representa uma conquista importante: saber que no fim do mês poderá pagar as contas e colocar alimento dentro de casa traz segurança e tranquilidade.

Como mulher, ela acredita na força e na capacidade de ir além. Seu conselho é simples e direto: que outras mulheres não desistam dos seus sonhos e lembrem que são capazes de chegar onde quiserem.

Fora do trabalho, Rosane se define com orgulho: é mãe, tia e irmã presente, alguém com quem se pode contar em qualquer momento. Essa é a essência que a move todos os dias.

Independência e determinação

Tiana Mendes, 43 anos, mãe de três filhas, encontrou no trabalho uma forma de sustentar a família e conquistar sua independência. Diarista e manicure nas horas vagas, ela transformou desafios em aprendizado e descobriu que força e dignidade caminham juntas quando se busca a própria realização.

Para Tiana, força não é apenas superar dificuldades, mas seguir firme nos objetivos mesmo diante do medo e do cansaço. A dignidade, por sua vez, se construiu com honestidade, respeito e caráter, mostrando que cada esforço vale a pena quando feito com responsabilidade e orgulho.

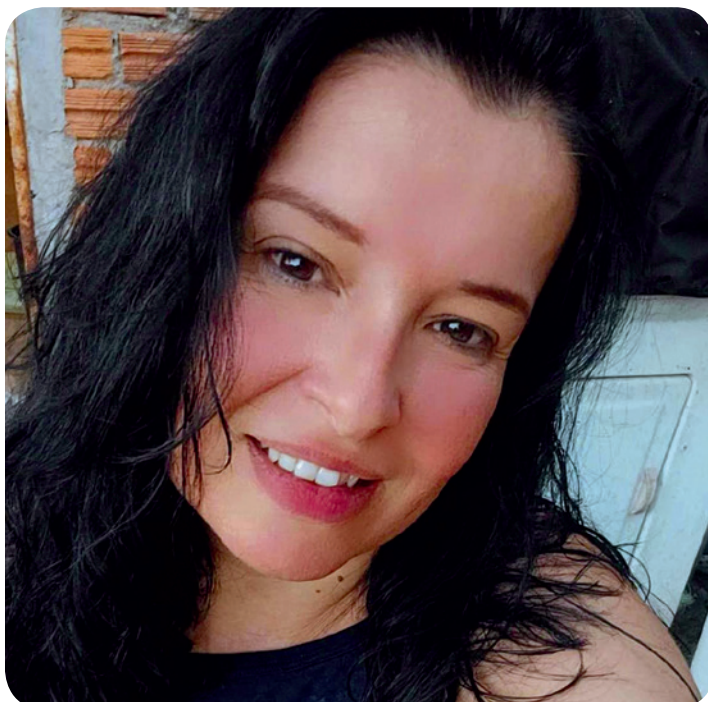
Cumprir suas tarefas com dedicação e manter uma boa comunicação no dia a dia são fontes de satisfação. Cada conquista alcançada com o próprio trabalho representa independência, orgulho e a consciência de que nada veio fácil, mas tudo foi fruto do seu esforço.

Ser mulher trouxe desafios adicionais, mas também determinou sua força e responsabilidade desde cedo.

O caminho de Tiana Mendes

“Muitas vezes precisamos provar nosso valor, mas isso também nos torna mais determinadas”, reflete. O que mantém Tiana firme nos dias mais cansativos são suas filhas, sua maior motivação e inspiração.

Seu conselho para outras mulheres é simples e direto: nunca duvidem da própria força. O caminho pode ser difícil e solitário, mas cada esforço vale a pena. Construir a própria vida com coragem e dignidade é um ato que merece orgulho e reconhecimento.



Vai viajar e quer garantir o melhor CUIDADO para o seu amigo de patas?

No Hotel Clínico, seu pet recebe atenção, carinho e todo o conforto que merece!

- Ambiente seguro e monitorado
- Atividades e enriquecimento ambiental
- Espaço aconchegante para descanso
- Alimentação personalizada conforme a rotina do pet
- Supervisão de profissionais qualificados

Clinico

Rua: Rivadávia Corrêa, nº 1093 - Centro - Sant'Ana do Livramento
Atendimento: 55 32423573 | Plantão e Emergência: 55 9 99612534

Nunca é tarde para recomeçar

A história de Maria que mostra que aprender e conquistar novos objetivos não tem idade

O trabalho sempre teve um significado especial na vida de Maria Acir Moreira Maciel. Mais do que uma obrigação, sempre foi o que a fez sentir capaz. Sua trajetória é marcada por desafios, dias difíceis e muita luta, mas também por coragem, esforço e esperança.

Na juventude, as oportunidades eram bem mais limitadas. Naquela época, nem sempre era possível escolher o próprio caminho, especialmente para as mulheres. Dona Maria sempre teve o sonho de estudar e conquistar sua independência, mas a realidade financeira da família tornava isso muito difícil.

Para frequentar a escola, era necessário ir até o colégio no centro da cidade e pagar passagem, algo que muitas vezes não era possível. Diante dessas dificuldades, precisou interromper os estudos e seguir trabalhando, ajudando a construir sua história.

Mesmo assim, o sonho de estudar nunca deixou seu coração.

Foi então que tomou uma decisão que mudaria sua própria história: voltar a estudar. Ela havia interrompido os estudos ainda na quinta série, mas nunca abandonou o desejo de aprender. Com coragem e muita força de vontade, decidiu retomar aquilo que a vida havia interrompido anos antes.

Determinada, voltou para a sala de aula, concluiu o ensino fundamental e, depois dos 60 anos, também terminou o ensino médio. Durante esse período, destacou-se como aluna. Sempre muito dedicada e esforçada, foi considerada aluna destaque em suas turmas, mostrando que nunca é tarde

para aprender e crescer.

Hoje, Dona Maria continua trabalhando e preservando aquilo que sempre valorizou: sua independência. Durante o dia, ajuda em uma creche, contribuindo com cuidado e carinho no ambiente. Já no período da noite, atua como cuidadora de uma senhora de 97 anos, exercendo sua função com responsabilidade e dedicação.

Ao longo da vida, ela tem construído aquilo que considera sua maior riqueza: a família, que define como seu porto seguro.

Mais do que sua trajetória de trabalho e estudo, Dona Maria também inspira pelos valores que compartilha. Ela fala com frequência sobre a importância da independência financeira e da liberdade das mulheres — ensinamentos que transmite à filha, às netas, às amigas e a todos que convivem com ela.

Segundo Dona Maria, hoje as mulheres têm oportunidades que antes não existiam, e por isso acredita que é fundamental valorizá-las: estudar,

trabalhar, conquistar autonomia e ter liberdade para escolher seus próprios caminhos.

Sua história mostra exatamente isso.

Muitas vezes as pessoas acreditam que já é tarde para começar algo novo ou que a idade pode ser um obstáculo. Dona Maria prova o contrário todos os dias.

Para ela, não existe idade para voltar a estudar, recomeçar ou correr atrás da própria liberdade. Sua trajetória inspira não apenas pelas palavras, mas principalmente pelas atitudes, pela força de seguir em frente e pela determinação de nunca desistir dos próprios sonhos.



Movimento, liberdade e alegria de viver

A rotina ativa, o cuidado com si mesma e o amor pela família marcam a trajetória de Maria Carvalho Dias.

Aos 89 anos, Maria Carvalho Dias segue em movimento. Com rotina, disciplina e alegria, construiu uma vida marcada pela independência e continua escrevendo sua história todos os dias.

Mãe, avó de 11 netos e bisavó de quatro bisnetos, ela valoriza aquilo que considera essencial: a família, a liberdade e a capacidade de seguir vivendo com autonomia. Para Maria, esses são os pilares de uma vida plena.

Seu dia a dia é simples, mas cheio de significado. Caminhar, fazer exercícios e sair para resolver pequenas tarefas fazem parte da rotina. Muitas vezes, essas caminhadas têm uma companhia especial: a cachorrinha Filó, que está sempre ao seu lado nos passeios.

Manter-se ativa sempre fez parte da sua forma de viver. Desde mais jovem, Maria cultivou o hábito de cuidar do corpo e de manter uma rotina em movimento. A disciplina com os exercícios e a disposição para seguir ativa ajudam a explicar a energia com que encara cada dia.



Outro traço marcante é o cuidado com a forma de se apresentar. Elegante, Maria gosta de estar sempre bem-arrumada quando sai de casa, algo que faz parte da sua personalidade.

A leitura também ocupa um espaço especial em sua rotina. Entre ati-

vidades simples e momentos de tranquilidade, ela encontra nos livros mais uma forma de manter a mente ativa e o olhar atento para a vida.

Quando fala sobre o que realmente importa, Maria é direta: viver com saúde, liberdade e independência. Para ela, essas são conquistas fundamentais que devem ser valorizadas em qualquer fase da vida.

Ao falar com as mulheres mais jovens da família, seus conselhos são simples, mas cheios de significado. Maria acredita que cada mulher deve cuidar de si, preservar sua autonomia, cultivar boas amizades e aproveitar cada momento com equilíbrio e alegria.

Para ela, viver bem também significa saber apreciar as pequenas coisas do dia a dia: caminhar, brincar com a cachorra, estar perto da família e seguir ativa, sem exageros, mas com leveza.



Onde há raiz, há expansão

Elisa Ermina se define a partir de três palavras: raízes, escolhas e conexões. E é nelas que sua trajetória se sustenta. Honrar a tradição, respeitar quem veio antes e valorizar a própria história sempre foram pilares firmes na sua caminhada. Ao mesmo tempo, as conexões trouxeram expansão, inovação e um novo olhar sobre o futuro.

A vida profissional começou na medicina veterinária, vocação que ela abraçou com profundidade. Foi ali que desenvolveu compaixão, sensibilidade e a capacidade de compreender sem palavras, acessando, como ela descreve, “a alma pelo olhar”. A profissão moldou sua empatia e influenciou diretamente a mulher que se tornou.

Com o tempo, novos caminhos surgiram. A hotelaria nasceu a partir de um prédio familiar que atravessou crises e transformações até se tornar hotel. O que parecia apenas uma mudança de rumo revelou um propósito maior: conectar pessoas. Se antes a conexão era com os animais, na hotelaria passou a ser

com histórias, vivências e relações humanas. Dessa experiência surgiu o Connect Pampa, movimento que defende o cooperativismo, o crescimento conjunto e a força das relações profundas.

Elisa hoje se reconhece princi-

palmente como gestora, alguém capaz de administrar diferentes negócios com base sólida e visão estratégica. A comunicação, que antes parecia um desafio, tornou-se ferramenta de posicionamento e expansão.

A maternidade também redefiniu sua forma de liderar e empreender. Para ela, não é preciso escolher entre

Elisa Ermina transforma tradição, fé e sensibilidade em gestão e movimento

ser mãe e ser empresária, mas entender que presença e qualidade de tempo fazem toda a diferença. As filhas são impulso diário e inspiração constante para construir um mundo melhor.

Ao longo da caminhada, houve dúvidas e cansaços. Houve momentos de querer desistir. Mas a fé sempre foi o eixo central. Elisa acredita que cada passo foi conduzido por Deus, “eu dava o passo e ele colocava o chão”, resume.

É essa confiança que a mantém firme, mesmo quando a energia diminui.

Sobre ser mulher, ela faz questão de um posicionamento claro: honra profundamente aquelas que lutaram por direitos, voz e espaço. Reconhece que, sem essas conquistas, muitas oportunidades hoje não existiriam. Mas não enxerga sua trajetória a partir da vitimização. Para ela, ser mulher é missão e obra divina, diferente da missão dos homens, mas igualmente essencial. Não se trata de comparação, mas de equilíbrio.

Quando silencia o trabalho, as redes e as responsabilidades, Elisa se define como filha de Deus. É ali que encontra paz, gratidão e direção.

Se precisasse resumir sua história além da palavra conexão, escolheria duas: sensibilidade e persistência. Sensibilidade para entender que é instrumento de algo maior. Persistência para continuar mesmo quando o caminho parecia incerto.



Semeando cuidado nas ruas

Depois de uma vida dedicada à sala de aula, o silêncio da aposentadoria abriu espaço para uma nova missão na vida da professora aposentada Mirta Vieira: levar alimento, carinho e escuta para pessoas em situação de vulnerabilidade nas ruas. O que começou de forma simples, com pequenas ações individuais, hoje se transformou em uma corrente de solidariedade que reúne diversas mãos dispostas a ajudar.

Acostumada a viver cercada de crianças, histórias e necessidades, Mirta conta que sentiu um vazio ao deixar a rotina escolar. Mas, ao mesmo tempo, percebeu que ainda tinha muito a oferecer. “A sala de aula sempre foi o meu chão, o meu lugar de vida. Quando me aposentei, senti que ainda tinha muito amor para dar”, relembra.

A vontade de continuar ajudando, somada à fé que sempre guiou seus passos, foi o impulso para o primeiro gesto. Pequeno, mas cheio de significado. Com o tempo, a iniciativa ganhou forma e hoje integra o projeto Semeando Amor, que reúne amigos, voluntários e doadores em torno da mesma causa: levar alimento

A professora aposentada Mirta Vieira transforma solidariedade e fé em um gesto concreto de cuidado com pessoas em situação de vulnerabilidade

e dignidade a quem precisa.

As marmitas distribuídas são preparadas com cuidado e respeito. Mirta faz questão de que todas sejam iguais, preparadas com o mesmo carinho com que faria para a própria família. Para ela, cada detalhe importa quando se trata de cuidar do outro.

Ao longo das entregas, muitas histórias marcaram sua trajetória. Uma das mais emocionantes aconteceu em uma noite fria, quando uma senhora que havia recebido uma marmita voltou com uma pequena muda de flor nas mãos para agradecer. O gesto simples se tornou um símbolo para Mirta. Ali, ela percebeu que a solidariedade também transforma quem ajuda.

A experiência nas ruas também trouxe aprendizados profundos sobre empatia e humanidade. Para Mirta, cada pessoa carrega uma história que muitas vezes passa despercebida. Por isso, além da comida, o gesto mais importante é olhar nos olhos, ouvir e tratar cada um com respeito.



A força para continuar vem da fé e das pessoas que caminham ao seu lado. O projeto conta com a ajuda de amigos, voluntários e doações da comunidade, que contribuem com alimentos, embalagens e apoio para que as ações continuem acontecendo.

Professora, mãe, avó e voluntária, Mirta Vieira segue acreditando que pequenos gestos podem transformar realidades. E deixa uma mensagem para outras mulheres que desejam ajudar: começar, mesmo que com pouco.

“Não esperem ter muito. Comecem com o que têm: uma palavra, um prato de comida, um gesto.”

Uma vida dedicada a cuidar de pessoas

Para Mara Munhoz, sensibilidade e determinação caminham juntas na busca por mais dignidade e oportunidades para quem mais precisa.

A assistente social Mara Munhoz encontrou sua vocação a partir das próprias experiências de vida. Presenciar e viver situações de desigualdade despertou nela o desejo de estudar e transformar sua realidade. Ao perceber que o conhecimento abriu novos caminhos em sua trajetória, decidiu dedicar sua vida a ajudar outras pessoas a fazer o mesmo. Para Mara, ser assistente social vai muito além de uma profissão: é uma missão.

No trabalho diário, seu objetivo é orientar e apoiar famílias em situação de vulnerabilidade, ajudando-as a acessar informações e garantir direitos por meio das políticas públicas. Para ela, esse trabalho representa a possibilidade de transformação e autonomia para muitas pessoas que, muitas vezes, não sabem por onde começar.

Entre os principais desafios da profissão, Mara destaca a falta de informação e as dificuldades que muitas pessoas encontram quando precisam reivindicar seus direitos. Segundo ela, em muitos casos a inclusão ainda existe apenas no papel, e a burocracia acaba sendo um obstáculo para quem mais precisa.

Atualmente, Mara desenvolve seu trabalho em diferentes espaços, atuando na APAE, na Escola de Golfe Boa Bola e também na Unip/Cultural, onde segue contribuindo com ações voltadas ao cuidado, à inclusão e ao desenvolvimento social.

Mesmo diante das dificuldades, o trabalho também traz momentos de grande satisfação. Na APAE, por

exemplo, Mara conta que é impossível não se emocionar ao ser recebida diariamente com sorrisos sinceros. Acompanhar o desenvolvimento das crianças e adolescentes e perceber a evolução de cada um é uma das maiores motivações para seguir em frente.

Uma experiência marcante aconteceu quando ela ministrava catequese em uma comunidade do interior de David Canabarro. Um menino, filho de agricultores, contou que sonhava em ser DJ, algo que parecia distante de sua realidade. Mara o incentivou a acreditar em seu sonho e a se preparar para realizá-lo. Anos depois, recebeu uma mensagem do jovem contando que havia se tornado um DJ reconhecido na região da Serra Gaúcha e agradecendo pelas palavras de incentivo.

Para Mara, ser mulher também influencia sua atuação profissional. A sensibilidade, a escuta e a capacidade de compreender as dificuldades das pessoas ajudam a construir vínculos mais fortes no trabalho social. Ao mesmo tempo, ela ressalta que é preciso firmeza na defesa dos direitos e na busca por uma sociedade mais justa.

O que a mantém motivada é perceber a evolução das pessoas e das famílias que acompanha. Cada conquista representa um passo importante e reforça a importância do trabalho social na transformação de vidas.

Fora da profissão, Mara é uma mulher resiliente, mãe atípica, alegre e determinada. Para ela, ajudar outras pessoas e contribuir para um mundo mais justo é o que dá sentido à sua caminhada.



OFERTAS DA SEMANA

A cada R\$ 100 em compras, você ganha um cupom para concorrer a uma

Moto Biz 0km

Na compra de qualquer produto Quartzolit, ganhe cupom extra!

O sorteio acontecerá dia 1º de julho.

Compre, participe e boa sorte!



Imagens meramente ilustrativa

☎ 3242.4949

📍 Av. João Goulart, nº 433

📧 @nocchi.materiais.construcao
📺 setimonocchi

Aniversariantes da semana

O Jornal A Plateia homenageia os aniversariantes da semana. Que todos os dias de suas vidas sejam preenchidos com muita paz, amor, boas amizades e infinitas bênçãos. Parabéns!



7 de março - Analista do executivo federal
Juliana Leite Bidart



8 de março
Hanan Badra



8 de março
Letícia Trindade Neves



8 de março
Professora e produtora rural
Patrícia Saldanha



8 de março - Professora
Srª Geneci dos Santos



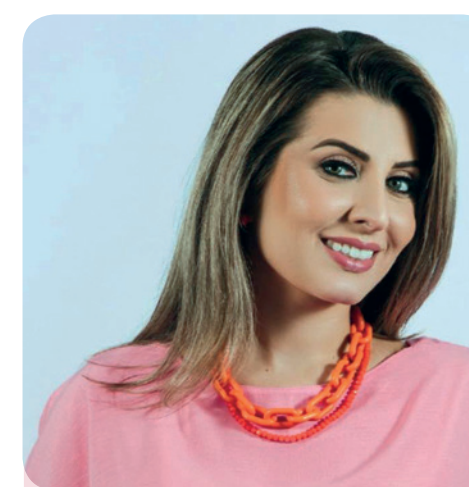
9 de março
Empresário e produtor rural
Flávio Rodrigues



10 de março
Adolfo Gil



10 de março
Funcionário público
Honório Saldanha



10 de março - Nutricionista
Flávia Bênia



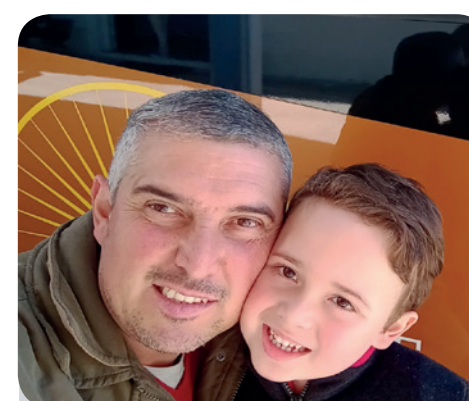
11 de março - Jornalista
Elson Ilha de Macedo



11 de março - Empresária
Olga Sanchez



13 de março - Empresário e cabeleireiro
Rudi Moura



O dia 12 de março é especial para Luis Felipe Melo e seu filho Enzo, que comemoram aniversário na mesma data. A eles, os votos de muitas felicidades, saúde e momentos especiais ao lado da família e amigos.



No dia 21 de fevereiro, nasceu a pequena Tayane Pintos Barcellos Gonçalves da Silva, Filha de Tainara Barcellos e Adriano Gonçalves. Tayane chega para iniciar uma nova e linda história ao lado de seus pais e familiares. Parabéns aos papais por esse momento tão especial!