



## LUCIANA DERETTI: MISSÃO QUE NASCEU DA SUPERAÇÃO NA VIDA REAL

PÁGINAS 4 E 5

## RECAUDO DA EDITORA

Resiliência e protagonismo. A 48ª edição do Caderno Elas compartilha histórias de mulheres que transformaram dores em superação. Luciana Deretti, que estampa a capa da publicação, escolheu ser feliz e inspirar pessoas quando tudo parecia não fazer sentido. Inspiração que também faz parte da trajetória de Marlene Fuerstenau nos mais de 40 anos de trabalho voluntário, bem como na iniciativa *Nós por Elas*, que imprime visibilidade e dá voz às mulheres que vivem do campo, especialmente da produção de tabaco. Exemplos de amor ao esporte como o de Lurdes Dummer que, aos 77 anos, participa de torneios de tênis mundo afora além de empreender na arte do bordado em tapeçaria, e de liderança comunitária e representatividade feminina, como o de Larissa Franke. E, é claro, tem dicas de moda e beleza. Não dá pra perder! Boa leitura!



Editora do Caderno ELAS

## DESEJO DO MÊS

Divulgação/GS



**ALL BODY DEO** – Já pensou em usar um desodorante que protege e perfuma os pés, as costas, o peito e as coxas? Você não leu errado, é isso mesmo. A nova categoria de desodorantes *All Body Deo* oferece uma tecnologia exclusiva que permite o uso em todo o corpo, para além das axilas. Lançamento da Unilever, disponível para marcas da empresa, Rexona e Dove, a proposta do produto é neutralizar odores com agentes antibacterianos que eliminam microrganismos causadores do mau cheiro.

Testamos o *Rexona All Body Deo Wild Rose 150ml*. Além de cheiroso, é prático e cumpre o que promete. O desodorante pode ser encontrado por R\$ 26,90.

## Tênis de salto é trend

les estão de volta! Os tênis de salto (*wedge sneakers*) causaram em 2010 e reaparecem na moda como *trend*. O famoso modelo *Bekett*, criado pela estilista francesa Isabel Marant, tornou-se *must have*. A combinação do estilo esportivo com a elegância de um salto embutido conquistou celebridades. Por outro lado, também gerou polêmica e dividiu opiniões. Em 2025, o item chega repaginado, sem perder o conforto de um tênis, a altura de um salto e a versatilidade.

## • COMO USAR

Se a ideia for um estilo mais casual, a dica é combinar o *sneaker* com jeans, shorts, camisetas, moletom e vestidos soltos. Agora, se a proposta for um toque de elegância, calças de alfaiataria, blazers, saias midi e terninhos são fortes apostas para a composição.

Foto: Divulgação/GS



AREZZO

O modelo em camurça, da Arezzo, é uma forte tendência da estação. Os *sneakers* com esse material, que tem textura suave e aveludada, estão em alta e transmitem um visual superdespojado.



ALL STAR

Os clássicos *Chucks* da marca *All Star* recebem uma atualização sofisticada. Um salto interno aumenta a altura sem perder de vista o icônico estilo da marca.



SCHUTZ

Modelo da *Schutz*, em preto e branco, tem os fechos de velcro que remetem ao modelo de *sneaker* original. Garantia de praticidade e ajuste perfeito nos pés.

## EXPEDIENTE

**Edição:** Carina Weber carina@gaz.com.br **Capa:** Rodrigo Assmann **Diagramação:** Derli Antônio Gonçalves **Revisão:** Luís Fernando Ferreira **Arte-final:** Márcio Machado

**YEVA**

**Moda feminina e masculina com estilo e personalidade**

A Yeva é uma loja que aposta em peças modernas, confortáveis e cheias de atitude. Aqui, você encontra moda feminina e masculina pensada para o dia a dia, para momentos especiais e para quem gosta de se vestir com autenticidade. Venha conhecer a nova coleção e descubra um estilo que combina com você.



*Presente especial*

NOSSA LOJA PRESENTEIA VOCÊ

com  
15% DE DESCONTO  
NA SUA PRIMEIRA COMPRA.

RUA MARECHAL FLORIANO 484.

VALIDO POR 30 DIAS.  
APRESENTAR ESSE VOUCHER NA HORA DA COMPRA.

# Marlene: 40 anos de voluntariado



**Paula Appolinario**  
paula.appolinario@gaz.com.br

**M**arlene Fuerstenau. Um nome que significa potência, história e, principalmente, amor ao próximo. Isso porque são mais de 40 anos dedicados a levar ensino e acolhimento com o trabalho voluntário diaconal, entre eles o Projeto Alegria e Esperança, do qual é fundadora.

Tudo começou com o ingresso na Ordem Auxiliadora de Senhoras Evangélicas (Oase) da Comunidade Evangélica em 1980, incentivada pela irmã Hildgard. “Ela veio na minha casa e eu estava

tremendo. Me convidou para participar e eu disse que não tinha dom, não sabia bordar, fazer tricô, cozinhava muito simples. Então, ela respondeu: ‘você tem dons escondidos que ainda não descobriu’”, conta.

Na instituição, levou mensagens de fé e afeto para diversas pessoas. Foram mais de dez anos de visitas a idosos em asilos, incluindo a participação em um grupo de visitadoras de hospitais. Marlene participou da organização do primeiro encontro de idosos e pessoas com deficiência em Santa Cruz do Sul, atividade que ocorre até hoje no município. Além disso, também coordenou projetos sociais como o grupo de danças Alegria de Viver, no Bairro Bom Jesus, e o grupo de danças Amor à Vida.



## CONHEÇA A OASE

Fundada em 1899, a Ordem Auxiliadora de Senhoras Evangélicas é um setor de trabalho da Igreja Evangélica de Confissão Luterana no Brasil. Em Santa Cruz do Sul, a entidade atua desde 1910 com a realização de trabalhos diaconais, como a formação de grupos de idosos, visitações, serviços e acolhimento de crianças, adolescentes e jovens em situação de risco.

*Fundadora do Projeto Alegria e Esperança*

Paralelo ao trabalho, a solidariedade também estava nos pequenos atos de sua vida. As crianças que perambulavam pela rua já sabiam que a tia Marlene estava lá para ajudar. Um dia, uma chuva forte fez com que as crianças precisassem se abrigar na casa dela. Para passar o tempo, Marlene começou a realizar atividades com os mais novos.

Elas foram embora, mas um pensamento permaneceu no coração dela: a vontade de seguir os ensinamentos começados naquela tarde. “Tinha um menino que era o tal ‘Sabonete’. Dei uma folha a ele e o ajudei a fazer o algarismo 1. Quando ele terminou, eu disse: ‘você conseguiu, Sabonete’. O guri levantou do chão, saiu pulando. Foi uma cena que me emocionou muito”, relembra.

A reação do jovem Sabonete a fez pensar em como poderia auxiliar aqueles jovens. Assim, com passos tímidos, o projeto surgiu em 1992: quatro crianças convidadas para ir até o Centro Comunitário da Comunidade Martin Luther e realizar atividades coordenadas por Marlene e a amiga, Dulci Müller. Foram contação de histórias, ilustrações e reforço escolar. De boca a boca, mais famílias divulgaram a ideia e levaram seus filhos para participar.

Depois, o projeto foi incorporado à Oase. “Nossa intenção sempre foi dar uma nova visão de mundo para as crianças do projeto. Claro, não conseguimos fazer com todos, mas tivemos ótimos retornos. Um dos nossos meninos está fazendo doutorado em fisioterapia no Canadá”, emociona-se.

Uma tentativa que começou há 33 anos já soma mais de 2 mil jovens em situação de vulnerabilidade social beneficiados em Santa Cruz do Sul, entre 7 e 17 anos. Atualmente, o projeto funciona com inscrições e conta com seis profissionais remunerados para atender as crianças e adolescentes, e mais de dez voluntários. Entre eles, uma psicóloga, uma assistente social e professores de música.

São 42 inscritos no programa vindos de bairros mais vulneráveis da cidade. Desde 2022, o projeto passou a atuar como Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV) Alegria e Esperança, por meio de um convênio com a Prefeitura de Santa Cruz do Sul.

## VENHA FAZER PARTE DA NOSSA ESCOLA DE BALÉ

*Descubra a magia do balé conosco!*



**Matriz Venâncio Aires**

st. 99671-5254 (vídeo)

9 /pontinhadospesobalé 0 /pontinhadospesobalé

Rua Bela da Triunfo nº 1160, Venâncio Aires

**Filial Santa Cruz do Sul**

st. 99846-8588 (vídeo)

9 /pontinhadospesobalé

Rua Bela da Triunfo Grande nº 500 sala 03  
Bairro Arroio Grande, Santa Cruz do Sul



# Luciana Deretti prova que ser **feliz** é uma escolha



Karoline Rosa  
karoline.rosa@gaz.com.br

**Luciana Deretti tem uma história marcada por uma dor profunda. E por uma força arrebatadora.**

**Psicóloga, psicanalista, escritora e palestrante, ela transformou uma tragédia familiar, vivida na adolescência, no ponto de partida para uma jornada de protagonismo na vida pessoal e profissional.**

**Com duas décadas de atendimento clínico e mais de 100 mil seguidores nas redes sociais, Luciana inspira pessoas a fazerem da felicidade uma escolha inegociável. "Sou prova viva de que ser feliz é uma escolha", afirma com convicção. "Precisei escolher ser feliz, apesar de tudo. Mas também escolhi viver." Aos 14 anos, Luciana testemunhou o assassinato do pai e do irmão em um crime brutal. Sobreviveu e, mais do que isso: seguiu em frente. Escolheu viver intensamente, estudar, amar, construir uma carreira sólida e ter, novamente, uma família.**

**L**uciana afirma que sua trajetória pessoal foi determinante para a escolha profissional. "Sempre gostei de estar com as pessoas e sempre tive o dom da escuta. Quando passei por aquele trauma, precisei encontrar forças para reconstruir minha vida e encontrar um novo propósito."

Como sobrevivente de um crime, a psicóloga decidiu fazer da oportunidade de seguir viva uma missão. "Nada na vida me encanta mais como profissional do que passar os meus dias ouvindo das pessoas o que existe de mais precioso nas suas vidas: os seus sonhos, angústias, os seus pensamentos."

“

**Como sobrevivente de um crime, a psicóloga decidiu fazer da oportunidade de seguir viva uma missão**

Entretanto, importantes impedimentos poderiam ter feito com que Luciana desistisse. "Quando fui prestar vestibular, a primeira universidade que escolhi exigia um exame chamado psicotécnico, no qual fui reprovada. Segundo o exame, minha história de vida era incompatível com o exercício da psicologia. "Vejam como é a vida!", relembra. Luciana não desistiu. "Passei no vestibular de outra universidade. Um ano depois, o psicotécnico caiu em desuso. Ter sido reprovada se transformou em motivação para que eu não somente concluisse o curso, mas três especializações em psicanálise na sequência."

Uma base emocional sólida foi importante para atravessar o trauma. "No meu livro, defendo muito os princípios da educação junto aos filhos, valores que todos os pais devem cultivar."

Fotos: Rodrigo Assmann

## Terapia Reiki – Um Caminho para o Equilíbrio e a Cura Interior

- Anamnese Inicial
- Introdução ao Sistema de Chakras
- Símbolos de Reiki e Potencialização Energética
- Ritual de Purificação com Fitoterapia
- Exercício de Respiração Consciente
- Sessão de Reiki
- Hidratação e Aterrramento
- Prática Mântrica de Ho'oponopono

**Regressão/Cromoterapia/Cristaloterapia/Curso de Reiki nível 1**

**Transforme sua energia: Agende sua sessão de reiki**

Rua 28 de setembro, 687 - Centro - ☎ @thecurereiki - 51 99538-7278



## “Invencível” nasce da vida real

O livro *Invencível: A felicidade como uma escolha inegociável* nasceu da vivência da dor enfrentada por Luciana e da escuta de centenas de pacientes. Para a psicóloga, a obra é uma ferramenta para quem deseja se fortalecer e evoluir de alguma forma, principalmente aqueles que não têm acesso a um tratamento profissional.

“O livro traz minha história de vida comprovando que superar toda adversidade é possível, mas também traz inúmeros ensinamentos da minha vivência profissional no consultório.”

A decisão de escrever o livro começou com um susto. “Fui fazer exames de rotina, cujos resultados vieram muito alterados. Indo para o hospital, me veio à

memória a cena do crime, quando o assassino, depois de atirar no meu pai e no meu irmão, virou para mim, olhou no fundo dos meus olhos, baixou a arma e foi embora. Naquele momento, com medo de estar com algo mais grave, agradeci a Deus pela chance de estar viva.”

Esse *insight* foi um ponto de virada. “Pensei: se eu tiver algo grave, como retribuí a Deus a chance que Ele me deu de chegar até aqui? Lembrei das pessoas me dizendo: ‘Vai para as redes sociais, mas pessoas precisam aprender contigo’. Saí do hospital, cheguei no consultório e decidi que dedicaria um tempo do meu dia para produzir conteúdos para as redes. Na sequência, veio a ideia do livro.”

### • TRAJETÓRIA DE DESAFIOS

**FELICIDADE É ESCOLHA, NÃO PERFEIÇÃO** – Luciana fala com firmeza sobre o verdadeiro sentido da felicidade. “As pessoas confundem felicidade com perfeição. Ser feliz não tem a ver com uma vida perfeita.”

Para Luciana, felicidade é presença, é estado de espírito. “Tem a ver com a nossa capacidade de estar verdadeiramente presentes em cada momento da vida e papel em que estivermos. De entender que tudo de ruim que acontece pode ser também fonte de aprendizado. Sempre existe um outro lado da moeda.” E completa: “A felicidade não vem de fora. Ela vem de dentro. E quando se reconhece isso, é quando a pessoa se torna invencível. A felicidade é construída diariamente”.

**O PERDÃO COMO LIBERTAÇÃO** – Apesar da violência que sofreu, Luciana decidiu não alimentar o ódio. Para ela, o perdão é uma forma de não se prender ao que nos faz mal. “Todos teremos uma perda em algum momento da nossa vida, mas a forma como enfrentamos essa dor é o que fará a diferença para que se assuma o lugar de vítima ou protagonista do seu destino.” E reflete: “Como profissional sei que a raiva é um sentimento tóxico e como ser humano acredito que, quando se faz algo ruim, a responsabilidade é perante Deus.”

**MATERNIDADE: DESAFIO E APRENDIZADO** – Casada e mãe de dois filhos, Luciana reconhece na maternidade uma vivência transformadora.

Como psicóloga, ela entende que a maternidade ensina sobre entrega, alteridade e limites. “Ter um filho é algo que nos ensina diariamente a se doar pelo próximo, a reconhecer as diferenças, a estabelecer prioridades. Não existe nem pai e nem mãe perfeitos. Filhos nos tornam eternos aprendizes.”

## Um legado de equilíbrio e coragem

Ao final da conversa, Luciana compartilha o legado que deseja deixar. “Como mulher, gostaria de autorizar todas nós a corrermos atrás dos nossos sonhos, a desbravarmos o mundo profissionalmente, acreditando na nossa força, sem jamais esquecer que existem lugares e papéis em que somos insubstituíveis. Nenhum sucesso no mundo compensa uma família fragilizada.”

Luciana acredita que o segredo está em reconhecer os tempos e as prioridades da vida. “Existem momentos que não voltam. Filhos pequenos são assim uma única vez. Conquistas profissionais podem vir depois. Talvez por isso o livro tenha surgido agora, depois de 20 anos de consultório. Hoje me sinto em paz com a minha família, com Deus e com o mundo.”

E conclui com o convite que dá nome à obra: “*Invencível* fala sobre a força que existe dentro de cada um de nós, é um convite para que todas as pessoas possam se tornar protagonistas do seu destino. E sou prova viva de que isso é possível.”



## FAÇA SUAS LENTES E LEVE A ARMAÇÃO DE PRESENTE

NA COMPRA DE SUAS LENTES DE GRAU, LEVE A ARMAÇÃO DE PRESENTE

Esmeralda

PEÇAS SELECIONADAS E LENTES DE VISÃO SIMPLES FABRICADAS

📞 51 99666-7957 📲 ESMERALDASCSCS 🌐 JÚLIO DE CASTILHOS 370





Lurdes Dummer é apaixonada pelo bordado em tapeçaria e pela prática do tênis. Aos 77 anos, ela mantém mente e corpo em movimento

## Do bordado à prática do tênis, Lurdes é exemplo de inspiração



Heloísa Letícia Poll  
heloisa.poll@gazetadosul.com.br

O mundo parece ficar diferente quando se deixa a calçada para atravessar a porta do ateliê de Lurdes Dummer, no Centro, em Santa Cruz do Sul. Nas peças de tapeçaria, nos itens de artesanato e nos novos velos de lã, a vida ganha mais cor. Quase

um universo paralelo, onde o aconchego e a criatividade da artista se reúnem para tornar o cenário apaixonante.

De paixão, por sinal, a proprietária entende. É o que sente pela atividade há aproximadamente 30 anos. Foi quando aprendeu o ofício e não parou mais. Hoje, além de encantar com o trabalho desenvolvido a próprio punho, ainda ensina e inspira outras artesãs. E elas vêm de longe, de outros municípios da região, para aprender a técnica que transforma a matéria-prima em arte.

Quem vê tanto talento pode pensar que a dedicação é exclusiva às telas. Mas é nas quadras que a santa-cruzense surpreende. Hoje, aos 77 anos, Lurdes ainda mantém viva a prática esportiva que experimentou

aos 18 anos, após acompanhar o namorado Luiz Carlos Dummer (hoje esposo) jogar o tênis. Neste ano, inclusive, ela conquistou o vice-campeonato por equipes do 26º Sul-Americano do Clube de Veteranas do Tênis, disputado em Mar Del Plata, na Argentina. Aos 77 anos, vale repetir.

Com a mente e o corpo em movimento, a tenista já chegou a se perguntar: "Meu Deus, até onde eu vou?". Embora a resposta seja um mistério, ela faz a parte dela. Segue na ativa e integra diversos grupos de atletas. "Quando estou na quadra, me sinto muito bem." É por isso, também, que ainda se dedica a aulas de aprimoramento. "Sempre é possível melhorar. E também é preciso manter a força e o equilíbrio do corpo e da mente."

## • TALENTO EM DOSE DUPLA

### • SEGUINDO EM FRENTE

Prestes a completar 78 anos, no dia 8 de agosto, Lurdes Dummer começou a jogar há praticamente 60 anos e não parou mais. Casou, teve filhos, viu os netos nascerem, sempre se dedicando ao que lhe faz bem. Hoje, joga três vezes por semana nas quadras do Tênis Clube Santa Cruz e ainda integra o Clube de Veteranas, de Porto Alegre.

Entre jogos amistosos e competições, ela já percorreu diferentes países, como Chile (para o qual deve voltar em abril de 2026), Uruguai e Paraguai. No início de outubro, aliás, tem viagem marcada para Punta del Este, no Uruguai, onde também irá jogar. E no mês seguinte, em novembro, compete em Balneário Camboriú. Nessas andanças, ela já se deparou com uma atleta de 94 anos em quadra. "Se puder, vou chegar lá também!", afirma.

Tanta vitalidade e dedicação inspiraram o neto Tomás Dummer Macedo, de 16 anos, a seguir o mesmo caminho. Hoje o atleta do Pinheiros, de São Paulo, disputa torneios da Federação Internacional de Tênis (ITF), representando a nova geração nas quadras. Por sinal, se seguir os conselhos da avó, o tenista ainda deve ir longe. "A pessoa que se apaixona, por qualquer coisa que seja, nunca deve existir. É preciso gostar daquilo que se faz."



Lurdes joga tênis há praticamente 60 anos



## UM ESPAÇO PERFEITO PARA CRIAR, BRINCAR E SE DIVERTIR!

- Brincar livre - Crianças de 2 até 12 anos
- Atelier de artes
- Oficinas sensoriais, artísticas, psicomotricidade e musicalização
- Equipe multisciplinar

A cada dia da semana uma atividade diferente:  
Segunda: Surpresa  
Terça: Sentidos  
Quarta: Contos  
Quinta: Experiência no atelier  
Sexta: Resgate de brincadeiras livres



51 99397-4606  
@atelier\_andorinhas  
Rua Cristóvão Colombo 515  
Santa Cruz do Sul

# Larissa Franke, uma pescadora de desafios



Carolina Appel  
carolina.appel@gaz.com.br

**A**os 52 anos, Larissa Franke ocupa o cargo de chefe de gabinete da Prefeitura de Vera Cruz, função que exerce ao lado da coordenação da Feira da Produção, realizada no município. Com 35 anos de vida pública, Larissa já passou por diversos setores da administração municipal. "Entrei na prefeitura em 1990, fui soberana em 1992 e passei pela gestão de nove prefeitos. O Gilson Becker é o nono. Quan-

do ele me convidou para ser chefe de gabinete foi uma surpresa enorme, realmente não esperava."

O envolvimento com a política nasceu bem antes disso, em uma casa onde o assunto fazia parte do cotidiano. "O meu avô foi o primeiro prefeito de Vera Cruz, em 1959. Cresci com esse gostinho de ter a cidade no coração." O avô citado por Larissa é Nestor Frederico Henn, que atuou na campanha pela emancipação político-administrativa do município e foi fundador e primeiro presidente da Associação dos Municípios do Vale do Rio Pardo (Amvarp), em 1961.

A inspiração familiar se traduziu no desejo de representar Vera Cruz trilhando o próprio

“

**Quem é de Vera Cruz tem um amor, sabe?**

caminho. Aos 18 anos, Larissa Franke decidiu se jogar. "Acho que ser candidata a soberana é o start na vida de qualquer menina. É a primeira vez na vida de uma mulher que escolhe ser candidata a soberana, que ela se coloca à prova dela mesma."

Eleita princesa do município em 1992, três décadas mais tarde, não apenas recorda a experiência como continua envolvendo vida com a organização das escolhas de soberanas. "Depois do concurso, se tem coragem para assumir muito mais desafios." A coragem se transformou em anos de dedicação ao serviço público e, principalmente, no trabalho de Larissa à frente da principal vitrine econômica do município: a Feira da Produção.

## Uma feira que produz memória

Desde 2017, Larissa coordena a Feira da Produção, evento que se reinventou ao longo dos anos. "A Feira da Produção já demanda um ano inteiro. Terminamos uma fase com os relatórios e já começamos a trabalhar na outra edição."

Da montagem da programação à decoração e seleção dos expositores, tudo passa pelas mãos de Larissa e de sua equipe na prefeitura. "Nós não temos uma produtora, tudo é com a gente, os servidores munici-

pais fazem a feira acontecer."

Se no início os desafios eram grandes, a feira mostra resultados expressivos. "Esse ano foram 270 expositores. Hoje, dentro da feira, já temos mais de mil pessoas trabalhando diretamente. E os negócios realizados a cada ano têm aumentado. Em 2025 tivemos 150% de crescimento em relação ao ano passado." A força do evento, segundo ela, é manter o foco comercial. "Queremos ser uma feira e não uma festa. O entretenimento

faz parte, mas nosso foco principal é a feira. As pessoas vêm para fazer negócios, para expor suas marcas."

Entre os destaques da última edição está o espaço Vila Teresa, que caiu no gosto do público. "As noites estavam sempre lotadas, foi sensacional. O pós-feira para nós, todo mundo só dizia: 'Eu quero Vila Teresa, eu quero Vila Teresa'." Com a boa repercussão, o espaço já deve crescer em 2026. "Já nos pediram camarotes, já nos pediram tudo o que vocês imaginarem."

## • MULHER NA POLÍTICA

Ao longo de mais de três décadas de atuação pública, Larissa presenciou transformações e resistências no modo como as mulheres ocupam os espaços. "Acho que o espaço dentro de uma prefeitura, até bem pouco tempo, era sempre muito masculino." A experiência como líder de equipe e organizadora de eventos complexos a ensinou que inspirar é parte do processo. "Eu sempre tento motivar. Quando tem palestras, encontro de mulheres, escolha de soberanas, sempre tento passar isso para todas."

Ela admite que há um caminho a ser percorrido para ampliar a representatividade feminina, inclusive na política institucional. "Aqui em Vera Cruz, hoje, temos apenas uma vereadora. Esse espaço ainda tem muito a ser trabalhado." Embora já tenha pensado em candidatura política no passado, hoje prefere deixar a resposta em aberto. "Acho que vamos deixar isso aí para o universo responder."

## • SUPERAÇÃO

Nem tudo foram conquistas. Aos 35 anos, Larissa foi diagnosticada com um tumor cerebral, condição que a impediu de realizar um desejo antigo. "Primeiro fiquei bastante frustrada, porque queria ser mãe." Ainda assim, Larissa escolheu olhar adiante. "Tantas também não podem e tantos passam por percalços da doença bem piores do que passei. Mas toda dificuldade te impulsiona para outra coisa."

Essa mudança de olhar trouxe ainda mais intensidade ao trabalho e à forma como encara os laços de pertencimento. "Quem é daqui tem um amor, sabe?", compartilha. Larissa não para. Gosta de organizar, cuidar da casa, da cachorrinha Flika, pegar o marido e viajar. Quando precisa se reconectar com ela mesma, há um hábito que a ajuda a reencontrar o eixo. "Amo pescar. Quando a Larissa precisa parar e pensar com ela mesma, ter ideias, criatividade, a Larissa vai para o Porto das Mesas pescar."



Larissa Franke é chefe de gabinete e coordena a Feira da Produção, em Vera Cruz

**Feliz dia dos Pais Kothe**

**PRESENTES PARA O Seu Super Herói de todas as Horas!**

**k o t h e**

*Joailleria & Ouro*

Há mais de 80 anos, fazer parte da sua vida é nossa história.

TECHNOS

# Nós por Elas dá voz e vez a jovens



**Vanessa Behling**  
vanessa@gazetadosul.com.br

Criado em 2017, o programa *Nós por Elas – A voz feminina do campo* promove a capacitação de jovens, de 16 a 18 anos, com foco na área da comunicação. O intuito é de que as egressas do Programa de Aprendizagem Profissional Rural do Instituto Crescer Legal sejam multiplicadoras de reflexões e conhecimento, acerca de questões de gênero no meio rural e o papel das mulheres.

Através da parceria com a Universidade de Santa Cruz do Sul (Unisc), no laboratório de rádio do Curso de Comunicação Social, as jovens rurais são responsáveis por elaborar programas a partir de debates e entrevistas sobre assuntos ligados à temática.

Oito edições já foram realizadas, nas quais 62 meninas de diferentes municípios do Rio Grande do Sul e Santa Catarina já participaram com a produção de 31 boletins.

A coordenadora de Desenvolvimento de Projetos do Instituto Crescer Legal, Grazielle Silveira Pinton, diz que o programa proporciona uma transformação social e de postura das participantes. “As meninas já entram com uma maturidade porque participaram de outro programa pelo Instituto mas, a partir dessas reflexões, passam a se enxergar diferente e a desenvolver um senso crítico, saindo muito mais empoderadas do programa.”

Além disso, as participantes passam a entender que elas podem e devem buscar conhecimento, acessar políticas públicas e fortalecer outras mulheres.



No ano passado, a oitava edição do programa contou com jovens do Rio Grande do Sul e Santa Catarina

## A transformação na vida de Eduarda

Aos 18 anos, Eduarda Moraes trabalha no centro de Santa Cruz do Sul. Participar do projeto do Instituto Crescer Legal fez a moradora de Rincão Del Rey, em Rio Pardo, reaproximar-se das raízes.

Mesmo que os pais não sejam produtores de tabaco, a jovem, em 2021, resolveu participar do Programa de Aprendizagem Profissional Rural. Isso foi um impulso para se inscrever na oitava edição do *Nós por Elas*, no ano passado.

“No começo bateu aquele nervosismo, frio na barriga. Afinal, éramos meninas, mulheres de lugares diferentes, mas com um mesmo propósito: levar a voz feminina adiante, mostrar nosso potencial, despertar outras mulheres. E conseguimos. Juntas, levamos nossas ideias até o campo e muito além dele.”

Além de participantes do Rio Grande do Sul, como de Novo Cabrais, São Lourenço do Sul e Rio Pardo, houve a participação de meninas de Itaiópolis, Santa Catarina. Durante a edição, foram abordados assuntos como saúde da mulher, mãe solo, empreendedorismo rural e feminismo. “Escolher os temas envolveu pesquisas com a comunidade. Um dos assuntos que mais me tocaram foi o das mães solo e também sobre como o empreendedorismo rural pode ir além da la-

voura. Eu não tinha ideia de quantas mulheres seguram tudo sozinhas e como o campo tem potencial para outras formas de renda.”

Eduarda relembra que o curso foi intenso e cheio de trocas. “Aprendemos umas com as outras, com a educadora e com as vivências de cada uma. Me encantava com as atividades artísticas, com as leituras, a escrita dos roteiros, os debates.”

Salienta que o programa proporcionou aprendizados transformadores para suas vidas. “A gente aprendeu que, mesmo estando no campo, temos o direito de falar, criar, pesquisar, opinar e liderar. E que existem diversas maneiras de chegar às pessoas, seja pela fala, pela arte, pela escuta, pelo exemplo.”

Eduarda destaca que sua visão e maneira de agir mudaram. “Passei a entender melhor a importância da mulher na sociedade e como temos força. Isso me deu mais coragem para incentivar outras meninas também.”

Ela conta que, sempre que tem oportunidade, sai em defesa das mulheres, pois sabe da importância do apoio para muitas que enfrentam dificuldades. “Me sinto feliz por poder ser uma voz que ajuda e inspira. Foi isso que aconteceu durante o programa. Realidades diferentes.”

## • NONA EDIÇÃO

Em 2025, a nona edição terá a participação de dez jovens dos três estados do Sul, que estão em processo de seleção. O programa tem duração de três meses, de agosto a outubro, com encontros online, já que as participantes são de municípios distintos. O início das atividades deve ocorrer no dia 1º de agosto.

Os encontros acontecem no contraturno das estudantes, sendo três semanais, no formato online, e dois de atividades práticas, totalizando cinco dias da semana. No primeiro mês de atividades são desenvolvidas reflexões e estudos sobre a mulher na sociedade, hoje e no passado. As alunas também estudam os avanços históricos das questões femininas. “No meio rural, o rádio ainda é o meio de comunicação mais presente para informar e formar opinião. E os boletins são produzidos com uma linguagem acessível, com conteúdos interessantes e pertinentes”, afirma a coordenadora Graziele.

Nos meses de setembro e outubro elas pesquisam sobre os temas, elaboram os roteiros e, posteriormente, gravam os programas no estúdio de rádio.

São três a quatro programas nos quais abordam, em algumas ocasiões com convidadas ou mesmo participações gravadas, os temas escolhidos a partir das pesquisas e reflexões do grupo, nos encontros online. Depois de produzidos, os programas são veiculados por diversas plataformas disponibilizadas por parceiros.

Educadora do programa desde 2019, a professora Maria da Graça Lucas Vieira adianta a expectativa pelo início de mais uma edição. “Já participei de seis edições, então consigo perceber a diferença na forma de comunicação delas durante esse processo de reflexão, pesquisa, escrita e gravação dos roteiros de rádio.”

Maria enfatiza que, através do rádio, é possível contribuir para uma sociedade mais saudável, justa e igualitária.



Eduarda Moraes participou em 2024



**Maria da Graça Lucas Vieira**, educadora



**Grazielle Silveira Pinton**, coordenadora

## O Melhor em Aberturas de Alumínio da Santinha!



Janelas integradas com preços imbatíveis **em até 5 x sem juros**

**Aberturas de alumínio - Construção - Arquitetura**

Venha até nós  
ou conte-nos  
e faça o seu  
orçamento!

**Novo  
endereço**



**ALUMÍNIO**  
**Santa Cruz**  
051-98181-9198

Rua São José, 1082 - Santa Cruz do Sul - RS