

Café com Poesia - I
Edição

Evento ocorrido na Unidade do SENAC em Francisco Beltrão, inspirado pelo “Mês da Mulher”.

O “Café com Poesia”, organizado pela TEPT Susana Pereira e pela responsável pela Biblioteca local, Maria Rita Ramos, ocorreu em dois momentos (tarde e noite) e reuniu todos os alunos presentes, surpreendendo pela adesão e participação coletiva. Para a ocasião, foram convidados a participar do evento todos os alunos e colaboradores; quem desejasse, poderia inscrever antecipadamente uma ou mais poesias autorais com o tema “Mulher” para um momento de compartilhamento coletivo.

Ainda que o participante não inscrevesse poesias, poderia ler um poema de outro autor, ou mesmo participar como ouvinte.

Cada aluno poderia trazer um alimento à sua escolha, para fortalecer ainda mais a ideia de partilha, estando o café providenciado pelo SENAC, para ser degustado durante o evento. Na oportunidade, o Auditório traduziu um ambiente de maior acolhimento.

Poemas de autoras femininas, dispostos nas paredes, puderam ser lidos, bem como algumas biografias de mulheres inspiradoras.

Foram expostos diversos livros da Biblioteca com temática conectada com o evento, sendo estimulada sua leitura e empréstimo.

As poesias inscritas foram expostas em local especial para apreciação coletiva, despertando curiosidade.

Todos foram surpreendidos positivamente pelos números do evento: cerca de 130 participantes, 54 poesias autorais inscritas, de 30 diferentes autores (alunos e colaboradores), 6 poesias de autores anônimos.

Durante o momento de compartilhamento, foi proposta uma roda de conversa, oportunizando trocas de experiências muito enriquecedoras, em meio às leituras de várias poesias.

Neste livro estão registradas todas as poesias autorais inscritas no evento, com ciência e autorização de seus autores para a publicação.

Mulheres de Branco

Assim te vejo, mas não te julgo, apenas elejo.
As inúmeras qualidades que tua pessoa traz,
ensinas, cativas e te eternizas em cada ser
que aprendeu e na vida de alguém se fez mais.

Por trás do jaleco branco, do quadro ou data show,
uma mulher guerreira que no palco da vida faz
espetáculo e dá show!

Mesmo nos dias nublados e de muita escuridão o
branco que equilibra é a paciência e a resiliência que
transparecem em teus atos e tuas mãos!
Não desistas de cada um, acredite, você faz a
diferença.

E mesmo quando não tiveres nenhuma resposta,
seja apenas presença.

Somos gratos por ser mulher, gratos por nos ensinar
e, mais gratos ainda por aprendizados trocar!

Susana Pereira
Às instrutoras da Unidade
Senac de Francisco Beltrão

Mulheres

Nos dias de hoje, a amizade entre elas, me parece que
não existe muitas propostas;

Se conheceram agora, viraram super amigas, falaram
seus maiores segredos;

Mas quando se afastam, é nesse momento que rola a
faca nas costas!

Calma, Calma, não vamos falar sobre esse assunto ou
coisas torduozas;

Todo mundo aqui sabe, que tudo aqui
referente a elas descrito e falado,
são coisas boas.

Porque você querendo ou não,
aceitando ou não, sabe que elas são maravilhosas!

Elas merecem o mundo e um pouquinho mais.

Independente da cor de pele, loira, morena, ruiva, ou
escolha sexual.

Qualquer coisa que todos acharem impossível, com
maior vontade e perfeição, ela vai lá e faz!

Algumas pessoas ainda dizem:
Lugar de mulher é limpando a casa e
na frente de um fogão!

Meus caros amigos, a mulher
faz coisas extraordinárias,
Elas são independentes, guerreiras,
escrevem sua própria história,
fazem coisas que deixariam vocês de
queixo no chão!

Sustenta uma casa sozinha, tem seu carro,
moto e dinheiro, vai onde quiser.

Não é qualquer pessoa que
conquista ela não

Ela sabe muito bem o que quer
e, como vai fazer para chegar.

Não esqueça:
Ela é mulher!

Veja como exemplo: aqui nesse auditório,
todas as mulheres lindas, esforçadas,
querendo algo e correndo atrás.

Ver uma coisa dessas, independente da visão,
de quaisquer olhos, isso sim é satisfatório!

Estão tomando seu espaço de direito
em qualquer lugar.

Calando a boca de muita gente,
coisa que está muito comum,
Onde você passar, é só parar e olhar!

Tá bom, para essa aula,
Acho que já falei demais

Digo uma coisa para vocês mulheres:

Todas são maravilhosas, lindas,
inteligentes, formosas,
capazes de qualquer coisas!

Vocês são extraordinárias, pedras raras
Fenomenais!

Israel Felippi

Mulher

Mulher, um dia é amor
no outro dia é dor,
Um dia é calma
no outro dia é ventania!

Um dia é emoção
no outro dia é razão,
Um dia está nas nuvens
no outro dia é pé no chão.

Um dia risos,
no outro superação,
Um dia é flor,
no outro dia mata um leão.

Mulher cuida e acalenta
é porto seguro para quem ama

É mar aberto para novas experiências
pois sabe que tudo isso

Passa...
Tudo isso
Cresce...
Tudo isso
Vai embora.

Adriana Pontes Ortega

Ser Mulher é

Enfrentar desafios com um sorriso no rosto,
É saber seu valor
e lutar por ele.
É se revestir de coragem todos os dias.

É ter liberdade de escolher
O que quiser ser,
Ser mãe, professora
Ser dona de casa, advogada
Ser dançarina, enfermeira
Ser juíza, agricultora.

Ser mulher é diante de todas as diferenças
Saber que somos especiais
Que nosso dia, são todos os dias
Que merecemos respeito
E que somos livres para sermos
O que quisermos ser!

Vanessa Ap. da Silva

Mulher, A Mais Bela Invenção

Deus, em sua infinita sabedoria
do pó fez o Adão,
e de sua costela ele fez a mulher
Porque depois do treino,
vem sempre a perfeição.

Seu coração se derrete
como manteiga no verão,
quando ela vê um comercial lindo
passando na televisão.

Mas não se iluda não,
em questão de segundos,
ela pode causar devastação.

Suave como a brisa da manhã,
porém não a deixe passar fome
Porque vai ver ela cuspiendo fogo,
como um dragão!

Ela é tão doce quanto o mel
em sua melhor versão,
Só não mecha com suas crias,
Porque ela as ama
e vai defendê-los como um leão.

Não tente entender a mulher
em sua imaginação.
Ela mesma as vezes não se entende,
Imagina só, se você vai conseguir desvendar
o X da questão.

Um conselho deixo à você:
Nunca duvide de uma mulher,
pois dentro dela
a muito mais força do que em um furacão.

Em sua maestria com a resiliência,
ela vai pirar seu cabeçaço.
Em seus pensamentos ela entra
pode ate causar destruição.

Mas não perca as esperanças com ela,
Porque com um sorriso apenas
ela pode ganhar seu coração.

Camila Bernardon

Mulher é Pura Poesia

Carrega o riso e a dor
Filha de Afrodite,
bondade de flor,
A fim de carregar no peito
doses e doses de amor.

Alexandra Mainardi Gomes

A Mulher

A mulher é um ser que não se entristece
por sempre ser a última,
Por ter os filhos bagunçando a casa,
Por sempre ser a última a dormir, comer...

Mas sim,
Ela se entristece por ver que pessoas
que estão ao lado dela
nunca notarem a pessoa incrível que está ali,
Dia a dia se dedicando, dando o seu melhor.

E as vezes,
Mesmo tão cansada,
ela acaba se sentindo inútil
por estar fazendo ' ' nada ' ' .

A mulher, ela só quer ser amada,
respeitada e notada,
A mulher é um ser empoderado

Que consegue suportar fortes dores,
Sentimentos, e ainda assim
te rum sorriso incrível de felicidade.

E o melhor,
Todos nós seremos eternamente gratos,
pois somos um ser
que foi gerado dentro delas.

Leidiane Sailer de Paula

É Ela

Radiante como sol,
Ela tem uma luz que brilha.
Mas não brinque com ela
pois vira uma noite de lua cheia,
Porém fria.

Ela é linda como o mar,
mas saiba nadar,
Não é muito profunda
mas a intensidade, pode lhe afogar.

Mas agora responda:
Como pode ser tão bela assim?
Que mesmo sabendo nadar,
Quase me afogo nesse sorriso e
nesse seu olhar?

Ana Cristina Camargo Mariano

Mulher

Ser mulher é ser especial
É ser capaz, é perder para ganhar
seu amor materno nunca será substituído
Sua beleza feminina é exclusiva,
Seu exemplo sempre será seguido.

Uma das mais belas características de mulher
é sua capacidade de ser única,
Todos nascem com essa habilidade,
mas simplesmente nem todos
conseguem exercer essa atividade.

Nossa História

Dizer mulher ou mulherão.
o termo ou definição
fica por sua interpretação.

Tendo o dia 08 de março para sua comemoração
mas que no passado
essa data foi de luta e reflexão.

Através de greves e manifestações
conquistaram seu lugar na sociedade
e assim, ser tratada com dignidade.

Helen de Souza de Barros

Mulher

Mulher, a sua alegria multicolor
é o que dá brilho
Ao nosso mundo incolor.

Alexandra Mainardi Gomes

Mulher

Saiba seu poder
e então,
Nada nem ninguém poderá lhe deter.

Alexandra Mainardi Gomes

Mulher, Minha Mãe

Mulher maravilhosa foi a que me gerou
Tão cedo partiu...

Meu amor por ti continua infinito
Devo a ti tudo que sou.

A dor é grande ainda,
eu sei.

Mas foi a escolha de Deus,
eu respeito e digo amém.

E quando a saudade bate,
eu olho lá pra cima.

Aqui, bem longe, aquela estrelinha que brilha mais
Toda vez que vejo
penso que pode ser você.

Andrea Lieber Machado

Na Mulher

Tudo é poesia,
é justiça
é igualdade.

Na mulher
Tudo é alegria
e verdade.

Alexandra Mainardi Gomes

Mulher

A palavra é inspiração,

É ela...

O princípio,

o centro da criação.

Onde tudo se iniciou,

é sim, o sentimento de primeiro amor.

Ahh mulher,

Obra mais perfeita criada,

pintada á mão e bordada.

Leonardo da Vinci não errou em pintar a Mona Lisa

Pois você mulher, é fonte infinita de inspiração.

Mulher, o centro de onde tudo gira,

é ela que deixa a vida colorida.

Símbolo de determinação,

Resiliência,
amor e bondade,
Onde ela chega o ar se enche de felicidade.

Já dizia a música:
''Olha que coisa mais linda
mais cheia de graça,
É ela menina que vem e que passa...''

Menina, mulher
moça, mãe,
tem vários pronomes
mas de uma coisa é certa:
Sem a mulher,
a vida é opaca e sem graça.

Ana Cristina Camargo Mariano

Falar Sobre Mulher

É fácil!
Difícil é ser.

Tem o dom de guerrear,
tem o dom de trazer a vida...
Como não admirá-la?!

Se até mesmo na dor,
ela vive com fervor.

Anônimo

Toda Mulher

É poderosa,
quando tem as armas certas
nas mãos.

E quando sabem
usar dessas armas
a seu favor.

Anônimo

Sou

Uma mulher madura
que as vezes anda de balanço.

Uma criança insegura
que as vezes usa salto alto.

Sou uma mulher
que balança,

Sou uma criança que atura.

Anônimo

Mulher

Jamais subestime
o quão poderosa
Uma mulher pode ser.

Ela te surpreenderá.

Alexandra Mainardi Gomes

Feliz Dia da Mulher

Que todo dia,
Seja dia de recebermos
RESPEITO.

Que a beleza da vida
nos faça encorajadas.

Que as feridas seja curadas e
a dor seja aliviada.

Que todo dia,
Seja dia de nos renovarmos e reinventar.
Ser oque quiser,
sem medo de ser menosprezadas.

MULHER,
Que todo dia,
seja dia de sermos conquistadas
Com palavras bonitas

Que nos deixam arrepiadas.

Ser mulher
exige coragem,
paixão e
sensibilidade.

Que todas nós mulheres
possamos ser o que quisermos ser,
Sem precisar ser julgada,
pois merecemos respeito.

O "F"
de FEMININA
não nos faz ser menos que ninguém.

Anônimo

Sou Mulher

Não sou sempre feita de
amor.

As vezes, sou diferente e
pior.

Não sou sempre
sempre
Uma flor.

As vezes espinho,
me define melhor.

Não sou feita só de
ternuras.

As vezes eu tenho
loucuras.

Não sou sempre o remédio
que cura e reestabelece.

As vezes sou o veneno
que machuca ou entristece.

Não sou fada
ou feiticeira.

Sou mulher,
não esquece!

Edinéia Izé

Na Estrada

Na estrada da vida
encontrei uma mulher
e ela me disse:
Seu caminho vai ser longo.

Segurando minhas mãos,
disse palavras que ficaram no meu coração:
Uma mulher não vive somente de paixão,
Nem só de ilusão.
Mas ela guarda muitas coisas boas no coração.

Ela é chorona e
as vezes consegue ser muito brava.

Sabe ser doce e delicada.

É uma mulher forte,
uma mulher feliz

Ela é uma mulher que
tem gratidão por tudo que conquistou
e também
por ter a esperança de sonhar
cada vez mais alto
e força de lutar por seus objetivos.

Leidiane Sailer de Paula

Mulher

É o amor em forma de cuidado,
O alento que acalma o coração aflito
A mão que segura a dor e o desamparo,
E transforma a humanidade em amor infinito.

É o conforto que acalma a alma,
A cura que vem do toque e da empatia,
É a esperança que brilha na mente,
E ilumina o caminho na escuridão do dia.

A mulher é a luz que brilha no escuro,
A coragem que impulsiona o coração,
É o olhar que enxerga além do muro,
E a força que move a mão da compaixão.

Jéssica Milena Vieira da Silva

Mulher

Mulher preciosa
mulher radiante,
Perante as estrelas
seu brilho é constante.

A flor mais bela do dia,
Por onde passa deixa seu frescor.
Suave e sensível
que nos leva ao seu amor.

Aos cânticos de alegria
sua voz vira magia.
Esplendor de virtudes
que reflete em nossas vidas.

Anônimo

MULHER

És sinônimo de força.

e demonstra uma imensa coragem.

Na forma como enfrentas cada dia, sempre com um sorriso radiante.

Com seu jeito suave e encantador conquista sua independência com fervor.

É exemplo de confiança.

Teu olhar radia cada amanhecer,

Tua voz acalma ao anoitecer.

Te agradecemos mulheres por ser,
Inspiração para um mundo melhor,
por tudo o que representa, ó mulher
Receba nosso carinho e admiração.

Anônimo

Mulher

Todas elas são únicas.
A luta delas ensina.

Todas são plurais
demais.

E a igualdade,
também é feminina.

Alexandra Mainardi Gomes

Mulher

Nada mais contraditório
do que ser mulher.

Mulher que pensa com o coração,
age pela emoção.

Num só dia,
transmite cada uma delas
num único olhar.
Que hospeda no vento,
outras almas.

Que dá as asas e ensina a voar,
mas que não quer ver partir os pássaros
mesmo sabendo que eles não lhe pertencem.

Que se enfeita toda e perfuma,
ainda que seu amor não perceba mais tais detalhes.

Mulher cria,
vai a luta,
é guerreira e
busca.

Ela espera,
tem paciência,
É ternura e
brandura.

Ela é feiticeira na hora de seduzir
é misteriosa,
com toda a sua força e magia.

Toda mulher é aquela que
com toda sua brandura e conduta
sabe suportar
toda dor,
amor,
desamor

E encantar com sua alma de muitos mistérios

Toda mulher é você.

Toda mulher sou eu.

Toda mulher somos nós.

Marisa Biasibetti

Lutas

Por todos os cantos
nunca se ouvir falar tanto
''DIA INTERNACIONAL DA MULHER''

Usado para celebrar
uma grande conquista.

Vale lembrar
que tanto sofrimento
mereceu ser reconhecimento.

Foram anos de luta
Mesmo sendo a maioria,
absoluta.

Anônimo

Sobre Mulher

A mulher é como uma flor,
que desabrocha em cada amanhecer.

Ela é delicadeza e força,
Uma mistura que é difícil de entender.

Seus olhos refletem a alma,
seu sorriso ilumina o mundo.

Ela é ternura em pessoa,
e um amor tão profundo.

Sua pele macia como seda,
e seus cabelos são como a brisa do mar.

Ela é a beleza em estado puro,
Um encanto que nunca irá acabar.

Ela é mãe, esposa e amiga,
um ser de infinitas facetas.

Ela é a luz que ilumina o caminho,
e a esperança que nos guia nas trevas.

A mulher é obra prima,
um ser divino e especial.
Ela é a razão da nossa existência,
e a chave para um mundo mais igual.

Pamela Schmitz

Ela

Ela não é apenas um corpo,
porque dentro dela mora o infinito,
um universo lindo e louco.

Quem anda nos pés é chinelo
Nós andamos na mente,
seja no amor ou no ódio.

Você pode fechar os olhos para as coisas
que não quer ver,
mas não pode fechar o coração
para as coisas que não quer sentir.

As pessoas arrumam tempo para o que
elas querem,
lembre-se disso.

Os ignorantes que
acham que sabem tudo

Privam-se de um dos maiores prazeres da vida:
Aprender.

Marcia Elena Salvalaggio Tortelli

Mulher

Mulher é pura poesia,
A mais linda e doce magia.
Mulher guerreira
com um dom único de ser inteira.

Alexandra Mainardi Gomes

A Vida

A vida é curta, o tempo passa
o que fica são as lembranças
um por do sol
uma viagem
do meu tempo de criança.

A vida é curta
e a chance é única,
Minha força de vontade vai me fazer chegar na lua
A disputa, é comigo mesma.
Impossível ser a segunda.

Anônimo

Ser Mulher

A incrível sensação de ser uma mulher
É saber que o que perdemos em força física
Deus nos abençoou com inteligência
a mais que muitos homens.

O que intimida muita gente, mas nos dá certeza
do quão poderosa podemos nos tornar,
e o quão longe podemos chegar.

Somos únicas,
cada uma com suas características e essências.
O que nos torna especiais e valiosas,
sempre encontramos saída
para cada obstáculo
sem perder nossa grandiosidade e delicadeza.

Muitas de nós engolimos o choro,
nos reerguemos.
Então não ignore seus limites por nada!

A conta chega
e lidamos com ela sozinhas
por tanto,
libertem-se!

Diana Thaina Soares da Silva

Mulheres

Elas são fortes e guerreiras
trabalham para manterem suas belezas.

Mesmo com muitas dificuldades
não se deixam abater.

São mulheres de fibra
que vão a luta
para seu respeito ter.

Por isso, no dia 08 de março
relembramos um grande passo:
Muitos direitos conquistados.
Mas ainda precisamos batalhar
para que tenhamos nosso espaço.
E para que nossa voz,
se faça escutar!

Camila Gonçalves

Nossa História

Agora eu vou te contar
como tudo começou,
Desde o início
uma mulher apresentou.

Foi escolhida por um anjo,
que tanto observou,
Essa mulher é tão doce,
Essa mulher é tão pura
que foi escolhida para gerar
Jesus, nosso senhor.

Maria

sabendo das dificuldades,
mesmo assim aceitou.
O peso do desprezo,
essa mulher carregou.

Não desistiu
foi até o final.
E deu à luz, a nosso senhor.

Hoje,
Somos chamados filhos de Deus
de Jesus de Nazaré.
Se não fosse por uma mulher
não teríamos o teu perdão.

E hoje fica aqui,
uma grande gratidão.
Por representar uma mulher,
que mudou nossa nação.
Colocando Jesus no mundo
Para nos dar a salvação.

Leidiane Sailer de Paula

Sou Mulher

Sou fera, sou bicho,
Sou anjo, sou mulher.

Sou mãe e minha filha,
minha irmã, minha menina.

Mas sou minha,
só minha
E não de quem quiser.

Anônimo

Mulher pode

Mulher deve

Deve ter tudo

E estar

Onde quiser

A que ama

A que cuida

A que suporta

A mulher!

Anônimo

Mulher

Mulher é mesmo interessante
mesmo brava,
é linda.

Mesmo alegre
chora.

Mesmo tímida,
Comemora.

Mesmo apaixonada,
ignora.

Mesmo frágil,
é poderosa.

Anônimo

Mulher

Mulher poderosa
torna fácil
o impossível.

Trilha sue próprio sem
medo nem preconceito.

Alexandra Mainardi Gomes

Mulher

Mulher deveria ser amada e lembrada todos os dias
Pois sempre nos trazem muitas alegrias.
Tem um grande amor em seus corações
E carregam consigo muitas lições.

Aquela que nos ensina
as vezes com muita disciplina,
Dona de um sexto sentido
E tem sempre um lado extrovertido.
Nunca duvide de uma mulher
Pois ela pode fazer oque ela quiser.

Helen de Souza de Barros

A Lua

A lua é linda,

Lá no céu ilumina a alma de uma mulher.

É daquela mulher guerreira que nunca desistiu,

que nunca parou,

que nunca sentiu.

Sentiu vontade de desistir

no primeiro obstáculo

que encontra na frente.

A mulher,

é um ser tão incrível,

Apesar do sofrimento das batalhas

ela nunca para.

A mulher é tão graciosa

em tudo que faz,

Pode estar decepcionada

que coloca um sorriso no rosto

bate a poeira e sai

Em busca de sua felicidade
das suas realizações,
por isso eu me orgulho
em ser chamada de mulher.

Leidiane Sailer de Paula

Mulher

Mulher forte,
guerreira e batalhadora
que luta,
e corre atrás dos seus sonhos.

Não desiste facilmente
e luta,
incansavelmente,
Para ter um futuro bom e feliz.

Mulher
batalhadora e preciosa,
que floresce a cada dia
e em meio a correrias
se mantém forte e bonita.

Seu sorriso é intenso,
Sua alma reluzente

Você é única
e isso,
é o suficiente.

Jaqueline Hoffmann

Mulher

Mulher poderosa
não teme desafios
e comanda seu próprio destino.

Alexandra Mainardi Gomes

Mulher

Ela não precisa de ninguém
sabe que sua essência
carrega o essencial.

Mostre a todos
o quanto é especial.

Anônimo

Mulher

Muitas palavras para escrever,
Mas em uma palavra podemos resumir:
Amor!

Ser mulher é ser amada,
mimada e zelada,
Ser mulher também é ser dedicada
a família e aos amigos.

Por eles e com eles enfrentam qualquer perigo.

Anônimo

Mulher

Sinônimo de guerra,
Ela luta todo dia por uma causa,
onde o preconceito se encerra.

Ela é um doce,
um amor que cativa.

Ela é mãe,
ela é guerreira,
ela é heroína.

Linda como o mar,
forte como uma onda.
Sempre quis ser livre,
muitas vezes taxada como louca.

Livre para voar
num mundo complexo,
porém lindo.

Hoje em dia segue feliz
por ver o preconceito sumindo.

Ela é mulher,
o ser mais forte e lindo.

Anônimo

Bela Criação

Na sua caminhada,
vi superação.

No seu sorriso,
vi compaixão.

No seu olhar,
vi imensidão.

No seu coração,
vi oração.

Você é a mais bela criação.

Anônimo

Mulher

É linda como o por do sol,
é leve como a brisa dor mar.

Brilha como uma estrela,
é corajosa como uma leoa,

É especial,
é mulher!

Anônimo

Mulher

Mulher, olha para o espelho
e vê como é maravilhosa,
Já amanhece o dia bonita e charmosa.

Cheia de encantos e
sensibilidade,
sempre esbanjando felicidade.

Alexandra Mainardi Gomes

Frases

Ela era versos e estrofes
em papel de rascunho.
Na mesa empoeirada
carregada de sentimentos.

Eu amo tanto que as vezes...
penso que tenho dois corações.

Nunca volte para o lugar onde chorando,
você pedia para Deus te tirar.

Eu só peço a Deus que me dê coragem
para vencer a mim mesma,
quando vier a vontade de desistir.

Quem diria que a riqueza material
contribuiria para a pobreza espiritual?

Marcia Elena Salvalaggio Tortelli

Frases

A vida sem amor
é um livro sem letras,
uma primavera sem flores e,
uma pintura sem cores.

A gente não cansa de amar!
A gente cansa de não ser amada.

Marcia Elena Salvalaggio Tortelli

Mulher!

Ahh mulher,
quanta coisa linda sobre ti poderia escrever!
Não haveria páginas suficientes.

Mas falar de ti, as vezes dói
Sim, dói!

Desde pequena
tentava em sua mãe ver alegria,
mas seu pai, em sua mãe batia.

Quando jovem
foi provar uma nova roupa,
Mas por olhares maliciosos,
deixou-as no guarda-roupa.

Na rua é séria e comportada,
para assim não ser julgada.

No seu trabalho, muitas vezes,
tenta expor suas ideias,
mas quase,
ou nunca, é levada à sério.

Ahh mulher,
ser você dói,
Sim, dói!
Mas quase ninguém fala.

Mulher,
as vezes canta para espantar
a dor que é tanta.

Suas jornada são de matar.
Quando se sentar para almoçar,
tem o filho para cuidar.

E ela cuida, ama e dá um jeito!

O mulher,
Você merece todo respeito,
seja você de qualquer jeito
Crença, raça ou classe social.

Marcia Pessoa dos Santos

Mulher

Mulher é feita de amor,
carinho e compreensão.

Tem na alma a doçura e
pureza no coração.

Mulher, ser iluminado
irradia luz e beleza.

A mais bela flor na natureza.

Alexandra Mainardi Gomes

Mulher

Mulher, mãe, companheira e amiga,
também aquela que abriga.
Carrega consigo o mais puro amor.

Desde o princípio,
gerou o filho do nosso senhor.
A força é incrível,
Um ser de luz indescritível.

Por onde passa,
enche o lugar de graça.

Anônimo

Mulher

Feitas de carne,
guiadas pela emoção.

Diferentes entre si,
mas iguais de coração.

Não procura sua razão,
pois para mulheres,
não existe definição.

Anônimo

Mulher

Ser mulher é fácil,
basta viver.

Ser mulher é lindo,
basta saber.

Ser esposa, mãe,
avó, mulher,
é bom, basta amar.

Tu és mulher,
amiga, companheira,
esposa, mãe, avó,
tu és guerreira.

Tu que és mulher linda
e se faz amar
e simplesmente, mulher.

Mas tu mulher,
que mesmo sem a beleza
se faz amar
és simplesmente deusa.

Rosimeri Aparecida Andrade

Mulher

Que todo dia a ferida cicatrize,
de ser oque você quiser ser.

Que todo dia se sinta beijada,
que todo dia seja engraçada.

Que todo dia, seja dia de ser bem tratada.

Que a ferida cicatrize e
que você seja curada,
de ser conquistada e paparicada.

Que seja admirada,
que sorria, e faça sorrir.

Que não seja assediada.
O amor é tudo.

Anônimo

Nosso profundo agradecimento aos autores:

ANDRADE, Rosimeri Aparecida.

ANÔNIMOS, Autores.

BARROS, Helen de Souza de.

BERNARDON, Camila.

BIASIBETTI, Marisa.

FELIPPI, Israel.

GOMES, Alexandra Mainardi.

GONÇALVES, Camila.

HOFFMANN, Jaqueline.

IZE, Edinéia.

LISBINSKI, Nadiana.

MACHADO, Andreia Lieber.

MACIAL, Cabral Simone.

MARIANO, Ana Cristina Camargo.

MULLER, Duarte Geni.

OLIVEIRA, Silvana de.

ORTEGA, Pontes Adaiana.

PAULA, Leidiane Sailer de.

PEREIRA, Susana.

PESSOA, Marcia.

Schmitz, Pamela.

SILVA, Diana Thaina Soares da.

SILVA, Jessica Milena da.

SILVA, Vanessa Aparecida da.

TORTELLI, Marcia Elena Salvalaggio.

VIDAL, Leia.