



# Bem vindo *A.Nó.S.*



## Querido leitor

Mês de março, mês de festa. No dia 16 completamos quatro anos. Muitos sonhos realizados, muitas conquistas. Entre elas o informativo Bem Vindo A.NÓ.S. que já é sucesso nos bairros de Perdizes e Higienópolis.

Nessa edição você poderá conferir as novidades do Nosso Sonho, inclusive o que foi a Playlis Solidária; vibrar junto com a Gislene Lopes, em Gente que Faz; aprender com as palavras do Werner Mitteregger em entrevista coordenada por Maito e Jony; curtir as tradicionais colunas de culinária de Ana Lucia, o passatempo de Marcos Murackami, curiosidades

de Gleice Caroline, as dicas da Eli e sonhar no embalo da poesia de Catarina, porque como fala Lya Luft: "Sonhar, porque se desistimos disso apaga-se a última claridade e nada mais valerá a pena."

O Nosso Sonho vale muito a pena.

Boa leitura

*Suely Katz*

Suely Katz é gerente executiva da A. N.ó. S e seu email é [suely@nossosonho.org.br](mailto:suely@nossosonho.org.br)

## Para ser brasileiro

Mais uma poesia de nossa poetisa Catarina Caramuru

([catarinacaramuru@nossosonho.org.br](mailto:catarinacaramuru@nossosonho.org.br)).



Tem que ter um pão na mesa,  
Tem que muito trabalhar,  
Saber dançar capoeira.  
Por mais difícil o ofício,  
Realizar com alegria.  
Cantar música da Bahia,  
Chamar amigo de irmão,  
Ver o destino em cartas na mão.  
Tem que gostar de bom carnaval,

Saber jogar futebol.  
A cultura indígena louvar.  
Não reclamar de samba  
Fundo de quintal  
Ao menos conhecer  
Um belo coqueiro.  
Conhecer mapa astral.  
Para dizer:  
Sou brasileiro,  
Sou do país tropical.



## Cartas

Tia Norma

O seu amor realiza um milagre na minha vida. Obrigada.

Beatriz Dezotti Cassaro.

Prezados,  
Gostaria de obter maiores informações sobre Hipoterapia (matéria publicada na edição 8 do Bem Vindo A.Nó.S.). Por gentileza, como posso conseguir?

Grato,  
Theo

## Expediente

João Carlos Godoy - Editor Chefe; Rodolfo França - Diretor de Arte; Suely Katz - Supervisora geral; Sandra Carabetti - Coordenadora de equipe; Fabiana Nogueira - Colaboradora; Reporteres: Ana Lucia de Barros, Catarina Caramuru, Elisângela Rodrigues, Gleice Caroline, Jony Costa, Marcos Murackami e Mario Victor Rodrigues Sgambato.

Diretoria Voluntária:  
Diretor Presidente: Eduardo Jorge Guzvovsky  
Diretor Vice-Presidente: Alberto Moghrabi  
Diretor Financeiro: Moises Guzvovsky  
Secretária: Mariana Pereira Barbosa  
Diretor Jurídico: Gabriela Guz  
Diretor Fiscal: Guilherme Guz

### Doações

Banco Itau,  
agência: 7779  
c/c: 01952-5

### Anunciantes

Contato:  
[suely@nossosonho.org.br](mailto:suely@nossosonho.org.br)  
Impressão voluntária:  
Gráfica AR Fernandez

## Bate-papo

**Werner Mitteregger**, 53 anos, diretor de RH da Construtora Tecnisa, é natural de São Paulo, casado, tem uma filha e três enteados, entre eles Ricardo, com paralisia cerebral. Em entrevista ao informativo Bem Vindo A.Nó.S., Mitteregger falou sobre sua trajetória profissional, liderança, inclusão do deficiente no mercado de trabalho e muito mais.

“

Na vida é muito importante ter amigos, cultivar amizades, relacionamentos, para não sentir-se sozinho e poder ajudar as pessoas ou para elas te ajudarem também

”



### **A.Nó.S. – Conte sua trajetória profissional.**

**Werner Mitteregger (W.M.)** – Fiz administração de empresas na Fundação Getúlio Vargas e decidi trabalhar com RH. Fiquei 16 anos na Unilever, depois fui para Pepsico, Pfizer e agora estou na Tecnisa. São 30 anos de carreira em recursos humanos em diferentes setores.

### **A.Nó.S. – O que é ser um diretor de RH?**

**W.M.** – Ser um diretor de RH tem vários significados, mas tem um que talvez seja o mais importante. É entender para onde a empresa quer ir, o que ela precisa do ponto de vista de conhecimento, habilidades, técnicas. Entender o que os funcionários esperam e o que eles precisam para sentir que estão crescendo e tentar fazer essa ponte entre as duas coisas. Os interesses, às vezes, são diferentes e nosso papel é tentar juntar as duas coisas para que as pessoas trabalhem para também tentar alcançar seus próprios objetivos.

### **A.Nó.S. – Como você chegou até a Tecnisa?**

**W.M.** – Na vida é muito importante ter amigos, cultivar amizades, relacionamentos, para não sentir-se sozinho e poder ajudar as pessoas ou para elas te ajudarem também. Eu cheguei à Tecnisa através de um conhecido. Estava procurando uma posição na área de recursos humanos como diretor, que é minha profissão, então eu falei para algumas pessoas minha intenção. Fiz um investimento em tempo mesmo, até fiquei sabendo que a Tecnisa estava procurando alguém com o meu

perfil e hoje estou aqui.

### **A.Nó.S. – Quais os desafios do seu dia-a-dia profissional?**

**W.M.** – Nesse momento da minha estada na Tecnisa, que só tem cinco meses, os maiores desafios estão em aprender sobre a companhia, sobre o funcionamento, a cultura, o comportamento das pessoas e manter os meus projetos de recursos

humanos funcionando. Tenho a responsabilidade de mostrar que eu estou fazendo a diferença. O desafio é tentar propor desafios novos para a organização e ao mesmo tempo aprender sobre ela.

### **A.Nó.S. – Que dica você daria para quem está começando a carreira em RH?**

**W.M.** – Quem quer trabalhar em recursos humanos precisa ter paciência, perseverança, gostar muito de pessoas, porque isso é sua matéria-prima e precisa ter muita humildade para compreender; trabalhar com ser humano é bastante complexo.

### **A.Nó.S. – Sabemos que você liderou grandes equipes. O que precisa para ser um bom líder?**

**W.M.** – Escutar, se colocar no lugar das outras pessoas. Entender que as pessoas são diferentes de você, que você não tem a verdade sobre tudo, que todo mundo tem algo para dizer e contribuir, que cada pessoa tem desejos, desafios, problemas, angústias e tudo mais. O mais importante para o líder é ele entender que cada pessoa da sua equipe é diferente uma da outra, tem objetivos diferentes. Fazer essas pessoas trabalharem de maneira harmônica para alcançar o mesmo objetivo, acho que é maior desafio.

### **A.Nó.S. – O que você espera como diretor de RH para os próximos anos?**

**W.M.** – Eu acho que o trabalho vai ser cada vez mais difícil. Acho que a área de recursos humanos vai ganhar importância dentro das organizações porque no fim acaba sendo a área que lidera,

orienta a forma de trabalhar, pois a matéria-prima mais importante das empresas são as pessoas. Acho que esse trabalho é cada vez mais desafiador pela importância que ele vai ganhar, aliado ao fato do Brasil estar crescendo muito, as pessoas terão mais empregos do que no passado e isso é muito bom. Mas o nosso desafio vai ser conseguir atrair as pessoas que a gente quer e depois mantê-las aqui.

### **A.Nó.S. – Você acredita que deveríamos ter mais incentivos, além da lei de cotas, para a contratação de deficientes?**

**W.M.** – Eu gostaria que isso não fosse necessário, por uma questão de entendimento de que as pessoas devem ter oportunidades iguais e empresas que tem uma diversidade de pessoas dentro de sua organização são empresas mais ricas, porque as ideias são muito diferentes e ideias diferentes geram soluções criativas e muito diferentes. Eu gostaria que isso não fosse necessário, mas pela questão cultural da própria sociedade, como uma série de tabus e tudo mais, acho que, no momento, são importantes.

### **A.Nó.S. – Qual conselho você daria às empresas na contratação de deficientes?**

**W.M.** – Não escolham muito, tragam as pessoas e encontrem o que fazer e as treinem. Ajudem essas pessoas a terem uma profissão, a fazer o que elas sejam capazes de fazer e colaborem para que elas sejam incluídas na sociedade.

### **A.Nó.S. – Como uma pessoa com deficiência deve agir em uma entrevista de emprego? E o que ela não deve fazer?**

**W.M.** – Ela não deve mentir, não deve dizer que sabe fazer coisas que não sabem, dizer que tem experiências que não tem, porque essas coisas rapidamente são descobertas. As pessoas tem que ser muito genuínas na hora da entrevista. Dizer o que elas são, porque uma hora elas vão encontrar alguma coisa que seja adequada ao seu perfil. Eu acho que o entrevistador também deve se preocupar em como tratar essas pessoas, isso é tão importante quanto às pessoas deficientes devem se preparar como agir.

### **A.Nó.S. – Vimos que você fala em resiliência. Como você relacionaria a resiliência com a deficiência?**

**W.M.** – Eu relaciono com perseverança. Uma pessoa resiliente é uma pessoa que sob pressão vai ficar "espremida", mas na hora que acabar a pressão ela volta ao normal, porque a pessoa persevera, porque não desiste. Ela persegue seu objetivo da forma que ela entende que tem que ser alcançado. Resiliência para mim é uma coisa que é muito importante na vida de todos.

### **A.Nó.S. – Deixe uma mensagem para os leitores.**

**W.M.** – Pensem sempre em inclusão social, não deixe de ser inclusivos e façam o bem. Porque fazer o bem faz bem para os outros e para nós também. ■

Entrevista na íntegra no site [www.nossosono.org.br](http://www.nossosono.org.br)

## Terceiro lugar com gostinho de primeiro

Associação Nosso Sonho participou da Campanha Playlist Solidária no Portal Terra e conquistou seu lugar no pódio.

O ano começou repleto de novidades. Uma delas foi a participação da Associação Nosso Sonho na campanha **Playlist Solidária**, do **Terra Sonora**. O canal interativo de música digital do Portal Terra reuniu artistas consagrados da música brasileira, que criaram playlists (listas de músicas) e, em paralelo, ajudaram instituições sociais.

O artista com a playlist mais votada receberia R\$ 50 mil, que seriam doados à entidade de sua escolha. O segundo R\$ 25 mil; o terceiro lugar R\$ 15 mil; o quarto, R\$ 10 mil; quinto e sexto lugar, R\$ 5 mil.

Ficamos muito felizes com a notícia de que nossa instituição foi escolhida pela banda Spyzer. Graças ao apoio de nossos amigos, voluntários, equipe e familiares conseguimos ficar em terceiro lugar. Durante boa parte da campanha permanecemos em primeiro lugar e o esforço deixou várias pessoas perplexas, pois concorriamos com fãs clubes poderosos e grandes.

Seguem alguns depoimentos que explicam de onde vem nossa garra e força:

### **Dona Cecília Melli Carrera (71 anos)**

Nunca tive muita intimidade com o computador, mas diante do apelo da campanha passei a dividir o computador com meus netos e várias vezes votamos juntos.

### **André de Melo**

Eu virava a noite com meu amigo Jony Naim conversando, pois não consigo votar muito rápido pela minha deficiência, mas gostava de fazer companhia ao Jony para ele não se cansar e acabar dormindo.



### **Jony Naim**

Eu utilizava do espaço dos blogs de amigos para fazer a divulgação da Playlist. Na época da campanha mudei todos os perfis das minhas redes sociais com a divulgação do link de votação.

### **Marçal Righi (DM9 – Mídias Sociais)**

Olá, meu nome é Marçal e trabalho com mídias sociais na DM9. Trabalhei na divulgação do Projeto Playlist Solidária do Terra Sonora. Acompanhei a votação de perto. Vocês estavam em primeiro lugar, mas acabaram

sendo passados pelo Michel Teló e Sorriso Maroto. Estou conversando com fãs clubes, blogs e com os caras do Spyzer para tentar juntar todos em um grande mutirão de votos para vocês voltarem à briga com tudo.

### **Agta Carissa**

Temos mais depoimentos de pessoas que votaram da Espanha, Austrália, do mundo todo.

Mais do que o valor do prêmio, nossa vitória foi ver toda essa turma reunida e unida em torno de mais um sonho. ■

## Fazer o bem sem olhar a quem

Esse é o objetivo da casa de repouso Elite, localizada em Perdizes, um lugar acolhedor, onde se pratica o bem sem olhar a quem. Por Elisângela Rodrigues (elisangela@nossososho.org.br) e Jony Costa (jony@nossososho.com.br)

Com o objetivo de fazer o bem, os jovens da Associação Nosso Sonho que fazem parte da oficina de musicoterapia, ministrada pelo musicoterapeuta Paulo Betencourt, visitaram a Casa de Repouso Elite.

Há mais de 35 anos atendendo idosos, a Casa de Repouso Elite busca a humanização do seu quadro de funcionários tendo como princípio não só o preparo técnico, mas também todo o carinho e dedicação que essas pessoas precisam. A instituição acredita que a participação familiar é fundamental no cuidado destas pessoas, por este motivo

trabalham todos juntos na troca de informações para que os idosos sejam cuidados da melhor forma possível, buscando tratamentos em enfermagem 24 horas, nutrição, avaliação médica, psicologia, fonoaudiologia, fisioterapia, musicoterapia, animadores, entre outros. Atualmente a casa atende 65 idosos e as visitas dos familiares são sempre estimuladas o que contribui de maneira significativa na qualidade de vida dos mesmos.

Embalados pelo espírito de confraternização, os jovens passaram algumas horas do seu dia oferecendo o que eles tinham de melhor:

alegria e felicidade, transformando tudo isso numa agradável tarde musical. O grupo utilizou chocalhos, pau de chuva, pandeiro, que foram divididos com os idosos para que pudessem participar da proposta. Juntos relembra-ram os grandes sucessos da nossa MPB.

Faça você o mesmo. Divida o que você tem de melhor com alguém. O que não é relevante para você pode ser para alguém.

Para conhecer a casa de repouso acesse o site [www.casadereposuelite.com.br](http://www.casadereposuelite.com.br). ■

## Gente que faz



Apassionada pelo trabalho, voluntária na Associação Nosso Sonho, Gislene Lopes é coordenadora de marketing e comunicação da Construtora Tecnisa. Adora viajar, sonha em conhecer o mundo e é gente que faz.

### **A.Nó.S. – Como é conhecido a Associação Nosso Sonho?**

**Gislene Lopes (G.L.)** – Estava passando no corredor da Tecnisa quando o André Coji me chamou para me apresentar uma pessoa: a Suely. Lembro que na época ela estava cotando valores para a impressão do Bem Vindo A.Nó.S. e logo me dispus a ajudar. Consegui alguém que fizesse essa impressão.

### **A.Nó.S. – Qual é o seu sentimento quando visita a A.Nó.S.?**

**G.L.** – É muito forte, é onde eu renovo as minhas energias e sinto que volto as minhas raízes. Sei de onde eu vim e que posso ajudar muita gente. Fico feliz quando eu vou visitá-los

e vejo aquela casa amarela linda e encontro vocês. Nunca fui de reclamar da vida, porque eu não me permito reclamar de nada. Quando eu penso em reclamar de alguma coisa eu visito a associação para me lembrar que eu não posso reclamar de nada.

### **A.Nó.S. – Já tinha tido experiência com pessoas com paralisia cerebral?**

**G.L.** – Eu nunca tinha tido uma experiência assim, mas desde pequena minha mãe nos levava para conhecer pessoas que tinham necessidades. Sempre visitei asilos para idosos, tive uma experiência com pessoas especiais na Casa de Davi. Quando tinha 12 anos fiquei internada porque tive um grave problema de saúde e conheci uma pessoa especial que acabou sendo meu companheiro de quarto porque estava sozinha sem meus pais. Por isso nunca tive uma má impressão de uma pessoa com deficiência, sempre vi com bom coração.

### **A.Nó.S. – Qual é seu trabalho voluntário na instituição?**

**G.L.** – Cadastrei-me no site na ONG, pois sempre quis ser voluntária. Comecei com a festa de Natal. Achei o máximo porque eu gosto muito de festa. Acho que a gente sempre tem que celebrar alguma coisa na vida. Tenho a “Turma do Bem” que me ajuda muito. É esse meu trabalho, ajudar quem eu posso.

### **A.Nó.S. – Você já realizou todos os seus sonhos?**

**G.L.** – Sonhos eu sempre tenho. Adoro viajar, quero conhecer o mundo inteiro.

### **A.Nó.S. – O que diferencia o seu trabalho na Tecnisa com seu trabalho na associação?**

**G.L.** – Na Tecnisa tenho outras responsabilidades. Muitas pessoas dependem de mim profissionalmente. Tenho que ensinar e ter paciência. No trabalho voluntário não, você se doa de alma. Mas tudo o que faço, faço por paixão.

### **A.Nó.S. – Há quanto tempo você está na Tecnisa? O que você mais gosta no seu**

arte, organizando oficinas, exposições e programas de formação e geração de renda. Rodrigo Hübner Mendes, fundador da entidade, despertou para a arte aos 19 anos quando começou a pintar – logo depois de levar um tiro que o deixou tetraplégico.

Para reconstruir sua autonomia pessoal, Hübner deu início ao instituto para que outras pessoas aproveitassem os benefícios trazidos pela prática da arte.

### **trabalho?**

**G.L.** – Comecei a trabalhar como office girl numa empresa na Rua Barão de Itapetinga, aos 17 anos. Fui auxiliar de escritório em uma doceira no shopping Tamboré. Lá eu fazia de tudo. Cuidava do pessoal da cozinha, do pessoal da frente da loja, do uniforme das meninas, do pagamento, fazia entrega no natal em Alphaville. Fiquei quatro anos nesta empresa e fui promovida como supervisora de loja. Resolvi fazer marketing, fiz também pós graduação na ESPM. Quando estava no segundo ano da faculdade entrei como estagiária na Tecnisa. Estou aqui há nove anos e agora sou coordenadora de marketing.

### **A.Nó.S. – Qual sua visão sobre o marketing?**

**G.L.** – Eu acho que é a principal ferramenta para qualquer negócio. Tudo precisa de marketing, até mesmo a ONG.

### **A.Nó.S. – Como você enxerga o marketing quando o assunto é deficiência?**

**G.L.** – Na verdade eu sinto falta. Acho que os publicitários deveriam comprar essa idéia, investir na pessoa com deficiência nas agências de publicidade.

### **A.Nó.S. – De que forma isso poderia ser feito?**

**G.L.** – Admitindo estes profissionais especiais, ou fazendo concursos culturais envolvendo o trabalho desenvolvidos por eles.

### **A.Nó.S. – Você é realizada profissionalmente?**

**G.L.** – Eu sou bastante realizada, estou muito contente com a minha profissão. Eu era 100% trabalho, hoje não, quero ter uma família, mas eu sou muito realizada profissionalmente.

### **A.Nó.S. – Qual é o seu ídolo no marketing?**

**G.L.** – Tem uma pessoa que é muito próxima que é o Romeo Busarello. Para mim é um exemplo de profissional, um professor. É meu ídolo. ■

## Pincel da inclusão

Arte, inclusão e superação são os ingredientes de uma receita de sucesso. Conheça esta história. Por Elisângela Rodrigues ([elisangela@nossosonho.org.br](mailto:elisangela@nossosonho.org.br)) e Jony Costa ([jony@nossosonho.org.br](mailto:jony@nossosonho.org.br))

Há 17 anos a O. N. G. Instituto Rodrigo Mendes se compromete a trabalhar por uma sociedade mais inclusiva através da

A organização foi estruturada com uma área dedicada à sustentabilidade e geração de renda. E as experiências com licenciamento se multiplicaram e foi inaugurada uma linha de produtos com o conceito de arte e responsabilidade social. Para saber mais acesse o site: [www.institutorodrigomendes.org.br](http://www.institutorodrigomendes.org.br) ■

# Nosso Sonho Acontece

## Últimos eventos e pessoas que também fazem da inclusão uma realidade

### Um dia de pura adrenalina



As crianças da A.Nó.S. visitaram o Playcenter no Dia Nacional da Pessoa com Deficiência, em novembro. Neste dia o parque funcionou exclusivamente para pessoas com necessidades especiais de várias instituições do estado. O transporte foi cedido pela Ação Turismo e o evento contou com o apoio dos voluntários das entidades, funcionários do parque e empresas parceiras, que colaboraram com doação de alimentos e bebidas.

funcionários do parque e empresas parceiras, que colaboraram com doação de alimentos e bebidas.

### Confraternização

Para comemorar o fim de 2010, a sede da Associação Nosso Sonho recebeu a tradicional entrega de presentes da "Turma do Bem", organizados por Gislene Lopes, da Tecnisa. Todos os alunos da instituição realizaram apresentações organizadas pela professora de dança Andrea Passarelli. Os jovens do Bem Vindo A.Nó.S., e as professoras Fabiana Nogueirão e Tatiane Zeppeline doaram brinquedos para a brinquedoteca da entidade.



### A voz da PM

A Associação Nosso Sonho participou pela primeira vez da terceira mostra "Polícia Militar e Comunidade com Arte" no Instituto Cultural Israelita Brasileiro no bairro Bom Retiro, em São Paulo, organizada pela artista plástica Pola Steiman, em parceria com a Polícia Militar do Estado de São Paulo (PM). A equipe da associação levou cartões do ateliê de arte terapia, trabalhos artísticos do grupo de jovens e os livros de poesia da repórter Catarina Caramuru. Os convidados puderam apreciar o coral da PM de São Paulo e conhecer esse lado artístico da polícia. O evento ocorreu no dia 25 de novembro.

### Parceria Havanna –Nosso Sonho

Dando continuidade à nossa parceria, os Chocolates Havanna venderam mini panetones no final do ano, com a renda revertida para a Associação Nosso Sonho. A arte do display de divulgação foi realizada pelos jovens do Ateliê de Arte Terapia. Para finalizar, a marca doou uma grande quantidade de panetones, que deixou a entidade mais doce. Lembrando que os cartões confeccionados pelos jovens continuam a venda nos principais pontos do Havanna. Nossa gratidão a toda equipe do Havanna que vive criando situações de inclusão e valorização do trabalho dos nossos jovens.

### Bazar beneficente

No último dia 28 de novembro aconteceu mais um tradicional Bazar de verão na Associação Nosso Sonho. Os frequentadores puderam contar com a variedade de produtos e bons preços como roupas, calçados, bijuterias, brinquedos, objetos para decoração e comidas típicas judaicas. E mais: o novo espaço com artesanatos produzidos pelas mães dos alunos e claro os cartões artísticos confeccionados pelos alunos do ateliê Nosso Sonho. Agradecemos a todos que prestigiaram o bazar.

### Virada inclusiva

Nos dias 03 e 04 de dezembro aconteceu em diversos pontos da cidade de São Paulo a "Virada Inclusiva: Participação Plena", onde estavam presentes várias instituições, entre elas a Associação Nosso Sonho. Esse evento foi organizado pela Prefeitura de São Paulo, Secretaria Estadual dos Direitos da Pessoa com Deficiência e Governo do Estado e foi realizado em comemoração ao Dia Internacional da Pessoa com Deficiência (03/12). Shows, teatros, workshops, palestras, oficinas foram algumas das atividades oferecidas ao público em geral que visitou os diversos espaços cedidos para o evento. Nossa instituição divulgou o trabalho realizado pelo ateliê de arte terapia onde o público compartilhou as experiências vividas com os jovens; as educadoras explicaram o trabalho pedagógico desenvolvido com os alunos utilizando os recursos da Tecnologia Assistiva. A equipe do informativo Bem vindo A.Nós também esteve presente e conversou com o público explicando passo a passo a elaboração do informativo.



### Ação social GK

Os empresários da Administradora GK de Bens reservam uma tarde por mês para ir à Associação Nosso Sonho, disfarçados de palhaços, para alegrar as nossas crianças (matéria exibida no Informativo nº 2, ano 1). No final de 2010 fizeram a campanha "Natal Solidário" onde arrecadaram brinquedos, livros e jogos educativos novos e em bom estado para doar à Santa Casa de Misericórdia e à associação. No dia 17 de dezembro, vestido de Papai Noel, um deles fez a entrega dos presentes para as crianças e jovens. Todos ficaram radiantes com a presença do bom velhinho.



### Pontos de distribuição

O Bem Vindo A.Nó.S. é distribuído, gratuitamente, na Rua Minerva, 265; Pão de Açúcar, Rua Cardoso de Almeida, 472; Restaurante Babbo Giovanni, Rua Cardoso de Almeida, 407; Banca de Jornal Pastorinho, esquina da Rua Franco da Rocha com Rua João Ramalho, em São Paulo. Se quiser ser um distribuidor entre em contato com a Claudia, pelo telefone 11 3564 0555 ou pelo e-mail secretaria@nossosonho.org.br.

## Nossas Dicas



Por **Elisangela Rodrigues**  
(elisangela@nossosonho.org.br)

Guararema, localizada a 75 km de São Paulo, é uma cidade pequena e acolhedora e consegue agradar a todos os tipos de turistas que procuram diversão e descanso. Possui muitos pontos turísticos como Ilha Grande, Orquídea, Recanto do Américo, Morro do Gerbásio, entre outros. Vale a pena passar um fim de semana ou mesmo um dia contemplando o pôr do sol em frente ao rio Paraíba do Sul, que corta a cidade.

## Passatempo

Por **Marcos Murackami** (marcos@nossosonho.org.br)

O que não pode faltar em um dia de sol? Descubra utilizando os símbolos do sistema de comunicação alternativa P.C.S.



## Curiosidades

Por **Gleice Caroline** (gleice@nossosonho.org.br)

O irmão do compositor e cantor Toquinho, João Carlos Pecci, sofreu um acidente automobilístico aos 26 anos e ficou paraplégico. Acreditando em sua reabilitação, Pecci dedicou-se a fisioterapia e depois de dois anos já estava andando pelas ruas de bengalas.

Para melhorar o movimento dos dedos da mão direita, Pecci começou a pintar quadros. Gostou tanto que fez da terapia uma de suas profissões e durante seis anos expôs seus trabalhos na Praça da República, em clubes e galerias de São Paulo. Também escreveu diversos livros de superação e romances.

Há 25 anos está casado com Márcia e desse casamento nasceu uma filha, Marina, que considera o seu anjo. Ela foi concebida por auto-inseminação e Pecci tem muito orgulho por ser o primeiro brasileiro deficiente a ser pai utilizando a inseminação artificial, que é um processo bem complexo.

## Receita Especial

Nesta edição você poderá preparar uma deliciosa sobremesa para incrementar aquele encontro com os amigos. A repórter Ana Lúcia Barros (analucia@nossosonho.org.br), através do sistema de símbolos P.C.S., trouxe para você leitor uma receita de um Pavê e para degustar.



### Ingredientes:

03 pacotes de bolacha maisena



02 latas de creme de leite



03 gemas de ovos



06 colheres de sopa de açúcar



150 gramas de manteiga



### Modo de preparo

Bater primeiro as gemas, a manteiga, o açúcar e o creme de leite sem soro.



Deixar descansar um pouco.



Umedecer a bolacha no leite ou em uma bebida de sua preferência,



fazer as camadas intercalando com bolachas e o creme.



Finalizar a última camada salpicando,



chocolate em pó e granulado, deixar gelar até servir.

