

GringasNews

Edição 02/2025

Entrevistas

Matérias com duas mulheres incríveis

Eventos e Artigos

O que acontece de eventos na Gringas.org, matérias, e muito mais!

**Vivi Tomasi
Paiva**

Apresentadora /
Produtora / Jornalista
de entretenimento

CURADORIA DAS INFORMAÇÕES E DADOS

Ana Beatriz Gentil

MATÉRIAS RELACIONADAS À ALGUNS GRUPOS GRINGAS AFINIDADES NESTA EDIÇÃO DE FEVEREIRO/2025

- Ana Paula Garrido - *Park City: O paraíso do esqui nas montanhas de Utah* - Grupo Gringas Viajantes
- Fernanda Varela - *Empreendedorismo Feminino* - Grupo Gringas Empreendedoras
- Liege Leopoldo - *A Protagonista* - Grupo Gringas Mídia
- Melissa Barboni - *Dois Idiomas, Uma preocupação: Bilinguismo e o Mito do Atraso na Fala* - Grupo Gringas Mães
- Michelle Oliveira - *Heitor e o Autismo* / Grupo Gringas Mães com filhos especiais
- Mirilene Coelho - *Moda 50+* / Grupo Gringas Divas

REVISÃO E APROVAÇÃO

- Ana Paula Garrido
- Equipe da Admin Gringas

IMAGEM DA CAPA

Todas as imagens utilizadas nesta publicação da Vivi Tomasi Paiva foram feitas pela fotógrafa Vir Bottosso

DIAGRAMAÇÃO

Ana Beatriz Gentil

COMERCIAL

suportegringagirls@gmail.com

SUGESTÕES DE PAUTAS

ana.gentil@gringas.org

As opiniões expressas nas matérias dos Grupos Gringas Afinidades, assim como nas entrevistas, são de responsabilidade de suas autoras, e não refletem necessariamente a opinião da Gringas.org.

Gringas.org



/GringaGirls



@gringagirlsofficial



Apresentação

A Gringas é uma comunidade vibrante e acolhedora, criada por Tati Lucas em 2016, para conectar mulheres expatriadas, especialmente aquelas que deixaram o Brasil em busca de novos começos e aventuras no exterior. O grupo foi formado inicialmente para levar um pouco da essência brasileira para fora do país, mas rapidamente cresceu e se transformou em um espaço de apoio, amizade e empoderamento. Em 2019, Tati Lucas passou a dividir o comando com sua irmã, Daiane Aguiar.

Agradecemos sinceramente a todas que fazem parte desta jornada.

Cordialmete,
Equipe Gringas

ADMINISTRAÇÃO DA GRINGAS.ORG



Fundadora da Gringas.org. Tati Lucas.
Instagram: @tati_gringas



CEO Geral da Gringas.org. Daiane Aguiar.
Instagram: @daiane.aguiar.gringas



Para você brasileira no exterior

Quer fazer novas amizades?
Podemos lhe ajudar! Entre no
grupo Gringas da sua
localidade ou nos grupos
Gringas afinidades. Não tem
grupo da Gringas.org na sua
localidade? Quer abrir um
grupo da Gringas na sua
localidade?

Fale conosco:
suportegringagirls@gmail.com

A participação na Gringas.org é gratuita, assim como a maioria das atividades oferecidas. No entanto, ao se tornar membro, você terá acesso a conteúdos exclusivos disponíveis somente para membros.

todas as segundas | fevereiro | 8pm eastern time

aulas de inglês

básico

professora **DEBORA MUMMA**

apoio English in the US | realização Gringas



Acesso a conteúdos exclusivos, participar de mentorias, workshops e grupos de apoio, tudo de forma mais prática e eficiente. Tudo feito sob medida para mulheres que, assim como você, estão em busca de crescimento pessoal e profissional enquanto enfrentam os desafios da vida no exterior.

Membership

\$4.99 / mês

Acesse:
<https://gringas.org/membership/>

Seu apoio faz toda a diferença! Este valor contribui diretamente para manter nossas atividades e criar mais oportunidades para as mulheres da comunidade.

ENTREVISTA
COM VIVI
TOMASI
PAIVA

CRIADORA DO CANAL
DO YOUTUBE: VIPORAI
Esposa, criadora de
conteúdo e gringa

Créditos da imagem: Vir Bottosso

Entrevista com a Vivi Tomasi Paiva

Fale mais sobre você. Algumas curiosidades também.

Sou mineira, mas, aos 4 anos, minha vida deu uma reviravolta: fui morar em Quito, no Equador, por causa do trabalho do meu pai. Cresci por lá, mas sempre voltava ao Brasil para visitar minha família. Estudava em uma escola internacional e tive amigos de várias partes do mundo.

Aos 8 anos, comecei a dançar flamenco, e, por muito tempo, essa foi a minha paixão. Viajei bastante fazendo apresentações. Quando completei 18, mudei para os Estados Unidos, onde ganhei uma bolsa para estudar. Estudei Televisão, Jornalismo e Publicidade.

Sempre fui muito apaixonada pelo mundo do entretenimento e consegui realizar meu sonho ao fazer dois documentários premiados. Após me formar, decidi continuar morando nos Estados Unidos e trabalhei em Los Angeles, com autorização de trabalho. Lá, trabalhei com uma produtora que criava conteúdo jornalístico para a GloboNews e TV Globo Internacional.

Sempre trabalhei com produção, direção e apresentação de conteúdo. Consegui realizar todas essas funções e fui apresentadora de um programa de TV.



Crédito da imagem:

Vivi Tomasi(@vivotomasipaiva)
Fotógrafa Vir Bottosso

Foi em Los Angeles que conheci o Rafa. Ele tinha o desejo de se mudar para Nova Iorque, então decidimos fazer essa transição e, quando chegamos, já estávamos prontos para morar juntos.

Durante a pandemia, passei um tempo em São Paulo, Brasil. Foi a primeira vez em 28 anos que voltei a morar lá. Queria ficar em São Paulo, mas o Rafa sentiu a necessidade de voltar para Nova Iorque. Nesse período em que fiquei no Brasil, durante a pandemia, acabei trabalhando para a Jovem Pan.

Depois de um tempo, voltamos para Nova Iorque. Foi aí que decidi criar meu canal no YouTube. No começo, estava um pouco triste, sentindo falta de amizades, mas o canal acabou me abrindo várias portas. As pessoas começaram a me procurar, e hoje tenho um grupo de amigas incríveis que quero levar para a vida toda.

E, para completar, o Rafa me deu o Tito, meu cachorrinho, e ele foi uma grande companhia nessa fase. Com o tempo, Nova Iorque foi se tornando cada vez mais um lugar especial para mim.

Como você conheceu o Rafinha Bastos? Qual a parte mais legal de ser casada com ele?

Conheci o Rafa em 2016, através do trabalho. Ele estava gravando em Los Angeles, e eu fui fazer uma gravação para ele. Ficamos amigos. Achei-o super gente boa, parecia que já o conhecia há muito tempo. Dois anos depois, ele se mudou para Los Angeles, e nos encontramos novamente. Começamos a conversar muito, a nos encontrar mais, e, um tempo depois, começamos a namorar.



Fonte da imagem:

Fotógrafa Vir Bottosso



Fonte da imagem:

Fotógrafa Vir Bottosso

Depois de um ano mais ou menos, o Rafa quis se mudar para NY, e me chamou para ir com ele. Fomos morar juntos nesta cidade louca. Uns anos depois, nos casamos no civil.

Qual a parte mais legal de ser casada com ele?

Ele é muito afetuoso, carinhoso e adora ficar em casa. Tem uma simplicidade que me encanta. Gosta de assistir coisas comigo e, principalmente, de conversar sobre tudo. Acho-o muito divertido, sempre com aquele jeitinho que faz qualquer momento ser mais leve.

Ele me acalma, porque sou mais estressada, e está sempre ao meu lado, ajudando-me em tudo. Ele me ajuda na vida de tantas formas, e aprendi tanto com ele. Ele realmente tem esse poder de me fazer ver o mundo de outra maneira.

Quais são seus planos para 2025?

Quero continuar criando mais conteúdo no YouTube e no Instagram, cuidar do meu corpo e da alimentação, e poder ajudar as pessoas sempre que estiver ao meu alcance. E, acima de tudo, quero garantir que nada tire minha alegria.

Histórias de uma Gringa *no Texas*

Carla Lacorte (@fun.carla)

Estava confortável sendo uma profissional de Educação Física no Brasil, com meu próprio negócio, treinando pessoas com exercícios funcionais por sete anos.



Eu tinha feito intercâmbio quando mais nova e gostei muito dos Estados Unidos, mas a ideia de voltar a morar aqui era vaga. Eu queria, mas não sabia nem por onde começar. Fazer um mestrado aqui, então, nunca passou pela minha cabeça! No entanto, no meio da pandemia, em 2020, busquei conhecimento, aprendi sobre o processo e comecei minha saga para conseguir um mestrado com bolsa nos Estados Unidos.

Enviei muitos e-mails, contatei várias universidades e professores. Apliquei para seis universidades e passei em cinco delas. Apenas uma dessas cinco me ofereceu uma bolsa razoável, mas eu não queria morar no frio de Ohio.

Quando passei na Universidade do Texas em Austin, foi uma alegria imensa! A única questão era que a oferta não incluía bolsa.



Um dia, enquanto assistia TV no Brasil, mencionaram uma pesquisa sobre exercício físico. Acreditam que o professor que talvez seria meu orientador, caso eu fosse estudar na UT Austin, apareceu dando entrevista sobre o estudo que ele havia me enviado por e-mail algumas semanas antes?

Pouco depois, tivemos uma reunião no Zoom com os aceitos do programa. Quando o professor entrou na sala, comentei que o tinha visto na TV no Brasil. Ele ficou todo empolgado, e mantivemos contato por e-mail. Mesmo assim, Ohio continuava tentando me convencer a ir para lá. Cheguei a negociar um aumento na bolsa, mas meu desejo era estudar no Texas.

Foi então que pesquisei sobre uma bolsa que cobria os estudos, oferecia salário e seguro-saúde. Expliquei ao professor da UT que só conseguiria ir para Austin se tivesse essa bolsa “100%”. Ele me respondeu: “Fica tranquila que vou te arrumar uma”. Foram duas semanas de espera e ansiedade até que, finalmente, recebi a tão sonhada bolsa!

Tudo aconteceu muito rápido, e, em agosto de 2021, aqui estava eu, pronta para começar o mestrado em Fisiologia do Exercício na Universidade do Texas em Austin. Que mistura de felicidade, medo e empolgação! Deus encaminhou tudo. O mestrado foi extremamente desafiador. Assisti a inúmeros vídeos no YouTube para entender o básico, do que estava aprendendo no nível avançado. Li incontáveis artigos científicos e passei muito nervoso apresentando em inglês nos primeiros meses. Até que, finalmente, eu já estava dando aulas de laboratório de Fisiologia do Exercício confortavelmente, e amava isso! Foram dois anos de muito “plantar” até “colher” em uma cerimônia de formatura incrível.

O mestrado foi extremamente desafiador. Assisti a inúmeros vídeos no YouTube para entender o básico, do que estava aprendendo no nível avançado. Li incontáveis artigos científicos e passei muito nervoso apresentando em inglês nos primeiros meses. Até que, finalmente, eu já estava dando aulas de laboratório de Fisiologia do Exercício confortavelmente, e amava isso! Foram dois anos de muito “plantar” até “colher” em uma cerimônia de formatura incrível.

Depois, começou a saga para conseguir um emprego. Apliquei para várias vagas, participei de algumas entrevistas e, finalmente, conquistei o emprego dos sonhos, em outra cidade, e trazendo novos desafios. Atualmente, trabalho como Fisiologista do Exercício na UT Health em San Antonio, Texas, em uma pesquisa gigante financiada pelo NIH (governo Americano) sobre exercício físico, chamada MoTrPAC (Molecular Transducers of Physical Activity Consortium). Hoje, faço testes físicos e treino os participantes do estudo, que busca entender como o exercício modifica as células do nosso corpo. Esse estudo terá um impacto significativo nos guias de exercício físico do Colégio Americano nos próximos anos. Os Estados Unidos já me proporcionaram, e ainda proporcionam, oportunidades incríveis.

Cresci absurdamente em poucos anos, tanto pessoal quanto profissionalmente. Lido com os desafios de estar sozinha aqui, sem rede de apoio, mas esse é o preço que pago por realizar esse sonho atualmente. Não sei o que o futuro me reserva, mas espero que ele traga mais sonhos realizados, novas conquistas e, quem sabe, mais amizades por aqui também!

Moda 50+

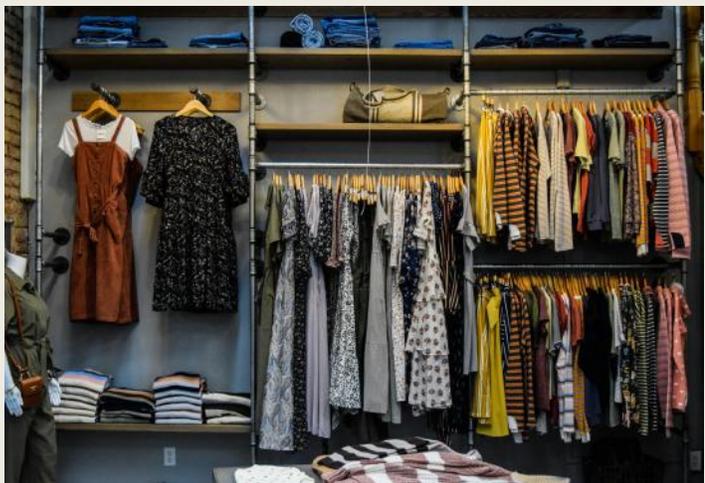
A moda para mulheres com 50 anos e mais é uma celebração da elegância, confiança e autenticidade. Nesta fase da vida, o estilo pessoal reflete uma combinação de experiências vividas, preferências refinadas e uma abordagem madura para vestir-se com conforto e sofisticação. Abaixo, exploramos ideias e dicas para mulheres que desejam expressar sua personalidade por meio da moda.

Entender seu corpo depois dos 50 é essencial para dominar o caminho da moda. O autoconhecimento traz segurança, objetividade e muita confiança na hora de se vestir e se comunicar por meio da sua imagem. Ao se olhar no espelho, veja além da cor dos cabelos, linhas e rugas: veja a jornada incrível que seu corpo viveu no decorrer dos anos.

Afinal, quando estamos seguros de quem somos e das nossas próprias escolhas, somos capazes de buscar nossos objetivos com muito mais determinação e positividade.

O autoconhecimento é processo fundamental nesse propósito. O importante é abraçar suas curvas e escolher roupas que as valorizem. Não é sobre esconder a idade, mas sim sobre exibir com orgulho a sua sabedoria e vivência.

Transforme sua jornada até aqui em ferramenta para descobrir novos caminhos e formas de viver bem. Se vestir bem não se trata de cobrir-se com marcas caras – essa não é uma opção considerável para nenhuma idade - e sim de encontrar peças que façam você se sentir confiante e confortável.



Escolha peças que tenham significado para você ou que tragam boas lembranças. Se vestir aos 50 e alguns tem a ver com mostrar quem você é através do seu estilo pessoal. Então, escolha com cuidado e encontre o equilíbrio perfeito entre conforto, gosto pessoal e sofisticação tendo como base o seu estilo de vida hoje e ontem.

O mais valioso é abraçar sua individualidade e celebrar sua beleza única, evidenciando o que você ama em si mesma. Todo mundo tem algo do que se orgulhar, seja no corpo ou na vida, basta se olhar com carinho e acolher-se. Priorizar o conforto sem comprometer o estilo não significa precisar abrir mão de um ou do outro, você pode ter os dois! Tenha certeza que suas roupas não estejam muito apertadas ou restritivas. Que os sapatos sejam seguros e aconchegantes. Que os acessórios representem a sua personalidade. Não tente se encaixar num lugar que não faz sentido para você, que não te cabe, isso, em algum momento, vai doer. A autoconfiança vem quando você se sente confortável na sua própria pele. Portanto, ao pensar em como se vestir depois dos 50, faça do conforto uma prioridade e escolha peças que permitam que você se mova livremente, com segurança e sem esforço - de qualquer sentido.

Se vestir depois dos 50 é mais do que seguir modismos – é conhecer seu corpo e abraçar sua individualidade, confiar em seu instinto e adaptar seu estilo próprio a diferentes ocasiões. A idade é apenas um número no registro de nascimento, mas a sua personalidade é única e a sua história é eterna. Viva com leveza. Permita-se errar a cor. Sair do tom. Experimente novos perfumes. Descubra novos caminhos. Se vista com confiança. Abrace sua beleza interior e exterior, e deixe seu estilo próprio brilhar soberano.

Os 50 e mais nos ensina a olhar para o futuro com coragem e a receber as críticas com indiferença. Deixe que elas venham... E elas virão, proteja-se!

5 Dicas para se Vestir depois dos 50:

1. Conheça bem o seu corpo: Entender suas formas e proporções são fundamentais para escolher roupas que valorizem sua silhueta após os 50 anos.
2. Invista em peças de qualidade: Priorize roupas bem feitas e duradouras e que possam ser facilmente combinadas.
3. Priorize o conforto: Opte por tecidos macios e confortáveis que permitam liberdade de movimento e garantam o bem-estar ao longo do dia.
4. Escolha cores que iluminem o rosto: Opte por tons que realcem sua pele e tragam frescor ao seu visual, adicionando vitalidade ao seu look.
5. Adicione acessórios com parcimônia: Acessórios podem ser o toque final perfeito, mas evite exageros e opte por peças que complementem seu estilo de forma sutil e elegante.



Mirilene Coelho – Criando elegância com simplicidade.

54 anos, brasileira, publicitária e consultora de imagem e estilo.

@mirilenecoelho

Mirilene.coelho@gmail.com

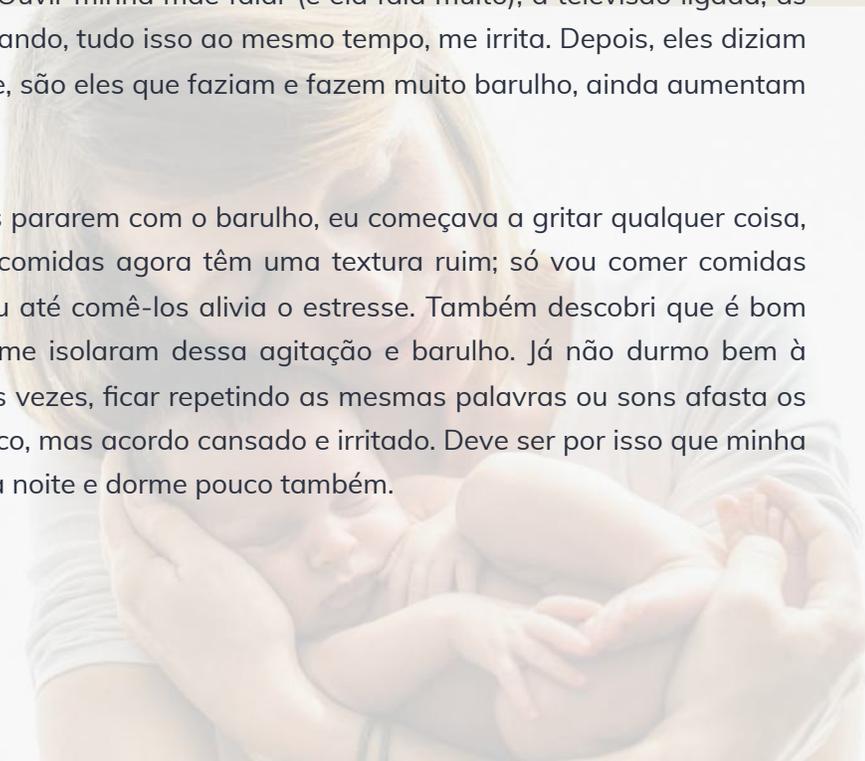
Heitor e o Autismo

Olá, eu sou o Heitor, tenho 7 anos e sou autista, apesar de não entender o que isso significa. Estou começando a me comunicar; até então, minha mãe tem sido minha voz por todos esses anos. Até os 18 meses, minha mãe não tinha notado grandes atrasos no meu desenvolvimento, então, nessa época, o autismo não fazia parte da nossa família, apesar de estar lá nos pequenos detalhes. Por exemplo, eu amava ver o ventilador do teto girar; ficava olhando ele girar por longos períodos. Todo mundo achava engraçado e sempre me apresentava objetos e brinquedos que rodavam. Eu amava isso, dava gargalhadas, e todos ficavam muito alegres com minha felicidade. Eu brincava com carrinhos de um jeito diferente das demais crianças: deitava no chão, virava o carrinho de ponta-cabeça e ficava girando as rodas sem parar; isso me acalmava. Meus pais riam e diziam: "Olha que preguiça de brincar, fica deitado brincando".

Eu não era uma criança que chorava muito, sempre alegre e dormia muito bem. A única coisa que eu acho que preocupava minha mãe era a demora para andar, mas as pessoas a acalmavam dizendo que meninos tendem a ser tardios para começar a andar, pois são mais preguiçosos. Eu, minha mãe, meu pai e minha irmã nos mudamos para os Estados Unidos quando eu tinha 14 meses. Eu não entendia e não sabia que nossas vidas iriam mudar tanto; não foi fácil se adaptar ao frio, agora ficávamos mais dentro de casa. Eu não entendia por que não íamos mais na casa dos meus avós e não via minha Dinda; só as víamos por telefone. Nos falávamos quase todos os dias, mas não era legal.

As coisas em mim começaram a mudar. Ouvir minha mãe falar (e ela fala muito), a televisão ligada, as buzinas dos carros nas ruas e minha irmã cantando, tudo isso ao mesmo tempo, me irrita. Depois, eles diziam que eu não os ouvia me chamarem; na verdade, são eles que faziam e fazem muito barulho, ainda aumentam o volume da TV.

Como eu não sabia falar e dizer para eles pararem com o barulho, eu começava a gritar qualquer coisa, só assim para que todo ruído diminuísse. As comidas agora têm uma textura ruim; só vou comer comidas crocantes a partir de hoje. Mastigar objetos ou até comê-los alivia o estresse. Também descobri que é bom brincar sozinho, então criei mecanismos que me isolaram dessa agitação e barulho. Já não durmo bem à noite; meus pensamentos não param de vir. Às vezes, ficar repetindo as mesmas palavras ou sons afasta os demais pensamentos e consigo dormir um pouco, mas acordo cansado e irritado. Deve ser por isso que minha mãe está mais irritada; ela me faz companhia à noite e dorme pouco também.





Na maior parte do tempo, minha mãe estava preocupada e triste, sempre falando ao telefone ou indo a médicos para falar sobre o AUTISMO. Eu acho que esse autismo a chateava muito porque ela sempre chorava. Ouvia as pessoas dizerem para ela que, por causa da mudança de país e rotina, eu estava diferente e que tudo ia ficar bem. Minha mãe não acreditava neles porque passava muito tempo lendo e procurando saber mais sobre o AUTISMO. Eu queria falar para ela que eu estava bem e feliz; o que eu não gostava eram aquelas pessoas estranhas que vinham em casa, fazendo eu brincar sempre do jeito delas, nunca do meu jeito. Me faziam as mesmas perguntas todas as vezes; será que eles não percebiam que eu não sabia falar? A sorte deles era que minha mãe respondia por mim e responde até hoje. São sempre perguntas chatas; eles bem que podiam fazer perguntas mais interessantes sobre números ou as rotas do GPS.

Os anos se passaram e as mudanças em mim não pararam, às vezes para melhor, outras vezes não. Já não vejo minha mãe tão triste, mas algumas coisas não mudaram, como a maneira que minha mãe me direciona nas atividades diárias, o abraço forte do meu pai, a atenção carinhosa da minha irmã e as conversas no telefone com a Dinda e a Vovó. Mas ainda prefiro quando elas vêm me visitar; é mais, muito amor envolvido. Já estava me esquecendo de mencionar que minha família aumentou; hoje eu tenho um irmão. Ele sempre fica atrás de mim, não para de falar ou tentar pegar as minhas coisas, mas às vezes ele é engraçado e pulamos muito na cama dos meus pais juntos.

Aprendi que a repetição de atividades e responder às mesmas perguntas são porque eu não correspondo ao que esperam de mim. Minha família tenta fazer as coisas do mesmo jeito ou me avisar sobre as mudanças na rotina; isso me faz sentir calmo. A previsibilidade para mim é fundamental; sem rotina, eu me sinto inseguro e ansioso, então começo a fazer gestos repetidos, girar, deitar no chão e me isolar. Hoje eu respondo algumas das perguntas que sempre fazem para mim. É muito difícil falar; eu até quero conversar às vezes, mas existem muitas palavras e sons em minha cabeça, e isso me confunde. As pessoas deviam me entender; será que isso não aconteceu com elas também? Sabe o AUTISMO que eu não sabia quem era? Minha mãe fala que é uma parte de mim e que não me define. Minha mãe geralmente está certa, mas é difícil eu acreditar nisso porque nunca se referem só a mim; sempre ouço "O HEITOR E O AUTISMO".

Michelle Oliveira. Mãe de filho autista,
estudante de Psicologia e Terapia
ABA
@micostaoliveira
Mãe do Heitor um menino autista de 7
anos.



Park City: O paraíso do esqui nas montanhas de Utah



Imagem extraída do website: [Visit Park City](#)

Localizada nas Montanhas Rochosas no estado de Utah, a cidade de Park City é o paraíso para quem curte esportes de inverno. Distante apenas 35 minutos do Aeroporto Internacional de Salt Lake City, o destino oferece duas fantásticas estações de esqui: Park City Mountain e Deer Valley. Com neve perfeita, infraestrutura de ponta e uma atmosfera encantadora, Park City é considerada um dos melhores lugares do mundo para a prática de esqui e snowboard. Com cenários deslumbrantes e muitas atrações interessantes, o destino oferece atividades para os entusiastas do esqui e para aqueles que procuram apenas relaxar e curtir o inverno em um lugar cheio de charme.

O Park City Mountain é o maior resort de esqui dos Estados Unidos e fica aberto durante as 4 estações. São cerca de 7.000 hectares que se conectam com Canyons Resorts e oferecem mais de 300 pistas para prática de esqui e snowboard. Além disso, o complexo é bem servido com dezenas de restaurantes premiados e excelentes hotéis. Já Deer Valley é uma estação mais exclusiva, com um número limitado de esquiadores, onde apenas a prática de esqui é permitida. O resort é considerado o point da galera chique que busca experiências diferenciadas, com hospedagens em luxuosos hotéis nas montanhas, de onde os hóspedes já podem sair dos seus aposentos esquiando.

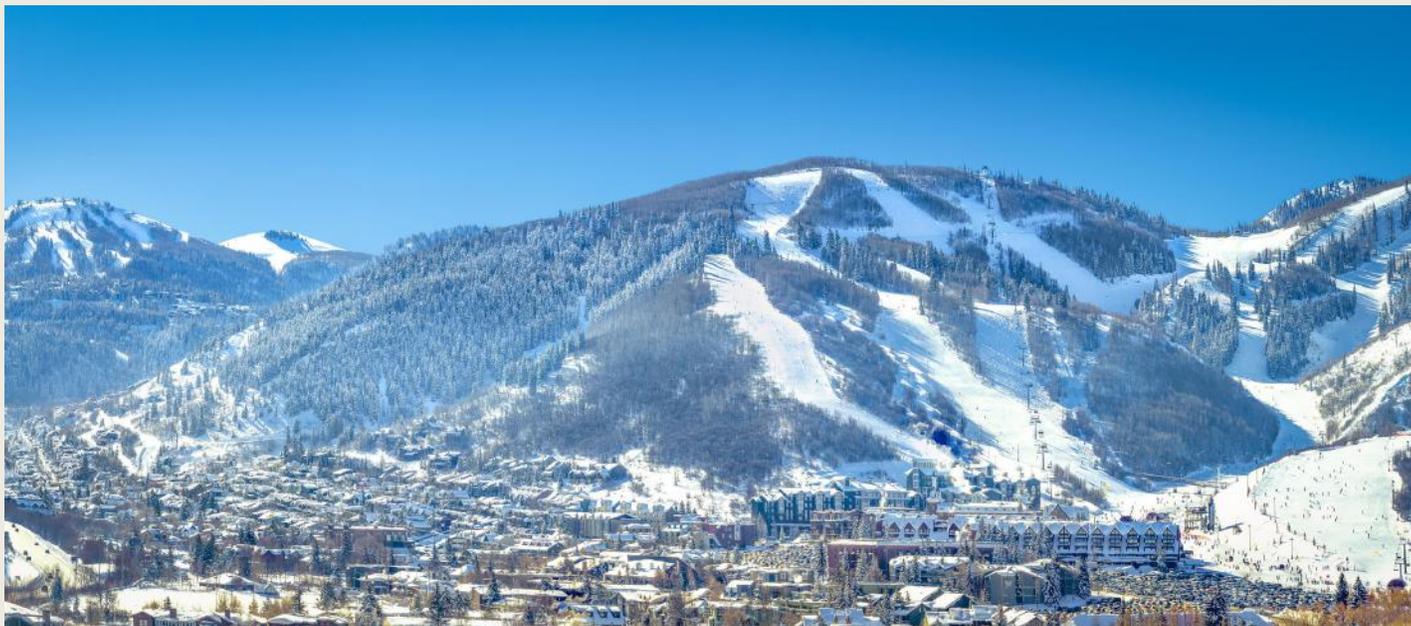


Imagem extraída do website: Visit Park City

Charme nas montanhas

Park City tem um centrinho simpático, repleto de lojas, cafés, galerias de arte e ótimos bares e restaurantes sempre bem frequentados. Vale também conhecer os edifícios históricos, como o famoso Teatro Egípcio, onde acontece o festival de cinema Sundance, experimentar as cervejas artesanais da cidade e fazer várias paradas no caminho.

Atividades divertidas

Um programa super diferente e muito relaxante é fazer um paddleboard yoga em uma fonte termal de 10.000 anos dentro de uma caverna, onde a temperatura da água alcança 35°C. Praticar yoga em cima de uma prancha e depois mergulhar na água quentinha é uma experiência inesquecível! Outra programação é fazer trilhas pelas montanhas nevadas. Para as crianças, há trenós puxados por lindos cachorros e passeios de charretes com cavalos pelas florestas.

Curtidores de esporte devem visitar o Parque Olímpico, palco dos jogos de inverno de 2002, onde as equipes olímpicas americanas continuam treinando ao longo do ano. Além de acompanhar o treino dos atletas, é possível visitar o Museu do Esqui Alf Engen e Museu dos Jogos Olímpicos do Inverno de 2002.

Muitas opções de hospedagem:

São muitas as opções de hospedagem em Park City: hotéis e spas de luxo, pousadas, espaços em condomínios, casas e apartamentos completos para abrigar grandes grupos. Uma opção para quem quer ficar num hotel e sair caminhando pela cidade, o Newpark Resort tem apartamentos perfeitos para uma família, com suíte, sala, cozinha e banheiro, além de jacuzzi no terraço. Já o Hotel Park City, oferece o luxo dos exclusivos hotéis do grupo Marriott Autograph Collection. Para ficar mais perto da pista, o Silver Baron Lodge tem hospedagem em hotéis ou apartamentos completos com até 4 quartos, perfeito para turmas de amigos. Já nas montanhas, o excelente Stein Eriksen Lodge, eleito o melhor hotel de esqui dos Estados Unidos por vários anos, oferece uma hospedagem luxuosa com serviços diferenciados. Mesmo se não estiver hospedado, ao esqui em Deer Valley, não deixe de fazer uma reserva para almoçar no ótimo restaurante do hotel que tem um buffet fabuloso ou para um après-ski no deck com linda vista para as montanhas.

Com neve perfeita, excelentes pistas de esqui, lindas paisagens, hotéis e spas luxuosos, bares e restaurantes sofisticados, Park City é um dos melhores destinos de montanha para curtir férias de inverno.



Ana Paula Garrido

@omelhordaviagemblog

Editora e jornalista do blog O melhor da viagem e
colaboradora do:

Catraca Livre, UOL, Universa, Jornal Brasilturis, Jornal
North News, Revistas Viagens
SA, Melhor Viagem, Via G, Let's Go Bahia, etc.

Empreendedorismo feminino

Hoje iniciamos um espaço dedicado a um tema transformador: **empreendedorismo**. Se você já sonhou em ter um negócio próprio ou está em busca de novas formas de se realizar profissionalmente enquanto vive fora do seu país, este é o lugar certo para você.

Empreender é mais do que abrir uma empresa; é criar algo que reflita seus valores, habilidades e sonhos. Para muitas de nós que vivemos no exterior, o empreendedorismo pode ser a chave para conquistar independência financeira, flexibilidade e, acima de tudo, realizar algo que nos encha de orgulho.

Por que você deveria considerar empreender?

Viver em outro país apresenta desafios únicos: saudade, adaptação cultural, redes de apoio limitadas... Mas também traz oportunidades incríveis.

Como empreendedora, você pode:

- Usar sua bagagem cultural como diferencial;
- Conquistar flexibilidade para equilibrar família e carreira;
- Criar um impacto positivo na sua comunidade, seja oferecendo produtos ou serviços inovadores.

O primeiro passo é sonhar. O segundo é planejar.

Imagine o que você faria se pudesse criar seu negócio dos sonhos. Seja abrir uma loja online, oferecer serviços personalizados ou trazer uma ideia inovadora para o mercado local, tudo começa com uma ideia e a coragem de colocá-la em prática.

E se você acha que empreender é algo distante...

Saiba que você não está sozinha! Aqui, vamos compartilhar dicas práticas, histórias de sucesso e ferramentas para ajudar você a dar o primeiro passo e, quem sabe, fazer do seu sonho uma realidade.

Seja para transformar um hobby em fonte de renda, começar do zero em um mercado novo ou explorar uma paixão adormecida, o caminho do empreendedorismo pode ser seu próximo grande capítulo.

Um convite especial para você



Que tal começar agora? Pense em algo que você ama fazer ou que sente que poderia fazer diferença na vida de outras pessoas. Na próxima edição, vamos falar sobre como transformar essa ideia em um plano! Lembre-se: empreender não é só sobre negócios, é sobre acreditar em si mesma. E eu acredito em você! Até a próxima!



Fernanda Varela
Instagram @fe.varela
YouTube @fernanda.varela

Dois Idiomas, Uma preocupação: Bilinguismo e o Mito do Atraso na Fala"



Bilinguismo é a capacidade que temos de falar duas línguas diferentes, uma habilidade que vem conquistando espaço tanto no mercado de trabalho quanto entre as famílias. No entanto, tem sido motivo de preocupação para famílias que moram fora de seu país de origem e que têm filhos que estão demorando para começar a falar, que apresentam muitas trocas ou que estão falando menos do que o esperado para a idade. Embora muito disseminado, o bilinguismo não leva ao atraso de fala.

Não existe nenhum estudo científico comprovando algum prejuízo ou dano; muito pelo contrário, sabemos que crianças expostas a dois ou mais idiomas desde os primeiros anos de vida são capazes tanto de aprender esses idiomas naturalmente quanto de diferenciar com quem usar um ou outro sem que ninguém diga qual ela deve usar. Essa habilidade é explicada pela capacidade que o cérebro de crianças na primeira infância (0 aos 6 anos) tem de perceber e diferenciar os sons de diferentes idiomas, capacidade essa que vai diminuindo conforme vamos crescendo.

Estimular uma criança a se tornar bilíngue traz inúmeras vantagens, como maior flexibilidade cognitiva, melhora da concentração, uma memória mais aprimorada, maior facilidade em executar diferentes tarefas ao mesmo tempo e melhor compreensão de regras gramaticais e vocabulário. Já socialmente, vemos uma facilidade para interagir em diferentes contextos e maior compreensão de diferenças culturais. A longo prazo, alguns estudos comprovaram que cérebros bilíngues têm menor risco de desenvolver demência em idades avançadas, além de serem candidatos mais competitivos no mercado de trabalho.

Diante desses dados, surge a pergunta: Se o bilinguismo não é a causa do atraso na fala do meu filho, então por que ele fala errado ou mesmo fala muito pouco? O atraso na fala pode ter diferentes causas. Alterações auditivas, como infecções recorrentes, perdas auditivas e alterações no Processamento Auditivo Central. Problemas neurológicos, como paralisia cerebral. Transtornos no Desenvolvimento da Linguagem. Transtornos do Neurodesenvolvimento, como Transtornos do Espectro Autista, Déficit de Atenção, Dislexia, entre outros. Essas são as principais causas de alterações na Aquisição e Desenvolvimento da Fala.

No entanto, mais do que saber todas as possíveis causas para o atraso na fala, o que todos os pais devem ter em mente é que, na maioria das vezes, a causa do atraso já estava lá, muito antes da criança ser exposta a dois idiomas. Isso quer dizer que, se uma criança for apresentar atraso ou trocas na fala, isso irá acontecer independentemente de ela ser exposta a dois idiomas ou não, porque a maioria dos diagnósticos que causam atrasos na fala são de origem genética e/ou hereditária. Infelizmente, o mito de que o bilinguismo causa transtornos na fala apenas atrasa o diagnóstico precoce. Pois quanto mais cedo se avaliar e diagnosticar a causa, melhor o prognóstico (que é a possibilidade de melhora das trocas). Por isso, não espere! Sempre que tiver dúvidas, consulte um fonoaudiólogo, que é o único especialista capacitado para avaliar e tratar todo e qualquer atraso ou trocas na fala.



Melissa Barboni
Fonoaudióloga. Especialista em Desenvolvimento
Infantil.
@fono.melissa_barboni
www.melissabarboni.com

A Protagonista

Todas nós nos sentimos orgulhosas pelo prêmio que Fernanda Torres conquistou este ano. Quando vemos uma brasileira receber uma honraria como essa, nos alegamos como se fôssemos nós mesmas levantando o Globo de Ouro. Ali, não era a personagem protagonista que brilhava, mas a atriz que a interpretava. Ver Fernanda Torres, quase aos 60 anos, com uma beleza natural e vivendo um momento tão especial, me fez refletir sobre protagonismo. Isso me trouxe à mente minha lógica newtoniana da juventude. Eu não estava muito interessada em ter uma história com grandes reviravoltas ou momentos de superação. Meus pensamentos singelos me faziam acreditar que, se eu tomasse as decisões certas, controlaria as situações e, assim, A me levaria a B, que desencadearia em C. Ter uma vida estável e tranquila parecia não só uma utopia, mas uma equação perfeitamente previsível.

Nada como o passar das décadas para desmontar esse falacioso conto de fadas. A vida, nossa mestra implacável, nos ensina que não controlamos absolutamente nada, exceto a maneira como escolhemos reagir. E aprender isso é um exercício para toda a existência. Sendo assim, não há quem passe por este mundo sem ser protagonista da própria história. E mais: é preciso assumir também o papel de narradora. Porque o protagonismo é uma construção da narrativa. É a narradora quem decide o foco do enredo. Ao escrever nossa história, podemos optar por destacar os erros ou a superação, o medo ou a coragem, os vacilos ou a fé.

Protagonizar a própria vida é assumir quem você deseja se tornar. É enfrentar, agir, decidir, responsabilizar-se e empenhar-se. Não passa nem perto de tentar controlar ou manipular as situações — isso é papel do antagonista. E sim, é verdade que em todas nós há um antagonista interno, sussurrando dúvidas e temores. Mas, como narradoras, cabe a nós silenciá-lo e dar voz à coragem.

Ainda bem que logo aprendi que uma vida de coadjuvante ou figurante é impossível. A cada complicação, precisamos buscar o melhor desfecho. Ainda bem que superei meus pensamentos juvenis. Até sinto saudades do meu corpo aos 20 anos, mas não da minha mentalidade daquela época. Porque, no fim, na trama da vida, o que realmente importa não são os fatos, mas quem nos tornamos ao longo do caminho.

Liege Leopoldo é pedagoga, historiadora, homeschooler e escritora. Escreve histórias e artigos enquanto prepara a próxima refeição para sua família.
@liegeleopoldo
Liege.leopoldo@gmail.com





Eventos que ocorreram nos grupos das Gringas em Janeiro de 2025

Dany Zummer (@danyzumer)
Embaixadora líder do Gringas Fitness

Janeiro / 2025

Alguns eventos que aconteceram nas Gringas.org

08 DE JANEIRO

Gringas Clube do Livro: Roda de conversa com a premiada escritora: Bethânia Pires Amaro

08 DE JANEIRO

Gringas Clube do Livro: Debate sobre o livro do mês. Livro: O rouxinol. Autora: Kristin Hannah

09 DE JANEIRO

Gringas Investidoras e Finanças: Encontro: Organize suas finanças em 2025.

13 DE JANEIRO

Encontro das Gringas San Diego

13 DE JANEIRO

Gringas Fitness: Aula de Respiração na yoga e funcionalidade da cintura escapular

15 DE JANEIRO

Gringas Clube do Livro: Debate sobre o livro do mês. Livro: O rouxinol. Autora: Kristin Hannah

Janeiro / 2025

Alguns eventos que aconteceram nas Gringas.org

19 DE JANEIRO

Encontro Online das Gringas Michigan

20 DE JANEIRO

Gringas Fitness: Aula de Mobilidade e Ladies Styles

22 DE JANEIRO

Gringas Clube do Livro: Debate sobre o livro do mês. Livro: O rouxinol. Autora: Kristin Hannah

22 DE JANEIRO

Encontro das Coordenadoras Regionais das Gringas

22 DE JANEIRO

Encontro das Líderes Regionais das Gringas

23 DE JANEIRO

Encontro das Gringas Austin

Janeiro / 2025

Alguns eventos que aconteceram nas Gringas.org

23 DE JANEIRO

Gringas Investidoras e Finanças: Clube de Investimentos para as Gringas

27 DE JANEIRO

Gringas Fitness: Aula de Respiração na yoga e funcionalidade da cintura escapular

28 DE JANEIRO

Gringas Empreendedoras: Encontro - Empreendendo nos Estados Unidos

28 DE JANEIRO

Gringas Mídia: I Encontro das Gringas Mídia - Debate sobre o filme: Décimo-terceiro andar. Dirigido por: Josef Rusnak.

29 DE JANEIRO

Encontro das Gringas San Antonio

29 DE JANEIRO

Gringas Clube do Livro: Debate sobre o livro do mês. Livro: O rouxinol. Autora: Kristin Hannah

Janeiro / 2025

Alguns eventos que aconteceram nas Gringás.org

29 DE JANEIRO

Encontro das Gringás Dallas

30 DE JANEIRO

Live especial: Saiba mais dicas e troca de informações para o crescimento da mulher expatriada.

30 DE JANEIRO

Encontro das Gringás Atlanta

31 DE JANEIRO

Encontro das Gringás Tampa

31 DE JANEIRO

Gringás Cristã: Debate do livro: Como ter o coração de Maria no mundo de Marta.

RODA DE CONVERSA COM

Bethânia Pires Amaro

Grupo Gringas Clube do Livro

Data: 08 de Janeiro de 2025

Horário:

8 am Pacific Time

9 am Mountain Time

10 am Central Time

11 am Eastern Time

Online



Bethânia Pires Amaro

@bethaniapiresamaro

Premiada escritora. Livro: O Ninho

🏆 Prêmio SESC de Literatura 2023

🏆 Prêmio APCA de Literatura 2024

🏆 Prêmio Biblioteca Nacional 2024

🏆 Prêmio Jabuti 2024 - Categoria Conto



Ana Gentil

@anabgfatx

Moderou a roda de conversa, representando o Gringas Clube do Livro



CLUBE DO LIVRO

Livro: O rouxinol

Autora: Kristin Hannah

Grupo Gringas Clube do Livro

Datas:

08 de Janeiro de 2025

15 de Janeiro de 2025

22 de Janeiro de 2025

29 de Janeiro de 2025

Horário:

5 pm Pacific Time

6 pm Mountain Time

7 pm Central Time

8 pm Eastern Time

Online



Ana Kear

@gig_harbor_views

Embaixadora do Gringas Clube do Livro



Ela Araújo

@elaaraujooficial

Embaixadora do Gringas Clube do Livro



Marília Lacerda

@marilia.lacerda.18

Embaixadora do Gringas Clube do Livro



Gringas

ENCONTRO:

Organize suas finanças em 2025

Grupo Gringas Investidoras e Finanças

Data: 09 de Janeiro de 2025

Horário:

5 pm Pacific Time

6 pm Mountain Time

7 pm Central Time

8 pm Eastern Time

Online

Claúdia Fehribach

@claudia_money101

Embaixadora do Grupo Gringas Investidoras e
Finanças

Raissa Kahn

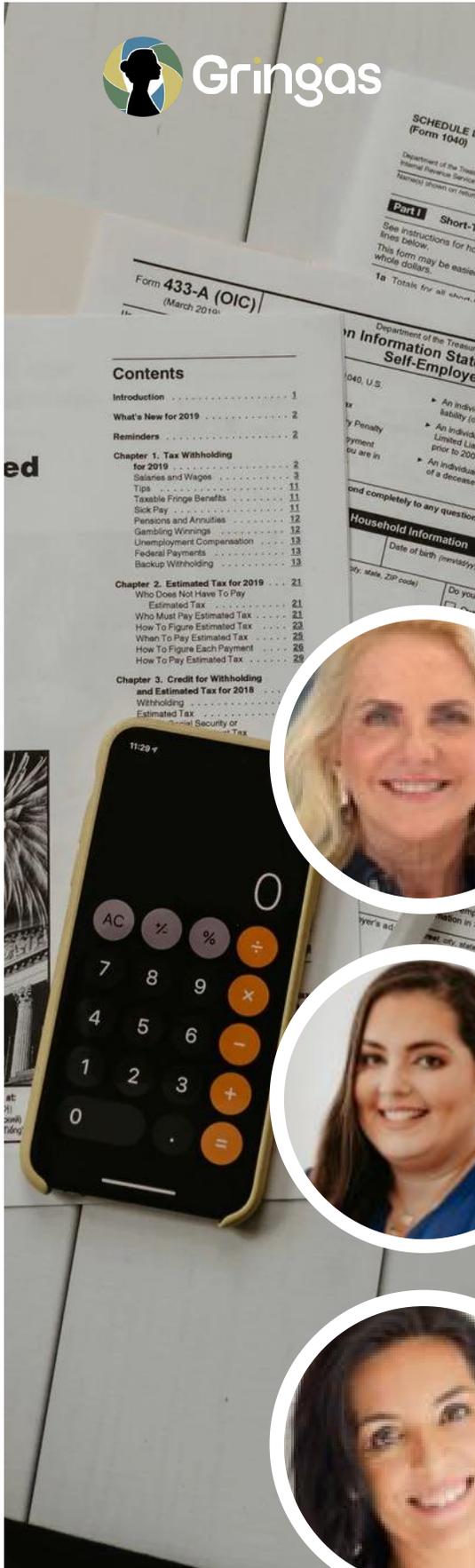
@raissakahn

Embaixadora do Grupo Gringas Investidoras e
Finanças

Fernanda Máximo

@fernandamaximiano.usa

Embaixadora do Grupo Gringas Investidoras e
Finanças





VIDA FITNESS

Aula online

Grupo Gringás Fitness

Tema: Respiração na yoga e funcionalidade da cintura escapular

Data: 13 de Janeiro de 2025

Horário:

7 am Pacific Time

8 am Mountain Time

9 am Central Time

10 am Eastern Time

Online

Constância Matos

@thinkwiththebody

Embaixadora do Gringa Fitness



VIDA FITNESS

Aula online

Grupo Gringas Fitness

Tema: Mobilidade e Ladies Styles

Data: 20 de Janeiro de 2025

Horário:

7 am Pacific Time

8 am Mountain Time

9 am Central Time

10 am Eastern Time

Online



Amália Mayer

@amabmayer

Embaixadora do Gringa Fitness





ENCONTRO:

Clube de Investimentos para as Gringas

Grupo Gringas Investidoras e Finanças

Data: 23 de Janeiro de 2025

Horário:

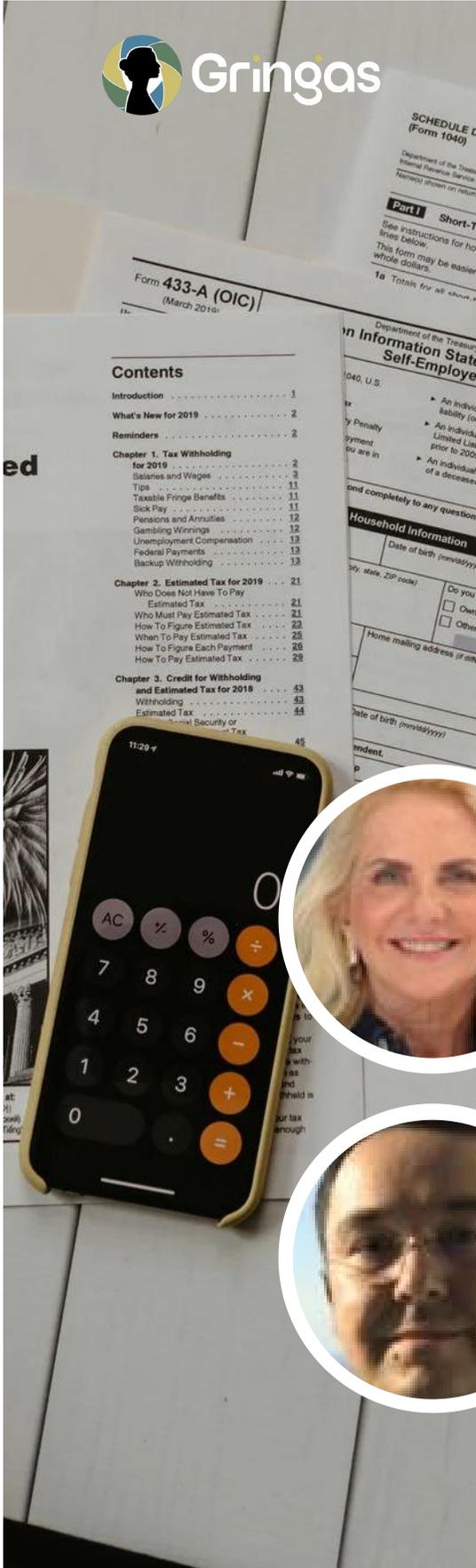
5 pm Pacific Time

6 pm Mountain Time

7 pm Central Time

8 pm Eastern Time

Online



Cláudia Fehribach

@claudia_money101

Embaixadora do Grupo Gringas Investidoras e Finanças



Gustavo Cuencas

@wallstreetclube

Wall Street Clube

VIDA FITNESS

Aula online

Grupo Gringas Fitness

Tema: Mobilidade / Flexibilidade de Quadril e Dança Aeróbica

Data: 27 de Janeiro de 2025

Horário:

7 am Pacific Time

8 am Mountain Time

9 am Central Time

10 am Eastern Time

Online



Dany Zumer

@danyzumer

Embaixadora do Gringa Fitness



EMPREENDEDORISMO

Roda de conversa

Grupo Gringas Empreendedoras

Tema: Gringas Empreendedoras: Encontro -
Empreendendo nos Estados Unidos

Data: 28 de Janeiro de 2025

Horário:

5 pm Pacific Time

6 pm Mountain Time

7 pm Central Time

8 pm Eastern Time

Online



Arli Gonçalves

@goncalves.arli

Embaixadora da Gringas Empreendedoras



Luciana Tavares

@nextcellent

Contadora





MÍDIA

Encontro

Grupo Gringas Mídia

Tema: Debate sobre o filme: Décimo-terceiro andar

Data: 28 de Janeiro de 2025

Horário:

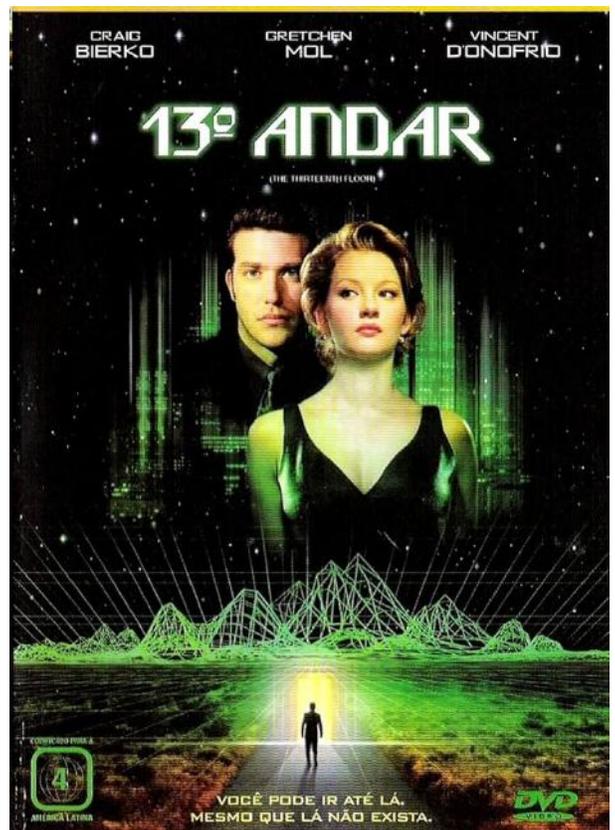
6 pm Pacific Time

7 pm Mountain Time

8 pm Central Time

9 pm Eastern Time

Online



EMPREENDEDORISMO

Live Especial

Tema: Mulheres Expatriadas - Dicas e Trocas para o seu Crescimento Pessoal

Data: 30 de Janeiro

Horário:

5:30 pm Pacific Time

6:30 pm Mountain Time

7:30 pm Central Time

8:30 pm Eastern Time

Online



Tati Lucas

@tati_gringas

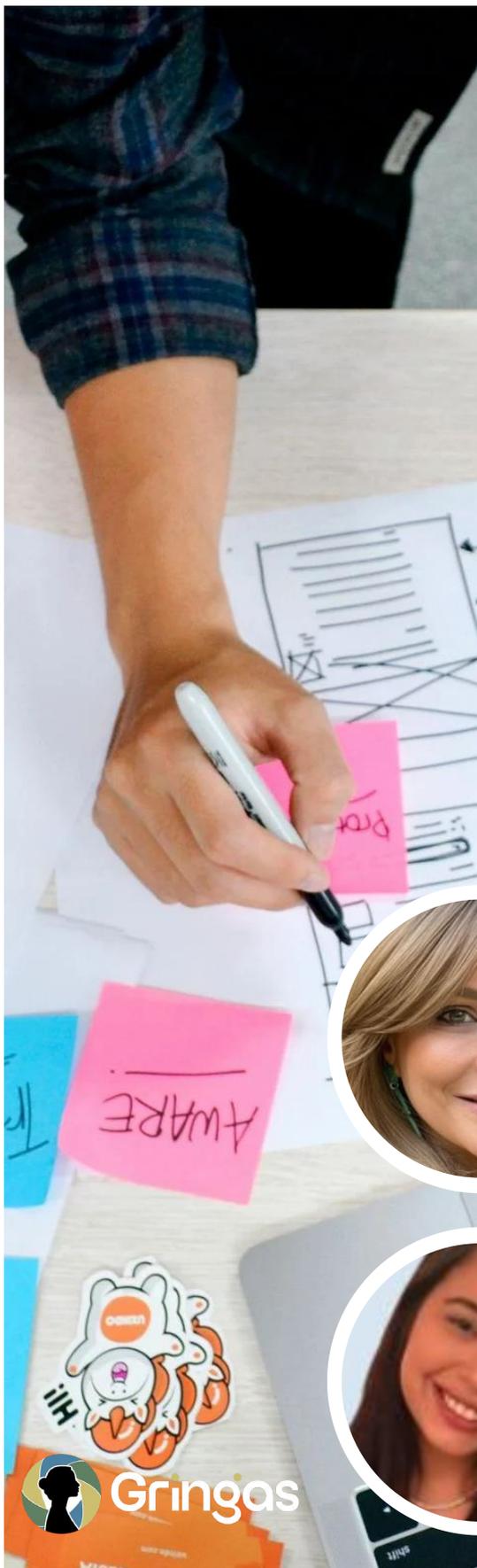
Fundadora da Gringas.org

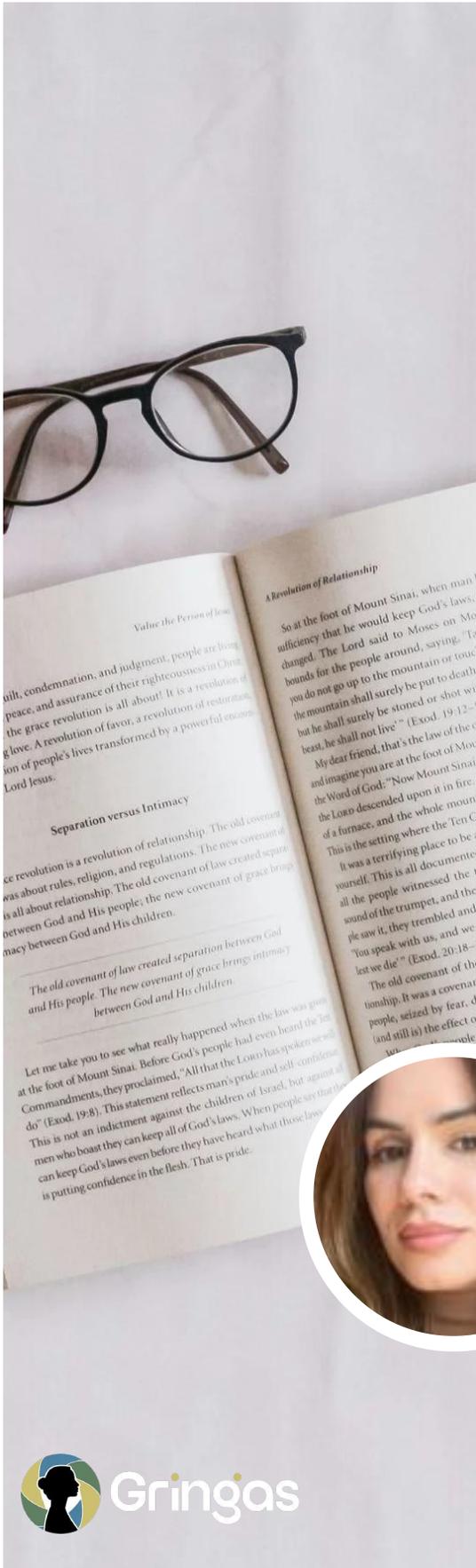


Natasha

@monkeymoneyapp

Representante do Monkey Money App





CRISTIANISMO

Livro: Como ter o coração de Maria no mundo de Marta

Autora: Joanna Weaver

Grupo Gringas Cristãs

Tema: Debate de livro

Data: 31 de Janeiro

Horário:

5:30 pm Pacific Time

6:30 pm Mountain Time

7:30 pm Central Time

8:30 pm Eastern Time

Online

Maiza Abreu Vucic

@pormaizaa

Embaixadora das Gringas Cristãs





Imagem da cidade extraída do site Fun Things To Do in San Diego:<https://tinyurl.com/3yk65fnr>

PRIMEIRO ENCONTRO DO ANO - 13 DE JANEIRO

Gringas San Diego

Embaixadoras: @flavia @gotaspositivasyl @marlasabey



**Amigos, uma família
que o coração escolhe**

Autor
Desconhecido





PRIMEIRO ENCONTRO DO ANO - 19 DE JANEIRO

Gringas Michigan

Embaixadoras: @helene.vassilopoulos @danu.sa1

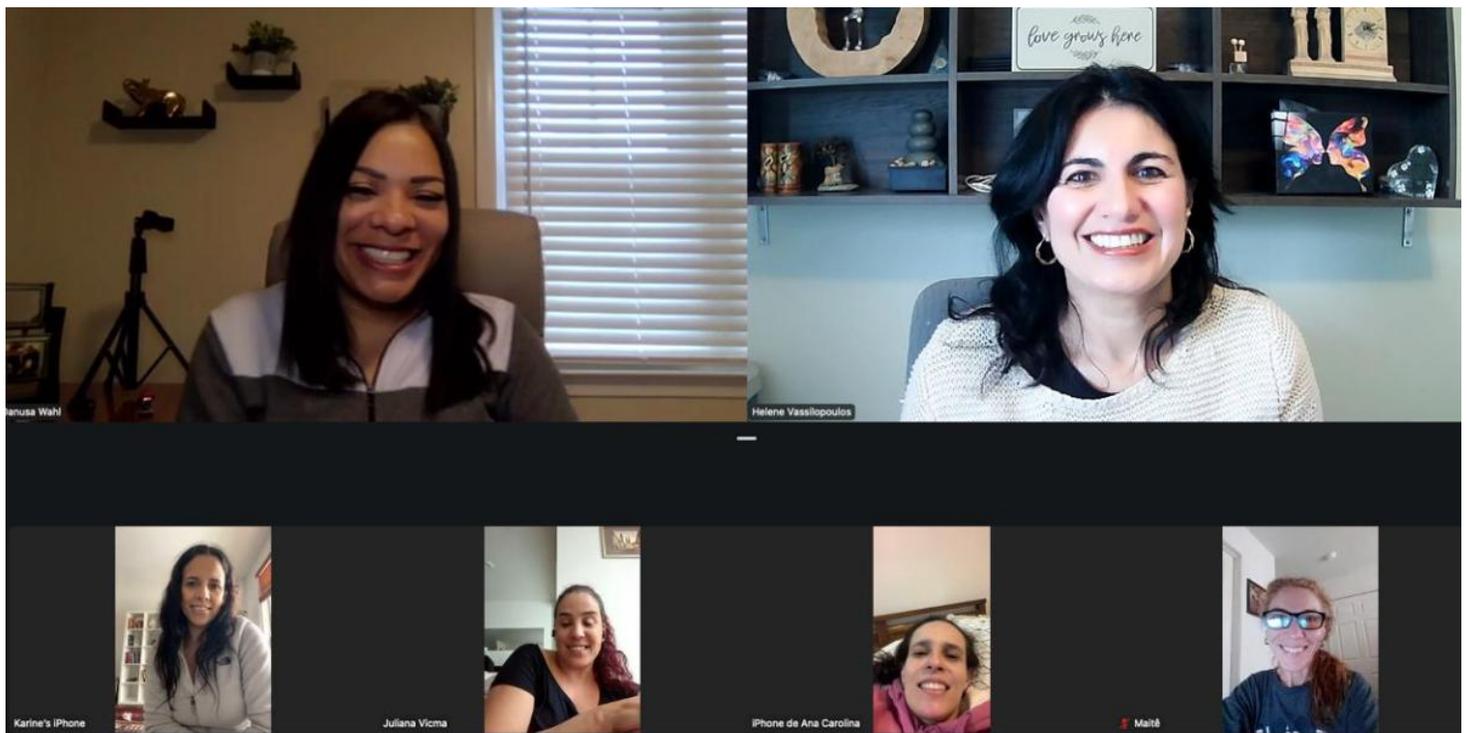




Imagem da cidade extraída do site Avance.org:<https://tinyurl.com/mry8vasr>

PRIMEIRO ENCONTRO DO ANO - 23 DE JANEIRO

Gringas Austin

Embaixadoras: @elaaraujooficial @danyzumer @insidethefuntravel



**A amizade tem o poder
de renovar a alma!**

Autor
Desconhecido





Vision board





Imagem da cidade extraída da Wikipedia: <https://tinyurl.com/ytn34zms>

PRIMEIRO ENCONTRO DO ANO - 29 DE JANEIRO

Gringas Dallas

Embaixadoras: @nisidaway @ka_pranossim @lucypersonalchef
@marciamonaco_realtor @mauserale



**Na amizade verdadeira,
o sucesso do outro é
parte de nossa vida.**

Autor
Desconhecido





Imagem da cidade extraída do site Visit the USA: <https://tinyurl.com/7c5zhzk6>

PRIMEIRO ENCONTRO DO ANO - 29 DE JANEIRO

Gringas San Antonio

Embaixadoras: @braziliancuisinemarket @elisabarral @claudinhbr una222 @brunacristinatv

“

A verdadeira amizade,
é um laço que se
fortalece com o tempo.

Autor
Desconhecido





Vision board





Imagem da cidade extraída do site dos Melhores Destinos: <https://tinyurl.com/5f92hc7m>

PRIMEIRO ENCONTRO DO ANO - 30 DE JANEIRO

Gringas Atlanta

Embaixadoras: @tati_gringas @karinagraham_realtor @egedoz
@clmfontes @priscilacamaraphotography @andreiaguilmet @minas
grillbrf @flaviasouza8446



**Não é por acaso que
amizade rima com
felicidade.**

Autor
Desconhecido





Vision board





PRIMEIRO ENCONTRO DO ANO - 22 DE JANEIRO

Encontro das Líderes Regionais das Gringas





Imagem da cidade extraída do TripAdvisor: <https://tinyurl.com/295jsv3x>

PRIMEIRO ENCONTRO DO ANO - 31 DE JANEIRO

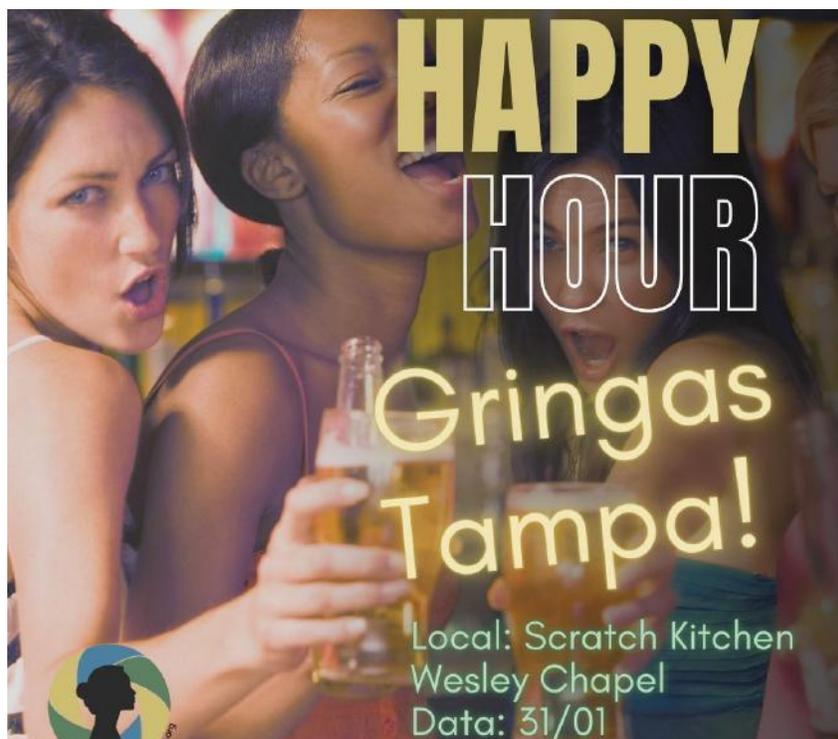
Gringas Tampa

Embaixadoras: @barbarajstaneck

“

Só se ver bem com o coração, o essencial é invisível aos olhos.

Pequeno
Príncipe



O objetivo da nossa campanha é fornecer apoio e recursos abrangentes para mulheres imigrantes da América do Sul, especificamente latinas brasileiras, que são vítimas de violência doméstica nos Estados Unidos.

"Quebrando o silêncio, empoderando vidas."

Na Gringas V.I.D.A., temos uma equipe de Embaixadores Gringas voluntários ajudando mulheres de todos os EUA por meio de nosso site Gringas.org, reuniões online para pequenos grupos, plataformas de mídia social, grupos de bate-papo Whatsapp e organizações locais sem fins lucrativos em todos os estados.



Nossos serviços de suporte incluem:



Linha direta de crise:

Estabelecendo uma linha direta de crise dedicada com voluntários bilíngues que possam fornecer suporte, informações e referências imediatas.



Assistência jurídica:

Fazendo parceria com organizações de assistência jurídica para fornecer representação legal gratuita ou de baixo custo para vítimas que buscam ordens de restrição, divórcio ou assistência de imigração.



Aconselhamento e Terapia:

Oferecendo serviços de aconselhamento e terapia para ajudar as vítimas a processar suas experiências, construir resiliência e desenvolver mecanismos de enfrentamento.



Abrigos e moradias seguras:

Colaborando com abrigos locais e organizações habitacionais para fornecer moradia segura e temporária para as vítimas e seus filhos.

MULHERES GRINGAS V.I.D.A.

gofundme™



Scan to donate to Gringas's fundraiser
**“Break the Silence: Help Immigrant Woman
Gringas V.I.D.A.”**



Grupos Gringas Localidades

Você sabia que muitas localidades tem seus próprios grupos que se encontram presencialmente? Quer fazer parte de algum? Ainda não tem um grupo perto de você? Que tal formar um? Entre em contato conosco e vamos viabilizar isto!



GRUPOS GRINGAS LOCALIDADES NOS ESTADOS UNIDOS

Gringos Alabama

Gringos Arizona

Gringos Califórnia

- Los Angeles
- San Diego
- San Francisco
- Sacramento

Gringos Colorado

- Denver e Região
- Tri-State Área

Gringos New York

Gringos Connecticut

Gringos New Jersey

Gringos Flórida

- Jacksonville
- Orlando
- South Flórida
- Tampa
- Palm Beach
- Fort Lauderdale
- Fort Myers

Gringos Georgia

- Atlanta e Região

Gringos Illinois

- Chicago e Região

Gringos Indiana

Gringos Maryland

Gringos Massachusetts

- Boston e Região

Gringos Missouri

Gringos Michigan

Gringos Nebraska

Gringos Nevada

- Las Vegas
- Reno

Gringos North Carolina

- North Carolina
- Charlotte

Gringos North Dakota

Gringos Ohio

- Cleveland
- Cincinnati
- Columbus
- Dayton

Gringos Oregon

- Portland e Região

Gringos Tennessee

Gringos Texas

- Austin
- Dallas
- Houston
- San Antonio

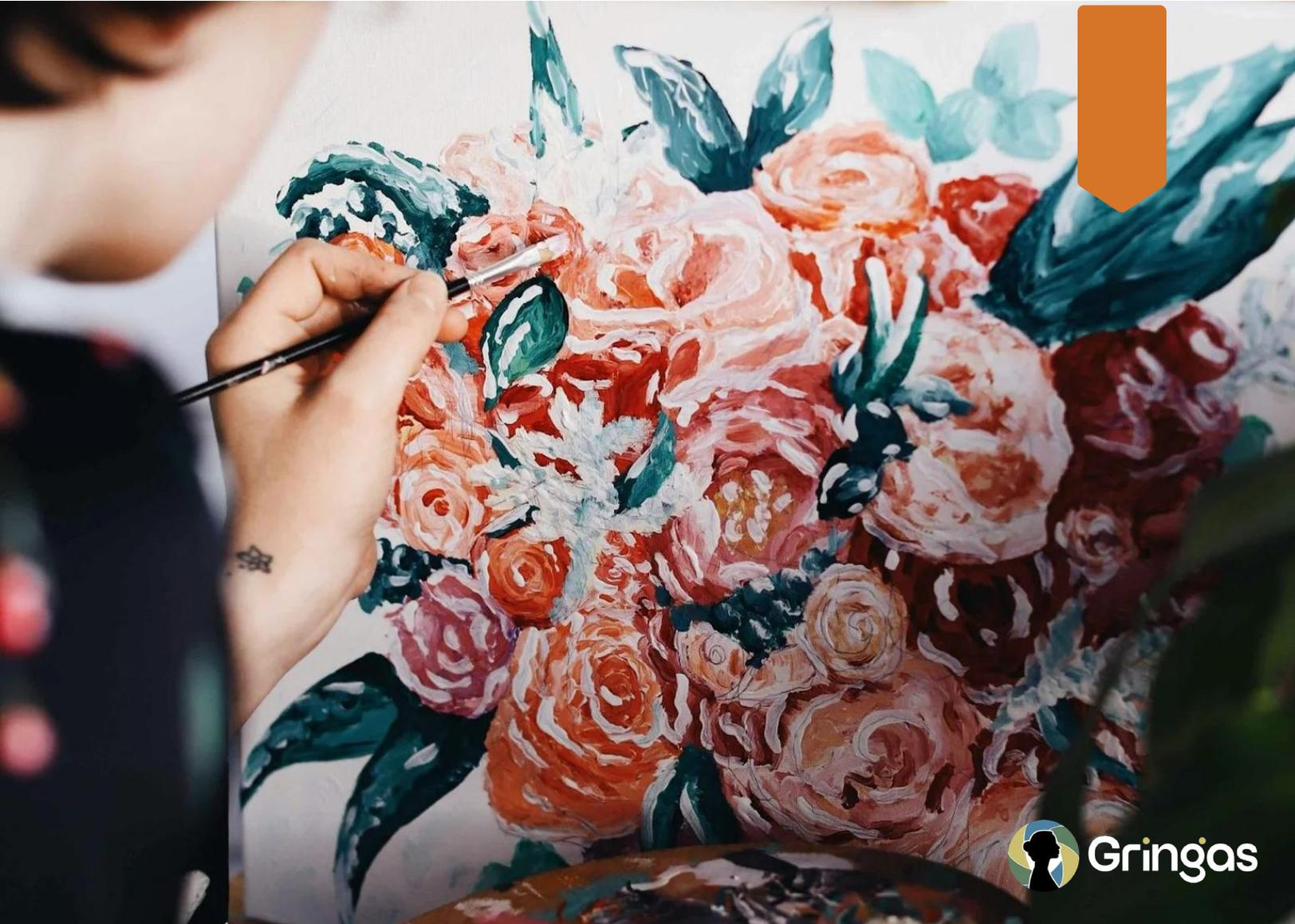
Gringos Utah

Gringos Virginia

Gringos Washigton

- Seattle e Região





Grupos Gringas Afinidades

Você tem algum hobby? Adora conversar sobre um assunto específico ou precisa de apoio em algum desafio? Estamos aqui com nossos grupos de afinidades e causas para te receber. Sempre tem um grupo se formando, então confira sempre nosso site para saber as novidades.



GRUPOS GRINGAS AFINIDADES



ALGUNS GRUPOS DO GRINGAS.ORG

- Gringas Divas
- Gringas Artesanato
- Gringas Au Pairs
- Gringas Adotivas
- Gringas Cancer Warriors
- Gringas Cristãs
- Gringas Clube do Livro
- Gringas Desapegos
- Gringas Empreendedoras
- Gringas English Only
- Gringas Fótografas
- Gringas Fitness
- Gringas Grávidas
- Gringas Gourmet
- Gringas Hot Talk
- Gringas Investidoras
- Gringas Imobiliário
- Gringas Job
- Gringas Lobas
- Gringas Mães
- Gringas Mães Especiais
- Gringas Mães de Pet
- Gringas Mídia
- Gringas Produtos e Negócios
- Gringas que Viajam
- Gringas Real State
- Gringas Separadas e Divorciadas
- Gringas Vegetarianas
- Gringas Wine



Grupos Gringas Afiliados

Grupo destinado à busca e divulgação de quartos, Airbnbs, apartamentos, casas para alugar ou vender. Grupo aberto para mulheres e homens. Para pessoas que moram ou estão visitando.



GRUPOS GRINGAS AFILIADOS



ALGUNS GRUPOS DO GRINGAS.ORG

- Boston Imobiliário
- Orlando Imobiliário
- New Jersey Imobiliário
- Nacional - Grupo imobiliário

Two women are shown from the chest up, smiling and looking towards the camera. They are holding white mugs with the Gringas.org logo and the text 'GRINGAS.ORG' and 'BONJOUR, BELLE!' printed on them. The woman on the left has long brown hair and is wearing a green jacket over a white t-shirt. The woman on the right has long blonde hair and is wearing a dark blue jacket over a white t-shirt. The background is a plain, light-colored wall.

Junte-se a nós!

Participe e convide uma amiga!



/GringaGirls



@gringagirlsofficial