

BELEZA

PROJETO NASCE COM A FINALIDADE DE VALORIZAR IMAGEM DE PESSOAS COMUNS DESPERTANDO SENTIMENTOS POSITIVOS QUE SE REFLETEM NOS COMPORTAMENTOS SOCIAIS

AUTOESTIMA SOLIDÁRIA

HELOISA ALINE

Como anda sua autoestima? O espelho é seu amigo ou você tem um caso complicado com ele? Pensando nessas questões, que afligem homens e mulheres, Carol Meyer, do site *Dicas da Carol*, idealizou o *Projeto Autoestima*, com participação de alguns parceiros que colaboraram com a causa. Graduada em relações públicas pela PUC/MG e pós-graduada em design de moda pelo Senai Cetiqt, ela faz parte de um grupo de pessoas inquietas que está sempre à procura de mais informações e conhecimentos, busca que a levou a se interessar também por desenho de joias e a se formar em consultoria de imagem pessoal, no Senac. Essa experiência, além de salvá-la da depressão, a fascinou tanto como opção profissional quanto pela possibilidade de ajudar as mulheres, em sua maioria, a se sentirem bem consigo mesmas e se relacionarem mais assertivamente na sociedade.

“Acredito que tudo que aconteceu surgiu a partir de uma paixão de infância. Sempre gostei de montar looks, tanto para minha avó, que ia à missa, diariamente, como para minha mãe, por ocasião de festas. Adorava essa mágica de transformar as pessoas. Mas a moda ainda era uma área restrita e tentei o vestibular para direito. Ainda bem que não passei”, admite.

Casada, já com dois filhos pequenos, diante de uma união falida e uma crise existencial, ela resolveu ir em busca do antigo ideal. Tomou coragem e foi estudar os meandros da consultoria em imagem pessoal, assunto que já gerava muita curiosidade com o crescimento do mercado fashion. “Comecei a escrever sobre moda e minha primeira oportunidade foi no Estado de Minas, quando Anna Marina, editora do Caderno Feminino, cedeu espaço na sua coluna diária para um e-mail que havia lhe enviado. A partir disto, ela me deu mais oportunidades, publicando ou-



Carol Meyer e Ramiro Cerqueira são parceiros no Projeto Autoestima

tros textos de minha autoria. Quando percebi, já havia muito conteúdo para mostrar. Criei um blogspot, bem simples mesmo, juntei a esse material outros artigos que havia escrito. A coletânea foi publicada com o nome *Dicas da Carol*”, explica.

Para divulgar o nome, acessou o facebook, onde postava looks diários com sugestões de como usar cada peça. “Com o sucesso do perfil e página do facebook, tornou-se inevitável ter algo mais profissional, daí o surgimento do site. Hoje em dia ele traz, diariamente, dicas de moda, cultura, saúde, beleza e comportamento, e está no Portal Uai”, salienta.

MISSÃO O *Projeto Autoestima* nasceu de uma profusão de sentimentos que estavam em ebulição no seu interior. Desapontada com a carreira de professora, chateada com algumas perspectivas frustradas, precisava de uma

energia nova ou, como ela mesma diz, algo para acreditar de novo. “A questão da autoestima sempre me provocou, é fruto de uma indignação antiga, uma perplexidade frente a tantas pessoas se sentindo péssimas com o próprio corpo e imagem. Então resolvi me jogar nesse universo. Como consultora de imagem, escutei vários relatos de pessoas de todas as idades, cores e credos, e percebi que tinha uma bela missão ali”, relata.

Carol conta que, nas palestras que ministra, costuma perguntar à sua plateia o que cada um gosta e o que menos gosta em si mesmo. Ela confessa que fica sempre surpreendida com as respostas e demandas. “É avassalador quando as pessoas não conseguem enxergar tudo que possuem. Já ouvi muitas mulheres deslumbrantes que não gostavam de nada em si e outras, até fora dos tais ‘padrões de beleza’, se amando completamente. Percebi que o



Elizângela Almeida, participante do projeto, hoje é modelo plus size

negócio é muito mais de dentro para fora do que de fora para dentro. A autoestima é uma conquista da mulher e isto sempre me motivou”.

O projeto se formatou realmente em sua cabeça, no final do ano passado, durante uma caminhada pela Savassi, impelido pela necessidade de fazer as pessoas mais bonitas – e mais felizes. Imediatamente, ligou para o amigo e fotógrafo Ruy Viana para ver se ele queria colaborar. “Ele aceitou na hora. Comecei uma enquete no facebook sobre o tema e a simpatia foi imediata. Vários relatos lindos de superação lotaram os comentários e me encheram de alegria. Contatei um a um e todos queriam participar”.

Só faltava um local para tudo acontecer. Nesses acasos do destino, Carol encontrou Ramiro Cerqueira, dono do *Office Hair by Ramiro Cerqueira*. Sensível e atento, a conversa entre os dois rendeu frutos e ele se dispôs a ce-

der o salão e toda a equipe para preparar os participantes para as fotos e vídeos. Segundo a consultora, a dinâmica funciona da seguinte maneira: os participantes prestam os depoimentos, colhidos por uma assistente, são penteadas e maquiadas, depois entrevistadas por Ramiro ou por ela para um vídeo que será veiculado no seu canal no Youtube. “Estamos abertos à parcerias e patrocínio de roupas, produtos de beleza, acessórios, de qualquer marca que se identifique com nosso projeto e tenha algo a dizer”, pondera.

A agenda incluiu 20 pessoas nessa primeira fase, todas elas contatadas na enquete feita na internet. “São pessoas iluminadas, que se desnudaram frente às câmeras e contaram suas histórias com um único objetivo: mostrar que tudo pode ser superado, e que são mais, muito mais do que um corpinho malhado e um rostinho bonito, mas gente de alma e coração”.

Agora, Carol está pensando em levar o projeto para o Complexo Penitenciário Estevão Pinto usando como ponte as empresárias Marcella Mafra e Daniela Queiroga, donas da marca *Liberteas*, cuja fábrica é localizada dentro do complexo, com participa-

ção das próprias reclusas. Em maio, o pátio do local se transformou em uma passarela, onde várias mulheres desfilaram as produções da grife, transformando-se em modelos por um dia.

O próximo passo é uma exposição de fotos e, segundo ela, quem sabe um livro? “O céu é o limite. Acredito que daremos um belo presente a essas pessoas através do reconhecimento e, ao mesmo tempo, mostrando que todos nós podemos superar aquilo que nos incomoda e nos tornarmos mais seguros e realizados”.

Profissional da beleza há mais de década, Ramiro Cerqueira é testemunha do que ela pode operar para elevar a autoestima. Para ele, as duas questões estão intimamente ligadas, mas essa dupla só vai funcionar de verdade, fluir idealmente, quando a pessoa está bem resolvida consigo mesma. A mulher tem que entender que não existe um padrão e que, às vezes, o que foge esteticamente disso, o que é diferente, é que vai torná-la mais interessante”, comenta.

“

Acredito que daremos um belo presente a essas pessoas através do reconhecimento e, ao mesmo tempo, mostrando que todos nós podemos superar aquilo que nos incomoda e nos tornarmos mais seguros e realizados

“

■ Carol Meyer



Dani Queiroga é uma das donas da marca Liberteas e também participou do projeto

“A mulher tem que entender que não existe um padrão e que, às vezes, o que foge esteticamente disso, o que é diferente, é que vai torná-la mais interessante”

■ Ramiro Cerqueira

clube A
assinante

SAÚDE É NO CLUBE A

Nilda Durães
(31) 3284-0287 | (31) 98475-9095
@clinicanildadurães

A drenagem linfática é uma técnica de massagem altamente especializada, feita com pressões suaves, lentas, intermitentes e relaxantes, que seguem o trajeto do sistema linfático, aprimorando algumas de suas funções. A clínica homônima de Nilda conta com a atuação e foco da profissional, que é formada em Pedagogia e Terapia Ortomolecular, investindo constantemente na realização de cursos no Brasil e no exterior.

CONCORRA A DOIS VOUCHERS DE DRENAGEM LINFÁTICA NA CLÍNICA NILDA DURÃES.
Acesse em com.br/clubea, saiba mais sobre a clínica e participe da promoção.
Resultado: dia 25/01 no site do Clube A.

Available on the iPhone
App Store

GET IT ON Google play

LIGUE FAÇA PARTE DO CLUBE A
Capital (31) 3263-5800 | Interior 0800-0315000
www.em.com.br/clubea

ESTADO DE MINAS

Acesse seu cartão pelo aplicativo ou site do Clube A.