



Elsa Maria Lopes Veiga — Cabo Verde



**Para uma mulher se fortalecer ela precisa de cercar-se de outras mulheres com o mesmo objetivo, ser guerreira e lutar pela sua liberdade.**



Maria Luísa Coimbra Pires — S. Tomé e Príncipe



**Ser Mulher  
é ser  
trabalhadora,  
mãe e  
criadora,  
avó,  
conscienciosa  
e respeitosa.**



**Dia  
Internacional da  
Mulher**



Amélia Pereira — S. Tomé e Príncipe



**Ser mulher  
tem sido uma  
experiência  
muito boa para  
mim, como  
mãe, como avó:  
é um orgulho  
para mim.**



Adalmilza Tavares — S. Tomé e Príncipe

||

**Ser mulher  
é um ato  
normal, é  
ser mãe, ser  
uma obra de  
Deus.**



Svitlana Vasylychenko — Cazaquistão



**Ser mulher  
é ser ativa,  
com força  
para a vida.**



Francisca Pedro — Angola



**Ser mulher é ser  
batalhadora e  
guerreira.  
Ser mulher é  
tudo. Mulher é  
Deus aqui na  
terra, é ser mãe,  
é ser pai, é dar  
educação.**



**Dia**  
Internacional da  
**Mulher**



**Para mim  
ser mulher  
é ter  
liberdade de  
expressão,  
o direito e o  
espaço.**



Maria Margarida Guedes — Portugal



**Ser mulher é o  
complemento  
da perfeição da  
Humanidade.**





Domingas Antónia Quaresma dos Santos — Cabo Verde



**Ser mulher é ser a progenitora da Humanidade. A mulher é muito importante na sociedade porque, quer no lar, quer na profissão, quer na sociedade, ela tem um papel preponderante e devia ser mais valorizada.**



Maria Filomena Borges — Cabo Verde



**Para ser  
uma mulher  
completa é  
preciso ter força,  
determinação  
para lutar pelas  
outras mulheres.  
Ser mulher de  
valor.**



Catarina Guedes Canelas — Portugal



**Ser mulher é  
desafiante.  
Viver num mundo  
em que se pensa  
ser ainda dos  
homens, é fazer uma  
caminhada na rua  
pela liberdade de  
todas as mulheres.  
Vivo e trabalho  
num “mundo” de  
homens e não me  
imagino sem a minha  
liberdade.**



Nancy da Costa Gonçalves — Guiné-Bissau



**Ser mulher é ser guerreira, uma rainha, porque eu penso igual às rainhas, porque não tenho medo de falhar, porque o fracasso é um degrau para a grandeza. Não sou nem devo ser a mulher maravilha, apenas uma pessoa vulnerável, forte, incapaz, gloriosa, assustada e audaciosa, apenas Mulher.**



**Dia**  
Internacional da  
**Mulher**



Adriana Sobral — Brasil



**Ser mulher é  
tanta coisa.  
É tudo. Ser  
mulher é  
força, estar  
em luta, é  
acreditar  
sempre na  
vitória.**



**Dia**  
Internacional da  
**Mulher**



Maria Emilia Lopes Coelho — Portugal

//

**Ser mulher é  
Ser mãe,  
Companheira,  
Amiga,  
Amante,  
E sem se  
esquecerem  
Que ela também  
chora, é alegre  
Pode ser tímida  
ou extrovertida.**



Rosa Andrade — S. Tomé e Príncipe



**Ser mulher no contexto atual, é ter liberdade de escolher o seu espaço, direito à voz sem que sofra algum tipo de retaliação ou diminuição. Ser mulher é ser resistência, força, coragem. Poderia elencar diversos objetivos ou pontos positivos que representam bem o género, batalhadora. Ser mulher é estar em mil lugares numa só vez e fazer mil espaços no mesmo tempo, ser forte e fingir ser frágil para ter um bom carinho.**



Daniela Gentil — Moçambique



**Ser mulher é  
começarmos  
desde criança,  
sempre mulher,  
é tudo, é roupa,  
é casa, arrumar,  
cuidar, educar,  
mas eu fui sempre  
independente, fui  
e sou o pilar da  
casa. Pertencço à  
Comunidade Hindu  
do Templo de Shiva.**