

março | 2020

# MAGAZINE

AHBVV #15

# FIQUE EM CASA



**AJUDE-NOS A AJUDAR  
JUNTOS VAMOS CONSEGUIR VENCER**

**IBAN 0035 0829 0000 0416 230 98**

por **ANTÓNIO SILVA**,  
Presidente da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares



Muitos são os projetos, grupos, indivíduos, muitas são as ideias para ajudar quem mais precisa neste momento, ainda que praticamente todos estejamos a ser afetados pela pandemia da Covid-19.

A AHBVV está a prestar um serviço extraordinário à comunidade. Os Bombeiros têm visto o seu trabalho a aumentar, e cada vez mais desafiante. Para além das "habituais" ocorrências, a pandemia do novo corona vírus desafia a atuação e as condições de segurança destes profissionais e voluntários.

As recomendações são para que, se possível, se fique em casa, dado que o isolamento, acompanhado das medidas de higiene e etiqueta respiratória, são as formas mais eficazes de reduzir a transmissão do vírus. Porém, os profissionais de saúde não se podem submeter à situação de isolamento. Os nossos Bombeiros não são exceção e querem continuar a cumprir a missão permanente de servir a comunidade.

Os desafios são operacionais e administrativos. Os salários do mês de Março, de todos os funcionários da Associação, estão pagos. Mas as receitas não estão a acompanhar os custos associados às novas exigências!

Se vou ficar em casa?  
Não vou.

Se vamos ceder na ação, porque a receita escasseia?  
Não queremos ceder e acreditamos que nos ajudarão a pagar as contas, para que nunca tenhamos que dizer: não podemos socorrer!

Vamos pois a todas as solicitações de ajuda...

Mas vamos melhor se tivermos receitas; se tivermos mascarar; se tivermos fatos; se tivermos batas; se tivermos cobre botas; se tivermos luvas; etc...

Ajude-nos a ajudar!

Acreditamos que juntos sairemos vencedores...e nessa convicção quero apresentar aos sócios e a toda a comunidade um novo projecto da nossa Associação:

#### **TI-NO-NI CAMP**

É um campo de férias que se destina à faixa etária dos 8 aos 18 anos.

Acontecerá em julho:  
de 6 a 10 / 13 a 17 / 20 a 24 e de 27 a 31.

Se Julho será TI-NO-NI CAMP...

Agora é tempo de ficar em casa e confiar que a nossa Associação, com os seus Bombeiros teremos organização e forças para vencer este inimigo invisível.

É de registar o apoio recebido nesta luta das empresas: MAXFIT; PARFOIS; SPAR; ESTUDIO PLAST; ISTAS- HAL; PANRICO e CÂMARA MUNICIPAL DE GAIA.

#### **SALÃO NOBRE CONVERTIDO - ALOJAMENTO DE QUARENTENA**





# O MUNDO NUNCA MAIS SERÁ IGUAL

03

por **SOFIA CRUZ**,  
Tesoureira da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares

Estamos a 31 de março, já passaram umas semanas após o alerta do COVID 19.

Continuo em funções de uma ERPI e todos os dias me deito e acordo com a ansiedade de um novo amanhecer. Se não fui contactada durante a noite... é porque tudo está tranquilo. Anseio com chamadas de funcionárias que avisam que não estarão no local de trabalho, por este motivo ou outro... receio pela sua saúde.

A ansiedade, a inquietação, o ser o nº 1 para casos de urgência. O ter medo de adoecer e passar a responsabilidade para outros... mata-me por dentro.

Acredito que após pandemia algo terá de se alterar.

Mas, e é com a garganta apertada de vejo "

**FICA EM CASA.  
PROTEJE-TE!"**

Quero ver: "tu que estás em funções... obrigada".

Estamos cansados. Física e emocionalmente! As lágrimas querem aparecer... mas contemos.

Mas em casa... sozinhas elas caem!

Enquanto AS, e em nome de outras profissionais, em IPSS só espero que o nosso esforço, o nosso não abandonar o "barco" seja devidamente repensada no nosso contexto profissional. Solicitar a uma AAD que faça um turno extra ... choro por dentro quando me diz "estamos para ajudar. Conte comigo"

Na minha instituição todos continuam, felizmente de boa saúde, as trabalhadoras mantêm o seu posto de trabalho e dispostas para esta luta.

Enquanto Diretora dos BVValadares... peço-vos que mantenham todas as normas de segurança.

Lavem as mãos e tenham prudência.

Também vocês estão em primeira linha.

Protejam-se.

Andamos a solicitar há meses por donativos para fazer face às despesas e compras de veículos cruciais.

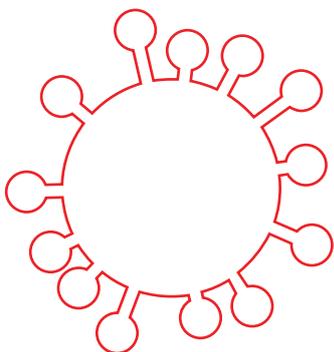
Agora apelamos ao vosso contributo para estarmos munidos de equipamento de segurança e material para as nossas ambulâncias.

Se quer ser ajudado... cumpra agora o seu papel.

Se tem a "sorte" de poder estar em casa, ajude quem está ao serviço, fora de casa, e colocando-nos diariamente em perigo, pelo não isolamento social.

O mundo nunca mais será igual.

Nunca na vida pensei em passar por semelhante, tal como vós. Todos os dias são uma aprendizagem.



# FIQUE EM CASA

# CONTRIBUA, POR SOLIDARIEDADE!

por CLÁUDIA RAQUEL SILVA,  
Presidente da Assembleia Geral da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares

Nesta fase que vivemos, devido à doença SARS-CoV-2 (Covid-19) desafiamos os nossos limites de calma, de paciência e de capacidade de multitarefeiros. Promovemos a resiliência e o esforço individual para criar laços fortes no coletivo.

Estamos a renovar o nosso quotidiano, seja familiar e/ou profissional. Surgem diversas angústias: se a doença afectará algum de nós ou um familiar; como ficará a nossa atividade profissional; como ficarão os nossos filhos - em que medida serão afectados, quer psicologicamente quer a nível escolar; enfim um rol de interrogações que surgem. Não há, ainda, certezas nem respostas concisas.

Talvez a única certeza do momento é que somos todos chamados a ajudar, cada um no seu papel e dever.

Aos nossos queridos sócios e amigos o que pedimos neste momento é que ajudem os BVV. Muito ou pouco não interessa, o importante é que seja na medida do que cada um pode no momento. Um contributo para que a Associação possa cumprir com todos os seus compromissos financeiros, neste momento de responsabilidades acrescidas e sem o retorno usual. Uma boa forma de o fazer é trazer mais um sócio.

Traga um amigo, um vizinho ou um familiar, mas traga, por solidariedade!

A Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares tem responsabilidade para com os seus sócios, e sobretudo para com a população que socorre e auxilia.

Creio que ficará para a História que a AHBVV não desiludiu, foi brava e cumpriu o seu desígnio: como sempre a socorrer e ajudar o próximo.



“Talvez a única certeza do momento é que somos todos chamados a ajudar, cada um no seu papel e dever.”

JÀ É SÓCIO  
DA ASSOCIAÇÃO  
DE BOMBEIROS  
VOLUNTÁRIOS  
DE VALADARES





**Magazine n.º 15**, como eu gostaria de escrever coisas bonitas e optimistas que fizemos e o que tínhamos programado em fazer, mas a verdade é que em duas semanas tudo se alterou, todos os planeamentos foram por água a baixo.

Estamos perante uma pandemia que parece não ter fim, onde nesta fase temos de nos proteger e ficar em casa, seguindo as orientações da Direção Geral da Saúde, para o bem de todos, combatendo o Covid-19 da melhor forma possível.

Aqui nos Bombeiros Voluntários de Valadares temos em vigor o nosso Plano de contingência em vigor, sendo que a nossa prioridade são as pessoas, temos de salvar vidas humanas, desejando que tudo isto passe o mais rápido possível e que todos fiquemos bem.

Escrevo hoje não como Vice-presidente da AHBVV, mas como filho, pai, um ser humano preocupado com os desenvolvimentos que toda esta pandemia está a provocar em todo o Mundo.

Estamos todos a passar por momentos muito difíceis, mas não podemos desistir, temos de ter força e muita coragem.

Somos uma Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários, em que a nossa missão principal é salvar pessoas e bens, mas como tudo na vida é preciso criar condições para que esta missão seja feita da melhor forma possível. Temos de ter os nossos operacionais devidamente equipados, salvaguardando a sua proteção para nunca falhar com o socorro pronto e eficaz. Estamos a viver uma realidade nunca vista, em que está a afetar todo o mundo, mas aqui na Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares estamos prontos para o que precisar, seja por causa do Covid-19 ou por outro tipo de ajuda.

Como Vice-presidente e Valadarense tenho um enorme orgulho nos nossos operacionais, na pessoa do Sr. Comandante Jorge Prazeres, que não viram a cara e vão à luta, estando sempre na linha da frente, com a força e a coragem necessária para não falharem no socorro daqueles que precisavam de ajuda.

Todos eles também são seres humanos e têm família, mas neste momento o dever fala mais alto e nisso os Bombeiros Voluntários de Valadares estão a fazer um trabalho incrível, por isso eles estão fora de casa

por nós, daí apelo para ficarmos em casa por eles, seja responsável e proteja-se. A todos vós Bombeiros Voluntários de Valadares acima de tudo protejam-se, tenham muita força e coragem para estes tempos difíceis, a todos vós o meu muito OBRIGADO.

Agora mais do que nunca apelo à vossa ajuda urgente, estamos com uma grande carência em material de proteção individual para o transporte de doentes com Covid-19, atingindo o limite do mesmo, para que os nossos Bombeiros tenham as condições de segurança para fazer estes transportes.

**Por favor peça que nos faça chegar os equipamentos de proteção individual para fazer face a este aumento de transportes de doentes com Covid-19, como por exemplo: Máscara cirúrgica; bata impermeável; luvas; Protector ocular.**

Além da falta deste equipamento temos uma dramática quebra nas nossas receitas, em que neste momento as mesmas não cobrem as despesas fixas.

Três das nossas maiores receitas estão a ter quebras de mais de 50%:

- o Posto de combustível visto que as pessoas estando em casa não gastam tanto combustível;
- a cobrança de quotas visto que os nossos cobradores não a estão a fazer e muitos dos nossos sócios ainda pagam ao cobrador porta a porta;
- os transportes de doentes não urgentes visto que as clínicas de fisioterapias e consultas não estão a trabalhar.

Por estes fatos precisamos de si, sendo que o mês de Março já termos os nossos compromissos pagos, como os salários, as obrigações fiscais, daqui para a frente não sabemos o que iremos poder fazer, ou se vamos conseguir cumprir com as nossas responsabilidades, esperando que esta seja a sua vez de ser um verdadeiro herói, com o seu donativo ou o pagamento da sua quota pelas vias digitais (transferência bancária).

Acredito que todos juntos vamos ultrapassar as dificuldades, sendo minha convicção que a solidariedade vai ser mais contagiosa que o vírus.

**Somos todos BVV!!!**

COVID-19

# ABASTECER EM TEMPO DE COVID-19

06

por HELDER SOUSA

Responsável pela bomba de abastecimento Galp da AHBV

Lavar as mãos?? Quem nunca... Não é?

São já muitas as empresas que adotaram regimes de teletrabalho, de forma a conter o crescimento do COVID-19, seguindo as recomendações da Organização Mundial de Saúde. Porém, muitos trabalhadores continuam a dirigir-se diariamente para o trabalho, recorrendo ao automóvel privado para se deslocarem. Desta forma, para muitos condutores continua a ser obrigatória a ida aos postos de combustível.

Estima-se que o novo coronavírus possa sobreviver até nove dias em superfícies de metal, pelo que reunimos algumas dicas que o vão ajudar a reduzir o perigo de contágio no nosso espaço.

Dicas para evitar o contágio na bomba de combustível GALP de Valadares:

Faça pagamentos diretos na nossa bomba (self-service) ou através de recurso a cartão, sempre desinfetando as mãos com o gel disponibilizado no local.

Ande com lenços, luvas e gel desinfetante para sua proteção (convém ter sempre no carro á sua disposição) - Deite as luvas e o papel fora sem tocar na parte exterior, assim que tiver abastecido e feito o pagamento deve deitar fora as luvas e os lenços de papel. Mas lembre-se que nunca pode tocar na parte exterior. Tire as luvas lentamente e com o maior dos cuidados, virando-a do avesso. Só assim estará a reduzir ao máximo a possibilidade de contacto com qualquer partícula.

Esteja sempre a dois metros de distância do operador, caso saia do carro.

Evite tocar diretamente na mangueira, na "pistola", há funcionários para esse efeito.

Desinfete as mãos e o carro com gel (ou outra solução) à base de álcool. - Os mais cuidadosos também podem desinfetar o volante, a manete de mudanças e os botões/comandos da consola.

SEJA PRUDENTE... PROTEJA-SE A SI E AOS OUTROS!!



# LIMPEZA, HIGIENIZAÇÃO E VENTILAÇÃO DAS VIATURAS DE SOCORRO

ORLANDO FERNANDES

Director | Fotógrafo da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares



# OCORRÊNCIAS DE EMERGÊNCIA

por JORGE PRAZERES,  
Comandante dos Bombeiros Voluntários de Valadares

256

Saídas de transporte regular de doentes  
CONSULTAS | FISIOTERAPIAS | TRATAMENTOS

TOTAL DE

1007

Utentes transportados

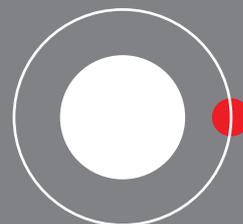


## ÁREA DE ATUAÇÃO PRÓPRIA



VALADARES/GULPILHARES	193
CANELAS	73
V. PARAISO	40
MADALENA	20

## FORA DE ÁREA DE ATUAÇÃO PRÓPRIA



STª MARINHA /SP AFURADA	13
CANIDELO	17
MAFAMUDE	50
MADALENA	23
OLIVEIRA DO DOURO	1
AVINTES	8
V. ANDORINHO	2
PEDROSO	2

## MEMÓRIAS

ORLANDO FERNANDES

Director | Fotografo da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares



Ser assolado por algo tão soberbo como um inimigo invisível que ataca à traição faz desembestar o ser mais âmago que existe no interior de cada ser que não se dê por vencido por tal façanha monstruosa capaz de erradicar qualquer indivíduo que o ouse combater.

São milhares de exemplos a quem aplaudir, de variadíssimas vertentes, de setores que diariamente damos como banais e que tanta falta nos fazem no nosso quotidiano e que, apenas nesta realidade tão assustadora e incerta, somos capazes de reconhecer que sem eles não sabemos nem somos capazes de viver numa sociedade dita funcional e civilizada.

O tão popular homem do lixo, o que seria da salubridade pública sem ele? O repositores de supermercado, tão badalado nos últimos tempos, o que seria da nossa ânsia de comprar se o objeto não estivesse disponível? E os camionistas, que percorrem infindáveis distâncias para nos pôr à disposição tudo aquilo que necessitamos? As equipas de limpeza, aqueles que percorrem corredores repletos de angústia e desespero para manterem higienizado o melhor possível o espaço que nos possibilitará a recuperação? E os auxiliares de saúde, que impelidos por uma necessidade doura, desempenham uma missão de apoio inigualável? Os enfermeiros e o corpo médico deste país, como faríamos sem a sua existência? Polícia, INEM, Cruz Vermelha, empresas de eletrificação, empresas de abastecimento de água, empresas de comunicação e telecomunicação, rádio, televisão, postos de combustível, caixas de supermercado, os padeiros, enfim, todo um conjunto de profissionais que não se pode proteger na segurança do seu lar porque são abespinhados para que todos os outros o possam fazer.

Estes, que podem usufruir duma segurança caseira sem terem a obrigação de se exporem a este inimigo invisível, devem beneficiar desta benesse o mais possível, arriscando-se apenas para o mais estritamente necessário.

Para bem da nação e de todos nós, a maioria da sociedade já entranhou esta missiva de ter de ficar por casa e como o ser humano é um animal de hábitos, com maior ou menor dificuldade, adapta-se a estes tempos de refúgio caseiro. No entanto, aqueles que gostam de desafiar a fortuna, podem vir a tornar-se o fator oposto ao desejado por toda a comunidade, uma eliminação rápida desta maleita que teima entre nós.

Porém, há uns que também teimam em desafiar o quotidiano, contrariando conscientemente, todas as indicações. Contudo, estes fazem disso o seu modo de vida e a estes, batemos palmas e tirámos o chapéu, pois são estes que se apresentam quando todos os outros falham (não por vontade própria, mas por infortúnio do momento) e são estes que dizem presente sempre que solicitados, não só numa crise pandémica, mas a todas as crises que perpetraram a sociedade ao longo de doze meses.

Estes, estão presentes e a estes, que teimam em fazê-los passar despercebidos como simples acessórios corriqueiros, a estes, nós devemos bater palmas, tirar o chapéu e nos curvar. São homens e mulheres que se dedicam a uma causa que não tem sentido explicativo e são estes homens e estas mulheres que constituem um Corpo de Bombeiros Voluntários, radicado em Valadares, Vila Nova de Gaia, que se expõe diariamente em seu detrimento e sempre em prol do desconhecido. Um Bem Haja a Vós.

**AJUDE-NOS A AJUDAR  
JUNTOS VAMOS CONSEGUIR VENCER**

**IBAN 0035 0829 0000 0416 230 98**

# DIAS DE RECOLHIMENTO

por **ANDREA PAIVA**,  
Directora da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares

Nestes dias de recolhimento, em que fomos surpreendidos por uma nova realidade que exigiu de todos nós uma adaptação, quero aqui deixar umas palavras de esperança e conforto. Esperança que esta seja uma fase que rapidamente faça parte da história, e nos permita crescer enquanto seres humanos pertencentes à comunidade e ao mundo. E conforto, lembrando que, mesmo nesta fase, em que existe um receio latente pelo que possa acontecer, continuamos a ter o nosso Corpo de Bombeiros disponível para ajudar quem necessita. Nos momentos mais difíceis, em que surge uma dificuldade séria, os bombeiros correm em socorro.

E, tal como antes da fase de recolhimento, correm agora em socorro de quem necessita, arriscando a sua vida e a sua saúde para apoiar o próximo. Deixam em casa a família em sobressalto, na preocupação pelo seu herói.

Tem sido realizado um esforço na Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares para garantir que a assistência às vítimas é realizada em segurança, minimizando os riscos de contágio dos nossos operacionais de primeira linha que realizam a assistência pré-hospitalar, bem como a segurança da pessoa assistida. Reforçamos, e iremos continuar a reforçar, os equipamentos de proteção individual, para que um toque de sirene seja um impulso genuíno de altruísmo e humanismo, deixando para trás os receios.

As necessidades continuam dia após dia, na medida em que dia após dia continuam os apelos de socorro. Neste sentido, pedimos que ajude estes heróis a manter a sua atividade, contribuindo para que possamos continuar a adquirir os equipamentos de proteção individual.

Ajude-nos a ajudar!



# RESTRIÇÃO IMPENSÁVEL

por **TERESA LOPES**,  
Presidente do C. Fiscal da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares

Estamos a viver um momento de grande restrição à nossa mobilidade relacional e como tal, o nosso caminho implica a superação de provas que até aqui, nem nos nossos pensamentos mais recônditos, nos passaria pela mente.

A vida tal qual a conhecemos mudou e regras que existiam foram ultrapassadas num ápice por outras, completamente novas e às quais, nos temos de adaptar para que os nossos objetivos se cumpram e que a definição sociológica do Homem "O HOMEM É UM SER EMINENTEMENTE SOCIAL" não se desvaneca e se transforme num velho cliché.

Como consequência destas alterações e agora olhando um pouco para dentro, os BVV como tantos outros, tiveram também de se ajustar, o que estão a fazer de forma ordenada, responsável, profissionalizada e também porque não dizê-lo, criativa.

Pugnando-se por contas certas e informação com verdade aos Senhores e Senhoras associadas, este ano, decorrente do período que se está a viver não foi possível apresentar contas e consequentemente fazer a Assembleia Geral em tempo útil.

Gostaríamos contudo de informar que o processo de fiscalização de contas teve e está a ter, o tratamento normal conforme prática dos anos anteriores pelo que, está a ser feito de forma continuada sendo utilizado o teletrabalho.

Verificamos no entanto que decorrente deste flagelo que atinge todo o mundo, os BVV não são exceção ao restante tecido económico-social e estão a ter dificuldades de tesouraria decorrente da redução abissal do número de serviços de transporte pagos bem como de uma redução de mais de 50% nas vendas do posto de gasolina.

Estão porém dotados de toda a força anímica e com a bravura que lhes é apanágio, estão na primeira linha da disponibilidade, para ajudar toda a comunidade Valadarense e limítrofe.

É pois com muito orgulho que faço parte da Associação Humanitária dos B. V. Valadares que faz jus à citação de Nelson Mandela "O homem bravo não é o que não sente medo, mas sim o que vence aquele medo"

Porque estamos a falar de homens e mulheres de grande coragem e resiliência apelo à comunidade em geral; Ajudem os B.V. Valadares

Pelos minutos que dedicaram a ler esta pequena missiva e pelo contributo que possam ter, o meu muito obrigado



# TÉCNICAS TERAPÊUTICAS NA ACUPUNCTURA PEDIÁTRICA

09

por RITA MARAFUZ

A Pediatria em Medicina Chinesa tem referências desde a dinastia Song que vigorou na China entre os anos 960 e 1279. Já nessa altura se reconheciam diferenças de diagnóstico e tratamento entre adultos e crianças. Aliás, na Medicina Chinesa as crianças são também vistas de forma diferente dos adultos e com características energéticas diferentes, consoante a sua fase de crescimento.

Para além da acupunctura tradicional, onde se utilizam pequenas agulhas de acupunctura, foram sendo desenvolvidos métodos e terapêuticas diferentes ao longo dos anos, que se adequam no tratamento de crianças. As agulhas de acupunctura são extremamente finas, muito pequenas e praticamente indolores. Apesar disso, podemos recorrer a outras técnicas na fase inicial ou em todos os tratamentos, ajustando sempre ao conforto da criança.

Uma dessas técnicas, utilizadas frequentemente, nomeadamente nos bebés e crianças pequenas, é utilização de pequenos utensílios metálicos para pressionar pontos e áreas do corpo e que têm uma ação terapêutica semelhante às agulhas de acupunctura. Esta técnica designa-se por Shonishin, que significa “agulhas para crianças” existindo registos no século 17 da utilização desta terapêutica.

O Tui Na (massagem chinesa) é outra técnica que consiste na manipulação manual de pontos e meridianos. O Tui Na pediátrico tem manipulações muito próprias e adaptadas às crianças sendo uma técnica com referências que datam a dinastia Ming (1368-1644). A sensibilidade cutânea e a fácil condução nervosa potenciam o efeito do estímulo manual nos pontos e meridianos favorecendo a homeostase e recuperação da criança.

As agulhas de acupunctura podem ainda ser substituídas por equipamentos e técnicas mais modernas como o laser e a cromopunctura. Esta última consiste na aplicação de cores em pontos de acupunctura, associando o efeito cromático com os pontos e meridianos de acupunctura.

De uma forma geral, da experiência clínica com crianças, podemos afirmar que estas facilmente se adaptam às diversas técnicas utilizadas e até se divertem no processo.



## Em que casos podemos recorrer a estas terapias?

A acupunctura pediátrica promove a manutenção da saúde, auxilia e ajuda na melhoria de inúmeras patologias. As crianças reagem muito bem a este tipo de terapêutica, não só na melhoria do seu estado de saúde, como no bem-estar que sentem durante os tratamentos.

As crianças são particularmente acometidas por doenças do foro respiratório e digestivo, necessitando por isso de reforço e fortalecimento do Pulmão, Baço e Estômago. Existem pontos de acupunctura que promovem esse reforço fisiológico, auxiliando a recuperação e manutenção da saúde.

Principais indicações para acupunctura pediátrica

- **Patologias do foro digestivo:**  
Cólicas abdominais, obstipação, falta de apetite, refluxo, vômitos frequentes;
- **Patologias do foro respiratório:**  
Rinite, sinusite, resfriados e constipações frequentes, asma, tosse;
- **Problemas de pele:**  
Eczema, dermatite atópica, psoríase, acne juvenil;
- **Outras indicações:**  
Enurese noturna, problemas de sono, dores musculares, obesidade infantil, irregularidades ciclo menstrual, hiperatividade, entre outras.

Numa primeira consulta é realizada toda a recolha de informação, não só do historial clínico, mas também de outras questões que permitem complementar o diagnóstico e definir a terapêutica mais adequada.



BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE VALADARES

BVV Preparados!



SALÃO NOBRE CONVERTIDO - ALOJAMENTO DE QUARENTENA

