UN ESTUDIO DE ADORÉE · 2026



Restart.

Retos y sabiduría serena para las mujeres ucranianas que construyen una nueva vida en Europa.

Arnaud Devigne

FUNDADOR · EU4UA.ORG Y ADORÉE · CLUBADOREE.COM

NOTA DEL AUTOR

Por qué existe este estudio.

A finales de febrero de 2022, en los primeros días de la invasión a gran escala de Ucrania por parte de Rusia, fundé EU4UA.org. Lo que empezó como una pequeña plataforma que ponía en contacto a familias de acogida europeas con mujeres ucranianas que necesitaban un lugar seguro se convirtió en algo más grande: una red gracias a la cual más de 40.000 mujeres rehicieron el primer capítulo de su vida europea.

Cuatro años después, algo ha cambiado. Las mujeres con las que hablaba en 2022 se centraban en una sola cosa: sobrevivir. Las mujeres con las que hablo hoy se centran en algo muy distinto: vivir. Encontrar un trabajo que aproveche sus verdaderas competencias. Dominar un tercer o un cuarto idioma. Criar a hijos cuyo acento ya no es el suyo. Y, muy en silencio, empezar a preguntarse si tienen derecho a volver a sentirse plenamente vivas. Si tienen derecho a volver a amar.

Este documento se basa en dos fuentes. La primera es la literatura institucional sobre el desplazamiento ucraniano: ACNUR, OCDE, agencias de la UE y estudios revisados por pares publicados entre 2022 y 2026. La segunda está más cerca: una encuesta a 215 mujeres ucranianas asentadas en 18 países europeos, que realicé con la comunidad EU4UA en la primavera de 2026.

No soy sociólogo ni terapeuta. Lo que tengo es una pregunta que no dejo de oír y un patrón en las respuestas. Este estudio es mi intento de compartir lo que he aprendido, organizado en siete capítulos: uno por cada gran terreno que se pide a una mujer ucraniana en Europa que cruce a la vez.

Espero que le sirva. Si no es así, déjelo a un lado. No le debe su atención a nadie, y a mí menos que a nadie.

— Arnaud Devigne, mayo de 2026

EL CONTEXTO

La revolución silenciosa en cifras.

Las cifras sin rostro se olvidan con facilidad; los rostros sin cifras se subestiman con facilidad. Necesitamos ambos.

5,9 M

refugiados ucranianos registrados en el mundo a principios de 2026: la mayor crisis de desplazamiento en Europa desde la Segunda Guerra Mundial.

76 %

de quienes huyen de la guerra son mujeres y niños. El carácter de género de este desplazamiento no tiene precedentes en la historia europea moderna.

90 %

de los refugiados ucranianos del mundo están acogidos en países europeos. Solo Alemania y Polonia acogen a más de 2,2 millones.

57 %

de los refugiados ucranianos de 20 a 64 años en Europa trabaja: todavía 22 puntos por debajo de los nacionales del país de acogida.

40 %+

de las refugiadas ucranianas encuestadas tiene un máster o un título superior, muy por encima de la media de la UE para la población migrante.

60 %

de los refugiados ocupados dice trabajar por debajo de su cualificación real. El subempleo es el coste silencioso del desplazamiento.

NUESTRA PROPIA ENCUESTA

Lo que nos contaron 215 mujeres.

Entre marzo y mayo de 2026, 215 mujeres ucranianas de 18 países europeos respondieron a una encuesta extensa difundida a través de la comunidad EU4UA.

DÓNDE VIVEN

Los cinco grupos más numerosos están en Alemania (18 %), Francia (13 %), Polonia (10 %), el Reino Unido (9 %) y España (7 %), pero hay 18 países europeos representados.

TRABAJO

El 36 % tiene un empleo estable. El 29 % sigue buscando. El 16 % trabaja con contratos temporales. En total, más de cuatro de cada cinco participan en el mercado laboral, pero la estabilidad sigue siendo desigual.

HIJOS

El 54 % tiene al menos un hijo a su cargo. El 20 % tiene dos o más. La crianza en solitario, a menudo a través de fronteras, es la estructura familiar dominante.

SITUACIÓN PERSONAL

El 48 % tiene pareja. El 52 % no. Entre las que no tienen pareja, solo el 25 % busca activamente; las demás se toman su tiempo, están sanando o aún no lo saben.

APLICACIONES DE CITAS

El 87 % no usa activamente aplicaciones de citas. Entre las que las probaron, el 32 % dice que la principal decepción fue que los hombres no buscaban una relación seria. Satisfacción media: 2,8 sobre 5.

LO QUE IMPORTA EN UNA PAREJA

Primero la estabilidad y la seguridad (68 %), después el respeto y la delicadeza (54 %) y el compromiso (48 %). La apertura cultural y los proyectos familiares compartidos quedaron por detrás, pero nunca faltaron.

CAPÍTULO 01

Dónde está usted.

La geografía ya no es una cuestión de distancia. Es una cuestión de qué vida está dispuesta a construir ahora, sabiendo que la versión que imaginaba hace tres años ya no es la única posible.

Según ACNUR, las mayores comunidades de refugiados ucranianos en 2026 están en Alemania (~1,2 M), Polonia (~1 M), la República Checa, el Reino Unido, España e Italia. El país al que huyó quizá no sea el país al que pertenece a largo plazo, y es legítimo plantearse esa pregunta en serio.

Una encuesta de hogares de ACNUR de 2024 halló que el 65 % seguía expresando el deseo de volver algún día a Ucrania. Pero la cifra no deja de bajar. En nuestra propia encuesta de 2026, el 37 % dijo claramente que quiere quedarse donde está. Cada año, una parte silenciosa del «volveré» se convierte en «iré de visita, pero mi vida ahora está aquí». Esa frase no es una traición. Es un reconocimiento.

PRIMERA OBSERVACIÓN

Su país de acogida fue una elección hecha bajo presión

La mayoría de las mujeres eligió su país de acogida por tres razones: qué frontera estaba más cerca, dónde tenía un contacto y a qué idioma tenía algún acceso. Son razones de urgencia, no de encaje a largo plazo. Volver a hacerse la pregunta ahora, con calma, no es deslealtad hacia el lugar que la acogió. Es madurez.

SEGUNDA OBSERVACIÓN

Europa occidental y Europa del Este son dos experiencias distintas

En Polonia, Chequia y Eslovaquia, la distancia cultural y lingüística es menor y el empleo llega antes, pero los techos profesionales son más bajos. En Alemania, Francia, el Reino Unido y los países nórdicos, la distancia cultural es mayor, pero los techos son más altos. Saber qué equilibrio conviene a su etapa de vida importa más que saber cuál es mejor.

TERCERA OBSERVACIÓN

Moverse dentro de la UE es su derecho

La protección temporal, prorrogada hasta 2027, le da derecho a desplazarse entre los Estados miembros de la UE. En nuestra encuesta, el 63 % de las mujeres dijo que se plantearía mudarse por amor. La mayoría nunca ejerce ese derecho porque mudarse parece enormemente costoso. Pero el coste de quedarse cinco años en el lugar equivocado es mayor.

CAPÍTULO 02

El trabajo, y el largo camino de vuelta.

Llegó con títulos, experiencia y una profesión. Ahora le piden que lo demuestre todo desde cero, en un idioma que no eligió, con categorías que no existen en su país. Su impaciencia no es un defecto.

El análisis de ACNUR publicado en enero de 2026, basado en más de 6.000 observaciones de encuesta, dibuja un panorama claro. Alrededor del 57 % de los refugiados ucranianos de 20 a 64 años trabaja. Pero cerca del 60 % de ellos dice trabajar por debajo de su cualificación: el doble de probabilidades que los nacionales del país de acogida de ocupar empleos poco cualificados.

Nuestra encuesta lo confirma. El 36 % tiene un empleo estable, pero el 16 % sigue con contratos temporales y el 29 % busca activamente. La distancia entre tener un trabajo y ejercer el oficio para el que una se formó es el gran proyecto práctico de los próximos tres a cinco años.

PRIMER CONSEJO

Consiga el reconocimiento formal de sus títulos

La Comisión Europea publicó en 2022 recomendaciones específicas para acelerar el reconocimiento de las cualificaciones ucranianas. La Herramienta de la UE para el Perfil de Capacidades de Nacionales de Terceros Países es gratuita y está disponible en la mayoría de los Estados miembros. La diferencia entre un título reconocido y ningún reconocimiento formal puede ser de cinco años de subempleo.

SEGUNDO CONSEJO

Acepte el primer empleo por debajo de su nivel, con una fecha de salida por escrito

El error no es aceptar un trabajo por debajo de su nivel: es quedarse sin un plan escrito y fechado para salir de él. Escriba una línea: «Le doy 12 meses, y para el [fecha] habré solicitado [X] puestos de mi nivel real». Un plazo convierte el subempleo en una pista de despegue, no en una derrota.

TERCER CONSEJO

Los sectores donde los títulos pesan menos

Cuatro sectores absorben las competencias profesionales ucranianas con poca fricción en todas partes: informática y tecnología, sanidad en los países con escasez de personal, educación para niños ucranianos y teletrabajo para empresas internacionales en las que el inglés sustituye al idioma del país.

CUARTO CONSEJO

El trabajo por cuenta propia está infrautilizado y a menudo es el camino más rápido

La protección temporal de la UE da derecho a trabajar por cuenta propia. Para las mujeres con competencias profesionales (consultoría, diseño, traducción, contabilidad, coaching, terapia para clientes ucranianos), establecerse como autónoma suele ser más rápido que abrirse paso en la jerarquía de una empresa. También es más flexible con hijos pequeños.

CAPÍTULO 03

El idioma, el puente más largo.

El idioma del país de acogida no es una cuesta que subir. Es un puente que se tarda una década en cruzar del todo, y la mayor parte de esa década no se ve desde fuera. Sea amable consigo misma y seria con su método.

En una encuesta de la OIM de 2022 en Alemania, el 60 % señaló el idioma como su mayor dificultad, por encima de la vivienda, el empleo y los trámites. Según la AAUE, los refugiados ucranianos hablan sobre todo ucraniano (98 %), ruso (88 %) e inglés (50 %), con el idioma del país de acogida muy por detrás.

Tres años después de su llegada, la mayoría de las mujeres describe el idioma del país de acogida como funcional pero agotador. Funcional quiere decir compras, trámites, conversación ligera en el trabajo. Agotador quiere decir que el idioma todavía ocupa una parte del cerebro que aún no ha automatizado nada. Ese cansancio es la verdadera razón por la que la vida social se reduce, no la falta de oportunidades.

PRIMERA OBSERVACIÓN

Se estancará el segundo año, y no es un fracaso

Casi todo el mundo llega a una meseta entre los 18 y los 24 meses de aprendizaje intensivo. El vocabulario deja de duplicarse cada semana. La gramática deja de sorprender. Lo que ocurre en realidad es que el cerebro está consolidando: construye automatismos por debajo de lo que usted puede medir conscientemente.

SEGUNDA OBSERVACIÓN

Hablar es una competencia distinta de leer o escuchar

La competencia que decide la integración social y profesional es la conversación: la soltura bajo presión social, con humor, con la capacidad de interrumpir con educación. Solo se adquiere hablando, mal y a menudo. Busque un interlocutor por semana, de pago o gratuito, y proteja esa hora como una cita médica.

TERCERA OBSERVACIÓN

El inglés es una puerta trasera, sobre todo en Europa occidental

La mitad de los refugiados ucranianos habla inglés. En Alemania, los Países Bajos, los países nórdicos y, cada vez más, Francia, buena parte de la vida profesional transcurre en inglés. Si el idioma del país le está costando más de lo previsto, invertir en paralelo en un inglés profesional fluido puede abrirle puertas tres años antes.

CAPÍTULO 04

El peso que nadie nombra.

La soledad de las personas refugiadas no es un fracaso personal. Es un rasgo estructural del desplazamiento, reconocido en decenas de estudios revisados por pares como un factor importante para la salud mental y física. Nombrarla es el primer paso para recuperarse.

Un estudio de 2025 en Frontiers in Public Health halló puntuaciones de soledad significativamente más altas y redes sociales fragmentadas entre los refugiados ucranianos. Otro estudio polaco halló que el 77 % de los refugiados ucranianos sentía soledad, incluso con empleo. Las refugiadas declaran tasas de ansiedad y depresión más altas que los hombres de la misma población.

La literatura médica es coherente: la soledad prolongada aumenta el riesgo cardiovascular, deteriora la función cognitiva y predice la mortalidad prematura a escala de población. Tratar la soledad como una cuestión de salud y no como un defecto de carácter es uno de los cambios de mirada más importantes que una mujer refugiada puede hacer por sí misma.

PRIMERA VÍA

El patio del colegio es una infraestructura social infravalorada

Para las madres refugiadas con hijos en edad escolar, el entorno del colegio es donde nacen la mayoría de las primeras amistades. Recoger a los niños, las reuniones de padres, las fiestas escolares: son las ocasiones sociales que menos esfuerzo piden y más devuelven. Esté presente con constancia durante seis meses y la red se construye sola.

SEGUNDA VÍA

Una amiga ucraniana, una amiga local: la regla asimétrica

La regla que funciona es asimétrica: una amiga ucraniana con la que poder derrumbarse en su idioma, una amiga local con la que reconstruirse en el suyo. Dos relaciones, no veinte.

TERCERA VÍA

Desconfíe de la soledad disfrazada de agenda llena

Las mujeres más aisladas rara vez eran las que no tenían trabajo. Eran las que habían llenado cada hora (trabajo, hijos, clases de idioma, recados) sin dejar ningún espacio protegido para que las relaciones se hicieran más profundas. Estar ocupada es la forma de evitación más aceptada socialmente. Si no recuerda la última conversación que de verdad importó, esa es la señal, no el síntoma.

CUARTA VÍA

El apoyo profesional no es un lujo, es una infraestructura

La mayoría de los países de la UE ofrece apoyo psicológico gratuito o subvencionado a las personas refugiadas, y cada vez hay más terapeutas de habla ucraniana disponibles a distancia. Recurrir a ello no es debilidad; rechazarlo cuando el malestar se prolonga, sí.

CAPÍTULO 05

Cuando se cargan dos vidas.

La literatura lo describe como «maternidad en solitario forzada». Las mujeres con las que hablé lo describían de forma más sencilla: «Ahora soy padre y madre, y mi marido sigue siendo mi marido, pero está a dos mil kilómetros». Las dos descripciones son ciertas.

Solo el 23 % de las refugiadas ucranianas en Alemania llegó con su pareja. El 35 % llegó sin ella (que se quedó en Ucrania, a menudo por las restricciones de movilización) y el 42 % llegó como mujer sola. En nuestra propia encuesta, el 54 % de las participantes tiene al menos un hijo a su cargo.

Un estudio checo de 2024 halló un 74 % de separaciones o divorcios en las familias de origen, contando no solo las separaciones formales sino el lento desgaste de las parejas a través de las fronteras. Tres años de desplazamiento bastan para que dos vidas crezcan en direcciones distintas.

PRIMER SILENCIO

La integración de su hijo puede ir más rápido que la suya, y eso es bueno

Muchas madres me dijeron alguna versión de: «mi hija habla alemán mejor que yo y tiene amigos a los que no entiendo». Puede sentirse como perder a un hijo. En realidad, es el éxito de la razón entera por la que se fue. Acepte la incomodidad y confíe en el resultado.

SEGUNDO SILENCIO

Tiene derecho a preguntarse con honestidad por su matrimonio

Los matrimonios construidos antes de 2022 se construyeron para unas circunstancias concretas. Las mujeres que fueron sinceras conmigo me dijeron que cada una se había preguntado, por su cuenta, si la relación que tenía entonces era la que construiría hoy, sabiendo lo que sabe. Las dos respuestas, sí y no, están permitidas.

TERCER SILENCIO

Construya una pequeña aldea antes de necesitarla

El factor de protección más importante para las madres refugiadas solas es contar con una red pequeña y fiable de tres a cinco personas que puedan recoger a su hijo, cuidar de su casa dos días o acompañarla una noche difícil. La mayoría de las mujeres se da cuenta de que necesita esa red solo en plena crisis. Constrúyala ahora, despacio, antes de que llegue.

CAPÍTULO 06

Llegar a ser, sin dejar de ser.

Puede convertirse en una mujer que vive en Berlín, en Lisboa o en Tallin sin dejar de ser una mujer de Leópolis, de Odesa o de Járkov. Las dos no compiten. Se superponen. El trabajo consiste en integrarlas, no en elegir entre ellas.

Un artículo de 2025 en la revista Global Networks (Wiley) identificó las fortalezas internas y los sistemas de apoyo externo como los dos predictores de la resiliencia. Entre las fortalezas internas figuraban el vínculo con la fe, la expresión artística, el contacto con la naturaleza y el sentido de un futuro personal. El patrón era claro: a las mujeres a las que mejor les iba no habían abandonado su identidad ucraniana para integrarse. La habían superpuesto.

PRIMERA PRÁCTICA

Mantenga intocable un ritual ucraniano

Todas las mujeres con las que hablé que decían estar bien tenían al menos una práctica ucraniana que protegían de la traducción. A veces era la cena de Nochebuena. A veces, una llamada a su madre el domingo. A veces, leer en voz alta en ucraniano a su hijo 15 minutos al día. La práctica concreta importa menos que el gesto de negarse a dejarla disolverse.

SEGUNDA PRÁCTICA

Elija qué traducir, no qué perder

Hay una diferencia entre adaptarse, que es elegir qué traducir, y asimilarse, que es dejar que partes de una misma se disuelvan porque traducirlas cansa demasiado. Lo primero le pertenece. Lo segundo es un robo que el agotamiento comete contra usted. Observe la diferencia cada semana.

TERCERA PRÁCTICA

La Ucrania que lleva dentro no es la Ucrania que dejó

La Ucrania que dejó existía en febrero de 2022. La Ucrania de hoy es distinta: más marcada por la guerra, más decidida políticamente, más orientada hacia Europa. La Ucrania que lleva dentro también tiene derecho a evolucionar. Actualizarla no es una traición. Negarse a actualizarla es lo que la convierte en un museo de sí misma en lugar de una persona.

CAPÍTULO 07

Reconstruir una vida personal, otra vez.

El capítulo más difícil de escribir, porque es del que menos se habla en público. Y sin embargo, encuesta tras encuesta, salía a la superficie: a menudo hacia el final, a menudo en voz baja, a menudo con la pequeña confesión de que la pregunta importa más de lo que debería.

De las 215 mujeres de nuestra encuesta, el 52 % no tiene una relación estable. De ellas, solo el 25 % dice buscar activamente. Las demás se toman su tiempo, están sanando o aún no lo saben. La cuestión del futuro personal no ha desaparecido por el simple hecho de que la guerra no haya terminado.

El 87 % no usa activamente aplicaciones de citas. Entre las que las probaron: los hombres no buscaban una relación seria (32 %), los perfiles no correspondían a la realidad (19 %), la experiencia resultaba transaccional y degradante (18 %). Satisfacción media: 2,8 sobre 5.

> Tiene derecho a volver a desear una relación. Tiene derecho a volver a querer ser deseada. Tiene derecho a querer una pareja que comparta su día a día, que entienda lo que ha atravesado y que trate su pasado no como un equipaje, sino como una riqueza.

PRIMER PRINCIPIO

Las aplicaciones son casi siempre la herramienta equivocada para lo que de verdad quiere

Las mujeres que probaron las aplicaciones de citas más conocidas las describían sobre todo como «agotadoras», «transaccionales» o «no son para mujeres como yo». Esas aplicaciones se diseñaron para otro público, otra etapa de la vida. Su cansancio no es un defecto personal. Es un problema de encaje.

SEGUNDO PRINCIPIO

La discreción ya no es opcional: es la norma

Preguntadas por lo que más les atraería de un nuevo tipo de servicio, «discreto y confidencial» quedó en segundo lugar (45 %), justo detrás de «hombres preseleccionados y serios» (50 %). Las mujeres con hijos y una vida profesional visible no pueden permitirse la exposición que exigen las aplicaciones de citas.

TERCER PRINCIPIO

No hace falta estar segura para empezar a explorar

El mayor freno en nuestra encuesta no era «no quiero una relación». Era «todavía no estoy segura, así que no hago nada». Pero hay un camino intermedio entre no hacer nada y lanzarse de lleno a las citas: el de construir, despacio y en privado, las condiciones en las que una relación futura podría darse. La mayoría de las mujeres nunca se da permiso para recorrerlo. Usted puede.

NOS LO DIJERON

Nos dijeron lo que querían.

En 215 respuestas extensas apareció con claridad un patrón. No un patrón de marketing. Uno humano.

68 %	dijo que la estabilidad y la seguridad eran lo más importante en una pareja.
54 %	dijo el respeto y la delicadeza.
48 %	dijo el compromiso y la seriedad.
87 %	no usa aplicaciones de citas.
50 %	quiere hombres preseleccionados y serios.
45 %	quiere un servicio discreto y confidencial.

Escuchamos. Después construimos algo que respondiera a cada uno de estos puntos, uno por uno. Se llama Adorée.

UNA INVITACIÓN

Si algo de esto le ha resonado.

Me llamo Arnaud Devigne. Soy la misma persona que fundó EU4UA.org en los primeros días de la invasión a gran escala de Ucrania por parte de Rusia y que ayudó a su comunidad a encontrar refugio en Europa. No me escondo detrás de un logotipo ni de una razón social. Mi rostro, mi voz y mi correo son públicos, porque en nuestra encuesta la inquietud más frecuente ante un servicio así era, sencillamente: ¿quién está detrás?

Adorée es una plataforma privada de presentaciones, seleccionadas por personas, que existe por una sola razón: ofrecer a las mujeres de este estudio una opción seria, digna y totalmente confidencial para el séptimo capítulo de su vida europea. Siempre es gratuita para las mujeres. Cada hombre se revisa a mano antes de ser aceptado. Ningún perfil es público. No hay deslizamientos, ni desplazamiento infinito, ni algoritmos pensados para distraer.

No hace falta estar preparada. No hace falta estar segura. Ni siquiera hace falta crear un perfil hoy. Mire, tómese su tiempo, no decida nada, o decida cuando esté lista. La puerta no se cierra.

CLUBADOREE.COM

Tómese su tiempo.
La puerta está abierta cuando usted esté lista.

Arnaud Devigne
arnaud@eu4ua.org · Fundador, EU4UA.org y Adorée

REFERENCIAS

Fuentes.

Cada dato numérico de este documento procede de una de las siguientes fuentes. Una nota sobre la encuesta EU4UA / Adorée: 215 participantes, el 94 % de las cuales vive en 18 países europeos. La encuesta no es estadísticamente representativa del conjunto de la población refugiada ucraniana en Europa: es una muestra autoseleccionada de mujeres vinculadas a la comunidad EU4UA. Los porcentajes citados en este documento describen únicamente la muestra. Los títulos de las fuentes se citan en su idioma de publicación.

01 UNHCR Operational Data Portal — Ukraine Refugee Situation. Regular updates 2022–2026.

02 UNHCR. "Labor Market Integration of Ukrainian Refugees in Europe." January 2026. Based on more than 6,000 survey observations across European host countries.

03 European Union Agency for Asylum (EUAA). "Survey of Arriving Migrants from Ukraine (SAM-UKR)." 2023–2025.

04 OECD / European Migration Network. "Labour market integration of beneficiaries of temporary protection from Ukraine." Information Paper, 2024.

05 OECD. "What we know about the skills and early labour market outcomes of refugees from Ukraine." 2023.

06 IOM. "Survey on Ukrainian Refugees." 2022 and follow-ups 2023–2024.

07 Jaworski A. et al. Comparison of psychological distress, loneliness, and social network structure between Ukrainian war refugees and Polish citizens. Frontiers in Public Health, 2025.

08 Mental health, psychological wellbeing, and coping with stress by Ukrainian war refugees staying in Poland. PMC, 2024–2025.

09 Mental health outcomes and quality of life of Ukrainian refugees in Germany. PMC, 2023.

10 War and women: An analysis of Ukrainian refugee women staying in the Czech Republic. PMC, 2024.

11 IAB-BiB/FReDA-BAMF-SOEP-Survey. "Ukrainian Refugees in Germany." First wave.

12 Schrooten M. Navigating Displacement: The Ukrainian Refugee Crisis in Europe. Global Networks (Wiley), 2025.

13 Together We Stand: Enforced Single Motherhood and Ukrainian Refugees Care Networks. Lefteast, November 2025.

14 Loneliness among refugees: a neglected crisis in need of scalable innovation. PMC, 2025.

15 European Commission. EU Recommendation 2022/554 on the recognition of qualifications for people fleeing Ukraine.

16 Council of the EU. Decisions on the extension of Temporary Protection Directive, 2022–2027.

17 Migration Policy Institute. Displaced Ukrainians in European Labor Markets. 2023.

18 EU4UA / Adorée. Survey of 215 Ukrainian women established in Europe. Conducted March–May 2026.

Restart.

UN ESTUDIO DE ADORÉE — MAYO DE 2026

CLUBADOREE.COM