

REVISTA

MOMMYS

TUDO SOBRE O UNIVERSO MATERNO E INFANTIL - ED.23 - OUT/NOV 2019



CASAMENTO COMUNITÁRIO

Cerimônia coletiva organizada pelo Mommys
realizou o sonho de nove casais.

♡ ENTREVISTA: Tomás Datti, do Papo de Pai

♡ ACONTECEU NO MOMMYS: Conheça as ações realizadas pelo grupo de voluntárias
"Mommys de Mãos Dadas"



Celebre com o Carrossel!!!



Ambiente moderno, arejado e amplo

500m² em único piso

Atendimento Personalizado

Faça-nos uma visita



Rua Timbiras 2772 - Santo Agostinho - Belo Horizonte - MG

|31| 3653-5676  |31| 99856-7757

contato@buffetcarrossel.com.br | www.buffetcarrossel.com.br

 [carrosselbuffetinfantil](https://www.facebook.com/carrosselbuffetinfantil)

 [carrossel_buffet_infantil](https://www.instagram.com/carrossel_buffet_infantil)

EXPEDIENTE

Diretora Executiva:

Mariana Bicalho
mariana@portalmommys.com.br

Editora e Jornalista Responsável:

Eliane Ribeiro
revista@portalmommys.com.br

Comercial:

comercial1@revistamommys.com.br

Projeto Gráfico e Diagramação:

Fabiana Cristina
fabiana@adgerais.com.br

Colaboradores dessa Edição:

Aninha Ataíde
Rana Adonai
Malu Reis
Gaby Bicalho
Hatanne Sardagna
Helena Mendes
Tomás Dotti

Fale com a revista:

revista@portalmommys.com.br

Foto capa:

Wanessa Innecco

Os textos assinados são de responsabilidade do autor e não refletem, necessariamente, a opinião da revista. Não é permitida a reprodução total ou parcial dos textos,

SUMÁRIO

Editorial	4
Cartas	5
Entrevista	6
Palavras que alimentam	9
Universo do Brincar	10
Capa: Casamento Comunitário	12
Pedacinhos das Mommys	19
Mommys em cena	21
Brincar com Estilo	25
Tempo de Celebrar	27
Aconteceu no Mommys	30
Perfil Mommy	33





EDITORIAL

Ano de muitas conquistas para o Mommys e a nossa última edição traz alguns desses momentos especiais.

Nossa matéria de capa é pura emoção, uma grande realização não só para as mommys noivas, mas para as famílias e para nós da equipe.

A entrevista está imperdível. Muito bom mostrar pra vocês o trabalho de um colega, líder de comunidade de pais. E melhor ainda ver esse movimento da paternidade ativa cada vez mais forte.

E no clima das férias escolares, nossa colunista Malu traz uma reflexão. Além das mommys descabeladas, das mil programações, é uma ótima oportunidade de conhecer melhor nossas crianças.

Boa leitura!

MARIANA BICALHO



Sou suspeita, para mim todas as edições são surpreendentes, tive a honra e o prazer de conhecer a Flavia Crato Cardoso Bartolomeu, linda, radiante e com um sorriso iluminador...

Lívia Dutra

Muito obrigada pelo apoio Mariana Bicalho Eliane Ribeiro e todas as mommys pelo conforto !!!

Jussara Bertolucci

Tenho até medo de ler e não conseguir terminar de tanto chorar!

Alessandra Costa Ferreira

Parabéns pela revista meninas! Em especial Flavia Crato Cardoso Bartolomeu. Que depoimento lindo! Um grande exemplo de força e fé!

Kamila Costa Recchioni

Flavia Crato, mulher guerreira! Matéria linda, força sempre! Beijos!

Grazielle Guedes





Papo de Pai

Se você pensa que só as mulheres se interessam por assuntos relativos à criação dos filhos, é porque nunca deve ter ouvido falar do “Papo de Pai”, um portal que reúne conteúdo sobre os mais diversos temas relacionados à paternidade e tem como objetivo incentivar e fomentar a mudança de comportamento dos pais, para que não se limitem ao confortável e desigual papel de coadjuvante na criação de seus filhos.

Tomás Dotti, que é o curador do portal e também responsável pelo grupo “Papo de Pai” do facebook, é o entrevistado dessa edição da Revista Mommys e fala mais sobre como a paternidade o transformou.

Pode nos contar um pouquinho mais sobre sua história e como a paternidade mudou a sua vida?

Trabalhei na área financeira por 8 anos e decidi sair após perceber que estava perseguindo ideais socialmente impostos, que não me faziam feliz e em detrimen-

to da minha família. Me especializei em marketing digital e fundei o “Portal Papo de Pai”, com o intuito de incentivar outros homens a participar ativamente da vida de seus filhos, revendo seus conceitos sobre masculinidade e quais são – ou quais deveriam ser – suas prioridades.

Sabemos que os grupos de mães são bastante comuns nas redes sociais. Mas você é responsável por um grupo de pais no Facebook: o “Papo de pai”. Quando e por que surgiu a ideia de criar um grupo de pais?

O Grupo Papo de Pai foi criado há dois anos e é um dos canais que uso pra me comunicar com minha comunidade.

O grupo Papo de Pai é formado apenas por homens? Atualmente conta com quantos membros?

Não, temos homens e mulheres também, que representam cerca de 19% dos membros. Hoje em dia o grupo é composto por 35 mil pessoas.

Acredita que os pais hoje em dia estão mais envolvidos na criação dos filhos? Se sim, consegue perceber esse movimento dentro do grupo? Como?

Sim, acho que atualmente existe uma pressão social para que os homens participem mais ativa e integralmente da vida dos filhos, o que até pouco tempo se resumia a pagar boletos. No grupo e nos demais canais do Papo de Pai temos muitos homens que ainda nem são pais e já estão buscando conteúdo pra se prepararem para a paternidade. E os que já são pais querem discutir desde qual é a melhor fralda, alimentação até assuntos relacionados à educação dos pequenos.

Quais os assuntos mais discutidos no Papo de pai?

Promoções de fraldas, educação (bater ou não bater é um tema que volta e meia vem à tona e gera muita discussão) e dicas de tatuagens para homenagear os filhos.

Algum caso que aconteceu no grupo que merece algum destaque?

Sim, recentemente uma menina pediu pra participar do grupo e na pergunta ‘*O que te levou a querer participar do grupo Papo de Pai*, respondeu’: “eu nem filho tenho porque sou uma pessoa de 12 anos, só entrei mesmo pra postar e marcar meu pai”.

Vocês possuem algum evento presencial ou a comunidade está mais restrita ao virtual mesmo?

Ainda não fizemos nenhum evento presencial, mas está previsto para 2020 o primeiro seminário do Papo de Pai, além de núcleos em algumas cidades para aproximar os membros.

O Portal Papo de Pai é um site colaborativo em que são compartilhados textos variados voltados para a paternidade e criação dos filhos. Você, como curador do portal, acredita que os homens estão cada vez mais em busca desse tipo de conteúdo?

Sim, o site do Papo de Pai tem mais de 1

milhão de *pageviews* todo mês e a maioria dos leitores é formada por homens buscando conteúdos relacionados à paternidade.

Qual assunto tem mais procura no site?

Psicologia e notícias de pais pelo mundo.

Como você acha que a paternidade ativa pode contribuir para uma sociedade mais igualitária?

Com pais mais presentes e participativos já teremos uma grande evolução social, pois os dois lados sofrem com cobranças e atribuições bem desiguais em relação aos filhos e papéis dentro da família. Mas acho que a maior transformação que a paternidade ativa causa está ligada à evolução pessoal dos homens. Os filhos nos ajudam a retirar várias “cascas” de machismo que nos totem a sensibilidade e nos fazem buscar padrões de masculino ultrapassados. Os filhos nos incentivam, de um modo que nenhuma outra experiência é capaz, a nos tornarmos melhores versões de nós mesmos.

Algum recado que você gostaria de deixar para as Mommys e papais de plantão?

Deixem os pais serem pais. Se forem casadas, deixem que eles fiquem sozinhos com os filhos, que façam do seu jeito, que aprendam experienciando. Evitem criticar, evitem impor um modo de fazer

cada tarefa. Se forem separadas, tentem dividir o tempo de convivência com a criança o mais igualmente possível.

Conheço muitos pais que são impedidos de ver seus filhos, de participar ativamente da vida deles depois da separação e isso trás consequências seríssimas pra criança e sobrecarrega a mãe.



Tomás Dotti

Editor-chefe do Papo de Pai. É um típico geminiano que sabe um pouco de quase tudo e muito de quase nada. Curioso ao extremo, apaixonado por natureza e música. Estudou Jornalismo e Engenharia Civil, mas tem como sua principal - ou talvez única - especialidade ser um Papai Babão.



A MATERNIDADE NÃO É PASSAGEIRA

por Hatanne Sardagna

Não melhora.

Primeiro é o parto, a amamentação, as cólicas, as noites em claro.

Aí vêm os dentes, a introdução alimentar, as viroses.

Desfralde, *Terrible Two*, ciúmes dos irmãos que nascem.

E sabemos como continua...

São, nas minhas contas, uns 20 anos. De mudanças de fases eternas que exigem uma habilidade e um entendimento que simplesmente não temos, mas que somos obrigadas a desenvolver.

Por isso falo que seremos, todas, sempre mães de primeira viagem. Conforme o filho vai crescendo, você vai se vendo mãe de uma criatura diferente, com uma idade diferente, com conflitos que você nunca experimentou. E você fica tão perdida como naquele primeiro dia depois que saiu da maternidade.

A dedicação é eterna e, com o passar dos anos, vem temperada com uma pitada de ingratidão, típica de filho (nós fomos assim

com nossos pais; os nosso serão conosco, inevitavelmente). Até que tenham seus próprios filhos e entendam tudo aquilo que tentamos dizer a vida toda.

E não se envergonhem mais do nosso choro emocionado nas apresentações da escola, na formatura, no casamento. Enfim, desses choros de mãe.

Talvez até nos peçam desculpas, perdão e conselhos. E veremos que apenas muda. Muda o tom, muda o pudor, muda a voz.

Não melhora, apenas muda.

A gente demora a ser gente pra filho, né? Mãe é mãe, não é gente.

E é bom que a gente entenda isso o mais rápido possível, para não esperar uma redenção que talvez nunca venha.

Estamos prontas para a vida inteira?

Hatanne

Mãe do Guilherme. Geminiana, ama fotografia e fala demais. A favor da maternidade real e possível. Sem culpas, sem extremismos. Para lembrar, compartilhar e não transbordar, escreve.

www.facebook.com/enquantomeufilhodorme



FÉRIAS

por Malu Reis

As férias das crianças estão batendo na porta e temos a excelente oportunidade de conhecer mais essa pessoinha em casa!

Quem é ela sem tantas atividades, sem direcionamento? O que gosta de fazer? Qual brinquedo escolhe? Qual brincadeira está constante nessa época da vida?

Convivemos tão intimamente com os pequenos, mas na correria da rotina, às vezes nos perdemos nos inúmeros cuidados e necessidades das crianças, nossas necessidades, da casa, da vida, do trabalho e esquecemos de perceber e observar as delicadezas e particularidades de cada filho, de cada fase, nesse turbilhão da maternidade.

Temos a oportunidade de olhar para todo esse tempo juntos com nossos filhos não temendo tanto tempo livre, mas talvez engajadas em conhecer e aproveitar essa jornada juntos.

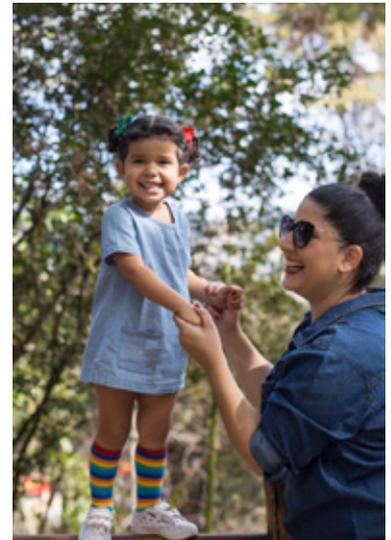
Um passeio na padaria de manhã ou

uma volta com os cachorros no quarteirão de tarde é um ótimo momento para gastar a energia desses pequenos. Podemos aproveitar para arrumar a gaveta de remédios, a dispensa ou o armário da cozinha com um mini-ajudante, que irá se divertir muito com a oportunidade de movimentar na casa em uma tarefa diferente do que normalmente faz. Uma tarde para fazer uma receita de bolo juntos, esperar assar, colocar uma toalha na mesa e desfrutar de bolo quentinho com chuva lá fora também é uma ótima ideia.

Aproveitar esses pequenos que insistem em nos querer por perto pra viver a vida juntos e não separado, brincando com um brinquedo sozinho na sala e sim, juntos: cantando, dançando, contando nossas histórias de quando nós éramos os pequenos e mostrando fotos antigas nossas e deles quando bebês.

Por aqui estou com muitos projetos para esses nossos momentos especiais. Nessa troca e vivências juntos, nos conhece-

Fotos: Camila Torrente



mos mais e nos aproximamos na nossa relação.

E por aí? O que estão planejando fazer nas férias com os seus pequenos?

Malu Reis

Mãe da Liz e da Bel e esposa do @musicopai. Encontrou no brincar uma maneira de se comunicar e se relacionar com suas filhas e com o mundo! Além do curso online "Universo do Brincar", possui o Instagram @universodalizebel, em que compartilha sua maternidade e seu olhar sobre o mundo!

VACINE

COM TRANSPARÊNCIA

Profissionais Capacitados
Atendimento Humanizado - Rede de Frio Eficiente
Compromisso com a Saúde



MAXIMUNE
CLÍNICA DE VACINAÇÃO

maximune.com.br | @clinicamaximune | /clinicamaximune



31 3379-1924



31 99972-0012



R. Lagoa da Prata, 1188 - Loja 03
Salgado Filho - BH

Responsável Técnica:
Dra Virginia Campos Dalmaso
CRMMG 58944



*Amanda e Thiago subiram
ao altar no Casamento
Comunitário.*

ENFIM, CASADOS!

*Casais realizam sonho ao trocar alianças
em casamento comunitário promovido
por grupo de mães.*



Alegria, emoção, fortalecimento do laço familiar e muita gratidão. Esses foram alguns dos sentimentos presentes nos corações dos nove casais que receberam as bênçãos das alianças e celebraram o amor em um casamento comunitário, na manhã do dia 8 de dezembro, na Fazenda Arraial Velho, em Sabará. O evento, que foi promovido pelo Mommys, uma comunidade de mães do *Facebook*, foi uma ação social e colaborativa e teve como propósito a realização dos sonhos destas famílias.

De acordo com Mariana Bicalho, fundadora do Mommys, a ideia de fazer uma cerimônia coletiva surgiu a partir de uma demanda do próprio grupo, depois que uma mãe fez um post falando sobre sua vontade de casar e de se vestir de noiva. “Esse post teve inúmeros comentários de mulheres que também compartilhavam desse mesmo desejo. E aquilo chamou a minha atenção. Não consegui ficar de braços cruzados diante de tantos sonhos. E assim, eu e minha equipe começamos a pensar sobre como poderíamos fazer isso acontecer”, relembra Mariana.

Após serem estabelecidos o regulamento e os critérios para seleção das noivas, o casamento comunitário foi divulgado no grupo e teve várias inscritas e, segundo Viviane Calixto, uma das organizadoras do evento, as histórias mais emocionantes foram as selecionadas.

Dentre elas, estava a de Amanda Souza.

Casada no civil com Thiago desde 2013, ela conta que sempre quis casar na igreja e se vestir de noiva, mas que as circunstâncias da vida a levaram para outro caminho e aquele desejo foi deixado de lado. Porém, quando ficou sabendo que o Mommys promoveria uma cerimônia coletiva, viu ali uma grande oportunidade para realizar esse sonho. “Desde menina, eu sonhava em me casar de vestido de noiva e ser acompanhada pelo meu pai na Igreja. E eu achava que esse desejo já estava superado. Mas quando vi o post da Mari no grupo, meu coração quase pulou pela boca. Depois de muito ponderar, me inscrevi. E quando soube que eu havia sido selecionada, mal pude acreditar”, relata.

Diferente de Amanda, esse nunca foi o sonho de Lívia Pires. Ela, que é casada com Gláucio há 10 anos, diz que o que a motivou a participar deste casamento foi justamente o fato dele ser comunitário e partilhado. “Confesso que nunca pensei em ter uma cerimônia de casamento. Mas quando veio essa ideia de ser algo coletivo e de mães e de eu ter a oportunidade de ver meu filho trazendo as alianças para mim, aí sim passou a ser um sonho”. Para ela, o casamento comunitário é uma ação de amor e de humanidade em prol de uma causa comum. “Sonhar junto é muito melhor!”, ressalta Lívia.



Lívia e seu filho. Foto: Martha Resmini

Do início ao “sim”

Foram pouco menos de seis meses de planejamento intenso, a partir da divulgação das selecionadas até o tão esperado “sim”. E, desde o começo, o projeto surpreendeu pela mobilização que causou em todo o grupo. Carol Bernardes, coordenadora do evento, afirma que as parcerias foram feitas, em grande parte, dentro do Mommys ou através de indicação das integrantes do grupo.

Teve também quem doasse ou emprestasse seu vestido de noiva. Tiveram as que dedicaram seu tempo antes e durante o casamento ou que proporcionaram às noivas um dia de princesa. Teve, ainda, quem registrasse e eternizasse todos os momentos especiais desse grande dia. Tudo isso de forma voluntária e colaborativa, apenas com o intuito de que essa se tornasse uma data inesquecível para aquelas famílias.



Equipe Mommys (Mariana, Carol, Vivi e Fabi) junto dos noivos Amanda e Thiago. Foto: Juliana Nery



Parte da equipe de fotógrafos voluntários.



Mommys voluntárias que ajudaram no dia do evento.

De acordo com Carol Bernardes, o casamento comunitário só foi possível, porque existe uma corrente de amor fantástica dentro do Mommys. E foi essa corrente a grande responsável por mobilizar tantas pessoas em prol do sonho de algumas mulheres. Isabele Veloso, uma das noivas, concorda com Carol e afirma que esse amor pôde ser sentido de forma intensa durante toda a cerimônia. “Esta foi uma celebração de um amor puro e verdadeiro. De quem se doa sem querer nada em troca”, diz Isabele, emocionada.

A gratidão como maior legado

Após a realização do casamento comunitário, o sentimento de gratidão foi unânime entre os presentes. Segundo a noiva Brena Faria, nada foi mais recompensador do que ver aquelas nove famílias realizando um sonho. “A emoção de cada noiva, de cada criança. Dava para sentir Deus naquele momento. Foi mágico!”, afirma Brena. Já Cyro Siqueira, noivo de Isabele Veloso, conta que o mais gratificante foi poder compartilhar esse momento tão especial com a família e os amigos.

Para Lívia Dutra, que fez parte do time de voluntárias, o evento deixa uma bela lição: “tudo aquilo que você faz com amor e carinho, sem esperar nada em troca, se transforma. Eu ganhei muito mais do que doei”. A fotógrafa Martha Resmini

também compartilha desse sentimento e completa: “participar de um projeto como esse e poder fazer a diferença na vida de alguém não tem preço”.

E para aquelas que, assim como essas nove mulheres, têm esse desejo, Alessandra Costa, também voluntária, deixa o seguinte recado: “corram atrás desse sonho! Casamento não é fácil, mais foi a minha melhor escolha. É mágico ter alguém para compartilhar a vida”.



Os casais recebem as alianças das mãos dos filhos, pagens e daminhas da cerimônia.

Foto: Patrícia Rodrigues.

♡

Os Casais

♡

Foto: Juliana Nery



Amanda e Thiago

“Esperar não é perder tempo, é ter a certeza que há um tempo certo pra tudo e quando chega, chega com muito amor”.



Brena e Felipe

“Foi lindo demais ver o encontro de tantas famílias reunidas em função do amor”!

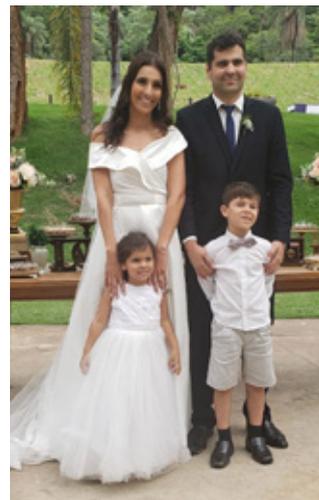


Foto: Acervo Pessoal

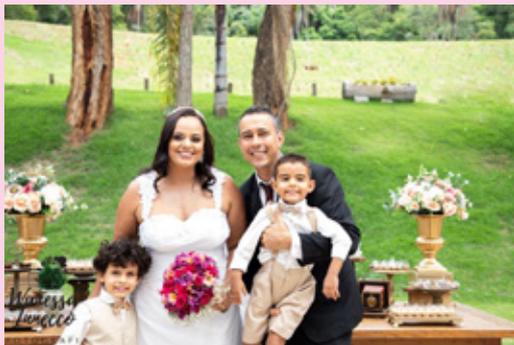
Foto: Patrícia Rodrigues



Camila e Alessandro

“Foi tão lindo e perfeito! Só o Mommys para fazer algo tão grandioso, mas ao mesmo tempo tão pessoal e com tanto amor! Gratidão eterna”!

Foto: Vanessa Inneco



Renata e Richard



“Um Sonho realizado junto com quem mais amo nessa vida, minha família concedida por Deus e meus amigos abençoados”.



Isabele e Cyro

“Recomeço”.



Foto: Bruno Rezende



Foto: Fernanda Moraes

Isabella e Danilo

“Mais que realizar um sonho, o casamento foi um dos únicos momentos que olhei para mim após a maternidade. Despertou sentimentos muito especiais, de muito amor, sensibilidade, alegria. Foi um dos dias mais lindos da minha vida! Gratidão eterna”!

Foto: Lucas Silva



Gabriella e Fabio ♡

“Gratidão!”

Foto: Acervo Pessoal



Livia e Gláucio

“Oportunidade de comunhão e de lembrar que não somos nada sozinhos”!

Foto: Isabella Rosseti



Karina e José ♡

“Um momento único para as nossas vidas. A realização do sonho não só de um casal, mas de uma família inteira”!



#EUNAREVISTAMOMMYS



#EUNAREVISTAMOMMYS

MNO PRÉ REVEILLON

Data: 05/12/2019. Local: Distrital. Fotos: Sheyla Pinheiro e Letícia Spirandelli



Mais fotos no site: www.portalmommys.com.br

IX FEIRA DE MOMMYS EMPREENDEDORAS

Data: 22 e 23/11/2019. Local: Sebrae. Fotos: Fabiana Cristina.



 **Mais fotos no site: www.portalmommys.com.br**

HAPPY HOUR DAS MOMMYS

Data: 05/11/2019. Local: Carmnella Pizzaria. Fotos: Sheyla Pinheiro.



Mais fotos no site: www.portalmommys.com.br



A EXPECTATIVA PARA O NATAL

Por Helena Mendes

O Natal está chegando e nessa época eu fico muito empolgada! Bem feliz, porque a escola entra de férias e assim posso brincar muito! Acho tudo tão lindo. E por aqui gostamos de ter as tradições de natal da nossa família!

Já enfeitamos a casa toda! Eu montei a árvore de natal com ajuda do papai e da mamãe. E ela já vem com pisca-pisca! É muito divertido!

Mamãe sempre faz o *Gingerbread* comigo (vou passar a receita pra vocês). É uma delícia e eu adoro ajudar a cortar os biscoitos com a forma de boneco! Tente fazer com sua família, garanto que será uma bagunça bem legal. Sempre levo para todos os meus coleguinhas da escola antes das férias! E quase não sobra, pois eu amo tanto que como quase tudo!

Fazemos também o calendário do advento, cada dia com uma atividade. Porém, como mamãe e papai estão cheios

de programações esse ano, essa tradição não foi pra frente!

Em compensação, me levaram pra tirar fotos com Papai Noel. E sabe o que eu percebi? Que em todos os shoppings tem um Papai Noel diferente. Nunca é o mesmo! Então eu boleei a teoria de que pra cada um deles, eu farei um pedido diferente.

Mas o mais importante dessa época é o nascimento do menino Jesus, o papai do céu! Então eu rezo para ele todas as noites. Peço para ele sempre me proteger e também agradeço pelo meu dia.

O dia do Natal sempre passo com a minha família e é bem legal! Deixo biscoitinhos e leite ao pé da árvore para matar a fome do Papai Noel, já que ele vai trabalhar muito. Ele é tão fofinho, tão bonzinho!

Por aqui, já estou na contagem regressiva para chegada desse dia mágico. E



você? Me conta como será o seu Natal! Manda mensagem para a revista! Vou adorar saber sobre suas tradições, expectativas e o que você pediu para o Papai Noel!

Um beijo e boas festas!

RECEITA GINGERBREAD

Ingredientes:

- 130g de manteiga sem sal
- 1 ovo
- 135g de açúcar mascavo
- 45g de açúcar cristal ou demerara
- 210g de mel
- 700g de farinha de trigo
- 2 col chá de gengibre em pó
- 1 col chá de canela em pó
- 1 col chá de bicarbonato de sódio

Modo de Preparo:

Bata a manteiga com os dois tipos de açúcar na batedeira até que tudo fique branco e fofo. Adicione o mel e misture. Peneire

todos os secos e acrescente de uma só vez. Misture tudo com as mãos ou com o módulo raquete da batedeira, apenas até que tudo se misture. Abra a massa entre duas folhas de plástico filme com 3mm de espessura para cortar com cortadores de tamanho grande ou com 6mm de espessura para cortadores bem pequenos. Leve para a geladeira por no mínimo 2h ou até 24h. Corte a massa com a ajuda dos cortadores e leve para o congelador por 15min. retire as rebarbas e arrume em uma forma com papel manteiga. Leve para o congelador por mais 15min. Asse a 180° por aprox. 15 a 20min. Tire da forma e deixe esfriar em uma grade. Decore apenas quando estiverem frios.

Helena

Filha de Lilian Mendonça, é modelo, Miss Baby MG 2016 e Mini Blogueira.

Instagram: @helenamendesoficial



DISPUTAS MATERNAS: A POLARIZAÇÃO DA MATERNIDADE

Por Aninha Ataíde

Ser mãe não é fácil, isso não é novidade para ninguém. No entanto, um fenômeno relativamente atual tem aprofundado a dificuldade e a solidão maternas. A polarização, infelizmente, vem crescendo nas mais diversas áreas e na maternidade não é diferente. Questões novas, ou até mesmo antigas, ganharam um viés de disputa, mesmo que velada, entre mulheres que fazem escolhas diferentes.

Como lidar com isso, diante de uma rotina tão atribulada e maçante? Como sobreviver às mais variadas disputas maternas sem ruir as relações e a própria sanidade? Esse é nosso papo de hoje.

Diferenças culturais

Diferenças culturais sempre existiram. Cada núcleo social, se olhado de longe ou de perto, tem suas peculiaridades que o fazem se organizar de determinada forma e funcionar bem assim.

O advento da internet mudou quase toda a sociedade de maneira irrevogável. Hoje se tem acesso a detalhes do cotidiano de praticamente quase todos os lugares do mundo de forma instantânea.

Detalhes sobre a organização e os hábitos familiares de pessoas com localização geográfica diametralmente oposta podem ser acessados, literalmente, com um toque de dedos. E como isso muda tudo?

É simples. Antes seu parâmetro de comparação, inspiração e validação de suas escolhas era restrito aos seus vizinhos, amigos, comunidade mais próxima, que está submetida às mesmas condições socioculturais, ambientais e políticas que as suas. Você chegava a se comparar, no máximo, às pessoas que apareciam na TV, que era o meio de comunicação com maior alcance, e, por isso, direcionava o comportamento da sociedade à medida que escolhia o que exibir em sua programação.

Agora, você escolhe o que e quem quer ver diante de um leque infinito de opções. Com o toque de um dedo você fica sabendo como a mulher do Sudão escolhe maternar e também quais são os hábitos das mães norueguesas ou as escolhas maternas dos esquimós.

Redes sociais como ferramenta de comparação

É fato que as redes sociais contribuem e, de certa forma, até conduzem esse tipo de comparação. Os algoritmos são programados para mostrar com maior frequência artigos e produtos que estejam relacionados ao que você pesquisa, e pasmem, até ao que você fala próximo ao seu celular.

Então, se você procura sobre licença-maternidade, sobre creche, sobre criação de filhos, sobre amamentação, sobre tipos de parto, ou se conversa sobre esses temas, conseqüentemente, você começa a ser exposto a um número cada vez maior de publicações a respeito deles, vindas das mais diversas origens.

E como isso potencializa a comparação, favorecendo a polarização? Também é simples. Quando você se compara com seu vizinho, por estarem inseridos no mesmo contexto, as diferenças tendem a ser menores. Quando você se compara

com contextos dos quais você não está submetido, sua capacidade de empatia e compreensão do que motivou escolhas diferentes das suas, naturalmente diminui. Você não experimenta a mesma realidade daquela pessoa, mas julga aquelas escolhas com base no seu contexto sociocultural e sistema de valores.

Daí para a polarização extrema é um pulo, já que nossa tendência natural e instintiva é considerarmos o que fazemos como correto e o que é diferente disso, errado.

Comparação e maternidade

Diante de uma rotina de extremos, com excesso de demandas, altas responsabilidades e descanso escasso, como é a rotina materna, essa é a fórmula perfeita para o caos. Veja só alguns dos desafios aos quais a mulher é exposta quando se torna mãe:

- Escolha com relação à gestação e ao parto;
- Conflito entre carreira, demandas financeiras e acompanhamento de filhos pequenos;
- Escolha entre linhas de criação de filhos;
- Escolhas relacionadas a cuidados infantis e à amamentação;
- Rede de apoio escassa ou ausente;

- Rede de julgamento abundante e onipresente.

Viver todos esses conflitos já é difícil quando se está sob a pressão apenas da sociedade local, imagine agora quando a pressão social é globalizada?

Diante desse contexto caótico, aliado às demandas do seu relacionamento conjugal e às suas próprias necessidades e questionamentos pessoais, a pergunta que fica é: **vale a pena entrar nesse círculo vicioso?**

Se você é mãe, é provável que você responda a essa pergunta com outra: há como evitar esse círculo vicioso? A resposta é **SIM!** A melhor forma de fugir dessa armadilha é construir para si um círculo virtuoso! Como fazer isso?

A internet é útil e necessária, redes sociais são muito bacanas e aproximam os que estão longe, porém, se você perceber que elas estão te aprisionando nesse círculo, use a estratégia da sangria, também conhecida como cortar o mal pela raiz. Consiste em limitar de forma proposital e radical, até onde você tem acesso à vida alheia, e até onde o outro tem acesso à sua.

Como? **Valorize o seu tempo.**

É clichê dizer que tempo é o único artigo

que não pode ser comprado, porém não agimos como se soubéssemos verdadeiramente disso. Desperdiçamos tempo como se ele fosse infinito, muitas vezes, expondo nossas vidas além do necessário e saudável.

Se você perceber que há curiosos demais dando palpites virtuais em sua vida, ou se você anda perdendo tempo demais postando sua própria história, ou observando e palpitando – mesmo que mentalmente – na vida alheia, é hora de balancear as coisas.

Limite o uso do whatsapp, busque equilíbrio entre as diversas redes que você usa.

Evite responder certos comentários que te incomodam, não perca tempo com isso mesmo que você julgue estar com a razão. Além de ganhar muito tempo, você ainda recebe o bônus de limitar a competitividade que chega até você, seja de fora, com intervenções alheias, seja a que surge dentro de você ao observar a vida do outro.

Aninha Ataíde

Sócia - proprietária do Carrossel Buffet Infantil, acredita que a família é a nossa maior conquista.

MOMMYS DE MÃOS DADAS

Entrevista com Rana Adonai

Conheça um pouco mais sobre o projeto solidário “Mommys de mãos dadas”, através da entrevista que a querida Rana Adonai, uma das coordenadoras a frente dessa iniciativa, deu para a Revista Mommys. Saiba como surgiu a ideia desse lindo projeto e quais são as expectativas para o ano de 2020.

O que é o Mommys de mãos dadas?

O mommys de mãos dadas é um projeto voluntário que organiza ações para transformar determinada realidade social ou alguma instituição.

Como e quando surgiu a ideia do projeto?

Bom, eu, juntamente com minha amiga Aline, ao longo dos últimos anos, viemos fazendo algumas ações sociais. Era um sonho formar um grupo para organizar e melhorar essas ações. Aí veio a Mariana Bicalho, que também precisava de alguém para centralizar os pedidos que apareciam de ajuda no grupo Mommys, e assim veio o convite para que eu e a



Aline tomássemos a frente desse projeto. Claro que aceitamos!!! E essa parceria tem dado supercerto! A Mari nos apoia e sempre está disponível quando precisamos!

Qual o principal objetivo do Mommys de mãos dadas?

O principal objetivo do grupo é provocar mudanças! É trazer uma contribuição real para uma pessoa, uma instituição e até mesmo à nossa comunidade.



Atualmente, o Mommys de mãos dadas é formado por quantas pessoas?

Atualmente o grupo é formado por 14 mommys.

Todas as ações vêm de demandas do grupo Mommys?

Todas as ações vieram de demandas de mommys. Sempre algum conhecido, familiar ou uma instituição indicada por uma mãe do grupo.

Alguma dica que você gostaria de deixar para quem quer fazer uma doação?

Então, esse é um ponto a ser trabalhado nas pessoas. Doação não é fazer uma limpa na sua casa e resolver doar. Muita

gente tem o pensamento de que é melhor a pessoa ter algo estragado, velho, do que não ter nada. Esse pensamento é errado, egoísta e triste.

Quando doamos algo, tem que estar em ótimo estado, tem que ser entregue limpo e devidamente embalado. Graças a Deus, o número de quem doa coisas boas é bem maior do que quem doa ruins! Chega cada coisa linda aqui com tanto cuidado ao ser doado, que nos dá força e vontade de seguir em frente.

Como é o envolvimento das integrantes do grupo Mommys nas ações? Se possível, poderia citar algum exemplo de ação realizada e de como o grupo se mobilizou?

As mommys colaboradoras são muito

unidas! Uma sempre está disposta a ajudar a outra. Cada uma cedeu seu endereço da casa ou trabalho para ser ponto de apoio para a arrecadação de doações. Depois, essas arrecadações são entregues na minha casa, onde eu e a Aline fazemos a triagem, para a devida entrega. Nos falamos todos os dias. Algumas já se fazem amigas!

O grupo é pura sintonia! Temos a que é boa na divulgação, a que é excelente no computador e nos ajuda com planilhas, tem a que recolhe doações com todos os colegas de serviço e coloca eles para carregar tudo até o carro (rs). Tem a mommy que não era do grupo, mas ajudou tanto em uma ação que foi convidada a entrar. Tem a mommy que mesmo quietinha sempre me chama inbox oferecendo sua ajuda no que é necessário e ela ajuda muito! Tem aquela que já tem anos de experiência em ações e tem nos dados dicas lindas, contribuindo para o nosso crescimento. Enfim, cada uma com seu jeitinho e sua personalidade, mas todas juntas se completam!

Quais ações já realizadas até hoje?

Desde que o grupo foi criado, há dois meses, já realizamos sete ações:

- Alimentos para uma família que não tinha nada em casa para os cinco filhos;
- Enxoval completo para duas grávidas carentes, desde fraldas a berço;

- Fraldas para a Julinha, uma criança com sérios problemas de saúde;
- Itens de casa para uma mãe que separou de um marido abusador;
- Festa de Natal para trinta e seis crianças no abrigo, com doação de mochilas, brinquedos, fraldas e capas de chuva;
- Festa de Natal para dez crianças na Casa das Meninas, com doação de kit higiene, calcinhas, sutiãs, chinelo.

Qual a expectativa de vocês para o ano de 2020?

A expectativa é de fazer ao menos duas ações no mês. E temos um projeto lindo que está caminhando para acontecer no Mommys! A Mari está nos ajudando a organizar as ideias e logo terá coisa linda pra vocês participarem!!! Aguardem!!

Algum recado que gostaria de deixar para as Mommys?

Doar é um ato de amor! Mommys, se doem! Gastem um pouco do seu tempo, da sua economia. Faça um embrulho bonito, um cartão com palavras de apoio... Junte o que não usa mais, mas ainda tem muita serventia, lave, embale! Doe carinho, espalhe amor, se junte a nós e juntas vamos fazer diferença nesse mundo, que muitas vezes é tão cruel!!!

GABY BICALHO

FAMÍLIA É: meu porto seguro, minha base e a razão da minha vida!

AMIGOS SÃO: necessários. Pessoas que fazem a vida ser mais leve.

DEFEITOS: deixar tudo pra última hora, indisciplina em algumas áreas da minha vida e ser muito curiosa.

QUALIDADES: acho que sou uma pessoa bem flexível em qualquer situação. Tento ser sempre leve e ver o lado bom de tudo.

NUNCA VOU ESQUECER: tenho muitos momentos guardados no meu coração, mas, sem dúvida, os mais importantes foram o nascimento do Bê e do Léo. Não existe emoção maior do que ver o rostinho de quem ficou 9 meses dentro de você!

ADORO IR: casa da minha mãe, casa de amigos e bons restaurantes.

PARA FICAR MAIS BELA: não faço muita coisa, até queria e precisava fazer mais. Coisas que não dá para viver sem: botox e luzes no cabelo.

COMERIA TODOS OS DIAS: chocolate, biscoito de chocolate e japa. E tomaria vinho (rs).

NÃO FALTA NA BOLSA: nesse momento, em especial, água termal, porque passar o final da gravidez no calor que estava foi difícil. Álcool gel com cheirinho e carregador de celular também nunca faltam.

SER MOMMY É: antes de tudo, motivo de orgulho, por ser minha irmã a idealizadora de tudo isso que o Mommys se tornou. É sempre ter companheiras, independentemente da fase de vida que estamos vivendo. Ter sempre alguém pra te tirar uma dúvida, te ajudar, te tirar do tédio! É um eterno fazer novas amizades. É ter a possibilidade de conhecer o melhor lado das pessoas. Ser mommy é demais!



Foto: Sheyla Pinheiro

Foto: Sheyla Pinheiro

Que tal uma leitura leve e agradável
sobre o universo materno e infantil?

REVISTA



A cada bimestre uma nova edição, com
conteúdo feito de mommys para mommys.

Cadastre-se para receber:
www.portalmommys.com.br/revista

Acompanhe-nos nas redes sociais:
Facebook: @portalmommys | Instagram: @portalmommys

Para dúvidas ou sugestões, fale com a gente:
contato@portalmommys.com.br