

REVISTA

MOMMYS

TUDO SOBRE O UNIVERSO MATERNO E INFANTIL - ED.27 - JULHO / AGOSTO 2020



Sol, filho de Victor e Bruno, tem acesso a muitas referências de diversidade.

EDUCANDO PARA A DIVERSIDADE: RESPEITO ÀS DIFERENÇAS NASCE EM CASA

- ♡ ENTREVISTA: O papel da mediação de conflitos durante a pandemia
- ♡ UNIVERSO DO BRINCAR: A mudança do mundo começa dentro de cada casa
- ♡ ADOLESCÊNCIA NA REAL: A hora da exceção em relação aos eletrônicos

EXPEDIENTE

Diretora Executiva:

Mariana Bicalho
mariana@portalmommys.com.br

Editora e Jornalista Responsável:

Eliane Ribeiro
revista@portalmommys.com.br

Projeto Gráfico e Diagramação:

Fabiana Cristina
fabiana@adgerais.com.br

Foto capa:

Gabriela Moura e Thiago Sá

Colaboradores dessa Edição:

Aline Bicalho
Andreza Lopes
Aninha Ataíde
Hatanne Sardagna
Lan Apolinário
Ludmila Stigert
Malu Reis
Roberta Senna
Renata Lott

Fale com a revista:

revista@portalmommys.com.br

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, por qualquer meio, sem prévia autorização.

SUMÁRIO

Editorial	3
Cartas	4
Entrevista: Mediação e Conciliação	5
Palavras que alimentam	9
Universo do Brincar	12
Capa: Educar para a Diversidade	15
Pedacinhos das Mommys	22
Tempo de Celebrar	23
Nossas Dicas de Filmes e Séries	26
Adolescência na Real	29
Aconteceu no Mommys	31
Perfil Mommy	33





EDITORIAL

“Revoluções levam tempo, nos fazem sair da inércia, logo gera trabalho”.

Início o editorial com essa frase da nossa colunista Malu, que tanto dentro do texto dela, quanto fora de contexto, faz um sentido incrível.

Vamos iniciar as revoluções necessárias: a nossa matéria de capa é também um convite a isso.

Aproveitem a leitura e feliz dia dos pais (atrasado) com a nossa homenagem na seção Pedacinhos das Mommys.

Um beijo,

MARIANA BICALHO



Mega, ultra, super feliz em poder contribuir para todas mães que amam o Mommys e que buscam trocas de conhecimentos. Para mim fazer o que eu amo e além disso oferecer saúde para nossos pequenos é maravilhoso. Sou grata a Deus por oportunidades estarem surgindo na minha jornada como fisioterapeuta. Sou grata também à Mariana Bicalho por fazer eu acreditar que sou capaz e ter me dado um grande empurrão nessa nova fase. Que venham mais conhecimentos. Obrigada a toda equipe da Revista Mommys.

Amanda Vieira

Foi um prazer contribuir para esse trabalho lindo, harmônico e de qualidade!!! Parabéns a toda equipe Mommys pela oportunidade e pela confiança! Eu amei o resultado. Muito obrigada Mariana Bicalho, seguimos juntas e misturadas.

Lan Apolinário

Honra fazer parte dessa revista! Honra poder através de uma matéria agradecer a tantas mães! Obrigada pelo apoio com a ação e pelo carinho de sempre! Que Deus multiplique tudo na vida de cada uma que virou “Aliança sem Fome “! Por um mundo com muitas Mommys! Somos sim uma ponte. Mariana Bicalho, você sabe o tanto que tenho orgulho de você !

Fernanda Betti





COMO A MEDIAÇÃO E A CONCILIAÇÃO PODEM AJUDAR EM TEMPOS DE PANDEMIA?

Em entrevista à Revista Mommys, Ludmila Stigert, que é mediadora e gestora de conflitos, explica um pouco mais sobre o papel da mediação e da conciliação na resolução de conflitos e fala sobre como essas negociações podem ser utilizadas nesse momento de isolamento social. Confira a seguir.

O que é mediação e conciliação e qual a diferença entre elas?

A Mediação e a Conciliação são dinâmicas autocompostivas realizadas por um terceiro imparcial e sem poder decisório. Pode-se dizer que são espécies de negociações assistidas por uma pessoa neu-

tra ao conflito e sem interesse na demanda. Enquanto a **Conciliação** é mais utilizada em questões pontuais, em que as partes não possuem um vínculo prévio, a **Mediação** é indicada para conflitos mais complexos nos quais as partes têm um relacionamento anterior ao conflito que irá continuar no tempo. O conciliador tem

uma postura mais avaliativa, no sentido de atuar mais ativamente com as partes na construção do acordo. Já o mediador tem uma postura mais facilitativa, buscando, sobretudo, o reestabelecimento da comunicação entre os envolvidos e não atuando diretamente na construção do acordo.

Quando cada uma pode ser utilizada?

A Conciliação e a Mediação podem ser realizadas antes da instauração de um processo judicial (Pré-processual), bem como no curso de um processo (Endo-processual). Elas também podem ser realizadas em procedimentos administrativos, em cartórios, nos Procons, nas comunidades, nas escolas. Ou seja, a Mediação e a Conciliação podem ser realizadas a qualquer momento e em qualquer lugar, desde que existam ouvintes hábeis a acolherem as falas, pessoas dispostas a amarem e terceiros com habilidades e competências necessárias para conduzir a dinâmica. Mediação e Conciliação são estilos de vida que precisamos incorporar!

E qual o papel do mediador ou conciliador?

O terceiro, seja ele conciliador ou mediador, realiza a gestão do conflito e tem a função de colocar os envolvidos em um movimento propício ao diálogo, no qual a fala e a escuta se tornam ferramentas importantes para o seu trabalho. Assim,

pode-se dizer que a sua principal função é levar os envolvidos a um outro nível de percepção e compreensão acerca do conflito, do outro e de si.

Como a mediação e a conciliação podem ajudar em tempos de pandemia?

Durante a pandemia percebeu-se uma dificuldade tanto em ficar isolado em sua casa, quanto em conviver em isolamento em família. São duas situações complementares, uma vez que se percebe que duas grandes necessidades humanas acabam por se esbarrar. Por mais que a casa (física) e a família sejam dois grandes pilares da vida humana, ela se mostrou frágil quando ganhou o patamar de prioridade na vida das pessoas. Ficar em casa e em família se revelou para muitos um processo desafiador. E, justamente nesse aspecto é que a mediação e a conciliação se mostram hábeis a gerenciarem a dinâmica familiar, pois demonstram a necessidade de se buscar um diálogo ético, aberto e respeitoso com aqueles que mais amamos.

O grande lance é que a maioria de nós não foi ensinado a estabelecer conexões reais, mas sim comunicações violentas que nos afastam de nós mesmos e das pessoas que amamos. Assim, precisamos ter a oportunidade de mostrar aos outros que existe uma outra via que podemos cruzar no meio do nosso caminho e que pode nos ensinar a comunicar de

forma diferente, bem como nos levar a novos campos de percepção e de escuta, ampliando as nossas capacidades de amar e de perdoar.

Neste momento de isolamento social, temos visto um aumento dos conflitos familiares e até mesmo do número de pedidos de divórcio. Como a mediação pode auxiliar na retomada do diálogo familiar e, conseqüentemente, na resolução desses conflitos?

A partir do momento em que se trabalha com as necessidades das pessoas envolvidas no contexto conflituoso, percebemos que elas agem sempre na intencionalidade de atenderem as suas necessidades. O conflito sempre aparece quando necessidades humanas não estão sendo atendidas ou estão sendo ameaçadas de extinção. Logo, a mediação e a conciliação trabalham no sentido de se negociar em cima dos interesses que decorrem dessas necessidades.

E, para que esta negociação aconteça dentro das famílias, é importante que as pessoas consigam pensar para além dos seus horizontes históricos, bem como ouvir os pedidos, não como exigências e sim como necessidades que precisam ser atendidas e integradas.

Outros segmentos também foram bastante afetados em meio a essa crise. Como o mediador ou conciliador

pode ajudar em disputas relativas à pagamento de aluguel, embates de natureza trabalhista e descumprimentos contratuais (inclusive relacionado à escola dos filhos)?

O mediador e o conciliador atuam justamente no condão de permitir a construção de propostas para a administração dos conflitos. Em momentos desafiadores como os atuais precisamos ser criativos, empáticos e assertivos para podermos negociar em cima de interesses que agregam valores tanto para si, quanto para o outro. E a geração dessas opções só acontece quando vamos para uma mesa de forma ética, respeitosa e aberta para o diálogo.

O serviço de mediação pode ser contratado somente na fase pré-processual ou também em processos que já estão em andamento? Poderia nos explicar melhor como funciona?

Conforme eu disse anteriormente, a mediação e a conciliação podem acontecer tanto na fase pré-processual quanto processual. Gosto de dizer que a escolha pela autocomposição só acontece quando os envolvidos tomam a consciência de que a gestão dos seus conflitos depende muito mais de si do que da atuação dos outros. Os conflitos só são resolvidos quando as pessoas escolhem querer resolvê-los e esta resolução se inicia no novo modelo mental que começa a ocupar a sua mente.

Alguma dica prática que você daria para as mommys para resolução de conflitos?

Olha, eu não gosto de falar em “dica” e sim em reflexões... Eu diria às Mommys que os conflitos sempre vão existir em suas jornadas. O que se pode começar a fazer é uma mudança na percepção desses conflitos. Ou seja, quando elas se derem conta de que os conflitos fazem parte das suas histórias e que a transformação destes são arsenais muito potentes de superação e de amadurecimento, o cenário vai começar a se transformar. Não digo isso como um “clichê”, mas sim como algo que precisamos colocar dentro de nós.

Não podemos continuar negando os conflitos ou mesmo colocando-os dentro de uma campo de batalha. Conflitos precisam ser geridos de forma inteligente, empática e compassiva. É necessário aprender a lidar com os conflitos dessa forma e, para isso, precisamos reformular nosso modelo mental e a nossa forma de conexão com as pessoas.

Gostaria de deixar algum recado para as mommys?

Gostaria de dizer para todas as Mommys que estão lendo esta entrevista de que eu imagino que as reflexões ora trazidas podem fazer com que elas pensem ser de outro planeta. Mas eu lhes atesto que

não. Eu lhes afirmo que funciona e que traz muitos resultados efetivos. Portanto, eu deixo aqui um convite para todas as Mommys que se interessarem pela temática, que entrem em contato com a Câmara Satisfactio, da qual eu sou Diretora Técnica, que estaremos dispostos a ouvi-las e a ajudarem da melhor forma possível, seja com uma Consultoria, com um Treinamento, com Mentorias ou mesmo com a execução de mediações e conciliações.



Ludmila Stigert

Diretora Técnica da Satisfactio;
Mediadora e Gestora de conflitos;
Analista Comportamental e
Advogada.



A PÁGINA VIROU, MAS A HISTÓRIA AINDA ESTÁ SENDO ESCRITA.

por Hatanne Sardagna

Era uma cidadezinha dessas de interior, quase um povoado.

Passando pela estrada pude ver uma placa meio apagada: “Missa, 14/03 às 17h”. Estamos em agosto.

Entendi que aquele foi o último dia em que as pessoas daquele lugar puderam ir à missa.

Depois parou. Tudo. Simplesmente parou.

Em março de 2020 nosso “normal” sumiu de uma hora para outra.

Dias, literalmente poucos dias, separaram o mundo em ANTES e DEPOIS.

Quando tudo isso passar, quando acabar, quando houver uma vacina... É bom que saibamos que a vida que deixamos em março não estará lá nos esperando.

Mudou. Mudamos. Virou a página da história, bem na nossa frente.

Aquela cidadezinha da placa parece parada no tempo, esquecida. Mas o vírus não poupou lugar nenhum. E veio nos dizer que a vulnerabilidade humana nos iguala, morando você em Nova Iorque, Milão ou na roça de Minas Gerais.

Eu espero o dia que aquelas pessoas possam voltar à missa (provavelmente o programa favorito de muitos ali).

Eu espero, mas não conto mais os dias.

Que ano esquisito...

Olhamos os meses passando por nós, ainda sem entender, às vezes sem acreditar. Ainda sem acreditar.

Esperar pelo melhor e torcer para que nossa saúde nos leve até o outro lado,

para que possamos contar essa história.

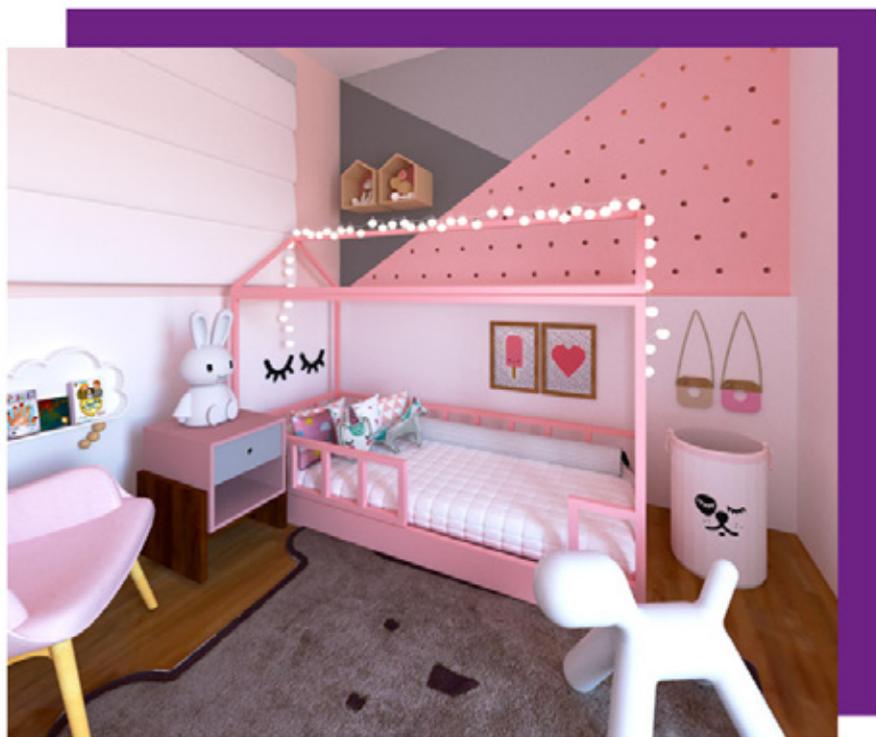
O ano em que os cinemas fecharam até que a vida real não parecesse um filme.

Esperamos por um final feliz.

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



@karinebattu.arquiteta
www.karinebattu.com
(31) 99117-4780

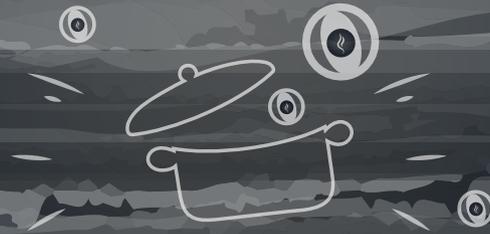
“TRANSFORMO O SEU LAR NUM LUGAR DE AFETO”

Reforme a sua casa de maneira rápida, sob medida e respeitando seu estilo.

KARINEBATTU!
arquitetura

ACADEMIA
MOMMYS
de empreendedorismo

Simplifique
SUA VIDA
na cozinha



O melhor delivery de carnes porcionadas para o seu dia a dia!

Carne de boi, porco e frango / Peixes e frutos do mar

PEÇA PORCIONADO, DO SEU JEITO!

Uma mesma peça pode ter cortes diferentes e ser porcionada do jeito que se encaixa melhor na sua rotina.



Revendedor KHäppy Kombucha

Sinta-se sempre mais. Mais que kombucha, K-Häppy. Probiótico, refrescante, detox, 100% natural.

DELIVERY

(31) 99164-4179 📞

Vi na **COZINHA**

 **vinacozinha**



O que você vê na cozinha?
Eu vejo praticidade, eficiência e muito sabor!



A REVOLUÇÃO DO MUNDO COMEÇA NO NOSSO QUINTAL

por Malu Reis

Estamos mudando o mundo. É esta minha ideia principal quando penso na educação das crianças. Penso que precisamos mudar, porque do jeito atual não está legal: é mau humor pra ser atendido, é olhar torto pra dar a vez para um senhor na fila preferencial, é uma correria no trânsito, uma dificuldade de se alimentar direito e uma tristeza na segunda-feira de manhã porque o fim de semana passou.

Se faz necessário repensarmos os padrões. Acordar dessa hibernação do “fizem comigo e não morri”, “sou uma pessoa ótima e cresci apanhando”, para escutar o que o nosso coração fala quando lembramos desse momento da nossa infância: foi legal mesmo passar por todas essas violências? Ou você é uma pessoa ótima agora por todas as outras coisas maravilhosas que seus pais e cuidadores fizeram com você além da violência física ou verbal? Sinceramente, violência não edifica ninguém.

Quando ajo conscientemente diante de uma birra de Liz, perguntando se ela deseja um abraço, enquanto minha vontade é pegá-la pelo braço, eu me transformo em alguém maior. Mais dona de mim fazendo o que eu me propus a fazer e não do que eu fiz por impulso sem querer. De quebra, ainda ensino pra ela algo muito valioso: eu também respiro quando estou com raiva. Eu também, assim como ela, tenho a oportunidade de decidir como agir ao invés de agir por impulso. Agir tem mais impacto do que um discurso.

Revoluções levam tempo. Nos fazem sair da inércia; logo, gera trabalho. Trabalho árduo, viu?! Trabalho para explicar suas escolhas para aquela tia que acha frescura não bater na criança; trabalho para escolher uma instituição que tem os valores parecidos com os seus; trabalho para escolher o caminho das pedras de escutar e argumentar sempre com sua filha de dois anos ao invés de usar o caminho mais simples e confortável do “porque sou sua mãe”.



Temos vitórias nesse caminho que nos fazem respirar e ver que estamos na direção correta: uma menina que consegue, mesmo querendo meu colo, falar para eu pegar a irmã que chora, que pergunta se está tudo bem com as bonecas depois que elas caem no chão e que conta o que sente “eu tenho medo do lobo”, “ eu fico feliz quando você brinca comigo”. Quando somos empáticos de forma consistente, a empatia dela surge de maneira natural. É lindo acompanhar e ser parte de todo esse processo.

Uma revolução no mundo ocorrerá quando um grande número de pessoas decidir criar os filhos com amor diariamente, e não só na legenda da foto, sabe?! E entender que aquele choro tem um sentimento por trás e acolher. Em respeitar o momento de brincar, em dar opções para que a criança possa exercer o direito de escolha, em ser flexível em situações que podemos ser como a hora do banho, a escolha limitada do cardápio do almoço. Deixar o celular pra lá e sair pro parque pra brincar do que as crianças querem

e de contar histórias sobre como foi a sua infância e sua vida. Entendendo que quanto mais conversamos com a criança mais ela é naturalmente ensinada sem precisarmos daquele sermão que sabemos bem como é.

Imagina o impacto que essas atitudes terão na visão de mundo dos nossos filhos: olhar para a criança, fazer um esforço para compreender sua visão e seu sentimento por trás daquele comportamento, além de ensinar da melhor maneira sobre o amor e respeito, colocando-os em prática dentro da própria casa.

Começaremos a revolução nas nossas casas. Estenderemos para as pessoas que nos conhecem contando sobre elas. Convocaremos muitas famílias nas redes a participarem dessa corrente de amor e transformação e, de família em família, a mudança ocorrerá no seu bairro, na sua cidade, no seu estado, no seu país.

Vamos juntos mudar o mundo?

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!

Solucionar conflitos e reestabelecer a comunicação familiar, essa é nossa maior missão!

Satisfactio Câmara de Conciliação e Mediação. Trazemos segurança, tranquilidade e agilidade para cuidar do bem mais precioso: sua família!



Atuamos também nas áreas cível, trabalhista, empresarial, ambiental, entre outras.

www.satisfactio.com.br
  [camarasatisfactio](#)

31 3318.0713 | 31 9 9284.0108

A educação de Caio e Odara é pautada na representatividade e no empoderamento, para que valorizem sua identidade e cultura racial.



RESPEITO VEM DE CASA:

**Educar para a diversidade exige atenção
e precisa começar cedo**

Meninos que brincam de boneca sem se preocupar com a reação alheia. Crianças que se comportam com naturalidade diante de uma pessoa com deficiência ou perante um formato familiar diferente do “tradicional”. Jovens que enxergam todos como iguais, sem distinção de raça, crença ou classe social. Romper preconceitos ainda tão estruturados em nossa sociedade e educar os filhos para a diversidade e inclusão é uma tarefa que exige muita dedicação e que precisa começar bem cedo dentro de casa.

Segundo Lana Medeiros, psicóloga e Coordenadora de Formação do Colégio Magnum, a melhor maneira de ensinar crianças e jovens a lidar com as diferenças com empatia é proporcionar a eles a oportunidade de conviver e se familiarizar com a diversidade desde bem pequenos, para que aceitem e respeitem, com naturalidade, tudo que é diferente de suas realidades. Para ela, “é na convivência com essas diferenças que se aprende a enxergar o valor de cada um e, consequentemente, a não crescer validando discursos que incitam a discriminação e a rejeição”.

Assim como Lana, Leonardo Gontijo, fundador do [Instituto Mano Down](#), também acredita que a convivência é o melhor caminho para uma educação diversa e inclusiva. De acordo com ele, normalmente, as pessoas temem o diferente. E por isso julgam, estereotipam e afastam

as diferenças. E a única forma de reverter esse ciclo é conviver com a diversidade desde cedo. “Eu posso passar a vida negando o preconceito, porque é muito cômodo eu ser homem em uma sociedade machista, eu ser branco em uma sociedade racista. É cômodo eu ser uma pessoa típica, numa sociedade capacitista. Então, quando você sai da sua bolha e consegue ver o mundo pela perspectiva do outro, você abre sua mente e começa a enxergar as potencialidades da diversidade”, ressalta Leonardo.

Outro ponto importante destacado por Paula Pfeifer, fundadora da comunidade ***Crônicas da Surdez*** e precursora do projeto [Surdos que ouvem](#), é a quebra de paradigmas. Por esse motivo, ela acredita que para criar filhos que saibam lidar com as diferenças, os pais precisam, primeiro, repensar seus conceitos sobre perfeição, normalidade e padrões. “Como pais, precisamos desaprender todas as coisas erradas que nos ensinaram para não corrermos o risco de ensinar errado aos nossos filhos. Se hoje vivemos num mundo com preconceitos, é porque isso foi passado de geração em geração e visto como normal pela sociedade”, afirma Paula.

Porém, nenhuma dessas atitudes é tão eficaz quanto os exemplos que as crianças e jovens têm, é o que alerta a psicóloga Lana Medeiros. “De nada adianta ouvirem que a diversidade deve ser valorizada e respeitada se as pessoas

que são referências para eles não atuam assim. Portanto, a melhor forma de ensinar para os filhos sobre diversidade e inclusão, a fim de que respeitem as diferenças, é agindo com coerência: viver o que se prega e pregar o que se vive”, completa Lana.

E em seu [TEDx](#), Lau Patrón reforça: “enfrentar nossos preconceitos não é sobre combater pessoas, é sobre combater as ideias que nos trouxeram até aqui, não é sobre o outro ser diferente de mim, é sobre sermos diferentes um do outro. Nada é mais urgente e inovador do que incluir pessoas. O futuro é humano e diverso”.

Todos somos iguais

Proporcionar um ambiente com vivência ampliada e abordar as curiosidades típicas do universo infantil na hora certa e sem tabus também são algumas das estratégias que podem ser adotadas pelos pais para uma educação mais diversa.

Na casa de Bruno e Víctor, por exemplo, o diferente é apresentado ao filho Sol a todo momento. “A gente percebeu que não adianta criar nosso filho para a diversidade, mas sim na diversidade, nas diferenças. Então, tentamos fazer com que ele tenha acesso ao maior número possível de referências de diversidade. Por exemplo, fazemos questão de apresentar a ele histórias de heroínas, para

construir nele a ideia de que as mulheres também são fortes. Buscamos sempre desenhos em que negros ou indígenas são protagonistas, porque isso também o ajuda a ver que o mundo não é só da cor dele”, conta Bruno.

Foto: Gabriela Moura e Thiago Sá



Sol e seus dois pais: Bruno e Victor

No lar de Lauana Nara, o racismo é tratado sem tabus e para ensinar seus filhos, Caio Zulu e Odara, a combatê-lo, ela trabalha a autoestima deles e os empodera, para que valorizem sua identidade e cultura racial. “Mesmo sem saber o que é racismo, na infância, as crianças negras são obrigadas a enfrentá-lo. Por isso, aqui em casa, a maioria dos livros e filmes se referem à negritude e meus filhos se veem representados sempre. Mas não basta só representatividade, precisa ter equilíbrio. Ver um ou outro negro não vai mudar a realidade, precisamos ser muitos. E para mudar esse cenário, todos nós temos que educar

nossa visão para a pluralidade racial e se incomodar quando não a encontramos”, ressalta Lauana.



Lauana e os filhos Caio Zulu e Odara

Já na casa de Danielle e Tiago não há distinção entre direitos e deveres de homens e mulheres e seus filhos, Felipe e Lorena, são criados de forma igualitária.

“Os discursos de familiares e amigos, mesmo que involuntariamente, são muito voltados para que o meu filho seja forte e corajoso, enquanto a pequena deve ser cuidada com o devido zelo de uma menina. É implícito e cultural”, diz Danielle. Para ir na contramão disso, ela e o marido buscam sempre compartilhar as tarefas e prezam pela equidade em todas as decisões, pois acreditam que dar o exemplo é primordial.



Felipe e Lorena são criados de forma igualitária.

Além disso, Danielle ressalta que também é muito importante saber respeitar a identidade e opiniões dos filhos e deixá-los livres para as descobertas. “Falo por experiência própria. Embora sempre ganhasse bonecas na infância, o que eu gostava mesmo era de bolas de futebol. Preferia chuteiras que sandálias e um uniforme do Flamengo me deixava muito mais feliz que um vestido rendado”, afirma Danielle. E ela completa: “quero me esforçar para que o meu filho seja, ao máximo, livre dessa masculinidade tóxica, que prega soberania e, em muitos momentos, supressão de sentimentos. Acolher dores e alegrias da mesma forma é também um caminho que acredito”.

As várias configurações da família brasileira

O modelo tradicional de família, que em 1995 correspondia a aproximadamente 58% das famílias brasileiras, passou para 42% em 2015, de acordo com dados do Pnad (Pesquisa Nacional por Amostras de Domicílio). Isso significa que formatos diferentes do tradicional já são maioria no país. Por esse motivo, é cada vez mais comum vermos outras configurações familiares, tais como as compostas por mães solo ou crianças adotadas por casais homoafetivos.

E embora haja mais diversidade na composição dos lares brasileiros, conversar com os filhos sobre esse assunto ainda é um tabu, especialmente para famílias consideradas tradicionais. Segundo uma pesquisa realizada pela Revista Crescer, 62% dos entrevistados acreditam que ainda não chegou o momento certo para falar sobre isso com seus filhos e 5% não querem influenciar a criança ou não se sentem confortáveis para tocar no assunto.

No entanto, a melhor forma de ensinar sobre isso para as crianças é fazer com que elas tenham exemplos reais, afirma Bruno. E os livros e desenhos podem ser ótimos aliados para trazer os diferentes formatos familiares para a realidade delas. “Geralmente os livros são ‘papai, mãe e bebê’. Mas isso não é representa-

tivo, não só da realidade do meu filho, como de muitas outras crianças. Então a gente sempre vai lendo as histórias de maneira diversificada. Por exemplo, se tem um livro com duas zebras e uma zebra bebê, a gente fala: ‘olha filho, é uma zebra papai, uma mamãe e outra bebê’. Na página seguinte a gente já fala: ‘a girafa papai, a girafa papai e o bebê’. Na próxima, ‘olha a foca mamãe, a outra mamãe e o bebê’. Ou então: ‘o leão com seu filhote, ou a leoa e seu filho’. E assim a gente aproveita para falar com ele sobre a diversidade das famílias”, relata o pai de Sol.

- *37% dos filhos de mães solo já sofreram preconceito por sua configuração familiar não-tradicional;*
- *Assim como 29% das crianças em famílias homoafetivas;*
- *26% das adotivas;*
- *E 18% daquelas com famílias separadas.*

Admitir que outros modelos de família são possíveis evita o preconceito e colabora para a construção de uma sociedade mais igualitária.

Fonte: Revista Crescer

O papel da escola diante da diversidade e inclusão

O respeito à diversidade é um dos pilares da construção do que os pequenos de hoje serão como os cidadãos de amanhã. E a escola pode ser uma grande aliada dos pais nesse sentido, ajudando a formar indivíduos que saibam lidar com a coexistência de diferentes pontos de vista e conviver com o diverso.

E para que isso aconteça de maneira efetiva, a psicóloga Lana Medeiros ressalta que é importante que as escolas adotem em seu currículo uma matriz de habilidades socioemocionais que favoreça a au-

tonomia, a aprendizagem e a prática da alteridade.

Nesse contexto, Paula Pfeifer acredita que o papel das escolas está em reforçar o trabalho das famílias na construção de um futuro sem racismo, sem homofobia e sem capacitismo. Para ela, “a escola tem que ser um santuário de celebração das diferenças. Nem todas as crianças têm pais ou mães. Nem todas elas enxergam ou escutam 100%, nem todas aprendem no mesmo ritmo. E está tudo bem. Os professores precisam treinar o olhar para focar nas habilidades de cada um e naquilo que os torna únicos. E colocar luz nisso”.



CRIANDO CRIANÇAS ANTIRRACISTAS

- 1 Dê livros, brinquedos e filmes com personagens negros;
- 2 Se relacione efetivamente com pessoas negras;
- 3 Reconheça! Converse sobre a estrutura socialmente racista;
- 4 Exija que a escola seja representativa;
- 5 Entenda o privilégio branco e encontre seu lugar de fala;
- 6 Respeite, conheça e prestigie a cultura afro-brasileira;
- 7 Pesquise e visite lugares que celebrem a cultura afro-brasileira.

Fonte: @criandocriancaspretas

DICAS DE LIVROS INFANTIS SOBRE DIVERSIDADE



Que cor é a minha cor?
Martha Rodrigues



Lagarta vira Pupa
Andrea Werner



Frida Kahlo
Coleção Antiprinçasas



**Cada um com seu jeito,
Cada jeito é de um!**
Lucimar Rosa Dias



**Tudo bem ser diferente
e O livro da família**
Todd Parr



**O grande e maravilhoso
livro das famílias**
Mary Hoffman



A bailarina especial
Aline Fávaro Tomaz



**O menino que
brincava de ser**
Georgina da Costa
Martins



ABC em libras
Sueli Ramalho
Segala e Benedicta A.

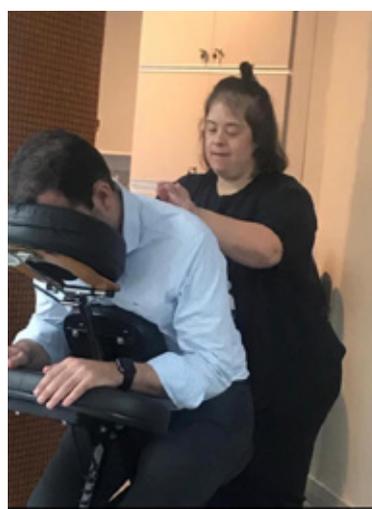
**Somos iguais mesmo
sendo diferentes**
Marcos Ribeiro

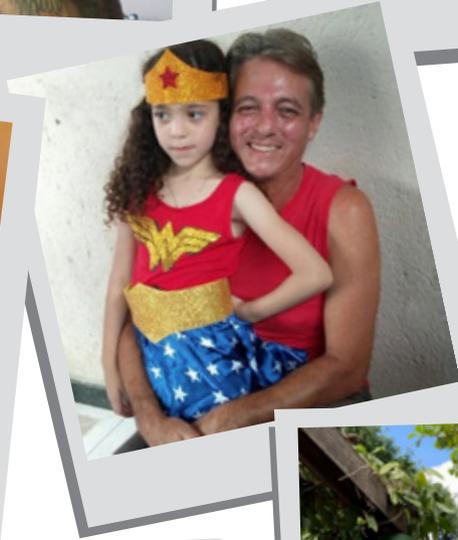
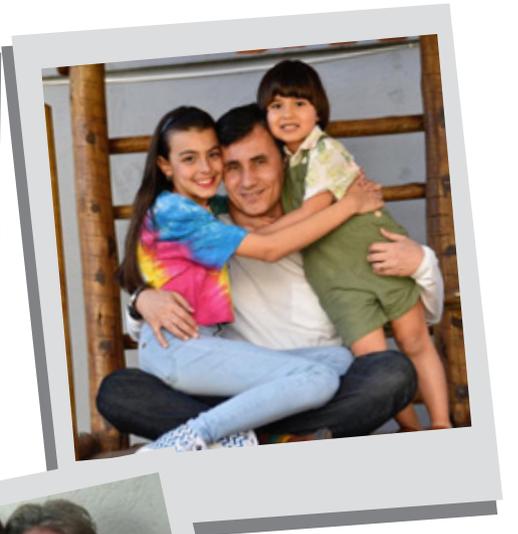


VOCÊ CONHECE O TRABALHO DO INSTITUTO MANO DOWN?

Mano Down é uma instituição sem fins lucrativos que tem como meta promover a inclusão e a autonomia de pessoas com síndrome de down e outras deficiências intelectuais. Para isso, são oferecidos diversos programas e oficinas que tem o intuito de promover o desenvolvimento potencializado em todo ciclo de vida dessas pessoas. Dentre eles, programas de inclusão escolar e no mercado de trabalho; oficinas culturais e esportivas, como de canto, culinária, teatro, capoeira e fotografia; serviço social e acolhimento.

Para saber mais informações sobre o instituto, acesse www.manodown.com.br





Quer ver seu filho na nossa revista? Poste em suas redes sociais usando a hashtag

#EUNAREVISTA MOMMYS



A INFLUÊNCIA DOS PAIS NA PERSONALIDADE DOS FILHOS

Por Aninha Ataíde

Já é estabelecido o fato de que o discurso dos pais influencia diretamente na saúde e na personalidade dos filhos. Mas então, por que tantas pessoas ainda refutam a validade desses conhecimentos? Por que temos tantas famílias disfuncionais? Vamos conversar um pouquinho sobre isso hoje!

Vínculo primário

A formação da personalidade, hábitos e cosmovisão de um indivíduo estão intimamente ligados ao ambiente que ela vive, mas sobretudo ao discurso parental. E por que isso acontece?

O vínculo primário do ser humano é estabelecido com seus pais ou cuidadores principais em um momento de extrema fragilidade e completa dependência do bebê. Portanto, para o indivíduo, o que seus pais ou cuidadores fazem e dizem são sinônimos de verdades absolutas por um bom período de tempo, senão uma vida toda.

Os pais como espelhos dos filhos

Esse relacionamento de profunda dependência e confiança, digamos, obrigatória, é responsável por estabelecer as bases da personalidade e do comportamento daquele indivíduo durante toda sua vida.

Filhos naturalmente espelham os pais, e esse espelhamento vai muito além de trejeitos ou expressões corporais, passando por modo de pensar, de sentir, de ver e de reagir diante das questões da vida. Sem conhecer nada sobre o mundo, o pequeno ser o entende através do que vê em seus pais, e também estabelece as bases de sua identidade a partir disso.

Indo além, a criança traz para si o que vê no outro. Crianças que convivem com pais insatisfeitos, que reclamam o tempo todo, ou que se mantêm em silêncio, mas com uma atitude hostil e distante, levam os filhos a acreditarem não merecer cuidado, afeto ou amor. Assim, começa uma visão distorcida de si mesmo e do mun-

“Indo além, a criança traz para si o que vê no outro. Crianças que convivem com pais insatisfeitos, que reclamam o tempo todo, ou que se mantêm em silêncio, mas com uma atitude hostil e distante, levam os filhos a acreditarem não merecer cuidado, afeto ou amor.”

do, construindo o alicerce para um adulto inseguro e hostil.

Nesse sentido podemos entender porque é frequente pais e filhos terem histórias de vida semelhantes. É extremamente difícil modificar padrões aprendidos na infância e reforçados até a vida adulta. Quebrar o ciclo é um enorme desafio, no entanto, deveria ser o foco de todos os pais. Afinal, todos temos sempre o que melhorar, por que não beneficiar nossos filhos com isso?

Muitas vezes, não percebemos o quanto somos responsáveis e causadores dos comportamentos de nossos filhos e queremos que eles o modifiquem, mas negamos que nós tenhamos que fazer algo nesse processo. É aí que a coisa costuma emperrar.

Discurso Violento

Ambientes carregados por discurso violento, que abrange desde brigas propriamente ditas, até tom de voz sutilmente agressivo, irônico ou debochado, geram raízes de insegurança no inconsciente dos pequenos, além de ensiná-los que aquele é um jeito aceitável de se relacionar com o outro.

A família disfuncional vai muito além daquelas nas quais acontecem grandes abusos. Muitas vezes, famílias que aparentam ter saído de comercial de margarina, apresentam em suas entrelinhas padrões de relacionamento passivo, agressivo e negligente. Nesse caso, a coisa é tão “sutil” que quando a criança apresenta algum comportamento disfuncional ou socialmente inaceitável, ela carrega sozinha a pecha de “problema da família”.

Nesses casos, os pais não conseguem se ver como fonte do problema, ou porque não estão dispostos a realmente olhar para si e assumir sua responsabilidade no caos que os rodeia, ou ainda porque tem uma personalidade tão disfuncional que simplesmente não conseguem fazer o movimento de olhar para si mesmos.

Não há outro caminho

Se você tem uma família de comercial de margarina, mas se identificou com alguma coisa nesse texto, vale a pena parar

e refletir com honestidade. Buscar ajuda de um analista ou terapeuta, se propor a mudar (e se empenhar para isso) é o primeiro passo para ajudar sua família a se transformar.

Apontar apenas para o comportamento do seu filho, acreditando ser algo separado do todo é um erro. Modificar o comportamento da criança só é possível quando todo o ambiente recebe cuidado e tratamento.

Portanto, não permita que a culpa e o medo te paralisem. Todos os pais erram, a diferença entre os que são bem-sucedidos é que eles corrigem a rota, aceitando auxílio e estando dispostos a fazer todo o esforço necessário para modificá-la.

É assim que famílias estruturadas são construídas e que o amor prevalece.

Aninha Ataíde

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



Kit Diversão Carrossel

Biscoitos Amanteigados divertidos para brincar, pintar e se deliciar

Todos os kits acompanham os biscoitos e 2 pincéis

- 1)- 10 biscoitos R\$35,00
- 2)- 20 biscoitos R\$55,00
- 3)-30 biscoitos R\$75,00

Encomendas : (31) 99856-7757





FILMES PARA VER COM AS CRIANÇAS

Lan Apolinário

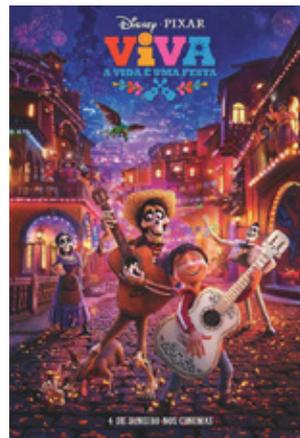
Olá, eu sou a Lan Apolinário responsável pelo NDFS – Nossas Dicas de Filmes e Séries, que é a maior comunidade do Facebook de Dicas de Filmes e Séries. Nosso objetivo é ajudar o membro escolher um filme e ou uma série, sem ficar horas buscando na plataforma, muitas vezes, sem sucesso. Eu fui convidada para escrever essa coluna e é com muito prazer e alegria que estou aqui mais uma vez para trazer dicas de filmes e séries para vocês e espero que vocês gostem.

Hoje eu resolvi falar de **filmes para ver com as crianças**.

Estamos passando por uma época de pandemia mundial atípica, não esperada e muito delicada. Então, nada melhor do que viver um dia de cada vez, sem nos cobrar tanto. Mas o que fazer com nossos pequenos que precisam gastar energia evitando o contato social?

Foi pensando nas Mommys que resolvi fazer uma listinha com muito carinho, de alguns filmes e desenhos infantis. Afinal

de contas eu também sou mãe (Léo de 5 anos e Sofia de 3). Então vamos lá:



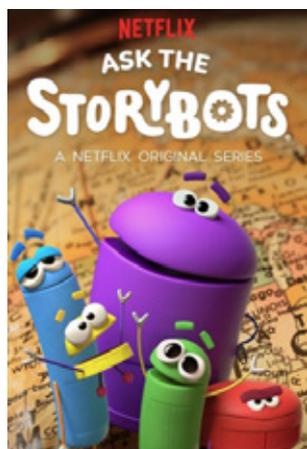
1) **Viva - A vida é uma festa:** o filme conta a história do Miguel, um garotinho mexicano que é apaixonado por música e mergulha em outro universo em busca de respostas sobre suas origens e sua

família. O filme traz uma animação muito alegre, colorida e musical e carrega consigo uma desmistificação da morte. É um achado e vale muito a pena ver!



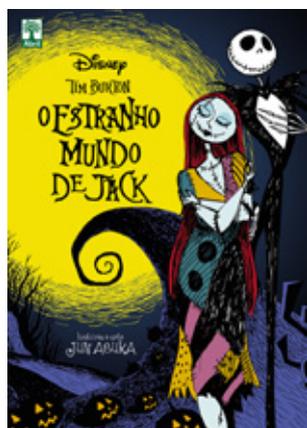
2) Minha segunda dica é a animação **“OS CROODS”**, sou apaixonada neste filme, já assisti incontáveis vezes. É um filme divertido e que traz uma mensagem maravilhosa. Conta a

história de uma família da pré-história que vê sua caverna ser destruída. Depois disso, os Croods partem em uma aventura em busca de um novo lugar para morar, liderados por um garoto muito imaginativo que lhes ajuda a desbravar um mundo inteiramente novo.



3) Agora, se você quer ver um desenho educacional e que vai ensinar, por exemplo, de onde vem os vulcões, ou “como os olhos enxergam”, ou ainda “por que eu preciso escovar os dentes?”,

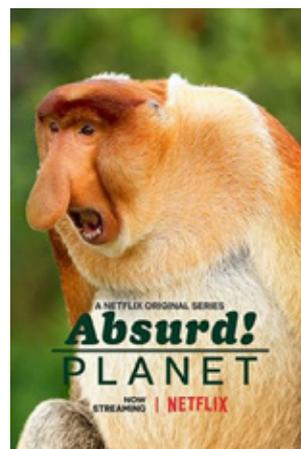
você não pode deixar de ver “**Pergunte aos Story Bots**”, é uma animação disponível em três temporadas com capítulos independentes e com um conteúdo muito informativo. Eu recomendo.



4) Sou fã de um filme que se chama “**O estranho Mundo de Jack**”, que conta a história de um esqueleto que vive no Mundo do *Halloween* mas que, certo dia, encontra um portal encantado que o

leva para o mundo do Natal e, com isso, ele tenta inserir o espírito natalino no próprio universo, mas descobre que precisa

mais do que enfeites e luzes para mudar as coisas. O filme é musical e tem aquela “pegada” gótica que o Tim Bortum sabe fazer muito bem.



5) Se você quer ensinar de maneira leve e divertida, indico um documentário muito legal, no qual a Mãe Natureza narra o documentário que se chama “**Planeta Bizarro**”. É uma verdadeira aula de ciências de maneira descontraída e lúdica em que eles aprendem e nós também.



6) E pra fechar com chave de ouro, a indicação vai para “**Divertidamente**”, que é um filme que revela os sentimentos de uma garotinha de 11 anos e nos ensina a lidar com eles. Esse filme é superbacana,

pois ele nos mostra que todos os sentimentos são importantes e que é natural que as crianças expressem a raiva, o medo, alegria, dentre outros.

Mas, se você ainda não se convenceu, pode conferir alguns títulos mais recentes que são: **Sonic** (é divertido e com uma trilha sonora legal e ainda, com o versátil

ator Jim Carrey); **Dumbo**, um filme lindo que mostra que ser diferente também é legal, demonstrando ainda que, apesar do *bullying* sofrido pelas enormes orelhas do elefantinho, ele segue no seu caminho amparado pela amizade das crianças e voa atrás de seus sonhos. Agora, se vocês querem agradar a “princesa da casa” vejam **Frozen II** (é super, hiper, bem musical rs).

Então é só preparar aquela pipoca e aproveitar o momento!

Lan Apolinário

amante de filmes e séries e responsável pelo grupo NDFS – Nossa Dicas de Filmes e Séries.



Os melhores momentos da vida devem ser eternizados pois, quando no futuro a memória falhar, são as fotos que irão servir de lembrança para voltar a esse momento que foi tão marcante em sua vida. Pois nada substitui a recordação que a imagem constrói.

Instagram @seven.photo.designer
Whatsapp (31) 99449-5141
E-mail contato@sevenphoto.com.br





ADOLESCENTES E A INTERNET: A HORA DA EXCEÇÃO

por Renata Lott e Roberta Senna

Vivemos, até então, um período inédito de confinamento social. Há mais de 150 dias estamos em isolamento, isso quer dizer que muita coisa mudou e que fomos todos exigidos a nos adaptar de qualquer forma. Querendo ou não. Cada um, em seu processo subjetivo, vivenciou (e vivencia) fases diferentes. A criatividade é exigida a todo tempo para lidar com esse estranho novo.

Para começar, as regras de convivência mudaram para todos e com os adolescentes não foi diferente. Justo eles, que tanto prezam por estarem juntos ao seu grupo, foram impedidos de sair, de praticarem seus esportes, de irem à aula de inglês, ou seja, rotina mudada drasticamente (lembrando que a adolescência é uma fase em que o indivíduo tem necessidade de extravasar de alguma forma suas emoções, pois ele é uma caixinha lotada delas).

Pais e filhos se depararam com o fechamento das escolas, como seria isso?

As escolas encontraram no uso das plataformas digitais a solução para o não-encerramento precoce do ano letivo. Que ótimo! A internet, bem como os dispositivos eletrônicos, passaram a ser a oportunidade de manter escola, aprendizado, relacionamento funcionando.

E é nessa hora que cabe, aos responsáveis, repensar sobre o uso da internet.

Muito já falamos sobre a grande importância de limitar o acesso, estimular outras atividades, etc. E sim, é isso mesmo, mas neste contexto em que estamos vivendo é preciso mexer nestas regras. Fazer o que, não é mesmo?! Toda regra tem exceção. Agora é o momento de compreender a exceção e evitar todo aquele desgaste entre pais e filhos. Afinal, principalmente as mães, estão sempre pensando onde tem errado e se responsabilizando por boa parte do que ocorre na vida dos filhos, o momento pede relaxamento, flexibilização.

“Agora é o momento de compreender a exceção e evitar todo aquele desgaste entre pais e filhos.”

Portanto, a maior permanência dos adolescentes na internet deve ser tolerada agora. Através dela, eles estão encontrando os amigos, alimentando seus relacionamentos e estudando. Será o refúgio deles, afinal, tem sido assim para os adultos também. Vários pais estão em *Home Office*, fazem cursos, psicoterapia online, além de se ligarem muito facilmente aos recursos dos celulares, tablets e redes sociais. Por que com os adolescentes seria diferente?

E além de também viverem o mundo deles diante da tela, vale estimulá-los a acompanhar conteúdos enriquecedores que estão disponíveis à vontade na rede e muitos são gratuitos. Vale convidá-los a aprender algo com vocês, como uma página de aulas de receitas rápidas ou até iniciar aulas de violão, quem sabe? Tudo isso não exclui o fato de que, é ne-

cessário e saudável, praticar sim outras atividades fora do mundo virtual.

Então fica a dica: não se preocupem com questões futuras, sobre como serão essas regras pós-período de isolamento, pois lá a gente vê e resolve. Nada de sofrer por antecedência, combinado?!

Renata Lott e Roberta Senna

Psicólogas, especialistas em ajudar adolescentes a vivenciarem suas novas descobertas, através do processo de autoconhecimento e desenvolvimento emocional. Auxiliando-os também a desenvolver novas habilidades para lidar com o ambiente ao seu redor. Orientação de pais. Atendimento online. Instagram: @renatalott.psi e @robertasennapsi.

A DOR DA AMAMENTAÇÃO NÃO EXCLUSIVA

Por Andreza Lopes

Há um velho ditado que diz: “a culpa nasce junto com a mãe”....

Segunda filha. Me preparei duplamente, parto natural na água tão sonhado e conquistado e agora vêm a parte difícil novamente: a amamentação.

Eu não venho aqui exaltar o uso de fórmula ou mamadeira, e cordialmente dispense cada pergunta ou comentário malicioso, para evitar que toquem nesta minha ferida. Muito longe disso, eu venho desabafar mesmo, se me permitem, e ao mesmo tempo trazer identificação e acolhimento a tantas mães que neste mesmo momento amamentam seus filhos escondidas, por vergonha, por culpa, ou até mesmo por dor.

Cada um sabe o trajeto percorrido... Por aqui, no primeiro filho, eu percorri todos os possíveis e passei do limite, reconheço. Ao ponto de, gradativamente, vê-lo perder peso, tudo buscando a amamentação exclusiva. Dói a mim, dói ao pai, rever fotos dele tão magro. Mas “menina



é diferente, mama menos e tudo vai dar certo”, seguia eu com o mantra.

Não comprei mamadeira, li muito mais sobre, assisti vídeos e reservei uma grana para contratar uma consultora de amamentação. Pega correta (conferida

por muitas profissionais), leite saindo, mamãe por conta, nada de complementar, bebê mamando, mamando, mamando... E, não engordava.

Novamente a história se repetia, segui as orientações e a bebê crescia e não engordava. E, quando engordava, era muuuito pouco.

Olhei para aquele rostinho e corpinho, magros, pele seca, fraldas secas e tudo mais que eu já havia visto antes. Não era novidade, me restava parar no limite dessa vez e me render a minha derrota pessoal. Eu não consegui amamentar exclusivo!!! A tristeza tomou conta novamente, a culpa de não dar 100% o melhor à minha filha, que é de modo inquestionável o leite materno.

A decisão dolorida de complementar, na mamadeira mesmo, pois como relatei antes, as possibilidades já haviam sido tentadas.

Eu nunca achei que dar mamadeira fosse o caminho mais fácil. Odeio lavar e esterilizar mamadeira, sei o peso no orçamento mensal do custo de uma fórmula e confesso, morro de vergonha de dar a mamadeira em público e ainda ter de responder as perguntas ou comentários acerca.

Dói...

Mais uma vez me vi afastar de pessoas e grupos favoráveis à amamentação por vergonha.

Queria eu ser a mãe perfeita, poder amamentar exclusivo, somente acalentar e ofertar no meu peito o melhor à minha filha. Mas por hora, sou a melhor mãe do mundo segundo as palavras do meu filho de 7 anos, e sigo na vergonha e derrota pessoal da complementação.

Dói...

Porém, dou graças a Deus pelos que não julgam, respeitam. Por Deus me honrar em ter condições de proporcionar a fórmula e, principalmente, ver minha filha saudável.

Decidi fazer esse desabafo como forma de me libertar desse “peso”, e começar a partir daqui a aceitar a nossa história que veio com umas mamadeiras de acessório.

Antes de julgar uma mãe que oferta uma mamadeira, a acolha! Ou, no mínimo, a respeite, pois por trás desse “acessório” pode ter muita dor.



ALINE BICALHO

FAMÍLIA É: minha motivação de viver, minha base. Tenho isso tatuado no corpo: “O DOM de Amar Justifica Viver”. DOM (nome do meu caçula) e as iniciais de Afonso, João e Victoria... Agora, para nossa alegria, vai chegar mais alguém. Estou grávida de 5 semanas. Sempre sonhei com uma mesa de domingo cheia de filhos, genro, nora e netos, como era na casa da minha avó. Amamos casa cheia!

AMIGOS SÃO: irmãos que a gente escolhe para caminhar lado a lado. Gosto da definição do Livro infantil Mania de explicação: “amizade é quando você não faz questão de você e se empresta para os outros”. Amizade é doação, conexão e amor. Não se perde pela distância e muito menos por desentendimentos. Amizades de verdade são poucas, não porque não existam, mas porque necessitam cuidado e tempo de dedicação.

DEFEITOS: há pouco tempo eu teria dificuldade em responder... Ficaria naquela de falar coisas boas (tipo entrevista de emprego: sou perfeccionista. Rsrs). Agora que me conheço bem é fácil: enérgica, mandona e falo DEMAIS (ouço de menos). No momento, são meus pontos de melhoria.

QUALIDADES: sou líder nata e tento melhorar a cada dia para inspirar as pessoas. Tenho um coração grande e ajudo todo mundo que me procura, mas não dou o peixe, ensino a pescar. Sou ótima vendedora e mediadora de conflitos. Dinâmica, versátil e resiliente. Viro a chave com facilidade.

NUNCA VOU ESQUECER: tanta coisa!!! Só coisas boas. As ruins faço questão de não lembrar. Destaco o dia do meu casamento, o nascimento dos meus filhos, minha primeira moto, detalhes das



palavras da minha mãe me incentivando a ir onde eu quiser... Sou nostálgica, mas nunca ressentida. Para mim, ou eu acerto ou aprendo!

ADORO IR: para lugares novos e, de preferência, viajando de moto. Pilotar na estrada é uma meditação, meu encontro com Deus. Momento de tensão mas ao mesmo tempo de liberdade e autoconfiança. Amo conhecer gente nova e viver outras culturas. Não tenho “aquele lugar” específico que gosto de voltar sempre.

PARA FICAR MAIS BELA: orgasmos! Mui-tossssssssss, com ou sem marido. Beleza é de dentro para fora, e eu sei que ter orgasmos equilibra e produz os hormônios da felicidade, trás leveza e aumenta a autoestima. Me masturbo desde SEMPRE (rs). Não uso cremes caros, não faço tratamentos de beleza (vou no salão só para cortar



cabelo) e não faço dieta. TRATO de ser feliz! De ser grata pela forma do meu corpo, pelos meus fios brancos. Me cuido sim! Faço as unhas quando dá tempo ou preciso (eventos) e me maquio para mim mesma. No dia que não quero, vou de cara limpa mesmo.

COMERIA TODOS OS DIAS: NADA! Preciso variar para ser feliz, então se tivesse que escolher algo para comer sempre, não teria opção. Só não gosto de carne... Meu prato predileto é a experiência nova. Eu nunca repito cardápio no mesmo restaurante.

NÃO FALTA NA BOLSA: kkkk, não carrego bolsa. Ando igual homem: carteira e celular (coloco na mochila do pequeno, no bolso do marido, na bolsa da filha) e quando vou sozinha, levo uma micro bolsa.

SER MOMMY É: uma honra! É a oportunidade de me conectar com mulheres muito diferentes umas das outras, que estão unidas pela vontade de se apoiar e fazer da maternidade uma missão mais leve. Porém, esse propósito se extrapola no grupo. O que vivemos juntas é uma fraternidade, um encontro forte, no qual todas somos uma e vice-versa. Já recebi tantas bênçãos vindas de MOMMYS e já pude contribuir com tantas histórias felizes. Também já chorei junto... É o melhor lugar para exercitar a empatia.

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:
mommys@portalmommys.com.br