

**Educação positiva em casa**

**Como criar um ambiente de aprendizagem e bem-estar para seus filhos**

+ Páginas 2 e 3



**Dicas especiais para um Dia Inesquecível!**

**Guia definitivo para planejar o casamento dos sonhos**

+ Páginas 4 e 5



**Tornando sua lua de mel inesquecível**

**Dicas para organizar a viagem dos sonhos**

+ Páginas 6 e 7



## Educação positiva em casa

# Como criar um ambiente de aprendizagem e bem-estar para seus filhos

*A educação positiva é uma abordagem que visa promover o desenvolvimento integral das crianças, baseada em princípios como o respeito, a cooperação, a autonomia e a gratidão. Neste texto, vamos apresentar algumas dicas de como aplicar a educação positiva em casa, criando um ambiente de aprendizagem e bem-estar para seus filhos*

Foto: Canva



## O DEFENSOR

### Viva Você

Com circulação mensal

Jornalista Responsável:

**Gabriel Silvestre Bagliotti**

(Reg. MTE nº. 66972/SP)

Uma publicação da:

Nova Dimensão Editora  
Ltda.[www.odefensor.com.br](http://www.odefensor.com.br)[jornalodefensor@gmail.com](mailto:jornalodefensor@gmail.com)**"Artigos assinados não  
representam necessa-****riamente a opinião do  
jornal."**

Colaboraram nesta edição:

**Nathalia Davoglio****Sabbatini e Gabriel****Bagliotti**

A educação positiva é um conceito que surgiu da psicologia positiva, que estuda as forças e virtudes humanas, e da pedagogia ativa, que valoriza o protagonismo dos alunos no processo educativo. A educação positiva busca desenvolver as potencialidades das crianças, estimulando

suas habilidades socioemocionais, cognitivas e morais. Além disso, a educação positiva visa fortalecer os vínculos afetivos entre pais e filhos, criando um clima de confiança, respeito e amor.

Para aplicar a educação positiva em casa, é preciso adotar algumas atitudes que favo-

reçam o crescimento saudável das crianças. Veja algumas dicas:

- Escute ativamente seus filhos: A comunicação é essencial para a educação positiva. Escutar ativamente significa prestar atenção ao que seus filhos dizem, sem interromper, julgar ou criticar. Demonstre interesse e empatia

pelo que eles sentem e pensam, fazendo perguntas abertas e incentivando-os a se expressarem livremente.

- Elogie os esforços e as conquistas: Reconhecer os esforços e as conquistas dos seus filhos é uma forma de motivá-los a continuar se dedicando e se superando. Elogie não apenas os resultados, mas também o processo de aprendizagem, valorizando as dificuldades superadas, as estratégias utilizadas e as li-

ções aprendidas. Evite comparar seus filhos com outras crianças ou com padrões externos de sucesso. Cada um tem seu próprio ritmo e potencial.

- Estabeleça limites e regras claras: A educação positiva não significa deixar as crianças fazerem o que quiserem. Pelo contrário, é preciso estabelecer limites e regras claras, que orientem o comportamento dos seus filhos de forma coerente e consistente.

Os limites e as regras devem ser negociados com as crianças, explicando os motivos e as consequências de cada uma. Além disso, é preciso ser firme e gentil ao aplicar as regras, sem recorrer à violência física ou verbal.

- Incentive a autonomia e a responsabilidade: A educação positiva também visa desenvolver a autonomia e a responsabilidade das crianças, ensinando-as a tomar decisões, resolver pro-

blemas e assumir as consequências de seus atos. Para isso, é preciso dar espaço para que seus filhos façam escolhas, dentro dos limites estabelecidos, e participem das tarefas domésticas, de acordo com sua idade e capacidade. Dessa forma, eles aprendem a se organizar, a cooperar e a se sentir úteis.

- Pratique a gratidão: A gratidão é um sentimento que traz benefícios para a saúde física e mental das

pessoas. Praticar a gratidão significa reconhecer e valorizar as coisas boas da vida, sem dar importância excessiva aos problemas ou às dificuldades. Você pode cultivar a gratidão em casa, incentivando seus filhos a expressarem o que eles apreciam em si mesmos, nos outros e no mundo. Você também pode criar rituais de gratidão em família, como por exemplo, compartilhar diariamente algo pelo qual vocês são gratos.

A educação positiva em casa é uma forma de criar um ambiente de aprendizagem e bem-estar para seus filhos, promovendo o seu desenvolvimento integral. Para isso, é preciso adotar algumas atitudes que favoreçam a comunicação, o reconhecimento, o respeito, a cooperação, a autonomia e a gratidão. Assim, você estará contribuindo para formar crianças felizes, confiantes e capazes de realizar seus sonhos.



Foto: Canva



**Fazemos entregas na Maternidade!**



**BABY CENTER**

*Realizando seus sonhos!*

Que tal enviar um mimo para aquele bebê especial que acabou de nascer?

Delivery pelo WhatsApp 16.99961-0987 - Rua Campos Sales, 384 - Centro (em frente ao Itaú)

**Dicas especiais para um Dia Inesquecível!**

# Guia definitivo para planejar o casamento dos sonhos

Foto: Camva



O dia do casamento é uma celebração única, onde sonhos se tornam realidade. Mas como transformar todos esses sonhos em um evento memorável? Neste guia completo, compartilhamos dicas essenciais para planejar o casamento perfeito, desde os primeiros passos até os detalhes finais. Preparem-se para um dia que será eternamente

lembrado com amor!

**Passo 1: defina sua visão:**

Comecem pelo básico: data, estilo e orçamento. Querem um casamento clássico ou moderno? Grande ou íntimo? Com essas decisões, as escolhas futuras se encaixarão perfeitamente.

Criem um moodboard com inspirações: cores, flores, de-

coração. Isso ajudará a visualizar a estética do casamento e guiará a seleção de fornecedores.

**Passo 2: local dos sonhos:**

A escolha do local é fundamental. Considere fatores como capacidade, logística, estilo e localização. Locais ao ar livre têm um charme especial, mas tenham um plano B para o clima.

Aproveitem locais

que refletem a personalidade do casal. Pode ser um lugar onde se conheceram ou têm memórias especiais.

**Passo 3: o vestido perfeito:**

Encontrar o vestido dos sonhos é uma jornada emocionante. Visitem diferentes lojas e experimentem diversos estilos para descobrir o que mais combina com vocês.

Mantenham uma mente aberta. Às vezes, o vestido que vocês não imaginaram pode ser o escolhido.

**Passo 4: convidados e lista:**

Definam a quantidade de convidados. Uma lista menor permite mais intimidade, enquanto uma lista maior traz mais festa!

Se estiverem com um orçamento aperta-

do, priorizem convidados próximos e queridos.

**Passo 5: comida e bebida:**

A escolha do menu é crucial. Ofereçam opções variadas para agradar a todos os paladares.

Pensem em opções para diferentes restrições alimentares, como vegetarianos e veganos.

**Passo 6: atrações especiais:**



Considerem adicionar atrações únicas, como cabine de fotos, bandas ao vivo, artistas de rua. Isso cria momentos memoráveis para os convidados.

Se desejam surpreender os convidados, planejem uma dança especial ou entrada triunfal.

**Passo 7: decoração personalizada:**

Decoração é a alma do casamento. Escolham cores e elementos que reflitam a história de vocês.

Detalhes importam! Desde os centros de mesa até os convites, tudo deve estar em harmonia.

**Passo 8: fotografia e vídeo:**

Contratar profissionais de fotografia e vídeo de qualidade é essencial para eternizar cada momento.

Conversam com os fotógrafos sobre suas expectativas e ideias para garantir que cada detalhe seja registrado.

**Passo 9: cronograma perfeito:**

Elaborem um cronograma detalhado para o dia do casamento, incluindo a cerimônia, recepção, fotos e momentos especiais.

Compartilhem o cronograma com os fornecedores para garantir que todos estejam alinhados.

**Passo 10: o dia mágico:**

Relaxem e aproveitem! Esse é o dia que planejaram com tanto amor e dedicação.

Tenham um plano B para possíveis impre-

vistos, mas lembrem-se de que o que importa é celebrar o amor!

Lembrem-se, o casamento é sobre cele-

brar o amor entre vocês e compartilhá-lo com seus entes queridos.

Com planejamento cuidadoso e atenção aos

detalhes, o casamento dos sonhos pode se tornar uma realidade que será lembrada com carinho por toda a vida.

*Tornando sua lua de mel inesquecível*

# Dicas para organizar a viagem dos sonhos

Foto: Canva




**O destino certo você encontra aqui!**

98152-0542

**PLANNU'S**  
Agência de Viagens

Rua Carlos Gomes, 898 - Centro - Taquaritinga

A Lua de Mel, um capítulo especial após a maratona dos preparativos do casamento, é a chance de relaxar e celebrar o início dessa nova jornada a dois. Mas como escolher o destino ideal que encapsule o romance e o estilo únicos dos recém-casados? Não se preocupe! Neste post, trazemos suges-

tões de lugares incríveis para a sua Lua de Mel, além de um guia passo a passo para organizar cada detalhe e garantir memórias inesquecíveis!

#### Escolhendo o destino dos sonhos:

A chave para escolher o destino perfeito é compreender o perfil dos noivos. Praia, cam-

po, natureza, cidade grande? Luxo ou rusticidade? Modernidade ou simplicidade? Além disso, avaliem o orçamento disponível para a viagem.

Considerem também a experiência de viagem do casal. Se são novatos, um destino nacional ou na América do Sul pode ser mais

confortável. Se aventureiros, explorar um continente distante como a Ásia pode ser emocionante.

Não subestimem o poder de descansar. Após a agitação dos preparativos, os primeiros dias da Lua de Mel podem ser leves e relaxantes. Aproveitem para curtir a companhia um do outro e recarregar as

energias.

Hoje em dia, a internet facilita a reserva de viagens sem recorrer a agências. No entanto, escolham sites confiáveis e estejam atentos a preços suspeitos. Ah, e claro, consultem as ofertas no Melhores Destinos!

**Dicas práticas para uma lua de mel perfeita:**

Lembrem-se, a Lua de Mel é sobre vocês, não apenas o destino. Um local mais simples e acessível pode ser tão romântico quanto um resort luxuoso, especialmente se o orçamento estiver ajustado.

Se é a primeira viagem internacional, optar por destinos onde o idioma não é uma barreira, como América do

Sul, pode trazer mais tranquilidade.

Os primeiros dias após o casamento podem ser cansativos. Planejem uma programação mais leve no começo, para aproveitar o merecido descanso a dois.

Hotéis frequentemente oferecem pacotes especiais para Lua de Mel. Certifiquem-se de

verificar essas opções para adicionar um toque ainda mais romântico à viagem.

Lembre-se, a Lua de Mel é de vocês. Se desejam um destino menos convencional (Disney, aventura, etc.), não hesitem. O importante é criar memórias únicas juntos.

**Encontrando passagens aéreas e hotéis**

**econômicos:**

Acompanhar ofertas de passagens e hotéis nunca foi tão fácil com o aplicativo do Melhores Destinos. Estamos sempre buscando promoções imperdíveis para vocês! Fiquem de olho e ativem as notificações para receber as melhores oportunidades em primeira mão!

Fotos: Canva



Foto: Canva

## Guia Essencial

# Evitando 12 erros comuns ao cuidar de plantas de casa

Nada traz mais vida e frescor a um espaço do que plantas de casa bem cuidadas. Mas para garantir que suas plantas prosperem e floresçam, é hora de eliminar os equívocos! Descubra como evitar os 12 erros mais frequentes ao cuidar de suas plantas de interior e cultivar um jardim resplandecente em sua própria casa.

**Erro 1:** A sede excessiva! Sim, elas precisam de água, mas não afogue suas plantas. Aprenda a dosar a rega de acordo com a necessidade de cada uma. Lembre-se: é melhor esperar um pouco mais do que regar demais.

**Erro 2:** A água gelada é um choque! Trate suas plantas com carinho! Use água em temperatura ambiente para regar e evite o choque térmico. Isso mantém suas plantas saudáveis e felizes.

**Erro 3:** Luz é vida! A luminosidade certa é essencial para o crescimento. Encontre o local ideal, evitando a luz direta do sol. Plantas coloridas podem precisar de ainda mais luz para brilhar.

**Erro 4:** Liberdade

para as raízes! Deixe suas plantas tomar um pouco de ar. Na primavera, leve-as para fora e deixe-as desfrutar da chuva suave. E se as raízes estiverem escapando do vaso, está na hora de replantar!

**Erro 5:** Cuidado excessivo. Evite ser superprotetor. Plantas tropicais não significam que precisam de um ambiente úmido. Seja sensato ao usar umidificadores e vaporizadores.

**Erro 6:** Ame seu vaso. Seja gentil com seu vaso de planta! Replante a cada ano e ofereça um novo lar para suas raízes. Lembre-se: um vaso apertado não é confortável para ninguém.

**Erro 7:** Fertilize com sabedoria. Dê às suas plantas o alimento certo. Fertilize durante a estação de crescimento, mas não exagere. Cada planta tem suas preferências!

**Erro 8:** Inspeção regularmente. Pragas podem atacar a qualquer momento. Fique de olho nas folhas para manter sua planta saudável e sem visitantes indesejados.

**Erro 9:** Limpeza

é essencial. Suas plantas precisam de espaço para respirar. Limpe as folhas regularmente para remover a poeira e mantenha-as saudáveis e prontas para a fotossíntese.

**Erro 10:** Pires va-

zios, plantas felizes. Evite o excesso de umidade mantendo os pires secos. Plantas não gostam de pés encharcados!

**Erro 11:** Correntes de ar? Cuidado! Proteja suas plantas das corren-

tes de ar. Posicione-as longe de áreas ventosas para evitar que fiquem doentes.

**Erro 12:** Segurança em primeiro lugar. Algumas plantas são tóxicas. Mantenha crianças e animais de estimação

seguros, conhecendo as plantas que você tem em casa.

Agora que você tem todas as dicas, cuide de suas plantas com confiança e observe-as florescerem em um espetáculo de cores e vida!



Foto: Canva