



## Nesta edição:

Texto educação dos filhos	01
Pensamento do mês	02
Espaço saúde	03
Festa Corinthiana	04
Férias do mês	05
Aniversariantes do mês	06
Datas comemorativas	07
Entrega das lembranças	08

## VEJA 8 PONTOS NA CRIAÇÃO DOS FILHOS QUE PODEM LIMITAR O SUCESSO PROFISSIONAL DELES

É consenso entre os especialistas é que boa parte do sucesso profissional de uma pessoa está altamente relacionada com a educação e os ensinamentos que ela teve durante a infância e adolescência, ou seja, ao longo do seu desenvolvimento e amadurecimento.

Um profissional que tem hoje uma carreira bem sucedida muito provavelmente é aquele que aprendeu desde cedo a fazer escolhas, a se comunicar, a ser independente e a ter responsabilidade. Todos esses fatores, porém, são estimulados pelos próprios pais.

Além de ensinar os filhos questões sobre comportamento, responsabilidade, respeito e comunicação, os pais devem observar o seu próprio comportamento, pois as crianças, muitas vezes, repetem o comportamento dos mais velhos. “Seu comportamento pode ter muito mais a ver com o sucesso que seus filhos terão no mundo real do que qualquer outra coisa”, afirma o especialista em carreiras e sócio-fundador da Alliance Coaching, Pablo Aversa.

Pensando nisso, o especialista elaborou uma lista com 8 pontos que devem ser observados e praticados pelos pais para aumentar as chances de sucesso profissional dos filhos. Confira:

1. Apoie o que seus filhos gostam de fazer - de acordo com Aversa, é bastante comum os pais não quererem que seus filhos cometam os erros que eles próprios cometeram no passado. A questão é que obrigar que eles façam o que você quer não é garantia de nada, nem de sucesso nem de felicidade.

É preciso ter em mente que os erros que você cometeu são seus e não será possível consertá-los pelos seus filhos. Se tentar obrigar um jovem a fazer o que você quer, diz Aversa, “o máximo que vai conseguir com essa atitude é atrapalhar a vida dele também”.

Portanto, a sugestão é apoiar as crianças e os jovens, seja lá no que eles queiram fazer. “O sucesso surge ao fazer o que você adora aquilo pelo qual tem verdadeira paixão, não sendo forçado ou obrigado a fazer o que quer que seja”, avalia o especialista.

2. Permita que eles assumam riscos - um dos erros dos pais é que eles querem evitar todas as formas que os filhos sofram. Protegê-los ao extremo, porém, pode ter um efeito muito negativo, pois, quando crescerem, terão de encarar algo com o qual nunca foram ensinados a lidar: as decepções.

A sugestão é reconhecer que a vida é difícil e exige muito de todos, e permitir que seus filhos assumam riscos e se responsabilizem por isso. “Se tiverem êxito, ganharão autoconfiança, mas, se não, vão aprender mais ainda”, diz Aversa.

Permitir que eles aprendam com os erros será muito mais benéfico do que passar a vida todo tentando protegê-los de frustrações, desilusões e decepções.

3. Lidando com as finanças - além de ensinar os filhos sobre educação financeira, é preciso que os próprios pais saibam lidar com o dinheiro. Deve-se entender que os filhos observam o comportamento dos pais e, diz o especialista, “se eles o veem lidar com dinheiro como se nascesse em árvores, mais cedo ou mais tarde vão copiar esse comportamento”.

Assim, vale a pena ensinar desde cedo a importância da autossuficiência, inclusive explicando que não se deve esperar nada de ninguém. “Eles precisam saber que o sucesso e a felicidade dependem única e exclusivamente deles mesmos”.

4. Desenvolvendo habilidades desde cedo - é recomendado que os pais estimulem o desenvolvimento das habilidades sociais desde cedo. Isso pode ser feito por meio de esportes, amigos, relacionamentos e festas, por exemplo.

Por mais que haja riscos, por mais que seja possível que eles se metam em brigas e que façam coisas que você não desejaria que fizessem, explica Aversa, “se você for aberto e encorajá-los a trazer seus problemas a você, então poderá ajudá-los a se virar e a aprender com os próprios erros”.

5. Trate-os como adultos - “crescer é aprender que na verdade o mundo não gira em torno de você”. Para que a criança entenda como o mundo funciona, ela precisa se sentir segura e confiante para arriscar. Os pais podem colaborar com esse processo, oferecendo informações e encorajando os filhos a tomar suas próprias decisões.

Aversa faz a seguinte consideração sobre a questão: “trate-as na medida do possível como adultos – as pessoas não aprendem lições ouvindo sobre elas, mas vivenciando-as”.

6. Ensine-os a competir e o espírito de equipe - o sucesso está relacionado com a competição. Para alguns subirem, outros terão de ficar no mesmo lugar. A grande questão aqui é que existem momentos de competição e outros em que o que realmente vale é o esforço de equipe. “Saber a diferença é importante no mundo real, mas, sem dúvida, essa é uma lição sutil”, diz o especialista.

7. Encoraje sua curiosidade - as crianças, naturalmente, têm uma grande sede por conhecimento e querem entender como as coisas funcionam. Essa curiosidade, porém, deve ser estimulada pelos pais. Você pode fazer isso sugerindo que expandam sua curiosidade em livros, jogos, quebra-cabeças, onde quer que tenham interesse.

8. Ensine-os a ser autossuficientes - “a vontade de dar duro e de vencer tem de vir deles, e a única maneira pela qual isso vai acontecer é se aprenderem isso com você”, avalia o especialista. Assim, evite dar tudo o que eles querem, sem ensinar o real valor das coisas.

# PENSAMENTO DO MÊS

## O CAMELO

Uma mãe e um bebê, camelos, estavam por ali, à toa, quando de repente o bebê camelo perguntou:

-Mãe, mãe, posso te perguntar umas coisas?

-Claro! O que está incomodando o meu filhote?

-Porque os camelos têm corcovas?

-Bem, meu filhinho, somos animais do deserto, precisamos das corcovas para reservar água e por isso mesmo somos conhecidos por sobreviver sem água.

-Certo, e porque nossas pernas são longas e nossas patas arredondadas?

-Filho, certamente elas são assim para permitir caminhar no deserto. Sabe, com essas pernas eu posso me movimentar pelo deserto melhor do que qualquer um! Disse a mãe, toda orgulhosa.

-Certo! Então, porque que nossos cílios são tão longos? De vez em quando eles atrapalham minha visão.

-Meu filho! Esses cílios longos e grossos são como uma capa protetora para os olhos. Eles ajudam na proteção dos seus olhos quando atingidos pela areia e pelo vento do deserto! Respondeu a mãe com orgulho nos olhos...

Ta. A corcova é para armazenar água enquanto cruzamos o deserto, as pernas para caminhar através do deserto e os cílios são para proteger meus olhos do deserto. Então, o que é que estamos fazendo aqui no zoológico???

### Moral da história:

"Habilidade, conhecimento, capacidade e experiências, só são úteis se você estiver no lugar certo".

### ONDE ESTÁ VOCÊ AGORA?



## ANIVERSARIANTES DE JULHO



## PARABÉNS!!

08/07 Ricardo (Aguai)

## DATAS COMEMORATIVAS DE JULHO

- 2 Dia Nacional do Bombeiro
- 8 Dia do Padeiro
- 9 Dia do Protético e do Soldado Constitucionalista
- 14 Dia do Propagandista de Laboratório
- 16 Dia do Comerciante
- 25 Dia do Motorista e do Escritor
- 28 Dia do Agricultor
- 29 Dia do Hoteleiro

# ESPAÇO SAÚDE

## GRÃO DE BICO VALE OURO!

O grão-de-bico é um alimento mais rico do que o feijão, em muitos aspectos.

Entre 20% e 30% da sua constituição é pura proteína. Possui muitas fibras, zinco, potássio, ferro, cálcio e magnésio. Se for consumido todos os dias, faz ganhar massa muscular, aumenta o bom humor, reduz o nível de colesterol ruim e regula os intestinos.

A sua qualidade mais famosa é a de gerar felicidade: possui mais triptofano do que o feijão, o mesmo aminoácido essencial que faz do chocolate essa bela fonte de bem-estar, e reduz o stress.

"Em seres humanos metabolicamente normais, o aumento do consumo do grão-de-bico tem como consequência uma maior produção da serotonina".

Por ter ômega 3 e 6, é indicado para prevenir doenças cardiovasculares. E quem tem diabetes ou está lutando contra a obesidade também pode beneficiar da leguminosa.

"Tem carboidratos complexos, ou seja, possui uma metabolização lenta no organismo. Por também ser rico em fibras, proporciona uma sensação de saciedade e a pessoa só vai sentir fome bem mais tarde". Os pesquisadores da Embrapa Hortaliças destacam que as sementes do grão-de-bico também acumulam mais fitoestrogénios do que as do feijão - substâncias que têm acção preventiva na osteoporose e em problemas cardiovasculares. Os fitoestrogénios também são usados na reposição hormonal, após a menopausa.



Moral da história:

**"Comer grão-de-bico é uma maneira de enfrentar a crise: é económico e dá saúde e boa disposição".**

Imaginem que antes da final, o Marcão já se encontrava assim, depois então ... Oh dó!!!

Apesar da ajuda do Boca... Parabéns à toda torcida Corinthiana... Pela longa espera desse título!!! Mas valeu né, galera....podem comemorar bastante porque vocês merecem! Vai que leva mais 101 anos para conquistar outro... É bom não arriscar...

## FÉRIAS DO MÊS

DANILDSON  
10/07 A 19/07

## ENTREGA DA LEMBRANCINHA NIVERS DE JUNHO



Produção Editorial: Eliana Pereira Jorge

Colaboradores nesta edição: Leonardo Melo Fachieri

Assessoria: Cláudia Marquezi

**ESTÁ FALTANDO SUA PARTICIPAÇÃO!!! PENSE NISSO!!!**