

RECEITA

PARA A AUTOESTIMA DO/A SEU/SUA FILHO/A

INGREDIENTES:

- . 2 Pais
- . Filho/a
- . 1 Relação
- . Respeito
- . Confiança
- . Cuidado
- . Limites
- . Regras
- . Mimos
- . Brincadeira
- . Partilha
- . Amor

MODO DE PREPARAÇÃO:

Junte dois pais que se amem, se respeitem e se cuidem. Misture-os bem e deixe nascer o/a pequeno/a.

De seguida, enquanto o/a pequeno/a cresce, junte-lhe uma relação segura, afetuosa, com regras e limites para um crescimento saudável e contido. Junte mais uma pitada de amor e mexa bem, com respeito e cuidado.

Por fim leve ao forno todos os dias 10 minutos, com momentos de qualidade de relação, mimos, partilha e muita brincadeira. Retire do forno com cuidado, polvilhe com mais uma dose de amor e está pronto!

RESULTADO FINAL

Uma autoestima a crescer, quentinha todos os dias, nos nossos meninos e meninas.

