

Passear com os pequenos requer uma atenção especial, tanto durante o trajeto quanto durante o passeio



# Cuidados na hora de viajar com crianças nas férias

Por Paloma Abreu

Se você está planejando fazer uma viagem com crianças, é preciso se organizar bem antes. Esse é, sem dúvidas, o primeiro passo para uma boa experiência. Viajar com os pequenos requer uma atenção especial, tanto durante o trajeto quanto durante o passeio, pois elas costumam ficar agitadas e mais impacientes com viagens mais longas e precisam de uma série de cuidados.

Por isso, para garantir que a sua viagem seja confortável, divertida e segura tanto para você quanto para as crianças, destacamos nesse post algumas dicas de para que a viagem com crianças seja per-

feita. Confira!

## Escolha a melhor opção de meio de transporte

Antes de qualquer coisa, quando for escolher o destino das férias e os meios de transporte para viajar com crianças, é preciso avaliar as seguintes informações: o tempo de viagem; a idade e o conforto das crianças; existe a necessidade de traslado entre cidades.

Assim, após analisar essas considerações você consegue fazer escolhas que reduzem o stress e o desconforto sofrido pela criança nesse processo.

## Nunca deixe a criança sozinha

No caso de viagens de carro

ou ônibus e houver paradas no caminho, não deixe a criança sozinha, mesmo se ela estiver dormindo. Leve o pequeno ao banheiro, para comer alguma coisa e fazer com que ele estique as pernas. Acima de tudo, assegure-se de que a criança em nenhum momento ficará sozinha, não importa se o veículo estiver aberto ou fechado.

## A mala de viagem!

É sempre um desafio preparar a mala de viagem das crianças. Você tenta prever todos os cenários possíveis... que são muitos! Então, a primeira dica é: tenha calma! Você provavelmente não precisa levar tanta coisa como imagina. O segredo é conhecer bem o local da viagem e seu

filho. Acompanhe a temperatura da cidade, veja quais atividades vocês vão fazer por lá e se terão algumas facilidades, como lavar roupa. Assim, você consegue decidir qual tipo de roupa levar e as quantidades.

Além dessas dicas, alguns outros itens são essenciais, como: No caso de crianças pequenas, fraldas, trocador e/ou itens de higiene práticos, como lenços umedecidos; Sabonete, shampoo, condicionador e creme hidratante; Protetor solar e repelente; Escova de dentes, creme dental e qualquer outro item de uso diário e pessoal.

Ao programar sua viagem, também cheque se a carteirinha de vacinação da criança está em dia. Os pequenos ficam mais

expostos a doenças durante as viagens, e por isso, devem estar devidamente protegidos, assim como toda a família.

## Kit de primeiros socorros

Outro item indispensável para viagem com crianças é um kit de primeiros socorros. Curativos, algodão, soro fisiológico e alguns medicamentos podem te salvar se a criança tiver pequenos ferimentos e em outros casos de emergência. Dependendo da idade da criança, é sempre bom levar alguns brinquedos na viagem. Afinal, mesmo com os passeios pensados para toda a família, em alguns momentos eles precisam brincar e se divertir fora desse roteiro.

Sendo assim, opte por levar

brinquedos menores e compactos. Você pode pedir a ajuda da criança para escolher alguns itens para levar, assim, você garante que os brinquedos escolhidos são os "favoritos" dela naquele momento.

## Lanchinho e água por perto

A fome das crianças pode chegar a qualquer momento durante a viagem, e na maioria das vezes, você pode não encontrar uma opção de alimento que se encaixe na dieta do seu filho. Por isso, o ideal é ter sempre um lanchinho e uma garrafinha com água na bolsa. No caso das mães que amamentam, veja as vantagens de extrair e armazenar leite materno. Em viagens, ter leite armazenado pode facilitar sua vida.



Procure sempre levar roupas e sapatos confortáveis na mala de viagem das crianças



Brinquedos pequenos e leves são ótimas opções para distrair as crianças durante a viagem



"Viver com alegria pelo prazer de servir"  
Academia Maçônica de Letras/MS

## Ano Novo

Christian Pissini\*

Os calendários já descobertos datam de aproximadamente 3 a 10 mil anos. Em sua maioria solares, ou seja, com a observação do sol e dos ciclos terrenos, foi o que permitiu que os povos da antiguidade criassem os primeiros calendários. Sumérios, Caldeus, Maias, Egípcios, todos já seguiam algo semelhante. Mas com o descobrimento pelo astrônomo Nicolau Copérnico, que a Terra completa sua volta ao astro rei em 365 dias, 5 horas e 48 minutos, permitiu chegarmos ao calendário atual, o Gregoriano, criado pelo Papa Gregório XIII em 1582, alterado para substituir o Juliano, herança dos tempos de Império Romano.

Com a descoberta de Copérnico, e para ajustes, como a cada ano "sobra" 5 horas e 48 minutos, instituiu-se o ano bissexto, pois a cada quatro anos tem-se um dia a mais. Dito isto, o que me leva a

devaneios e me faz escrever, é o fato da influência que o calendário faz e traz para a vida humana.

Nos dias atuais temos motivadores, diriam que cada dia é um ano novo em nossa vida, que acordar em novo dia já é um presente!

Todo dia é um Ano Novo! Mas para mim, a ideia de Calendário vai além e me pego a refletir se foi apenas, uma questão solar, ou foi de propósito a questão do Ano Novo.

Pois a genialidade do calendário se dá em justamente esperar 365 dias, 5 horas e 48 minutos.

Já pensou se todos os dias esperássemos a meia noite para estourar um champanhe, abraçar familiares e jantar, todos os dias?

Acredito que questões como Trabalho, dia a dia, escola, enfim, muitas desculpas surgiriam para a ausência no "compromisso" e assim, penso em até apostar que o ano novo não duraria mais do que 1 mês

de comemorações diárias.

O calendário permite que a família se una, já que coincide com férias, outra percepção da efemeridade (?), disponibilidade de viagens, o que provavelmente não aconteceria se fosse todos os dias.

A grande sacada do calendário então, seria a ideia de que merecemos o ano novo, depois de um ano inteiro de trabalho, de preocupações, doenças, quedas, ascensões, os famosos altos e baixos da vida, e pronto, amanhã será um novo ano e tudo será diferente! Será?

Seria então o ano novo, no calendário, criado para nos dar um recomeço a cada 365 dias, 5 horas e 48 minutos?

E como isso está inserido na mente humana já que todos os habitantes do planeta, seja qual calendário sigam, acreditam nessa reviravolta de 24 horas? Não é genial?

Além da volta ao sol, descoberta por Copérnico, seria o calendário uma forma de dar

Esperança aos Humanos?

Seria o conceito de meritocracia, criado por Michael Young (1955), uma observação do que o calendário nos sugere?

Sobre meritocracia devo conceituar, é uma palavra formada por "merece" (ser digno, ser merecedor) e o sufixo grego "kratos" (poder, força), o alcance do poder através do merecimento.

Esse conceito tem sido muito lembrado atualmente, tanto pelos seus pontos positivos como negativos, pois torna a vida uma competição pelo poder, e para as pessoas que não o conquistam fica a "culpa" de não ter se esforçado o bastante, e isso não é o que o Ano Novo faz, independente de esforço individual, o Ano Novo vem para todos!

Ano Novo é muito mais que meritocracia!

Então já que se ano novo fosse todo dia, perderia a graça, vamos aproveitar o 31 de dezembro de cada ano para comemorar. Comemorar



\* Membro da Academia Maçônica de Letras de MS, cadeira 21, Carlos de Castro Brasil. Mestre em Gestão, membro fundador da Academia Amambaiense de Letras

vitórias, perdas que nos tornaram mais fortes, saúde ou o retorno dela, a vida, agradecer sempre, já que estamos aqui para evoluir, e sem passar pela forja da vida isso não seria possível, entender que não somos perfeitos, e agradecer por sermos imperfeitos, pela coragem, que cada novo dia é um mistério, e assim pen-

sando, teremos 365, 5 horas e 48 minutos de mistérios para decifrar após a meia noite.

Citando Drummond: "É dentro de você que o Ano Novo cochila e espera desde sempre."

Assim, desperte-o! E que cada Ano Novo seja sempre o melhor e o mais fantástico de todos!