



Luiza Tomé, 39 anos,
e sua mãe Maria
Rodrigues, 69 anos

Carla Sallet,
36 anos, e sua mãe
Maria Luiza, 57 anos

Walderez de Barros,
63 anos, e sua filha
Ana Carmelita, 30 anos

Ser mãe é...

Histórias de duas gerações de mulheres que encaram a maternidade como a maior aventura da vida



NO LUGAR
A escritora Anna
Osta aprovou a
arrumação do
armário de sua
filha Brenda

Agenda de **ouro**

Alguns telefones úteis de serviços personalizados que agilizam a vida das mães modernas

EDUARDO LIMA

A escritora Anna Osta tinha dificuldade de organizar os armários das filhas, Brenda e Andressa, da forma como gostaria. Um pouco por falta de tempo por causa dos compromissos profissionais e outro tanto porque a empregada e a faxineira que trabalham no apartamento nunca acertavam a arrumação conforme suas orientações. Em fevereiro, ela conheceu o serviço de assessoria residencial prestado por uma pequena empresa, a Time Savers. Foi a solução de boa parte de seus problemas domésticos. Depois de uma entrevista para descobrir os hábitos dos moradores, duas profissionais com prática trataram de colocar ordem nas roupas e nos brinquedos das crianças. "No início, elas ficaram emburradas", diz Anna. "Mas reconheceram que ficou muito mais fácil encontrar seus objetos." O trabalho se estendeu a outros cômodos da casa, da sala à cozinha, com direito a etiquetas para lembrar o lugar correto de cada peça. Suas duas assistentes foram treinadas para manter o planejamento das especialistas. Ao todo, foram oito visitas que economizaram muita dor de cabeça à dona da casa. "Foi uma mão na roda", conta.

Serviços personalizados como o da Time Savers são muito úteis para ajudar as mulheres que vivem em São Paulo, onde o tempo parece cada dia mais curto. A correria do cotidiano, que inclui inevitáveis horas no trânsito, faz com que quase todas as paulistanas precisem de uma espécie de "segundo eu". Alguém que faça muitas das atividades

corriqueiras, enquanto o "primeiro eu" se ocupa da vida profissional, da vaidade e da educação dos filhos. Alguém que, por exemplo, prepare a mesa para um jantar romântico, troque os botões de um terno, treine a empregada doméstica, cozinhe pratos com uma dieta balanceada para o filho adolescente ou dê um jeito na bagunça dos quartos. Sim, são serviços úteis para qualquer ser humano urbano. Só que, para as ocupadas mães do século XXI, são uma porta para o paraíso.

Coisas como preparar um jantar especial para amigos queridos num dia em que o filho está na aula de judô, a filha faz balé e você tem uma reunião importante no emprego. O que fazer? Anote o número da empresária Amelinha Amaro. Ela é especialista em decorar mesas para jantares e almoços íntimos, nunca para mais de 12 pessoas. Com 15 dias de antecedência, a autora do livro *Mesa, Artes e Detalhes* entrevista o anfitrião para saber quem serão os convidados, o tipo de comida e onde será a festa. Eventualmente desenha um croqui com sua idéia. Se for necessário, responsabiliza-se em ir atrás da compra das flores e do aluguel de copos, talheres e pratos. No dia do evento, aparece pessoalmente para montar a decoração. "Quero sempre fazer daquele dia um momento úni-

TOME NOTA

✓ **Cristina Menna Barreto** ☎ 3037-7237 e 9138-4542

A personal diet prepara pratos balanceados em porções individuais para serem congelados

✓ **Divino Espaço** ☎ 5051-1268

A dona da loja, Amelinha Amaro, é especialista em decorar mesas para jantares e almoços íntimos

✓ **Herô Costureiras** ☎ 3721-0959

Serviço de costura e sapataria em domicílio. Uma costureira vai em casa fazer as marcações

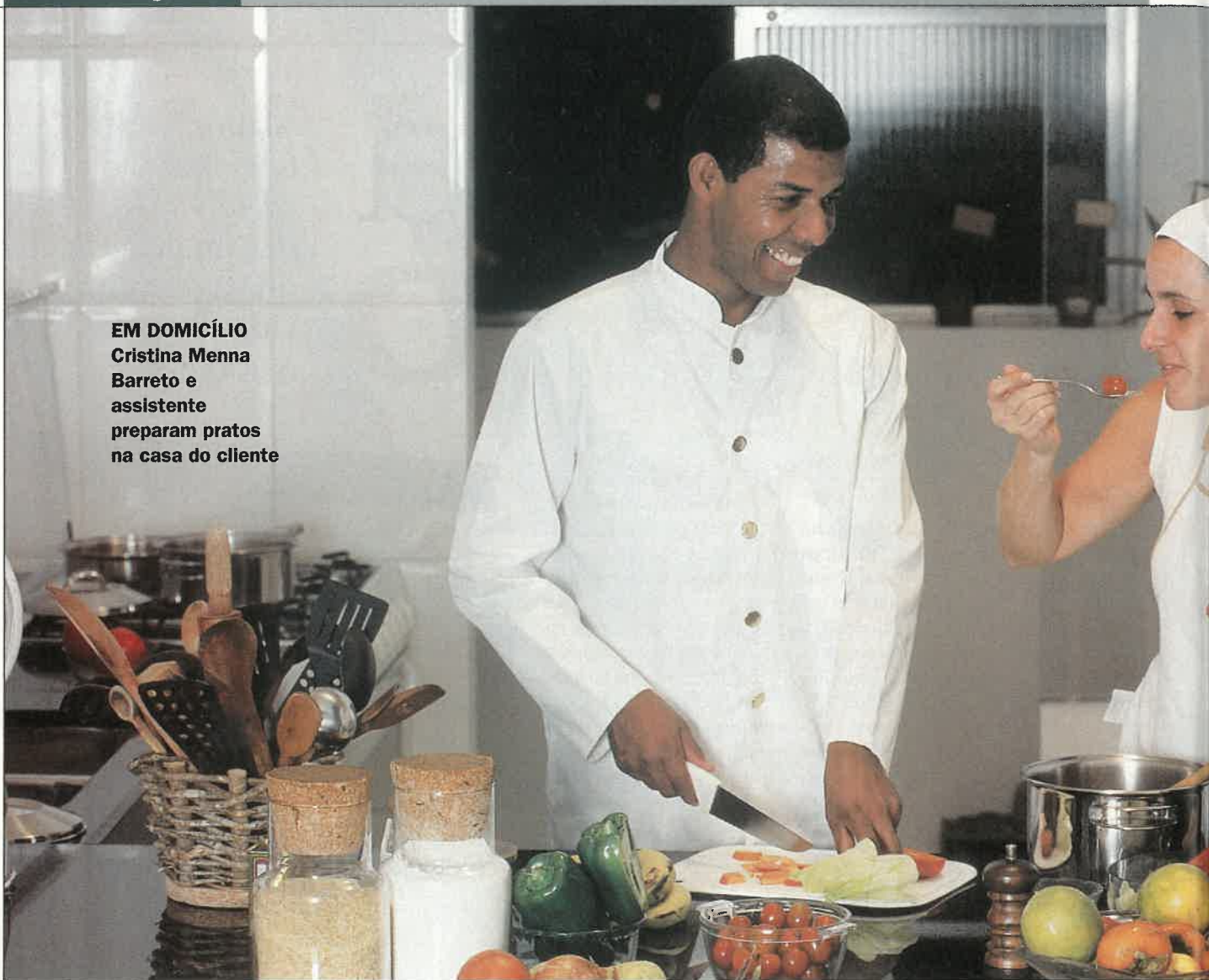
✓ **Marcela Maragliano Culinária** ☎ 3082-2145

Prepara paellas, risotos e outros pratos na cozinha da cliente

co", explica. Se não quiser também se preocupar com a refeição, uma sugestão é contratar os préstimos da chef de cozinha Marcela Maragliano.

Outro telefone importante de ter em mãos é o da personal diet Cristina Menna Barreto. A nutricionista criou um atendimento que não se restringe às prescrições nutricionais. Além de receber a dieta, após uma conversa sobre hábitos alimentares, ela enfrenta panelas e caçarolas na casa de suas clientes. Primeiro, o paciente escolhe entre 25 pratos de um cardápio de receitas light, como o frango desfiado com molho de requeijão, hambúrguer de ▶

EM DOMICÍLIO
Cristina Menna
Barreto e
assistente
preparam pratos
na casa do cliente



palmito com frango e peixe com queijo branco e manjeriço fresco. Com o auxílio de um cozinheiro, ela faz até 60 refeições por vez, o suficiente para uma pessoa se alimentar de forma saudável por um mês. As porções individuais são congeladas em embalagens apropriadas. Na hora de comer, basta colocar no microondas. "Atendo desde jovens casais que não sabem nem acender o fogão até mães que trabalham e não querem que os filhos comam besteira no almoço", afirma Cristina. Para mães com filhos pequenos, ela ensina como elaborar papinhas e dá dicas de alimentação infantil.

Nem todos os contatos importantes são serviços caseiros. Como diminuir a ansiedade das mães quando elas precisam voltar à jornada profissional após

o parto? É comum telefonar a cada meia hora para a babá ou para a creche apenas para saber se está tudo bem com a criança. Os primeiros meses costumam ser os mais difíceis. Para amai-nar a saudade, guarde esta dica: algumas escolinhas da capital instalaram câmeras digitais em seus berçários e salas de ambientação. O sistema, gerido por empresas como a Pátio Virtual, permite que os pais vejam seu pimpolho pela internet a qualquer hora do dia. "Assim posso trabalhar mais tranquilamente, porque tenho certeza de que está tudo bem com a Bruna", diz a enfermeira Angela Amorim de Araújo, que matriculou sua filha na Raios de Luz apenas por causa da tecnologia. "Entro pelo menos três vezes por dia", conta, com toda a corujice. ■

Fotos: Denise Adams/ÉROCA SP





Daniel Aratangy/ÉROCA SP

MESA POSTA
A empresária Amelinha Amaro é especialista em decorar mesas para jantares que reúnam até 12 pessoas

ON-LINE
A enfermeira Angela Araújo mata saúde da filha pela internet

TOME NOTA

- ✓ **Raios de Luz ☎ 5071-7156**
Câmeras digitais no berçário da escola de educação infantil permitem que os pais vejam os filhos pela internet
- ✓ **Sarah's Family ☎ 6942-9798**
Decoração de festas infantis e de adolescentes na casa do aniversariante
- ✓ **Time Savers ☎ 4704-8701 e 9945-6509**
Organização de armários e ambientes. Também treina empregadas domésticas e gerencia mudanças