

JORNAL DESPERTINHOS



6ª Edição - 10 de Outubro de 2020

Ouvir a nossa
criança interior faz
despertar o brilho
de luz e alegria,
conectando-nos
à Divina Fonte
Criadora



COMO POSSO AJUDAR

Olá meus amores!

Outubro é um mês super especial. Afinal, é o mês que celebramos os nossos pequenos e esta celebração está relacionada à Declaração dos Direitos da Criança, oficializado em 1959. Neste documento, se estabeleceu uma série de direitos válidos a todas as crianças do mundo como alimentação, amor e educação.

E de lá para cá muitas coisas aconteceram. Se observarmos o mundo a nossa volta, vamos perceber que estamos em um período marcado por grandes mudanças e muitas informações. Desde os anos 70 aproximadamente, psicólogos, psicoterapeutas e pedagogos começaram a notar a presença de uma geração diferente e muito peculiar. Tratava-se de crianças rebeldes, hiperativas

que foram imediatamente diagnosticadas como crianças patologicamente necessitadas de apoio médico.

Mais tarde, com as observações de outros psicólogos chegou-se à conclusão de que se trata de uma nova geração. Uma geração especial para este momento de grande transição num mundo de provas e expiações que irá alcançar o nível do mundo em regeneração.

Diante dessa realidade, muito se ouve sobre as crianças da Nova Era. Quem são essas crianças? Não é necessário rotular, basta sabermos que elas vêm com um propósito mais elevado, cheias de sonhos e desapegadas de mágoas e culpas, elas demonstram amor incondicional por tudo e todos a sua volta. Respeitam a natureza, são muito sensíveis à energia e intuitivamente





inteligentes, são seres inquietos em busca de seus propósitos e de quem realmente são.

Sempre existiu na história da humanidade pessoas que vinham mais despertas e mais conectadas ao mundo espiritual. Porém, a Terra está passando por um processo de purificação energética e se elevando vibracionalmente, o que possibilita a chegada de mais crianças e com maior grau de ligação a essas energias sutis.

Existem várias terminologias

para classificar estas crianças, e vamos ver algumas no decorrer desta edição, mas o mais importante é fazermos um esforço para compreendermos as nossas crianças sem rotulá-las. Elas vieram para nos mostrar como viver com os nossos corações e não com as nossas cabeças e estão aqui para nos ajudar a reconectar com nossas emoções e a viver a vida a partir dessa perspectiva.

Boa leitura!

Mãe de mãe para

Outubro Rosa também é assunto para Criança

Olá minhas queridas! Vocês devem estar estranhando falarmos de um assunto aparentemente tão forte para os nossos pequenos, não é?

Mas tem uma razão importante. Em primeiro lugar, outubro é também o mês das crianças, e a criança, cada vez mais curiosa e esperta, vai levar o assunto para dentro de casa, ajudando a conscientizar suas mães, avós, tias, irmãs etc, sobre a importância da prevenção.

Além disso, abordar a questão da prevenção do câncer de mama desde a infância, ajuda a despertar a consciência sobre a possibilidade do surgimento da doença, ajuda a compreender a causa e como prevenir. De

acordo com especialistas, quando este processo é feito ainda na infância a tendência é que as crianças compreendam desde cedo e adotem conseqüentemente uma postura preventiva, ou seja, é mais eficaz porque elas absorvem mais fácil, mais rápido e internalizam com mais naturalidade. Esta criança crescerá conhecendo os perigos do câncer de mama, mas sabendo que há cura e que quanto mais cedo a doença for descoberta, maiores são as chances de cura.

O Outubro Rosa traz uma importante mensagem de conscientização para a prevenção do Câncer de Mama, que é o segundo tipo de

câncer mais comum entre as brasileiras, e, se diagnosticado precocemente as estatísticas de cura aumentam substancialmente.

Faço questão de informar a minha filha, de uma forma mais lúdica e dentro da sua realidade, para que ela cresça com essa ideia e sabendo da importância!



Adriana Gonçalves

Agentes
Transformadores

Projeto

Naninhas Fraternas

Olá, meu nome é Júlia Fagundes e hoje eu vou apresentar a vocês o projeto Naninhas Fraternas, que é uma parceria de grupos voluntários que leva o amor em forma de objeto às pessoas nos hospitais e asilos.

Sabe aquele objeto que traz a sensação de companheirismo, de não estar sozinho? Assim é a naninha, o objeto transicional que aparece em desenhos animados e gibis, com a intenção de transmitir conforto e segurança.

Por esse motivo, a equipe de voluntários Amor

Fraterno fez uma parceria com a Acreditar - Associação de Pais e Amigos de Crianças com Cancro, que faz o voluntariado de hospitais que cuidam de crianças com câncer, em Portugal. Assim, a equipe produz as Naninhas Fraternas a fim de levar amor para esses pequenos guerreiros.

O projeto Naninhas Fraternas expande-se, também, para as pessoas hospitalizadas e para os idosos em asilos.

“Estamos fazendo

naninhas para serem enviadas para o Instituto Esperança de idosos em Minas Gerais”, acrescenta a voluntária, Roseli Marcondes.

Outro depoimento lindo é da voluntária Daniela Silva, que participou desse mesmo projeto na Casa dos Humildes em Portugal. De acordo com ela, “O voluntariado nos oferece imensas oportunidades de trabalho no bem e crescimento interior, na Seara do Cristo.

Na Casa dos

Humildes, em Portugal, temos a ajuda ao próximo em suas várias vertentes.

Quando podemos contribuir um pouco que seja para melhorar o mundo de alguém, para lhe dar esperança e alento nas adversidades que atravessa, o nosso coração se enche de gratidão e alegria.

Uma vertente dessa ajuda que podemos levar ao próximo, são as Naninhas. Bonecas de tecido, recortadas e confeccionadas com muito amor e carinho pelos trabalhadores da Casa Espírita, para serem entregues às crianças com Câncer. Todos estes trabalhadores se empenham e se

envolvem fraternalmente na aquisição de tecidos, no recorte, na costura e na entrega das Naninhas.

No Centro Espírita que frequento em Portugal, a possibilidade de entrega de Naninhas surgiu na Acreditar, uma instituição que abriga e dá apoio a crianças com câncer, e a quem as bonequinhas eram oferecidas junto com o kit da inscrição.

Nossas Naninhas, através da parceria com a Acreditar, chega aos hospitais de Portugal que atendem crianças com câncer.

Foi assim uma imensa alegria poder contribuir um

pouco para colorir o mundo dessas crianças, iluminar os seus rostos, sabendo que teriam as Naninhas como companhia nas suas caminhas, lhes contariam histórias e segredos e que dormiriam agarradinhas a elas”, finaliza Daniela Silva

COMO PARTICIPAR

Para a fabricação das naninhas, a equipe disponibiliza vídeos com o passo-a-passo da produção dos objetos de acolhimento.

Quem tiver interesse em participar do projeto, basta enviar um e-mail para:

contato.webradionamaste@gmail.com

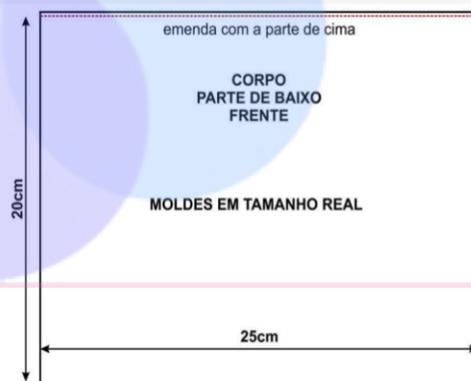
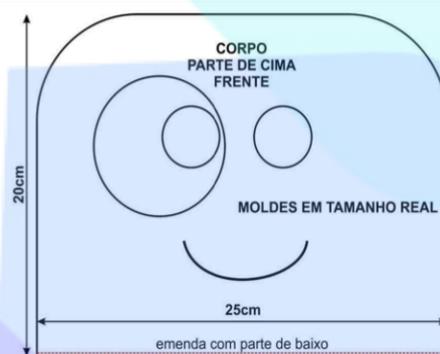
TUTORIAL NANINHAS FRATERNAS



MOLDE



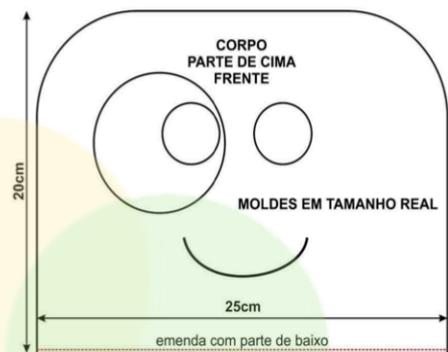
CORTAR DUAS VEZES MOLDE DO CORPINHO E DA CABEÇA



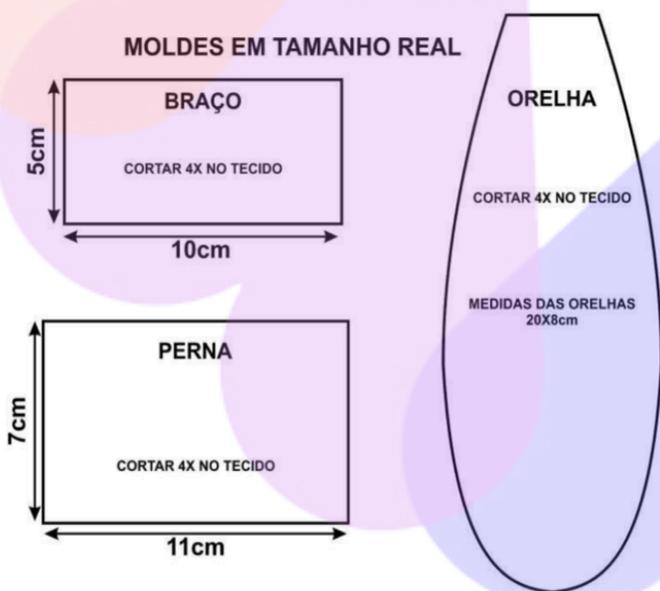
MOLDE



CORTAR DUAS VEZES MOLDE DO CORPINHO E DA CABEÇA



CORTAR QUATRO VEZES O BRACINHO, A PERNINHA E A ORELHA OU CABELINHO



COSTURE A PARTE DA CABEÇA COM A PARTE DO CORPINHO, TANTO A FRENTE COMO AS COSTAS USE O PAPEL TERMOCOLANTE OU COSTURE OS OLHINHOS. PARA LOCALIZA-LOS COLOQUE O MOLDE POR BAIXO NA HORA DE PRENDE-LOS. FAÇA A BOQUINHA COM MOLDE VAZADO E TINTA PARA TECIDO OU MARKER. PODE SER FEITO BOCHECHINHA ROSA COM TINTA PARA TECIDO.

COSTURE NO AVESSE PERNINHAS, BRACINHOS E ORELHAS.

DESVIRE AS COSTURAS E COLOQUE O PLUMANTE NOS BRACINHOS E PERNINHAS, NÃO ENCHA ATÉ O FINAL.

ALFINETE AS ORELHAS, OS BRAÇOS E AS PERNAS TUDO VIRADO PARA O LADO DE DENTRO NA PARTE DA FRENTE.

COLOQUE A PARTE DAS COSTAS POR CIMA, FRENTE COM FRENTE E ALFINETE.

ALINHAVE A MÃO DEIXANDO UMA ABERTURA DE 10CM NA LATERAL. PODE SER PASSADA NA MÁQUINA.

DESVIRE PELA ABERTURA LATERAL, COLOQUE PLUMANTE E COSTURE A MÃO QUANDO FINALIZAR

<https://www.youtube.com/watch?v=CSmBdglhbOY>

EM DESPERTINHOS AÇÃO

2



Escrever Cartinhas
Fraternas me faz feliz
porque sei que elas
vão levar amor para as
pessoas.

Experimente fazer a
sua com criatividade e
carinho. Tire um print
e envie para
amorfraternocartas@
gmail.com, vai ser um
momentinho colorido
para o seu coração e
de quem receber.

Rayssa

1

Eu sempre gostei de
fazer vídeos para ajudar
as crianças com
meditações e agora na
pandemia eu mando
vídeos aos vovozinhos
nos asilos para fazê-los
mais felizes. Vamos
espalhar amor, alegria e
esperança.

Alana

3



Oi amiguinhos tudo bem com vocês? Eu já fui brincar e entreter no abrigo. Eu já joguei futebol e nós levamos jogos para o abrigo. Eu já doei roupas, brinquedos e várias coisas. Eu oro para as pessoas que precisam. Eu dou amor à mim mesma e aos outros. E eu me sinto muito bem. Eu tenho vontade de fazer mais vezes. Eu me sinto muito amorosa. Isso é bom para mim e para os outros que precisam, né? Eu vejo que muitas pessoas tem necessidade de algumas coisas e a gente tem um monte de coisa que a gente não usa para nada e fica lá só de enfeite. Faça o bem você também!

Helena

4



Oi amiguinhos, tudo bem? Sabia que quando a gente ajuda uma pessoa a gente fica feliz? Eu gosto muito de levar alegria para as pessoas. Eu costumava visitar os vovôs e vovós nos asilos, gostava de ficar ouvindo suas histórias, de abraçar também e dar carinho. Às vezes eles só querem ter alguém pra ficar pertinho deles. Como agora não estamos podendo visitar, a forma que eu achei foi gravar vídeos com mensagens de otimismo para eles e espalhar um pouquinho de esperança. Fazendo isso eu planto uma sementinha de bondade no planeta! Que tal nós praticarmos o bem? Beijinhos de Luz!

Rafaela

Mini Chefs em Ação



Mosaico de Gelatina

4 pacotes de gelatina (sabor de sua escolha), 10g de gelatina sem sabor, 1 lata de creme de leite, 1 lata de leite condensado, 5 colheres (sopa) de água. Prepare as gelatinas e reserve na geladeira até ficarem prontas. Corte-as em cubos e passe para uma forma de pudim untada. Hidrate a gelatina sem sabor com as 5 colheres de água. Coloque o leite condensado, o creme de leite e a gelatina sem sabor, que foi derretida na água quente no liquidificador e bata até misturar bem. Despeje a mistura sobre os cubos que estão espalhados na vasilha. Leve para a geladeira por 4 horas e se quiser desenformar terá uma sobremesa linda, além de bem leve!



Sorvete de Banana

1 banana madura congelada, 1 colher de sopa de pasta de amendoim, 500 ml de leite vegetal (côco, amêndoas ou soja caseiro ou o que você achar no mercado), canela a gosto. Bater no liquidificador, colocar leite aos poucos. Se colocar leite demais vira vitamina. Bem gostoso também!
Bom apetite!

Panqueca de Banana

2 bananas pequenas de preferência maduras, 1 ovo, 3 colheres de sopa de farelo de aveia, canela a gosto, mel para cobertura (opcional). Amasse bem a banana com um garfo. Em uma vasilha misture as bananas e o ovo, acrescente a aveia, canela e misture bem. Peça a um adulto que aqueça uma frigideira untada com um pouquinho de azeite. Coloque essa mistura na frigideira, por um minuto, em fogo baixo, virando para não queimar. Assim a panqueca doura dos dois lados. Se preferir, jogue um pouco de mel sobre a sua panquequinha! Fica muito gostosa! Agora é hora de comer!!! Oba!!!



Suco verde

Você precisa de:

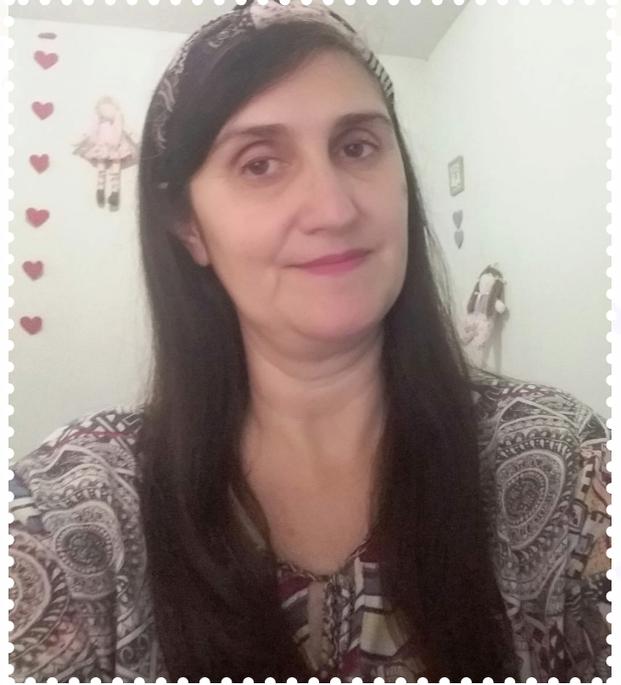
- 1 abacaxi,
- 2 folhas de couve e
- 1 litro de água de côco.

Modo de preparo:

Descascar o abacaxi e cortar em rodela. Segredinho: cortar a couve com a mão, assim não perde os nutrientes. Bater tudo no liquidificador. Hum que delicia! Agora é so tomar bem geladinho!



VOZES SABIA!



Sandra Kátia

BRINCAR com nossos pequenos, faz toda a diferença na chegada à adolescência e idade adulta. As brincadeiras e jogos são muito importantes para o desenvolvimento físico, intelectual, afetivo e social deixando de ser um simples divertimento para se tornar uma ponte entre essas fases da vida.

Essas atividades vivenciadas em diversos espaços, possibilitam que as crianças passem a construir o seu próprio conhecimento trabalhando assim, seu raciocínio lógico

na resolução de situações-problemas e desenvolvam sua imaginação e criatividade.

São elas que propiciam autoconhecimento, levam ao entendimento de sua individualidade, a compreensão do respeito mútuo nos contextos onde está inserida dentre eles a família, a escola ou outros grupos sociais.

Sem contar nos vínculos ainda maiores criados com seus pais ou responsáveis, quando estes reservam alguns momentinhos, mesmo após um dia cansativo

de trabalho, para brincar com seus filhos.

Por isso, aproveitemos ao máximo as oportunidades de brincar e jogar com nossos filhos, pois o retorno dessas horas preciosas, só irá proporcionar a todos inúmeros benefícios, alegria, além de lembranças maravilhosas por toda a vida.

E por falar em lembranças e brincadeiras que tal falarmos um pouquinho sobre algo que também nos remete à nossa infância?

Muitas brincadeiras

BRINCADEIRAS POPULARES

populares atualmente desconhecidas, já divertiram e garantiram significativas situações de aprendizagem para muitos de nós!

Contribuíram para o nosso desenvolvimento nos auxiliando a vivenciar regras preestabelecidas, como esperar a nossa vez e também a ganhar e a perder. E que tal soltarmos a criança que existe em nosso interior e juntos de nossos filhos

nos presentearmos não só neste mês das crianças, mas sempre que tivermos uma oportunidade de brincar, relembrar, reviver e até ensinar estas brincadeiras?

Serão momentos inesquecíveis para todos. Brincar de Amarelinha, Bambolê, Cantigas de Roda, Corda, Alerta, Dominó, Stop, Pipa, Bolinha de Gude, Estátua, Passa Anel, Morto-Vivo, Esconde-Esconde. Enfim, são tantas opções que o mundo

tecnológico tem levado ao esquecimento, mas que muito contribuem para o desenvolvimento não só das crianças, mas para um melhor relacionamento familiar e social.

Vamos lá, independente da idade, se divertir e brincar, seja para aprender ou relaxar, é só começar!!!





O Coração que Inspira deste mês é pra lá de especial, pois estamos falando dos nossos amores. Desses que estão bem pertinhos de nós e estão aqui representados pela nossa turminha que nos inspira com as suas iniciativas, nos mostrando a aproximação da Nova Era.

E para entender um pouquinho mais sobre as terminologias adotadas por estudiosos para classificar as crianças da Nova Era, eu, Wedma Gabriel, fiz uma pequena pesquisa e agora vou compartilhar com vocês.

1a. Geração: Índigos

As Crianças Índigo nasceram por volta dos anos 70, chegaram para quebrar conceitos que continuavam sendo repetidos e estão diretamente ligadas às evoluções tecnológicas.

A Criança Índigo tem absoluta Consciência daquilo que está a fazer, é rebelde por temperamento, não fica muito tempo quieta, não é capaz de permanecer sentada durante muito tempo, não tem medo de ameaças. Não é possível com essas crianças fazermos certos tipos de chantagem.

É necessário dialogar, falar com naturalidade, conviver e amá-las, bem como compreendê-las. Silmara Hornink, que gerencia uma página do Facebook, onde as crianças Índigo são o principal tema, foi muito feliz ao colocar que nós precisamos ter um novo olhar para nossas crianças, despertar nelas o que têm de melhor.

Hoje sabemos que elas sabem muitas coisas, que trazem uma ligação muito forte ao mundo espiritual. Ela esclarece que nossa geração por tanto tempo criou barreiras à nossa sabedoria interna que perdemos tanto do nosso amor, que passamos a acreditar na dualidade, separação e ficamos sem saber o que é o verdadeiro amor. Já estas crianças, elas vêm muito despertas para isso.



Sua ligação é direta ao amor Crístico. É só olhar como elas se comportam e ver o amor e a luz que brotam em todo seu ser. As crianças índigo são inteligentes, intuitivas, muito ativas e comunicativas. Com os índigos aprendemos muito sobre o poder pessoal, a força de vontade, a coragem, a liderança, a atitude e outros aspectos que nos levam a libertação dos velhos padrões e a criação de soluções inovadoras para nossos processos.

2a. Geração: Cristal ou Diamante

A partir dos anos 80 as Crianças Cristal começaram a chegar em massa, o que tem exigido uma necessária mudança de padrões metodológicos na pedagogia e uma nova psicoterapia a fim de serem entendidas, pois serão elas as continuadoras

do desenvolvimento intelecto moral da Humanidade. São elas que fazem a diferença e trazem a consciência para a Nova Energia. São seres de grande sensibilidade, espiritualidade, possuem um contato maior com sua intuição, além de conseguirem compreender os sentimentos das outras pessoas. São inteligentes, podem se comunicar por telepatia e mudar completamente a energia do lugar em que se encontram e convidar os entes queridos a se espiritualizar. Possuem um magnetismo no olhar, penetrante e pacificador, são normalmente calmas e silenciosas, em geral transmitem uma energia de alto nível de sutileza, vão pro lado vegano, recusam-se a comer carne desde que nascem, não gostam de ver

sofrimento no mundo animal. Meditam naturalmente, são crianças serenas, que unem as pessoas e fazem despertar as vibrações mais elevadas, aflorando as virtudes das pessoas com quem tem contato. Destacam-se por serem prodígios, mas principalmente pelos propósitos que trazem em seus corações, não são materialistas, não são individualistas, são propensas ao bem por natureza, exemplos para seus próprios pais. Com elas aprendemos a contemplar, a receber a graça divina, o amor, a paz e a plenitude espiritual.

3a. Geração: Arco-Íris

As crianças Arco-íris começaram a chegar no planeta a partir da década de 2000, mas o grande fluxo em 2010. Elas são perfeitamente equilibradas em suas energias. São

confiantes sem agressividade; são intuitivas e psíquicas sem esforço.

Os bebês são reconhecidos, porque a energia deles é de dar aos pais e não de necessidade. Os pais percebem que não podem ultrapassar seus filhos Arco-Íris, pois essas crianças são um espelho de todas as ações e energia do amor. Quaisquer pensamentos amorosos, sentimentos e ações que você envia para eles são ampliados e devolvidos cem vezes.

As Crianças Arco-Íris já estão sintonizadas com o mundo para o qual estamos nos movendo. Elas parecem estar aqui para implementar a vontade Divina e usarão sua força de vontade e energia para construir o Novo Mundo sobre a fundação da paz e harmonia que as crianças Cristais já estabelecem.

O objetivo das

Crianças Arco-Íris é completar os estágios finais da fundação que as Crianças Índigo e Cristal fizeram. As três crianças, Índigo, Cristal e Arco-Íris, têm uma tarefa específica.

E na tentativa de resumir, poderíamos dizer que as Crianças Índigo vieram quebrar o paradigma do pensamento tradicional. Então, as Crianças Cristal estão construindo suas bases no paradigma quebrado. Finalmente, as Crianças Arco-Íris estão aqui para acabar de construir o que as crianças Índigo e Cristal começaram.

Como lidar com essas crianças?

Elas vêm para desafiar conceitos, desafiar o mundo. Respeite as crianças que estão pertinho de você, na sua família ou no seu grupo de amigos. Esteja aberto para o que elas têm para lhe ensinar.

Compreenda-as como seres que acabaram de chegar do plano espiritual, estiveram lá há menos tempo que nós e têm muito a compartilhar.

Mantenha em seu coração a verdade de que cada ser humano é um universo e não existe maneira única de se comunicar ou de educar alguém. Assim esses novos seres se sentirão livres e felizes para contribuir com o mundo de acordo com seus propósitos de existência.

Elas vieram para nos mostrar o Novo e a melhor maneira de ser. Vieram nos mostrar um modo de viver que incorpora somente a alegria, o amor, a paz e a harmonia.