

MÃO AMIGA

com um bebé de um ano e outro encomenda-
do à cegonha, Rosa Maria Teixeira, 43 anos, e
o marido sabiam que necessitariam de uma
mão suplementar para embalar os berços.
«Ambos gestores e não chegamos a casa
das 19h30, não era fácil dar-lhes atenção.»
«Fizemos a Internet até encontrarem a página
dos Netos e há quatro anos que recorrem aos
serviços de baby sitting. «No início, vinham
nos dias, das 18h30 às 22h, agora vêm cerca
de quatro vezes por semana. Se eu não estiver,
os baby sitters desenrascam-se e sabem que há
de para brincar, comer e tomar banho.» Na
maioria, são jovens estudantes, a caminho da
matrícula – normalmente, com alguma ligação
familiar – ou já com alguma experiência,
tanto quando têm de lidar com bebés. No
primeiro encontro com as famílias, Sónia Tenrei-
ra das responsáveis pela empresa, procura
conhecer os cantos à casa. Além do mais, «falo
de vários pormenores sobre as crianças, desde
à personalidade, hábitos, tipo de brincadeiras e
de alimentos que não comem». O apoio
doméstico estende-se às camadas mais idosas.

«Normalmente, são pessoas com grave grau de
dependência e os serviços têm uma carga horária
elevada.» E, nestes casos, faz-se de tudo: cozinhar,
dar medicação, cuidar da casa ou ir às compras.



FOTOS: ANABELA ROSAS TRINDADE

QUERMARIAS

T. 21 388 90 48

AVÓS E NETOS

T. 22 605 4969

Preços baby sitting: €8,50/hora durante a semana; €10/
hora ao fim-de-semana. Mínimo de três horas. Marcação
48h antes. **Preços apoio a idosos:** 24h, €2500/mês;
noites, €1600/mês; dias, €1500/mês.

» www.avosenetos.pt



ROUPEIROS À MEDIDA

Quando Maria do Céu Vaz, 30 anos, ouviu uma
entrevista da personal stylist na rádio, soube
que estava ali a ajuda de que necessitava.
«Tinha parado no tempo. Ficava cansada
só de olhar para o meu guarda-roupa, ia a lojas e
achava que tudo me ficava mal.» Alexandra Simões
de Carvalho, 31 anos, despertou-lhe o espírito
crítico e ensinou-lhe «aqueles pequenos truques
que fazem toda a diferença». A partir daí, não há
estação em que a engenheira agrónoma, residente
no Cartaxo, não recorra aos seus serviços.

Alexandra começa todo o processo com uma
consulta de imagem, onde faz o levantamento do
guarda-roupa da cliente e procura identificar o seu
estilo. «Mostro-lhes imagens pelo computador e
elas dizem se lhes agradam ou não, e porquê.»
A seguir, analisa a silhueta e tenta descobrir o que
gostam de ver no seu corpo. Uma semana depois,
a cliente recebe o *feedback*. «Apresento um guia
de estilo personalizado, com pormenores que vão
desde o tipo de corte, as cores e a maquilhagem
que as favorecem.» A consulta pode ficar por aqui,
ou partir para uma análise do roupeiro. «Faço uma
triagem das peças que ficam e o que tem de sair, de
acordo com as necessidades, de trabalho ou de la-

zer.» Como, normalmente, falta muita coisa, uma
ida ao shopping é essencial. «É definido o mon-
tante que estão dispostas a pagar, mas já consegui
comprar um guarda-roupa de Verão completo, por
menos de mil euros.» O passo final é olhar para
cada uma das peças e construir coordenados. Com
a ajuda de uma polaróide, Alexandra deixa umas
cábulas, para mais tarde recordar.



FOTOS: JOSÉ CARIA

STYLE YOUR LIFE

T. 96 628 2030

» www.styleyourlife.com.pt

PARA MAIS INFORMAÇÕES E CONSULTAS: WWW.VISAO.PT

negal, Tailândia, Tajiquistão,
Venezuela, Zimbabué.

a instabilidade no país.