

PARENTALIDADE INTEGRATIVA

Um modelo autoral, criado em Portugal, que inverte a lógica da parentalidade consciente: começa pelo adulto que cuida, não pela criança.

O QUE É

- Integra ciência do desenvolvimento infantil, Slow Living e práticas holísticas num só ecossistema familiar.
- Organiza-se numa pirâmide de quatro níveis: Solo Sagrado, Aldeia, Tronco e Ramagem com Frutos.
- Premissa central: não existe criança regulada com um adulto esgotado. Cuida-se primeiro do solo.

QUEM ESTÁ POR TRÁS

Juliana Vetromille Bessa

Fundadora da Growing House e autora do modelo da Parentalidade Integrativa. Acompanha famílias em Portugal através de encontros presenciais, terapias integrativas e materiais educativos, e escreve sobre regulação, vínculo e o cuidado de quem cuida.

PORQUE É NOTÍCIA AGORA

- Burnout parental: mães e pais em exaustão crónica, num tema ainda pouco falado na imprensa portuguesa.
- Famílias isoladas: a aldeia desapareceu e o cuidado ficou concentrado em duas pessoas, ou numa só.
- Procura crescente por Slow Living, ritmos lentos e práticas integrativas na vida familiar.



A PIRÂMIDE EM QUATRO NÍVEIS

RAMAGEM COM FRUTOS

A criança e o que nela floresce

TRONCO

A relação entre os adultos que cuidam

ALDEIA

Rede de apoio à volta da família

SOLO SAGRADO

Regulação e vitalidade do cuidador

ÂNGULOS PARA REPORTAGEM

- “E se o problema não for a criança?” — o cuidador como primeiro foco de cuidado.
- O regresso da aldeia: como as redes de apoio se estão a reconstruir em Portugal.
- Slow Living com filhos: rituais simples que devolvem ritmo à vida familiar.

“Não há criança regulada com um adulto esgotado. Antes da técnica, vem o solo.”

Juliana Vetromille Bessa, fundadora da Growing House

A GROWING HOUSE EM PRÁTICA

ENCONTROS

Círculos e encontros presenciais para mães, pais e famílias, em Portugal.

TERAPIAS E MENTORIA

Acompanhamento holístico individual e mentoria para o cuidador.

MATERIAIS

Revista Acervo, guias, planners e recursos digitais sobre o modelo.