

Nanas & Co presenta consejos para que las familias regalen a las madres tiempo para ellas

[Multimedia](#)

El día típico en la vida de una madre puede estar lleno de estrés y ser agotador. Todas se sienten abrumadas por responsabilidades que tienen cada día. Probablemente sientan frustración porque nunca tienen tiempo para hacer las cosas que disfrutan porque ponen a la familia en primer lugar. Con el Día de la Madre a la vuelta de la esquina, Nanas & Co, la empresa de selección de personal doméstico referente en su sector, presenta algunos consejos para que las familias regalen a las madres tiempo para ellas

Hablar de ello. La familia debería hablar sobre las necesidades de tiempo de todos (las de los padres y las de los niños). De esta manera pueden crear un plan para garantizar que todos, pero sobre todo las madres, puedan aprovechar el tiempo lo máximo posible.

Hobbies individuales. Es importante que las madres tengan tiempo para hacer las actividades que les gustan sin interrupciones. No importa lo que sea, lo importante es garantizar que sea un momento para ellas mismas, por lo que toda la familia deberá ser consciente de ello. El bienestar personal de la madre será beneficioso para toda la familia

Seguir un calendario. Usar un calendario para definir las actividades de todos los miembros de la familia es una buena idea para organizarse y respetar el tiempo libre de los demás. Una rutina estructurada es una buena manera para gestionar el tiempo, perfecto para que las madres se tomen un momento para sí mismas.

Familiares implicados. Si los abuelos u otros familiares tienen buena relación con la familia, uno no debe sentirse mal por pedir ayuda de vez en cuando. Todos salen ganando: los niños podrán crear recuerdos entrañables con sus seres queridos y mamá un merecido descanso.

Servicio doméstico. Limpiar la casa puede ser una tarea físicamente agotadora. Cuanta menos limpieza tenga que hacer la familia, más podrán centrarse en pasar tiempo de calidad juntos, haciendo las actividades que gustan y dejando tiempo para relajarse.

Una nanny cualificada. Contratar a una niñera puede dar más tiempo a las madres para centrarse realmente en sus hijos. El tiempo con los peques es muy valioso y poder dedicarles atención sin tener una larga lista de tareas pendientes sobre la cabeza permite ser madre sin que ninguna distracción las desborde.

Acerca de Nanas & Co

Nanas & Co es una empresa de selección de personal de servicio doméstico, cuidado de niños y mayores, de ámbito nacional e internacional. Seleccionan la persona que mejor pueda ayudarte a cuidar de tus hijos o mayores, y/o realizar las tareas domésticas en cualquier parte del mundo.

Encontrar a la profesional ideal es posible, porque someten a sus cuidadoras a entrevistas detalladas que les permiten encontrar a la persona con más posibilidades de dar respuesta a las necesidades de cada familia.

Profesionalizan los procesos de selección de personal de apoyo doméstico, extrapolando las metodologías y prácticas del headhunting que se aplican en el mundo empresarial.

Emplean un innovador sistema de referencias para que sus embajadoras de reclutamiento garanticen la máxima excelencia. El resultado final son familias contentas y satisfechas.

nanasandco.com

C/ General Pardiñas, 40

28001 Madrid

[Nanas & Co Servicio Doméstico](#)

[@nanas.andco](#)

[Nanas & Co](#)
