EDIÇÃO 88 · SAÚDE MENTAL · TATIANA PANSINI

When walking away is self-care: how to protect your emotional health from toxic relationships and set boundaries

Setting boundaries is not selfishness. It is recognizing your own worth and protecting your emotional health.

SÃO PAULO / NOVA YORK — A YOUR Magazine (edição comemorativa de 10 anos) apresenta em sua Sala de Imprensa o release oficial "When walking away is self-care: how to protect your emotional health from toxic relationships and set boundaries", integrante da curadoria Edição 88 · Saúde mental · Tatiana Pansini. Setting boundaries is not selfishness. It is recognizing your own worth and protecting your emotional health.

SÃO PAULO / NOVA YORK — A YOUR Magazine (edição comemorativa de 10 anos) apresenta na Edição 88 Interativa a pauta especial "Quando se afastar é um autocuidado: como proteger a saúde emocional de relações tóxicas e estabelecer limites", dentro da editoria Saúde mental · Tatiana Pansini. Estabelecer limites não é egoísmo. É reconhecer o próprio valor e proteger a saúde emocional.

Estabelecer limites não é egoísmo. É reconhecer o próprio valor e proteger a saúde emocional.

QUANDO O VÍNCULO FAZ MAL

COMO IDENTIFICAR UMA RELAÇÃO TÓXICA

RELAÇÕES COM OS PAIS E FAMILIARES

RELAÇÕES AMOROSAS

RELAÇÕES DE AMIZADE

A IMPORTÂNCIA DE ESTABELECER LIMITES

QUANDO SE AFASTAR É NECESSÁRIO

CONCLUSÃO

“Eu não aceito mais ser tratado dessa maneira.”

A reportagem integra a curadoria especial da Edição 88 Interativa da YOUR Magazine, publicação digital de luxo fundada pelo comunicólogo e editor-chefe Müller Ribeiro, com presença consolidada no Brasil e nos Estados Unidos. Com leitura aprofundada, direção de arte autoral e distribuição multiplataforma, o conteúdo destaca os protagonistas, os bastidores e as transformações que moldam o mercado contemporâneo de lifestyle, cultura, saúde, gastronomia, moda e hospitalidade de alto padrão.

Ao longo da matéria, o leitor encontra uma abordagem editorial que privilegia a autenticidade, a precisão estética e o diálogo direto com uma audiência qualificada das classes A e B, somando mais de 13,2 milhões de visualizações mensais em todo o ecossistema da revista.

CONTEXTO EDITORIAL E DISTRIBUIÇÃO

Publicado originalmente em Edição 88 Interativa (Saúde mental · Tatiana Pansini), com assinatura de tatiana-pansini. O conteúdo faz parte do acervo oficial da YOUR Magazine, que celebra uma década de jornalismo de luxo feito no Brasil para o mundo, reunindo 88 edições publicadas, mais de 300 capas digitais e mais de 218 entrevistas exclusivas.

SOBRE A YOUR MAGAZINE — 10 ANOS

Fundada há 10 anos e dirigida por Müller Ribeiro (CEO e Editor-Chefe), a YOUR Magazine conecta as principais capitais da moda, da cultura e da gastronomia aos destinos de hospitalidade mais exclusivos do continente. Sua rede de distribuição alcança mais de 120 jornalistas e colunistas, 80 revistas parceiras, 40 rádios e podcasts e 50 portais de notícias no Brasil e no exterior.

INFORMAÇÕES PARA A IMPRENSA

Este material de imprensa (release oficial, citações e ativos visuais) está liberado para reprodução editorial mediante crédito obrigatório à YOUR Magazine. Para solicitações de entrevistas, fotos em alta resolução ou credenciamento, entre em contato com a assessoria pelo e-mail muller@yourmagazine.com.br ou pelo WhatsApp +55 33 99903-2902.

A pauta integra a programação editorial da YOUR Magazine, publicação 100% digital fundada e dirigida pelo comunicólogo e editor-chefe Müller Ribeiro, com atuação consolidada no Brasil e nos Estados Unidos. Com direção de arte autoral, entrevistas exclusivas e reportagens de profundidade, a revista conecta os protagonistas da cultura, da moda, da saúde, da gastronomia e da hotelaria de alto padrão a uma audiência qualificada das classes A e B.

CONTEXTO EDITORIAL E REPERCUSSÃO

Com mais de 13,2 milhões de visualizações mensais em todo o seu ecossistema digital, 88 edições publicadas e mais de 300 capas digitais ao longo de uma década de história, a YOUR Magazine disponibiliza este material completo para jornalistas, produtores, colunistas, veículos parceiros e assessores de imprensa.

SOBRE A YOUR MAGAZINE — 10 ANOS

Feita no Brasil para o mundo há 10 anos, a YOUR Magazine reúne portal de notícias diário, edições interativas, galeria de capas + entrevistas, o streaming audiovisual YOUR Play e as coleções Luxury Hotels e Fine Dining. Sua rede de distribuição alcança mais de 120 jornalistas e colunistas, 80 revistas parceiras, 40 rádios e podcasts e 50 portais de notícias.

ATENDIMENTO À IMPRENSA

Este release oficial e os créditos editoriais estão liberados para reprodução mediante citação à YOUR Magazine. Para solicitar fotos em alta resolução, entrevistas com porta-vozes ou credenciamento, entre em contato pelo e-mail muller@yourmagazine.com.br.