

**"Foi necessário um tempo de adaptação a nova rotina que inclui conectar computador, celular, diferentes aplicativos para reuniões e aula, além de lavar tudo o que entra em casa e passar álcool em saco de feijão. Ninguém esperava por isso!"**



No início da pandemia, acompanhávamos diariamente vários jornais, inocentemente, achando que levaria algumas poucas semanas. Diminuímos a quantidade porque o excesso estava nos afetando. Foi necessário um tempo de adaptação à nova rotina que inclui conectar computador, celular, diferentes aplicativos para reuniões e aula, além de lavar tudo o que entra em casa e passar álcool em saco de feijão. Enfim, ninguém esperava por isso! Resolvemos reutilizar as embalagens dos alimentos como sacos de lixo e, agora, temos mais cuidado quanto a estragar alimentos. Inovamos na cozinha.

Além disso, também prestamos mais a atenção nos pássaros que voam por aqui e lembramos de fechar as janelas para não deixar nosso amigo morcego entrar, pois ele insiste em tentar nos visitar no começo da noite. Duas vezes por semana participamos de um reiki virtual, é um tempo para o silêncio. Apesar do momento conturbado, estamos em casa e entendemos que fazemos parte do processo da Covid-19, então, nos mantermos em isolamento é também responsabilidade e compreensão da importância da nossa atitude.

Semana passada, fomos ver a chuva na varanda. Meu marido está fazendo os planos para quando a rotina retornar, mesmo que de forma diferente, qual a próxima viagem, coisas para resolver e por aí vai... Tudo vai dar certo!

*Foto: A foto foi tirada semanas antes, de férias no antigo normal, antes de nos trancarmos em casa. Se já fazia sentido antes, agora ilustra bem o momento*  
**Cláudia Souza, Ascom/COC**