



# Vida em família em tempo de quarentena

De repente, de uma hora para outra tudo mudou por causa do covid-19. Para nos proteger tivemos que ficar em casa. Eu me vi longe da faculdade e amigos, no começo eu não pensei que fosse demorar tanto pra isso acabar, infelizmente todo esse tempo de espera só vem causando angústias, medo e ansiedade.



A rotina mudou e agora aumentou o tempo com a família. Para alguns, estar em casa significa uma oportunidade de estruturar laços, já para outros, aparecem conflitos e dificuldades de convivência. A convivência familiar as vezes não é fácil mas é importante tentar manter a harmonia nesse momento é entender que cada um tem suas manias e defeitos.



É um momento para refletir sobre quem somos, quem amamos e se estamos dando o devido valor para as coisas que realmente importam e para as pessoas que amamos



Com essa quarentena tivemos que parar de viver no automático e aproveitar os pequenos momentos que as vezes passam despercebido.

