

OUTRO(S) TEMPO(S)

"Há uma infância subindo a rua..." Jorge Reis-Sá

DESTAQUES ESTE MÊS:

O tempo que agora temos

O que o medo nos ensina



O TEMPO QUE AGORA TEMOS

em Família

Há um mês atrás falávamos da importância do tempo. De como termos tempo para ficar num abraço podia fazer a diferença, e reparem - bastavam apenas 20 segundos!

Longe de sabermos que, esse tempo que nos faltava, ia ser o tempo que agora somos forçados a ter, para o bem de todos! Então, bora aproveitá-lo?

Jorge Reis-Sá dizia no seu poema "Há uma infância subindo a rua...".

A infância que os nossos filhos recordarão no futuro, são os momentos que podemos construir agora - no presente. E este presente que nos é dado, é tempo, que podemos e devemos utilizar da melhor forma.

As infâncias que agora vemos, cheiramos, abraçamos, são irrepetíveis. E continuam a seguir o seu percurso, continuam a subir as suas ruas, a seguir os seus caminhos, a desenvolverem-se. O tempo não pára. Há quem diga que o tempo é o que fazemos com ele - então vamos aproveitá-lo e construir boas memórias!

O QUE O MEDO NOS ENSINA

para refletir em família

Já há algum tempo que temos falado como o medo é uma emoção tão importante! E porquê? Porque a sua função é proteger-nos!

Nos dias que agora correm, a outro ritmo, diferente do habitual, somos bombardeados por notícias várias.

Viram aquelas pessoas que foram para as praias e que formaram uma multidão? E aquelas que fizeram uma festa numa discoteca com o tema Covid-19 (o vírus do qual nos devemos agora proteger)? O que aconteceu com estas pessoas? Será que não tinham medo?

Será que não tinham medo por elas nem pelos outros? O medo aqui ajuda-nos a cumprir aquelas que são as recomendações a seguir neste momento, como evitar multidões e lavar as mãos. E se fizermos isso estamos a protegemo-nos não só a nós como aos outros de apanharmos este vírus.

Ficar em casa é também uma forma de nos protegemos. E com a Páscoa à porta, que tal utilizarmos este tempo para **pintar ovos da Páscoa com emoções**? As emoções são as personagens. Depois de criadas, podem fazer um pequeno teatro e quem sabe filmá-lo e partilhar com a família mais distante!

Utilizem a vossa criatividade, sem medo!

"Alerta, segurança, alerta! Presta atenção à tua volta e vê se há algo que te pode, realmente, fazer mal."

Retirado do livro "O Novelo de Emoções" de Elizabete Neves

Quanto ao medo, utilizem apenas a dose necessária, estejam atentos e cumpram as regras de segurança já faladas. Isto vai passar!

