

Vivendo com o Coronavírus



Entre outras precauções claro... o assunto se tornou tão sério que preciso falar... já são tantos casos confirmados que caracteriza uma pandemia. E dizem que não precisamos entrar em pânico. Mas se é pandemia a doença já atingiu nível global.

A boa notícia: podemos nos prevenir e a forma é bem fácil: **lave as mãos frequentemente; evite tocar nos olhos, nariz e boca; cubra a boca e o nariz com o cotovelo ou o tecido dobrado quando tossir ou espirrar e mantenha o distanciamento social.**

Este último está nos dando a oportunidade de inventar novos jeitos de cumprimentar do que com aperto de mão, beijos ou abraços. Uns são bem divertidos...

- Cumprimento de pés – exige uma certa prática e equilíbrio
- Cumprimento de cotovelos
- Ombro a ombro – mas é um pouco perto demais
- Sorrisos de longe – o melhor...
- Joinha- ou apenas aceno
- a Curvatura oriental : um leve movimento para baixo com a cabeça, olhando nos olhos
- Juntar as suas próprias mãos – o famoso Namastê

Ok, Se não gostou de nenhum desses cumprimentos, nada te impede de inventar o seu próprio. Eu gostei muito do cumprimento de pés.

É melhor (e possível) prevenir do que apavorar e paralisar. E vamos falar sério, não é tão complicado assim: é preciso mudar hábitos, prestar atenção e sair de asa o mínimo possível. Mínimo mesmo.

Além, claro de higienizar superfícies quando e roupas quando chegar da rua. (O Vírus sobrevive 6 horas nas roupas portanto atenção). Paciência, e Fé – boas virtudes para cultivar.

