

MUSEU DA PESSOA



Museu da Pessoa

Uma história pode mudar seu jeito de ver o mundo.

Diário para o futuro (DPF)

Tentando criar uma rotina

História de [Giovanna do Carmo de Melo e Silva Oliveira](#)

Autor: [Giovanna do Carmo de Melo e Silva Oliveira](#)

Publicado em 20/05/2020

Diário para o Futuro

Diário de Giovanna do Carmo de Melo e Silva Oliveira

São Caetano do Sul, 19 de maio de 2020

Código: DPF_HV016_001

Tentando criar uma rotina

Dia 19 de maio de 2020, diário de Giovanna do Carmo de Melo e Silva Oliveira.

Em isolamento social há dois meses, já tive várias fases da quarentena. Primeiro eu não me importei com o que estava acontecendo, estava em negação. Depois sofri muito, tive ataques de ansiedade, mesmo tentando criar uma rotina com as aulas onlines e as tarefas de casa

Há alguns dias descobri o Museu da Pessoa e o projeto de voluntariado e, com isso pude ver que eu posso preencher meus dias com coisas que eu gosto e com menos tempo ocioso, não ficaria com fome o tempo todo, nem pensando no que poderia ou não estar fazendo.

Hoje, já comecei a revisar minha primeira história, estou começando um novo curso de informática e focando em entregar minhas tarefas da faculdade em dia, mantendo assim minha mente sã, aprendendo coisas novas e tendo novas oportunidades, mesmo com toda a dificuldade de estar vivendo em uma pandemia.