


humanittare
always efficient

ADAPTAÇÃO

O ONTEM HOJE E O AMANHÃ

NOVAS CORES
EM UM MUNDO
DE MUDANÇAS



PRODUÇÃO: DEPARTAMENTO DA SAÚDE | HUMANITTARE CONSULTORIA



**MUITA GENTE EM
CASA TRABALHANDO
EM HOME OFFICE.**



É momento de termos consciência do mundo e situação em que vivemos.

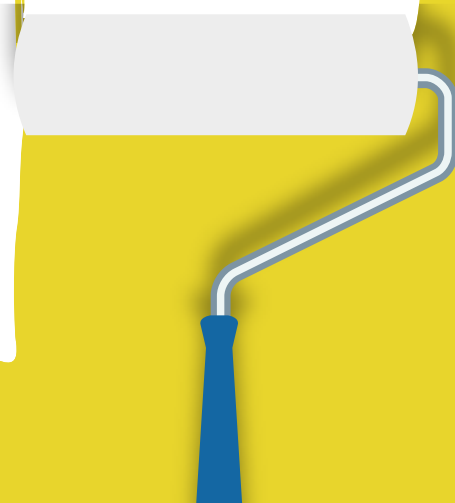




E a maior dificuldade é a adaptação.



É preciso ter a noção mais exata possível da realidade em que vive. Nosso mundo está se tornando imprevisível, com “novas cores”.



A fuga da realidade
é o principal fator do
grande aumento dos
transtornos do humor.





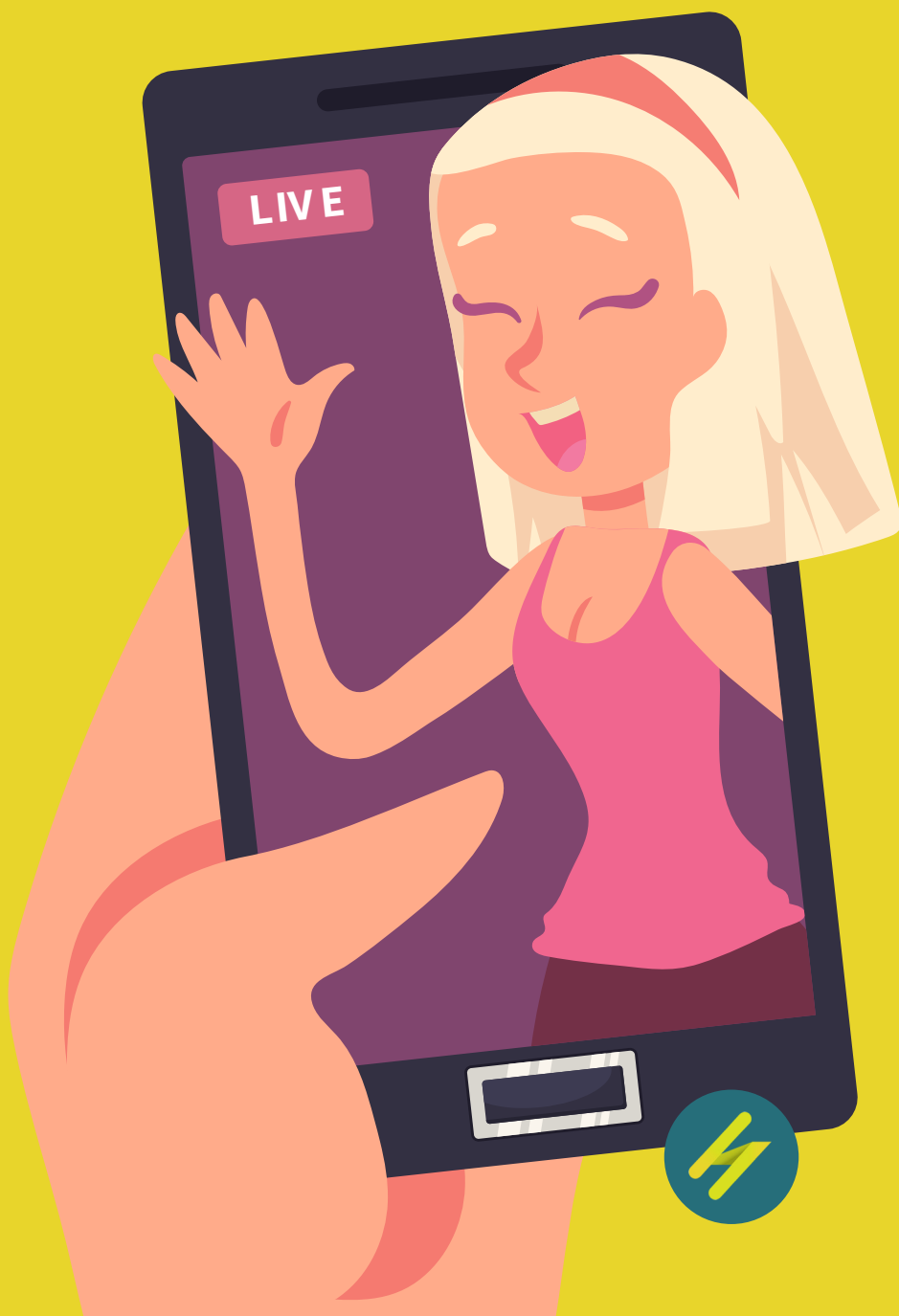
Principalmente depressão e ansiedade, as quais, em sua totalidade, são consideradas como “uma fuga do tempo presente”.





Então, viva só
o dia de hoje,
a única forma
de controlar a
ansiedade.





Viver o hoje,
de acordo com
as nossas
necessidades,
e de acordo
com as nossas
possibilidades.

A realidade,
hoje, é o
afastamento
social.



Ele é necessário para cada
pessoa e para a sociedade
como um todo.



Não é uma questão de escolha, é uma
necessidade.



O fator principal é proteção e segurança,
sua e do próximo.



Você está trabalhando em casa?
Agradeça!



Adapte-se, você tem essa possibilidade!
A realidade pode não ser a melhor, mas
acredite, é a realidade possível.





Não desanime,
não perca as
esperanças, não
reclame.



Como tudo o
que acontece,
essa realidade
vai passar.



E quando passar estaremos mais fortalecidos, mais conhecedores dos nossos limites e melhor preparados para enfrentar novas crises criando novas possibilidades.



Tenha bom ânimo e lembre-se das
três palavrinhas mágicas:



**ISSO
VAI
PASSAR**





humanittare
always efficient