

Lívia Thais Morais  
Fortaleza Ce

20.06.2023

Companheiras ajude-me que eu sozinha ando bem mais com vocês ando melhor.

Hoje foi um dia longo cheio de correria, filho doente, vizinha acamada após uma queda, hoje foi um dia difícil emocionalmente também, pois está ocorrendo o julgamento chacina do curió onde vários jovens tiveram as suas vidas ceifadas pela polícia militar, esse dia me fez ficar mais reflexiva sobre toda a minha trajetória de militância e conseguir a fundo refletir a importância desse curso dessa luta. Comecei a perguntar-me o que é auto cuidado, será que é um banho quente? tomar um chá? comecei a refletir que esta aos sábados com vocês e um momento de auto cuidado, discuti escutar falar pensar e refletir sobre espiritualidade, racismo, saúde mental tudo isso é auto cuidado. Acredito que isso somará na minha futura carreira de assistente social.