

## **Mudanças na decoração ajudam a manter astral da casa elevado**

*Em tempos de isolamento, rever itens guardados, cuidar de plantas e adotar novas cores e texturas auxiliam no bem-estar*

O conceito de 'faça você mesmo' se intensificou na decoração de interiores e na construção civil, com a ascensão de canais no YouTube e de influenciadores do segmento. Em blogs ou veículos de comunicação, dicas para decorar a casa são amplamente compartilhadas, ano após ano, acompanhando as últimas tendências. O que sempre esteve presente agora se fortalece com o afastamento social imposto pela pandemia do coronavírus.

Com a rotina de trabalho, compromissos, eventos sociais e trânsito, pouco se aproveitava dos lares. A quarentena convida as pessoas a voltarem o olhar para dentro e, com pequenas mudanças, a mudar o astral da casa. "Objetos guardados muitas vezes representam energias negativas. Outro movimento importante é o da contribuição de todas as pessoas que moram na casa: filhos ajudam a limpar, a organizar, dar ideias, os cônjuges se apoiam nas mudanças de itens e disposições. Arrumar o externo, dentro da psicologia, também é organizar e fazer contato com o interno. Dessa forma, se faz fluir a energia vital, com benefícios à convivência, beleza e saúde mental", explica a psicóloga e professora no curso de Psicologia da Universidade Positivo, Rosangela Cardoso.

De acordo com a arquiteta do Grupo A.Yoshii, Ana Paula Pimentel, o momento é ideal para rever tudo o que estava guardado e sem uso, e dar um novo visual para itens de decoração. "O 'faça você mesmo' não é muito da nossa cultura, mas vejo que a obrigatoriedade de ficar em casa pode ser o início desse comportamento em muitas pessoas. Revirar os armários, trocar as plantas de vaso, mudar as coisas de lugar e até pintar uma parede pode ser uma grande terapia", comenta.

Confira dicas da profissional para mudar o astral da casa em tempos de confinamento:

- Lojas de materiais de construção são consideradas atividades essenciais e permanecem abertas na maioria das cidades. Tomando os devidos cuidados de higiene e distanciamento, conheça novos materiais, formatos, estampas e texturas para itens como mesas de cabeceira, de centro, tapetes e vasos;
- Plantas favorecem o bem-estar e a vitalidade do ambiente. Renove a terra dos vasos, acompanhe de perto a rega, cultive temperos e complemente sua casa com mais cor e sabor;
- A casa é um refúgio e influencia a saúde emocional dos moradores, especialmente nos dias atuais. Aproveite a comodidade do e-commerce para adquirir novos itens e trabalhar a criatividade;
- Chamadas de vídeo com arquitetos ou conversas por mensagens podem, além de ser uma boa companhia, ajudar com sugestões para as mudanças na decoração, apresentando novas possibilidades.

**Grupo A.Yoshii**

Fundado em 1965, o Grupo A.Yoshii construiu mais de 2 milhões de m<sup>2</sup> do Sul ao Nordeste do Brasil, entre obras industriais, edifícios corporativos e residenciais, escolas, universidades, teatros e centros esportivos. É composto pela A.Yoshii Engenharia, com sólida atuação em construções de edifícios residenciais e comerciais de alto padrão em Londrina, Maringá e Curitiba, e acaba de expandir sua atuação para a cidade de Campinas; pela Yticon Construção e Incorporação, que realiza empreendimentos econômicos, localizados em regiões de potencial valorização em municípios do Paraná e interior de São Paulo, e pelo Instituto A.Yoshii, voltado para a inserção social e a democratização cultural. Mais informações: [www.ayoshii.com.br](http://www.ayoshii.com.br)