Witam Was. Od dzisiaj będę zamieszczała materiały dotyczące wychowania i rozwoju osobistego.

Ponawiam propozycję pomocy, którą wysłałam Wam 23.03.2020 r. przez e-dziennik.

Jeżeli ktoś z Was potrzebuje pomocy np. w nauce lub chciałby o czymś porozmawiać proszę o kontakt przez e-dziennik lub telefonicznie 501 687 453.

Zachęcam, abyście ten czas ograniczonych kontaktów wykorzystali na naukę i rozwój osobisty. Może teraz będziecie mieli więcej czasu na rozwijanie swoich pasji. W przerwie w nauce dla odprężenia zachęcam Was do obejrzenia teledysku i wsłuchania się w słowa piosenki pt. „Zostań w domu”. Może stanie się inspiracją jak wykorzystać czas, w którym nie chodzicie do szkoły. <https://www.youtube.com/watch?v=_FUy35bJufg>

Proszę, abyście rozejrzeli się też wokół siebie i sprawdzili czy ktoś starszy z rodziny lub sąsiadów nie potrzebuje Waszej pomocy np. w zrobieniu zakupów. We wszystkich swoich działaniach miejcie na uwadze bezpieczeństwo swoje i innych. Oto kilka podstawowych zasad, które powinniśmy wszyscy stosować w czasie epidemii.

<https://www.youtube.com/watch?v=iwjXGTBNxtc>

Zadbajcie również o siebie, bo koronawirus, jak się ostatnio okazało nie jest chorobą wyłącznie osób starszych, czy schorowanych. Możecie się o tym przekonać czytając doniesienia medialne oraz świadectwa rodzin zmarłych młodych osób. [https://deon.pl/swiat/21-latka-bez-innych-problemow-zdrowotnych-zmarla-na-covid-19,818901](https://deon.pl/swiat/21-latka-bez-innych-problemow-zdrowotnych-zmarla-na-covid-19%2C818901)

[https://www.medonet.pl/koronawirus/koronawirus-na-swiecie,koronawirus-nie-oszczedza-mlodych-i-dzieci,artykul,05881903.html](https://www.medonet.pl/koronawirus/koronawirus-na-swiecie%2Ckoronawirus-nie-oszczedza-mlodych-i-dzieci%2Cartykul%2C05881903.html)

Pozdrawiam Was i proszę dbajcie o bezpieczeństwo swoje i innych Marta Lewczuk