

Pozdrav vsem skupaj!

Tale dan pa naj bo za dan, ko si bila ali pa še boš, na cepljenju. Če je že mimo, ga izkoristiš v ponedeljek, 6. 4. 2020.

NARAVOSLOVNI DAN- Skrbim za svoje zdravje

Si danes že poskrbel-a za svoje zdravje?

Si pojedel/pojedla zajtrk?

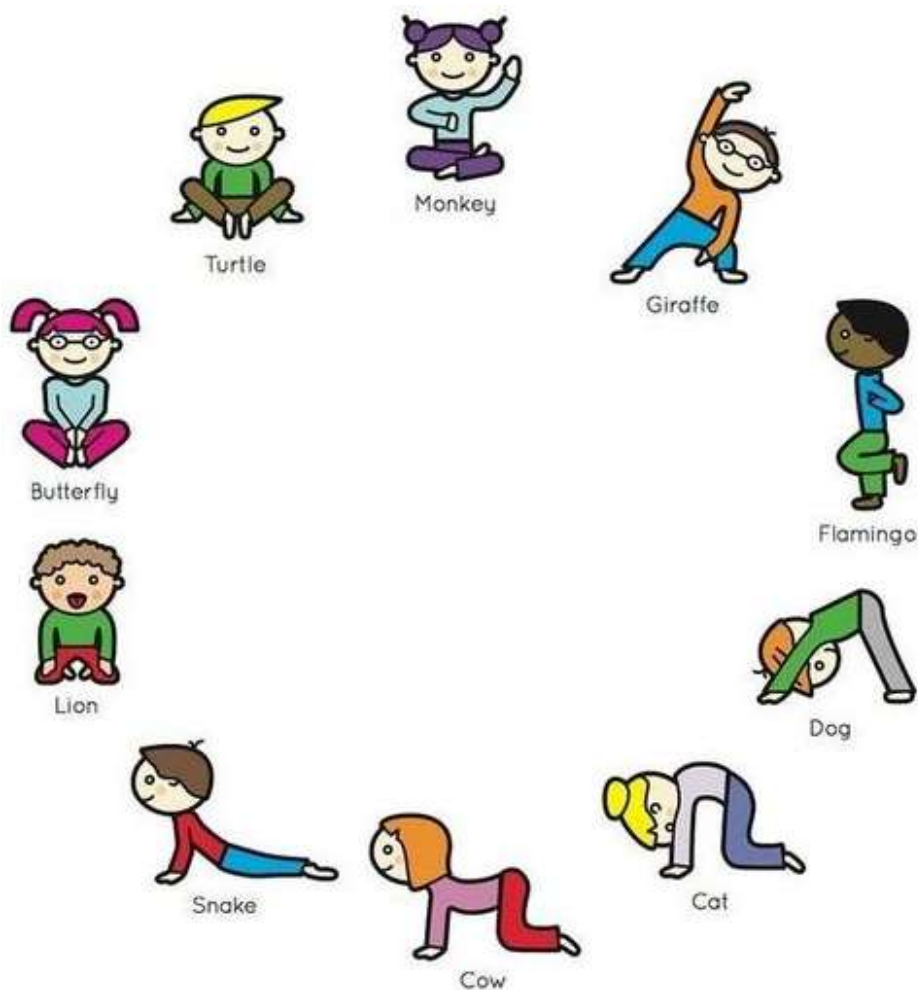
Ali si popil-a kozarec vode?

Ali si postlal-a posteljo?

Ali si se že razgibal-a?

Pri prejšnjih opravkih, ti ne morem pomagati. Prav bi bilo, da se jih lotiš, če se jih še nisi.

Pri zadnji stvari pa pomoč:



Vir: <https://nobrokcrowns.com/mindfulness-and-acceptance-based-strategies/>

Za nalogo si oglej današnji IZODROM.

Na **TV Slovenija 1** bo na sporedu ob 9.10.

Če si ga zamudil-a, ga poišči na spletu v arhivu oddaj.

Privošči si kozarec vode.

Sedaj pa pojdi na zrak, da se nadihaš svežega zraka.

Ker si se cepil-a, danes rajši malo počivaj, da si nabereš moči.

Lep pozdrav!

Učiteljica Breda Korošec