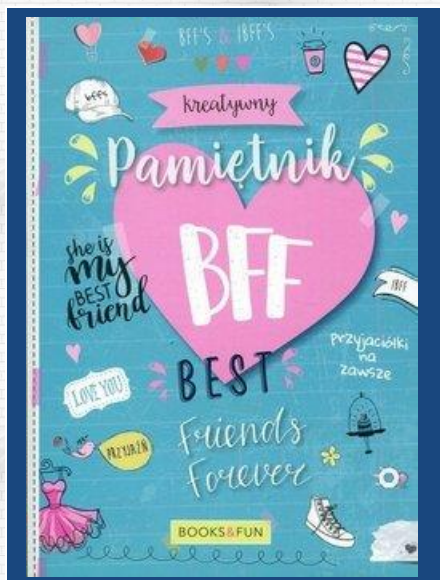




KILKA SPOSOBÓW NA KREATYWNY ODPOCZYNEK 😊



PAMIĘTNIK

Czy pisaliście kiedyś pamiętnik?

Jeśli tak, to odszukajcie go, przeczytajcie stare wpisy, to

świetnie relaksuje!

A jeśli nie macz pamiętnika?

Toooo...

może czas go założyć? 😊

Pomyśl o tym.



ZDJĘCIA

A może masz w domu albumy ze zdjęciami, jak byłeś jeszcze malutkim dzieckiem?

Usiądź z rodzicami lub rodzeństwem i obejrzyjcie wspólnie Wasze zdjęcia z czasów, kiedy pojęcia obowiązków i odrabiania prac domowych nie istniały. 😊



KSIĄŻKI/EBOOKI /AUDIOBOOKI



A może już dawno nie czytałeś książki, która mogłaby Cię zainteresować?

I nie, nie, absolutnie nie myślę tutaj o lekturach. 😊

Poszukaj darmowych ebook-ów lub audiobook-ów w sieci. Ja podrzucam kilka stron.

A nuż coś Cię zainteresuje. 😊

<https://www.elfibajka.pl/audiobook.html>

<https://poradzimy24.pl/audiobooki-dla-dzieci-za-darmo/>

<http://bookini.pl/>

<https://woblink.com/>

<https://wolnelektury.pl/>

<https://www.empik.com/czas-w-domu>



shutterstock.com • 1315841180

SPORT I TANIEC

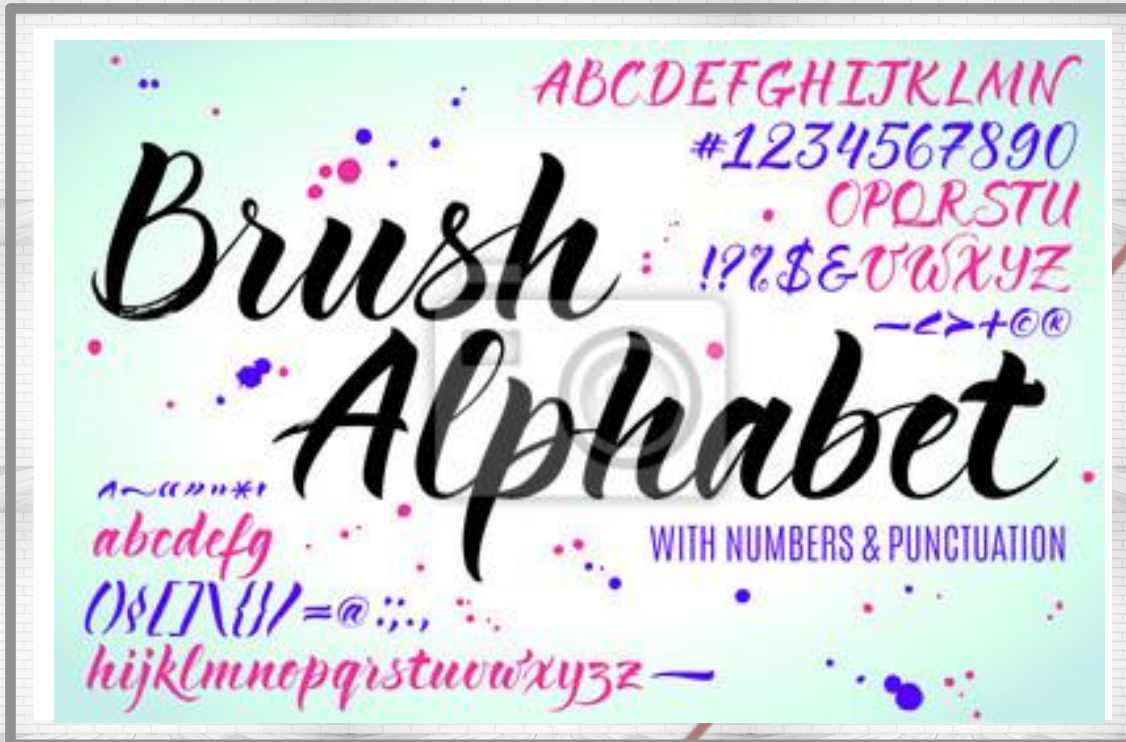
**Jeśli masz dzisiaj dużo
wewnętrznej energii,
spróbuj odrobinę
poćwiczyć, a może nawet
zatańczyć?**

**To na pewno nie będzie
stracony czas! 😊**



<https://www.poprawna-optimistka.pl/>

Brush lettering



A może by tak spróbować czegoś zupełnie nowego?

Czy słyszeliście o Brush letteringu?

To zajrzyj w link i baw się dobrze. 😊

HAFT

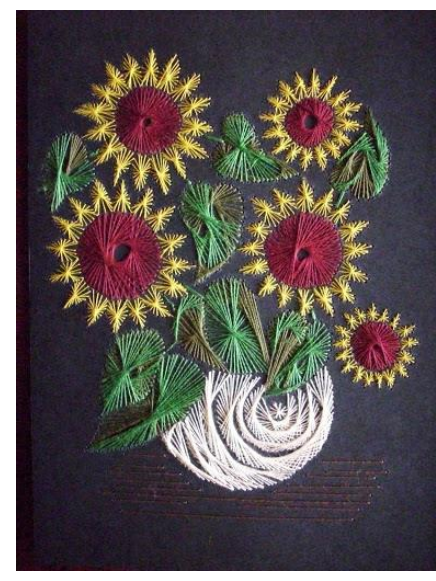
Haftowały nasze
babcie, prawda?

Kto powiedział, że my
nie moglibyśmy się
nauczyć? 😊

Tak więc spróbujmy
razem z naszym
pomocnikiem
internetem
i wykorzystajmy go do
nabycia nowych
umiejętności. 😊

<https://szkolahaftu.pl/>

<https://michalinamruczek.pl/>



GRY PLANSZOWE



Może razem z rodziną zorganizujesz wieczór gier planszowych?

To świetnie zbliża i pozytywnie nastraja. 😊

Wrzucam link do nagranych instrukcji kilku gier planszowych wydawnictwa Nasza Księgarnia, nie trzeba będzie czytać. 😊



<http://gry.nk.com.pl/category/instrukcje-wideo/>

PLANOWANIE

Ciągle nie wiesz, jak zorganizować sobie swój czas w domu?

Po prostu go zaplanuj! 😊

A wiadomo nie od dziś, że planowanie jest dużo efektywniejsze, gdy masz przed sobą estetyczny i nietuzinkowy planer (w linku możesz pobrać go zupełnie za darmo).

Samo planowanie zajmie Ci głowę na dobrą chwilę, a cały plan będzie dużo przyjemniejszy do zrealizowania. 😊



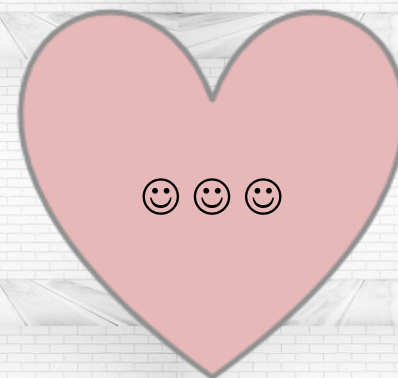
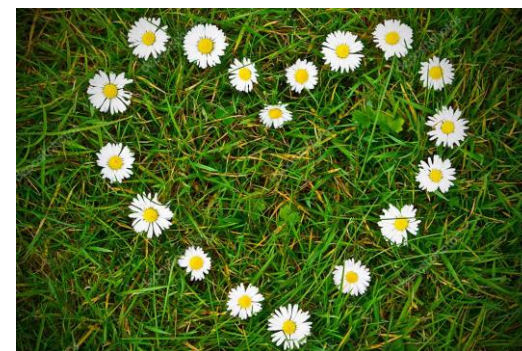
LISTA WDZIĘCZNOŚCI

Czy kiedykolwiek zastanawiałeś się,
za co możesz być wdzięczny? Sobie?
Rodzicom? Rodzeństwu?

Spróbuj stworzyć swoją listę
wdzięczności.

To pomaga spojrzeć na naszą
codzienną z zupełnie innej
perspektywy. 😊

Tyle rzeczy chcemy mieć, a tyle
przecież już mamy! 😊



RYSUNEK



Rysunek uznawany jest, jako najbardziej naturalna forma ekspresji.

To może warto wyjąć ołówek, farby lub kredki i spróbować poczuć się artystą? 😊



Jeśli odkryjesz, że chcesz zgłębić swoją wiedzę w tym zakresie, to zajrzyj do linku niżej, na kurs rysunku online. 😊

Mam nadzieję, że podzielicie się ze mną swoimi metodami na wolne chwile. 😊



Pomysłów na kreatywne spędzenie czasu lub przegonienie nudy zapewne znacie więcej ode mnie.

Przedstawiłam Wam tylko kilka propozycji, które mogą Was natchnąć do działania lub pomogą Wam odkryć swoje niezgłębione dotąd talenty.

*Pozdrawiam,
Wasz psycholog szkolny 😊*