

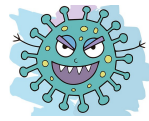
Hola nois i noies de tercer!!

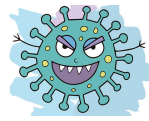
Com aneu? Us trobo a faltar!

Us preguntareu perquè us escric aquesta carta. No és per posar-vos més deures...no!!

La veritat és que l'últim dia va anar tot molt de pressa i no va donar temps de parlar amb tranquil·litat. Tothom estava nerviós i neguitós. Ens havien comunicat que l'escola s'havia de tancar per l'alerta sanitària. Vam repartir uns deures i vam poder estar una mica al pati... i ja! Cap a casa!!.

Em vaig quedar amb ganes que vosaltres poguéssiu explicar les vostres impressions.



Ja vam estar parlant a classe d'aquest , que està perjudicant tant, sobretot a les persones grans i/o amb algunes malalties cròniques. Com es prodria transmetre i què hem de fer per prevenir el contagi. Ara estic segura que les vostres famílies ja us han explicat les raons del perquè ens hem de quedar a casa tots.

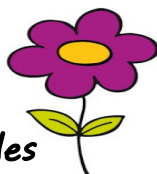
Sé que és difícil estar tot el dia a casa. Que al començament és divertit... jugant sense parar amb la "consola". Però sabeu que després, també cansa fer sempre el mateix. No és divertit.

Quan us trobeu nerviosos recordeu el que fem a classe: tanquem els llums, posem música d'aigua (la trobareu a google), tanquem els ulls i respirem una mica per relaxar-nos. Penseu en l'aigua que escolteu, només en l'aigua. Convideu a la resta de la família a fer-ho. Expliqueu vosaltres com ho han de fer i recordeu de comprovar el batec del cor. Anirà baixant.

Si necessiteu alguna cosa sabeu que podeu contactar amb l'escola a través del correu electrònic. M'ho faran arribar.

Des de casa meva us envio un sac enorme ple d'ànims, de paciència, de ganes de fer coses i també una bosseta amb una mica d'energia. Perquè d'això, sé que ja teniu prou.

Una forta abraçada!



Lourdes