

DOBRE SŁOWO NA DZIŚ: ZOSTAJĘ W DOMU !



Chronić siebie – chronimy swoich bliskich – chronimy innych – chronimy nasz świat!

Zostaję w domu!

Każdy z nas, bez względu na wiek, potrzebuje aktywności i swobody, którą reguluje sobie w zależności od zapotrzebowania. Ograniczanie tego z innych powodów sprawia, że nie czujemy się z tym komfortowo. Mimo, że czas adaptacji do nowej sytuacji nie jest pozbawiony niepewności, zachwiania poczucia bezpieczeństwa i lęku – to z pewnością **MAMY WPLYW NA NASZE EMOCJE**. To od nas zależy, jak reagujemy na to co słyszymy i widzimy. Czas pandemii sprawił, że zmieniamy codzienne rytuały i przyzwyczajenia.

Jest to jednak niezbędny czas, aby dokonując te zmiany i dostosowując się profilaktycznie do wszystkich zaleceń – przyczynić się do zmniejszenia ryzyka rozpowszechniania się wirusa.

Poczucie, że robimy coś dobrego dla siebie, naszych bliskich i innych ludzi pozwala nam podejść do tego, jak do **BARDZO WAŻNEGO WYZWANIA**. Otaczająca nas rzeczywistość wyzwoliła także ogromną dawkę dowodu empatii. Mnóstwo ludzi pomaga innym w bardzo różnorodny sposób.