

Secretaria de educação lança espaço destinado às famílias

Categoria: Educação, Cultura e Esportes

Data de Publicação: 12 de maio de 2020

Lançado nesta semana na plataforma Aprende Mais Veranópolis, o projeto Reinvente-se: dicas de bem-estar é um espaço destinados aos pais, famílias e professores, onde serão postadas atividades de relaxamento, meditação e reflexão, por meio de dicas, vídeos e atividades. O objetivo é de contribuir com uma melhor relação pessoal, familiar e comunitária. O distanciamento social, neste período de pandemia pelo COVID-19, tem gerado diferentes reações emocionais nas crianças e adultos. Por isso, nesse momento, é muito importante que as pessoas consigam se sentir pertencentes a uma rede de afetos. O mais importante é diminuir o ritmo e olhar para dentro de si. O que para você faz sentido, ou não, nesse período? Estudar, produzir, descobrir novas habilidades? Relaxar, descansar, observar o pôr do sol? O resguardo causado pelo distanciamento convida à introspecção, então é preciso aproveitar para desacelerar, imaginar, sonhar e usar estratégias criativas de conforto emocional. Conheça o projeto:
<https://sites.google.com/view/aprendemaisveranopolis/reinvente-se/>