



CoVIDAprendiendo

De nuevo tenemos todas las aulas abiertas.

Son muy pocos los alumnos en cuarentena por contacto con positivos. A todos ellos y sus familias nuestra fuerza y cariño.

Seguimos diciendo: ¡GRACIAS A TODOS! por vuestra constancia y responsabilidad.

¡JUNTOS SOMOS FUERTES!

#YoMeVacuno





Una cosa más...



FATIGA PANDÉMICA

Según la OMS, el 60% de la población la está sufriendo. El confinamiento, el miedo al contagio, la pérdida de seres queridos, de trabajo... está agotando a las personas.

SÍNTOMAS

Agotamiento, apatía, preocupación, falta de sueño, pérdida de apetito, falta de concentración

5 RECOMENDACIONES

1. Llevar una alimentación saludable y practicar deporte
2. Limitar el consumo de noticias de la pandemia
3. Mantener el contacto con familiares
4. Poner nombre a los sentimientos
5. Crear nuevos hábitos saludables