



SEMANA DO 18 AO 24 DE MAIO

**PROGRAMA EDUCANDO
EN VALORES**

RELAXACIÓN CORPORAL

NAIARA GONZÁLEZ FONTENLA

Ola! Como estás? desexo que te atopas ben. Antes de nada quería animarte a que podas comentarme que tal che foi coas actividades da semana pasada. Animácheche a facer o reto? Pudeches atopar esas cousas que estás sacando de positivo a toda esta situación? Se aínda non o fixeches propóñoche que o fagas esta semana. Imos ampliar unha semaniña máis antes de publicar nas redes as vosas achegas. Tan só terías que comentarnos que tres cousas do reto estás a facer ti ou coa túa familia para mellorar a túa saúde. Recorda que tes dispoñible as actividades sempre na páxina web do Concello de Carral.

Polo que sei dalgúns/nhas de vós, estades algo agobiados/as coas tarefas de clase, polo que esta semana envíovos un audio cunha relaxación que poderedes facer en calquer momento que o precisedes

Podes atopar a relaxación pinchando aquí



Recorda que o meu correo é:
educandoenvalorescarral@gmail.com