

# Radzimy sobie z emocjami!

☐☐Z przyjemnością informujemy, że dzisiaj odbyła się bardzo pozytywna i pouczająca lekcja z naszym psychologiem

na temat **radzenia sobie z emocjami**. ☺

Dzieci miały okazję porozmawiać o swoich uczuciach i sposobach radzenia sobie z nimi. Na zakończenie zajęć wszyscy uczestnicy wykonali gniotki antystresowe z balonów

i mąki, co okazało się być świetną zabawą i skutecznym sposobem na rozładowanie napięcia.

Śmiechu było co nie miara ☐.