



Feliz 2015 para todos!

Que seja um ano de muita alegria, saúde e desafios para nos manter ativos.

Enquanto as aulas não recomeçam, aproveitemos para descansar e nos preparar para enfrentar o resto do ano. Recarregar as baterias é fundamental. Aqui vão algumas dicas:

- Vá ao cinema, ao teatro, aos parques, museus, zoológicos e outros locais de visitaçã;o;
- Escolha um livro e inicie sua leitura. Não julgue o livro só pela capa; leia pelo menos 1/3 dele antes de concluir se está valendo a pena ou não;
- Navegue na internet para ouvir as músicas e assistir seus clips preferidos no Youtube. Se você gosta de outras coisas além de músicas e clips, experimente pesquisar sobre os filmes, documentários e séries que também estão disponíveis lá;
- Faça algo diferente! Já plantou uma árvore? Você cuida das plantas na sua casa? Já experimentou arrumar seu quarto e jogar fora as coisas velhas, arrumar as novas e

redecorá-lo? Há uma infinidade de coisas novas e divertidas que você pode fazer mesmo em sua própria casa;

- Comece a preparar seu material escolar;

- Visite os amigos. Sim, vá a casa deles e convide-os para virem na sua;

- Durma bem, bastante e, de preferência, no horário normal. Não é porque você está em férias que por isso precisa dormir mal, ficar estressado e ainda mais cansado, não é mesmo?

- Coma bem! Experimente fazer você mesmo um prato diferente. Faça um bolo, uma sobremesa, uma receita nova.

Daqui a pouco as aulas recomeçarão e vamos desejar rapidamente a chegada de novas férias. Então aproveite agora que você está em férias e seja feliz!

Nos vemos no início das aulas. Até lá!