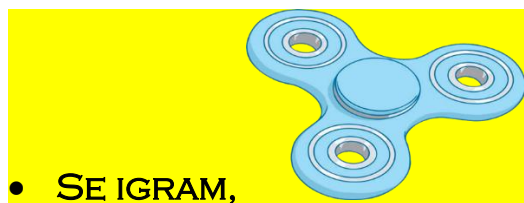


POZDRAVLJEN DRAGI UČENEC/UČENKA,

VČASIH NAS IZ TAKŠNIH ALI DRUGAČNIH RAZLOGOV MUČI ZASKRBLJENOST. VSAKOMUR SE KDAJ PA KDAJ ZGODI, DA JE ZASKRBLJEN BODISI ZARADI ŠOLSKIH, DRUŽINSKIH ALI DRUGIH STVARI. NIČ ZA TO. PRIPRAVILI SMO NEKAJ IDEJ, KAKO LAHKO ZASKRBLJENOST PREMAGAŠ. ZMERAJ PA SE LAHKO V PRIMERU ZASKRBLJENOSTI IN TEŽAV OBRNEŠ NA ŠOLSKO SVETOVALNO SLUŽBO.

KAJ LAHKO NAREDIM, KO SEM ZASKRBLJEN/-A:



- GREM NA SPREHOD V NARAVO,



- TELOVADIM,



- NAREDIM NAČRT,



- SE S KOM OD ODRASLIH POGOVORIM,



- GLOBOKO DIHAM.

