

Semana de Bienestar

Los Astronautas Afilan la Sierra Hábito 7



Durante la semana del 9 al 13 de noviembre, la Primaria McWhirter participará en actividades de Afilar la Sierra y de autocuidado. Nos vestiremos de distintas maneras y tendremos diferentes actividades en el aula que se enfocan en el auto cuidado y la importancia del mismo.

Estas son las actividades que se llevarán a cabo:

¡A Relajarse el lunes! - Lleva puesta tu pijama favorita - Técnicas de relajación.

Martes de ejercicio– Viste ropa de ejercicio - Técnicas de yoga y bienestar.

Agradece a un veterano el miércoles- Lleva puesto rojo, blanco y azul.

Jueves agradecido– Escribe una nota de agradecimiento (tarjeta TRRFCC) a los miembros del personal de la escuela o estudiante – Viste una camiseta del Día de Acción de Gracias o del otoño.

Siéntete bien el viernes – Lleva puesta tu camiseta de McWhirter con pantalones/pantalones cortos de ejercicio.

