

Valdemoro 27 de febrero de 2020

*Estimadas familias,*

*Estamos encantadas de invitaros al taller de "Relajación y vuelta a la calma".*

*Este taller lo realizaremos el día 6 de marzo 6ºA y 6ºC y el día 13 de marzo 6ºB y 6ºD a las 15.30 h. Os esperamos en el hall de administración.*

*El taller consistirá en realizar actividades que nos activen para después poder hacer una relajación y vuelta a la calma tomando conciencia del control de nuestro propio cuerpo en situaciones de estrés. Esta técnica se puede utilizar en cualquier momento de nuestra vida cotidiana.*

*Os pedimos que para poder organizarnos nos confirméis por agenda o comunicado de Alexia vuestra asistencia.*

*Como siempre, os agradecemos vuestra colaboración y quedamos disponibles para resolver cualquier duda sobre este taller.*

*Un cordial saludo*

*Tutoras de 6º*