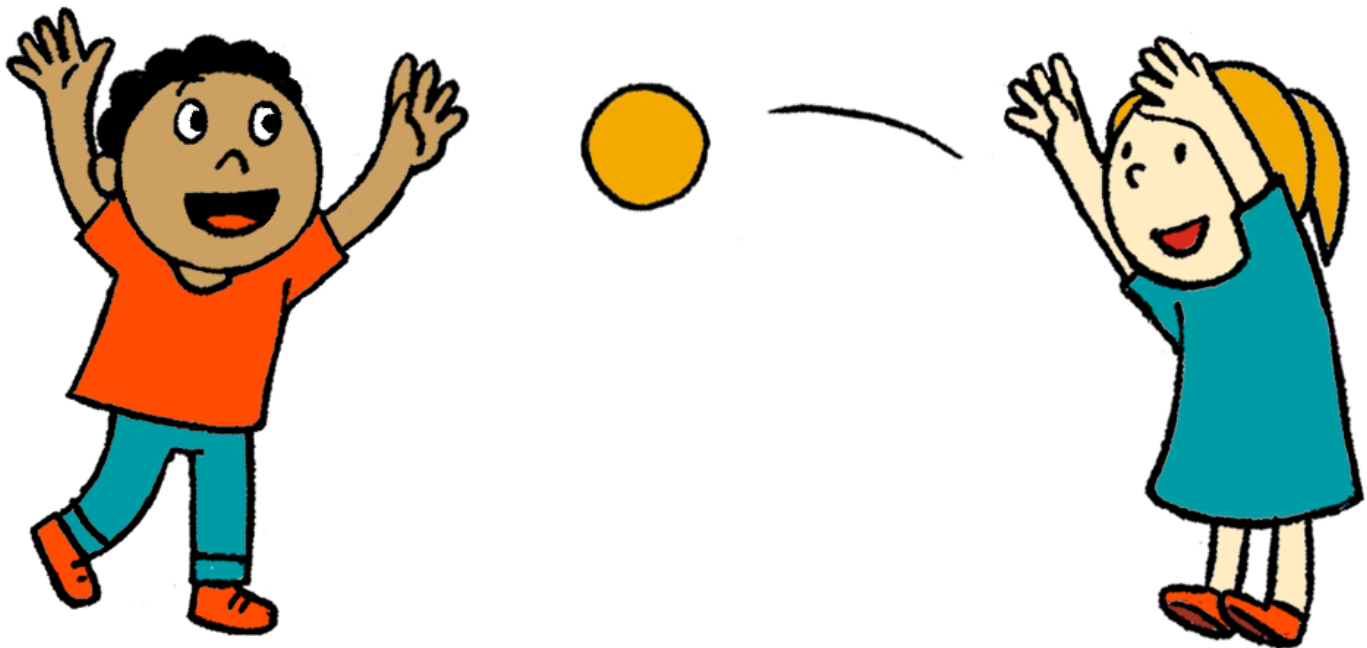


NUK JENI TË SIGURT SE SI NDIHENI
PËR KTHIMIN NË ÇERDHE/SHKOLLË?



Është me rëndësi të fokusoheni
tek gjërat më pozitive!



**Save the
Children**



Fillo një qyp me brenga – kjo ju ndihmon në adresimin e secilës brengë një nga një

KUJTONI SUPËRFUQINË TUAJ!



Vazhdoni ti lani duart me sapun dhe ujë dhe duke e mbuluar gojën dhe hundën kur kollitëni apo teshtini. Bëhuni të sjellshëm dhe ndihmoni njëri tjetrin për ti respektuar rregullat e IKSHP.



**Save the
Children**



Kujto një kohë kur keni qenë shumë të guximshëm!



Merr frymë thellë. Numëroni deri në 10 dhe lëshoni frymën.



Relaksohu. Lini duart, krahët dhe qafën që të relaksohen duke lënë anash çdo brengë.