

Što raditi u vrijeme socijalne izolacije?

Brošuru osmisnila:

Lara Štavlić 3.h

Tekstove prilagodila:

Lucija Bonić, 3.h

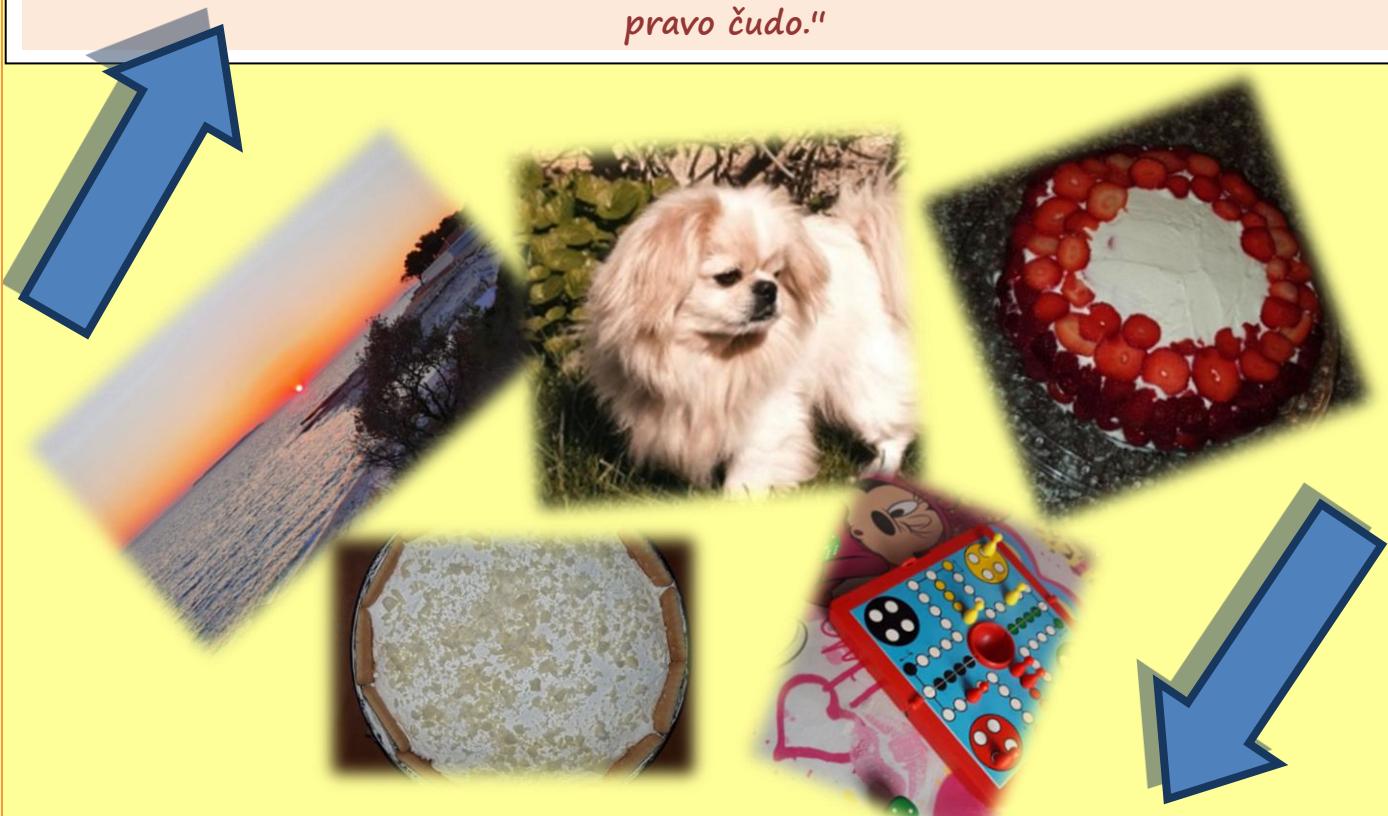
*Ovih dana, opća je
preporuka ostati kod
kuće kako bi se
smanjilo izlaganje
virusu i spriječile
daljnje zaraze.*



*U ovim trenutcima najvažnije je ispuniti dan kreativnim,
korisnim i na koncu zanimljivim stvarima zbog kojih ćemo
zaboraviti da smo u izolaciji.*

*Kako to čine učenici Srednje škole Ambroza Haračića iz Malog
Lošinja pogledajte na sljedećim stranicama.*

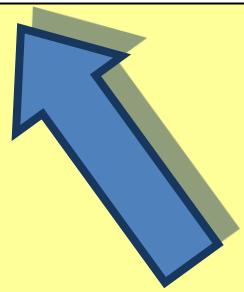
"Ono što mene usrećuje u ovim izazovnim vremenima je to što možemo barem malo dulje ostati u krevetu, imam više vremena za otkrivanje nove glazbe, čitanje knjiga (ne lektira naravno), izlazak novog albuma najdražeg benda. Možemo se više družiti s ukućanima, početi neki novi hobi (pisanje, čitanje, crtanje, vježbanje, uređivanje vrta, kopanje i sadnja, puzzle s obitelji...). Imamo priliku opet pogledati najdražu seriju i film, ili odgledati neki novi. Ja volim pisati/crtati u bilježnici poput dnevnika, igrati se sa psom, slušati glazbu, pomagati i družiti se s nonom (bakom), čujem se sa nekim prijateljima preko društvenih mreža pa si podijelimo doživljaje ovog oblika škole, podijelimo si osjećaje i pričamo o tome što radimo da se opustimo malo. Vratila sam se starom hobiju; nastavila sam učiti svirati gitaru. Zovem brata ponekad, da ga pitam kako je pošto smo udaljeni. Čistim i naučila sam kako uživati u tome, što je pravo čudo."



„Društvo nas gradi, navikli smo biti u zajednici, okolina nas spaja na razne načine. Pojavom ovakvog oblika života, provodimo više vremena s ukućanima. Druženje i razgovor s najbližima postala je navika, što je najbolji dio cijele izolacije. Upoznajemo se i rješavamo probleme zajedno. Znamo da smo si međusobno jedino društvo i ponašamo se u skladu s tom situacijom. Shvaćamo pomalo koliko su zaista bitni prijatelji i obitelj. Pomažemo si u kućnim poslovima, igramo igre, pjevamo i plešemo. Postajemo bliži jedni drugima i dajemo sreći priliku da uđe u naše domove.“

"Provodim vrijeme tako što crtam, učim, spavam i jedem.

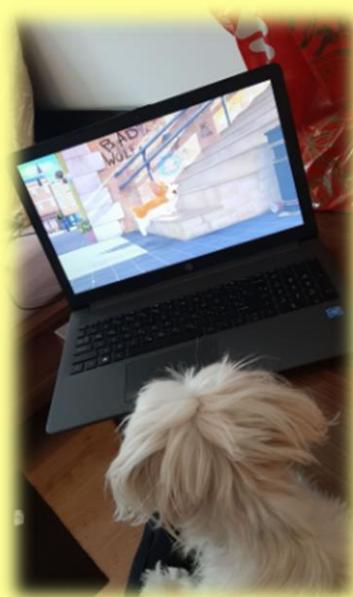
Ovo su crteži nastali u izolaciji "



Drugi su upotrebjavali boje ...



Različiti smo i svatko ima svoje izvore sreće u ovim izazovnim vremenima. S obzirom da smo inače puni obaveza i nemamo vremena za sebe, ovo je savršeni trenutak da promijenimo situaciju. Osim ljenčarenja i spavanja, postoji mnoštvo korisnih i zanimljivih stvari na koje se možemo osvrnuti. Možda je kasno za pronašetak novog hobija, no zašto se ne bismo potrudili oko trenutnog i usavršili ga? Internet je prepun društvenih mreža preko kojih možemo svašta vidjeti, čuti i naučiti. Sviranje novog instrumenta na omiljenu pjesmu zvuči odlično! Vaš ljubimac je sretan jer ste napokon kući svi zajedno, probajte neki novi trik (iako je i samo loptica dovoljna). Posvetite si vrijeme za čitanje knjige ili gledanje omiljene serije. Isto tako, možemo se složiti da u vrtu uvijek ima posla, zabavite se sadnjom. Ljeto je blizu... bacite se u formu treninzima, nije potrebno puno mesta i stoga nema izgovora ovaj put! Teško je biti umjetnik, ali pokoji crtež/fotografija za opuštanje dobro dođe. Nemojmo zanemariti edukaciju i školske zadaće, one su ipak prioritet.



" U ovoj izolaciji se pokušavam što više posvetiti stvarima za koje prije nisam imala vremena. Ali također i volim uživat u svojem slobodnom vremenu. Svoje slobodno vrijeme provodim čitajući, gledajući serije i filmove, vježbajući... Ja bi drugima predložila da nakon što riješe sve za školu (za taj dan) da rade nešto što vole ili nešto što dugo nisu radili ."



"Mislim da je dobro u izolaciji to što sada možemo dodatno poraditi na sebi. Možemo se također baviti nekim svojim hobijima, kao što su: crtanje, pjevanje, šminkanje, itd..."

U ovoj izolaciji možemo također naučiti da se svi moramo držati određenih pravila kako bismo sve ovo lakše prebrodili. Znam da nam je svima jako teško, ali ako smo u ovome zajedno brže ćemo i lakše to prebroditi."

"*U početku je sve bilo nekako čudno. Odjednom je nastao višak vremena koji je stvorio novi "stil" života. Puno vremena provodim sa svojim obitelji. Popodne (ako nemam puno školskih obaveza) družimo se na dvorištu, radimo u vrtu, čistimo... Najviše mi pomaže naše zajedništvo i smatram da je pozitivna stvar ove "karantene" prilika za bolje upoznavanje sebe i svojih ukućana.*"





Stare navike će se uskoro vratiti, razmislimo o svojim postupcima i obavezama. Težimo li promjenama u tom užurbanom načinu života? Usmjerimo se na planiranje budućnosti, pronašlasku vlastitog identiteta i usredotočimo se na vedre misli. Naglasak je na samopoštovanju i iskrenim osjećajima. Poradimo na svojim problemima, pokušajmo ih riješiti. Vrijeme je da uredimo svoju osobnost i vanjske karakteristike kojima nismo zadovoljni. Nemojmo gledati u prošlost, sve se poboljšava. Vjerom u sebe i brigom za druge idemo ka napretku. Nema mjesta strahu, prebrodit ćemo to zajedno.

Pozdrav, Lara

