

COVID – 19 trochu inak

Máme tu čas byť s rodinou, tráviť spoločné momenty, ktoré nám v tejto uponáhľanej dobe utekajú medzi prstami. Máme čas byť kreatívni , vytiahnuť štetec, šachy, či inú spoločenskú hru. Máme čas vytiahnuť knihu, či šijací stroj a ušiť pre rodinu hoci aj ochranné rúška. Čas na rozhovory.

Je doba prebratia zodpovednosti za seba a za svojich blízkych. Uvedomenia si, ako nám vlastne záleží na svojom okolí a ako okoliu záleží na nás. Uvedomenia si hodnoty zdravia.

Toto náročné obdobie iba začína. Všetky opatrenia, ktoré sa robia je hra o čas. Náš osobný prístup ukáže mnohé. Stres a panika imunitu oslabujú a práve zvyšovanie imunity v spojení so správnou hygienou a dodržiavaním preventívnych opatrení je našou jedinou šancou, ako to zvládnuť.

Priatelia, prajem vám veľa zdravia a zodpovednosti vášho okolia.

Tak to vidím ja.

