Czas, który obecnie spędzamy w domach jest oczywiście dla nas czasem nauki i powtarzania materiału szkolnego. Ale przecież nie jesteśmy w stanie robić tego całymi dniami! W zależności od wieku mamy mniej lub więcej czasu wolnego, który możemy wykorzystać w bardzo ciekawy sposób. Chciałabym przedstawić w tym artykule kilka pomysłów na to, co zrobić w momencie TOTALNEJ NUDY.

* Kwarantanna może być odpowiednim czasem, aby zanurzyć się w lekturze. Zapewne każdy z nas ma w domu jakąś małą biblioteczkę. Najwyższa pora poszperać trochę i znaleźć coś odpowiedniego dla siebie. A jeśli się nie uda to zawsze można czytać online.
* Cieszmy się z czasu spędzonego z rodziną. Nie często trafia się okazja na wspólne oglądanie filmu, czy granie w planszówki lub karty. Obecnie może to być najlepsza okazja na odpoczynek i integrację z domownikami.
* Poszukajmy starych zdjęć lub filmów np. kaseta z wesela rodziców i obejrzyjmy je wspólnie z rodziną. Możemy razem powspominać przeróżne wyjazdy i święta. Jeżeli mieszkamy z dziadkami to zawsze można poprosić ich opowiedzenie jakiejś ciekawej historii.
* To również idealny moment na dodatkową naukę języków obcych, które są tak ważne w obecnym świecie. Jeśli chcemy podróżować, poznawać nowych przyjaciół za granicą to powinniśmy chociaż znać chociaż podstawy! A może warto wiedzieć trochę więcej lub zacząć naukę nowego języka.
* Powiedzenie: ,, Jesteś tym co jesz” jest znane chyba wszystkim. Zastanówmy się więc nad tym, czy nasza dieta zawiera dostateczną ilość owoców i warzyw lub jak często podjadamy przeróżne słodycze. Spędzając długie godziny w domu możemy poszukać przepisów na przepyszne i przede wszystkim zdrowe posiłki i poczuć się jak prawdziwy kucharz, zachowując oczywiście wszelkie środki ostrożności.
* Większość z Nas może się pochwalić całkiem dużym podwórkiem. Wyjdźmy, więc na nie od czasu do czasu i pooddychajmy świeżym powietrzem. Zadbajmy też w ten sposób o swoją kondycję fizyczną. Aktywność fizyczna jest niestety trochę ograniczona, ale zawsze możemy chociażby zbudować prowizoryczne boisko i pokopać piłkę z rodzeństwem.