

MISURE DA ADOTTARE
DURANTE LA CRISI PANDEMICA

COSÌ CI PROTEGGIAMO SPIRITUALMENTE



Accettare ciò che
non possiamo
cambiare



Non abbandonare
la routine e
rimanere calmi



Meglio poche notizie
verificate che una
valanga di fake news



Rallentare i ritmi e
cercare momenti di
pausa



Essere generosi,
aiutare e mediare
in caso di conflitti



Mantenere buoni
rapporti sociali