

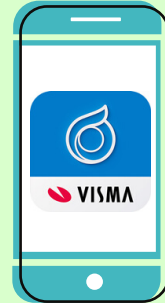
1. AAMURUTIINIT

Herää ajoissa.
Peseydy ja pukeudu.
Syö aamupala.



2. KOULUTEHTÄVÄT

Katso päivän tehtävät WhatsApista tai Wilmasta.
Suunnittele oma opiskelupäiväsi.
Aloita päivän koulutehtävät.



3. MUISTA PITÄÄ TAUKOJA

Käy kävelemässä ulkona.
Syö jotain pientä.
Jumppaa.



Taukojumppavinkkejä täältä!

4. ET OLE LOMALLA

Opiskelet nyt kotona samoja asioita
kuin normaalisti koulussa.
Ole ahkera ja vastuullinen.



Opiskelutekniikkavinkkejä täältä!

5. OPETTAJA AUTTAA

Opettajat ovat myös etätöissä, eli he auttavat sinua kotona.
Muista pyytää apua jos et ymmärrä jotain!



6. VAPAA-AIKA

Kun päivän koulutyöt on tehty, alkaa vapaa-aika.
Tee asioita, joista sinulle tulee hyvä olo ja hyvä mieli.
Muista syödä hyvin, liikkua ja nukkua riittävästi.

