Plean do Rang 5 agus Rang 6 17/06/2020 -24/06/2020

**Dialann ‘Well-Being’**

<https://www.otb.ie/wp-content/uploads/2020/04/At-Home-with-Weaving-Well-being-A-Mental-Health-Journal-for-Kids.pdf>

* Being Brave lch 17 & 18

 

**Teicnící Chun Do Scíth a Ligean/Ways to Relax**. 

Ag Éisteacht leis an nGaoth- PDST Primary Health and Well-Being

<https://soundcloud.com/user-547419318/ag-eisteacht-leis-an-ngaoth-emma>

Mindfulness with Paula

[https://drive.google.com/file/d/1tBtfxRqK5IV516HuQtHOPsqkjquGcRCh/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1tBtfxRqK5IV516HuQtHOPsqkjquGcRCh/view?usp=sharing%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20)