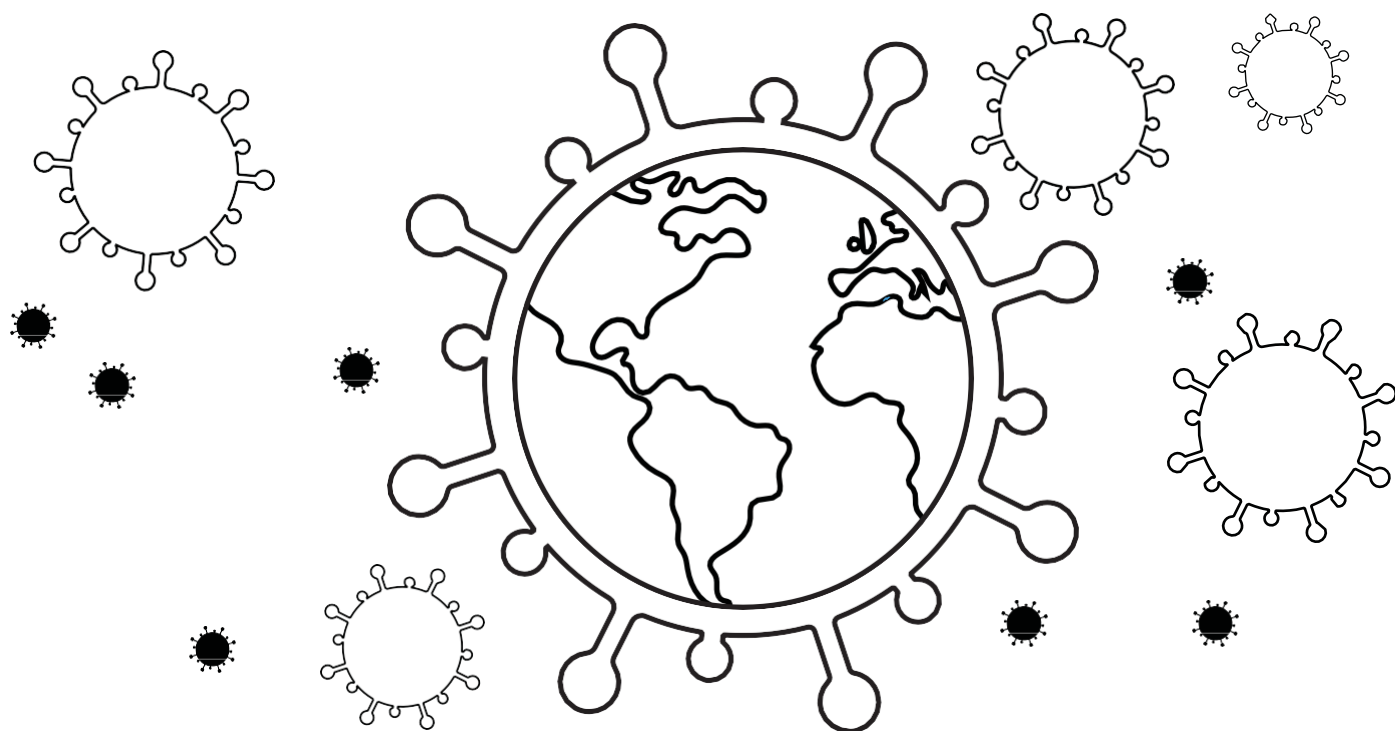


MOJA 2020 COVID-19

KAPSUŁA CZASU

WERSJA DLA DOROSŁYCH



Autor:

ŻYJESZ TERAZ W CZASACH O HISTORYCZNYM ZNACZENIU

POŚWIĘĆ CHWILKĘ NA WYPEŁNIENIE TYCH STRON, ABYŚ TY Z PRZYSZŁOŚCI, MÓGŁ SPOJRZEĆ W PRZESZŁOŚĆ. OTO NIEKTÓRE POMYSŁY NA TO, CO ZAMIEŚCIĆ:

- AKTUALNE ZDJĘCIA
- ZAPISKI CODZIENNE

- WYCINEK LUB STRONA Z LOKALNEJ GAZETY
- SZCZEGÓLNE WSPOMNIENIA

OSTATNI DZIEŃ

DATA _____

WKLEJ TU ZDJĘCIE W
ROZMIARZE 9X13
PRZEDSTAWIAJĄCE CIEBIE
W PIERWSZYM DNIU
IZOLACJI SPOŁECZNEJ

PIERWSZY DZIEŃ

DATA _____

WKLEJ TU ZDJĘCIE W
ROZMIARZE 3X13
PRZEDSTAWIAJĄCE
CIEBIE W OSTATNIM
DNIU IZOLACJI

♡ ♡ WSZYSTKO O MNIE ♡ ♡

DZISIEJSZA DATA:

MOJE ULUBIONE

KOLOR: _____

POTRAWA: _____

PROGRAM: _____

FILM: _____

KSIAŻKA: _____

ZAJĘCIE: _____

MIEJSCE: _____

PIOSENKA: _____

ZWIERZĘ: _____

OSOBA: _____

APP: _____

POWÓD BYCIA W DOMU:

JA MAM

lat

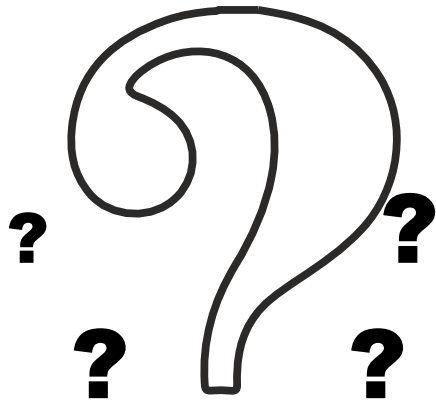
JA MIERZĘ

centymetrów

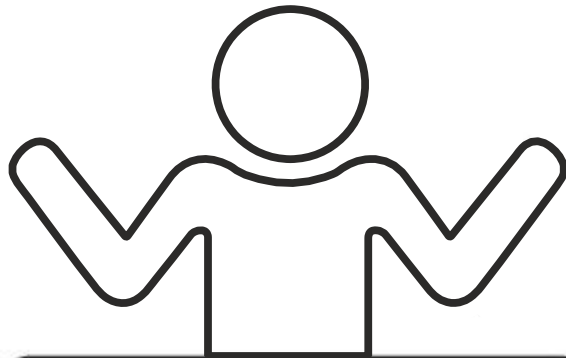
JA WAŻĘ

kilogramów

JAK SIĘ CZUJĘ



SŁOWA OPISUJĄCE JAK SIĘ CZUJĘ:



NAJWAŻNIEJSZY CEL NA PRZYSZŁOŚĆ:

CZEGO NAUCZYŁO MNIE TO DOŚWIADCZENIE:

TRZY NAJBARDZIEJ EKSCYTUJĄCE RZECZY, DO ZROBIENIA KIEDY TO SIĘ SKOŃCZY:

1

2

3

MOJA SPOŁECZNOŚĆ



CO ROBIĘ, ABY PODTRZYMYWAĆ KONTAKTY?

MÓJ OBECNY ADRES:

LISTA OSÓB, KTÓRYCH
SPOTKANIA NIE MOGĘ SIĘ
DOCZEKAĆ:

CO DOBREGO CZY ZŁEGO ZAUWAŻAM W MOJEJ
SPOŁECZNOŚCI?

W DOMU NIE JESTEŚ UWIĘZIONY,
W DOMU JESTEŚ BEZPIECZNY!



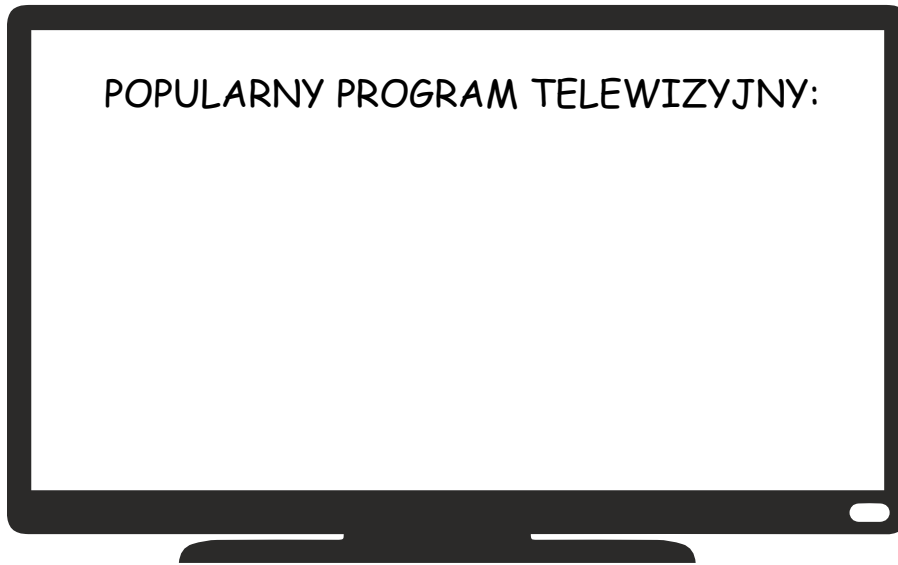
JAK SPĘDZAM CZAS:

AKTUALNOŚCI

POPULARNY PROGRAM TELEWIZYJNY:

NAJLEPSZY FILM KINOWY

.....



NUMER JEDEN NA LIŚCIE PRZEBOJÓW:

.....

ZNANI PIOSENKARZE:

PRZECIĘTNA CENA

PALIWA:.....

MLEKA:

JAJEK:

CHLEBA:..

CZEKOLADY:...

CHRUPKÓW:

:

:

AKTUALNY PREMIER:

TRENDY W MODZIE:

NIEŚWIĘTOWANE WYDARZENIA

LISTA NIEŚWIĘTOWANYCH PRZEZE MNIE WYDARZEŃ Z OKRESU
OBECNEJ IZOLACJI SPOŁECZNEJ

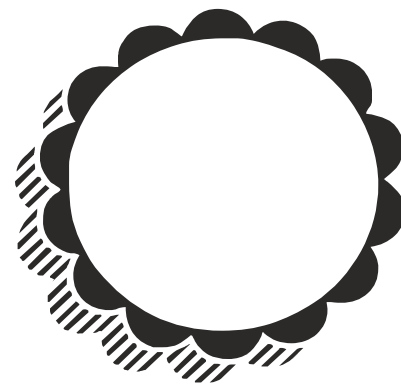
(np.: Dzień Kobiet, Dzień Świętego Patryka, Wielkanoc, urodziny, rocznice)

WYDARZENIE	DATA	JAK OBCHODZIŁAM/ŁEM

RZECZY DO ZAPAMIĘTANIA

KTÓRA ZMIANA JEST
NAJWIĘKSZA?

MOJE NADZIEJE NA
PRZYSZŁOŚĆ:



DNI SPĘDZONE W DOMU

JAK SIĘ CZUJESZ?

TWOJE 3 NAJLEPSZE CHWILE Z OBECNEGO OKRESU:

1. _____
2. _____
3. _____

RZECZY, KTÓRYCH NIE BĘDĘ JUŻ
PRZYJMOWAĆ ZA OCZYWISTE:

ZA CO JESTEŚ NAJBARDZIEJ WDZIĘCZNY?

TU OPISZ WSZYSTKO Z OBECNEGO CZASU, CO NASZ NADZIEJĘ NIGDY NIE ZAPOMNIEĆ:

