**Енова Анастасия, 21 год**

**«Мои плюсы самоизоляции».**

По моему мнению, самоизоляция – это, в первую очередь, защита и своеобразная безопасность. Второе, о чем бы хотелось сказать, - это больше свободного времени. А ещё это отличная возможность найти себе интересное хобби. Например, я освоила навыки работы с видеопрограммой, которая уже сейчас помогает мне в работе. Стала больше времени уделять себе и общению со своими родными. Начала заниматься спортом, больше читать интересных книг. Даже стала высыпаться. Здоровый сон – то, чего особенно не хватает современному человеку. Самоизоляция – прекрасный повод восстановить силы и вступить в следующую рабочую неделю полностью заряженной энергией.

Раньше я мечтала побывать во многих музеях мира. Теперь почти все музеи можно посетить, не выходя из дома: достаточно зайти на сайт музея и посмотреть виртуальную экскурсию. Конечно, это не создаст мне то же настроение, что и личное присутствие, но во всем нужно искать свои плюсы. Например, мне не нужно стоять в огромной очереди и толкаться среди людей у экспонатов.

Карантин - прекрасная возможность заняться самообразованием. В следующем году я планирую поступать в институт для получения высшего образования. И сейчас просторы интернета позволяют мне найти видео-уроки и лекции. Все, что нужно от меня, - это лишь заинтересованность и свободное время. Поэтому для меня самоизоляция - не повод расстраиваться и грустить, так как в любой ситуации можно увидеть свои плюсы.

Сколько их будет, решать только нам!