

Dělám si radost



Znáš to, když se raduješ, je Ti prostě dobře a pak máš chuť dělat radost i druhým. A radosti není nikdy dost!

Takže první krok je POTĚŠIT SEBE!.

Pojďme do toho společně :-).

Budeš potřebovat:

- papírky



- tužku nebo pastelky



Krabička radosti (není nezbytně nutné):

- krabička - třeba od čaje
- barevné papíry
- ozdobičky (kousky vlny, korálky, drátky, cokoliv dalšího)

Na papírky si napiš nebo namaluj různé nápady, co by Ti udělalo radost.



Tady máš třeba pár nápadů pro inspiraci:

- palačinky ke snídani



- zahrání deskovky s někým z rodiny



- přečtení pohádky



- povídání dračáku



- jarní výzdoba pokoje



- vyprávění vtipů



- nakreslení obrázku



- dáreček



- natrhat si kopřivy na jarní čaj



- procházka v lese



- jakékoliv tvoje vlastní nápady.

Ted' si papírky ulož do nějaké hezké krabičky.
Jestli chceš, můžeš si ji i vyrobit:

Výroba krabičky radosti

Vezmeš si třeba krabičku od čaje a polepíš ji barevným papírem. Nemáš doma barevný papír? Možná vám od vánoc zbyly kousky různých balících papírů - můžeš použít ty. Hezky vypadá, když je natrháš na kousky a pak ty kousky lepíš lepidlem na krabičku.

Pak můžeš krabičku ještě dozdobit kousky nastříhané vlny, drátkami, korálky. Lepit je můžeš zase klasicky lepidlem nebo tavnou pistolí - jen pozor na spálení se - no, však to z družiny znáš, vid'?:-).

Do krabičky si pak ulož papírky s tvými nápady, jak si udělat radost.

A co dál?

Když na tebe půjdou chmury, běž si jeden papírek vytáhnout a pokus se splnit, co je na něm napsáno. Pokud zrovna tohle nejde (třeba k tomu potřebuješ mamku a ta zrovna nemá čas), vytáhni si jiný papírek.

Nebo si můžeš vytáhnout papírek, když se ti něco povede nebo zvládneš něco, do čeho se ti třeba úplně nechtělo, tak jako takovou odměnu.

Další možnost:

- Řekni i ostatním doma, aby si napsali na lístečky, co by jim udělalo radost. Pak si můžete vytáhnout ze svých krabiček navzájem a dělat radost jeden druhému.

Hlavně si to hezky užij! Přeju hodně radosti! Monika

PS: tady fotky, jak jsme tvořili my doma :-). A teď už si jdem losovat a dělat si radost!
Já si jako první vylosovala kopřivový čaj a Prokop puštění pohádky :-).

