

Nyári jótanácsok

Ha esetleg nagyon unatkoznátok 😊

- 1. Sétálj egyet korán reggel a friss levegőn!**
- 2. Csinálj valamit a természetben, a saját udvarotokban, olyan dolgot, aminek nyoma van és szebbé teszi a környezetet. (pl. segíts a szüleidnek virágot ültetni!)**
- 3. Olvass el egy olyan mesét vagy történetet amit még sosem olvastál!**
- 4. Etesd meg a háziállataidat otthon! Játssz vele sokat!**
- 5. „Tanulj” valami új hobbist, amit rég ki szeretnél volna próbálni, meg szeretnél volna tanulni!**
- 6. Minden nap csinálj valami olyat, amit szeretsz, ami csak a te örömtevékenységed!**
- 7. Végezz valami kreatív tevékenységet! (rajzolás, gyurmázás, gyöngyfűzés, festés)**
- 8. Jó időben egy 10 percre napoztasd meg az arcod!**
- 9. Mozogj sokat!**
- 10. Minden nap mondj valami kedveset a körülötted élőknek, beszélj velük!**
- 11. Ha lehetőség van rá, találkozz a barátaiddal, tölts velük a lehetőségeknek megfelelő időt!**

Szép nyarat nektek! Szeptemberben újra találkozunk!

