

# HÁLA

## Napi ötletek

1.

Készítsetek listát azokról a dolgokról, amikért hálásak lehettek!

2.

Sétáljatok ma fél órát! Milyen szép dolgokat láttok séta közben?

3.

Vacsoránál vegyétek sorra, ki mindenkinek lehettek hálásak az ételekért!

4.

Körberajzolt kezetek minden ujjába írjatok 1-1 hálás gondolatot!

5.

Játsszatok Hála-ABC-t. Minden betűvel mondjatok egy hálát!

6.

Fessetek hála-kavicsot! Tegyétek az ágyatok mellé!

7.

Minden nap lefekvés előtt mondjatok 3 hálát a hála-kavicsal a kezetekben!

8.

Miért vagy hálás magadnak? Meséljétek el egymásnak!

9.

Rejts egy hála-üzenetet egy barátod, osztálytársad, munkatársad dolgai közé!

10.

Köszönjétek meg ma valakinek valamit szóban!

11.

Fejezzétek ki hálátokat a szüleitek felé!

12.

Mondjatok magatoknak a tükörben: Szeretem magam!

13.

Készítsetek szeretet-pont egymásnak, amin felajánlotok számára valamit!

14.

Kezdjétek ma hála-napló írásba! Akár közösen is írhattok egyet!

15.

Köszönjétek meg ma valakinek valamit írásban!

16.

Este beszélgetsetek az mai hálaitokról!

17.

„Milyen csoda vár ma ránk?” Reggel adjatok hálát az előttek álló napért!

18.

Írjatok köszönő levelet egy mesehős nevében a mese egy másik szereplőjének!

19.

Idézzetek fel közös élményeket, amikért hálásak vagytok!

20.

Készítsetek hála-befőttest! Magatoknak vagy ajándékba.

21.

Adjatok hálát a lakásotokért, miközben takarítotok! Mi miért hasznos?

22.

Mondd el valakinek, miért különleges ő számodra!

23.

Találjatok egyedi módot a családotoknak a hála kimutatására!

24.

Osszatok meg egy boldog emléket valakivel, aki fontos számotokra!

25.

Számold magadban, hány-szor használod vagy hallod a nap során: „Köszönöm!”

26.

Írjatok hála-levelet a nagyszülőknek vagy egy távoli rokonnak!

27.

Készítsetek oklevelet ma egymás számára!

28.

Tegyétek hálátogatót egy szeretet-tek-né!

