

Adventní řetěz laskavosti

Každý den si odstříhnete jeden proužek s laskavostí, slepte jej do kolečka a postupně každý den přidávejte další a další kolečka.

Každé papírové kolečko představuje jednu malou laskavost- sám o sobě třeba nenápadný malý čin, ale když se spojí s ostatními, vznikne z nich pevný řetěz, který drží pohromadě to, na čem vánoční čas stojí- laskavost, pozornost a společné chvíle.



Tip: Vytisknout si můžete na barevný papír anebo bílý vcelku či rozstříhané pruhy z druhé strany pomalovat.

A pokud byste chtěli delší řetěz, mrkněte na instagram [nenuda.box](https://www.instagram.com/nenuda.box), kde probíhá výzva, ve které se lidé dělí o své laskavosti a inspirují tak k připojení dalších koleček

Kouzelný vánoční čas!



Usměj se na náhodného kolemjdoucího.



Pochval někoho.

Poděl se s někým ze sousedství o trochu cukroví.

Nasyp ptáčkům zrní.

Namaluj obrázek pro někoho blízkého.

Pomoc někomu z nejbližších.

Zkus říci kamarádovi co mu opravdu jde.

Dojez dnes všechno jídlo na talíři. Snaž se neplýtvat.

Zavolej prarodičům.

Pomoc s vařením/pečením.

Řekni ostatním členům rodiny, co na nich máš rád.

Spáruj ponožky.

Poděl se s někým o jídlo.

Vyber jednu věc, kterou bys mohl darovat dítěti z dětského domova.

Připrav někomu překvapení.

Bud' dobrý k sobě. Udělej si něčím radost.

Udělej něco pro své zdraví.

Pomoc s odklizením sněhu.

Rozesměj někoho.

Udělej si den bez elektroniky. Vezmi knížku, tvoř, povídej si s rodinou,...

Daruj obrázek někomu cizímu. Jen tak.

Obejmi někoho, koho máš rád.

Postarej se o nějaké zvířátko- vyvenči pejska z útulku, sousedům nebo nakrm zvířátko z lesa.

Uklid' si svůj pokoj.



Vymyslíte společně další laskavosti?

Jak dlouhý bude váš řetěz?

Který čin byl nejlepší?

Vytvořila se vám nová adventní tradice?

