*Środa, 29.04.20*

***JAK BYĆ POZYTYWNYM – czyli SZCZĘŚLIWYM ?***

**Bądź wdzięczny za to kim jesteś** 

****

**Wyraź emocje**

**te przyjemne i nieprzyjemne**

**w kreatywny sposób!**

*(jak nie masz pomysłu to**patrz: środa 22.04.20)*

****

**Pamiętaj o tych, którzy Ci dopingują w Twoich decyzjach**

****

**pomyśl o tym, co możesz dać innym, jak możesz dać im odrobinę radości?**

**Ciesz się bliskimi osobami!**

****

**Nie siedź bez ruchu,**

**ćwicz!**

****

**Zacznij marzyć**

**i przygotuj**

**plan realizacji marzeń!**

**Znajdź sens nawet w tym ,**

**co teraz się dzieje! Ciesz się małymi rzeczami!**

**To wielki cud, że istniejemy , cieszmy się!**

**I pamiętaj!**

**

*Pozdrawiam serdecznie*

*c.Beata*