

I SEGRETI DELL'ALLEGRIA

⇒ Piccoli segreti per scacciare la tristezza ed essere allegri.

Abbraccia la tua mamma,
il tuo papà.

Chiama un amico e
giocate insieme.

Leggi il tuo libro preferito.



Pensa a tutto quello che ti piace.

Fai pace con chi hai litigato.



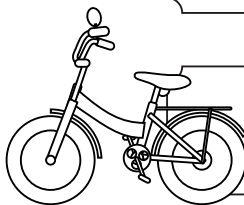
Ascolta la musica: canta e balla.

Realizza un disegno
seguendo la tua fantasia.



Allontana i brutti pensieri
e concentrati su quelli belli.

Scrivi ciò che ti rende allegro
in una pagina di diario.



Fai un giro in bicicletta.

Prepara un dolce
insieme a un adulto.



Guarda il tuo cartone preferito.

Allenati con i tuoi
compagni di squadra.



Ascolta le tue canzoni preferite.

Scrivi una lettera
a un amico lontano.

Cerca la persona più
cara e state insieme.

Fai una bella passeggiata
all'aria aperta e guarda il cielo.



La classe riflette e risponde...

Maestra Mary