

PERCHÉ PRATICARE LA GENTILEZZA

- ♡ La gentilezza crea un legame di fiducia.
- ♡ La gentilezza cancella la tristezza e mette di buon umore.
- ♡ La gentilezza è contagiosa: è come un virus buono che rende tutti più belli e forti.
- ♡ Praticare la gentilezza migliora il rapporto tra le persone e le rende più felici.
- ♡ La gentilezza rende l'ambiente positivo, sereno e accogliente.
- ♡ Praticare gentilezza migliora il nostro benessere e quello degli altri.
- ♡ Aiuta la nostra autostima.

Maestra Mary



Scrivi 5 gesti cortesi che puoi fare, mettendo in pratica la gentilezza.

➡ Scrivi la tua "ricetta della gentilezza" come se fosse una vera ricetta di cucina!



Ingredienti:
2 cucchiaini di sorrisi
1 manciata di parole gentili
3 abbracci sinceri

Preparazione:
Mescola tutto ogni giorno con tanto amore e offri una fetta di gentilezza a chi ne ha bisogno.


