

Családi nyári összehangoló naptár

Készítsetek egy bolondozós szelfit. Ismételjétek meg minden évben ezen a napon! **1**

Tudjatok meg ma valami érdekeset valakiről a családban! **2**

Gyűjtsetek ma minél több ölelést! **3**

Kérdezzétek meg ma egymástól: miben segíthettek neked? **4**

Süssetek közösen sütit! **5**

Küldjétek a nagynak levelet! **6**

Készítsetek közösen vacsorát! **7**

Sétáljatok közösen a családdal a természetben? **8**

Találjatok ki egy közös családi jelet, ami csak a tiétek! (fütyty, kézfogás stb.) **9**

Idézzetek föl részletesen egy örömteli közös emléket! **10**

Osszatok meg egymással 5 dolgot, aminek ma örültetek! **11**

Piknikezzetek a parkban, ha rossz idő van, a szobában! **12**

Tegyétek ma valamivel ünnepivé a napot! **13**

Mondjatok ma köszönetet egymásnak valamiért! **14**

Osszatok meg egymással 3 dolgot, amiért hálásak vagytok! **15**

Csináljatok ma valami szokatlant! **16**

Játsszatok kérdezz-felelek a szülők gyerekkoráról! **17**

Meséljétek vicceket egymásnak! **18**

Alkossatok ma valamit közösen! **19**

Menjétek ma valamilyen közös programra! **20**

Mondjátok el egymásnak, mit szerettek benne! **21**

Készítsetek ma apró meglepetést egymásnak! **22**

Adjatok ma minél több pozitív visszajelzést egymásnak! **23**

Tanuljatok ma valami újat! **24**

Próbáljatok ki egy relaxációs technikát! **25**

Társasozzatok! **26**

Rajzoljátok meg a családi címereteket! **27**

Rakjatok rendet egy közös helyiségben! **28**

Reggel végezzetek légyógyakorlatot közösen 5 percig! **29**

Írjatok egy rövid mesét, amiben ti vagytok a főszereplők! **30**

Mondd el ma valakinek, miért jobb veled a világ! **31**



JÚLIUS

POZITIVITTY

Családi vakáció naptár



Szaladgáljatok
mezítláb a fűben!

1

Öleljetek fákat!

2

Nézzétek meg a
napfelkeltét!

3

Másszatok fára!

4

Szám-
háborúzzatok!

5

Építsetek
kártyavárat!

6

Rendezetek
táncversenyt!

7

Guruljatok le egy
dombról!

8

Szedjétek közösen
gyümölcsöt!

9

Írjatok együtt egy
mesét!

10

Nézzetek hulló
csillagokat!
Kívánjatok is
valamit!

11

Fűzzetek
pitypangból
nyakláncot!

12

Küldjétek
képeslapot a
nyaralásból!

13

Süssetek
szalonnát!

14

Hintázzatok
és énekeljétek
hangosan!

15

Sétáljatok éjszaka
a városban!

16

Feküdjétek a fűbe,
és bámuljátok a
felhőket!

17

Kiránduljatok
egyet!

18

Fagyizzatok!

19

Süssetek együtt
kenyeret!

20

Sátrazzatok a
kertben!

21

Rendezetek papír-
repülőversenyt!

22

Bukfencezzetek!
Cigány-
kerekezzetek!

23

Táncoljatok az
esőben!

24

Biciklizzetek!

25

Nézzétek meg a
napnyugtát!

26

Mozizzatok otthon!

27

Olvassatok furcsa
testhelyzetben!

28

Építsetek bunkert!

29

Hallgassátok a
természetet!
(tücsökciripelés,
békakuruttyolás,
madárcsicsergés)

30

Csináljatok ma
valami szokatlant a
barátaitokkal!

31

AUGUSZTUS



POZITIVITY