



Hyvän mielen tekoja

Pienillä teoilla voimme tuoda hyvää mieltä monille. Kokeile, kuinka monta kohtaa saat näistä tehtyä. Rastita ruutu, kun olet tehnyt. Muista, että hyvät teot leviävät kuin renkaat veteen heitetystä kivistä - jos sinä saat jonkun hyvälle mielelle, hän voi taas ilahduttaa vuorostaan jotakuta toista ja näin hyvä leviää. Lista on tarkoitettu lapsille, mutta saavat aikuisetkin tehdä. Väritä kuvat ja laita lista seinälle.

- Hymyile jollekulle ja tervehdi iloisesti.
- Mieti mitä kivaa on jonkun esim. vaatteissa tai hiuksissa ja kerro se hänelle.
- Jos huomaat jonkun olevan yksin, mene juttelemaan hänelle tai pyydä mukaan leikkiin.
- Siivoa kotonasi pyytämättä esimerkiksi oma huoneesi tai keittiö.
- Mieti tunnetko ketään vanhaa ihmistä ja käy kysymässä voitko auttaa häntä jotenkin. Muukin aikuinen käy, jos et tunne vanhuksia.
- Kysy joltakulta mitä kuuluu ja kuuntele vastaus oikeasti.
- Mieti missä asiassa ystäväsi on erityisen hyvä ja kerro se hänelle (esim. juoksemaan, kiipeilemään, laulamaan, keksimään leikkejä...)
- Piirrä hieno kuva ja anna se jollekin aikuiselle, jota haluat ilahduttaa. Kerro hänelle mitä kuvassa on.
- Kerro jollekin aikuiselle tai lapselle miksi hän on sinusta kiva.
- Etsi itse tapa ilahduttaa jotakuta, ja tee se.

Huomaatkos... hyvää mieltä jakamalla saa itsekin hyvän mielen!

