

Prijateljski februar 2023

PONEDELJEK



TOREK



SREDA

ČETRTEK

PETEK

SOBOTA

NEDELJA



1 Nekomu pošlji sporočilo, s katerim mu sporočiš, da misliš nanj

2 Vprašaj prijatelja, kako se v zadnjem času počuti

3 Naredi prijazno dejanje in nekemu olajšaj življenje

4 Povabi prijatelja na "odmor za čaj" (osebno ali virtualno)

5 Vzemi si čas za prijazen klepet s sosedom

6 Ponovno vzpostavi stik s starim prijateljem, ki ga že nekaj časa nisi videl

7 Ko se pogovarjaš z drugimi, pokaži aktivno zanimanje tako, da postavljaš vprašanja

8 S človekom, ki mu resnično zaupaš deli, kaj čutiš

9 Nekomu se zahvali in mu povej, kako je za tebe naredil spremembo

10 Zlasti kadar si razočaran nad drugimi, v njih poišči dobro.

11 Nekomu, ki potrebuje spodbudo, pošlji spodbudno sporočilo

12 Osredotoči se na prijaznost in ne na to, da imaš prav

13 Nasmehni se ljudem, ki jih vidiš, in jim polepšaj dan

14 Ljubljeni osebi ali prijatelju povej, zakaj je za vas poseben

15 Podpri lokalno podjetje s pozitivno spletno recenzijo ali prijaznim sporočilom

16 Pokliči nekoga, ki ima morda težave, in mu ponudi pomoč

17 Ceni dobre lastnosti nekoga v svojem življenju

18 Prijazno odgovori vsem, s katerimi se danes pogovarjaš, tudi sebi

19 Deli nekaj, kar se ti zdi navdihujoče, koristno ali zabavno

20 Načrtuj druženje z drugimi in naredi nekaj zabavnega

21 Resnično poslušaj, kaj ljudje govorijo, ne da bi jih obsojal

22 Ljudem, s katerimi se danes pogovarjaš, nameni iskrene komplimente

23 Bodi nežen do nekoga, ki ga po navadi kritiziraš

24 Ljubljeni osebi povej o prednostih, ki jih vidiš v njej

25 Zahvali se trem osebam, ki si jim hvaležen, in jim povej, zakaj.

26 Vzemi si čas za svoje ljubljene osebe

27 Pokliči prijatelja, da se pogovorita in mu resnično prisluhni

28 Danes čim več ljudem podeli pozitivne komentarje



ACTION FOR HAPPINESS

Srečnejši · Prijaznejši · Skupaj