



КАЛЕНДАР ДІЙ: СВІДОМИЙ ТРАВЕНЬ 2018



ПОНЕДІЛОК

ВІВТОРОК

СЕРЕДА

ЧЕТВЕР

П'ЯТНИЦЯ

СУБОТА

НЕДІЛЯ



1 Приєднуйтеся до нашої місії: створювати щастя в світі!

2 Зробіть щось значиме для дійсно близької людини

3 Поділіться трьома фото чогось важливого чи пам'ятного

4 Поцікавтесь людьми, різними за віком чи ще чимось

5 Виберіться на вулицю. Відчуйте єдність з природою

6 Оберіть одну з цілей життя та зробіть крок до неї

7 Які ваші цінності? Не забувайте про них сьогодні

8 Оберіть місію добра. Присвятіть час допомозі іншим

9 Розкажіть, чому улюблена музика так вам подобається

10 Приділіть особливу увагу людям, яких цінуєте

11 Поцікавтесь традиціями та цінностями іншої культури

12 Зробіть щось для благодійної організації, яка вам важлива

13 Відвідайте місце, яке надихає вас

14 Спробуйте надавати своїй роботі більшого значення

15 Згадайте три речі, якими дійсно пишаєтесь

16 Шукайте можливості бути справжнім громадянином світу

17 Поділіться цитатою, що надихає, з близькою людиною

18 Подивіться на зорі та відчуйте себе часткою чогось більшого

19 Спілкуйтесь з важливими для вас людьми (краще особисто)

20 Сьогодні примусьте свою душу співати!

21 Подумайте, як ваші вчинки впливають на світ

22 Запитайте у коханої людини, що для неї найцінніше в житті

23 Підтримайте справу, що відстоює щось важливе для вас

24 Замисліться, за що вас цінують та поважають

25 Зверніть увагу на всі дива навколо вас сьогодні

26 Дізнайтесь, як стати частиною місцевої комуні

27 Зробіть щось особливе та згадайте про це перед сном

28 Базуйте сьогоднішні дії та рішення на вашій життєвій меті

29 Сьогодні зробіть щось для планети

30 Розкажіть про три дійсно значимі події в вашому житті

31 Що б Ви хотіли змінити в світі? Зробіть щось вже сьогодні

"Дійте так, ніби ваші дії мають значення. Адже так воно і є." - Уільям Джеймс



ACTION FOR HAPPINESS



www.actionforhappiness.org