



KALENDAR AKCIJA: PRIJATELJSKI VELJAČA 2021



PONEDJELJAK

UTORAK

SRIJEDA

ČETVRTAK

PETAK

SUBOTA

NEDJELJA

1 Pošaljite nekome poruku i recite mu koliko Vam znači

2 Upitajte svog prijatelja kako se nedavno osjećao

3 Učinite ljubaznim postupkom drugome život lakšim

4 Organizirajte virtualnu "čajanku" s kolegama ili prijateljima

5 Sa aktivnim interesovanjem postavite pitanja drugima u razgovoru

6 Uspostavite ponovni kontakt sa starim prijateljem iz prošlosti

7 Potrudite se da prijateljski popričate sa svojim susjedom

8 Podijelite svoje osjećaje sa osobom od povjerenja

9 Zahvalite se nekome i recite zašto je to za vas značajno

10 Pokušajte pronaći dobro u ljudima čak i onda kad Vas frustriraju

11 Pošaljite ohrabrujuću bilješku onome kome je potrebna podrška

12 Usredotočite se radije na to da budete ljubazni nego da budete u pravu

13 Prijateljskom porukom podržite lokalna poduzeća

14 Saopštite svojim voljenima zašto su posebni za Vas

15 Svojim osmjehom uljepšajte dan onima koje sretnete

16 Pogledajte nekoga danas koji ima poteškoće i treba pomoć

17 Razgovarajte danas ljubazno kako sa drugima tako i sa sobom samima

18 Cijenite dobre kvalitete drugih u Vašem životu

19 Podijelite inspirativni video ili korisnu poruku

20 Napravite plan i povežite se sa ostalima i zabavite se

21 Pokušajte aktivno saslušati druge ljude bez osude

22 Dajte iskrene komplimente danas ljudima oko sebe

23 Budite blagi sa onim koga bi radije kritikovali

24 Recite svojoj voljenoj osobi koje njene kvalitete cijenite najviše

25 Odaberite troje ljudi i iskažite im zahvalnost za nešto i recite zašto

26 Udijelite komplimente što većem broju ljudi danas

27 Pozovite prijatelja i saslušajte ga istinski

28 Neograničeno provedite vrijeme sa svojim najmilijima



"Najbolji način da razveselite sebe je da razveselite nekog drugog" - Mark Twain



„Jedini način da imate prijatelja jeste da budete prijatelj“ - Ralph Waldo Emerson

ACTION FOR HAPPINESS



www.actionforhappiness.org

Happier · Kinder · Together

Mnogo više o ovoj temi nađite na: www.actionforhappiness.org/friendly-february