



AKTIVNI KALENDAR: ZNAČAJAN MAJ 2020



PONEDELJAK

UTORAK

SREDA

ČETVRTAK

PETAK

SUBOTA

NEDELJA

"Start Where You Are. Use What You Have.
Do What You Can" ~ Arthur Ashe



4 Fokusiraj se na ono što možeš promeniti, a ne što je prošlo

5 Pošalji prijateljima sliku neke lepe uspomene

6 Zakorači ka jednom od životnih ciljeva, ma koliko mali

7 Daj do znanja voljenoj osobi koliko ti znači

8 Posveti svoje vreme da pomogneš drugima

9 Nadji nešto čemu ćeš se radovati danas, čitaj lepe vesti

10 Kaži nekome zašto ti omiljena muzika toliko znači

11 Koje su tvoje vrednosti? Nek ti to danas bude na umu

12 Budi zahvalan za male stvari, čak i u teškim vremenima

13 Posveti danas vreme negovanju prirode

14 Pokaži zahvalnost ljudima koji se trude da pomognu

15 Saznajte o vrednostima i tradiciji druge kulture

16 Osvrni se i pronadji pet stvari od značaja

17 Pomozi I doprinesi svojoj zajednici

18 Napiši pismo voljenoj osobi, i pošalji im sliku

19 Usavrši veštinu u kojoj si talentovan

20 Razmisli o tome zbog čega se osećaš cenjenim

21 Podeli slike 3 stvari koje su vam značajne ili nezaboravne

22 Pitajte voljenu osobu ili kolegu šta im je najvažnije i zašto

23 Podelite nadahnjujući citat sa drugima kako biste ih razvedrili

24 Uradite nešto posebno danas, i razmišljajte o tome večeras

25 Odvojite vreme da pomognete dobrotvornoj aktivnosti

26 Podsetite se 3 stvari koje ste učinili na koje ste zaista ponosni

27 Danas povežite svoje odluke i izbore sa svojom svrhom u životu

28 Ispričajte nekome o posebnom događaju iz vašeg života

29 Razmislite o tome kako vaši postupci utiču na druge

30 Pronadjite 3 dobra razloga za radovanjem budućnosti

31 Pogledajte nebo. Zapamtite da smo svi deo nečeg većeg

ACTION FOR HAPPINESS



www.actionforhappiness.org

31 akcija da pazimo sebe i druge dok se suočavamo sa ovom globalnom krizom

Keep Calm · Stay Wise · Be Kind