

Οι 5 καλύτερες στιγμές μου

Τι με έκανε να νιώσω χαρά, ικανοποίηση, ευχαρίστηση, ευγνωμοσύνη, γοητεία, ενθουσιασμό;

Οδηγία: Συμπλήρωσε με ακρίβεια το φύλλο που ακολουθεί.

Τι συνέβη;

\_\_\_\_\_

Τι έκανα;

\_\_\_\_\_

Με ποιον;

\_\_\_\_\_

Τι ένιωσα;

\_\_\_\_\_

Γιατί ένιωσα έτσι;

\_\_\_\_\_

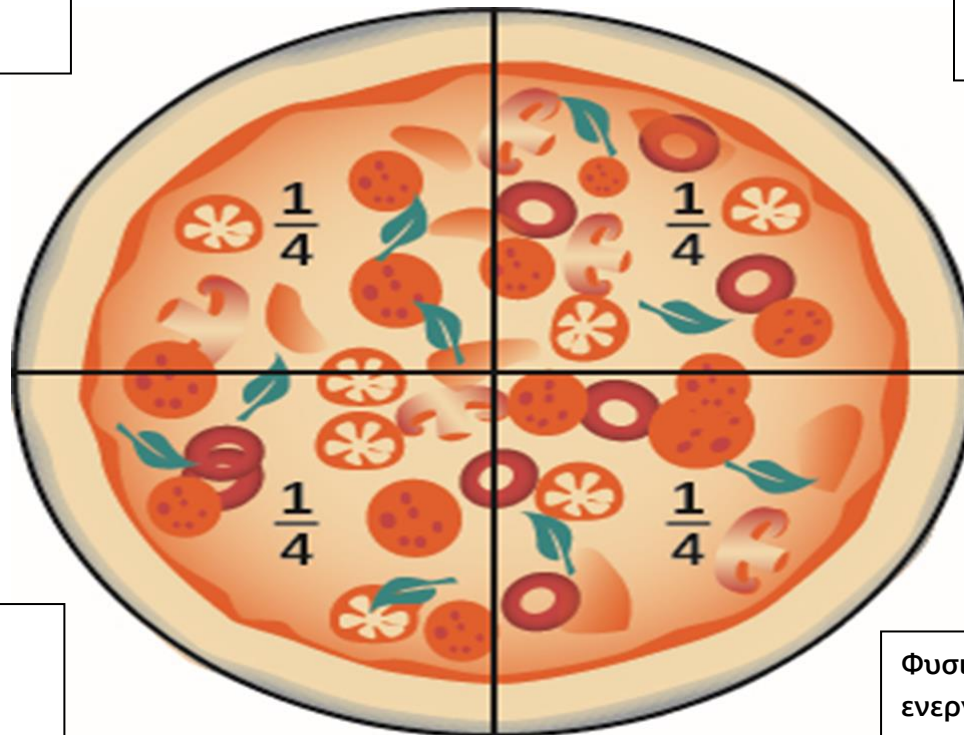


## Η ανθεκτική πίτσα

Δημιούργησε μία πίτσα, διαιρεμένη σε 4 μέρη. Σε κάθε μέρος δώσε ένα διαφορετικό θέμα (ή γεύση). Γράψε φράσεις σε κάθε μέρος, που αντιπροσωπεύουν τη στάση σου σχετικά με το θέμα.

Οικογένεια

Δημιουργικές ενασχολήσεις



Ρήσεις που με βοηθούν

Φυσική άσκηση /  
ενεργητική δραστηριότητα



### Το καλύτερό σου μέλλον

Γράψε ή/και ζωγράφισε μία σύντομη ιστορία σχετικά με το καλύτερο ρεαλιστικό σου μέλλον, αναφέροντας πώς φαντάζεσαι τον εαυτό σου σε 10 χρόνια. Σε αυτό το μέλλον, θα είσαι ευτυχισμένος.

Διάβασε την ιστορία σου στην ομάδα. Πώς σε έκανε να νιώσεις αυτή η δραστηριότητα;



"Η τούρτα της ειρήνης!"

- Φτιάχνοντας την τούρτα της ειρήνης! Τί υλικά θα χρησιμοποιήσουμε;
- Σε τι δόσεις;
- Συζητάμε στην ομάδα την έννοια της «ειρήνης».

