

# Prijateljski februar 2024



PONEDELJEK



TOREK



SREDA



ČETRTEK

PETEK

SOBOTA

NEDELJA

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

Z nekom, ki mu resnično zaupaš, deli, kaj čutiš

9

Nekomu se zahvali in mu povej, kaj je naredil zate

10

Zlasti kadar si razočaran nad drugimi, v njih poišči dobro

11

Pošlji spodbudno sporočilo nekomu, ki potrebuje spodbudo

12

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

13

Nasmehni se ljudem, ki jih vidiš, in jim polejšaj dan

14

Ljubljeni osebi ali prijatelju povej, zakaj je za tebe 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

29

Priznaj bolečino ali težavo nekoga, namesto da bi jo skušal odpraviti



ACTION FOR HAPPINESS

Srečnejši · Prijaznejši · Skupaj