

PONEDELJEK



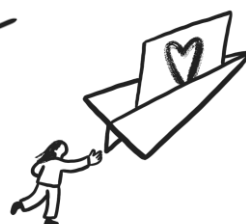
TOREK



SREDA



ČETRTEK



PETEK

SOBOTA

NEDELJA

4 **Nekoga vprašaj, kako se počuti, in resnično prisluhni njegovemu odgovoru**

5 **Preživi čas v želji, da bi bili drugi ljudje srečni in zdravi**

6 **Nasmehni se in bodi prijazen do ljudi, ki jih danes vidiš**

7 **Daruj svoj čas projektu ali zadevi, ki ti je pri srcu**

8 **Pripravi okusno hrano za nekoga, ki jo bo cenil**

9 **Zahvali se komu, ki si mu hvaležen, in mu povej, zakaj**

10 **Oglasi se pri kom, ki je morda osamljen ali se počuti tesnobno**

11 **Deli spodbudno novico, ki bo navdihnila druge**

12 **Stopi v stik s prijateljem in mu sporoči, da misliš nanj**

13 **Dan brez načrtov! Bodi prijazen do sebe, da boš lahko prijazen tudi do drugih**

14 **Izvedi akcijo, s katero boš prijazen do narave in poskrbi za naš planet**

15 **Če te nekdo moti, bodi prijazen. Predstavi si, kako se morda počuti**

16 **Nekoga preseneti s premišljenim darilom**

17 **Bodi prijazen na spletu. Delite pozitivne in podpirne komentarje**

18 **Danes naredi nekaj, kar bo komu olajšalo življenje**

19 **Bodi hvaležen za hrano in ljudi, ki so jo omogočili**

20 **Poišči dobro v vseh, ki jih danes srečaš**

21 **Podari nerabljene predmete, oblačila ali hrano za pomoč lokalni dobrotelni organizaciji**

22 **Podari ljudem svojo popolno pozornost**

23 **Deli članek, knjigo ali podcast, ki se ti je zdel koristen**

24 **Odpusti komu, ki te je v preteklosti prizadel**

25 **Posveti svoj čas, energijo ali pozornost, da pomagaš komu v stiski**

26 **Poišči način, da "poplačaš naprej" ali podpreš dober namen**

27 **Opazi, ko je nekdo potrten, in mu poskusi polepšati dan**

28 **Prijazno poklepetaj z kom, ki ga ne poznaš dobro**

29 **Naredi nekaj prijaznega za pomoč svoji lokalni skupnosti**

30 **Podari nekaj za pomoč tistim, ki nimajo toliko kot ti**

31 **Danes deli Action for Happiness z drugimi ljudmi**

