

PONEDELJEK

TOREK

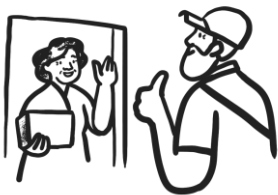
SREDA

ČETRTEK

PETEK

SOBOTA

NEDELJA



1
Nekomu pošlji sporočilo in mu sporoči, da misliš nanj

2
Vprašaj prijatelja, kako se v zadnjem času počuti

3
Naredi prijazno dejanje in nekomu olajšaj življenje

4
Povabi prijatelja na "odmor za čaj" (osebno ali virtualno)

5
Vzemi si čas za prijazen klepet s sosedom

6
Ponovno vzpostavi stik s starim prijateljem, ki ga že nekaj časa nisi videl

7
V pogovoru 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 polepšaj 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 se odzovi 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

