

Значајни мај 2022

НЕДЕЉА



ПОНЕДЕЉАК

УТОРАК

СРЕДА

ЧЕТВРТАК

ПЕТАК

СУБОТА



1
Учините нешто
љубазно за некога
до кога вам је
заиста стало

2
Фокусирајте
се на оно што
можете да
урадите, а
не на оно што
не можете

3
Направите корак
ка важном циљу,
колико год мали

4
Пошаљите
свом пријатељу
фотографију из
времена када сте
заједно уживали

5
Нека неко зна
колико вам значе
и зашто

6
Тражите људе
који раде добро
и разлоге да
будете весели

7
Направите
листу онога
што вам је
најважније
и зашто

8
Поставите
себи мисију
љубазности да
помогнете
другима данас

9
Које
вредности
су вам важне?
Пронађите
начине да их
користите данас

10
Будите
захвални на
малим стварима,
чак и у тешким
тренуцима

11
Потражите ствари
које вам доносе
страхопоштовање
и чуђење

12
Слушајте
омиљено музичко
дело и запамтите
шта оно значи
за вас

13
Сазнајте
о вредностима
или традицији
друге културе

14
Изађите напоље
и приметите
лепоту у природи

15
Урадите нешто
да допринесете
вашој локалној
заједници

16
Покажите
своју захвалност
људима који
помажу да ствари
буду боље

17
Пронађите
начин да
оно што радите
данас учините
смисленим

18
Пошаљите руком
писану белешку
некоме до кога
вам је стало

19
Размислите о
томе шта вас чини
цењеним и
сврсисходним

20
Делите фотографије
3 ствари које
сматрате значајним
или незаборавним

21
Погледај
у небо. Запамтите
да смо сви део
нечег већег

22
Пронађите начин да
помогнете пројекту
или добротворној
организацији до
које вам је стало

23
Присетите се три
ствари које сте
урадили и на које
сте поносни

24
Направите
изборе који данас
имају позитиван
утицај на друге

25
Питајте
неког другог шта
им је најважније
и зашто

26
Сетите
се догађаја у
вашем животу
који је био
заиста значајан

27
Усредсредите се
на то како ваши
поступци чине
разлику за друге

28
Урадите нешто
посебно и вратите
се на то у свом
сећању вечерас

29
Данас учините
нешто да бринете
о свету природе

30
Поделите
цитат који сматрате
инспиративним да
другима дате
подстицај

31
Пронађите три
разлога за наду
у будућност



ACTION FOR HAPPINESS

Срећнији • Љубазнији • Заједно