Listopad plný nových možností 2026

NEDĚLE	PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	SOBOTA
1 Sepiš si seznam věcí, které bys chtěl/a tento měsíc vyzkoušet	2 Zkus na náročnou situaci zareagovat jinak než obvykle	3 Vyraz ven a pozoruj, jak se kolem tebe mění příroda	4 Přihlas se na nový kurz, zkus novou aktivitu nebo se přidej k online komunitě	5 Změň dnes svou obvyklou rutinu a všímej si, jak se při tom cítíš	6 Vyzkoušej nový způsob, jak se hýbat a být aktivní	7 Buď kreativní. Vař, kresli, piš, maluj, tvoř nebo inspiruj ostatní
8 Naplánuj si novou aktivitu nebo něco, co bys chtěl/a tento týden vyzkoušet	9 Když si myslíš, že něco nedokážeš, přidej „zatím“	10 Buď zvídavý/á. Objev nové téma nebo inspirativní myšlenku	11 Vydej se jinou cestou než obvykle a všímej si nových věcí	12 Zjisti něco nového o někom, na kom ti záleží	13 Užij si zábavu venku. Projdi se, běhej, objevuj nebo relaxuj	14 Najdi nový způsob, jak podpořit dobrou věc, na které ti záleží
15 Rozvíjej nové nápady s myšlenkou „Ano, a co kdyby…“	16 Podívej se na svět očima někoho jiného	17 Vyzkoušej nový způsob, jak o sebe laskavě pečovat	18 Navaž kontakt s někým z jiné generace	19 Rozšiř si obzory. Přečti si jiný časopis nebo web než obvykle	20 Uvař něco nového nebo vyzkoušej netradiční surovinu	21 Nauč se něco nového od kamaráda nebo ho nauč něco ty
22 Najdi nový způsob, jak někomu dát najevo, že si ho vážíš	23 Vyhraď si pravidelný čas na aktivitu, kterou máš rád/a	24 Poděl se s kamarádem o něco užitečného, co ses naučil/a	25 Využij některou ze svých silných stránek novým způsobem	26 Poslechni si jiné rádio nebo se podívej na nový televizní pořad	27 Vyzkoušej s kamarádem jeho koníček a zjisti, proč ho baví	28 Probuď v sobě kreativitu a vytvoř originální přání
29 Užij si dnes novou hudbu. Hraj, zpívej, tanči nebo poslouchej	30 Hledej nové důvody k naději i v těžkých chvílích					











ACTION FOR HAPPINESS

Šťastněji · Laskavěji · Společně