

## **1. POKAŽITE SVOJOJ OBITELJI KOLIKO IH VOLITE!**

Obitelj je temelj na kojemu izgrađujemo svoj život. Pronađite načine kojima ćete članovima svoje obitelji pokazati koliko ih volite i koliko su vam važni. Svaki dan odvojite malo vremena za razgovor, zagrljaj, poljubac ili barem topao osmeh za svakog člana svoje obitelji. Postoji izreka kako je obitelj prva škola ljubavi. Imajte to na umu!



## **2. OSIGURAJTE DOVOLJNO VREMENA ZA PRIJATELJE!**

Prijatelji su osobe koje su uvijek uz nas, tješe nas, ohrabruju, čuvaju naše tajne, razvesele nas kada nam je to najpotrebnije. Čuvajte prijateljstvo, jer kaže se kako čovjek vrijedi onoliko koliko ima prijatelja!



### **3. PROMIJENITE ODNOS PREMA SEBI!**

Riješite se svega što narušava vaše psihičko i fizičko zdravlje i ljepotu – alkohol, pušenje, droga, nezdrava hrana, uznemiravajući tekstovi, slike i misli koje vrebaju sa svih strana. Život je predragocjen da bismo ga uludo trošili.



### **4. BUDITE SPREMNI POMOĆI DRUGIMA!**

Još je i Thomas More rekao: „...dati dio sebe, dati ga drugom, ljudski je i nježno i nikad nam ne uzima onoliko koliko nam vraća!“



## 5. UČITE ŠTO VIŠE!

Evo nekoliko mudrih izreka o kojima valja razmisliti:

*Znanje je moć. (F. Bacon)*

*Ne učimo za školu, nego za sebe.*

*Što mudrija glava, to lakše leđima. (ruska)*

*Korijeni učenja su gorki, ali plodovi su slatki. (Aristotel)*

*Učenje je blago u nama!*

*Čovjek ne bi u potpunosti uživao u ljepoti i bogatstvu svog znanja kad u njegovu stjecanju ne bi trebalo prevladati neke poteškoće. Osvajanje vrhunaca ne bi bilo ni upola lijepo kad na tom putu ne bi trebalo prijeći mračne doline. (Hellen Keller)*



## 6. BAVITE SE SPORTOM!

Biti ćete u dobroj formi i

lijepo izgledati! Nogomet, odbojka, tenis, ples, aerobik, šetnja... Bezbroj je mogućnosti, a sve vode do istoga – u zdravom tijelu zdrav duh!



## **7. PRONAĐITE HOBI!**

Pronađite nešto što će vas uveseljavati. Otkrijte svoje talente. Pjevajte, plešite, crtajte, fotografirajte, čitajte, budite kreativni... Nađite vremena za ono što volite!

