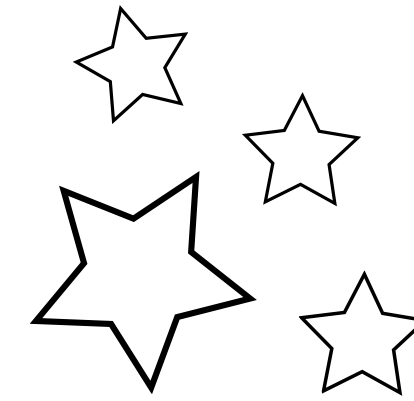




**Cercetașii
României**
Creăm o lume mai bună

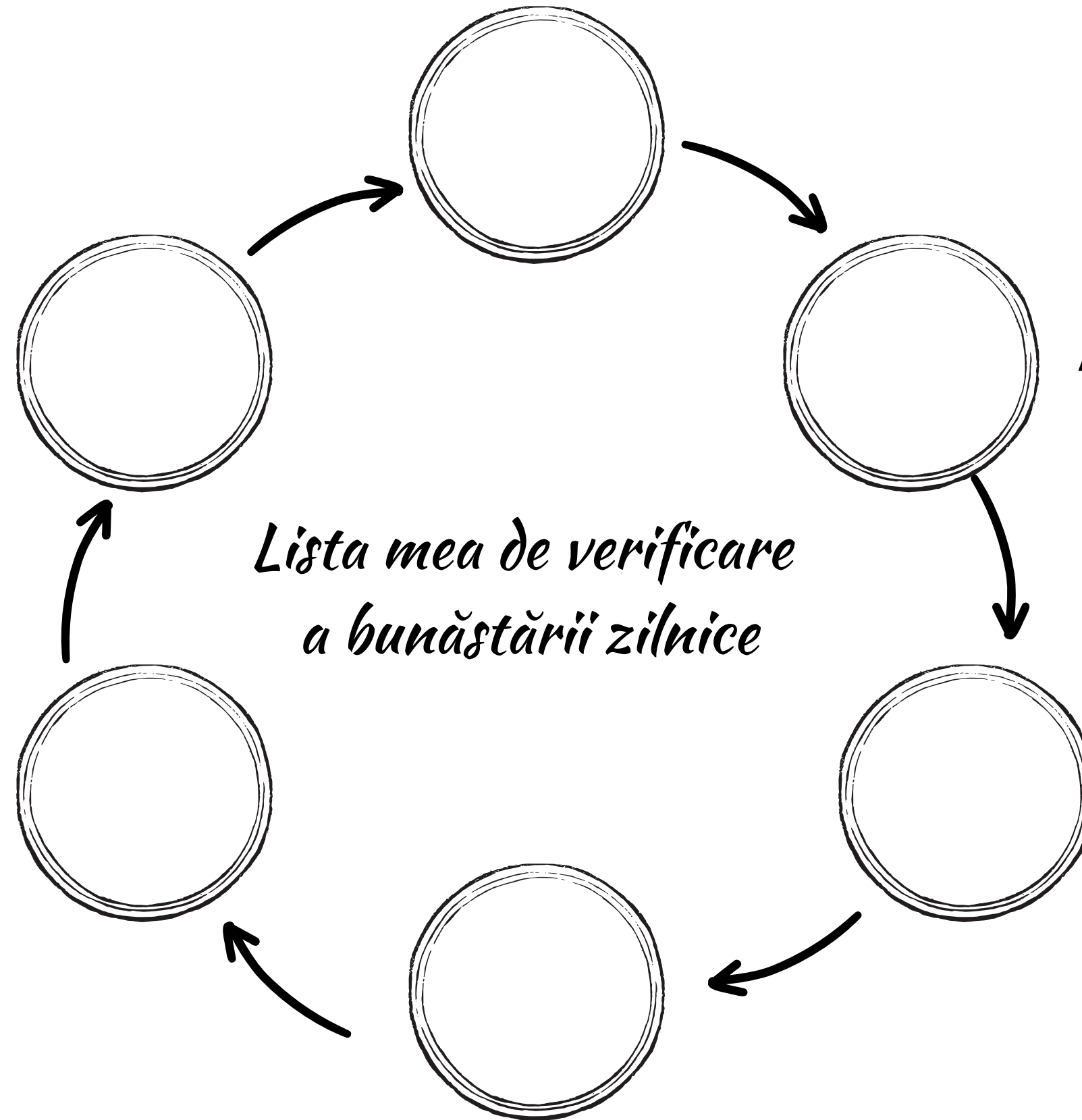


*Care ar fi răsfăturile tale
ideale pentru
îngrijirea de sine?*

*Scrie-le pe norișori și
gândește-te cum le
poți implementa
cât mai des!*

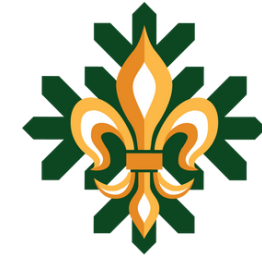


Ce lucruri sunt importante astfel încât să te faci fericit și sănătos?



Amintește-ți lucrurile mărunte care pot avea cel mai mare impact. Adu-ți aminte cum ți-ai petrecut timpul și pe ce mici rutine te-ai putea concentra astfel încât să te ajute cu bunăstarea generală?

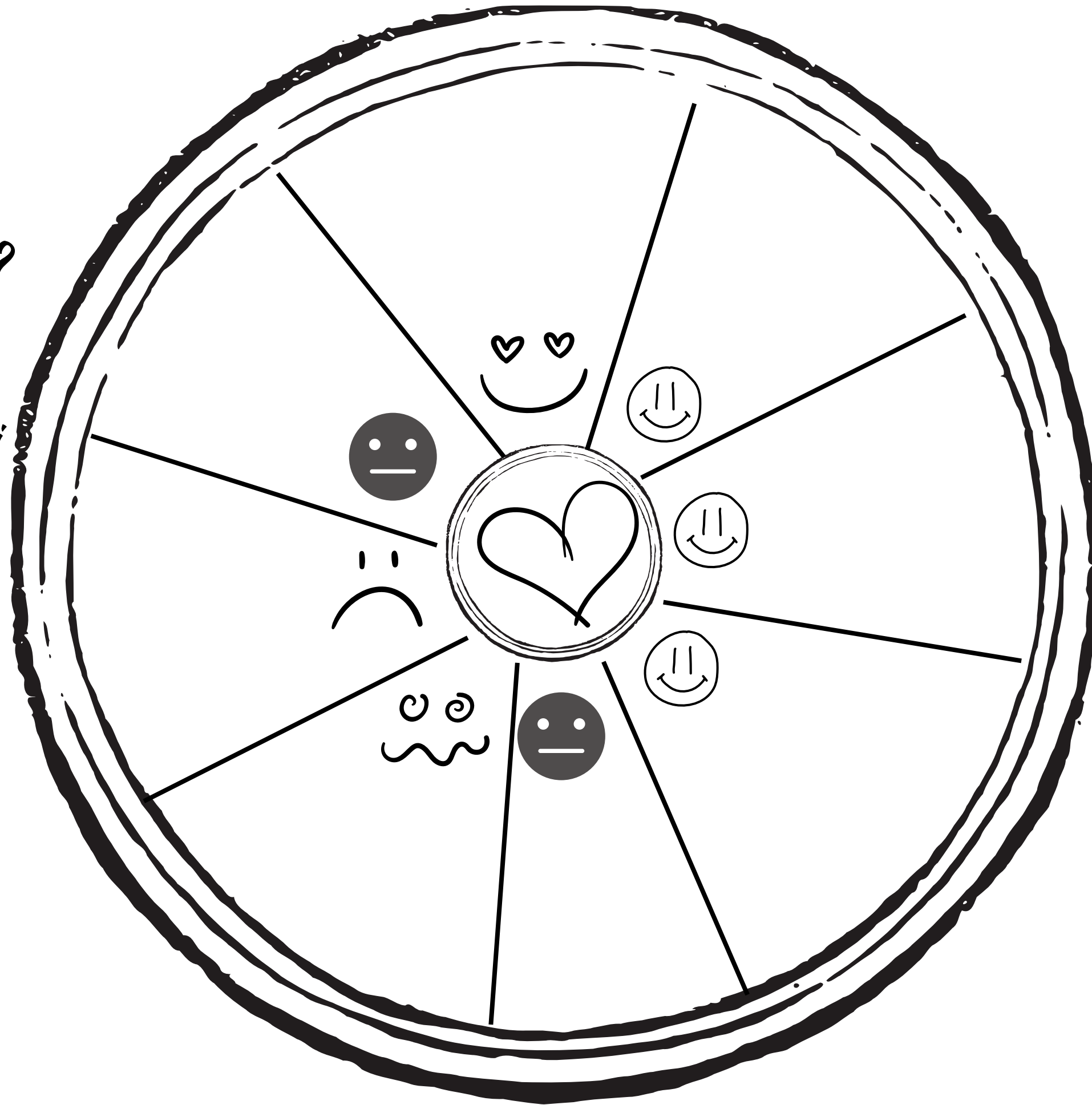
Scrie sau desenează aceste rutine în cercul de deasupra și vezi cum poți face să le implementezi mai des.



**Cercetașii
României**
Creăm o lume mai bună

Cum te simți azi?

Colorează partea din cerc
care reprezintă
cel mai bine cum te simți azi



Este bine să putem sta cu toate
emoțiile noastre și ne ajută să
le procesăm și să înțelegem de
ce ne simțim așa

Azi mă simt _____

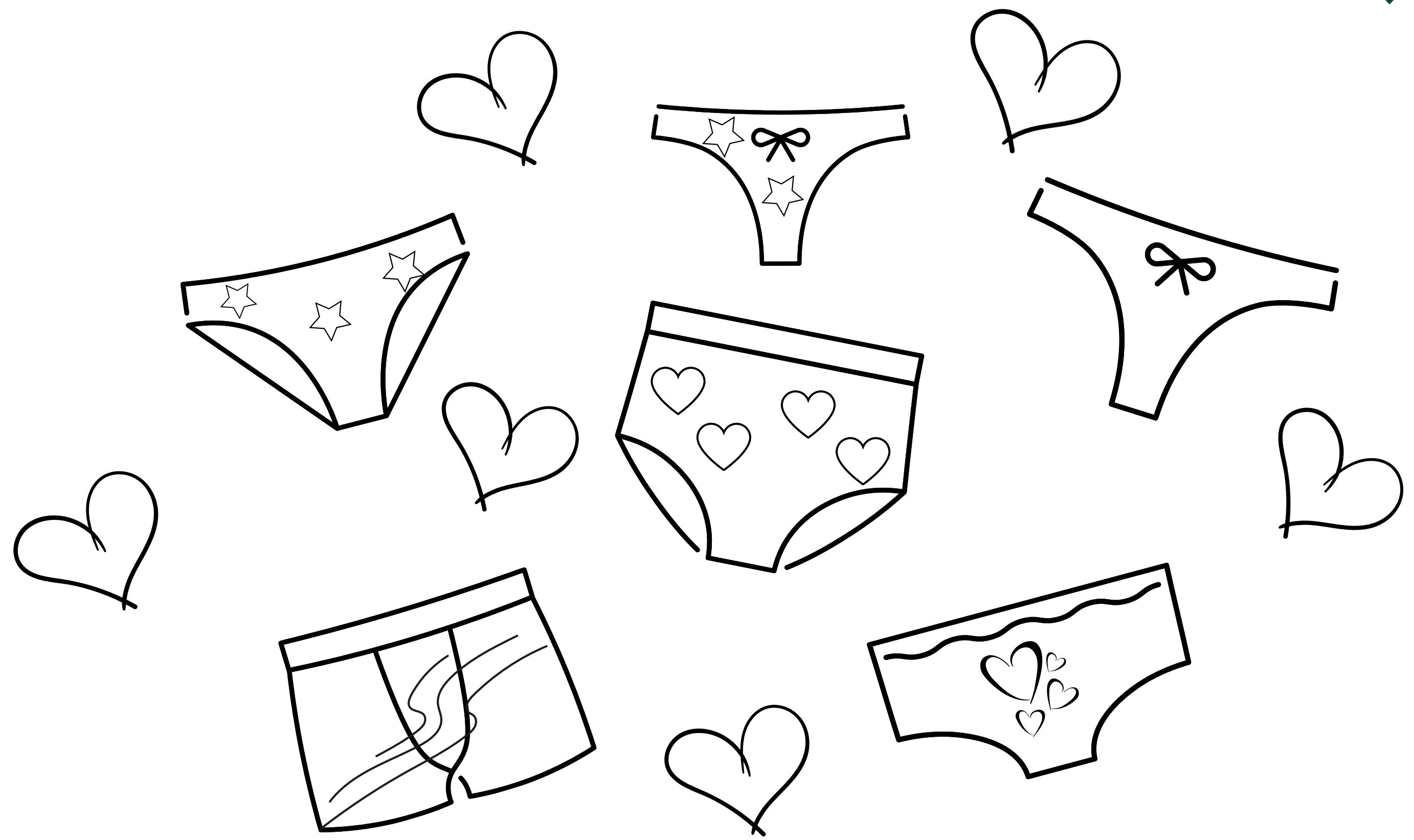
Deoarece _____



Îți porți pantalonii tăi pozitivi?



Cercetașii României
Creăm o lume mai bună





**Cercetașii
României**
Creăm o lume mai bună



Ce este important pentru tine?

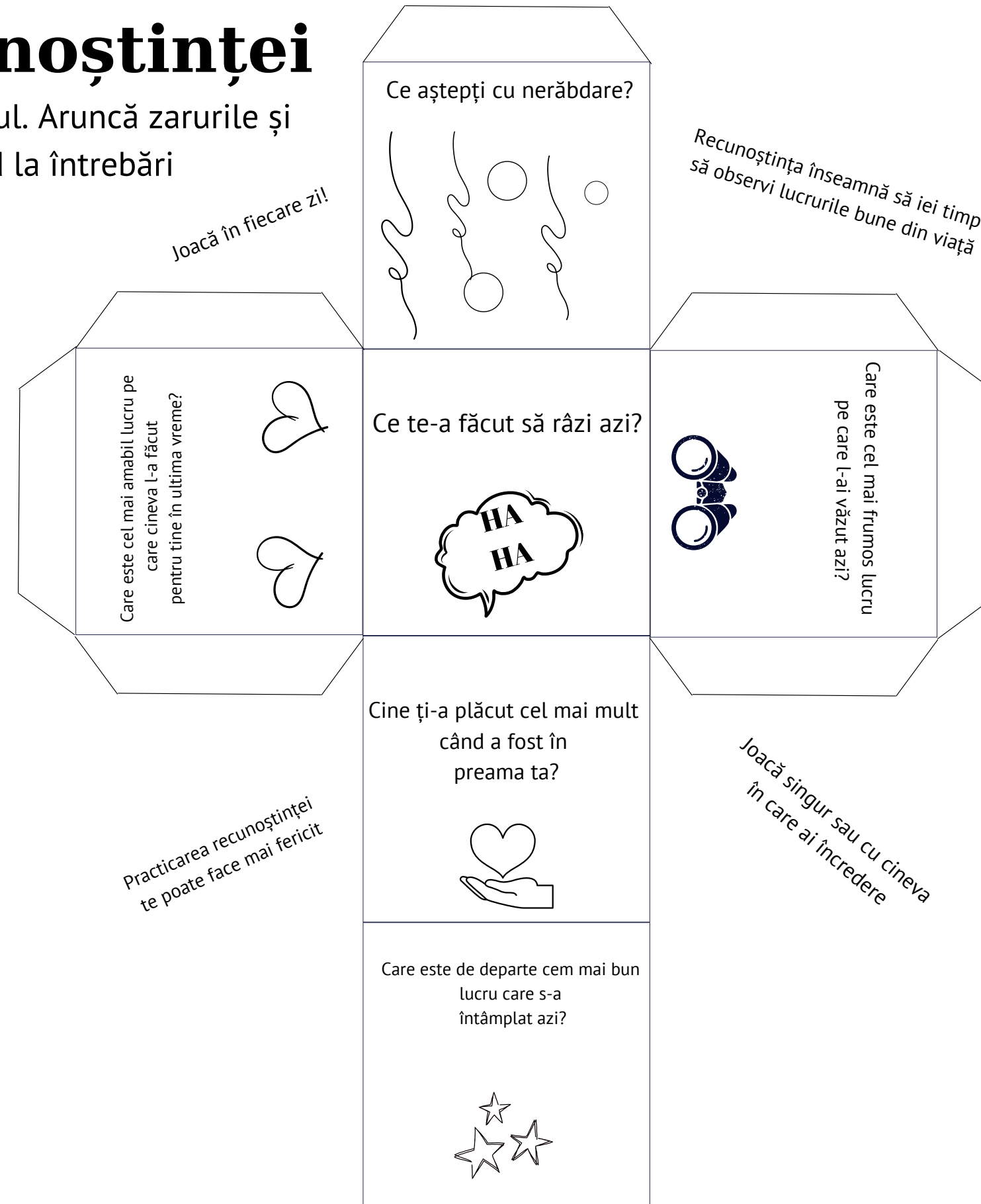
*Folosește această foaie pentru a scrie
ceea ce contează pentru tine, apoi
umple foaia de culoare!*

Fă loc pentru ceea ce contează!



Zarul recunoștinței

Decupează și lipește cubul. Aruncă zarurile și
răspunde pe rând la întrebări



**Cercetașii
României**
Creăm o lume mai bună