

RECOMANACIONS D'ESTIU



1. BUSCA L'ESPAI I EL MOMENT PER LLEGIR EL MÀXIM POSSIBLE. LLEGEIX PERQUÈ L'ESTIU T'INSPIRA AVENTURES I SOMNIS, LLEGEIX PERQUÈ ET VE DE GUST LLEGIR, LLEGEIX PERQUÈ HO NECESSITES.
2. PRACTICA MOLT ESPORT. CAMINA, NEDA, VES AMB BICICLETA... HI HA MOLTS CAMINS PER DESCOBRIR...
3. FES FOTOGRAFIES A L'AIRE LLIURE. AGAFA UNA CÀMERA I EXPLORA EL TEU ENTORN. CAPTURA PAISATGES, RETRATS O ALGUN DETALL INTERESSANT. DESPRÉS, POTS ORGANITZAR UNA EXPOSICIÓ.
4. POSAT EL DAVANTAL I PROVA NOVES RECEPTES AMB ALGUN FAMILIAR, AMIC O AMIGA. POTS APRENDRE QUALSEVOL PLAT SALUDABLE AMB INGREDIENTS PROPIS DE L'ESTIU!
5. RECORDA PASSAR TEMPS DE QUALITAT AMB LA TEVA FAMÍLIA I LES TEVES AMISTATS. PODEU FER PÍCNICS, BARBACOES, JUGAR A JOCS DE TAULA O FER PASSEJADES A PROP DE LA PLATJA.
6. ALMENYS UNA VEGADA HAS DE VEURE UNA POSTA DE SOL. ESTIGUES EN SILENCI I RESPIRA. TANCA ELS ULLS I DONA LES GRÀCIES A LA VIDA. VALORA EL QUE TENS.
7. CREA EL TEU DIARI DE VIATGE: SI TENS PREVIST FER UN VIATGE O SORTIDA DURANT L'ESTIU POTS DIBUIXAR, ESCRIURE I ENGANXAR FOTOGRAFIES PER CREAR UN RECORD ÚNIC I ESPECIAL.
8. SI ESTÀS DE VACANCES A LA COSTA, CAMINA PER LA VORA DEL MAR. MIRA COM EL SOL ES REFECTEIX A L'AIGUA PENSANT EN LES COSES QUE T'AGRADEN MÉS DE LA VIDA. T'AJUDARÀ A SENTIR-TE FELIÇ.
9. PLANEJA AMB LES TEVES AMISTATS UNA SORTIDA A ALGUN LLOC COM PER EXEMPLE, LA PLATJA. GAUDEIX, TINGUES CURA DE LA BELLESA NATURAL I DIVERTEIX-TE AMB LA GENT QUE ESTIMES.
10. LES VACANCES D'ESTIU SÓN UN BON MOMENT PER DESCOBRIR I APRENDRE UNA NOVA AFICIÓ. TOCA UN INSTRUMENT, ESCRIU UNA CANÇÓ, PRACTICA UNA DANSA...
11. ESCRIU UN CORREU ELECTRÒNIC A UN/A COMPANYY/A DE LA TEVA CLASSE DURANT AQUEST ESTIU. EXPLICA-LI ACTIVITATS QUE HAGIS FET, COM ET VAN LES VACANCES I ADJUNTA-LI ALGUNA FOTOGRAFIA.
12. RIU CADA DIA I ABRAÇA MOLT A LA GENT QUE ESTIMES, COM DEIA CHARLES CHAPLIN: UN DIA SENSE RIURE, ÉS UN DIA PERDUT.