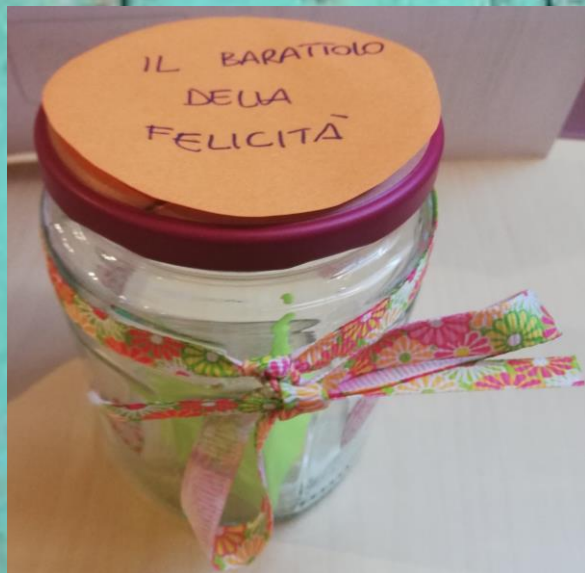


IL BARATTOLO DELLA FELICITÀ



... per recuperare il piacere per le
piccole gioie della vita quotidiana



Scuola dell'Infanzia Adele - a.s. 2019/20



Ecco tutto ciò che vi occorre:

- . Un barattolo di vetro
- . Foglietti e bigliettini su cui scrivere
- . Materiale decorativo (stoffa, nastri, etichette, adesivi, bottoni ...)
- . Matite e penne colorate



Per prima cosa dedicatevi alla preparazione del barattolo, decorandolo utilizzando il materiale decorativo che avete recuperato.



Scuola dell'Infanzia Adele - a.s. 2019/20

Vicino al barattolo posizionate un blocchetto di foglietti o una serie di bigliettini insieme a tante matite o pennarelli colorati, da usare giorno dopo giorno per annotare un pensiero felice su ogni bigliettino.



Scegliete un momento della giornata, magari alla sera, **per pensare ai momenti felici** che avete vissuto durante il giorno.

Potete scegliere se disegnare il vostro pensiero felice o farlo scrivere a mamma o papà. Ricordatevi però di segnare su ogni foglietto la data!!!



Ripiegate il vostro bigliettino
e inseritelo nel barattolo.
Continuate così giorno dopo
giorno, cercando di ricordarvi
del vostro barattolo della
felicità nel momento
prestabilito.



Quando il vostro barattolo sarà pieno, svuotatelo e usate i biglietti per realizzare un librettino dei vostri momenti di gioia, magari da riguardare in compagnia delle persone che vi vogliono bene.

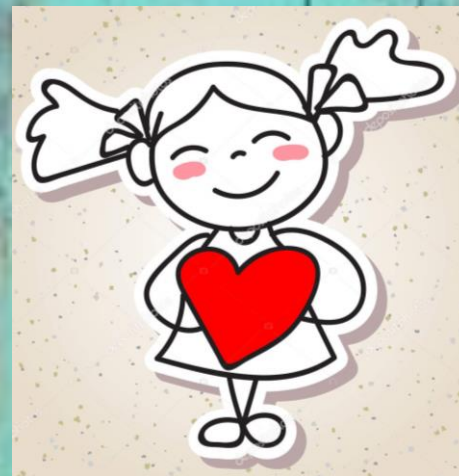


Che cosa possiamo annotare sui bigliettini? Ecco qualche spunto!

- un pensiero felice del giorno
- un regalo ricevuto
- una bella cosa quotidiana
- le parole di una canzone
- un evento speciale
- una giornata passata in famiglia
- un sogno fatto
- un gioco fatto con un amico



Il barattolo della felicità diventerà così un
piccolo distributore di felicità, per tutta
la famiglia!



Un abbraccio bambini!!!

Ricordatevi che c'è sempre un motivo per essere felici!



Scuola dell'Infanzia Adele - a.s. 2019/20