



Wiosenne Bingo

Dla wzmocnienia uważności i relacji w rodzinie. Dla rodziców i starszych dzieci.

Porozmawiajcie o jednym marzeniu każdego z Was	Sprawdź prognozę pogody i porównaj z rzeczywistością	Zaplanujcie wycieczkę	Zróbcie przejażdżkę rowerem	Zaprojektujcie latawiec
Znajdźcie ciekawostkę o wiosnie w innym kraju	Zamieńcie się rolami na godzinę	Przeczytajcie rozdział książki o naturze i porozmawiajcie o nim	Znajdźcie chmurę w ciekawym kształcie	Idźcie na spacer inną trasą niż zwykle
Zagrajcie w grę planszową bez telefonów	Przytul kogoś 5 razy w ciągu dnia		Zróbcie wyścig do najbliższego drzewa	Odpowiedzcie sobie na 5 pytań „których nigdy sobie nie zadaliśmy”
Rozpoznajcie na spacerze 2 gatunki drzew	Przygotujcie wspólnie wiosenny obiad	Wymieńcie się ulubioną piosenką i opowiedzcie dlaczego	Zróbcie piknik	Odkryjcie nowe miejsce w okolicy
Obejrzyjcie razem zachód słońca	Zrób dla kogoś coś miłego	Zróbcie 5 zdjęć oznak wiosny	Wybierzcie się na 30min. aktywność na świeżym powietrzu	Powiedzcie sobie po jednej rzeczy, z której jesteście dumni



@blisko.relacji

blisko



Wiosenne Bingo

Dla wzmocnienia uważności i relacji w rodzinie. Dla rodziców i młodszych dzieci.

Zróbcie konkurs kto pierwszy znajdzie biedronkę na spacerze	Poszukajcie chmury w kształcie zwierzęcia	5 minut wzajemnego słuchania bez przerywania	Zróbcie zielnik z 3 znalezionych roślin	Powiedz dziecku 3 rzeczy, które w nim podziwiasz
Zróbcie zdjęcie „nasz wiosenny dzień”	Pobiegajcie 2 minuty bez zatrzymania	Wymyślcie historię o napotkanym owadzie	Zróbcie wiosenną pracę plastyczną	Zbudujcie bazę z koców i czytajcie tam książkę
Namalujcie wspólny wiosenny obraz	Daj komuś 3 super-przytulasy		Przeczytajcie książkę o wiosnie	Zróbcie mini piknik
Szukajcie razem wszystkich kolorów tęczy	Zróbcie wiosenny rysunek kredą	Poszukajcie bazi i opiszcie je jak najdokładniej	Puszczajcie bańki mydlane w parku	Idźcie na spacer inną trasą niż zwykle
Obejrzyjcie razem zachód słońca	Poleżcie obok siebie 5 minut i porozmawiajcie o tym, co było dziś fajne	Zróbcie wiosenny koktajl	Oglądacie mrówki przez 2 minuty	Zagrajcie w grę planszową bez telefonów



@blisko.relacji

bingo