

LYCKOMANIFESTET

ONNEN MANIFESTI

MINA SPRÅK / MINUN KIELET

Vilka språk finns i ditt liv? Gör en tankekarta. Skriv "Mina språk" i mitten. Runt om skriver du vilka språk du använder i din vardag. Du kan fundera på vilka språk du kommer i kontakt med när du umgås med familj och släkt, med kompisar, när du är i skolan, i samband med olika hobbyer, på sociala medier, när du tittar på film, lyssnar på musik eller spelar dataspel. Det måste inte vara olika språk, det kan också vara dialekter, slang eller blandspråk. Fundera också på om du pratar likadant som du skriver.

Mitä kieliä sinun elämästäsi löytyy? Tee ajatuskartta. Kirjoita keskelle paperia "Minun kielet". Tämän ympärille täytät mitä kieliä käytät arjessasi. Voit miettiä mitä kieliä käytät kun seurustelet perheesi ja sukusi kanssa, tai kun katsot elokuvia, kuuntelet musiikkia tai pelaat tietokonepelejä. Voit myös kirjata eri murteita, slangia tai sekakieltä. Mieti myös, jos puhut samalla tavalla kun kirjoitat.

LYCKOSMOOTHIE / ONNEN SMOOTHIE

A. Vad behöver du för att må bra? Brainstorma för dig själv och skriv ner allt du kommer på. Tänk på att välmående inte bara handlar om din fysik, utan också hur du mår på insidan av kroppen.

A. Mitä tarvitset, että voit hyvin? Pohdi itseksesi ja kirjoita ylös kaikki mitä keksit. Huomioi ettei hyvinvointi pelkästään keskity ulkoiseen hyvinvointiin, vaan myös sisäiseen.

B. Hitta på ett recept för en lyckosmoothie. Vilka ingredienser sätter du i? Använd dina anteckningar från brainstormingen. Hur mycket av allt behöver du?

B. Keksi oma resepti onnen smoothielle. Mitä aineksia laitat siihen? Käytä muistiinpanojasi edellisen tehtävän pohdinnoista. Miten paljon tarvitset mitkään?

