

**Skriv eller rita saker i hjärtat
som du är bra på!**

**Titta och läs på lappen då och då för
att påminna dig själv om hur bra du är.**



Fyll i ett hjärta för varje extra snäll sak du gör under **VÄNLIGA VECKAN**

(Förklara på skrivraden vad det var du gjorde)































Hur många extra snälla saker hinner du göra under Vänliga veckan?

 Berätta för någon vad du tycker om med dem!	 Prata lite med någon du inte känner	 Läs en dikt om vänskap
 Lyssna på en sång om vänskap	 Skriv ner tre saker som du tycker om med dig själv (man ska vara vänlig mot sig själv också)	 Bjud in en kompis som ser ensam ut att vara med och leka
 Plocka upp skräp som ligger på marken eller golvet och släng i en papperskorg	 Lägg en hemlig vänlig lapp i någons ficka	 Låt en kompis gå före i kön
 Le åt någon på vägen till skolan	 Berätta för någon av dina vuxna att du tycker om dom	 Om du är på sociala medier eller spelar: skriv något snällt i en främlings flöde
 Ring eller messa någon som du inte har pratat med på länge	 (Eget förslag)	 (Eget förslag)