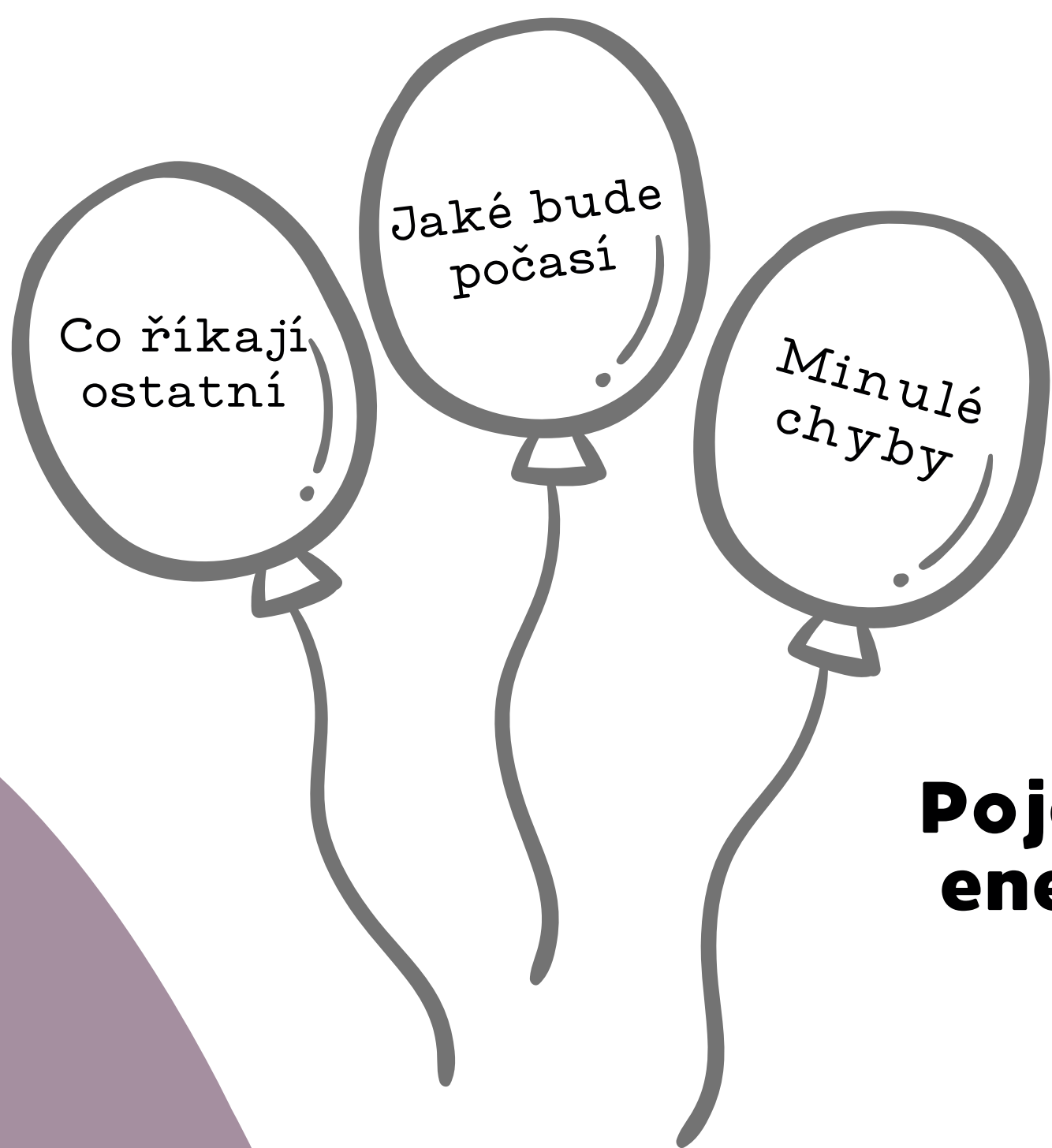


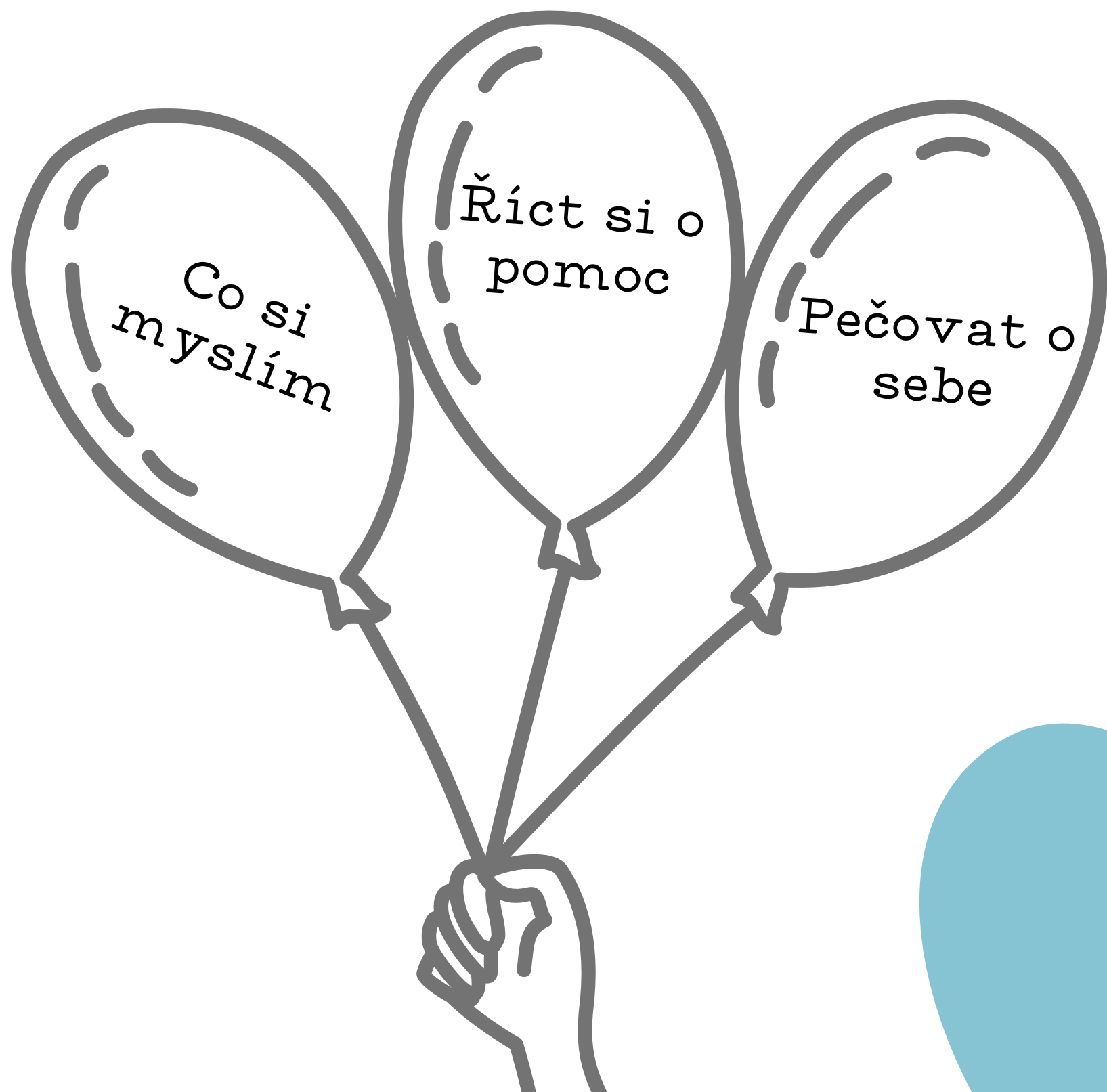
Nemáš to ve svých rukách? Nech to letět!

Často se trápíme věcmi, které nemůžeme ovlivnit a jsou mimo naši kontrolu



Někdy je prospěšnější tyhle věci pustit. Berou nám příliš mnoho energie a zbytečně se jimi trápíme.

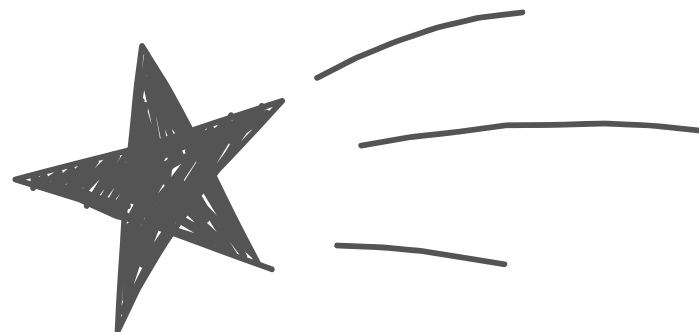
Pojďme věnovat naši pozornost a energii tomu, co můžeme změnit, s čím můžeme něco udělat, co můžeme ovlivnit.



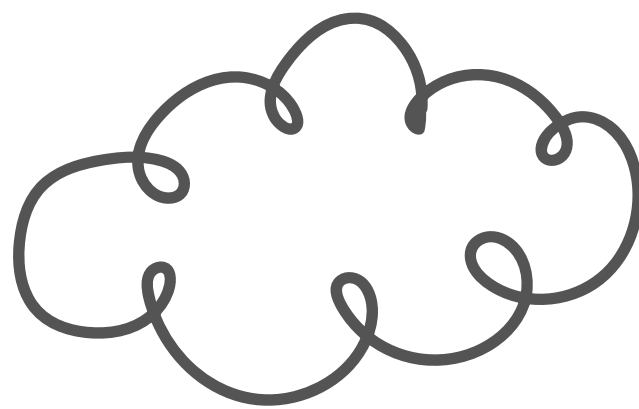
Jak na to?

Na straně 3 máš předlohu

Dopiš si do ní, které věci necháš letět a které jsou v tvých rukách.

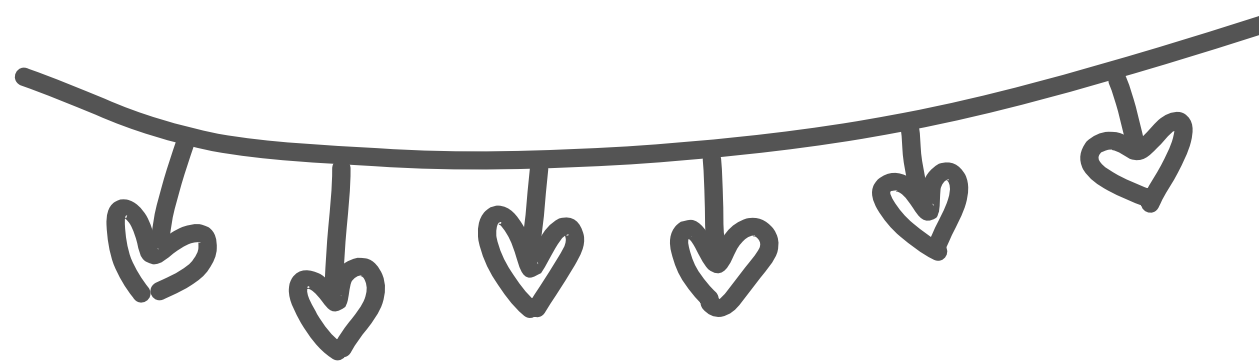


**Předlohu si můžeš dozdobit nebo
doplnit o další balóanky podle své potřeby a fantazie.**

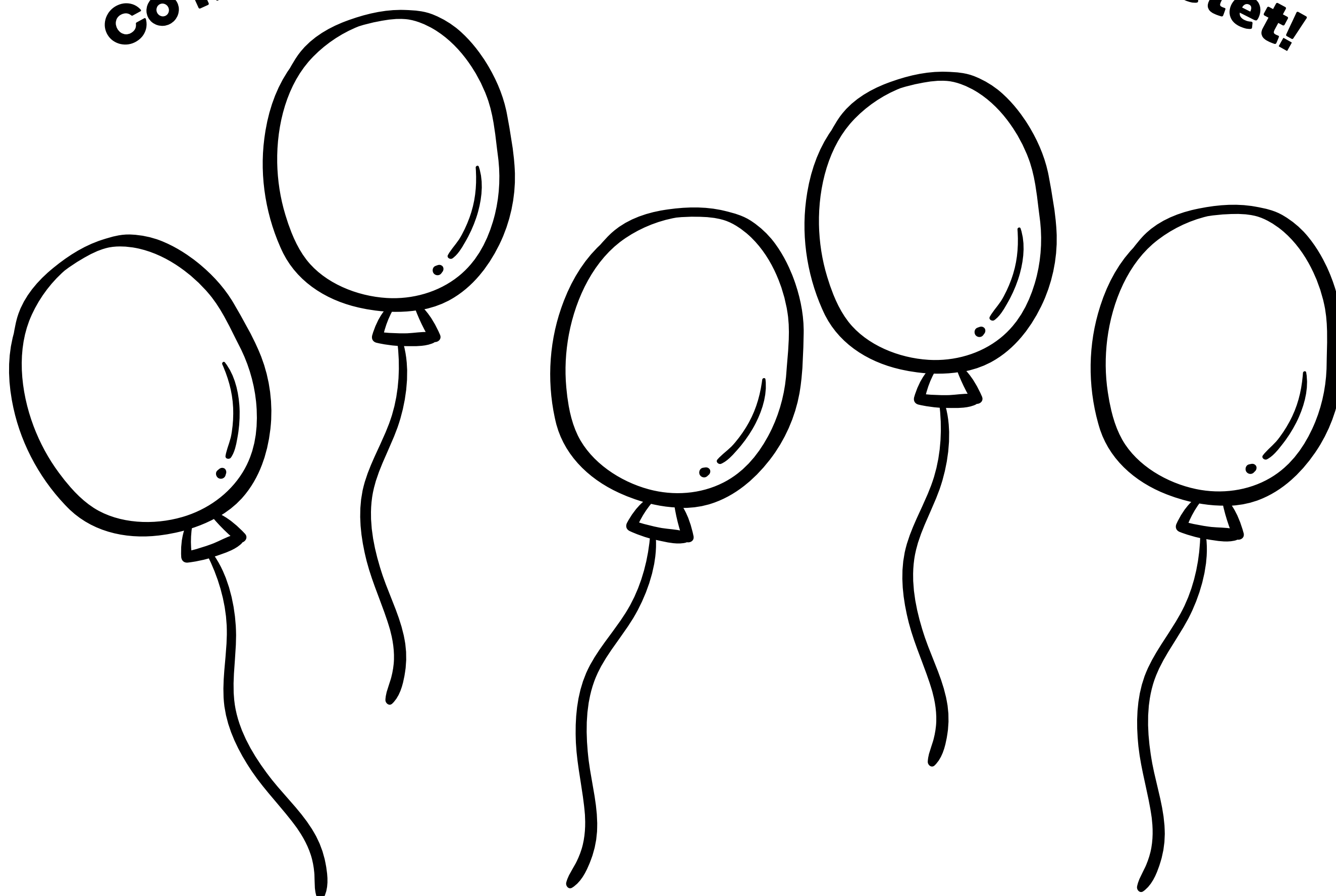


Z balóanků na straně 4 můžeš vytvořit vlastní originální koláž

**Balóanky můžeš také sám/sama namalovat nebo vytisknout na
barevný papír**



Co nemám ve svých rukách, to nechám letět!



Co můžu ovlivnit, pevně držím



