

RESPIRA!

UN BREU MOMENT PER A TU
ABANS DE COMENÇAR EL DIA!



1

TANCA ELS ULLS I RESPIRA TRES VEGADES.

2

HEM CELEBRAT EL DIA DE LA MARE. MARIA, LA MARE DE JESÚS, EL VA CUIDAR I EL VA FER SENTIR FELIÇ.

3

PENSA EN LES PERSONES QUE ET CUIDEN I ET FAN FELIÇ. DIGUES EN VEU ALTA ELS SEUS NOMS, ESTIGUIN ARA AMB TU O NO.

4

FES UNA ABRAÇADA A AQUELLA PERSONA QUE ÉS AMB TU A CASA I ET CUIDA. COM QUE ÉS PRIMAVERA, POTS PINTAR UNA FLOR I REGALAR-L'HI.

5

DURANT EL DIA D'AVUI, TRUCA A AQUELLA PERSONA QUE ESTIMES PERÒ QUE NO ÉS A CASA AMB TU I EXPRESSA-LI EL QUE SENTIS.

Que tinguis un bon dia!


maristes