Предлагаем собраться и заполнить Ресурсный лист

Радость – это то, что является источником сил и энергии. Ученные установили, что радость и благодарность укрепляет иммунную систему и помогают организму справиться со стрессами. Но, чтобы замечать в жизни хорошее, оказывается, надо специально тренироваться

Что приносит радость МНЕ	Что приносит радость НАМ (ОБОИМ СУПРУГАМ)	Что приносит радость ВСЕМ (ВСЕМ ЧЛЕНАМ СЕМЬИ)
Чай с шоколадкой	Приготовление пищи вдвоем	Валяться по субботам в постели с детьми
Чтение книги	Массаж перед сном	Кататься на роликах с коляской в парке

Почаще радуйте друг друга и радуйтесь все вместе!