

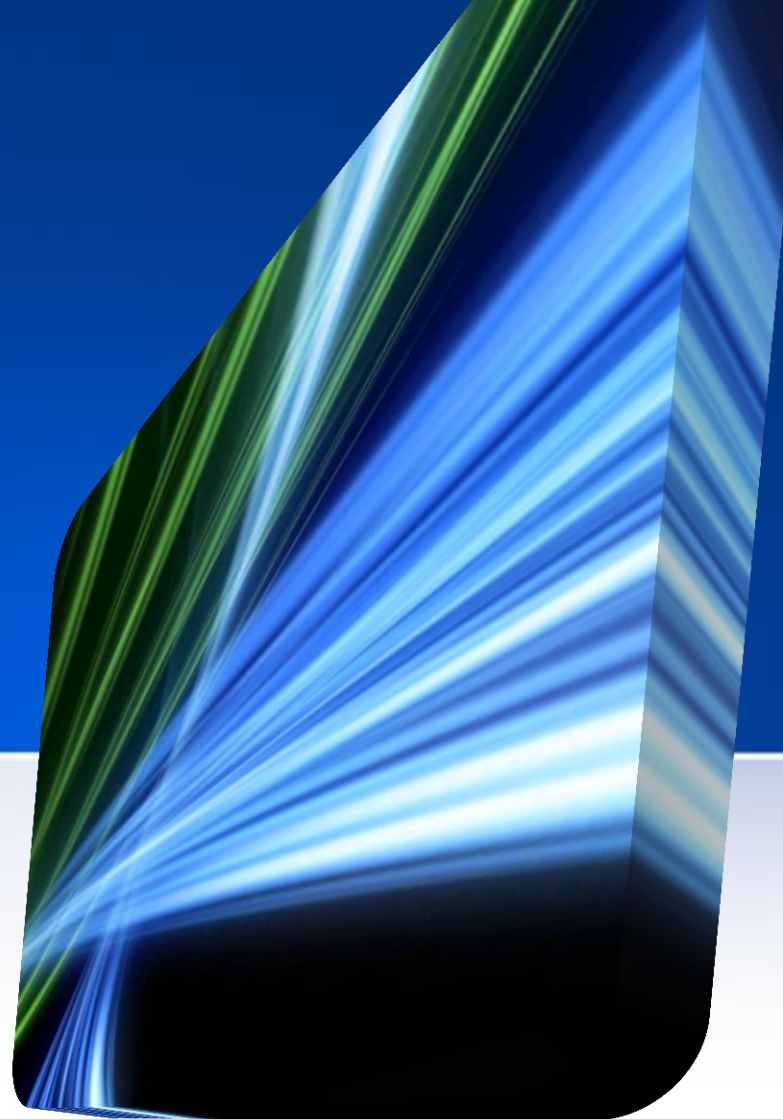
Emocionālās veselības nedēļa

PIRMDIENA – PIEKLĀJĪBAS diena

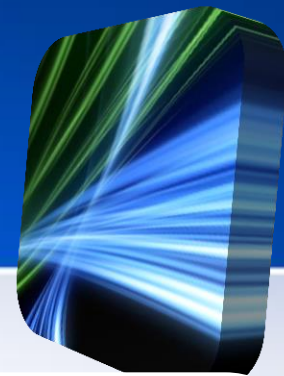
**TREŠDIENA – KOMPLIMENTU un
UZSLAVU diena**

CETURTDIENA – LABO DARBU diena

PIEKTDIENA – VESELĪBAS diena



PIRMDIENA - Pieklājības diena



Sasveicinies vai atvadies:

LABDIEN!

SVEIKI! ATĀ!

UZ REDZĒŠANOS!

**Pasakies, atvainojies vai
palūdz:**

PALDIES!

ATVAINOJĒT!

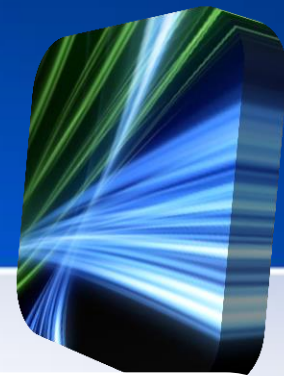
LŪDZU!

**Pieklājība
komunikācijā ar
pieaugušajiem**

**Cieņpilni uzrunā
uz «JŪS»**

**ESI UZMANĪGS, IEJŪTĪGS,
GATAVS PALĪDZĒT,
TAKTISKS SASKARSMĒ**

PIRMDIENA - Pieklājības diena



Sasveicinies un atvadies:

LABDIEN! ČAU!

SVEIKI! ATĀ!

UZ REDZĒŠANOS!

Pasakies, atvainojies vai
palūdz:

PALDIES!

ATVAINOJĒT!

LŪDZU!

**Pieklājība
komunikācijā ar
vienaudžiem**

Nelieto rupjus vārdus!

NEAPSAUKĀ!

NEIZSMEJ!

FIZISKI NEAIZSKAR!

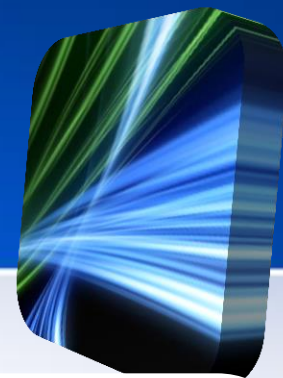
PIRMDIENA - Pieklājības diena



Laiki iet un mainās, tomēr pieklājība ir un paliek viena no cilvēciskajām vērtībām, kas palīdz mums sadzīvot ar apkārtējo pasauli.

Patiesa pieklājība raksturojas ar labvēlīgu, nesamākslotu un nesavtīgu attieksmi pret apkārtējiem.

TREŠDIENA - KOMPLIMENTU UN UZSLAVU DIENA



...liek smaidīt

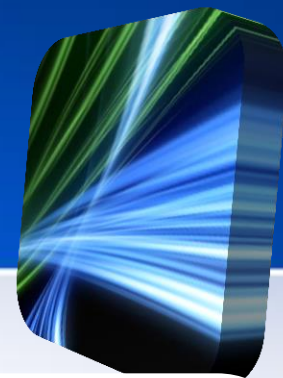
**... ceļ pašapziņu un
iedvesmo**

KOMPLIMENTS

**2.... uzlabo
attiecības ar
cilvēkiem**

**... uzlabo
komunikāciju**

TREŠDIENA - KOMPLIMENTU UN UZSLAVU DIENA



... dod drosmi
pārvarēt visus
šķēršļus

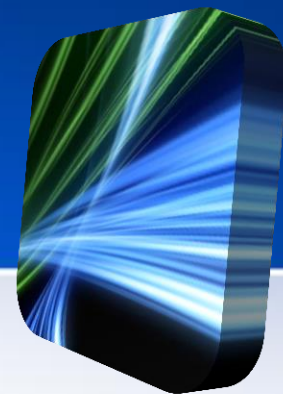
... palīdz gūt prieku
no paveiktā

UZSLAVA

2.... veicina kopības
sajūtu

... palīdz saskatīt
cilvēka labākās
īpašības

TREŠDIENA - KOMPLIMENTU UN UZSLAVU DIENA



***”Vārds, kas teikts īstā laikā, ir kā
zelta āboli greznos sudraba
traukos.”***

CETURTDIENA - Labo darbu diena



Šajā dienā paveic vismaz vienu
lielu vai mazu «labo darbiņu»:

- aprunājies ar kādu, kuram ir skumīgi;
- sakārto savu istabu;
- piezvani vecvecākiem (vecmammai/ vectēvam);
- kopā ar klasesbiedriem sakārto savu klases telpu;
- palīdzi līdzcilvēkiem;
- vienkārši pasaki «PALDIES!»;
- ja nepieciešams, palīdzi dzīvniekiem;
- dāvā labus vārdus saviem vecākiem, pavadi laiku kopā ar viņiem;
- ar klasesbiedriem vienojieties par grāmatas dāvinājumu skolas bibliotēkai «Draudzīgā aicinājuma dienā» (28.01.);
- šķiro sadzīves atkritumus;
- sagatavo ģimenei vakariņas;
- vai citi labie darbiņi ...

PIEKTDIENA - Veselības diena



- CELIES, KUSTIES, DZĪVO** – veic rīta vingrošanu; sporto svaigā gaisā; kāp pa kāpnēm; neizmanto liftu!
- SAVĀ ĒDIENKARTĒ IEKĻAUJ AUGĻUS UN DĀRZENUS!**
- ĒD GUDRI** – izvēlies Latvijā audzētus un ražotus produktus!
- RŪPĒJIES PAR APKĀRTĒJO VIDI!**
- MĀCIES** – izglītība nozīmē veselībpratību!
- MĪLI SEVI! RŪPĒJIES PAR SAVU VESELĪBU!**

