

حالتون چطوره؟ بچه های دوستی جواب این سوال جقدر مهمه! ما باید یک اتفاق خوشحال مون می کنه، شادی مون رو به دیگران نشون بدیم.

این در حال خوب خودمون دیگران تاثیرداره، برای آدمایی که دوستمون دارن مهمه که بدون چه حسی داریم تاز شادیمون کیف کن و وقت قم کمک مون کن

حالمون بهتر شه. پس اگه تا حالا این کار و اجرام ندادید باید باهم تمرینش کنیم، مثلا روزی چندبار حال خودتون رو پرسید. بله

تعجب نکنید، همیشه که نباید حال بقیه رو پرسید. خوبه

همون طور که به دیگران توجه می کنیم، حواسمون به خودمونم باشه. از امروز مثل یک بازی، چند دقیقه‌ای

فکر کنید که چه حسی دارید و چرا.

اگه موفق نشید حس واقعی تو رو بیدا

کنید، از پدر و مادرتون کمک

بگیرید. براشون از اتفاقات

اون روز بگید و باهم

تلاش کنید تا

به فهمید اون اتفاقات باعث

چه حسی در شما

در شما شدن.


 ۰۰۰۹۵۶
 ۰۹۰۹۴۳۹۴۵۷۶

۵۶

؟

سرگرمی

بازی ریاضی

با توجه به عدهای قبلی، در جای خالی عدد مناسب را قرار دهید.



نایفه ها، حلش کنید

$$۸ = ۵۶$$

$$۷ = ۴۲$$

$$۶ = ۳۰$$

$$۵ = ۲۰$$

$$۳ = ?$$

تصویر ساز: سیده امیدی

قصه تصویری

حوصله ام سرور فته!

توی یک جنگل شلوغ و پلوغ، کنار یک رودخونه زیبا، یک سمور آبی بازیگوش به اسم «جیلی» با پدر و مادرش زندگی می کرد. پدر جیلی همیشه از صبح تاشب کلی کار می کرد و جیلی به داشتن چنین

پدری با تمام وجود و افتخار می کرد.

۱ بازی کردن بودند.



تصویر ساز: سیده امیدی