



Hlyvän mielen joulukalenteri

Olisiko Tonttulassa kiireenkin keskellä aikaa pieni hetki omille jutuille? 😊



Tonttutehtävä 4.

Oma juttu

Millaisesta tekemisestä, harrastuksesta tai aktiviteetista tykkäsit lapsena tai nuorena? Minkä tekemisen parissa koit merkityksellisyyttä tai unohdit kuluvan ajan viimeksi? On tärkeää pysähtyä pohtimaan ja tunnistamaan, mitkä asiat olivatkaan minun arvojeni mukaisia ja minulle tärkeitä. Voisitko varata

aikaa ja palata näiden äärelle, vaikka tuntuisi että aikaa ei olisi? Pienetkin teot omien arvojen mukaisesti auttavat elämään omannäköisempää elämää.