REGAL D'HIVERN · FULL PER PENSAR

El meu full de gratitud

Tres coses que agraeixo aquest any i una cosa bona que vaig fer per algú.



10 minuts · De 4 a 8 anys · A casa o a classe

HI TROBARÀS

1. El meu full de gratitud
2. Targetes de gratitud per retallar
3. Idees per a casa i per a classe

> Donar les gràcies ens ajuda a veure tot el que ja tenim de bonic. A l'hivern, amb qui estimem.

Aquest any agraeixo...

Escriu o dibuixa a cada capsa.

Em dic: _____ **Data:** _____

1



A una persona

Gràcies a... perquè...

2



Un moment

Em va encantar quan...

3



Una cosa petita

Una cosa petita que em fa feliç...



Una cosa bona que vaig fer per algú

Com es va sentir? I com et vas sentir tu?

Targetes de gratitud

Per a la classe o la família: retalla, escriu i regala... o pengeu totes les targetes en un cordill.

Gràcies, _____

per...

_____

De: _____

Gràcies, _____

per...

_____

De: _____

Gràcies, _____

per...

_____

De: _____

Gràcies, _____

per...

_____

De: _____

Gràcies, _____

per...

_____

De: _____

Gràcies, _____

per...

_____

De: _____

COM FER-LO SERVIR

- **A casa:** a l'hora de sopar, cadascú diu una cosa que agraeix avui.
- **A classe:** cada infant omple el seu full; després, roda de gratitud en cercle (qui vulgui, sense obligar).
- **La garlanda:** amb les targetes d'aquesta pàgina, pengeu un «cordill de gràcies» a la paret.