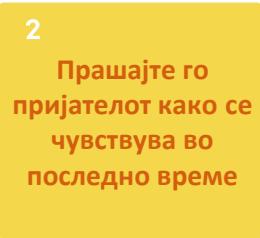
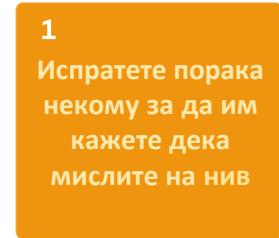


# Пријателски Февруари 2025

ПОНЕДЕЛНИК ВТОРНИК СРЕДА ЧЕТВРТОК ПЕТОК САБОТА НЕДЕЛА



**3** Направете чин на љубезност со што ќе олесните нечиј живот

**4** Поканете пријатели на 'пауза за чај' (лично или виртуелно)

**5** Најдете време за пријателски муабет со сосед

**6** Обновете контакт со стар пријател кој не сте го виделе одамна

**7** Покажете активен интерес поставувајќи прашања при разговор со други

**8** Споделете ги чувствата со некој кому вистински му верувате

**9** Заблагодарете се некому и кажете им колку ви значат

**10** Барајте го доброто кај другите, особено кога ве фрустрираат

**11** Испратете охрабрувачка порака на некој кому му е потребен поттик

**12** Фокусирајте се на тоа да бидете љубезни, отколку да бидете во право

**13** Насмевнете се на луѓето кои ќе ги сртнете денес и развеселете им го денот

**14** Кажете му на некој близок или на пријател зошто се посебни

**15** Поддржете локален бизнис со позитивна оценка на интернет или со пријателска порака

**16** Контактирајте некој што можеби е во тешка состојба и понудете помош

**17** Ценете ги добрите квалитети кај некој во вашиот живот

**18** Одговорете љубезно на секој со кого ќе зборувате денес, вклучувајќи се и себеси

**19** Споделете нешто инспиративно, корисно или забавно

**20** Направете план за да се поврзете со некого и направете нешто забавно

**21** Внимателно слушајте ги луѓето што кажуваат, без да им судите

**22** Дајте искрени комплименти на луѓето со кои зборувате денес

**23** Бидете нежни со некого кого имате навика да го критикувате

**24** Кажете им на вашите близки за силните страни кои ги гледате кај нив

**25** Заблагодарете се на три лица и кажете им зошто сте благодарни

**26** Одвојте непрекинато време за вашите најмили

**27** Јавете се на пријател и навистина слушајте го додека зборува

**28** Денес дајте позитивни коментари на што е можно повеќе луѓе

