

Tarptautinė laimės diena 2021

Kovo 20 d.

Kvietimas

Metas
pakilti

Kaunas 2022



Švenškime kartu!

Nors šalių vis dar kausto karantino ribojimai, tačiau tai nereiškia, kad negalima švęsti Tarptautinės laimės dienos. Tai diena, kurios metu mes primename vieni kitiems, jog laimė nėra nepasiekiamo – ji supa mus kasdien.

Vos prieš dvejus metus visi švenčiantys Laimės dieną nebūtų tilpę net į dvi Žalgirio arenas. Nors šiais metais susitikti vienoje vietoje ir vienu laiku negalime, tačiau kovo 20 dieną švenškime laimę kartu kūrybiškai!

Metas pakilti

Šis gyvenimo tarpsnis – neįprastas mums visiems. Turėjome žaibiškai prisitaikyti prie pasikeitusio gyvenimo, o tai žmogaus emocinei būklei – didelis iššūkis.

Pasaulinės pandemijos metu pradėjome vertinti dalykus, kurie mums anksčiau atrodė savaime suprantami. Iki pandemijos buvo įprasta susitikti su draugais, eiti į kiną, restoraną, spektaklį, lankytis galerijose ir muziejuose ar stebėti krepšinio varžybas sirgalių pilnoje arenoje. Kadangi jau

kuris laikas tenka to atsisakyti, daugelio laimės koeficientas taip pat sumažėjęs.

Todėl per šią Laimės dieną kalbėsime ir skirsime daug dėmesio mūsų emocijoms ir jausmams. Kviesdami pakilti, mes kviečiame kartu atrasti būdų kaip praskaidrinti dabartinę kasdienybę. Šių metų Laimės diena – tiesiog puiki proga visiems kartu pakilti nuo sofų ir pasitikti pavasarišką saulę!

Kaunas 2022

Kaip galima dalyvauti Laimės dienoje?

Kadangi vis dar galioja taisyklės, neleidžiančios vykti susibūrimams, dalyvavimas Laimės dienoje turėtų būti toks, jog visiems būtų saugu.

Štai keletas idėjų Jums:

Laimės diena 2021

- Papuoškite savo biurą, namus ar transporto priemonę iš išorės matomais tvariais šios Laimės dienos simboliais, kurie simbolizuotų pakilimą: aitvarais, popieriniais lėktuvėliais, sparnų motyvais, gėlių pūkais ir pan.
- Sukurkite išsinešimui sveikos mitybos laimingus patiekalus (gausius skaidulų ar sveikų riebalų) arba specialiai šiai dienai pagalvokite būdų, kaip miestiečiai galėtų pagaliau pavakarieniauti ne namų aplinkoje.
- Išsitraukite dviratį ir kartu su seniai nematytu bičiuliu prisiminkite mėgstamą maršrutą arba susitikite saugiam pasivaikščiojimui lauke po miesto parkus ar miškus.
- Sukurkite pramogą savo senai matytiems lankytojams, klientams, pasitelkiant pačius kūrybiškiausius būdus, išnaudojant lauko erdvę, langus ar kitus saugius būdus.
- Dedikuokite kokią nors smagią veiklą ir skirkite daugiau laiko tiems, kuriems jo trūksta šiuo metu. Pagalvokite būdų, kaip pasiekti ir pradžiuginti vienišus žmones namuose, gydytojus ir tuos, kurie visą šį laiką nesimatė su savo artimaisiais ar draugais.
- Pakvieskite savo kaimynus bendrai vakarienei, pietums ar pusryčiams. Susitikite visi savo balkonuose, kad bent vieną dieną prisimintumėte, koks geras jausmas valgyti visiems kartu.

Kaunas 2022

Apie savo sumanymus ir norą
dalyvauti iki kovo 5 d. praneškite el.
paštu **irute@kaunas2022.eu**
ir užpildykite registracijos formą:
tiny.cc/LaimesDiena

Kaunas 2022

Laimės diena 2021

Laimingai!
„Kaunas 2022“ komanda

