

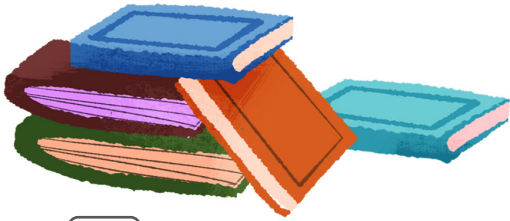
Tee pieniä arkisia tekoja! Siitä tulee hyvä mieli!



☐ Kysyn ainakin kolmelta ihmiseltä: "Mitä kuuluu?"



☐ Täytän sanaristikkoo tai sudokua.



☐ Luen kirjan.



☐ Ihailen kaunista maisemaa veden äärellä.



☐ Ulkoilen ystävän kanssa.



☐ Piirrän, maalaan tai kirjoitan.



☐ Juon lämmintä juomaa ulkona.



☐ Nautin hyvästä ruoasta.