



BOLDOGSÁGÓRA ÖTLETTÁR

- MÁRCIUS 31 -



HARAGFOGÓ

8	7	NARANCSSÁRGA	6	5	
PIROS	Mondd magadnak: "Nyugalom. Minden rendben. Megoldódik minden."	Mosd meg az arcod hideg vízben!	SÁRGA	Hallgass valami megnyugtató zenét!	
ZÖLD	Képzeld el egy gyönyörű, kellemes tájképet!	BARNÁ	Mozog! Járssz a szabadban! Ugrálj körre! zzzz! Laddzzz!	SÁRGA	Hallgass valami megnyugtató zenét!
KÉK	Végy néhány mély lélegzetet! Figyeld a levegő ki- és beáramlását!	BARNÁ	Mozog! Járssz a szabadban! Ugrálj körre! zzzz! Laddzzz!	ZÖLD	Képzeld el egy gyönyörű, kellemes tájképet!
4	3	LILA	1	2	
RÖZSASZÍN	Beszéld meg egy barátal akiben bizodl!	LILA	1	2	