

صنع الذكريات

للأعمار من 3
إلى 7 سنوات

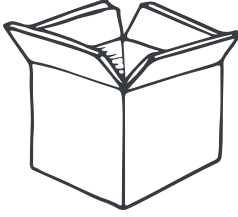


صنع الذكريات

عندما تفقد شخصًا ما، فإن صنع الذكريات يمكن أن يساعدك على الشعور بتحسن والأشياء الجميلة ستجعلك تبتسم. إليك بعض الأشياء التي يمكنك فعلها لتتذكر ذلك.

صنع صندوق ذكريات

1



ابحث عن صندوق فارغ وزين الجزء الخارجي بالطلاء أو أقلام اللباد أو أقلام التلوين. استخدم ألوانك المفضلة.

2

اجمع بعض الأشياء وضعها في الصندوق. ارسم أو خط صورة. ضع دمية صغيرة أو لعبة فيها.



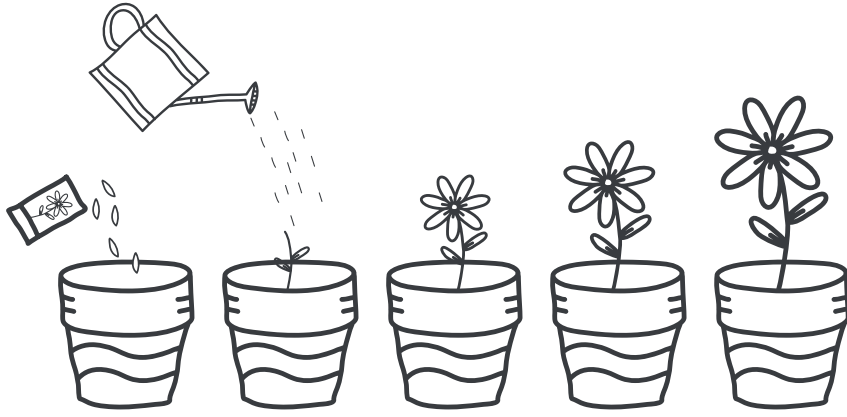
3

عندما تفقد هذا الشخص المميز، انظر في المربع لكل الأشياء التي تذكرك به.



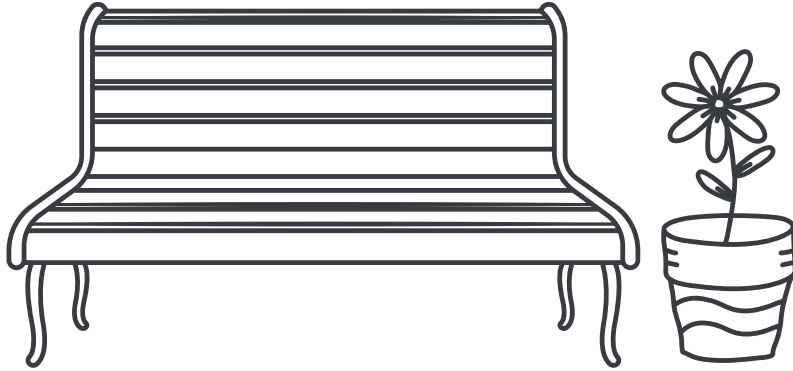
حديقة نباتية

حث عن إناء للزهور وتربة وبذور. ازرعها في القدر واسقها بانتظام وشاهدها وهي تنمو وستذكرك دائماً بهذا الشخص المميز. يمكنك حتى إضافة الزخارف وطواحين الهواء والديكورات الجميلة.



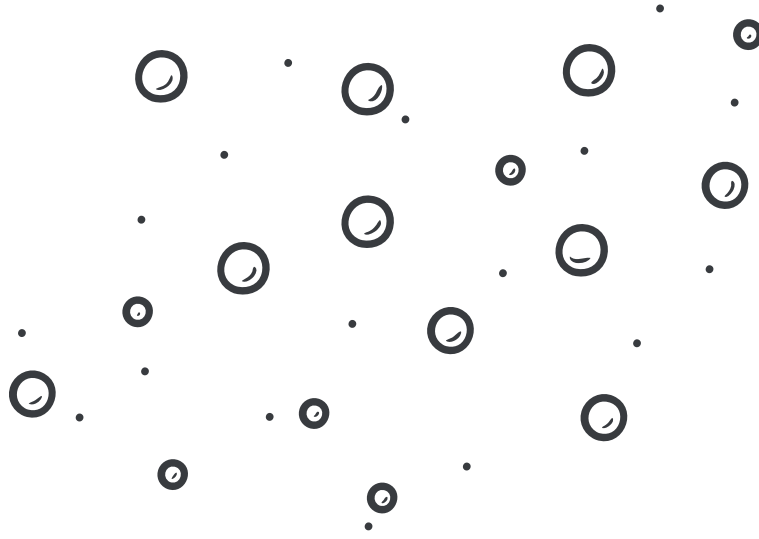
إيجاد مكان مميز

اختر شجرة في حديقة محلية أو ابحث عن مكان خاص حيث يمكنك قضاء بعض الوقت في تذكر طفل محبوب.



ماذا بإمكانني أن أفعل أيضا لتذكرهم؟

انفخ بعض الفقاعات وطاردها حتى تنفجر!



تحدث إلى شخص ما

تحدث إلى عائلتك عن الشخص الذي تفتقده لأنهم سيفقدونهم أيضًا.
أو يمكنك التحدث إلى أصدقائك أو مدرسك.

مرحبًا،

كيف حالك؟