

Náš čas je vzácný.
Každý den je jedinečný
a nebude se opakovat.
Proto jsou tu chytře
výzvy IN! Tento
měsíc si chceme
uvědomit, že místo
koukání do mobilu
nebo počítače
můžeme stihnout
věci, které nám
dělají opravdovou
radost. Tento měsíc bu-
de stát rozhodně za to.

Pojď
na to
chytře!

NO SMARTPHONE,
NO DRAMA

Velká VÝZVA
pro tebe!

MY TIME IS
precious



3. Smart výzva



skutečně u všeho? Zkus se zamyslet, jestli existuje i něco jiného, co bys po příchodu ze školy ráda podnikla. Četba knihy s hrnkem horké čokolády v ruce, hry se sourozenci nebo třeba pomoc mamce s přípravou večeře přece taky nejsou k zahzení.

Uf ještě že už je po škole. Jsou čtyři odpoledne a já konečně dorazila domů. Znaveně shodím tašku z ramen a rozstáhnou se na své pohodlné posezeli. Po chvíli odpočinku se znova natáhnou ke školnímu batožině, ležícímu pod psacím stolem, a z jedné z kapes vylovím mobil. Soeva odemknu obrazovku, o zábavu mám postaráno: Kačka přidala foeku do svého příběhu na Instagramu, Soňa okomentovala můj nejnovější příspěvek na Facebooku a na skupinovém chatu naší party se konečně rozjela debata o další společné akci. Po nějaké době mi oči sklouznou k hodinám na displeji. Cože, sedm večer? Vždyť jsem teprve před chvílí přišla domů...

Klikání, scrollování, komentování, lajkování... Všechny tyto činnosti zabere jen chvilinku, pár sekund a je hotovo. No jo, pokud u nich ovšem nezamrzne na pěknou řádku minut, ze kterých se snadno stanou hodiny. Jakmile jednou začneme, není jednoduché se odtrhnout – občas to stojí značnou sílu vůle. My víme, pořád se něco děje, neustále někdo přidává něco nového a všichni přece chceme být v obraze. Ale musíme být

IN TIP

Jak využít chytře čas bez mobilu? Zkus si vzpomenout na nějakou činnost, kterou sis vždycky chtěla vyzkoušet, ale nezbyl na ni čas. Může to být třeba i dlouho zapomenutý koníček, který jsi měla kdysi ráda. Uvidíš, že jakmile otevřeš zajímavou knihu nebo se vrhneš na pečení nějaké dobroty, hodiny pobeží jako splašené.

ZAPOJ SE A VYHRAJ!

Naše výzva může být opravdu v některých chvílích náročná. A my oceňujeme, že to nevzdáváte.

Proto se můžete těšit na skvělou soutěž o super LAMÁCeny. ☺

Už příští měsíc se dozvíte víc!



Výzva tohoto měsíce zní

**VYMYSL SI ZÁBAVU BEZ MOBILOU
NA 3 HODINY.**

Hodně štěstí!

LAMA TIP

Vyseřihni si karamělkou výzvu, ať je máš vždy u sebe. Opakování je llamazing. ☺
No a když si je podleješ, budeš mít skvělou záložku nebo pohled.

I'm creative



Pojď do toho!