

PODZIM není nuda

Na podzim se všechno mění. Ve škole začíná maraton a první čtvrtletní písemky a příroda se začíná měnit. Pojdte si ale užít podzim. Zahodte mobily a vydejte se užít si podzimní dobrodružství.

koutek, kde se můžete zavřít s knihou. Ponořte se do světa filmů a příběhů a užijte si čas pro sebe.

- Umělecká dílna:** Vytvořte si svou vlastní uměleckou dílnu a zkuste malovat, kreslit nebo vyrábět. Podzimní motivy, jako jsou stromy, listí a plody, mohou posloužit jako inspirace pro vaše tvůrčí projekty.
- Organizace šatníku:** Využijte podzimní období ke zdokonalení svého šatníku. Projděte si oblečení, které už nepoužíváte, a udělejte místo pro nové podzimní kousky. Můžete také zkoušet různé kombinace oblečení a tvořit si své nové trendy.
- Relaxace a péče o sebe:** Podzim je skvělý čas na relaxaci a péči o sebe. Udělejte si relaxační koupel s vonnými svíčkami, vytvořte si svůj vlastní domácí peeling nebo si prostě užijte čas na odpočinek a regeneraci.

Pokud se vám tipy líbily, pojdte do akce. Vřít novém INI jsme pro vás spoustu těchto tipů zrealizovali.

Šéfredaktorka Majka

AKTIVITY VENKU

- Podzimní procházka v přírodě:** Vyžijte krásné podzimní barvy a chladnější počasí a vydejte se na procházku do parku, lesa nebo venkovského prostředí. Obdivujte padající listí, sbírejte plody a nasajte svěží podzimní atmosféru.
- Výlet do sadu:** Podzim je čas sklizně ovoce. Vyrážte na výlet do ovocného sadu a pomozte se sběrem čerstvých jablek nebo hrušek. Podzimní brigáda může být příjemným relaxem a odpočinkem od školních povinností.
- Piknik s přáteli:** Uspořádejte podzimní piknik se svými kamarády. Svačte venku na dece, přispějte každý svým vlastním výtvozem, i kdyby to měl být jen toust, podzimních dobrot totiž není nikdy dost.

- Chvála stvoření:** Vydejte se ven a místo mobilu si vezměte Bibli nebo růženec. Vnímejte krásné podzimní scény a barvy a vyslovujte chválu za tak krásné stvoření. Zkuste použít Bibli a najít si nějaký hezký žalm nebo verš a rozjímát o tom.
- Sportovní aktivity:** Využijte chladnějšího počasí k aktivním venkovním sportům, jako je běh, cyklistika nebo skákání přes švihadlo.

AKTIVITY DOMA

- Kuchařka na podzimní dobroty:** Zkuste připravit nějaké podzimní pokrmky a netradiční kombinace. Co zkusit výrobu domácího jablčného koláče nebo dýňové polévky?
- Večer plný filmů a knih:** Udělejte si domácí kino nebo si vytvořte útulný

INDEX

3 Aktuálně
Hurá, jsme REPUBLIKA

4 Interview
Misionářka
JITKA SVOZILOVÁ

6 Inkognito
Řešíme NÁLADOVOST

7 INI story
Zjistit, co je DŮLEŽITÉ

8 Inspirace
OUTFIT v podzimních
barvách

9 Inside
POMLUVA a omluva I.

10 Duchovní INjektce
ANDELE • fascinující
bytosti

11 Redakční okénko
Podzimů NEODOLÁŠ

12 Téma INI
Buď královnou PREZENTACÍ

14 INovace
ZÁRNA plet

15 INI měsí
SLEDUJEŠ, podporuješ,
platíš?

16 INI test
Myslíš na ORGÁNY?

17 INI tip
SKOLA • pohroma,
nebo pohoda?

18 INI action
DCM Litoměřice a IDCZM
KRÍŽOVATKA Příchovice

20 INI z draví
SVIHADLU nemůžeš říct no

21 INspirační osobnost
TEREZIE z Lisíak
• patronka INI

22 INtalekt
SOUTEŽ a osmisměrka

23 Zábava v INI
REKORDY • kdo umí, ten umí

ViRA.CZ
VIRA NA INTERNETU

Každou
nepatrnou laskavostí
měníš svět.