

# BUEN HUMOR

## DEFINICIÓN:

El buen humor es la tendencia a conducirnos con alegría y buena disposición. Y nace de una sensación de bienestar anímico. Además, podemos despertarlo. ¿Empezando el día con la canción que más te gusta?

La alegría es contagiosa, si nosotr@s estamos de buen humor, podemos conseguir que el resto también lo esté.

## ESCUCHAMOS A JESÚS:

En este tiempo hemos estado en nuestra casa aislados y eso puede que haya hecho que estemos un poco tristes. ¿Pero recordáis el primer día que visteis a aitite y amama? ¿al tío o la tía? Cuando nos encontramos con nuestros familiares sentimos una gran alegría. Esa misma alegría que los discípulos sintieron cuando se encontraban con Jesús y la misma que sentimos cuando estamos cerca de Él. Jesús es fuente de alegría.

## IMÁGEN:



## PREGUNTAS:

Y nosotr@s, ¿solemos estar alegres? ¿contagiamos nuestra alegría?

## RETO DE LA SEMANA:

Conseguir que los de nuestro alrededor se rían.

¡Recordemos durante todo el verano que una de las características de los amigos de Jesús es estar alegres!

# UMORE ONA

## DEFINIZIOA:

Umore ona da pozik eta jarrera onean gidatzeko joera. Eta gogo-ongizate sententzio batetik sortzen da. Gainera, esnatu egin dezakegu. Hasiko dugu eguna gehien gustatzen zaizun abestiarekin?

Poza kutsakorra da, gu umore onez bagaude, pozik egotea lor dezakegu.

## JESUS ENTZUTEN DUGU:

Garai honetan, gure etxean isolatuta egon gara, eta baliteke horrek tristetu egin gaituela. Baina gogoratzen duzue aitite eta amama ikusi zenituzten lehen eguna? osabari edo izekori?

Gure senideekin topo egiten dugunean, poz handia sentitzen dugu. Jesusen jarraitzaileek berarekin topo egitean sentitu zuten poza bera, eta Jesusengandik hurbil gaudenean sentitzen duguna.

Jesus poz-iturri dala eta.

## IRUDIA:



## GALDERAK:

Eta gu pozik egoten gara? gure poza kutsatuko dugu?

## ASTEKO ERRONKA:

Gure ingurukoek barre egin dezaten lortu behar dugu.

Gogoan izan uda osoan Jesusen lagunen ezaugarrietako bat alaiak izatea dela!