

# KSIĄŻECZKA PEŁNA RADOŚCI



Napisata Joanne Ruelos Diaz  
Zilustrowata Annelies Draws  
Przełożył Adam Pluszka

**KROPKA**

# 1 STYCZNIA NOWY ROK

Dzisiaj jest pierwszy dzień nowego roku.  
Jest pełen możliwości.

Wyjmij pudełko kolorowych kredek i kartkę papieru.  
Być może dokładnie wiesz, co chcesz narysować.  
Ale możesz też zacząć od okręgu, linii lub gwiazdy  
i zobaczyć, dokąd cię to zaprowadzi...



Na co czekasz w tym roku?

# 2 STYCZNIA ZJEDZ DOBRE ŚNIADANIE

Co lubisz jeść na śniadanie?  
Ciepła miska owsianki może nieźle smakować  
w chłodny zimowy poranek.

Żeby była wyjątkowa, możesz dosypać do niej różnych  
prysmaków. Co chcesz dziś dodać do swojej miski?



## 3 STYCZNIA CZYTAJ I ODPOCZYWAJ

Dobrze jest odpocząć, zwłaszcza po ekscytującym okresie świątecznym.

Włóż więc piżamę wcześniej niż zwykle, załóż skarpety i ułoń się z dobrą książką.

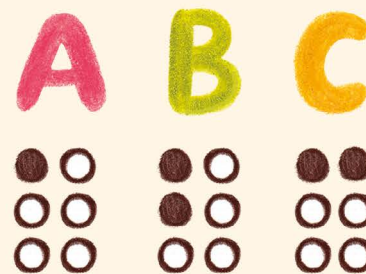
Poświęć trochę dnia na czytanie i odpoczynek. Sen pomaga wzmocnić ciało, umysł i pamięć.



Gdzie masz swoje ulubione miejsce na odpoczynek i relaks? Co sprawia, że jest tak wyjątkowe?

## 4 STYCZNIA ŚWIATOWY DZIEŃ BRAILLE'A

Tego dnia w 1809 roku urodził się Louis Braille. Louis stracił wzrok, gdy miał trzy lata. Kiedy dorósł, stworzył system o nazwie brajl, aby móc czytać. Alfabet ten składa się z wypukłych kropek. Kropki są ułożone w różne wzory, reprezentujące litery, i odczytuje się je dotykiem.



Dzisiaj alfabetu Braille'a używa się na całym świecie. Pomaga czytać milionom osób z zaburzeniami wzroku. Czy to nie jest niesamowite?

## 5 STYCZNIA ZNAJDŹ PTAKA

Ptaki są niezwykle ważne dla naszej planety.  
Rozsiewają nasiona i zapylają kwiaty.  
Pomagają w ten sposób rosnąć roślinom.

Ptaki są także piękne. Jakie ptaki  
widzisz tam, gdzie mieszkasz?



Szpak



Wróbel



Dzięcioł



Rybołów



Sokół  
wędrowny

## 6 STYCZNIA PRZYTUŁ SIĘ

Dzisiaj ciesz się przytulaniem.

Przytul się do swojego pluszaka.  
Opatul się kocem, czytaj historie, dziel się  
sekretami, przytulaj się mocno.



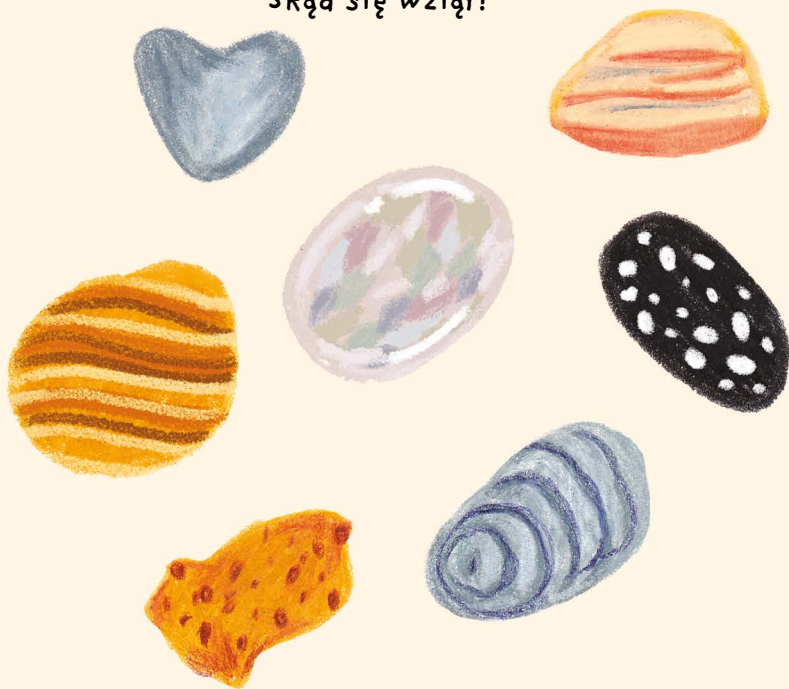
Masz ulubioną przytulankę?  
Jak ma na imię?

## 7 STYCZNIA ZACZNIJ ZBIERAĆ KAMIENIE

Kamienie są fascynujące.  
Czy wiesz, że niektóre powstały  
w wyniku erupcji wulkanów?

W starych kamieniach mogą również znajdować się  
skamieniałości – odciski zwierząt i roślin,  
które żyły bardzo dawno temu. Te skamieniałości  
pomagają naukowcom dowiedzieć się,  
jak kiedyś wyglądało życie.

Podnieś kamień, trzymaj go w dłoni i pomyśl.  
Skąd się wziął?



Zatóż swoją własną kolekcję już dziś.

## 8 STYCZNIA ZRÓB KĄPIEL Z PIANĄ

Piana jest zabawna. Dodaj mydło  
w płynie do wanny lub wiadra  
wody, zrób pianę i baw się!

Potrafiśz zrobić perukę z piany?  
Zbierz kłęby piany  
i zrób rzeźbę.

Polej wodą górę z piany  
i obserwuj, jak się rozpuszcza.

Co czujesz, gdy masz  
pianę na skórze?

## 9 STYCZNIA UBIERZ SIĘ CIEPŁO

Brrr! W styczniu może być zimno.  
Podziękuj za wszystkie rzeczy, które zapewniają  
ciepło i rozjaśniają zimowe dni.



Miękkie swetry



Ciepłe kurtki



Rękawiczki  
i rękawice



Puszyste nauszniaki



Grube skarpetki

## 10 STYCZNIA DBAJ O SWOJĄ ROŚLINKĘ

To, co zielone, może nas uszczęśliwić, zwłaszcza zimą.  
Dzisiaj jest idealny dzień, żeby podarować swoim  
roślinom doniczkowym dodatkową miłość i troskę.

1. Sprawdź glebę. Jeśli jest sucha,  
wlej roślinie trochę wody.
2. Jeśli możesz, dodaj trochę nawozu  
lub odżywki dla roślin.
3. Usvń zeschłe liście.
4. Podziękuj! Każdego dnia rośliny dostarczają  
świeże powietrze do oddychania.

