The background is a light teal color with a pattern of stylized starbursts. Each starburst consists of a white star with several lines radiating from it, and a cluster of small white dots below the star, resembling a meteor or a firework. The starbursts are scattered across the page, with some appearing larger and more prominent than others.

## Mám sluch jako netopýř!

Netopýři létají tichou nocí pomocí sluchu.

I my slyšíme lépe, když je kolem ticho,  
stejně jako netopýři.

Tato aktivita vám pomůže zbystrit sluch.

...

Tiché hledání zvuků můžete provádět vsedě v přírodě nebo na společné procházce.

Nastražte uši jako netopýr a zkuste zaslechnout pět různých zvuků.

Střídavě hledejte:

**Zvířecí** zvuk

(třeba psí štěkot nebo štěbetání ptáčků)

**Přírodní** zvuk

(svištění větru nebo šelestění listů)

Zvuk **auta**

(třeba trubení nebo startování motoru)

Zvuk **lidského hlasu**

(blízký nebo vzdálený)

**Tichý** zvuk

(třeba tlukot vašeho srdce)

Experimentujte se zvuky tak, že zavřete oči, a zaposlouchejte se. Když máte zavřené oči, slyšíte zvuky snáz, nebo obtížněji?

Zkuste zvuk poslouchat tak dlouho, dokud neutichne úplně.

Kam se poděl?

# Tajný klub laskavosti


Už jste slyšeli o Tajném klubu laskavosti?  
Členové tohoto zvláštního klubu dělají  
tajné laskavé činy. K plánování těchto aktivit  
využijete vědomý přístup k životu.

...

PRAVIDLA KLUBU JSOU TATO:

1. Udělejte něco laskavého.
2. Nikomu o tom neříkejte.

...



Založte s partnerem Tajný klub laskavosti.  
Naplánujte tajný laskavý čin  
a nenechte se při něm přistihnout!

Tady je pár nápadů na takový tajný laskavý čin:

Pomozte staršímu člověku odnést domů nákup.

Vyrobte přání s poděkováním a doručte je  
na místní policejní nebo hasičskou stanici.

Upečte sušenky a doručte je (tajně) někomu,  
kdo se zrovna nemá moc dobře.

Navštivte domov důchodců,  
i když tam nikoho neznáte.

Vymýšlejte další kreativní nápady,  
jak provádět tajné laskavé činy. Užijte si to!

Díky Tajnému klubu laskavosti  
je to na světě hned o něco hezčí!  
Díky!