



WORLD
CHILDREN'S
DAY



Frymëmarrja e dallgëve

Frymëmarrja e dallgëve



Mbyllini sytë së bashku me fëmijën tuaj.

Mendoni sikur inati juaj të ishte një zjarr përvëlues në një breg me rërë.

Mundohuni të imitoni zhurmat e dallgëve të detit duke marrë frymë thellë nga diafragma juaj.

Imagjinoni sikur nëpërmjet kësaj frymëmarrjeje, i jepni jetë dallgëve , të cilat i afrohen e afrohen zjarrit për ta shuar atë.

source POP-UP Festival 6sec.org/popup

This activity is brought to us by our friends at



confidentparentsconfidentkids.org