JUNHO

Alegria

A alegria também se treina,
com presença e ternura.

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
1 Duas celebrações	2 Alegria no corpo	3 Um gesto simples	4 Pensamento que alivia	5 Esperança tranquila	6 Amor visível	7 Abrandar
8 Gratidão que dá cor	9 Voltar ao corpo	10 Gesto de cor	11 Frase-âncora	12 Hábito mínimo	13 Gentileza comigo	14 Paz por dentro
15 Quem me faz bem	16 Conversa calma	17 Presença real	18 Ternura	19 Recomeçar	20 Gesto de amor	21 Fechar com paz
22 Celebrar o caminho	23 Deixar ir	24 Orgulho	25 Largar a culpa	26 Desejo bonito	27 Confiar	28 Fecho com ternura
29 Aprendizagem	30 Levar para Julho					

□ SoLu@ — alegria com presença, um dia de cada vez □