



Övning: Vad är vi intresserade av?

Varför?

Ibland kan det vara svårt att komma på eller överblicka vilken gemensam aktivitet som skulle passa er. Följande lista kan ge idéer eller väcka tankar.

Hur?

Prata med den unga, eller fundera själv, om ni hittar något meningsfullt att göra tillsammans från listan.

Idéer

- ☐ matlagning
- ☐ bakning
- ☐ brädspel
- ☐ digitala spel
- ☐ trädgårdsarbete
- ☐ gym, utomhusgym eller trappa
- ☐ bollspel
- ☐ simning
- ☐ göra videor
- ☐ pussel
- ☐ handarbete
- ☐ pyssla
- ☐ miniatyrmodeller
- ☐ loppisrunda
- ☐ renoverings- och reparationsarbeten
- ☐ titta på serier
- ☐ gå på café
- ☐ lyssna på eller spela musik
- ☐ naturstigar
- ☐ skönhetsbehandling
- ☐ promenader



