

Antistresový míček

Když se na vás celý svět hroutí, nevíte kudy kam..., tak v tomto případě vám moc nepomůžu...

Pokud vás však dokáže vystresovat každá maličkost, vyrobte si antistresový míček. Někteří radši i dva...☺

Co k tomu potřebujete:

- plastickou láhev
- nejlevnější rýži
- trychtýř
- nůžky
- nafukovací balónek

Postup:

Do plastické láhve nasypete přes trychtýř rýži cca 3 – 4 cm. Pak si vyberte barvu balónek, která vás nejvíce uklidňuje☺ a balónek mírně nafoukněte (tak se do něj vleze více rýže) a rychle nasadte na hrdlo láhve a přesypte rýži do balónek. Pak ho sundejte a ustříhnete cca 2 cm u nafukovacího otvoru. Připravte si druhý balónek jiné barvy a taktéž ho u ústí ustříhnete. Odstříhnete i 0,5 cm na jeho bocích (vzniknout menší díry, které nechají vyniknout barvě prvního balónek. Pak ho jen nasadte na již balónek naplněný rýží. A můžete mačkat, drtit a zase vrátet do původního stavu...



Takže hurá do boje s hloupým stresem!