

CONSELLS MONSTRUOSOS



- Una hora al dia el cos has de moure amb alegria.
 - Estima i valora els bons aliments. Gaudeix amb la fruita, la verdura i el peix. Ells faran que estiguis bé !
 - Dorm tot el que necessita el teu cos: tindràs la ment desperta i el cos fort com el d'un ós.
 - Si el teu cervell vols enriquir, trenta minuts al dia has de llegir.
 - Si vols una vida escolar ben bona, a repassar i fer els deures, dedica'n cada dia una estona.
 - Fes el que toca quan toca i podràs gaudir com una foca.
 - Un lloc per a cada cosa i cada cosa al seu lloc.
 - Quan la feina has acabat, deixa-ho tot com ho has trobat.
 - Quatre accions que valen un 10: saludar, acomiadar-se, donar les gràcies i —quan calgui— disculpar-se.
 - Si penses abans de parlar i penses abans d'actuar, millors resultats obtindràs .
 - Seràs més feliç si saps fluir amb el que fas.
- ... I recorda: el teu somriure és el millor regal per als altres.