



Katholische Kirche Region Bern  
Fachstelle Kinder und Jugend

# Loja jashtë i bënë fëmijët të fortë!



Albanisch

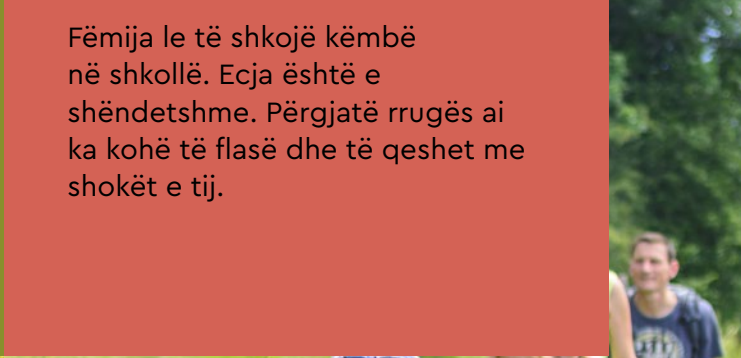
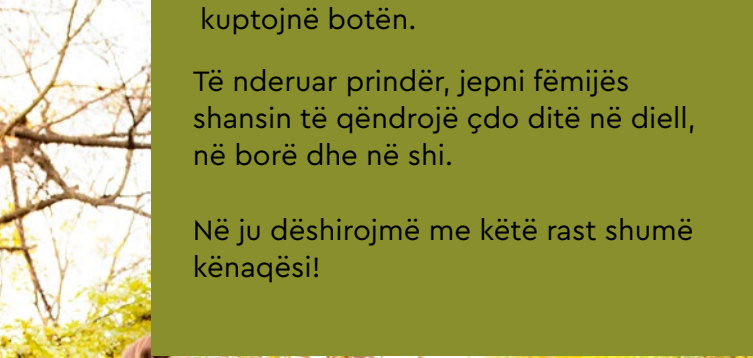
Të gjithë fëmijët kanë nevojë për përvoja të shumëllojshme elementare për zhvillimin e tyre. Nëse fëmijët, në kopshtin e lojës apo në mal, janë syçelë, veshë hollë dhe me hundë të ndjeshme dhe nëse atje me duar e këmbë mund të shkojnë në udhëtimin zbulues mësohen ta kuptojnë botën.

Të nderuar prindër, jepni fëmijës shansin të qëndrojë çdo ditë në diell, në borë dhe në shi.

Në ju dëshirojmë me këtë rast shumë kënaqësi!

Shkoni me fëmijën tuaj në mal dhe piqeni mbi zjarr ndonjë mollë apo salsiçe. Qëndrimi në natyrë bënë mirë dhe e forcon shëndetin.

Fëmija le të shkojë këmbë në shkollë. Ecja është e shëndetshme. Përgjatë rrugës ai ka kohë të flasë dhe të qeshet me shokët e tij.



031 300 33 59  
[www.kathbern.ch/draussenspielen](http://www.kathbern.ch/draussenspielen)



Fikni kompjuterin, telefonin, tabletën dhe televizorin. Në ajrin e pastër fëmijët mund të shfryhen nga energjitë e tepërta. Kjo i mbanë ata në formë, të lëvizshëm dhe koncentrohen më mirë në shkollë.

S'ka gjë më të bukur se sa të pushosh te një përrua apo të hidhesh në ndonjë pellg. Kështu fëmijët mësojnë në mënyrë të këndshme ligjet e natyrës.



Jepni fëmijës rroba, që bënë të ndoten. Kështu fëmija mund të luaj lirshëm, të hulumtojë dhe të kuptojë. Përgjatë kësaj ai mëson kufijtë dhe e sheh përparimin e tij. Kjo i jep atij vetëbesim!

I jepni fëmijës kohë nëse ai ec i balancuar mbi një mur apo nëse ngjitet në një pemë. Fëmijët që rregullisht ngjiten në pemë, që kërcëjnë apo hidhen janë më pak të rrezikuar nga aksidentet.



Jashtë ka shumë gjëra për të zbuluar dhe përjetuar. Vrojtoni së bashku me fëmijën tuaj një vemje apo mblidhni së bashku me te fara dhe gjethe, me të cilat fëmija mund ta ngjet një fotografi në shtëpi. Loja me materiale të natyrës e nxit fantazinë dhe u ndihmon fëmijëve që në përditshmëri të gjejnë zgjidhje kreative.

