

НОВЫЙ ГОД ВСТРЕТИМ ЗДОРОВО!

Новый год – главный календарный праздник, олицетворяющий момент перехода с последнего дня текущего года, в первый день грядущего. Время ожидания чуда!!!

Есть такая присказка «Как новый год встретишь, так его и проведешь», мы предлагаем встретить его весело, без горького привкуса ссор и похмелья.

Пусть встреча нового года сохранится в памяти временем волшебства и подарков, наполненным мандариновым ароматом с нотками солнечного лета в компоте!!!

Продумайте заранее, как бы вы хотели провести праздничные дни. Пусть каждый, из компании встречающих, выскажет свои пожелания: это может быть встретить новый год на городской елке, поход в кино 1 января, посещение театра или выставки, поездка на природу, новогоднее путешествие в другой город, новогодняя фотосессия в парке. **Самое главное, чтобы встреча Нового года оставила множество приятных совместных воспоминаний.**

Предлагаем вашему вниманию подборку идей для качественного проведения новогодних каникул в кругу семьи и друзей.

Чтобы не пропустить ничего интересного, что предлагает сфера развлечений и проведения досуга, позаботьтесь о подписке на сайты афиш города, они послужат навигатором на ближайшие дни, сориентируют по проводимым мероприятиям и их стоимости.



«Зимний движ».

Несомненно, главными атрибутами новогодних каникул являются снежные игрушки: «Царь Горы», «Снежный снайпер», валяние скульптур и крепостей из снега, катание на горках, хоккей и т.д. Можно организовать выезд на

горнолыжные курорты или приобрести однодневное путешествие по горам и пещерам Башкирии. Самое время взять первые уроки катания на горных лыжах и сноуборде, освоить управление снегоходом. Для любителей романтики стоит попробовать фотопрогулку на лошадях или на собачей упряжке по зимнему лесу.



«Творческий бум». Один из ваших вечеров может быть посвящен творческому самовыражению. Можно отдать предпочтение хендмейд мастерским с их профессиональными мастер-классами и программой по раскрытию таланта в рисовании, в мыловарении, гончарном деле и т.д.

Но наверняка, среди вашего круга общения есть, те кто владеет декупажем, скрапбукингом, вязанием или умеет изготавливать изделия из эпоксидной смолы и с радостью готов будет поделиться своим опытом.



«Колесо фортуны».

Квесты, квизы, сейчас представлены в огромном разнообразии своей направленности!

Увлекательное, интеллектуальное времяпровождение в компании друзей или семьи организованное профессионалами. Продуманный сценарий и декорации дают возможность, погрузиться в атмосферу игрового процесса, и подарят вам широкий спектр различных эмоциональных переживаний.

Снова заявили свое право быть, настольные игры (домино, шахматы, «Эрудит», «Уно», «Монополия», «Мафия», «Крокодил»), появились игры с приставкой «психологические» («Шкатулка доброго волшебника», «Поддержка», «Телепат»). Прекрасное и полезное времяпровождение, которое объединяет взрослых и детей.

«Феерия вкуса». Кулинарное новогоднее шоу, где важно не только вкусно приготовить, но и эффектно подать блюдо. Это может быть состязание в приготовлении блюд разных стран, а можно в дружеской теплой атмосфере под новогоднее музыкальное сопровождение приготовить вкусный десерт к чаепитию.

Такого рода семейное времяпровождение сплачивает и поднимает дух единства, возможно таким образом вы сочините авторский рецепт, олицетворяющий Новогоднее счастье.

«Культпросвет». Разнообразить длинные каникулы может посещение театра или выставки. Соприкоснуться с искусством даже в роли зрителя, иногда, уже достаточно для душевного подъёма. Традиционно на всех театральных площадках идут новогоднее представления и премьеры новых постановок, в этом разнообразии обязательно найдете то, что вам понравится.

Отдельная тема – это выставки. Выставочные залы сделали огромный рывок в современность и на ряду с классическими выставками заняли свое место интерактивные шоу, воспользуйтесь шансом познакомиться с новой подачей шедевров.

«Лайт-тайм» или «Домашние посиделки».

Это время, которое стоит провести в узком семейном кругу или уединении. Наполнение этого дня: неторопливое пробуждение, вкусная полезная еда и удобная форма одежды.

Добрый ритуал просмотра семейного альбома будет, очень кстати. Фотоальбом, как книга памяти, рассказывающая обо всех ее значимых и важных событиях, подарит вам теплоту детских воспоминаний, а также круто посмеяться над случайными, забавными кадрами из прошлого.

Домашний кинопросмотр с обсуждением любимых сцен или чтение книг в свой долгожданный отдых, сможет не только снизить уровень накопленного стресса, но и обогатить ваш внутренний мир.

Вариантом времяпровождения этого дня может стать – онлайн или офлайн обучение, то есть прохождение интернет - курсов по интересным вам темам.

В повседневном ритме современности сложно найти время для спокойного размеренного выходного дня, цените такую возможность.



«В тренде».

Если вы человек, который интересуется новыми тенденциями в саморазвитии, то вашему вниманию представляем психологические трансформационные игры, которые проводят психологи - игропрактики.

Можно пройти курсы мобильной съемки и самому снять оригинальный новогодний фильм с участием ваших близких.

Можно организовать фотосессию в фотостудии индивидуальную или с веселой компанией, итогом которой будут памятные кадры, где вы себе нравитесь.

Можно пройти серию оздоровительных процедур в банном комплексе или салоне косметологии, в первые дни нового года будут действовать хорошие скидки.

Можно устроить новогодний шоппинг после 31 числа, без лишней суеты, но также со скидками, получить удовольствие от посещения магазинов.

Золотое правило выходных дней помнить об умеренности, чтобы волшебное время новогодних каникул не закончилось печальными воспоминанием о днях, проведенных в лечебных учреждениях. Употребление спиртных напитков людям, имеющим противопоказания заведомо проигрышная авантюра!!!

В новый год лучше входить с «чистыми» мыслями, где поселятся новые планы, идеи и мотивация для их воплощения в жизнь!

