



## “INGET ATT GÖRA”-LAPPAR

*Skriv ut, klipp isär och lägg i en burk. Låt barnen dra en lapp ur burken varje gång de säger “jag har inget att göra”. Fyll på med egna lappar om du vill!*

Skriv en egen låt.	Baka en kaka.	Slå på en dansvideo på Youtube och dansa loss!
Skriv en lapp med en komplimang till någon och göm lappen i personens jackficka.	Skriv en dikt som rimmar.	Skriv en saga om ett litet, litet troll som bor i en svamp.
Skapa ett konstverk eller en skulptur av valfritt material.	Fråga någon där hemma om du kan hjälpa till med något.	Gör i ordning fika och ta med det ut.
Kolla i din garderob om det finns kläder du vuxit ur som du kan plocka bort.	Dammsug under sängen.	Spring tre varv runt huset.

<p>Ta fram ett vanligt papper och testa hur många gånger du kan vika det innan det tar stopp.</p>	<p>Fota något vackert, något fult och något konstigt och visa sedan bilderna för någon.</p>	<p>Leta fram och lyssna på en låt från 70-talet, en från 80-talet och en från 90-talet.</p>
<p>Läs tio minuter i en bok eller tidning.</p>	<p>Ställ i ordning alla skor i hallen och dammsug där om det behövs.</p>	<p>Ta fram ett vanligt papper och försök att riva det så att du får till en helt rund form.</p>
<p>Förbered ett quiz med tio frågor till någon i familjen.</p>	<p>Byt sängkläder i din säng.</p>	<p>Tänk ut ett ämne du vill lära dig mer om och googla.</p>
<p>Gör minst: 10 armhävningar 10 situps 10 upphopp</p>	<p>Hitta på ett eget spel som du kan spela med familjen senare.</p>	<p>Tänk ut vad du vill äta för middag och frukost kommande vecka och skriv en inköpslista.</p>
<p>Skapa ett träningsprogram som du och familjen kan utföra tillsammans senare.</p>	<p>Skriv en önskelista inför jul eller födelsedag.</p>	<p>Låtsas att du vinner 100 000 kronor. Skriv upp vad du skulle göra för pengarna och vad du tror allt skulle kosta.</p>
<p>Gå till <a href="http://www.seterra.com/sv">www.seterra.com/sv</a> och spela ett lärorikt geografispel.</p>	<p>Prova alla tuschpennor du hittar och släng de som inte fungerar.</p>	<p>Skriv "SOCKERKAKSFORM" på ett papper och bilda så många nya ord du kan av bokstäverna.</p>