



## November – en månad att dela med sig av varma tankar

### Ett skratt smittar!

November räknas till hösten och månaden kännetecknas av mörkt och regnigt väder, därför tänder vi nu gärna ljus som lyser upp. Kroppen kan verka lite trött och hängig. Då känns det extra viktigt att vi under denna månad bjuder varandra på fina tankar och glada ord – det brukar värma kroppen!

För att kunna ta fram lite sol, när det regnar som mest – kan du göra en fin solskensburk. En burk där du när solen skiner försöker fånga in några strålar. De är genomskinliga och syns inte, men de finns där! Glöm inte att sätta på locket! Ta fram burken en regnig dag och öppna försiktigt på locket och minns de varma solskensstrålarna.

Ett bra sätt att avsluta din dag är att tänka ut och tala om två bra saker som hänt under dagen. Det kan hela familjen göra tillsammans eller kanske när ni säger godnatt till varandra.

### Att tänka kan vara en skön avkoppling!



Om du ser en  
kompis utan leende ge  
den ett av dina!

Vi är alla med om så mycket spännande under dagarna och tänker man efter finns det alltid någon bra sak som du har gjort, lärt dig eller fått dig glad. Det är skönt att somna när man tänker bra saker.

Linda Palm

## Pysssel

Här får du några roliga tips på saker du kan pyssla med tillsammans med familj och vänner.

- Klipp ut en bild på dig och limma på ett papper. Skriv sedan saker som gör dig glad runt omkring ditt foto. Det blir en fin tavla.



- Leta fram en bra ask som du dekorerar. Samla sen tankar som gör dig varm. Rita eller skriv ner på en lapp och lägg i asken. Ha asken på ett bra ställe som alla kan hitta. När du sedan känner dig extra hängig eller stressad kan du ta fram din ask och läsa några varma tankar, då kommer det nog att kännas skönare i kroppen.



# Snart är det advent!

## Visste du att...

... både adventsljusstaken och stjärnan kommer från Tyskland?

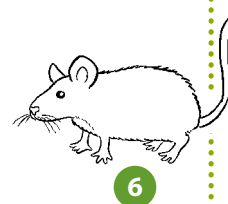
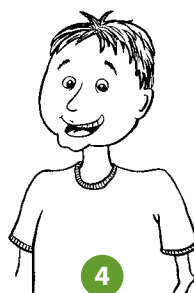
En annan sak som vi tagit hit från Tyskland är adventskalendern. 1934 såldes den första i Sverige av Sveriges Flickors Scoutförbund. Hos oss här uppe i Norden är det mörkt och kallt under advent. Då känns det extra mysigt att tända ljus och lysa upp fönstren.



## Tävling – känner du igen dem?

Hjälp oss att skriva rätt namn på Kråkes familj.

Mejla in ditt svar till: [krake@gleerups.se](mailto:krake@gleerups.se) senaste den **30 november**. Märk med *Kråketävling*. Glöm inte att ange ditt namn och din adress. Vinnarna meddelas personligen och presenteras på **Min sida**.



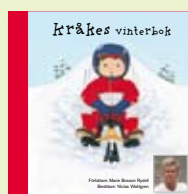
PRESENTKORT på  
**ÅHLÉNS**  
Värde 500 kr

1:a  
pris

2-3:e  
pris

PRESENTKORT på  
**ÅHLÉNS**  
Värde 200 kr

## Medlemserbjudande!



**Kråkes vinterbok CD**

Pris: 99:-/styck



**Kråkes julstrumpa**

Pris: 20:-/styck



**Nyhet i Kråke 3-7 år!**

Du har väl inte missat att du numera kan byta ut din månadsbok. Välj mellan sex alternativa böcker varje månad. Gå in på [www.krake.se](http://www.krake.se) och logga in under **Min sida**.

Välkommen att  
höra av dig!

**Kundservice:** 08-737 86 22 mån-tors 9.00-11.00 samt 13.00-15.00, fre 9.00-11.00  
[bokklubbar@gleerups.se](mailto:bokklubbar@gleerups.se), [www.krake.se](http://www.krake.se)