



Tehdään ja leikitään yhdessä

Vi pysslar och leker tillsammans

Games and activities to enjoy together

Займаємось та граємо разом

Поиграем и позанимаемся вместе

Tässä käyttöösi lyhyitä tehtäviä ja leikkivinkkejä. Voit hyödyntää niitä esimerkiksi kouluissa, kerhoissa tai vastaanottokeskuksissa. Kaikki tehtävät ja vinkit ovat suomeksi, ruotsiksi, englanniksi, ukrainaksi ja venäjäksi.

Leikki ja leikkisyys ovat tärkeitä kaikenikäisten itseilmaisulle ja hyvinvoinnille. Leikissä kerromme aina jotain itsestämme ja luomme yhteyttä toisiin ihmisiin. Leikki yhdistää, luo yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä ylläpitää toivoa ja turvallista arkea.

Här får du några korta uppgifter och lektips. Du kan använda dem till exempel i skolor, klubbar eller förläggningar. Uppgifterna och tipsen är på finska, svenska, engelska, ukrainska och ryska.

Det är viktigt för barn i alla åldrar att må bra och uttrycka känslor genom att leka och vara lekfulla. När vi leker berättar vi alltid något om oss själva och skapar kontakt med andra människor. Lek förenar, skapar gemenskap och samhörighet samt ger hopp och trygghet i vardagen.

Here are some short activities and games you can try. These can be utilized at schools, play groups, or reception centers, for example. All the games and activities are explained in Finnish, Swedish, English, Ukrainian, and Russian.

Playing games and playful activities are important for the self-expression and wellbeing of people of all ages. When playing a game, we always share something of ourselves and create connections with other people. Games bring us together, create a sense of unity, and maintain hopefulness and sense of safety in our daily lives.

Тут до вашої уваги представлені завдання та ігрові вправи. Ви можете використовувати їх, наприклад, у школах, гуртках або дозвільних центрах. Всі завдання та вправи дані фінською, шведською, англійською, українською та російською мовами.

Ігри та веселощі важливі для людей будь-якого віку для самовираження та доброго самопочуття.

Під час гри ми завжди щось розповідаємо про себе та створюємо зв'язок з іншими людьми. Гра об'єднує, дарує відчуття причетності, надію на краще та почуття безпеки у повсякденному житті.

Мы собрали здесь список небольших упражнений и игр, которые можно проводить в школах, на кружках или в центрах приема беженцев. Все упражнения и игры вы найдете на финском, шведском, английском, украинском и русском языках.

Игры и процесс игры необходимы для самовыражения и хорошего самочувствия людям всех возрастов. В игре мы всегда выражаем себя различными способами и налаживаем общение с другими людьми. Игра объединяет, создает чувство общности, а также помогает поддерживать надежду и является частью безопасной повседневной жизни.

1. Sängystä ylös

Joskus aamulla väsyttää eikä jaksaisi nousta ylös millään. Jumppa voi auttaa saamaan silmät auki ja kehon virkeäksi, myös keskellä päivää.

- Nosta kädet ylös ja nouse varpailleen.
- Venytä vuorotellen käsiä kohti taivasta.
- Koske käsillä varpaita.
- Nyrkkeile ilmaan.
- Juokse paikallaan.
- Kierrä vartaloa puolelta toiselle.
- Pyöräytä hartiat muutaman kerran ympäri.

1. Upp ur sängen

Ibland är man sömnig på morgonen och det kan kännas omöjligt att stiga upp. Men med lite gympa kan man få upp ögonen och bli pigg, också mitt på dagen.

- Lyft upp händerna och ställ dig på tå.
- Lyft turvis upp händerna mot himlen.
- Rör vid tårna med händerna.
- Slå omkring dig med nävarna.
- Lunka på stället.
- Vrid kroppen från sida till sida.
- Vrid axlarna några gånger.

1. Waking up

Sometimes in the morning we are tired and find it hard to get up from bed. A bit of exercise can help you open your eyes and energize your body, even in the middle of the day.

- Lift your arms up and get up on your toes.
- Reach your hands toward the sky, one after the other.
- Reach down to touch your toes.
- Throw punches in the air.
- Run in place.
- Twist your torso from side to side.
- Rotate your shoulders a couple of times.

1. Піднімаємося з ліжка

Іноді вранці відчувається втома, немає ніяких сил підвестися. Зарядка може допомогти відкрити очі та підбадьорити тіло. Навіть посеред дня.

- Підними руки і встань на носки.
- Почергово тягнися руками догори.
- Торкнись пальців ніг руками.
- Побоксуй, викидаючи удари у повітря.
- Пробіжись на місці.
- Повертай тіло збоку в бік.
- Кілька разів пообертай плечима.

1. С кровати встань

Иногда утром чувствуешь такую усталость, что даже нет сил подняться с кровати. Зарядка поможет открыть глаза и взбодрить организм, в том числе и посреди дня.

- Подними руки вверх и встаньте на носочки.
 - Вытягивай руки поочередно к небу.
 - Дотронься руками до пальцев ног.
 - Побоксируй в воздухе.
 - Пробегись на месте.
 - Поворачивай туловище сначала в одну сторону, затем в другую.
 - Сделай несколько вращений плечами.
-

2. Tasapainoilua

Kokeilkaa, miten tasapainolette omalla kehollanne.

- Pysyttekö pystyssä yhdellä jalalla?
- Saatteko nojattua samalla eteenpäin?
- Entä nostettua jalan suoraan taaksepäin?
- Mitä tapahtuu, jos laitatte silmät kiinni?

Kokeilkaa kummallakin jalalla. Onko toisella jalalla helpompaa kuin toisella? Jotta arki sujuu, arjenkin on oltava tasapainossa. Tiedätkö, miksi?

2. Balans

Försök hur ni kan balansera med kroppen.

- Kan ni stå på ett ben?
- Kan ni samtidigt luta er framåt?
- Eller kan ni lyfta ett ben rakt bakåt?
- Vad händer om ni blundar?

Försök med båda benen. Är det lättare att stå på det ena än på det andra benet? För att vardagen ska gå bra måste den också vara i jämvikt. Vet du varför?

2. Balancing

Try how well you can balance yourself.

- Can you stand on one foot?
- Can you lean forward while standing on one foot?
- And what if you lift the other leg behind you?
- What happens when you close your eyes?

Try with both feet. Is one of your feet easier to balance on than the other? For smooth day-to-day life, you have to find balance there as well. Do you know why that is?

2. Вправи на рівновагу

Перевір, наскільки добре твоє тіло тримає рівновагу.

- Чи втримаєшся ти на одній нозі?
- Чи зможеш при цьому нахилитися вперед?
- А якщо підняти пряму ногу та відвести її назад?
- Що станеться, якщо заплющиш очі?

Спробуй на кожній нозі. На одній нозі виходить краще, ніж на іншій? Щоб повсякденне життя було в порядку, важливо, щоб у житті також була рівновага. Знаєш чому?

2. Равновесие

Попробуйте, получится ли у вас сохранить равновесие?

- Сможете постоять на одной ноге?
- А теперь одновременно наклониться вперед?
- Получится вытянуть поднятую ногу назад?
- Что произойдет, если вы закроете глаза?

Попробуйте на той и другой ноге. На какой ноге стоять легче? Чтобы будни проходили легко, в них тоже должен быть баланс.

3. Uusia kavereita

Uusia kavereita voi löytää mistä vain! Joskus uusiin ihmisiin tutustuminen voi kuitenkin jännittää ja siksi onkin hyvä harjoitella, miten heitä voi lähestyä. Miten sinä tutustuisit mieluiten uusiin kavereihin?

- Menisin kysymään uuden kaverin nimeä tai ikää.
- Kertoisin jotain itsestäni.
- Menisin pyytämään uuden kaverin mukaan leikkiin tai peliin.
- Pyytäisin aikuista avuksi tutustumiseen.

Pohtikaa, mikä tai mitkä tavoista ovat mieluisia ja miten ne voisi muistaa oikeassa tilanteessa.

3. Nya kompisar

Nya kompisar kan man hitta var som helst! Ibland kan man ändå känna sig lite spänd när man träffar nya människor, och det är bra att lära sig hur man kan närma sig dem. Hur skulle du helst bekanta dig med nya kompisar?

- Jag skulle gå och fråga vad den nya kompisen heter eller hur gammal hon eller han är.
- Jag skulle berätta lite om mig själv.
- Jag skulle be den nya kompisen komma med och leka eller spela.
- Jag skulle be en vuxen hjälpa mig.

Fundera vilket eller vilka sätt du skulle välja och hur du skulle kunna komma ihåg dem när det gäller.

3. New friends

You can find new friends anywhere! Sometimes it may feel nervous about meeting new people, and that is why it can be good to practice approaching others. How would you choose to meet a new friend?

- I would ask their name or age.
- I would tell something about myself.
- I would ask them to join a game or activity.
- I would ask an adult for help meeting them.

Talk about the ways that seem good to you and how you could remember them in the actual situation.

3. Нові друзі

Нових друзів можна знайти будь-де! Проте іноді знайомство з новими людьми може викликати напругу, і непогано було б потренуватися, як з ними можна зблизитися. Як би ти вважав за краще знайомитися з новими друзями?

- Підійшов би і запитав ім'я та вік нового друга.
- Розповів би щось про себе.
- Підійшов би та покликав нового друга пограти разом.
- Попросив би дорослого допомогти познайомитися.

Подумай, які або який способи кращі і як їх можна було б згадати у потрібній ситуації.

3. Новые друзья

Иногда знакомиться с новыми людьми волнительно, поэтому стоит порепетировать варианты, как можно начать разговор с новым другом. Какой способ знакомства тебе нравится больше всего?

- Подойду к новому знакомому и спрошу, как его зовут или сколько ему лет.
- Расскажу что-то о себе.
- Позову нового друга присоединиться к игре.
- Попрошу взрослого помочь мне познакомиться.

Порассуждайте, какой или какие из способов вам нравятся, больше всего? Что поможет вспомнить о них в реальной ситуации?



4. Ystäväpiiri

6–7 ihmistä muodostaa tiiviin piirin yhden leikkijän ympärille. Keskellä olija kallistuu puolelta toiselle, eteen- ja taaksepäin luottaen, että piiri tukee häntä niin, ettei hän pääse kaatumaan.

4. Vänkrets

6–7 personer bildar en tät ring runt en av deltagarna. Den som står i mitten lutar sig från sida till sida, framåt och bakåt och litar på att de andra gör så att han eller hon inte faller.

4. Friend circle

6–7 people form a circle around one of the people playing the game. The person in the middle leans from one side to another, forward or back relying on the people in the circle to support them so that they will not fall down.

4. Коло друзів

6-7 осіб утворюють щільне коло навколо одного гравця. Той, хто в центрі, нахилиється з боку в бік, уперед і назад, очікуючи, що коло його підтримає і він не впаде.

4. Круг друзей

6–7 человек образуют плотный круг вокруг одного из участников. Тот, кто оказался внутри круга, начинает клониться в разные стороны, назад и вперед. Нужно довериться тому, что круг удержит игрока в центре, и не даст ему упасть.



5. Tarkkuutta ja nopeutta

Kokeilkaa, miten tarkkaan ja nopeasti pystytte toteuttamaan tehtävät seuraavien sääntöjen mukaan:

- Hypi tasan viisi hyppyä.
- Pyöri aikuisen ympäri tasan kolme kertaa.
- Käy kyykyssä tasan neljä kertaa.
- Anna aikuisen valita paikka, johon voit kulkea tietyllä tavalla.

Oliko tehtävien noudattaminen helppoa vai vaikeaa? Miksi?

5. Noggrannhet och snabbhet

Försök hur noggrant och snabbt ni kan klara uppgifterna enligt följande regler:

- Gör exakt fem hopp.
- Gå runt en vuxen exakt tre gånger.
- Gör exakt fyra hukningar.
- Låt en vuxen välja ett ställe dit du kan ta dig på ett visst sätt.

Var det lätt eller svårt att följa uppgifterna? Varför?

5. Speed and accuracy

Try how quickly and accurately you can complete the following tasks:

- Jump up exactly five times.
- Move in a circle around an adult exactly three times.
- Squat down exactly four times.
- Let an adult name a place where you go to moving in a specific manner.

Was it easy or hard to follow the instructions? Why?

5. Точність та швидкість

Перевір, наскільки точно і швидко ти зможеш виконати завдання, дотримуючись наступних правил:

- Підстрибні рівно п'ять разів.
- Обійди навколо дорослого рівно три рази.
- Присядь рівно чотири рази.
- Дай дорослому вибрати місце, до якого ти можеш дійти певним способом.

Виконати завдання було просто чи складно? Чому?

5. Точность и скорость

Попробуйте, насколько точно и быстро вы сможете справиться со следующими задачами:

- Прыгнуть ровно пять раз.
- Покружиться вокруг взрослого ровно три раза.
- Присесть на корточки ровно четыре раза.
- Попроси взрослого назвать место, до которого тебе нужно будет добраться определенным способом.

Вы легко справились с этими задачами или возникли какие-то сложности? Почему?

6. Kiukku-Keken sulatussuunnitelma

Kokeilkaa, miltä tuntuu rauhoittua. Pysähdy, mahdollisuuksien mukaan istu alas, laske kädet syliisi ja laita silmät kiinni. Laskekaa yhdessä rauhallisesti yhdestä kahteenkymmeneen. Miltä tuntuu laskemisen jälkeen? Millaisissa tilanteissa tätä taitoa voisi käyttää?

6. Att lugna ner sig

Försök hur det känns att lugna ner sig. Stanna, sitt ner om det är möjligt, ha händerna i skötet och blunda. Räkna tillsammans lugnt från ett till tjugo. Hur känns det efter att ha gjort det? I vilka situationer kunde man använda denna förmåga?

6. Angry Andy's cooldown scheme

Try what it would feel like to calm yourself down. Stop, sit down where possible, place your hands in your lap, and close your eyes. As a group, calmly count from one to twenty. How do you feel after the counting? In what kind of situations could you use this skill?

6. Спосіб упоратися зі злістю

Постарайся відчувати себе спокійно. Зупинися, по можливості сядь, обхопи себе руками та заплющи очі. Разом спокійно порахуйте від одного до двадцяти. Що ти відчуваєш після рахунку? В яких ситуаціях можна було б застосовувати цю навичку?

6. «План по перевариванию» от Капризули Кеке

Попробуйте, удастся ли вам успокоиться? Остановись и присядь (если это возможно). Опусть руки на колени и закрой глаза. Посчитайте все вместе от одного до двадцати. Как ты себя чувствуешь после счета? В каких ситуациях можно воспользоваться этим способом успокоения?

7. Rentoudutaan

Leikkijät keskittyvät ajatukseen, että jokainen on kylmä, juuri pakastimesta otettu jääpala. Se laitetaan pöydälle, jossa se alkaa vähitellen sulaa. Jääpala muuttuu yhä pienemmäksi ja pienemmäksi ja lopulta leviää pöydälle vesilätäköksi.

Ohjaaja kertoo yllä olevan tilanteen omin sanoin ja auttaa näin leikkijöitä eläytymään ja rentoutumaan.

7. Vi slappnar av

Deltagarna koncentrerar sig på tanken att var och en av dem är en kall isbit som just tagits ur frysen. Den läggs på bordet där den får ligga och smälta. Isbiten blir mindre och mindre för att sedan bli en vattenpöl på bordet.

Handledaren berättar ovanstående situation med egna ord och hjälper på så sätt deltagarna att leva sig in i den och slappna av.

7. Relaxing

The people playing the game focus on the idea that each person is a cold block of ice that was just taken out of the freezer. The ice block is placed on a table where it begins to melt slowly. The ice block becomes smaller and smaller until it is puddle of water on the table.

The instructor explains the scenario described above using their own words, thus helping those playing to become absorbed in the activity and relax.

7. Розслабляємось

Гравці зосереджуються на думці, що кожен із них – холодний шматок льоду, який щойно дістали з морозилки. Його кладуть на стіл, де він починає потихеньку танути. Шматок льоду стає все менше і менше, наприкінці розтікається по столу водяною калюжею.

Ведучий описує наведену вище ситуацію своїми словами та допомагає таким чином гравцям вжитися в нїї та розслабитися.

7. Расслабляемся

Участники фокусируются на мысли, что каждый из них холодная льдинка, которую только что достали из морозилки. Льдинку кладут на стол, где она постепенно тает. Льдинка становится все меньше и меньше и под конец превращается в лужицу на столе.

Ведущий рассказывает своими словами историю про льдинку, и таким образом помогает участникам вжиться в роль и расслабиться.

8. Tarina minusta

Kertokaa yhteinen tarina, jonka päähenkilöitä olette te! Tarinassa tulee olla jokin iloinen asia, jokin onnistuminen tai jokin juttu, mistä olette ylpeitä. Voitte käyttää halutessanne tarinassa näitä lauseenalkuja:

- Olipa kerran...
- Kun olit aivan pieni...
- Aluksi tuntui hankalalta...
- Olin todella ylpeä, kun...
- Tulin iloiseksi siitä, koska...
- Nyt tuntuu, että voimme...

Lopuksi antakaa tarinallenne isot aplodit! Olipa hieno tarina!

8. En berättelse om mig

Berätta om någonting ni själva upplevt! Berättelsen kan handla om något roligt, någonting man lyckats med eller någonting man är stolt över. Ni kan välja att börja berättelsen med några av följande ord:

- Det var en gång...
- När du var mycket liten...
- I början kändes det jobbigt...
- Jag var verkligen stolt när...
- Jag blev glad när...
- Nu känns det så att vi kan...

Till slut ger vi berättelsen en stor applåd! Det var ju en fin berättelse!

8. A story about me

Tell a shared story where the main character is you! The story should have a happy thing, a success, or something you are proud of. You can use one of the following beginnings if you want:

- Once upon a time...
- When I was very young...
- At first, it was difficult to...
- I was truly proud when...
- I was delighted that...
- I now feel that we can...

When your story is finished, give yourselves a big round of applause! What a great story!

8. Історія про мене

Розкажіть спільну історію, головними героями якої станете ви! В історії має бути щось веселе, розповідь про успіх чи про те, чим ви пишаєтеся. За бажанням можете використати в історії наступний початок фраз:

- Давним давно...
- Коли ти був зовсім маленьким.
- Спочатку було важко...
- Я дійсно пишаюся тим, що...
- Я зрадів цьому, бо...
- Зараз здається, що ми можемо...

Насамкінець голосно поаплодуйте своїй історії! Історія вийшла чудовою!

8. Рассказ обо мне

Придумайте вместе рассказ, главными героями которого становитесь вы сами! В рассказе должно произойти что-то веселое, например что-то должно удачно получиться или вызвать у вас чувство гордости. В качестве подсказок можете использовать следующие начала предложений:

- Как-то раз...
- Когда ты был/была совсем маленьким/маленькой...
- Сначала мне показалось сложным...
- Я чувствовал/чувствовала себя таким гордым/такой гордой, когда...
- Я обрадовался/обрадовалась тому, что...
- Сейчас я чувствую, что мы можем...

Под конец громко поаплодируйте своему рассказу! Какая замечательная история получилась!

9. Nimenvaihto

Liikutaan tilassa ympäriinsä ja toisen henkilön osuessa kohdalle katsotaan silmiin, kätellään ja sanotaan oma nimi. Samalla ”napataan” käteltävän nimi seuraavaan kohtaamiseen. Esimerkiksi Matti kättelee Liisaa ja nappaa nimen ”Liisa” ja seuraavassa kättelyssä esittäytyy ”Liisana”, kunnes nappaa taas uuden kättelijän nimen. Liikutaan tilassa niin kauan, kunnes saadaan oma nimi lopulta takaisin.

9. Namnbyte

Du går runt i rummet och när du råkar på en annan person ser du personen i ögonen, skakar hand och säger ditt namn. Samtidigt ”snappar” du åt dig den persons namn du skakat hand med och tar med dig namnet till nästa person. Till exempel: Mats skakar hand med Lisa och snappar åt sig namnet ”Lisa”, går vidare till nästa person och presenterar sig som ”Lisa” och tar sedan den nästa personens namn. Man går runt i rummet tills man äntligen får tillbaka sitt eget namn.

9. Changing names

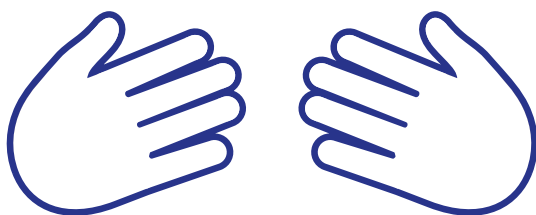
Move around the room and when you meet another person look them in the eye, shake hands, and say your name. When you do this, grab the other person’s name and use it for your next meeting. For example, Matti shakes hands with Liisa and takes their name, using it to introduce themselves as “Liisa” when they meet the next person, taking their name in turn. Keep moving around the room until you get your own name back.

9. Зміна імені

Вільно рухайтесь по приміщенню, і коли зустрінетеся з іншою людиною, подивіться один одному в очі, потисніть руки та назвіть своє ім'я. При цьому ”привласніть” ім'я того, з ким обмінялися рукостисканням, до наступної зустрічі. Наприклад, Матті потиснув руку Лізі і привласнив ім'я ”Ліза”, і при наступному рукостисканні він представиться «Лізою», доки не візьме собі нове ім'я у того, з ким привітається. Рух по приміщенню продовжується доти, доки кожен не отримає своє ім'я назад.

9. Поменялись именами

Все игроки передвигаются по комнате. Когда участники встречаются с друг другом, они смотрят в глаза, жмут руки и представляются по имени. После чего «хватают» имя того, с кем только что встретились, и представляются «захваченным» именем при следующей встрече с другим игроком. Например, Матти жмет руку Лизе и «хватает» имя «Лиза». При встрече со следующим участником Матти представляется «Лизой», после чего «хватает» имя того, с кем только что повстречался. Все передвигаются по комнате до тех пор, пока ко всем участникам не вернутся свои имена.



10. Ryhmien muodostaminen

Leikinhajaaja leikkaa kullekin leikkijälle pahvista kuvion ja kiinnittää kuviot leikkijöiden selkään. Samoja kuvioita on kolme tai neljä ryhmän koon mukaan. Leikin alussa kaikki seisovat piirissä kuviot selkään kiinnitettynä, eikä kukaan tiedä omaa kuviotaan. Alkumerkin jälkeen kukin leikkijä lähtee etsimään niitä, joilla on sama kuvio selässään kuin itsellä. Ryhmän etsimisessä ei saa käyttää puhetta. Kun ryhmät ovat koossa, niille voidaan antaa jokin tutustumista edistävä keskustelunaihe.

10. Bildande av grupper

Handledaren klipper ut figurer av kartong till deltagarna och sätter fast en figur på ryggen av varje deltagare. Det ska finnas tre eller fyra identiska figurer beroende på gruppens storlek. I början av leken står alla i ring, var och en har en figur på ryggen och ingen vet vilken figur man har. Efter startsignalen börjar varje deltagare leta efter dem som har samma figur på ryggen som man själv har. Man får inte leta med hjälp av tal. När grupperna har samlats kan man ge dem ett samtalsämne som kan hjälpa dem att bli bekanta.

10. Forming groups

The instructor cuts a number of different shapes from cardboard and attaches one to the back of each person playing. There should be three or four of each shape depending on the size of the group. At the beginning, everyone stands in a circle with shapes attached to their back and so that no one knows their shape. Once the instructor signals for the game to start, each person begins to search for others with the same shape as them. Speaking is not allowed while forming the groups. Once the groups are complete, you can provide a topic of discussion that promotes meeting new people.

10. Формування груп

Ведучий вирізає з картону для кожного гравця картинку та прикріплює картинку на спину гравця. Залежно від розміру групи однакових картинок може три або чотири. На початку гри всі стоять у колі із прикріпленими на спину картинками, ніхто не знає, що у нього на картинці. Після сигналу про початок гри, кожен гравець вирушає шукати тих, з ким у нього однакові картинки на спинах. Під час пошуку групи не можна використовувати мову. Коли групи зібрані, їм може бути запропонована тема розмови, яка допоможе познайомитися.

10. Образуем группы

Ведущий вырезает для каждого игрока картонную фигуру, и прикрепляет фигуры к спинам игроков. Одинаковых фигур должно быть по три или четыре, в зависимости от количества игроков. В начале игры все стоят в кругу с прикрепленными на спину фигурами. Никто из игроков не знает, какая фигура прикреплена к его спине. После сигнала каждый игрок отправляется искать участников с теми же фигурами на спине, что и у него. В процессе поиска своей группы можно разговаривать. Когда группы участников с одинаковыми фигурами сформированы, им можно предложить побеседовать на определенную тему, чтобы участники лучше познакомились с друг другом.

11. Peilikuvia

Seisokaa pareittain vastatusten kasvot toisianne kohti. Valitkaa, kumpi ohjaa ensin liikettä ja kumpi on peilinä. Liikettä ohjaava voi ensin kokeilla nostaa kättä sivulle tai jalkaa koukkuun, ja peilikuvana oleva seuraa tätä. Kokeilkaa ensin hitaasti ja sitten voitte nopeuttaa tahtia. Voitte myös keksiä itse liikkeitä. Muistakaa vaihtaa rooleja. Joskus voitte kokeilla kaverin kanssa, onnistuisiko esimerkiksi pukeminen ulos lähtiessä peilikuvana.

11. Spegelbilder

Stå mittemot varandra ansikte mot ansikte. Välj vem som först ska styra rörelsen och vem som ska vara spegel. Den som styr rörelsen kan först till exempel lyfta handen åt sidan eller böja ett ben, och den som är spegelbilden gör samma sak. Försök först långsamt och sedan kan ni göra det snabbare. Ni kan också själva hitta på rörelser. Kom ihåg att byta roller. Ibland kan ni prova med kompiserna om det till exempel skulle lyckas klä på sig på det sättet när man ska ut.

11. Mirror images

Stand in pairs facing each other. Choose which one of you first controls the movement and which of you acts as the mirror. The person controlling the movement could begin by lifting their arm to the side or bending their leg, and the person mirroring repeats the movement. Start slowly, increasing your speed as you go. You can also come up with your own movements. Remember to switch roles halfway. You could also try to see whether you can put your outdoor clothes on while mirroring each other as you get ready to go out.

11. Дзеркальні відображення

Встаньте обличчям один навпроти одного. Виберіть, хто першим показуватиме рухи, а хто буде дзеркалом. Той, хто показує рух, може спочатку спробувати підняти руку вбік або зігнути ногу, а той, хто є його дзеркальним відображенням, повторює його. Спочатку спробуйте рухатись повільно, потім можете збільшити темп. Ви також можете самі вигадувати рухи. Не забудьте змінюватись ролями. Разом з другом можете спробувати якимось виходячи з дому, чи вийде, наприклад, одягнутися, будучи дзеркальним відображенням.

11. Игра в отражение

Встаньте друг напротив друга, лицом к лицу. Договоритесь, кто будет сначала показывать движения, а кто будет зеркалом. Показывающий движения может сначала попробовать вытянуть руку в сторону или согнуть ногу, игрок-зеркало повторяет движения. Попробуйте сначала медленно, а потом в ускоренном темпе. Можете придумывать свои движения. Не забывайте меняться ролями. Можете как-нибудь попробовать с другом/подругой, получится ли у вас одеться на улицу, играя в «отражение»?

12. Moikka!

Moikkaamalla voi piristää helposti toisen mieltä. Moikkaaminen ei vie energiaa eikä ole vaikeaa. Osaatko tervehtiä eri kielillä? Millä kielellä sinä tervehdit? Miten muuten voi tervehtiä kuin sanoilla? Ketä voit tervehtiä?

12. Hejsan!

Genom att säga hej kan man lätt pigga upp den andra. Man behöver ingen energi och det är inte svårt att säga hej. Kan du hälsa på olika språk? På vilket språk hälsar du? På vilka andra sätt kan du hälsa än med ord? Vem kan du hälsa på?

12. Hello!

Saying hello to another person is an easy way to lift their spirits. Saying hello is easy and takes very little energy. Can you say hello in different languages? What language do you use to say hello? Can you greet others without saying something? Who can you say hello to?

12. Привіт!

Сказавши "Привіт" можна легко покращити настрій іншої людини. На вітання не витрачається багато енергії, це просто. Чи вмієте ви вітатись різними мовами? Якою мовою ти привітався? Як ще окрім слів можна привітатись? З ким можна привітатись?

12. Привет!

Приветствием легко порадовать другого человека. Это не требует особых усилий. Знаешь приветствия на других языках? На каком языке ты говоришь: «Привет!»? Как еще можно поприветствовать друг друга, не используя слова? Кого ты можешь поприветствовать?

13. Mikä minusta tulee isona?

Esittäkää vuorotellen jotakin työtä, ja toinen saa arvata, mistä työstä on kyse. Jos haluatte vaikeuttaa tehtävää, voitte esittää asiat pantomiimina eli ilman ääntä. Onko sinulla jotain haaveammattia? Millaisia taitoja siinä tarvitaan?

13. Vad vill jag bli när jag blir stor?

Visa i tur och ordning något arbete så att den andra får gissa vad det är. Om ni vill göra det svårare kan ni göra det som pantomim, alltså utan ord. Har du ett drömyrke? Vad behöver man kunna i det yrket?

13. What will I become when I grow up?

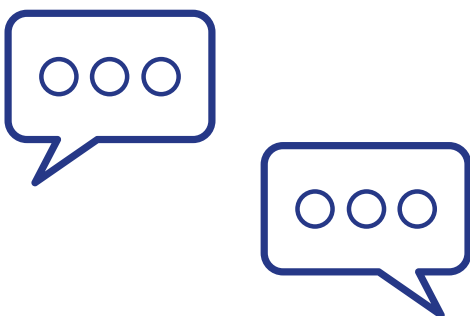
In pairs, each person takes a turn to pretend that they are working while the other person tries to guess the job. If you want to increase the difficulty, you can act out the work as mime without making sounds. Do you have a dream job? What skills does it require?

13. Ким я стану, коли виросту?

По черзі показуйте якусь роботу, а інший повинен здогадатися, про яку роботу йдеться. Якщо хочете ускладнити завдання, можете показувати роботу за допомогою пантоміму, тобто без слів. В тебе є професія мрії? Які навички для неї потрібні?

13. Кем я стану, когда вырасту?

Изображайте по очереди какую-нибудь профессию, а другие участники должны ее отгадать. Чтобы усложнить задачу, можете использовать пантомиму и изображать профессии без слов и звуков. У тебя есть профессия мечты? Какие навыки в ней нужны?



14. Meidän perheen supertaito!

Missä asiassa meidän perhe on hyvä? Mitä meidän perhe osaa erityisen upeasti? Pohtikaa, mikä olisi oman perheen supertaito ja miltä se näyttää? Keksikää taitoon liittyvä supersankritervehdys.

Voiko taito olla esimerkiksi:

- taito sanoa toiselle kauniita asioita
- taito uskaltaa kokeilla uusia asioita
- taito kertoa superhauskoja vitsejä?

14. Vår familjs superfärdigheter!

Vad är vår familj bra på? Vad kan vår familj speciellt bra? Fundera vad som kunde vara den egna familjens supertalang och förklara. Hitta på en lämplig hälsning.

Är vår familj bra på att:

- säga något vackert till en annan
- våga sig på nya saker
- berätta jätteroliga vitsar?

14. Our family's superpower!

What is your family good at? What can your family do especially well? Think about what your family's superpower be and what it would look like? Come up with a superhero greeting that matches your power.

Could your superpower be one of the following:

- the ability to say nice things to other people.
- the courage to try out new things.
- the ability to tell super funny jokes?

14. Суперздатність нашої сім'ї!

Що наша сім'я вміє робити добре? Що наша сім'я вміє найкраще? Подумайте, яка б могла бути суперздатність у вашій сім'ї і як би вона виглядала? Придумайте вітання супергероїв, пов'язане із суперздатністю.

Чи може бути суперздатністю, наприклад:

- здатність говорити іншому щось приємне
- здатність сміливо пробувати нове
- здатність розповідати супервеселі жарти?

14. Суперсила нашей семьи!

В чем наша семья хороша? Что наша семья умеет делать особенно хорошо? Подумайте, какая суперсила есть у вашей семьи, и в чем она выражается? Придумайте приветствие для вашей «семейки супергероев», которое будет связано с вашей суперсилой.

Может быть, ваша суперсила – это:

- умение говорить друг другу приятные слова
- смело пробовать что-то новое
- очень смешно шутить?



15. Rohkeat ja ystävälliset hahmot

Tehtävässä tuotetaan tarina hahmoista, joita pidetään rohkeina ja ystävällisinä. Harjoitellaan tarinankerrontaa sekä opetellaan myötätuntoa osana vuorovaikutusta.

Pyydä leikkijöitä piirtämään kuva pehmolelusta, pelihahmosta tai muusta asiasta tai esineestä, joka kuvaa leikkijän mielestä rohkeaa ja ystävällistä hahmoa.

Esitellä valitsemanne hahmot muille ja kertokaa, miksi hahmo on rohkea ja ystävällinen. Miettikää ja jutelkaa yhdessä, mitä rohkeus ja ystävällisyys tarkoittavat ja miten niitä voi osoittaa erilaisissa tilanteissa.

15. Modiga och vänliga gestalter

I uppgiften hittar man på en berättelse om gestalter som anses vara modiga och vänliga. Man övar berättarkonst och lär sig medkänsla som en del av växelverkan.

Be varje deltagare teckna en bild av en mjuk leksak, en spelgestalt eller en sak eller ett föremål som deltagaren tycker föreställer en modig och vänlig gestalt.

Visa de andra de gestalter ni valt och berätta varför en gestalt är modig och vänlig. Fundera och diskutera tillsammans vad mod och vänlighet innebär och hur man kan visa mod och vänlighet i olika situationer.

15. Courageous and friendly characters

During this activity, you create a story about characters that are considered courageous and friendly. You can practice storytelling and compassion as part of interaction.

Ask the people playing to draw a picture of a toy, game character, or some other thing or item that describes a courageous and friendly character in the person's opinion.

Present the characters you have chosen to the other people and explain how the character is courageous and friendly. Consider and discuss what courage and friendliness mean and how you could demonstrate them in different situations.

15. Сміливі та дружелюбні персонажі

При виконанні завдання гравці вигадують історію про персонажів, які вважаються сміливими та доброзичливими. Практикуємось у сторітеллінгу та вчимося співчуттю як частині взаємодії.

Попроси гравців намалювати м'яку іграшку, персонажа гри або інший предмет чи об'єкт, який, на думку гравця, є сміливим та доброзичливим героєм.

Уявіть обраних вами персонажів іншим та розкажіть, чому персонаж сміливий та доброзичливий.

Подумайте та обговоріть разом, що означають сміливість та дружелюбність і як їх можна продемонструвати у різних ситуаціях.

15. Смелые и добрые герои

Участники придумывают рассказ о смелых и добрых героях. В процессе общения участники развивают навык повествования и учатся сопереживать.

Попросите участников нарисовать мягкую игрушку, героя компьютерной игры, другого персонажа или какой-то предмет, которого они могут охарактеризовать, как смелого и доброго.

Представьте друг другу своих персонажей и расскажите, почему они смелые и добрые. Подумайте и поразмышляйте вместе, что значит смелость и доброта, и каким образом они проявляются в различных ситуациях?

16. Iloa päivääsi

Joskus iloa tarvitsee houkuttaa esille. Yksi keino siihen on nauraminen. Jopa tekonauru voi tuoda aidon ilon esille.

Pohtikaa ja kokeilkaa, miten seuraavat asiat tai olennot nauraisivat:

- pienen pieni hiiri
- keiju, jolta on irronnut etuhampaat
- merirosvo, jota kutitetaan
- yksisarvinen vitsin kuullessaan.

Millaiset asiat tuovat iloa ja naurua sinun päiviisi?

16. Glädje i vardagen

Ibland kan man locka fram glädje. Man kan göra det genom att skratta. Till och med ett falskt skratt kan åstadkomma äkta glädje.

Fundera och prova hur följande saker eller varelser skulle skratta:

- en pytteliten mus
- en älva vars framtänder har lossnat
- en sjörövare som blir kittlad
- en enhörning som hör en vits.

Vilka saker ger dig glädje och får dig att skratta?

16. Joy for your day

Sometimes we need to encourage joy. One way to do that is by laughing. Even fake laughter can create genuine joy.

Discuss and try how the following things or creatures would laugh:

- a tiny little mouse
- a fairy that has lost their front teeth
- a pirate being tickled
- a unicorn that has heard a great joke.

What kind of things bring joy and laughter to your days?

16. Додамо радості у твій день

Іноді радість треба приносити. Один із способів – сміх. Навіть штучний сміх може зробити справжню радість.

Подумайте і спробуйте показати, як сміялися ці предмети чи істоти:

- маленька-маленька мишка
- фея з передніми зубами, що випали
- пірат, якого лоскочуть
- єдиноріг, який почув жарт.

Що приносить радість та сміх у твій день?

16. Радость на весь день

Иногда радость приходится выманивать наружу. Один из способов для этого – смех. Даже наигранный смех может вызвать естественную радость.

Поразмышляйте и попробуйте изобразить, как бы смеялись следующие персонажи:

- маленькая-премаленькая мышка;
- фея, у которой выпали передние зубы;
- пират, которого щекочут;
- единорог, которому рассказали анекдот?

Что радует и смешит тебя в течение дня?



17. Hassut naamat

Oletko koskaan nähnyt tai huomannut, millaisia emojiä puhelimesta löytyy? Katsokaa vanhemman, lapsen tai perheen puhelinta. Millaisia emojiä löysit? Osaatteko näyttää toisillenne samanlaisia ilmeitä kuin emojiilla on?

17. Roliga ansikten

Har du nånsin sett eller märkt vilka emojier som finns i en telefon? Titta på mammas, pappas, familjens eller ett barns telefon. Vilka emojier hittar du? Kan ni visa varandra sådana ansiktsuttryck som emojierna har?

17. Funny faces

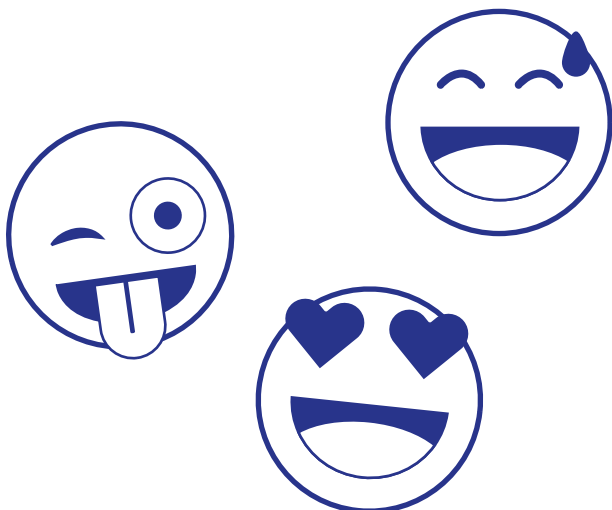
Have you seen or noticed the various emojis that can be found on phones? Take a look at the phone of a parent, child, or family. What kind of emojis can you find? Can you mimic the expressions showed by the emojis?

17. Смішні пики

Ти колись бачив чи помічав, які смайлики є у твоєму телефоні? Подивіться телефон батьків, дитини чи сім'ї. Які смайлики знайшов? Чи зможеш показати іншим такі ж вирази обличчя, як у смайликів?

17. Смешные рожицы

Видели смайлики в телефоне? Загляните в телефон родителя, ребенка или семьи. Какие смайлики вы там нашли? Сможете повторить эмоции смайликов?



18. Hymyn heitto

Leikkijät istuvat piiriin. Joku alkaa hymyillä, vetää kädellään hymyn pois kasvoiltaan ja osoittaa jotakuta. Hymyn vastaanottanut henkilö aloittaa hymyilemisen ja heittää sen seuraavaksi jollekin muulle. Toiset eivät saa nauraa eivätkä hymyillä. Se, joka nauraa, joutuu pelistä pois.

18. Kasta ett leende

Deltagarna sätter sig i ring. En börjar le, tar bort leendet med handen och pekar på en annan. Den som då tagit emot leendet börjar le och kastar leendet till nästa person. De andra får inte skratta eller le. Den som skrattar får inte vara med.

18. Smile casting

The people playing the game sit in a circle. Someone starts the game by smiling, removes the smile from their face with their hand, and points at one of the others. The person pointed at receives the smile and repeats the process by casting the smile to someone else. The other people are not allowed to laugh or smile during the game. Anyone who laughs is eliminated from the game.

18. Кидання посмішки

Гравці сидять у колі. Один починає усміхатися, рукою прибирає усмішку з обличчя та вказує на когось іншого. Той, хто одержав посмішку, починає усміхатися і кидає її комусь наступному. Інші не повинні сміятися чи посміхатися. Той, хто засміється, вибуває із гри.

18. Перебрось улыбку

Игроки садятся в круг. Один из участников начинает улыбаться, потом стирает ладонью улыбку со своего лица и указывает на другого игрока. Человек, на которого указали, принимает улыбку и начинает улыбаться, а потом перебрасывает свою улыбку следующему участнику. Остальные игроки не должны в этот момент улыбаться или смеяться. Кто засмеялся, выбывает из игры.

19. Minä pelihahmona

Rakentakaa leikkipeliöhjain saatavilla olevista materiaaleista. Toinen käyttää ohjainta ja kertoo, mitä toinen tekee, toinen toimii ”pelihahmona”.

Kokeilkaa, miten voisit saada hahmosi:

1. kävelemään eteenpäin
2. hyppäämään tasahyppyjä tai eteenpäin
3. tanssimaan
4. antamaan halauksen.

Vaihtakaa osia ja kokeilkaa kulkea esimerkiksi jokin reitti pelihahmon ja pelaajan rooleissa.

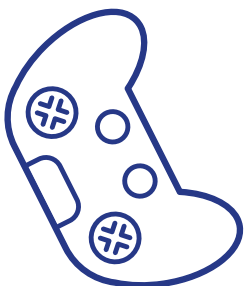
19. Jag som spelfigur

Bygg en spelkontroll av material som finns till hands. Den ena använder spelkontrollen och berättar vad den andra ska göra, den andra fungerar som ”spelfigur”.

Försök hur man kan få spelfiguren att:

1. gå framåt
2. hoppa jämfota eller framåt
3. dansa
4. ge en kram.

Byt roller och försök till exempel gå en sträcka i spelfigurens och spelarens roller.



19. Me as a game character

As a pair, create an imaginary game controller by using whatever is available to you. One of you operates the controller telling the other person what to do, while they act as the game character.

Try how you can make your character do the following:

1. Walk forward
2. Jump in place or jump forward
3. Dance
4. Give a hug

Switch roles halfway. You can also try to move through a specific route in your different roles, for example.

19. Я - персонаж гри

Змайструйте ігровий джойстик із підручних матеріалів. Один гравець використовує джойстик і каже, що робити іншому, інший виконує роль «персонажу гри».

Подумайте, як ви можете змусити вашого персонажа:

1. йти вперед
2. стрибати на місці або вперед
3. танцювати
4. обійматися.

Міняйтеть ролями і спробуйте, наприклад, пройти якимось маршрутом у ролі персонажа гри та гравця.

19. Я в роли персонажа компьютерной игры

Соорудите джойстик или пульт управления из подручных материалов. Одни игрок будет управлять и говорить, что нужно делать другому игроку, который будет в роли персонажа компьютерной игры.

Попробуйте заставить своего персонажа:

1. идти прямо;
2. прыгать на двух ногах вверх или вперед;
3. танцевать;
4. обниматься.

Поменяйтесь ролями и попробуйте пройти, например полосу препятствий в роли персонажа и игрока, управляющего им.

20. Iltarutiinea

Millaiset iltarutiinit auttavat sinua rauhoittumaan vilkkaan päivän jälkeen? Antakaa sormilla pisteitä 1–10 sen mukaan, kuinka hyvin seuraavat tavat sopivat sinulle:

- Joku lukee kirjaa sinulle ääneen.
- Luet tai katselet itse kirjaa tai sarjakuvaa.
- Kuuntelet musiikkia.
- Kuuntelet äänikirjaa.
- Joku piirtää sinulle rauhallisesti selkään.
- Joku pajaa sinua.

Oliko mukana jokin sellainen tapa, jota et ole koskaan kokeillut? Voisitko kokeilla sitä joku kerta? Entä onko sinulla jokin rauhoittumiskeino, jota ei ollut listassa? Montako pistettä annat sille?

20. Kvällsrutiner

Vilka kvällsrutiner hjälper dig att koppla av efter en livlig dag? Ge poäng från 1 till 10 med fingrarna enligt hur bra följande sätt passar dig:

- Någon läser högt för dig.
- Du läser eller tittar själv i en bok eller serie.
- Du lyssnar på musik.
- Du lyssnar på en talbok.
- Någon stryker dig lugnt över ryggen.
- Någon smeker dig.

Finns här något som du aldrig har provat? Kunde ni prova det någon gång? Vet du ett sätt att koppla av som inte finns i den här listan? Hur många poäng ska det sättet ha?



20. Nighttime routines

What kind of nighttime routines help you calm down after a busy day? Use your fingers to score the following methods from 1 to 10 based on suitable they are for you:

- Listening to someone reading a story aloud.
- Reading a book or a comic by yourself.
- Listening to music.
- Listening to an audiobook.
- Someone slowly drawing a figure on your back with their finger.
- Someone stroking your head.

Does the list include things you have never tried? If so, do you think you could try them at some point? Do you have your own methods that were not included in the list? How many points would you give your own method?

20. Вечірні ритуали

Які вечірні ритуали допомагають тобі заспокоїтись після активного дня? Пальцями покажи від 1 до 10 балів, наскільки такі способи тобі підходять:

- Хтось читає тобі вголос.
- Ти сам читаєш чи розглядаєш книгу чи комікси.
- Слухаєш музику.
- Слухаєш аудіокнигу.
- Хтось повільно малює на твоїй спині.
- Хтось гладить тебе.

Чи є серед варіантів такий спосіб, якого ти ніколи не пробував? Можеш спробувати в якийсь раз? Чи маєш якийсь спосіб заспокоєння, якого не було у списку? Скільки балів ти йому даси?

20. Вечерние ритуалы

Какие вечерние ритуалы помогают тебе успокоиться после насыщенного дня? Оцени и покажи на пальцах баллы от 1 до 10, насколько хорошо на тебя действуют следующие способы успокоения:

- Кто-нибудь читает для тебя книгу вслух.
- Ты сам/сама читаешь или рассматриваешь книгу или комикс.
- Слушаешь музыку.
- Слушаешь аудиокнигу.
- Кто-нибудь рисует у тебя на спине пальцем или рукой.
- Кто-нибудь тебя гладит.

Были ли в списке такие способы, которые ты еще не пробовал/пробовала? Может стоит как-нибудь попробовать? А есть ли у тебя такой способ успокоения, которого не было в списке? Сколько баллов дашь ему?

21. Unihiekkaa

Seiso tai istu paikallasi ja aseta oma tai anna aikuisen asettaa oma kätensä vatsallesi. Hengitä vähintään kymmenen syvää hengitystä. Katso, saatko käden liikkumaan hengityksesi mukana. Voisiko tällainen pysähtyminen helpottaa unensaamista illalla? Entä onko jokin muu tilanne, jossa tämä hengitysharjoitus olisi sinulle hyödyksi?

21. Att somna

Stå eller sitt och lägg din ena hand på magen eller låt en vuxen göra det. Dra minst tio djupa andetag. Se om du kan få handen att röra sig med din andning. Kunde denna andningsövning göra det lättare att somna på kvällen? Eller kan du tänka dig en annan situation där du kunde ha nytta av den?

21. Sleepy dust

Stand or sit down in place and place your hand or let an adult place their hand on your stomach. Breath in and out deeply at least ten times. See if you can move the hand with your breathing. Could this type of breathing help you get to sleep at night? Can you think of another situation where this breathing exercise could be helpful?

21. Сонний пісок

Стій або сиди на місці і поклади свою руку або руку дорослого на свій живіт. Зроби щонайменше десять глибоких вдихів. Подивися, чи рухається рука разом із твоїм диханням. Чи зможе така зупинка допомогти тобі заснути увечері? Чи є якась інша ситуація, в якій ця дихальна вправа буде тобі корисною?

21. Волшебный сонный порошок

Стой или сиди на месте, положи свою руку или дай взрослому положить руку тебе на живот. Сделай минимум десять глубоких вдохов. Посмотри, двигается ли рука в такт дыханию? Может ли такое упражнение помочь тебе заснуть? Может быть есть какая-то другая ситуация, в которой это дыхательное упражнение может тебе помочь?

22. Meidän oma tervehdys

Jokainen keksii oman liikkeen ja näyttää sen vuorotellen muille. Muut tekevät mukana. Lopuksi yritetään muistaa liikkeet ja tehdä ne peräkkäin. Tästä muodostuu ryhmän oma tervehdys.

22. Vår egen hälsning

Var och en hittar på en egen rörelse och visar de andra den i tur och ordning. De andra gör samma rörelse. Till slut försöker man komma ihåg rörelserna och göra dem efter varandra. Detta blir till gruppens egen hälsning.

22. Our own greeting

Everyone comes up with their own movement, which are then shown to the others in turn. The others repeat the movement. At the end, the group tries to remember all the movements and repeat them one after another. This creates the group's very own greeting.

22. Наше власне привітання

Кожен вигадує свій рух та по черзі показує його іншим. Інші повторюють. Наприкінці намагаються згадати рухи та повторити їх одне за одним. Це створить власне привітання групи.

22. Наше особенное приветствие

Каждый придумывает свое движение и демонстрирует его другим участникам. Остальные повторяют движение. Под конец попробуйте вспомнить все движения и повторить их друг за другом. Это будет вашим общим приветствием.



Miten puhua sodan uhasta ja sotautisista lapsen kanssa?

Pientenkin lasten voi olla vaikea välttää sotautisten tulvalta. Koostimme ohjeet vanhemmille ja muille aikuisille lasten suojelemiseksi ja tukemiseksi uutistulvassa.

Lue lisää: mll.fi/mitenpuhuasodasta

Hur ska man prata om krigshot och krigsnyheter med ett barn?

Även för små barn kan det vara svårt att undgå störtfloden av krigsnyheter. Vi har satt ihop anvisningar för föräldrar och andra vuxna om hantering av detta problem.

Läs mera: mll.fi/tukearuotsiksi

How to talk about war and news about war with children?

Even small children may find it hard to avoid the flood of news about the war. We have compiled a set of instructions for parents and other adults on how to protect and support children flooded by news.

Read more: mll.fi/tukeaenglanniksi

Як говорити про загрозу війни та новини про війну з дитиною?

Навіть маленьким дітям може бути важко уникнути потоку військових новин. Ми зібрали для батьків та інших дорослих поради щодо підтримки та захисту дітей від новинного потоку.

Детальніше: mll.fi/tukeaukrainaksi

Как говорить с детьми об угрозе войны и новостях о войне?

Даже маленьким детям может быть сложно избежать потока новостей. Мы собрали советы для родителей и других близких взрослых, которые помогут защитить и поддержать ребенка, столкнувшегося с потоком новостей.

Читайте здесь: mll.fi/tukeavenajaksi

Iloa yhteisiin leikkihetkiin!

Trevliga gemensamma lekstunder!

Have fun playing together!

Радісних спільних ігор!

**Желаем приятно провести время,
играя и выполняя упражнения!**

Lisää leikkejä suomen kielellä: leikki pankki.fi

Flera lekar på finska: leikki pankki.fi

More games and activities in Finnish: leikki pankki.fi

Більше ігор фінською мовою: leikki pankki.fi

Больше игр и упражнений можно найти на финском языке на сайте: leikki pankki.fi



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO
