



W czasie deszczu dzieci się nudzą... ale okazuje się, że nie tylko dzieci i nie tylko w czasie deszczu – nuda podczas siedzenia w domu dopada każdego. Jeśli pogoda nie dopisuje lub pozamykane są sklepy i lokale usługowe, czy też ktoś jest zmuszony siedzieć w domu, bo kiepsko się czuje, to wcale nie oznacza, że jest skazany na nudę. W domu także można znaleźć sobie wiele ciekawych, przydatnych czy kreatywnych zajęć. A nawet zarobić, jeśli dopisze szczęście!

Postaw na rozrywkę

Na początek propozycje rozrywkowe, czyli coś dla lubiących dobrą zabawę, rywalizację czy nawet trochę adrenaliny. Spróbuj:

- Pograć w kasynie online. Możesz sprawdzić [jak grać w PokerStars](#) . Świetna zabawa gwarantowana, a do tego szansa, by zarobić.
- Pograć w gry internetowe. Dołącz do drużyn z całego świata w grach typu MMO lub pograj sam w darmowe gry online.
- Pograć w gry planszowe. Jeśli masz z kim, to pograj w planszówki. Oferta gier na rynku jest bardzo bogata, a gry pozwalają doskonale się bawić razem z bliskimi i rozwijać pewne umiejętności (np. strategiczne).

Zrób porządki w domu i w telefonie oraz na komputerze

Rozejrzyj się wokół – w domu na pewno są miejsca, które wymagają generalnych porządków. Takie skrytki i szuflady, do których rzadko zaglądasz. Posprzątaj nie tylko przestrzeń realną, ale i wirtualną, zatem proponujemy takie [nieoczywiste](#) , ale jakże satysfakcjonujące zajęcia jak:

- Uporządkuj ubrania w szafie. Oddaj potrzebującym lub sprzedaj w Internecie nieużywane

ciuchy.

- Poukładaj w szafce z lekami, przyprawami czy bibelotami. Wyrzuć przeterminowane przyprawy, oddaj do apteki przeterminowane leki. Zrób porządek w szufladzie z wszystkim i niczym – każdy w domu ma takie miejsce, gdzie wrzuca różne bibeloty, ulotki, baterie, żarówki, spinacze czy co się jeszcze nawinie pod rękę. Wyrzuć niepotrzebne rzeczy.
- Uporządkuj dokumenty. Zbierane latami rachunki, akty notarialne, certyfikaty ukończenia kursów, wyciągi bankowe, listy od ZUS-u czy zalecenie lekarskie potrafią wypełnić kilka szuflad. Wyrzuć niepotrzebne papiery, resztę ułóż tematycznie.
- Uporządkuj zdjęcia w telefonie. Masz tam na pewno setki selfie i starych fotek. Podziel je na kategorie, a te mało istotne (zdjęcie nowych spodni sprzed trzech lat, selfie z windy po imprezie etc.) po prostu skasuj.
- Ogarnij maile. Na skrzynce mailowej pewnie też zbierało się tysiące wiadomości. Skasuj stare maile lub te już nieaktualne, oznacz ważne lub podziel je na foldery.
- Uporządkuj dokumenty i aplikacje na laptopie. Podobnie jak realne dokumenty, także te wirtualne wymagają uporządkowania raz na jakiś czas. Wykasuj także nieużywane aplikacje czy programy.

Zaistniej w Internecie

Może pora na stworzenie własnego [miejsca w sieci](#) ? Co powiesz na:

- Założenie bloga. Lubisz pisać? Zawsze chciałeś mieć przestrzeń na własne przemyślenia, [artykuły](#) , recenzje? Zaczynij pisać bloga. To bardzo fajne i rozwijające zajęcie.
- Załóż Twittera, Instagrama, Facebooka – jeśli jeszcze nie masz takich kanałów social media.
- Załóż kanał na YouTube i twórz filmiki – z jakąś wiedzą, śmieszne, muzyczne, w jakiejkolwiek dziedzinie czujesz się dobrze.
- Zaczynij nagrywać podcasty. Propozycja dla mających wiele ciekawych rzeczy do powiedzenia, dobrą dykcję czy intrygujący głos. Podcasty są teraz bardzo modne.

Zdobądź nowe umiejętności

Na naukę nigdy nie jest za późno! Rozważ:

- Naukę online nowego języka. Z filmikami na YT, stronami www, fiszkami online możesz szybko opanować podstawy dowolnego języka.
- Wzięcie udziału w webinarach marketingowych, biznesowych, IT etc. Oferta kursów online jest bardzo szeroka – na pewno znajdziesz coś dla siebie!
- Rozwinięcie umiejętności kulinarnych. Gotowanie to frajda. Spróbuj nowych dań, korzystając z przepisów online czy licznych filmików w sieci o gotowaniu.

Zrelaksuj się

Nie musisz robić czegoś bardzo ambitnego, możesz po prostu wybrać zajęcie, które jest relaksujące, pozwala zabić czas i sprawia Ci radość, np.:

- czytanie książek,
- oglądanie seriali i filmów,
- słuchanie muzyki,
- majsterkowanie,
- przesadzanie kwiatów,
- domowe spa, czyli maseczka, manicure etc.,
- układanie puzzli.

Zajmij się czymś kreatywnym

[Rysowanie](#) to świetne zajęcie nie tylko dla dzieci. Pokoloruj kolorowanki lub narysuj coś farbami – to uspokaja i rozwija kreatywność. Możesz także wytwarzać biżuterię, robić wycinanki, szyć itd. Takie prace manualne na pewno zabiją nudę!

Poćwicz

Najlepszy jest ruch na świeżym powietrzu, ale jeśli nie ma się możliwości wyjść do parku, to warto poruszać się w domu. Poćwicz jogę, aerobik, a nawet zumbę z kursami online. Doskonale spożytkujesz czas, a przy tym uwolnisz endorfiny i zadbasz o swoje ciało.

autor tekstu: Anna K