

Arla i samarbete med Friends.

Hej

– ett litet ord som kan göra stor skillnad

Det kan vara självklart för dig att få det där Hej:et varje dag, men det finns de som sällan eller till och med aldrig får det.

Att säga hej kanske inte verkar så betydelsefullt, men det är precis tvärtom!
Alla blir glada av ett hej.



Följ Stiftelsen Friends på TikTok!

Testa Friends hej-utmaningar!

Utmaning 1

Våga testa ett nytt sätt att säga hej på idag! Säg tjo, vinka eller säg det på teckenspråk! Kommer du på fler sätt?

Utmaning 2

Säg hej till någon du inte brukar hälsa på varje dag!



**friends**

www.friends.se
Friends arbetar för en värld utan mobbning.

Friends kunskapsbank:

- Schyssta kompistips • Frågor och svar om ensamhet och mobbning
- Råd och stöd om du eller någon du känner är utsatt