

ANTISTRES ŽOGICA



Če vam doma leži kakšen odvečen balon, vam ga ni potrebno grdo gledati, ker ga je tako težko napihnuti... Raje ga uporabite za izdelavo super zabavne **ANTISTRES ŽOGICE!** V teh časih, ko smo veliko doma in imamo kdaj šole čez glavo, nam lahko takšna žogica pride še kako prav. Če pa se vam po kotih skriva več kot en balon, naredite žogice kar za celo družino!

1. Potrebujemo:

Izdelava žogice proti stresu je izjemno preprosta, potrebuješ pa dve sestavini:

- Balon
- Moko / koruzno moko
- Prazno plastenko (0,5 l)
- Lijak

2. Izdelava:

Najprej te čaka težji del: balon napihni, kolikor se da, potem spusti ves zrak ven. To naredi vsaj dvakrat, da balon lepo raztegneš in pripraviš na polnjenje z moko.

Zdaj sledi polnjenje. Če bo tvoj balon napolnjen z navadno moko, bo žogica na otip gladka, če pa izbereš koruzno moko, bo občutek tak, kot da je v žogi droben pesek.

S pomočjo lijaka napolni prazno plastenko z moko. Napolni manj kot polovico plastenke.

Nato raztegni »usta« svojega balona čez »usta« plastenke ter ju zasukaj.

Začni stiskati plastenko, pri tem pa obvezno pritisni usta balona čvrsto na plastenko. Nikar ne spusti!



Pomembno je, da balon ne držiš v zraku, ampak na mizi, da ti ne bi med polnjenjem padel. Med stiskanjem se bo balon napolnil z moko in z zrakom.

Ko je balon dovolj napihnjen, ga zelo previdno odstrani s plastenke. »Usta« balona ves čas drži pokončno. Preostali zrak previdno spusti skozi odprtino in zaveži močan vozel.



Pa jo mamó! Tvoja antistres žogica je pripravljena. Naj se sproščanje začne! ☺

Fotografije svojih žogic mi lahko pošlješ na naslov:
biljana.makuljevic@os-toncke-cec.si

Viri:

- <https://www.themakeyourownzone.com/got-stress-make-your-own-stress-ball/>
- <https://www.pinterest.com/pin/844493663669755/>