**PEPP-burken**

* Stärker elevernas resiliens
* 80 lappar med övningar, frågeställningar, diskussionsämnen och lekar
* Rekommenderas till åk 3 - 6 men går även att använda i andra åldersgrupper

*Gör så här:*

1. Ha burken i klassen och låt eleverna dra en lapp när ni har tid över
2. Läraren bestämmer när och vilken färg som ska dras
3. Lapparna är uppdelade i fyra färgkategorier:

Gula: Självkänsla och självmedvetenhet

Röda: Känsloreglering och stresshantering

Gröna: Starka relationer och socialt stöd

Blåa: Hantera utmaningar och motgångar

1. Lapparna rekommenderas att dras i denna ordningsföljd; gula först och blåa sist
2. Kortare uppgifter (5-10 minuter) – ljusa lappar

Längre uppgifter (15 min eller längre) – mörka lappar

1. Eleven eller läraren läser högt upp det som står på lappen
2. Klassen gör det som står på lappen tillsammans
3. Lägg bort den använda lappen så den inte hamnar i burken på nytt

*Ni behöver:*

* Ett PEPP-häfte eller papper
* Post-it lappar​
* Vanligt vitt kopieringspapper​
* Pennor att skriva med
* Färgpennor