

Calendrier de l'Avent de la gentillesse



Encourage 2 personnes

1

Aide 3 personnes à réaliser une action

2

Dis à un(e) ami(e) ce que tu aimes chez lui/elle

3

Fais et offre un dessin à un quelqu'un

4

Dessine des coeurs sur des petits papiers et distribue-les

5

Prépare et partage un goûter ou un repas avec quelqu'un

6

Souris à toutes les personnes que tu croises aujourd'hui

7

Offre un câlin à 2 personnes

8



Aide une personne âgée

9

Fais un don à une œuvre caritative ou à une personne dans le besoin

10



Ecoute et soutiens quelqu'un qui semble triste

11

Complimente un membre de ta famille ou un(e) ami(e)

12

Fabrique un objet et offre-le à quelqu'un

13

Cuisine un gâteau et partage-le avec tes amis ou tes voisins

14

Offre un massage à quelqu'un de ta famille

15

Donne des jouets, objets, habits ...dont tu ne te sers plus

16

Fais un geste pour protéger la nature et invite tes ami(s) à faire comme toi

17



Tiens la porte à quelqu'un ou laisse ta place dans une queue

18

Rend service à quelqu'un sans le lui dire

19

N'allume aucun écran et accorde ton attention aux personnes qui sont autour de toi

20

Écris une lettre de gratitude et donne-la en main propre

21

Pardonne quelqu'un, fais la paix avec quelqu'un

22

Souhaite à toutes les personnes que tu connais bonheur et santé

23

Raconte à ceux qui sont près de toi tout ce que tu as aimé depuis le début de ce mois et remplis un nouveau calendrier de la gentillesse pour 2018





Encourage 2 personnes

Aide 3 personnes à réaliser une action

Dis à un(e) ami (e) ce que tu aimes chez lui/elle

Fais et offre un dessin à un quelqu'un

Dessine des coeurs sur des petits papiers et distribue-les

Prépare et partage un goûter ou un repas avec quelqu'un

Souris à toutes les personnes que tu croises aujourd'hui

Offre un câlin à 2 personnes

Aide une personne âgée

Fais un don à une oeuvre caritative ou à une personne dans le besoin

Ecoute et soutiens quelqu'un qui semble triste

Complimente un membre de ta famille ou un(e) ami(e)

Fabrique un objet et offre-le à quelqu'un

Cuisine un gâteau et partage-le avec tes amis ou tes voisins

Offre un massage à quelqu'un de ta famille

Donne des jouets, objets, habits ...dont tu ne te sers plus

Fais un geste pour protéger la nature et invite tes ami(s) à faire comme toi

Tiens la porte à quelqu'un ou laisse ta place dans une queue

Rend service à quelqu'un sans le lui dire

N'allume aucun écran et accorde ton attention aux personnes qui sont autour de toi

Écris une lettre de gratitude et donne-la en main propre

Pardonne quelqu'un, fais la paix avec quelqu'un

Souhaite à toutes les personnes que tu connais bonheur et santé

Raconte à ceux qui sont près de toi tout ce que tu as aimé depuis le début de ce mois et remplis un nouveau calendrier de la gentillesse pour 2018



