

Aide 3 personnes à réaliser une action	Fais et offre un dessin à quelqu'un	Dessine des cœurs sur des petits papiers et distribue les
Prépare et partage Un goûter ou un repas avec quelqu'un	Offre un câlin à 2 personnes	Fais un don à une association ou à une personne dans le besoin
Complimente un membre de ta famille ou un ami	Cuisine un gâteau et partage le avec tes amis ou tes voisins	Donne des jouets, objets, vêtements dont tu ne te sers plus
Tiens la porte à quelqu'un ou laisse ta place dans une queue	N'allume aucun écran et accorde ton attention aux personnes qui sont autour de toi	Fais la liste de tout ce que tu as aimé cette année
Pardonne à quelqu'un, fais la paix avec quelqu'un	Encourage deux personnes	Complimente un(e) ami(e)
Souris à toutes les personnes que tu croises aujourd'hui	Aide une personne âgée qui en a besoin	Écoute et console quelqu'un qui semble triste
Fabrique un objet pour l'offrir à Noël	Offre un massage à quelqu'un de ta famille	Rends service à quelqu'un sans lui dire
Écris une gentille lettre à ton frère ou ta sœur et donne la en main propre	Souhaite un joyeux Noël à toutes les personnes que tu croises	Invente une chanson ou un spectacle pour le réveillon

