

# KEDVESSÉG KALENDÁRIUM - 2017 DECEMBER



**RESCUE**

HÉTFŐ

**"Légy kedves amikor csak lehet.  
Mindig lehet."** - XIV. Dalai Láma

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

SZOMBAT

VASÁRNAP

**4** Tegyél egy kedves üzenetet kollégád asztalára.

**5** Öleld meg a szeretteidet és barátaidat, kollégáidat.

**6** Lepd meg a a szomszédod mikulás-csomaggal.

**7** Mosolyogj az emberekre amíg közlekedsz.

**8** Segíts ma az anyukádnak valamiben.

**9** Hívd fel egy távoli rokonodat, vagy csetelj vele.

**10** Adományozz játékot, ruhát, takarót a rászorulóknak.

**11** Keresz egy szép verset és oszd meg másokkal.

**12** Dicsérj meg ma annyi embert amennyit csak tudsz.

**13** Hívj meg valakit ma a büfében egy kávéra.

**14** Ajánld fel a segítséged egy idős embernek.

**15** Engedj ma valakit magad elé a sorban.

**16** Vásárolj plusz egy lisztet és adományozd oda.

**17** Hívd el a szüleidet, vagy szerettedet sétálni.

**18** Fejezd ki köszönetedet ma amiért csak lehet.

**19** Vidd le a szomszédod szemetét ma.

**20** Állj meg egy pillanatra és nézd meg az esti fényeket.

**21** Ajánld fel a barátodnak, hogy elviszed a kutyát sétálni.

**22** Vigyél ma a kollégáidnak szaloncukrot vagy sütit.

**23** Hívd fel a nagyszüleidet, akik távol élnek.

**24** Ma reggel adjál magadnak extra időt.

**25** Kapcsold ki a kutyüjeidet, hallgasd az embereket.

**26** Tégy a madáretetőbe magokat a madaraknak.

**27** Bocsáss meg valakinek, és keresd meg a jó tulajdonságát.

**28** Csalj mosolyt valakinek az arcára.

**29** Sétálj egy nagyot, figyelj meg a természet szépségeit.

**30** Hívd át a szomszédod egy kávéra vagy teára.

**31** Tervezd meg, hogy milyen kedvességeket teszel jövőre.