

31 Tage voller Herzengesten

1. Mache einem Fremden ein Kompliment. Einfach mal so.
2. Backe Kekse für einen Nachbarn.
3. Lasse jemanden an der Kasse vor.
4. Kaufe ein Kinderbuch in der Buchhandlung, klebe das Kärtchen hinein und bitte den Kassierer es der nächsten Familie zu schenken.
5. Kaufe einen Kranz (z.B. für ein Grab) im Blumengeschäft und bitte den Verkäufer, ihn der nächsten Person zu schenken.
6. Hinterlasse einen Zettel mit netten Gedanken an einem Auto.
7. Zünde eine Kerze an einem vergessenen Grab an.
8. Schreib jemanden in Trauer eine liebe Nachricht.
9. Verschicke eine Weihnachtskarte an eine Person, die dieses Weihnachten jemanden vermisst.
10. Spende ein Weihnachtsgeschenk an ein Kinderheim.
11. Spende Kleidung an eine Organisation.
12. Hilf einer älteren Person mit ihren Einkäufen.
13. Spende oder sammle Geld für eine Organisation deiner Wahl.
14. Schreibe jemandem einen Brief, den du schon lange nicht mehr gesprochen hast.
15. Schau dir die ehrenamtlichen Vereine in deiner Nähe an und unterstütze sie in irgendeiner Form.
16. Lobe jemanden, der in deinen Augen einen tollen Job macht.
17. Stelle jemandem ein Nikolausgeschenk vor die Tür.
18. Schicke jemandem, der gerade eine schwere Zeit durchmacht, eine kleine Aufmerksamkeit zu Weihnachten.
19. Schreibe jemanden einen Brief, der im letzten Jahr grosse Wirkung auf dich hatte.
20. Lächele jemanden an – einfach so. Und dann noch 5 weitere...
21. Kaufe der Person hinter dir einen Kaffee.
22. Suche dir etwas, wo du ehrenamtlich tätig werden kannst.
23. Bemale Steine und verstecke sie.
24. Hinterlasse dem Postboten ein kleines Dankeschön im Briefkasten.
25. Hinterlasse dem Müllmännern eine kleine Aufmerksamkeit auf ihrer nächsten Runde.
26. Verteile inspirierende Zettel in der Nachbarschaft, auf Arbeit oder in der Schule.
27. Wenn du unterwegs bist, lobe eine Mutter oder einen Vater für den tollen Job, den sie mit ihren Kindern machen.
28. Schicke Blumen oder Schokolade an ein Krankenhaus in deiner Nähe und danke ihnen für ihre tolle Arbeit.
29. Gib dem Kellner ein grösseres Trinkgeld als üblich.
30. Hilf jemandem in Not.
31. Schenke dir ein wenig Selbstliebe – auch du bist wichtig! Mache heute für mind. 30 Minuten etwas, das dir gut tut.