









Défi de la bonté: Liste de gestes de bonté

<p>Remonte le moral à quelqu'un qui est déprimé.</p>	<p>Ferme les robinets pendant que tu brosses tes dents.</p> 	<p>Aide à ranger la salle de classe, la cour d'école ou le parc local.</p>	<p>Brosse ton animal de compagnie.</p> 
<p>Apprend 3 nouvelles choses au sujet de ton animal de la ferme préféré.</p> 	<p>Fais un compliment sincère!</p>	<p>Plante quelque chose.</p> 	<p>Tiens la porte pour quelqu'un.</p>
<p>Marche ou fais du vélo.</p> 	<p>Écris une carte de remerciement pour quelqu'un.</p>	<p>Crée une affiche pour encourager la bonté envers les animaux ou la responsabilité envers les animaux de compagnie.</p>	<p>Aide un membre de la famille à cuire quelque chose. Aide-le aussi à ranger la cuisine!</p> 
<p>Lis un livre avec quelqu'un.</p> 	<p>Organise un jeu ou une activité pour la famille ou des voisins.</p>	<p>Aide à économiser l'énergie! Éteins les lumières.</p> 	<p>Dîne avec une personne avec qui tu n'as jamais mangé.</p>