

Säg hej till någon du inte känner

Ge en komplimang

Överraska någon

Le åt någon du träffar på gatan

Skriv något snällt på sociala medier

Berätta något om dig själv som andra inte vet

Ta kontakt med någon som är ensam

Skriv ner fem positiva saker om dig

Tänk på en fördom du har och hur du kan utmana den

Fråga någon "hur mår du?" och lyssna på svaret

Få någon att skratta

Läs på om något du tycker är viktigt

Hjälp någon med något

Säg något snällt till din familj

Fundera en stund på hur du är som kompis

Hjälp till att plocka upp skräp på skolgården eller på gatan

BINGO - Goda gärningar

Kryssa och få full bricka



TIDAHOLMS
KOMMUN