



para niños y niñas

1. Sonríele a alguien que veas hoy
2. Haz un regalo hecho en casa para alguien
3. Anima un amigo que se ve triste
4. Dile a alguien que es increíble
5. Haz una tarjeta de "mejórate" a alguien enfermo
6. Regala juguetes o ropa que no necesites
7. Recoge basura que tu no firaste
8. Haz un dibujo para alguien
9. Agradece a un policía o bombero
10. Dile a alguien lo mucho que lo amas
11. Limpia tu cuarto sin que te lo pidan
12. Agradécele a alguien que admires
13. Llama a alguien de la familia que hace tiempo no ves
14. Defiende a alguien que estén molestando
15. Invita alguien a jugar

16. Dile algo bueno a 10 personas hoy
17. Junta dinero o cosas para ayudar alguna organización caritativa
18. Ora por alguien que la esta pasando mal
19. Ayuda algún amigo en una materia que tu eres bueno(a)
20. Comparte tu lonche con alguien
21. Préstale a alguien tu libro favorito
22. Regala una nota de agradecimiento a tu maestro(a)
23. Acércate a alguien que necesite un nuevo amigo
24. Ayuda a tu maestra a limpiar el salón
25. Acércate a alguien que este solo en la hora del recreo o lunch
26. Haz algo agradable para tu papa o mama.
27. Acomoda la mesa para la cena o cocina
28. Regala un dulce o snack a alguien
29. Ábrele la puerta a alguien
30. Háblale a alguien nuevo en tu escuela