

# ALTERNATIV JULKALENDER 2017

SMÅ HJÄLTEDÅD I VARDAGEN



**1** Håll upp dörren för någon

**2** Skriv en uppmuntrande kommentar på nätet

**4** Säg tack minst fem gånger

**5** Fråga någon hur den mår

**3** 1:a advent: Tänd ett ljus och be en bön för någon som har det tungt

**6** Sortera ut något du kan ge vidare

**7** Lyssna och låt ett samtal handla helt om den som är framför dig

**8** Släpp någon före i kön

**9** Bjud någon på en pepparkaka

**10** 2:a advent: Läs något om Nobelpristagarnas gärningar

**11** Berätta för någon vad du beundrar hos den

**12** Skriv "glöm inte att du är värdefull" på en lapp och lämna på en synlig plats

**13** Lucia: Fundera på hur du kan vara ett ljus i mörkret för barn i utsatthet

**14** Skicka ett julkort till någon som är ensam

**15** Försök att uppskatta saker du tar för givet

**16** Hör av dig till någon du inte pratat med på länge

**17** 3:e advent: Skicka tre sms fyllda av kärlek

**18** Be för människor som tvingas fly från krig

**21** Testa att äta något vegetariskt

**19** Cykla, promenera eller ta bussen istället för bilen

**20** Plocka upp skräp på marken och släng i en soptunna

**22** Ha tålamod, stressa inte

**23** Lämna en julkapp, gärna hempysslad, på allmän plats med en lapp "Varsågod"

**24** 4:e advent: Njut av julens mirakel och minns, ett barn kan förändra världen!