

# Calendrier de la bienveillance 2023

Thème semaine 1 : Une semaine pour davantage respecter l'environnement

Thème semaine 2 : Une semaine pour vivre dans le respect

Thème semaine 3 : Une semaine dans la solidarité

Thème semaine 4 : Une semaine pour aimer son prochain

## **Thème semaine 1 : Une semaine pour davantage respecter l'environnement**

Lundi 20 /11 : Trier ses déchets et utiliser la poubelle verte pour les déchets recyclables

Mardi 21/11 : Eviter d'acheter des bouteilles plastiques

Mercredi 22/11 : Privilégier les produits locaux et de saison lors de vos achats alimentaires

Jeudi 23/11 : Sensibiliser son entourage en intégrant dans ses discussions des informations sur l'environnement

Vendredi 24/11 : Mettre en terre (planter) une plante ou des fleurs, des légumes ou des herbes dans son jardin pour favoriser la biodiversité

## **Thème semaine 2 : Une semaine pour vivre dans le respect**

Lundi 27/11 : Dire Bonjour/Au-revoir aux professeurs et à ses camarades

Mardi 28/11 : Arriver à l'heure en cours

Mercredi 29/11 : Respecter la propreté de sa salle de cours, y faire le ménage

Jeudi 30/11 : Sourire et dire bonjour à des inconnus dans la rue

Vendredi 01/12 : Aider ses parents dans les tâches quotidiennes de la maison

## **Thème semaine 3 : Une semaine dans la solidarité**

Lundi 4/12 : Etre à l'écoute de ses camarades de classe

Mardi 5/12 : Offrir son aide à une personne dans le besoin

Mercredi 6/12 : Faire une bonne action, qui donne le sourire à n'importe qui, comme tenir la porte 😊

Jeudi 7/12 : Collecter des vêtements et des articles en bon état pour faire un don à un refuge ou une association

Vendredi 8/12 : Envoyer un message positif à un ami ou à un membre de sa famille

#### **Thème semaine 4 : Une semaine pour aimer son prochain**

Lundi 11/12 : Faire un compliment à au moins trois personnes différentes

Mardi 12/12 : Faire une bonne action anonyme, comme laisser un petit cadeau ou une note d'encouragement à quelqu'un

Mercredi 13/12 : Ecrire une lettre à un être cher en exprimant ses sentiments

Jeudi 14/12 : Partager un moment de convivialité ensemble avec ses proches

Vendredi 15/12 : Offrir son temps et son écoute à un ami ou à un membre de sa famille qui traverse une période difficile