

# 25 TAGE achtsame & umweltfreundliche WEIHNACHTEN ADVENTSKALENDER



Kreuze die Tage durch, die du erfüllt hast. (Du musst nicht zwingend der Reihenfolge der Tage folgen, du kannst natürlich auch tauschen)

<b>1</b> Spende Essen, Kleidung oder Spielzeug an Bedürftige	<b>2</b> Gehe ca. 30 min. Müll sammeln in deiner Umgebung	<b>3</b> Mache mindestens 5 Menschen heute ein Kompliment	<b>4</b> Lass jemanden in der Reihe (z.B. im Supermarkt) vortritt	<b>5</b> Organisiere ein Trash-Wichteln, bei dem nur gebrauchte Dinge (nichts gekauftes) erlaubt sind
<b>6</b> Kaufe ein Geschenk in einem kleinen Geschäft/ Business in deiner Gegend	<b>7</b> Spende Spielzeug, Geld oder Futter an ein Tierheim	<b>8</b> Rufe ein Familienmitglied oder alte Freundschaft an, von der/dem du lange nichts gehört hast	<b>9</b> Schreibe kleine Dankesbotschaften für deine Kolleg*innen (und klebe sie z.B. an den Bildschirm oder Auto)	<b>10</b> Nimm dir eine freie Zeit für einen lieben Menschen und unternimmt was Schönes
<b>11</b> Kaufe ein SecondHand Xmas Geschenk	<b>12</b> Koche ein veganes Weihnachts-Test-Essen	<b>13</b> Spende mindestens 5,- an eine Gemeinnützige Organisation (z.B. Sana Mare e.V.)	<b>14</b> Nimm an einer "Wunschbaum-Aktion" in deiner Gegend teil	<b>15</b> Backe (vegane) Plätzchen und verschenke ein paar an deine Nachbarn
<b>16</b> Lächle mindestens 5 Menschen beim vorbeigehen an	<b>17</b> Halte jemanden die Tür auf	<b>18</b> Tanze eine Stunde zu einer Weihnachtslied-Playlist	<b>19</b> TV aus - Veranstage einen Spieleabend	<b>20</b> Sei heute einfach richtig nett, zu jedem und allen, egal was kommt
<b>21</b> Bringe jemandem etwas Neues bei	<b>22</b> Schicke einem besonderen Menschen eine besondere Nachricht	<b>23</b> Lese jemandem eine Weihnachtsgeschichte vor	<b>24</b> Sing ein Lied mit deinen Menschen am Weihnachtsbaum	<b>25</b> Nimm dir 10 - 20 Minuten Zeit für dich selbst (z.B. zum meditieren oder eine Runde Sport)