

Tháng mười hai Tử Tế, 2022

THỨ HAI



THỨ BA



THỨ TƯ



THỨ NĂM

1
Lan tỏa lòng tốt
và chia sẻ
lich tháng 12
với người khác

THỨ SÁU

2
Thăm hỏi
người thương ở xa

THỨ BẢY

3
Đề nghị giúp
đỡ ai đó
đang gặp khó
khăn vào lúc này

CHỦ NHẬT

4
Hỗ trợ
một tổ chức từ
thiện hoặc chương
trình mà bạn
thực sự
quan tâm

5
Tặng quà cho
người vô gia cư
và neo đơn

6
Để lại
lời nhắn tích cực
cho người khác

7
Đưa ra những
nhận xét tử tế cho
càng nhiều người
càng tốt

8
Làm điều hữu
ích cho bạn bè,
gia đình

9
Tử tế
thay vì khắc
nghiệt với bản
thân và người
khác

10
Hết lòng
lắng nghe
người khác
thay vì phán xét

11
Mua thêm phần
ăn và tặng cho
người cần

12
Trở nên hào phóng.
Cho ai đó thức
ăn, tình yêu hay
lòng tốt

13
Thử xem
bạn có thể cười
với bao nhiêu
người hôm nay

14
Chia sẻ kỉ niệm
vui, ý tưởng
truyền cảm hứng
với người thương.

15
Làm cho
một ngày của
người hàng xóm
lớn tuổi bừng
sáng!

16
Nói điều tích cực
với người khác

17
Nói lời cảm ơn
Liệt kê những điều
tốt mà người khác
đã làm cho bạn

18
Nhờ giúp đỡ
Và cho phép
người khác
nếm trải niềm vui
của sự cho đi

19
Liên lạc
với người đang
cảm thấy cô đơn
hoặc bị cô lập

20
Giúp đỡ người khác
bằng cách cho đi
những thứ bạn
không cần

21
Trân trọng sự tử tế
và cảm ơn người
khác đã giúp mình

22
Chúc mừng
người đã đạt được
thành quả
mà ít ai để ý

23
Trao đi
hay nhận lấy
món quà
của sự tha thứ

24
Đem niềm vui
đến cho người
khác. Chia sẻ
điều khiến
bạn cười

25
Đối xử tử tế
với người khác,
và cả với
chính mình nữa

26
Đi dạo
Nhật rúc
hoặc làm điều
gì đó tử tế
với thiên nhiên.

27
Trò chuyện
với họ hàng ở xa

28
Tử tế
với hành tinh
này. Ăn ít thịt
và dùng ít năng
lượng thôi.

29
Tắt thiết bị số và
thực sự lắng nghe
người khác

30
Hãy để cho người
khác biết bạn
trân trọng họ

31
Lập kế hoạch
hành động tử tế
cho năm 2023

Hành động vì hạnh phúc

Hạnh phúc hơn · Tử tế hơn · Cùng nhau

