



The Great Kindness Challenge®

**EDICIÓN HÍBRIDA
PARA EL HOGAR Y LA ESCUELA**

IMPORTA TU BONDAD

Te retamos a que realices todos los actos de bondad posibles.

Cuídate, diviértete y sonríe a lo grande sabiendo que ¡estás haciendo del mundo un lugar mejor!

Actos de Bondad

- Sonríe a 25 personas.
- Deja una nota bonita para un amigo.
- Felicita sinceramente a 5 personas.
- Recoge 10 trozos de basura en el campus.
- Cuídate y haz 10 ejercicios de un minuto de duración.
- Cuenta una broma y haz reír a alguien.
- Cuídate y toma una merienda sana.
- Aprende algo nuevo de tu maestro/a.
- Haz un dibujo y dáselo a alguien.
- Guiña un ojo y muestra un signo de la paz para saludar a un compañero de clase.
- Recicla tu basura.
- Diseña unas manualidades bonitas para la familia.
- Recorta 10 corazones y déjalos que los amigos los encuentren.
- Entretén a alguien con un baile feliz.
- Haz un póster amable para el personal del comedor.
- Muestra agradecimiento a un consejero o mentor.
- Da los "buenos días" a 15 personas.
- Diseña un gracias para la APM/APF.
- Pide un deseo para un niño en otro país.
- Da las gracias a un guardia de cruce.
- Invita a un nuevo amigo a jugar / salir contigo.
- Envía un agradecimiento a tu superintendente.
- Deja una nota bonita para un familiar en la funda de almohada.
- Recauda fondos para una causa que te importe.
- Pasa un día entero sin quejarte y usa solamente palabras positivas durante todo el día.
- Cuéntale a un maestro actual o pasado cómo te han inspirado.
- Álzate en defensa de alguien que lo necesite.
- Haz y muestra un letrero de LA BONDAD IMPORTA.
- Haz una carta/un poster de agradecimiento para personal sanitario.
- Haz un marcapáginas para un amigo.
- Mantén la puerta abierta para alguien.
- Date una palmada en la espalda.
- Da un paseo con la familia y saluda a los que pasen.
- Escribe un "gracias" en un apósito para la enfermera.
- Llama o visita tus abuelos o un anciano apreciado.
- Pinta una piedra y déjala que sorprenda a alguien.
- Aprende cómo decir "hola" en otro idioma.
- Trae una flor al personal administrativo.
- Muestra tu agradecimiento al director de manera creativa.
- Escucha a tu maestro/a la primera vez.
- Ayuda a tu maestro/a con una tarea necesaria.
- Saluda a alguien que parezca triste.
- Llega a la escuela a tiempo.
- Haz y muestra 10 notas positivas en su casa.
- Saluda y da las gracias a un supervisor.
- Haz y entrega una tarjeta feliz a un amigo mayor.
- Pide perdón a alguien a quien podrías haber lastimado.
- Enumera 10 cosas por las que te sientes agradecido.
- Abraza fuertemente a la familia.
- Crea tu propio acto de bondad.

#GreatKindnessChallenge

GreatKindnessChallenge.org ♥ KidsforPeaceGlobal.org



(Your Name Here)

FREE APP!

