

Bingo du bonheur

Le jeu consiste à faire des bonnes actions dans le but de créer une ligne sur votre feuille. Lorsque tu fais une bonne action, colorie le rectangle qui y correspond! Il n'y a pas de «gagnant» puisque tous gagnent à partager le bonheur! Votre récompense est le bonheur que vous avez à voir les autres sourire et l'effet agréable que ça fait dans votre corps lorsque vous agissez avec bienveillance. Pour Noël, embellissons notre entourage!

Tu peux aussi t'amuser à faire carte-pleine et colorier toutes les cases 😊 On ne fait jamais trop de bonnes actions!

Faire un sourire à une personne que je connais moins pour ensoleiller sa journée.	Aider maman ou papa à mettre la table.	Dire merci à quelqu'un pour ce qu'il (elle) fait pour moi.	Écris un petit mot gentil pour quelqu'un et cache-le dans ses choses. Il aura une belle surprise.
Faire une carte de Noël et l'envoyer à une personne âgée qui est seule.	Fais une liste de ce que tu aimes chez toi, décore cette liste et place-la dans ta chambre.	Faire un compliment à une personne.	Répare un geste que tu as posé qui a fait de la peine à quelqu'un.
Propose un massage à quelqu'un	Aider un adulte à l'école ou ailleurs.	Ranger ma chambre sans qu'on me le demande.	Passe une journée sans écran et profite-en pour parler avec les membres de ta famille.
Propose de rendre service à quelqu'un.	Encourage quelqu'un qui a des difficultés à faire quelque chose.	Choisis quelques jouets qui ne te servent plus et offre-les à des enfants qui en ont moins.	Fais une activité qui va te permettre d'exercer ta créativité (chant, théâtre, arts, etc.)

Bingo du bonheur

Le jeu consiste à faire des bonnes actions dans le but de créer une ligne sur votre feuille. Lorsque tu fais une bonne action, colorie le rectangle qui y correspond! Il n'y a pas de «gagnant» puisque tous gagnent à partager le bonheur! Votre récompense est le bonheur que vous avez à voir les autres sourire et l'effet agréable que ça fait dans votre corps lorsque vous agissez avec bienveillance. Pour Noël, embellissons notre entourage!

Tu peux aussi t'amuser à faire carte-pleine et colorier toutes les cases 😊 On ne fait jamais trop de bonnes actions!

Faire un compliment à une personne.	Aider maman ou papa à mettre la table.	Propose un massage à quelqu'un.	Écris un petit mot gentil pour quelqu'un et cache-le dans ses choses. Il aura une belle surprise.
Faire une carte de Noël et l'envoyer à une personne âgée qui est seule.	Passe une journée sans écran et profite-en pour parler avec les membres de ta famille.	Faire un sourire à une personne que je connais moins pour ensoleiller sa journée.	Répare un geste que tu as posé qui a fait de la peine à quelqu'un.
Dire merci à quelqu'un pour ce qu'il (elle) fait pour moi.	Encourage quelqu'un qui a des difficultés à faire quelque chose.	Propose de rendre service à quelqu'un.	Fais une liste de ce que tu aimes chez toi, décore cette liste et place-la dans ta chambre.
Ranger ma chambre sans qu'on me le demande.	Aider un adulte à l'école ou ailleurs.	Choisis quelques jouets qui ne te servent plus et offre-les à des enfants qui en ont moins.	Fais une activité qui va te permettre d'exercer ta créativité (chant, théâtre, arts, etc.)