

Lächle fünf Menschen
an und begrüße sie.

Mache jemandem ein
Kompliment.

Lächle fünf Menschen
an und begrüße sie.

Mache jemandem ein
Kompliment.

Zünde für jemanden,
der es braucht, eine
Kerze an.

Umarme zwei
Menschen.

Nimm dir einen
Moment Zeit und
überlege dir einen
schönen Satz für
jemanden, der heute
nicht da ist.

Notiere auf der
Rückseite einen Namen.
Schreibe demjenigen
später einen Brief.