

Láskavý december 2024

NEDEĽA

PONDELOK

UTOROK

STREDA

ŠTVRTOK

PIATOK

SOBOTA

1 Šír láskavosť a zdieľaj Láskavý kalendár s blízkymi

2 Kontaktujte niekoho, s kým nemôžete byť, aby ste zistili, ako sa mu darí

3 Ponúknite pomoc osobe, ktorá práve bojuje s problémami

4 Podporte charitatívnu organizáciu, vec alebo kampaň, na ktorej vám skutočne záleží

5 Obdarujte niekoho, kto je bez domova alebo sa cíti osamelý

6 Nechajte obľúbenej osobe milý odkaz

7 Dajte dnes láskavý komentár čo najviac ľuďom

8 Urobte niečo užitočné pre priateľku alebo člena rodiny

9 Všimnite si, kedy ste na seba alebo na druhých prísni a buďte pre zmenu láskaví

10 Načúvajte druhých z celého srdca, bez toho aby ste ich súdili

11 Kúpte si nejakú vec navyše a darujte ju miestnej potravinovej banke

12 Budte štedrý. Nakúpte dnes niekoho jedlom, láskou alebo láskavosťou

13 Všimnite si, na koľko rôznych ľudí sa dnes môžete usmiať

14 Podelte sa s blízkou osobou o veselú spomienku alebo inšpiratívnu myšlienku

15 Pozdravte suseda, či susedku a rozjasnite im deň

16 Hľadajte niečo láskavé, čo by ste mohli povedať každému, s kým sa rozprávate

17 Ďakujte. Vymenujte všetky láskavé veci, ktoré pre vás ostatní urobili

18 Požiadajte o pomoc a nechajte niekoho ďalšieho objaviť radosť z dávania

19 Kontaktujte osobu, ktorá môže byť sama alebo sa cíti izolovaná

20 Pomôžte druhým tým, že sa vzdáte niečoho, čo nepotrebuje

21 Oceňujte láskavosť a ďakujte ľuďom, ktorí pre vás niečo robia

22 Pograttulujte niekomu k úspechu, ktorý by mohol zostať nepovšimnutý

23 Rozhodnite sa dať alebo prijať dar odpustenia

24 Prinášajte druhým radosť. Podelte sa o niečo, čo vás rozosmialo

25 Chovajte sa dnes láskavo k všetkým, vrátane seba!

26 Chodte von. Zbierajte odpadky alebo urobte niečo dobré pre prírodu

27 Zavolajte príbuznej osobe, ktorá je ďaleko, pozdravte ju a porozprávajte sa s ňou

28 Buďte láskaví k planéte. Jedzte menej mäsa a spotrebúvajte menej energie

29 Vypnite digitálne zariadenia a naozaj počúvajte ľudí

30 Dajte niekomu najavo, ako moc si ho vážite a prečo

31 Naplánujte si nové skutky láskavosti na rok 2025

