

2024
樂善好施的十二月

星期日

星期一

星期二

星期三

星期四

星期五

星期六

1
傳播善意，與他人
分享本月行動日曆

2
和不在一起生活的
朋友聯絡，看看他
們過得如何

3
主動幫助目前
面臨困難的人

4
支持你真正關心的
慈善機構或公益項目

5
給露宿者或感到孤
獨的人送一份禮物

6
寫下積極的信息
讓別人有機會看到

7
盡可能多地
表達友善的評價

8
幫助朋友或家人
做點實事

9
關注待人待己
的嚴厲態度
嘗試寬容一些

10
全身心聆聽他人
不作任何評判

11
購買額外地物品
贈予當地食物銀行

12
慷慨大方
用食物、愛心和善意
注滿別人的內心

13
看看你今天可以對
多少不同的人微笑

14
與所愛的人分享
一段快樂的回憶
或鼓舞人心的想法

15
向鄰居打招呼問好
讓這一天更美好

16
和每個交談的人
試著說些正面的話

17
表達謝意，列出
別人為你做的善事

18
尋求幫助，讓別人
感受施予的樂趣

19
聯繫可能在獨處
或感到孤獨的人

20
把不需要的東西
送出去幫助他人

21
欣賞別人的善意
感謝為你做事的人

22
祝賀某人取得了
可能被忽視的成就

23
選擇施予
或接納寬恕

24
分享讓你發笑的事
為他人帶去歡樂

25
善待每一個人
包括你自己！

26
到戶外去撿垃圾或
為大自然做些善事

27
打電話問候遠方
的親戚和他們閒聊

28
善待地球，少吃肉
減少電力能源消耗

29
關掉數碼設備
全身心聽別人說話

30
讓別人知道你有多
欣賞他們及其原因

31
計劃在 2025 年做
更多新的善舉

