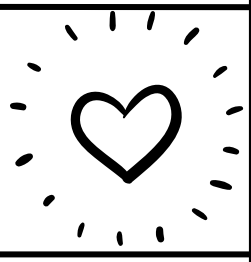
Kindness BINGO

Probeer een rijtje 'vol' te krijgen:
horizontaal, verticaal, diagonaal; jij mag kiezen.
Een volle kaart is natuurlijk helemaal fantastisch..!!
Klaar? Super gedaan;
jij hebt het verschil gemaakt in iemands leven! Geniet ervan!!

Stuur iemand een (hand) geschreven berichtje	Geef iemand bij de flessenautomaat jouw lege flessen om in te leveren	Ruim afval dat je ziet liggen op, ook al is het niet van jou	Geef iemand een gemeend compliment	Help je buren (of een vreemde..)
Vraag iemand die 'nieuw' is om koffie te drinken	Geef iemand zomaar een aardigheidje	Heb een gesprek met een dakloze	Trakteer iemand op een gezellige lunch	Doe een middagje vrijwilligerswerk
Help iemand die het druk heeft. Hoe? Vraag gewoon: Waar kan ik je mee helpen?	Doneer aan een goed doel van jouw keuze		Bedank iemand voor wat diegene voor jou betekent	Betaal een koffie voor degene achter je in de rij
Kook wat extra en geef het aan buren	Neem een middag vrij en doe waar je zin in hebt	Klaag een hele dag niet, dus over niks of niemand	Haal een boodschap voor iemand (en neem iets extra's mee)	Nodig iemand uit om bij je te eten
Breng kleding die je niet meer draagt naar de kledingbank	Ruim op voor iemand (gewoon omdat het kan)	Bak iets lekkers voor je collega's of je buren (of allebei)	Houd de deur open, maak oogcontact en lach naar degene achter je	Laat een goede review achter voor een lokale ondernemer

@MINDBODYANDMOTION