



Actos Aleatorios de Bondad

EN CASA

La siguiente lista está llena de gestos amables reflexivos e inteligentes para hacer en casa. Pida a sus hijos que prueben uno o dos hoy!



Improving Health Together



1. Di gracias, gracias, a tus padres, sin razón alguna.
2. Sé un compañero de estudio, o ayuda a un hermano menor con la tarea.
3. Despejen sus propios platos. Entonces sorprende a tus padres y despeja los suyos, también.
4. Deja ir a tu hermano/hermana primero.
5. Haga un paquete de atención médica para alguien en su comunidad.
6. Ayuda a un vecino a limpiar alrededor de su casa o patio.
7. Saca la basura después de la cena familiar. Hazlo sin quejarte.
8. Limpie la despensa y prepare los productos de la lata para donar.
9. Limpie su habitación, sin que se le pida. Encuentra ropa y juguetes para donar.
10. Entregue un cumplido al día y lo dice en serio. Entrega dos si hace feliz a la familia.