

Forslag til aktiviteter

Tilby hjelp til noen som kan trenge det, til enkeltpersoner eller grupper.

Overrask en kollega eller arbeidsmiljøet ditt med noe hyggelig.

Gjennomfør en innsamlingsaksjon for noe som betyr noe for deg.

Planlegg å hjelpe noen med å bytte til vinterdekk, språktrening eller kjøreopplæring.

Gjennomfør en inkluderende aktivitet i en matpause.

Hvis du eier en virksomhet som driver med aktiviteter eller underholdning; gi gratis inngang til noen.

Inviter til et hyggelig måltid.

Vis fram din frivillige organisasjon og alt det fine dere gjør for andre. Rekrutter nye med, og jobb for økt mangfold.

Sett av 10 minutter til å ringe noen du bryr deg om.

Spiller eller synger du? Overrask noen med en minikonsert.

Inviter nabolaget eller en gjeng til bålcaffe og quiz.

Fortell om din fritidsinteresse til andre du møter, og inviter dem med deg neste gang.

Lag en feiring for noe eller noen (det finnes alltid grunner til å feire).

Inviter til en hyggelig prat på bussen, eller andre steder der flere venter eller er på reise.

Dra på besøk til en venn du ikke har truffet på en stund.

Takk noen.

