

# Góðverk á Aðventu

Skilja skilaboð sem gleðja eftir á opnum  
svæðum

Láta einungis uppbyggileg orð útúr þér  
við aðra OG sjálfa/n þig

Greiða í stöðumæli fyrir einhvern sem er  
kominn yfir tímann

Kaupa nokkrar algengar vörur notaðar á  
jólunum og gefa mæðrastyrksnefnd

Baka smá extra og gefa náguranna

Teikna mynd og senda í pósti.

Hringja í einhvern sem þú hefur ekki talað  
við lengi

Færa e-m sem þú þekkir þakkarbréf

Faðma fjölskyldumeðlimi og segja þeim  
að þú elskir þá

Brosa til allra sem þú hittir í dag

Biðjast til að borga kaffibollann fyrir  
manneskjuna fyrir aftan þig

Gefa séns (hleypta) í umferðinni

Deila jákvæðri frétt á félagsmiðli að eigin  
vali

Snúa neikvæðni eða baktali upp í  
jákvæðara tal

Þakka sérstaklega og hrósa fyrir góða  
þjónustulund

Gera eitthvað til að gleðja sjálfa/n þig

Kaupa happaprennu eða lottómiða og  
senda ástvini eða ókunnugum

Skrifa falleg skilaboð á post it miða  
vinnufélaga/vinar



Deildu hugmyndinni um góðverk á  
Aðventunni.