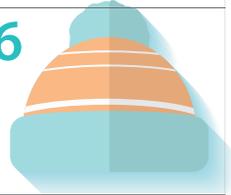


choose love™ movement

DÉCEMBRE 2020

Soyez inspirés à choisir l'Amour tous les jours à l'aide de ce calendrier. Il y a une multitude de choses à faire chaque jour pour démontrer le courage, la gratitude, le pardon et la compassion. Voici des exemples pour choisir l'Amour. Ces gestes auront un effet bénéfique sur vous et ceux qui vous entourent. Créez un effet domino en choisissant l'Amour qui rejoindra les gens de long en large pendant ce mois-ci et pendant la nouvelle année.

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1 C'EST GIVING TUESDAY. FAITES UN PETIT ACTE DE GENTILLESSE.	2 FAITES UNE LISTE DE CADEAUX À OFFRIR PLUTÔT QU'À RECEVOIR.	3 LISEZ UNE BANDE DESSINÉE OU UN ROMAN GRAPHIQUE AMUSANT.	4 CRÉEZ VOTRE PROPRE BANDE DESSINÉE.	5 VOUS ÊTES AIMÉ ET DIGNE D'AMOUR.
6 SORTEZ AUJOURD'HUI ET PROFITEZ DE LA NATURE.	7 ÉCRIVEZ UNE ENTRÉE DANS VOTRE JOURNAL CHOOSE LOVE SUR QUELQUE CHOSE DE BIEN QUI S'EST PASSÉ CETTE ANNÉE.	8 PRENEZ UNE MINUTE «CONSCIENTE»	9 FAITES UNE CARTE POUR UN MEMBRE DU SERVICE OU UN PREMIER RÉPONDANT.	10 FAITES LES TÂCHES MÉNAGÈRES SANS QU'ON VOUS LE DEMANDE.	11 FAITES SAVOIR À VOTRE AMI QUE VOUS VOUS SOUCIEZ.	12 FAITES PREUVE DE COMPASSION ET DE COMPRÉHENSION AUJOURD'HUI. FAITES QUELQUE CHOSE DE BIEN POUR QUELQU'UN QUI EN A BESOIN.
13 SORTEZ AUJOURD'HUI ET PROFITEZ DE LA NATURE.	14 LAISSEZ UNE NOTE AGRÉABLE À TROUVER.	15 ÉCRIVEZ UN POÈME SUR LA PÉRIODE DES FÊTES OU SUR VOS TRADITIONS FAMILIALES.	16 TENEZ LA PORTE OUVERTE POUR QUELQU'UN.	17 FAITES UN COMPLIMENT À QUELQU'UN.	18 ENVOYEZ UNE CARTE DE VŒUX À QUELQU'UN DE SPÉCIAL.	19 MAKE A SPECIAL TREAT FOR YOUR PET OR DONATE FOOD OR TOY AT A LOCAL SHELTER.
20 DONNEZ DES JOUETS OU DES LIVRES À UN HÔPITAL, UN REFUGE OU UNE BONNE VOLONTÉ.	21 ILLUMINEZ VOTRE NUIT AVEC UNE VISITE À PIED DES LUMIÈRES DE NOËL DE VOTRE QUARTIER.	22 REGARDEZ LA VIDÉO LET'S CHOOSE LOVE SUR YOUTUBE.	23 PENSEZ À UNE PHRASE APAISANTE À VOUS DIRE QUAND VOUS EN AVEZ BESOIN.	24 ÉCRIVEZ UNE LISTE DE VOS CHOSSES PRÉFÉRÉES EN 2020. CHANSONS, ÉMISSIONS DE TÉLÉVISION, ÉMISSIONS TIKTOK, LIVRES.	25 PROFITEZ DE VOS VACANCES DE DÉCEMBRE !!!	
27 	28 	29 	30 	31 