

## JANVIER 2021

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
					<b>1</b> BONNE ET HEUREUSE ANNÉE!	<b>2</b> FAITES UNE LISTE DE NOUVELLES CHOSES QUE VOUS VOULEZ FAIRE CETTE ANNÉE.
<b>3</b> * C'EST L'HEURE DE LA FARCE: QU'EST-CE QUI EST PLUS INTELLIGENT QU'UN OISEAU?	<b>4</b> AMUSEZ-VOUS BIEN EN 2021!	<b>5</b> FAITES UN POT DE FARCES. TOUT LE MONDE ÉCRIT UNE BLAGUE AMUSANTE SUR UN BOUT DE PAPIER ET LE PLACE DANS LE POT. CHAQUE JOUR, SORTEZ-EN UN ET LISEZ-LE À LA CLASSE.	<b>6</b> FAITES CIRCULER UNE BALLE OU FAITES REBONDIR UN BALLON AUSSI SOUVENT QUE POSSIBLE EN 1 MINUTE.	<b>7</b> FERMEZ LES YEUX ET RESPIREZ PROFONDÉMENT.	<b>8</b> QUELLES SONT 3 CHOSES QUE VOUS VOUS AMUSEZ À FAIRE?	<b>9</b> CHANTEZ UNE CHANSON RIDICULE ET FAITES UNE DANSE FOLLE.
<b>10</b> PROMENEZ-VOUS DEHORS ET ÉCOUTEZ LES SONS.	<b>11</b> DEMANDEZ À QUELQU'UN DE JOUER UN JEU AVEC VOUS.	<b>12</b> JOUEZ UN JEU DE BALLON (2 CARRÉES, 4 CARRÉES OU CONTRE LE MUR).	<b>13</b> C'EST LE JOUR DU CANARD EN CAOUTCHOUC!	<b>14</b> FAITES RIRE QUELQU'UN EN RELEVANT LE DÉFI «ESSAYEZ DE NE PAS RIRE».	<b>15</b> AYEZ UN BON ESPRIT SPORTIF : SOYEZ BON GAGNANT OU PERDANT.	<b>16</b> ** C'EST L'HEURE DE LA FARCE. POUR QUELLE RAISON LE PROFESSEUR DE MUSIQUE S'EST-IL PROCURÉ D'UNE ÉCHELLE?
<b>17</b> PRENEZ UNE PAUSE POUR FAIRE DE LA MÉDITATION PENDANT 30 SECONDES.	<b>18</b> PLANIFIEZ UNE SURPRISE AMUSANTE POUR QUELQU'UN DE SPÉCIAL.	<b>19</b> ESSAYEZ DE JONGLER DES BALLEES.	<b>20</b> CRÉEZ UNE ROUTINE POUR LA FIN DES COURS. PENSEZ À UNE POIGNÉE DE MAIN SECRÈTE.	<b>21</b> FAITES UN DESSIN DE QUELQUE CHOSE QUE VOUS VOUS AMUSEZ À FAIRE.	<b>22</b> CRÉEZ DES MARIONNETTES D'OMBRE.	<b>23</b> ÉCRIVEZ DES MESSAGES AMICAUX SUR DES AUTOCOLLANTS ET LAISSEZ-LES PARTOUT POUR QUE LES AUTRES LES TROUVENT!
<b>24</b> RIEZ AUX ÉCLATS!	<b>25</b> FAITES UN LIVRE DE BLAGUES POUR LA CLASSE EN UTILISANT LES BLAGUES DU POT DE FARCES.	<b>26</b> CRÉEZ UN POT DE COMPASSION ET DÉPOSEZ UN JETON, UNE BILLE OU UN LEGO POUR CHAQUE ACTE DE GENTILLESSE.	<b>27</b> FAITES CIRCULER UNE BALLE EN JOUANT UN JEU DE MOTS.	<b>28</b> ÉCRIVEZ UNE RECETTE OU UN POÈME AU SUJET DE «COMMENT ÊTRE DRÔLE».	<b>29</b> PRENEZ UNE PAUSE POUR FAIRE DE LA MÉDITATION PENDANT 30 SECONDES.	<b>30</b> JOUEZ À UN JEU DE SOCIÉTÉ.
<b>31</b> CRÉEZ UN ESPACE «MOI»; UN LIEU OÙ VOUS VOUS SENTEZ BIEN.						