

LE CHALLENGE

GENTILLESSE

20 jours de gentillesse



JOUR 1

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Nettoyer l'école et la classe en enlevant tous les déchets.

≡ PROFESSEUR ≡

Nettoyer et ranger son bureau et les photocopies de la classe.

JOUR 2

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Faire un compliment à un camarade de la classe.

≡ PROFESSEUR ≡

Faire un compliment à un collègue de l'école.

JOUR 3

Challenge gentillesse



➤ ELEVES ➤

Écrire une appréciation positive à quelqu'un de l'école pour ses efforts.

➤ PROFESSEUR ➤

Prendre du temps pour écrire une appréciation positive dans le cahier de chaque élève.

JOUR 4

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Amener un fruit pour la récréation pour prendre soin de votre corps.

≡ PROFESSEUR ≡

Prendre soin de son corps en buvant 2 litres d'eau.

JOUR 5

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Ecrire 3 remerciements sur un post-it.

≡ PROFESSEUR ≡

Ecrire 3 remerciements sur un post-it.

JOUR 6

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Écrire un acrostiche pour quelqu'un et lui donner.

≡ PROFESSEUR ≡

Choisir quelqu'un qui t'inspire et lui écrire.

JOUR 1

Challenge gentillesse



☘ ELEVES ☘

S'asseoir à côté de quelqu'un de nouveau.

☘ PROFESSEUR ☘

Laisser un message à quelqu'un dans sa boîte aux lettres pour le remercier pour ses efforts.

JOUR 8

Challenge gentillesse



✿ ELEVES ✿

Faire du tri chez vous ou dans la classe pour faire un don à une association.

✿ PROFESSEUR ✿

Visiter une autre classe de l'école et donner un retour positif sur la classe.

JOUR 9

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Ranger votre bac de travail et ramener à la maison ce dont vous n'avez pas besoin.

≡ PROFESSEUR ≡

Ecrire un petit mot à mettre sous l'essuie-glace d'un collègue.

JOUR 10

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Jouer avec quelqu'un qui est tout seul à la récréation.

≡ PROFESSEUR ≡

Ranger un espace commun de l'école (la salle des maitres ...).

JOUR 11

Challenge gentillesse



✿ ELEVES ✿

Ecrire un petit mot à Mme Mari pour expliquer pourquoi vous aimez l'école.

✿ PROFESSEUR ✿

Répondre à un mail pour remercier l'expéditeur.

JOUR 12

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Aider quelqu'un dans la journée, par exemple tenir la porte, faire les lacets ...

≡ PROFESSEUR ≡

Créer un espace de la gentillesse dans la classe.

JOUR 13

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Laisser passer quelqu'un devant vous dans le rang.

≡ PROFESSEUR ≡

Proposer un café à un collègue.

JOUR 14

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Faire la liste de trois choses qui vous rendent fière et la partager à la classe.

≡ PROFESSEUR ≡

Faire la liste de trois choses qui te rend fière et la partager à la classe.

JOUR 15

Challenge gentillesse



✿ ELEVES ✿

Avec l'autorisation de votre professeur, passer 10 minutes à faire quelque chose qui vous plait.

✿ PROFESSEUR ✿

Préparer un dessert pour les collègues de l'école.

JOUR 16

Challenge gentillesse



✿ ELEVES ✿

Passer la journée à sourire, à dire bonjour aux personnes que vous croisez et leur demander comment se passe leur journée.

✿ PROFESSEUR ✿

Organiser ses repas pour la semaine suivante pour se libérer l'esprit.

JOUR 17

Challenge gentillesse



✿ ELEVES ✿

Ecrire une carte à une personne de son entourage pour la remercier.

✿ PROFESSEUR ✿

Ecrire un mot sur le tableau de la salle des maitres pour souhaiter une bonne journée à tout le monde.

JOUR 18

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Écouter une musique qui vous fait vous sentir bien.

≡ PROFESSEUR ≡

Écouter de la musique pendant les corrections.

JOUR 19

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Lire un livre à quelqu'un de plus jeune (amis, famille ...).

≡ PROFESSEUR ≡

Prendre 5 minutes de pause pour lire pendant la journée.

JOUR 20

Challenge gentillesse



≡ ELEVES ≡

Faire des petites actions pour aider votre professeur.

≡ PROFESSEUR ≡

Demander à un collègue comment l'aider dans sa journée.