



# DAMMA WOS

- 1** Sag jemand anderem etwas Nettes.
- 3** Hilf jemandem mit einem deiner Talente (z. B. Gitarrenstunde, Nachhilfe, Zuhören ...).
- 5** Spende Geld/Lebensmittel/Zeit für ein Projekt für eine gerechtere Welt.
- 7** Reduziere beim Einkaufen bewusst deinen Plastikkonsum.
- 9** Steh jemandem zur Seite, der/die ungerecht behandelt wird.
- 11** Bringe jemandem eine Kleinigkeit zu essen (z. B. einer Freundin ...).
- 13** Informiere dich über die Produktionsbedingungen deiner Weihnachtsgeschenke.
- 15** Verzichte heute bewusst auf unnötige Autofahrten.
- 17** Setze dich für eine gerechtere Welt ein (z. B. gegen Mobbing, für Tierschutz ...).
- 19** Überrasche heute jemanden.
- 21** Hilf deinen Großeltern/älteren Personen beim Winterdienst.
- 23** Teile heute deine Mahlzeit mit jemandem.

- 2** Achte heute beim Einkaufen bewusst auf den Kauf von Bio-Produkten.
- 4** Sammle herumliegenden Müll und entsorge ihn.
- 6** Gebrauche heute deine Ohren mehr als deinen Mund.
- 8** Poste etwas zu #gerecht.
- 10** Verbringe heute bewusst einen Tag mit deiner Familie.
- 12** Sei stolz auf dich selbst.
- 14** Miste deinen Kleiderschrank aus und spende einen Teil der Sachen.
- 16** Gönn dir heute etwas Gutes.
- 18** Hilf jemandem aus der Nachbarschaft, wenn sie/er Hilfe braucht.
- 20** Überlass deinen Platz im Bus oder Zug einer Person, die ihn nötiger braucht.
- 22** Sammle/spende Lebensmittel für einen Rotkreuzmarkt.
- 24** Gehe mit offenen Augen durch diesen Tag.