

72 Minuten

GUTES TUN

Die Challenges

- Organisiert euch gute, motivierende Musik und ein passendes Outfit für die 72-Minuten-Challenge
- Gestaltet Abreißzettel To-Go mit netten Sprüchen/Wünschen und hängt diese an Laternen/Ampeln/... bei euch im Ort auf
- Schreibt eine nette Nachricht und werft sie in einen Briefkasten eurer Wahl
- Klingelt bei einem*einer eurer Nachbar*innen und bietet ihm*ihr eure Hilfe an (Müll rausbringen, Rasen mähen, einkaufen, Hof fegen, mit dem Hund Gassi gehen, ...)
- Ruft jemanden an, mit dem ihr schon lange nicht mehr geredet habt
- Schickt eine Postkarte an die euch zugeteilte Person aus der GruStu oder werft sie ihm*ihr in den Briefkasten
- Macht eine Fotocollage, in der jede*r von euch ein Schild in der Hand hält, die zusammen einen motivierenden Satz ergeben (Postet es auf Instagram, wenn ihr die Einverständniserklärung von allen habt)
- Verschenkt eine Blume
- Plant eine Aktion, die ihr gemeinsam demnächst als Gruppe durchführen könnt (Corona-Regeln beachten!)
- Zaubert mit dem Inhalt eurer Kühlschränke einen leckeren Snack für eure Familien
- Hinterlasst mit Straßenkreide eine aufmunternde Nachricht/Bild an einem Ort, wo es viele sehen
- Zündet in der Kirche ein Licht für eine Person an
- Macht mindestens 10 Personen ein ehrliches Kompliment
- Verfasst einen Post für Instagram, in dem ihr euch bei allen Menschen bedankt, die gerade in Corona Zeiten besonders gefordert werden (Pflegekräfte, Verkaufskräfte, Stadtarbeiter*innen, ...)
- Überlegt, was die erste Aktion ist, die ihr zusammen als Gruppe startet, wenn ihr euch wieder treffen dürft
- Verliert aus Versehen einen Glückscent, damit sich jemand anderes darüber freuen kann
- Überlegt euch einen neuen Instagram-Trend und startet diesen
- Erledigt eine Aufgabe, die ihr schon eine ganze Weile vor euch herschiebst (Zimmer aufräumen, Hausaufgaben machen, Klo putzen, Bett machen, Schrank aufräumen, ...)

