# Min kalender med snälla gärningar

Namn _____

**3–5 år**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1  Säg tack | 2  Hjälp till att duka | 3  Vattna blommorna | 4  Dela en leksak | 5  Baka pepparkakor och ge bort några | 6  Rita till någon du tycker om |
| 7  Plocka undan utan att någon ber dig | 8  Para ihop strumporna | 9  Ge någon en stor kram | 10  Häng ut mat till fåglarna | 11  Kläderna i tvättkorgen | 12  Ring mor- och farföräldrar |
| 13  Välj en leksak att ge bort | 14  Bär in en matkasse | 15  Torka av bordet | 16  Sjung en sång för någon | 17  Ställ skorna i rad | 18  Ge någon ett glas vatten |
| 19  Ett kort till en granne | 20  Hjälp en vuxen att laga mat | 21  Vinka hej till en granne | 22  Håll upp dörren | 23  Hjälp till att bädda | 24  Hjälp till självmant |
| **Jokerkort** Fullt upp i dag? Säg ett stort tack till någon. | **Jokerkort** Fullt upp i dag? Säg ett stort tack till någon. | **Min egen idé** | **Min egen idé** | Sätt upp sidan och färglägg siffran när du har gjort det. Eller klipp ut korten och lägg ett i varje kuvert. | |

Läs kortet på morgonen och gör det under dagen. Tacka barnet, inget godis behövs.



**habibee.app**

För vuxna: prova appen Habibee. Barnet tjänar honung på uppgifter och byter den mot belöningar.

Bilder: Fluent Emoji från Microsoft (MIT-licens)

# Min kalender med snälla gärningar

Namn _____

6–8 år

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1  Duka fram och duka av | 2  Ge någon en komplimang | 3  Töm diskmaskinen | 4  Läs en saga för någon | 5  Gör ett kort till någon | 6  Hjälp till att laga mat |
| 7  Sortera återvinningen | 8  Göm en snäll lapp | 9  Packa upp matvarorna | 10  Hjälp ett syskon eller en kompis | 11  Vattna blommorna | 12  Ring mor- och farföräldrar |
| 13  Sortera leksaker att ge bort | 14  Vik tvätten | 15  Låt någon annan välja lek | 16  Tacka en lärare eller tränare | 17  Fyll på fågelautomaten | 18  Mata husdjuret |
| 19  Baka något till en granne | 20  Rita till någon som är ensam | 21  Lär någon en lek | 22  Ställ undan allas skor och jackor | 23  Hjälp till självmant | 24  En fin sak om var och en |
|  **Jokerkort** Fullt upp i dag? Säg ett stort tack till någon. |  **Jokerkort** Fullt upp i dag? Säg ett stort tack till någon. |  **Min egen idé** |  **Min egen idé** |  Sätt upp sidan och färglägg siffran när du har gjort det.<br> Eller klipp ut korten och lägg ett i varje kuvert. | |

Läs kortet på morgonen och gör det under dagen. Tacka barnet, inget godis behövs.



**habibee.app**

För vuxna: prova appen Habibee. Barnet tjänar honung på uppgifter och byter den mot belöningar.

Bilder: Fluent Emoji från Microsoft (MIT-licens)

# Min kalender med snälla gärningar

Namn _____

**9–12 år**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1  **Fyll eller töm diskmaskinen** | 2  **Beröm någons ansträngning** | 3  **Gå ut med sopor och återvinning** | 4  **Hjälp ett yngre barn att läsa** | 5  **Laga middag till familjen** | 6  **Skriv ett brev till en släkting** |
| 7  **Diska** | 8  **Full uppmärksamhet, mobilen undan** | 9  **Vik och lägg in tvätten** | 10  **Gå ut eller lek med husdjuret** | 11  **Skriv ett tackkort till en lärare** | 12  **Baka något till en granne** |
| 13  **Kläder och leksaker att skänka** | 14  **Byt lakan i din säng** | 15  **Gör frukost till någon** | 16  **Spela spel med ett yngre barn** | 17  **Hjälp till självmant** | 18  **Ring en släkting** |
| 19  **Skotta eller kratta åt en granne** | 20  **Mat till en matinsamling** | 21  **Lär någon något du kan** | 22  **Gör rent handfatet** | 23  **En glad spellista till någon** | 24  **Fem snälla saker som hänt dig** |
| **Jokerkort**  Fullt upp i dag? Säg ett stort tack till någon. | **Jokerkort**  Fullt upp i dag? Säg ett stort tack till någon. | **Min egen idé**  _____ _____ | **Min egen idé**  _____ _____ |  Sätt upp sidan och färglägg siffran när du har gjort det.<br> Eller klipp ut korten och lägg ett i varje kuvert. | |

Läs kortet på morgonen och gör det under dagen. Tacka barnet, inget godis behövs.



**habibee.app**
För vuxna: prova appen Habibee. Barnet tjänar honung på uppgifter och byter den mot belöningar.
Bilder: Fluent Emoji från Microsoft (MIT-licens)