

KiNDNESS MATTERS



Staunton Kindness Challenge

We challenge you to complete as many acts of kindness as you can during the Staunton Kindness Challenge. Have fun and smile big knowing that you are changing the world for good!

Kind Acts

- ☐ Smile at 25 People
- ☐ Slip a Nice Note in Your Friend's Backpack
- ☐ Compliment 5 People
- ☐ Pick up 10 Pieces of Trash on Campus
- ☐ Make a New Friend
- ☐ Tell a Joke and Make Someone Laugh
- ☐ Be Kind to Yourself and Eat a Healthy Snack
- ☐ Learn Something New About Your Teacher
- ☐ Draw a Picture and Give it to Someone
- ☐ Help a Younger Student
- ☐ Give a KIND Handshake to Greet a Classmate
- ☐ Recycle Your Trash
- ☐ Hug Your Friend
- ☐ Pick Up Trash Outside Your School
- ☐ Cut Out 10 Hearts & Give Them to Friends
- ☐ Entertain Someone with a Happy Dance
- ☐ Make a Kind Poster for Cafeteria Helpers
- ☐ Show Appreciation to a Counselor or Mentor
- ☐ Say "Good Morning" to 15 People
- ☐ Design a Thank You for the PTA/PTO
- ☐ Make a Wish for a Child in Another Country
- ☐ Say "Thank you" to a Crossing Guard
- ☐ Invite a New Friend to Play/Hang Out with You
- ☐ Send a Thank You to your Superintendent
- ☐ Offer to Help Your Custodian
- ☐ Sit with a New Group of Kids at Lunch
- ☐ Read a Book to a Younger Child
- ☐ Give an Apple or a Note to Your Teacher
- ☐ Step Up for Someone in Need
- ☐ Make and Display a "Kindness Matters" Sign
- ☐ Carry Your Friend's Books
- ☐ Help Your PE Teacher with the Equipment
- ☐ Make a Bookmark for a Friend
- ☐ Hold the Door Open for Someone
- ☐ Pat Yourself on the Back
- ☐ Thank a Bus Driver or Car Pool Driver
- ☐ Write a Thank You on a Band-Aid for the Nurse
- ☐ Listen to Your Teacher the First Time
- ☐ Whisper Thank You to the Librarian
- ☐ Help Someone Up If They Fall Down
- ☐ Lend a Pencil to a Friend
- ☐ Learn to Say "Hello" in a New Language
- ☐ Bring a Flower to the Office Staff
- ☐ Show Appreciation to Your Principal Creatively
- ☐ Help Your Teacher with a Needed Task
- ☐ Be on Time for School
- ☐ Say "Thank You" to a Volunteer
- ☐ Give Your Friend a High Five
- ☐ Make a Friendship Gift for Someone New to You
- ☐ Create Your Own Kind Deed

(adapted from the Great Kindness Challenge)

(Your Name Here)

KiNDNESS MATTERS



Staunton Kindness Challenge

Te retamos a que realices todas las acciones de amabilidad posibles. Usa la lista que presentamos a continuación marca las acciones que llevas a cabo. ¡Que te diviertas!

Los Retos

- ☐ Sonríe a 25 personas
- ☐ Escribe una nota y ponla en la mochila de tu amigo o amiga
- ☐ Da comentarios positivos a 5 personas
- ☐ Recoge 10 piezas de basura en tu escuela
- ☐ Haz un nuevo amigo
- ☐ Comparte un chiste con alguien para hacerlo reír
- ☐ Sé AMABLE contigo mismo, consumiendo alimentos sanos
- ☐ Aprende algo nuevo acerca de tu maestro
- ☐ Haz un dibujo y regálasele a alguien
- ☐ Ayuda a un estudiante más joven
- ☐ Saluda amablemente de mano a un compañero de clase
- ☐ Recicla tu basura
- ☐ Abraza a un amigo
- ☐ Recoge basura afuera de tu escuela
- ☐ Recorta 10 corazones y regálaseles a tus amigos
- ☐ Entretener a alguien con una danza feliz
- ☐ Crea un póster para los ayudantes de la cafetería
- ☐ Camina ó usa tu bicicleta para ir a la escuela en vez de usar el auto
- ☐ Saluda por la mañana a 15 personas con la frase "buenos días"
- ☐ Escribe una nota de agradecimiento a alguien
- ☐ Cumple el deseo de un niño de otro país
- ☐ Da las "gracias" a la persona que ayuda con el cruce de la calle
- ☐ Invita a un nuevo amigo a jugar ó a pasar tiempo contigo
- ☐ Envía una nota de agradecimiento a tu director
- ☐ Ofrezca ayudar a su custodio
- ☐ Siéntate con un nuevo grupo de niños a la hora del almuerzo
- ☐ Lee un libro a un niño más pequeño
- ☐ Regala una manzana ó una nota a tu maestro
- ☐ Defiende a alguien que lo necesita
- ☐ Haz un anuncio que diga "Kindness Matters, La Amabilidad Cuenta"
- ☐ Lleva los libros de tu amigo
- ☐ Ayuda al maestro de educación física con el equipo
- ☐ Crea un marcador de libros para un amigo
- ☐ Abre la puerta y deténla para que pueda entrar otra persona
- ☐ Abrazate
- ☐ Da las gracias al chofer del camión escolar y a la persona que te lleva a la escuela
- ☐ Escribe una nota de gracias en un curita para la enfermera
- ☐ Escucha las indicaciones de tu maestro a la primera
- ☐ En voz baja, di gracias a la bibliotecaria
- ☐ Ayudar a alguien si se caen
- ☐ Préstale un lápiz a un amigo
- ☐ Aprende a decir "hola" en un idioma nuevo
- ☐ Lleva una flor a un empleado de la oficina
- ☐ Muestra tu agradecimiento al director de tu escuela en forma creativa
- ☐ Ayuda a tu maestro en alguna tarea que requiera
- ☐ Llega a tiempo a la escuela
- ☐ Decir gracias a un voluntario
- ☐ Dale un "high five" a un amigo
- ☐ Da un regalo de amistad a alguien que acabas de conocer
- ☐ Crea tu propio acto de amabilidad

(adapted from the Great Kindness Challenge)

(Escribe tu nombre aquí)

KiNDNESS MATTERS



Staunton Kindness Challenge

Your kindness matters!

Complete as many acts of kindness as you can during the Staunton Kindness Challenge. Have fun!

Kind Acts

- ☐ Invite a new friend to play.



- ☐ Smile at 25 people.



- ☐ Make a wish for a child in another country.



- ☐ Give your friend a High Five.



- ☐ Compliment 5 people.



- ☐ Be kind to yourself and eat a healthy snack.



- ☐ Decorate 5 hearts and give them to friends.



- ☐ Entertain someone with a happy dance.



- ☐ Lend a pencil to a friend.



- ☐ Help someone up if they fall down.



- ☐ Thank someone who has helped you.



- ☐ Create your own kind deed.



KiNDNESS MATTERS



Staunton Kindness Challenge

La bondad cuenta.

Completa todos los actos de bondad ii que puedas. ¡Diviértete!

Actos de Bondad

☐ Invita a un nuevo amigo a jugar.



☐ Sonríe a 25 personas.



☐ Pide un deseo por un niño de otro país.



☐ Dale cinco a tu amigo.



☐ Proporciona comentarios positivos a 5 personas.



☐ Se bueno contigo mismo y come una merienda saludable.



☐ Decor 5 corazones y entrégaselo a tus amigos.



☐ Entretén a alguien con un baile alegre.



☐ Dale un lápiz a un amigo.



☐ Ayuda a alguien si se cae.



☐ Agradece a alguien que te ayudó.



☐ Crea tu propio acto de bondad.



(adapted from the Great Kindness Challenge)

(Escribe tu nombre aqui)