# MARÇO 2019

Movimento Gentil zigzag

**1** Escreve à Junta de Freguesia da tua localidade a dar sugestões

**2** Faz um vídeo de elogios para os teus pais e familiares

**3 DIA DA VIDA SELVAGEM** Vê um documentário sobre o teu animal selvagem preferido

**4** Usa a tua imaginação e faz molduras para as fotografias da tua família e amigos

**5 CARNAVAL** Dedica-te a divertires-te com os teus amigos

**6** Envia uma mensagem a três pessoas e diz-lhes porque é que gostas delas

**7** Escreve uma mensagem positiva a giz na escola

**8 DIA DA MULHER** Escreve a uma mulher que tenha tido um grande impacto na tua vida

**9** Esconde um post-it simpático num livro que um amigo teu esteja a ler

**10** Rega as plantas

**11 DIA DO OBRIGADO** Sê simpático contigo hoje (e todos os dias)

**12** Tenta animar uma pessoa que esteja triste

**13** Agradece ao motorista do autocarro conduzir-te em segurança

**14 DIA DO PI** Vê quantos números consegues decorar do Pi

**15** Liga a um familiar com quem já não falas há algum tempo

**16** Oferece flores aos teus avós

**17** Oferece o teu lugar num transporte público a uma mãe ou a uma pessoa idosa

**18** Faz um belo desenho e cupões de beijos para ofereces ao teu pai

**19 DIA DO PAI** Faz o pequeno-almoço ao teu pai

**20 DIA DA FELICIDADE** Faz algo que sabes que fará alguém feliz

**21 DIA DA POESIA** Escreve um poema para um professor

**22 DIA DA ÁGUA** Não desperdices água e ensina os mais novos a também não desperdiçarem

**23** Faz brinquedos artesanais e distribui pelo bairro

**24** Aprende o nome das flores

**25** Cria um mealheiro na tua escola e no final do ano entrega-o a uma instituição

**26** Oferece livros à biblioteca da tua escola

**27** Escolhe e prepara a roupa que vestirás amanhã

**28** Surpreende alguém de quem gostes com um abraço

**29** Põe uma surpresa na caixa de correio de alguém

**30** Escreve uma carta a uma pessoa de quem gostes muito

**31** Faz um desenho e oferece-o aos teus pais e avós