

101 façons
de changer le monde



L'habilité de changer le monde est entre tes mains !

(Revised June 2007)

Ecrit par

Ginny Dye

Pour

"Ensemble nous pouvons changer le monde"

Copyright 2005-2008

Un mot de l'auteur:

Je suis très heureuse que tu lises mon " e-book." J'ai cette volonté et cette passion de changer le monde. Je crois que chaque personne a la capacité de faire cette immense différence. Trop souvent, on ne sait pas quoi faire, ou comment nous pouvons aider. Je souhaite que ces 101 idées puissent t'aider à commencer un projet, te permettre de faire un grand pas en avant.

J'aimerais partager avec toi les quelques mots d'une personne qui m'est très chère.

-"Ginny, je ne comprends pas pourquoi les gens se plaignent s'ils ne comptent rien faire pour changer la situation actuelle. S'ils ne sont pas satisfaits de ce monde, ils devraient soit prendre part à une action, soit se taire".

Eh oui! Il est un peu direct, mais cependant il a tout de même raison.

Où que tu vives, que tu aies ou non de l'argent, que tu sois aisé ou dans le besoin, jeune ou âgé, que tu sois occupé ou que tu aies beaucoup de temps libre, TU peux faire la différence.

Le choix T'appartient.

Ce livre est un cadeau, car je désire et souhaite qu'il puisse t'aider à ETRE la différence dans le monde d'aujourd'hui!

Plusieurs manières de faire la différence, sans que cela ne te coûte un centime.



1) Passe l'après-midi avec une personne seule. Ces personnes ont besoin d'amis, de compagnie. Essayes de le faire une fois par semaine. Envois des lettres ou des petites cartes, juste pour leur rappeler que quelqu'un pense à eux. Deviens ainsi une épaule sur laquelle ils ou elles pourront s'appuyer.

2) Recherche dans ton entourage un enfant qui a besoin de savoir qu'il est important et qu'il compte aux yeux du monde. Ils sont beaucoup trop nombreux dans ce cas. Sois déterminé à ce qu'il sache que quelqu'un voit en eux un être unique et spécial. Envois-leur une petite carte, ou un petit mot chaque semaine (au moins). Si tu connais leur centre d'intérêt, envois-leur des articles a ce sujet. Envois-leur des histoires qui pourront les aider à construire leur confiance en eux et les inspirer a être et devenir tout ce qu'ils souhaitent. Laisse-leur savoir que tu te soucis d'eux. Qu'ils se rendent compte qu'ils ne sont pas invisibles.

3) Si tu as des fleurs dans ton jardin, profite-en pour les partager avec d'autres personnes. Prends quelques fleurs et offres-les à des personnes âgés ou à des amis qui traversent une période difficile dans leur vie. Tu peux aussi déposer des fleurs chez ton voisin, accompagnées d'une petite note qui dit "Tout simplement."



4) Si tu pourvois des services professionnels, offres-les gratuitement juste une fois par semaine, aux personnes dans le besoin. Un détartrage gratuit, faire le ménage gratuitement, offrir un repas au restaurant, des services de comptabilité à titre gracieux... Que ta profession puisse aussi être utile au plus démuné et soit une façon de donner quelque chose de Toi.

5) Donnes de façon anonyme, de petits cadeaux à des collègues de travail, à tes amis, accompagnés de petits mots gentils. Inutile que ce soit des choses de grande valeur. Faire simple sera autant apprécié. Barre

chocolatée ou de céréales, une sucrerie, un cookie, des fleurs... de petites choses que nous avons souvent à la maison. Ce sera à coup sûr un peu de joie au cœur. Ces personnes seront heureuses de savoir que quelqu'un se soucie d'elles, ça aura certainement un impact sur leur vie de tous les jours.

6) Prends sur ton heure de déjeuner pour nettoyer les ordures. Tu peux même commencer une liste de pétition pour que d'autres employés en face de même.

7) Une fois dans la semaine, accompagné de ta famille, nettoyez les ordures du quartier, de la rue, ou dans d'autres endroits alentours si besoin est.

8) Avec l'aide d'enfants du voisinage, propose de nettoyer et d'enjoliver le quartier ou autres endroits voisins, sans oublier de leur offrir une récompense (tel que les conduire à McDonald's).

9) Tu possèdes une piscine? Propose une journée piscine aux enfants du voisinage, après qu'ils aient aidé des personnes âgées à nettoyer leur jardin.



10) Lorsque tu vas à ton club de gym local, la patinoire, le parc d'attraction... profite-en pour inviter des gens à venir avec toi -- des personnes seules, ou de nouveaux voisins.

La plupart des mauvaises choses ou événements sont dû à des personnes qui se sentaient inutiles ou incapables aux yeux du monde. Personne n'a pris le temps de leur dire à quel point ils sont spéciaux. Ces actions simples peuvent transformer la colère ou la tristesse d'une personne et avoir des effets bienfaisants sur leur avenir.

11) Envoies au moins une fois par jour un email à une personne en lui disant a quel point il ou elle est apprécié, les remerciant de ce qu'ils ont fait dernièrement, ou tout simplement pour leur dire ce que tu aimes dans leur personnalité.



12) Envoies une note de remerciement à la police ou au département des pompiers. Cela n'arrive pas assez souvent.

13) Deviens bénévole au moins une heure par semaine dans une association locale qui aurait besoin de ton aide. Si tu aimes et apprécie les personnes âgées, sois un bénévole dans les maisons de retraite. Si tu aimes les enfants, donnes de ton temps pour être avec eux. Quel que soit ton centre d'intérêt, s'il y a un groupe qui pourrait utiliser ton aide, trouve-le!

14) Fais don de tes vieux téléphones portables aux refuges de ta région, ou au centre des femmes battues. Ils peuvent être utilisés pour appeler la police en cas de besoin.



15) Rassembles toutes tes vieilles lunettes et fais-en don Aux Restos du Coeur, ou toute autre association caritative. Si tu ne peux en trouver, va sur internet et cherche "faire don de lunettes". Il y a beaucoup d'associations.

16) Au sujet "des vieilles lunettes", propose aux enfants de ton quartier de collecter aussi celles de leurs voisins, amis, familles, proches, écoles... ils t'aideront. Ils apprendront ainsi une grande leçon: changer le monde n'est pas si difficile et commence par les choses de tous les jours.

17) Mets une carte de remerciements et une boîte de cookies dans la boîte aux lettres pour ton facteur.

18) Place un bocal sur le comptoir. Que toute la famille l'utilise pour collecter la petite monnaie non utilisée. Tous les six mois, rassembles la famille autour de ce projet et décidez ensemble à quelle association vous allez en faire don.



19) Propose à une maman célibataire au bout du rouleau de garder ses enfants.

20) Tonds le gazon de ton voisin pendant qu'il est au boulot.

21) Contacte la mairie la plus proche de ta commune et proposes-leur de les aider bénévolement avec les jeunes du quartier ou au jardin d'enfants.

22) Entretiens une correspondance par email avec un enfant dans un centre de détention; ou une personne âgée dans une maison de retraite; ou quelqu'un qui aurait besoin de soins médicaux particuliers et qui ne peut quitter son domicile; ou un enfant en maison d'accueil... C'est tellement facile d'envoyer un email tout les jours pour faciliter et égayer la vie d'une personne.



23) Si tu as un vieil ordinateur qui fonctionne toujours, amène-le à une personne âgée de ton quartier et propose de lui enseigner comment s'en servir, pour qu'elle puisse envoyer et recevoir des emails. Tu peux leur permettre ainsi d'être connecté au monde entier. Quelle façon merveilleuse pour eux d'être connecté avec leur famille qui a sûrement internet. Leurs enfants et petits enfants penseront qu'ils sont super cool et seront impressionnés qu'ils aient réussi à utiliser cet "engin". Profites-en pour rester en contacte avec eux par email.

24) Aides une personne âgée et/ou malade à leur domicile. Tu pourrais repeindre, jardiner, tondre le gazon, enlever la neige de devant la porte, sortir la poubelle... Regarde autour de toi et tu découvriras ce qu'il reste à faire.

Ce n'est pas la difficulté qui importe, mais simplement le fait d'agir. L'énergie qui te pousse à accomplir cette chose peut permettre aux gens du monde entier d'apporter le changement nécessaire sur cette planète.

Il nous faut juste accéder à cette énergie, qui se trouve en chacun de nous, et donc dans des millions de gens, pour réussir à changer ce monde en commençant par les plus petites choses, et ce chaque jour de notre vie.

25) Contactes ton école locale et demandes de quelle façon tu pourrais les aider. Tu pourrais peut-être devenir tuteur pour l'un des élèves. Tu pourrais les aider à étudier, lire à voix haute, surveiller la cantine... Tout ce que tu feras sera toujours utile. Les enfants sont notre avenir. Il n'y a rien de trop beau que nous ne puissions faire pour les enfants.

26) Donnes une copie de "101 façons de changer le monde" à tes amis, tes voisins, ta famille...



27) Si tu es membre d'une association caritative, propose-leur tes services.

28) Proposes de présenter à un lycée ou un collège une classe dont le sujet serait "101 façons de changer le monde". Que chacune des choses qu'ils fassent puissent être utile pour changer ce monde dans lequel nous vivons. Qu'ils puissent avoir une réunion par semaine pour discuter de l'avancement de chaque projet qu'ils entreprendront. Leur plus grand projet sera de travailler ensemble, afin d'apporter une amélioration dans leur quartier, leur communauté. Quelle excellente façon de se faire de nouveaux amis et ainsi participer au changement de notre monde.

29) Profites-en pour en parler avec les écoles primaires et secondaires... pour partager tous ces projets, auxquels bien des personnes pourraient contribuer. Plus il y aura de personnes à le faire et plus grande sera la joie de tous.

30) Fais don d'un pied de tomate à une de tes connaissances, ou pourquoi pas à un nouveau voisin, une personne âgée de ton quartier? Cette personne pourra bénéficier de 3 à 4 kilos de tomates fraîches.

Au bout du compte, ce qui importe n'est pas qui tu étais, mais plutôt si dans ta vie tu as contribué à changer ce monde.



Voici quelques idées qui demandent un petit investissement de ta part.

31) Achètes quelques semences de fleurs et propose au directeur de l'école de ton quartier, ou de ta commune, de faire un petit semis dans un coin de la cours où les fleurs pourraient produire leur meilleur effet sans pour autant gêner. Tu pourrais faire de même pour ton église.

32) Achètes quelques friandises au magasin du coin et fais-en cadeau à quelqu'un qui traverse une passe difficile dans sa vie. Demandes au propriétaire du magasin s'il connaît ou s'il aurait entendu parler de quelqu'un dans le besoin et propose-lui de venir payer les achats de l'une de ces personnes la prochaine fois qu'il ou elle vient au magasin.

33) Essayes de former ta propre troupe de personnes pour la communauté des "101 façons de changer le monde". Trouves des personnes qui comme toi cherchent à apporter une amélioration dans le monde d'aujourd'hui afin de pouvoir



échanger vos "tuyaux". Rends-toi à une radio locale et propose-leur une courte émission sur ce sujet. Lance un appel pour trouver des volontaires et des personnes dans le besoin. Demandes au journal local s'ils veulent consacrer une colonne pour votre projet. N'oublies pas de remercier ceux et celles qui t'auront aidé. Donnes-leur un petit mot de remerciement et/ou remercies-les de façon publique (au travers du journal ou d'une radio locale près de chez toi).



34) Lorsque tu te trouves sur l'autoroute, proposes de payer pour les 4 ou 5 prochaines voitures en disant au caissier de leur souhaiter une bonne journée.

35) Achètes quelques produits alimentaires et déposes-les aux Restos du Coeur, à la Croix-Rouge, au secours catholique, ou toute autre association de ce genre.

36) Pourquoi ne pas mettre en vente ces vieilles affaires entassées dans ton grenier et offrir les bénéfiques à une oeuvre de charité?

37) Vends de vieilles affaires que tu n'utilises plus. Que ce soit une occasion pour tous de vous réunir et d'envoyer les fonds à un orphelinat en Thaïlande, par exemple. C'est une occasion merveilleuse pour mieux connaître ses voisins.

38) Fais des gâteaux ou cookies pour un voisin ou une personne âgée. Ces friandises sont toujours appréciées.

39) Chaque fois qu'une personne ne te traite pas de façon correcte, impressionnes-les en leur répondant gentiment.



Nous tenons le monde entre nos mains. Nous avons toute la puissance pour faire la différence. Que ce soit une petite ou une grande. Nous devons choisir d'être la différence dans notre monde dès aujourd'hui.

40) Essayes de trouver plusieurs façons de complimenter ton entourage. Si la serveuse fait du bon travail, alors encourage-la et félicite-la. Fais part à la dame du pressing qu'elle a un joli sourire. Si tu trouves que le magasin est bien entretenu, fais-le savoir au propriétaire. D'une façon simple et honnête, fais de ton mieux pour que les gens se sentent appréciés et qu'ils soient heureux.

41) Proposes à plusieurs de tes amis de rechercher des gens sans abri pour les accompagner dans un refuge où passer la nuit afin qu'ils soient nourris et logés. Proposes tes services à ce refuge.



42) Demandes à ton entourage s'ils n'ont pas de vieux jouets à donner. Collectes-les et portes-les aux associations de femmes battues, orphelinats, ou autres oeuvres de bienfaisance.



43) Proposes aux personnes âgées de ton quartier de faire leurs courses, leur ménage, ou toutes autres taches qui leur sont difficiles.



44) Deviens une "famille d'accueil" pour les chats et chiens perdus qui seront ensuite pris en charge par la Société Protectrice des Animaux (SPA) de ta région. Nombre d'entre eux ont besoin d'être accueillis un temps avant de pouvoir trouver leur famille idéale.



45) Deviens un bénévole dans l'hôpital de ta région. Organise des jeux et lis des histoires aux enfants malades.

46) As-tu des capacités dans le domaine administratif? Essayes de trouver un organisme dans le besoin et proposes-leur tes services.

47) Commences une nouvelle tradition en créant une journée dédiée à l'enfant, appelée le "jour des enfants". Cette journée sera une bénédiction tout particulièrement pour



ceux qui sont maltraités. Ces enfants ont besoin de savoir qu'ils sont aimés, appréciés et uniques.

La gentillesse peut changer le monde.

Une pensée gentille

Un mot gentil

Une action gentille

Une chose à la fois

Et le monde sera transformé.

48) Si tu es parent et que tu as prévu une sortie avec tes enfants, arranges-toi pour emmener un des enfants de tes voisins. Il y a tellement d'enfants maltraités... donnes-leur un aperçu de ce qu'est une vraie famille en l'accueillant comme étant un des tiens.

49) Formes une équipe avec quelques uns de tes amis, afin de réparer de vieux jouets pour ensuite les donner aux familles dans le besoin.

50) Collectes de vieilles chaussettes pour les sans-abris.

51) Si tu fais du crochet ou si tu tricotes, pourquoi ne pas faire une couverture pour la donner à un refuge?

52) Collectes des posters pour embellir les refuges pour les sans-abris.

53) Proposes au théâtre de ta communauté de les aider dans les taches publicitaires pour leur prochain spectacle, à titre gracieux.

54) Est ce que la neige envahi le pas de ta porte ou celui de ton voisin qui se trouve être



une personne âgée? Propose-lui d'enlever la neige tous les matins, ou de l'aider dans cette tâche.

55) As-tu un voisin qui n'a pas le temps de nettoyer ou d'entretenir son jardin? Vas avec quelques amis lui donner un coup de main. Amènes les déchets organiques dans un centre de recyclage.

56) Repeins les murs qui ont de violents graffitis.

57) Proposes à une personne âgée de l'accompagner pour faire ses courses, afin qu'elle se sente plus en sécurité.



58) Invite une personne seule à participer aux grands événements de la famille. Qu'il ou elle sache que tu les invites non seulement parce qu'ils sont seuls mais aussi et surtout parce qu'ils comptent beaucoup pour toi et ta famille. Tout le monde veut se sentir important, aimé et désiré.

59) Renforces l'isolation thermique de la maison de ton voisin, il ou elle sera plus au chaud l'hiver venu.

60) Vérifies que tous les tapis soient bien accrochés au sol chez une personne âgée, afin d'éviter tout accident.

Ta capacité à faire la différence dépend simplement de ta décision d'agir ou pas. C'est aussi simple que ça.

61) Nettoies les gouttières de la maison d'une personne âgée ou d'un voisin malade.

62) Portes à ton voisin un sac de sel à répandre sur la chaussée verglassée. Ou mieux encore, aides-le dans cette tâche.

63) Les oiseaux apportent toujours de la joie à ceux qui sont condamnés à rester chez eux. Apportes ou fabriques un "abri-mangeoire" à placer dans le jardin, pour que les oiseaux viennent s'y abriter et ainsi apportent un peu de gaieté dans la vie de ceux qui sont âgés ou malades.



64) Pour les personnes âgées ou malades, condamnées à rester chez eux, il est parfois difficile de célébrer les festivités. Vas chez eux et proposes-leur de décorer leur maison. N'oublies pas de les en débarrasser une fois les fêtes terminées.

65) Pourquoi ne pas planter un potager chez un voisin malade, dont le rêve est de manger ses propres légumes? Entretiens ce jardin. Et lorsque la saison viendra, cueilles et portes-lui SES légumes. Tu pourrais même, si le contexte s'y prête, préparer un plat qu'il ou elle pourra savourer.

66) Fais tout ce que tu peux pour économiser l'énergie et l'eau. Tout ceci est très important, où que nous vivions.

67) Tu aimes faire la fête? Alors organise une très grande fête et invite le plus de monde que ta maison puisse contenir. Leur "billet d'entrée" sera un sac de produits alimentaires destinés à la Croix Rouge ou autre institution s'occupant d'envoyer de la nourriture dans les pays du tiers-monde.



68) Contactes les autorités locales et demandes l'adresse pour envoyer un courrier à un prisonnier de guerre. Que tu le fasses seul(e) ou avec des amis, camarades, collègues de travail, d'une façon ou d'une autre cela apportera un grand réconfort, synonyme de changement, pour ceux qui le recevront.

69) Si tu habites près d'une communauté qui est majoritairement composée d'étrangers, mets en place un programme pour que leurs enfants aient des activités extra-scolaires. Très souvent ces enfants ont du mal à s'intégrer dans ce nouveau milieu, surtout s'ils ne parlent pas la langue... mais un enfant reste toujours un enfant.

70) *Ecoutes ce qu'un groupe d'élèves a fait...*

L'été dernier, cinquante de mes camarades de classe et moi-même sommes allés à une maison du quartier où se pratiquent bien des activités sportives. Nous l'avons repeint, réparé les chaises et tables, les gradins, le terrain de basket... Nous avons même pu acheter des ballons et de l'équipement avec l'argent que nous avons récolté lors d'une vente de gâteaux organisée par l'école. Nous avons repeint les lignes au sol du terrain de tennis, et avons même planté des fleurs. Mon père peut tout réparer, donc lui et plusieurs de ses amis sont venus sur le terrain de jeux pour enfants. Nous l'avons peint comme l'arc-en-ciel. Nous nous sommes beaucoup amusés et je sais que ce que nous avons fait a été très apprécié et va contribuer à ce que d'autres en fassent autant, c'est ça qui fait la différence.



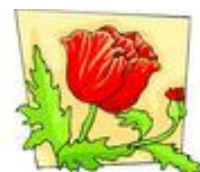
Il n'y a pas de plus grande joie ou de plus grande récompense que de faire la différence dans la vie d'une personne.

71) Si tu aimes le sport, parles-en à plusieurs de tes camarades d'équipe et demandes-leur s'ils veulent bien se départir de vieux matériels sportifs dont ils ne se servent plus. Plusieurs de ces équipements devraient être en bon état. Fais-en don à de jeunes gens dans les quartiers défavorisés, ou trouve un pays dont les enfants n'ont pas la chance d'avoir de l'équipement neuf.



72) Si tu vis près d'un lac, fais de ton mieux pour le garder propre. Embarque-toi dans un bateau et retires tout les débris et déchets qui s'y trouvent.

73) Y-a-t'il un bâtiment de ta communauté qui nécessite un "re-looking"? Récoltes des fonds pour acheter des semences de fleurs, des pots de peinture... Demandes à la mairie de t'assister dans cette tâche, pour



éventuellement t'envoyer de l'aide, te prêter du matériel, ou toute autre forme d'appui.

74) Pourquoi ne pas commencer ta propre "serre" pour embellir ta communauté? La plupart des plantes peuvent être entretenues dans un simple jardin. N'oublies pas ; tu peux toujours demander l'avis d'un expert dans le domaine. Tu peux, par exemple, demander au pépiniériste de ta région s'il voudrait bien faire un don, ou à la mairie... Et pourquoi ne pas les planter dans ta communauté, dans le jardin de ton voisin? Ça ne te coûtera pas grand chose, mais le résultat... tu auras touché le coeur des gens.



75) Dans la même lignée, bien des personnes n'ont pas les moyens d'acheter de belles plantes. Quand tu auras ces plantes, fais-en don aux familles défavorisées, à des personnes âgées, au refuge de ta région, ou à une association de bienfaisance...

76) Si tu le peux, fais don de ton sang.

77) Si tu as des talents artistiques, pourquoi de ne pas peindre? ou dessiner sur les murs des écoles, des hôpitaux... avec autorisation, bien entendu !



78) Pourquoi ne pas créer un site internet pour une oeuvre caritative?

79) Lis des histoires aux personnes malvoyantes et aveugles. Vas à la librairie et apportes-leur des CD... sois disponible pour leur en ramener d'autres.

80) Organise un après-midi "thé-gâteau" dans une maison de retraite. Vas avec plusieurs de tes amis jouer aux cartes avec les personnes âgées. Organise un petit concert avec tes amis.

Comment puis-je être utile ? Quel service puis-je rendre ? Il y a toujours une façon d'aider notre prochain...
Qu'est-ce que je peux faire ?

81) Pourquoi ne pas créer un site pour ton école, où les étudiants pourraient discuter des problèmes qu'ils rencontrent au sein de l'établissement?

82) Pourquoi ne pas créer un site/blog pour ton voisin afin qu'il communique avec sa famille et la tiennent informé des événements de sa vie?



83) Souhaites la bienvenue à tes nouveaux voisins en leur apportant un gâteau et/ou en leur préparant un dîner pour leur premier soir.

84) Organises une "journée sportive" pour les enfants défavorisés de ton quartier. Organises une mini-compétition dont le but n'est pas de gagner mais de travailler en équipe. Tout le monde devrait pouvoir s'amuser, peu importe leurs connaissances ou capacités.

85) Construis des mangeoires pour oiseaux et places-les où tu pourras... Avoir des oiseaux, surtout les entendre chanter, ça égaye toujours l'entourage.



86) Plantes des arbres ou arbustes là où ça pourrait être utile.



87) Amènes tes vieux magazines dans une maison de retraite, ou un refuge pour sans-abris... Si tu es un enfant, amènes tes BD et livres déjà lus à la salle d'attente de ton médecin, de ton dentiste... Les enfants qui viendront pour consultation auront de quoi passer le temps sans s'impatienter.

88) Bien des fois, les gens ne prennent pas le temps de recycler leurs sacs des commissions. Lorsque tu en as l'occasion, vas dans ton quartier et proposes à tes voisins de les "débarrasser" de leurs sacs plastiques ; rassemble-les et emmène-les dans un centre de recyclage.

89) Choisis d'acheter des aliments dans des emballages estampillés "recyclables."

90) Pourquoi ne pas commencer une pile de compost avec tous les restes alimentaires de la cantine dans ton établissement scolaire? Parles-en à ton prof. Il t'encouragera certainement et tu pourras aussi trouver en lui un allié et un soutien. Ce compost deviendra un bon engrais, que tu pourras utiliser pour aménager un coin jardin fleuri, par exemple.



91) Tu es expert en informatique? Tu es doué pour les réparations? Alors pourquoi ne pas monter un ordinateur de toutes pièces? Tu peux ainsi créer une "nouvelle machine" et en faire cadeau à une personne dans le besoin.

92) Y-a-t'il une personne ou une famille dans ta communauté qui est aimée et appréciée? Alors pourquoi ne pas organiser un événement pour leur dire à quel point ils comptent et sont aimés?

1. Commences par faire une liste de questions :

-Quand, où, pourquoi as-tu connu cette personne?

-Quelle célébrité te rappelle t-il?

-Quels sont tes meilleurs souvenirs avec cette personne? quels furent les meilleurs moments?

2. Envoies discrètement une copie de ces questions aux amis, parents et proches de ces personnes afin d'obtenir un maximum d'avis.

3. Rassembles toutes ces réponses et transcris-les dans un livret. Si tu reçois des photos, inclues-les dans le livret.

4. Lors de cet événement, remets le livret en mains propres à cette personne ou famille tant aimée et appréciée.

93) Ce cadeau sera comme un trésor pour le reste de leur vie.



94) Tu as 50 ans, pourquoi ne pas faire des télétons pour 50 enfants défavorisés? Lances-toi des défis, tel que courir plusieurs kilomètres, faire de l'escalade... sans pour autant mettre ta vie en danger. Si tu n'aimes pas le sport, tu peux toujours écrire 50 lettres pour des prisonniers de guerre.

95) Pourquoi ne pas faire les courses pour les sans-abris de ton quartier? Proposes aux propriétaires de magasins d'alimentation de faire des dons pour les sans-abris, comme par exemple les produits dont la date de péremption approche. Passes du temps avec eux. Montres-leur qu'ils sont des êtres humains appréciés.

96) Crées une boîte "spécial anniversaire" ou "tu es unique." Bien souvent, il est trop facile de trouver les choses que nous n'aimons pas chez les gens, ou les choses qui nous irritent. Pourquoi ne pas plutôt trouver toutes les raisons pour lesquelles nous aimons et apprécions ces personnes? Voici quelques idées pour t'aider à remplir cette boîte avec de petits messages tels que:

- Tu ré pares les choses dans la maison avant même que je n'ai eu le temps de te le demander.
- Merci d'avoir aidé ton petit frère à s'habiller ce matin.
- Tu souris toujours aux gens que tu rencontres.
- Tu es toujours en bonne forme physique.

Etc.

Essayes de trouver par toi-même d'autres petites phrases du même genre. Avec un peu de volonté, tu vas peut-être en trouver 365... une pour chaque jour de l'année.

Chaque matin, fais en sorte que les personnes qui t'entourent puissent piocher dans la boîte. Que tu aies mis ces papiers dans un pot de mayonnaise ou un pot de farine, cela n'a pas d'importance. C'est ce qui est à l'intérieur qui compte le plus et qui peut apporter un changement dans la vie de la personne qui le recevra.

97) Tu joues d'un instrument? Proposes de donner des cours à un enfant dont la famille n'a pas les moyens de s'en payer, ou à une personne malade condamnée à rester chez elle, ou une personne âgée qui a toujours rêvé de jouer du piano... ou tout autre instrument que tu lui enseigneras.



98) Mets une annonce dans ton journal local. Demandes l'aide de personnes qui pourraient faire donation de vieux instruments de musique. Crois-moi, il y a beaucoup de vieux instruments qui "dorment" chez les gens et qui pourraient faire LA différence dans la vie de ceux qui sont condamnés à rester chez eux.

99) Pourquoi ne pas faire des turbans au profit des femmes en cours de chimiothérapie? Si tu aimes coudre, ou si tu as la volonté d'apprendre à faire quelque chose de simple, comme aider les autres, alors ce site est pour toi : www.sewing.org/enthusiast/html/ec_turban.html

100) www.MakeAChildSmile.org Cette merveilleuse organisation aide chaque mois trois jeunes enfants à se battre contre la maladie. On te parle de l'enfant et tu peux lui envoyer une lettre gentille ou un cadeau. Ils t'envoient des nouvelles de ces enfants. En achetant une carte et un timbre, on peut ainsi contribuer à faire une différence dans la vie de cet enfant qui se bat chaque jour contre la maladie.



101) www.locksoflove.org As-tu la volonté de faire pousser tes cheveux? As-tu les cheveux longs? Cette merveilleuse organisation collecte de vrais cheveux pour en faire des prothèses capillaires pour les enfants dont la pousse de cheveux naturels n'aura pas lieu à cause d'une grave maladie.

Des Idées Bonus:



102) Connectes-toi à internet et vas sur www.VolunteerMatch.org. Mais attention: une fois sur cette page tu n'auras plus d'excuses pour ne pas être bénévole!

"Volunteer Match" est une organisation à but non lucratif dont la mission est d'aider les personnes désireuses de trouver un moyen de devenir

bénévole, et qui offre une variété de services en ligne pour soutenir un ensemble de personnes désireuses de faire du bénévolat, ou même des affaires, des responsables prêts à s'engager. Aux Etats-Unis, les intéressés peuvent tout simplement entrer leur code postal pour trouver une succursale près de chez eux.

103) Tu peux dès maintenant venir en aide à ceux qui ont, ou qui auront plus tard, besoin de quelque chose de toi.:

- Deviens donneur d'organes, pour qu'à ton décès quelqu'un puisse survivre grâce à toi.
- Soutiens financièrement les institutions médicales.
- Make a financial contribution through the Marrow Foundation
- Fais don de tes "miles" pour aider les patients malades à voyager plus facilement.
- Deviens bénévole dans un centre médical de ta région.



- Volunteer your time at your local donor center or recruitment group.
- Si ta santé le permet, donne de ton sang, ou plaquettes, afin d'aider des gens malades à survivre... (les malades qui s'apprêtent à recevoir un transplant ont besoin de transfusion sanguine avant et pendant le traitement).

Pour plus d'informations: www.marrow.org

* * * * *

Et voilà "les 101 façons de changer le monde". Laisse-moi te rappeler que toutes ces bonnes idées et informations ne valent rien si tu ne comptes pas prendre part à ce changement!



Relis ce livre lentement et attentivement. Fais-toi une liste de toutes les façons dont tu pourrais faire la différence dans ce

monde. Planifie de façon quotidienne, à la semaine, au mois... Prends des initiatives. Décides comment tu peux aider les gens autour de toi, comment ta famille peut venir en aide aux autres.

Enfin, pourquoi ne pas commander tes courses sur: www.ShopForCharityDay.com) et ainsi aider les oeuvres que tu penses être capables de faire une différence dans ce monde? Ou pourquoi pas au travers de: www.MyPowerMall.com) (visites ce site pour plus d'informations)!

Ce livret est un cadeau pour toi. En espérant qu'il puisse t'aider à faire la différence dans ce monde. Souviens-toi que chacune de tes actions, et la façon dont tu vis ta vie de tous les jours, peut contribuer à apporter un changement.

Merci d'être la différence dans ce monde!

Ginny Dye

