



LE CALENDRIER DE L'AVENT DE

FAIRE UNE
LISTE DE SES
QUALITÉS

1

2
SE FAIRE
(OU S'OFFRIR)
UN SOIN DU
VISAGE

FAIRE UNE
GRANDE BALADE
DANS LA
NATURE

3

4 APPELER UNE
COPINE DE
LONGUE DATE

OFFRIR UN
CAFÉ A UNE
COPINE

5

6 PARTICIPER
AU MARCHÉ
DE NOEL
VIRTUEL DE
FEMMEXPAT

PRENDRE UN
(LONG) BAIN !

7

8 RENCONTRER
CATHERINE
POUR
PAPOTER
(ET PARLER
CARRIERE)

FAIRE UN
COMPLIMENT
A VOTRE
MOITIE

9

10
PROPOSER DE
L'AIDE A UNE
ASSOCIATION

11

DANSER SUR
VOTRE
MUSIQUE
PREFEREE

FAIRE LA LISTE
DE TOUT CE QUE
VOUS AVEZ
APPRIIS CETTE
ANNÉE

12

13

APPELER SA
MAMIE
(OU SA TANTE)

14
SE DÉCONNECTER :
NI INSTA,
NI FB AUJOURD'HUI

CUISINER SON
PLAT PRÉFÉRÉ

15

16 GLISSER UN
MOT
D'AMOUR
DANS LA
POCHE DE SA
MOITIE

ACHETER UN
BOUQUET DE
FLEURS (OU
UNE BOUGIE !)

17

18 REGARDER UN
FILM BIEN
KITSCH

(CONTACTER FEMMEXPAT
SI BESOIN, LISTE
DISPONIBLE...)

19

CÂLINER SES
ENFANTS !

JOURNÉE
"PLAISIR COUPABLE"

20 RESTER EN PYJAMA
TOUTE LA JOURNÉE,
REGARDER
BRIDGERTON EN
BOUCLE OU S'ACHETER
UN PULL LEOPARD

FAIRE LA LISTE
DE SES ENVIES
POUR 2023

21

FAIRE UN DON

22

23 PRENDRE 10
MINUTES POUR
LISTER LES BONS
MOMENTS DE
2022

24

S'OFFRIR UN
CADEAU RIEN
QU'A SOI

