**Cartes Anniversaires**

**15 textes pour souhaiter un Joyeux Anniversaire**

Vous voulez sortir de l’ordinaire pour souhaiter un [**Joyeux Anniversaire**](http://www.cybercartes.com/cartes/anniversaire) aux personnes qui vous sont chères ?
Piochez donc parmi ces 15 idées de textes prêts à l’emploi!

Vous pourrez les copier-coller dans l’espace prévu pour votre message ou même les reformuler à votre convenance. Drôles, originales ou plus classiques, ces suggestions toucheront à coup sûr vos destinataires… N’hésitez plus !

****

1. Un super anniversaire

En ce jour extraordinaire, je te souhaite un fabuleux anniversaire… Avec un excellent gâteau, une tonne de fantastiques cadeaux et une fête d’enfer !
Rien n’est trop sensationnel pour ton anniversaire. Bon anniversaire !

2. Un jour exceptionnel

Aujourd’hui est LE jour le plus important de l’année : plus magique que Noël, plus festif que le Nouvel An, plus chanceux que le 1er mai, plus gourmand que Pâques, plus joyeux que l’arrivée du printemps…
C’est le jour merveilleux où tu es né ! JOYEUX ANNIVERSAIRE !

3. Quel beau programme !

J’espère de tout cœur que, pendant ces 365 jours de ton nouvel âge, tu rencontreras la joie, tu flirteras avec le bonheur, tu trinqueras avec la chance, tu riras avec la santé et tu profiteras de la vie.
Je te souhaite un très heureux anniversaire !

4. Cocktail de souhaits

Ça y est, te voilà entré dans le nouvel âge. Pour que ces 365 jours qui t’attendent soient encore meilleurs que les précédents, je tenais à te souhaiter : une tonne de bons moments, pleins de fous rires, une abondance de surprises, de l’amour à volonté, beaucoup d’amitié et une pleine santé.
Joyeux anniversaire !

5. Tu ne changeras jamais

Il faut être courageux pour affronter sa date d’anniversaire… D’une seconde à l’autre, on prend un an de plus et on vieillit 365 fois plus que les autres jours ! Mais toi tu n’as aucun souci à te faire, même si le temps passe, tu resteras toujours le même. Heureux anniversaire !

**Cartes Anniversaires** (suite)

6. Jolie chanson

Comme le veut la tradition, je vais te chanter une petite chanson :
« Joyeux anniversaire, Mes voeux les plus sincères, Que ces quelques fleurs, Vous apportent le bonheur, Que l’année entière, Vous soit douce et légère, Et que l’an fini, Nous soyons tous réunis ! »

7. Bon millésime

Mon cher ami, tu es comme le bon vin. Tu as du caractère, tu as du goût, tu mets l’ambiance dans les soirées, tu te bonifies avec le temps et chaque moment partagé avec toi est une joie. C’est sûr, l’année de ta naissance est un bon millésime et toi, tu es un grand cru ! Alors, quand est-ce que l’on trinque à ton anniversaire ?

8. Une belle année

Joyeux anniversaire ! Voici ce que je te souhaite jusqu’à ton prochain anniversaire : 1 an d’Allégresse, 12 mois de Plaisir, 52 semaines de Bien-être, 365 jours de Chance, 8 760 heures de Succès, 525 600 minutes d’Amour, pour un total de 31 536 000 secondes de bonheur !
Joyeux anniversaire et… à l’année prochaine !

9. Menu de l’année à venir

Bienvenue dans la fleur de l’âge !
Voici le menu de cette belle année qui t’attend : Cocktail de joie, Velouté d’amitié, Gratiné de santé, Filet d’amour et sa sauce folie, Plateau de surprises, Fondant d’harmonie. Régale toi bien et… Joyeux anniversaire !

10. Recette magique

Une pincée de bonne humeur, 10 cuillères à soupe de gentillesse, Un zeste de générosité, Quelques gouttes de d’honnêteté, Une pluie d’humour, Un grand cœur rempli d’amour : Voici la recette magique qu’a confectionné ta maman il y a … ans ! Joyeux anniversaire !

11. Gâteau à partager

On dit que l’on commence à se rendre compte que l’on vieillit lorsque les bougies débordent du gâteau. Moi j’ai une idée… Prend-en un plus grand et invite-nous avec les copains, on se fera un plaisir d’arranger ce problème… sans laisser de miettes ! Joyeux anniversaire vieille branche !

12. Garde la pêche !

Esquive à droite, parade à gauche, pirouette, feinte… Garde bien ta défense l’ami ! Même si, avec ta joie de vivre et ton dynamisme, je suis convaincu que tu ne prendras jamais de coup de vieux… Joyeux anniversaire !

13. Tu es génial(e) !

Cher ami, je t’envoie cette petite carte pour te souhaiter un très joyeux anniversaire. Bon… en réalité… j’aimerais surtout te demander l’adresse de ta magicienne. Ne me fait pas croire que ton éternelle jeunesse, tes yeux rieurs, ta gentillesse, ta pêche d’enfer et ta joie de vivre sont naturels : ce n’est pas possible d’être aussi génial ! Alors, dis-moi quelle est ta recette secrète. Et si tu ne me la donnes pas, je reviendrai chaque année pour te la demander !
Bon anniversaire !

14. Humour

Whaouh, tu en as vu des choses depuis que tu es né… L’apparition des premières radios, des cartes de crédit, des calculettes, de la TV, des stylos à billes, des CD, du micro-onde, des piles, du Monopoly, du vernis à ongles, des fusées, des ordinateurs, des TGV, de la crème solaire, de la mobylette, des codes barres, des téléphones portables, d’internet… Alors, comme on n’arrête pas le progrès, je te fais découvrir cette jolie carte virtuelle, à la pointe de la technologie. Joyeux anniversaire mon vieux !

15. Tout pour te faire plaisir

Depuis minuit, je n’arrête pas de penser à la meilleure façon de te souhaiter ton anniversaire. J’ai tout d’abord pensé à un lâcher de pétales de rose depuis une montgolfière, puis à écrire ton nom dans le ciel avec la fumée d’un avion, à te faire livrer ton poids en chocolat ou même à faire venir une fanfare pour chanter une chanson rien que pour toi. Puis je me suis dis, pourquoi ne pas lui offrir une attention des plus précieuses : une jolie cybercarte avec tout mon amour/toute mon amitié. J’espère qu’elle te plait ! Heureux anniversaire !

**.oOo.**

**Cartes Anniversaires**

**10 textes pour souhaiter un joyeux anniversaire avec humour**

Drôles ? Assurément. Originaux ? Sûrement. Uniques ? Parfaitement !!! Découvrez ces 10 idées de textes pour un anniversaire, qui vous permettront, en quelques clics, de souhaiter le meilleur à votre famille, amis, collègues et autres connaissances, avec humour et bonne humeur.  A utiliser sans modération, pour donner le sourire à tous ceux qui comptent pour vous !



Tu as combien, déjà ?

1. C’est fou ça : à chaque fois que c’est ton anniversaire, personne n’arrive à trouver ton âge… On tombe toujours 5 ans en dessous ! Alors maintenant, on ne va plus te demander ton âge, mais plutôt la marque de la crème magique qui te donne cette jeunesse éternelle. On est ami(e)s, oui ou non ? Alors : partage tes remèdes !

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

Les cadeaux ? Ça sert à rien…

2. Roooohlala !!! J’ai vu un cadeau GÉNIAL qui t’aurait beaucoup plu pour ton anniversaire. C’est EXACTEMENT ce dont tu rêves ! Mais je me suis dit, le matériel, c’est superficiel. Avec l’âge tu es devenu(e) plus mature et franchement, qui a besoin d’un (… mettre ici ce qui lui ferait le plus plaisir) ? Sûrement pas toi, tu es bien au dessus de tout ça ! Restons dans la simplicité : Joyeux anniversaire !

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

100 % original

3. Pour ton anniversaire, tout le monde t’offre un cadeau. Mais moi, je trouve cela tellement prévisible, tellement habituel, tellement basique comme idée que j’ai décidé de sortir du lot en t’envoyant une super carte : un cadeau original, drôle et inoubliable. C’est tout moi, ça ! Ne me remercie pas, c’est normal. Joyeux anniversaire mon ami(e) !

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

Le truc

4. Manger du tofu au ptit déj, faire tous les jours 3 heures de footing, ouvrir tes chacras, dire adieu aux gâteaux trop sucrés et gras, lire tout le dictionnaire, apprendre les chorégraphies de Claude François, prendre des cours de harpe… Je t’en supplie… Dis moi ton secret pour rester jeune !!! C’est pas possible, j’ai tout essayé, il doit y avoir un truc ! Je compte sur toi, hein ? Merci. Ton très (trop) vieil ami…

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

Ça chauffe sur le gâteau

5. Mais dis donc, quelqu’un a augmenté le chauffage ? Ou alors c’est le dérèglement climatique ? A moins qu’il n’y ait un incendie quelque part ? Ahhh non… Ce sont juste les bougies sur ton gâteau. Ah ah ah. J’adore l’humour. Joyeux anniversaire très cher(e) !

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

Pas facile de vieillir

6. Tu sais que je suis fort pour les retouches photo… Mais là, désolé : je ne peux plus rien faire pour toi. Les rides, les dents en moins, les yeux bouffis : il va falloir t’y faire !!! Profite qu’il te reste quelques dents pour faire de jolis sourires sur les photos, c’est déjà ça… … … Mais nooon, je déconne, tu es et tu resteras au TOP, comme toujours ! Vive ton anniversaire vieille branche !

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

Désolé pour le cadeau mais…

7. Je voulais t’offrir un super cadeau, mais rien à faire : j’ai tout essayé, je n’ai pas réussi à le faire passer par l’écran de mon ordinateur. Du coup, je l’ai gardé pour moi. Alors, merci beaucoup pour le cadeau !!! Joyeux anniversaire (quand même)

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

Moi, je suis jeune !

8. Aujourd’hui, je suis tellement heureux : j’ai envie de rire, de danser, de chanter de faire la fête jusqu’au bout de la nuit !!! Hé oui, c’est ton anniversaire, pas le mien. Donc c’est toi qui vieilli et pas moi : youpiiiiiii ! Profite bien Joyeux anniv’ !

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

Le joyeux de la bande

9. On dit qu’avec le temps va, tout s’en va… En tout cas, ta bonne humeur légendaire elle, elle est toujours là !!! OUF ! Bon anniversaire :o)

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

Colis exceptionnel

10. Cela faisait des mois que tu l’attendais… Tu n’en dormais plus, tu n’en mangeais plus tellement tu en rêvais. Alors, ça y est… Elle est là, sous tes yeux émerveillés. MA carte d’anniversaire est enfin arrivée !!! J’imagine d’ici tes larmes de bonheur, tes cris de joie ! Ne me dit pas merci, c’est ça d’être un super ami :o) Joyeux anniversaire !

**Cartes Anniversaires**

**10 façons de souhaiter un Bon Anniversaire… en retard !**

Parfois, on est un peu gêné… Parce qu’on a tout simplement oublié l’anniversaire de quelqu’un qui est cher à nos yeux et qu’on ne voudrait pas qu’il croit le contraire !!! Alors, avec ces 10 idées de textes, vous êtes sûr de faire sourire et surtout de faire oublier votre maladresse avec un peu d’humour et beaucoup d’amour !



\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

1. Bonnes excuses

Bon, c’est vrai. Je suis en retard.
Mais quand je t’ai appelé, ton numéro n’était plus attribué! Et quand je suis allé chez le fleuriste te prendre un bouquet, la boutique avait brulé!
Puis j’ai couru jusqu’à la bijouterie. Et là surprise : un cambriolage!
Tu vois j’ai tout essayé… Enfin j’essaye surtout de te faire rire pour me faire pardonner :o) Joyeux anniversaire en retard!!!

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

2. Oups !!

Je suis vraiment désolé, affligé, navré, désespéré…
C’est une abomination, une honte, une infamie, un scandale.
Je te demande de me pardonner, de ne pas m’en vouloir, de m’excuser !
Ben oui, j’ai oublié ton anniversaire. Quoi ? Tu n’avais même pas remarqué ?
Oups! Alors, on repart à zéro : Joyeux Anniversaire comme si de rien était :o)

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

3. Etude scientifique

Selon une étude tchétchène très sérieuse, il parait que certaines parties du cerveau arrêtent de fonctionner à la venue de certaines dates… A l’arrivée du jour J, elles se mettraient en mode OFF pendant quelques jours, pour ensuite se réveiller et se rappeler de tout ce qu’elles ont oublié.
Alors ne m’en veut pas, ce n’est pas de ma faute si j’ai oublié ton anniversaire!!!
C’est mon cerveau!

**Cartes Anniversaires** (suite)

4. Les meilleurs en dernier

Ahhh c’est enfin mon tour… Comme on dit, les meilleurs en dernier ! Alors voilà : j’ai la joie et le grand bonheur de te souhaiter un SUPER EXTRA GENIAL anniversaire ! Et surtout, j’ai l’immense honneur de clôturer cette délicieuse année que tu viens de passer !!! Joyeux anniversaire !

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

5. Euuuh…

Bonjour ! Bon, je voulais te dire que… Je suis désolé… Je suis nul… Enfin, non ce n’est pas ma faute ! Mais si un petit peu. Enfin, j’avais une bonne raison. Comment ça je cherche une bonne excuse ? Pas du tout… Bon allez, je vais droit au but : Joyeux anniversaire… en retard !!!

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

6. Droit au but

Bon, on ne va pas se mentir, hein ? Pas de ça entre nous. Je saiiis, je suis en retard pour ton anniversaire et tu dois déjà être en train de jouer aux fléchettes sur ma photo. Mais comme on dit, mieux vaut tard que jamais, n’est ce pas ? Alors pardonne moi et allons fêter ton anniversaire!!!

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

7. C’est tout moi ça

J’oublie toujours de fermer les lumières, je ne me rappelle jamais de mon code de carte bleu, j’oublie toujours les blagues qu’on me raconte et je suis incapable de me souvenir des dates importantes!!! Désolé, je suis une tête en l’air. Mais, c’est ce qui fait mon charme, non ?
Alors, joyeux anniversaire quand même, mon ami!

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

8. Faire durer le plaisir

Quand arrive le jour tant attendu de notre anniversaire, il passe souvent si vite que le lendemain, on est déjà nostalgique. Alors, en attendant quelques jours, je voulais faire durer le plaisir !!! Joyeux anniversaire en retard :o)

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

9. Jeune forever

C’est fou… Les jours passent et pourtant, on dirait qu’ils n’ont aucun effet sur toi ! Tu restes éternellement jeune et on ne s’aperçoit pas que tu vieilli ! C’est pour ça que l’on a tendance à oublier ton anniversaire… Alors, excuse-moi pour mon retard ! Joyeux anniversaire !

\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨\*•.¸¸¸.•\*¨

10. Je le savais !

Pendant ces quelques jours… J’ai senti que quelque chose se passait, mais je ne savais pas quoi. Il me semblait que c’était quelque chose d’important, de primordial, de remarquable et surtout d’inoubliable ! Après avoir tourné mes méninges dans tous les sens, j’ai trouvé : c’était ton anniversaire, pardi !!! Alors ni une ni deux, j’ai décidé de t’envoyer une jolie carte qui j’espère te plaira, même avec un peu de retard. Joyeux anniversaire !

**Cartes Anniversaires**

[10 idées pas comme les autres pour son anniversaire](http://nqf.cybercartes.com/newsletter_20160709/62/gmail.com/floriane.justin)

Faire plaisir aux autres, c'est connu, c'est bon pour leur moral, et le vôtre ! Alors si vous vous donniez pour mission de choyer un maximum les personnes autour de vous qui célèbrent leur anniversaire ? Voici un article présentant dix défis simples à accomplir, qui ont un pouvoir fabuleux. Serez-vous prêt(e)s à relever le défi ?

**10 défis de gentillesse**

si vous changiez, pendant 10 jours, votre manière de fonctionner ?
Et si, comme par magie, votre vie s’améliorait ?
Voici un article présentant dix défis simples à accomplir au quotidien, qui auront le pouvoir fabuleux de vous transformer profondément. Objectif : changer, évoluer, offrir aux autres et surtout, recueillir un max d’ondes positives !!!
Serez-vous prêt(e)s à relever le défi ?

****

***DÉFI 1 : Transformez-vous en rayon de soleil***Pour commencer en douceur cette semaine de gentillesse, vous pouvez vous donner comme challenge, durant une journée, de dire bonjour à toutes les personnes que vous rencontrerez : le facteur, la voisine ronchon, le boulanger, les collègues, le chauffeur de bus… Un bonjour franc et mélodieux. Un bonjour qui réveille, qui fait du bien, accompagné d’un grand sourire sincère. Un petit mot simple qui aura le pouvoir d’apporter un peu de fraîcheur et de joie de vivre aux personnes qui ont l’air tristes, froissées, stressés… Sachez qu’un sourire peut redonner de la bonne humeur, apaiser, aider relativiser et à prendre la vie du bon côté. Et si on ne vous répond pas ? Ce n’est pas bien grave. Vous aurez eu le rôle de surprendre, d’interroger et de faire réfléchir les plus grincheux. Une super mission pour propager une vague de sourires autour de vous et transformer, d’un coup de baguette magique, l’état d’esprit de ceux qui ont mal commencé la journée. Alors, pour voir ce que cela fait : dites bonjour haut et fort et observez les réactions !

***DÉFI 2 : Les autres d’abord !***Aujourd’hui, votre défi est de vous faire passer APRES les autres : faire don de votre temps, activer votre patience, soulager les personnes qui vous entourent en faisant preuve d’abnégation et de générosité. Maître ZEN, c’est vous ! Vous pourriez offrir la priorité en voiture, laisser passer un piéton qui attend dans le froid, laisser passer quelqu’un qu’il a l’air pressé à la caisse du supermarché, vous lever pour donner votre place dans le bus ou le métro, tenir la porte à un voisin… et tout cela, avec le sourire ! Vous verrez, l’effet positif est immédiat : vous vous sentirez invincible, et chaque remerciement deviendra la plus belle des récompenses. Et surtout, vous pourrez être très fier de vous :o)

**Cartes Anniversaires** (suite)

***DÉFI 3 : Arrêter le temps pour dire…***Il y a sûrement des personnes autour de vous qui vous sont indispensables. Des personnes qui vous écoutent, qui vous conseillent, qui vous font rire, qui vous soutiennent, ou tout simplement qui vous aiment. Ceux sans qui vous ne seriez tout simplement pas heureux. Ces anges gardiens, les avez-vous remercié dernièrement ? Leur avez vous dit à quel point ils comptaient pour vous ? Voilà pourquoi votre défi du jour est d’envoyer un message de remerciements à 3 personnes exceptionnelles pour vous. Pas seulement un petit merci par texto, mais plutôt un vrai petit texte exprimant votre votre gratitude. Rappelez à la personne comment elle vous rend heureux, rappelez lui un moment qui vous a particulièrement touché. Osez ouvrir votre coeur et remplissez d’amour celui des personnes qui le méritent. Ces personnes sont celles qui sont le plus importantes dans votre vie : sans eux, vous ne seriez pas vous. Alors, dites leur à quel point ils sont extraordinaires !

***DÉFI 4 : Le Super Héros, c’est vous !***
Batman, Superman, Zorro, Spiderman… Aujourd’hui, la famille des super héros va s’agrandir grâce à vous ! Et si vous essayez de prendre une journée entière pour offrir de l’aide autour de vous, sans RIEN attendre en retour. Pas de cadeau, ni de mots gratifiants, juste peut être un merci ou un sourire (et encore). Pour cela, vous pourriez proposer à un proche de le soulager sur une tâche pénible pour lui, comme acheter du pain à une personne âgée, utiliser vos talents de mécano, de bricoleuse, de cuisinier, de psychologue pour les offrir aux personnes qui en ont besoin, comme aider une maman à porter ses courses, rendre service à un voisin, même s’il est souvent grincheux. Vous pourriez aussi vous porter volontaire pour aider lors d’une fête ou d’une compétition par exemple. Sachez que vous avez le pouvoir d’égayer le quotidien de quelqu’un ! Magique ! Même si on vous refuse gentiment votre aide, proposer permet aux autres de se sentir soutenus et considérés, ce qui est déjà un beau cadeau.

***DÉFI 5 : Positive attitude***
Monsieur Bonne Humeur, Madame Joie de Vivre, aujourd’hui, c’est VOUS ! Vous allez répandre un max de compliments sincères autour de vous. Les compliments, c’est du bonheur en barre. Mais pour en faire des vrais, qui font vraiment plaisir, il vous faudra observer les personnes que vous côtoyez durant la journée. Regardez leur façon de s’habiller, de chantonner, écoutez-les parler. Sont elles de bonne humeur, souriantes ? Peut être ont elles fait quelque chose dernièrement qui vous a soulagé, touché ou fait rigoler ? Elles ont peut être aussi bien travaillé, fait des sacrifices. Reconnaissons-les, encourageons-les ! Voilà de nombreuses façons de dire des choses positives aux gens. Et si rien n’a l’air positif, ou si un conflit s’annonce, faites simplement preuve de gentillesse en dédramatisant, en conseillant, en rassurant… veillant toujours à placer un petit compliment rappelant à la personne concernée ses qualités : cela l’aidera à se relever. Et bien sûr… les critiques sont formellement IN-TER-DITES !

***DÉFI 6 : Faites un don***
« Savoir donner, donner sans attendre, donner sans reprendre… » Aujourd’hui, nous allons donner du sens à ce célèbre refrain. Parce qu’on peut donner de mille et une façon ! Don de sang, donner un bon sandwich à une personne dans la rue, donner les habits et objets qui s’entassent et dont on ne se sert plus, donner quelques euros à une association qui vient en aide aux autres et qui se bouge… Pensez aussi à donner un peu de pourboire à une personne qui sourit et qui transmet du bonheur autour d’elle en faisant son travail (un serveuse souriante qui vous donne la pêche, ça se récompense!). Au bureau, vous pouvez laisser la monnaie dans la machine à café pour la personne suivante ou apporter au bureau quelque chose de bon à manger, à partager. Avec vos amis, vous pouvez envoyer une invitation à dîner, donner 100% de votre temps d’écoute à une copine déprimée. Bref, faites don de vous !

***DÉFI 7 : Agir maintenant pour les générations futures***
Depuis des millions d’années, les hommes vivent sur la même planète. Sauf que, depuis quelques temps, les dernières générations sont en train de la détruire, impunément, égoïstement. Alors, au lieu de vivre à l’instant présent, sans se soucier de l’impact de nos mauvaises habitudes sur la vie de nos descendants, nous pourrions réfléchir à ce que nos agissements pourraient provoquer dans le futur. Aujourd’hui, le défi est d’essayer d’agir pour la planète et d’amorcer un changement dans notre quotidien. On peut commencer par ramasser 5 saletés sur le trottoir afin de les mettre à la poubelle. Puis, si vous faites du footing, équipez vous d’un sac plastique et remplissez-le en faisant votre tour habituel. Vous pouvez essayer de limiter les produits sur-emballés, de fermez la lumière lorsque que vous quittez une pièce, de fermer le robinet lorsque vous vous lavez les dents… Rappelez-vous que, dans notre pays, nous allons faire nos besoins dans des toilettes remplie d’eau alors que certains n’ont pas accès à l’eau potable (cette réflexion me recadre toujours, personnellement). Voilà des petites choses simples pour vivre en empathie avec les autres !

**Cartes Anniversaires** (suite)

***DÉFI 8 : Renouez le contact***
Si parfois, vous ressentez un pincement au coeur en pensant à une personne que le temps a éloigné ou qu’une banale dispute à mis à l’écart : un vieux collègue, une amie, un cousin, un contact Facebook à qui vous n’avez jamais parlé… C’est peut être le moment prendre les choses en main pour rouvrir la porte et reconnecter vos vies ! Oser, surprendre le destin, continuer une belle histoire, prendre des nouvelles, faire renaître quelques bons moments, activer des souvenirs… Vous avez plein de belles surprises au programme. La vie passe si vite, faites le premier pas et vivez pleinement chaque instant ! Si pas de réponse ? Pas d’amertume… le fossé s’est raccourci et qui sait, la personne fera peut-être un jour, elle aussi, preuve d’ouverture d’esprit ? Et puis dans l’histoire, l’adulte, la personne mûre qui fait preuve de sagesse, c’est vous ! Bravo !

***DÉFI 9 : Chouchoutez quelqu’un***
Faire très plaisir à quelqu’un, lui offrir votre temps, votre amour, votre gentillesse, votre bienveillance, ou ce qu’il aime par dessus tout : ça c’est fort. La personne qui aura la chance de recevoir ces belles choses s’en souviendra très longtemps et cette attention toute particulière lui fera beaucoup de bien… Alors, dorlotez les gens qui le méritent dans votre entourage ! Voici quelques exemples : cuisiner son plat préféré à votre femme, faire une grosse séance câlin à votre animal, laver la voiture de votre conjoint, faire son gâteau préféré à votre enfant, faire un massage des pieds à votre papa… Il y a mille et une façons de faire du bien aux autres, simplement.

***DÉFI 10 : Prévoyez une surprise !***
Faire une surprise, c’est mettre de l’extra dans l’ordinaire !!! Un beau « cadeau » concocté avec attention se transforme en vraie magie pour la personne qui en bénéficie… mais c’est aussi un vrai plaisir à préparer pour celui ou celle qui en aura l’idée. Allez, c’est à vous de jouer ! Pensez très fort à la personne que vous souhaitez gâter. Pensez à son sourire, aux petits choses qui illuminent son visage et… agissez ! Voilà le summum du bonheur :o)

**Cartes Anniversaires**

[Les meilleurs SMS d'anniversaire](http://nqf.cybercartes.com/newsletter_20160709/66/gmail.com/floriane.justin)

Vous vous demandez : comment être sûr et certain que votre message d’anniversaire arrive immédiatement à son destinataire ? Une jolie cybercarte MMS, accompagnée d’un petit SMS : c’est LA solution ! Rapide, original et surtout instantané !!! Découvrez de petits textes pour tous les types d’anniversaires qui existent :o) A vous de choisir !

**Les meilleurs SMS d’anniversaire**

Vous vous demandez : comment être sûr et certain que votre message d’anniversaire arrive immédiatement à son destinataire ? Une jolie cybercarte envoyée par SMS, accompagnée d’un petit message : c’est LA solution ! Rapide, originale et surtout instantanée !!! Découvrez de petits textes pour tous les types d’anniversaires qui existent :o) A vous de choisir !

**Le tout simple** : Aujourd’hui, c’est ton jour ! Je te souhaite le meilleur durant cette belle journée. Que tu sois bien entouré et que les attentions pleuvent par milliers !! Happy birthday !

**Le matinal** : ZzZzzZzZZ… Hein quoi ? Il est minuit ? Alors… je te souhaite un JOYEUX ANNIVERSAIRE ! J’ai mis mon réveil aux aurores, pour être sûre d’être le premier à te souhaiter une super journée. Maintenant, tu peux te recoucher ;o)

**Le rigolo** : Mais que s’est il passé cette nuit ? Hier, tu avais l’air jeune et clinquant, et ce matin, tu as pris un sacré coup de vieux… Ah oui, c’est ton anniversaire, tout s’explique !!! Je te souhaite plein de bonheur (un petit conseil : met une double dose de crème anti-rides aujourd’hui, et on n’y verra que du feu) !

**Le « overbooké »** : Vite !! Je profite d’un temps d’accalmie au bureau pour te souhaiter un super anniversaire ! Ne t’inquiète pas, d’ici peu, on prendra le temps de fêter ça comme il se doit ;o) j’y retourne ! Gros bisous !

**Le romantique** : Aujourd’hui est LE jour le plus merveilleux de ma vie, celui où tu es né(e) ! Et depuis, chaque jour, je sais que tu es ma destinée. Je te souhaite le plus doux des anniversaires !

**L’écrivain** : Aujourd’hui est la première page d’un nouveau livre de 365 pages. A toi de choisir la suite de l’histoire ! Tu es le maître de ton destin ;o) Joyeux anniv !

**Le rêveur** : Tu es une étoile, parmi les étoiles… Et aujourd’hui tu brilles tout particulièrement ! Tous les autres te regardent : tu resplendis !!! Tu es une vraie star ! Joyeux anniversaire scintillant ;o)

**Le porte bonheur** : Il était une fois une personne extraordinaire. Depuis des années, lors de son anniversaire, celle-ci recevait un joli message de la part d’un ami de longue date. Mais arriva ce jour particulier où le messager fut porteur d’une surprise supplémentaire : un voeu de chance à exaucer ! A toi de le souhaiter très fort pour qu’il se réalise ! Joyeux anniversaire :o)

**Le proverbe** : On dit : « Un tien vaut mieux que 2 tu l’auras ». Bref, voilà une seule bougie aujourd’hui ! Et seulement une, c’est promis !! Joyeux anniversaire

**Le « en retard »** : Mais non mais non, je n’ai pas oublié… C’était fait EX-PRES ! Tu as eu peur, hein ;o) Tu me connais j’adore les blagues. Joyeux anniversaire (l’année prochaine, je te le souhaiterai avec un jour d’avance) !!

**Le familial** : Tout le monde se joint à moi pour te souhaiter un anniversaire au TOP du TOP ! Tiens toi prêt… Des tonnes de bisous vont arriver !

**Le flash back** : Il y a quelques années, une dame extraordinaire a eu la bonne idée de te créer. Tu es né et aujourd’hui, nous sommes tous heureux de pouvoir en profiter ! Vive le jour de ta naissance ! Joyeux anniversaire !