

Mes sacrifices, mes bonnes actions, mes prières, pour le carême



Ne pas manger de bonbons	Se concentrer et bien travailler	Servir les autres avant soi			
Ne pas se plaindre	Manger un bol de riz et une pomme	Ne pas manger de chocolat tous les jours			
Manger tout son déjeuner à la cantine	Manger une première tartine sans beurre le matin	Ranger toute sa chambre chaque soir			
Aider un camarade en classe	Mettre le couvert	Complimenter sa maman	Aider à préparer le dîner	Aider son, sa, ses petits frères et soeurs	
Être joyeux et souriant	Offrir la moitié de mon goûter	Prendre un service à ses parents	Crier ses jouets et en donner	Offrir un morceau de pain aux plus pauvres	
Jouer avec un camarade seul en récréation	Écrire une carte à une personne que l'on aime	Avoir une belle attention envers un camarade	Faire de son mieux dans les activités toute la journée	Prêter ses jouets	
Dire Merci avant de dormir	Demander une grâce avant de dormir	Dire un je vous salue Marie	Prier pour ses anges gardiens	Dire Pardon avant de dormir	
Prier pour un élève de la classe	Prier pour les prêtres	Dire une prière pour son parrain et sa marraine	Dire un Notre père	Prier pour le Pape	



Belle montée vers Pâques !