

In questa Quaresima

MI IMPEGNO A...

DIGIUNARE
E
RINUNCIARE

- Non mangerò carne al Venerdì
- Rinuncio ai dolci
- Non mi lamenterò del cibo
- Non avanzo il cibo nel piatto

- Rinuncio a _____

- Smetterò di _____

COMPIERE GESTI
DI CARITA'

- Sarò gentile con i miei fratelli
- Farò questo servizio in casa: _____

- Obbedirò ai miei genitori

- Aiuterò _____
- Raccoglierò i miei risparmi per donarli a:

PREGARE

- Parteciperò alla Messa domenicale
- Pregherò la Via Crucis
- Pregherò il Rosario
- Pregherò specialmente per _____
- Leggerò la Bibbia