

<u>PRIÈRE</u>	<u>PARTAGE</u>	<u>PRIVATION OU PÉNITENCE</u>
Dire une dizaine de chapelet.	Ne dire que du bien des autres.	Ne pas répondre bête à mes parents.
Soigner ma prière du soir.	Ne pas écouter et embarquer dans les paroles méchantes.	Rendre un service à la maison, sans que cela se voit.
Faire ma prière avant le repas.	Je souris à ceux que je rencontre aujourd'hui.	Faire un petit sacrifice à chaque repas (pas de confiture, sauce, sucre)
Prendre 5min pour prier spécialement Notre Père	Prendre 5min avec un frère ou une sœur juste pour lui faire plaisir.	A table, servir d'abord les autres.
Prendre 5min pour prier spécialement Jésus.	J'appelle mes grands-parents pour prendre de leur nouvelle.	Offrir toutes mes difficultés, sans râler, pour tous ceux qui font du mal.
Prendre 5min pour prier spécialement l'Esprit Saint.	Parler à quelqu'un avec qui j'ai du mal à parler.	Ne pas traîner sous la douche.
Contempler la nature 5min en silence et remercier Dieu.	Donner à quelqu'un un objet auquel je tiens et qui lui fait plaisir.	Arrêter la télé ou l'ordi 5min pour prier ou lire la Bible.
Faire une prière à mon ange gardien.	Dire la vérité avec douceur et pour le bien des autres (pas pour leur faire du mal)	Ne pas employer de mots grossiers.
Aller à la messe.	Être doux avec mes frères et sœurs.	Ranger ma chambre sans que l'on me le demande.
Rentrer dans une église et rester 5min devant le tabernacle pour prier.	Chercher à faire plaisir à la maison.	Sauter ma collation et offrir ce sacrifice pour ceux qui ne croient pas en Dieu.
Ne pas traîner au lit. Se lever pour prier le matin.	Aider quelqu'un à la maison ou ailleurs.	Ne pas penser qu'à moi, ne pas me vanter.
Prendre un temps pour prier Marie.	Partager ma collation avec les autres.	Préparer ma confession et aller voir un prêtre.
Lire un livre sur la vie d'un saint.	J'écoute avec patience mon frère ou ma sœur.	Faire m'appliquer à faire mes travaux d'école.
Piger un pain de la Parole, le lire et le relire plusieurs fois durant la journée.	J'encourage un ami.	J'accomplie une tâche désagréable sans me plaindre.

Partager les pains de la Parole à chacun des membres de votre famille.	Je remercie mes parents pour...	J'offre mon aide avant qu'on ne me le demande.
Prier pour les ministres ordonnés : Pape, évêques, prêtres et diacres.	Je parle de Jésus avec quelqu'un.	Je choisis une attitude positive malgré ma mauvaise humeur.
Demander pardon à un membre de sa famille.	J'écris une lettre à un ami.	Je laisse à l'autre le premier choix.
Accorder un pardon à un membre de sa famille.	Je prépare une carte de Pâques avec une Parole de Dieu.	Je maîtrise une colère qui monte en moi aujourd'hui.
J'écris une prière dans le livret de prière de ma famille.	J'apporte de la nourriture à un centre d'entraide.	J'obéis à mes parents même si ça ne me plait pas.