

Je choisis un défi pour la semaine à venir !

Je peux aussi en choisir un qui n’est pas dans la liste !

Je l’écris sur mon pas du carême (un pas par semaine).

* Obéir d’avantage et du 1er coup !
* Réduire ou supprimer les écrans
* Ranger ma chambre
* Eviter de grignoter entre les repas
* Partager plus
* Inviter mon camarade qui est souvent seul ou triste
* Retenir un coup de pied ou une méchanceté
* Demander pardon après une dispute
* Prêter plus facilement mes affaires
* Penser à ceux qui sont plus malheureux que moi
* Jouer calmement avec ma sœur ou mon frère
* Prier
* Ne pas manger de sucreries
* Rendre service à maman ou papa
* ….

