

Pour t'accompagner sur le chemin du carême, nous te proposons 40 défis à réaliser dans l'ordre que tu souhaites et nous t'encourageons à tenir aussi longtemps que tu le pourras !

1 Laisser la télévision ou l'ordinateur éteints	2 Aider un ami qui a un problème	3 Renoncer à manger quelque chose	4 Se reposer dans le calme	5 Prier avec ta famille	6 Regarder la nature et remercier Dieu	7 Prier avec ton Saint Patron	8 se confier à Dieu et lui parler
9 Offrir ton pardon à quelqu'un	10 Être attentif aux paroles de tes parents	11 Prier avec Marie pour les enfants du Tchad	12 Ranger tes affaires, ta chambre	13 Écouter dans ton cœur	14 Aider quelqu'un qui en a besoin sans rien lui dire	15 Chercher autour de toi qui a particulièrement aimé Jésus	16 Offrir quelques pièces pour partager
17 Être bienveillant avec les personnes que tu croises	18 Prends du temps pour jouer	19 Reciter le bénédicité avant le repas.	20 Demande à tes parents de te bénir	21 Ouvrir la bible et lire une phrase	22 Te rappeler un bon ou beau moment vécu	23 Partager une belle chose que Dieu a fait pour toi	24 Ne pas manger de sucreries
25 Chercher une mauvaise habitude que tu as et la combattre	26 Prier pour la paix dans le monde	27 Offrir un petit service, une parole gentille, un sourire	28 Ne pas dire du mal des autres, ni écouter les commérages	29 Prier de tout ton cœur pour quelqu'un qui souffre autour de toi	30 Ecrire une lettre ou faire un dessin pour une personne seule	31 Chercher dans ton cœur la cause de la tristesse.	32 Faire ce que tu « dois » faire ou ce que tu « veux » faire ?
33 Prier pour une personne de ta famille	34 Ne pas critiquer	35 Faire une action, ou dire une parole de paix	36 Ecrire une prière pour les enfants du Kazakhstan	37 Demander pardon à une personne que tu as blessée	38 Avoir confiance en Dieu. Oser être toi-même.	39 Chercher 10 bienfaits que tu as reçus de Dieu	40 Défis relevés ! Bravo pour ton chemin de chrétien. Continue !