



*Fai il segno di croce, recita la preghiera.  
Concludi con il Padre Nostro e il segno di croce.*

## DOMENICA

Partecipa alla messa e prega con la tua famiglia.

---

## LUNEDÌ

Signore, nel Vangelo ci hai detto che ogni volta che facciamo qualcosa per una persona bisognosa è come se la facessimo a te. In questa settimana fa' o Signore che aiuti chi accanto a me è povero.

## MARTEDÌ

Ci sono persone che mi stanno proprio antipatiche. Alcune non le vorrei mai vedere, altre non le sopporto proprio. Tu Signore hai amato tutti senza differenze. In questa Quaresima aiutami a fare un buon gesto verso una di queste persone.

# MERCOLEDÌ

Tante persone mi vogliono bene:  
gli amici, la mia famiglia, i compagni.  
Grazie Signore perché tu  
mi hai messo accanto  
queste persone che mi aiutano  
e mi insegnano a volerci bene.

# GIOVEDÌ

Signore Gesù, aiutami a capire  
quanto il tuo amore per me  
sia profondo e gratuito.  
Fa' che io possa dire sì a chi mi chiede  
di compiere gesti di servizio verso gli altri  
perché tu hai fatto così.

---

# VENERDÌ

- \* DIGIUNA da qualcosa: telefono, giochi, qualche cibo di troppo.
- \* I tuoi RISPARMI della settimana mettili per il progetto missionario che hai scelto all'inizio del cammino.
- \* PREGA con le parole del salmo 50 che chiede perdono dei peccati

Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia;  
nella tua grande bontà cancella il mio peccato.  
Lavami da tutte le mie colpe,  
mondami dal mio peccato.  
Riconosco la mia colpa,  
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.  
Contro di te, contro te solo ho peccato,  
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto;  
perciò sei giusto quando parli,  
retto nel tuo giudizio.  
Distogli lo sguardo dai miei peccati,  
cancella tutte le mie colpe.  
Crea in me, o Dio, un cuore puro,  
rinnova in me uno spirito saldo.  
Non respingermi dalla tua presenza  
e non privarmi del tuo santo spirito.  
Rendimi la gioia di essere salvato,  
sostieni in me un animo generoso.

---

# SABATO

Signore Gesù, grazie per questa settimana che ho trascorso  
cercando di capire che è anche negli altri che ti incontro.  
Accompagnami in questo cammino di preghiera, di digiuno e di conversione.