

1.3. Popeleční středa <i>Přečti si Mt 6,1-6,16-18 ještě jednou sám/a v tichosti</i>	2.3. <i>Neposlouchej pomluvy a nemluv špatně o druhých</i>	3.3. <i>Udělej dnes minimálně jeden dobrý skutek</i>	4.3. <i>Poděkuj Bohu za vše,co máš a co Ti svěřil</i>	5.3. 1. neděle postní <i>Pomodli se za chudé a trpící</i>
6.3. <i>Řekni něco pěkného druhému člověku</i>	7.3. <i>Poděkuj dnes Bohu za vše, čím Tě obdaroval</i>	8.3. <i>Napiš SMS nebo vzkaz pro potěšení</i>	9.3. <i>Přemýšlej, co můžeš napravit ve svém životě</i>	10.3. <i>Odřekni si dnes sladkosti</i>
11.3. <i>Věnuj se dnes svým blízkým</i>	12.3. 2.neděle postní <i>Pomodli se za svou rodinu</i>	13.3. <i>S nikým se dnes nehádej a zkus druhého pochopit</i>	14.3. <i>Nezapínej zbytečně počítač nebo TV</i>	15.3. <i>Pomodli se za úmysly papeže Františka</i>
16.3. <i>Zajdi dnes na hřbitov nebo do kostela/kaple</i>	17.3. <i>Buď vděčný za své přátele a mysli na ně v modlitbě</i>	18.3. <i>Dobře dnes zpytuj svědomí</i>	19.3. 3.neděle postní <i>Pomodli se za kněze a řeholní povolání</i>	20.3. <i>Přečti si dnes nějaký úryvek z Bible</i>
21.3. <i>Projdi se dnes do přírody</i>	22.3. <i>Nezapomeň na slůvka děkuji a prosím</i>	23.3. <i>Věnuj svůj čas něčemu/někomu potřebnému</i>	24.3. <i>Pomodli se desátek bolestného růžence</i>	25.3. <i>Buď dnes na všechny milý/á</i>
26.3. 4.neděle postní <i>Pomodli se za duše zemřelých</i>	27.3. <i>Přines tajně nějakou obět' Pánu Ježíši</i>	28.3. <i>Udělej dnes něco, co dlouhou dobu odkládáš</i>	29.3. <i>Dnes hledej na druhých jenom to dobré</i>	30.3 <i>Věnuj svou modlitbu za dobré vztahy ve farnosti</i>
31.3. <i>Pomodli se křížovou cestu nebo bolestný růženec</i>	1.4 <i>Udělej dnes někomu radost</i>	2.4. 5.neděle postní <i>Pomodli se za opuštěné a osamělé lidi</i>	3.4. <i>Udělej si pořádek ve svých věcech</i>	4.4. <i>Vytvoř pro sebe a svou rodinu příjemné odpoledne</i>
5.4. <i>Udělej někomu radost malým dávkem</i>	6.4. <i>Přečti si něco o nějakém světci</i>	7.4. <i>Připrav se dobře na prožití Svatého týdne (např.zpověď)</i>	8.4. <i>Svěř veškeré své radosti i starosti Panně Marii</i>	9.4. Květná neděle <i>Přečti si Mk 11, 1 - 11</i>
10.4. <i>Nabídni někomu svou pomoc</i>	11.4. <i>Odpusť si dnes zapnout TV nebo PC</i>	12.4. Škaredá středa <i>Zkus být usměvavý a radostný celý den</i>	13.4. Zelený čtvrtek <i>Vzpomeň dnes v modlitbě na toho, komu si ublížil</i>	14.4. Velký pátek <i>Pomodli se křížovou cestu</i>
15.4. <i>Zkus se celý den ztišit v srdci i navenek</i>	16.4. Velikonoční neděle <i>Oslavuj! Ježíš vstal z mrtvých</i>			

