

Bambini e giovani

LA SFIDA

Svolgi alcune attività di questa tabella per il programma Bambini e giovani!
Poi spuntarne cinque di fila? (Vedere la *Guida per i bambini* per ulteriori idee).

 <p>Vai a fare una passeggiata e osserva la natura che ti circonda.</p>	<p>Pulisci la tua cameretta o un'altra stanza della casa.</p>	<p>Scrivi una lista di 20 cose per cui sei grato.</p>	<p>Fissa un obiettivo per ambito SOCIALE.</p>	<p>Prega per un amico o una persona amata che è in difficoltà.</p>
 <p>Fai un semplice atto di servizio per un familiare.</p>	 <p>Scrivi il diario.</p>	<p>Fissa un obiettivo per ambito FISICO.</p>	<p>Scegli un'attività che la tua famiglia possa svolgere per <i>Vieni e seguitemi</i> questa settimana.</p>	 <p>Invia un bigliettino di ringraziamento a qualcuno che ti ha aiutato.</p>
 <p>Fai un gioco con la tua famiglia.</p>	<p>Chiedi a qualcuno di insegnarti una nuova abilità.</p>	<p>SPAZIO VUOTO</p>	 <p>Fai una passeggiata e raccogli 20 rifiuti (dopo non dimenticarti di lavare le mani).</p>	<p>Sfoglia vecchie foto con un familiare e condividi i ricordi.</p>
 <p>Prova un nuovo frutto o una nuova verdura.</p>	<p>Di' a un amico qualcosa che ammiri di lui.</p>	 <p>Chiama un nonno o un altro parente. Fai delle domande per conoscerli meglio.</p>	<p>Leggi un libro per 20 minuti.</p>	 <p>Fissa un obiettivo in ambito SPIRITUALE.</p>
 <p>Fissa un obiettivo in ambito INTELLETTUALE.</p>	<p>Fai un'attività divertente con i tuoi fratelli.</p>	<p>Leggi le tue Scritture per 10 minuti.</p>	 <p>Impara a preparare il tuo piatto preferito.</p>	<p>Fai esercizio fisico per 20 minuti.</p>
				