

## 跟隨耶穌 善待別人的行動

| Mon                                    | Tue                        | Wed                     | Thur                  | Fri                        |
|----------------------------------------|----------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------|
|                                        |                            |                         | 2/3<br>施予 - 給予有需要的人。  | 3/3<br>原諒別人，並且不再提起別人過失。    |
| 6/3<br>為到您不喜歡的人禱告。                     | 7/3<br>打電話給您的家人，說一些欣賞他們的話。 | 8/3<br>送一份小禮物給某個人。      | 9/3<br>寄一張咭給一個需要鼓勵的人。 | 10/3<br>煮一頓飯給某人享用。         |
| 13/3<br>為某人做蛋糕/餅乾                      | 14/3<br>在巴士上或地鐵讓座給人。       | 15/3<br>讓某人先走或先做某事。     | 16/3<br>與不同年齡組別的人談話。  | 17/3<br>在工作地方或就讀的學校讚賞某人。   |
| 20/3<br>對服務者友善 (如在 McDonald, Costa 等等) | 21/3<br>為一件慈惠的事開始儲蓄。       | 22/3<br>在路上有禮貌。         | 23/3<br>給一位露宿者一些食物。   | 24/3<br>捐贈一些仍然好的二手衣服       |
| 27/3<br>當別人在說話時不打岔他/她。                 | 28/3<br>幫助一位媽媽推或拿她的嬰兒車。    | 29/3<br>留心聆聽。           | 30/3<br>有耐性。          | 31/3<br>想出三件您要感恩的事。        |
| 3/4<br>提醒您自己三件您做得好的事。                  | 4/4<br>施予 - 給予有需要的人。       | 5/4<br>原諒別人，並且不再提起別人過失。 | 6/4<br>為一個您不喜歡的人禱告。   | 7/4<br>打電話給您的家人，說一些欣賞他們的話。 |
| 10/4<br>送一份小禮物給某人。                     | 11/4<br>寄一張咭給一個需要鼓勵的人。     | 12/4<br>在巴士上或地鐵讓座給人。    | 13/4<br>給一位露宿者一些食物。   |                            |