

1 PACÊNCIA CONTRA IMPACIÊNCIA		CARTILHA DE PARTIDA
2 PACÊNCIA CONTRA SORRIMENTO		CARTILHA DE PARTIDA
3 PACÊNCIA CONTRA ORGULHO		CARTILHA DE PARTIDA
4 PACÊNCIA CONTRA IRA		CARTILHA DE PARTIDA
5 PACÊNCIA CONTRA PRESUNÇÃO		CARTILHA DE PARTIDA
6 BONDADE CONTRA COMPARAÇÕES		CARTILHA DE PARTIDA
7 BONDADE CONTRA FALSIDADE		CARTILHA DE PARTIDA
8 BONDADE CONTRA INDIFERENÇA		CARTILHA DE PARTIDA
9 BONDADE CONTRA MALDADIA		CARTILHA DE PARTIDA
10 BENEVOLÊNCIA CONTRA APATIA		CARTILHA DE PARTIDA

11 BENEVOLÊNCIA CONTRA O MAL		CARTILHA DE PARTIDA
12 BENEVOLÊNCIA CONTRA AMBIÇÃO EGOÍSTA		CARTILHA DE PARTIDA
13 BENEVOLÊNCIA CONTRA IMPUREZA		CARTILHA DE PARTIDA

NO RINGUE 5	NO RINGUE 4	NO RINGUE 3	NO RINGUE 2	NO RINGUE 1
Esta semana ninguém deve nada para você. Toda vez que for pedir algo para alguém, pare. Cada vez que você não pedir comida, favores, tempo ou ajuda com sucesso, você será vitorioso contra este pecado.	Compre alguns itens pequenos para dar de presente. Quando estiver zangado, dê um item à pessoa com a qual está zangado. Tente acabar com sua raiva dando pequenos presentes às pessoas, e veja sua paciência crescer.	Esta semana ninguém deve nada para você. Toda vez que for pedir algo para alguém, pare. Cada vez que você não pedir comida, favores, tempo ou ajuda com sucesso, você será vitorioso contra este pecado.	Escreva um obrigado a Deus por algo que você tenha sofrido. Tente dizer o mesmo que Ió, "O Senhor deu e o Senhor tirou. Bendito seja o nome do Senhor." Compartilhe seu testemunho com os colegas de classe se puder.	Escreva na terra algo que Deus fez para você no passado, e marque o lugar com uma pedra. Faça isso em sua igreja, cada aluno marcando seu próprio lugar especial, e faça outro em casa durante a semana. Após marcar seu local com uma pedra, compartilhe com alguém o que Deus fez.
NO RINGUE 10	NO RINGUE 9	NO RINGUE 8	NO RINGUE 7	NO RINGUE 6
Ore e peça a Deus que aumente a compaixão em seu coração esta semana. Procure algo que você possa fazer pelos outros para aumentar a sua compaixão por eles. Visite um ministério e aprenda sobre o que eles estão fazendo, ajude um abrigo que alimenta os outros, ou assista vídeos sobre as necessidades no mundo. Participe onde puder.	Esta semana, proteja alguém de outra pessoa que esteja sendo maldosa com ele sem razão. Quando protegemos alguém, também combatemos esse pecado em nossos próprios corações. Arrisque sua própria reputação para proteger outra pessoa.	Encontre alguém para ajudar, especialmente se ele não for "problema seu." Dê algo útil a um sem-teto na rua, ou talvez a uma criança em sua escola que precise de um novo lápis ou borracha. Certifique-se de que eles não sejam relacionados a você, e de que você não tenha a responsabilidade ou necessidade de ajudá-los.	Esta semana, vá até alguém para quem tenha mentido, e diga a verdade. Peça desculpas pela mentira, e peça que eles o perdoem. Cada vez que você voltar atrás e contar a verdade, será mais uma grande vitória contra esse pecado.	Dê a si mesmo 20 bolinhas no início da semana. Cada vez que se comparar aos outros, tire uma das bolinhas. Isso inclui Facebook ou outros aplicativos online onde frequentemente nos comparamos aos outros. Se precisar, não entre no Facebook por toda a semana.

NO RINGUE 11	NO RINGUE 12	NO RINGUE 13
Procure a sua volta pela presença do mal, onde alguém está machucando outra pessoa sem razão aparente. Encontre uma forma de intervir esta semana para proteger a pessoa inocente. Talvez ajudá-la a voltar para casa da escola por outro caminho, dar a ela um almoço, ou fazer com que um grupo de 4 se junte a você para andar com ela.	Não faça coisa alguma esta semana para aumentar sua fama ou popularidade. Cada vez que uma oportunidade surgir, recuse. Conforme você faz isso, estará acabando com esse pecado sorrateiro.	Cuide de seu coração esta semana. Se algo foi feito contra você, lembre-se de que eles é que pecaram, não você. Diga em oração todo dia, "Sou puro perante o Senhor, Deus." Se você fez algo contra outra pessoa, peça perdão à pessoa e a Deus. Então também poderá orar, "Sou puro perante o Senhor, Deus."