

● 沒怎麼努力   ● 有一些努力   ● 非常努力

行動夥伴簽名

**A** 我將自己訂的為人服務計畫付諸行動。



**B** 我每天寫下一件感謝的事。



**C** 我努力履行個人的承諾。



**D** 我有聯絡並支持我的行動夥伴。



**E** 我與家人或朋友分享我所學到的事。

