

Grandir en sagesse — Semaine 4

Grandir en donnant !

family.fit
fast

7 minutes pour développer votre
famille. forme. foi. fun



www.family.fit

C'est si facile !

Rassemblez-vous en famille pendant 7 minutes :

	 Bougez <i>4 minutes</i>	 Reposez-vous et discutez <i>3 minutes</i>
JOUR 1	Morpion	Lisez et discutez de Matthieu 6:1 -4
JOUR 2	Main droite ou main gauche	Lisez et discutez de Matthieu 6:1 -4
JOUR 3	Jumping jacks et course en montée de genoux	Lisez et discutez de Matthieu 6:1 -4

Dans un monde où nos actions sont souvent affichées sur les médias sociaux, l'enseignement du Royaume à l'envers de Jésus sur le fait de donner en secret est un défi.

On le trouve dans la Bible dans Matthieu 6:1 -4 .

C'est facile ! Pas d'équipement spécial. Juste l'envie de s'amuser et un esprit ouvert !



Plus d'informations à la fin du livret. Veuillez lire les conditions générales d'utilisation.

JOUR 1

Bougez



Morpion

Faites un plateau de morpion sur le sol avant de commencer (utilisez du ruban adhésif ou de la corde).

Faites deux équipes. Chaque équipe reçoit un défi tel que 5 burpees ou 10 fentes. Une fois terminé, deux personnes courent et placent leur pièce dans une case du jeu du morpion.

Continuez avec de nouveaux défis jusqu'à ce qu'une équipe ait gagné.



<https://youtu.be/6UJ9L3jFaoY>

Repos et Discussion



Qu'est-ce que les autres voient ?

- *De quelle manière essayons-nous d'impressionner les autres ?*

Lire Matthieu 6:1 -4 .

Jésus nous avertit sur le fait de faire des choses pour être vus par les autres.

- *Que pourriez-vous faire pour « pratiquer votre droiture » aujourd'hui ?*

Discutez avec Dieu : Demandez à Dieu de vous pardonner pour les fois où vous avez été plus préoccupés par les apparences extérieures. Priez pour recevoir l'aide de Dieu pour faire ce qui lui plaît.

JOUR 2

Bougez



Main droite ou gauche

Aller chercher des étiquettes ou des petits morceaux de papier et un stylo. Écrivez ou dessinez à tour de rôle deux exercices différents ou des mouvements corporels amusants sur des morceaux de papier séparés. Placez-en un dans chaque main et demandez à quelqu'un de choisir « main droite ou gauche ». Toute la famille fait le mouvement choisi pendant une minute. Assurez-vous que chaque personne a au moins un tour.



<https://youtu.be/VKzBKgt3zqw>

Repos et Discussion



Qu'est-ce que tu vois ?

- *Parlez d'une fois où vous avez donné quelque chose à quelqu'un dans le besoin.*

Lire Matthieu 6:1 -4 .

Jésus s'attend à ce que nous soyons généreux dans notre don.

- *Que pouvons-nous donner d'autre, en dehors de l'argent, à ceux qui sont dans le besoin ?*

Discutez avec Dieu : Pensez aux personnes que vous connaissez avec des besoins et écrivez leurs noms sur des morceaux de papier. Répartissez les noms au-dessus de l'argent et priez pour que Dieu vous montre comment vous devez donner aux autres.

JOUR 3

Bougez



Jumping jacks et course en montée de genoux

Faites 10 jumping jacks et 20 montées de genoux sur place. Reposez-vous une minute entre chaque tour.

Faites trois séries.



https://youtu.be/F_pKsg6_6zY

Repos et Discussion



Qu'est-ce que Dieu voit ?

- *Parlez d'une fois où vous avez fait quelque chose en secret pour une autre personne.*

Lire Matthieu 6:1 -4 .

Dans ces versets, Jésus remet en question notre motivation à donner. Il nous encourage à donner aux autres en secret, réalisant que rien n'est caché à Dieu.

- *Quelle est la récompense dont parle Jésus ici ?*

Discuter avec Dieu : Recueillir un aliment, une tasse d'eau, un vêtement, une pièce de monnaie et quelques médicaments. Comme chaque personne détient un objet, priez pour que les besoins des gens soient satisfaits et que Dieu suscite des donateurs secrets dans le monde entier.

Paroles de la semaine

Vous pouvez trouver ces mots dans une Bible en ligne gratuite ici à [Matthieu 6:1 -4](#) (NIV).

Passage biblique — Matthieu 6:1 -4 (NIV)

Gardez-vous de pratiquer votre justice devant les hommes, pour en être vus ; autrement, vous n'aurez point de récompense auprès de votre Père qui est dans les cieux. Lors donc que tu fais l'aumône, ne sonne pas de la trompette devant toi, comme font les hypocrites dans les synagogues et dans les rues, afin d'être glorifiés par les hommes. Je vous le dis en vérité, ils reçoivent leur récompense. Mais quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ne sache pas ce que fait ta droite, afin que ton aumône se fasse en secret; et ton Père, qui voit dans le secret, te le rendra.

Astuce santé

Planifiez le succès.

Établissez des objectifs ensemble en famille et commencez à planifier la façon de les atteindre.

Plus d'informations

Nous espérons que vous avez apprécié *family.fit fast* . Il a été réalisé par des bénévoles du monde entier. C'est gratuit !

Vous trouverez les sessions complètes de family.fit sur le site <https://family.fit>. Partagez-le avec d'autres.

Retrouvez les vidéos sur la [chaîne YouTube® family.fit](#)

Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux ici :



Si vous traduisez ceci dans une autre langue, veuillez nous l'envoyer par courriel à info@family.fit afin qu'il puisse être partagé avec d'autres personnes.

Merci.

L'équipe family.fit



Vidéo promo

CONDITIONS GENERALES D'UTILISATION

IMPORTANT A LIRE AVANT UTILISATION

En utilisant cette ressource, vous acceptez nos Conditions générales <https://family.fit/terms-and-conditions> telles que détaillées dans leur intégralité sur notre site Web. Ceux-ci régissent l'utilisation de cette ressource par vous et tous ceux qui pratiquent avec vous. Veuillez vous assurer que vous et tous ceux qui participent avec vous acceptez les présentes conditions générales dans leur intégralité. Si vous n'êtes pas d'accord avec ces conditions générales ou toute partie de ces conditions générales, vous ne devez pas utiliser cette ressource.



family.ft

