

Grandir en sagesse — Semaine 9

Apprécier les autres !



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



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	Bougez en rythme	Lisez et discutez de Matthieu 7:1 -5
JOUR 2	Coup de pied dans la boîte	Lisez et discutez de Matthieu 7:1 -5
JOUR 3	Debout, ensemble	Lisez et discutez de Matthieu 7:1 -5

Jésus parle à la foule de l'importance de l'image que nous avons de nous-mêmes et des autres.

On trouve ce passage dans la Bible dans Matthieu 7:1 -5.

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



Bougez en rythme

Mettez votre musique préférée. Répétez ces mouvements jusqu'à la fin de la musique :

- 10 courses sur place
- 5 squats
- 10 courses sur place
- 5 squats en tapant des mains au-dessus de la tête



<https://youtu.be/ATHqkVnm8nE>

Repos et Discussion



Ne jugez pas les autres

- *Racontez une fois ou vous aviez quelque chose dans l'œil. Qu'avez-vous ressenti ? Pouvez-vous le voir vous même ?*

Lisez Matthieu 7:1 -5.

C'est drôle de penser à une poutre qui sort de l'œil de quelqu'un. Ça le rendrait très difficile à voir ! Ce sont des mots difficiles. Partagez ensemble sur le but du message. Partagez toutes vos idées.

Parle avec Dieu : Trouvez une brindille pour tout le monde. Chacun pense à une personne que les autres jugent à tort. Demandez à Dieu de vous aider à mieux les connaître au lieu de les juger. Placez les brindilles dans un bocal sur votre table pour vous rappeler de continuer à prier.

JOUR 2

Bougez



Coup de pied dans la boîte

Faites un cercle sur le sol et mettez une boîte vide au milieu. Une personne garde la boîte tandis que tout le monde essaie de la chasser du cercle. Les joueurs peuvent travailler ensemble pour distraire le gardien. Vous gagnez si vous touchez la canette sans être touché.



<https://youtu.be/zBmKgqmwW88>

Repos et Discussion



Examinez-vous d'abord

- *Parlez d'une époque où vous vous sentiez injustement jugée par les autres.*

Lisez Matthieu 7:1 -5.

La poutre et la tache sont les grandes et petites choses qui nous empêchent de voir clairement et qui causent du mal à nous-mêmes et aux autres.

- *Discutez ensemble de certaines des petites et grandes choses qui causent des dommages dans votre pays, votre communauté et votre famille.*

Parle avec Dieu : Chacun choisit une chose grande ou petite de votre conversation pour prier. Que quelqu'un commence la prière avec « Dieu nous aide avec... » Chaque membre de la famille peut ensuite compléter. Finis avec Amen.

JOUR 3

Bougez



Debout, ensemble

Asseyez-vous dos à dos sur le sol avec un partenaire. Reliez vos bras ensemble. Maintenant, essayez de vous lever tout en gardant le dos en contact et les bras liés. Pousser l'un contre l'autre aidera.



<https://youtu.be/Z4y-mt2nFY8>

Repos et Discussion



Aider les autres

- *Demandez à quelqu'un avec des lunettes de dire comment c'était quand il les a mis pour la première fois et pouvait voir clairement.*

Lisez Matthieu 7:1 -5.

Dieu veut que nous aidions les autres à changer. L'une des meilleures façons de le faire est de vivre par l'exemple. Nous devons être généreux, pas cupides, et faire preuve de compassion, pas de colère.

- *En tant que famille, pensez à la façon dont vous pouvez être un exemple. Choisissez une action pratique à faire cette semaine.*

Parle avec Dieu : Écrivez ou dessinez une courte prière sur votre point d'action. Demandez à Dieu de l'aide pour que cela se produise. Accrochez votre prière sur un mur pour vous rappeler de prier souvent.

Paroles de la semaine

Vous pouvez trouver ce passage dans une Bible en ligne gratuite ici à [Matthieu 7:1 -5 \(NIV\)](#).

Passage biblique — Matthieu 7:1 -5 (NIV)

« Ne jugez pas, ou vous aussi serez jugés. Car de la même manière que vous jugez les autres, vous serez jugés, et avec la mesure que vous utilisez, elle vous sera mesurée. Pourquoi regardez-vous la tache de sciure de bois dans l'œil de votre frère et ne faites pas attention à la planche dans votre propre œil ? Comment peux-tu dire à ton frère : « Laisse-moi enlever la tache de ton œil », alors qu'il y a toujours une planche dans ton œil ? Hypocrite, retirez d'abord la planche de votre propre œil, puis vous verrez clairement enlever la tache de l'œil de votre frère. »

Astuce santé

Dormez suffisamment chaque jour.
Cela contribue à réduire le risque de graves
problèmes de santé tels que le diabète et les
maladies cardiaques.



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



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.

