



Adoration

Nous louons Dieu pour son grand amour.

VERSET À MÉMORISER

« Ne savez-vous pas ceci : votre corps est le temple du Saint-Esprit qui est en vous et que vous avez reçu de Dieu, et vous n'êtes pas à vous-mêmes ? Car vous avez été rachetés à grand prix. Glorifiez donc Dieu dans votre corps »
1 Corinthiens 6.19,20.

RÉFÉRENCES

- Luc 1.13-17
- Matthieu 3.4-9
- *Jésus-Christ*, chap. 10
- Leçon du GUIDE D'ÉTUDE PRÉADOLESCENTS, voir la p. 32

CROYANCES FONDAMENTALES

- 22 – Le comportement du chrétien
- 5 – Le Saint-Esprit
- 17 – Les dons spirituels et les ministères

OBJECTIFS

Les jeunes...

- **Sauront** qu'en menant une vie équilibrée ils font acte d'adoration.
- **Désireront** faire de leur corps un « temple de Dieu ».
- **Répondront** en donnant leur vie tout entière — corps, âme et esprit — à Jésus.

Garder les portes



Nous
répondons
à l'amour
de Dieu
lorsque nous
lui consacrons
entièrement
notre être.

Résumé de la leçon

Notre corps est la plus incroyable machine jamais créée. Nous avons été créés par Dieu. Nous avons la responsabilité de prendre soin de notre être. Dieu lui-même désire vivre en nous par le Saint-Esprit. Nous prenons soin de notre être en vivant sainement. Ceci inclut une nourriture saine, de l'exercice, un repos adéquat, la confiance en Dieu, et l'abstinence de substances nuisibles telles que l'alcool, le tabac et les drogues. Jean-Baptiste est un exemple de ce que représente un style de vie simple.

Notre leçon parle d'adoration

Dieu nous a créés, il est mort pour nous et nous offre d'habiter en nous. En prenant soin de notre être, nous répondons avec adoration à son amour et à son salut.

Enrichissement de l'animateur

« Pour pouvoir réaliser cette mission, il faut avoir une bonne constitution physique et une grande vigueur mentale et spirituelle. Il faut aussi savoir dominer ses envies et passions. [...] Sa vie d'abstinence et son vêtement simple devaient condamner les excès du temps. D'où les directives communiquées aux parents de Jean, une leçon de tempérance donnée par l'ange venu du trône des cieux. [...] Tous ceux qui désirent achever leur sanctification dans la crainte de Dieu doivent apprendre des leçons de tempérance et de maîtrise de soi-même » — Ellen G. WHITE, *Jésus-Christ*, IADPA, 2018, chap. 10, p. 78, 79.

« On accorde généralement trop peu d'attention à la conservation de la santé, et l'on oublie que mieux vaut prévenir que guérir. C'est le devoir de chacun envers soi-même et l'humanité de s'enquérir des lois de la vie et de s'y conformer consciencieusement » — Ellen G. WHITE, *Le ministère de la guérison*, chap. 8, p.103.

« L'air pur, le soleil, l'abstinence, l'eau, le repos, l'exercice, une alimentation judicieuse, la confiance en Dieu, voilà les vrais remèdes » — *Ibid.*, p. 102.

UFB

Bienvenue

Accueillez vos jeunes. Demandez-leur s'ils ont passé une bonne semaine, s'ils sont heureux ou

inquiets. Voyez si quelqu'un a fait son arbre généalogique ou remercié un membre de sa famille ayant eu un

petit geste sympathique à son égard. Invitez-les à participer à l'activité de préparation que vous aurez choisie.



Survol du programme

SECTION DE LA LEÇON	MINUTES	ACTIVITÉS	MATÉRIEL NÉCESSAIRE
Bienvenue	En continu	Accueil des jeunes Commentaire : heureux/inquiet	
1 Activités de préparation	10-15	A. Le nœud humain B. Quelqu'un a dit C. Ça c'est du divertissement !	Bibles Bibles, papier, crayons
* Prière et louange	15-20	Voir page 27. *La section Prière et louange peut être utilisée en tout temps durant le programme.	Boîte à offrandes
2 Leçon de la Bible	15-20	Introduire le récit Vivre le récit Explorer la Bible	Bibles, feuilles de papier, crayons, marqueurs de couleur, crayons de couleur Bibles
3 Application de la Leçon	10-15	Le temple du corps	Grande illustration du corps humain, papier, crayons, marqueurs
4 Partage de la Leçon	10-15	L'entretien du temple	Feuilles d'activité (voir p. 31), tableau blanc ou paperboard, marqueurs
* Clôture		Prière Pour les parents La semaine prochaine	

UFB

ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

Choisissez l'activité la plus appropriée à votre classe.

A

Le nœud humain

Faites placer les jeunes en cercle (pas plus de huit jeunes par cercle). Que chaque jeune mette sa main droite au centre du cercle et saisisse une main, puis fasse la même chose avec la main gauche, en s'assurant qu'il ne prend pas l'autre main de la même personne. Maintenant, dites aux jeunes qu'ils doivent dénouer ce nœud humain en bougeant le moins possible. Calculez le temps utilisé par chaque groupe pour terminer.

Post-évaluation

Demandez : **Comment vous êtes-vous sentis, entortillés de la sorte ? Qu'avez-vous ressenti lorsque vous vous êtes finalement dégagés du nœud ? Quelle stratégie avez-vous utilisée pour vous défaire du nœud ?** Faites lire Hébreux 12.1. **Quelles sont les choses de notre vie qui nous embrouillent ?** (Encouragez les commentaires relatifs au style de vie.) **De quelle manière nous empêchent-elles ? Comment devenez-vous empêtrés par elles ? Rejetant tout ce qui tend à nous embrouiller et à nous éloigner de lui,**

 **Nous répondons à l'amour de Dieu lorsque nous lui consacrons entièrement notre être.**

Pour les élèves aux besoins spécifiques :

S'ils ne peuvent pas participer physiquement avec leurs camarades, incluez-les au moyen de l'observation, la discussion et des réponses.

MATÉRIEL :

☐ Bibles

B

Quelqu'un a dit

Jouez au jeu Jacques a dit avec les jeunes, mais appelez ce jeu Quelqu'un a dit. Après quelques ordres d'introduction, donnez des ordres toujours de la même manière pour que les jeunes relâchent leur attention. Puis, omettez de dire « Quelqu'un a dit ». Quelques jeunes tomberont probablement dans le piège.

Post-évaluation

Demandez : **Que s'est-il passé ? Par quoi avez-vous été trompés ? Avez-vous réagi par « habitude » ? Est-il difficile parfois de faire des changements ? Quelles sont certaines habitudes que les gens désirent souvent changer ?** (Les habitudes qui nous empêchent d'être en excellente santé ou en pleine forme.) **Que devons-nous faire pour apporter des changements dans notre vie ?** (Lorsque nous nous rendons compte d'un besoin de changement, nous en faisons part à Dieu. Il nous change.)

 **Nous répondons à l'amour de Dieu lorsque nous lui consacrons entièrement notre être.**

Pour les élèves aux besoins spécifiques :

Donnez les instruction plus lentement pour que tous les élèves puissent s'impliquer dans l'activité.





Prière et louange



Ça c'est du divertissement !

Distribuez les crayons et le papier. Que vos jeunes tracent deux lignes

verticales, divisant ainsi le papier en

trois colonnes. Dans la première colonne, qu'ils fassent la

liste de tous les programmes qu'ils ont regardés pendant la

semaine à la télévision ou sur vidéo ainsi que les chansons

qu'ils ont écoutées ou chantées ; les jeux sur ordinateur

auxquels ils ont joué ; les sites qu'ils ont éventuellement

visités sur Internet ; ou encore, toute autre catégorie de

distractions à laquelle ils peuvent penser. Puis, qu'ils

écrivent un signe **plus** dans le haut de la deuxième colonne

et un signe **moins** dans le haut de la troisième colonne.

Ensuite, ils noteront dans les colonnes **plus ou moins** les

points positifs ou négatifs de ces divertissements.

MATÉRIEL :

- ☐ papier
- ☐ crayons
- ☐ Bibles

Post-évaluation

Demandez : **Quelle relation y a-t-il entre ce que nous regardons et ce que nous sommes ?** (Ce qui compte c'est

à qui nous sommes. Si nous sommes à Christ,

gaspillerons-nous notre temps à regarder les « choses de

l'ennemi » ?) **Est-il possible d'avoir un esprit malsain dans**

un corps sain ? Comment ? Lorsque nous permettons aux

mauvaises influences d'entrer dans notre esprit,

pouvons-nous encore adorer Dieu comme il le désire ?

(Si vos jeunes vous demandent ce qu'est un bon

divertissement, lisez Philippiens 4.8 avec eux.) **Si oui,**

pourquoi ? Si non, pourquoi ?

🔊 Nous répondons à l'amour de Dieu lorsque nous lui consacrons entièrement notre être.

Pour les élèves aux besoins spécifiques :

Permettez aux élèves aux besoins spécifiques de travailler avec un partenaire.

Échange

Résumez les joies et les peines des jeunes (heureux/inquiet) selon ce qu'ils vous ont dit à la porte (si c'est approprié). S'ils vous en ont donné la permission, partagez avec votre classe une ou deux activités de leur étude de la semaine précédente. Mentionnez les anniversaires, les événements spéciaux ou les réussites de vos jeunes. Souhaitez une chaleureuse bienvenue aux visiteurs.

Chants thème suggérés

Gardons bien toutes les portes ! (Monique Lemay)
(Voir p. 154-156).

Missions

Utilisez le bulletin des missions du trimestre.

Offrandes

Rappelez aux jeunes que

Dieu nous a donné la santé afin

que nous puissions être de merveilleux témoins pour

lui. Il nous bénit aussi financièrement afin que nous

puissions aider les autres à le connaître.

MATÉRIEL :

- ☐ boîte à offrandes

Prière

Demandez à Dieu de nous accorder la victoire sur des habitudes qui souillent son temple afin que nous puissions l'adorer comme il le désire.

*Prière et louange peut être utilisée pendant tout le programme.

UFB

Introduire le récit

Dites : **Jean-Baptiste a vécu d'une façon particulièrement simple, parce qu'il avait été appelé à accomplir une œuvre tout à fait spéciale pour Dieu.**

Nous sommes appelés à adorer Dieu en adoptant un style de vie sain et équilibré. Notre verset à mémoriser dit : « Ne savez-vous pas ceci : votre corps est le temple du Saint-Esprit qui est en vous et que vous avez reçu de Dieu, et vous n'êtes pas à vous-mêmes ? Car vous avez été rachetés à grand prix. Glorifiez donc Dieu dans votre corps » (1 Corinthiens 6.19,20). Aujourd'hui nous étudions le temple impressionnant de notre corps.

Vivre le récit

Demandez: Quel est la fonction du temple ? (Le temple est la maison de Dieu, consacré pour adorer.) **Qu'y fait-on ?** (On loue Dieu) **Comment réagiraient les gens si on taguait des**

grossièretés sur les églises, les synagogues, les mosquées, les pierres tombales des cimetières, ou sur des mausolées en ville ? (Ils seraient offensés.) **les pierres tombales des cimetières, ou sur des mausolées en ville ?** (Ils seraient offensés.) **Les gens respectent les temples et les églises parce que ces bâtiments sont consacrés pour un usage spécial, pour être des lieux de rencontre avec Dieu (Nous y louons Dieu). Pourquoi pensez-vous que Dieu veuille que nous considérons notre corps de la même manière qu'un temple/église ?** (Permettez à plusieurs élèves de répondre) **À qui est-ce que notre corps appartient ? (Dieu) De quelles manières les gens abusent-ils de leur corps « temple » ?** (mauvaises habitudes, addictions, manque d'exercice, nourriture pauvre, des choix pauvres de divertissement, sédentarité, etc.) **Pensez à vos faiblesses/mauvaises habitudes, aux abus pour votre corps qui est le temple de Dieu. Créez une illustration de votre « temple » tel que vous pensez que Dieu aimerait qu'il soit en incluant les choses spécifiques à améliorer pour permettre au Saint-Esprit de vivre en vous.** (Vous pourriez montrer aux élèves un aperçu de votre travail avec des dessins, des photos, ou des mots illustrant de saines habitudes et des choix constructifs qui édifient le « temple ».) Distribuez le matériel et précisez le temps imparti aux élèves pour effectuer l'activité.

MATÉRIEL :

- ☐ Bibles
- ☐ feuilles de papier
- ☐ crayons
- ☐ marqueurs de couleur
- ☐ crayons de couleur

Post-évaluation :

Demandez : **Comment être sûr que nous prenons bien soin de notre corps et le préparons à la présence de Dieu ?** (confiance en Dieu, repos suffisant, mode de vie sain, des choix sages de divertissements, etc.) **Que nous dit le désir de Dieu de demeurer dans notre corps sur lui et sur la relation qu'il veut avec nous ?** (Il veut nous aider à transformer nos vies. Il veut que notre corps et notre esprit soient ouverts et soient un temple accueillant où il est le centre de notre adoration.)

Répétons notre texte ensemble (encouragez les élèves à trouver le passage de leur Bible et de le lire à haute voix ensemble) :

« **Ne savez-vous pas ceci : votre corps est le temple du Saint-Esprit qui est en vous et que vous avez reçu de Dieu, et vous n'êtes pas à vous-mêmes ?** » (1 Corinthiens 6.19,20).

 **Nous répondons à l'amour de Dieu lorsque nous lui consacrons entièrement notre être.**

MATÉRIEL :

☐ Bibles

Explorer la Bible

Dites : **Jetons un coup d'œil sur d'autres textes qui nous précisent comment nous adorons Dieu en gardant notre corps en bonne santé.** Faites lire par des volontaires 1 Corinthiens 3.16 ; 6.19,20 ; 2 Corinthiens 6.16,17 ; Éphésiens 2.21,22 ; 1 Thessaloniens 5.23,24.

Dites : **Qu'avez-vous trouvé ?** (Dieu vit en nous par le Saint-Esprit. Nous ne nous appartenons pas ; nous avons été rachetés à un grand prix. Dieu nous prépare à vivre avec lui.)

Pour les élèves aux besoins spécifiques : Utilisez des Bibles avec onglets pour que les jeunes se familiarisent avec les livres de la Bible.

Le temple du corps

Procurez-vous une grande illustration du corps humain comportant plusieurs portes représentant l'œil, l'oreille, la bouche, le nez, les doigts. Répartissez les jeunes par groupes de trois et attribuez à chaque groupe une porte du temple corps/esprit. Puis, demandez à chaque groupe de faire la liste de toutes les influences qui peuvent entrer par leur porte spécifique, influences qui renforceront ou affaibliront et détruiront le corps et l'esprit. Que chaque groupe présente son rapport à la classe.

MATÉRIEL :

- ☐ illustration du corps humain
- ☐ marqueurs
- ☐ papier
- ☐ crayons

Post-évaluation

Demandez : **Ces portes représentent des voies donnant accès au temple de notre corps. Quels choix pourrions-nous faire qui nous aideraient à garder ces portes afin de n'y laisser entrer que des choses nous permettant de bien adorer Dieu ?**

 **Nous répondons à l'amour de Dieu lorsque nous lui consacrons entièrement notre être.**

Pour les élèves aux besoins spécifiques :

Il se peut que certains élèves aux besoins spécifiques travaillent mieux avec un partenaire.

4

PARTAGE DE LA LEÇON

L'entretien du temple

Dites : **Le temple de notre corps, à l'exemple d'un temple ou d'une église, doit être gardé en excellent état. Nous allons faire une liste de ce que nous pourrions faire pour rester en bonne**

santé. (Les réponses devraient comporter n'importe lequel des éléments suivants : manger des aliments sains et naturels ; boire beaucoup d'eau ; faire de l'exercice au grand air et au soleil ; prendre suffisamment de repos ; s'abstenir de l'alcool, des drogues ou du tabac ; faire confiance à Dieu.) Après avoir reçu les réponses, écrivez l'acrostiche suivant sur le tableau ou utilisez-en un de votre choix incorporant les huit éléments de la santé tels que mentionnés dans *Le ministère de la guérison*, chap. 8, page 102.

S oleil	d e
A ir	
N ourriture	F oi
T empérance	E xercice
E au	R epos

Discutez des différentes façons dont vos jeunes peuvent mettre quotidiennement en application ces conseils. Désignez un jeune pour les écrire au tableau pendant que vous parlez. Par exemple :

Nourriture — Faire deux à trois repas équilibrés par jour.

Exercice — Courir, faire du patin à roulettes, de la bicyclette, marcher, jouer au basket-ball (ou autre sport d'équipe), etc. au moins trente minutes par jour.

Dites :

 **Nous répondons à l'amour de Dieu lorsque nous lui consacrons entièrement notre être.**

Pour les élèves aux besoins spécifiques :

ces élèves auront peut-être besoin de l'aide de leurs parents pour effectuer cette activité.



Clôture

Prière et clôture :

Clôturez avec une prière de consécration du corps comme le temple de Dieu.

Pour les parents :

Dans le Guide d'étude de l'élève, utilisez la section « pour les parents » (p. 106-125) comme support du culte de famille.

La semaine prochaine

Dites : **Jean doute que Jésus est le Messie.**

Jésus ne nous abandonnera jamais parce que nous avons des doutes.

UFB

	Sabbat	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Nourriture							
Exercice							
Eau							
Soleil							
Tempérance							
Air							
Repos							
Confiance en Dieu							

Leçon de l'élève

Garder les portes

Imagine comment Jean-Baptiste t'aurait expliqué la raison de son mode de vie si simple.

Jean-Baptiste se tenait à côté du Jourdain. C'était le soir, et les gens qui s'étaient pressés autour de lui toute la journée finissaient par rentrer chez eux. Il pouvait les entendre discuter entre eux des événements de la journée.

Jean parlait à Dieu. Lorsqu'il était seul au milieu de la nature, il sentait toujours la présence de Dieu. Il s'aperçut bientôt que le Seigneur et lui n'étaient pas seuls. Le jeune garçon qui lui avait posé tant de questions sérieuses quelques jours auparavant était resté derrière, et attendait patiemment de capter son attention.

Jean le regarda et sourit, l'invitant à s'approcher. La veille, le jeune garçon et ses parents faisaient partie de ceux qui demandaient à être baptisés. Jean était heureux d'avoir la chance de discuter davantage de la façon d'adorer Dieu avec l'adolescent.

« Je voudrais savoir pourquoi tu vis si simplement », commença le garçon.

« Il n'existe pas de réponse facile », répliqua Jean pensivement. « J'ai été consacré au Seigneur dans un but spécial, avant ma naissance. Ce n'est pas que j'essaie d'être différent des autres. J'obéis à l'appel et au dessein de Dieu pour ma vie. Toute personne doit demander à Dieu de conduire sa vie. Mais il existe un principe dont il faut faire usage quand il s'agit de prendre des décisions au sujet du style de vie que nous voulons adopter, et de la façon dont nous adorerons Dieu. »

« Dis-moi quel est ce principe », demande le jeune garçon.

« Voici le principe. Alors que maintenant tu t'es entièrement donné à Dieu, ton être entier – ton corps, ton cœur, ton esprit – lui appartient. Imagine que tu es un endroit spécial pour l'Esprit de Dieu, que tu es un tabernacle ou un temple. Que penses-tu que ce principe te révèle sur la façon de prendre soin de toi ? »

« Eh bien, j' imagine que je dois m'assurer que le temple soit toujours propre et prêt pour Dieu. J'ai vu les prêtres nettoyer le temple. Je crois qu'il serait important de garder le temple propre. »

« Oui », fit Jean en hochant la tête. « La propreté, c'est important. Cela pourrait inclure la façon dont tu prends soin de ton corps, en dedans et en dehors, n'est-ce pas ? La nourriture que tu manges, les pensées que tu gardes dans ta tête. »

« Je vois », répondit le jeune garçon, qui prenait plaisir à chercher des moyens d'appliquer ce principe. « J'ai observé les prêtres chasser des chiens errants des portes du temple. Je pense qu'il serait important de garder les portes du temple. Comment appliquer cela au temple de mon corps ? » Il regarda Jean, attendant la réponse.

« Voyons un peu. Quelles sont les portes du temple de ton corps ? »

« Je crois que mes yeux sont une porte. Et ma bouche. »

Jean sourit. « Et qu'en est-il de tes oreilles, de ton nez, de tes doigts ? »

« Je pige », répondit-il en riant.

« Il faut que je garde le temple de mon corps propre et en bon ordre. Cela signifie probablement qu'il faut que je dorme suffisamment, comme me le répète toujours ma mère. Et il faut que je mange les fruits et les

légumes qui me permettront de rester fort et actif. Et il faut fermer la "porte de ma bouche" au vin et aux autres substances qui pourraient endommager mon cerveau. »

« Oui », répondit Jean. « Garde bien toutes les portes de ton temple afin que rien ne vienne y mettre la pagaille ou le salir, de sorte qu'il soit toujours prêt pour accueillir Dieu. Tu l'adores ainsi en lui offrant comme demeure ton corps et ton esprit. »

Tous deux se turent, s'accordant un moment de réflexion. L'adolescent brisa enfin le silence. « Tu sais, garder mon corps et mon esprit comme temple de Dieu fait de moi la meilleure personne que je puisse être. »

« Exactement », fit Jean. « Si tu te consacres entièrement à Dieu, et que tu lui demandes ensuite d'habiter toujours en toi, tu sauras faire des choix conformes à sa volonté. Lorsqu'il te faut faire un choix, tu n'as qu'à penser au temple de ton corps et à ses portes. Dieu t'accordera la sagesse pour savoir comment prendre soin de ce temple et ce qu'il faut y laisser entrer. »

Le jeune garçon, qui semblait très grave à son arrivée, repartait maintenant soulagé et enthousiaste.

Le prophète Ésaïe avait prédit que Jean préparerait « le chemin du Seigneur » et aplanirait ses sentiers ». En regardant l'adolescent grimper les rives du Jourdain pour retourner vers sa demeure, Jean remercia Dieu pour le droit chemin que l'Esprit avait tracé dans un autre temple du cœur.

RÉFÉRENCES

- Luc 1.13-17
- Matthieu 3.4-9 ;
Jésus-Christ, chap. 10
- Croyances fondamentales 22, 5, 17

VERSET À MÉMORISER

« Ne savez-vous pas ceci : votre corps est le temple du Saint-Esprit qui est en vous et que vous avez reçu de Dieu, et vous n'êtes pas à vous-mêmes ? Car vous avez été rachetés à grand prix. Glorifiez donc Dieu dans votre corps »
1 Corinthiens 6.19,20.

PENSÉE CENTRALE

Nous répondons à l'amour de Dieu lorsque nous lui consacrons entièrement notre être.



Sabbat

FAIS l'activité de cette semaine à la page 19.

Dimanche

LIS « Garder les portes ».

ÉCRIS chaque jour sur ta feuille SANTÉ DE FER (donnée à l'École du sabbat), ton évaluation personnelle concernant ta façon d'adorer Dieu dans chaque aspect de ta vie (nutrition, air, exercice, etc.)

DEMANDE à Dieu de te révéler la façon dont il aimerait que tu l'adores dans chacun des aspects de ta vie.

Lundi

LIS Luc 1.13-17. Répète le verset à mémoriser, 1 Corinthiens 6.19,20.

DESSINE un croquis du corps, te souvenant que nos cinq sens sont les cinq principales portes du temple de notre corps et de notre esprit. Représente cela sur ton dessin.

RÉFLÉCHIS Quelles sont les choses que tu devrais laisser entrer par ces portes ou celles que tu devrais empêcher d'entrer ?

DEMANDE à Dieu de t'aider à faire attention à ce qui entre dans ton temple.

Mardi

LIS 2 Corinthiens 6.16 et 7.1. Ces versets ressemblent beaucoup au verset à mémoriser.

COMPARE En quoi se ressemblent-ils et en quoi différent-ils ?

NOTE dans ton journal biblique comment ces versets se rapportent à ta vie ainsi qu'à ton adoration envers Dieu.

REMPLE ta grille SANTÉ DE FER. Comment te débrouilles-tu ?

DEMANDE à Dieu de t'aider à protéger une porte bien spécifique du temple de ton corps.

Mercredi

LIS Proverbes 4.20-27. Réfléchis à tes choix de divertissements tels que la musique, les films, la télévision, les revues, l'Internet, et les lectures.

FAIS une liste des choses positives et des choses négatives que tu introduis dans ton esprit.

DEMANDE à Dieu de te guider dans tes choix de divertissements et de te donner la volonté de faire les meilleurs choix.

Jeudi

FAIS un plan pour améliorer la façon dont tu traites le temple de ton corps, selon ce que tu as appris cette semaine.

DEMANDE à Dieu de t'envoyer son Esprit pour t'aider à faire les changements indispensables pour l'adorer et prendre soin du temple de ton corps.

ÉCRIS dans ton journal biblique une prière demandant à Dieu l'aide nécessaire pour accomplir les changements requis.

Vendredi

FABRIQUE un « manuel d'entretien » du corps avec ta famille. Faites la liste des façons positives de prendre soin du merveilleux corps que Dieu nous a donné.

CONSACRE ton temple esprit/corps à Dieu et demande-lui d'y vivre.

JETTE un coup d'œil sur ta feuille SANTÉ DE FER, avant de dormir. As-tu changé certaines habitudes ? Qu'as-tu appris sur toi-même cette semaine ? Sois prêt à le partager avec ta classe demain.

UFB