



FOI EN FAMILLE

avec mon petit



@emilieinchrist



SOMMAIRE

Avant propos

Les défis

Journal de bord

Versets en famille

3 Mini prières

Ressources et recettes

Petites activités

Dernier petit mot



AVANT PROPOS



**Emilie, Reunionnaise à Nîmes.
Maman d'un petit garçon Simon. Aime
Jésus et aspire à être comme lui.
Mon souhait : partager la Bonne
Nouvelle et beaucoup d'amour**

**Ce challenge a pour objectif
d'impliquer toute la famille dans des
actions concrètes et joyeuses pour
vivre et partager l'évangile.
Il est conçu pour des petits choux de
1 à 5 ans environs.**

**Nous sommes toutes et tous différents
mais avec la même volonté : faire vivre
Jésus dans notre foyer.**

**C'est pourquoi nous vivons ces défis
différemment selon nos emplois du temps
et nos petits bout'choux. Et c'est ok 😊
Vous pouvez très bien les adapter aussi
selon l'âge de votre enfant.**

**Ce challenge a été fait avec le cœur et la
volonté de partager ce que Dieu m'a mis
dans le cœur de faire.**

**J'espère sincèrement que vous prendrez
plaisir à le faire avec votre famille.
Je vous souhaite un bon challenge et
soyez bénis.**

Emilie 🌸





LES DÉFIS

SEMAINE 1 : COMMENCER EN DOUCEUR

1 - LA PRIÈRE EN CHANSON

Inventer une petite louange à chanter ensemble chaque jour (ex: avant le repas ou au coucher etc...

2- VERSET ILLUSTRÉ

Choisir un court verset (ex : Dieu est amour) et dessiner ensemble autour ou avec des gommettes, fleurs etc...

SEMAINE 2 : LA FOI AU QUOTIDIEN

3 - DIRE MERCI À DIEU

Aider mon enfant à dire "merci Jésus" pour une chose simple. (ex : le soleil, le goûter, etc ...)

4 - PETIT GESTE D'AMOUR

Faire un dessin, un câlin ou une carte à une personne de son choix. (ex : famille, voisin, nounou etc...)

SEMAINE 3 : LOUANGE ET JEUX

5 - DANSE POUR DIEU

Mettre une chanson chrétienne joyeuse et danser en famille. (vous retrouverez une liste de chansons aimées par mon fils sur Youtube)

6 - MINI-CRÉATION

Faire un petit bricolage facile autour d'un thème simple comme le soleil, les animaux, les fleurs (création de Dieu)

SEMAINE 4 : JÉSUS AU QUOTIDIEN

7 - LIVRE BIBLIQUE POUR TOUT PETIT

Lire une page ou une histoire simple d'un livre illustré biblique, et parler d'un mot clé (ex : amour, Jésus, lumière etc...)

8 - FRUITS DE L'ESPRIT DU JOUR

Choisir un mot simple (gentillesse, joie) et chercher une façon de le vivre. (ex : offrir un gâteau, partager son jouet)

BONUS : CÉLÉBRER DIEU ENSEMBLE

Faire un goûter spécial avec bougie, chanson douce, prière et petit temps câlin



MON JOURNAL DE BORD



FOI EN FAMILLE

avec mon petit



@emilieinchrist





SEMAINE 1 : COMMENCER EN DOUCEUR

DÉFI : MA PRIÈRE EN CHANSON

DATE

Notre chanson (paroles simples ou refrains)

Comment mon enfant a réagi ?

Ce que j'ai ressenti :

FOI EN FAMILLE

avec mon petit

@emilieinchrist



SEMAINE 1 : COMMENCER EN DOUCEUR

DÉFI : VERSET ILLUSTRÉ

DATE

Verset choisi :

Petit dessin, collage, ou photo ici :

Un mot qui résume ce moment

FOI EN FAMILLE

avec mon petit

@emiliehchrist



SEMAINE 2 : LA FOI AU QUOTIDIEN

DÉFI : DIRE MERCI À DIEU

DATE

Mon enfant a dit merci pour :

Ce qui m'a touchée dans ce moment :

SEMAINE 2 : LA FOI AU QUOTIDIEN

DÉFI : PETIT GESTE D'AMOUR

DATE

Notre action :

La personne concernée

Réaction ou émotion marquante



SEMAINE 3 : LOUANGE ET JEUX

DÉFI : DANSER POUR DIEU

DATE

Musique choisie :

Moment préféré pendant la danse



SEMAINE 3 : LOUANGE ET JEUX

DÉFI : VERSET ILLUSTRÉ

DATE

Matériel utilisé :

Ce que nous avons créé :

Petit dessin, collage, ou photo ici :



SEMAINE 4 : JÉSUS AU QUOTIDIEN

DÉFI : LIVRE BIBLIQUE POUR TOUT PETIT

DATE

Histoire ou page lue :

Ce que mon enfant a aimé :

SEMAINE 4 : JÉSUS AU QUOTIDIEN

DÉFI : FRUIT DE L'ESPRIT DU JOUR

DATE

Mot choisi :

Comment on l'a mis en pratique :



BONUS : CÉLÉBRER DIEU

DÉFI : ORGANISER UN GOÛTER SPÉCIAL

DATE

Ce que j'ai préparé :

Ce moment était :



MINI BILAN

DATE

Ce que j'ai appris sur ma foi

Ce que j'ai découvert sur mon rôle de maman chrétienne :

Un souvenir que je veux garder précieusement :



PETITS VERSETS

**NE CRAINS PAS, CAR
JE SUIS AVEC TOI.**

Esaie 43:5

**AU COMMENCEMENT,
DIEU CRÉA LE CIEL
ET LA TERRE.**

Genèse 1:1

**JE TE LOUE, CAR JE
SUIS UNE CRÉATURE SI
MERVEILLEUSE.**

Psaume 139 : 14

**IL EST BON ! ETERNEL
EST SON AMOUR !**

Psaume 117:1

**LAISSEZ VENIR À MOI
LES PETITS ENFANTS.**

Matthieu 19:14



MINI PRIÈRES EN FAMILLE

MERCI SEIGNEUR POUR CE
REPAS ET POUR LA
PERSONNE QUI L'A PRÉPARÉ.
AMEN

QUE LE SEIGNEUR TE
BÉNISSE, TE GARDE ET TE
PROTÈGE. AMEN !

MERCI SEIGNEUR POUR
LA VIE QUE TU DONNES
À *PRÉNOM*
AUJOURD'HUI. AMEN



IDÉES RECETTES

POUR PETITS ET GRANDS



FOIRE AUX MUFFINS

Ingrédients :

1 yaourt - 3 oeufs - 3 pots de farine - 1 pot de sucre (facultatif) - 1 sachet de sucre vanillé - 1 sachet de levure - 1 pot d'huile - 1 pot de lait - des pépites de chocolat ou 2 bananes

Instructions :

Mélanger tous les ingrédients secs ensuite ajouter le reste, mélanger et enfourner* pendant 10-15min. Laisser refroidir et déguster.

J'ai un four à gaz que je mets au thermostat 4, et je vérifie les muffins à partir de 10 min. Je pique à l'aide d'un couteau pour vérifier et j'attends qu'ils dorent aussi avant de les sortir.

BOUCHÉE FRUITÉE

Ingrédients :

1 banane - 50g d'avoine - 50g de noix de coco râpée.

Instructions :

Ecraser la banane puis ajouter le reste des ingrédients, mélanger et enfourner* pendant 10-15min. Laisser refroidir et déguster.

J'ai un four à gaz que je mets au thermostat 4, et je vérifie les bouchées à partir de 10 min. Il faut attendre que les bords soient un peu dorés avant de les sortir. Bien laisser refroidir. Idéal même pour les tout-petits choux





IDÉES RECETTES

POUR PETITS ET GRANDS

INCONTOURNABLES CRÊPES



Ingrédients :

2 oeufs - 180g de farine - 350ml de lait - 1 CAS d'huile

Instructions :

Mettre les oeufs et la farine dans un bol puis ajouter le lait une première fois, mélanger, une deuxième et remélanger afin d'éviter les grumeaux. Ajouter enfin la CAS d'huile puis cuire

Portion à ajuster selon le nombre que vous êtes (ici 3 mais on mange beaucoup de crêpes ^^'). Je ne mets pas d'huile dans la poêle car pas besoin mais si votre poêle n'est pas anti-adhésive, je vous conseille de mettre un tout petit peu d'huile et de l'étaler pour les premières crêpes.

SMOOTHIE COLORÉ

Ingrédients :

3 carottes - 1 betterave - 1 demi citron - 1 pomme - de l'eau

Instructions :

Mettre tous les ingrédients dans un blender et ajouter l'eau en fonction de la texture souhaitée et surtout de votre appareil.

Cette portion était pour mon fils et moi, et nous l'avons bu entièrement (du moins mon petit car il l'a beaucoup aimé). Bien sur c'est une idée, donc si vos enfants ne l'aiment pas c'est parce que ce n'est pas à leur goût. Vous pourrez tester avec leurs fruits préférés.





RESSOURCES

DES LIVRES

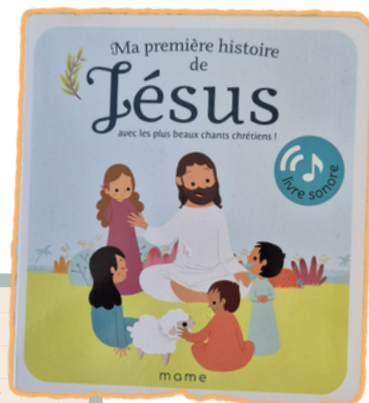


Livres d'apprentissage et d'éveil à la foi

2 livres que j'aime beaucoup et Simon aussi !
Un bon équilibre entre apprentissage, découverte et partage.

* [Me procurer le livre : alphabet](#)

* [Me procurer le livre : couleurs](#)



Un petit livre musical

Ça raconte très brièvement l'histoire de Jésus, il y a 5 pages. Mais c'est super mignon et sympa pour les petits qui n'ont pas besoin de plus. Simon l'aime beaucoup aussi ainsi que les chansons !

* [Me procurer le livre](#)



Une Bible pour enfants

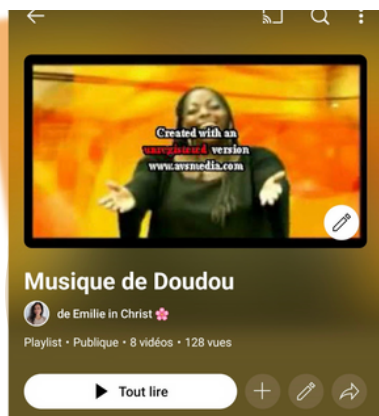
Au niveau de la tranche d'âge, elle ne correspond pas vraiment mais j'ai opté pour celle ci car les récits se rapprochent + de la Bible et il pourra la garder + longtemps aussi !

* [Me procurer le livre](#)



RESSOURCES

MUSIQUES ET PETITS FILMS



Les musiques préférées de mon fils

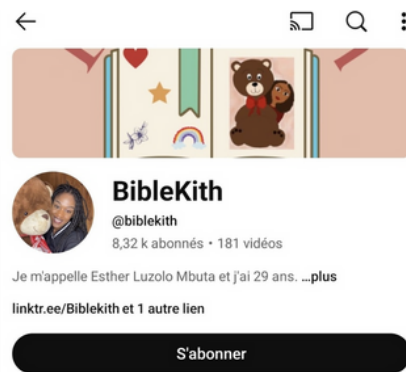
Je vous ai regroupé dans une playlist les musiques préférées de Simon depuis qu'il a 1 an. Plusieurs rythmes, français et anglais, idéal pour diversifier et pour le goûter spécial !

[Cliquez pour la découvrir ici.](#)

Histoires pour enfants

Les histoires d'un petit garçon Levi en rapport avec la Bible. J'aime beaucoup la narration et les histoires sont mignonnes, modernes et adaptées aux petits.

[Cliquez ici pour découvrir la chaîne.](#)



La Bible pour les petits

Ce sont les véritables histoires de la Bible en version courte et dessins animés. Le style des images est adapté aux petits. Je trouve ça sympa pour qu'ils aient une approche complémentaire à la Bible écrite.

[Cliquez ici pour découvrir la chaîne.](#)



RESSOURCES

SUGGESTION COMPTES INSTAGRAM*



yeleko_kids



yeleko kids

29

publications

721

followers

130

suivi(e)s

[Je découvre](#)

Édition

Produits jeunesse - Chrétien

Grandir en foi et en joie !

📍 1 - 10 ans

🌐 www.yeleko-kids.com

[Je découvre](#)



minilekmag



MINILEK - Famille, Enfance et Foi

513

publications

1 133

followers

519

suivi(e)s

Blog personnel

Rassembler, s'amuser et s'édifier en famille

🧩 Jeux & outils ludiques d'éveil à la foi

💙 Soutenir les parents... plus

🌐 linktr.ee/minilek



le_coin_des_parent...



Oly P. // LE COIN DES PARENTS

CHRÉTIENS

226

publications

5 256

followers

1 590

suivi(e)s

[Je découvre](#)

Auteur de livres chrétiens pour enfants

Responsable du site "Le coin des parents chrétiens"

Et si on mettait l'IA au service de... plus

🌐 www.amazon.fr/stores/Oly-P./author/B0DCS8QJ95...



PETITE ACTIVITÉ LE FRUIT DE L'ESPRIT

COLORIE ET PLACE UN FRUIT DE L'ESPRIT EN DESSOUS DU FRUIT DE TON CHOIX.

JOIE

AMOUR

**MAÎTRISE
DE SOI**

PAIX

PATIENCE

BIENVEILLANCE

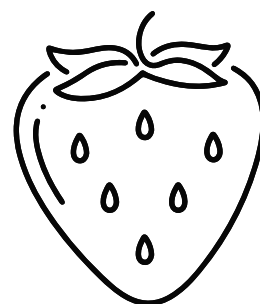
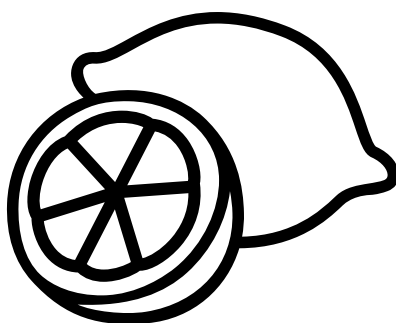
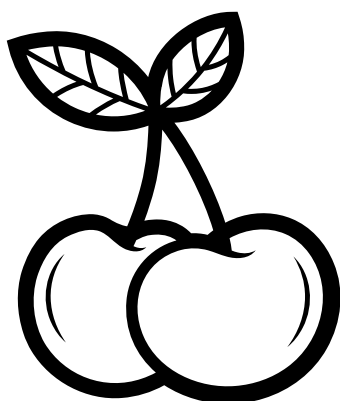
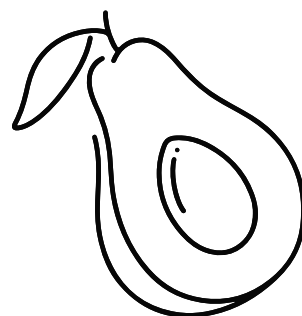
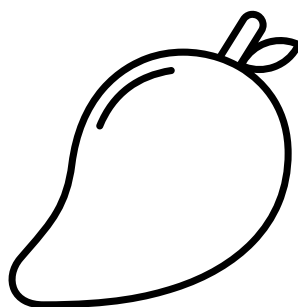
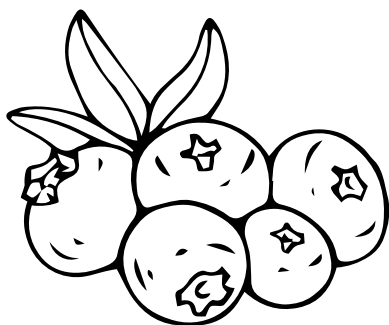
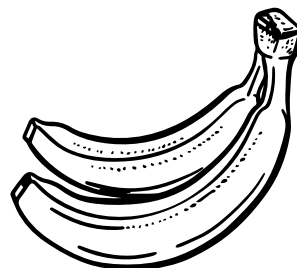
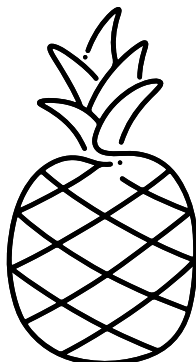
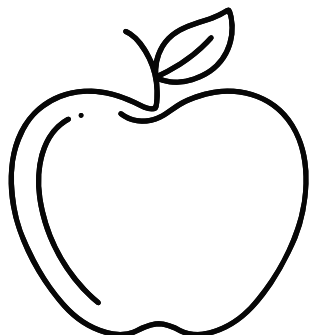
DOUCEUR

BONTÉ

FOI



PETITE ACTIVITÉ LE FRUIT DE L'ESPRIT





PETITE ACTIVITÉ LA CRÉATION DE DIEU

RELIE CHAQUE JOUR À LA CRÉATION QUI CORRESPOND

DÉCOUVREZ D'AUTRES ALTERNATIVES À CETTE ACTIVITÉ SUR [MA CHAÎNE YOUTUBE](#)



JOUR 1



**LE CIEL ET
LA MER**



JOUR 2



**LE SOLEIL
ET LA LUNE**



JOUR 3



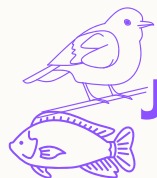
**LES OISEAUX
ET LES
POISSONS**



JOUR 4



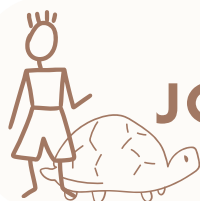
**LE REPOS
DE DIEU**



JOUR 5



LA LUMIÈRE



JOUR 6



**LES ANIMAUX
ET L'HOMME**



JOUR 7



**LA TERRE ET
LES ARBRES**

**FOI EN
FAMILLE**

avec mon petit

@emilieinchrist



PETITE ACTIVITÉ COLORIAGE DE JÉSUS

LAISSEZ VENIR À MOI
LES PETITS ENFANTS.





DERNIER PETIT MOT

Merci pour votre intérêt et d'avoir pris le temps de lire ! J'espère réellement que ce petit challenge vous sera bénéfique et que vous pourrez expérimenter la présence de Jésus en famille ! :)

Tout est fait avec amour et donné gratuitement pour que tout le monde puisse en profiter !

N'hésitez pas à communiquer sur le groupe, il est fait pour échanger et se motiver entre nous.

Un grand merci au Seigneur, Lui qui pourvoie et inspire à toujours être meilleur.

Que Dieu vous bénisse abondamment vous et votre famille.

Jésus vous aime

Emilie 

**FOI EN
FAMILLE**

avec mon petit

@emilieinchrist



REJOIGNEZ-MOI SUR

EN CLIQUANT SUR L'ICÔNE



Et si ce contenu vous a édifié vous et votre famille, vous pouvez partager votre expérience et faire un don afin de contribuer au maintien de nouveaux challenges chaque mois, ainsi que les différents contenus.

FAIRE UN DON

MERCI BEAUCOUP ❤️

Toute utilisation, reproduction, diffusion, commercialisation, modification de toute ou partie, sans autorisation expresse de l'EDITEUR sont prohibée et pourra entraîner des actions et poursuites judiciaires telles que prévues dans la réglementation en vigueur.

Conformément aux dispositions de la loi n°2004-575 du 21 juin 2004 pour la Confiance en l'économie numérique, il est porté à la connaissance des utilisateurs et visiteurs, ci-après l'UTILISATEUR, du Emilieinchrist, ci-après le SITE, les présentes mentions légales accessibles sur le Site à la rubrique Mentions légales