



Igreja Adventista
do Sétimo Dia
MINISTÉRIO DA CRIANÇA

CADERNO DO PROFESSOR

Crianças na Cozinha



ESCOLA CRISTÃ DE FÉRIAS

Prefácio

Este manual foi inspirado no livro “Kids in the Kitchen” de Judi Rogers, e foi adaptado para ECF por Marcia Hunt, Norma Sahlin e Noelene Johnsson. Baseado neste material ele foi reescrito e adaptado para ECF de 2019 por Nadma Forti, com autorização da Divisão Sul-Americana da IASD. É um material sobre saúde, estimulando as crianças a desenvolverem e assimilarem um estilo de vida adequado e saudável. Oferece também oportunidade para as crianças conhecerem seu corpo e sentirem-se responsáveis pelo cuidado do mesmo, sabendo que o “Fabricante” deixou as instruções de como usá-lo.

A criança será motivada a escolher o alimento certo e adequado para ela, e a formar hábitos para a vida que farão diferença em sua saúde e bem-estar. Ela terá momentos de aprendizado efetivo num ambiente divertido e acolhedor.

Objetivos Gerais da ECF Crianças na Cozinha:

Conhecer e valorizar regras básicas para uma boa saúde. Experimentar os princípios básicos para uma boa nutrição. Aprender a preparar pratos simples. Coletar receitas saudáveis. Desejar fazer o melhor para Deus no cuidado do corpo. Entender que Deus fala através da mente e por isso devemos cuidar da mente e do corpo.

Justificativa da proposta – Crianças na Cozinha:

As crianças são os futuros líderes da nação e incentivamos que cresçam em graça e em estatura. E que tenham vida plena. Elas precisam cuidar das emoções, da saúde física e das questões espirituais. Os alimentos que ingerem, afetam o crescimento, o desenvolvimento e a habilidade para aprender. As experiências na ECF, estabelecerá o fundamento dos hábitos alimentares para o resto de suas vidas.

Muitas crianças alimentam-se de comidas pré-cozidas preparadas para comer às pressas. Os anúncios distorcidos fazem com que esses alimentos pareçam apetitosos e nutritivos. Porém, promovem hábitos alimentares pobres e destroem a saúde. Mesmo com pouca idade, as crianças podem ser educadas para escolher bons alimentos. Tais hábitos de saúde não se adquirem naturalmente, eles são aprendidos.

As crianças necessitam aprender a cuidar de seu corpo, dessa máquina. Devem saber como funcionam seus órgãos e entender quais os resultados produzidos pelo hábito de se comer um alimento saudável.

Crianças na Cozinha, será uma aventura, tanto para a boa saúde, como para a boa alimentação e o estudo da Bíblia. Este projeto fará a diferença na vida da criança, pelo resto de sua vida.

Com este programa, você estará oferecendo para as crianças: boa saúde, bem-estar, boa nutrição e um estilo de vida saudável. Nos atrevemos a dizer: uma bela aparência! Que presente daremos para as crianças, não é?

Que Deus te use poderosamente ao “mergulhar” na ECF – Crianças na Cozinha.

FICHA TÉCNICA

Coordenação Geral

Divisão Sul-Americana
União Central Brasileira

Colaboração e Adaptação

Nadma Forti (Associação Paulistana)

Departamental Ministério da Criança

Glaucia Clara Korkischo (Divisão Sul-Americana)
Vania Cristina de A. Moreira (União Central Brasileira)

Capa

Claudia Suzana Rossi Lima

Projeto Gráfico e Diagramação

Angela Rodrigues Almeida (União Central Brasileira)

Revisão Textual

Mara Moraes

Imagens

Freepik e Shutterstock

Impresso por Casa Publicadora Brasileira - 2024

Índice

Parte I - Regras Gerais	4
Modelo de Programa Diário	6
Dia a Dia da Escola Cristã de Férias	7
Parte II - Programas	8
Primeiro Dia	9
Segundo Dia.....	11
Terceiro Dia	13
Quarto Dia	15
Quinto Dia	17
Programa de Encerramento - Formatura.....	19
Parte III - Laboratório do Chef	20
Primeiro Dia.....	22
Segundo Dia.....	23
Terceiro Dia.....	25
Quarto Dia	26
Quinto Dia.....	27
Parte IV- Guia do Instrutor Bíblico	28
Primeiro Dia - Um Bebê Especial	29
Segundo Dia - Lavado e Limpo	31
Terceiro Dia - Alimento do Céu.....	32
Quarto Dia - Dez Vezes Mais Forte	33
Quinto Dia - Um Barco e Uma Promessa.....	35
Parte V- Guia do Instrutor da Cozinha	37
Receita do Chef - Arroz Integral	40
Receita das Crianças - Cookies de Aveia e Coco.....	41
Receita do Chef - Granola.....	42
Receita das Crianças - Pão Integral.....	43
Receita do Chef - Bolo Cocomango.....	44
Receita das Crianças - Bolo de Coco	45
Receita do Chef - Leite de Aveia.....	46
Receita das Crianças - Espetinho de Fruta.....	47
Receita do Chef - Empadinha	48
Receita do Chef - Bolo de Maçã e Canela	49
Parte VI - Guia do Instrutor de Artes	50
Primeiro Dia - Touca do Chef	51
Segundo Dia - Plantar Temperos	52
Terceiro Dia - Porta Retrato.....	52
Quarto Dia - Caderno de Receitas	53
Quinto Dia - Carimbo de Frutas.....	53
Partituras	54
Anexos	62
Ficha de Matrícula.....	63
Publicidade.....	64
Artigo para Jornais	64
Carta aos Pais.....	64

Parte I

Regras Gerais



O que é uma Escola Cristã de Férias?

É um projeto de missão preparado para ensinar crianças. Usamos o período das férias escolares, ou recessos para inculcarmos nelas as grandes verdades sobre Deus e os cuidados que devemos ter com o nosso corpo.

É um material desenhado e apropriado para crianças de 6 a 12 anos e pode ser usado para grupos grandes ou pequenos. Este material foi pensado para 5 dias consecutivos ou ainda pode ser realizada nas férias escolares, usando de segunda-feira a sexta-feira, e a formatura pode ser sábado ou domingo. Pode ainda ser feita nos finais de semana, sábado e domingo à tarde, por três finais de semana seguidos. Ou mesmo mensal. Um sábado por mês, e uma festa de formatura no final do ano... o importante é tomar tempo para o ensino.

O programa da Escola Cristã de Férias

Dividiremos o programa em forma de carrossel para as aulas, e teremos um caderno de atividade para os alunos.

I Parte – Programa Geral

Deve ser feito para todas as crianças juntas no maior auditório.

- a. Entrada das bandeiras e Bíblia. Músicas para cada emblema e o voto.
- b. Oração .
- c. Recado do boneco Luizinho.
- a. Verso áureo do dia.

II Parte – Carrossel

A Escola Cristã de Férias precisa de quatro centros de aprendizagem. As crianças serão divididas em quatro grupo por idade, e fazem um carrossel, passando pelas aulas do dia.

- a. Laboratório do Chefe – Centro de Aprendizagem (Utilizar o Caderno de Atividades).
- b. Instrutor Bíblico – Bíblia do Chef.
- c. Instrutor da Cozinha – Culinária do Master Chef.
- d. Instrutor das Artes – Artes do Chef.

III Parte – Encerramento do dia

Será realizado na mesma sala da abertura, ou seja, no auditório maior. Os chefs revisam o verso do dia e a lição principal. Sugerimos ainda uma representação dos chefs de forma dinâmica para fixar o aprendizado do dia.

Formando a Equipe dos Sonhos! Escolha os melhores.

Diretor Geral – É quem organiza o programa, decora o local da reunião geral e as salas para as aulas e prepara os lugares para as crianças. Treina cada pessoa que ajudará, até que todos saibam exatamente como fazer cada coisa. Nos dias da ECF, ele deve fazer o culto com a equipe, antes do início do programa. Coordena a programação, lidera o programa de encerramento e dá assistência aos pais e alunos. Faz a propaganda para a igreja, publicidade em meios de comunicação local e convites. Seleciona as receitas e providencia os materiais. Apresenta para a comissão da igreja uma planilha com os gastos orçados previamente.

Coordenadores – Chefes dos Centros de Aprendizagem

Estudam o tema que apresentarão e usam ilustrações para encantar as crianças. Fazem a decoração conforme a aula do dia. Cada chefe deve se envolver e preparar o material com antecedência, quer seja uma receita ou um material que poderá usar.

Auxiliares – Cuidam como monitores do seu grupo de 5 ou 6 crianças, ajudam a completar as atividades e organizam a participação nas aulas. Os auxiliares podem ser adolescentes, desbravadores ou adultos.

Chefe da Culinária – Seleciona as receitas, testa as receitas, organiza a cozinha para ter os materiais que necessitam, quer sejam ingredientes ou utensílios domésticos. Tem amostra dos pratos prontos para demonstrar e degustar.

Chefe de Música – Escolhe com a equipe quais as músicas que usarão, e coloca em pen drive, PC, etc. Ensinar o Hino Tema e preparar as partes especiais para o programa de encerramento.

Chefe do Lanche – Com sua equipe de ajudantes, planeja e prepara lanches diários saudáveis. Caso usem a opção de aula de culinária e mais um lanche extra.

Secretária/Recepcionista – Efetua a matrícula dos alunos na Escola Cristã de Férias. Elabora a relação dos matriculados, conforme as divisões de idade. Prepara os materiais, cópias e o que for necessário em cada dia. Anota os nomes dos que vierem (chamada). Prepara os certificados. É responsável pelos primeiros socorros e para isso, prepara uma caixa de primeiros socorros suprida de materiais para curativos, antissépticos e de medicamentos. E aciona os pais ou responsáveis caso a criança apresente algum mal-estar ou indisposição.

Momentos de Matrícula – Anime as crianças a matricularem-se duas ou três semanas antes do início da Escola Cristã de Férias. Decore a recepção da igreja com cartazes sobre saúde e monte uma mesa com folders de propaganda e as fichas de matrícula.

Opcional: Tire uma foto de cada criança na matrícula para depois colocá-la no livro de receitas do aluno. As crianças podem usar a touca do cozinheiro para esta foto.

Modelo de Programa Diário

Horário	Atividades			
	Turma 1 Vermelho 5 a 6 anos	Turma 2 Azul 5 a 6 anos	Turma 3 Verde 5 a 6 anos	Turma 4 Amarelo 5 a 6 anos
13:30	Pátio ou lugar aberto	Pátio ou lugar aberto	Pátio ou lugar aberto	Pátio ou lugar aberto
14:00	Abertura: espaço principal ou igreja	Abertura: espaço principal ou igreja	Abertura: espaço principal ou igreja	Abertura: espaço principal ou igreja
14:30	Culinária do Master Chef	Laboratório do Master Chef	Bíblia do Master Chef	Artes do Master Chef
15:00	Água e Banheiro	Água e Banheiro	Água e Banheiro	Água e Banheiro
15:10	Artes do Master Chef	Culinária do Master Chef	Laboratório do Master Chef	Bíblia do Master Chef
15:40	Bíblia do Master Chef	Artes do Master Chef	Culinária do Master Chef	Laboratório do Master Chef
16:10	Laboratório do Master Chef	Bíblia do Master Chef	Artes do Master Chef	Culinária do Master Chef
16:40	Encerramento: espaço principal ou igreja	Encerramento: espaço principal ou igreja	Encerramento: espaço principal ou igreja	Encerramento: espaço principal ou igreja
17:00	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche
17:30	Saída	Saída	Saída	Saída

Dia a Dia da Escola Cristã de Férias

Recepção

Cada grupo de crianças recebe o uniforme (avental e chapéu de chefe), conforme a cor do seu grupo e seguem para o pátio ou lugar aberto. Cada faixa etária tem uma cor para identificação (Sugestão: pode ser feito de TNT).

Pátio

Brincadeiras simples com o grupo todo. Exemplo: mão na cabeça, mão no pé, vivo/morto, etc.

Selecionar neste horário, no pátio, as crianças que farão a abertura; escolher de grupos diferentes cada dia:

1. Bandeira do país;
2. Bandeirola do voto da bandeira do país;
3. Bandeira Cristã;
4. Bandeirola do Voto da bandeira da ECF;
5. Bíblia;
6. Bandeirola do voto da Bíblia.

Obs: Sempre a bandeira na frente e voto logo atrás, quase juntos. Entra, coloca a bandeira. O voto fica até terminar de ler e logo após os dois saem e entram os próximos.

Dentro da Abertura, após a cerimônia das bandeiras e votos, vem o Ponto Bíblico, e cada dia será diferente.

Diretor explica: “Quando experimentamos uma comida muito boa ou pensamos em algo gostoso, dizemos Hummm! Então quando o instrutor falar o Ponto Bíblico, todas as crianças devem dizer: Hummm!”.

DIA 1: DEUS ME FEZ ESPECIAL. Hummm!

DIA 2: DEUS ME FEZ LIVRE. Hummm!

DIA 3: DEUS CUIDA DE MIM. Hummm!

DIA 4: DEUS ME CONHECE. Hummm!

DIA 5: JESUS ME SALVA. Hummm!

Responsável pelo verso do dia

A Apresentação do verso do dia deve ser muito legal e diferente, para que com a repetição, eles memorizem. Pode usar gestos e formas engraçadas de falar.

Abertura

Na sala principal ou igreja; seguir todos os dias a mesma sequência.

Boas-vindas

Músicas: Eu gosto da Escola Cristã de Férias e Geração Exigente.

Oração em pé

As crianças devem permanecer em pé após a oração, para a entrada das bandeiras.

Guarda de Honra: ordem da fila para entrar:

- 1º. Bandeira do país e bandeirola do voto.
- 2º. Bandeira Cristã e bandeirola com o voto.
- 3º. A Bíblia e a bandeirola com o voto.

Parte II

Programas



DIA 1

Parte I - Abertura - Na sala principal ou igreja.

Boas-vindas - Músicas: Eu gosto da Escola Cristã de Férias e Geração Exigente.

Oração em pé - As crianças devem permanecer em pé após a oração, para a entrada das bandeiras.

Guarda de honra - Ordem da fila para entrar:

1º. Bandeira do país e bandeirola do voto

Diretor: “Honremos a Bandeira do nosso país.”

Hino: “Graças Damos Pelo País”, (Enquanto cantam, os portadores da Bandeira Nacional e o Voto desfilam até à frente.)

Diretor: Apresenta alguns dados sobre a Bandeira Nacional e pede para que coloquem a mão direita sobre o coração, para repetirem juntos, o voto à Bandeira do país:

“Prometo ser leal à Bandeira de meu país e à República que ela representa: uma nação sob a proteção de Deus, unida, com liberdade e justiça para todos.”

Voto contemporâneo: “Prometo solenemente ser fiel ao meu país, e a esta bandeira que é nosso símbolo. Quero cuidar para que todos que vivem aqui tenham liberdade e justiça. Eu amo meu país. Deus, eu te peço, proteja-nos aqui.”

2º. Bandeira Cristã e bandeirola com o Voto

Diretor: “Honremos a Bandeira Cristã.”

Hino: “Somos Crianças de Jesus”. Letra e música ao final. (Enquanto cantam, os portadores da Bandeira Cristã e o Voto, desfilam até à frente.)

Diretor: Dá a voz de atenção! “Honremos a Jesus, o Senhor e Seu reino de amor nos corações de todos os que O aceitam como Seu Salvador. Lembremos da Sua promessa de que Ele logo voltará e fará um mundo novo, onde todos os Seus filhos obedientes viverão em paz e felizes para sempre. Com a mão direita sobre o coração, repitamos o Voto”:

“Prometo ser leal à Bandeira Cristã e ao Salvador, cujo reino representa uma irmandade que une a toda a humanidade em serviço e amor”.

Voto contemporâneo: “Prometo solenemente: sim, prometo ser fiel a Deus e a Jesus meu Salvador. Quero obedecer Sua Palavra e desejo amar e apressar o Reino do Céu.”

3º. A Bíblia e a bandeirola com o Voto

Diretor: “Honremos a Bíblia, a Santa Palavra de Deus.”

Hino: “A Bíblia”. (Enquanto cantam, os portadores da Bíblia e do Voto, desfilam até à frente.)

Diretor: “A Bíblia é um Livro especial. Nós a chamamos de Santa Bíblia, porque é o Livro de Deus. Ela nos fala sobre quem é e como é Deus. Fala quem é Jesus, como amá-Lo e servi-Lo. Além disso, ela nos ensina como podemos ter os nossos pecados perdoados e como podemos ser salvos para o reino de Jesus.”

Com a mão direita sobre o coração, repitamos o voto: “Prometo ser leal à Bíblia, à santa Palavra de Deus; tomá-la como uma lâmpada para meus pés e uma luz para o meu caminho; guardar Suas palavras em meu coração, para não pecar contra Deus”.

Voto contemporâneo: “Prometo de coração, ser fiel à Santa Bíblia, porque ela é a Palavra falada de Deus para mim. Ela mostra o caminho como uma lâmpada. Quero ter a Palavra em meu coração para não pecar contra o meu Deus”.

Ponto bíblico: DEUS ME FEZ ESPECIAL. Hummm! Repetir até que saibam.

Verso para decorar: “Eu te louvarei, porque de um modo assombroso, e tão maravilhoso fui feito; maravilhosas são as tuas obras, e a minha alma o sabe muito bem.” (Salmo 139:14)

RECADO DO BONECO LUIZINHO

História do dia: Cuidar do corpo, sol e atividade física.

Olá amigos! Eu sou Luizinho e durante esta semana vamos nos conhecer. Eu preciso muito da ajuda de vocês porque quero ficar mais bonito, sarado, inteligente, forte...ah, e não quero ficar doente, nem pensar em dor na barriga, pressão alta, colesterol, diabetes...quem aqui quer ficar doente? Quem quer estragar a máquina do seu corpo? Eu? Não mesmo! Vamos cuidar do corpo que é uma máquina muito forte?

Querem ver como funciona a máquina do corpo humano? O pulmão pega o ar fresco que eu respiro e o conduz ao meu sangue, que é bombeado pelo coração. O sangue leva o ar, água e energia por todo o meu corpo, vai para cada pedacinho do meu corpo. O ar puro é fundamental.... Várias vezes ao dia, eu paro e respiro profundamente. Encho meus pulmões de ar puro e jogo para fora (demonstrar). O ar puro pode me fazer pensar muito melhor. Vamos exercitar? Respire, inspire... respire e inspire...

Nosso corpo é especial. Cuide bem dele, lave-o direitinho no banho, coma comida de verdade. Não se esqueça que precisamos de ar puro e mexer muito o esqueleto. Tudo isso para gente ser mais saudável e feliz.

Parte II - Divisão para as aulas no carrossel

As crianças vão para os Centros de Aprendizagem do dia.

- a. Laboratório do Chefe – Centro de Aprendizagem (Utilizar o Caderno de Atividades)
- b. Instrutor Bíblico – Bíblia do Chef
- c. Instrutor da Cozinha – Culinária do Master Chef
- d. Instrutor das Artes – Artes do Chef

Parte III – Encerramento do dia

Música.

Encenação: (Com três pessoas para o final do programa)

São histórias criadas por Leandro Prestes e adaptadas para ECF, como uma forma divertida de fixar o verso do dia. Todos repetem: “Eu te louvarei, porque de um modo assombroso, e tão maravilhoso fui feito; maravilhosas são as tuas obras, e a minha alma o sabe muito bem”. (Salmo 139:14)

Chef Paolo: Não aguento mais fazer entrevistas, precisamos de um novo ajudante de cozinha.

Chef Erica: Vamos encontrar alguém que tenha verdadeiro amor pela culinária.

Chef Paolo: Mas até agora só encontramos pessoas que tem verdadeiro amor pela comida...

Chef Erica: Temos mais um currículo. (mostra um papel para o outro).

Ele gosta de comidas exóticas, e tem experiência com culinária internacional.

Chef Paolo: Chef Françoise.

Chef Erica: Françoise (Frânçua). Francês? Estou ansiosa. Vamos chamá-lo para fazer a entrevista. (Pedir para as crianças ajudarem a chamar “ajudaaaante”, ou algo do gênero)

Ajudante: Vocês estão prontos para trabalhar com um chef internacionalmente conhecido? (Tentando fazer um sotaque francês bem caracterizado)

Chef Erica: Ainda tem sotaque? Que o tipo de comida que você mais gosta de cozinhar?

Ajudante: Bem perguntado, minha senhora. Tenho um paladar muito aguçado. Vou fazer um prato muito conhecido na minha terra. Vocês vão adorar. Chama-se “Bebidê Fervônte”. (Finge fazer água fervendo)

Chef Paolo: Espera. Isso é água fervida. Não é um prato francês, é uma enrolação!

Chef Erica: Fale a verdade, Ajudante. Você não é um chef francês, não é mesmo?

Ajudante: (Sem sotaque francês, fingindo choro)

É verdade. Eu menti. Menti para conseguir emprego. Se eu falasse que nasci no sertão do agreste, vocês iriam achar que eu não tinha valor, e não iriam me contratar. Me perdoem...

Chef Erica: Não importa onde você nasceu, você é uma pessoa importante. Deus fez todas as pessoas com muito amor e carinho, e dá importância para todos. Em Salmos 139:14 diz “graças te dou, por que de modo maravilhoso tu me formaste”. Isso mostra que Deus te fez de maneira maravilhosa, e Ele te dá muito valor, independente de quem você seja ou de onde tenha nascido, ou o que sabe fazer.

Ajudante: Verdade? Então quer dizer que eu estou contratado?

Chef Paolo: Ok, ok. Você começa amanhã então.

Ajudante: Aproveitando que fui contratado, pode me adiantar um dinheirinho? (O chef sai correndo atrás do Ajudante e dizendo: Não!!!)

Oração.

Lanche (opcional).

Convite para o dia seguinte.

DIA 2

Parte I - Abertura - Na sala principal ou igreja.

Boas-vindas - Músicas: Eu gosto da Escola Cristã de Férias e Geração Exigente.

Oração em pé - As crianças devem permanecer em pé após a oração, para a entrada das bandeiras.

Guarda de honra - ordem da fila para entrar:

- 1º. Bandeira do país e bandeirola do voto.
- 2º. Bandeira Cristã e bandeirola com o voto.
- 3º. A Bíblia e a bandeirola com o voto.

Ponto bíblico: DEUS ME FEZ ESPECIAL. Hummm!

Verso para decorar: “O meu Deus, segundo as suas riquezas, suprirá todas as vossas necessidades em glória, por Cristo Jesus”. (Filipenses 4:19)

RECADO DO BONECO LUIZINHO

História do dia: Água e sol.

Olá Amigos! Vamos mexer esses ossos galera... fique em pé! Respire profundamente... mexa os braços... sentaaaa! E o que mais eu devo fazer para ser saudável? Sem doenças? Já sei! Devemos ficar expostos ao sol um pouquinho cada dia.... levantem o rosto assim - (fingir que estão olhando para cima). Agora faz de conta que na sua mão tem protetor solar...passe no seu rosto, e agora passe, fazendo de conta, nas costas do seu amiguinho... a vitamina do sol dá vida para gente! E tem mais coisas que nos dão saúde! Quero ver quem sabe do que é feito o corpo humano! Coloque a mão na altura do peito... é como se abaixo do peito fosse tudo água... 70% do nosso corpo é água! E precisamos beber muita água para não ficarmos desidratados! Beba diariamente de 7 a 8 copos de água. Evite beber líquidos nas refeições. Receita de hoje – banho de sol e muita água!

Parte II - Divisão para as aulas no carrossel

As crianças vão para os Centros de Aprendizagem do dia.

- a. Laboratório do Chefe – Centro de Aprendizagem (Utilizar o Caderno de Atividades).
- b. Instrutor Bíblico – Bíblia do Chef.

c. Instrutor da Cozinha – Culinária do Master Chef.

d. Instrutor das Artes – Artes do Chef.

Parte III – Encerramento do dia

Musica.

Encenação dos chefs (todos dizem juntos) “O meu Deus, segundo as suas riquezas, suprirá todas as vossas necessidades em glória, por Cristo Jesus”. (Filipenses 4:19)

Chef Erica: E aí? O que você está achando do novo ajudante? Vamos lá, seja bondoso no seu julgamento.

Chef Paolo: Algo entre muito ruim e péssimo. Ele é meio atrapalhado, e parece que nunca entrou numa cozinha antes.

Chef Erica: Ah, pelo menos ele tem força de vontade.

Chef Paolo: Os clientes não vêm aqui almoçar “força de vontade”. Falei para ele ir ao mercado comprar algumas coisas e já fazem duas horas, e até agora ele não voltou.

Chef Erica: Nossa, será que aconteceu alguma coisa? Será que ele está chegando? Não é melhor chamá-lo? Vamos gritar por ele. (chamem o Ajudante junto com as crianças).

Ajudante: (Entrando carregando uma sacola, com muita dificuldade). Ai, não aguento mais. Daqui a pouco o Ajudante vai precisar de um ajudante para carregar tanta coisa.

Chef Paolo: Mas o que é isso? Por que você trouxe tanta coisa assim? Eu só pedi manjeriço e alho, só temperos.

Ajudante: Manjeriço? Aaaaah, eu sabia que estava esquecendo alguma coisa...

Chef Paolo: Não acredito! Você demorou tudo isso e ainda nem trouxe o que eu pedi?

Chef Erica: Calma, calma. Deixa ele se explicar. Ajudante, porque comprou essas outras coisas?

Ajudante: Só algumas coisinhas básicas para um lanchinho da tarde (começar a tirar as coisas da sacola e comentar sobre).

Chef Paolo: Lanchinho da tarde? Ainda bem que eu não te dei muito dinheiro para ir no mercado, viu?

Ajudante: Ah, bem lembrado. Quanto a isso, passa lá no mercado, porque eu falei que você vai pagar depois...

Chef Paolo: Como é? Você está louco?

Chef Erica: Calma, calma. Me explica, Ajudante. Por que você trouxe outras coisas que não pedimos? Achou que o estoque de comidas do nosso restaurante estava acabando? Os preços no mercado estavam baixos?

Ajudante: Não. Estava tudo muito caro. Estourei a conta dele.

Chef Erica: Então, por que você comprou tanta comida?

Ajudante: É porque eu estou muito triste. Minha mãe está doente, e quando eu estou triste, eu afogo as minhas tristezas na comida para ver se me animo.

Chef Erica: Não fique triste. Você não precisa ficar só comendo e comendo e comendo quando está triste. Você pode fazer outras coisas. Porque comida não é amor, carinho e atenção.

Ajudante: Como o que?

Chef Erica: Você pode levar os seus problemas a Jesus.

Ajudante: Mas será que Ele pode resolver os problemas da minha vida?

Chef Erica: Claro! Todos os problemas da nossa vida são possíveis de resolver se levarmos aos pés de Jesus. Olha o que diz a Bíblia: “O meu Deus, segundo as suas riquezas, suprirá todas as vossas necessidades em glória, por Cristo Jesus.” (Filipenses 4:19)

Ou seja, tudo que acontece na nossa vida, devemos confiar em Deus, e na sua Palavra.

Ajudante: E não só em comida? Ok. Obrigado. Vou confiar mais em Deus. E vou aproveitar e comprar mais algumas coisas na conta do Chef para poder fazer uma sopinha para o jantar...

Chef Paolo: Não vai não. Volta aqui! (E sai correndo atrás do Ajudante)

Oração.

Lanche (opcional).

Convite para o dia seguinte.

DIA 3

Parte I - Abertura - Na sala principal ou igreja.

Boas-vindas - Músicas: Eu gosto da Escola Cristã de Férias e Geração Exigente.

Oração em pé - As crianças devem permanecer em pé após a oração, para a entrada das bandeiras.

Guarda de honra - ordem da fila para entrar:

- 1°. Bandeira do país e bandeirola do voto.
- 2°. Bandeira Cristã e bandeirola com o voto.
- 3°. A Bíblia e a bandeirola com o voto.

Ponto bíblico: DEUS ME FEZ ESPECIAL. Hummm!

Verso para decorar: “Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigênito, para que todo aquele que nele crê não pereça mas tenha a vida eterna”. (João 3:16)

RECADO DO BONECO LUIZINHO

História do dia: Nutrição e Açúcar.

Oieeee! Em pé amiguinhos... braços para frente, respirem fundo...passem protetor solar no rosto... junte as mãos e finja beber água... delícia! Beba muita água cada dia!

Ainda preciso que me ajudem... quero ser saudável, sem doenças... se eu comer só miojo, refrigerante, doces...terei saúde? Não. Então para ter um bom sangue, preciso comer comida de verdade! Colocar no prato só o que é saudável, e posso até dividi-lo comendo frutas ou verduras, carboidratos, proteína... (levantar os dedos quando fala cada parte do prato). Hummm. Ah, eu ouvi falar que meu prato tem que ser colorido... no mínimo 5 cores, uau... eu vou fazer isso. Meu prato será muito lindo e gostoso! (Cantar um pedaço da música tema – Como para ser inteligente...e vai saindo de cena.)

Parte II - Divisão para as aulas no carrossel

As crianças vão para os Centros de Aprendizagem do dia.

- a. Laboratório do Chefé – Centro de Aprendizagem (Utilizar o Caderno de Atividades).
- b. Instrutor Bíblico – Bíblia do Chef.
- c. Instrutor da Cozinha – Culinária do Master Chef.
- d. Instrutor das Artes – Artes do Chef.

Parte III – Encerramento do dia

Música.

Encenação dos chefs: (todos dizem juntos) “Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigênito, para que todo aquele que nele crê não”. (João 3:16)

Chef Erica entra sozinha e fala: Ué. Cadê todo mundo? Será que se atrasaram para o trabalho? Justo hoje que é um dia tão especial?

Chef Paolo entra falando ao telefone: ... tudo bem, tudo bem. Eu quero cópias em três vias, uma vou deixar com a minha mãe, outra vou deixar com a minha vizinha e outra com o pastor. Não esquece da parte do cachorro. Ok, tchau!

Chef Erica: Nossa. O que foi esse telefonema?

Chef Paolo: Como assim, o que foi esse telefonema? Você sabe o que terá de diferente hoje aqui no nosso restaurante?

Chef Erica: Sim, claro que sei. Hoje é um dia muito especial. O dia em que o Ajudante vai fazer sozinho um prato para a gente poder começar a vender no nosso restaurante. Eu estou ansiosa!

Chef Paolo: E eu estou é com medo. Já terminei de fazer o meu seguro de vida, e agora vou ligar para o hospital, e trocar meu plano de saúde pra super-ultra-plus-master!

Chef Erica: Credo! Você não consegue dar uma chance para ele? Eu acho que ele pode te surpreender.

Chef Paolo: Não só pode como vai. Eu tenho certeza que ele vai me surpreender muito!

Chef Erica: Viu só? É assim que eu gosto. Espírito positivo.

Chef Paolo: Positivo nada! Eu disse que ele vai me surpreender, mas toda surpresa que ele me dá sempre é uma surpresa negativa.

Chef Erica: Pois eu acho que ele vai se sair muito bem. Inclusive, acho que o prato dele já está pronto. Vamos chamá-lo? (Chamam o Ajudante)

Ajudante: Boa tarde, meus queridos chefs! Prontos para terem a sua boca cantando e dançando de felicidade?

Chef Paolo: Você pode esperar um pouco? Eu pedi para uma ambulância do SAMU ficar encostada aqui na frente.

Chef Erica: Ah, não ligue pra ele, Ajudante. Ele está só brincando. Tenho certeza que ele está mais curioso do que eu para experimentar o seu novo prato. Pode nos servir?

Ajudante: Com muito prazer. Tenho certeza que vocês vão gostar, este é um dos meus pratos preferidos, pertencente a mais alta gastronomia italiana. (Servir os chefs)

Chef Paolo: Espera um pouco. Isso aqui não é prato da alta gastronomia. Isso aqui é bala de um real que vende na esquina!

Chef Erica: Mas Ajudante... O combinado não era você fazer um prato bem gostoso pra gente colocar no cardápio do nosso restaurante?

Ajudante: Sim. Mas eu resolvi servir isso, por que achei que ninguém ia notar a diferença...

Chef Paolo: Como eu não iria notar a diferença. O que você acha que eu sou?

Ajudante: Dependendo da resposta eu posso ser demitido?

Chef Erica: Espera. Explica. Por que você não fez um prato? Por que nos serviu essa bala?

Ajudante: Ah, sabe o que foi? Eu tentei, tentei, mas achei que nada do que eu conseguia fazer ficava bom. Eu não sirvo para ser um cozinheiro. Eu não tenho capacidade para isso...

Chef Paolo: Finalmente a gente concordou com alguma coisa!

Chef Erica: É verdade. Eu também concordo com vocês.

Ajudante: Nem você vai me defender hoje?

Chef Erica: Não posso. Você disse a verdade. Você não conseguiu fazer o prato que queria porque tentou confiar nas coisas que você sabia. E pelo nosso próprio entendimento, não temos capacidade de nada. Nem eu, nem você, nem o Chef Paolo.

Ajudante: Esse aí muito menos.

Chef Erica: É sério, gente. Quer ver só? Ajudante, antes de fazer a comida, você orou?

Ajudante: Oxi! E precisava?

Chef Erica: Mas é claro! A palavra do Senhor nos diz: “Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigênito, para que todo aquele que nele crê não pereça mas tenha a vida eterna.” (João 3:16)

Ou seja, você deve confiar em Deus para tudo porque Ele te ama. Para todas as coisas que você for fazer. Se você confiar em si mesmo, nada vai dar certo. Então vai lá, ore para Deus te iluminar e tente novamente. Tenho certeza que você vai se sair muito bem!

Ajudante: Obrigado, não vou desperdiçar essa chance. Ah, e essa bala? Desculpem, não é saudável... Venham, vamos comer; com Deus, tudo o que eu fizer vai ficar mais gostoso! (Saem os três)

Oração.

Lanche (opcional).

Convite para o dia seguinte.

DIA 4

Parte I - Abertura - Na sala principal ou igreja.

Boas-vindas - Músicas: Eu gosto da Escola Cristã de Férias e Geração Exigente.

Oração em pé - As crianças devem permanecer em pé após a oração, para a entrada das bandeiras.

Guarda de honra - ordem da fila para entrar:

- 1°. Bandeira do país e bandeirola do voto.
- 2°. Bandeira Cristã e bandeirola com o voto.
- 3°. A Bíblia e a bandeirola com o voto.

Ponto bíblico: DEUS ME FEZ ESPECIAL. Hummm!

Verso para decorar: “Não temas, porque eu sou contigo; não te assombres, porque eu sou teu Deus; eu te fortaleço, e te ajudo, e te sustento com a destra da minha justiça.” (Isaías 41:10)

RECADO DO BONECO LUIZINHO

História do dia: Temperança – droga, fumo, alcoolismo e equilíbrio.

Oi, eu sou o Luizinho! Quem quer morrer? Quem quer ficar sem neurônios? Quem quer perder muito dinheiro? Quem quer perder a família? Eu que não! Mas tem gente que acha que pra ser feliz de verdade, tem que beber bebida alcoólica ou fumar cigarros que acabam com os pulmões; porque a fumaça é prejudicial! E ainda tem gente achando que pra ser feliz, tem que usar drogas pesadas como maconha, crack, etc... essas drogas matam os neurônios no cérebro, e aí você não será feliz mesmoooo! Então, você tem que aprender a dizer não para essas drogas. Vamos treinar - faça cara feia agora, cara de mau... e junto comigo fale bem forte: digo não para as drogas. NÃO quero perder meu cérebro! E (Cantar balbuciando a música, mas com letra diferente - como para ser inteligente... como para ser bem bonito, lindo e charmoso...) Quer ser saudável? Nada dessas drogas e porcarias!

Parte II - Divisão para as aulas no carrossel

As crianças vão para os Centros de Aprendizagem do dia.

Laboratório do Chefe – Centro de Aprendizagem (Utilizar o Caderno de Atividades).

e. Instrutor Bíblico – Bíblia do Chef.

f. Instrutor da Cozinha – Culinária do Master Chef.

g. Instrutor das Artes – Artes do Chef.

Parte III – Encerramento do dia

Música.

Encenação com os três chefs (todos dizem juntos): “Não temas, porque eu sou contigo; não te assombres, porque eu sou teu Deus; eu te fortaleço, e te ajudo, e te sustento com a destra da minha justiça”. (Isaías 41:10)

Chef Erica entra sozinha: Hoje o dia está muito difícil. Vamos receber a visita de um crítico de culinária muito famoso. O Chef Paolo não vai poder vir, ficou doente. Não podemos perder tempo. Vamos chamar o Ajudante.

Ajudante: Mas que desespero é esse? Aconteceu algo?

Chef Erica: Você esqueceu? Teremos a visita de um crítico de culinária muito importante. Se ele falar mal do nosso restaurante, vamos cair no conceito das pessoas.

Ajudante: Não se preocupe! Está tudo sob controle. Eu já cuidei de tudo.

Chef Erica: Você já cuidou de tudo? Você preparou o jantar que vamos servir a ele?

Ajudante: Claaaaro! Fiz dois pratos excelentes para ele escolher.

Chef Erica: Muito bem, Ajudante! Eu sabia que podia contar com você. Veja, o crítico está chegando.

O crítico entra e senta.

Chef Erica: (Indo até ele) Que honra termos o senhor em nosso restaurante.

Crítico: Hum!

Chef Erica: Espero que esteja se sentindo confortável e bem em nosso humilde restaurante.

Crítico: Hum!

Chef Erica: Gostaria de ver o nosso cardápio para escolher o que quer comer?

Crítico: Hum!

Ajudante: Quem gosta de comer caca de nariz faz “hum”!

Chef Erica: Ajudante, fique quieto! Muito bem, senhor crítico. Já já, voltamos com seu prato!

Crítico: Hum! (Acenando a cabeça concordando)

(Chef Erica arrasta o Ajudante para o canto do palco).

Chef Erica: Quais são os pratos que você preparou para podermos servir ao crítico?

Ajudante: Bem, eu preparei caldo de macaxeira e uma salada de frutas.

Chef Erica: Nossa... Caldo de macaxeira é uma sopa de mandioca... estamos fritos!!! Ops, a mandioca é cozida para a sopa... ai, ai...

Ajudante: (fala em tom de ironia) Você que é sempre cheia dos versos bíblicos para todas as situações, por que não pensa em um agora para decidirmos o que vamos fazer?

Chef Erica: Sabe Ajudante... Sua ideia foi excelente. Sei até uma passagem que pode nos ajudar.

Ajudante: Sou melhor do que eu imaginava. Qual é a mensagem da passagem?

Chef Erica: “Não temas, porque eu sou contigo; não te assombres, porque eu sou teu Deus; eu te fortaleço e te ajudo, e te sustento com a destra da minha justiça.” E disse Deus ainda: “Eis que vos tenho dado todas as ervas que dão sementes e todas as árvores em que há fruto que dê semente; isso vos será para mantimento.” Se Deus fez as coisas naturais para comermos, vamos servir caldo de macaxeira e frutas!

Chef Erica: Aqui está, senhor crítico. Bom apetite!

Crítico: Humm. (Crítico finge que comeu)

Crítico: (Todo empolgado, gesticulando e comemorando) Mas que delícia! Que habilidade na cozinha! Esse era o tipo de prato que estava procurando. Vou avisar a todos! Esse restaurante é excelente! (Crítico sai falando: “Mas que comida gostosa!”)

Ajudante: Nem acredito que escapamos! (Os dois saem correndo)

Oração.

Lanche (opcional).

Convite para o dia seguinte.

DIA 5

Parte I - Abertura - Na sala principal ou igreja.

Boas-vindas - Músicas: Eu gosto da Escola Cristã de Férias e Geração Exigente.

Oração em pé - As crianças devem permanecer em pé após a oração, para a entrada das bandeiras.

Guarda de honra - ordem da fila para entrar:

- 1°. Bandeira do país e bandeirola do voto.
- 2°. Bandeira Cristã e bandeirola com o voto.
- 3°. A Bíblia e a bandeirola com o voto.

Ponto bíblico: DEUS ME FEZ ESPECIAL. Hummm!

Verso para decorar: “Portanto, quer comais, quer bebais ou façais outra coisa qualquer, fazei tudo para a glória de Deus”. (I Cor. 10:31)

RECADO DO BONECO LUIZINHO

História do dia: Sono e Confiança em Deus.

Oiê! (Fala com bocejo) Nana nenê, que a cuca... ah, não é hora de dormir? Ufa... eu sempre acho o que fazer para não dormir. Gosto de ficar jogando até tarde, assistindo desenho até alta madrugada; e você? Ops... esqueci que para ser saudável, não posso fazer isso com meu corpo. Tenho que dormir cedo, porque descobri que tenho soldadinhos dentro do meu corpo – eles são os anticorpos... não precisa ter medos deles, eles são do bem, e cuidam para a gente não ficar doente, ou nos ajudam a sarar. Mas eles só trabalham dentro do corpo, duas horas depois que começamos a dormir; e tem que ser antes da meia-noite, eles são exigentes para trabalhar. Faça as contas – meia-noite, duas horas antes... então o horário limite para eles atuarem, só acontece quando durmo antes das 10 da noite! Ah, e eles dizem que não podemos comer muito açúcar, porque senão eles ficam fraquinhos, e não conseguem matar as doenças! E tem que dormir no escuroooo!

Você tem medo do escuro? O Papai do Céu está bem pertinho de você e envia o anjo para cuidar de você. Confie Nele, fale com Ele sobre os seus medos e até as tristezas... (Cantar: como para ser inteligente, durmo cedo e no escuro...) Viu? Tem que fazer o que é certo!

Parte II - Divisão para as aulas no carrossel

As crianças vão para os Centros de Aprendizagem do dia.

- a. Laboratório do Chefe – Centro de Aprendizagem (Utilizar o Caderno de Atividades).
- b. Instrutor Bíblico – Bíblia do Chef.
- c. Instrutor da Cozinha – Culinária do Master Chef.
- d. Instrutor das Artes – Artes do Chef.

Parte III – Encerramento do dia

Música.

Encenação dos chefs (todos dizem juntos): “Portanto, quer comais, quer bebais ou façais outra coisa qualquer fazei tudo para a glória de Deus”. (I Cor. 10:31)

Chef Erica: Puxa vida! As coisas estão ficando difíceis.

Chef Paolo: Pois é. Parece que ninguém mais tem fome. O movimento do restaurante está tão baixo.

Chef Erica: Pois é. Culpa desse restaurante baratinho que abriu aqui perto.

Chef Paolo: Mas o que iremos fazer? Precisamos de ideias novas para poder atrair mais clientes.

Chef Erica: Bem... Eu falei com o Ajudante, e ele disse que tinha uma solução para os nossos problemas.

Chef Paolo: Ah, não...bem ele? Como a pessoa mais problemática que eu conheço vai nos ajudar a resolver algum problema?

Chef Erica: Bem, não custa dar uma chance a ele, não é mesmo? Vamos tentar descobrir qual o plano que ele bolou para poder nos ajudar? Vamos chamá-lo! (chamem o Ajudante).

(Entra o Ajudante. Vestido com a roupa do bobo da corte).

Chef Erica: Mas como assim? O que é isso que você está vestindo? Agora você é palhaço?

Ajudante: É uma fantasia de bobo da corte!

Chef Erica: Que seja. Você está parecendo que fugiu de algum circo.

Ajudante: Vim do castelo.

Chef Erica: Ok, ok... que seja. Eu queria entender por que tudo isso.

Ajudante: Muito simples. Esse restaurante está vazio ultimamente por que falta alegria. Falta ação. Falta música. Falta um show ao vivo que anime o ambiente.

Chef Erica: E você acha que vai animar o ambiente vestido de bobo? O que você sabe fazer? Cantar? Fazer malabarismo?

Ajudante: Não. Mas eu sei comer e dormir.

Chef Paolo: Isso não tem como dar certo. Precisamos de uma tática melhor, e não uma bobagem qualquer para salvar o restaurante.

Chef Erica: Eu tive uma ideia melhor. Vamos dedicar esse restaurante a Deus?

Ajudante: E Deus vai querer que um restaurante seja dedicado a Ele? Mesmo eu sendo um bobo, afirmo que essa foi a ideia mais boba que eu já vi.

Chef Erica: E por que você acha que é uma ideia boba?

Ajudante: Porque aqui a gente não fica fazendo culto. A gente faz comida. Comida. O que isso tem a ver com Deus?

Chef Erica: Tudo! Em 1º Coríntios 10:31 diz: “Quer comais, quer bebais ou façais outra coisa qualquer, fazei tudo para a glória de Deus”. Ou seja, mesmo que estejamos aqui fazendo comida, ou não importa o que façamos, sempre devemos fazer em honra e glória a Deus. Quando fizermos isso, tudo vai melhorar.

Ajudante: Então quer dizer que tudo que eu dedico a Deus fica melhor?

Chef Erica: Exatamente!

Ajudante: Então vamos dedicar o restaurante, você, eu e até o chef Paolo, para ver se ele fica mais bonito! (E saem correndo).

Oração.

Lanche (opcional).

Convite para a formatura.

PROGRAMA DE ENCERRAMENTO - FORMATURA

Louvor - Use as músicas que aprenderam durante a ECF. (5 minutos)

Entrada do Pastor.

Entrada das Bandeiras - Bíblia, votos, música.

- 1º. Bandeira do país e a bandeirola do voto.
- 2º. Bandeira Cristã e bandeirola com o voto.
- 3º. A Bíblia e a bandeirola com o voto.

Boas-vindas - Pelo diretor da ECF. (10 minutos)

Música tema - Geração Exigente.

Oração.

Testemunho - Dos Professores das 4 oficinas, para contar brevemente o que realizaram e como foi a experiência. (Vídeos dos melhores momentos)

Vídeos dos melhores momentos

Sermão - Feito pelo Pastor. (15 minutos)

Participação especial das classes conforme a idade. (10 minutos)

- Sugestões: Músicas aprendidas durante a ECF, repetições dos versos áureos ou coro falado.

Mensagem musical especial - Cada classe, apresenta uma música e no final, todos cantam uma música juntos. (10 minutos)

Entrega dos Certificados para as crianças.

Agradecimentos - Agradecimento a equipe, entrega de certificados e presentes que eles mesmos confeccionaram nas aulas de artes.

Música final.

Oração.

Mapa Detalhado Geral

Dia	Verso Áureo	História Bíblica	Arte do Chef	Laboratório do Chef. Centro de Aprendizagem	Culinária do Chef	Luizinho
1	“Eu te louvarei, porque de um modo assombroso, e tão maravilhoso fui feito; maravilhosas são as tuas obras, e a minha alma sabe muito bem.” (Salmo 139:14)	Um bebê especial		O corpo humano, ar puro e exercício físico		Cuidar do corpo e atividade física
2	“O meu Deus, segundo as suas riquezas, suprirá todas as vossas necessidades em glória, por Cristo Jesus.” (Filipenses 4:19)	Lavado e Limpo. Naamã		Água limpa e luz solar		Água e sol
3	“Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigênito, para que todo aquele que Nele crê não pereça mas tenha a Vida Eterna.” (João 3:16)	Alimento do céu. Maná		Nutrição e açúcar		Nutrição e açúcar
4	“Não temas, porque eu sou contigo; não te assombres, porque eu sou teu Deus; eu te fortaleço, e te ajudo, e te sustento com a destra da Minha justiça.” (Isaías 41:10)	Dez vezes mais forte. Daniel		Temperança e Equilíbrio - livre para dizer não		Temperança Droga, fumo, alcoolismo e equilíbrio
5	“Portanto, quer comais, quer bebais ou façais outra coisa qualquer, fazei tudo para a glória de Deus.” (I Cor. 10:31)	Um barco e uma promessa. Noé		Confiança em Deus e sono		Sono e Confiança em Deus

Parte III

Laboratório

do Chef



Laboratório do Chef

No Laboratório do Chef, trabalharemos os temas de saúde, faremos a atividade física, as dinâmicas e brincadeiras do dia. E ainda faremos as atividades do livro do aluno. Na tabela abaixo, colocamos mais sugestões como apoio para o professor.

Dia	Ideia Central	DEUS ME FEZ ESPECIAL
1	Objetivo	Mostrar à criança a complexidade do corpo humano para que de alguma maneira desperte a admiração e consciência de seu próprio corpo.
	Experiência	Manuseio do livro interativo “O corpo humano”, Editora Girassol. Pulmão artificial e seu funcionamento. Referência: Prof. Iberê Thenório. Site: https://www.youtube.com/watch?v=DNbF6bnCoio
	Material	Garrafa Pet 2L, cola quente, arame, bexiga, cânula fina e transparente
	Atividade Recreativa	Numa folha de papel craft, do tamanho da criança, desenhar em duplas o contorno do seu próprio corpo e finalizar desenhando os detalhes internos.
2	Ideia Central	DEUS ME FEZ LIVRE
	Objetivo	Dialogar sobre a importância da água para os seres vivos, seu uso e propriedades físico-químicas. E como o sol é fundamental para nossa saúde.
	Experiência	Bebida Esfumaçante. Referência: Prof. Iberê Thenório. Site: https://www.youtube.com/watch?v=mMVOvOry9mc
	Material	Gelo seco, suco de limão em caixinhas e corante alimentício líquido.
Atividade Recreativa	Dividir o grupo em 2 equipes. Acertar pequenos balões de água no balde. Ganha a equipe que acertar o maior número de balões sem estourá-los.	
3	Ideia Central	DEUS CUIDA DE MIM
	Objetivo	Trabalhar conceito de nutrição e o cuidado no consumo do alimento.
	Experiência	Demonstrações as reações químicas no aparelho digestivo e a importância da mastigação. Referências: https://www.youtube.com/watch?v=wEde9Fyd5dk https://www.youtube.com/watch?v=BdXUBScSHE https://www.youtube.com/watch?v=fPDpcGq-PIA
	Material	Anti-ácido, vinagre, água, óleo de cozinha, leite.
Atividade Recreativa	Morder maçã pendurada, achar frutas numa piscina de bolinhas.	
4	Ideia Central	DEUS ME CONHECE
	Objetivo	Falar sobre equilíbrio. Falar não para o que é prejudicial. Enfatizar o que faz mal. E falar sobre o efeito das drogas, alcoolismo e fumo no organismo.
	Experiência	Demonstração de pesos e medidas numa balança de pratos, objeto incomum no uso cotidiano.
	Material	Balança de pratos, ovo, colher, livro e cadeira.
Atividade Recreativa	Trabalhar o conceito de equilíbrio através das vivências: 1. Andar um determinado trajeto com ovo na colher até o ponto em que se encontra uma cadeira com um livro. Abaixar, pegar o livro, sentar, colocar o livro na cabeça, levantar e caminhar no ponto de partida, ao chegar, passar o ovo para colher do colega, sem deixar cair. 2. Exercício de Alongamento.	
5	Ideia Central	DEUS ME AJUDA A ESCOLHER O CERTO
	Objetivo	Discutir sobre a importância de confiar em Deus e sobre o sono.
	Experiência	Bebida Colorida. Referência: Prof. Iberê Thenório. Site: https://www.youtube.com/watch?v=4blaerF-TRg&t=161s
	Material	Gelatina - 5 sabores diferentes, água e açúcar.
Atividade Recreativa	Piscina de bolinha com frutas e vegetais de plástico e espalhados previamente. Dividir o grupo em 2 equipes com 2 baldes na saída da piscina de bolinhas. Em 1 fila, 1 criança por vez, entra, procura 1 objeto, sai e coloca no balde. A equipe que juntar maior número de objeto, no tempo de 2 minutos vence.	

DIA 1 – Laboratório do Chef

Tema: O corpo humano, ar puro e exercício físico.

Verso para decorar: “Eu te louvarei, porque de um modo assombroso, e tão maravilhoso fui feito; maravilhosas são as tuas obras, e a minha alma o sabe muito bem”. (Salmo 139:14)

Preparação: Decore o Laboratório do Chef com figuras do corpo humano, coluna vertebral ou até um esqueleto completo. Figuras grandes de crianças felizes e com as silhuetas que as crianças fizerem, poderão completar a decoração. Usar bolas, arcos e coisas de atividade física.

Materiais necessários: ½ metro de papel pardo, pincel atômico, letreiros em cartolina (12cm) com as seguintes palavras: cérebro, coração, veias, artérias e outros órgãos dos quais vai falar.

Peça a uma criança que se deite sobre o papel pardo e uma ou duas crianças com pincel atômico traçam a silhueta desta criança sobre o papel. Use cartões adesivos para colocar o nome das partes do corpo nesta silhueta. Fixá-la na parede ou na porta.

Pense um pouquinho na fruta que você mais gosta. Vou falando os nomes e cada um ficará em pé ao ouvir a sua preferida: morango, abacaxi, melancia ...etc. Levante a sua mão se gostar de todas. Muito bem. Cada um de nós gosta de sabores diferentes e está muito certo. Sentimos os sabores na língua.

Como seres humanos temos coisas iguais aos outros, por exemplo: temos mãos, dedos, nariz, boca... cabelo, exceto algumas pessoas que são calvas. E o que temos como humanos e não vemos? Exemplo:

O cérebro - Cada um de vocês tem um computador interno. Em que parte do corpo poderá desenhar o computador? Faça um cérebro na cabeça. Pensar corretamente é importante para estar bem e feliz. Tem gente que gosta de colocar sujeira dentro da cabeça, pensamentos ruins e maus... se a sua cabeça está cheia de lixo, isto arruinará o tipo de pessoa que você quer ser. Cuidado com o que você vê e ouve... coloque coisas boas no seu cérebro!

O coração - Todos nós também temos uma bomba que palpita (desenhe o coração na silhueta). O coração bombeia sangue para todo o corpo (desenhe linhas para as pernas e braços e para o cérebro). O que acontece se o coração parar de bombear? Ele para, morre. Por isso é muito importante ter um coração forte e saudável, e como conseguir isto? Fazendo atividade física, descansando na hora certa e comendo bons alimentos. E para deixar o coração e o corpo forte, temos que nos exercitar. Vamos lá... em pé! Alongando o corpo todo dia teremos mais flexibilidade e energia.

Alongamento do pescoço - Cuidadosamente gire a cabeça, estique seu pescoço para a direita e para a esquerda.

Alongamento dos braços - Solte os braços, afrouxe-os e sacuda-os, primeiro um e depois o outro. Agora levante-os para cima e tente alcançar o teto. Muito bom! Separe os pés na distância dos seus ombros. Agora mova os braços como um ventilador.

Alongamento das pernas - Flexione o seu joelho esquerdo para a frente, enquanto a perna direita está estirada para trás. Você vai sentir o músculo estirando-se na perna direita. Agora troque. Dobre a perna direita e estire a perna esquerda até sentir o músculo esticar-se.

1). Brinquem de vivo ou morto – senta levanta. Coloque o grupo de crianças em pé ao falar vivo. Quando falar morto, todos devem se abaixar. Vai eliminando os que se equivocarem e ganham os dois últimos.

2). Pular com um pé só, correr no lugar, etc.

3). Encha o pulmão de ar. Segura... solta...O oxigênio é o elemento essencial que necessitamos para manter a vida. Os adultos inalam 16 a 18 vezes por minuto. Cada vez que você inspira, entram no seu pulmão mais ou menos 2 xícaras de ar. Quando você inspira, o ar que vem dos pulmões tem uma velocidade de quase 175 quilômetros por hora, mais rápido que os ventos de um furacão. Para ter mais saúde, respire ar puro... encha bem seus pulmões...

(Repetir o verso do dia, explicar o seu significado e fazer a atividade do livro do aluno)

DIA 2 – Laboratório do Chef

Tema: Água fresca e limpa e luz solar.

Verso para decorar: “O meu Deus, segundo as suas riquezas, suprirá todas as vossas necessidades em glória, por Cristo Jesus”. (Filipenses 4:19)

Preparação: Decorar a sala com objetos relacionados com água, tais como: copos, chuveiro, sabão, toalha, etc. Colocar objetos de praia, guarda sol.

Materiais necessários: Papel sulfite para o copinho.

O nosso corpo deve ser mantido limpo por dentro e por fora. Nossa pele precisa estar limpa para prevenir infecção produzida por cortes ou escoriações. As nossas mãos também precisam ser lavadas, especialmente antes de comer, depois de pegar em lixo, depois de usar o banheiro e até depois de pegar um animalzinho, a fim de evitar que os germes se introduzam em nosso corpo.

Quando os germes penetram no corpo, produzem substâncias venenosas chamadas toxinas. Uma boa maneira de jogar fora as toxinas é bebendo bastante água. A água elimina as toxinas do corpo e mantém limpo o sangue. Quando a água sai do corpo, recebe um nome – urina. E a cor da urina não é igual da água que bebemos... é amarelada (mostrar um vidro com anilina amarela fraco). É normal estar assim... aqui tem toxinas. (Mostrar um outro vidro com água e bastante anilina – amarelo forte). Nossa... e esse xixi? Muitaaaa toxina? A pessoa tomou pouca água. Agora você precisa ser o fiscal do seu xixi! Cada vez que for ao banheiro, olhar no vaso sanitário - xixi pouco amarelo? Ótimo... estou bem. Urina amarelo muito forte? Ixi, corre beber mais água.

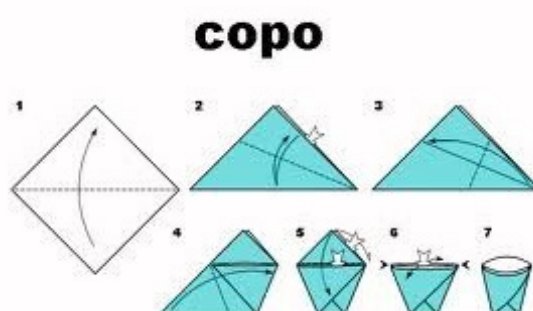
- Nosso corpo está composto de 70% de água. Por isso precisamos repor essa água sempre.
- Devemos beber de 6 a 8 copos de água por dia. Mas não junto com o alimento.
- Até nosso cérebro contém quase 85% de água.

E tem mais coisas para a gente ser saudável... precisamos da luz do sol. Sem a luz do sol não poderíamos viver. Nossa saúde depende da luz solar.

O principal benefício do sol para nossa saúde é a produção de vitamina D. A luz solar faz com que nosso corpo produza naturalmente vitamina D3, a partir da interação dos raios UVB com substâncias presentes na pele, que desencadeiam o processo de formação da vitamina nos rins e no fígado. São só 15 minutos por dia. Olha no que a luz solar ajuda:

- Diminui o risco de depressão.
- Melhora a qualidade do sono.
- Protege o organismo contra doenças.
- Deixa a pele bronzeada.
- Precisa ter equilíbrio; mais de 15 minutos no sol? Passe protetor.

Agora vamos preparar uma dobradura de papel para fazer um copinho para bebermos água.



As crianças fazem o copinho, bebem água, fazem a atividade do caderno e é hora de falar o verso do dia.

Brincadeiras

Quem enche a garrafa primeiro

Coloca-se duas garrafas pet com um funil no gargalo e no final de uma fila; cada participante enche um copinho de cafezinho e vai até a garrafa para enchê-la. A equipe que encher primeiro ganha.

Corrida de copinho

Fure o fundo de um copo plástico e passe um barbante por ele. Amarre as pontas do barbante em árvores, cadeiras, deixando o fio bem firme. Com uma pistola de água ou spray (daqueles de limpeza, devidamente limpos), vá mandando o copinho de uma ponta a outra.



E se der tempo – conte a história do sol, dividir as crianças em três grupos:

1. O primeiro grupo representa os óculos.
2. O segundo o chapéu.
3. O terceiro os bronzeadores.

Dizer: Vamos ler uma história juntos e cada vez que eu falar sobre “óculos para o sol”, “**os óculos**” ficarão em pé, e farão círculos com seus dedos ao redor dos seus olhos como se fossem óculos escuros.

Cada vez que eu falar sobre “chapéus” para o sol “**os chapéus**” se levantam e põem as mãos sobre a cabeça como se fossem chapéus.

E cada vez que eu falar de “filtro solar”, o grupo dos “**bronzeadores**” ficarão em pé e passarão as mãos sobre o corpo, como se estivesse passando protetor solar.

História - Marta vai à praia

Um dia de verão ensolarado, Marta decidiu ir à praia. Ela fez uma lista de artigos que ia precisar, tais como, óculos para o sol, sandálias, chapéu para proteger-se do sol, maiô, protetor solar e uma toalha. Mas então ela percebeu que seu protetor solar estava acabando e teria de comprar mais.

Marta gritou perto da escada: “Mãe, você viu meus óculos para sol? Já tenho o chapéu para proteger-me do sol, mas não consigo encontrar meus óculos para sol”. Sua mãe lhe respondeu: “Eu vi os seus óculos para sol perto da escada”.

Marta pôs os óculos de sol e também o chapéu. Pegou sua carteira e correu à farmácia para comprar o protetor solar. Quando chegou à farmácia, tirou os óculos escuros e o chapéu e os guardou na bolsa. Comprou o protetor solar e viu uns lindos chapéus amarelos que teve vontade de comprar.

Quando saía da farmácia, depois de ter comprado o protetor solar que foi guardado na bolsa, ela colocou novamente os óculos escuros, o chapéu e caminhou para a praia. Quando chegou, encontrou um lugar ideal na areia e estendeu sua toalha grande. Sentou-se sobre a toalha e começou a passar o protetor solar nas partes expostas; depois colocou os óculos escuros, ajustou seu chapéu e começou a desfrutar de uma agradável hora de sol.

(Repetir o verso do dia, explicar o seu significado e fazer a atividade do livro do aluno)

DIA 3 – Laboratório do Chef

Tema: Nutrição / açúcar

Ideia principal: Há muito tempo, Deus proveu o alimento (maná) aos israelitas no deserto. Esse mesmo Deus é que provê alimento para Seus filhos hoje. Os alimentos de Deus são os melhores. Há alimentos que para nós são apetitosos, mas prejudiciais à nossa saúde. Nós podemos aprender a fazer a diferença e escolher só o que é bom para nosso corpo. Deus fala com a gente através da mente, e esta precisa estar limpa.

Verso para decorar: “Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigênito, para que todo aquele que nEle crê não pereça mas tenha a Vida Eterna”. (João 3:16)

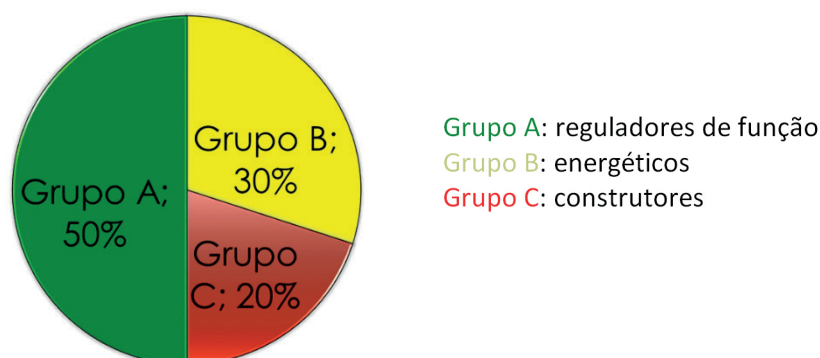
Preparação: Decore a sala com alimentos saudáveis, tais como: pão integral, nozes, grãos, frutas e verduras.

Materiais necessários: Pratos de papel, canetas, pincel atômico, uma sacola de supermercado.

Nós comemos para ficarmos saudáveis, para termos energia para brincar, comemos para sermos fortes e não ficarmos doentes. Hoje vamos dar umas dicas para sermos mais felizes e saudáveis com a alimentação.

1. Coma bastante frutas, verduras e legumes crus.
2. Escolha cereais integrais e prefira os alimentos mais naturais possíveis.
3. Não se esqueça: tem alimentos que são ruins para nosso corpo. A Bíblia tem uma lista de coisas que não podemos comer. E até a ciência também diz que não podemos usar açúcar demais.
4. Mastigue cada bocado até que a comida vire uma mistura homogênea na boca.
5. Coma coisas saudáveis e distribua certinho no prato:

Prato farol



REGULADORES – Verdes: Este grupo fornece vitaminas, minerais, celulose e água para o corpo. Verduras, frutas e legumes. Prefira comer os crus primeiro. Use metade do prato para os crus.

ENERGÉTICOS OU CARBOIDRATOS – Amarelos: Os nutrientes deste grupo fornecem calorias para o gasto diário do organismo. Alimentos energéticos são: cereais em grãos, pães, massas, batatas. E ainda, mel, melado, açúcar. 30% do prato.

CONSTRUTORES – Vermelhos: São as proteínas. Responsáveis pela formação de tecidos novos, formação de hormônios e enzimas. Precisamos comer, mas com moderação: castanhas, germe de trigo, carne vegetal ou não, leite e derivados, ovos. 20 % do prato.

Lembrete:

Pela manhã comer como um rei – desjejum reforçado.

Na hora do almoço - como um príncipe - média quantidade.

No jantar – como um mendigo - só o suficiente para um sono gostoso.

Atividade – Brinquem de descobrir o grupo de alguns alimentos:

Dentro de uma sacola de supermercado coloque: pão branco, pão integral, batatas fritas, cenouras, açúcar, maçã, aipo, pão doce, suco de maçã, feijões, leite, refrigerantes, aveia, lentilhas, macarrão.

Cada criança deve desenhar o semáforo do prato ideal, e colocar neles coisas saudáveis para comer.

DIA 4 – Laboratório do Chef

Tema: Temperança e equilíbrio (drogas, álcool e fumo).

Ideia principal: Precisamos dizer NÃO a todo o tipo de substâncias perigosas. Pessoas hoje morrem porque não foram suficientemente fortes para dizer NÃO às drogas, tais como o álcool e cigarro. Você pode dizer NÃO.

Verso para decorar: “Não temas, porque eu sou contigo; não te assombres, porque eu sou teu Deus; eu te fortaleço, e te ajudo, e te sustento com a destra da minha justiça”. (Isaías 41:10)

Preparação: Decore a sala com figuras de pessoas e crianças correndo, atletas chegando ao final. Um grande cartaz com a palavra NÃO. Balança e coisas de equilíbrio.

As drogas são substâncias químicas que alteram o funcionamento de nosso corpo. Algumas drogas são produzidas pelas plantas nos laboratórios. Os remédios são um tipo de droga. Não podemos tomar uma dosagem errada. Mas tem outras drogas que não são remédios.

Por exemplo, o cigarro. Existem drogas mortais no cigarro: alcatrão, nicotina e monóxido de carbono. A nicotina afeta o coração. O coração dos fumantes bate mais rápido que o dos não fumantes. O alcatrão contém substâncias químicas que produz câncer.

O álcool também é uma droga, que vicia e prejudica a saúde. E o álcool pode prejudicar vários órgãos do corpo.

Drogas como maconha, e o crack por exemplo, que ao ser introduzido no corpo em menos de 10 segundos pode sufocar, produzir desordens cardíacas, ataque do coração.

Essas coisas devem ser evitadas mesmo. Não tocar, não cheirar. Não querer conhecer nunca.

E as outras coisas boas que comemos ou fazemos, pode ser a vontade? Posso comer 500 maçãs num dia?

(Mostre uma balança de dois pratos, e deixe que as crianças façam experiências com pesos. Pode usar dois tijolos ou livros para tentar fazer o equilíbrio. Com uma tábua e tijolos, faça uma gangorra e deixe as crianças provarem o equilíbrio. A criança maior deve sentar-se mais para o centro da tábua e a criança menor mais para a extremidade. Pedir às crianças para mencionarem como a vida é um ato de equilíbrio. Brincadeiras na gangorra, skate, balança. Equilibrar cabo de vassoura na mão)

O ato de equilibrar nossa vida chamamos de temperança, ou seja, é fazer as coisas de maneira responsável, de tal forma que não façamos muito uma coisa e deixemos outras sem fazer.

Precisamos fazer exercícios, mas não em exagero. Devemos equilibrar o exercício com o descanso. Precisamos alimentos nutritivos, mas não comer demais. Precisamos dormir, mas não dormir demais para não ficar preguiçoso.

DIA 5 - Laboratório do Chef

Tema: Confiança em Deus e sono.

Verso para decorar: “Portanto, quer comais, quer bebais ou façais outra coisa qualquer, fazei tudo para a glória de Deus”. (I Cor. 10:31)

Preparação: Decore o ambiente com objetos relacionados com o sono. Pendure uma lua, estrelas de vários tamanhos, tenha travesseiros, pijamas, etc. Para a parte de Confiança em Deus, coloque figuras de Jesus e Bíblias.

Explicar como as mães às vezes cantam uma música para os seus bebês. Cantar alguma que você conhece. Perguntar se eles se lembram de alguma música que cantavam para eles quando eram bem pequenos.

O sono é necessário para todas as pessoas. Os bebês necessitam dormir mais da metade do dia, de 10 a 14 horas. As crianças precisam de 8 a 12 horas de sono (dependendo da idade) para conservar seu corpo saudável. Os adultos precisam de 6 a 9 horas de sono para estarem bem e não sonolentos durante o dia.

Dormir ajuda a desenvolver o sistema imune e dá ao coração e a outros órgãos a oportunidade de descansar. O sono é parte natural do tempo de dormir. Deus deu o sono como um presente para nossa saúde.

E o que mais nos ajuda a ter saúde? A confiança em Deus. Você pode confiar especialmente em Deus para conhecer o que é melhor para o seu corpo, porque foi Ele que o fez. Um fator importante para permanecer saudável é obedecer às leis de Deus para uma boa saúde e confiar que Ele cuida de nós.

As crianças às vezes se preocupam com as coisas que lhe dão medo. Preocupar-se não faz com que as coisas terríveis desapareçam. Mas preocupar-se às vezes, nos deixa nervosos e podemos até adoecer. As crianças preocupam-se muitas vezes com as provas que têm que fazer na escola, chegar tarde a alguma reunião importante, perdas, ferimentos ou morte.

Deus é a resposta para as preocupações. Ele afirma na Bíblia em Salmos 34:7: “O anjo do Senhor se acampa ao redor dos que O temem e os guarda”.

A palavra “temer” neste texto significa respeito e confiança. Deus cuida daqueles que confiam nEle. Por isso, da próxima vez que se sentir preocupado, peça a Deus que tire os seus temores.

Brincadeiras – uma criança venda os olhos (sonâmbulo) e a outra a guia, andar pela sala; depois trocam. Conversar sobre o que sentiram. Formar duas filas, e soltar na ponta de cada fila um travesseiro, eles vão passando pelo alto da cabeça o travesseiro, e o último da fila corre para a frente da fila, e recomeçam a passar o travesseiro. Ganha a fila que terminar primeiro.

Parte IV

Guia do

Instrutor Bíblico



Bíblia com o Chef

A responsabilidade principal do instrutor bíblico é a de nutrir espiritualmente as crianças. O tempo do ensino da Bíblia começa com uma breve introdução ao tema, seguido pela lição bíblica, a aprendizagem do versículo e atividades diversas. A lição não estará completa se a mensagem não tiver uma aplicação para a vida dos pequenos.

COMO LEVAR AS CRIANÇAS A SE ENTREGAREM A JESUS

Cada dia, as crianças devem ter mais de uma oportunidade para fazer sua entrega a Jesus, e a decisão de ter uma vida saudável. Porém, os apelos para seguir a Jesus são melhores quando as crianças decidem falar ao professor/instrutor em particular sobre sua entrega. Então os professores podem guiá-los através dos seguintes passos para aceitarem a Jesus.

PASSOS PARA ACEITAR A JESUS

Comece com o AMOR de Deus. Jesus ama a cada um todo o tempo, não importa o que eles fazem. (Jo. 3:16, I Jo. 4:8,10)

Mostre-lhes a NECESSIDADE de um Salvador. Todas as pessoas fazem coisas ruins; isso nos separa de Deus; ninguém por si mesmo é bom o suficiente para viver com Deus no Céu. (Rom.3:23, Ap. 21:27, Jo. 8:24)

Mostre-lhes o CAMINHO da salvação. Jesus nos amou tanto que preferiu morrer na cruz, em vez de viver para sempre sem nós. Mas Ele ressuscitou e nos oferece dom gratuito da nova vida. Uma vida para sempre com Ele. Jesus é o Único caminho ao Céu. (Jo. 3:16; Ef. 2:8; I Co. 15:3-4)

Mostre-lhes a necessidade de ARREPENDIMENTO. Eles precisam dizer que ficam tristes pelas coisas más que fazem. (At. 2:37,38; 3:19) Deus sempre nos perdoa e nos faz como novos outra vez. (Is. 1:18)

Ajude-os a RECEBEREM a Jesus em suas vidas. Eles devem dizer a Jesus que sentem muito por terem pecado, que aceitam a Jesus como o Dom da Vida e desejam que Ele seja parte de suas vidas e que confiam inteiramente nEle. (Jo. 1:12; Apoc. 3:20)

Ajude-os a encontrar SEGURANÇA. Agora eles têm um lugar na família de Deus e no Céu; eles serão salvos. (Jo. 1:12; 3:36; Heb. 13:5)

Ensine-os a CAMINHAREM com Jesus. Como eles amam muito a Jesus, desejam viver em Seu caminho. Quando eles abrem seus corações a cada dia, são ajudados a crescer e a se tornarem mais semelhantes a Cristo. (Col. 2:6; Jo. 14,15; Sal. 119:11)

DIA 1 – Bíblia do Chef UM BEBÊ ESPECIAL

Objetivo: Conhecer dados da vida de Jesus, que Ele foi um bebê especial. Devemos nos alegrar porque temos um Salvador e que somos especiais para Deus.

Verso para decorar: “Eu te louvarei, porque de um modo assombroso, e tão maravilhoso fui feito; maravilhosas são as tuas obras, e a minha alma o sabe muito bem”. (Salmo 139:14)

Começando a lição: Peça para as crianças fazerem um desenho de uma camiseta, e escrever no centro a frase: “Jesus me ama”. Dê alguns minutos para que a pintem e enfeitem. Depois, diga: “Assim como aqui temos camisetas diferentes, nós também fomos criados uns diferentes dos outros, ninguém é exatamente igual. Deus nos fez assim porque nos ama e somos muito especiais para Ele. Nossa primeira lição fala sobre um Bebê especial”.

Materiais: Figuras dos tempos bíblicos, cenário do nascimento de Jesus, e podem dramatizar a história.

História bíblica: Era uma vez uma moça chamada Maria, que morava na cidade de Nazaré, ela gostava de ajudar as pessoas.

Sua maior qualidade era ser humilde de coração. Por isso ela achou graça diante de Deus, que a escolheu para ser a mãe de seu filho Jesus Cristo, o Salvador do mundo.

Então Deus enviou um anjo até a casa de Maria; o anjo disse:

– Maria, não temas! O Senhor é contigo! Trago novas de grandes alegrias. Tu achaste graça diante de Deus, eis que você dará à luz a um filho e dará o nome de Jesus, este será chamado de filho do Altíssimo, e será o príncipe da paz.

Maria ficou muito feliz e orou agradecendo a Deus:

– Obrigada, Senhor! Porque escolheste a tua humilde serva para ser a mãe do Seu Filho amado.

Logo que o anjo falou com Maria, ela foi visitar sua prima Isabel para contar as boas-novas, e Isabel ao ver Maria ficou feliz e sentiu, pelo Espírito Santo, que a prima tinha algo especial e disse:

– Bendita és tu entre as mulheres, bendito é o fruto do teu ventre.

Passaram-se nove meses a barriga de Maria já havia crescido e ela teve que viajar com seu esposo José para Belém, para se recadastrarem. Quando chegaram a Belém a cidade estava cheia de gente, muitas pessoas de todas as partes estavam ali para o recenseamento, por isso José não achou nenhuma vaga nos hotéis da cidade; todos estavam super lotados.

José falou para o atendente de um dos hotéis:

– Amigo, minha esposa está prestes a dar à luz, o bebê vai nascer logo, será que você não tem um lugarzinho que ela possa ao menos passar esta noite?

– Só tem o estábulo, onde ficam os animaizinhos, se você quiser podem passar a noite lá.

E lá se foram José e Maria para o estábulo. Era um lugar simples e humilde e ali mesmo Maria deu a luz ao menino Jesus, O Salvador do mundo, O Príncipe da Paz; e ela O envolveu com faixas e colocou-O em um bercinho de palha chamado de manjedoura.

Lá no campo, estavam os pastores, cuidando de suas ovelhinhas, quando um anjo do Senhor apareceu e lhes deu a notícia do nascimento do menino Jesus:

– Jesus, nasceu lá em Belém em um estábulo.

De repente apareceram muitos anjos cantando:

– Glória a Deus nas alturas e paz na Terra entre os homens de boa vontade.

Os pastores imediatamente foram a Belém, ao encontro de Jesus e ficaram felizes em vê-Lo. Os magos que moravam muito longe viram uma estrela no Oriente, e na Bíblia estava escrito que essa estrela apareceria quando Jesus nascesse; eles não tiveram dúvidas, seguiram a estrela e ela os levou onde estava o menino Jesus com a sua mãe. Então os magos prostraram-se e adoraram Jesus, e presentearam o menino com ouro, incenso e mirra.

Quem é Jesus hoje? É o nosso Salvador! Não é mais um bebezinho. Ele está junto de Deus preparando lugares para nós irmos morar com Ele. Quem deseja morar no Céu com Jesus? O que precisamos fazer para ir para o Céu? Comprar uma passagem aérea? Aceitar que Jesus é o nosso Salvador. Quem aceita Jesus?

DIA 2 - Bíblia do Chef

LAVADO E LIMPO - Naamã

Objetivo: Deus quer nos curar e restaurar nossa vida

Verso para decorar: “O meu Deus, segundo as suas riquezas, suprirá todas as vossas necessidades em glória, por Cristo Jesus”. (Filipenses 4:19)

História bíblica: Naamã era o comandante do exército do rei da Síria, era um homem extremamente respeitado, porque dera muitas vitórias ao seu povo. Mas um dia, quando ele olha seu corpo, leva o maior susto; estava doente com a pior doença da época. Ele estava com lepra.

Uma menina israelita, que havia sido sequestrada de seu país, trabalhava como escrava no palácio deste oficial e, um dia, ela viu a esposa do comandante chorando, muito triste, porque o esposo estava com essa terrível doença. Ela era uma menina boa, que acreditava nos milagres de Deus, e disse para a esposa de Naamã:

– Queria que, o meu senhor, pudesse ir diante do profeta que está em Samaria; ele o restauraria da sua lepra. (2 Reis 5:3) Naamã foi contar ao rei da Síria o que a menina dissera e o rei enviou-o juntamente com uma grande quantia de prata ao rei de Israel. Enviou uma carta dizendo:

– Estou te enviando meu oficial Naamã para que o cures da lepra.

Quando o rei de Israel recebeu Naamã e leu a carta ficou muito perturbado:

– Ele pensa que sou Deus para curar alguém? Ele está procurando um motivo para se desentender comigo.

Quando Eliseu soube que o rei havia ficado perturbado mandou essa mensagem:

– Envia Naamã a mim para que a Síria saiba que há profeta em Israel.

Naamã chegou à casa de Eliseu, ele nem se levantou para dar um abraço, apenas mandou um mensageiro dizendo:

– Você deve se banhar no rio Jordão sete vezes. Quando fizer isso ficará curado.

Mas Naamã ficou indignado com essa situação e disse:

– Não acredito, vim de tão longe, e ele nem veio me cumprimentar; pensei que ele iria se levantar e orar fervorosamente, pensei que ele iria passar a mão na minha pele...

Sabe, ele ficou muitooooo bravo e queria voltar para sua casa, com a doença. Ele ainda disse:

– Não são porventura Abana e Farpar, rios de Damasco, melhores do que todas as águas de Israel? Não me poderia eu lavar neles, e ficar purificado? (2 Reis 5:11-12)

E começou a retornar para casa. Os seus servos, no entanto, tentavam dissuadi-lo no caminho dizendo:

– Mestre, se o profeta tivesse te pedido algo difícil tu terias feito. Só porque ele pediu algo simples você o menospreza.

Então Naamã, convencido, foi até o rio Jordão e se lavou 7 vezes. Adivinha? Milagre! Sua pele se restaurou e se tornou como pele de criança. Ele e sua comitiva voltaram à casa de Eliseu:

– Agora eu sei que não há Deus em nenhum outro lugar! Por favor, aceita meu presente!

Mas Eliseu recusou-se a aceitar, embora Naamã insistisse muito. Naamã aceitou Deus como seu dono e disse que nunca mais adoraria outro deus. Vocês já viram algum milagre? Eliseu orou antes... Deus “caprichou” no milagre, né? Porque Deus amava aquele homem. Ele te ama também e pode realizar milagres caprichosos na sua vida.

DIA 3 – Bíblia com o Chef

ALIMENTO DO CÉU – Maná

Verso para decorar: “Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigênito, para que todo aquele que nele crê não pereça mas tenha vida eterna”. (João 3:16).

Objetivo: Que a criança aprenda que o melhor alimento é Deus quem dá. Que ela confie que Deus suprirá suas necessidades.

Materiais: Roupas dos tempos bíblicos, cabo de vassoura, pipoca bem salgada, copinhos descartáveis com água salgada ou chá amargo, jarra com água fresca e pura, TNT marrom, sucrilhos sabor mel ou crispes de arroz, ou biscoitos sabor mel quebrados.

Colocar um turbante na cabeça e uma capa, além de segurar um cabo de vassoura para ser a vara de Moisés. Se possível, colocar um turbante na cabeça das crianças também. Dar um pouquinho de pipoca bem salgada para as crianças comerem.

História bíblica: Quando você está com fome, sede ou cansaço, espera pacientemente pela mamãe para ajudá-lo? Ou fica impaciente e começa a reclamar e a fazer birra? Os israelitas tinham deixado o Egito há pouco tempo e estavam a caminho da Terra prometida. Vamos dar um passeio pela sala ou pátio, fazendo de conta que somos os israelitas no deserto. (Fazer uma fila com as crianças e dizer que elas são os israelitas caminhando pelo deserto. Se passarem perto do bebedouro, não permitir que bebam água. Não esquecer de levar o cabo de vassoura para ser a vara de Moisés).

Iniciar a história: No começo da viagem eles estavam muito agradecidos a Deus por estarem livres da escravidão. Mas, logo, logo, eles se esqueceram de como Deus tinha aberto o Mar Vermelho e derrotado os egípcios. Os israelitas estavam cansados e com calor. Vamos imitar como eles estavam se sentindo (abandar as mãos, como quem está com calor). Para piorar, a água que eles levavam acabou rapidinho. Eles caminharam por três dias no deserto e não acharam água e a que eles tinham trazido do Egito já tinha acabado (enquanto caminham, auxiliares devem arrumar na sala, copos com água salgada para as crianças). Na sala, continue a história: Quando eles estavam com muita, muita, sede, alguém gritou:

– “Água! Água!”

E todos foram alegremente para pegar a água. (Servir as crianças, mas todas devem beber juntas).

A água que vocês experimentaram está ruim? Isso aconteceu com os israelitas. Eles estavam com muita sede e a água que eles encontraram era horrível, amarga (fazer cara de nojo). Eles ficaram muito revoltados e reclamaram: “O que vamos beber?”. Deus mandou que Moisés pegasse um pedaço da madeira do arbusto e a jogasse na água (colocar um pedaço limpo de canela em pau ou um palito de sorvete dentro da jarra de água). Sabem o que aconteceu? O amargo da água desapareceu completamente e eles puderam matar a sede à vontade (servir a água da jarra para as crianças beberem). Aquele lugar recebeu o nome de Mara, que significa “amargo”. Depois de algum tempo, perceberam que a comida estava acabando. No deserto não tinha mercado, nada para comprar; como conseguiriam comida para tanta gente! Então, ficaram com muito medo de morrer de fome. Esqueceram que Deus havia dado água boa tão rápido.

O que vocês acham que Deus deveria fazer com aqueles ingratos? (Dar tempo para as respostas)

Deus teve muita paciência com eles. Ele ofereceu um presente especial. Ele disse: “Farei chover pão do céu para vocês”. Vocês já viram pão do céu? Os israelitas viram. Vamos fazer de conta que é noite, somos israelitas e fomos dormir. Juntem suas mãos, inclinem suas cabeças sobre elas e fechem os olhos, como se estivessem dormindo. Só abram quando eu mandar (esticar um pedaço de TNT marrom sobre o chão, espalhar sucrilhos sabor mel, ou crispes de arroz, ou pedacinhos de biscoito de mel quebrados).

– Acordem! O sol está saindo e nós vamos acordar. Se espreguicem, e vamos olhar para fora de nossa tenda.

Sabem o que os israelitas viram, quando acordaram e olharam para fora? Viram uma coisa pequena e branca cobrindo todo o chão. Eles ficaram perguntando uns para os outros:

– “O que é isto?”.

Depois, pegaram aquela coisa e a experimentaram. Era delicioso! E eles colocaram o nome daquilo de maná. Moisés lhes explicou que o maná era a comida que Deus estava providenciando para eles. Se os israelitas fossem saudáveis, os outros povos iriam saber que isso era por causa da alimentação certa que eles comiam.

Para colher o maná, tinham regras. Todos os dias eles deveriam colher o suficiente para cada pessoa da casa. Não poderiam colher a mais e guardar para o dia seguinte porque estragaria. Deus fez isso para eles confiarem que cada dia, Deus mesmo daria o alimento necessário.

Mas algumas pessoas não obedeceram à ordem e guardaram o maná para o dia seguinte. Sabem o que aconteceu? O maná ficou cheio de bichos e ficou com um cheiro muito ruim.

Outra regra, era que na sexta-feira eles deveriam colher maná para a sexta e para o sábado. Surpresa! O maná que sobrou da sexta para o sábado não estragou. Os teimosos e desobedientes não colheram o dobro de maná na sexta e saíram no sábado para colhê-lo. Mas não adiantou nada porque no sábado o maná não caiu.

Deus fez tudo isso para ajudar os israelitas a se lembrarem de santificar o sábado. Durante quarenta anos Deus repetiu três milagres para o povo não esquecer do sábado.

1º. milagre era haver o dobro de maná na sexta.

2º. era que o maná que guardavam da sexta para o Sábado não estragava.

3º. era que não caía maná no Sábado.

Deus não deixou o povo morrer de sede e nem de fome. Ele deu água e deu comida para todos. Ele promete nos dar também tudo que precisamos. Isso está escrito na Bíblia.

O maná era o pão dos anjos, que Deus fazia cair do céu todos os dias para alimentar os israelitas, para que eles não morressem de fome.

Deus enviou Jesus que também veio do Céu, como o Pão da Vida, para nos dar a vida eterna. Quem ler a Bíblia, está se alimentando do Pão do Céu, porque é nela que conhecemos Jesus. Estudando a Bíblia ficamos fortes para vencer as tentações.

Quem de vocês gostaria de comer maná de verdade? Esse maná que eu mostrei para vocês não é de verdade. É só para a gente ter uma ideia. Hoje, o maná que os israelitas comiam não cai mais do céu. Mas a Bíblia tem uma linda promessa para quem aceitar a Jesus como seu Salvador e obedecer ao que está escrito em Sua Palavra: essa pessoa vai comer do verdadeiro maná, lá no Céu. Vejam Apocalipse 2:17: “Ao que vencer darei Eu a comer do maná escondido”. Eu quero muito comer desse maná. Quem quiser comer também, ajoelhe-se comigo para orarmos ao Senhor (orar agradecendo a Deus por ter enviado Jesus para nos dar a vida eterna e pedindo Sua ajuda para que todos sejam vencedores das tentações para poderem comer do maná escondido).

DIA 4 - Bíblia com o Chef

DEZ VEZES MAIS FORTE – Daniel

Objetivo: Ensinar para as crianças que Deus as conhece, cuida delas e deseja o melhor para elas. Que elas deverão respeitar os conselhos de Deus para manter uma boa saúde. Que alimentar-se direito dá mais saúde e inteligência.

Verso para decorar: “Não temas, porque eu sou contigo; não te assombres, porque eu sou teu Deus; eu te fortaleço, e te ajudo, e te sustento com a destra da minha justiça”. (Isaías 41:10)

Começando a lição: Mostre a Pirâmide de Alimentos e explique que isso é o resultado de estudos científicos sobre os alimentos.

Materiais: Uma ratoeira com um pouquinho de comida como isca ou uma linha de pesca com isca.

História bíblica: Mostre às crianças uma ratoeira armada com isca, pronta para ser acionada.

Use um palito ou algo similar para acionar a ratoeira. Ou, você pode mostrar uma linha de pesca com isca e explicar como se pega um peixe com ela. Pergunte-lhes o que os ratos fariam se entendessem o funcionamento da ratoeira e soubessem que tocar na isca é morte certa. Faça um debate a respeito da “isca” que Satanás usa para tentar persuadir-nos a desobedecer a Palavra de Deus. Ajude-as a compreender que dar ouvidos à propaganda de coisas aparentemente desejáveis ou à pressão de outros, é comparável a tocar na isca da ratoeira. Diga às crianças que esta lição fala da coragem e autocontrole que Daniel teve quando recusou as iguarias e o vinho que o rei lhe designara e das bênçãos que recebeu por obedecer à lei de saúde do Senhor.

Iniciar a história: Nabucodonosor, era o rei da Babilônia, ele havia vencido os judeus na guerra e tomado muitos deles como prisioneiros. Depois de retornar a seu país, ele mandou que alguns dos melhores jovens israelitas, príncipes e jovens da linhagem real fossem levados para morar no seu palácio. Entre esses jovens estavam Daniel, Sadraque, Mesaque e Abednego. O rei queria que esses rapazes viessem servi-lo, queria que aprendessem coisas modernas do seu país, que se encantassem com as coisas que ele tinha e se esquecessem quem eles eram. O que esse rei fez para que eles fossem bem cuidados? Preparou tudo muito gostoso, deu vários presentes, comidassss! Era uma mesa posta linda, cheirosa, com muitas coisas deliciosas. O que Daniel e os amigos determinaram que fariam? Eles conversaram entre eles e decidiram não comer isso. Não é saudável e foi consagrado ao deus deles. Vocês acham que Daniel não tinha vontade de comer da comida do rei e beber de seu vinho? Se alguém lhes oferecesse algo que fosse contrário à Palavra de Deus, o que você faria para seguir o exemplo de Daniel? Eles falaram que não comeriam. O chefe ficou louco, com medo, achou que eles iriam ficar fraquinhos e sem forças, por não comerem aquelas comidas, e que o rei iria matá-lo se alguma coisa acontecesse aos rapazes. Eles pediram 10 dias para a experiência, iriam comer alimento saudável por 10 dias. UAU, eles fizeram a prova, e Daniel e seus amigos sabiam 10 vezes mais que os outros. E daí ficaram em paz, comeriam só o que era do agrado do Senhor (faça um debate sobre os alimentos saudáveis que são mencionados na Bíblia como os cereais, frutas, água pura. E o que não é saudável como o café e o chá preto). Algumas vezes as pessoas falam: “Coma só um pouquinho, isso não faz mal”. Ou dizem: “Você vai gostar, olha, só uma vez não faz mal”. O que você pode dizer para elas? Um grande não! Seja corajoso e escolha comer ou beber somente o que agrada ao Senhor.

História extra (se der tempo): Em 1919, Creed Haymond era um dos corredores da sua faculdade num encontro esportivo em que competiriam 1.700 homens. Na noite anterior a grande corrida, o treinador chamou todos e disse: “Hoje vou dar um pouco de xerez, que é um vinho forte para os rapazes e eu quero que você tome também”. Ele disse: “Eu não posso tomar”. O treinador disse: “Creed, eu não estou querendo que você passe a beber. Sei no que você acredita. Eu quero que você tome o vinho como um fortificante, uma vitamina”. O que você faria? Creed não aceitou. Ele orou pedindo que o Senhor aumentasse seu testemunho e depois foi dormir.

Na manhã da corrida, todos da equipe estavam passando mal, menos quem? Creed. Então foi dada a largada da corrida de 100 metros. Creed Haymond ia correr os 100 e os 200 metros. 1,2,3 já! Todos saíram, menos Creed Haymond. O chão cedeu por causa de um buraco feito em uma das corridas anteriores e Creed caiu de joelhos, perdendo tempo. Mas num instante ele já estava em pé e, no último momento, ultrapassou o corredor que liderava a prova e venceu a corrida. Palmas! Mas, devido a uma falha na organização, as finais dos 200 metros foram realizadas em seguida. Creed já havia participado de três corridas naquele dia e mal tinha terminado a dos 100 metros, estava exausto. Ele pediu para o juiz que lhe desse um tempo para tomar fôlego, mas o juiz tinha ordens de começar a corrida e mandou que os rapazes se posicionassem. Creed respirou fundo, largou rápido como um raio à frente de todos os outros. Ele completou a prova em vinte e um segundos, quebrando o recorde mundial dos 200 metros.

(Adaptado “I Can’t Do It, Coach”, in Inspiring Stories for Young Latter-day Saints, comp. Leon Hartshorn, 1975, pp. 123–128)

DIA 5 – Bíblia com o Chef

UM BARCO E UMA PROMESSA – Noé

Objetivo: Despertar nas crianças o desejo de ser obediente, e fazer o que Deus mandar. Ensinar às crianças que Deus sempre está no controle, Ele se importa conosco, e tem cuidado de nós. Mostrar que vale a pena obedecer a Deus em todas as circunstâncias, pois Ele tem sempre o melhor para nossa vida.

Verso para decorar: “Portanto, quer comais, quer bebais ou façais outra coisa qualquer, fazei tudo para a glória de Deus”. (I Cor. 10:31)

História bíblica: Nossa história de hoje fala de um homem que confiou em Deus ao fazer algo que nunca havia sido feito antes. Para chamar a atenção sugerimos:

- a. Mímica: algumas crianças fazem mímica de um animal para que os outros descubram. Repetir umas 3 vezes.
- b. Qual é o feminino de zebra? De leão? Faça uma lista de uns 5 ou 6 animais para que as crianças digam qual é o feminino.

A história de hoje será contada com objetos e grupos de sonoplastia. Divida as crianças em 2 grupos:

Grupo 1 – som de martelo, som de chuva, som de animais.

Grupo 2 – som de serrote, som de trovão, som de aves.

Leve uma caixa, para ser a arca, e objetos como martelo, serrote (de brinquedo, ou de papel). E animais (miniaturas, fantoches de dedo ou gravuras).

História bíblica: Esta é a história da família de Noé, homem justo e bom. Noé era casado. Ele andava com Deus. Noé era casado. Mas as pessoas estavam se comportando muito mal, não agradavam a Deus. Não haviam pessoas honestas, justas, boas.

Deus ficou triste e decidiu destruir o planeta. Mas quando Ele vê, na terra tinha um homem justo e obediente. Sabem quem era? Noé. Ele gostava de fazer o que Deus pedia, gostava de orar, e amava a Deus. E numa noite Deus fala com ele:

– Vou destruir a Terra. Por isso construa uma arca, um grande barco, que caiba todos os que quiserem se salvar, vou enviar um dilúvio, chuva; e coloque no barco tua família, mantimento. Deus disse como ele deveria construir, ensinou tudo. Noé, que era obediente, foi logo tratando de fazer o que Deus mandou. Deus deu todos os detalhes para a construção (nesta hora pegue o serrote, e o martelo e faça como se estivesse construindo a arca, peça para que os grupos façam o som de martelo e serrote).

Ufa!!! Depois de muito tempo e trabalho, acabou o primeiro dia. Ele fez isso por 120 anos. Serrou, pregou pregos; então a Arca ficou pronta (mostre a arca/caixa). Imagino que muitas pessoas zombavam de Noé e sua família, quando viam aquela grande arca no seco. Mas cada dia Noé falava para seus amigos serem obedientes também, e desejarem ser salvos. Nesses 120 anos de construção, nasceram seus três filhos: Sem, Cam e Jafé. Eles até se casaram.

Um dia, a arca ficou pronta; e as pessoas estavam olhando a beleza, quando ouvem um barulho estranho. Adivinha? Deus havia chamado os animais para entrarem na arca! Os humanos foram chamados, mas não obedeceram. Então os animais foram se aproximando e entrando na arca (mostre os animais e peça que os grupos façam o barulho de cada um, conforme vai colocando os animais dentro da caixa/arca).

Depois que estavam todos dentro, Deus fala com Noé:

– Hora de você entrar, Noé... você e sua família.

Eram só oito pessoas que queriam ser salvas.

Eles entraram na arca e o anjo fechou a porta por fora.

Eles ficaram lá dentro, cuidando dos animais, dando comida, agasalhando, por sete dias. Mas não aconteceu mais nada. Então, alguém do lado de fora, passa a mão na testa e vê que tinha um pingo, outro também... nunca tinham visto chuva, parecia festa, mas eles começaram a ficar com medo, vieram trovões, vento e começou a chover (peça para que os grupos façam a chuva). Choveu sem parar durante 40 dias. Imagine como estaria dentro da arca. Muitos animais, e uma grande família. Não havia televisão, nem vídeo game, muito menos computador; e chovia, chovia, chovia....sem parar.

Depois dos 40 dias só tinha o balanço do barco. A água cobriu até a mais alta montanha. Noé ainda não podia sair da arca, pois estava tudo inundado, alagado, cheeeeeiiiiio d'água! Então, ficaram quase um ano dentro da arca, até que a água abaixasse. Sentiram o barco estacionando; então Noé soltou um corvo, para ver para onde ia, mas ele ficou voando em volta, pois ainda não havia lugar para pousar. Noé esperou mais um tempo e soltou uma pomba, mas ela também não encontrou lugar e voltou para arca.

Uma semana depois, Noé soltou novamente a pomba, e no entardecer ela voltou com uma folha de oliveira no bico. Noé entendeu que a água já tinha diminuído ainda mais. Mais uma vez, ele soltou a pomba e então ela não voltou. Mas Noé esperava uma nova ordem de Deus. Deus então disse:

– Saia da arca Noé, com tua família e os animais (barulho dos animais).

Então todos saíram felizes. Noé construiu um altar e todos adoraram a Deus. E Deus se agradou de Noé e colocou no céu o arco-íris como sinal que nunca mais destruirá a Terra com chuva.

Conclusão: E você? Como está o seu coração? Saiba que Deus espera que você O obedeça neste mundo cheio de pecado, e que quando Deus fala, cumpra o que diz. Então nunca brinque com as coisas de Deus, não zombe como os vizinhos de Noé; eles não temiam ao Senhor por isso morreram no dilúvio.

Mas, Deus vai usar você para falar aos seus colegas que eles precisam aceitar a Jesus, que Ele é o único Senhor e Salvador. Alguns podem zombar de você, mas não importa, faça a sua parte. Ande com Deus, como Noé fazia.

Hoje, a arca que nos ajuda a estarmos a salvo é a igreja. Nunca deixe de estar com sua família na igreja.

(Coloque o rosto de Jesus em um painel de fundo. E aqueles que quiserem ser salvos, devem colocar um coração ao lado do rosto de Jesus. Ore para Deus os abençoar.

Parte V

Guia do Instrutor de Cozinha



O CENTRO DA COZINHA – Laboratório do Chef

Abertura: Explicar a receita do dia e como os produtos selecionados são bons para a saúde; pode explicar os tipos de vitaminas que contém, etc.

Para preparar o prato: As crianças trabalham juntas com o instrutor.

Tire uma cópia para cada aluno da receita do dia, e entregue para as crianças colarem no caderno de receitas.

Neste centro, os alunos preparam as receitas. Se os ingredientes estão todos medidos, o trabalho se desenvolverá mais facilmente e dentro do tempo previsto. Porém, deve-se levar em conta que as crianças podem preparar os alimentos independentemente, quando elas aprendem a medir os seus próprios ingredientes. Se você conta com alguns ajudantes, a tarefa de medir será mais fácil.

Siga os seguintes passos na classe:

1. Apresente a receita pronta e diga o que é. Tenha prontos os ingredientes e os utensílios;
2. Siga passo a passo, as indicações ao demonstrar o processo;
3. Esteja atento para responder às perguntas que eles fizerem. Eles podem trabalhar sozinhos ou em duplas;
4. Espere que os alunos limpem tudo, assim que terminarem.

Normas para se organizar o Centro da Cozinha:

- Escolha uma equipe de ajudantes que goste de cozinha, que trabalhem em união e amem as crianças;
- Examinem juntos as receitas;
- Prepare e prove as receitas em sua casa; compare as anotações e decida o que deseja fazer;
- Faça uma relação de todos os ingredientes e utensílios que necessitará;
- Peça aos membros da igreja que doem itens específicos ou vão ao supermercado e expliquem o que vocês estão fazendo e o que necessitam. Muitos deles estão prontos a ajudar. Quanto mais sua Escola Cristã de Férias ser divulgada, mais conseguirão donativos;
- Providencie e organize tudo com antecedência;
- Tenha os ingredientes medidos e coloque-os em depósitos descartáveis ou saquinhos plásticos lacrados;
- Consiga rolos de papel para forrar as mesas cada dia, assim como também o chão;
- Organize os ajudantes. Será necessário um para cada 4 a 6 crianças. Pode incluir as pessoas que estão ajudando como auxiliares. No dia que fizerem pão, dobre o número de ajudantes. Peça aos jovens ou adultos de sua igreja para que ajudem, também pode ser adolescentes ajudando as crianças menores;

As crianças se alegrarão, preparando e comendo os bons alimentos que Deus criou!

Regras para chefs da Culinária Kids (colocar no caderno de receita deles):

O que fazer antes de cozinhar?

1. Peça permissão a um adulto para cozinhar;
2. Separe a receita, os ingredientes e utensílios que vai usar;
3. Lave bem os vegetais, frutas e seque-os;
4. Coloque avental e touca;
5. Lave bem as mãos;
6. Meça os ingredientes com cuidado e siga a receita;
7. Cuidado com facas e objetos cortantes;
8. Permaneça na cozinha e fique atento ao fogo e cozimento;
9. Desligue sempre o forno e fogão;
10. Limpe tudo e deixe organizado. Bom apetite e saboreie tudo o que você fez!

Cada dia apresentaremos duas receitas:

1º O chefe demonstra como se faz a receita, mostra o prato pronto e em seguida todos experimentam.

2º As crianças devem receber os ingredientes e preparar, individualmente ou em duplas, a receita.

Lanche opcional: Preparem um lanche para o final do programa. No carrossel só temos tempo para intervalo; mas se desejarem, sirvam o lanche na aula de culinária.

Dia	Culinária do Master Chef	Culinária das crianças com Master Chef	Lanche Opcional
1	Fazer duas receitas de cookies e deixar assadas para as duas primeiras aulas de culinária. Assar as demais durante as aulas e levar para a sala após assado.	Chef: arroz integral, Chef com as crianças: cookies	Banana, suco, pipoca, esfiha de vegetais
2	Fazer 3 receitas de pão: Assado: para degustação na aula, massa crescida, assar os pães que fizerem na aula.	Chef: granola Chef com as crianças: Pão integral	Maça, suco, pipoca, hot dog vegetariano
3	Preparar receita suficiente para as crianças experimentarem o bolo e deixar na sala. Conforme assar os demais, levar também.	Chef: cocomango Chef com as crianças: bolo de coco	Banana, sanduíche natural, suco, pipoca
4	Lavar as frutas para espetos: morango, uva, melão, abacaxi...	Chef: leite de aveia Chef com as crianças: espetinho	Mexerica, suco, pipoca, pizzas
5	Preparar duas receitas de empadinhas assadas. Ir assando conforme a aula e levar para sala.	Chef: empadinha Chef com as crianças: bolo de maçã com canela	Manga, suco, pipoca, hambúrguer

Menu Kids

Arroz Integral

Ingredientes:



2 xícaras de arroz integral



4 xícaras de água



Sal a gosto

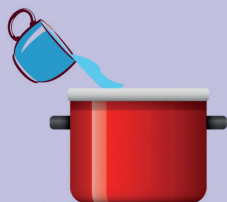
Modo de Preparo:



Lavar o arroz e deixar escorrendo o excesso de água.



Colocar o arroz ainda úmido numa panela média Sem óleo e sem tempero nenhum. Dar uma leve tostada no arroz até ouvir o som de pipoquinhas estourando.



Juntar a água e deixar a panela em fogo alto até levantar fervura.



Assim que levantar fervura abaixar o fogo, tampar a panela e deixar até a água secar. Destampar a panela e levantar o fogo para dar uma última secada, mantendo o fogo alto por uns 20 segundos. Apagar o fogo, tampar a panela e deixá-lo descansar até servir. Sempre verifique a textura do arroz, se não estiver macio como você gosta, coloque um pouco mais de água e espere cozinhar um pouco mais. No final, tempere a seu gosto.

Menu Kids

Cookies de Aveia e Coco

Ingredientes:



$\frac{3}{4}$ xícara de açúcar mascavo



$\frac{1}{2}$ xícara de óleo



100 ml de leite de coco
(ou leite de grãos)



$\frac{1}{2}$ xícara de
coco ralado



1 colher de chá
de baunilha



$\frac{1}{2}$ colher de chá de sal



$\frac{1}{2}$ xícara de
farinha de trigo
(pode ser integral)



2 xícaras
de aveia

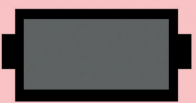
Modo de Preparo:



Misture o açúcar, o óleo a baunilha e o sal primeiro. Depois acrescente os demais ingredientes.



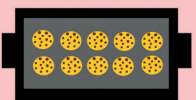
Passa óleo nas mãos e faça bolinhas pequenas.



Coloque-as em uma forma untada e enfarinhada e aperte-as para achatá-las.



Asse em forno moderado por aproximadamente 15 minutos.



Retire quando estiver dourado por baixo e ainda meio mole. Ela endurece ao esfriar.

Menu Kids

Granola

Ingredientes:



2 copos de coco ralado



1 copo de semente de girassol



9 copos de aveia fina



1 copo de nozes picada



1 copo de açúcar demerara
(mascavo ou melado)



1 colher de sopa
de baunilha



1 copo
de água



1 copo
de óleo



2 colheres
de chá de sal

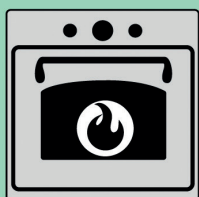
Modo de Preparo:



Coloque a aveia, o coco, a semente de girassol e as nozes em uma bacia. Com o auxílio de uma colher, misture bem.



Bata no liquidificador o açúcar, a água, o óleo, o sal e a baunilha.



Misture todos os ingredientes, até não enxergar nem um floco seco. Leve para assar em fogo baixo misturando a cada 15 minutos ou meia hora até secar.

Menu Kids

Pão Integral

Ingredientes:



1Kg de farinha de trigo (Branca)



2 Xícaras de farelo



1 Colher de germe de trigo



1 Xícara de óleo Vegetal



Sal a gosto



1 Tablete de fermento ou 1 colher de fermento granulado



2 Colheres de açúcar



2 Xícaras de água morna

(Tenha prontas 2 xícaras a mais de água para o momento de amassar.)

Modo de Preparo:



Misture a farinha, o farelo, o germe de trigo o óleo e o sal.



Em uma xícara com água morna (quase fria), coloque o açúcar e dissolva o fermento. Quando estiver dando a reação do fermento, um minutinho depois, unir com a primeira mistura e amassar por uns 10 minutos até que a massa esteja suave.



Deixar crescer até o dobro do volume. Colocar nas formas e deixar outra vez crescer um pouquinho (quase o dobro).



Uma vez que esteja pronto para ir ao forno, acendê-lo e deixar assar por uns 40 minutos em temperatura média. (Enquanto a massa estiver levedando, cubra as formas com uma toalha.)

Menu Kids

Bolo Cocomango

Ingredientes:



300 gramas de coco ralado bem fino



½ copo de caldo de cana



2 mangas



2 kiwis

Modo de Preparo:



Bater as duas mangas no liquidificador, sem nenhuma água, até obter um creme espesso.

Tirar 2 colheres de sopa de coco ralado e deixar separado e colocar o restante do coco em uma tigela funda.



Juntar todo o caldo de cana e metade do creme de manga com o coco da tigela e misturar tudo muito bem. Você deve buscar a textura de um "quindim" bem úmido. Colocar esta mistura num prato grande de bolo e moldar com as mãos no formato que desejar. Neste ponto a massa estará bem disponível para qualquer forma e você deve moldar compactando o bolo. Assim que você tiver moldado e compactado a massa poderá confeitar o bolo.



Despeje o restante do creme de mangas sobre o bolo e espalhe por toda a superfície, se preocupando em cobrir as laterais também.



Corte os kiwis com casca e tudo em rodela bem finas. Coloque estas fatias na lateral do bolo com o creme ainda mole. Elas vão colar e definir o formato que você moldou seu bolo.

Menu Kids

Bolo de Coco

Ingredientes:



2 xícaras de farinha de trigo



$\frac{3}{4}$ de xícara de açúcar demerara ou cristal



$\frac{1}{2}$ xícara de óleo



1 xícara de leite de coco caseiro



1 xícara de coco ralado



$\frac{1}{4}$ de colher de chá de sal

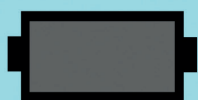


1 colher de sopa de vinagre branco



1 colher de sopa de fermento químico em pó

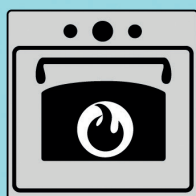
Modo de Preparo:



Pré-aqueça o forno a 210°C e unte uma assadeira média com óleo e farinha.



Em uma vasilha, coloque a farinha, o açúcar, o óleo, o leite de coco, o coco ralado, o sal, o vinagre e misture bem. Adicione o fermento e misture delicadamente.



Coloque esta massa na forma untada e leve para assar por cerca de 35 minutos ou até você espetar uma faca ou palito e ele sair limpo.

Menu Kids

Leite de Aveia

Ingredientes:



1 Xícara de
Aveia



6 Xícara de
Água



1 Colher de
Baunilha ou Canela



2 Colheres de
Mel



1 Pitada de
Sal

Modo de Preparo:



Deixe a aveia de molho por 6 horas.



Coloque a aveia com a água do molho no liquidificador, e bata por 4 minutos.



Leve ao fogo junto com as 6 xícaras de água, e deixe levantar ferver.



Coe usando uma peneira fina ou um pano. Deixe esfriar. Guarde na geladeira.

Menu Kids

Espetinho de frutas

Ingredientes:



Maçã



Pêra



Uva



Mamão



Morango

Modo de Preparo:

Corte as frutas em cubos.

Faça espetinhos alternando os cubos de frutas. O segredo é alternar frutas mais ácidas com as mais suaves: Mamão formosa com pêra, morango com mamão, melão com morango, uva com pêra, abacaxi com maçã ou pêra.

Dica: Pode-se também fazer a salada de frutas no palito, que fica muito bonita e saborosa.



Menu Kids

Empadinha

Ingredientes:



2 Xícaras de resíduo
de aveia



2 Xícaras de Arroz
Integral



2 Colheres de Sopa
de óleo

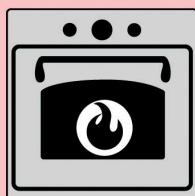
Modo de Preparo:



Misture todos os ingredientes da massa até ficar uma massa parecida com a massa de pão. Unte as forminhas de empadinha com um fio de óleo, e deixe seus dedos lambuzados com o mesmo óleo.



Vá colocando bolinhas da massa em cada forminha e apertando com os dedos para moldar as empadas. Recheie com os sabores a seu gosto, aqui vamos dar 3 ideias: palmito, carne de soja ou creme de espinafre.



Faça bolinhas e abra a massa para colocar sobre o recheio. Assar por 25 minutos ou até ficarem douradas. Esperar esfriar para comer.

Menu Kids

Bolo de Maçã e Canela

Ingredientes:



1 Xícara de farinha de Trigo Integral



1 Xícara de farinha de Trigo Branca



1 Xícara de açúcar demerara orgânico



1 Xícara de água



½ Xícara de óleo



3 Maçãs picadas



1 Colher de sopa de fermento



½ Colher de sopa de canela

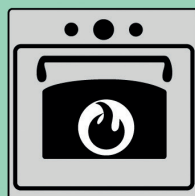
Modo de Preparo:



Bata todos os ingredientes no liquidificador começando pelos líquidos.



Despeje a massa em uma forma de bolo untada com um fio de óleo e um pouco de farinha de trigo polvilhada sobre o óleo.



Leve ao forno médio pré-aquecido até que ao espetar um palito ele saia seco.

Parte VI

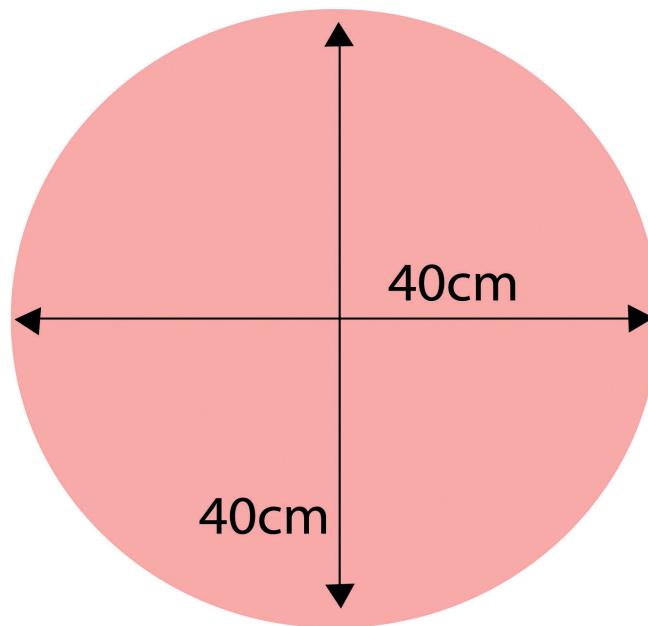
Guia do Instrutor de Artes



DIA 1

Touca do Chef de Papel ou TNT

Corte o TNT nas medidas abaixo. O chapéu pode ser colado com cola quente ou costurado.



DIA 2

Plantar Temperos

Nada mais estimulante para uma alimentação saudável do que comer aquilo que se plantou. Fazer uma horta com as crianças, além de divertido é bastante fácil. Usaremos vasilhinhos feitos com garrafas pet ou latas. Faça furos na parte de baixo. Além do apelo nutricional, temos como objetivo ao cultivar uma horta a observação do desenvolvimento de um ser vivo e a valorização do meio ambiente. Conversem sobre o que é uma horta, que plantas são seres vivos que necessitam de cuidados, e a importância dos vegetais na alimentação. Falar sobre o cuidado, porque deixar uma planta sem luz ou não regar elas irão murchar. Confeccione plaquinhas com o nome da criança e o vegetal que foi plantado. A criança deve plantar o vegetal escolhido e cuidar. Sugerimos que plantem mudas prontas.

Mini horta com latas de alumínio

Separe e limpe as latinhas de alumínio. Na sequência, faça alguns furos no fundo do recipiente;

Passo 1 - Separe e limpe as latinhas de alumínio. Na sequência, faça alguns furos no fundo do recipiente;

Passo 2 - Prepare o suporte que vai receber as latinhas com as mudas;

Passo 3 - Preencha as latinhas com pedras e substrato vegetal (terra preta);

Passo 4 - Coloque as mudinhas nos recipientes. Você pode cultivar orégano, alecrim, salsa, manjeriço, etc.

Lembre-se também de realizar a manutenção da horta. Aproveite o resultado!

Dia 3

Porta-retrato

Materiais:

- EVA nas cores escolhidas para o porta-retrato;
- Tesoura sem ponta;
- Cola quente;
- Caneta para riscar o molde;
- Molde de letras e de cozinheiros: menino e menina (os moldes podem ser baixados da internet).

Passo a passo:

1. Imprima um molde em uma folha A4 e corte.

2. Risque os moldes nas folhas de EVA de acordo com as cores que quiser dar para cada parte. Depois corte com a tesoura.

Dica: Para a moldura do porta-retrato é sempre bom usar um EVA um pouco mais grosso que o comum. Assim, ele vai ficar durinho e resistente.

3. Junte o fundo do porta-retrato com a borda, aplicando cola quente nas duas laterais e na parte de baixo. O topo não pode ser colado, pois é por ali que vamos colocar a foto.

4. Recorte um suporte para a moldura.

5. Fixe essa tirinha no porta-retrato. Essa parte vai ficar presa na moldura, enquanto as abas vão dar suporte para o porta-retrato ficar de pé. Por isso, você deve colar o suporte na parte de baixo das costas da moldura.

6. Corte moldes de cozinheiros e as letras com a tesoura. Como elas tem mais detalhes pequenos, é preciso ter bastante cuidado para não cortar demais e acabar estragando.

Agora, é só finalizar colando todos os detalhes no lugar e finalizando com a foto do Cozinheiro.

DIA 4

Caderno de Receitas

Materiais:

- Caderno capa dura pequeno;
- EVA liso cores diversas;
- Tinta guache atóxica branca;
- Cola instantânea;
- Tesoura sem ponta;
- Caneta permanente preta e botões de florzinha;
- Palito de churrasco;
- Blush cor-de-rosa;
- Molde de: grama, menino, menina e letras (os moldes podem ser baixados da internet).

Passo a passo:

1. Para montar a capa, recorte um pedaço de EVA no tamanho do caderno, mas com dois centímetros a mais para fazer um acabamento bacana. Passe cola instantânea no caderno e cole o EVA. Retire as sobras das laterais do caderno.
2. Com o palito de churrasco risque em um EVA de outra cor as letras do nome da criança, recorte com a tesoura e reserve. Repita o mesmo processo para fazer a graminha, o menino e a menina. Para colar as partes do corpinho use cola instantânea. Utilize a caneta permanente preta para fazer os olhos e a boquinha. Para fazer as bochechas use blush, faça pontinhos na bochecha e nos olhos com a tinta branca. Quem quiser pode colar botões no formato de florzinha na graminha.

DIA 5

Carimbos de Frutas

Esta atividade é bastante lúdica. Separe as frutas como o limão ou laranja, ou legumes como brócolis, que serão usadas como carimbo. Utilize tinta guache lavável e atóxica ou alguma tinta caseira comestível. Para carimbar em bolsas, camisetas, blusas, lenços, sacolas, colchas. Utilize tinta de tecido.

Como fazer?

Limpe e seque bem a fruta. com pincel, passe uma camada suave de tinta. Carimbe, forçando a fruta ou verdura sobre o tecido.

1. Carimbando com quiabo: separe aquele quiabo que está duro, muito rígido, corte o cabo e você terá um lindo carimbo de flor!
2. Carimbando com batata: com um pedaço de batata faça carimbos vermelhos e em seguida, retoque com pincel para fazer as sementes e a parte verde! Vai ficar lindo!
3. Carimbando com maçã: passe a tinta com pincel e faça carimbos leves, de todas as cores.
4. Carimbando com talos de repolho ou verduras, unidos por barbante: faça flores!
5. Carimbando com limão: Passe pouca tinta com pincel e carimbe levemente.
6. Pintando com laranja: Faça panos de prato.
7. Carimbando folhas feitas com pedaço de batata.
8. Carimbando flores com pimentão: utilize pedaços de pimentão. faça trevos, folhas, flores.

Partituras



Somos Crianças de Jesus

Jean Hickerson

Arthur S. Sullivan

So mos to dos de Je sus, Mar chan do a can tar. Nós Oa ma mos mui to,

7

por queé nos so Rei. A ma as cri an— ças quer o nos soa mor,

13

Chorus

E le quer gui ar— nos— sem pre, sem prea qui. De Je sis cri an ças_ so mos

19

mar chan do a can tar. Nós oa ma mos mui to, Por queé nos so Rei.

Graças pelo nosso país

Jean Hickerson

William Steffe

Moderato

3 **Bb**

Nós es ta - mos mui to gra tos pe lo nos so bom pa is. Por que

3 **Eb Bb Bb**

te mos li ber da de de se guir o quea bí blia diz Nós po de mos a do rar com li ber

6 **Eb Bb/F F7 Bb** *Chorus*

da deo nos so Deus ea mar ao bom Je sus. Nós es ta mos mui to

10 **Eb Bb**

gra tos, Sim es ta mos mui to gra tos

13 **Bb Eb Bb/F F7 Bb**

Nós es ta mos mui to gra tos, Por tu do que Deus fez.

Eu Gosto da Escola Cristã de Férias

E. S. C.

Edith S. Casebeer

1. Eu go - to da Es - co - la Cris - tã de Fê - rias, Eu
 2. A qui eu a - pren - do do meu Bom Mes - tre, A -
 3. A - qui um lou - vor a Je - sus eu can - to A -
 4. A - qui er - go à voz e a Je - sus eu o - ro, A -

3

gos - to da Es - co - la Cris - tã de Fê - rias, Eu gos - to da Es - co - la Cris
 qui eu a - pren - do do meu Bom Mes - tre, A - qui eu a - pren - do do
 qui um lou - vor a Je - sus eu can - to, A - qui um lou - vor a Je -
 qui er - go à voz e a Je - sus eu o - ro, A - qui er - go à voz e a Je -

6

tã de Fê - rias. Sim, gos - to da mi - nha Es - co - la.
 meu Bom Mes - tre. Sim, gos - to da mi - nha Es - co - la.
 sus eu can - to. Sim, gos - to da mi - nha Es - co - la.
 sus eu o - ro. Sim, gos - to da mi - nha Es - co - la.

Adeus

E.C.

Erling Calkins

Musical notation for the first system of 'Adeus'. It consists of a grand staff with a treble clef and a bass clef. The key signature has one flat (B-flat) and the time signature is 6/8. The lyrics are: *A deus, A té a ma nhã* (with a long horizontal line under 'nhã') *A deus, a mi gos*.

Musical notation for the second system of 'Adeus'. It consists of a grand staff with a treble clef and a bass clef. The key signature has one flat (B-flat) and the time signature is 6/8. The lyrics are: *meus.* (with a long horizontal line under 'meus.') *Que Deus nos a com pa nhe.* (with a long horizontal line under 'nhe.') *A*.

Musical notation for the third system of 'Adeus'. It consists of a grand staff with a treble clef and a bass clef. The key signature has one flat (B-flat) and the time signature is 6/8. The lyrics are: *deus, A deus, A deus.* (with a long horizontal line under 'deus.'). The system ends with a double bar line.

A Bíblia

Jean Hickerson

Musical notation for the first system of the piece. It consists of a grand staff with a treble clef and a bass clef. The key signature is one sharp (F#) and the time signature is 4/4. The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The lyrics are: *A B í B L I A É o Li vro do meu*

Musical notation for the second system of the piece. It consists of a grand staff with a treble clef and a bass clef. The key signature is one sharp (F#) and the time signature is 4/4. The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The lyrics are: *Deus. Me fa la d'E le e de Seu a mor A B*

Musical notation for the third system of the piece. It consists of a grand staff with a treble clef and a bass clef. The key signature is one sharp (F#) and the time signature is 4/4. The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The lyrics are: *í B L I A.*

Saudável e Feliz

Bárbara L. Manspeaker

Meu cor - po cui - da - rei pra ter sa - ú - de e vi - gor. Se

The first system of music is in 4/4 time, key of B-flat major. It features a vocal line in the treble clef and a piano accompaniment in the bass clef. The lyrics are: "Meu cor - po cui - da - rei pra ter sa - ú - de e vi - gor. Se".

5

gui - do as re - gras de Je - sus mui fá - cil é vi - ver. E quan - do a ten - ta

The second system of music continues the piece. It features a vocal line in the treble clef and a piano accompaniment in the bass clef. The lyrics are: "gui - do as re - gras de Je - sus mui fá - cil é vi - ver. E quan - do a ten - ta".

10

ção vi - er Je - sus me a - ju - da - rá. É o pla - no de Je -

The third system of music continues the piece. It features a vocal line in the treble clef and a piano accompaniment in the bass clef. The lyrics are: "ção vi - er Je - sus me a - ju - da - rá. É o pla - no de Je -".

14

sus pra mim. Que eu se - ja mais fe - liz. For - te, vi - da mais sau - dá - vel,

The fourth system of music continues the piece. It features a vocal line in the treble clef and a piano accompaniment in the bass clef. The lyrics are: "sus pra mim. Que eu se - ja mais fe - liz. For - te, vi - da mais sau - dá - vel,".

19

Quer o meu Je - sus. For - te, vi - da mais sau - dá - vel, ru - mo até o Céu.

The fifth system of music concludes the piece. It features a vocal line in the treble clef and a piano accompaniment in the bass clef. The lyrics are: "Quer o meu Je - sus. For - te, vi - da mais sau - dá - vel, ru - mo até o Céu.".

Exigente

Joyce Carnassale

Swing! ♩ = $\overset{\frown}{\underset{\frown}{\text{♩}}}$ $\overset{\frown}{\underset{\frown}{\text{♩}}}$

Voice

4

Co-mo pra fi-car in-te-li-gen-te. Co-mo pra cres-cer bem e-le-

8

gan-te. Sa-la-da vou co-mer, o su-co vou be-ber, e as-sim eu vou fi-can-do bem con-ten-te.

13

Pos-so ser sau-dá-vel co-men-do mui-tas fru-tas e tam-bém os ce-re-ais. Se o que

18

vai no meu pra-to é sau-dá-vel, eu gos-to e que-ro mais. 5

Co-mo pra fi-car in-te-li-

27

gen-te. Co-mo pra cres-cer bem e-le-gan-te. Sa-la-da vou co-mer, o su-co vou be-ber, e as-

32

sim eu vou fi-can-do bem con-ten-te. Pos-so ser sau-dá-vel co-men-do mui-tas

37

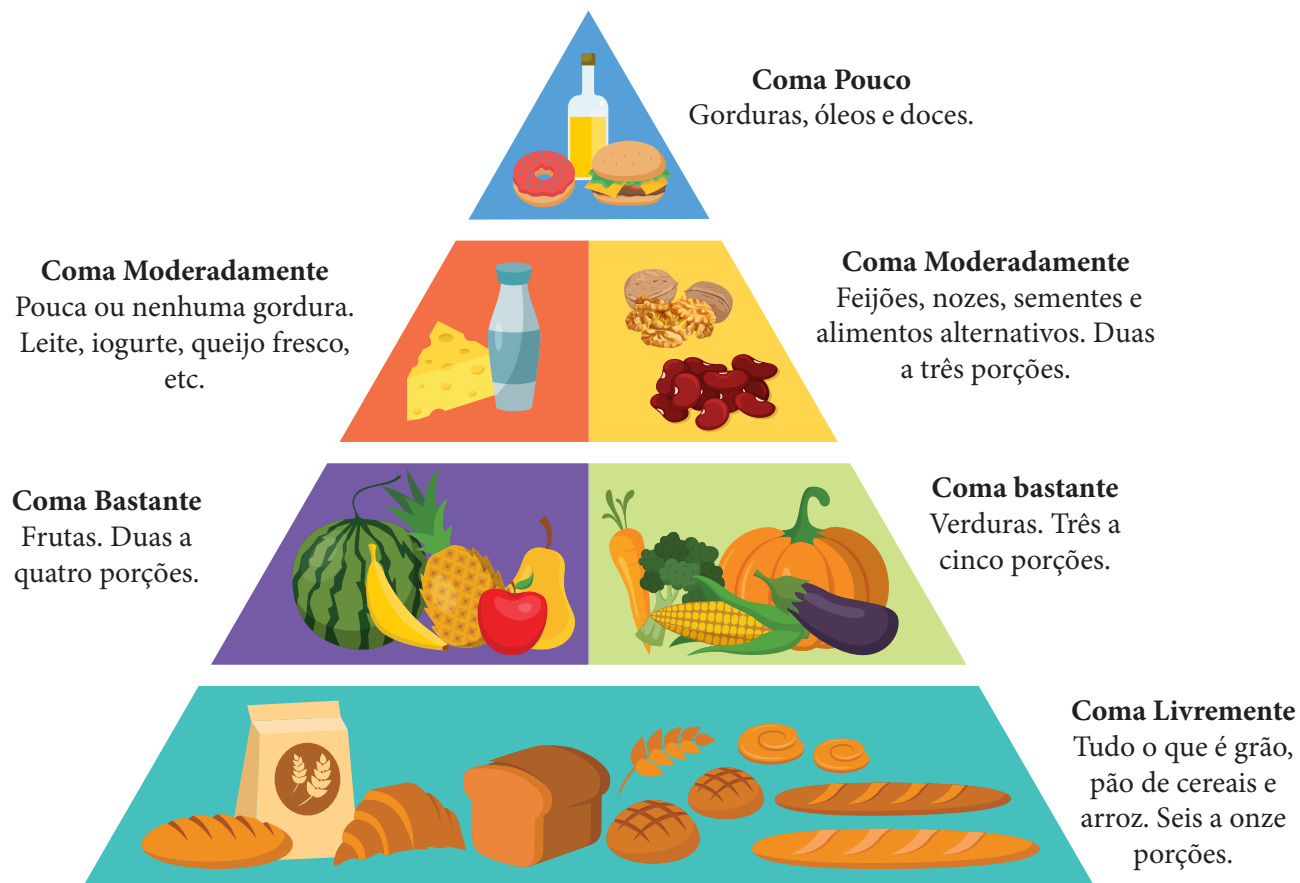
fru-tas e tam-bém os ce-re-ais. Se o que vai no meu pra-to é sau-dá-vel, eu gos-to e que-ro

41

mais. eu gos-to e que-ro mais. eu gos-to e que-ro mais!

Anexos





Ficha de Matrícula

Nome:

Endereço: Celular:

E-mail:

Data de nascimento:/...../..... Idade:

Nome da escola:

Nome dos pais ou responsáveis:

.....

Autorizo direito de imagem: Sim () Não ()

PUBLICIDADE

Sugestão de atividades para fazer crescer a ECF.

- 1 - "Maratonas" de corrida, caminhada, telefônica. Organize todas as crianças da igreja para chamarem, pelo menos, um amigo para a Escola Cristã de Férias.
- 2 - Balões impressos com "Eu amo a Escola Cristã de Férias". Coloque um convite em cada balão. Distribua-os nos centros comerciais (com autorização) ou pela vizinhança nos arredores da igreja ou da escola.
- 3 - Avisos para serem colados nas portas. As crianças podem colocar os avisos nas portas das casas dos seus amigos.
- 4 - Anúncios através do rádio, TV ou em periódicos.
- 5 - Convites no boletim da igreja. Também distribuir pela vizinhança.
- 6 - Um letreiro em frente à igreja. Faixa ou banner.
- 7 - Coloque anúncios nos jornais da comunidade, tais como em supermercados, escolas, escritórios públicos, etc.
- 8 - Visite as casas comerciais da redondeza e conte o que estão fazendo e o motivo. Peça-lhes apoio financeiro. Alguns podem doar alimentos e outros artigos que se possa usar. Sempre tenha panfletos prontos para serem distribuídos.
- 9 - Entregar brindes como um lápis, uma lapiseira, uma bola, etc., à todas as crianças que convidaram um amigo.

ARTIGOS PARA OS JORNAIS

Data:

Assunto: Escola Cristã de Férias para a Comunidade.

CRIANÇAS NA COZINHA, é um programa da Escola Cristã de Férias cheio de recreações para as crianças de 6 a 12 anos. O curso começará (data e hora) na Igreja Adventista do Sétimo Dia de (lugar - endereço) e continuará até (data e hora). A matrícula será aberta (data e hora).

Adultos devidamente habilitados ensinarão as crianças sobre saúde, o estado físico e como preparar alimentos simples e saudáveis. Haverá cânticos, histórias e outras atividades que os ajudarão a fixar valores morais baseados nos princípios bíblicos. Haverá Certificados de participação e formatura. Matricule já o seu(sua) filho(a)! Também pode fazê-lo pelo telefone (número).

CARTA AOS PAIS

Queridos Pais;

Convidamos seu(sua) filho(a) para participar da Escola Cristã de Férias. Um dos maiores benefícios que seu(sua) filho(a) pode ter, é boa saúde, corpo saudável e um aspecto feliz. Esta é a razão pela qual planejamos nossa Escola Cristã de Férias relacionada com uma vida saudável.

Um dos aspectos mais importantes de nosso programa será ensinar às crianças a maneira de preparar alimentos simples e saudáveis. Agradecemos o seu interesse pela saúde!

Atenciosamente,

(Assinatura)