MON CAHIER d'ACTIVITÉS

Semaine de prière des enfants 2026

7 - 9 ans



MON CAHIER d'ACTIVITÉS

Semaine de prière des enfants 2026

7 - 9 ans



COMMENT ÇA MARCHE



Une page par jour, 8 jours. Tu lis, tu écris un peu, tu réponds. Le verset se réapprend chaque jour : de plus en plus de mots sont cachés.

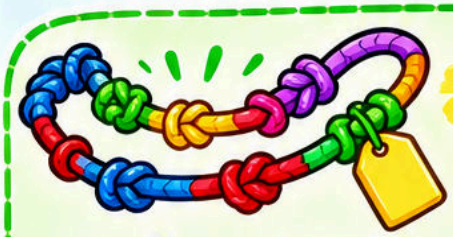
Mon prénom : _____



MON PARRAIN DE PRIÈRE

Un adulte de l'église prie pour moi toute la semaine, et je pourrai lui raconter au 30e jour.

Prénom de mon parrain : _____



LE PROJET DE LA SEMAINE : LA CORDE À NŒUDS

Chaque jour, fais un nœud à ta corde et accroche une étiquette avec un mot appris.
Huit nœuds, huit trésors, une corde qui te relie à Jésus.
(Les étiquettes sont sur la planche, à la fin.)

Jour 1 · Premier Sabbat

Ancrés dans les écritures

7 - 9 ans

1 Pour commencer

Sur un bateau dans la tempête, tout tangue.
Une seule chose l'empêche de partir à la dérive.
Devine quoi ?
(Indice : c'est tout au fond de l'eau.)



2 Mon verset

« Rien n'est _____ à Dieu. »
(Luc 1:37)

Écris le mot qui manque :

_____

(Premier verset de la semaine, apprends-le bien.)

3 La Parole

Une ancre tient le bateau parce qu'elle est accrochée à un rocher plus solide qu'elle. Qui est ton « rocher » à toi ?

_____

_____

4 Je comprends

1. Qu'est-ce qui tient le bateau dans la tempête ?

   _____

2. L'ancre tient-elle grâce à son poids, ou parce qu'elle est accrochée à plus solide ?

   _____

5 Je fabrique (atelier du jour)

LE PROJET : Le bateau qui tient dans la tempête

Il te faut : du papier alu ou un bouchon, une bassine d'eau, un écrou ou un caillou, du fil.

1. Fabrique un petit bateau qui flotte vraiment.
2. Souffle fort dessus : sans rien, il part à la dérive.
3. Attache un écrou sous le bateau avec un fil : voilà ton ancre.
4. Re-souffle, puis modifie le poids jusqu'à ce qu'il résiste à ton plus fort souffle.



Le sens : Ton ancre, ce n'est pas ta force, c'est ce à quoi tu es accroché.

+ Puis fais le nœud du jour à ta corde et note un mot sur ton étiquette.

6 Je réponds à Dieu

Écris une chose qui te fait peur, puis une phrase pour la confier à Jésus.

_____

_____

_____

_____

_____

7 Avec ma famille

Demande à un parent : quel a été ton « orage » le plus dur, et qu'est-ce qui t'a tenu ?
Puis dis-lui qui est ton ancre.

Signature du parent : _____

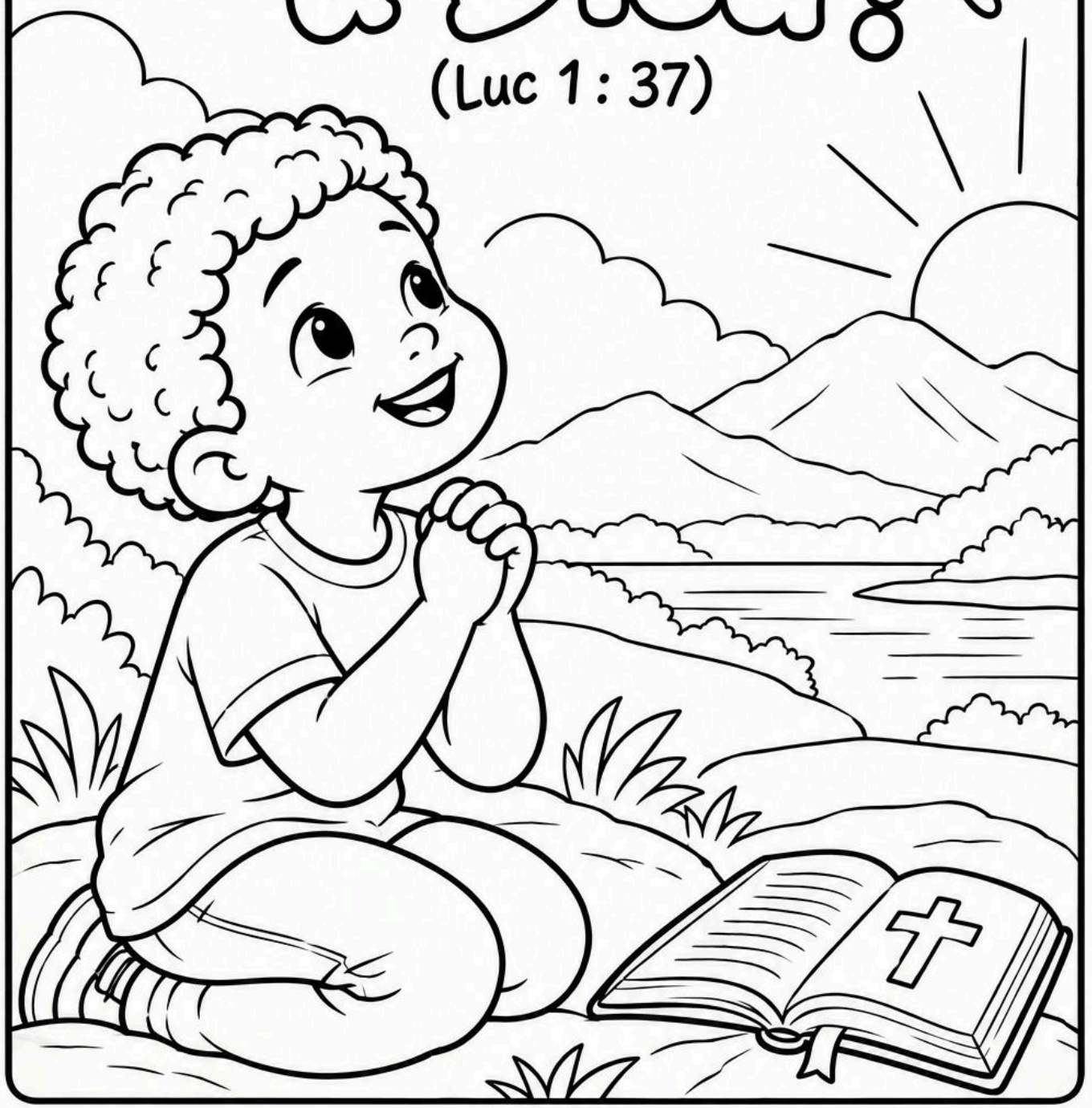
C'EST FAIT

Coche quand ta page est terminée :

☐ Verset ☐ Réflexion ☐ Avec ma famille

Rien n'est impossible à Dieu !

(Luc 1 : 37)



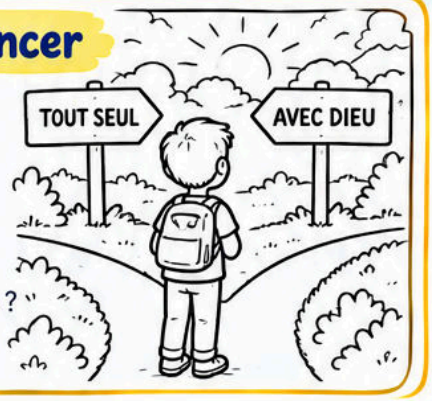
Jour 2 · Dimanche

Marche avec Dieu



1 Pour commencer

Il y a deux façons de quitter le pas de Dieu : foncer devant tout seul, ou passer son temps à se comparer aux autres. Laquelle te ressemble le plus ?



2 Mon verset

« Fais _____ à l'Éternel de tout ton cœur… et il dirigera tes sentiers. »

(Proverbes 3:5-6)

Écris le mot qui manque :

_____

(Révise aussi : Luc 1:37 (samedi).)

3 La Parole

Quand Abby a foncé devant sur son vélo, elle s'est retrouvée seule. Qu'a fait sa maman ?

_____

_____

_____



4 Je comprends

1. Pourquoi est-ce dangereux de foncer devant Dieu ?

   _____

   _____

2. Que fait Dieu quand on se perd ?

   _____

   _____

5 Je fabrique (atelier du jour)

LE PROJET : Le parcours de confiance

Il te faut : quelques objets pour un parcours, un foulard.

1. Installe un parcours d'obstacles dans une pièce.
2. Bande les yeux d'un ami.
3. Guide-le jusqu'au bout uniquement avec ta voix.
4. Échangez les rôles, puis dites ce qui était le plus difficile.



Le sens : Marcher avec Dieu, c'est avancer en écoutant sa voix sans foncer devant.

★ + Puis fais le nœud du jour à ta corde et note un mot sur ton étiquette.

6 Je réponds à Dieu

Aujourd'hui, où veux-tu marcher : devant, loin, ou à côté de Dieu ? Pourquoi ?

_____

_____

_____

_____

7 Avec ma famille

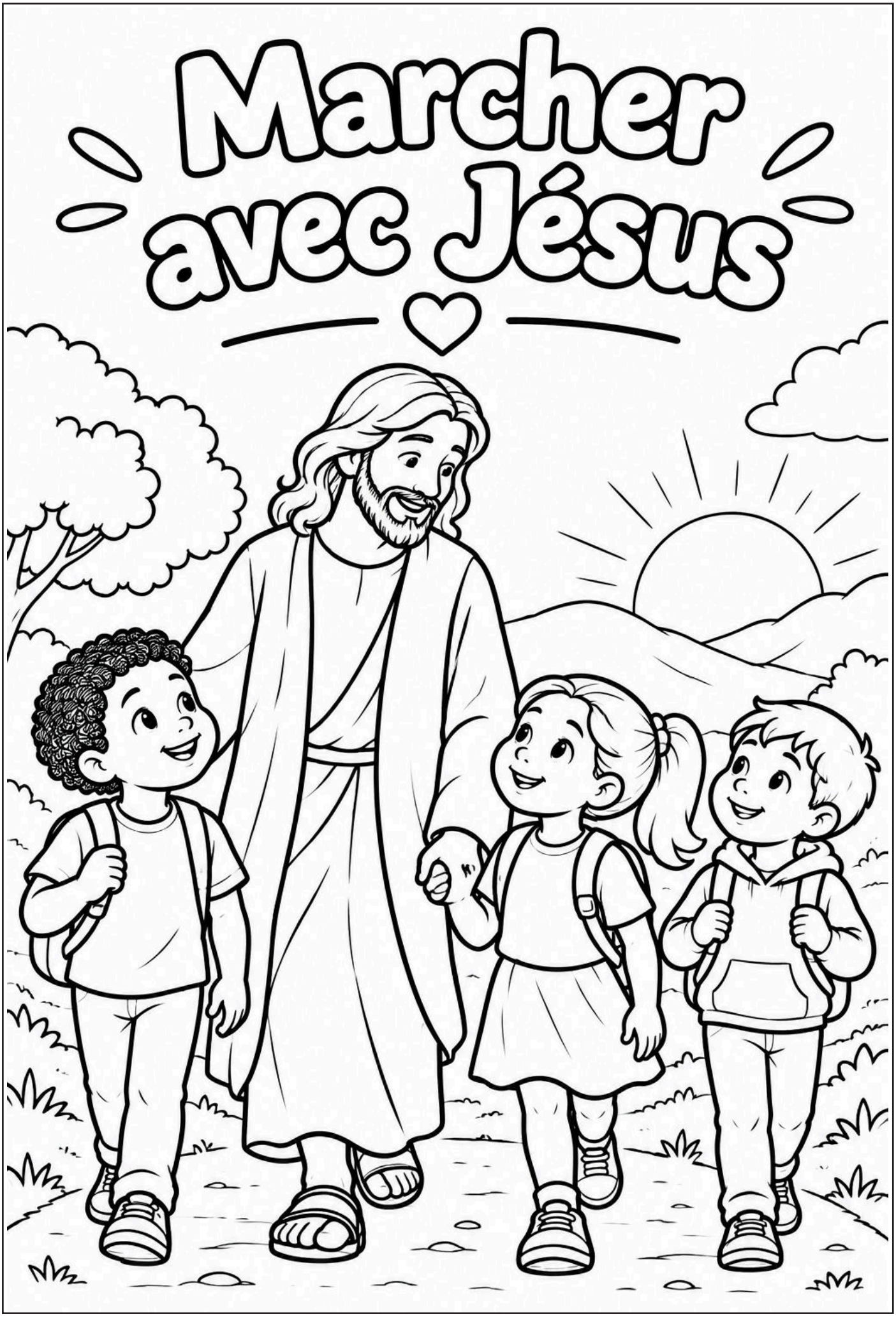
Marche dehors avec un parent et raconte-lui ce que fait Dieu quand on se perd.

Signature du parent : _____

C'EST FAIT

Coche quand ta page est terminée :

☐ Verset ☐ Réflexion ☐ Avec ma famille


Marcher
avec Jésus

Jour 3 · Lundi

Peu, c'est beaucoup



1 Pour commencer

Cinq pains pour cinq mille personnes. Impossible ? Et si ce « peu » passait entre les mains de Jésus ?



2 Mon verset

« _____-les-moi », leur dit Jésus.
(Matthieu 14:18)

Écris le mot qui manque :

_____

(Révise aussi : Luc 1:37, Proverbes 3:5-6.)

3 La Parole

Le petit panier est reparti vide, et douze paniers sont revenus pleins. Comment ?

_____

_____

_____



4 Je comprends

1. Qui a nourri la foule : les 5 pains, ou les mains de Jésus ?

   _____

2. Que veut dire « apporter ton peu » pour toi ?

   _____

   _____

5 Je fabrique (atelier du jour)

LE PROJET : Mon vrai pain à partager

Il te faut : farine, eau, levure, sel, un four (avec un adulte).

1. Pétris la pâte de tes mains.
2. Façonne des petits pains.
3. Fais-les cuire.
4. **Partage**-les pour de vrai aujourd'hui.



Le sens : Le peu, pétri et partagé, rassasie. Jésus est le vrai Pain.

+ Puis fais le nœud du jour à ta corde et note un mot sur ton étiquette.

6 Je réponds à Dieu

Quel est TON « petit peu » que tu peux donner à Jésus aujourd'hui ?

_____

_____

_____

_____

_____

7 Avec ma famille

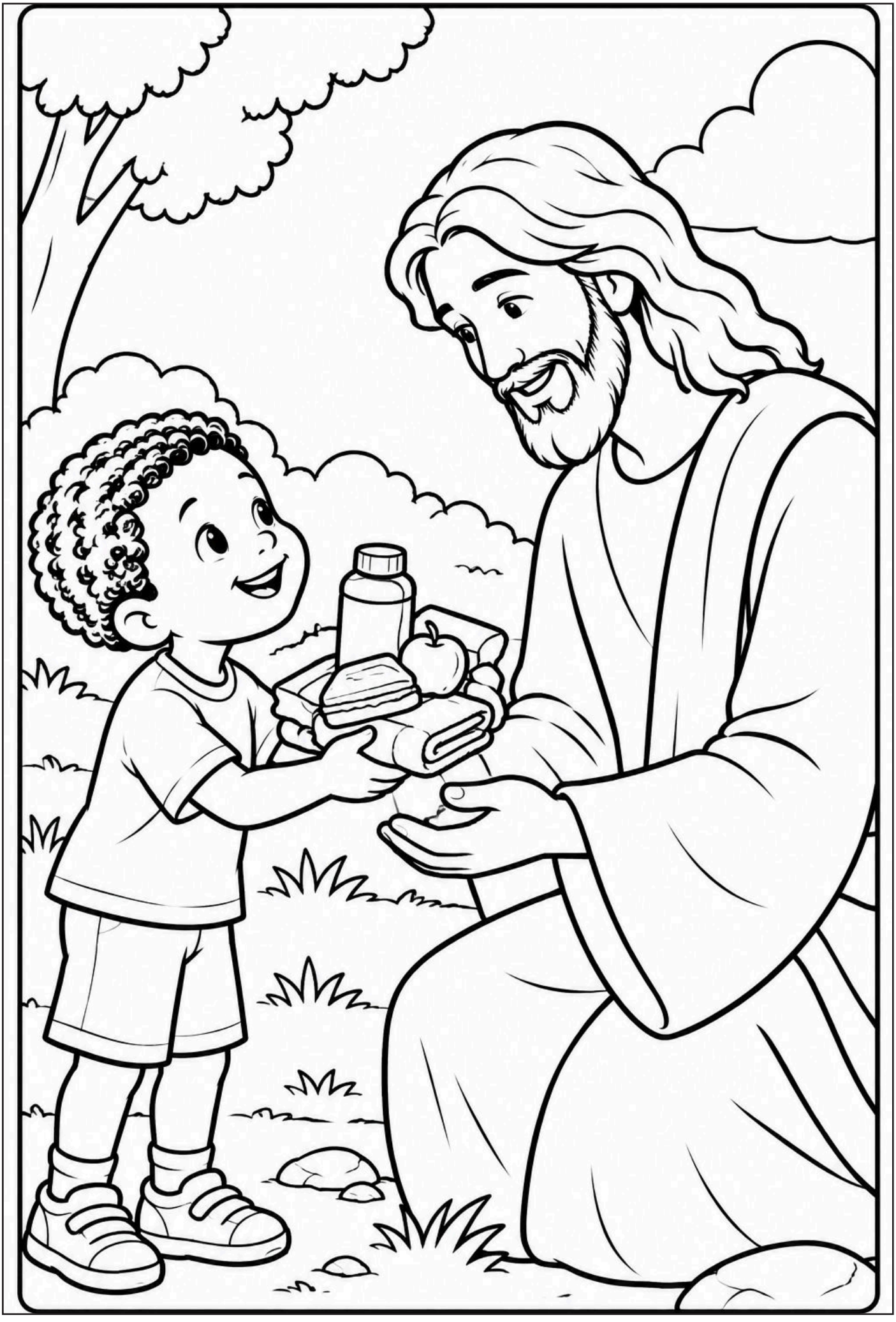
Donne ton « peu » à quelqu'un aujourd'hui, puis raconte à un parent ce que tu as fait.

Signature du parent : _____

C'EST FAIT

Coche quand ta page est terminée :

☐ Verset ☐ Réflexion ☐ Avec ma famille



Jour 4 · Mardi

Vis ta vie pour Jésus



1 Pour commencer

Tim connaissait toutes les règles sur le feu... et pourtant il a mis le feu au champ. Que lui a-t-il manqué ?



2 Mon verset

« Mettez en _____ la parole, et ne vous bornez pas à l'écouter. » (Jacques 1:22)

Écris le mot qui manque :

_____

(Révise aussi les versets de samedi à lundi.)

3 La Parole

Savoir le bien ne suffit pas. De quoi avons-nous besoin, à la place de plus de volonté ? *(Indice : un cœur...)*

_____

_____



4 Je comprends

1. Pourquoi savoir le bien ne suffit-il pas ?

   _____

   _____

2. Qui peut nous donner un cœur neuf ?

   _____

   _____

5 Je fabrique (atelier du jour)

LE PROJET : Le mini-jardin en bouteille

Il te faut : une bouteille en plastique, de la terre, une graine.

1. Coupe la bouteille en deux (avec un adulte).
2. Mets la terre et la graine.
3. Arrose et place à la lumière.
4. Note chaque jour ce qui change.



Le sens : Tu arroses, mais c'est Dieu qui fait pousser : le fruit ne se force pas.

+ Puis fais le nœud du jour à ta corde et note un mot sur ton étiquette.

6 Je réponds à Dieu

Écris UNE chose que tu sais bonne mais que tu ne fais pas encore, et demande de l'aide à Jésus.

_____

_____

_____

_____

_____

7 Avec ma famille

Choisis une bonne action à faire aujourd'hui, et demande à un parent de te rappeler de la faire.

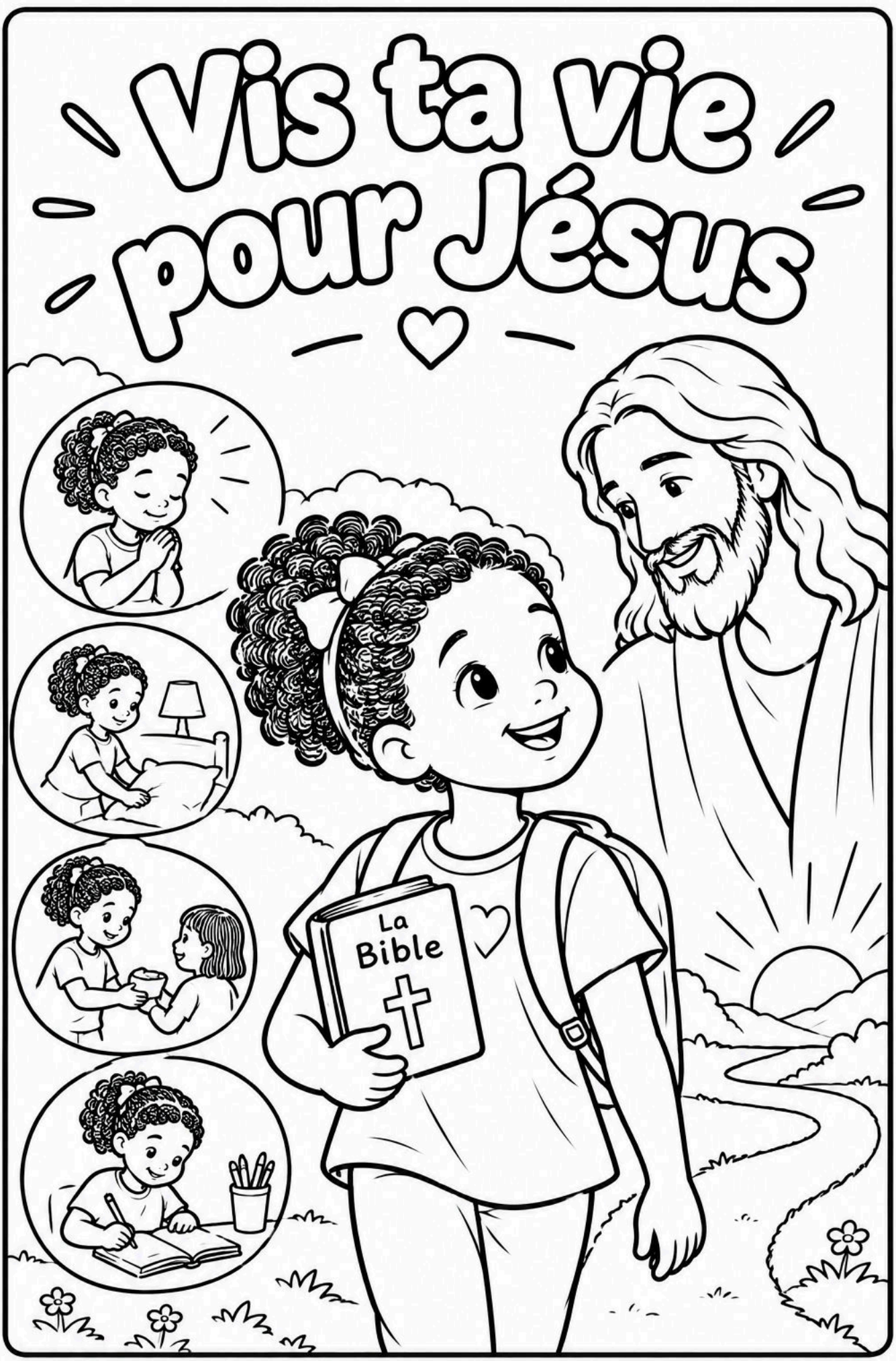
Signature du parent : _____

C'EST FAIT

Coche quand ta page est terminée :

☐ Verset ☐ Réflexion ☐ Avec ma famille

Vis ta vie pour Jésus



Jour 5 · Mercredi

Écoute le Saint-Esprit



1 Pour commencer



On ne voit jamais le vent, seulement ce qu'il fait. Cite trois choses que le vent fait bouger. Le Saint-Esprit, c'est un peu pareil.

1. _____
2. _____
3. _____

2 Mon verset

« Il vous _____ dans toute la vérité. »
(Jean 16:13)

Écris le mot qui manque :

_____

(Révise aussi les versets déjà appris.)

3 La Parole

Quel est le plus grand travail du Saint-Esprit : nous gronder, ou nous montrer Jésus ?

_____

_____

_____



4 Je comprends

1. Le Saint-Esprit est-il une force, ou Quelqu'un ?

   _____

   _____

2. Comment savoir si une idée vient vraiment de lui ?

   _____

   _____

5 Je fabrique (atelier du jour)

LE PROJET : La manche à air

Il te faut : un sac plastique ou du tissu léger, un cercle rigide (carton ou fil de fer), de la ficelle.

1. Fais un tube ouvert aux deux bouts.
2. Fixe un cercle rigide à l'entrée pour la tenir ouverte.
3. Décore-la et suspends-la dehors.
4. Observe : invisible, le vent la fait danser.



Le sens : Comme l'Esprit : on ne le voit pas, on voit ce qu'il fait.

+ Puis fais le nœud du jour à ta corde et note un mot sur ton étiquette.

6 Je réponds à Dieu

Écris une prière courte :

« Saint-Esprit, aide-moi à _____. »

_____

_____

_____

_____

7 Avec ma famille

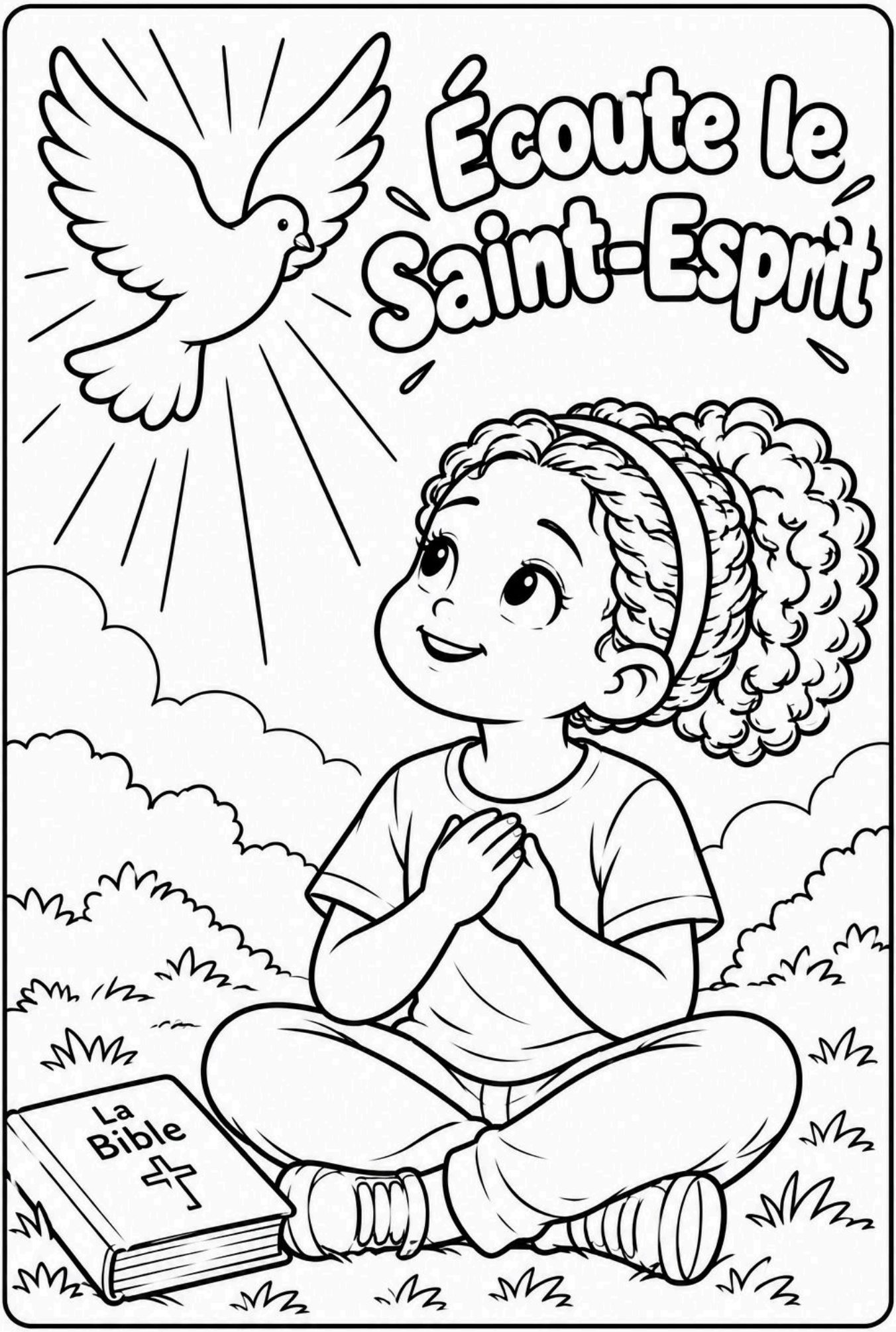
Demande à un parent : comment sais-tu que le Saint-Esprit t'a aidé un jour ?

Signature du parent : _____

C'EST FAIT

Coche quand ta page est terminée :

☐ Verset ☐ Réflexion ☐ Avec ma famille


Écoute le Saint-Esprit
La Bible

Jour 6 · Jeudi

Prie et agis



1 Pour commencer

La famille prie pendant l'orage, PUIS téléphone à Bryce. Pourquoi prier ne suffit-il pas ?
Il faut aussi... quoi ?



2 Mon verset

« Nous _____ notre Dieu, et nous établîmes une garde. » (Néhémie 4:9)

Écris le mot qui manque :

_____

(Révise aussi les versets déjà appris.)

3 La Parole

Parfois on prie fort et « l'arbre tombe quand même ».
Comment sait-on que Dieu n'est pas absent ?
(Indice : un jardin, Gethsémané.)

_____

_____

_____



4 Je comprends

1. Quels sont les DEUX gestes de la foi ?

   _____

   _____

2. Jésus a-t-il été épargné de la tempête, ou l'a-t-il traversée ?

   _____

   _____

5 Je fabrique (atelier du jour)

LE PROJET : Le bâton de pluie qui chante

Il te faut : un tube en carton, des cure-dents, du riz, du ruban.

1. Plante des cure-dents en spirale tout le long du tube, à l'intérieur.
2. Ferme un bout.
3. Verse le riz et ferme l'autre bout.
4. Retourne-le : plus ta spirale est longue, plus la pluie dure. Cherche le plus long son !



Le sens : On prie, on écoute la pluie, ET on l'a fabriquée de ses mains.

★ + Puis fais le nœud du jour à ta corde et note un mot sur ton étiquette.

6 Je réponds à Dieu

Écris un souci, puis UNE action que tu peux faire toi-même après avoir prié.

_____

_____

_____

_____

7 Avec ma famille

Prie avec un parent pour une vraie inquiétude, puis décidez ensemble UNE action à faire.

Signature du parent : _____

C'EST FAIT

Coche quand ta page est terminée :

☐ Verset ☐ Réflexion ☐ Avec ma famille


On prie...
... et on agit !
« Que ta volonté soit faite. »
(Matthieu 26:39)

Jour 7 · Vendredi

Partage le message



1 Pour commencer

Marguerite n'avait pas de diplôme et ne connaissait pas toute la Bible. Pourtant deux familles sont venues à cause d'elle. Comment ?



2 Mon verset

« … raconte-leur tout ce que le _____ t'a fait. »

(Marc 5:19)

Écris le mot qui manque :

_____

(Révise aussi les versets déjà appris.)

3 La Parole

Jésus ne demande pas un grand discours.
Il demande juste de raconter… quoi ?

_____

_____

_____



4 Je comprends

1. Faut-il être un expert pour parler de Jésus ?

   _____

   _____

2. Qu'est-ce qu'on raconte, tout simplement ?

   _____

   _____

5 Je fabrique (atelier du jour)

LE PROJET : Mon mini-livre à offrir

Il te faut : une feuille, des crayons, des ciseaux

1. Plie une feuille en huit et fais une fente centrale pour la replier en petit livre.
2. Raconte en dessins « ce que Jésus a fait pour moi ».
3. Offre-le à quelqu'un.

Le sens : Partager, c'est raconter simplement ton histoire.



+ Puis fais le nœud du jour à ta corde et note un mot sur ton étiquette.

6 Je réponds à Dieu

Écris UNE chose que Jésus a faite pour toi, que tu pourrais raconter.

_____

_____

_____

_____

7 Avec ma famille

Raconte à un parent une chose que Jésus a faite pour toi, puis choisis une personne à qui le dire.

Signature du parent : _____

C'EST FAIT

Coche quand ta page est terminée :

☐ Verset ☐ Réflexion ☐ Avec ma famille


Partage la bonne nouvelle !
Jésus t'aime ! Il est toujours avec toi !
La Bible
Une petite parole peut changer une vie !

Jour 8 · Deuxième Sabbat

Aimer comme Jésus



1 Pour commencer

Tembo soigne Juma, celui qui l'avait toujours détesté. D'où lui vient la force d'aimer un ennemi ?



2 Mon verset

« … aimez vos ennemis, faites du bien à ceux qui vous haïssent. »
(Luc 6:27)

Écris le mot qui manque :

_____

Défi : récite les 8 versets de la semaine !

3 La Parole

Pourquoi peut-on aimer un ennemi ?
(Indice : on a d'abord été soi-même…)

_____

_____



4 Je comprends

1. Aimer un ennemi : est-ce de la force de volonté, ou de la grâce reçue puis rendue ?

   _____

   _____

2. Qui nous a aimés le premier ?

   _____

   _____

5 Je fabrique (atelier du jour)

LE PROJET : Le bracelet de la réconciliation

Il te faut : trois fils ou lacets

1. Apprends à tresser trois fils.
2. Fais un bracelet soigné.
3. Offre-le à une personne avec qui c'est difficile.



Le sens : Un geste tissé pour un "ennemi" : aimer comme on a été aimé.

★ Puis fais le nœud du jour à ta corde et note un mot sur ton étiquette.

6 Je réponds à Dieu

Écris le prénom d'une personne difficile à aimer, et une prière pour elle.

_____

_____

_____

_____

7 Avec ma famille

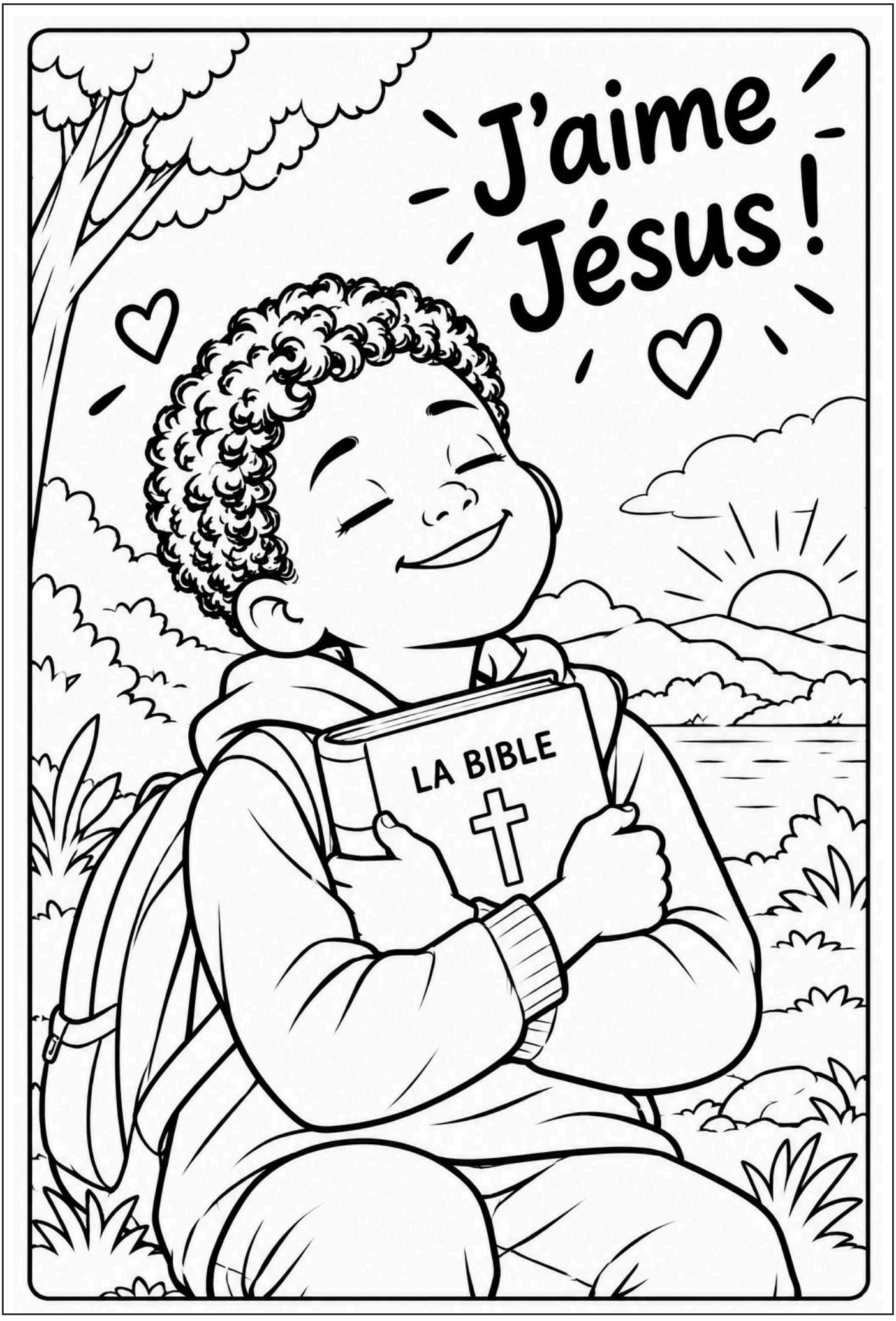
Avec un parent, choisis un geste gentil pour une personne difficile, et fais-le cette semaine.

Signature du parent : _____

C'EST FAIT

Coche quand ta page est terminée :

☐ Verset ☐ Réflexion ☐ Avec ma famille


J'aime Jésus !
LA BIBLE



Semaine de prière des enfants 2026

7 à 9 ans · Résumé des 8 jours

1 Jour 1 · Premier Sabbat

Ancrés dans les Écritures



« Rien n'est impossible à Dieu. »
(Luc 1:37)

Dieu est notre rocher.
Sa Parole nous tient dans la tempête.

2 Jour 2 · Dimanche

Marche avec Dieu



« Fais confiance à l'Éternel de tout ton cœur... et il dirigera tes sentiers. »
(Proverbes 3:5-6)

Dieu nous guide.
Il sait ce qui est le meilleur pour nous.

5 Jour 5 · Mercredi

Je fabrique



« Aimez vos ennemis, faites du bien à ceux qui vous haïssent. »
(Luc 6:27)

Aimer, c'est un cadeau de Dieu.
On peut aimer même ceux qui sont difficiles.

6 Jour 6 · Jeudi

Je réponds à Dieu



« Confie ton chemin à l'Éternel, ... il agira. »
(Psaume 37:5)

Remets tes inquiétudes à Dieu.
Il t'écoute et prend soin de toi.

LES 8 TRÉSORS DE LA SEMAINE :

La Bible | La prière | L'amour

Avec Jésus, chaque jour est une nouvelle aventure ! ♡



3 Jour 3 · Lundi

La prière



« Demandez, et l'on vous donnera. »
(Matthieu 7:7)

La prière, c'est parler à Dieu avec confiance.

4 Jour 4 · Mardi

La Parole de Dieu



« Ta parole est une lampe à mes pieds, et une lumière sur mon sentier. »
(Psaume 119:105)

La Bible éclaire nos pas.
et nous aide à faire les bons choix.

7 Jour 7 · Vendredi

Avec ma famille



Ensemble, on peut faire des gestes simples qui changent des vies.

Signature du parent : _____

8 Deuxième Sabbat

Aimer comme Jésus



« Aimez vos ennemis, faites du bien à ceux qui vous haïssent. »
(Luc 6:27)

L'amour de Jésus change les cœurs.
Il nous donne la force d'aimer même ceux qui nous font du mal.

La confiance | La famille | La réconciliation

Avec Jésus, tout est possible ! ♡

FEDERATION DES EGLISES ADVENTISTES DE LA REUNION
Script et redaction : Ps Teddy AH KIUNE
Montage : Esther AH KIUNE avec l'aide de l'IA