Abrir Espaço

TIPO	MODALIDADE
Compromisso	**Individual**

Ligação ao Texto Bíblico

João Batista prepara espaço para que alguém maior possa chegar.

Também nós precisamos de criar espaço na nossa vida para aquilo que realmente importa.

Este compromisso pretende ajudar os jovens a libertar tempo, atenção e energia para o essencial.

Objetivo Educativo e Espiritual

• Desenvolver capacidade de priorização.

• Aprender a simplificar.

• Criar espaço para Deus, para os outros e para si próprio.

• Descobrir o valor da disponibilidade interior.

Como Realizar

Durante uma semana cada participante escolhe uma atividade que ocupa demasiado espaço no seu dia.

Por exemplo:

• redes sociais;

• séries;

• videojogos;

• navegação sem objetivo;

• distrações constantes.

O tempo recuperado será dedicado a algo significativo:

• oração;

• leitura;

• desporto;

• conversa;

• ajuda aos outros;

• contacto com a natureza.

Critérios de Avaliação

• Quantidade de tempo libertado.

• Utilização dada a esse tempo.

• Impacto percebido na semana.

Questões para Revisão

• O que ocupava demasiado espaço na minha vida?

• O que fiz com o tempo recuperado?

• O que senti?

• Quero manter alguma mudança?

Aspetos a ter em conta pelo Animador

Não se trata de demonizar atividades de lazer.

O objetivo é ajudar os jovens a refletir sobre prioridades e equilíbrio.