Introduzione del tema

Include Attività

Alzo gli occhi verso i monti…

Da dove mi verrà l’aiuto?

Il mio aiuto viene dal Signore,

che ha fatto il cielo e la terra.

Salmo 121:1-2

In un mondo pieno di distrazioni, il tema “GUARDA IN ALTO!” incoraggia i bambini e i giovani ad alzare gli occhi - lontano da ciò che li butta giù o li distrae - e a concentrarsi verso l'alto su Dio e verso gli altri.

Con tante distrazioni, come gli schermi, i social media e le pressioni della vita quotidiana, il Salmo 121 ci ricorda di alzare lo sguardo e il cuore. Non siamo fatti per affrontare la vita da soli. Guardando in alto, ci riconnettiamo con il nostro Creatore e con le persone che ci circondano.

All'interno di questo tema, esploreremo quattro sottotemi chiave che ci aiuteranno a trovare connessione e scopo. Ogni sottotema inizia con una riflessione e termina con un'attività. Queste possono essere utilizzate a casa, in piccoli gruppi o durante diverse attività con bambini e giovani.

**Alzare lo sguardo verso Dio per ottenere aiuto e prospettiva**

Il Salmo 121 inizia con l'immagine dell'alzare gli occhi. Questo atto di “guardare in alto” è sia fisico che spirituale. Esso rappresenta l'allontanamento dalle cose che ci assorbono - preoccupazioni, distrazioni o schermi - per concentrarsi su Dio. Egli è il Creatore, che ci offre una prospettiva più alta.

Incoraggiate i bambini e i giovani a prendersi dei momenti nella loro vita quotidiana per fermarsi, guardare il cielo e ricordare che Dio è più grande di qualsiasi problema che devono affrontare.

### *Attività*:

* - Fate una breve passeggiata all'aperto e guardate direttamente al cielo.
* - Trascorrete un po' di tempo in silenzio e riflettete su come guardare in alto possa aiutarvi a riportare il cuore e la mente su Dio.

**Alzare lo sguardo dalle distrazioni**

Nel mondo digitale di oggi, gli schermi spesso ci fanno tenere la testa bassa. Guardiamo costantemente i nostri telefoni o i nostri dispositivi. Questo tema invita a fare una pausa da queste distrazioni per poter alzare lo sguardo ed essere presenti - con Dio, con noi stessi e con gli altri.

Questo messaggio sfida i giovani ad allontanarsi dai loro telefoni, dai social media o dai giochi e ad alzare lo sguardo verso ciò che conta davvero: le relazioni, le conversazioni reali e la bellezza del mondo che li circonda.

## Attività:

* - Presentate una sfida “senza schermo” per un certo periodo.
* - Discutete su come ci si sente a staccare dai telefoni e dagli altri dispositivi e a riconnettersi con Dio e con gli altri.
* - Discutere su come ci si sente a disconnettersi dai telefoni e dagli altri dispositivi e a riconnettersi con Dio e con gli altri.

Alzate lo sguardo l'uno verso l'altra

**Costruire legami e comunità**

Alzare lo sguardo non significa solo entrare in contatto con Dio, ma anche alzare gli occhi per vedere gli altri. Alzando lo sguardo dalle nostre distrazioni, possiamo notare le persone che ci circondano e instaurare relazioni significative. Siamo chiamati a sorreggerci e incoraggiarci a vicenda nel nostro cammino di fede.

Concentrarsi verso l'esterno aiuta a promuovere comunità più forti e sicure, in cui tutti si sentono visti e apprezzati. Si tratta di essere consapevoli del momento, di prestare attenzione e di essere intenzionali nelle nostre interazioni.

### *Attività:*

* - Organizzate un'attività di gruppo in cui i partecipanti si concentrino a “guardare” attivamente gli altri, attraverso conversazioni, atti di gentilezza o giochi che richiedano un lavoro di squadra. Potete utilizzare i giochi contenuti nel documento “Rompighiaccio, giochi e attività”.
* - Riflettete su come ci si senta in sintonia quando si presta veramente attenzione all'altro.

**Alzare lo sguardo porta speranza e fede**

## Nei momenti di stress o di incertezza, spesso guardiamo in basso, sia letteralmente che concentrandoci sui nostri problemi. Questa parte del tema incoraggia i giovani ad alzare la testa e a confidare nel fatto che Dio offre speranza. Quando guardiamo in alto verso di Lui, troviamo la fede e la forza per affrontare tutto ciò che ci aspetta.

## Attività:

* - Condividete testimonianze o storie in cui il guardare a Dio ha portato speranza nei momenti difficili.
* - Discutete su come la fede possa cambiare la nostra prospettiva quando la vita ci sembra essere opprimente.