



FONTAINEBLEAU GEMEENSKAPSKERK

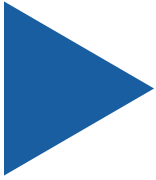
# FAMILIE "CHALLENGE"



**NADER AAN MEKAAR  
NADER AAN GOD**

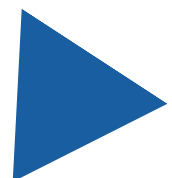
19 Julie - 19 September 2021





Dankie aan Adri-Marie van Heerden, Reza Clifford, Santie Thomas, Tom Smith en die res van die FGK-span, Schalk van Heerden, Jaco de Witt en Jean Pelser, vir julle bystand, ondersteuning en raad tydens die skryf van hierdie materiaal.

Geskryf in 2021 deur Raynard van Staden en Corinne Botha.



# VOOR ONS BEGIN:

## SKEP DIE KULTUUR VIR DIE TOEKOMS

Met skool, werk, studies en talle ander verantwoordelikhede is dit moeilik vir gesinne om bymekaar uit te kom. Dit is maklik om oorweldig te voel en ons frustrasies op mekaar uit te haal of selfs verby mekaar te lewe. Die lewe gooi soveel dinge in ons rigting dat ons meestal, wanneer ons by die huis aankom, te moeg is om tyd met mekaar te spandeer. Ouers met kinders weet watter moeilike taak dit kan wees om almal gelukkig te hou, om meer as net eenwoordantwoorde van 'n tiener te verwag en om ten volle teenwoordig te wees wanneer klein kinders vir die derde keer dieselfde storie wil vertel.

Dit kan soms soos 'n berg voor 'n mens lê, maar ons weet dat wanneer ons, ons kragte inspan, en deur God se genade en liefde, kan ons, ons grootste roeping en familiewees, ten volle uitleef. Dit is binne ons gesinne waar ons onself grond en vestig en weer "connected" voel met onself en ander. Dit is hier waar ons, ons emmertjies volmaak.

Vir die volgende nege weke gaan ons as FGK-geloofs familie intensionele tyd saam as gesinne spandeer. Ons gaan weekliks tyd opsysit om saam as gesin nader aan mekaar en nader aan God te groei. Ons hoop julle is bereid om die avontuur saam met ons aan te gryp en die bul by die horings te pak.

Die materiaal is uitgewerk sodat alle gesinne hierdie nege weke saam kan aanpak. Ons verstaan dat elke gesinsamestelling anders lyk en dat die woord familie vir almal iets anders beteken. Ons het probeer om die materiaal te skryf om alle gesinne in ag te neem. Ons vra dat julle die materiaal 'n kans sal gee, oud of jonk, met of sonder kinders, enkelouer of hersaamgestelde gesin. Hierdie program kan vir elke soort of tiepe gesin werk.

Maak saam tyd as gesin om die weeklikse uitdaging/s te doen en die besprekingsvrae te beantwoord. Die doel van die vrae is nie om enige iemand in die kollig te sit nie, maar eerder om goeie, eerlike en soms moeilike gesprekke in ons gesinne oop te maak en te begin. Sien dit as 'n riglyn om gesprekke aan die gang te kry en maak dit jul eie. Ouers, onthou om die kinders op hul eie vlak by die vrae en besprekings te betrek.

Onthou om foto's en video's te neem en die refleksie elke week te doen om aan die einde van die nege weke te kan terug kyk op die avontuur wat julle saam as gesin aangepak het. Deel gerus ook die foto's/video's en getuienisse met die FGK-span. Ons wil graag sien hoe ons gesinne saam groei.

Ons is baie opgewonde om gesinne se stories te hoor en ons bid dat God deur die program in julle gesin sal werk en julle nader aan mekaar sal bring. Ons hoop dat gesinne deur die program weer die waarde van doelbewuste familietyd sal ervaar.

Groete,

Raynhard en Corinne

# AANVAAR DIE UITDAGING

## 1. WAARDES (VALUES)

Begin hierdie negewekeprogram deur vir mekaar te verduidelik en self te verstaan dat waardes ons houding en optrede teenoor die lewe en teenoor ander bepaal. Waardes is belangrik, want dit is soos 'n anker wat ons vashou in die lewe omdat dit ons help om besluite te neem, verhoudings met ander te hê en probleme op te los. Gesinswaardes maak ons as gesin sterk en mooi. Ons geloof is die basis waarvolgens ons ons waardes bepaal en uitleef.

Hierdie program gaan suksesvol wees wanneer almal 100% "commit", julle dit 'n saak van gebed maak en die groter prentjie van gesin-wees van God ingedagte hou. Die program gaan baie lekker wees indien almal dapper genoeg is om die uitdagings met entoesiasme aan te pak, en eerlik met mekaar gesels oor kwessies wat mag opduik.

Hieronder is voorbeelde van waardes waarvolgens julle hierdie program kan aanpak en wat julle deel van julle gesin kan maak.

Bv. LUISTER: Ons gaan mekaar kans gee om te praat. Ons gaan nie mekaar onderbreek nie, en ons gaan oplet wanneer iemand anders praat. Ons gaan ook deur ons lyftaal vir mekaar wys dat ons luister en oplet na ander se lyftaal en wat hulle probeer sê.

Bv. BRAAFHEID: Ons gaan braaf genoeg wees om die uitdaging te aanvaar deur deel te neem aan die aktiwiteite. Ons gaan ook braaf genoeg wees om die vrae te beantwoord en dieper te delf in ons hart as om net die oppervlakkige antwoorde te deel.

Bv. INTENSIONELE FAMILIETYD: Ons gaan intensioneel wees oor die tyd wat ons saam spandeer as gesin. Tydens die uitdaging gaan ons nie ons fone gebruik nie en ons gaan deelneem in alle gesprekke en aktiwiteite.

Bv. RESPEK: Ons gaan mekaar en onself respekteer.

Kies nou julle eie vier waardes (julle mag ons s'n natuurlik ook kies/gebruik) wat julle as gesin in dié nege weke wil uitleef:

**WAARDE 1:**

**WAARDE 2:**

**WAARDE 3:**

**WAARDE 4:**

## 2. VERWAGTINGE

Skryf die verwagtinge wat julle as gesin het vir die volgende nege weke hier neer. Wees eerlik met jouself en met mekaar. Vertel vir mekaar wat julle sal wil regkry, ervaar en leer in hierdie tyd. Hoe julle sal weet dat hierdie nege weke die moeite werd was? Wat kan anders in julle gesin wees of dalk anders lyk? Wat sal julle wil verander binne julle gesin? Wat verwag julle van mekaar? Gesels ook met mekaar oor wat dit is wat julle teleurgesteld sal laat voel en wat julle eerder sal wil vermy.

## 3. BELOFTE

Maak nou 'n belofte aan mekaar of "Pinkie Promise" om saam as gesin nader aan mekaar en God te groei en teenwoordig te wees.

Belowe ook dat julle die vier waardes wat jul gekies het: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ & \_\_\_\_\_ gaan uitleef sover moontlik en mekaar aanspreeklik gaan hou om dit vol te hou.

## 4. BID SAAM

Bid saam oor die reis wat julle gaan begin. Vra die Here om saam met julle op hierdie reis te gaan, Homself aan julle te openbaar en julle dieper te neem in verhouding met Hom en met mekaar. Bid ook oor die waardes wat julle gekies het, vir die vrae wat julle gaan bespreek en die aktiwiteite wat julle gaan doen.

## 5. NEEM 'N FOTO

Neem 'n foto van julle gesin en deel dit met ons op Facebook, Instagram, of stuur dit via WhatsApp vir Corinne, Raynard of die FGK-WhatsApp-nommer (074 682 4636).

#Challengeaccepted #FGKfamiliechallenge #weesbraaf

## 6. BEPLAN JULLE TYD

Sit saam en bespreek watter tyd in die week die beste gaan werk vir julle om die uitdagings te doen en vrae te bespreek. Neem almal se skedules in ag wanneer julle die tye bespreek. Dit is belangrik vir elke lid van die gesin om betrokke te wees by elke aktiwiteit en gesprek.

# WEEK 1

## "LOVE LANGUAGES"

"Love Languages" maak dit makliker vir jou om jou emosionele behoeftes en begeertes te kommunikeer aan die mense wat jou na aan die hart lê. Dit is goed vir elke lid in jou gesin om te weet hoe die res van die gesin liefde voel en gee sodat almal kan moeite doen om mekaar beter lief te hê.

Vir dié nege weke gaan ons fokus op die verskillende "Love Languages" wat julle gesinslede het en hoe julle dit kan gebruik om verhoudings met mekaar te bou of te verbeter. Kyk of julle kan agterkom watter "Love Languages" elke aktiwiteit, van die ander weke, bevat.

Mense het meestal 'n voorkeur liefdestaal. Dit is egter nie ongewoon dat mense in verskillende situasies, dalk ook partykeer van die ander "Love Languages" kan geniet en verkies nie.

### **Opbouende Woorde (Words of affirmation)**

Jy voel geliefd wanneer iemand jou komplimenteer of hul goedkeuring oor jou uitspreek. Hierdie mense hou daarvan as mense vir hulle sê hulle doen goeie werk, iemand is trots op hulle, hulle word waardeer en hulle bedank word vir hulle moeite.

### **Kwaliteit tyd (Quality Time)**

Jou gunstelingomblikke is wanneer iemand hulle onverdeelde aandag vir jou gee. Wanneer dit voel of jy werklik belangrik is en gehoor word. Hierdie mense hou daarvan as daar nie "distractions" is wat gesprekke onderbreek nie.

### **Dade van Diensbaarheid (Acts of Service)**

Jy voel geliefd wanneer ander jou help met take of jou dien deur iets vir jou te doen. Hierdie mense hou daarvan as iemand vir hulle koffie maak of hulle help om skottelgoed te was. Enige daad van diensbaarheid wat die persoon laat voel hy/sy maak saak.

### **Geskenke (Gifts)**

Jy voel geliefd wanneer iemand vir jou iets gee wat hulle aan jou laat dink het. Geskenke soos 'n blommetjie wat gepluk word, beteken soms meer as 'n duur bos blomme wat gekoop word. Dit gaan nie oor hoeveel geld spandeer word nie, maar oor die hart agter die geskenk.

### **Fisieke aanraaking (Physical Touch)**

Jy voel geliefd wanneer iemand jou liefdevol aanraak. Hierdie mense hou van hande vashou, drukkies of selfs wanneer iemand liefdevol aan hul arm raak tydens 'n gesprek.



## BESPREKINGSVRAE:

Bespreek hierdie vrae voor die uitdaging.

1. Hoe wys jy vir iemand jy is lief vir hulle?
2. Hoe weet jy iemand is lief vir jou?
3. Wat van jouself "love" jy?
4. Wat van die res van die mense in jou gesin "love" jy?



## UITDAGING:

### "LOVE LANGUAGE"-TOETS

Elke persoon in die gesin kan die "Love Language"-toets op die internet voltooi. Elke persoon moet die toets individueel beantwoord sodat julle uitslae kan ontvang oor hoe hulle liefde gee/wys en ervaar/voel.

Daar sal 'n skakel gestuur word op die FGK-WhatsAppgroep of vind die toets hier: <https://www.5lovelanguages.com/quizzes/>.

Indien julle reeds hierdie toets gedoen het en jul uitslae ontvang het, kan julle mekaar aan julle uitslae herinner en daaroor gesels.



## REFLEKSIEVRAE

**Reflekteer oor hierdie vrae ná die uitdaging. (Julle kan besluit of julle individueel wil reflekteer oor die tema van hierdie week of saam as gesin.)**

1. Was jy verras deur die uitslae van die toetse?
2. Op watter manier kan jy beter jou liefde aan jou gesin wys?
3. Hoe kan julle mekaar herinner aan hoe elkeen liefde ervaar en gee?

“

Our most basic emotional need is not to fall in love but be genuinely loved by another, to know a love that grows out of reason and choice, not instinct. I need to be loved by someone who chooses to love me, who sees in me something worth loving.

GARY CHAPMAN

”

Onthou om foto's en video's te neem en die refleksie elke week te doen om aan die einde van die nege weke te kan terug kyk op die avontuur wat julle saam as gesin aangepak het. Deel gerus ook die foto's/video's en getuienisse met die FGK-span. Ons wil graag sien hoe ons gesinne saam groei.

# WEEK 2

## EET SAAM, SPEEL SAAM

*"Ek het so 'n paar jaar terug 'n pad gestap met 'n vriend van my. Die vriend was 'n sekuriteitswag by die hek by 'n skool waar ek ge-teach het. Hy was die vriendelikste ou en het amper al die ouers en hul kinders op die naam geken. Wanneer ek 'n af periode gehad het, het ek altyd 'n draai by hom gemaak en bietjie gekuier. Soos baie mense in Suid-Afrika, het hy baie gesukkel om met die min geldjies wat hy verdien, oor die weg te kom. Ná baie geselsies en die bietjie hulp wat ek kon gee, sit ons die een dag buite in stilte. Hy uiter toe 'n paar woorde wat vir altyd by my sal bly: "Rynie, ons is saam."*

*Daardie woorde uit sy mond, het my hele uitkyk op die woord "saam" verander. Dit was skielik 'n holistiese woord, 'n baie groter woord as wat ek tot in daardie stadium van my lewe verstaan het."*

- Raynhard van Staden

Om regtig "saam" te wees beteken meer as net om in die fisieke opsig net bietjie tyd saam te spandeer.

"PRO-TIP" - Die oumense het altyd gesê, "Die pad na 'n mens se hart is deur hul maag". Om regtig lekker kos te maak moet 'n mens kook met die hart. Net so, om die woord "saam" ten volle te begryp, moet dit met die hart verstaan word.

Met hierdie week se uitdaging hoop ons dat gesinne die groter betekenis van wat "saam" wees vir hulle kan beteken, en ontdek.

GEDAGTE VAN DIE WEEK

”

Net so, om die woord "saam" ten volle te begryp, moet dit met die hart verstaan word.





## UITDAGINGS:

Daar is twee uitdagings vir hierdie week voorberei. Julle kan saam as gesin besluit watter een van die uitdagings julle wil aanvaar en doen. As julle kans sien, kan julle albei doen.

### 1. MAAK AANDETE SAAM AS GESIN

Kry die hele gesin betrokke. Julle moet immers elke aand eet, so dit is 'n eenvoudige manier vir die hele gesin om saam tyd te spandeer. Gee vir elke persoon 'n verantwoordelikheid en geniet dit. Gesels oor die besprekingsvrae terwyl julle kook.

Ons sal op WhatsApp 'n paar resepte van die FGK-Resepteboek met julle deel. Julle kan 'n resep daaruit kies of jul gunstelingdis maak. #kooksaam

### 2. "PEANUT BUTTER CHALLENGE"

Deel op in spanne van twee en dek 'n tafel waarop jy brood, botter, grondboontjebotter, stroop en 'n mes sal vind. Persoon 1 van die span hou hul arms agter hul rug en verduidelik vir hul gesin hoe om 'n broodjie te maak. Persoon 2 maak die broodjie terwyl hy/sy agter persoon 1 staan. Persoon 2 maak dus asof hul persoon 1 se arms is en maak die broodjie terwyl persoon 1 verduidelik wat om te doen. #peanutbutterchallenge



Jaco de Witt het navorsing gedoen tydens sy studies en het die volgende gevind:

"Eating together & Physical Play are the two things that can make any relationship grow or elevate to the next level."



## BESPREKINGSVRAE:

**Bespreek hierdie vrae terwyl julle kosmaak of terwyl julle eet.**

1. Wat sou jy versamel (stockpile) as jy geweet het jy sou dit nooit weer kon kry nie?
2. Watter dier dink jy is die meeste soos jy? (*Act it out en laat die res van die gesin raai watter dier dit is*).
3. Wat maak jou gelukkig? #delfdieper
4. Wat maak jou hartseer? #delfdieper



## REFLEKSIEVRAE:

**Reflekteer oor hierdie vrae ná die uitdaging. (Julle kan besluit of julle individueel wil reflekteer oor die tema van hierdie week of saam as gesin.)**

1. Wat het my gesinslede gesê wat vir my uitgestaan het?
2. Wat waardeer ek van my gesinslede vandag?
3. Wat van ons gesprek van vandag kan nuwe gesprekke later weer oopmaak?
4. Wat het ek by my gesinslede geleer hierdie week?

Onthou om foto's en video's te neem en die refleksie elke week te doen om aan die einde van die nege weke te kan terug kyk op die avontuur wat julle saam as gesin aangepak het. Deel gerus ook die foto's/video's en getuienisse met die FGK-span. Ons wil graag sien hoe ons gesinne saam groei.

# WEEK 3

## SLAGGATE

In Suid-Afrika is daar nie veel wat iemand ons kan vertel oor slaggate nie. Ons ken dit maar te goed en sien dit oral op ons paaie elke dag. Ons raak gewoon aan die gate en kan al mooi verby hulle ry op pad werk toe. Ons weet in watter bane ons moet ry om die gate te kan mis. Ons is stomgeslaan wanneer ons sien dat 'n slaggat wat ons goed ken, reggemaak word. Dit is asof ons vergeet hoe om te bestuur wanneer 'n slaggat reggemaak word omdat ons van voor af moet leer om nie meer om die gat te ry nie, maar nou bo-oor dit. Kort daarna, vorm daar maklik weer 'n nuwe gat langs die vorige gat wat nou reggemaak is. Die slaggat word dan nou weer van voor af deel van die daaglikse roetebeplanning.

Ons weet reeds dat die beste tyd om slaggate reg te maak, is wanneer dit nog klein is. Net soos ons onself geleer het om gate op die pad raak te sien en uit te swaai daarvoor, moet ons onself leer hoe om die slaggate in ons lewens en verhoudings ook raak te sien. Ná jare se kondisionering het ons gewoon geraak daaraan dat as ons lank genoeg wag daar iemand anders sal wees wat die gate regmaak. In ons verhoudings is dit maklik om die gate mis te kyk of te dink die gat is nie groot genoeg om 'n probleem te wees nie, maar hoe langer die gate gelos word, hoe groter word dit. Dit is beter om die slaggat reg te maak as om in die toekoms 'n band te moet vervang of selfs die hele kar.

Ons almal ken die gevoel wat 'n mens kry voor en terwyl 'n mens deur 'n slaggat ry, party mense skrik so groot en trek die interessantste gesigte en ander raak vreeslik gefrustreerd en dit gooi hul hele dag omvêr. In plaas van om met die slaggate in ons lewens saam te leef of dit vermy, gaan gesinne hierdie week gesels oor die slaggate in hul verhoudings met mekaar en hoe om dit te vul en reg te maak.

GEDAGTE VAN DIE WEEK

”

Ons weet reeds dat die beste tyd om slaggate reg te maak, is wanneer dit nog klein is.



## UITDAGING:

Hierdie week se uitdaging het twee dele.

### STAP SAAM AS GESIN

Kies 'n dag in die week waar almal vroeg by die huis is of maak almal lekker vroeg wakker voor skool en werk. Gaan stap rustig in jul buurt. Julle kan so ver stap as wat julle wil, maar gaan stap minstens om die blok.

Die doel van hierdie stap is nie om so vinnig as moontlik te stap nie, maar eerder om die vars lug en geselskap te geniet. So trek jul plakkies aan of vat 'n koppie koffie saam sodat julle nie vinnig hoef te gaan stap nie.

### ONS RAAK PRAKTIES

Die FGK-gemeenskap is tans besig om die slaggate rondom ons kerk en in die omgewing reg te maak. Terwyl julle as gesin saam stap, wees op die uitkyk vir slaggate.

Koop 'n 'GATVOL'-slaggatmengsel by The Bridge-koffiewinkel en maak die gat saam as gesin reg. Julle kan ook 'n ander gesin of vriende nooi om saam met julle die gat reg te maak.

OF

Neem 'n foto van die slaggat wat julle gevind het en stuur die foto en die adres (location) van die gat vir een van ons FGK-personelede of vir die FGK-WhatsApp-nommer (074 682 4636). Ons wil graag die gat saam met julle kom regmaak.

“

Leaders don't pray to God to fill their potholes. They ask God for shovels so they can do it by his grace.

ISRAELMORE  
AYIVOR

”



## BESPREKINGSVRAE:

**Bespreek hierdie vrae terwyl julle stap.**

1. Sal jy eerder vir 1 dag wil lewe, 'n 100 jaar in die verlede of 'n 100 jaar in die toekoms? Hoekom?
2. Waar het ons nie aan die waardes wat ons vir die nege weke gekies het, voldoen nie?
3. Waarop is jy trots? (*Oor jouself, jou gesin, ons land en jou skool/werk.*)
4. Waar sien ek 'n slaggat in ons verhouding/gesin?
5. Hoe kan ons die gate regmaak of begin vul?
6. Wat is die een ding wat jy die meeste berou?



## REFLEKSIEVRAE:

**Reflekteer oor hierdie vrae ná die uitdaging. (Julle kan besluit of julle individueel wil reflekteer oor die tema van hierdie week of saam as gesin.)**

1. Waar was ek nie heeltemal eerlik gewees tydens vandag se gesprekke nie?
2. Met wie moet ek 'n "on the side"-gesprek hê? (*dalk omdat jy nie voor almal wil praat nie of 'n gesprek wat verder geneem moet word.*)
3. Hoe kan ons mekaar herinner aan die slaggate en hoe ons besig is om dit reg te maak?
4. Waar moet ek "grace" hê met die mense in my gesin?

# WEEK 4

## ONTDEK DIE KIND BINNE JOU

Die hoofokus van hierdie week is om saam as gesin pret te hê. Dit is baie maklik om te vergeet om pret te hê omdat ons so maklik vasgevang word in die vinnige tempo van die stadslewe. Dit is maklik vir ons om te verlang na die vryheid wat ons gehad het toe ons kinders was.

Dit is so belangrik om te speel en laf te wees, nie net alleen nie, maar ook as gesin. Pret bring mense nader aan mekaar. Kan jy onthou wanneer laas jy gespeel het?

Kinders help 'n mens om die prag van speel en die eenvoudige dinge in die lewe raak te sien. Hulle wys 'n mens hoe lekker dit is om te speel en jouself te geniet wanneer hulle uit hul magies lag of wanneer 'n mens kan sien hoe draai die wieletjies in hul kop wanneer hulle probeer om ietsie uit te vind. Ons raak maklik vasgevang in ons moegheid of irritasie van ons beroepe, of mense wat voor jou inry, en is selde lus vir speel en lag omdat dit voel asof ons dit reeds ontgroeit het. Maar wanneer ons die kans waag en 'n bal rondskop of saam met 'n kind 'n speletjie speel, kom 'n mens vinnig agter dat ons almal daarna smag om weer klein te wees.

In Lied 518 "Voel jy soms of die Here te ver is?" is daar 'n liriek wat sê "Hoor hoe sag waai die wind, kyk die glimlag van 'n kind". Kinders het 'n manier om vir 'n mens te wys wat regtig belangrik is, en het die vermoë om vir enige mens skielike vrede te bring.

Ons gaan hierdie week saam as gesin pret hê om hopelik die kind binne ons almal weer 'n bietjie wakker te maak.

GEDAGTE VAN DIE WEEK

”

Maar wanneer ons die kans waag en 'n bal rondskop of saam met 'n kind 'n speletjie speel, kom 'n mens vinnig agter dat ons almal daarna smag om weer klein te wees.



## UITDAGINGS:

Daar is twee uitdagings vir hierdie week voorberei. Julle kan saam as gesin besluit watter een van die uitdagings julle wil aanvaar en doen. As julle kans sien, kan julle albei doen.

Maak komberse, kussings, stoele en tafels bymekaar. Bou 'n fort wat groot genoeg is vir die hele gesin om in te pas. Versier die fort met liggies of prentjies om dit soos 'n klein huisie te laat lyk en voel.

### 1.FORT-KERK

Kyk Sondagoggend die aanlyn diens op FGK se Facebookprofiel of YouTube-blad saam in die fort. Maak vir julle koffie en eet beskuit of koekies terwyl jul die aanlyn diens bywoon.

As julle fort nie uitwerk nie, kan 'n krismisbed ook werk.

### 2.FORT-MOVIE

Hou 'n "movie"-aand in die fort. Maak springmielies en warm sjokolade of bring jul gunsteling-"snacks" saam.

As julle dapper is, gee vir die kinders kans om 'n flik te kies. (As hulle weer Frozen wil kyk, is dit ook goed. Dit gaan nie oor die rolprent nie, maar oor die "bonding experience".)

As julle fort nie uitwerk nie, kan 'n krismisbed ook werk.

“

We don't stop playing because we grow old, we grow old because we stop playing.

GEORGE BERNARD SHAW

”



## BESPERKINGSVRAE:

**Bespreek hierdie vrae terwyl julle in julle fort kuier.**

1. As jy enige iets in die wêreld kon kry, wat sou jy wou hê?
2. Voltooi die volgende sin: "In 'n perfekte wêreld..."
3. Wat is jou gunstelingherinnering van toe jy klein was? En hoekom?
4. As jy enige iets kon "invent", wat sou dit wees?
5. As jy 'n swembad met enige iets kon volmaak, wat sou dit wees? Hoekom?



## REFLEKSIEVRAE:

**Reflekteer oor hierdie vrae ná die uitdaging. (Julle kan besluit of julle individueel wil reflekteer oor die tema van hierdie week of saam as gesin.)**

1. Watter elemente van my gunstelingkindertydherinneringe kan ek deel van my grootmenslewe maak?
2. Beskryf die ervaring om intensionele herinneringe saam met jou gesin te skep.
3. Wat sou jy graag vir "die jonger jy" wil sê?
4. Watter raad sou jou jonger self vir jou wou gee vir vandag?

Onthou om foto's en video's te neem en die refleksie elke week te doen om aan die einde van die nege weke te kan terug kyk op die avontuur wat julle saam as gesin aangepak het. Deel gerus ook die foto's/video's en getuienisse met die FGK-span. Ons wil graag sien hoe ons gesinne saam groei.



# WEEK 5

## WEES TEENWOORDIG

Tegnologie speel 'n baie groot rol in ons lewe in die 20ste eeu. TV is nie noodwendig 'n slegte ding nie. Dit kan ons help om tyd saam te spandeer wanneer ons saam 'n fliëk kyk of help ons om te ontspan en ons batterye te herlaai, sodat ons later energie het om aandag aan mekaar te gee. Dit het wel 'n manier om, sonder moeite, 'n groot gedeelte van ons tyd te verorber. Tyd wat ons nie weer kan terugkry nie.

Ouers met kinders, veral tieners, sien heelwaarskynlik waarheen ons mik met die uitdaging van hierdie week. As jy al ooit 'n huis met kinders of tieners gedeel het, sal jy weet dat geen dag voltooi is of afgehandel kan word sonder 'n episode van *Paw Patrol* of *Spongebob* nie en dat tieners byna nooit Netflix afsit nie. Sommige kinders speel rekenaarspeletjies dat dit by hulle ore uitkom, en as hulle nie dit doen nie, dan kyk hulle YouTube-video's van hoe ander mense *games* speel! Dit word al hoe moeiliker om gesprekke met mekaar te voer, omdat ons eerder nog een episode van ons gunstelingstorie wil kyk as om vir mekaar te vra hoe dit gaan of te vra hoe jou dag was. Wanneer ons wel met mekaar praat, gee ons eenvoudige eenwoordantwoorde.

'n Maklike manier om gesprekke oop te maak sonder om die allerdagse "Hoe was jou dag gewees?" te vra, is om die hoogtepunte en laagtepunte van jou dag met mekaar te deel. Tom en sy gesin doen dit al vir 'n tydjie en dit werk baie goed vir hulle.

Die uitdaging van hierdie week gaan tien teen een baie moeilik wees, maar as julle die uitdaging ten volle aanvaar, sal julle vir seker die vrugte daarvan pluk.

GEDAGTE VAN DIE WEEK

”

Tegnologie het 'n manier om,  
sonder moeite, 'n groot gedeelte  
van ons tyd te verorber. Tyd wat  
ons nie weer kan terugkry nie.



# UITDAGING:

Hierdie week se uitdaging is uitgewerk vir vyf aande van die week.

## GEEN TV-AANDETE

Ons daag julle uit om vir vyf aande (*Maandag - Vrydag*) as gesin aandete te eet sonder om TV te kyk. Sit saam om 'n tafel vir aandete en kuier saam. Maak seker dat almal klaar geëet het voordat julle die tafel verlaat. As jul nie 'n tafel het waarby almal kan sit nie, kan jul enige plek sit. Maak net seker dat jul nie die TV kan sien nie of sit dit heeltemal af.

## MAANDAG

Skryf saam as gesin 100 goed neer waarvoor jul dankbaar is. 100 klink dalk soos baie maar, dit gaan julle defnetief buite die boks en lekker laf laat dink. Wees spesifiek, dink aan die klein goedjies en gee vir almal in die gesin kans om deel te neem aan die lys. Bv. Ons is dankbaar vir mooi blomme wat ons tuin verfraai, of ons is dankbaar vir die toiletpapier in ons huis.

## DINSDAG

- Vertel vir mekaar watter "superpowers" julle graag wil hê. En hoekom.
- Vertel ook vir mekaar watter "superpower" elke lid die beste sal pas. En hoekom. (*bv, Mamma se power sal Healing wees omdat sy my altyd laat beter voel*).
- Gesels oor watter "superpowers" elke lid tans het. En hoekom (*bv. vriendelikheid omdat jy elke keer vir my glimlag wanneer ek jou sien*).

## WOENSDAG

Gebruik die prentjie van die swembad op die klein bladsy om te verduidelik met watter mannetjie jy identifiseer in die volgende aspekte van jou lewe: (die prentjie sal ook op die WhatsApp-groepe gestuur word.)

- Jou verhouding met vriende,
- Jou verhouding met jou gesin/familie,
- Jou verhouding met God.

## DONDERDAG

- Vertel vir mekaar met watter karakter (Disney-/fiek-/TV-reekskarakter) jy jouself vereenselwig. En hoekom.
- Vertel vir mekaar watter karakter jou aan elke ander persoon laat dink. En hoekom.

## VRYDAG

Bid saam as gesin en gee vir elke persoon 'n beurt.

Bid spesifiek vir die volgende:

- Vriende/Maats
- Familie/Gesin
- Myself
- My vyande
- Skool/Werk
- Ons kerk
- Ons land
- Dié wat nie het nie
- Siekte/Seer
- Enige iets anders wat op jul harte druk

Onthou om foto's en video's te neem en die refleksie elke week te doen om aan die einde van die nege weke te kan terug kyk op die avontuur wat julle saam as gesin aangepak het. Deel gerus ook die foto's/video's en getuïenisse met die FGK-span. Ons wil graag sien hoe ons gesinne saam groei.

# WEEK 6

## HUISGODSDIENS

Van die vroegste tye word gelowiges uitgenooi om hulle lewe saam met God in die alledaagse uit te leef. Terwyl Israel as 'n groep gereis het, deur die beloofde land lees ons in Deuteronomium 6:4-7:

*"Luister, Israel, die Here is ons God, Hy is die enigste Here. Daarom moet jy die Here jou God liefhê met hart en siel, met al jou krag. Hierdie gebooie wat ek jou vandag gegee het, moet in jou gedagtes bly. Jy moet dit inskerp by jou kinders en met hulle daarvoor praat as jy in jou huis is en as jy op pad is, as jy gaan slaap en as jy opstaan."*

Ouerskap en die stadslewe is sinoniem met rondry. Dink maar net hoeveel tyd ons in die kar spandeer! Hierdie tye kan uitgekoop word om spasies te word waar ons saam ons lewe met God inoefen of soos die Bybel sê "inskerp".

Vir ouers wat kinders rondry is die kar 'n wonderlike spasie vir gesprek ... ons het 'n "captive audience"! En soos ouers weet, raak ons ritte skool toe al hoe meer hoe ouer kinders word. Daarom kan die kar 'n wonderlike plek wees vir kar-kategese.

Kar-kategese kan die vorm van 'n goeie vraag aanneem of die deel van 'n gunstelingteks of dalk 'n gebed saam. Dalk beteken dit selfs dat julle bid vir die taxi's en nie kwaad word vir hulle nie! Kyk gerus na Betereinders se "Maak plek vir Taxi's-inisiatief".

- Tom Smith

GEDAGTE VAN DIE WEEK

”

In modern suburbia, where pedestrians, bicycles, and public transportation are rarely an option, the average household currently generates thirteen car trips per day.

- Al Hsu, The suburban Christian





## UITDAGING:

### VIR GESINNE MET KINDERS IN DIE HUIS

#### KAR-KATEGESSE

Gee vir elke persoon in die gesin kans om 'n Bybelvers/Bybelstorie voor te berei om in die kar op pad skool toe met mekaar te deel. Deel die week op sodat elke persoon 'n dag kry waarvoor hulle verantwoordelik is.

Die persoon bring hul vers/storie en deel dit met die res van die gesin. Almal kry dan kans om te vertel watter deel van die vers/storie vir hulle oulik/spesiaal was. Bid saam as gesin vir mekaar.

### VIR GESINNE SONDER KINDERS IN DIE HUIS OF WAT ALLEEN RY

#### KOFFIE-KERK

Deel die week op sodat elke persoon dae kry waarvoor hulle verantwoordelik is. Maak tyd om vir 15 minute voor werk by mekaar en die Here uit te kom. Maak koffie en die persoon wat verantwoordelik is vir die dag deel 'n Bybelvers of Bybelstorie met die res van die gesin.

Elke persoon kry dan kans om te vertel watter deel van die vers/storie met hul gepraat het en wat hul dink God vir hulle wil sê. Bid saam vir mekaar.

Om te leer om saam Bybel te lees, kyk weer Schalk se video oor Lectio Divina.

[https://www.youtube.com/watch?v=TMq\\_-d-yXIA](https://www.youtube.com/watch?v=TMq_-d-yXIA)

“

Time spent with family  
is time well spent.  
Family is one of the  
constant things in life.

UNKNOWN

”



## REFLEKSIEVRAE:

**Reflekteer oor hierdie vrae ná die uitdaging. (Julle kan besluit of julle individueel wil reflekteer oor die tema van hierdie week of saam as gesin.)**

1. Hoe het jy die uitdaging ervaar?
2. Was dit vir jou "akward"?
3. Hoekom is huisgodsdienis belangrik?
4. Watter ander tye in jul dae kan julle beter vir familietyd gebruik?

Onthou om foto's en video's te neem en die refleksie elke week te doen om aan die einde van die negende week te kan terug kyk op die avontuur wat julle saam as gesin aangepak het. Deel gerus ook die foto's/video's en getuïenisse met die FGK-span. Ons wil graag sien hoe ons gesinne saam groei.

# WEEK 7

## GEHEIME BESTANDELE

Ons het almal verskillende weergawes van ons gunstelingkos, maar die meeste mense sal saamstem dat daar een weergawe van dié dis is wat ver uitstaan bo die res. Dit is gewoonlik 'n geheime familie-resep wat al vir jare met sekere bestanddele gemaak word. Dié resep word ook moeilik met buitestaanders gedeel. Ouma maak dalk altyd haar Sondagmiddag-soetwortels met kondensmelk in plaas van suiker en dit bring 'n nuwe geur.

Net so, het elke gesin 'n paar bestanddele wat hulle voel uniek is aan hul gesin. Die geheime bestanddele van elke gesin gaan anders wees. Dit maak hierdie week se tema baie pret omdat elke gesin 'n ander idee gaan hê van wat belangrik is om hulle gesin te laat werk.

Twee van die hoofbestanddele van elke gesin is liefde en pret. Ons hoop om deur die uitdagings van hierdie week weer daardie twee bestanddele aan te wakker en na vore te bring.

### DIE LAMBSBOUDSTORIE

'n Vrou se vriendin kuier by haar terwyl sy lambsboud maak vir aandete. Die vriendin sien dat voor sy die lambsboud in die oond sit, sny sy 'n stuk aan die kant van die boud af. Haar vriendin wonder hoekom sy dit doen, want dis tog 'n lekker stukkie vleis wat sy daar afsny. Die vriendin vra haar toe hoekom sy dit doen en sy antwoord: "Ek weet nie regtig hoekom nie, my ma het dit altyd gedoen." Sy besluit toe om haar ma te bel en te hoor hoekom sy van die boud afsny. Haar ma se antwoord was toe presies dieselfde. *Haar ma het dit gedoen.* Hulle bel toe vir ouma om te hoor wat sy sê. Die ouma vertel toe vir hulle dat toe sy die eerste keer lambsboud gemaak het in haar eerste huis, was die oondbak te klein om die hele boud te laat inpas. Sy het toe besluit om 'n stuk daarvan af te sny sodat dit in die oondbak sal pas.

GEDAGTE VAN DIE WEEK

”

Net so, het elke gesin 'n paar  
bestanddele wat hulle voel  
uniek is aan hul gesin.



## UITDAGINGS:

Daar is drie uitdagings vir hierdie week voorberei. Julle kan saam as gesin besluit watter een van die uitdagings julle wil aanvaar en doen. As julle kans sien, kan julle al drie doen.

### 1. KOOK MET GEHEIME BESTANDELE

Deel in spanne op. Die spanne loer in die koskaste en kies drie bestanddele wat die ander span moet gebruik om mee kos te maak. Die spanne moet dan 'n dis voorberei waarin hulle die ander span se bestanddele gebruik.

Bv. Span 1 moet voorgereg en nagereg maak, maar Span 2 het mielies, chillies en sjokoladesous gekies. Span 2 moet die hoofereg maak, maar Span 1 het "marshmallows", hoender en sojasous gekies. Baie sterkte!

### 2. 'N PROETOETS (GEBLINDDOEK)

Skryf jul name op stukkies papier en plaas dit in 'n hoed. Gee vir elke persoon 'n beurt om iemand anders se naam uit die hoed te trek. Elke persoon kry die geleentheid om bestanddele uit die kombuis te kies. Blinddoek jou gekose gesinslid en gee vir hom/haar een bestanddeel op 'n slag om te proe. Die geblinddoekte persoon moet raai wat die bestanddeel is wat hy/sy proe.

### 3. FAMILIESTAMBOOM

Gesels saam oor jul familiestamboom. Ontdek hoe julle elkeen in die groter prentjie van jul familie inpas. Ouers kan vir hul kinders vertel van oumas, oupas, oumagrootjies, oupagrootjies, ens. Paartjies kan vir mekaar van hul familiegeskiedenis vertel.



## BESPRKINGSVRAE:

**Bespreek hierdie vrae terwyl julle die uitdagings doen.**

1. Wat doen ek omdat my ouers dit só doen? (*Lees die lamsboudstorie vir die hele gesin voor voordat julle hierdie vraag beantwoord.*)
2. Wat is jul gunstelingfamilietradisies?
3. As jy een reël vir die gesin kon maak, wat sou dit wees?
4. Hoe stel ons mekaar teleur?
5. Gesels oor jul gunstelingherinneringe as gesin saam.



## REFLEKSIEVRAE:

**Reflekteer oor hierdie vrae ná die uitdaging. (Julle kan besluit of julle individueel wil reflekteer oor die tema van hierdie week of saam as gesin.)**

1. Waar het my ouers my teleurgestel?
2. Waar sien ek hul mislukking in myself?
3. Waar sien ek my ouers in myself?
4. Hoe het dit my gevorm tot die mens wat ek vandag is?

Onthou om foto's en video's te neem en die refleksie elke week te doen om aan die einde van die nege weke te kan terug kyk op die avontuur wat julle saam as gesin aangepak het. Deel gerus ook die foto's/video's en getuienisse met die FGK-span. Ons wil graag sien hoe ons gesinne saam groei.



If I had the secret recipe that I could give everybody, I think it has very much to do with believing in yourself and giving time. Giving time to each member of the family.

ANTONIO BANDERAS



# WEEK 8

## "DATE NIGHT"

Kommunikasie is die heel belangrikste deel om 'n gesin, huwelik en eintlik net enige verhouding te maak werk. Praat oor alles en moet nooit iets wegsteek nie.

Daar gaan soms baie dae verby waar 'n mens baie met mekaar praat, baie woorde verruil maar dit is nie noodwendig gesprekke nie. Dit is belangrik om nie *met mekaar te praat nie*, maar *wel saam met mekaar*. Gesinne moet meer saam met mekaar kuier. Kuier is 'n lekker woord. Die woord is selfverduidelikend en 'n warm en uitnodigende woord. Ons gebruik te maklik 'n verskoning eerder as om saam met mekaar te kuier.

Terwyl ons besig was met beplanning vir die program het ons gesels oor skoolverhoudings. Ons almal onthou die gevoel wanneer jy 'n "love letter" ontvang en jou hart vinniger klop. Wanneer die briefie iewers gedurende jou normale skooldag in jou hand beland, kan jy sommer dadelik voel hoe jou wange rooi word soos jy bloos. Jy kan nie wag om die brief oop te maak en te lees wat iemand vir jou sê nie. Die woorde wat sê hoe lief iemand jou het en hoe wonderlik jy is, bly dan vir 'n wyle in jou kop en hart agter.

Ons hoop gesinne kan opnuut weer hul verliefdheid op mekaar ontdek. Mammass en pappass moet weer verlief raak op hul "kiddies", "kiddies" moet weer verlief raak op hul ouers en lewensmaats moet weer hul liefde vir mekaar ontdek of na die volgende vlak neem. Hou die "spark" in julle verhoudings met mekaar lewendig.

GEDAGTE VAN DIE WEEK

”

Ons hoop gesinne kan  
opnuut weer hul verliefdheid  
op mekaar ontdek.

Daar is twee uitdagings vir hierdie week voorberei. Julle kan saam as gesin besluit watter een van die uitdagings julle wil aanvaar en doen. As julle kans sien, kan julle albei doen.



## UITDAGING 1:

### VIR GESINNE MET KINDERS

Die uitdaging vir hierdie week is om saam met jou kinders op 'n "date" te gaan. Gaan drink koffie, eet uit, gaan speel Putt Putt of hou 'n piekniek in julle tuin. Die aktiwiteit is nie die hoofokus van die week nie, maar eerder die tyd saam, en die gesprekke wat julle gaan hê. Laat jou kind spesiaal voel.

Dit is ook belangrik vir ouers om alleen tyd te spandeer. Gaan alleen saam met jou lewensmaat op 'n "date". Bespreek die vrae wat ons voorberei het of gesels oor diep vrae wat julle soms eerder ignoreer.

### VIR GESINNE SONDER KINDERS

Die uitdaging vir hierdie week is om saam met jou lewensmaat op 'n "date" te gaan. Gaan drink koffie, eet uit, gaan speel Putt Putt of hou 'n piekniek in julle tuin. Die aktiwiteit is nie die hoofokus van die week nie, maar eerder die tyd saam en die gesprekke wat julle gaan hê. Bespreek die vrae wat ons voorberei het of gesels oor diep vrae wat julle soms eerder ignoreer.



## UITDAGING 2:

Skryf vir een persoon in jul gesin 'n liefdesbrief. Doen moeite met die brief en laat die persoon spesiaal voel.



## BESPRKINGSVRAE:

**Bespreek hierdie vrae op jul "date".**

1. Wat weet ons, ons moet doen maar ons doen dit nie? *(in jul verhouding en in jul gesin).*
2. Beskryf ons verhouding in drie woorde.
3. Wat doen ek wat jou laat goed voel?
4. Hoe kan ek 'n beter lewensmaat vir jou wees?
5. Wat "love" jy van ons gesin?
6. Wat is iets wat jy nog altyd wou doen, maar jy het nog nooit tyd of geld gehad daarvoor nie?
7. Wat is die drie goed wat jou verlief gemaak het op my?
8. Wat is drie goed wat jou trots maak op my?

Onthou om foto's en video's te neem en die refleksie elke week te doen om aan die einde van die nege weke te kan terug kyk op die avontuur wat julle saam as gesin aangepak het. Deel gerus ook die foto's/video's en getuienisse met die FGK-span. Ons wil graag sien hoe ons gesinne saam groei.

# WEEK 9

## MY PLEK IN DIE WÊRELD EN MY PLEK IN MY GESIN

Hierdie week se tema word gekoppel aan vaardighede. 'n Vaardigheid word aangeleer en dit verg harde werk, opoffering, tyd, moeite en geduld. Ons almal weet daar is goeie en slegte dae tydens die reis van nuwe vaardighede aanleer en dat almal sterkpunte en swakpunte het wat jou help of verhinder op die avontuur. Almal verskil van mekaar en sommige vaardighede kom makliker vir party as ander. Hetsy dit maklik of moeilik is – die belangrike deel van die saak is dat almal vaardighede kan aanleer.

Ons almal het ons plek in die wêreld en ons plek in ons gesin. Dit is soms moeilik om uit te vind waar en hoe ons in die wêreld inpas, maar dit maak die soektog makliker as ons minstens weet hoe ons in ons gesin inpas. Om jou plek in die gesin te ontdek is net soveel 'n vaardigheid wat jy moet aanleer, as om te leer hoe om 'n "backflip" te doen.

Hierdie week gaan gesinne gesels oor hoe elke lid van hul gesin inpas en hoe almal nodig is om die legkaart te voltooi.

Ons gaan ook kyk na hoe die wêreld rolle definieer: bv. Mamma maak kos en Pappa werk homself byna dood om die rekeninge te betaal. Ons gaan eerder ons eie rolle definieer. Net so kan ons saam kies wat elkeen se rol in die gesin is. Die uitdagings van hierdie week is aktiwiteite wat die wêreld sal sê pas by iemand spesifiek, maar ons gaan hierdie week eerder almal die aktiwiteite aanpak, moontlik nuwe vaardighede aanleer, uit ons gemaksone klim en lekker saam groei. Ons gaan wys dat al kom iets dalk moeiliker vir ons, kan ons dit steeds aanleer.

GEDAGTE VAN DIE WEEK

”

Dit is soms moeilik om uit te vind  
waar en hoe ons in die wêreld inpas,  
maar dit maak die soektog makliker  
as ons minstens weet hoe ons in ons  
gesin inpas.



## UITDAGINGS:

Daar is drie uitdagings vir hierdie week voorberei. Julle kan saam as gesin besluit watter een van die uitdagings julle wil aanvaar en doen. As julle kans sien, kan julle al drie doen.

### 1. BAKKOMPETISIE

Kry die hele gesin betrokke. Kies 'n maklike koek/tert om te bak. Julle kan in spanne opdeel of individueel deelneem. Gee vir elke span/persoon dieselfde bestanddele, tyd en resep. Die spanne kompeteer dan om te sien wie die beste koek/tert voorberei. Hoewel daar 'n persepsie heers dat vroue gewoonlik voor die oond hoort, gaan ons hierdie week die hele gesin uitdaag om hul slag in die kombuis te wys.

### 2. VUURMAAK

Stuur almal in die tuin in om stokke bymekaar te maak of koop 'n sak vuurmaakhout. Hou 'n kompetisie waar elke lid deelneem om te kyk wie kan 'n vuur maak. Julle kan mekaar help of in spanne opdeel. Veral in die Afrikaanse kultuur is daar 'n persepsie dat mans die vuur moet aansteek wanneer daar gebraai word. Kom ons leer almal hoe om vuur te maak.

### 3. PAP BAND

Ruil die kar se band om. Dit is vreeslik belangrik vir elke mens om te weet hoe om 'n band om te ruil. Julle kan in spanne opdeel of vir almal 'n kans gee om dit alleen te doen. Indien daar iemand in die gesin is wat weet hoe om 'n band om te ruil, kan die persoon eers vir die res van die gesin wys hoe om dit te doen voordat hulle self probeer. In die Afrikaanse kultuur is daar 'n persepsie dat 'n vrou 'n man moet vra om tot haar redding te kom om 'n pap band om te ruil. Vandag gaan ons almal onself bemagtig en leer om dit self te doen.

“

Being a family means you are part of something wonderful. It means you will love and be loved forever.

LISA WEED

”



## BESPREKINGSVRAE:

1. As jy enige iets in die wêreld kon verander, wat sou jy verander?
2. As jy geweet het jy sal nie misluk nie, wat sou jy probeer doen?
3. Waaraan moet/wil jy nog 'n bietjie werk? (*Persoonlik, en in jou gesin bv. wiskundepunte en ek wil meer moeite maak om my ouers in die oë te kyk*).
4. As jy vir almal in die wêreld een ding kon gee, wat sou jy vir hulle wou gee?
5. Wat kan ek bydra tot die gesin?
6. Wat kan ons gesin bydra tot die wêreld?

Onthou om foto's en video's te neem en die refleksie elke week te doen om aan die einde van die nege weke te kan terug kyk op die avontuur wat julle saam as gesin aangepak het. Deel gerus ook die foto's/video's en getuienisse met die FGK-span. Ons wil graag sien hoe ons gesinne saam groei.

# DINK TERUG...

Baie geluk! Julle as gesin het ons familie "challenge" voltooi. Voordat ons afsluit, wil ons julle nooi om te reflekteer oor wat alles in hierdie nege weke gebeur het en wat julle as 'n individu en as 'n gesin geleer het.

Daar is 'n bekende aanhaling wat sê: *"True learning does not come from experience, it comes from reflecting on what you've experienced."*

## 1. VERWAGTINGE

Dink terug oor die verwagtinge wat julle gehad het aan die begin van die nege weke. Op watter manier het God julle verwagtinge/gebede gehoor en beantwoord?

## 2. LESSE

Wees eerlik met jouself en ook met mekaar:

- Wat het julle in hierdie nege weke bymekaar geleer?
- Wat was jul gunstelingdeel van die nege weke?
- Wat het julle in die nege weke die minste geniet?



### 3. WAARDES

Gesels saam as gesin oor die waardes wat julle aan die begin van die nege weke gekies het. Het julle die waardes inge oefen? Het die waardes julle gehelp?

**Kies vier waardes wat julle as gesin vir die toekoms wil inoefen. Julle kan die waardes wat julle aan die begin van die nege weke gekies het weer kies. (Maak seker dat almal deelneem in die kies van jul nuwe gesinswaardes.)**

**WAARDE 1:**

**WAARDE 2:**

**WAARDE 3:**

**WAARDE 4:**



# DANKIE VIR JULLE INTENSIONELE TYD

Ons as span hoop regtig dat hierdie nege weke nie net 'n tydverdryf was nie, maar dat julle as gesin waarlik nader aan mekaar en nader aan God gegroei het.

Dit is nog 'n lang "journey" wat nooit regtig 'n eindpunt het nie. Dis 'n pad met baie kinkels en draaie en selfs "potholes". Maar met God aan ons sy, 'n liefde vir mekaar en 'n bietjie intensionele tyd en moeite, kan gesinne, gesinne wees wat vir die wêreld 'n voorbeeld sal wees oor hoe wonderlik die geskenk van familie kan wees.

Ons sien uit om almal se getuïenisse oor die ervarings en wat God in jul gesinne kom doen het te hoor. Deel asseblief jul stories en foto's met ons.









