GRÁTIS · DESAFIO CRISTÃO

Desafio 5 Noites: Família Sem Tela

5 noites, 20 minutos por noite, nenhuma tela. Um desafio para reconectar sua família com Deus e uns com os outros.

MARCOS SILVA · DESLIGA, FILHO

Antes de começar

Se você baixou este desafio, provavelmente já viveu alguma destas cenas: o jantar em silêncio, cada um olhando para a sua tela. A birra quando o tablet é desligado. Aquela sensação, no fim do dia, de que a família morou na mesma casa, mas não esteve junta.

Não estou aqui para colocar culpa em ninguém. Os aplicativos e jogos foram desenhados para prender, e prendem adultos e crianças. Mas a Bíblia nos lembra que **a formação do coração dos nossos filhos é responsabilidade nossa**, e não de um algoritmo.

Este desafio é um primeiro passo. São **5 noites** para provar para a sua família (e para você mesmo) que dá para trocar a tela por mesa, conversa, brincadeira e oração. Sem guerra.

Marcos Silva

Como funciona

1. **Escolham um horário fixo**, de preferência logo depois do jantar. São cerca de 20 minutos por noite.
2. **Todos os celulares vão para a caixa** (vocês vão montá-la na Noite 1), inclusive o dos adultos.
3. **Sigam o roteiro de cada noite:** leitura, conversa, missão e oração. Os pais podem ler a parte "Para os pais" antes, sozinhos.
4. **Marquem o "Fizemos!"** no fim de cada noite. Se perderem um dia, sem drama: continuem de onde pararam.

O QUE VOCÊS VÃO PRECISAR

Uma caixa de sapato, canetinhas ou lápis de cor, papel, fita adesiva, uma Bíblia (de papel, de preferência) e boa vontade. Só isso.

NOITE 1

A caixa da família

“Porque, onde está o teu tesouro, aí estará também o teu coração.”
MATEUS 6:21

PARA OS PAIS (LEIAM ANTES)

Nosso tempo e nossa atenção mostram onde está o nosso tesouro. Se o seu filho olhasse para o seu dia, o que ele diria que é o tesouro da família? A primeira noite começa com um símbolo: uma caixa onde as telas vão "dormir" enquanto a família está junta. Vocês vão dar o exemplo colocando o seu celular lá primeiro.

💬 LEITURA EM FAMÍLIA

Jesus disse que o nosso coração fica onde está o nosso tesouro. Tesouro é aquilo que a gente acha mais valioso. Tem gente que guarda dinheiro, tem gente que guarda brinquedo. Mas o maior tesouro de uma família são as pessoas e o amor de Deus. Hoje a gente vai criar um lugar para guardar as telas, para que elas não roubem o tempo do nosso tesouro de verdade.

❓ PARA CONVERSAR

1. Qual é o maior tesouro da nossa família?
2. Tem alguma coisa que está roubando o tempo desse tesouro?

🎯 MISSÃO SEM TELA

Decorem juntos uma caixa de sapato: a "Caixa da Família". Cada um desenha ou escreve algo nela. Combinem: durante as 5 noites do desafio, **todos os celulares dormem na caixa durante o jantar e o devocional.** Os pais colocam primeiro.

🙏 ORAÇÃO

Senhor, o Senhor é o nosso maior tesouro. Ajuda a gente a guardar o coração no lugar certo. Abençoa esta semana da nossa família. Amém.

☐ **Fizemos!** **Data: ___/___** **O que mais gostamos:**
_____

NOITE 2

Olhos nos olhos à mesa

> *"Estas palavras que, hoje, te ordeno estarão no teu coração; tu as inculcarás a teus filhos, e delas falarás assentado em tua casa, e andando pelo caminho, e ao deitar-te, e ao levantar-te."*
>
> DEUTERONÔMIO 6:6-7

PARA OS PAIS (LEIAM ANTES)

Repare onde Deus mandou ensinar os filhos: sentados em casa, andando pelo caminho, ao deitar e ao levantar. Ou seja, nos momentos comuns do dia. A mesa do jantar é um desses lugares sagrados, e é justamente um dos que a tela mais rouba. Esta noite é para devolver a mesa à família.

💬 LEITURA EM FAMÍLIA

Deus pediu aos pais que conversassem com os filhos sobre Ele em todo lugar: na mesa, no carro, na hora de dormir. Conversar é um presente. Quando a gente olha nos olhos de alguém e ouve com atenção, essa pessoa sente que é importante. Hoje a nossa mesa vai ser um lugar de conversa de verdade.

🎯 MISSÃO SEM TELA: O POTINHO DE PERGUNTAS

Escrevam estas perguntas em papeizinhos, dobrem e coloquem num pote. No jantar, cada um sorteia uma e todos respondem:

Qual foi a melhor parte do seu dia? · Se você pudesse ter um superpoder, qual seria? · Qual personagem da Bíblia você queria conhecer? · O que te deixou triste esta semana? · Qual é a sua lembrança favorita da nossa família? · Se você fosse adulto amanhã, o que faria? · Pelo que você quer agradecer a Deus hoje? · O que você queria aprender a fazer? · Qual foi a coisa mais engraçada que já aconteceu com você? · Se a gente fosse viajar, para onde iria?

❓ PARA CONVERSAR

Como foi jantar sem nenhuma tela por perto? O que foi diferente?

🙏 ORAÇÃO

Pai, obrigado pela nossa mesa e pelas conversas. Que a nossa casa seja um lugar onde a gente se olha e se escuta. Amém.

☐ **Fizemos!** **Data: ___/___** **Melhor pergunta da noite:**

_____

NOITE 3

Contar os nossos dias

“Ensina-nos a contar os nossos dias, para que alcancemos coração sábio.”
SALMOS 90:12

PARA OS PAIS (LEIAM ANTES)

Hoje à tarde, antes do devocional, abra a função "Tempo de uso" (iPhone) ou "Bem-estar digital" (Android) do seu celular e anote quanto tempo você passou na tela ontem. Faça o mesmo com o tablet ou o celular das crianças. Não é para gerar culpa. É para enxergar. Sabedoria começa por contar os dias, e as horas.

💬 LEITURA EM FAMÍLIA

Moisés pediu a Deus: "Ensina-nos a contar os nossos dias". Isso quer dizer: ajuda a gente a usar bem o tempo, porque ele é precioso. Cada dia tem 24 horas, e Deus quer que a gente use essas horas para coisas que valem a pena: aprender, brincar, descansar, amar e estar com Ele.

🎯 MISSÃO SEM TELA: O RELÓGIO DA FAMÍLIA

Contem para as crianças quanto tempo cada um (inclusive os pais!) passou na tela ontem. Depois, desenhem um relógio grande numa folha e pintem as horas de um dia normal: escola, refeições, brincadeira, tela, devocional e sono. Combinem juntos: **qual seria um tempo de tela justo para cada um?** Escrevam e colem na geladeira.

❓ PARA CONVERSAR

Você se surpreendeu com o tempo de tela de alguém? Se a gente ganhasse uma hora a mais por dia, o que faria juntos?

🙏 ORAÇÃO

Senhor, ensina a gente a contar os nossos dias e a usar bem o tempo que o Senhor nos dá. Amém.

☐ **Fizemos!** **Data: ___/___** **Nosso tempo de tela combinado:** _____

NOITE 4

Criados para criar

> *“Viu Deus tudo quanto fizera, e eis que era muito bom.”*
> **GÊNESIS 1:31**

PARA OS PAIS (LEIAM ANTES)

Quando a tela sai, quase sempre vem o "tô entediado!". Não se assuste: o tédio é a porta de entrada da criatividade. O cérebro da criança precisa de alguns dias para reaprender a brincar sem estímulo pronto. Hoje, vocês vão ajudar nessa travessia brincando junto.

💬 LEITURA EM FAMÍLIA

Deus é o maior criador que existe. Ele inventou as cores, os bichos, o mar e as estrelas. E quando terminou, olhou tudo e disse: "Isso é muito bom!". Como fomos feitos à imagem de Deus, a gente também tem vontade de criar. Toda vez que você inventa uma brincadeira, desenha ou constrói alguma coisa, está parecido com o seu Criador.

🎯 MISSÃO SEM TELA: NOITE DAS BRINCADEIRAS

Escolham 2 brincadeiras desta lista e brinquem juntos (pais também!):

🏰 Cabana de lençol na sala · 🎭 Mímica de personagens bíblicos · 🔦 Teatro de sombras com lanterna · 🧱 Torre mais alta com copos ou caixas · 🎨 Desenho a quatro mãos (cada um faz um pedaço) · 🗺️ Caça ao tesouro com pistas escritas · 🎶 Banda com panelas e colheres · 🧠 Jogo do "Eu vejo..." com cores e formas

❓ PARA CONVERSAR

Qual foi a parte mais divertida? Qual brincadeira a gente pode repetir no fim de semana?

🙏 ORAÇÃO

Pai Criador, obrigado por nos fazer parecidos com o Senhor. Que a gente use a criatividade para coisas boas. Amém.

☐ **Fizemos!** **Data: ___/___** **Brincadeira campeã:**
_____

NOITE 5

Eu e a minha casa

“Eu e a minha casa serviremos ao Senhor.”
JOSUÉ 24:15

PARA OS PAIS (LEIAM ANTES)

Josué falou por toda a família. Esta última noite é para transformar o desafio num compromisso: o que vocês viveram nestas 5 noites não precisa acabar aqui. Na missão, vocês vão escrever e assinar o Pacto da Família. Depois, abençoem cada filho pelo nome, com a mão sobre a cabeça dele. Pode parecer simples, mas eles vão lembrar disso por muito tempo.

💬 LEITURA EM FAMÍLIA

Josué era o líder do povo de Israel. Um dia, ele reuniu todo mundo e disse: "Cada um escolha a quem vai servir. Mas eu e a minha casa serviremos ao Senhor". Ele estava falando da família dele! Hoje, a nossa família também vai fazer uma escolha: queremos que Deus esteja no centro da nossa casa, e não as telas.

🎯 MISSÃO SEM TELA

1. Preencham juntos o **Pacto da Família** da próxima página e assinem (vale carimbo do dedão!).
2. Os pais impõem as mãos sobre cada filho e dizem a bênção de Números 6:24-26: *"O Senhor te abençoe e te guarde; o Senhor faça resplandecer o rosto sobre ti e tenha misericórdia de ti; o Senhor sobre ti levante o rosto e te dê a paz."*

🙏 ORAÇÃO

Senhor, eu e a minha casa queremos servir ao Senhor. Obrigado por estas 5 noites. Que elas sejam só o começo. Amém.

☐ **Fizemos!** **Data: ___/___** **Uma palavra para descrever o desafio:** _____

Pacto da Família

"Eu e a minha casa serviremos ao Senhor." Josué 24:15

Nós, a família _____, combinamos que:

📦 Na hora do jantar e do devocional, as telas dormem na Caixa da Família.

⏰ Nosso tempo de tela combinado é: _____

🙏 Nosso momento com Deus vai ser: _____

🛏️ Na hora de dormir, nenhuma tela fica no quarto.

💬 Quando alguém ficar bravo para desligar, a gente respira e conversa com calma.

✍️ Nossa regra especial:

_____

_____

Assinaturas:

_____

_____

_____

Data: ___/___/_____ · Pendurem este pacto na geladeira.

E agora? Isso foi só o aquecimento.

Se vocês chegaram até aqui, já provaram uma coisa importante: **dá para trocar a tela por presença.** Parabéns!

Mas, sendo honesto com você: o desafio de verdade começa na semana que vem. É quando a rotina aperta, a birra volta, a avó libera o tablet, o filho diz "mas todo mundo tem celular!" e o cansaço bate. Cinco noites mostram que é possível. **Para virar hábito, a família precisa de um plano.**

O PRÓXIMO PASSO

Desliga, Filho: Edição Família Cristã

- ✅ **O plano completo de 30 dias**, semana a semana, para tirar seu filho do celular sem guerra em casa
- ✅ **Um versículo e uma reflexão** abrindo cada um dos 17 capítulos
- ✅ **Roteiros prontos** para a birra, os avós que liberam tudo e a hora do primeiro celular
- ✅ **O altar da família sem tela:** o roteiro de 10 minutos para o devocional diário
- ✅ **Kit de Checklists** para imprimir
- 🎁 **Bônus: 30 Ideias de Ministração** para crianças e adolescentes

R$ 27

pagamento único · Pix ou cartão · 7 dias de garantia

Quero o plano completo →

Ou acesse: desligafilho.com.br/familia-crista