



**Faça uma reunião com Deus. De manhã, leia João 6:1-29.
À noite, leia João 6:30-71.**



Hoje, beba 8 copos de água novamente! Faça qualquer atividade que te faça suar. Se não suar, não vale!



**Invista em seus relacionamentos.
Identifique uma boa qualidade em um amigo (a) ou familiar e elogie-o(a) por isso.**



Invista em sua salvação. Prepare uma oferta especial para apresentar neste domingo.



Determine, em Nome de Jesus, que a partir de agora você não permitirá que as palavras negativas das pessoas contaminem seu coração e te derrubem. Faça isso se olhando no espelho.

