Färgläggning i julkaoset

Här är ditt bonussätt att känna frid den här julen. Färglägg den här sidan! Tro det eller ej, men färläggning kan hjälpa dig att lätta på stressen. Tänk på Frälsaren medan du gör det, så kan det hjälpa ännu mer.

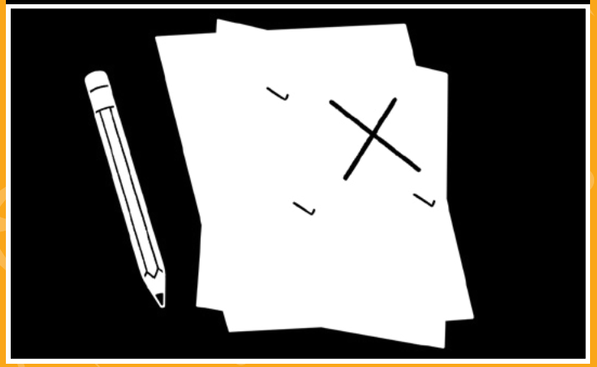
Ta 5 minuter i dag att vara stilla och minnas Frälsaren (se Psaltaren 46:11).

Sjung eller lyssna på en julsång om Jesus Kristus.

Skicka ett vänligt sms till tre av dina vänner.

Använd inte internet eller sociala medier de nästkommande 12 timmarna. Tiden börjar nu!

Lär dig att säga nej då och då (kanske inte till din mamma) för att undvika att boka upp dig för mycket. Välj en onödig stressfaktor att slöppa taget om i dag.



Utför en fem minuter lång tjänandehandling för en familjemedlem varje dag under de kommande tre dagarna.

FÖR **SKOJS** SKULL

VAR I VÄRLDEN GÖR DE DET HÄR?

Runt om i världen firar människor Frälsarens födelse på många olika sätt. Para ihop jultraditionen med den del av världen den härstammar från.

ILLUSTRATION: DAVID KLUG

___ **A.** Japan
___ **B.** Venezuela
___ **C.** Filippinerna
___ **D.** Colombia
___ **E.** Ukraina
___ **F.** Finland
___ **G.** Mexiko
___ **H.** England
___ **I.** Polen
___ **J.** Sverige
___ **K.** Island
___ **L.** Gambia

Svar på sidan 31.