



来跟从我活动

用来开家庭晚会或经文研读，
或只是为了好玩！

7月29日-8月4日

小事情，大改变

配合阿尔玛书第36~38章

有了天父的帮助，微小的事也能带来巨大的改变（见阿尔玛书37：6-7）。帮忙用你最喜欢的食谱做料理。如果拿掉其中一种食材，这道料理会发生什么变化？谈谈微小的事如何能带来改变，以及你也能如何带来改变。

小小孩活动：找些有用的小东西，像是能长成植物的小种子，或是能打开灯的电灯开关。谈谈微小的事如何能带来巨大的改变，就像你一样！



8月5-11日

复活活动

配合阿尔玛书第39~42章

阿尔玛教导有关复活的事（见阿尔玛书40：23）。制作一个样子像你的玩偶！你可以用纸袋、纸张或袜子来制作一个玩偶，用麦克笔、颜料、毛线或其他物品来装饰。你的手就像你的灵体，你的玩偶就像你的身体。由于耶稣基督，我们复活后，我们的身体和灵体将再次结合，永不分离。

小小孩活动：做些活动身体的事情，像是跳舞或玩耍！然后，谈谈复活如何表示我们死后会再次拥有自己的身体。

8月12-18日

安全堡垒

配合阿尔玛书第43~52章

摩罗乃队长准备作战时，他在城市周围建筑工事，来保护人民的安全（见阿尔玛书50：1-6）。与家人一起搭建一座堡垒！每次为堡垒添加新物品时，都要说出你能做什么来保护家人灵性上的安全，像是阅读经文或祈祷。

小小孩活动：搭建一座堡垒，让人可以坐在里面。谈谈人们如何建造堡垒来获得安全，然后谈谈我们如何能藉由阅读经文，来使我们的家在灵性上保持安全。



8月19-25日

爱的书信

配合阿尔玛书第53~63章

希拉曼和其他领袖写了书信，来互相告知战争中发生的好事和坏事（见阿尔玛第56章）。你也可以写信！写封信给家人或朋友。写下你生活中发生的好事，以及对你来说困难的事，然后把信寄出去！

小小孩活动：练习写「我爱你」或画一颗心，送给你爱的人。谈谈经文中的先知也如何写信。



凯蒂·达克尔绘