

# หมวด เด็กโต

## อะไรอยู่ในเล่ม:

นับพรของท่าน .....	36
5 วิธีสร้างประจักษ์พยานของท่าน .....	38
เขาวงกตส่วนสิบ.....	39
สิ่งที่เรามอบให้ได้.....	40
ปลุกตื่นไม้ .....	42

## แบบทดสอบสั้นๆ

ใครเดินทางไปสั่งสอน  
พระกิตติคุณกับแอลมา?  
(ดู แอลมา 8:30)

ก. ออกัสตัส

ข. อมิวเลียค

ค. อาร์โกล

ง. อาคัม



ภาพโดย

## เคล็ดลับสุขภาพดี

การนอนหลับเป็นวิธีเติมพลัง  
ร่างกายของท่าน การนอน  
หลับให้สบายช่วยให้ท่านคิดได้  
ชัดเจนขึ้น มีพลังงานมากขึ้น  
รู้สึกเครียดน้อยลง และเจ็บป่วย  
น้อยลง เด็กต้องการนอนหลับ  
ประมาณ 10 ชั่วโมงในแต่ละคืน!

