

认识天父
在世界各地
的儿女。

来自玻利维亚的问候!

玻利维亚是一个南美洲国家，
有1,200多万人住在那里!



斑马守护

拉巴斯市的年轻工作人员会装扮成斑马，帮助人们安全过马路。他们也会去学校和医院探望儿童。



三座圣殿

玻利维亚的第一座圣殿于2000年在科洽班巴奉献；
还有两座圣殿在筹建当中，分别位于拉巴斯和圣克鲁兹!



雨林动物

亚马逊雨林有一部分位于玻利维亚。这里住着许多动物，包括金刚鹦鹉、树懒和巨獭。



语言

玻利维亚有30多种官方语言！
大多数人说西班牙语，其他通用语言是盖丘亚语、艾马拉语和瓜拉尼语。

娜塔莉·布里斯科科绘

¡Jallalla!

这在盖丘亚语和艾马拉语中，是「大家好！」的意思。

活动



盐雕

玻利维亚有世界最大的盐滩。将1杯（110克）盐、2杯（220克）面粉和3/4杯（180毫升左右）温水混和成面团；然后把面团捏成自己的盐雕!



食谱

P'esque de Quinoa (藜麦粥)

有些玻利维亚人早餐会吃藜麦粥。你可以试试这种作法!

1. 将1杯（110克）白藜麦（或米饭）冲洗干净，倒进锅中，加入4杯（950毫升左右）水。煮至沸腾后，用小火煮15分钟。
2. 沥干水，用汤匙把藜麦在锅边压碎。
3. 转小火，将两杯（约480毫升）牛奶、1大匙（14克）奶油和1/3杯（35克）乳酪丝搅拌至融化。用盐和孜然（小茴香）调味。

一定要请大人帮忙!