



來跟從我 活動

用來開家庭晚會或經文研讀，
或只是為了好玩！

7月29日-8月4日

小事情，大改變

配合阿爾瑪書第36~38章

有了天父的幫助，微小的事也能帶來巨大的改變（見阿爾瑪書37：6-7）。幫忙用你最喜歡的食譜做料理。如果拿掉其中一種食材，這道料理會發生什麼變化？談談微小的事如何能帶來改變，以及你也能如何帶來改變。

小小孩活動：找些有用的小東西，像是能長成植物的小種子，或是能打開燈的電燈開關。談談微小的事如何能帶來巨大的改變，就像你一樣！



8月5-11日

復活活動

配合阿爾瑪書第39~42章

阿爾瑪教導有關復活的事（見阿爾瑪書40：23）。製作一個樣子像你的玩偶！你可以用紙袋、紙張或襪子來製作一個玩偶，用麥克筆、顏料、毛線或其他物品來裝飾。你的手就像你的靈體，你的玩偶就像你的身體。由於耶穌基督，我們復活後，我們的身體和靈體將再次結合，永不分離。

小小孩活動：做些活動身體的事情，像是跳舞或玩耍！然後，談談復活如何表示我們死後會再次擁有自己的身體。

8月12-18日

安全堡壘

配合阿爾瑪書第43~52章

摩羅乃隊長準備作戰時，他在城市周圍建築工事，來保護人民的安全（見阿爾瑪書50：1-6）。與家人一起搭建一座堡壘！每次為堡壘添加新物品時，都要說出你能做什麼來保護家人靈性上的安全，像是閱讀經文或祈禱。

小小孩活動：搭建一座堡壘，讓人可以坐在裡面。談談人們如何建造堡壘來獲得安全，然後談談我們如何能藉由閱讀經文，來使我們的家在靈性上保持安全。



劉蒂·達克爾繪



8月19-25日

愛的書信

配合阿爾瑪書第53~63章

希拉曼和其他領袖寫了書信，來互相告知戰爭中發生的好事和壞事（見阿爾瑪第56章）。你也可以寫信！寫封信給家人或朋友。寫下你生活中發生的好事，以及對你來說困難的事，然後把信寄出去！

小小孩活動：練習寫「我愛你」或畫一顆心，送給你愛的人。談談經文中的先知也如何寫信。