

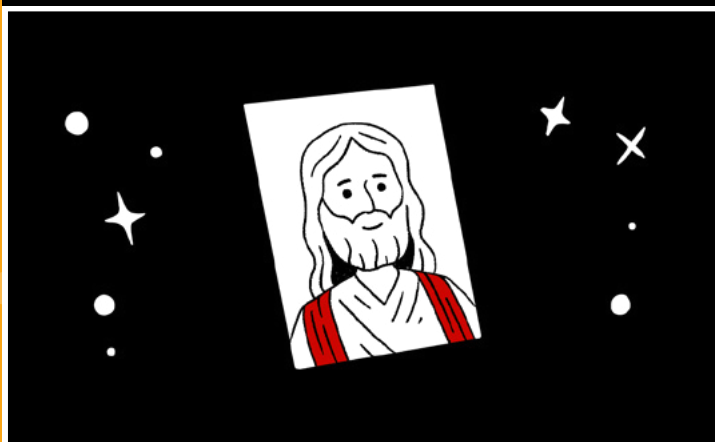
Farvelægning midt i julestressen

Her er en bonus, der kan hjælpe jer til at føle fred i denne juletid. Farvelæg denne side. Tro det eller ej, farvelægning kan lindre stress. Tænk på Frelseren, mens I gør det, det kan hjælpe jer yderligere.

Spil eller lyt til en julesang om Jesus Kristus.



Brug 2 minutter i dag på at være stille og erindre Frelseren (se 21.46:10).



Undgå internet eller sociale medier de næste 15 timer. Stopret starter nu.



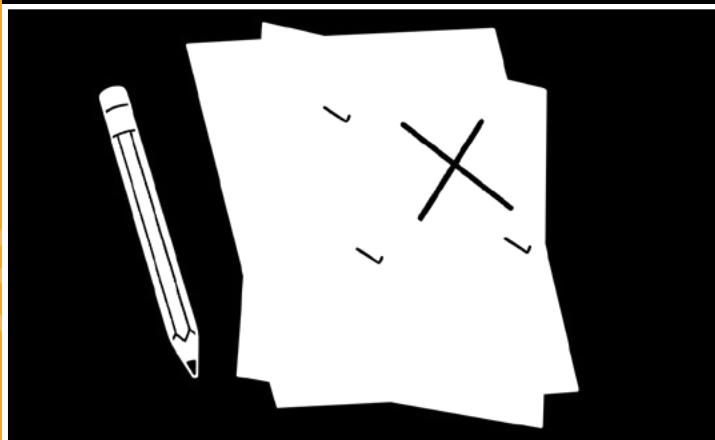
Send en venlig SMS til tre af jeres venner.



Brug fem minutter på at gøre et familie-medlem den første hver dag de næste tre dage.



Lær at sige nej en gang imellem (måske ikke til jeres mor) for at undgå at påtage jer for meget. Vælg en uønsket stressfaktor, I kan give slip på i dag.



SJOVT STOP

HVOR I VERDEN GØR DE SÅDAN ...

Rundt om i verden fejrer folk Frelserens fødsel på mange forskellige måder. Match juletraditionen med den del af verden, den stammer fra.



- | | |
|---------------------|----------------|
| ___ A. Japan | ___ G. Mexico |
| ___ B. Venezuela | ___ H. England |
| ___ C. Filippinerne | ___ I. Polen |
| ___ D. Colombia | ___ J. Sverige |
| ___ E. Ukraine | ___ K. Island |
| ___ F. Finland | ___ L. Gambia |

ILLUSTRATION: DAVID KLUG

Svarene findes på side 31.