

À QUOI PENSES-TU ?

Je suis souvent grincheux et contrarié par différentes choses. Comment être plus heureux ?

—Personne malheureuse vivant à Ulsan

Chère personne malheureuse,

Nous avons toutes sortes d'émotions. Il se peut que nous nous sentions inquiets, heureux, en colère, tristes ou stupides et parfois tout cela en une seule journée ! C'est normal et sain.

Une des choses qui peut nous aider à être plus heureux est la gratitude. Nous pouvons être reconnaissants d'avoir un Père céleste qui nous écoute toujours et un Sauveur qui nous aime et se soucie de nous. Si tu te sens souvent malheureux, parles-en à un adulte de confiance.

Avec tout notre amour,
L'Ami

Joue au jeu de la gratitude !

Prêt à être davantage reconnaissant ? Prends un dé, fais-le rouler et suis les instructions en fonction de ce que tu as obtenu. Plus tu recherches des bénédictions, plus tu en trouves !

TU AURAS BESOIN :

- d'un dé ;
- des Écritures ;
- d'un crayon et de papier ;
- de crayons de couleur ;
- du recueil « *Chants pour les enfants* » ;
- de ta voix ;
- de pensées positives ;
- de créativité.



Dis cinq choses que notre Père céleste t'a données.



Chante « Mon Père céleste m'aime », (*Chants pour les enfants*, p. 16).



Raconte ou écris quelque chose de bien qui s'est passé aujourd'hui.



Lis Doctrine et Alliances 78:19.



Cite quelque chose que tu aimes à propos de toi.



Dessine une chose pour laquelle tu es reconnaissant.