

# För äldre barn

## Innehåll:

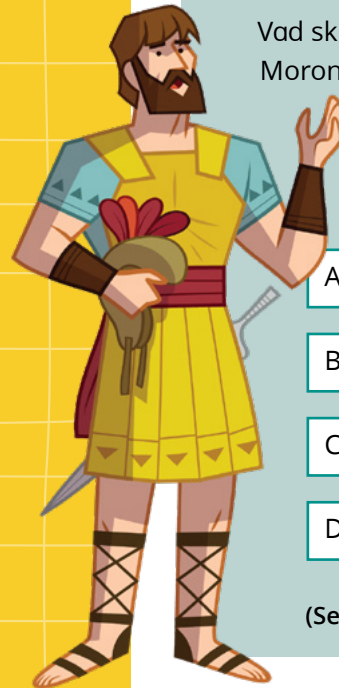
Snällhetstestet .....	36
Bekämpa mobbning med kärlek.....	38
Fem sätt att stå upp mot mobbare .....	39
Den lilla nätmelonen .....	40
Kul med frukt!.....	42

## Snabbquiz

Vad skrev överbefälhavare Moroni frihetsbaneret på?

- A. En skylt
- B. Ett segel från hans skepp
- C. Ett stenblock
- D. Sin livklädnad

(Se Alma 46:12–13.)



## Hälsotips

Håll dig inte bara till en sorts mat. Försök äta frukt, grönsaker, protein, spannmål och mjölk varje dag. Det hjälper kroppen att få alla näringsämnen den behöver.