

Cantinho de história da família



Escolha um antepassado ou membro da família e aprenda sobre ele. Diga três coisas que vocês têm em comum.

1. _____
2. _____
3. _____

PARA CRIANÇAS MAIORES

Teste rápido

Que nome Abraão e Sara deram para seu filho?

- a. Néfi
- b. Joseph
- c. Jacó
- d. Isaque

Ideias do Programa Crianças e Jovens

Social: "Pratique maneiras de se acalmar quando você ficar com raiva. Por exemplo, respire fundo, conte até dez ou imagine que está em seu lugar favorito" (*Guia para Crianças*, p. 53).



Palavras inspiradoras

"Posso todas as coisas em Cristo que me fortalece."

(Filipenses 4:13)



Acalmar-se

Às vezes tenho dificuldade em me acalmar quando estou com raiva ou triste. Algumas coisas que me ajudam são ouvir música, ler a revista *Meu Amigo*, contar para alguém como me sinto ou ficar deitado na cama. Você também pode tentar essas coisas!

Mercedes F., 10 anos, Oxfordshire, Inglaterra