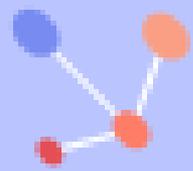


生命與傳承 講道系列



孕育基督



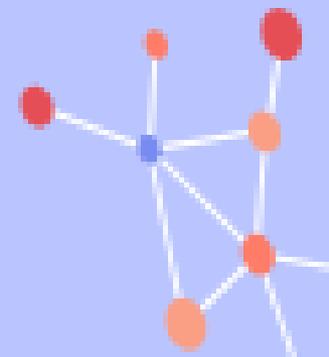


生命的孕育過程



我的孩子們，為了你們我再受生產的
痛苦，直到基督在你們裡面成形。

(加4:19)





220908

頌言



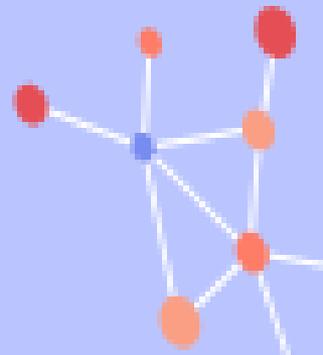
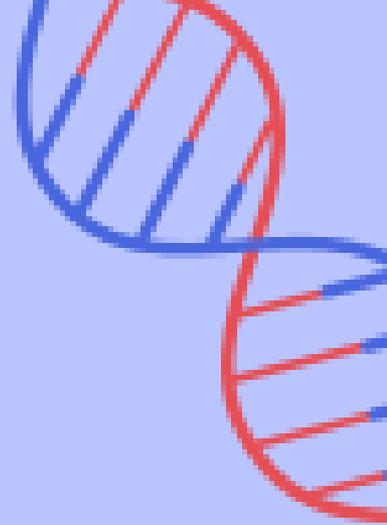
220909

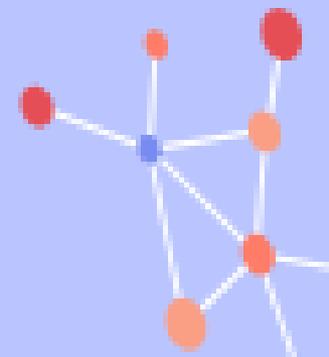
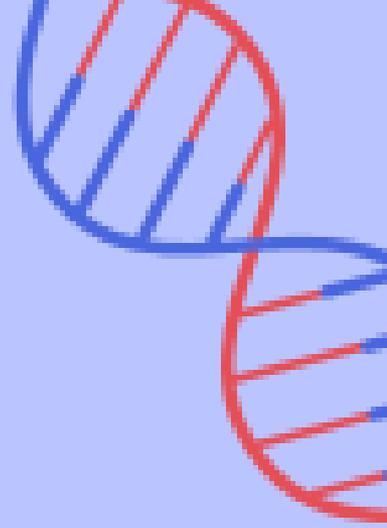
雅琳

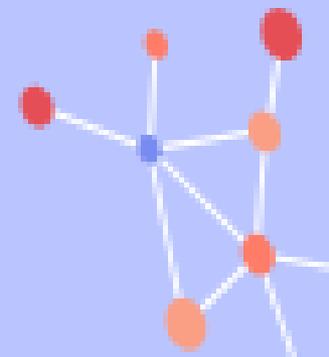
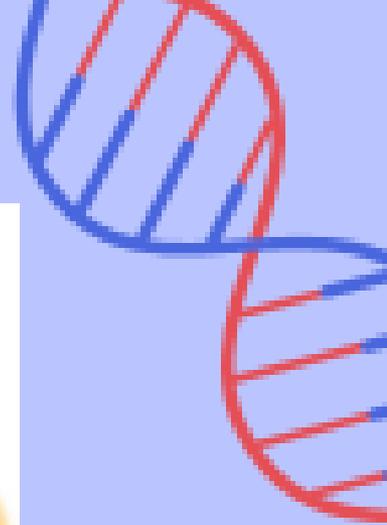
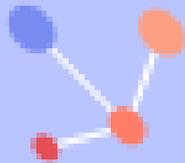


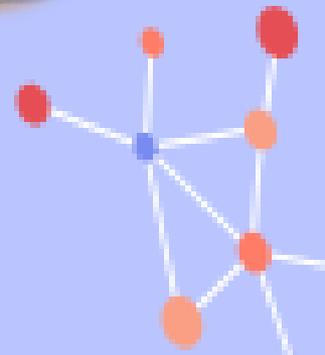
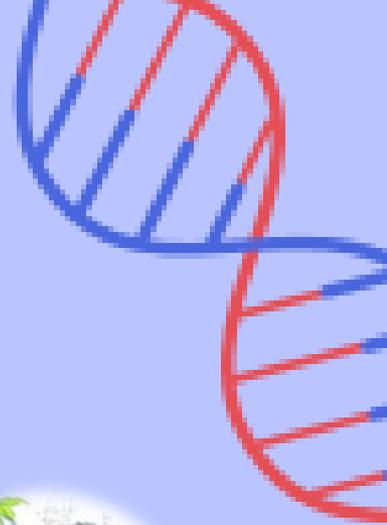
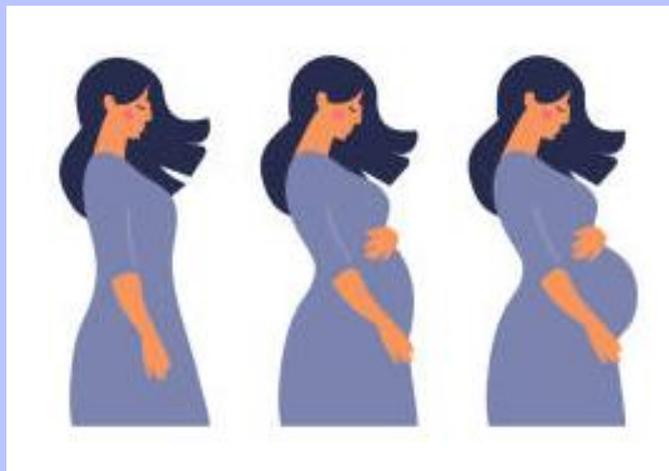
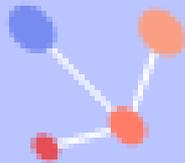
230108

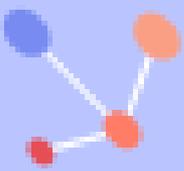
雨芊



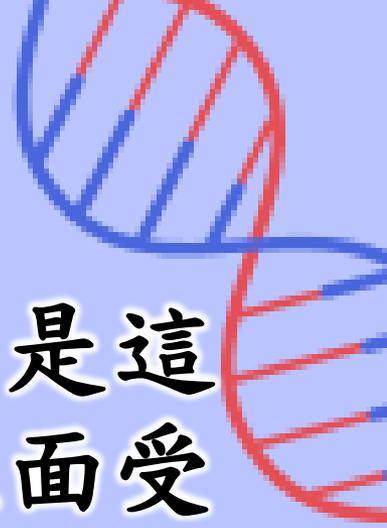








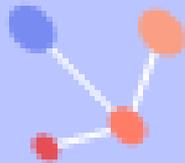
確保健康成長



²⁰但是你們從基督所學的，卻不是這樣。²¹如果你們聽了他，在他裡面受過教導，（因為真理是在耶穌裡的，）

²²就要除去你們那照著從前生活方式而活的舊人。這舊人是隨著迷惑人的私慾漸漸敗壞的。²³你們要把心靈更換一新，²⁴並且穿上新人。這新人是照著 神的形象，在公義和真實的聖潔裡創造的。（弗4:20-24）





X 懷孕忌服食物

活血藥食材 易促進宮縮
生冷飲食全面忌口

- 刺身壽司** (Sashimi/Sushi)
- 水魚** (Snakehead fish)
- 未熟雞蛋** (Undercooked egg)
- 生肉** (Raw meat)
- 生菜沙律** (Salad) 白蘿蔔、莧菜、西洋菜
- 蟹** (Crab)
- 朱古力** (Chocolate)
- 木耳** (Wood ear)
- 冷飲** (Cold drinks)
- 麻油** (Sesame oil)
- 杯麵** (Cup noodles)
- 酒精** (Alcohol) 紅酒、白酒、啤酒
- 雪糕** (Ice cream)
- 西瓜** (Watermelon) 香蕉、火龍果、椰子水
- 可可豆** (Cocoa beans)
- 零食** (Snacks)
- 山楂** (Hawthorn)
- 濃茶** (Strong tea) 咖啡因飲品
- 芒果** (Mango) 榴槤、大樹菠蘿、荔枝、龍眼
- 人參** (Ginseng) 太子參、紅參、鹿茸
- 薏仁** (Coix seed)
- 茅根** (Imperata root)

親子天下

懷孕不能吃什么？



酒類

酒會影響寶寶的全面發展，酒類料理建議也要避免



生食

生食、生魚片有感染風險，吃下肚可能會傳染給寶寶



過量咖啡因

建議一日不超過兩百毫克，過量可能增加流產機率

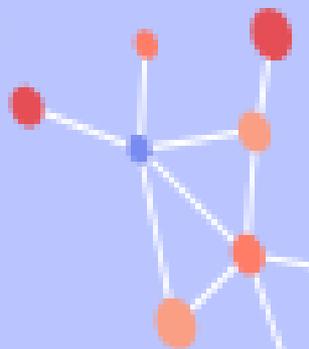


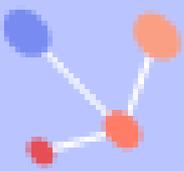
空熱量食物

吃下太多甜點炸物易造成熱營養不均影響寶寶發育

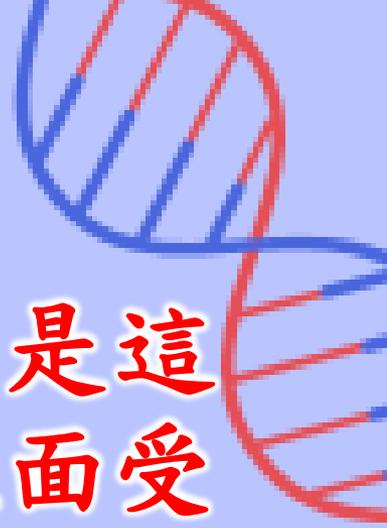


爬高高真危險!





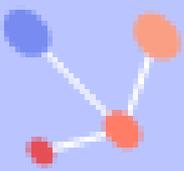
確保健康成長



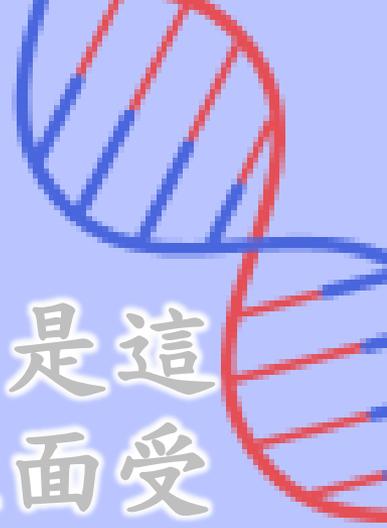
²⁰但是你們從基督所學的，卻不是這樣。²¹如果你們聽了他，在他裡面受過教導，（因為真理是在耶穌裡的，）

²²就要除去你們那照著從前生活方式而活的舊人。這舊人是隨著迷惑人的私慾漸漸敗壞的。²³你們要把心靈更換一新，²⁴並且穿上新人。這新人是照著 神的形象，在公義和真實的聖潔裡創造的。（弗4:20-24）





確保健康成長

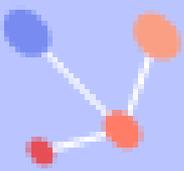


²⁰但是你們從基督所學的，卻不是這樣。²¹如果你們聽了他，在他裡面受過教導，（因為真理是在耶穌裡的，）

²²就要除去你們那照著從前生活方式而活的舊人。這舊人是隨著迷惑人的私慾漸漸敗壞的。²³你們要把心靈更

換一新，²⁴並且穿上新人。這新人是照著 神的形象，在公義和真實的聖潔裡創造的。
（弗4:20-24）

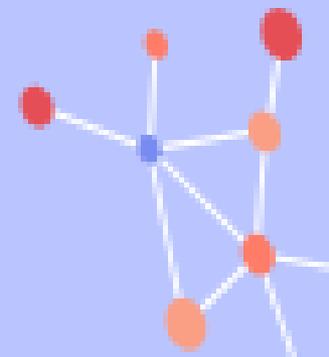


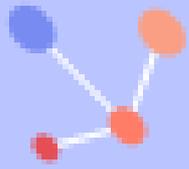


成為生命焦點

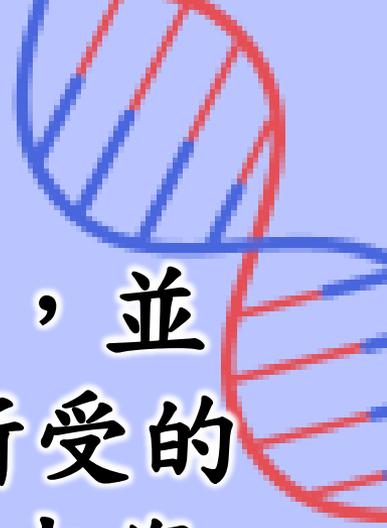


如果那使耶穌從死人中復活者的靈住在你們裡面，那使基督從死人中復活的，也必藉著住在你們裡面的聖靈，使你們必死的身體活過來。（羅8:11）

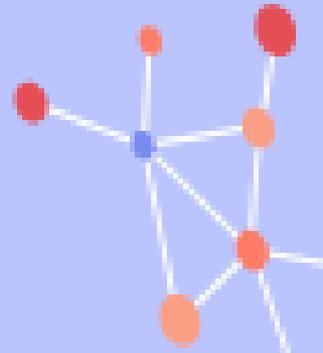


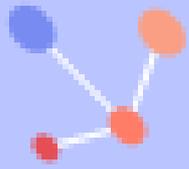


成為生命焦點

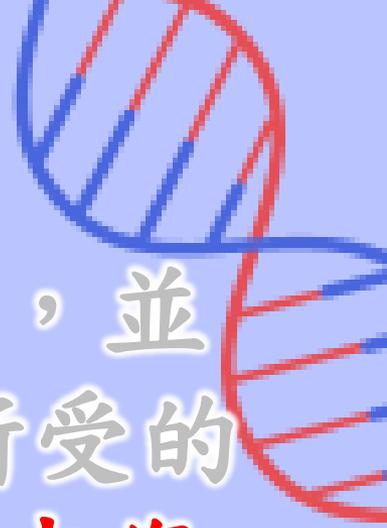


¹⁰使我認識基督和他復活的大能，並且在他所受的苦上有分，受他所受的死；¹¹這樣，我也許可以從死人中復活。
(腓3:10-11)



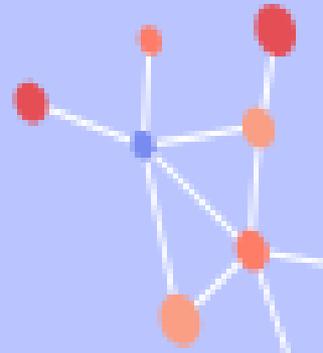


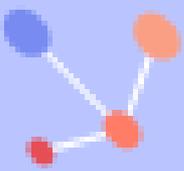
成為生命焦點



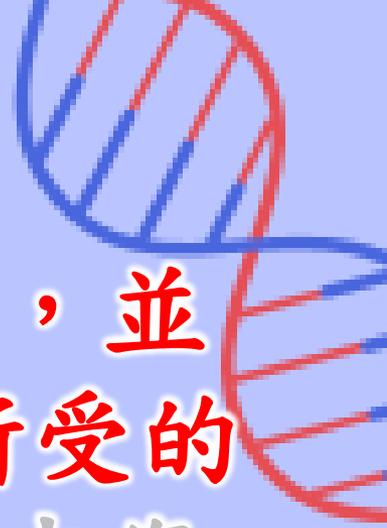
¹⁰使我認識基督和他復活的大能，並且在他所受的苦上有分，受他所受的死；¹¹這樣，我也許可以從死人中復活。

(腓3:10-11)

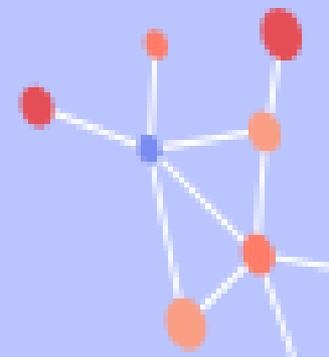


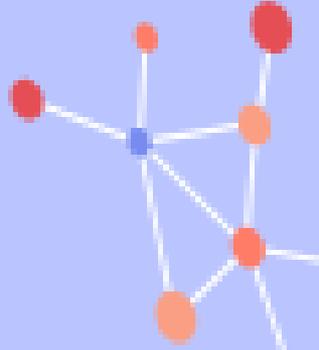
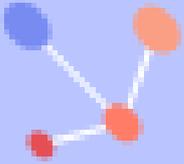
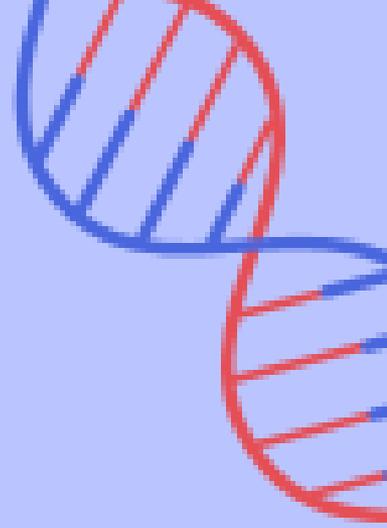
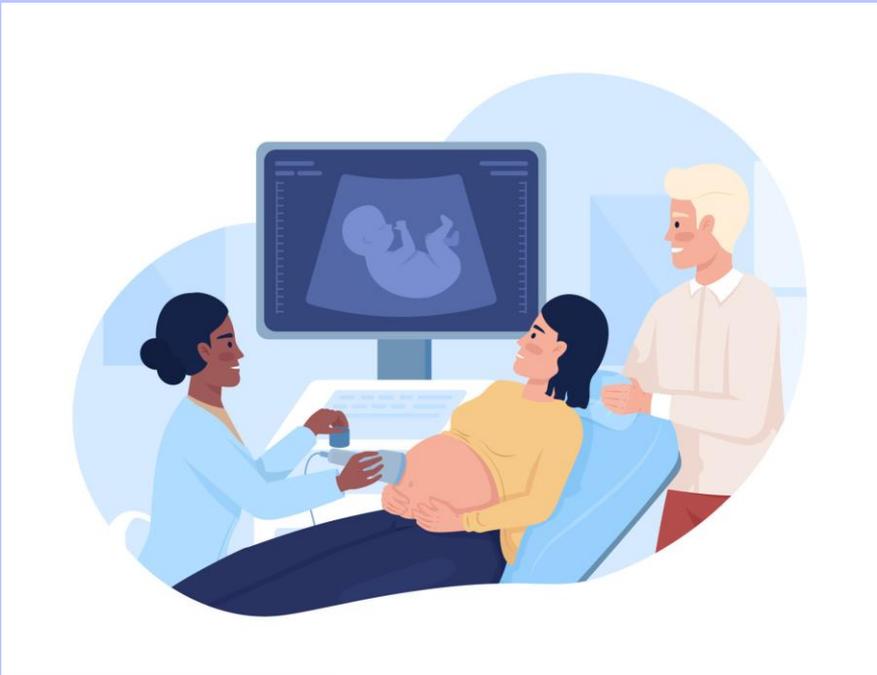


成為生命焦點



¹⁰使我認識基督和他復活的大能，並且在他所受的苦上有分，受他所受的死；¹¹這樣，我也許可以從死人中復活。
(腓3:10-11)





聖餐經文

¹⁰使我認識基督和他復活的大能，並且在他所受的苦上有分，受他所受的死；¹¹這樣，我也許可以從死人中復活。（腓3:10-11）