

Gi av deg selv!

Julen er en travel tid. Gater og butikker er fulle av mennesker som gjør forberedelser. På motorveiene øker trafikken, på flyplassene er det trengsel – hele kristenheten ser ut til å livne til med musikk, lys og juledekorasjoner. Desember kan være en fin tid.

Nå håper jeg alle er godt i gang med å få et beredskapslager for 3 mnd (1 mnd). Hvis ikke så kan du/dere begynne i hvilken som helst måned – desember er en fin måned. Det kan hende at grunnen til at du/dere skal ha et beredskapslager, nettopp er for at dere da **er beredt til å hjelpe andre** også.

Det er fint hvis du/dere går gjennom denne månedens mål på hjemmeaften på mandag. Det vil være en god start på julehøytiden som nærmer seg.

Månedens mål i fremtidsrettet livsførsel

Tilbudet om enkel og kjapp kreditt er tilgjengelig overalt, og kombinert med stadig mer reklame kan man få uriktige ideer om hva som synes viktig her i livet. En oppfordring er å bryte med gruppepresset og tenke selv når man skal planlegge julegavene.

Her er noen råd og alternativer for å bryte med kjøpepresset:

1. **Slå sammen gavekjøp med venner og familie** - det reduserer gavemengden. Spesielt nyttig for besteforeldre, for å unngå for mange presanger til barna.
2. **Gi bort en sosial happening** - inviter på middag en mandag i februar, kino, hyttetur osv. Da gir man både av seg selv og har mulighet til å vente til man har mer penger etter nyttår.
3. **Gjør avtale med familien** om å kjøpe mindre gaver.
4. **Lag foreldreavtaler** - foreldre til barn som gir hverandre gaver kan snakke sammen og bli enige om prisgrenser eller alternative tilbud til gaver, som sosiale ting.
5. **Lag et sosialt juleverksted med venner og familie, og gi bort det man lager.**
6. **Tjenester kan også være fine meningsfulle presanger.** Hva med et klippekort/kuponger på barnevakter, gressklipping, annen hagearbeid, snømåking, ryggmassasje, hundelufting, lesing, gå tur eller noe annet du kan utføre for andre. (Ikke gi slike om du ikke har tid til å oppfylle dem. Det fører til dårlig samvittighet og stress for å innfri løftet, og det er jo fullstendig unødvendig når det er andre ting som passer bedre.)

Månedens hjemmelagermål

Månedenes mål for hjemmelageret for desember måned er ikke så kostbart å kjøpe. Dette fordi at det skal være mulig å nå hjemmelagermålet i desember selv om julehøytiden står for døren.

Grovsalt er viktig å ha i hjemmelageret fordi man kan salte kjøtt og fisk som kan bli dårlig hvis strømmen i fryseren går.

Rosiner og tørket frukt gir mye energi og kan brukes i bakevarer og gryteretter.

Husk at all denne informasjonen kan du også finne på internett: Adressen er www.eblix.com/velferd. Kom gjerne med tips vi burde ha med på nettsiden som er under konstant utvikling. Send meg gjerne på E-mail både tips, oppskrifter og informasjon som burde ligge på denne nettsiden.

Vennlig hilsen Cathrine Apelseth-Annensen
cathrine@eblix.com eller velferd@eblix.com

GI AV DEG SELV

Fra: Meg
Til: Deg



Å GI AV SIN TID OG SINE TALENTER FOR Å HJELPE ANDRE
ER DEN BESTE MÅTE Å UNNGÅ Å BLI FOR SELVOPPTATT.
(Se Ap.gj. 20:35.)