

# Mål september 2007

**Månedspan for enkeltpersoner og familier i Moss menighet  
for oppnåelse av fullt (dvs. 1 mnd. eller 3 mnd.) beredskapslager på 1 år.**  
(All informasjon på denne siden og flere tips vil du finne på [www.eblix.com/velferd](http://www.eblix.com/velferd))

## Månedens sitat:

*La oss gjøre dette fordi det er riktig, fordi det gir oss tilfredsstillende og fordi vi er lydige mot Herrens råd. I denne ånd vil vi være beredt på de fleste eventualiteter, og Herren vil sørge for at vi lykkes, og han vil trøste oss. Det er riktig at vanskelige tider vil komme – for Herren har forutsagt det – og, ja, Sions staver er ”som et forsvar og en tilflukt fra stormen (L&P 115:6), men hvis vi lever klokt og fremtidsrettet, vil vi være like trygge som om vi befant oss i Hans hånd (L&P 115:6) (Spencer W. Kimball 1978)*

## Månedens åndelig mål:

**Faste:** Gransk hvordan du forbereder din faste og hva du gjør på fastesøndag. Begynn fasten med bønn og avslutt fasten med bønn. Vi skulle gi fasteofer for å hjelpe de trengende - dvs. pengene vi sparer på de måltidene vi ikke spiser.

Vi skulle faste med et formål.

*Hva med å faste for at vi kan oppnå et matvarelager og alt det innebærer økonomisk og tidsmessig?*

Når vi faster og ber vil vi bli velsignet med den ekstra kraft vi behøver.

(Kilde: Evangeliets prinsipper og Grunnleggende håndbok for Kvinner)

## Månedens hjemmelagermål:

<b>Fra grunnlageret:</b>	<b>3 måneders- lager pr. person</b>	<b>1 måneds- lager pr. person</b>	<b>Min familie trenger</b> Pr.pers X antall familimedl
Ris (For eksempel Basmatiris naturris)	12,5 kg	4,2 kg	(f.eks 3 personer X 12,5 kg =37,5 kg ris)
<b>Fra utvidet lager:</b>			
Toalettpapir	12 ruller	4 ruller	
Febernedsettende	2 pk	1 pk.	
Lommelykt	1	1	
Ekstra batteri for lommelykt			
Tomatpurre	3 bokser/glass	1 boks/glass	
Buljong(pulver/terninger) fisk/kylling/kjøtt	2 pakke med mange	1 pakke med 10 terninger	

## Månedens mål i fremtidsrettet livsførsel:

**Lær en ny metode å behandle og oppbevare mat på.**

Nå på høsten er det mye grønnsaker som kan forvelles og fryses (Enkel og bra metode for oppbevaring av grønnsaker), bær kan røres og syltes og saftes. For de som har familie er dette er en fin familieaktivitet som både barn og mann kan hjelp til med å lære. Det er gøy å holde på med mat sammen. (Hvis det er noen ønsker informasjon om hvordan forvelle, safte, sylte og lignende så bare ta kontakt med Cathrine Apelseth- Annensen)

## Månedens mål for fysisk helse:

Gå en tur to ganger i uken, alene, med en venn, med din ektefelle eller barna.

---

**”Hvis dere er beredt, skal dere ikke frykte” (L&P 38:30)**

**”Men hvorfor kaller dere meg: Herre, Herre!  
– og gjør ikke det jeg sier?” (Lukas 6:45)**