





# Y's Men International - TIME OF FAST – Giv væk kalender – februar 2025



## Undvær er måltid - giv det sparede beløb til mennesker i nød

Ved små daglig donationer i fastetiden til støtter du Y's Men "Time of Fast" projekter i hele verden

Alle – også mennesker som ikke er med i Y's Men's bevægelsen – er velkommen til at støtte

FREDAGE	LØRDAGE	SØNDAGE	MANDAGE	TIRSDAGE	ONSDAGE	TORS DAGE
	<b>1.</b> Kontakt dine "ikke-Y's-Men's-venner" og fortæl om ideen bag TOF. Giv dem TOF-kalenderen og sig at du kommer igen d 29	<b>2.</b> Deltag i gudstjenesten. Fortæl om TOF under kirkekaffen.	<b>3.</b> I går var det kyndelmisse / midt-vinter. Giv 25 kr. til TOF, hvis ikke du behøver at fryse af den årsag.	<b>4.</b> Giv 10. kr. til TOF for hver dør, du har i dit hjem.	<b>5.</b> Har du sendt e-mail i dag? Giv sparet porto til TOF.	<b>6.</b> Hvis solen har skinnet i dag (eller du bare er glad) så giv 25 kr. til TOF.
<b>7.</b> Spar på øl/vin til dine måltider og giv det sparede til TOF.	<b>8.</b> Glæd dig over denne dag og mind dine venner om deres TOF-kalender.	<b>9.</b> Hvis der er sne (eller du bare er glad for at du kan holde varmen) så giv 25 kr. til TOF.	<b>10.</b> Vær taknemlig for, at du ikke har brug for hjælp fra TOF. Giv 25 kr. til TOF.	<b>11.</b> Tjek årets TOF-projekter på <a href="http://www.ysmen.dk">www.ysmen.dk</a> .	<b>12.</b> Find på nye ideer til en aktivitet, der kan give penge til TOF.	<b>13.</b> For hver fjernbetjening du ejer giv 10 kr. til TOF
<b>14.</b> Spar en valentinsgave og giv det sparede beløb til TOF.	<b>15.</b> Giv 5 kr. for hver TOF-kalender du har givet til en "ikke Y's Men's ven"	<b>16.</b> Tid til eftertanke. Nyd søndagen.	<b>17.</b> Bruger du briller? Giv 5 kr. til TOF for hvert par.	<b>18.</b> Giv 25 kr. til TOF for hver bil du ejer.	<b>19.</b> Virker din elforsyning i dag? Hvis ja, så giv en skærv til TOF.	<b>20.</b> Giv 2 kr. til TOF for hvert par sko du ejer.
<b>21.</b> Har du rindende vand i dit hjem? Giv 25 kr. til TOF.	<b>22.</b> Mind dine TOF-venner om at du snart vil indkassere deres bidrag til TOF.	<b>23.</b> Giv 20 kr. til TOF for hver kogeplade og ovn du har i dit hjem.	<b>24.</b> Åben dit vindue og nyd den friske luft. Vær glad og giv 15 kr. til TOF.	<b>25.</b> Gør en tjeneste for en person du holder af.	<b>26.</b> For hver kartoffel og skive brød du spiser i dag giv 1 kr. til TOF.	<b>27.</b> Giv 25 kr. til TOF, hvis du har en fast månedlig indtægt.
<b>28.</b> Brug denne dag til simple måltider og giv det sparede til TOF.	<b>29.</b> Kontakt dine TOF-venner og indkasser deres bidrag, med en stor TAK.	Skiv dit eget TOF-beløb i dette felt.	Skriv TOF-beløb fra dine venner i dette felt.	<b>Hjertelig TAK for dit bidrag og din indsats for TOF og dermed for mennesker i nød. TOF-beløb i alt:</b>	Beløbet kan indgå i klubbens bidrag eller indbetales direkte på Y's Men Region Danmarks bankkonto. (Se nedenfor.)	

Håber at planen kan inspirere til flere gode ideer til TOF-aktiviteter – TOF-aktiviteter kan foregå hele året - Du bestemmer tid og sted - Alle kan bidrage