





Y's Men International - TIME OF FAST – Giv væk kalender – februar 2020



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

Y's Men Region Danmarks Time of Fast konto er [Danske Bank 0994 000 311 3922, mærket K8110.](#)