

**kerk
in actie**

Heel Holland vast

Vast mee in de 40dagentijd voor een nieuw begin

GRATIS 40DAGENTIJDKALENDER

De 40dagentijdkalender biedt dagelijks een bijbeltekst, quote, verhaal of gedicht voor extra vasteninspiratie. Bestel de gratis kalender op www.kerkinactie.nl/40dagentijdkalender.

In de 40dagentijd leven we toe naar Pasen, het feest van een nieuw begin. Via deze kaart bieden we u nieuwe vormen om invulling te geven aan de vastentijd. Volg het actieplan (op de achterzijde), houd bij wat u bespaart of kunt missen en geef anderen een nieuw begin. Kijk voor meer informatie op www.kerkinactie.nl/vasten.



**Protestantse
Kerk**

WEEK 1: MINDER SNOEPEN | Geef € 2,- voor iedere dag dat u niet snoept

Aswoensdag 6 t/m zaterdag 9 maart

TOTAAL	II
ZATERDAG	+
VRIJDAG	+
DONDERDAG	+
WOENSDAG	

FODE



WEEK 2: STUUR EEN KAARTJE | Geef € 3,- voor ieder kaartje dat u stuurt aan iemand die dat goed kan gebruiken

Maandag 11 t/m zaterdag 16 maart

MAANDAG	+	DINSDAG	+	WOENSDAG	+	DONDERDAG	+	VRIJDAG	+	ZATERDAG		TOTAAL
---------	---	---------	---	----------	---	-----------	---	---------	---	----------	--	--------



WEEK 3: MINDER TV OF SOCIAL MEDIA | Geef € 4,- voor iedere dag dat u geen tv kijkt of social media gebruikt

Maandag 18 t/m zaterdag 23 maart

 MAANDAG + DINSDAG + WOENSDAG + DONDERDAG + VRIJDAG + ZATERDAG = TOTAAL



WEEK 4: MINDER VLEES | Geef €2,- voor iedere dag dat u geen vlees of vis eet

Maandag 25 t/m zaterdag 30 maart

Diagram illustrating the calculation of the total number of days in a week:

- MAANDAG
- DINSdag
- WOENSDAG
- DONDERDAG
- VRIJDAG
- ZATERDAG
- TOTAAL

The diagram shows a sequence of boxes representing the days of the week, with red plus signs indicating addition, and a red equals sign indicating the final total.



WEEK 5: MINDER AUTORIJDEN | Geef € 4,- voor iedere dag dat u de fiets of OV pakt in plaats van de auto

Maandag 1 t/m zaterdag 6 april



MAANDAG

DINSDAG

WOENSDAG

DONDERDAG

VRIJDAG

ZATERDAG

TOTAAL



WEEK 6: MINDER AFVAL | Geef € 3,- voor iedere dag dat u geen overbodig verpakte producten koopt

Maandag 8 t/m zaterdag 13 april

MAANDAG

+

DINSDAG

+

WOENSDAG

+

DONDERDAG

+

VRIJDAG

+

ZATERDAG

||

TOTAAL





WEEK 7: MEER BIDDEN | Geef € 1,- voor iedere dag dat u extra tijd maakt voor God

Maandag 15 t/m zaterdag 20 april

Diagram illustrating the calculation of total days for a 5-day week:

- MAANDAG
- + DINSDAG
- + WOENSDAG
- + DONDERDAG
- + VRIJDAG
- = ZATERDAG
- = TOTAAL



Totale opbrengst vastenactie €

Van harte gefeliciteerd met het resultaat!