

FORBERED  
ALT SOM ER  
NØDVENDIG



FAMILIENS HJEMMELAGER

## BUDSKAP FRA DET FØRSTE PRESIDENTSKAP

Kjære brødre og søstre

Vår himmelske Fader skapte denne vakre jorden, med all dens overflod, til vår nytte og gagn. Han ønsker å dekke våre behov når vi vandrer i tro og lydighet. På kjærlig vis har han befalt oss å «[forberede] alt som er nødvendig» (se L&P 109:8), slik at vi, om vi skulle møte vanskeligheter, kan forsørge oss selv og våre naboer samt støtte biskopene i å hjelpe andre.

Vi oppfordrer Kirkens medlemmer over hele verden til å forberede seg på vanskelige tider ved å ha et grunnleggende forråd av mat og vann samt økonomiske reserver.

Vi håper dere vil være kloke når dere bygger opp deres forråd av mat og vann og deres økonomiske reserver. Overdriv ikke. Det er for eksempel ikke fornuftig å sette seg i gjeld for umiddelbart å skaffe seg et matvarelager. Med grundig planlegging kan dere over tid bygge opp et hjemmelager og en økonomisk reserve.

Vi innser at noen av dere kanskje ikke har økonomiske ressurser eller plass til et slikt lager. Noen steder er det forbudt ved lov å lagre store mengder mat. Vi oppfordrer dere til å lagre så mye som omstendighetene tillater.

Må Herren velsigne dere i denne oppgaven.

Det første presidentskap



# GRUNNREGLER FOR FAMILIENS HJEMMELAGER

## TRE MÅNEDERS FORRÅD



Bygg opp et lite forråd av mat som du normalt spiser. En måte å gjøre dette på er å kjøpe noen få ekstra varer hver uke for å bygge opp et matvarelager som holder til én uke. Deretter kan dere gradvis øke lageret til dere har nok til tre måneder. Disse varene skulle roteres jevnlig for å unngå at noe blir ødelagt.

## DRIKKEVANN



Ha et lager av drikkevann i tilfelle vannforsyningen blir forurenset eller kuttet.

Hvis vannet kommer direkte fra en god, forhåndsbehandlet kilde, trengs ikke ytterligere rensing. Hvis ikke, må dere behandle vannet før bruk. Lagre vannet i solide, tette og uknuselige beholdere. Vurder om du kan bruke plastflasker som vanligvis brukes til saft og brus.

Hold vannbeholderne unna varmekilder og direkte sollys.

## ØKONOMISK RESERVE



Opprett en økonomisk reserve ved å spare litt penger hver uke og gradvis øke det til et fornuftig beløp (se *Forbered alt som er nødvendig – Familiens økonomi*).

## ET LENGRE TIDS FORRÅD



For mer langsiktige behov, og der det er tillatt, kan dere gradvis bygge opp et hjemmelager til det er nok mat med lang holdbarhet som kan holde dere i live, for eksempel hvete, ris og bønner.

Slike varer kan holde seg i 30 år eller mer med riktig emballasje, forutsatt at de blir lagret på et tørt og kjølig sted. Endel av disse varene kan roteres i deres 3-månedersforråd.

«Organiser dere, forbered alt som er nødvendig,  
og bygg et hus, ja, et bønnens hus,  
et fastens hus, et troens hus,  
et lærdommens hus, et herlighetens hus,  
et ordens hus, et Guds hus»  
(L&p 109:8).

*Du finner mer informasjon  
om hjemmelager på  
[www.providentliving.org](http://www.providentliving.org).*

JESU KRISTI  
KIRKE  
AV SISTE DAGERS HELLIGE

