

**40**  
**DAGENTIJD**

Vasten betekent dat je even iets niet doet wat je anders wel doet (bijvoorbeeld snoepen). Het kan ook betekenen dat je juist iets doet wat je niet zo vaak doet, bijvoorbeeld een kaartje sturen. Met deze vastenkaart kun je in de Veertigdagentijd elke week op een andere manier vasten. Op de achterkant staat precies hoe je dat kunt doen en ook hoe je iets kunt sparen. Met dit geld helpt Kerk in Actie mensen die leven in moeilijke omstandigheden.

Tip: Spaar het geld in een speciaal spaardoosje. Dat kun je gratis bestellen op [kerkinactie.nl/40dagentijd](mailto:kerkinactie.nl/40dagentijd). Enne... misschien wil iemand je wel sponsoren? ;-)



#### IK BEN ER VOOR JOU

In de Bijbel, in Mattheüs 25, vertelt Jezus ons hoe we goed voor mensen kunnen zorgen. Hij noemt een paar voorbeelden: geef iemand die honger heeft eten en iemand die dorst heeft drinken. Geef kleren aan mensen die niets hebben om aan te trekken. Ontmoet je iemand die bijvoorbeeld gevluht is uit een ander land, zeg dan: welkom! Zorg goed voor zieke mensen en laat iemand die in de gevangenis zit weten dat je aan hem denkt. Als er iemand is gestorven, vergeet die persoon dan niet. Jezus zegt tegen ons: Ik ben er voor jou! Hij wil graag dat wij dat ook tegen anderen zeggen. Met de vastenacties op de achterkant van deze kaart doe je dat!

# JA, IK VAST MEE!

## ASWOENSDAG 17 FEBRUARI - ZATERDAG 20 FEBRUARI | De gevangenen bezoeken

Doet jouw kerk mee met de Paasgroetenactie van Kerk in Actie? Stuur dan ook een kaartje naar gevangenen. Laat weten dat je aan hen denkt.

## MAANDAG 22 FEBRUARI - ZATERDAG 27 FEBRUARI | De zieken verzorgen

Stuur een (zelfgemaakt) kaartje naar iemand die ziek is of het moeilijk heeft. Zet een vinkje bij elke dag waarop je dit doet.

 MAANDAG + DINSDAG + WOENSDAG + DONDERDAG + VRIJDAG + ZATERDAG

## MAANDAG 1 MAART - ZATERDAG 6 MAART | De dorstigen drinken geven

Drink deze week geen limonade, sap of frisdrank, maar water of thee. Geef € 0,50 voor elke dag waarop dat lukt.

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

## MAANDAG 8 MAART - ZATERDAG 13 MAART | De vreemdeling onderdak bieden

Geen huis betekent geen warmte. Vraag je ouders om de verwarming lager te zetten. Trek een dikke trui aan. Geef € 0,50 voor elke dag waarop je dit doet.

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


## MAANDAG 15 MAART - ZATERDAG 20 MAART | De naakten kleden

Deel iets van je kleding of speelgoed met een ander kind, of met een kleding- of speelgoedbank. Zet een vinkje bij elke dag waarop je iets iets weggeeft.

 MAANDAG + DINSDAG + WOENSDAG + DONDERDAG + VRIJDAG + ZATERDAG

## MAANDAG 22 MAART - ZATERDAG 27 MAART | De hongerigen eten geven

Lukt het om een week niet te snoepen? Geef € 0,50 voor elke dag waarop je geen snoep eet.

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

## MAANDAG 29 MAART - ZATERDAG 3 APRIL | De doden begraven

Brand een kaarsje voor iemand die is overleden of voor mensen die gestorven zijn door oorlog of rampen. Zet een vinkje bij de dagen waarop je dit doet.

 MAANDAG + DINSDAG + WOENSDAG + DONDERDAG + VRIJDAG + ZATERDAG

## ZONDAG 4 APRIL | Pasen

Het is feest. We vieren dat Jezus is opgestaan uit de dood. Hij zegt: "Elke keer als je iets goeds deed voor iemand die het moeilijk heeft, deed je dat voor mij."

Totale opbrengst vastenactie €

Dankjewel!