

Použite tento formulár, aby ste si vytvorili plán sebestačnosti. Váš biskup, prezident pobočky, prezidentka Združenia pomoci, prezident kvóra starších alebo iní vedúci vám môžu pomôcť.

## Informácie o členovi

Meno

## Krok 1: Aké sú moje potreby?

Naliehavé potreby môžu zahŕňať jedlo, oblečenie, zdravotnú alebo emocionálnu starostlivosť alebo ubytovanie. Dlhodobé potreby môžu zahŕňať vzdelanie alebo zlepšenie zamestnania. Identifikujte svoje potreby na nižšie vyhradenom mieste.

## Krok 2: Aké sú moje príjmy a výdavky?

### Mesačný príjem

Príjem všetkých členov domácnosti	
Iné finančné zdroje (rodina, ostatní)	
Pomoc od štátu (finančná, jedlo, ubytovanie a tak ďalej)	
<b>Spolu</b>	

### Mesačné výdavky

Desiatky, obete		Splátky	
Jedlo		Oblečenie	
Bývanie		Elektrika, palivo	
Voda		Iné (konkretizujte)	
Zdravotníctvo		Iné (konkretizujte)	
Cestovné		Iné (konkretizujte)	
Vzdelanie		Iné (konkretizujte)	
<b>Spolu</b>			

### Výdavky, ktoré môžu byť znížené alebo odstránené

<b>Spolu</b>	

*Poznámka:* Zbieranie a zdieľanie údajov podlieha ochrane osobných údajov Cirkvi, ktorú si môžete pozrieť na [lds.org/privacy](https://lds.org/privacy).

## Plán sebestačnosti – pokračovanie

Meno

### Krok 3: Aké ďalšie zdroje sú dostupné?

Individuálne zdroje a zručnosti

Pomoc a zdroje dostupné od členov rodiny (rodičov, detí, súrodencov, ďalších)

Relevantné zdroje od komunity

### Krok 4: Aký je môj osobný alebo rodinný plán, aby som sa stal viac sebestačným?

Ako súčasť svojho plánu zvážte účasť v skupine sebestačnosti.

<i>Zdroje a zručnosti potrebné na to, aby som sa stal sebestačným</i>	<i>Kroky, ktoré treba urobiť</i>	<i>Dokedy</i>

### Krok 5: Akú prácu alebo službu poskytnem na oplátku za akúkoľvek pomoc, ktorú môžem obdržať?

Nápady, o ktoré sa chcem podeliť s biskupom alebo prezidentom pobočky

Po konzultácii s biskupom alebo prezidentom pobočky opíšte prácu alebo službu, ktorú urobíte

### Závazok

Podpis člena

Dátum

Podpis manžela/manželky

Dátum