

PREGĂTIȚI  
TOT CEEA CE  
ESTE NECESAR



PROVIZIILE DE ALIMENTE  
ALE FAMILIEI

## MESAJ DIN PARTEA PRIMEI PREȘEDINȚII

Stimați frați și surori,

Tatăl nostru Ceresc a creat acest pământ frumos, cu toată abundența lui, pentru beneficiul și folosul nostru. Scopul Său este să ne ofere toate cele necesare pe măsură ce trăim în credință și supunere. El ne-a poruncit cu dragoste să „[pregătim] tot ceea ce este necesar” (vezi D&L 109:8) astfel încât, atunci când vin vremuri grele, să putem avea grijă de noi înșine și de aproapele nostru și să-i sprijinim pe episcopi în eforturile lor de a se îngriji de ceilalți.

Îi încurajăm pe membrii Bisericii din întreaga lume să se pregătească împotriva vremurilor grele din viață având o rezervă de bază de hrană și apă, precum și ceva bani economisiți.

Vă cerem să fiți înțelepți în timp ce vă faceți provizii de hrană și apă, precum și în timp ce economisiți bani. Nu exagerați; nu este înțelept, de exemplu, să vă faceți datoriile pentru a vă face proviziile de hrană dintr-o dată. Planificând cu atenție, în timp, vă puteți face proviziile de alimente ale familiei și vă puteți clădi o rezervă financiară.

Suntem conștienți de faptul că unii dintre dumneavoastră nu aveți resursele financiare sau spațiul necesar pentru o astfel de depozitare. Unora dintre dumneavoastră nu le este permis de lege să depoziteze cantități mari de hrană. Vă încurajăm să depozitați cât de mult vă este permis.

Fie ca Domnul să vă binecuvânteze în eforturile dumneavoastră de a face provizii de alimente în căminele personale.

Prima Președinție



## BAZELE PROVIZIILOR DE ALIMENTE ALE FAMILIEI

### PROVIZII PENTRU TREI LUNI



Faceți o mică provizie de hrană care face parte din dieta dumneavoastră normală zilnică. O modalitate de a face acest lucru este aceea de a cumpăra săptămânal câteva alimente în plus pentru a face provizii de alimente pentru o săptămână. Apoi, puteți să vă măriți proviziile treptat până când ajung să fie suficiente pentru trei luni. Aceste alimente trebuie să fie folosite prin rotație pentru a nu se strica.

### APA POTABILĂ



Depozitați apă potabilă pentru situația în care apa este poluată sau oprită.

În cazul în care apa vine direct de la o sursă bună, tratată, nu este necesară o purificare suplimentară; în caz contrar, purificați apa înainte de a o consuma. Depozitați apa în recipiente rezistente, etanșe și incasabile. Luați în considerare folosirea recipientelor de plastic folosite în mod obișnuit pentru sucuri.

Țineți recipientele cu apă departe de sursele de căldură și de expunerea directă la soare.

### REZERVA FINANCIARĂ



Clădiți o rezervă financiară economisind săptămânal o sumă mică de bani, pe care să o măriți treptat până când ajungeți la o sumă rezonabilă (vezi Ghidul *Pregătiți tot ceea ce este necesar: Finanțele familiei*).

### PROVIZII PENTRU TERMEN LUNG



Pentru nevoile pe termen lung, acolo unde acest lucru este permis, faceți treptat provizii de hrană care vor ține mult timp și pe care le puteți folosi pentru a supraviețui, cum ar fi: grâu, orez alb și fasole.

Aceste alimente pot fi bune timp de 30 de ani sau chiar mai mult, dacă sunt împachetate și depozitate într-un loc răcoros și uscat. O parte din aceste alimente pot fi folosite prin rotație în proviziile dumneavoastră pentru trei luni.

„Organizați-vă singuri; pregătiți tot ceea  
ce este necesar și stabiliți o casă, chiar o casă de  
rugăciune, o casă de post, o casă de credință, o casă de învățare,  
o casă de slavă, o casă a ordinii, o casă a lui Dumnezeu”  
(D&L 109:8).

*Pentru informații suplimentare  
despre proviziile de alimente din  
căminele personale, vizitați  
[www.providentliving.org](http://www.providentliving.org).*

BISERICA LUI  
ISUS HRISTOS  
A SFINȚILOR  
DIN ZILELE DIN URMĂ