



**GKI PERUMNAS TANGERANG
DAN BAJEM KUTABUMI**

WARTA JEMAAT

TH. 27/48

MINGGU, 8 OKTOBER 2023

**SELAMAT BERIBADAH
DI GKI PERUMNAS**

PENDETA

- Pdt. Suryatie Ambarsari

 0815-1414-1400

PELAYANAN PASTORAL

- SELASA-JUMAT / PERJANJIAN

SEKRETARIAT

 (021) 5520209

- SELASA-JUMAT : Pk : 09.00-16.00
- SABTU-MINGGU : Pk : 09.00-13.00

KEBAKTIAN MINGGU

- KEBAKTIAN UMUM 1 : Pukul 07.00
- KEBAKTIAN UMUM 2 : Pukul 09.30
- SEKOLAH MINGGU : Pukul 09.30
Onsite

NO REKENING GEREJA
MANDIRI: 176 001 910 1995
GEREJA KRISTEN INDONESIA PERUMNAS
NO REKENING PAGUYUBAN KEDUKAAN
MANDIRI: 176 00 0191987 5
GEREJA KRISTEN INDONESIA PERUMNAS

TUHAN YESUS MEMBERKATI



BUAH ANGGUR YANG MANIS

(YESAYA 5:1-7; FILIPI 3:4-14; MATUS 21:33-46)

BUAH ANGGUR YANG MANIS

(Yesaya 5:1-7; Filipi 3:4-14; Matius 21:33-46)

Dua kisah, baik yang ada di Yesaya dan Matius, memulai narasi dengan informasi yang kurang lebih sama, yaitu menceritakan tentang "upaya terbaik yang dikerjakan oleh si pemilik kebun". Jika kita rangkum kedua cerita tersebut, maka kita menemukan tindakan-tindakan yang ia lakukan untuk kebun anggurnya.

1. Menanam pohon anggur di tanah yang subur
2. Membersihkan tanah dari baru-baru
3. Menanam pagar pelindung
4. Mendirikan Menara
5. Menyediakan lobang tempat memeras anggur

Bagi para petani anggur, kelima tindakan di atas adalah tindakan yang harus dilakukan untuk pembuatan kebun anggur. Poin 1 dan 2 terkait kesuburan dan kegemburan tanah, diperlukan untuk pertumbuhan optimal akar-akar pohon anggur yang terdiri dari akar akar kecil, yang saling bercabang dan bergumpal. Artinya, si pemilik anggur memberikan tanah terbaik untuk pohon anggurnya. Bukan hanya tanah terbaik, poin 3 dan 4 juga hendak mengatakan bahwa kebun anggur juga mendapatkan perlindungan dan pemeliharaan yang baik. Pagar pelindung umumnya menggunakan pohon-pohon berduri yang mengelilingi untuk menjaga kebun dari hewan perusak. Menara bukan hanya untuk tempat berjaga, tetapi juga menjadi tempat tinggal bagi pekerja. Tempat pemerasan pada poin 5 berbicara tentang harapan akan hasil yang baik. Semua ini menunjukkan bahwa si pemilik kebun anggur menyiapkan kebun anggurnya dengan terencana dan sangat baik. Jadi, adalah hal yang lumrah ketika pemilik kebun anggur mengharapkan hasil yang baik dari kebun anggurnya. Walaupun, narasi ini mengatakan dia tidak mendapatkan apa yang ia harapkan dari apa yang ia perbuat.

Dalam gambaran naratif, kita menemukan ada dua sebab kesedihan si pemilik kebun anggur:

1. Dalam cerita Yesaya, pemilik kebun anggur berhadapan dengan kesedihan akan hasil yang tidak sesuai dengan harapan. Ia mendapati buah anggur asam, bukan yang manis.
2. Dalam kisah Matius, si pemilik anggur berhadapan dengan penyewa kebun anggur yang jahat, yang bukan hanya tidak memberikan bagian si pemilik kebun, tetapi bahkan membunuh urusan dan anak si pemilik kebun

Apabila saudara menjadi si pemilik kebun, bagaimana perasaan saudara atas semua hal itu? Di sinilah teks leksionari minggu ini, akan menolong kita untuk menyadari apakah kita telah menjadi anggur yang berbuah manis atau asam, dan atau apakah kita menjadi si penyewa anggur yang baik atau jahat.

Terkait adanya bulan keluarga, kita merenungkan bahwa keluarga yang mereka miliki juga diartikan sebagai kebun anggur Tuhan. Sebagai kebun anggur Tuhan, maka keluarga mereka ada milik Tuhan. Sebagai pemilik, Allah ingin keluarga-keluarga yang menjadi kebun anggur-Nya, menghasilkan anggur yang berbuah manis dan membawa kemuliaan bagi Kristus. Untuk hal itulah Ia menghadirkan setiap orang dalam keluarga sebagai penggarap-penggarap kebun anggur milik-Nya. Allah mempercayakan diri mereka untuk menjadi penggarap-penggarap Ilahi untuk keluarganya, yang adalah milik Allah, kebun anggur-Nya. Keluarga bukanlah obyek kepemilikan diri, tetapi buah dari kepercayaan Allah kepada mereka. Sebagai penggarap, setiap orang bertanggungjawab kepada pemilik untuk menggarap dengan baik, dengan tujuan agar keluarga banyak menghasilkan hal yang manis bagi kemuliaan Allah. Untuk itu, mereka tidak boleh semena-mena memperlakukan keluarga, sebaliknya memperlakukan mereka dengan baik adalah cara mereka untuk mencintai Allah pemilik kebun anggur dan mengembalikan apa yang Allah miliki kembali kepada-Nya.

(Dian Penuntun)

AGENDA SEPEKAN GKI PERUMNAS

MINGGU, 8 OKTOBER 2023

**KEBAKTIAN MINGGU
(ONSITE + YOUTUBE GKI PERUMNAS)**

<https://www.youtube.com/c/GKIPerumnasTangerang>

Tema: Buah Anggur Yang Manis

Waktu Ibadah	07.00	09.30
Pelayan Firman	Pdt. Devina Erlin Minerva	Pdt. Devina Erlin Minerva
Warta Lisan	Pnt. Yohana Ayu Setiani	Pnt. Yudith Anovta Rolian
Persembahan		
Epistel	Pnt. Andeta Suprayogi	Pnt. Maria Magdalena
Liturgos		
Pendamping	Pnt. Mursidah	Pnt. Suharni
Pengakuan Iman		
Koordinator	Pnt. Despina Paridawati	Pnt. Sigit Hascarya
Penerima Tamu	Pnt. Elkanusa Blantan	Pnt. Evy Ipana Napitupulu
Persembahan	Wilayah 1	Wilayah 5

SEKOLAH MINGGU (onsite) - JAM 09.30

Kelas Kecil - (Ruang Aula lt. 2) & Kelas Besar - (Ruang Zakaria+Nehemia)

SELASA, 10 OKTOBER 2023

PELAJARAN AGAMA KRISTEN (onsite) - JAM 14.00

Pdt. Suryatie Ambarsari

RAPAT PHBG (onsite) - JAM 19.30

Ruang Pra Remaja

RABU, 11 OKTOBER 2023

KATEKISASI (onsite) - JAM 19.30

Pdt. Suryatie Ambarsari

KAMIS, 12 OKTOBER 2023

PERSEKUTUAN WILAYAH - JAM 19.30 - (ONLINE)

Majelis Jemaat

JUMAT, 13 OKTOBER 2023

PERSIAPAN IBADAH - JAM 19.30 - (ONSITE)

Majelis Jemaat

SABTU, 14 OKTOBER 2023

DOA PAGI - JAM 06.00 (Zoom Meet)

Oleh Wilayah 7

bit.ly/DoaPagi_GKIPerumnas

TALKSHOW BULAN KELUARGA - JAM 16.30 (Onsite)

Tema: Transformasi Gaya Belajar Zaman Now

Narasumber : Pdt. Dr. Yerusa Maria Agustin, S.Si., M.Pd

PERSEKUTUAN DEWASA, PEMUDA & REMAJA - JAM 16.30 (Onsite)

Bergabung dengan Talkshow

MINGGU, 15 OKTOBER 2023

KEBAKTIAN MINGGU

(ONSITE + YOUTUBE GKI PERUMNAS)

<https://www.youtube.com/c/GKIPerumnasTangerang>

Tema: Diundang Untuk Bersukacita

Waktu Ibadah	07.00	09.30
Pelayan Firman	Pdt. Ivan Gilang	Pdt. Ivan Gilang
Warta Lisan	Pnt. Amperiana Fris Peletty	Pnt. Krisnawan Tri Mardani
Persembahan	Tobing	
Epistel	Pnt. James Nainggolan	Pnt. Marce Selfina
Liturgos		Siyaranamual
Pendamping	Pnt. Christine Navalokawijaya	Pnt. Devy Surya Indah
Pengakuan Iman		
Koordinator	Pnt. Wipie Isna Novantika	Pnt. Mirza Tatrina Kurnia
Penerima Tamu	Pnt. Elizabeth Matruty	Pnt. Gratheo Hadi Witama
Persembahan	Wilayah 7	Wilayah 2

SEKOLAH MINGGU (onsite) - JAM 09.30

Kelas Kecil - (Ruang Aula lt. 2) & Kelas Besar - (Ruang Zakaria+Nehemia)

PERSIDANGAN MAJELIS JEMAAT - JAM 12.00 (ONSITE)

Majelis Jemaat

I. RENOVASI TOILET

Proses renovasi toilet lantai bawah hingga saat ini sudah mencapai sekitar 50% dan berjalan dengan lancar.

Majelis jemaat masih membuka kesempatan bagi jemaat yg ingin berpartisipasi mendukung renovasi ini, melalui amplop persembahan khusus yg akan disediakan pada Minggu, 8 Oktober 2023.

Terima kasih atas perhatian dan dukungannya.

Tuhan Yesus memberkati

II. AKSI DONOR DARAH

Dalam rangka kegiatan Bulan Keluarga 2023 GKI Perumnas, PHBG akan mengadakan kegiatan Donor Darah yang akan dilaksanakan pada :

Hari / tanggal : Minggu, 8 Oktober 2023

Waktu : pukul 8.30 - 12.00

Tempat : GKI Perumnas

PHBG mengajak seluruh jemaat dan simpatisan untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan donor darah ini. Bagi yang ingin mendaftarkan dirinya dapat mengisi form berikut: https://bit.ly/Form_DonorDarah

III. PERSEKUTUAN LANSIA

Persekutuan Lansia akan diadakan pada:

Hari/tanggal : Rabu, 18 Oktober 2023

Waktu : Pukul 08.30 – selesai

Tempat : Warung Lengkong BSD

Biaya partisipasi : Rp. 25.000

Bapak/ibu yang memiliki anggota keluarga lansia diharapkan mengajak dan mendampingi di persekutuan ini.

IV. PERSEKUTUAN WILAYAH

Persekutuan Wilayah akan diadakan secara onsite pada Kamis, 12 Oktober 2023 pukul 19.30 WIB. Jemaat dan simpatisan diundang untuk hadir mengikuti Persekutuan Wilayah di wilayah masing-masing.

Tempat Perwil masing-masing:

Tempat Perwil 12 Oktober 2023		
Wilayah	Tempat	Alamat
Wilayah 1	Kel. Bp Buche	Jl. Rama Raya F 1/23 Victoria Park
Wilayah 2	Kel. Bp. Ario Nugroho	Jl. Pangrango I No. 134 Perumnas I
Wilayah 3	Kel. Ibu Merys	GKI Perumnas
Wilayah 4	Kel. Bp. Imanuel Sutoto	Jl. Rusa 1 No 2 Perumnas II
Wilayah 5	Kel. Ibu Esther Nelvida Saragih	Jl. Prambanan Raya No 96 Prm II
Wilayah 6	Kel. Bp. Adi Suwarsono	Jl. Kahuripan Raya No. 36
Wilayah 7	Kel. Bp. Slamet	Binong Permai Blok G 8 / 26 Curug
Kutabumi	Kel. Bp. Tan Chandra	Bajem Kutabumi

V. AGENDA BULAN KELUARGA 2023

TANGGAL	HARI	JAM	ACARA	TEMPAT	PIC	KETERANGAN
01.10.23	Minggu	07.00 - 08.30	Pembukaan Bulan Keluarga 2023	Ruang Ibadah GKI	PHBG	KU 1 + KU 2
		09.30 - 11.00				
08.10.23	Minggu	08.30 - 11.30	Donor Darah	Basement GKI	PMI	Untuk umum.
14.10.23	Sabtu	16.30 - 18.00	Talk Show : Gaya Belajar "Transformasi Gaya Belajar Zaman Now"	Ruang Ibadah GKI	MJ	Pembicara : Pdt. Maria Yerusa.
22.10.23	Minggu	11.00 - 12.30	Kreatifitas Memasak	Basement GKI	PHBG	Antar wilayah.
28.10.23	Sabtu	06.00 - 17.30	Kebaktian Padang	PATRA Anyer	PHBG	Kebersamaan Keluarga
04.11.23	Sabtu	17.00 - 19.00	Kebaktian Syukur HUT GKI Perumnas Ke 28 + Penutupan Bulan Keluarga 2023	Ruang Ibadah GKI	MJ+ PHBG	Parade Pujian & Seni

JADWAL PENGISI PUJIAN BULAN OKTOBER 2023

TANGGAL	KU	WILAYAH
01.10.23	1	PHBG
	2	PHBG
08.10.23	1	1
	2	5
15.10.23	1	7
	2	2
22.10.23	1	6
	2	4
29.10.23	1	3
	2	MJ

CATATAN :

- Lagu bebas (selain lagu tema BERKAT BAGI KELUARGAKU).
- Lagu tentang keluarga Kristen.
- Dinyanyikan oleh satu keluarga atau satu wilayah boleh.
- Tampil live (musik boleh rekaman).

VI. TALKSHOW BULAN KELUARGA

Dalam rangka bulan keluarga, Majelis Jemaat Bidang Pembinaan mengadakan talkshow yang akan dilaksanakan pada:

Hari/tanggal : Sabtu, 14 Oktober 2023
Waktu : 16.30 – 18.00 WIB
Tema : Transformasi Gaya Belajar Zaman Now
Narasumber : Pdt. Dr. Yerusa Maria Agustin, S.Si., M.Pd
Tempat : Ruang Ibadah GKI Perumnas

Bapak/Ibu/Sdr/i talkshow ini terbuka untuk seluruh jemaat dan simpatisan, namun untuk keperluan jumlah konsumsi, kami mohon jemaat dapat mendaftar pada link yang akan diberikan melalui WA group wilayah masing-masing atau dengan link : <https://bit.ly/46zZVZI>

Semua kegiatan persekutuan dewasa, remaja, dan pemuda pada hari Sabtu 14 Oktober 2023 bergabung dengan kegiatan talkshow ini.

Mari Bapak/Ibu/Sdr/i kita ajak seluruh anggota keluarga kita untuk bersama-sama menambah pengetahuan dengan mengikuti talkshow tersebut.

VII. KEBAKTIAN PADANG

Dalam rangka kegiatan Bulan Keluarga 2023 GKI Perumnas, PHBG akan mengadakan kegiatan Kebaktian Padang yang akan dilaksanakan pada :

Hari / tanggal : Sabtu, 28 Oktober 2023
Waktu : 06.00 – 17.30 WIB
Tempat : Patra Anyer
Biaya : Rp. 100.000 bagi yang berusia diatas 3 tahun
Baju : Rp. 40.000 untuk anak-anak
Rp. 50.000 untuk ukuran S,M,L & XL
Rp. 60.000 untuk ukuran XXL keatas } (Opsional/Tidak Wajib)

PHBG mengajak seluruh jemaat dan simpatisan untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan Kebaktian Padang ini. Pembayaran dapat dilakukan melalui cash, transfer atau dapat dicicil. Bagi yang ingin mendaftarkan dirinya dapat menghubungi PHBG pada selesai ibadah selesai atau mengisi form berikut: mulai dari Minggu, 24 September 2023 – Minggu, 15 Oktober 2023. Kami mengharapkan seluruh jemaat dan simpatisan untuk berpartisipasi dalam Kebaktian Padang ini.

Kiranya melalui kegiatan ini kita dapat bersukacita Bersama.

VIII. PENCARIAN DANA PHBG

Dalam menunjang kegiatan bulan keluarga 2023, setiap minggu di bulan September – Oktober 2023 PHBG akan melakukan pencarian dana yang akan dilakukan melalui penjualan makanan dan minuman serta beberapa barang lainnya.

Bagi bapak/ibu yang mau membeli dapat melakukan pemesanan dengan menghubungi PHBG atau datang langsung ke lapak PHBG selesai ibadah.

Kami mengajak bapak ibu untuk berpartisipasi dalam kegiatan penggalangan dana ini.

IX. KEHADIRAN DAN PERSEMBAHAN

Persembahan disampaikan melalui :

1. Transfer Bank Mandiri: Acc. No. 176 001 910 1995.
A/n. Gereja Kristen Indonesia Perumnas.
2. Transfer Bank BCA : Acc. No. 0011 937 186.
A/n. Despina Paridawati.
3. Transfer OVO : No. 0816 1679 347
A/n. Despina Paridawati.
4. Kotak Persembahan di Gereja (Ruang Sekretariat)
Caranya: Masukkan ke dalam amplop yang tersedia.
Tulis nama/inisial/nomor induk & tanggal + jumlah persembahan.

Konfirmasi ke Pnt. Despina Paridawati (WA : 0816 1679 347).

Kehadiran 30 September – 1 Oktober 2023

Kegiatan	Penatua		Jemaat		Simpatisan		Pemusik		Mulmed		GSM/ Pembina		Jumlah Kehadiran
	P	W	P	W	P	W	P	W	P	W	P	W	
KU 1	3	4	49	74	11	18	1	1	2	2			165
KU 2	2	7	54	76	23	30		3	2	2			199
SM			34	33							8	10	85
REMAJA	1	1	8	5			3		1				19
DEWASA		5	0	20									25

AGENDA SEPEKAN BAJEM KUTABUMI

MINGGU, 8 OKTOBER 2023	
KEBAKTIAN MINGGU	
JAM 07.00 (onsite)	
Tema: Buah Anggur Yang Manis	
Pelayan Firman	Pdt. Em. Omo Hasim
Warta Lisan	Pnt. Julius Mulyana
Persembahan	
Epistel	Pnt. Kisworoningsih
Liturgos	
Pendamping	Pnt. Agus Supriyadi
Pengakuan Iman	
Koordinator	Pnt. Martalena Ketaren
Penerima Tamu	
SEKOLAH MINGGU - JAM 09.00	
<i>Onsite</i>	
KEBAKTIAN PRAREMAJA-REMAJA – JAM 09.00	
<i>Onsite</i>	
SELASA, 10 OKTOBER 2023	
KATEKISASI - JAM 19.30 - (ONSITE)	
Pdt. Suryatie Ambarasari	
KAMIS, 12 OKTOBER 2023	
PERSEKUTUAN WILAYAH - JAM 19.30 - (ONLINE)	
Majelis Jemaat	
JUMAT, 13 OKTOBER 2023	
PERSIAPAN IBADAH - JAM 19.30 - (ONSITE)	
Majelis Jemaat	
SABTU, 14 OKTOBER 2023	
DOA PAGI - JAM 06.00 (Zoom Meet)	
Oleh Wilayah 7 (Perum)	
bit.ly/DoaPagi_GKIPerumnas	

MINGGU, 15 OKTOBER 2023

KEBAKTIAN MINGGU

JAM 07.00 (onsite)

Tema: Diundang Untuk Bersukacita

Pelayan Firman	Pdt. Suryatie Ambarsari
Warta Lisan	Pnt. Dyah Renaningtyas
Persembahan	
Epistel	Pnt. Martalena Ketaren
Liturgos	
Pendamping	Pnt. Suciati
Pengakuan Iman	
Koordinator	Pnt. Julius Muljana
Penerima Tamu	
SEKOLAH MINGGU - JAM 09.00	
<i>Onsite</i>	

SEPUTAR BAJEM KUTABUMI

I. KEHADIRAN BAJEM KUTABUMI

Persembahan dapat disampaikan melalui amplop yang tersedia

Kegiatan	Penatua		Jemaat		Simpatisan		Pemusik		Mulmed		GSM/ Pembina		Jumlah
	P	W	P	W	P	W	P	W	P	W	P	W	
													Kehadiran
KU													
SM													
REMAJA													
PERWIL													

BACAAN ALKITAB SEPEKAN: 9 - 15 OKTOBER 2023

Senin	: Fil. 1:3-14	Pengetahuan Dan Kebijakan
Selasa	: Fil. 1:15-21	Motif Manipulatif
Rabu	: Mat. 9:2-8	Berkuasa Mengampuni Dosa
Kamis	: Kol. 2:16-23	Berkanjang Pada Penglihatan
Jumat	: Fil. 2:14-18	Bersungut-Sungut
Sabtu	: Yoh. 7:40-52	Selubung Ke-Mesias-An Yesus
Minggu	: Mat. 21:33-46	Penggarap Kebun Yang Jahat

Sumber: Wasiat

ULANG TAHUN

*Happy
Birthday!*

Segenap Anggota Jemaat, Komisi dan
Majelis Jemaat GKI Perumnas mengucapkan:

"SELAMAT ULANG TAHUN.

TUHAN YESUS MEMBERKATI."

ULANG TAHUN 8 - 14 Oktober 2023

NAMA	TANGGAL	WILAYAH
Budi Hartanto	08	Kutabumi
Dhela Oktasheli	08	1
Lionel Mattew Iglesias Simatupang	08	3
Ronji	08	Kutabumi
Tri Haryati	08	6
Olga Olvie Tambariki	09	3
Suharni	09	6
Kristan Ardhana Novalantika	10	6
Sherly Olivia	10	5
Sri Idah Ulina Sembiring	10	7
Swannie	10	Kutabumi
Dwi Caesar Oktavianus	11	3
Japaet Sidabutar	11	Kutabumi
Immeka Tahta Nirvana	12	3
Totok Suroto	12	1
Yesha Vatheia Riani	12	Kutabumi
Asni Suriani	13	6
Axel Desmond Kusen	13	Kutabumi
Immanuel Sutoto R	13	4
Sulistiana Teja	14	Kutabumi
Wirasto Heru Sadono	14	7

BULAN KELUARGA 2023



**MINGGU,
8 OKTOBER 2023**

08.30 – 11.30

**BASEMENT
GKI PERUMNAS**

**DONOR
DARAH**

**DONATE BLOOD —
SAVE LIFE**

**KETERANGAN LENGKAP HUBUNGI :
PANITIA HARI BESAR GEREJAWI
ATAU MAJELIS JEMAAT**

**DAFTAR SEKARANG VIA GOOGLE FORM :
https://bit.ly/Form_DonorDarah**

untuk **SIAPA?** darah anda

Darah yang anda donorkan sangat membantu mereka



ibu
melahirkan



PASIE **Gagal Ginjal**



PASIE **Anemia Berat**



BAYI
Dengan Hemolytic Disease of Sindrom



Pasien
Thalassemi



PASIE **SYOK Septik**



PASIE
PENDARAHAN AKUT



masih banyak lagi



Palang Merah Indonesia

UDD PMI Kab. Tangerang
Jl. Raya Curug KM.2 No.20 RT.03/03, DS. Kadu Jaya
Kec. Curug, Kabupaten Tangerang 15810 - Banten
Phone: +62-21 5949 8519/ 20, Fax.: +62-21 5949 8521

"Kita Bisa Menyelamatkan Hidup Mereka"

Manfaat Donor Darah



Mejaga Kesehatan Jantung

Tingginya kadar zat besi dalam darah akan membuat seseorang menjadi lebih rentan terhadap penyakit jantung. Zat besi yang berlebihan di dalam darah bisa menyebabkan oksidasi kolesterol. Produk oksidasi tersebut akan menumpuk pada dinding arteri dan ini sama dengan memperbesar peluang terkena serangan jantung dan stroke. Saat kita rutin mendonorkan darah maka jumlah zat besi dalam darah bisa lebih stabil. Ini artinya menurunkan risiko penyakit jantung.....



Meningkatkan Produksi Sel Darah Merah

Donor darah juga akan membantu tubuh mengurangi jumlah sel darah merah dalam darah. Tak perlu panik dengan berkurangnya sel darah merah, karena sumsum tulang belakang akan segera mengisi ulang sel darah merah yang telah hilang. Hasilnya, sebagai pendonor kita akan mendapatkan pasokan darah baru setiap kali kita mendonorkan darah. Oleh karena itu, donor darah menjadi langkah yang baik untuk menstimulasi pembuatan darah baru.



Membantu Membakar Kalori

Menjadi donor darah adalah salah satu metode diet dan pembakaran kalori yang ampuh. Sebab dengan memberikan sekitar 450 ml darah, akan membantu proses pembakaran kalori kira-kira 650. Itu adalah jumlah kalori yang banyak untuk membuat pinggang kita ramping.....



Mendapatkan Kesehatan Psikologis

Menyumbangkan hal yang tidak ternilai harganya kepada yang membutuhkan akan membuat kita merasakan kepuasan psikologis. Sebuah penelitian menemukan, orang usia lanjut yang rutin menjadi pendonor darah akan merasakan tetap berenergi dan bugar.



Mendeteksi Penyakit Serius

Setiap kali kita ingin mendonorkan darah, prosedur standarnya adalah darah kita akan diperiksa dari berbagai macam penyakit seperti HIV, hepatitis B, hepatitis C, sifilis, dan malaria. Bagi yang menerima donor darah, ini adalah informasi penting untuk mengantisipasi penularan penyakit melalui transfusi darah. Sedangkan untuk kita, ini adalah "rambu peringatan" yang baik agar kita lebih perhatian terhadap kondisi kesehatan kita sendiri



UddpmiTangerang



utd.kab.tangerang



marketing.uddpmi@gmail.com
rekrutmen.ddspm@gmail.com
uddpmi.kab.tangerang@gmail.com

Syarat - Syarat Untuk Menjadi Donor Darah

- Suhu tubuh 36,5 - 37,5 °C
- Sehat jasmani & rohani
- Usia 17 sampai dengan 55 thn
- Berat badan minimal 45 Kg
- Tekanan darah :
Sistole 90 - 160 mmHg
Diastole 60 - 100 mmHg
- Kadar Haemoglobin minimal 12,5 - 17 gr/dl
- Tidak ada riwayat atau keluhan penyakit
- Lolos seleksi kesehatan oleh Dokter & Petugas PMI yang bertugas



Palang
Merah
Indonesia



Daftarkan diri anda
melalui aplikasi SIDONI



SCAN UNTUK DOWNLOAD

SCAN UNTUK DOWNLOAD

UDD PMI KAB. TANGERANG

Jl. Raya Curug KM.2 No.20 RT.03/03, DS. Kadu Jaya, Kec. Curug,
Kab.Tangerang 15810 - Banten, Phone: +62-21 5949 8519/ 20,



@utd.kab.tangerang



UddpmiTangerang



UDD PMI Kab.Tangerang



SEMINAR & TALKSHOW

TRANSFORMASI GAYA BELAJAR ZAMAN NOW



Pdt. Dr. Yerusa Maria
Agustini, S.Si., M.Pd.

GKI PAKUWON

NARASUMBER



Irene Astuti Lazarusli,
S.Kom., M.T.

MODERATOR



SABTU, 14 OKTOBER 2023
16.30 WIB - SELESAI



GKI PERUMNAS
TANGERANG

PENDAFTARAN:

<https://bit.ly/46zZVZI>

GRATIS

BAZAAR CAMILAN

GALANG DANA
BULAN KELUARGA
GKI PERUMNAS

- KELUARGA YANG DIBERKATI DAN MENJADI BERKATI -



BULAN KELUARGA 2023
GKI PERUMNAS - TANGERANG

HANYA

15K
4PCS



TEH POCI
5K

Pemesanan dapat hubungi:
Panitia PHBG

LONTONG
ISI SAYUR



PASTEL



DONUT



WINGKO BABAT



RISOL MAYO



RISOL SAYUR



Menu Sarapan Pagi



Buntut

SERBA
15K



Balado Jengkol



Semur Jengkol

Pemesanan dapat hubungi:
Panitia PHBG

FAST FOOD MENU

MIE AYAM



FIRE WINGS



**MACARONI
SCHOTEL**



4 pcs

JUICE



2 pcs

SERBA

15K

**Pemesanan dapat hubungi:
Panitia PHBG**



Special Offer



Deterjen Cair



Tissue



**HOT
SALE**

3pcs

HANYA 100K

**Pemesanan dapat hubungi:
Panitia PHBG**

AGENDA

BULAN KELUARGA 2023

" Keluarga yang peduli dan bertumbuh dalam iman "

1 OKT 2023

"Keluarga Yang Mengakui Kuasa Allah"

- Pembukaan bulan keluarga
- Pujian PHBG
- Dress code Batik



8 OKT 2023

"Buah Anggur Yang Manis"

- Donor darah di GKI Perumnas
- Pujian GSM & ASM
- Dress code Jawa

14 OKT 2023

Talk Show "Transformasi Gaya Belajar Zaman Now"

- Pembicara Pdt. Maria Yerusa
- Pukul 16:30 WIB
- Bergabung GKI Perumnas



15 OKT 2023

"Diundang Untuk Bersukacita"

- Lomba masak kue tradisional, 15:00 WIB
- Pujian kaum Bapak
- Dress code Batak



21 OKT 2023

Berbagi Kasih

- Diadakan pukul 15:00 WIB s/d selesai
- Tujuan dan sasaran anggota anak asuh



22 OKT 2023

"Berikanlah Kepada Allah"

- Games Keluarga, 15:00 WIB
- Pujian Remaja & Pemuda
- Dress code Cina



29 OKT 2023

"Mengasihi Diri Sendiri dan Sesama"

- Penutupan bulan keluarga
- Door price & hadiah
- Pujian kaum Ibu
- Dress code Nasional



GUARDIAN ANGEL

Tata cara berpartisipasi dalam guardian angel :

- Memberikan kata-kata motivasi dalam bentuk surat.
- Mencantumkan nama orang yang dituju dan wilayahnya.
- Surat yang sudah ditulis, dimasukkan ke dalam amplop yang sudah tersedia di masing-masing sesuai wilayahnya.



PENGUMPULAN SEMBAKO

**21 OKT
2023**



Rincian kegiatan sebagai berikut :

1. Jenis sembako yang dikumpulkan berupa :
Beras minimal 1 liter,
Minyak sayur 1 liter,
Gula pasir 1 kg,
Mie instan 5 bungkus.
2. Pengumpulan sembako terakhir tanggal 19 Okt 2023
3. Pendistribusian sembako hari sabtu, 21 Oktober 2023 pukul 15:00 wib s/d selesai