

KREATIVE FASTENAKTION

Infos zu Beginn

Foto: Scott Webb von Pexels

Schön, dass du bei der kreativen Fastenaktion dabei bist!

Jede Fastenwoche (20.02. – 26.03.) steht unter einem bestimmten Thema. Dazu erwartet dich ein passender Impuls und jeweils zwei kreative Aktionen.

Impuls

Die Impulse sind immer gleich aufgebaut. Du findest einen Bibeltext, ein Lied, Gedanken zum Thema, Fragen an dich und ein Gebet.

Gestalte deinen Impuls so, wie es gut für dich ist. Werde ruhig, vielleicht willst du eine Kerze dazu anzünden, das muss aber nicht sein. Hier ein Vorschlag für den Ablauf, den du auch gerne ändern kannst:

Beginne den Impuls mit einem Kreuzzeichen und lese dann den Bibeltext. Höre dir anschließend das Lied an und lese dir die Gedanken durch. Dann kannst du die Fragen für dich beantworten und den Impuls mit dem Gebet und einem Kreuzzeichen beenden.

Du kannst dir auch die Elemente aus dem Impuls raussuchen, die gerade gut und passend für dich sind.

Kreative Aktion

Für jede Woche gibt es passend zum Thema zwei kreative Ideen. Suche dir davon das aus, was dir gefällt. Natürlich kannst du auch beide machen.

Wir wünschen dir viel Spaß in deiner kreativen Fastenzeit!

Stephanie & Julia



SEELSORGEEINHEIT
DER KATHOLISCHEN KIRCHENGEMEINDEN
FREIBERG • PLEDELSEHEIM / INGERHEIM