

Fastenwoche 2023

TAGESPROJEKTE

Woche 1: 9.1. – 13.1.2023

Montag, 9.1.

«Unser Vater im Himmel»

Wann immer du dich heute daran erinnerst, halte kurz inne und werde dir bewusst, dass Gott dich jetzt anschaut. Formuliere danach ein kurzes Gebet.

Erinnerungshilfen: Handywecker stellen, jedes Mal, wenn du auf die Uhr schaust, bei jedem Glockenschlag der Kirchenglocke, immer, wenn dir beim Fasten dein Verzicht in den Sinn kommt.

Dienstag, 10.1.

«geheiligt werde dein Name»

Frag dich heute bei ganz alltäglichen Tätigkeiten (Kaffee trinken, Zähne putzen, Schuhe anziehen...), was sie dir über Gott in Erinnerung rufen. Formuliere danach ein kurzes Gebet.

Mittwoch, 11.1.

«dein Reich komme, dein Wille geschehe»

Wenn du heute Nachrichten hörst oder liest, halte nach jeder Einheit kurz inne und bete ein kurzes Gebet, z.B. "Herr, erbarme dich."

Donnerstag, 12.1.

«unser tägliches Brot gib uns heute»

Immer wenn du heute isst oder trinkst, danke Gott ganz besonders für seine Versorgung.

Freitag, 13.1.

«und vergib uns unsere Schuld»

Übe dich heute in Grosszügigkeit gegenüber Menschen, die dir Mühe bereiten. Was empfindest du dabei?

Fastenwoche 2023

TAGESPROJEKTE

Woche 1: 9.1. – 13.1.2023

Montag, 9.1.

«Unser Vater im Himmel»

Wann immer du dich heute daran erinnerst, halte kurz inne und werde dir bewusst, dass Gott dich jetzt anschaut. Formuliere danach ein kurzes Gebet.

Erinnerungshilfen: Handywecker stellen, jedes Mal, wenn du auf die Uhr schaust, bei jedem Glockenschlag der Kirchenglocke, immer, wenn dir beim Fasten dein Verzicht in den Sinn kommt.

Dienstag, 10.1.

«geheiligt werde dein Name»

Frag dich heute bei ganz alltäglichen Tätigkeiten (Kaffee trinken, Zähne putzen, Schuhe anziehen...), was sie dir über Gott in Erinnerung rufen. Formuliere danach ein kurzes Gebet.

Mittwoch, 11.1.

«dein Reich komme, dein Wille geschehe»

Wenn du heute Nachrichten hörst oder liest, halte nach jeder Einheit kurz inne und bete ein kurzes Gebet, z.B. "Herr, erbarme dich."

Donnerstag, 12.1.

«unser tägliches Brot gib uns heute»

Immer wenn du heute isst oder trinkst, danke Gott ganz besonders für seine Versorgung.

Freitag, 13.1.

«und vergib uns unsere Schuld»

Übe dich heute in Grosszügigkeit gegenüber Menschen, die dir Mühe bereiten. Was empfindest du dabei?

Fastenwoche 2023

TAGESPROJEKTE

Woche 1: 9.1. – 13.1.2023

Montag, 9.1.

«Unser Vater im Himmel»

Wann immer du dich heute daran erinnerst, halte kurz inne und werde dir bewusst, dass Gott dich jetzt anschaut. Formuliere danach ein kurzes Gebet.

Erinnerungshilfen: Handywecker stellen, jedes Mal, wenn du auf die Uhr schaust, bei jedem Glockenschlag der Kirchenglocke, immer, wenn dir beim Fasten dein Verzicht in den Sinn kommt.

Dienstag, 10.1.

«geheiligt werde dein Name»

Frag dich heute bei ganz alltäglichen Tätigkeiten (Kaffee trinken, Zähne putzen, Schuhe anziehen...), was sie dir über Gott in Erinnerung rufen. Formuliere danach ein kurzes Gebet.

Mittwoch, 11.1.

«dein Reich komme, dein Wille geschehe»

Wenn du heute Nachrichten hörst oder liest, halte nach jeder Einheit kurz inne und bete ein kurzes Gebet, z.B. "Herr, erbarme dich."

Donnerstag, 12.1.

«unser tägliches Brot gib uns heute»

Immer wenn du heute isst oder trinkst, danke Gott ganz besonders für seine Versorgung.

Freitag, 13.1.

«und vergib uns unsere Schuld»

Übe dich heute in Grosszügigkeit gegenüber Menschen, die dir Mühe bereiten. Was empfindest du dabei?