

# **Fastenwoche in St. Josef**



**„Fasten - aufbrechen, unterwegs  
sein, sich neu entdecken“**

**16.- 23.Februar 2024**

In dieser Woche geht es um ganzheitliches Fasten, ein heilsames Fasten für Körper, Geist und Seele.

In diesem Jahr gibt es wieder die Möglichkeit, eine Woche in der Form des **Vollfastens** zu machen.

Daneben besteht auch die Möglichkeit, diese Woche mit **Basenfasten** zu verbringen, d.h. es geht nicht um den völligen Verzicht auf feste Nahrung, sondern es dürfen basenbildende Lebensmittel genossen werden.

So oder so – treffen sich alle Teilnehmer/innen jeden Abend zum Austausch und einem geistlichen Impuls.

Die Teilnahmegebühr beträgt 10,- €.

**Anmeldung bitte bis 09.02.24** im Pfarrbüro.

☞-----

### **Anmeldung zur Fastenwoche**

Hiermit melde ich mich zur Fastenwoche *(bitte ankreuzen)*

Vollfasten

Basenfasten

„Fasten - aufbrechen, unterwegs sein, sich neu entdecken“  
vom 16.02.-23.02.2024 an.

Name: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

e-mail: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift

