

Fastenzeitaktion der AKF Bonn:

7 Wochen JA sagen - Anregungen, Ideen und spirituelle Impulse für Familien | Fastenzeit /Ostern 2025



**Adventskalender gehören zum Advent wie
Lebkuchen und Kerzenschein. Sie begleiten
uns auf unserem Weg hin zu Weihnachten.**

Wie aber können wir die Zeit vor Ostern, die Fastenzeit, gestalten?

Von Juliane Graf

23. Jan. 2025

Fastenzeit - das klingt so gar nicht nach süßen Keksen oder behaglicher Stimmung. Fasten - das klingt doch eher nach Verzicht, nach Nein sagen müssen. Wenn Ihr Lust habt, die Fastenzeit mal ganz anders zu sehen, macht mit bei der 7 Wochen Aktion: 7 Wochen lang, während der gesamten Fastenzeit, bekommt Ihr als Teilnehmende **kostenlos** jede Woche einen Brief – per Post, per eMail oder per Link aufs Smartphone, wie Ihr am liebsten mögt. Die Briefe geben Euch Anregungen für Euer Familienleben, bieten Anlässe für Gespräche und laden zu einem spirituellen Impuls ein. Und stellen dabei das JA in den Vordergrund. Also vielleicht doch gemütliche Stunden in der Fastenzeit? - Probiert's aus!

Weitere Infos und die Möglichkeit zur Anmeldung findet Ihr hier:

[Zur Anmeldung für Familien](#)