

# Projekt „Gutes Leben“

Unser Ziel: Ihr Familienleben bereichern

Wir liefern Ihnen jährlich per App 6 Themenschwerpunkte mit dazupassenden Impulsen und Aktionsvorschlägen nach Hause. Kostenlos, werbefrei, anonym bereichernd und jederzeit zur Hand.

Über einen Downloadbereich können sämtliche Impulse und Inhalte auch heruntergeladen und ausgedruckt oder geteilt werden.



*Die Fastenzeiten sind Teil meines Wesens.  
Ich kann auf sie ebensowenig verzichten  
wie auf meine Augen.  
Was die Augen für die äußere Welt sind,  
das ist das Fasten für die innere.*

Mahatma Gandhi (1869 – 1948)



## Fastenzeit: 22. Februar bis 08. April 2023

### Aufgabe: Ein fastenzeitliches Vorhaben durchführen

Die Fastenzeit ist eine gute Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen und sich auf das Wesentliche zu besinnen.

Wir laden die Familienmitglieder ein, in der Fastenzeit manches zumindest probeweise zu verringern, anderes zu stärken und aus den dabei gesammelten Erfahrungen für die Zukunft zu lernen.



## Wir begleiten Sie durch die Fastenzeit mit

- ... täglichen Impulstexten
- ... Ideen und Aktionen für fastenzeitliche Vorhaben
- ... der Möglichkeit, das Gelingen und Durchführen der persönlichen Ideen und Aktionen zu dokumentieren
- ... Feierelementen für die Karwoche



**Download** in den Stores unter dem Suchbegriff „Gutes Leben“

**familien<sup>v</sup>**  
Der Katholische  
Familienverband