



Online-Projekt & Begleitgruppen

Einfach da sein vor Gott und sich öffnen für diese liebevolle Zuwendung.

In diesem Jahr ermutigt das Thema, sich selbst mitfühlend und barmherzig zu begegnen. Sie sind eingeladen, einfach da zu sein – ohne Leistungsdruck und Perfektion: liebevoll zu sich selbst und voller Liebe geliebt vom göttlichen Ursprung her.

Briefe auf dem Weg

Ab dem 11.02.26 bekommen Sie dazu jede Woche einen Newsletter, geschrieben von geistlichen Begleiter*innen aus ganz Deutschland. Einfach anmelden auf **www.projektfastenzeit.org** oder den **Whats-App-Kanal** „Projekt Fastenzeit“ (QR-Code) abonnieren.



Übersicht der Themen

(un) vollkommen – liebevoll

- 04.02. **Einstimmung**
- 18.02. **einfach...**
- 25.02. **trotzdem...**
- 04.03. **verbunden...**
- 11.03. **still...**
- 18.03. **...weil**
- 25.03. **verwundet...**
- 01.04. **ganz...**

Das erwartet Sie

In den Briefen finden Sie Impulse, Anleitung zur Stille und einen Segen. Dazu einen Text, der Sie durch die Woche begleiten kann und den QR-Code / Link zur Körperübung (Qi-Gong).

Gruppen vor Ort

Zum Projekt wird es auch in diesem Jahr an vielen Orten selbstorganisierte Gruppen geben, in denen sich die Teilnehmenden über ihre Erfahrungen mit den Wochenimpulsen austauschen können.

Auf unserer Homepage werden die Gruppen aufgeführt, die sich leiblich oder online treffen.
<https://projektfastenzeit.org/gruppen/>

Wir freuen uns auf die gemeinsame Zeit!

Ihr Projekt-Team

