

reformierte
kirche gossau zh



Ein Angebot der Reformierten Kirchgemeinde
und der Katholischen Pfarrei Gossau ZH

www.refgossau.ch | www.kath-gossau-zh.ch

reformierte
kirche gossau zh



Gut für Leib und Seele

Ökumenische Fasten- woche für Gesunde

Samstag, 4. März bis Freitag, 10. März 2023

Kath. Pfarreizentrum Gossau ZH, jeweils um 20 Uhr

Ökumenische Fastenwoche für Gesunde

Die beiden Landeskirchen in Gossau organisieren wiederum – eine begleitete Fastenwoche für gesunde Erwachsene.

In unseren Breitengraden ist es normal, dass wir uns gelegentlich Ferien gönnen, eine Abwechslung in den Alltag einbauen mit dem Ziel, uns zu erholen und frische Kräfte zu tanken. Genauso ist es mit der Fastenwoche, sie schenkt der Verdauung Ferien, dem Körper Erholung und Aufmerksamkeit und dem Geist Klarheit.

Fasten gemeinsam mit anderen macht die Sache einfacher und bereichernder und das neue Wohlbefinden entschädigt den Verzicht mehrfach.

An den abendlichen Treffen werden wir uns mit einem biblischen Text auseinandersetzen und uns Gedanken machen, was wir zu einer besseren Welt beitragen können.

Informationen

Informationen über das Vollfasten, die Vorbereitung, den idealen Einstieg, mögliche Überraschungen der Fastentage und die entscheidenden Aufbautage, werden vorwiegend schriftlich abgegeben. Bei Fragen dürfen Sie gerne Lukas Löffel kontaktieren.

Einstimmungsabend

Mittwoch, 1. März 2023

20.00 bis 21.00 Uhr

Kath. Pfarreizentrum

Wir besprechen die letzten Vorbereitungen und stimmen uns auf die gemeinsame Fastenwoche ein.

Fastenwoche

Samstag, 4. März bis Freitag, 10. März 2023

jeweils von 20.00 bis 21.00 Uhr

Kath. Pfarreizentrum

Es wird gewünscht, dass Teilnehmende möglichst alle Treffen besuchen.

Begleitung

- Regula Sekinger, Psychologin
- Brigitte Löffel, Hausfrau
- Johannes Huber, Ref. Pfarrer
- Patrick Müggler, Naturheilpraktiker
- Lukas Löffel (Organisation)

Kosten

Kollekte für ein Hilfsprojekt

Anmeldung schriftlich

mit Anmeldeformular bis **Mittwoch, 15. Februar 2023** an Lukas Löffel, Chapfstrasse 74, 8625 Gossau 079 456 43 04, oder via E-Mail an: lukas.loeffel@bluewin.ch.

Achtung: Beschränkte Teilnehmerzahl

Die Begleitgruppe freut sich auf Ihre Anmeldung!



Anmeldung

für die Fastenwoche 2023

Vorname _____

Name _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____

Mobile _____

E-Mail _____

Geburtsdatum _____

Gewicht _____

Mit dieser Anmeldung bestätige ich, dass ich gesund bin und auf eigene Verantwortung teilnehme. Die Begleitgruppe ist von einer Haftung entbunden. Ich werde an den Gruppentreffen möglichst lückenlos teilnehmen.

Datum _____

Unterschrift _____