

FASTEN WOCHE

FASTEN UND SINNE

SINNVOLLES FASTEN

FASTENWOCHE 22. FEBRUAR – 2. MÄRZ 2024

FASTEN UND SINNE – SINNVOLLES FASTEN

Fasten ist eine Möglichkeit, mit allen Sinnen zu erfahren, wie sich eine neue Welt anfühlen kann: befreiend, genügsam und gemeinschaftlich verbunden. Jede Person fastet individuell. Wir treffen uns jeden Morgen zu einem Impuls und Austausch. Es gibt die Möglichkeit im gesamten Zeitraum zu fasten oder ein kürzeres Fastenintervall zu wählen.

TREFFEN:

Montag – Freitag, jeweils 7.15 bis 7.45 Uhr

Samstag – Sonntag, jeweils 8.15 bis 8.45 Uhr

Impulse – die 5 Sinne neu erleben – Mit Austausch & Tee trinken
Heiliggeistkirche Bern

Neben den morgendlichen Impulsen werden ein einfacher
Yogakurs und regelmässiges Kneipen angeboten.

FASTENBRECHEN:

Samstag, 2. März, 10 Uhr.

Aki – Kath. Hochschulseelsorge oder nach Absprache.

AUSKUNFT UND ANMELDUNG ZUR FASTENWOCHE BIS 16. FEBRUAR 2024:

Isabelle Schreier, isabelle.schreier@offene-kirche.ch, 031 370 71 15

Karin Künti, karin.kuenti@refbern.ch, 031 372 22 02

Evelyne Streit, evelyne.streit@refbern.ch, 079 323 18 55

Ein Kooperationsprojekt der Kirchgemeinden Heiliggeist, Frieden
und der offenen kirche bern.

Kirchgemeinde
Frieden
Bern



Kirchgemeinde
Heiliggeist



offene kirche bern – in der Heiliggeistkirche,
www.offene-kirche.ch @    offene kirche bern
Offen: Dienstag bis Freitag 11–18.30 Uhr, Sonntag 13–17 Uhr