

# DEIN FASTENKALENDER

**1**  
Aschermittwoch  
Bau deine  
Spielfigur  
zusammen!

**2**  
Schreibe deine  
Fastenvorsätze  
auf!

**3**  
Schau dir das Video  
der Misereor  
Kinderfastenaktion  
an!

**4**  
Geh nach draußen.  
Was siehst du in der  
Natur? Danke Gott  
für die Schöpfung!

**Erster  
Fastensonntag**  
Mach mal Pause!

**6**  
Hilf heute bei  
einer Sache im  
Haushalt mit!

**7**  
Tu etwas Nettes für  
jemanden in deiner  
Familie!

**8**  
Schau dir heute die  
Versuchung Jesu in  
der Wüste an!

**9**  
Wie geht es mit  
deinen Vorsätzen.  
Bitte Gott um Hilfe  
bei allem, was  
schwerfällt.

**10**  
Heute kein Fleisch  
essen. Obst und  
Gemüse ist auch  
lecker!

**11**  
Gott liebt alle  
Kinder.  
Male dazu ein  
Bild!

**Palmsontag**  
Mach mal Pause!

**39**  
Schau dir den  
Einzug Jesu in  
Jerusalem an!

**38**  
Danke heute an  
jemanden, den du schon  
lange nicht mehr  
gesehen hast.  
Schreibe ihm/ ihr einen  
Brief oder eine Karte  
oder male ein Bild!

**37**  
Die heilige Woche  
kommt näher.  
Bereite dich vor  
und räume dein  
Zimmer auf!

**36**  
Schreibe oder male  
drei Dinge,  
die du gut kannst  
und für die du Gott  
dankbar bist!

**35**  
Achte heute auf die  
Umwelt. Spare Strom  
und mache immer das  
Licht aus, wenn du es  
nicht brauchst!

**34**  
5 Minuten mit Gott:  
Nimm dir eine Auszeit  
und versuche 5  
Minuten zu beten und  
mit Gott  
zu sprechen!

**22**  
Achte heute  
besonders darauf  
"Bitte" und "Danke"  
zu sagen!

**23**  
Für welchen  
Menschen bist du  
Gott besonders  
dankbar? Male ein  
Bild!

**24**  
Heute wird's  
einfach: Sitze  
10 Minuten in  
Stille!

**25**  
Schau dir heute die  
wunderbare  
Brotvermehrung an!

**Laetare-  
Vierter  
Fastensonntag**  
Mach mal Pause!

**27**  
Zündet mit eurer  
Familie eine Kerze an  
und denkt an die  
Verstorbenen!

**31**  
Schau dir die  
Geschichte von  
Maria und Marta an!

**30**  
5 Minuten  
Stilleübung. Suche  
dir einen ruhigen  
Platz. Schweige und  
höre!

**29**  
Schreibe auf oder  
male alles,  
worüber du dich  
heute gefreut  
hast!

**28**  
Sage etwas Nettes  
zu deinem Papa oder  
deiner Mama! Oder  
zu beiden.

**42**  
Bedank dich für  
etwas, dass du sonst  
immer als  
selbstverständlich  
ansiehst!

**43**  
Jesus ist unser  
König. Male dazu  
ein Bild!

**44**  
Gründonnerstag  
Schau dir die Geschichte  
vom letzten Abendmahl  
an!

**45**  
Karfreitag  
Schau dir die Geschichte  
von der Kreuzigung Jesu  
an!

**46**  
Karsamstag  
Heute ist ein  
stiller Tag.  
Höre keine Musik!

**47**  
Ostersonntag  
Jesus ist auferstanden!  
Hallelujah!  
Schau dir die Geschichte  
an!

