



Fastenzeit 2026

Aschermittwoch 18. Februar
bis Karfreitag 3. April

Mein persönlicher **Fastenzettel**.
Bis Ostern verzichte ich auf:



Gut sichtbar aufhängen.
Viel Erfolg! wünscht herzlich

Team Sonntagswort

Worauf verzichten?
Auf alles, was dir nicht gut tut.

Zum Beispiel:

Zucker. Nikotin. Alkohol.

Ständig zu viel essen.

Zeit verschwenden.

Dich über andere aufregen.

Zu allem eine Meinung haben.

Alles besser wissen.

Schlechte Stimmung verbreiten.

Hintendurch über andere lästern.

Unkontrolliert im Internet surfen.

Zu viel fernsehen.

Zu spät schlafen gehen.

Deine Komfortzone nie verlassen.

Faulheit. Trägheit.

Gleichgültigkeit.

Zum Beispiel.

