 XaSoBü lädt ein zu „7 Wochen Ohne“

Seit mehr als 30 Jahren lädt „7 Wochen Ohne“ als Fastenaktion der evangelischen Kirche dazu ein, die Zeit zwischen Aschermittwoch und Ostern bewusst zu erleben und zu gestalten. Viele Menschen lassen sich darauf ein. Sie verzichten nicht (nur) auf das eine oder andere Genuss-mittel, sondern folgen der Einladung zum Fasten im Kopf unter einem jährlich wechselnden Motto.

2023 geht es in den sieben Fastenwochen unter dem Aktionsmotto **„**Leuchten! Sieben Wochen ohne Verzagtheit“ nicht allein um innere Erleuchtung, sondern auch um die Ausstrahlung auf andere. Werden wir unser Licht auch anderen schenken? Werden wir Helligkeit bringen? Mit unseren Worten, Gesten, unserem Tun?

Herzlich laden wir Sie zu wöchentlichen Treffen um 20 Uhrein, bei denen wir uns über das Thema der zu Ende gehenden Fastenwoche austauschen und es vertiefen.

Wer mag, kann auch nur einzelne Termine wahrnehmen. Eine Anmeldung (auch kurzfristig zu einzelnen Abenden) ist nicht zwingend erforderlich, wäre aber schön: [martina.kohl@ekir.de](mailto:martina.kohl@ekir.de) oder unter: 0172 1768616

Als Wegbegleiter durch die 7 Wochen empfehlen wir den Kalender zur Fastenaktion, den Sie in der örtlichen Buchhandlung oder auch unter [www.7wochenohne.evangelisch.de](http://www.7wochenohne.evangelisch.de) ab Dezember 2022 bestellen können. Alternativ besteht auch die Möglichkeit, sich den Kalender in digitaler Form auf das Smartphone oder Tablet zu laden.

22.02.23 Begrüßung und Einführung in das Fasten (im Gemeindehaus Büderich)

01.03.23 1. Woche: Licht an! (digital)

08.03.23 2. Woche: Meine Ängste (digital)

15.03.23 3. Woche: Was mich trägt (im Gemeindehaus Xanten)

22.03.23 4. Woche: Und wie ich strahle! (digital)

29.03.23 5. Woche: Wir gehen gemeinsam (digital)

05.04.23 6. Woche: Durch die Nacht (im Gemeindehaus Sonsbeck)

12.04.23 7. Woche: In den Morgen (im Gemeindehaus Büderich)

Aktuelle Informationen und den Link für das Zoom-Treffen werden wir auf den Homepages unserer drei Gemeinden veröffentlichen.

Wir freuen uns auf diese gemeinsame Zeit mit Ihnen!

Presbyterin Barbara Ullenboom (Xanten) und Presbyterin Martina Kohl (Büderich)