

# Über's Leben



**Fastenzeit – 7 Wochen Verzicht?!**

**Als ob das Leben gerade nicht schon anstrengend genug wäre!**

**Keine Sorge! Wir fordern nicht noch mehr Verzicht.**

**Im Gegenteil - Du bekommst!**

**Über's Leben - Dein Leben!**

**Impulse, Gedanken, Songs, Bilder... Gönn dir!**





# HOW TO?

## Your Choice!

### NOTIZHEFT

Deinen individuellen Begleiter durch die Fastenzeit.  
Gute Ideen, Kreativität, Struktur für den Alltag.  
Du selbst datierst die Tage – Einstieg ist daher jederzeit möglich.  
Bestellen bei:  
[anchucherko@bdkj-bja.drs.de](mailto:anchucherko@bdkj-bja.drs.de)

### INSTA & Co.

Die gesamte Fastenzeit über Insta, Facebook...

Impulse, Songs, Zitate, Bilder - Über's Leben.

Like für:

**hotspotbb**

### PLAKATE

Pflaster deine Stadt mit Plakaten zu, gestalte deinen coronatauglichen Jugendkreuzweg usw.  
Die Plakate kannst du bestellen oder selbst downloaden und ausdrucken  
Bestellen kannst du die Plakate per Mail:  
[anchucherko@bdkj-bja.drs.de](mailto:anchucherko@bdkj-bja.drs.de)

### MESSENGER

Diese Impulse kannst du auch direkt per WhatsApp aufs Smartphone bekommen. Schicke dazu einfach eine Nachricht mit „Fastenzeit“ an **0177 / 53 88 752** und speichere diese Nummer als Kontakt in deinem Smartphone.

Such dir auch, wie du dabei sein möchtest.  
Bei allem dabei sein ist klar auch möglich!

Bei Fragen, einfach an Andy:  
[anchucherko@bdkj-bja.drs.de](mailto:anchucherko@bdkj-bja.drs.de)  
01511 863 59 13

