



Verzichtswoche
Ich kann es
Ich will es
Ich tue es



18. – 30. März 2017

Um was geht es?

Vom 18. – 30. März 2017, mitten in der Fastenzeit, soll auf etwas verzichtet werden, das nicht dringend zum Leben gebraucht wird. Dabei kann herausgefunden werden, ob es zu schaffen ist auf eine liebgewonnene Gewohnheit zu verzichten und um zu sehen, was dieser Verzicht mit der Person macht.

Mitmachen können alle Jugendlichen (ab 1. Sek) und Erwachsene.

Wie läuft die Verzichtswoche ab?

Am Samstag, 18. März, 17.00 Uhr treffen sich in Bürglen alle, die sich auf die Verzichtswoche einlassen wollen, um ihren Verzicht festzulegen und sich darauf einzulassen. Im anschliessenden Gottesdienst wird der Verzicht unter den Segen Gottes gestellt.

An folgenden Tagen treffen sich dann die Teilnehmenden an der Verzichtswoche zu einem Austausch und gegenseitigem Motivieren:

- Montag, 20. März, 18.00 – 18.45 Uhr
- Freitag, 24. März, 18.00 – 18.45 Uhr
- Donnerstag, 30. März, 18.00 – 19.00 Uhr

Das letzte Treffen ist gleichzeitig der Abschluss der Verzichtswoche

Auf was kann verzichtet werden?

Jede/r Teilnehmende soll selber festlegen, auf was er/sie in der Verzichtswoche komplett verzichten will. Dabei geht es um den Verzicht von Luxus, Genussvollem oder Erleichterung.

Auf folgendes könnte verzichtet werden:

- Fleisch
- alle tierischen Produkte
- Handy
- Fernseher
- Transporte mit Auto oder Mofa
- Computer / Internet
- Spielkonsole
- Schokolade und Süsses
- Fastfood, Pizza, Döner...
- Süssgetränke (Cola, Alcopops, Red Bull...)

Dabei soll auf etwas verzichtet werden, das eine regelmässige Gewohnheit oder Selbstverständlichkeit geworden ist (Wenn ich bereits vegetarisch lebe, ist der Verzicht von Fleisch nicht sinnvoll. Wenn ich in jeder freien Minute auf mein Handy sehe, kann ein Verzicht eine echte Herausforderung sein).



Ja, ich melde mich zur Verzichtswochen 2017 an:

Vorname / Name:

Strasse:

Ortschaft:

Geburtsjahr:

Bis 1. März 2017 zurückschicken an: Kath. Pfarramt, Rebbergstr. 11, 8583 Sulgen

Kann ich die Verzichtswochen abbrechen?

Wenn man aus Versehen den vorgenommenen Verzicht bricht, muss dies kein Grund sein, die Verzichtswochen ganz abzubrechen. Sinnvoll ist es aber zu überlegen, warum es dazu kam.

Wer an seine Grenzen kommt mit dem Verzicht, kann jederzeit das Experiment abbrechen. Es ist aber wichtig, an das nächste Treffen dennoch zu kommen und sich mit den anderen darüber auszutauschen.

Was kostet die Verzichtswochen?

Nichts, ausser ein bisschen Stärke und Durchhaltewillen

Allfällig eingespartes Geld, das sich durch den Verzicht angesammelt hat, kann für ein Projekt von Fastenopfer gespendet werden.

Zeit, die ich durch den Verzicht geschenkt bekomme, kann ich sofort für anderes verwenden, das der Familie, den Freunden oder den Mitmenschen zu Gute kommen kann.

Die Verzichtswochen auf einen Blick:

Samstag, 18. März 2017, 17.00 Uhr

Einstieg in die Verzichtswochen
Pfarreisaal unter der kath. Kirche in
Bürglen

Samstag, 18. März 2017, 18.00 Uhr

Gemeinsamer Gottesdienst in der kath.
Kirche Bürglen

Montag, 20. März, 18.00 – 18.45 Uhr

1. Austauschtreffen im Saal unter der kath.
Kirche Sulgen

Freitag, 24. März, 18.00 – 18.45 Uhr

2. Austauschtreffen im Saal unter der kath.
Kirche Sulgen

Donnerstag, 30.03., 18.00 – 19.00 Uhr

3. Austauschtreffen und Abschluss der Ver-
zichtswochen im Saal unter der kath. Kirche
Sulgen

Für alle Jugendlichen (ab 1. Sek) und
Erwachsene

Kontakt:

Norbert Schalk, Kath. Pfarramt Sulgen
079 368 76 14

jugend@kathsulgen.ch

www.kathsulgen.ch/fastenwochen.php