



FASTEN

2021

**GEMEINSAM
DEN „BLICK
VERÄNDERN**

FASTEN STILLT DEN HUNGER UNSERER ZEIT

Vielleicht erinnern Sie sich noch an den Folder „Fasten2020“, der vor einem Jahr in ihrem Briefkasten war. Mit vielfältigen Angeboten wollten wir die alte Tradition des Fastens neu mit Leben füllen. Abrupt wurde alles unterbrochen und abgesagt und ein ganz anderes Fasten ist seither angesagt: Keine sozialen Kontakte mehr, Arbeitsverlust, Kurzarbeit oder Überstunden – je nach Beschäftigungsbereich –, oft Angst vor Ansteckung, Krankheit und Tod und eine radikale Verhaltensänderung.

Ohne zu wissen, wie sich die Situation entwickeln und was dann erlaubt sein wird, haben wir wieder verschiedene Ideen gesammelt und unterschiedliche Veranstaltungen geplant. Sie sollen motivieren, die Zeit der Vorbereitung auf das Osterfest und dieses selbst als bewussten Neubeginn zu gestalten. Gedankenimpulse und Vorschläge für eine persönliche Herausforderung zugunsten eines Sozialprojektes sollen diese Broschüre auch für zu Hause wertvoll machen.

Die angebotenen Veranstaltungen werden unter den jeweils geltenden Corona-Richtlinien durchgeführt. **Geplant ist bei Absage auch eine Umstellung auf Online-Angebote.** Informieren Sie sich bitte zeitnah auf den Homepages unserer Pfarren.

VERFOLGEN SIE FASTEN2021 IM INTERNET:

- Homepage des Entwicklungsraums „Dekanat Laa-Gaubitsch West“
- Homepages der einzelnen Pfarren / Chronik

Den Startschuss bilden die Aschermittwochs-Gottesdienste, in denen uns das Zeichen des Aschenkreuzes an die Vergänglichkeit erinnert und an die Chance, immer wieder einen neuen Anfang zu setzen. Mit einem Segensgebet werden wir dabei auch bewusst in diese besondere Zeit gesendet.

Nimm ... und bring ... einen guten Gedanken

In den offenen Kirchen und Kapellen unserer vier Pfarren hängen viele bunte Zettel und Karten, darauf findest du: gute Gedanken, tröstende Worte, ermutigende Sprüche, Bibelsprüche, Lebensweisheiten, Tipps, Anregungen, Sinnsprüche, Dichterworte, Gebete, Gedichte, Aussprüche berühmter Menschen ... Nimm dir einen davon mit, denk drüber nach, erfreue dich daran! Vielleicht möchtest auch du deine positiven Gedanken mit jemandem teilen oder verschenken, dann bring das nächste Mal du einen mit und hänge ihn auf ...

FASTEN

DER STARTSCHUSS

Herzliche Einladung zu den Aschermittwoch-Gottesdiensten am
17. Februar in unseren Pfarrkirchen:

Eichenbrunn: 18.30 Uhr

Gaubitsch: 18.30 Uhr

Patzmannsdorf: 17.00 Uhr

Unterstinkenbrunn: 7.30 Uhr

Zusätzlich zu den Gottesdiensten wird während des ganzen Aschermittwochs in allen Kirchen und Kapellen ein Gefäß mit Asche stehen. So kann man sich (oder in der Familie einander) nach Desinfektion der Hände Asche auf den Kopf streuen oder sich damit ein Aschenkreuz auf die Stirn zeichnen. Ein aufliegender Gebetstext mit einer Erklärung, deutenden Worten und einem Segen soll bei diesem Ritual helfen.

„Fastenweg“ – neue Gedanken auf dem Bibelweg

oder auf dem Weg zur Grainkapelle

Die Corona-Zeit hat Manches in unserem persönlichen Alltag verändert, hat unserer Gesellschaft und der Art, wie wir leben, einen (ohnehin nötigen?) Dämpfer versetzt. Korrekturen können von unserer jetzigen Lage aus vielleicht besser erfolgen, weil wir sehen, was auch anders geht. Der Fastenweg lädt – ob allein, zu zweit oder mit der ganzen Familie – mit einer Wegstrecke in unserer schönen Landschaft und mit vorbereiteten Impulsen dazu ein, über den eigenen Lebensweg und seine Gestaltung nachzudenken.

Zwei Wege sind dazu vorgeschlagen: Der **Gaubitscher Bibelweg** (Beginn und Ende am Parkplatz bei der Kirche, durchgehend beschildert) und ein **Weg zur Grainkapelle und wieder zurück** (Beginn und Ende bei der Ortskapelle Röhrabrunn, mit genauer Wegbeschreibung). In der Kirche Gaubitsch und in der Kapelle Röhrabrunn liegen dazu Texte als Wegbegleiter auf mit Anregungen und Fragen zum Nachdenken oder Besprechen und mit einem Plan des Wegs.

RUHE & STILLE

GIB ENDLICH RUHE ... sagen wir, wenn Kinderlärm uns nervt. Zuviel Lärm am Arbeitsplatz macht krank und für Lärmschutz wird oft viel Geld investiert. In Klöstern wirbt man für „Wochen der Stille“, mitten in Wien gibt es einen „Raum der Stille“. Stille ist also gesucht und hilfreich. **„TOTENSTILL“** – Absolute Stille macht uns Angst. Wir sind es nicht gewohnt, unsere eigenen Körpergeräusche zu hören – das Atmen, das Rauschen des Blutes. Wir haben verlernt, leise Umweltgeräusche wahrzunehmen. Es geht um eine bewusste Reduktion. Wir merken, es ist etwas nicht in Ordnung in unserer hektisch-lauten Welt. Zuviel Beschallung, Hintergrundmusik, Verkehrs- und Maschinen-Lärm! Wenn wir in die Stille gehen, zeigt sich, dass in der Ruhepause das Gehirn sehr aktiv ist. Es gibt keine Reize mehr von außen, und da ist dann Raum für viele Gedanken.

Die Sprache der Stille hören

jeweils Sa in der Fastenzeit, 7.00–7.30 Uhr, danach einfaches Frühstück

27. Februar: Pfarrkirche Unterstinkenbrunn

20. März: Pfarrkirche Eichenbrunn

6. März: Pfarrkirche Patzmannsdorf

27. März: Kapelle Kleinbaumgarten

13. März: Pfarrkirche Gaubitsch

Gemeinsam im Blick auf das Göttliche still werden, miteinander schweigen und mit einem Bibelwort den Tag beginnen. Die Samstage können auch einzeln besucht werden.

Zeit zur stillen Anbetung

montags, mittwochs, freitags, 17.00–18.00 Uhr, Pfarrkirche Unterstinkenbrunn

Eine Viertelstunde vor dem Allerheiligsten. Nutze diese Zeit!

Alle unsere Kirchen und Kapellen sind tagsüber für einen Besuch offen.

Geschenkte Zeit – Minuten der Besinnung

Fr, 5. und 12. März, jeweils 18.30 Uhr, Pfarrkirche Eichenbrunn

Bäume sind wahre Wunderwerke der Natur, der Schöpfung – ein Geschenk, ein Lebenssymbol. Wir laden dich ein, dies bei meditativer Musik, mit Texten und Bildern, in Ruhe bewusster wahrzunehmen.

„Im Kreuz ist Heil, im Kreuz ist Leben, im Kreuz ist Hoffnung“

So, 21. März, 14.30 Uhr, Pfarrkirche Patzmannsdorf

Kreuzverehrung mit dem Chorensamble „Nota bene“

Klassische Chormusik begleitet die Gebetszeit vor dem Kreuz

KRÄUTER FÜR LEIB & SEELE

Sinn(-en)haftes Fasten – Kräuter für Leib und Seele

Tipps von Kräuterpfarrer Benedikt Felsing

Der Wille, gesund zu werden und gesund zu bleiben, ist wohl das, was in einer Zeit wie dieser ganz oben auf der Wunschliste von uns allen steht. Schließlich fühlt sich vieles, was mit dem Corona-Virus in Verbindung steht, wie eine Fessel an. Die Fastenzeit ist eine Einladung an uns, den Wert des Lebens neu zu erkennen. Es braucht oft nur wenig, um sich geistig wach und körperlich fit zu halten. Ein bewusstes Pflegen seiner selbst entspricht u. a. auch dem, was das Neue Testament unter Fasten versteht. Fasten 2021 will diesen Gedanken ganz konkret unterstützen. **Die Natur kann unheimlich gut mithelfen, gelöster und daher auch bescheidener zu werden. Probier's einfach aus!**

PAKET 1: HAUT

Für schöne Haut (Teemischung)

Diese enthält Kamillenblüten, Ackerstiefmütterchen, Brombeerblätter, Löwenzahn, Erdbeerblätter. 3 Wochen lang jeweils 1 Tasse in der Früh, zu Mittag und am Abend trinken. Zubereitungsanleitung auf der Teepackung ersichtlich. (Preis € 7,90)

Birkenwasser-Auszug (alkohol. Auszug)

Der Auszug kann löffelweise eingenommen werden und hilft mit, den Körper von innen her zu reinigen. Fördert die Nierentätigkeit, was auch der Haut zugutekommt. 3x täglich 1 Esslöffel voll einnehmen. (Preis € 9,90)

Ringelblumensalbe

In althergebrachter Weise wurde die Ringelblumensalbe (50 g) mit frisch gepflückten Blütenblättern der Ringelblume hergestellt. Sie kann verwendet werden, um einfach z. B. nach dem Duschen ganz dünn aufgetragen zu werden. Stärkt die Haut auch nach Verletzungen. Vorbeugend gegen Wundliegen. (Preis € 9,90)

Gesamtpreis des Paketes: € 27,70

PAKET 2: NERVEN

Entspannungs-Badeöl

Angereichert mit ätherischem Veilchen-, Rosenholz-, Lavendel-, Bergamott- und Kamillenöl ist dieser Badezusatz (300 ml) dafür geeignet, um Leib und Seele einer beruhigenden und gleichzeitig erfrischenden Entspannung zuzuführen. 3 Esslöffel in das warme Badewasser geben. 2 bis 3mal am bestens abends durchführen. (Preis € 19,80)

Melissen-Tee

Getrocknete, zerkleinerte Melissenblätter (100 g/Packung) eignen sich gut, um damit einen Tee aufzugießen. Trinkt man pro Tag 2 Tassen davon, erhellt das ein niedergedrücktes Gemüt und stärkt gleichzeitig das Immunsystem. 3 Wochen lang durchführen. (Preis € 7,50)

Gesamtpreis des Paketes: € 27,30

KRÄUTER FÜR LEIB & SEELE

PAKET 3: VERDAUUNG

Damit der Magen lacht (Teemischung)

Diese enthält Kamille, Fenchel, Brennnessel, Kalmuswurzel, Königskerzen, Kornblumenblüten und Tausendguldenkraut. 2 Teelöffel mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen. 15 Minuten lang ziehen lassen und abseihen. 3 Wochen lang jeweils 1 Tasse in der Früh, zu Mittag und am Abend trinken. (Preis € 7,90)

Wegwarte-Trunk (200 ml pasteur. Pflanzensaft)

Der Trunk wird in der Regel löffelweise eingenommen. (jeweils 1 Esslöffel voll). Davon profitieren Leber, Galle und die Bauchspeicheldrüse. Tut indirekt auch der Haut gut. (Preis € 11,50)

Artischocken-Pflanzensaft (200 ml)

Um die Konstitution des Magens zu stärken, ist es ganz gut, auch zur Artischocke zu greifen. Gerade dann, wenn man von Übelkeit geplagt wird, ist dies sinnvoll. Am besten 1 Esslöffel voll jeweils vor den Mahlzeiten einnehmen. Unterstützt sämtliche Verdauungsorgane. (Preis € 8,50)

Gesamtpreis des Paketes: € 27,90

Die Fastenpakete von Kräuterpfarrer Benedikt können bei den verschiedenen Veranstaltungen von Fasten2021 gekauft oder auch im Online-Shop direkt bestellt werden: www.kraeuterpfarrer.at.

WIEDERKEHRENDE ANGEBOTE

**VERSCHIEDENE WIEDERKEHRENDE ANGEBOTE KÖNNEN HELFEN,
STILL ZU WERDEN ODER NEUE VERHALTENSWEISEN EINZUÜBEN:**

Lesekreis – Wir lesen gemeinsam ein Buch

Erstes Treffen: Aschermittwoch, 17. Februar, 18.00 Uhr, Pfarrhof Patzmannsdorf
Weitere Termine werden gemeinsam festgelegt.

Gemeinsam suchen wir ein Buch aus und finden einen Termin zum Austausch darüber.
Aktion in Zusammenarbeit mit der Pfarrbibliothek Patzmannsdorf.

INFO & ANMELDUNG: bei Johanna Denner, 0664 112 62 24

WIEDERKEHRENDE ANGEBOTE

„Reden über Gott und die Welt“ – theologische Spaziergänge mit Hermi Scharinger

jeweils sonntags, 15.00 Uhr, Treffpunkt Pfarrkirche

21. Februar: Unterstinkenbrunn

28. Februar: Eichenbrunn

7. März: Gaubitsch

14. März: Patzmannsdorf

Beim gemeinsamen Unterwegs-Sein sollen religiöse Themen und Fragen im Mittelpunkt stehen: Gottesbild, Dreifaltigkeit, Jesus Christus, Heiliger Geist, ... Komm mit deinen Fragen! Machen wir uns gemeinsam auf den Weg!

In der Betrachtung von Kunstwerken meinen Horizont weiten – mit Pfarrer Christian Wiesinger

jeweils dienstags, 19.00 Uhr, Treffpunkt Pfarrkirche

23. Februar: Eichenbrunn

2. März: Gaubitsch

9. März: Patzmannsdorf

16. März: Unterstinkenbrunn

Ähnlich wie bei Exerzitien im Alltag lade ich ein, sich auf Betrachtung einzulassen: Im Schauen auf Werke der christlichen Kunst nachzudenken über mein Leben, meine Erfahrungen und meine Beziehung zu Gott und mir neue Anregungen schenken zu lassen. Dazu sind keine Vorkenntnisse nötig. Es ist auch möglich, an einzelnen Abenden teilzunehmen.

Motorik-Park-Training – mit Margot Wendt

immer mittwochs, 17.00–18.00 Uhr

24. Februar, 10. und 24. März: Unterstinkenbrunn

3. und 17. März: Gaubitsch

Seit Kurzem gibt es in Gaubitsch und Unterstinkenbrunn einen Motorik-Park. Für alle, die vielleicht noch Scheu davor haben, oder nicht so recht wissen, was sie dort machen können, wird Margot Wendt ein Training gestalten. Es wird für die verschiedenen Fitness-Levels geeignet sein. Damit ihr euch stark fühlt für alles, was kommt!

EINMALIGE ANGEBOTE

Saftfasten für Gesunde nach Buchinger/Lützner – mit Hermi Scharinger

Informationsabend: Mi, 24. Februar, 18.30 Uhr, Pfarrhof Gaubitsch
6.–11. März, tägliche Gruppentreffen (Ort/Zeit wird gemeinsam vereinbart)

Einige Tage auf feste Nahrung zu verzichten reinigt Körper und Geist. Fasten entlastet den Stoffwechsel und die Verdauungsorgane und hilft, ein neues Ernährungsbewusstsein zu schaffen. Tägliche spirituelle Impulse unterstützen uns dabei.

INFO & ANMELDUNG: bei Hermi Scharinger, 0676 89 88 1006

Gesunde Ernährung – mehr als ein Fastenvorsatz? – mit Diätologin Christine Wiesinger

Do, 11. März, 18.00 Uhr, Pfarrsaal Unterstinkenbrunn

Der Vorsatz, sich gesünder zu ernähren, muss sich nicht nur auf die Fastenzeit beschränken. Was ist wirklich „gesund“ und welche Auswirkungen kann die Ernährung auf Körper und Gesundheit haben? **Begrenzte TeilnehmerInnenzahl!**

INFO & ANMELDUNG: bei Hermi Scharinger, 0676 89 88 10 06

„In der Beschäftigung mit Farben und Formen kann die Seele durchatmen.“ – künstlerischer Workshop mit Johanna Haas

Sa, 13. März, 15.00–18.00 Uhr, Pfarrhof Gaubitsch

Wir suchen gemeinsam durch kreatives Tun einen anderen Blick auf die Fastenzeit. Wir arbeiten mit natürlichen Farben, probieren verschiedene Techniken aus und beziehen gesammelte „Fundstücke“ aus der Natur in den kreativen Prozess ein. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Kostenbeitrag für verwendete Materialien. **Begrenzte TeilnehmerInnenzahl!**

INFO & ANMELDUNG: bis 5. März bei Johanna Haas, 0660 548 48 82

Gutes für den Ostertisch – mit Seminarbäuerin Gerlinde Wiesinger

Do, 25. März, 18.00 Uhr, Heuriger Böck, Eichenbrunn

Rezepte für traditionelle Osterspezialitäten, regionale Produkte und Frühlingskräuter bereichern unsere Osterjause. Kochen wird nicht möglich sein, aber es gibt vielleicht die eine oder andere Kostprobe. **Begrenzte TeilnehmerInnenzahl!**

INFO & ANMELDUNG: bei Christa Bauersima, 0664 73 55 40 03

EINMALIGE ANGEBOTE

Kräuterspaziergang – mit Anita Bauer und Doris Pamperl

Fr, 26. März, 16.00 Uhr, Treffpunkt: Hohlwegzugang in Unterstinkenbrunn

Zwei Kräuterpädagoginnen laden zu einem gemütlichen Spaziergang durch den Hohlweg in die Loamgrui ein. Dabei werden viele Wildkräuter am Wegesrand, deren Verwendung in der Vergangenheit und Gegenwart, sowie die kulinarischen Verarbeitungsmöglichkeiten besprochen. In der Loamgrui angelangt können noch unterschiedliche Produkte aus Wildkräutern gekostet werden.

Um genügend Abstand halten zu können, werden die Teilnehmenden in zwei Gruppen mit jeweils maximal neun Personen geteilt. Die erste Gruppe startet um 16.00 Uhr, die zweite Gruppe um 16.30 Uhr. **Begrenzte TeilnehmerInnenzahl!**

INFO & ANMELDUNG: bei Doris Pamperl, 0680 245 04 52

DAS FASTEN IST DIE SPEISE DER SEELE

(Johannes von Antiochia)

ANGEBOTE FÜR DICH PERSÖNLICH

Selbstvergessen

Eine besondere Erfahrung, die der Mensch machen kann, ist der Zustand des „Selbstvergessens“. Kinder können dies besonders leicht: sie sind ganz im Spiel vertieft, mit all ihren Sinnen – sie vergessen Zeit und Raum. Vielleicht können Sie es auch: sich beim Betrachten eines Kunstwerkes in eine andere Zeit versetzen, sich beim Lesen in einem Buch verlieren, in wundervoller Musik aufgehen, in eine anspruchsvolle Aufgabe so sehr vertieft sein, dass rundum alles vergessen ist.

Meditieren in Stille kann auch ein Weg sein, sich selbst zu vergessen. Zu spüren wie alles in der Welt zusammengehört, wie man ein Rädchen im Getriebe ist, das Gefühl dazu zu gehören, eingeladen zu sein, nach seinen Möglichkeiten seinen Beitrag zu leisten. Nutze die Zeit des Fastens dazu, dich für einige Augenblicke selbst zu vergessen.

ANGEBOTE FÜR DICH PERSÖNLICH

Charity-Fasten – für mich und für andere

Nimm dir einen ganz persönlichen Vorsatz (siehe auch letzte Seite) und versuche, ihn während dieser Fastenzeit durchzuhalten. Für jeden Tag, an dem du es geschafft hast, wirf eine Münze in ein Marmeladeglas. Zu Ostern darfst du dich über gelungenes Durchhalten freuen. Wenn du diesen Betrag an ein soziales Projekt überweist, hast du nicht nur gewonnen, sondern auch sinnvoll geholfen. Du kannst deine Spende natürlich auch zu Ostern in die Kirche bringen. Mit dem Charity-Fasten wollen wir Projekte unterstützen, die heuer in den Pfarren wegen der Pandemie ausfallen: Das Fasten-suppenessen der kfb und die Don Bosco-Schuhputzaktion

Aktion Familienfasttag der Katholischen Frauenbewegung Österreichs

IBAN: AT83 2011 1800 8086 0000 | Jugend Eine Welt IBAN: AT66 3600 0000 0002 4000

Autofasten – mit Johannes Mastalir

Nach dem Motto ... und versuche, noch weniger mit dem Auto zu fahren.

Wer beim Autofasten mitmacht, hat nicht absolutes Autoverbot die ganze Fastenzeit lang. Für manche Wege ist das Auto einfach notwendig, und dafür darf es nach wie vor geschätzt werden! Doch bevor wir uns ins Auto setzen, sollten wir abklären, ob es nicht eine Alternative gibt.

... vielleicht einen autofreien Tag einführen

... vielleicht innerhalb des Ortes kein Auto verwenden

... häufiger Bus, Bahn, Fahrgemeinschaften oder Fahrrad als Fortbewegungsmittel nutzen

Haben wir diese Alternativen einmal entdeckt und sind mit ihnen vertraut geworden, werden wir dafür mit einem Gewinn für unsere Gesundheit und die Umwelt belohnt!

Wir wollen die eingesparten Kilometer auch sammeln und dokumentieren, deshalb bitten wir um Anmeldung bei Johannes Mastalir, 0680 303 13 26.

Unser Vorschlag: Spenden wir für jeden eingespartem Kilometer 5 Cent für ein Sozial- oder Umweltprojekt (bei 100 km sind das € 5).

Jeder ist ein Sieger für sich selbst!

Gemeinsam geht's leichter!

täglich

Nehmt euch als Familie, Gruppe, Verein, ... einen Fastenvorsatz und versucht, diesen 40 Tage lang durchzuhalten. Vielleicht kann daraus ja sogar eine Lebensumstellung werden?

ANGEBOTE FÜR DICH PERSÖNLICH

Dankbarkeits- oder Erfolgs-Momente sammeln

täglich, nur für dich

Die gute Nachricht: Nur 50 % unseres Denkens sind festgelegt durch Genetik, Epigenetik und frühkindliche Erfahrungen. Den Rest entscheiden wir selbst: Wir gestalten unsere eigenen Erinnerungen und damit auch unseren Blick auf die Welt.

Wenn du dir täglich 1 bis 3 positive Momente auf kleine Zettel aufschreibst und diese in einer hübschen Box sammelst, freust du dich zu Ostern über viele Erinnerungen, die sonst im Alltag oft untergehen. Auch Kleinigkeiten haben es verdient, deinen Tag zu erheitern oder dafür dankbar zu sein.

GEWINNSPIEL:

Drei Exemplare von Anselm Grüns Buch „Was gutes Leben ist – Orientierung in herausfordernden Zeiten“ werden unter allen richtigen Einsendungen verlost. Danke an die Buchhandlung Herder Zach-Buch GmbH.

Schicken Sie dazu das fehlende Wort aus dem folgenden Bibelzitat bis zum 26. 3. als Nachricht an Hermi Scharinger (0676 89 88 10 06) oder werfen Sie eine Karte mit dem Lösungswort in den Postkasten bei einem unserer Pfarrhöfe.

„Ist nicht das ein _____ , wie ich es wünsche: die Fesseln des Unrechts zu lösen, die Stricke des Jochs zu entfernen, Unterdrückte freizulassen, jedes Joch zu zerbrechen?“ (Jes 58,6)

Buchempfehlungen für die Fastenzeit:

WAS GUTES LEBEN IST
Orientierung in herausfordernden Zeiten
Anselm Grün | Verlag Herder

FASTENZEITBEGLEITER ZERO
Weniger ist mehr
Henrike Müller
Verlag Katholisches Bibelwerk

SELIG, DIE IHR JETZT WEINT
Kreuzwegandachten
Fabian Brand
Verlag Katholisches Bibelwerk

DER TOD IST TOT, DAS LEBEN LEBT
Ostern zwischen Skepsis und Hoffnung
Thomas Söding
Matthias Grünewald Verlag

Bücher können auch bestellt werden:
www.buchladen.at – Laa/Thaya
www.herder.at – Wien

FASTEN

WARUM NICHT AUCH MAL 40 TAGE ...

... ohne Süßigkeiten, Kaffee oder Alkohol?
... ohne Fleisch?
... ohne gesüßte Getränke?

... ohne Facebook / Social Media?
... ohne böse Worte, lästern, lügen?
... ohne jammern?

... keine unnützen Dinge einkaufen
... sparsamer Umgang mit Energie
und Rohstoffen
... freitagsfasten

... täglich andere zum Lachen bringen
... Zeit für mich
... Zeit für andere bei einem Telefonat
oder Besuch übers Fensterbrett
... Zeit für Gott: Gebet, Meditation
... eine tägliche Bewegungseinheit
... einen Waldspaziergang machen
... ein (biblisches) Buch lesen

... ein Buch oder Spiel ausborgen?

Pfarrbibliothek Patzmannsdorf

Winterzeit: Donnerstag, 16–18 Uhr
Sommerzeit: Donnerstag, 17–19 Uhr
immer sonntags nach dem
Gottesdienst bis 11 Uhr

Wenn die Bibliothek wegen Lockdowns
geschlossen ist, gibt es die Möglichkeit
einer Online-Reservierungen.
Buchausgabe: donnerstags, 17–18 Uhr

Alle Termine auf einen Blick

17. 2.	Startschuss	
17. 2.	Lesekreis	P
21. 2.	Theologischer Spaziergang	U
23. 2.	Kunstwerke betrachten	E
24. 2.	Motorik-Park-Training	U
24. 2.	Infoabend: Saftfasten	G
27. 2.	Sprache der Stille hören	U
28. 2.	Theologischer Spaziergang	E
2. 3.	Kunstwerke betrachten	G
3. 3.	Motorik-Park-Training	G
5. 3.	Geschenkte Zeit	E
6. 3.	Sprache der Stille hören	P
6. – 11. 3.	Saftfasten für Gesunde	G
7. 3.	Theologischer Spaziergang	G
9. 3.	Kunstwerke betrachten	P
10. 3.	Motorik-Park-Training	U
11. 3.	Gesunde Ernährung	U
12. 3.	Geschenkte Zeit	E
13. 3.	Sprache der Stille hören	G
13. 3.	Künstlerischer Workshop	G
14. 3.	Theologischer Spaziergang	P
16. 3.	Kunstwerke betrachten	U
17. 3.	Motorik-Park-Training	G
20. 3.	Sprache der Stille hören	E
21. 3.	Kreuzverehrung	P
24. 3.	Motorik-Park-Training	U
25. 3.	Gutes für den Ostertisch	E
26. 3.	Kräuterspaziergang	U
27. 3.	Sprache der Stille hören	K

Mo, Mi, Fr Stille Anbetung U

Und noch viele weitere Tipps & Anregungen.

E = Eichenbrunn, G = Gaubitsch, K = Kleinbaumgarten,
P = Patzmannsdorf, U = Unterstinkenbrunn