1. WOCHE

7 Wochen Mut+
FASTENAKTION
mutig loslegen

Impuls für die Woche
Stürme und starker Regen sind bedrohlich, lassen Überschwemmungen entstehen und machen Angst. Das wissen wir aus den Nachrichten oder haben wir selbst miterlebt. Angst ist nicht schön, macht uns kraftlos. Wer Angst hat, braucht Menschen, die helfen können. Wenn das Vertrauen verloren ist, gewinnt die Angst. Das hat der Apostel Petrus auch erfahren, davon erzählt die Bibel. Schaut hier:

AKTION:

Markiert euch eine Linie auf dem Boden oder legt ein Seil gerade vor euch hin. Stellt am Ende des Seil das Zeichen für Jesus hin. Es muss für euch gut sichtbar sein. Versucht nun auf dem Seil zu balancieren. Blickt dabei auf „Jesus", dann ist es leichter die Balance zu halten. Jesus hält Petrus in seiner Angst fest. Gerne dürft ihr euch jemand suchen, der euch hält.

Sprecht miteinander über diese Balanceaktion:
- *Wie fühlt es sich an über das „brausende Meer" zu laufen?*
- *Was ist in deinem Leben gerade stürmisch?*
- *Wer hält dich, wenn dein Leben wackelig ist?*
- *Was hilft euch Herausforderungen zu schaffen?*

In dieser ersten Woche kann uns diese Sturmgeschichte begleiten. Sturm ist ein Bild für die Schwierigkeiten und Ängste im Leben. Der Apostel Petrus geht mitten durch den Sturm. Er hat Jesus fest im Blick. So dürfen auch wir in schweren Zeiten auf Jesus blicken. Er hält uns in unseren Ängsten und Schwierigkeiten.

Probiert es auch einmal aus! Ihr benötigt dazu folgendes Material:
- ein Seil zum Balancieren,
- ein Kreuz oder eine Kerze als Zeichen für Jesus

KATHOLISCHE KIRCHE
BISTUM FULDA

Das Lied **„Der Weg wächst im Gehen“** kann einen guten Start in die vorösterliche Zeit unterstützen. Hier ist es zu hören.

Lecker, lecker!
Gruß aus der Küche:
Ein Rezeptvorschlag für diese Woche ist über den QR-Code auf der Homepage www.familieundbeziehung.bistum-fulda.de unter Fastenzeit: 1. Woche zu finden oder hier.

Leo Lausemaus:
Ich will auch mutig sein. Eine Gute-Nacht-Geschichte für die Jüngsten und gerne auch die Erwachsenen ist hier zu finden.

L Lass dich nicht verunsichern
O Original DU sein
S Segen sein
L Liebe schenken
E Echt sein
G Glaubend Neues entdecken
E Einfach machen
N Nicht nachlassen

Ein-Bein Segen

Mutig sein bedeutet oft einen Schritt zu machen. Einen Schritt raus aus dem Boot wie Petrus oder einen Schritt rein in die neue Schule, Arbeit, KiTa. Und wenn man einen Schritt macht, muss man kurz auf einem Bein stehen. Beim Segen könnt ihr das direkt erleben und spüren.
(Stellt euch auf ein Bein.) Mutter oder Vater spricht:
Gott, der Vater segne dich, wenn du auf dem einem Bein stehst, um den nächsten Schritt zu gehen.
(Stellt euch jetzt auf das andere Bein) Mutter oder Vater spricht:
Jesus, der Sohn segne dich, wenn du auf dem anderen Bein stehst und alles wackelig ist.
(Stellt euch jetzt wieder auf beide Beine.) Mutter oder Vater spricht:
Gott, der Heilige Geist segne dich und schenkt dir Mut, dass du auf beiden Beinen sicher stehen kannst. So segne dich Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist auf deinen Wegen. Amen.

Für die Woche **Joschuas Witze zum Schlapplachen...**

Warum können Geister so schlecht lügen? Weil sie leicht zu durchschauen sind.

Ich habe einen Joghurt fallen gelassen. Er war nicht mehr haltbar.

3 Schildkröten sind zu einer Quelle unterwegs. Nach vielen Jahren kommen sie am Ziel an. Gierig wollen die ersten beiden Schildkröten trinken, da merkt die Dritte, dass sie ihre Becher vergessen haben. „Ach, das ist doch egal!“, sagen die beiden anderen. „Nein, nein!“, sagt die dritte Schildkröte. „Ihr wartet hier und ich gehe zurück und hole unsere Becher!“ Die anderen Beiden warten 3 Jahre...
Dann hält es eine Schildkröte nicht mehr aus: „Also ich muss jetzt etwas trinken!“
Doch gerade als sie einen Schluck nehmen will, kommt die dritte Schildkröte aus einem Busch und sagt: „Also wenn ihr schummelt, gehe ich gar nicht erst los...“