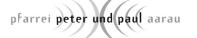
# Ökumenische Fastenwoche in Aarau



Reformierte Kirche Aarau



aus der reformierten Kirche Aarau







# Fastentage 20. - 24. März 2023

Während der fünf Tage tägliches Treffen um 19 Uhr in der Mino Aarau, Bahnhofstr. 30. Dort geht es um Körperübungen, geistliche Impulse und Austausch. Das genaue Programm wird den Angemeldeten zugestellt. Dauer der Treffen ca. 1 ½ Stunde.

### Fasten – es geht um

Eine ganzheitliche Erfahrung für Körper, Seele und Geist

Ein Innehalten mitten im Alltag

Ein Bewusstwerden von Lebensgewohnheiten

Reinigung des Körpers und Lichtung der Seele durch bewussten Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel

Reduzierung der Lebenswelt auf das Wesentliche

Andere Energien und Sinne, die geweckt und geschärft werden

## **Begleiter und Leiter:**

Martial Sollberger, Minoritätsgemeinde Aarau martial.sollberger@mino-aarau.ch und 079 742 16 21

Markus Da Rugna, EMK Aarau <a href="markus.darugna@methodisten.ch">markus.darugna@methodisten.ch</a> und 062 823 27 26

### **Anmeldung**

#### Ökumenische Fastenwoche in Aarau

(Montag, 20. März bis Freitag, 24. März 2023)
Senden bis 15.03.23 an sekretariat@emk-aarau.ch
Name / Vorname:
Adresse:
Telefon:
Mail:
Wichtig:
Mit der Anmeldung erkläre ich, dass ich auf eigene Verantwortung an dieser Fastenwoche teilnehme.
Unterschrift:

Die Fastenwoche ist auf 5 Tage angelegt. Natürlich ist es möglich, die Länge individuell anzupassen. Das heisst: Später einsteigen oder früher aussteigen.

Die Fastenwoche ist ein Angebot der Kirchen von Aarau (vgl. Frontseite) und offen für alle Interessierten.