

# Projekt „Gutes Leben“

Unser Ziel: Ihr Familienleben bereichern



Wir liefern Ihnen jährlich per App sechs Themenschwerpunkte mit passenden Impulsen und Aktionsvorschlägen direkt nach Hause. Kostenlos, werbefrei, anonym, bereichernd und jederzeit griffbereit. Alle Impulse und Inhalte können über einen Downloadbereich heruntergeladen, ausgedruckt oder geteilt werden.



©Nicolas Bleck

## Gutes Leben – Fastenzeit

*Der Sinn der Fastenzeit ist nicht, weniger zu essen, sondern mehr zu leben. Askese ist keine Flucht vor dem Leben, sondern eine Rückkehr zur Tiefe des Lebens.*

### Aktionszeitraum: 18. Februar bis 04. April 2026

Wir laden Sie ein, manches in Ihrem Leben zumindest probeweise zu reduzieren, anderes zu verstärken.

## Wir begleiten Sie mit ...

- Impulstexten
- Anregungen für Herausforderungen
- Feierelementen für die Karwoche
- Materialien für Familien, Kindergärten, Volksschulen, Gruppen etc.



**Download** in den Stores unter dem Suchbegriff „Gutes Leben“

**familien<sup>v</sup>**  
Der Katholische  
Familienverband