

**Online-Exerzitien für junge Menschen in der Fastenzeit  
40 Tage – 40 Impulse**



Foto: Nicole Cronauge | Bistum Essen

Du brauchst eine Auszeit vom Alltag?  
Du hättest gern ein bisschen Zeit für dich?  
Zeit zum Nachdenken über dein Leben, deine Träume, deine Ziele?  
Zeit für deine Zweifel, deinen Glauben und für Gott?  
**Dann bist du hier richtig!**

**Heaven on Line** – Das sind Online-Exerzitien für junge Menschen in der Fastenzeit aus der Diözese Essen mit geistlichen Begleiter:innen aus ganz Deutschland. Angemeldete Nutzer:innen bekommen jeden Tag per E-Mail einen Impuls mit Gedanken und Fragen, um während der Fastenzeit das eigene Leben und den eigenen Glauben in den Blick zu nehmen und die Zeit bis Ostern bewusst gestalten zu können.

Wer nicht allein durch die Fastenzeit gehen möchte, kann sich nach der Online-Anmeldung für eine persönliche Begleitung durch eine:n „Weggefährt:in“ entscheiden und sich wöchentlich mit ihm:r per Mail austauschen.

Zielgruppe:	Für junge Menschen und alle, die auf der Suche nach Impulsen für die Fastenzeit sind
Termin:	ab Aschermittwoch, 14. Februar 2024
Ort:	Jeden Morgen in Ihrem Mail-Fach
Verantwortliche:	<i>team exercitia</i> in Kooperation mit der Jugend im Bistum Essen
Anmeldung:	Anmeldung und weitere Informationen unter <a href="http://www.heaven-on-line.de">www.heaven-on-line.de</a>