

# 7WOCHE WERTVOLL



Inspirierende Ideen in der Fastenzeit  
für **PAARE UND FAMILIEN** mit Kindern von 5–10



# 7 WOCHEN WERTVOLL



## LIEBES PAAR, LIEBE FAMILIE,

unter dem Motto **»7 WOCHEN WERTVOLL«**

möchten wir in der Fastenzeit das Zusammenleben als Paar bzw. als Familie in den Blick nehmen. Dazu erhaltet ihr ab Februar 2026 wöchentlich einen Brief mit Ideen und spirituellen Impulsen für euer Miteinander:

- **WERT**volle Zeiten
- **WERT**volle Unterschiede
- **WERT**volle Augenblicke
- **WERT**volle Spuren hinterlassen
- **WERT**voll wachsen

Wir freuen uns auf  
eure Teilnahme!

ERZBISTUM  
BAMBERG



*Mathias Schaller*  
Referent für Ehepastoral  
*Volker Kandziora*  
Referent für Familienpastoral  
**Erzbischöfliches Ordinariat Bamberg**  
Hauptabteilung Seelsorge, Ehe und Familie  
Jakobsplatz 9 | 96049 Bamberg  
Tel.: 0951 502-2105  
Mail: familie@erzbistum-bamberg.de

## ANMELDUNG UND INFOS

Seid dabei und schenkt euch ein Mehr an Miteinander. Die Briefe gibt es entweder per Post, per Mail oder per Link aufs Handy – kostenlos!

Welches Format euer Bistum für euch bereithält, erfahrt ihr online. Dort könnt ihr euch auch gleich anmelden.

[www.7wochenaktion.de](http://www.7wochenaktion.de)



**Anmeldeschluss für den Postversand ist der 8. Februar 2026.** Ab dem 20. Februar 2026 findet ihr die Inhalte Woche für Woche ab freitags auch online.



Herausgeberin:  
Arbeitsgemeinschaft  
für katholische Familienbildung e. V.  
In der Sürst 1 | 53111 Bonn  
[www.akf-bonn.de](http://www.akf-bonn.de)