



# One Minute Fly

## Andacht zur Fastenzeit



Während ich auf der Suche nach einer religiösen Feier für das Werkstattseminar (unserem größten Kurs) war, stieß ich auf diesen coolen Film einer Eintagsfliege. Was die alles schaffen musste in ihrem kurzen Leben. Obwohl mein Leben ein bisschen länger als einen Tag dauert, fühle ich mich manchmal genauso wie die Eintagsfliege. Ich möchte Vieles erreichen und auf meiner To-Do-Liste abhacken, dabei vergess` ich manchmal das Leben.

*Andrea*

Wenn du Gott zum Lachen bringen willst, erzähl ihm deine Pläne

ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
10 - 14		30 min
<b>Ziel:</b> Die Fastenzeit lädt uns ein, unser Leben zu betrachten. Was erwarten wir von unserer Zeit auf Erden? Wie kann uns Gott auf unserm Weg beistehen?		

### Du brauchst:

Laptop, Beamer, Leinwand und Boxen

**Lied zur Einstimmung:** Meine Zeit steht in deinen Händen (GL 896)

**Eröffnung und Hinführung:** Eröffne die Andacht mit dem folgenden Text, den du mit dem Kreuzzeichen beschließt:

Zeit wird uns geschenkt. Lebenszeit!  
Zeit verfliegt so schnell und zieht sich manchmal ganz lange hin.  
Zeit dürfen wir uns nehmen für uns selbst, für andere und für unseren Gott.  
Er will mitten unter den Menschen sein. In seinem Namen beginnen wir hier zusammen und beginnen mit ihm: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

### Impuls

Lies folgenden Zeilen langsam vor:

Jede Woche 7 Tage – ein Tag: 24 Stunden – 1440 Minuten – 86400 Sekunden – ganz schön viel Zeit: Langeweile – die Zeit kriecht dahin – Wie verbringe ich meine Zeit? Schlafen – jeder Mensch verschläft ein Viertel seines Lebens – Schule – Arbeit – Sport – Musik hören – Fernsehen – Kino – Nichts tun – mit dem Freund zusammen sein – sozialer Einsatz – zu Hause helfen – beten – Party – Lesen – Vereine

Lies nun schnell:

Manchmal zu wenig Zeit – die Zeit verfliegt – immer schneller: Wahnsinn – ein Termin jagt den andern – Sport – Verein – Lesen – Freunde – Schule – Hausaufgaben – Arbeiten...

Zu wenig Zeit: Einsatz – Geld verdienen – Termine – Hektik – Sport – Musik hören – Stress – Schulaufgaben – immer schneller – keine Zeit – keine Zeit für mich – keine Zeit für andere – keine Zeit für Gott.

**Lied:** Meine engen Grenzen (GL 437)

### Gebet

Herr, unser Gott, du schenkst uns die Zeit unseres Lebens, die Zeit zu Geben und zu nehmen, zu Bitten und zu Danke.  
Wir danken dir für die Freiheit, die wir genießen dürfen und dafür, dass du an unserer Seite stehst.  
Schenke uns Kraft und Mut, damit wir zu unseren Entscheidungen stehen können und die Herausforderungen und Aufgaben unseres Lebens bewältigen.  
Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.  
Amen.

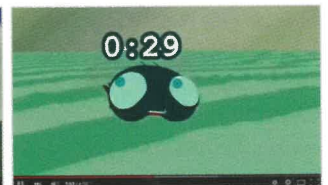
### Kurzfilm

Leite den Kurzfilm ein:

Es gibt viel zu tun! Packen wir es an. Unsere Lebenszeit ist unterschiedlich lang. Es gibt viel tun. Wir wollen das Leben (er)leben, genießen und gestalten. Wir sind voller Erwartungen, was die Zukunft bringt und setzen uns manchmal ganz schön unter Druck. Gerade in der Fastenzeit dürfen wir ganz neu auf das Leben schauen. Dazu kann uns der Kurzfilm einen Impuls geben!

### Kurzfilm:

„One Minute fly“ (<https://www.youtube.com/watch?v=6Wf8yEb1cwY>)  
Bitte Fotos vom Kurzfilm einfügen. Von der Eintagsfliege!!!





## STILLE

### Schriftlesung / Mt 6, 31 – 34

Wenn aber Gott das Gras des Feldes, das heute steht und morgen in den Ofen geworfen wird, so kleidet, wird er das nicht viel mehr euch tun, ihr Kleingläubigen? So seid nun nicht besorgt, indem ihr sagt: Was sollen wir essen? Oder: Was sollen wir trinken? Oder: Was sollen wir anziehen? Denn nach diesem allen trachten die Nationen; denn euer himmlischer Vater weiß, dass ihr dies alles benötigt. Trachtet aber zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit! Und dies alles wird euch hinzugefügt werden. So seid nun nicht besorgt um den morgigen Tag! Denn der morgige Tag wird für sich selbst sorgen. Jeder Tag hat an seinem Übel genug.

### Austausch

Folgende Fragen können helfen:

- Was steht auf der To-do-Liste deines Lebens?
- Ist dein Leben schön und bereichernd oder eher hektisch und stressig?
- Was bereitet mit Sorgen?
- Vertrauen auf Gott. Was bedeutet das für mich?
- Hat Gott etwas mit meiner persönlichen To-do-Liste zu tun?

### Fürbitten

1. Herr, unser Gott, hilf uns unsere Ängste loszulassen.
2. Herr, unser Gott, sei du bei den Menschen die Sorgen haben.
3. Herr, unser Gott, gib uns Mut uns für die Welt einzusetzen.
4. Herr, unser Gott, schenke uns Momente der Stille und Ruhe.
5. Herr, unser Gott, gib uns allen den Mut einmal zu fasten.

### Vater Unser

**Segenslied:** Herr wir bitten, komm und segne uns (GL 922)

*Quelle: Minibörse. Ideen für die Ministrantinnen- und Ministrantenpastoral. XXVI. Jahrgang. Heft 1|2015. Verlag Haus Altenberg GmbH, Düsseldorf.*

Gender

## GITSCHN APP



Um der steigenden Gewalt gegen Frauen entgegen zu wirken, entwickelten der Landesbeirat für Chancengleichheit für Frauen und das Frauenbüro anlässlich des 25. Novembers 2014, dem internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen, die App „Sicherheits Tipps für Gitschn“, kurz „Gitschn App“, die auf der gleichnamigen Broschüre basiert. Die „Gitschn App“ richtet sich hauptsächlich an Mädchen und junge Frauen. Sie bietet dir eine Vielzahl von Funktionen für Situationen, in denen du dich vielleicht unsicher, bedroht oder beengst fühlst:



### SOS-FUNKTION

Diese enthält einen großen SOS-Button. Wird dieser angeklickt, gibt das Handy den Ruf „Feuer, Feuer“ wieder und zugleich wird auch, als optisches Warnsignal, der Blitz aktiviert.

### TIPPS

Per Zufallsgenerator werden, je nach Softwareversion, animierte oder statische Grafiken mit Sprechblasen eingeblendet. In den Sprechblasen stehen Tipps, wie man sich in der jeweiligen Situation verhalten soll.

### SONGS

In einem eigenen Audio-Player werden verschiedene Songs wiedergegeben. Diese sind im Rahmen der Initiative „Music stops the violence“ entstanden.

### SELFIE

Diese Funktion bietet die Möglichkeit, ein Foto von sich mit der Frontkamera des Handys zu machen. Am unteren Rand des Bildes erscheint dabei ein „Spiegel“ mit dem Slogan „Eine wertvolle Frau“.

### INFOPOINTS

Bei dieser Funktion erscheint eine geografische Karte mit den wichtigsten Anlaufstellen. Wird eine Anlaufstelle angeklickt, werden detaillierte Informationen aufgelistet (Adresse, Telefonnummer und Internetseite)

### NÜTZLICHES

Hier ist eine Liste mit nützlichen Informationen enthalten, z.B. bzgl. Nightliner in Südtirol oder ein Glossar. Unter dem jeweiligen Haupttitel findet sich eine ausführliche Beschreibung.

