

## Was läuft bei uns in nächster Zeit?

- Mo. 26.10. 8:30 Gebetstreffen bei Maria Ellenberger  
20:00 Lenzchile Gebet  
Di. 27.10. 19:30 Serienabend «The Chosen» Staffel 5  
Mi. 28.10. 9:00 Kafi Chnopf (für (Klein-)Kinder und Eltern)  
Sa. 31.10. 14:00 Ameisli / Jungschi  
18:00 Jugi (Jugendgruppe)  
So. 1.11. 10:00 Gottesdienst mit Beni Leuenberger  
Mit Hüte, Müsli, Kidstreff, Preteens

## Thema: Sabbat – Ein Stoppzeichen

*(Leitfaden für Kleingruppen oder persönliche Vertiefung)*

Wichtige Bibelstellen: 1. Mose 2,1-3; 2. Mose 20,8-10

### Einstieg (in den Abend)

- Was ist deine Erfahrung mit dem Sabbat oder dem Ruhetag? Tauscht euch darüber aus.

### Reflexion (einzelne Fragen auswählen)

- Hast du einen gesunden Lebensrhythmus? Genügend Schlaf? Einen wöchentlichen Ruhetag?
- Denkst du, dass der Sabbat als Gebot für uns nicht mehr gilt? Wenn ja, warum?
- Was können die Folgen sein, wenn wir den Sabbat ignorieren?
- Fällt es dir leicht, deine Arbeit ruhen zu lassen für einen Tag? Warum ist das ein Vertrauensschritt?
- Was bedeutet es, sich an den Sabbat zu erinnern? Warum ist der Sabbat ein Geschenk?

### Gewohnheiten für den Alltag (konkrete Umsetzung)

- Wie gestaltest du deinen Ruhetag? Was sind wichtige Elemente an diesem Tag?
- Was möchtest du gerne neu oder wieder vermehrt an deinem Ruhetag tun oder nicht tun?

## Was läuft bei uns in nächster Zeit?

- Mo. 26.10. 8:30 Gebetstreffen bei Maria Ellenberger  
20:00 Lenzchile Gebet  
Di. 27.10. 19:30 Serienabend «The Chosen» Staffel 5  
Mi. 28.10. 9:00 Kafi Chnopf (für (Klein-)Kinder und Eltern)  
Sa. 31.10. 14:00 Ameisli / Jungschi  
18:00 Jugi (Jugendgruppe)  
So. 1.11. 10:00 Gottesdienst mit Beni Leuenberger  
Mit Hüte, Müsli, Kidstreff, Preteens

## Thema: Sabbat – Ein Stoppzeichen

*(Leitfaden für Kleingruppen oder persönliche Vertiefung)*

Wichtige Bibelstellen: 1. Mose 2,1-3; 2. Mose 20,8-10

### Einstieg (in den Abend)

- Was ist deine Erfahrung mit dem Sabbat oder dem Ruhetag? Tauscht euch darüber aus.

### Reflexion (einzelne Fragen auswählen)

- Hast du einen gesunden Lebensrhythmus? Genügend Schlaf? Einen wöchentlichen Ruhetag?
- Denkst du, dass der Sabbat als Gebot für uns nicht mehr gilt? Wenn ja, warum?
- Was können die Folgen sein, wenn wir den Sabbat ignorieren?
- Fällt es dir leicht, deine Arbeit ruhen zu lassen für einen Tag? Warum ist das ein Vertrauensschritt?
- Was bedeutet es, sich an den Sabbat zu erinnern? Warum ist der Sabbat ein Geschenk?

### Gewohnheiten für den Alltag (konkrete Umsetzung)

- Wie gestaltest du deinen Ruhetag? Was sind wichtige Elemente an diesem Tag?
- Was möchtest du gerne neu oder wieder vermehrt an deinem Ruhetag tun oder nicht tun?