

JOULUPAASTO

Joulupaasto aloitetaan 40 päivää ennen suurta juhlaa.

Paastossa pysähdymme miettimään mikä on tärkeää elämässämme.

Yritämme välttää turhia asioita ja olla erityisen ystävällisiä toisillemme.

Vältämme turhan tekemistä ja syömistä. Lapset voivat esimerkiksi luopua karkista ja muista herkuista.

Joulupaasto valmistaa meitä Kristuksen syntymän juhlaan, jota suomessa vietetään 25.12.

1. Yhdistä oikein

Valmistaudumme jouluun

Hengellinen paasto on

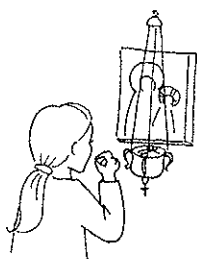
Ruokapaastossa

Esimerkiksi rukoilemista

Paastoamalla

Vältämme syömästä turhaa

2. Ympyröi alla olevista kuvista ne asiat, jotka mielestäsi kuuluvat paastoon.



3. Piirrä vihkoosi kaksi suurta laatikkoa. Kirjoita laatikkoihin otsikoksi "Minun paastooni kuuluu" ja "Minun paastooni ei kuulu". Leikkaa lehdistä kuvia otsikoiden alle ja liimaa ne.

4. Pohdi, miksi paastoaminen voi olla vaikeaa ja miksi se voi olla helppoa.