



Wer
sich bewegt,
bewegt
was!

AUTOFASTEN

im Erzbistum Köln

ASCHERMITTWOCH BIS KARSAMSTAG

erzbistum-koeln.de/autofasten

Motivation für AUTOFASTEN

AUTOFASTEN HEISST:

- Alternative Möglichkeiten der Mobilität ausprobieren, also das Auto möglichst oft stehen lassen.
- Nutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel.
- Steigen Sie auf das Fahrrad um.
- Gehen Sie Kurzstrecken zu Fuß.
- Bilden Sie Fahrgemeinschaften oder nutzen Sie Carsharing.
- Nehmen Sie den Fuß vom Gas, wenn Sie dennoch das Auto nutzen müssen.

Mit AUTOFASTEN ...

- überdenken Sie in der Fastenzeit den eigenen Lebensstil, um das Leben bewusster zu gestalten.
- kommen Sie mit andern Menschen in Kontakt.
- tun Sie Ihrer Gesundheit etwas Gutes durch mehr körperliche Bewegung.
- gestalten Sie für unsere Kinder eine lebenswerte Zukunft.
- leisten Sie als Einzelperson einen aktiven Beitrag zur Bewahrung der Schöpfung.

erzbistum-koeln.de/autofasten

Motivation | Teilnehmen | Impulse | Erfahrung | Veranstaltungen

AUTOFASTEN im Erzbistum Köln
ist ein Baustein aus dem Klimaschutzkonzept
für das Erzbistum Köln.

