



### Mandala ausmalen.

Such dir einen ruhigen Platz und versuche selber auch ganz still zu werden.  
Du kannst das Kreuz allein oder mit Freunden gemeinsam ausmalen.

#### Kreuzzeichen:

Mit dem Kreuzzeichen beginnen und schließen wir den Tag und alle Gebete

- Es ist das Zeichen, der Liebe Gottes zu uns Menschen
- Es ist das Zeichen, dass alles GUT ist.

Wenn wir ein Kreuzzeichen über unseren Körper zeichnen bitten wir Gott um seinen Schutz,  
das nenne wir auch Segen.

Wir sprechen: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen