



Fastekalender 2026

Bryt mönstret

Ta chansen att bryta dina mönster under fastetiden. **Ta fem minuter och gör något du inte brukar göra** – blunda, be, skriva, vara tyst, vad som passar dig – skriv sen ner vad du gjorde i rutan. **Låt fastetiden skapa utrymme för något nytt.** Relati-
oner, vila, Gud, bön
eller andra saker du
saknar.

		18/2 Askonsdag	19/2	20/2	21/2	22/2
23/2	24/2	25/2	26/2	27/2	28/2	1/3
2/3	3/3	4/3	5/3	6/3	7/3	8/3
9/3	10/3	11/3	12/3	13/3	14/3	15/3
16/3	17/3	18/3	19/3	20/3	21/3	22/3
23/3	24/3	25/3	26/3	27/3	28/3	29/3 Palm- söndag
30/3	31/3	1/4	2/4 Skärtorsdag	3/4 Långfredag	4/4 Påskafton	5/4 Påskdagen

Fastan är de 40 vardagarna före påsk (söndagar räknas inte som fastedagar). Idag handlar fastan om att skapa tid för eftertanke och fördjupning. En del väljer att avstå något för att träna på att bryta mönstren man har. Det är upp till var och en att välja sin väg.

Förr i tiden hade fastan strikta regler kring bot, bättring och mat. Så är det inte längre. Då börjande vinterns förråd att sina så det var viktigt att vara sparsam. Idag är det själen som står i centrum.



**Svenska
kyrkan**