

Deine Frühstück-Tool-Box – eine Anleitung für dich und deine Freunde

Vielleicht kommst du gerade vom Gebetsspaziergang und das Wetter war so gut, dass du den Sonnenaufgang sehen konntest. Vielleicht bist du aber gerade eben erst aus dem Bett gekrochen, hast noch schnell deine Jogginghose angezogen und bist noch nicht ganz bereit für das Frühstück. Egal wie du in den Tag gestartet bist, wir wollen heute morgen gemeinsam das Leben miteinander feiern. Und ja, das geht auch schon am Morgen 😊 Für die Frühstückszeit gilt: such dir ein Tool aus, dass dich gerade anspricht und du umsetzen kannst!

Tool	Anleitung
Frühstück	<p>Als Rezeptidee gibt es von uns heute Morgen Pancakes Alles was du für ca. 2 Personen brauchst: 180g Mehl 300ml Milch 2 EL Zucker ½ Packung Backpulver 3 Eier 1 Prise Salz etwas Öl Topping: Ahornsirup, Nutella, Apfelmus, Zimt, Zucker,...</p> <p>→ such dir etwas Gutes aus!</p> <p>STEPS: 1) Eier trennen, Eiweiß schlagen 2) alle restlichen Zutaten miteinander vermischen 3) Eiweiß der Masse (von 2.) unterheben 4) Pfanne & Öl und los geht's!</p>
Location	<p>Sucht euch einen gemütlichen Ort Bereite schon alles vor, dass du während dem Frühstück nicht ständig aufstehen musst Decke den Tisch mit Servietten, Kerzen, Deko, was dir sonst noch so einfällt,...</p>

YOUUPC

DEIN GEBETSKONGRESS.

Tischgebet	<p>Kennst du die alten „Schlager“ der Tischgebete? Dann singt gemeinsam eins davon:</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Danke für diesen guten Morgen,...“ - „All Morgen ist ganz frisch und Neu,...“ - Vom Aufgang der Sonne...“ - hast du ein Eigenes?
Impuls	Hör die ein kleiner Impuls am Morgen mit Hoppes an!
Dankgebet	<p>Nimm dir vor dem Essen 15 Minuten Zeit</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schreib dir 10 Dinge auf für die du in der letzten Woche dankbar warst - Schreibe dir mindestens Zwei Dinge auf, für die du dankbar bist, weil Gott eingegriffen hat
Pray & Talk	<p>Tauscht euch nach dem Essen aus:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jeder kann ein Gebetsanliegen nennen oder einfach sagen wie es ihm gerade geht - betet füreinander -
Tischspiel	<p>Beispiele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 10 Minuten darf niemand sprechen und jeder muss durch Blickkontakt kommunizieren was er vom anderen möchte - Wenn man sich Gegenstände über den Tisch reicht darf das nur mit Anrede geschehen „Max Mustermann, reichen Sie mir bitte die Marmelade“
Worship	<p>gehe auf Spotify und suche die YouPC Playlist und höre während dem Essen Lobpreis oder hast du eine eigene Playlist?</p>

YOUUPC

DEIN GEBETSKONGRESS.

Plauderzeit	<p>Hast du dich mit deinem Gegenüber schon mal über folgende Fragen unterhalten:</p> <ul style="list-style-type: none">- Glücksgefühle durchströmen mich, wenn....- Hätte ich mehr Mut, würde ich gern...- Damit bringt man mich garantiert auf die Palme...- Das Gefühl, an einem "heiligen Ort" zu sein, hatte ich mal, als ich...- Wenn ich mir meinen Vornamen selbst hätte aussuchen können....- Wenn ich eine Entscheidung in meinen Leben rückgängig machen könnte....- Es ist völlig unvernünftig, aber es macht einfach Spaß wenn,- Wenn Geld keine Rolle spielen würde und ich auf niemand Rücksicht nehmen müsste, dann würde ich....
Bibelvers Challenge	<p>Auf der Insta YouPC-Seite findest du unter den Story-Highlights Bibelverse und Gottesnamen. Such dir doch eins davon aus und speicher es dir als Hintergrund ab, damit du ihn immer wieder liest.</p> <p>Wann hast du das letzte mal ein Bibelvers auswendig gelernt? Versuche es mal wieder ;)</p>