

Ökumenische Fastenaktion 2012 in Mecklenburg-Vorpommern

7 Wochen mit Produkten aus Fairem Handel und der Region

Zur Aktion

Die Fastenaktion „7 Wochen mit Produkten aus Fairem Handel und aus der Region“ wird 2012 auf kleiner Flamme weiter leuchten. Wir laden sie dieses Jahr zum dritten Mal ein, sich in der Fastenzeit auf den Weg zu machen, und wiederum wollen wir damit *nicht* das schlechte Gewissen mehren. Im Gegenteil: das wiederholte bewusste Nachdenken und Gespräch miteinander über Umgang und Verbrauch von fair gehandelten Produkten und Erzeugnissen aus der Region kann uns immer wieder *Lust* machen, unser Leben anders zu leben. Wir werden angeregt, achtsamer und gegenwärtiger einzukaufen und zu essen.

Wir werden angeregt, Verbundenheit mit anderen - uns (noch) unbekanntem - Menschen wahrzunehmen. Wir werden angeregt, durch diese scheinbar kleinen Dinge neu über Arbeit, Gerechtigkeit und uns selbst als Haushalterinnen und Haushalter von Gottes Schöpfung nachzudenken.

Diese Arbeitshilfe stellt Ihnen u.a. Möglichkeiten zur Umsetzung der Fastenidee in Ihrer Gemeinde oder als Einzelperson vor, sie enthält neue Meditationen für Andachten, liturgische Bausteine für einen Gottesdienst, Rezepte und Hintergrundinformationen.

Inhalt

<i>Landwirtschaft weltweit unter Druck</i>	2
<i>Schöpfung bewahren durch bewussten Einkauf</i>	3
<i>Produkte aus der Region</i>	4
<i>Produkte aus Fairem Handel</i>	5
<i>Aktionsvorschläge</i>	7
<i>Rezepte</i>	12
<i>Andachten</i>	14
<i>Liturgische Bausteine Gottesdienst</i>	25
<i>Impressum</i>	29

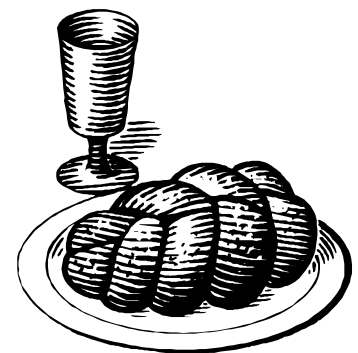
Fasten

Neue Wege – ein Stolpern im Takt

In der Fastenzeit verlassen wir ausgetretene Pfade, wir machen einen Bogen um den Kühlschrank, meiden den Zigarettenautomaten oder gehen überhaupt mal wieder zu Fuß. Wir brechen mit Gewohnheiten, selbstverständlichen Gesten des Alltags, machen etwas anders als sonst und bringen damit, leise und ohne ruckartige Bewegungen, gewohnte Ordnungen durcheinander. Vielleicht stolpern wir auf einmal im gewohnten Takt. Ruhig und wach hören wir uns selber wieder – und Gott. Diese Zeit im Kirchenjahr lebt auf Veränderung und Erneuerung hin.

Die andere Skizze von mir

Fasten kann ein jährlicher kleiner Entwurf sein: Was wäre wenn? Was wäre, wenn ich nicht auf die Schnelle einkaufen gehe, sondern bewusst und überlegt? Wenn ich auf die Herkunft meiner Lebensmittel achten würde? Die Skizze eines anderen Alltags, der Blick in eine andere Richtung, eine Perspektivverschiebung. So liegt im Verzicht der Fastenzeit die Erinnerung, dass wir nicht immer allein und selber am besten wissen, was gut für uns ist. Probehaltiger etwas anders zu machen – auch wenn es schwer fällt – kann die Entdeckung mit sich bringen, dass es anders besser sein könnte.



Weiter Horizont

Manchmal ist es nur ein kleiner Schritt zur Seite und es zeigt sich auf einmal etwas Anderes, Unerwartetes, lange Übersehenes. Wenn das gelingt, dann lassen wir bekanntes und umrissenes Gelände hinter uns und fasten auf einen ständig weiter werdenden Horizont hin. Wenn es gelingt, dann finden wir danach den Weg in die Gewohnheit gar nicht wieder zurück – und gehen einen neuen.

Grundlage: www.7-wochen-ohne.de/85.php

Landwirtschaft weltweit unter Druck

Ob Litschis aus Taiwan oder Papayas aus Brasilien - noch nie war das Warenangebot in den Supermärkten so vielfältig wie heute. Und noch nie waren Lebensmittel so billig. Gaben die VerbraucherInnen in Deutschland 1970 noch fast ein Drittel ihrer Ausgaben für Konsumgüter für Nahrungsmittel aus, so liegt dieser Anteil heute gerade noch bei 14 Prozent.

Bedeutung der Landwirtschaft

Parallel dazu hat die Agrar- und Ernährungswirtschaft nicht nur bei uns, sondern weltweit eine enorme wirtschaftliche und soziale Bedeutung: Weltweit sind ca. 1,3 Milliarden Menschen in der Landwirtschaft beschäftigt, die meisten davon in den Ländern des Südens, wo fast 50 Prozent der Bevölkerung ihren Lebensunterhalt in der Landwirtschaft verdienen. Und die Landwirte in Süd und Nord müssen trotz allem um ihre Existenz fürchten.

Überproduktion und subventionierte Exporte

Die Ursachen für Hunger und Unterernährung im Süden und das "Bauernsterben" im Norden sind vielfältig. Eine wichtige Rolle spielen die wachsenden weltwirtschaftlichen Verflechtungen, die zu einem ständig steigenden Konkurrenz- und Preisdruck unter den landwirtschaftlichen Betrieben weltweit geführt haben. Mit Hilfe einer Agrarpolitik, die auf ständige Intensivierung und Wachstum setzte, konnte die Produktion in der EU enorm gesteigert werden. Der durch das Überangebot ausgelöste Preisverfall stellte die Landwirte immer häufiger vor die Frage



Foto: Wikimedia Commons (Public Domain)

"Wachsen oder Weichen"? Ein großer Teil der Überschüsse wurde mit Hilfe von Subventionen künstlich verbilligt, um auf dem Weltmarkt abgesetzt werden zu können. Diese Exporte trugen maßgeblich zum Verfall der Weltmarktpreise bei. Damit gerieten die Landwirte in den Ländern des Südens zunehmend unter Druck. Ihre Existenz wurde durch Billigimporte bedroht. In vielen Regionen kam die Produktion von Nahrungsmitteln völlig zum Erliegen und eine wachsende Zahl von Entwicklungsländern wurde von den Importen abhängig.

"Bauernsterben" in Deutschland

Auch in Deutschland finden ähnlich wie in den meisten Mitgliedsländern der EU seit vielen Jahren dramatische strukturelle Umbrüche statt. So ist die Zahl der landwirtschaftlichen Betriebe in Deutschland von 1,6 Millionen im Jahr 1950 auf unter 400.000 im Jahr 2002 zurückgegangen. Die Zahl der in der

Landwirtschaft Erwerbstätigen sank von fast fünf Millionen auf 930.000.

Wer profitiert?

Von den billigeren Lebensmitteln profitieren auch wir VerbraucherInnen. Von einem Euro, der für Lebensmittel ausgegeben wird, erhalten die Landwirte allerdings nur noch knapp 25 Cent. Bei Broterzeugnissen sind es sogar nur vier Cent.

Mehr als die Hälfte der gesamten Wertschöpfung verbleiben bei der Lebensmittelindustrie und im Handel. Letzterer ist von hartem Wettbewerb, ständigen Preiskämpfen und Konzentrationsprozessen gekennzeichnet. Aufgrund seiner Marktmacht zwingt der Handel die Lebensmittelindustrie zu niedrigen Preisen und diese gibt den Druck an die Erzeuger weiter. Den schwarzen Peter haben damit die Landwirte – im Norden und im Süden.

gekürzte Zusammenfassung aus der Broschüre „bio-regional-fair“, Eine Welt Netzwerk Bayern e.V. (Hrsg.) (2004), S. 8 f.

Schöpfung bewahren durch bewussten Einkauf

Kirchenleitung der Ev.-Luth. Landeskirche Mecklenburgs plädiert für fairen Milchpreis

„Als evangelische Kirche in Mecklenburg-Vorpommern sehen wir mit großer Sorge, dass der niedrige Milchpreis die Existenz zahlreicher Milchbauern bedroht. Ihre Einnahmen decken schon lange nicht mehr die Produktionskosten. In Solidarität mit den Milchbauern bitten wir alle Verantwortlichen, zügig nachhaltige Lösungen zu erarbeiten. Ziel muss ein zumindest kosten-deckender Erzeugerpreis sein. Dafür stehen Politik, Wirtschaft und landwirtschaftliche Interessenvertreter gleichermaßen in Verantwortung.“

Zugleich werden die Molkereien und Discounter von der Kirchenlei-

tung eindringlich gebeten, ihre Marktmacht nicht rücksichtslos zu missbrauchen, um den Preis immer mehr zu drücken. Gleichermäßen appellieren die Kirchenvertreter an Lebensmittelhandel und Verbraucher: „Kostbare Lebensmittel wie Milch müssen durch einen fairen Preis eine neue Wertschätzung erfahren ... Der Trend, Lebensmittel immer billiger zu produzieren und einkaufen zu wollen, ist aus christlicher Sicht nicht vertretbar. Überfluss darf nicht dazu führen, die Wertschätzung für die Gaben der Schöpfung zu verlieren.“

Aus der Pressemitteilung der Kirchenleitung der Ev.-Luth. Landeskirche Mecklenburgs zu ihrer Sitzung am 10. Oktober 2009 in Neubrandenburg

„Als evangelische Kirche und Diakonie in Mecklenburg rufen wir alle kirchlichen und diakonischen Einrichtungen in Mecklenburg auf, beim Einkauf von Milch nicht nur auf das preisgünstigste Angebot zu blicken.“

Kirchenleitung der Ev.-Luth. Landeskirche Mecklenburgs auf ihrer Sitzung am 10. Oktober 2009

Christliche Kirchen für ethische Verantwortung der VerbraucherInnen

„Wenn ein Bruder oder eine Schwester ohne Kleidung ist und ohne das tägliche Brot und einer von euch zu ihnen sagt: ‚Geht in Frieden, wärmt und sättigt euch!‘, ihr gebt ihnen aber nicht, was sie zum Leben brauchen - was nützt das?“

Jakobus 2, 15 f.

In den christlichen Kirchen lebt der Glaube, dass die Erde eine Gabe Gottes ist. Der Mensch ist dazu bestimmt, sie zu pflegen. Für Christinnen und Christen bedeutet dies, verantwortungsvoll mit dieser Erde umzugehen. Sie und all ihre Schätze wie Gewässer, Pflanzen, Tiere und Menschen sind nicht nur ein "Rohstoff", aus dem man Waren herstellen kann. Vielmehr ist das Herstellen von Waren, Handeln und Verbrauchen eingebunden in die großen Rhythmen des Lebens von Geben und Nehmen.

Dies erfordert, dass wir dabei weder die Menschen noch die Natur ausbeuten, dass wir Lebensräume und die darin lebenden Menschen schützen, dass wir gerechte Löhne zahlen und faire Handelsbe-

ziehungen aufbauen - und dies sowohl hier wie auf der ganzen Welt.

Unser Anliegen ist es, dass immer mehr Menschen lernen, ihre ethische Verantwortung als Verbraucherinnen und Verbraucher wahrzunehmen.

Jeder Glaubensvollzug und jede spirituelle Übung ist auf den Zusammenklang zwischen Worten und Taten angewiesen. Deshalb laden wir ein, den verantwortlichen Umgang mit der Welt, in der wir leben, als einen Weg zu begreifen, der uns zu einem tieferen Glaubens- und Weltverständnis führt.

Theresia Wintergerst, Geschäftsführerin der Katholischen Landvolkbewegung der Erzdiözese München und Freising und Gerhard Monninger, Umweltbeauftragter der evangelischen Kirche in Bayern in der Broschüre „bio-regional-fair“, Eine Welt Netzwerk Bayern e.V. (Hrsg.) (2004), S. 18

Produkte aus der Region

Die Entscheidung für oder gegen das eine oder das andere Produkt hat Auswirkungen, die weit über den Einkaufspreis hinausgehen, auf unsere gesamte Wirtschaft und auch auf die nationalen und internationalen Handelsstrukturen. Mit unserem Einkauf können wir zu Veränderungen beitragen, den regionalen Einkauf stärken und den fairen Handel fördern. Zwei Seiten derselben Medaille, die heißt: gute Lebensbedingungen für alle Menschen.

Der Kauf von in der Region hergestellten Produkten hat Auswirkungen auf die Wirtschaftskraft einer Region, stärkt die regionale Landwirtschaft, den regionalen Einkauf, den regionalen Einzelhandel, die regionalen Handwerker, ...

Es gibt viele gute Argumente für den Kauf regionaler und saisonal vorhandener Produkte:

- Regionaler Einkauf hat kulturelle Auswirkungen, die bäuerliche Kulturlandschaft wird erhalten.
- Regionaler Einkauf hat soziale Auswirkungen, er fördert die Arbeitsmöglichkeit von Menschen vor Ort, erhält und schafft Arbeitsplätze.
- Regionaler Einkauf bedeutet auch für viele Produkte kürzere Wege und weniger Verpackungsmüll.
- Durch den persönlichen Kontakt zum Produzenten wird Vertrauen aufgebaut und das Sozialgefüge gestärkt.
- Durch Regionalen Einkauf erhalte ich eine Herkunftsgarantie für die Produkte.
- Durch den Einkauf saisonaler Lebensmittel aus der Region ergibt sich oft ein Preisvorteil gegenüber importierten oder Gewächshausprodukten.

Tipps zum Kauf regionaler und saisonaler Produkte

Wollen Sie zukünftig bewusst regional und saisonal produzierte Produkte kaufen, ist natürlich die Gemüsegärtnerei/der Bauernhof von nebenan die erste Wahl. Ist dieser aber nicht vorhanden, ist ein Gang zum Stand eines Direktvermarkters auf dem Wochenmarkt in der Nähe sinnvoll. Auch das Bevorzugen ortsansässiger Fleischer und Bäcker gegenüber Discounterware ist ein Beitrag zum regionalen Wirtschaften. Selbst im Discounter bzw. Supermarkt haben Sie oft die Auswahl zwischen weitgereisten und regionalen Produkten. Einige Tipps zum Einkauf haben wir Ihnen hier zusammengestellt.

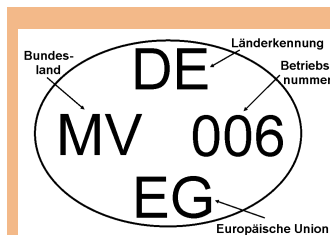
Der beiliegende **Saisonkalender** gewährt einen Überblick über die Erntezeiten heimischen Obstes und Gemüses und gibt somit Auskunft, wann auf Wochenmärkten diese frisch und günstig zu kaufen sind.

Der ebenfalls beiliegenden **Hofladenkarte MV** des Vereins Landurlaub MV sind die Erzeuger zu entnehmen, die ihre Produkte direkt ab Hof verkaufen. Auch online unter www.m-vp.de/1651/pdf2/hofladenkarte.pdf verfügbar.

Der **Bio-Einkaufsführer „Frisch Bio Regional“** des Vereins Landaktiv MV ist zu bestellen über 038226-53531 oder info@landaktiv-mv.de.



Als bisher einzige Regionalmarke für ganz MV wurde das „**BIO-Zeichen MV**“ eingeführt. Mit diesem Siegel soll der Absatz regionaler Produkte gefördert sowie das Bewusstsein für eine regionale Identität verstärkt werden. Das Bio-Zeichen hat im Januar 2008 als erste Firma die Bio Geflügel Mecklenburg GmbH erhalten.



Lebensmitteln in Supermärkten ist oft nicht die Produktionsstätte zuzuordnen. Auf vielen Verpackungen steht meist nur „Hergestellt für“.

Zumindest bei Molkereiprodukten und Wurstwaren gibt der kleine „**Herkunftsstempel**“ Auskunft über das Bundesland, in welchem die Molkerei bzw. Fleischerei liegt. Wer es noch genauer wissen will kann unter <http://hersteller.kilu.de/de/suche02.php> die Produktionsstätte recherchieren. Dieser Stempel ist kein Gütesiegel und lässt somit keine Aussage über die Qualität zu.

Auf der Internetseite www.bio-mv.de sind Direktvermarkter, Hofläden, Hofkistenabos, Bäckereien, Fleischer etc. in MV zu finden. Leider beschränkt sich diese Aufstellung auf Biohöfe und -vermarkter.

Produkte aus Fairem Handel

Doch längst nicht alle Produkte des täglichen Bedarfs können regional eingekauft werden. Auf manche dieser Produkte können oder wollen wir nicht verzichten wie z.B. Kaffee, Tee, Kakao, Zucker, Südfrüchte etc. Spätestens hier erreicht die „Macht des Einkaufskorbes“ internationale Dimensionen.

Fairer Handel verbessert die Lebens- und Arbeitsbedingungen der Menschen im Süden. Es gibt viele gute Argumente für den Fairen Handel. Der Faire Handel ...

- schafft Marktzugang für benachteiligte ProduzentInnen,
- unterhält langfristige, transparente und partnerschaftliche Handelsbeziehungen und schließt unfairen Zwischenhandel aus,
- zahlt den ProduzentInnen faire Preise, die ihre Produktions- und Lebenshaltungskosten decken und leistet auf Wunsch Vorfinanzierung,
- stärkt die Position und sichert die Rechte von ArbeiterInnen und KleinbäuerInnen sowie ihrer Organisationen im Süden,
- trägt zur Qualifizierung von ProduzentInnen und HandelspartnerInnen im Süden bei,
- gewährleistet bei der Produktion die Einhaltung menschenwürdiger Kernarbeitsnormen,
- sichert die Rechte von Kindern und fördert die Gleichberechtigung von Frauen,
- fördert den Schutz der Umwelt, z.B. in Form der Umstellung auf biologische Landwirtschaft,
- leistet Bildungs- und politische Kampagnenarbeit, um die Regeln des Welthandels gerechter zu gestalten,
- stellt durch Überprüfungsmechanismen sicher, dass diese Kriterien eingehalten werden.

Quelle: Forum Fairer Handel (Hrsg.)(2008): 100% fair. Der Faire Handel in Deutschland, S. 40

Bezug fair gehandelter Produkte



In **Wellläden** und bei **Fair-Handels-Gruppen** in MV finden Sie ausschließlich fair gehandelte Produkte (auch Kunsthandwerk) in großer Auswahl. Öffnungszeiten und weitere Informationen zu den Wellläden und Aktionsgruppen in MV unter www.wellladen.de/mv.

- **Wellladen Schwerin**, Puschkinstraße 18
- **Wellladen Greifswald**, Lange Str. 49 (im „St. Spiritus“)
- **Eine-Welt-Laden Neustrelitz**, Stadtkirche am Markt
- **Wellladen Ludwigslust**, Stift Bethlehem, Haus Emmaus, Neustädter Str. 1
- **Wellladen im Ökohaus Rostock**, Hermannstr. 36
- **Eine-Welt-Laden El Mundo Wolgast**, Lange Straße 11
- **Wellladen Müritz Röbel**, Str. d. Friedens 39
- **Wellladen „Nueva Esperanza“ Neubrandenburg**, Zweite Ringstr. 203
- **Eine-Welt-Laden Parchim im Pfarrhaus St. Marien**, Mühlenstr. 40
- **Eine-Welt-Gruppe Pasewalk**, in der St. Marienkirche, Große Kirchenstr. 17
- **Eine-Welt-Lädchen Barth** im St. Marien-Lesecafè, Papenstr. 6
- **Eine-Welt-Laden Zingst** im Lesecafè der ev. Kirche, Kirchweg 8
- **Eine-Welt-Treff im Haus der Begegnung „Haltestelle“ Brüel**, Thälmannstr. 3
- **Eine-Welt-Verkauf Teterow im Bischof Theissing Haus**, Koppelbergstr. 15
- **Eine Welt Aktionsgruppe Usedom**, Ev. Kirche Heringdorf
- **Aktionsgruppe der Katholischen Gemeinde Wismar**, Turnerweg 12
- **Eine-Welt-Kiosk St. Marien Ribnitz**, Neue Klosterstr. 17
- **Fair-Handels-Gruppe Garz**, Lange Str. 34 (Ev. Kirchgemeinde)



In vielen **Supermärkten und Discountern** sind bereits einige fair gehandelte Produkte zu kaufen. Vor allem Kaffee, Tee, Kakao und Schokolade finden sich dort. Erkennbar sind diese Artikel an dem Fairtrade-Logo (s. links).

Nur Produkte mit diesem Siegel entsprechen den internationalen Standards im Fairen Handel, deren Einhaltung überwacht wird. Während dem Bio-Siegel **ökologische** Kriterien zu Grunde liegen, sind es beim Fairtrade-Siegel **soziale Kriterien**.

DER WEG DER PRODUKTE

Die Lieferkette im Fairen Handel



Im Süden

Alle fair gehandelten Produkte stammen von ProduzentInnen und ArbeiterInnen, die den internationalen Fair-Handels-Grundsätzen verpflichtet sind. Das sind z.B. KleinbäuerInnen, abhängig Beschäftigte und KunsthandwerkerInnen sowie ihre Zusammenschlüsse (Kooperativen etc.) und Vermarktungsorganisationen im Süden. Sie stellen den Anfang der Lieferkette dar. Aber wie geht es dann weiter?



Import

Importeure, die den Prinzipien des Fairen Handels folgen, kaufen Ware von Kleinbauern-Zusammenschlüssen oder Unternehmen mit sozialer Verantwortung in den Entwicklungsländern. Das geschieht zu fairen Bedingungen.

Die Importeure sind zum einen Fair-Handels-Organisationen, die ausschließlich Fairen Handel betreiben, wie z. B. die GEPA. Sie bemühen sich, ihre Produkte so weit wie möglich im Ursprungsland zu verarbeiten und zu verpacken, so dass möglichst viel der Wertschöpfung im Süden verbleibt. Dies ist aber nicht immer möglich, so dass zum Teil andere Firmen in Deutschland mit der Weiterverarbeitung beauftragt werden.

Zum anderen handelt es sich bei den Importeuren um konventionelle Unternehmen, wie z. B. den Kaffeeröster J. J. Darboven. Sie importieren einzelne Produkte ihres Sortiments nach den internationalen Fairtrade-Standards und driften diese deshalb mit dem Fairtrade-Siegel auszeichnen.



Siegel

Alle Anbieter von Fairtrade-gesiegelten Produkten schließen einen Lizenzvertrag mit der Siegelorganisation TransFair ab. TransFair handelt also nicht selbst mit Waren, sondern vergibt in Deutschland das Fairtrade-Siegel für einzelne Produkte. Die Einhaltung der Fairtrade-Standards wird durch ein internationales Kontrollsystem sichergestellt.



Vertrieb

Wie werden die fair gehandelten Produkte in Deutschland vertrieben? Ein breites Sortiment bieten die Weltläden und zahlreiche Aktionsgruppen an. Sie beziehen ihre Waren von den anerkannten Fair-Handels-Importeuren. Man spricht hierbei auch von einer integrierten Lieferkette, da alle am Handel Beteiligten Fair-Handels-Organisationen sind – vom Produzenten bis zur Endverkaufsstelle.

Inzwischen sind fair gehandelte Produkte außerdem in vielen Supermärkten, Drogeriemärkten und den Lebensmittelabteilungen großer Warenhäuser erhältlich. Auch Naturkostläden, Reformhäuser und Bio-Supermärkte vertreiben fair gehandelte Produkte. Dank der Zertifizierung von Produkten können die VerbraucherInnen sie hier in der Regel am Fairtrade-Siegel erkennen. Darüber hinaus bieten zahlreiche Kantinen, Hotels und Caterer ihren Gästen und KundInnen fair gehandelte Produkte an.

Quelle: Forum Fairer Handel (Hrsg.) (2008): 100% fair. Der faire Handel in Deutschland, S. 44 f.

Aktionsvorschläge für Einzelpersonen

„Der längste Weg beginnt mit dem ersten Schritt“

Kopiervorlage
zur Weitergabe

Wer neue Pfade beschreiten und in der Fastenzeit etwas Neues ausprobieren will, sollte sich dabei keine unrealistischen Ziele setzen.

Mit eingelagerten Äpfeln statt Erdbeeren zur Fastenzeit, lassen sich auch herrliche Gerichte zaubern und fair gehandelter Kaffee, der nur sehr geringe Mehrkosten verursacht, schlägt vermutlich auch keine riesigen Löcher in die Haushaltskasse. Der bewusste Kauf von Milchprodukten aus Mecklenburg-Vorpommern ist ebenfalls ein erster realistischer Schritt.

Wie Sie die Fastenzeit 2012 im Sinne eines zukunftsfähigen Konsums bewusst gestalten können, zeigen wir Ihnen an einigen Beispielen.

Weitere Anregungen sind zu finden auf den Seiten 4, 5 und 9f.

Kauf fair gehandelter Produkte im Supermarkt

Lidl, Penny, Netto, Real und Co. haben in ihrem Sortiment auch fair gehandelte Produkte. Greifen Sie beim nächsten Einkauf doch z.B. einfach mal nach dem Kaffee mit dem Fairtrade-Logo.



Kauf von saisonalem Gemüse und Obst

Schauen Sie im beiliegenden Saisonkalender nach, welches Obst und Gemüse gerade saisonal in der Region angeboten wird und kochen Sie daraus ein jahreszeitentypisches Gericht. Tauschen Sie sich untereinander aus, welche regional-saisonalen Rezepte Sie kennen. Rezeptanregungen gibt es auf www.regional-saisonal.de.

Milchprodukte aus MV

Schauen Sie beim nächsten Einkauf etwas genauer auf das Kleingedruckte. Der auf jeder Verpackung von Molkereiprodukten befindliche Betriebsnummernstempel stellt klar, wo das Produkt abgefüllt/hergestellt wurde. Wählen Sie nach Möglichkeit die Produkte mit „MV“ aus. Diese wurden in unserem Bundesland produziert / abgefüllt. Zum Teil kommen auch Produkte mit „BB“ für Brandenburg in Frage, soweit es sich um Betriebsstätten im Norden dieses Bundeslandes handelt. Recherchemöglichkeiten unter <http://hersteller.kilu.de/de/suche02.php>.

DE
MV 006
EG

DE
BB 003
EG

In den Weltladen gehen

Wenn es in Ihrem Ort einen Weltladen oder eine Fair-Handels-Gruppe gibt (s. Seite 5) statten Sie denen doch mal einen Besuch ab und schauen, welche fair gehandelte Produkte es dort gibt.

Austausch mit Bekannten

Oft gibt es in Ihrem Ort Möglichkeiten, regionale oder auch fair gehandelte Produkte zu kaufen, die Sie zwar nicht kennen aber Ihre Bekannten. Vielleicht hier ein Bauer auf dem Wochenmarkt und dort ein Direktvermarkter, der übers Land fährt?

Das Märchen vom Kolibri

Es war einmal ein großer Fluss, an dessen Ufern sich ein riesiger Wald ausdehnte. In diesem Wald lebten unzählige Tiere: Elefanten, Löwen, Vögel, Affen und noch viele mehr. Eines Tages brach im Wald ein Feuer aus. Die Tiere hatten Angst, dass ihre Wohnungen und Nistplätze zerstört werden könnten, und waren verzweifelt.

Nur ein kleiner Kolibri ließ den Kopf nicht hängen, sondern flog immer wieder zum Fluss, holte einen Schnabel voll Wasser und ließ diesen kleinen Wassertropfen über dem brennenden Wald fallen. Die großen Tiere lachten ihn aus: Was wollte dieser kleine Kerl schon ausrichten?

Der Kolibri antwortete nur: Ich leiste meinen Teil.

nach Adriano Martins, Brasilien

Wir laden Sie ein

- sieben Wochen lang die Wirtschaft national und international zu beeinflussen
- sieben Wochen lang noch bewusster Verantwortung zu übernehmen für Ihr Handeln
- sieben Wochen lang einen nachhaltigen – für viele vielleicht ungewohnten – Lebensstil auszuprobieren.

Nutzen wir diese Chance – sieben Wochen lang.

Aktionsvorschlag

Kopiervorlage
zur Weitergabe

Check „Zukunftsfähige Ernährung“

Bitte schätzen Sie ein, wie sehr die hier gemachten Aussagen auf Sie zutreffen.

Kreuzen Sie an:

1 = trifft voll zu

2 = trifft zu

3 = trifft kaum zu

4 = trifft nicht zu

1 2 3 4

(1) Ich kaufe vorrangig Produkte ein, die nicht so weit gereist sind (z.B. Äpfel aus Deutschland, nicht aus Neuseeland).

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

(2) Ich kaufe Obst und Gemüse bevorzugt entsprechend ihres saisonalen Vorkommens.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

(3) Ich bemühe mich beim Einkauf Produkte aus fairem Handel auszuwählen.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

(4) Ich kenne Orte, wo es in meiner Nähe fair gehandelte Produkte gibt.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

(5) Ich weiß, wo es in meiner Nähe Produkte aus der Region zu kaufen gibt.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

(6) Ich informiere mich gelegentlich vor dem Einkauf über wichtige Nachhaltigkeitskriterien und Produktkennzeichnungen.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

(7) Ich spreche mit FreundInnen und ArbeitskollegInnen über diese wichtigen Tipps.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

(adaptiert aus: ASKO EUROPA-STIFUNG et.al. (2008) (Hrsg.): Mut zur Nachhaltigkeit. Modul KONSUM. S. 123 ff)

An den von Ihnen gesetzten Kreuzen können Sie nun ablesen, wo Sie bereits im Sinne einer „zukunftsfähigen Ernährung“ handeln und wo Sie noch Potenzial haben.

Für die Fastenzeit 2012 ermutigen wir Sie, sieben Wochen Routinen im täglichen Konsum zu hinterfragen und gleichzeitig Neues auszuprobieren.

Wo Sie dabei beginnen können, können Sie der oben stehenden Tabelle entnehmen.

Nehmen Sie sich nicht zu viel vor. Der längste Weg beginnt bekanntlich mit einem ersten Schritt.

„Denkzettel“ (Das nehme ich mir für die Fastenzeit 2012 vor)

• ...

• ...

• ...

Gut sichtbar in der Wohnung anbringen bzw. ins Portmonee stecken.

Aktionsvorschläge für Gemeindeveranstaltungen 1/3

Auf den folgenden Seiten geben wir Ihnen Anregungen für die Gestaltung einer Gemeindeveranstaltung zur Fastenaktion. In einigen Regionen stehen ab Mitte Februar 2012 auch kompetente GesprächspartnerInnen zur Verfügung, die eingeladen werden können. Themen wie Fairer Handel, Regionaler Einkauf und der Zusammenhang von Lebensstilen und Schöpfungsbewahrung können so mit Gemeindegruppen aufgegriffen werden. Wenn Sie Interesse an einem/r GesprächspartnerIn haben, wenden Sie sich mit einem Vorlauf von mindestens zwei Wochen an Angelika de Oliveira Gloria, die dieses Jahr die Fastenaktion koordiniert, unter 0385-5185-124 oder gloria@ellm.de. Es wird um eine Kostenbeteiligung von vierzig Euro je Veranstaltung gebeten.

1 „Assoziationskette“

Die Anwesenden werden aufgefordert, aus den Buchstaben eines Wortes (z.B. „Fastenzeit“) die entsprechende Anzahl Wörter mit Bezug zu dem vorgegebenen Wort zu bilden. Nach 10 Minuten tauschen sich die Anwesenden über ihre Wortketten aus und erklären sie den anderen. Beispielsweise:

F leisch
a lt
Klo s ter
Verzich t
essen
u n bekannt

geeignet für: Einstieg, ohne Vorkenntnisse

Ziel: Abfrage vorhandenen Wissens, Erfahrung, Assoziationen zum Themenfeld Fasten

Materialien: je 1 Blatt Papier und 1 Stift je Anwesende

Dauer: 10-20 min

2 Austausch über Fastenerfahrungen

Die Anwesenden tauschen sich u.a. zu folgenden Fragen aus:

- Haben Sie schon einmal irgendwas gefastet/auf irgendetwas bewusst verzichtet?
- Warum haben Sie (noch nicht) gefastet/auf etwas verzichtet?
- Was ließ Sie das Fasten durchhalten? Was hält Sie vom Fasten ab?
- Warum sollte man aus Ihrer Sicht mal für bestimmte Zeit etwas Neues ausprobieren?
- Wie stehen Sie zu der Idee 7 Wochen lang vermehrt regionale und fair gehandelte Produkte zu konsumieren?

geeignet für: Einstieg

Ziel: Feststellen der persönlichen Erfahrungen mit dem Fasten

Materialien: —

Dauer: 5-15 min

3 Das festliche Sonntagsfrühstück

Die Anwesenden tragen gemeinsam zusammen, was sie bei einem festlichen Sonntagsfrühstück alles ihren Gästen anbieten würden. Die Produkte werden auf einem großen Blatt Papier für alle gut sichtbar mitgeschrieben. In einem zweiten Schritt überlegen die Anwesenden, was davon in der Region produziert/angebaut werden könnte und was von weiter her, z.T. aus Übersee kommen müsste. Mit unterschiedlichen Farben werden die Produkte entsprechend ihrer Herkunft unterstrichen. Welche Übersee-Produkte gibt es fair gehandelt? Auf einer Weltkarte könnten die möglichen Herkunftsgegenden eingetragen werden, und/oder es wird sich darüber ausgetauscht, wer schon was aus der Region bzw. aus Fairem Handel kauft und warum.

geeignet für: Einstieg, Hauptteil

Ziel: Globalisierung auf unserem Frühstückstisch verdeutlichen

Materialien: großes Blatt Papier, 3 unterschiedliche Buntstifte, ggf. Weltkarte (z.B. von www.welt-atlas.de)

Dauer: 10-20 min

Aktionsvorschläge für Gemeindeveranstaltungen 2/3

geeignet für: Einstieg

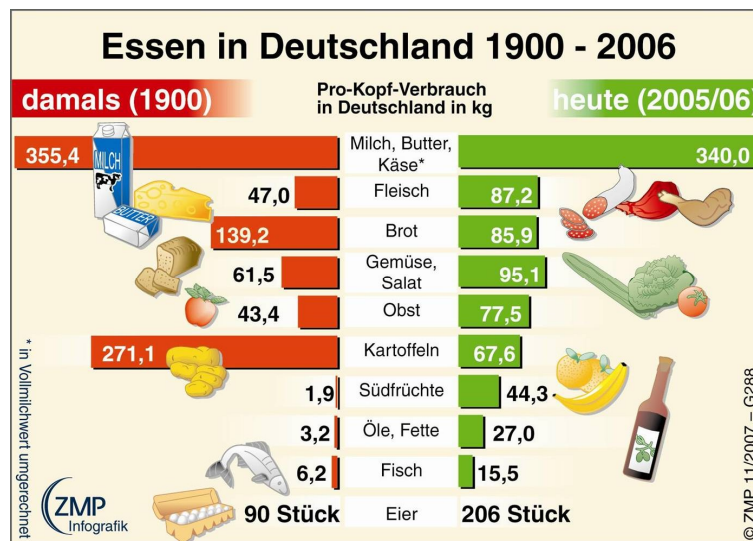
Ziel: Gespräch über Entwicklung der Landwirtschaft, des Nahrungsmitteltransports, der Globalisierung und unserer Ernährungsgewohnheiten

Materialien: ggf. Grafik

Dauer: 10-15 min

4 Gespräch über Essen früher und heute

Die Anwesenden werden gebeten, zu erzählen, was es früher bei ihnen als Kinder zu essen gab und wie sich dies von heute verfügbaren Lebensmitteln unterscheidet. Gab es im Winter Tomaten und im Sommer Äpfel? Wodurch ist die Angebotsvielfalt zu erklären? Welche Auswirkungen hat sie auf die Natur und die ProduzentInnen (s. S. 2). Als „Aufhänger“ kann diese Grafik genutzt werden:



geeignet für: Einstieg,

Hauptteil,
(Abschluss)

Ziel: Austausch über das eigene Konsumverhalten

Materialien: je Anwesende ein kleines Blatt Papier in grün und rot

Für Variante „Position

beziehen“: je 1 Blatt mit „Ja“ und eines mit „Nein“

Dauer: 5-15 min

5 „Farbe bekennen“ (Variante: „Position beziehen“)

Alle Anwesenden erhalten je ein kleines Blatt Papier in grün und rot. Dann werden Fragen gestellt. Ihre Antwort sollen die Anwesenden durch Auswahl der Farbe (rot = „Nein“, grün = „Ja“) anzeigen. Wenn kein eindeutiges „Ja“/„Nein“ gelegt werden kann, kann z.B. auch Rot das Grün etwas überdecken und anders herum. Einzelne werden nun gebeten ihre „Farbwahl“ zu erläutern. Dann wird die nächste Frage gestellt.

Variante „Position beziehen“: Im Raum liegen an gegenüberliegenden Wänden Zettel mit der Aufschrift „Ja“ und „Nein“. Die Anwesenden sollen ihre Antwort durch Positionierung auf der (gedachten) Skala „Ja-Nein“ anzeigen. Einzelne werden gebeten, ihre Position zu erläutern.

Mögliche Fragen:

- Achten Sie beim Einkauf von Lebensmitteln auf deren Herkunft? (Bei JA: Worauf im Speziellen)
- Ist Ihnen wichtig, dass die Lebensmittel aus der Region kommen? (Warum? Warum nicht?)
- Meinen Sie, man kann die Herkunft von Lebensmitteln an der Verpackung erkennen? (Woran? Ggf. Betriebsnummernstempel für Milchprodukte (S.4) erläutern!)
- Glauben Sie, dass sich unser Bundesland vollständig selbst versorgen könnte? (Nachfrage bei JA: Würde Ihnen dann was fehlen? (Schokolade, Zigaretten, Kaffee, ...))
- Achten Sie beim Einkauf auf fair gehandelte Produkte? (Warum? Warum nicht?)
- Wissen Sie, wo es in der Nähe Produkte aus der Region zu kaufen gibt?
- Wissen Sie, wo es in der Nähe fair gehandelte Produkte zu kaufen gibt?
- Denken Sie, dass Produkte aus der Region hier Arbeitsplätze schaffen?

Aktionsvorschläge für Gemeindeveranstaltungen 3/3

6 Saisonkalender-Spiel

Es gibt verschiedene Varianten, dieses Spiel zu spielen. Druckvorlagen sind unter www.7wochenmit.info bei „Materialien“ verfügbar.

A - Die Obst- und Gemüsekarten werden gleichmäßig an die Anwesenden verteilt. Dann wird ein Monat gezogen und die Anwesenden müssen die am ehesten in diesem Monat regional vorhandene Frucht aus ihren Karten auswählen. Anschließend wird mit dem Saisonkalender verglichen. Ggf. „gewinnt“ die am besten passende Karte die Monatskarte. Wer hat am Ende die meisten?

B - Alle Monate werden von Januar bis Dezember ausgelegt und die Anwesenden sortieren gemeinsam die Früchte dazu. Um Erntebeginn und -ende zu verdeutlichen, müssen die Obst- und Gemüsekarten zweimal ausgedruckt werden. Anschließend wird mit dem Saisonkalender verglichen.

C - Weitere selbst ausgedachte Varianten möglich, wie z.B. Memory.

geeignet für: Hauptteil

Ziel: Kenntnis über saisonal vorhandenes Obst und Gemüse auffrischen/vermitteln

Materialien: Karten mit Monats-, Obst- und Gemüseamen, Saisonkalender (Vorlagen unter www.7wochenmit.info bei „Materialien“)

Dauer: 15-30 min

7 „Lokaler Einkaufsführer“

Die Anwesenden tragen gemeinsam zusammen, wo es in ihrer Umgebung regional erzeugte und fair gehandelte Produkte zu kaufen gibt. Vielleicht dort beim Bauern auf dem Wochenmarkt, hier beim Direktvermarkter, der übers Land fährt, und den fair gehandelten Kaffee im Weltladen oder im Supermarkt?

Wenn jemand mitschreibt und die Liste kopiert wird, könnten alle Anwesenden ihren persönlichen „regional-fairen Einkaufsführer“ mitnehmen.

geeignet für: Hauptteil, Abschluss

Ziel: Möglichkeiten des konkreten Handelns greifbar machen

Materialien: ggf. jemand, der mitschreibt und es anschließend oder später kopiert

Dauer: 10-15 min

8 „Denkzettel“

Den Anwesenden wird der Check „Zukunftsfähige Ernährung“ von Seite 8 ausgehändigt mit dem Angebot, diesen evtl. gleich oder für sich zu Hause auszufüllen und sich drei Punkte auf den „Denkzettel“ für die Fastenzeit zu vermerken.

geeignet für: Abschluss

Ziel: Anwesende nehmen sich feste Vorhaben für Fastenzeit vor

Materialien: ausreichend Kopien der S. 8

Dauer: 0-15 min

9 Saisonale Rezepte

Die Anwesenden tragen saisontypisches Gemüse, Salate und Obst zusammen. Unter www.utopia.de/ratgeber/der-utopia-saisonkalender findet sich ein Saisonkalender.

Gemeinsam werden saisontypische Gerichte gesammelt bzw. kreiert. Eine komfortable Suche nach Rezepten mit Gemüse und Salaten der Saison bietet die Internetseite www.regional-saisonal.de. Eine kleine Auswahl an fairen und regionalen Rezepten finden Sie ab S. 12. Diese können auch als Kopie mitgegeben werden.

geeignet für: Abschluss

Ziel: jahreszeitentypische Gerichte werden zusammengetragen

Materialien: ggf. Saisonkalender, evtl. Kopien der Rezeptseiten in der Materialmappe

Dauer: 10-20 min

10 Gottesdienst und Andachten zur Fastenzeit

Vielleicht finden sich nach der Gemeindeveranstaltung Menschen zusammen, die einen „Fastenkreis“ bilden wollen. Sie treffen sich in jeder Fastenwoche einmal, feiern eine Andacht (Anregungen für 7 Fastenandachten ab S. 14) und tauschen sich über ihre Fastenerfahrungen aus.

Vielleicht finden Sie Mitsstreiter zur Gestaltung eines Gottesdienstes zum Thema. Ansprechbar hierfür sind auch Weltläden und Fair-Handels-Gruppen (s. S. 5). Bausteine für einen Gottesdienst ab S. 31.

Rezepte (saisonal und regional)

Gemüsedip Wintervariation (für 4 Personen)

Gemüsedip:
200 g Blauschimmelkäse
1 TL getr. Salbei
1 TL getr. Thymian
1/4 l Dickmilch
60 g Walnusskerne
1 Pkt Gartenkresse

Winterrohkost:
2 Chicoréestauden
250 g Möhren
1 Stauden Bleichsellerie
1 Rettich (alternativ 2 Kohlrabi)

Käse mit der Gabel zerdrücken, Salbei und Thymian hinzufügen, Dickmilch schlagen und gründlich unter die Masse rühren, gemahlene Walnüsse hinzufügen, Kresse waschen, kleinschneiden und hinzufügen. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.

Quelle: www.zukunft-einkaufen.de

Die einheimische Landwirtschaft liefert in jeder Jahreszeit eine Vielfalt an Gemüse und Obst.

Durch saisongerechte Nachfrage lassen sich erhebliche Mengen an Energie und Transportvorgängen einsparen.

Zwiebel-Walnuss-Butter auf frischem Vollkornbrot

Nüsse gehörten einst in vielen Regionen der Welt zur Grundnahrung des Menschen. Die Zutaten zu diesem gesunden und schmackhaften Brotaufstrich können Sie von Oktober bis April in Bioqualität aus Ihrer Region finden.

6 Zwiebeln
3 Äpfel
30 Walnüsse

300 g Butter
Salz, Zitronenpfeffer
750 g Vollkornbrot

Zwiebeln und Apfel schälen, klein schneiden und in einer Pfanne mit etwas Butter dünsten. 30 Walnüsse knacken und zusammen mit der Apfel-Zwiebel-Mischung im Mixer pürieren. Mit der weichen Butter verrühren und mit Salz und Zitronenpfeffer abschmecken. Abkühlen lassen und auf frisches Vollkornbrot streichen.

Quelle: Brot für die Welt, Kirchengemeinden bitten zu Tisch

Rote-Bete-Schnitzel mit Käsesauce (für 4 Personen)

600 g Rote Bete (nicht zu klein)
Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 Ei
8 EL Semmelbrösel

8 EL Mandelblättchen
Mehl zum Wenden
100 g Blauschimmelkäse
200 g Schlagsahne
Butterschmalz zum Braten

1. Stiele von der Roten Bete abschneiden, ohne die Schale zu verletzen. Die Knollen gut waschen und in Salzwasser 50-60 Minuten bissfest kochen. Die Knollen herausheben, etwas abkühlen lassen, schälen und völlig erkalten lassen. Rote Bete in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. 2. Ei verquirlen, Semmelbrösel mit den Mandelblättchen vermischen. Rote-Bete-Scheiben mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden, durch das Ei ziehen und mit der Mandel-Brösel-Mischung panieren. Panade leicht andrücken. 3. Den Käse mit einer Gabel zerdrücken und mit der Sahne unter Rühren erhitzen. 4. Die Schnitzel in reichlich heißem Butterschmalz bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 2-3 Minuten knusprig braten. Mit der Käsesauce servieren.

Beilage: kleiner Blattsalat, mit einer Vinaigrette angemacht

Quelle: www.justaufgenuss.de

Lauch mit Sauce Bechamel und Käse überbacken

1 kg Lauch
35 g Butter
35 g Mehl

1/4 l Milch
50 g Gouda
Salz, Pfeffer,
Muskat

Lauch in breite Streifen schneiden, in Salzwasser 5 min gar kochen. Für die Sauce die Butter erhitzen, Mehl darin anschwitzen, Milch und 1/4 l Porreefond zugeben und glattrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Porree in Auflaufform schichten, mit Bechamelsauce begießen und mit Gouda bestreuen. Bei 180 Grad 10 Minuten überbacken. (Nach Nicolai/Brunner "Natürlich – das Gemüsekochbuch")

Weitere saisonale Rezepte auf
www.regional-saisonal.de

Rezepte (saisonal und regional und fair gehandelt)

Kartoffel-Chicorée-Auflauf mit Lachs (für 4 Personen)

500 g Lachsfilet frisch oder tiefgekühlt	250 g Chicorée Salz	4 EL scharfer Senf 200 g Schlagsahne
500 g Kartoffeln	weißer Pfeffer aus der Mühle	100 g Gouda-Käse

1. Tiefgekühlten Lachs auftauen lassen. Indessen Kartoffeln waschen und ungeschält in etwa 20 Minuten kochen. Abgießen, sofort abschrecken, pellen und in Scheiben schneiden. 2. Lachsfilets kalt abbrausen, trocken tupfen und würfeln. Chicorée waschen, die Strünke keilförmig herauslösen und die äußeren Blätter entfernen. Chicorée in breite Streifen schneiden und mit Kartoffeln und Lachs in eine Auflaufform schichten. Dabei alles kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. 3. Den Senf mit der Sahne verquirlen und über die Zutaten in der Auflaufform verteilen. Den Käse grob reiben und darüberstreuen. Auf der Mittelschiene des 200 Grad heißen Ofens (Gas: Stufe 3) etwa 35 Minuten backen. Quelle: www.lustaufgenuss.de

Hähnchen- oder Tofu-Curry (für 4 Personen)

2 Tassen Reis*	kleines Stück frischer Ingwer	ein Schuss Sherry
3 EL Öl	1 Knoblauchzehe	100g Cashewnüsse*
600g Hähnchenbrust oder 600g Tofu	5-8 mittelgroße Champignons	2-4 TL Currypulver*
1 mittelgroße Zwiebel	Chilipulver*	Pfeffer*
	100 ml Süße Sahne	Salz

* = aus Fairem Handel

Hähnchenfleisch oder Tofu in kleine Stücke bzw. Würfel schneiden. Die mittelgroße Zwiebel, die Knoblauchzehe und den Ingwer schälen und fein hacken. Die Champignons grob würfeln. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer in heißem Öl anbraten. Mit Currypulver, Pfeffer, Chilipulver und Salz abschmecken. Danach das Hähnchenfleisch oder den Tofu dazu geben und unter ständigem Rühren scharf anbraten. Anschließend die Champignons zugeben, die Hitze reduzieren und die Sahne sowie einen Schuss Sherry zugeben, damit genügend Soße entsteht. Fertig garen. Cashewnüsse hacken und dazugeben oder wahlweise Cashewnüsse separat rösten und je nach Geschmack begeben. Mit fair gehandeltem Reis (z.B. Hom Mali, Basmati oder Lila Reis) servieren.

Quelle: Reis-Rezepte GEPA

Quinoa-Gemüsesuppe

1 Zwiebel	125 g Lauch in feine Streifen geschnitten
20 g Butter	50 g Quinoa* gemahlen
1 Knoblauchzehe	125 ml Sahne
125 g Karotten gerieben	Salz
750 ml Gemüsebrühe	

* = aus Fairem Handel

Die Zwiebeln und den Knoblauch fein schneiden, in Butter andünsten und die Karotten und den Lauch dazugeben. Dann mit Gemüsebrühe auffüllen und alles etwa 10 Minuten köcheln lassen. Quinoa mit der Sahne verquirlen und in die Suppe rühren. Jetzt nochmals 10 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Salz die Suppe abschmecken. Zum Schluss ein paar Tropfen Balsamicoessig und ein bisschen frisch geriebene Muskatnuss dazugeben.

Quelle: Die Demeter-Mitkochzentrale

Weißer Cafècreme Brûlée

(für 10 kleine Schälchen)

280 g Sahne	90 g Zucker*
3 Eigelb	80 g geröstete Kaffeebohnen*
80 g Milch	

* = aus Fairem Handel

Sahne und Milch aufkochen. Die heiß gemachten Kaffeebohnen begeben und ca. 20 Minuten ziehen lassen. Das Ganze durch ein feines Sieb passieren und für die Weiterverarbeitung genau 270 g abwägen. Eigelb und Zucker begeben und verrühren. In 10 kleine Schälchen abfüllen und bei ca. 90 °C ca. 25 Minuten pochieren. Erkalten lassen, dann mit Rohrzucker abflämmen.

Quelle: Faire Woche Rezeptheft 2006

Andachten und liturgische Bausteine für die ökumenische Fastenaktion „7 Wochen mit...“

2012 finden Sie an dieser Stelle die Grundform für die Andachten der ökumenischen Fastenaktion „7 Wochen mit...“ und sieben neue Meditationen von Pastorin Christiane Eller für jede Woche der Fastenzeit. Sie sind gebeten, den jeweiligen Meditationstext in die Grundform der Andacht einzufügen und den Psalm und die Lieder selbst auszuwählen.

Lied- und Psalmvorschläge finden Sie in einer Liste auf Seite 24 hinter den Meditationstexten. Die meisten Lieder sind im evangelischen Gesangbuch abgedruckt. Alle Lieder, die nicht im EG enthalten sind, können Sie der Druckvariante der Materialmappe 2011 entnehmen.

Andachtsform / Meditationen	Seite
Grundform der Andachten der ökumenischen Fastenaktion „7 Wochen mit...“	15
„Fastenzeit - Genuss durch Verzicht“ - Meditation in der 1. Woche	17
„Christliche Gemeinde - Mit Lust anders leben“ - Meditation in der 2. Woche	18
„Der Sabbat - mehr als Nicht-Arbeit“ - Meditation in der 3. Woche	19
„Das Sabbatjahr - Unterbrechung des Wirtschaftskreislaufs“ - Meditation in der 4. Woche	20
„Das Jubeljahr - Unterbrechung der Wachstumsspirale“ - Meditation in der fünften Woche	21
„Die Tora - Erfüllung durch Selbstverpflichtung“ - Meditation in der 6. Woche	22
„Auferstehung - Utopien werden Wirklichkeit“ - Meditation in der 7. Woche	23
Lied- und Psalmvorschläge	24

Gottesdienst zur Eröffnung der Fastenaktion am Sonntag Invokavit	
Gottesdienstliturgie	25
Abkündigung der Aktion	28
Gabenprozession	29

Grundform der Andachten der ökumenischen Fastenaktion „7 Wochen mit...“

Votum

Wir sind versammelt im Namen Gottes,
Quelle, die belebt;
im Namen Jesu Christi,
Wahrheit, die befreit;
im Namen des Heiligen Geistes,
Kraft, die erneuert. Amen.

Lied: Sonne der Gerechtigkeit, EG 262

Psalm

Meditation (wenn möglich mit anschl. gemeinsamen Gespräch)

Lied

(Haustafeltext)

Töchter und Söhne der Erde,
die ihr wisst, was gut und böse ist:
Das Leben ist in Gefahr! Kümmert euch darum!

ENTDECKT DIE GANZHEIT

Die Erde ist ein Gewebe ohne Nähte.
Niemand hat das Recht, es in Stücke zu reißen.

SPÜRT DIE HEILIGKEIT

Ein heiliger Duft schwebt über allem, was ist.
Das Leben soll geschätzt, beschützt und geliebt werden.

ERFREUT EUCH AN DER SCHÖNHEIT

Der Schöpfung gehört ihr eigener Reichtum. Nichts ist nur Rohstoff.
Die Gaben der Erde sollen hingebungsvoll und dankbar behandelt werden.

ACHTET DEN ZUSAMMENHANG

Euer Leben ist verwoben mit dem Muster allen Lebens auf der Erde.
Alles, was ihr habt, ist euch zu treuen Händen gegeben.
Ihr sollt alles denen übergeben, die nach euch kommen.

KÄMPFT FÜR GERECHTIGKEIT

Mutter Erde hat genug, um die Bedürfnisse aller zu erfüllen,
aber nicht, um ihre Habgier zu befriedigen.
Die Kluft zwischen Arm und Reich ist Missachtung der Menschenwürde.

LEBT VERSÖHNUNG

Söhne und Töchter der Erde,
die ihr die Macht habt, ihr Gewebe zu zerstören:
Ihr seid berufen zu einem Leben der Versöhnung.

Haustafel für die 12. Vollversammlung der Konferenz Europäischer Kirchen 2003 in Trondheim

Fürbittengebet

Gott, wir bitten dich für alle Menschen, die unter ungerechten Handelsbeziehungen leiden
und die um die Früchte ihrer Arbeit und Mühen betrogen werden,
lass sie deine Gegenwart spüren – auch durch uns!
Kyrie eleison

... Grundform der Andachten der ökumenischen
Fastenaktion „7 Wochen mit...“

Wir bitten dich für die Menschen, die sich um ihres eigenen Vorteils willen unmenschlich verhalten
und für die Gier und Zynismus zu Lebensgrundlagen geworden sind,
lass sie deine Gegenwart spüren – auch durch uns!
Kyrie eleison

Wir bitten dich für die Menschen in unseren Dörfern und Städten, die von Arbeitslosigkeit bedrückt sind
und so wenig Perspektive für ihr Leben sehen,
lass sie deine Gegenwart spüren – auch durch uns!
Kyrie eleison

Gott, wir bitten dich für Menschen, die in Kriegsgebieten und Konfliktregionen leben
und noch keine Hoffnung auf Frieden haben,
lass sie deine Gegenwart spüren – auch durch uns!
Kyrie eleison

Wir bitten dich für alle Hungrigen, denen das tägliche Brot zum Leben fehlt
oder nicht zu einem guten Leben reicht,
lass sie deine Gegenwart spüren – auch durch uns!
Kyrie eleison

Wir bitten dich für Menschen, mit denen wir verwandt oder befreundet sind
oder deren Schicksal uns nahe geht und die deine Gegenwart brauchen.
In der Stille nennen wir ihre Namen. STILLE
Lass sie und uns, die wir aus dir und in dir leben, deine Gegenwart spüren, so dass wir Menschen in deiner lebendigen Hoffnung sind.
Kyrie eleison

Vaterunser

Segen

Bitte um Segen: Gott, stärke, was in uns wachsen will,
schütze, was uns lebendig macht,
behüte, was wir weitertragen,
und segne uns, wenn wir aufbrechen in deinem Namen.

Gott segne euch und behüte euch,
Gott lasse sein Angesicht leuchten über euch und sei euch gnädig,
Gott erhebe sein Angesicht auf euch und gebe euch Frieden. Amen.

Abendlied

Zum Weiterlesen:
Dorothee Sölle, Lieben und arbeiten. Eine Theologie der Schöpfung, München 2001
Ina Praetorius, Die Welt: ein Haushalt. Texte zur theologisch-politischen Neuorientierung, Mainz 2002

Fastenzeit – Genuss durch Verzicht Meditation in der ersten Woche

Viele Jahrzehnte hat das Fasten in den evangelischen Kirchen kaum eine Rolle gespielt. Die Passionszeit war durch Passionsandachten erkennbar, und zu Karfreitag gab es Fisch. Das hat sich sehr verändert. „Richtiges“ Fasten, Sieben Wochen ohne, Sieben Wochen mit – es gibt inzwischen eine Unzahl verschiedener Angebote, die Passions- oder Fastenzeit zu gestalten. Und das geschieht nicht nur im Zentrum kirchlichen Lebens sondern gerade auch am Rand von Kirche und innerhalb der säkularen Gesellschaft. Viele Menschen haben große Sehnsucht danach, ihren Glauben nicht nur im Kopf sondern ebenso mit Herz und allen Sinnen zu erfahren. Sie wollen die Frage nach dem Sinn ihres eigenen Lebens ganzheitlich beantworten. Deshalb gehören für sie Erfahrungen mit dem eigenen Körper dazu. Andere sprechen von ihrer Spiritualität. Fasten ermöglicht solche ganzheitlichen spirituellen Erfahrungen.

Eingebunden in unsere schnell bewegte Zeit wird immer deutlicher, wie fließend auch unser eigenes Leben bis hin zur eigenen Identität ist. „Wer bin ich?“ ist keine Frage mehr nur von Philosophinnen und Philosophen. Wer bin ich, wer bin ich im Angesicht Gottes, wer bin ich im Angesicht meiner Mitmenschen – das sind Fragen, denen nachgegangen werden will. Sie brauchen Zeit, in aller Vorläufigkeit beantwortet zu werden. Oft erleben wir den eigenen Körper dabei als verlässlicher und aussagekräftiger als unser Denken. Fasten, in welcher Art auch immer, bedeutet ein Sicheinlassen auf den eigenen Körper und auf die Wahrnehmung des eigenen Körpers. Es unterstützt die Begegnung mit sich selbst. Und das wiederum ist eine spirituelle Erfahrung.

Dazu kommen beunruhigende Fragen, die uns unsere Gesellschaft stellt. Wie können wir leben, so dass wir möglichst wenig der Schöpfung und unseren Mitmenschen in der Einen Welt schaden? Der zügellos gewordene Kapitalismus lässt die Frage nach dem eigenen Lebensstil für immer mehr Menschen von einer Luxus- zur Alltagsfrage werden. Es ist deutlich geworden, wenngleich wir es nur langsam begreifen, dass wir auf der Nordhälfte unserer Erde unseren Lebensstil einschränken müssen. Das Wort „Verzicht“ geistert durch die Medienlandschaft.

Décroissance ist das kaum übersetzbare Anti-Wort zum Wachstum (croissance).

„Wachstumsrücknahme“ könnte man es am ehesten übersetzen. In Frankreich ist eine kleine Bewegung daraus geworden. Einschränkung und Verzicht werden mit neuer Freude und Lust verbunden. Ja, geht das überhaupt? Sind das nicht Worte, die in ihrer Bedeutung einander ausschließen?

Als Christinnen und Christen kommen wir aus einer Tradition, die Genügsamkeit und Freude, Verzicht und Genuss mit großer Selbstverständlichkeit zusammengedacht hat. Die „Institution“ in der Bibel, die diesen Zusammenhang am stärksten ausgeführt hat, ist der Sabbat. Die diesjährige Passionszeit kann uns Anregung sein, dem Zusammengehören scheinbar so gegensätzlicher Begriffe nachzuspüren: in Texten der Bibel, in unserem eigenen Leben und in der Verantwortung für unsere Gesellschaft.

Pastorin Christiane Eller

Christliche Gemeinde - Mit Lust anders leben Meditation in der zweiten Woche

„Denn die Christen unterscheiden sich von anderen Menschen nicht durch ihren Wohnort, ihre Sprache oder ihre Bräuche. Weder wohnen sie in eigenen Städten, noch sprechen sie einen besonderen Dialekt, noch haben sie eine ungewöhnliche Lebensweise... In Kleidung, Nahrung und in allem, was sonst zum Leben gehört, schließen sie sich dem jeweils Üblichen an. Und doch haben sie ein erstaunliches und anerkannt wunderbares Gemeinschaftsleben.“ So wird im so genannten Diognetbrief, einer Schrift aus dem 2. Jahrhundert n. Chr., christliche Gemeinde beschrieben.

Worin besteht dieses „wunderbare Gemeinschaftsleben“? Christinnen und Christen gingen anders miteinander um, als es in der Gesellschaft des Römischen Reiches üblich war.

Wir wissen, dass damals mindestens 90 % der Bevölkerung zu den Armen (in unterschiedlicher Abstufung) zählten, 10 % waren reich. Reiche Menschen schämten sich ihres Reichtums nicht, sondern zeigten ihn demonstrativ gegenüber den Armen. Im Angesicht hungernder Menschen zu essen, war keine Provokation sondern einfach „normal“. Alle akzeptierten es.

In den christlichen Gemeinden wurde es nicht akzeptiert. Im 1. Korintherbrief im 11. Kapitel können wir die Wut des Paulus über solches Verhalten noch heute spüren. Wer so handelt und sein mitgebrachtes Essen beim Abendmahl nicht mit den Armen teilt, der soll zu Hause essen! Er gehört dann aber auch nicht mehr zur Gemeinde! Jüdische und christliche Gemeinden sorgten dafür, dass ihre Gemeindeglieder, auch wenn sie bettelarm waren, würdevoll bestattet wurden. Dagegen wissen wir, dass im Römischen Reich Tote einfach am Wegesrand liegen gelassen wurden, wenn sie selbst nicht vorgesorgt hatten bzw. niemand aus der Familie ihre Beerdigung bezahlen konnte. Im 1. Korintherbrief im 8. Kapitel wird deutlich, dass Christinnen und Christen miteinander darüber diskutiert haben, ob es zuträglich ist, das Fleisch von Tieren zu essen, die antiken Göttern geopfert waren. Manche fühlen sich in ihrem Glauben so unantastbar, dass diese scheinbare Nebensächlichkeit sie vollkommen unberührt lässt. Paulus aber empfiehlt, auf solchen Fleischgenuss zu verzichten. Er hat Verständnis für Gemeindeglieder, für die der Zusammenhang zwischen der Herstellung eines Produkts und dessen Verzehr eine Rolle spielt.

Dieses andere Miteinander der ersten Christinnen und Christen muss sehr anziehend auf die Umwelt gewirkt haben. Allerdings war es auch so verunsichernd, dass sich die christlichen Gemeinschaften damit viele Feinde schufen. Nicht eine Moral oder die gesellschaftliche Übereinkunft bestimmten ihr Handeln. Erkenntnis des Guten, Gottes- und Menschenliebe, Freude und gerechte Beziehungen untereinander – das war es, was ihr alltägliches Handeln begründete.

Fragt man, was unsere Gesellschaft heute von der Kirche erwartet, so wird nicht selten von Mahnworten gesprochen. Vor allem Bischöfinnen und Bischöfe werden gern in der Rolle der Ermahner gesehen. Irgendwie scheint es leichter, dann so weiterzuleben wie bisher, wenn die Kirche ab und an ein mahnendes Wort in die Welt spricht. Die ersten christlichen Gemeinden haben ihre Rolle anders verstanden. Sie haben nicht mit Ermahnungen sondern mit Lust anders gelebt. Das Leben der ersten Christinnen und Christen hat ansteckend in die Gesellschaft gewirkt.

Wie ist es möglich, dass wir uns wieder zu solch ansteckenden Gemeinschaften verbinden?

Pastorin Christiane Eller

Der Sabbat – Mehr als Nicht-Arbeit Meditation in der dritten Woche

Der eigentliche Inhalt des Sabbatgebots ist die Ruhe. Bereits in seiner ältesten Fassung in 2. Mose 34, 21 wird das deutlich: „Sechs Tage arbeite, aber am siebten Tag ruhe; beim Pflügen und Ernten ruhe!“ Ruhe ist etwas anderes als Nichtarbeiten. Ruhe hat eine eigene Qualität. Das hebräische Wort schabbat, aus dem später der Name des Ruhetags entstanden ist, bedeutet „aufhören“, „ein Ende machen“, „Punkt“. Nachdem die Arbeit beendet ist, egal, ob sie fertig gestellt ist oder nicht, entsteht Raum für etwas Neues, ganz Anderes. Diese andere Qualität der Zeit kommt von Gott.

Das Sabbatgebot ist hineingesprochen in eine Gesellschaft, die wesentlich durch die Landwirtschaft geprägt ist. Die Landwirtschaft gehört zu den Bereichen auch unseres Arbeitslebens, denen wir zugestehen, dass sie keine Rücksicht auf den freien Tag in der Woche nehmen können. Wenn Erntezeit ist, dann rollen die Mährescher nachts bei Flutlicht und natürlich am Wochenende über das Feld. Das Sabbatgebot aber fordert diesen einen Tag Ruhe in der Woche, an dem auch Aussaat und Ernte ruhen sollen. Der Wirtschaftskreislauf wird unterbrochen, und wenn es noch so vernünftig wäre, ihn pausenlos weiterlaufen zu lassen.

Die Kraft des Sabbats liegt in seinem subversiven Charakter. Dieser ergibt sich aus einer tiefen Freude und Zufriedenheit. Der Sabbat hat keine Funktion in Bezug auf unsere Arbeits- und Konsumgesellschaft. Unsere heutige Gesetzgebung sieht durchaus einen Zusammenhang zwischen Arbeitswoche und Sonntag. Der Sabbat aber dient weder der Erholung noch der Reproduktion von Arbeitskraft. Der Sabbat setzt hinter die Arbeitswoche einen Punkt. Aufhören! Unterbrechen! Der Sabbat ist um seiner selbst willen da. Er gehört Gott. Er dient allein Gott. Und gleichzeitig dient Gott mit diesem Tag den Menschen. Menschen dürfen sich wie Königinnen und Könige fühlen.

Ruhe ist etwas anderes als Freizeit. Unsere Freizeitgestaltung unterliegt heute fast schon ähnlichen Bedingungen wie unser Arbeitsalltag. Wir erwarten auch in der Freizeit hohe Effizienz, Erfolg, nachweisbare Ergebnisse und Leistung. Die kapitalistische Denkweise hat längst von unserem Privatleben Besitz ergriffen. Jesus sagt: „Der Sabbat ist für die Menschen da und nicht die Menschen für den Sabbat.“ (Markus 2, 27). Damit spricht er genau dieses Problem an, nämlich die Gefahr, die in der Verkehrung des Guten liegt. Wenn die Aufforderungskultur der Gebote engherzig auf den Sabbat angewendet wird, dann geht seine eigentliche Intention der Freiheit verloren. Wenn die Effizienz-Kultur der Arbeitswelt auf den Sonntag übertragen wird, dann ist sein Charakter verkannt.

Den Sabbat zu feiern, das bedeutet, dass wir uns einen Tag in der Woche auf Gott und uns selbst als Geschöpfe Gottes konzentrieren. Dass wir die Zwänge der Arbeits- und Konsumwelt einen Tag lang aussetzen. „Sollte“ oder „müsste“ existieren dann nicht. Der Sabbat ist Geschenk an uns. Er hat eine Form, die uns alle Freiheit ermöglicht: in Gemeinschaft zu sein, miteinander zu essen und zu trinken, zu erzählen, zu singen, in der Bibel zu lesen, auszuruhen, still dazusitzen, einfach nur da zu sein, in den Gottesdienst zu gehen oder sich auch einmal bewusst dagegen zu entscheiden.

Vielleicht wäre es denkbar, einmal im Monat solch einen Tag miteinander auszuprobieren?

Pastorin Christiane Eller

Das Sabbatjahr – Unterbrechung des Wirtschaftskreislaufs **Meditation in der vierten Woche**

In den Weisungen der Tora, der fünf Bücher Mose, gibt es nicht nur den Sabbat-Tag sondern auch das Sabbatjahr und das Jubeljahr. Das sind drei verschiedene, einander ergänzende Einrichtungen der Unterbrechung. Dabei wird nicht nur der harte Arbeitsalltag unterbrochen sondern auch der Wirtschaftskreislauf. Für den Sabbat gilt: *Alle sollen zur Ruhe kommen, auch „dein Sohn und deine Tochter..., dein Sklave und deine Sklavin..., dein Vieh..., auch... der Ausländer oder die Ausländerin in deiner Stadt“* (2. Mose 20, 10). Diese Ergänzungen machen deutlich, dass es nicht einfach darum geht, einen Tag nicht zu arbeiten. Der Sabbat-Tag ist ein Geschenk Gottes an die Menschen und an die Schöpfung. Alle sind eingeladen, ihre Geschöpflichkeit zu feiern und zu genießen. Die Regeln der Wirtschaft werden für diesen Tag außer Kraft gesetzt.

Um wie viel mehr gilt das für das alle sieben Jahre zu begehende Sabbatjahr: „Ihr sollt alle sieben Jahre einen Schuldenerlass durchführen. Mit diesem Schuldenerlass hat es folgende Bewandnis: Jede Person, die ein Darlehen ausstehen hat, erlässt, was sie ihren Nächsten geliehen hat. Das heißt: Sie tritt nicht an ihre Nächsten heran, auch nicht an ihre Geschwister, denn es ist ein Schuldenerlass im Sinne des Ewigen ausgerufen worden... Es darf keine Armut unter euch geben!... Es mag geschehen, dass dein Bruder oder deine Schwester – mit anderen Worten, ein Hebräer oder eine Hebräerin – sich dir als Sklave oder Sklavin verkaufen muss. Wenn diese Person dir sechs Jahre lang gedient hat, dann lass sie im siebten Jahr frei von dir gehen.“ (5. Mose 15, 1-2,4,12).

Alle sieben Jahre also sollen sowohl finanzielle Schulden als auch Sklaverei aus Gründen von Überschuldung aufgehoben werden. Es gibt die Möglichkeit – wie nach einem Sabbat-Tag voller Ruhe –, wieder von vorn anfangen zu können. Hintergrund für diese Gesetzgebung ist die gesellschaftliche Entwicklung im alten Israel um 800 v. Chr. Damals veränderte sich die Gesellschaft von relativer Gleichheit „zu einer in Klassen gespaltenen Gesellschaft“, wie der Alttestamentler Rainer Kessler sagt. Nicht nur einzelne Bauern waren davon betroffen sondern die gesamte Landbevölkerung. Die Entwicklung in der damaligen globalisierten Welt des Vorderen Orients und das Königtum in Israel hatten einen Prozess in Gang gesetzt, der zu einer verstärkten Städtebildung führte. Damit wuchs der Druck auf die Landwirtschaft, mehr zu produzieren, als die Bevölkerung auf dem Land selbst brauchte. Dieses Mehrprodukt – durch Dienstleistungen und Abgaben der Bauern entstanden – eigneten sich aber nur Wenige an. Einzelnen Menschen gelang es, immer mehr Erzeugnisse, Land, andere Reichtümer und schließlich auch Menschen in ihren Besitz zu bringen. Mit dem Aufkommen der Geldwirtschaft war diese für viele Menschen negative Entwicklung besiegelt.

Das Erstaunliche ist, dass nicht nur die Propheten die ungerechten Zustände kritisierten. Auch Beamte am Königshof nahmen genau wahr, was passierte. Sie waren voller Sorge und hatten Angst vor einer inneren Auflösung der Gesellschaft. Im Prozess der Entstehung der Tora und der darin enthaltenen Gesetzgebung webten sie ihre Überlegungen hinein, die eine weitere Zerstörung der wirtschaftlichen und sozialen Strukturen des Landes verhindern sollten.

Als Christinnen und Christen haben wir die Aufgabe, von diesen Dingen zu wissen, die Gesetzgebung der Tora zu diesen Fragen zu kennen und unser Wissen in die heutige gesellschaftliche Debatte einzubringen.

Pastorin Christiane Eller

Das Jubeljahr – Unterbrechung der Wachstumsspirale Meditation in der fünften Woche

Neben dem Sabbatjahr gibt es noch eine weitere Einrichtung im alten Israel, die für Unterbrechung und die Möglichkeit eines neuen Anfangens sorgt: das Jubeljahr. Alle 50 Jahre findet es statt.

„Jubel“ kommt von dem Namen des Widderhorns, in das zur Eröffnung hineingeblasen werden soll. In der Tora finden wir, wie dieses Erlassjahr zu praktizieren ist: „Ihr sollt den Verlauf des 50. Jahres heiligen, und ihr sollt im Land für alle seine Bewohner und Bewohnerinnen Freilassung ausrufen... Eine jegliche Person von euch kehrt wieder zu ihrem Besitz und zu ihrer Sippe zurück... Und wenn ihr etwas an eine Person eurer Abstammungsgemeinschaft verkauft oder aus der Hand einer der Angehörigen eurer Gemeinschaft kauft, dann sollt ihr euch nicht untereinander übervorteilen. Entsprechend der Zahl der Jahre nach dem Jubeljahr kaufst du von dem Angehörigen deines Volkes.“ (3. Mose 25, 10,14,15).

Wie das Sabbatjahr ist auch das Jubeljahr ein Brachjahr. Für das Sabbatjahr heißt es in der ältesten Fassung bereits: „...im siebten Jahr sollst du ihn (deinen Acker) brachliegen lassen. Die Armen unter euch sollen davon leben, und was übrig bleibt, fressen die Tiere.“ (2. Mose 23, 11). Für das Jubeljahr steht geschrieben: „Ihr sollt nicht säen und das, was nachgewachsen ist, nicht ernten, und die unbeschnittenen Weinstöcke nicht lesen.“ (3. Mose 25, 11). Wieder also wird der Produktions- und Konsumkreislauf unterbrochen. Die Wachstumsspirale kann sich nicht weiterdrehen. Das Land hält inne.

Dazu kommt, dass auch die Eigentumsverhältnisse neu geordnet werden. Die Schere zwischen Arm und Reich schließt sich zwar nicht, aber sie klafft erst einmal weniger weit auseinander. Frauen und Männer, die durch Überschuldung in die Sklaverei bei ihren eigenen Landsleuten hineingerutscht sind, müssen in die Freiheit entlassen werden. Familien, die ihren Grundbesitz und damit ihre Ernährungsgrundlage verloren haben, erhalten ihr Land, zumindest im Rahmen ihrer Sippe, zurück. Dabei greift das Jubeljahr als letzte aller Möglichkeiten. Zuerst soll innerhalb der Familie oder Sippe versucht werden, das verschuldete Land oder die verschuldete Person auszulösen. Verwandte sind rechtlich verpflichtet, Land und Menschen in die Freiheit zurückzukaufen.

Höhepunkt dieser Überlegungen ist der Satz: „Das Land darf nicht unwiderruflich verkauft werden, denn mir gehört das Land, und ihr seid Fremde und Leute mit Bleiberecht bei mir.“ (3. Mose 25, 23). Dass Gott allein Eigentümer des Landes ist, entspricht *nicht* der gesellschaftlichen Realität, sondern ist reine *Theologie*. Aber machen wir uns die Macht dieses einzelnen Gedanken bewusst. Wenn das Land letztlich Gott gehört, wird unendliches wirtschaftliches Wachstum unterbunden. Dann existiert die Möglichkeit, „schnelles Geld“ zu machen, nicht einmal mehr für eine begrenzte Zeit.

Was in der Tora steht, ist Grundlage auch unseres christlichen Glaubens. Von der Institution des Jubeljahres wissen wir nicht, inwiefern es praktisch jemals umgesetzt wurde. Aber die Überlegungen, die dahinter stehen, können wir nicht von uns weisen. Auch Jesus verkündet ein Gnadenjahr Gottes. Wie ist es möglich, *praktisch* in dem Bewusstsein zu leben, dass die wesentlichen Grundlagen unseres Lebens nicht unser Eigen sondern allein Gottes sind? Was bedeutet das für unseren Lebensstil, wenn Brachjahr (Verzicht) und Erlassjahr (Ermöglichung von neuer Gerechtigkeit) so unmittelbar miteinander verknüpft sind?

Pastorin Christiane Eller

Die Tora – Erfüllung durch Selbstverpflichtung **Meditation in der sechsten Woche**

Nach der Tora finden alle sieben Jahre ein Sabbatjahr und alle 50 Jahre ein Jubeljahr statt. Beides sind Brachjahre und Erlassjahre. Dann soll weder gesät noch geerntet werden. Was trotzdem auf den Feldern, Weinbergen und an den Ölbäumen zu finden ist, gehört den Armen – und dem Vieh. Land, das wegen Überschuldung verloren gegangen ist, kehrt wieder zu seinem ursprünglichen Besitzer zurück. Menschen, die versklavt waren, werden frei.

Das klingt alles sehr schön. Dürfen wir es auch für wahr halten? Wie ist das alte Israel mit diesen Gesetzen umgegangen?

Mit unserem modernen Rechtsverständnis können wir die damalige Handhabung nicht erfassen. Für uns sind Gesetze dazu da, eingehalten zu werden. Wer sie übertritt, wird bestraft. Alle Gerichtsurteile müssen durch Gesetze und bisherige Rechtsprechungen begründet werden. Lässt der Gesetzestext allerdings nur die kleinste Lücke zu, ist eine Verurteilung nicht möglich. Viele Gesetze oder Gebote der Tora sind keine Gesetze in diesem Sinne. Wörtlich übersetzt müssten wir ohnehin von „Weisungen“ sprechen.

Wir können davon ausgehen, dass das Jubeljahr nicht praktiziert wurde. Anders das Sabbatjahr. Zumindest für die Zeit nach dem Exil ist in der Bibel von den Schwierigkeiten die Rede, die sich aus dem Ernstnehmen dieser Weisungen ergeben können. Wenn Menschen nämlich wissen, dass sie nach sechs Jahren ihr Darlehen einfach verloren geben müssen, dann borgen sie doch lieber gar nichts mehr. Ganz eindeutig ist die Forderung Jesu in dieser Hinsicht: „...leiht aus, ohne etwas zu erhoffen!“ (Lukas 6, 35). Das weist darauf hin, dass das Erlassjahr durchaus praktiziert wurde.

Wenn es sich dabei aber nicht um gesetzliche Forderungen im heutigen Sinne handelt, sondern eher um eine Anregung und die *Möglichkeit*, sie zu leben – wie ist das im alten Israel geschehen?

Aus der Bibel können wir eine überaus interessante Kombination von *eigener Entscheidung* und *Verpflichtung innerhalb einer Gruppe* herauslesen. In Psalm 1 und vielen weiteren Psalmen wird dem Gerechten der Frevler gegenübergestellt. Das bedeutet, dass jede Frau und jeder Mann die Möglichkeit hat, sich zu entscheiden. Wir treffen selbst die Entscheidung, Gerechtigkeit zu tun oder unseren Mitmenschen gerechtes Handeln vorzuenthalten. Damit wird immer auch eine Entscheidung für oder gegen den Gott Israels getroffen. Die Bibel spricht damit von der Möglichkeit und der Notwendigkeit, klare Entscheidungen zu treffen *und* treffen zu können. Auch wenn es genug Grauzonen gibt.

Im Nehemiabuch im 10. Kapitel wird erzählt, wie Vertreterinnen und Vertreter des jüdischen Volkes sich miteinander darauf verpflichteten, eine auf das absolut Wesentliche beschränkte Zusammenfassung der Tora-Gesetze einzuhalten. Es handelt sich dabei um zehn der 600 Weisungen. Dazu gehören ein alle sieben Jahre stattfindendes Brachjahr mit Schuldenerlass. Hier bestand im 5. Jahrhundert v. Chr. großer Handlungsbedarf. Die Armut der Armen war so bedrückend, dass ein Aufstand drohte (Neh 5). Menschen haben sich also aus eigener Überzeugung miteinander auf gerechteres Handeln geeinigt, weil sie erkannt haben, dass es so nicht weitergehen kann.

Ich träume davon, dass wir uns ausführlich damit befassen, wie dringend notwendig das Zusammenspiel von Gesetz und Selbstverpflichtung, von Recht und ethischen Gesichtspunkten ist. – Und wie können wir durch gezielten und bewussten Verzicht, auf den wir uns vielleicht gemeinsam mit anderen verpflichten, die lustvollen und genussreichen Seiten des Lebens intensiver wahrnehmen?

Pastorin Christiane Eller

Auferstehung – Utopien werden Wirklichkeit Meditation in der siebenten Woche

Die Tora, die fünf Bücher Mose, sind voller Weisungen, die dem Leben dienen und es in Alltagsfragen unterstützen. Neben kultischen Fragen werden die vielen Probleme des sozialen Zusammenlebens und des gerechten Umgangs miteinander besprochen. Wir können von einem Wirtschaftsrecht der Tora sprechen – so große Bedeutung werden diesen doch sehr wesentlichen Fragen menschlicher Existenz darin zugemessen!

Die Tora ist nicht nur Grundbestandteil jüdischen sondern ebenso christlichen Glaubens. Das gilt es, sich als Christin und Christ immer wieder bewusst zu machen. Jesus und Paulus beziehen sich fortwährend positiv auf Weisungen der Tora. Genau so sind wir heute aufgefordert, uns mit ihnen auseinanderzusetzen. Für die allermeisten von uns bedeutet das, sie erst einmal kennen zu lernen. Was macht die Weisungen der Tora so besonders? Sie sind in manchem so utopisch, dass sie uns schlichtweg nicht praktikabel erscheinen. Das betrifft gerade auch Fragen aus dem Wirtschaftsleben. In der landwirtschaftlichen Hochsaison einen Tag lang pro Woche die Feldarbeit ruhen lassen? Wie soll das denn funktionieren! Das Wetter nimmt doch keine Rücksicht auf den Sabbat! Auf die Rückzahlung von Darlehen verzichten? Ich kann mich doch nicht zur Dummen machen! Und wie soll ich dann letztlich meinen Haushalt finanzieren, wenn ich immer nur gebe und nichts zurückbekomme?!

Und doch rechnet der jüdische Glaube von der Exoduserfahrung her damit, dass all diese scheinbar utopischen Forderungen Wirklichkeit werden können. Menschen, die schon einmal die Befreiung aus der Sklaverei in Ägypten erlebt haben, halten auch andere Wunder für möglich. Darauf vertraut die Bibel. Menschen, die schon einmal daran beteiligt waren, dass eine Diktatur ins Wanken geraten ist, wissen tief im Herzen, dass sich der persönliche Einsatz für grundlegende Veränderungen lohnt. Der anglikanische Priester Paul Oestreicher hat auf der Internationalen Friedenskonvokation in Jamaika im Mai 2011 erklärt, dass es möglich ist, den Krieg abzuschaffen – genau so wie es möglich war, die Sklaverei abzuschaffen. Menschen, „die für das Ende des Sklavenhandels kämpften, wurden als unrealistische Träumer angesehen. Die Sklaverei war damals sicher ‚Teil unserer DNA‘ und unabdingbar für das wirtschaftliche Überleben jeder Gesellschaft. Die Kirchen unterstützten die Sklaverei ohne Wenn und Aber...“ In gleicher Weise, sagt er, sind heute viele Christen und Christinnen Teil einer Gesellschaft, die nicht glauben will, dass der Krieg abgeschafft werden kann, sondern sogar bewusst daran festhält.

Nicht anders ist es mit dem entfesselten kapitalistischen Wirtschaftssystem und seiner Ideologie vom unendlichen Wachstum. Seine negativen Auswirkungen in unserem eigenen Land und in unserer Einen Welt werden immer sichtbarer und spürbarer. Es geht darum, die zunehmende Zerstörung unserer wirtschaftlichen, politischen und sozialen Strukturen zu verhindern. Also: Hand aufs Herz! *Glauben* wir, dass es möglich ist, die Wachstumsspirale zu stoppen? Halten wir es für möglich, Wachstums-Unterbrechungen einzuführen, die unsere gegenwärtige wirtschaftliche Entwicklung nachhaltig zum Positiven verändern? Trauen wir es uns zu, unseren eigenen Lebensstil dauerhaft umgestalten zu können? *Glauben* wir, dass wir im Verzicht zu mehr Lebenslust und Genuss finden?

In der Kraft der Auferstehung zu leben, bedeutet genau dies: nicht nur den ganz normalen Wahnsinn unserer kapitalistischen Gesellschaft in Frage zu stellen, sondern in der Tiefe unseres Herzens zu *glauben*, dass er überwindbar ist! Menschen, die aus der Auferstehung leben, haben die Fülle eines Lebens in Gott geschmeckt und wollen solch ein gutes Leben für alle Menschen auf unserer Erde. Sie wissen, dass es möglich ist, die Wachstumsspirale zu unterbrechen und fangen damit schon mal im eigenen Leben an. Menschen, die aus der Auferstehung leben, haben Lust, anders zu leben. Sie wissen, dass wir in Gemeinschaft miteinander stark sind, stark genug, die scheinbaren Zwänge der Arbeits- und Konsumwelt bloßzustellen und ins Leere laufen zu lassen.

Pastorin Christiane Eller

Lieder und Psalmen für Andachten mit den Meditationstexten zur Fastenzeit 2012

Lieder

- Wenn im Tal die Hoffnung blühet
- Dein König kommt in niedern Hüllen, EG 14, 1,4,5
- Brich mit den Hungrigen dein Brot, EG 420
- Lass uns den Weg der Gerechtigkeit gehen, Singen von deiner Gerechtigkeit 125
- Komm in unsre stolze Welt, EG 428
- Im Sterben seufzt die Erde, Singen von deiner Gerechtigkeit 22
- Herr, der du vormals hast dein Land, EG 283, 1,4,6,7
- Schenk uns Weisheit, schenk uns Mut, Singen von deiner Gerechtigkeit 36
- Wo Menschen sich vergessen, Singen von deiner Gerechtigkeit 123
- Seid einander Segen, Singen von deiner Gerechtigkeit 83
- Nun atme auf und wecke alle Sinne, Singen von deiner Gerechtigkeit 135
- Der Tag ist seiner Höhe nah, EG 457, 1-6
- Wir haben Gottes Spuren festgestellt, Singen von deiner Gerechtigkeit 109
- Hoch hebt den Herrn mein Herz und meine Seele, EG 309
- Gott Lob, der Sonntag kommt herbei, EG 162, 1-4
- Gott ist gegenwärtig, EG 165, 1,3,5-8
- Tut mir auf die schöne Pforte, EG 166, 1,2,4
- Wir pflügen und wir streuen, EG 508, 1,2
- Herr, die Erde ist gesegnet, EG 512, 1,3,6
- Das Feld ist weiß, EG 513, 1,2,5-7

Abendlieder

- Der Mond ist aufgegangen, EG 482, 1-4,7
- Der Lärm verebbt, und die Last wird leichter, Singen von deiner Gerechtigkeit 139
- Bleibet hier und wachet mit mir, EG 700
- Gehe ein in deinen Frieden, EG 489
- Der Tag, mein Gott, ist nun vergangen, EG 266
- Herr, bleibe bei uns (Kanon), EG 483
- Der Tag ist um, die Nacht kehrt wieder, EG 490

Psalmen

1 / 12 / 15 / 37,1-11 / 37,27-40 / 92 / 112 / 145 / 146

Bitte beachten:

Die Lieder, die nicht im evangelischen Gesangbuch sind, finden Sie in der Druckvariante der Materialmappe 2011. Die meisten stammen aus: Singen von deiner Gerechtigkeit. Das Gesangbuch in ge-rechter Sprache, Gütersloher Verlagshaus 2005.

Gottesdienstliturgie

■ Musik

■ Begrüßung

Votum
Wir sind versammelt im Namen Gottes,
Quelle, die belebt;
im Namen Jesu Christi,
Wahrheit, die befreit;
im Namen des Heiligen Geistes,
Kraft, die erneuert. Amen.

■ Eingangslied Sonne der Gerechtigkeit (EG 262)

■ Psalm 91 (Luther und/oder neue Übersetzung, hier Bibel in gerechter Sprache)

Wer in der Bergung Gottes in der Höhe wohnt,
im Schatten der mächtigen Gottheit übernachtet,
spricht zur Ewigen: Mein sicherer Ort und meine Burg,
meine Gottheit, auf die ich vertraue.

Gott zieht dich aus der Schlinge des Vogelfängers,
aus der tödlichen Pest.

Gottes Schwingen bedecken dich. Unter Gottes Flügeln birgst du dich.

Schild und Schutzmauer ist Gottes Verlässlichkeit.

Du musst dich nicht fürchten vor dem Grauen der Nacht,
vor dem Pfeil, der am Tage fliegt,

vor der Pest, die in der Finsternis umherschleicht,

vor der Seuche, die am Mittag wütet.

Es fallen tausend zu deiner Seite
und zehntausend zu deiner Rechten – dir naht es nicht.

Mit eigenen Augen schaust du,

siehst, wie denen, die Unrecht tun, vergolten wird.

Ja, du, Ewige, mein sicherer Ort!

Du hast Gott in der Höhe zu deinem Obdach gemacht.

Kein Unheil wird dich treffen.

Leid wird sich deinem Zelt nicht nähern.

Gottes Engel haben den Auftrag,
dich auf allen deinen Wegen zu bewahren.

In der hohlen Hand tragen sie dich,

damit dein Fuß nicht an einen Stein stoße.

Über Löwe und Otter kannst du gehen,
kannst zertreten Junglöwe und Drache.

Ja, alle, die mir in Zuneigung zugetan sind,

werde ich entkommen lassen,

werde alle retten, die meinen Namen kennen.

Allen, die nach mir schreien, werde ich antworten.

Ich werde für sie da sein in der Bedrängnis.

Ich schnüre sie los und verleihe ihnen Würde.

Mit einem langen Leben will ich sie sättigen,

lasse sie sehen: Befreiung.

... Gottesdienstliturgie ...

■ **Kyrie mit Bußakt**

- Wir klagen darüber, wie ungerecht es in unserer Welt zugeht. Die kleinen Veränderungen, die wir herbeiführen könnten, erscheinen uns oft so lächerlich, dass wir sie lassen.
- Ich könnte Kaffee, Tee und Schokolade aus Fairem Handel kaufen. Ich habe immer wieder meine Gründe, es nicht zu tun. Mal ist es der Weg, mal der Geschmack, mal das Geld, am meisten aber die Bequemlichkeit.

Gott, in dieser Zeit der Umkehr bitten wir dich, dass du in uns die Möglichkeit zur Umkehr bereitest. Begleite uns dabei, wenn wir die Lust zu einem gerechteren Leben entdecken. Erbarme dich.

- Ich habe keinen Spaß am täglichen Kochen. Gemüseputzen? Ich weiß gar nicht richtig, wie das geht. Ich nehme lieber ein Fertiggericht oder eine Dose. Die Lebensmittelindustrie hat sich ja längst auf Menschen wie mich eingestellt. Oder habe ich mich auf das Angebot der Lebensmittelindustrie eingestellt?
- Ich weiß, dass es auf dem Wochenmarkt oder in bestimmten Geschäften viele Erzeugnisse aus unserer eigenen Region zu kaufen gibt. Es gelingt mir nicht, mich in meinem Einkauf auf diese Orte zu konzentrieren.
- Ich habe überhaupt nicht genug Geld, um frei über meine Einkäufe entscheiden zu können. Fair und regional? Das klingt wie Hohn für mich! Ich bin froh, wenn ich ab und zu einfach was Besonderes auf dem Tisch zu stehen habe.

Gott, in dieser Zeit der Umkehr bitten wir dich, dass du in uns die Möglichkeit zur Umkehr bereitest. Begleite uns dabei, damit wir uns und andere nicht noch zusätzlich mit schlechtem Gewissen belasten. Erbarme dich.

- Bisher war es mir egal, wie viel tausend Kilometer meine Frühstückszutaten zurückgelegt haben. Ich arbeite so viel, da ist reichhaltiges Essen ein Ausgleich. Es würde mir schwer fallen, auf die Fülle des Angebots zu verzichten.
- Oft kaufe ich unter Zeitdruck ein. Dann lege ich in meinen Korb, was mir gerade so ins Auge fällt. Zuhause merke ich manchmal, dass es viel zu viel ist.

Gott, in dieser Zeit der Umkehr bitten wir dich, dass du in uns die Möglichkeit zur Umkehr bereitest. Begleite uns dabei, wenn wir die Achtsamkeit und Gegenwärtigkeit zu einem guten Leben neu entdecken. Erbarme dich. Amen.

■ **Musik**■ **Lesung (Evangelium): Mt 4,1-11** (evtl. mit Musikimprovisation)**Stille**■ **Glaubensbekenntnis**

Wir glauben an Gott,
den Ursprung von allem,
was geschaffen ist,
die Quelle des Lebens,
aus der alles fließt,
das Ziel der Schöpfung,
die auf Erlösung hofft.

Wir glauben an Jesus Christus,
den Gesandten der Liebe Gottes,
von Maria geboren.
Ein Mensch, der Kinder segnete,
Frauen und Männer bewegte,
Leben heilte und Grenzen überwand.
Er wurde gekreuzigt.

... Gottesdienstliturgie ...

In seinem Tod
 hat Gott die Macht des Bösen gebrochen
 und uns zur Liebe befreit.
 Mitten unter uns ist er gegenwärtig
 und ruft uns auf seinen Weg.

Wir glauben an Gottes Geist,
 Weisheit Gottes, die wirkt, wo sie will.
 Sie gibt Kraft zur Versöhnung
 und schenkt Hoffnung,
 die auch der Tod nicht zerstört.
 In der Gemeinschaft der Glaubenden
 werden wir zu Schwestern und Brüdern,
 die nach Gerechtigkeit suchen.
 Wir erwarten Gottes Reich. Amen.

- **Lied** Wochenlied: Ein feste Burg (EG 362,1-3) oder Ach bleib mit deiner Gnade (EG 347)
 oder: Wir haben Gottes Spuren festgestellt (Singen von deiner Gerechtigkeit 109)
 oder: Jeder Teil dieser Erde (Kanon)

- **Predigt** (Eine ausformulierte Predigt von Pastorin Christiane Eller, Leiterin des Ev. Frauenwerkes in MV, wird Ende Februar 2012 auf www.7wochenmit.info in der Rubrik „Gottesdienst“ veröffentlicht.)

- **Lied** Wo Menschen sich vergessen (Singen von deiner Gerechtigkeit 123)
 oder: Wenn im Tal die Hoffnung blühet

- **Abkündigungen** mit Vorstellung der Fastenaktion „7 Wochen mit“ (siehe S. 28)

- **Lied und Kollektensammlung** Herr, der du vormals hast dein Land (EG 283, 3,4,6,7)
 oder: Lass uns den Weg der Gerechtigkeit gehen (Singen von deiner Gerechtigkeit 125)

- **Gabenprozession** (siehe S. 29)

- **Fürbitten**

Gott, wir bitten dich für alle Menschen, die unter ungerechten Handelsbeziehungen leiden und die um die Früchte ihrer Arbeit und Mühen betrogen werden, lass sie deine Gegenwart spüren – auch durch uns!
Kyrie eleison

Wir bitten dich für die Menschen, die sich um ihres eigenen Vorteils willen unmenschlich verhalten und für die Gier und Zynismus zu Lebensgrundlagen geworden sind, lass sie deine Gegenwart spüren – auch durch uns!
Kyrie eleison

Wir bitten dich für die Menschen in unseren Dörfern und Städten, die von Arbeitslosigkeit bedrückt sind und so wenig Perspektive für ihr Leben sehen, lass sie deine Gegenwart spüren – auch durch uns!
Kyrie eleison

... Gottesdienstliturgie

Gott, wir bitten dich für Menschen, die in Kriegsgebieten und Konfliktregionen leben und noch keine Hoffnung auf Frieden haben,
lass sie deine Gegenwart spüren – auch durch uns!
Kyrie eleison

Wir bitten dich für alle Hungrigen, denen das tägliche Brot zum Leben fehlt oder nicht zu einem guten Leben reicht,
lass sie deine Gegenwart spüren – auch durch uns!
Kyrie eleison...

Wir bitten dich für Menschen, mit denen wir verwandt oder befreundet sind oder deren Schicksal uns nahe geht und die deine Gegenwart brauchen.
In der Stille nennen wir ihre Namen. STILLE
Lass sie und uns, die wir aus dir und in dir leben, deine Gegenwart spüren,
so dass wir Menschen in deiner lebendigen Hoffnung sind.
Kyrie eleison

■ **Vaterunser**

- **Lied** Bewahre uns Gott (EG 71) oder:
Seid einander Segen (Singen von deiner Gerechtigkeit 83)

■ **Stärkung und Segen**

- **Bitte um Segen:** Gott, stärke, was in uns wachsen will,
schütze, was uns lebendig macht,
behüte, was wir weitertragen,
und segne uns, wenn wir aufbrechen in deinem Namen.

Gott segne euch und behüte euch,
Gott lasse sein Angesicht leuchten über euch und sei euch gnädig,
Gott erhebe sein Angesicht auf euch und gebe euch Frieden. Amen.

■ **Musik**

Vorstellung der Fastenaktion „7 Wochen mit ...“ zur Abkündigung im Gottesdienst

Das Ev. Frauenwerk in MV und die Fair-Handels-Beratung MV laden dieses Jahr zum dritten Mal zu einer Fastenaktion mit dem Titel „7 Wochen mit Produkten aus Fairem Handel und aus der Region“ ein. Die Fastenaktion findet dieses Jahr in deutlich kleinerem Rahmen statt.

Die Initiatorinnen wollen damit *KEINE* Aktion zur Vermehrung des schlechten Gewissens schaffen. Vielmehr soll durch das bewusste Nachdenken und gemeinsame Gespräch über Umgang und Verbrauch von fair gehandelten Produkten und Erzeugnissen aus der Region *LUST* gemacht werden, unser Leben anders zu leben.

Wir werden angeregt, achtsamer und gegenwärtiger einzukaufen und zu essen.

Wir werden angeregt, durch diese scheinbar kleinen Dinge neu über Arbeit, Gerechtigkeit und uns selbst als Haushalterinnen und Haushalter von Gottes Schöpfung nachzudenken.

Wenn Sie Interesse an dieser Aktion haben, können Sie sich über die Internetseite www.7wochenmit.info ausführlich informieren.

[Als Gemeinde laden wir herzlich zu wöchentlichen Andachten im Rahmen dieser Fastenaktion/ zu einem Gemeindeabend, der uns in dieses Thema einführen soll, ein.]

Gabenprozession

mit Produkten aus Fairem Handel und der Region

Benötigt werden

- 6 Personen, die die Gaben bringen und die folgenden Sätze vorlesen
- Kaffee, Tee und Kakao, gekauft im örtlichen Weltladen, bei der Fair-Handels-Gruppe oder in ausgewählten Supermärkten (dort am Fairtrade-Siegel erkennbar), sowie Brot, Milch und Kartoffeln aus der Region
- Körbchen oder Schälchen (wenn möglich ebenfalls aus dem Weltladen), in denen die Produkte schön hergerichtet werden.

Die Produkte werden nacheinander nach vorn getragen und auf dem Altar oder einem Tisch abgelegt.

Kurztexte

- Ich bringe **Brot** vom Bäcker bei mir um die Ecke, wo es immer so gut duftet. Hier kann ich aus einer Vielfalt an leckeren Backwaren auswählen und erhalte zudem eine fachkundige Beratung. Frische und Vertrauen in die Herkunft meines täglichen Brotes sind mir wichtig.
- Ich bringe **Kaffee** aus Nicaragua. Die Leistungen des Fairen Handels, wie garantierte Mindestpreise, langfristige Verträge, Vorfinanzierungen und Beratung durch die Fairhändler, ermöglichen den Kleinbauern eine Entwicklung hin zu mehr Eigenständigkeit.
- Ich bringe **Milch** von einer Molkerei, die Verträge mit Landwirten aus Mecklenburg-Vorpommern hat. Dadurch verhindere ich lange Transportwege und unterstütze Arbeitsplätze bei uns. Milchprodukte aus der Region erkenne ich an der Abkürzung **MV** im ovalen Herkunftsstempel auf der Verpackung.
- Ich bringe **Tee** aus Sri Lanka: Durch ökologischen Anbau wird die Gesundheit der Teepflückerinnen auf den Plantagen geschont. Der Fairtrade-Aufschlag geht in einen Sozialfonds, über den die Arbeiterinnen selbst bestimmen. Sie können so Gesundheits- und Bildungsprojekte finanzieren und ihre Lebensbedingungen verbessern.
- Ich bringe **Kartoffeln** vom Markt. Den Bauern kenne ich schon seit Jahren und weiß, wie er sein Gemüse anbaut. Er verzichtet auf Spritzmittel und unterstützt die Kultivierung alter Sorten. Auch die Qualität ist oft besser als die von Kartoffeln in der Gemüseabteilung des Supermarktes.
- Ich bringe **Kakao** aus Ghana: Immer mehr Kleinbauern schließen sich zu Genossenschaften zusammen, die vom Fairen Handel gefördert werden. Der Mehrpreis geht überwiegend in Gemeinschafts- und Entwicklungsprojekte, wie z.B. den Bau von Brunnen und Schulen, oder in Investitionen für die Genossenschaften.

Quelle: In Anlehnung an Markus Raschke, München (Theologe, Pädagoge und Weltladen-Berater)

Impressum

Materialmappe 2012 „7 Wochen mit Produkten aus Fairem Handel und der Region“

Herausgeberin: Evangelisches Frauenwerk in MV, Mauerstr. 1, 18439 Stralsund

Redaktion: Pastorin Christiane Eller (verantwortl. für S. 14-29), Ralf Göttlicher (verantwortl. für S. 1-13), Sibylle Gundert-Hock, Andrea Kiep

Layout: Ralf Göttlicher

Druck: 2012 nur auf Bestellung bei Angelika de Oliveira Gloria über gloria@ellm.de bzw. 0385-5185-124

Stand: Januar 2012

Gefördert durch die Norddeutsche Stiftung für Umwelt und Entwicklung (NUE) aus Mitteln von „Bingo. Die Umweltlotterie“.