



Weniger ist mehr



Vorschau 2024

Jeder Beitrag zählt
sehen-und-handeln.ch

ÖKUMENISCHE
KAMPAGNE

*In Zusammenarbeit
mit «Partner sein»*



Fastenaktion



HEKS
Brot für alle.

Weniger ist mehr – jeder Beitrag zählt

Die Rechnung ist einfach: Weniger Konsum = weniger CO₂-Ausstoss = weniger Klimakatastrophen. Das bedeutet mehr Klimagerechtigkeit = mehr Ernte = mehr Sicherheit. Das 1,5-Grad-Ziel bis 2040 ist optimistisch und anstrengend, aber nicht unmöglich. Wenn wir alle unseren Beitrag leisten, können wir es schaffen!

Die Lebensbedingungen von Millionen von Menschen im Süden werden kontinuierlich prekärer, da langanhaltende Dürren die Ernten zerstören und die Menschen gezwungen sind, ihre Heimat zu verlassen. Dies ist nur ein Beispiel der verheerenden Folgen der Klimakrise. Die Erde darf sich auf keinen Fall um mehr als 1,5 °C erhitzen. Bereits 1,6 °C würden bedeuten, dass der Meeresspiegel um 30 cm ansteige, 2 °C hätten eine Reduktion von 3 Millionen Tonnen Fischbestand oder Ernteauffälle von bis zu 7 Prozent zur Folge. Die Länder, die am stärksten dazu beigetragen haben, müssen endlich Verantwortung übernehmen.

Beweisen wir uns selbst, unseren Mitmenschen und unserer Umwelt, dass wir einen Beitrag leisten wollen und können.

Das Motto der Ökumenischen Kampagne 2024 passt ausgezeichnet zur Fastenzeit: «Weniger ist mehr». Unsere Handlungen haben einen Einfluss auf das Klima und somit auf die Lebensbedingungen im Süden. Jeder Beitrag zählt. Mit dem Fahrrad zur Arbeit fahren verkleinert den persönlichen ökologischen Fussabdruck, eine Initiative für mehr Velostädter am Arbeitsplatz vergrössert den gemeinsamen Handabdruck. Motivieren Sie Ihre Mitmenschen, indem Sie persönliche Erfahrungen teilen. Dies ist ein wertvoller Beitrag für mehr Hoffnung, Klimagerechtigkeit und eine lebenswerte Zukunft für alle. Genaueres zum Handabdruck finden Sie in dieser Vorschau.

Fastenaktion, HEKS und Partner sein fordern in der Ökumenischen Kampagne 2024 dazu auf, Missstände zu sehen und klimagerecht zu handeln, denn jeder Beitrag zählt.

Die Kampagne dauert von Aschermittwoch, 14. Februar, bis Ostersonntag, 31. März 2024.

Weitere Infos: www.sehen-und-handeln.ch/thema

Die Lebensgrundlagen der traditionellen Fischer im Senegal sind bedroht. So sehr, dass Ousseynoum Thiom manchmal nach einem langen Tag auf dem Boot mit leeren Händen zurückkommt.



Bild: Fastenaktion, Mamadou Diop

Gemeinsam den Handabdruck vergrössern

Individuelle Taten für den Klimaschutz sind wichtig. Doch selbst grosse Veränderungen, um den eigenen ökologischen Fussabdruck zu verkleinern, reichen langfristig nicht aus. Der europäische Lebensstil verbraucht weit mehr Ressourcen, als der Planet Erde zur Verfügung stellt. Dies ist frustrierend und entmutigend. Mit dem Konzept des Handabdrucks lässt sich diese Perspektive nachhaltig verändern. Der Handabdruck lenkt den Blick weg vom Verbrauch hin zu den Sparpotenzialen der Ressourcen. Der Fokus liegt auf dem Mach- und Erreichbaren, die Perspektive wechselt vom Ich zum Wir, das Ziel ist gemeinsamer Erfolg statt einsamer Frustration.

Der Handabdruck lädt dazu ein, bestehende Initiativen und Projekte in der Umgebung zu entdecken und wertzuschätzen, was alles bereits gemacht wird. Diese Inspirationen werden weiterentwickelt und konkretisiert.

Das Handabdruck-Konzept stärkt und motiviert, da wir nicht alleine, sondern gemeinsam unterwegs sind. Es eignet sich für Kirchgemeinden und Pfarreien, Firm- oder Konfirmationsgruppen sowie als Reflexionsgrundlage für einen Freiwilligentreff oder Teamanlass. Mehr Informationen zum Workshop mit einer unserer Fachpersonen finden Sie weiter hinten in dieser Vorschau sowie auf www.sehen-und-handeln.ch/handabdruck



Illustration: SK/SS

Tag für Tag durch die Fastenzeit

An Herausforderungen wie der Klimakrise mangelt es nicht. An Menschen, die mit gutem Beispiel vorangehen, zum Glück auch nicht. Der Fastenkalender 2024 bietet Tag für Tag neue Inspirationen, wie wir alle einen Beitrag für eine gerechtere Welt leisten können. Nutzen Sie den Fastenbegleiter wie bisher in gedruckter Form zum Aufhängen oder Aufstellen. Oder ganz neu: Abonnieren Sie ihn online. So können Sie die Inhalte bequem auf Ihrem Handy oder Computer nachverfolgen. Ihre Kirchgemeinde oder Pfarrei kann den digitalen Kalender auf der eigenen Website einbinden, um möglichst vielen Menschen den Zugang zur täglichen Inspiration zu vereinfachen. Lassen auch Sie sich von den Worten im Fastenkalender zu klimagerechten Taten bewegen:

www.sehen-und-handeln.ch/fastenkalender



Aktionen zum Mitmachen

Aktionstag für das Recht auf Nahrung

Wir kombinieren Bekanntes und Neues an einem öffentlichen Höhepunkt. Gestalten Sie den Aktionstag am 16. März 2024 nach Ihren Bedürfnissen und Wünschen. Wir schlagen Ihnen folgende drei Varianten vor:



1 Sie verkaufen wie gehabt Fairtrade-Rosen für je fünf Franken.



2 Sie arbeiten mit einer lokalen Bäckerei zusammen und verkaufen Brot oder Brötchen an einem öffentlichen Stand oder durch mobile Gruppen. Wir nennen Ihnen Bäckereien in Ihrer Nähe, die den Aktionstag für das Recht auf Nahrung unterstützen. Zudem informieren wir Sie über verschiedene Optionen für den Brotverkauf. Wählen Sie ein «Solidaritätsbrot» aus dem Sortiment Ihrer Bäckerei und verkaufen Sie dieses mit einem symbolischen Aufpreis.



3 Sehr attraktiv ist es, Brot und Rosen am selben Stand zu verkaufen. Sie passen symbolisch gut zusammen, haben doch Frauen Anfang des 20. Jahrhunderts protestiert mit Brot und Rosen, die symbolisch für genügend Essen und ein würdiges Leben stehen. Der Erlös der Aktion fließt in die Projekte von Fastenaktion, HEKS und Partner sein, die den Hunger bekämpfen sowie ein Leben in Würde fördern.

Das Vorgehen: Melden Sie sich per Online-Formular an und entscheiden Sie sich für eine der Varianten. Wir melden uns bei Ihnen und informieren Sie über alles Weitere.

Mehr Infos dazu unter:

www.sehen-und-handeln.ch/aktionstag

AKTIONSTAG:
SAMSTAG,
16. MÄRZ 2024



Für das Recht
auf Nahrung

Die bewährte Aktion **«Brot zum Teilen»** für die ganze Fastenzeit bleibt bestehen. Wir freuen uns, wenn Sie Bäckereien zum Mitmachen motivieren.

Fasten, denn weniger ist mehr

Fasten lässt uns achtsam werden: Was tut mir gut und was nicht? Was haben meine Gewohnheiten mit der Umwelt zu tun? Wie kann ein «Weniger» in puncto Konsum oder Aktivitäten zu einem «Mehr» hinsichtlich Klimagerechtigkeit sowie meines Wohlbefindens beitragen?

Allein fasten kann schwierig sein. Schliessen Sie sich einer Fastengruppe in Ihrer Nähe oder online an.

Weitere Infos:

www.sehen-und-handeln.ch/fastengruppen

Suppen-Kochworkshop

Mit einer guten Gruppe eine gute Suppe kochen? Sie erhalten Tipps und Tricks, um Ihre Sinne und Ihre Kreativität hinter dem Suppentopf noch besser einsetzen zu können. Für einen Suppentag vom Feinsten.

Workshop für (zukünftige) Suppenköchinnen und -köche:

Donnerstag, 16. November 2023,
10.00–13.45 Uhr, Eventküche Baden
Anmeldung bis 31. Oktober 2023 –
max. 20 Teilnehmende (Teilnahme ist kostenlos)

Mehr Infos und Anmeldungen unter
www.sehen-und-handeln.ch/suppe

Stimmen aus dem Süden



Inés Pérez, Guatemala (rechts im Bild)

Inés Pérez ist seit 16 Jahren Koordinatorin des Landesprogramms Guatemala von Fastenaktion: Die Theologin und ausgebildete Primarlehrerin setzt sich seit Jahren beruflich wie auch freiwillig ein für Indigene, Frauen und den Frieden. Pérez zeigt eindrücklich auf, wie die Anliegen der ländlichen indigenen Bevölkerung, das Recht auf Nahrung sowie der Schutz der Umwelt eng miteinander verbunden sind. Für Bäuerinnen und Bauern wird es immer schwieriger, ihre Ernährung sicherzustellen, denn die Folgen des Klimawandels – wie Wirbelstürme und Dürren – erschweren Anbau und Ernte. Pérez fördert den Austausch über die indigene Spiritualität, den interreligiösen und interkulturellen Dialog und kämpft gegen Diskriminierung und Rassismus. Zudem referiert sie regelmässig in kirchlichen Gremien, u.a. über die Rolle der Maya-Frauen im Friedensprozess oder den interreligiösen Dialog in Guatemala.

Einsatzzeit: 23. Februar bis 11. März 2024

Kontakt: Andrea Gisler, gisler@fastenaktion.ch, 041 227 59 68



Messele Seyoum Ayanno, Äthiopien

Messele Seyoum Ayanno hat einen Master in Microfinance und arbeitet seit mehreren Jahren im NGO-Sektor. Seit 2020 führt er die Hilfsorganisation Gayo Pastoral Development Initiative (GPDI) in Borana. Dieses Gebiet ist eines der am stärksten von Dürre betroffenen in der Region Oromia. Die Dürre in Äthiopien gilt als die schlimmste seit 40 Jahren, findet jedoch international kaum Beachtung und nur wenig Soforthilfe. HEKS setzt sich in Partnerschaft mit GPDI dafür ein, die Widerstandsfähigkeit von Gemeinschaften zu stärken und deren Lebensgrundlagen zu schützen. Sie unterstützen Gemeinschaften in Borana, den klimabedingten Belastungen standhalten zu können. Ayanno ist in Borana als Hirtenjunge aufgewachsen und ist Zeuge, wie Hirtinnen und Hirten in Äthiopien einen grossen Teil ihres Viehs verloren haben und zusehends in Armut geraten. Sein Herzensanliegen ist es, die Anfälligkeit für Klimakatastrophen zu verringern sowie die Ernährungssicherheit im ganzen Gebiet zu verbessern.

Einsatzzeit: 1. bis 18. März 2024

Kontakt: Simon Weber, simon.weber@heks.ch, 078 739 58 53



Gemeinsam den Handabdruck vergrössern

Lernen Sie den ökologischen Handabdruck lustvoll und interaktiv kennen. Sie erhalten Anregungen und Beispiele dafür, wie dieser gemeinsam vergrössert werden kann. Der Workshop informiert und motiviert Gruppen und Gemeinschaften, die aufbrechen und aktiv werden wollen. Entdecken Sie Ihren Handlungsspielraum für mehr Klimagerechtigkeit – jeder Beitrag zählt.

Zielgruppe: Personen aus Kirchgemeinden und Pfarreien, Quartiervereinen, Firm- oder Konfirmationsgruppen usw.

Dauer: 90 Minuten oder nach Absprache

Anfragen: Matthias Dörnenburg, doernenburg@fastenaktion.ch, oder Simon Weber, simon.weber@heks.ch

Kosten: Fr. 300.–