

Pressemitteilung

Aachen, im Januar 2021

Der MISEREOR-Fastenkalendar 2021 ist erschienen

Der neue **Fastenkalendar** des **Aachener Hilfswerks MISEREOR** ist erschienen. Er bietet für jeden Tag der Fastenzeit, von Aschermittwoch bis Ostermontag, eine Fülle an Anregungen, meditativen Impulsen, Ideen und Informationen. Jeder Fastentag ist einem von **sieben Tagesthemen** gewidmet: **Nachhaltigkeit, Spiritualität, Eine Welt, Fasten/Ernährung, Nächstenliebe, Freie Impulse** und **Besinnung auf Gott**. Entlang dieser Tagesthemen führt eine abwechslungsreiche Textauswahl durch die Fastenzeit.

Schwerpunkt ist in diesem Jahr **Nachhaltigkeit und Ernährung**. So wird zum Beispiel der Frage nachgegangen, welche **Auswirkungen unsere Ernährung** auf die Umwelt hat. Aber es werden auch **praktische Fragen** behandelt, wie: Welchen Fisch kann ich mit Blick auf Nachhaltigkeit überhaupt noch essen?

Immer mehr Menschen nutzen die Fastenzeit zum **Innehalten, Umdenken** und zur **Einkehr**. Der MISEREOR-Fastenkalendar möchte dafür Kompass und Wegweiser sein: Er geleitet durch den persönlichen Fastenweg aber auch durch das gemeinschaftliche Fasten in der Kirchengemeinde, in der Familie oder mit Freunden.

Fasten, Einkehr und **Nächstenliebe** bilden das Fundament der katholischen Fastentradition und werden vom Kalender-Konzept aufgegriffen: Fasten und freiwilliger Verzicht schärfen den Blick auf das Wesentliche, das wirklich Wichtige im Leben und legen geistige Reserven frei. Einkehr und Meditation richten den Fokus wieder stärker auf Gott und die Verantwortung für unsere Umwelt. Die geschaffenen Reserven bereiten den Weg zu gelebter Nächstenliebe denen gegenüber, die hier bei uns und in der Einen Welt in Not sind.

Der MISEREOR-Fastenkalendar erscheint im MVG Verlag und ist erhältlich
(Best.-Nr. I 106 21, € 2,25 zzgl. Versandkosten) unter www.eine-welt-shop.de.

Die **MVG** ist ein Medien- und Versandunternehmen mit einem breiten Leistungsspektrum und einer ethisch motivierten Zielsetzung. Weiterführende Informationen unter www.eine-welt-mvg.de.

MVG Medienproduktion und Vertriebsgesellschaft mbH • Boxgraben 73 • 52064 Aachen • Sandra Radermacher • 0241/479 86-732 • radermacher@eine-welt-mvg.de

Pressemitteilung