

**Das Recht auf Nahrung** ist ein international anerkanntes Menschenrecht. Es schützt das Recht jedes Menschen, sich selbstständig ernähren zu können, sei es durch den Anbau von eigenen Nahrungsmitteln – das heisst durch den gesicherten Zugang zu den notwendigen natürlichen Ressourcen wie Land, Saatgut oder Wasser – oder in dem die Menschen genug verdienen, um Nahrung einzukaufen.

Fasten ist eine befreiende Erfahrung für Körper, Geist und Seele. **Gemeinsam Fasten** setzt über den eigenen Verzicht hinaus ein Zeichen der Verbundenheit mit Menschen, die auch heute noch hungern müssen.

*Brot für alle* und *Fastenopfer* organisieren jährlich die Ökumenische Kampagne, um die Bevölkerung für Nord-Süd Themen zu sensibilisieren. In diesem Rahmen fasten rund 120 Gruppen in der ganzen Schweiz - **über 1600 Menschen**, die überzeugt sind, dass eine gerechtere Welt möglich ist.



**GEMEINSAM  
FASTEN**

**Einladung zum Organisationstreffen  
Do 18.2. 20.00 per zoom**

Link für Organisationstreffen per zoom  
<https://us02web.zoom.us/j/84859504821?pwd=bDBEd01MaGF1UUVPeDBCRGZyOXB3Zz09>



[www.sehen-und-handeln.ch/fasten](http://www.sehen-und-handeln.ch/fasten)

**reformiert\_katholisch**  
Kirchen in Volketswil



*„Verzicht bedeutet nicht immer Verlust – als unser Psychologieprofessor uns das vor ein paar Jahren dozierte, haben wir Studierende das mit grossem Vorbehalt entgegengenommen.*

*Das Fasten war für mich die grösste Überraschung, da habe ich eindrücklich erfahren, dass diese Aussage sehr wohl stimmt.*

*Ich sah mich im Voraus mit knurrendem Magen und eisernem Willen den Hunger bezwingen. Aber nichts von alledem. Die Fastentage waren geprägt von einer tiefgehenden Ruhe und Dankbarkeit gegenüber allem was war, ist und sein wird. Ich fühlte mich lebendig, klar und leicht.*

*Und wenn es bei der Bäckerei unglaublich fein duftete, freute ich mich auf die Zeit nach dem Fasten. Mir wurde dabei schlagartig der Unterschied zwischen Fasten und Hunger bewusst: Ich übte einen selbstgewählten, zeitlich begrenzten Verzicht, im Gegensatz zu hungernden Menschen, die keine Perspektive auf eine Veränderung ihrer Situation haben. Diese Einsicht machte mich offen für die Not der anderen.*

*Ein Teilnehmer*

## **Interessierte sind eingeladen zum gemeinsamen Fasten.**

**Start: Sonntag 7. März 10.30 Uhr mit Suppentag Gottesdienst in der Katholische Kirche**

**Treffen und Austausch jeden Abend online per zoom 20.00 Uhr**

**Gemeinsames Fastenbrechen am Sa 13. März 20.00 Uhr mit Andacht in der reformierten Kirche**

### **Begleitung:**

Roland Portmann, Pfr. ref. Kirche

[roland.portmann@gmx.net](mailto:roland.portmann@gmx.net)

Daniel Geevarghese, Pfr. Kath. Kirche

[daniel.geevarghese@pfarrei-volketswil.ch](mailto:daniel.geevarghese@pfarrei-volketswil.ch)

### **Anmeldung:**

Definitive Anmeldung möglich bis:

**Freitag 12.2.** an Sekretariat ref. und kath. Kirchen

[sekretariat@ref-volketswil.ch](mailto:sekretariat@ref-volketswil.ch) oder Tel. 043 399 41 11

[kathpfarramt@pfarrei-volketswil.ch](mailto:kathpfarramt@pfarrei-volketswil.ch) oder Tel. 044 908 40 20

Wir freuen uns, Sie kennen zu lernen.

**Roland Portmann und Daniel Geevarghese**

