

# Klimafasten in der Fastenzeit 2021



Die Fastenzeit lädt die Gläubigen dazu ein, ihr Leben zu reflektieren und gegebenenfalls zu verändern. Die Fastenzeit im Jahr 2021 steht noch ganz unter dem Einfluss der Corona-Pandemie und so haben sich Gemeindereferentin Gabriele Sieder und Ramona Schrickler überlegt, nicht wie üblich auf Kaffee, Schokolade und Smartphone zu verzichten, sondern ganz bewusst die Umwelt in den Blick zu nehmen. Der Verzicht ist in Zeiten von Corona schwer spürbar. Wir verzichten auf Restaurantbesuche, auf das Treffen unserer Familie und Freunde und auf liebgewonnene Rituale. Die Aktion „Klimafasten“ nimmt jede Fastenwoche ein spezielles Thema (Wasser, Ressourcen schonen, Pflanzen, etc.) in den Blick. Am Altar wird dazu ein passendes Bild mit Impulstext angebracht.

## 1. Fastenwoche - Was uns die Erde Gutes spendet

Unser Planet Erde gibt uns Nahrung, Wohn- und Lebensraum. Ohne die Erde könnten wir nicht leben und überleben. Wir hätten nichts zu Essen und zu Trinken, wir wären nackt und ohne einen sicheren Lebensraum.

Leider behandeln wir die Erde sehr schlecht, wir zerstören Habitate und schöpfen Ressourcen aus. Wir verschwenden Trinkwasser und vergiften Flüsse und Meere durch Düngemittel und Plastik. Ein jeder von uns hat Schuld am Zustand unseres Planeten.

In dieser Fastenzeit wollen wir den Blick gemeinsam auf unsere Erde richten. Gemeinsam wollen wir Alternativen in den Blick nehmen, damit unsere Erde uns noch lange Zeit ernähren und beschützen kann.



### Was können Sie zuhause tun?

- Reste- Rezepte
  - Aus Resten zaubert man manchmal die besten Gerichte
- Regional einkaufen
  - Kaufen sie beim Bauern vor Ort ein, so schützen Sie die Umwelt
- Kleidung aussortieren
  - Kleidung die 2 Jahre nicht mehr getragen wurde, kann aussortiert werden
  - Kaufen Sie doch einmal Second Hand
- Haushaltscheck
  - Kaufen Sie mit einem Einkaufszettel ein, dass schon den Geldbeutel und die Umwelt

### 2.Fastenwoche - Ressourcen schonen



Muss der Fernseher immer im Standby laufen?  
Kannst Du nicht einmal das Handy weglegen?  
Warum nimmst Du jetzt schon wieder das Auto, obwohl der Weg zum Laufen nicht zu weit ist?  
Sätze wie diese nerven einfach. Sie zeigen auf, wie einfach die Ressourcen der Erde geschont werden könnten und wie schwer es ist, den inneren Schweinehund zu überwinden.

In dieser Woche wollen wir in den Blick nehmen, wie leicht Strom gespart werden kann und wie es gelingt den eigenen CO<sub>2</sub>- Verbrauch zu reduzieren. Denken Sie zum Beispiel an die alte kaputte Glühbirne die gegen eine stromsparende LED- Birne ausgetauscht wird. Alte Haushaltsgeräte sind meistens Stromfresser auch hier sollte man die alten Geräte gegen neue, energieeffizientere Geräte austauschen. Der CO<sub>2</sub> Verbrauch ist meistens schwerer umzusetzen, dennoch ist es möglich mit dem Rad zur Messe zu kommen, oder lassen wir den guten alten KirchGANG wieder aufleben.

### Was können Sie zuhause tun?

- Stromsparen
  - Kein Standby
  - Kippschalter aus
  - Neue Geräte, die energieeffizienter sind
  - Internet-/ Fernseherfasten
- CO<sub>2</sub> verringern
  - KirchGANG- vielleicht kann ich auch zu Fuß zur Kirche gehen
  - Ich nehme das Rad ( Pfarrei hat einen Fahrradständer)
  - Fastensonntagsspaziergang

### 3. Fastenwoche - Plastik

Mist, Einkaufskorb vergessen! Jetzt brauche ich schon wieder eine Plastiktüte, um meine Einkäufe nach Hause zu tragen.

Plastik ist allgegenwärtig und ein praktischer Alltagshelfer. Es ist leicht, haltbar und für viele von uns schwer ersetzbar. Andererseits baut sich Plastik nicht ab und verursacht eines der größten ökologischen Probleme unserer Zeit. Mikroplastik findet man überall, sogar im Magen von Tiefseefischen.



Was kann man tun um die Plastikflut einzudämmen? Das ist eigentlich nicht so schwer, Alternativen zu Plastik gibt es genug. Statt der Plastikflasche kaufe ich die Glasflasche die öfter wiederverwendet werden kann. Oder ich benutze festes Duschgel oder Shampoo; auch meine Zahnbürste gibt es mittlerweile mit Bambusgriff. Vielleicht achte ich beim nächsten Einkauf, auf diese Produkte und ja den Einkaufskorb stelle ich ins Auto.

#### Was können Sie zuhause tun?

- Plastik vermeiden
  - Glas- statt Plastikflaschen
  - Festes Duschgel
  - Festes Shampoo
  - Einkaufskorb, Gemüsenetze und Einkaufstasche benutze
- Upcycling:
  - TetraPak als Vogelhaus, Windlicht, etc.

### 4. Fastenwoche - Pflanzen



Pflanzen und Klimaschutz, wie hängt das zusammen?

Unsere Pflanzen sind für das Klima essentiell, denn sie nehmen das Treibhausgas CO<sub>2</sub> auf und setzen Sauerstoff frei. Dadurch helfen sie, die Temperaturen

auf der Erde stabil zu halten. Je mehr Bäume es gibt, desto mehr CO<sub>2</sub> kann folglich gebunden werden.

Jetzt im Frühling lassen sich Bäume, Sträucher und Blumen gut pflanzen. Terrassen, Balkone und Gärten freuen sich sicher über den einen oder anderen Zuwachs und nebenbei helfen wir der Erde für unser Wohl zu sorgen.

## Was können Sie zuhause tun?

Pflanzen Sie doch etwas Schönes. Vielleicht einen Baum, einen schönen Strauch oder säen sie eine Wildblumenwiese an. Verschönern Sie doch Ihre Fensterbank, Ihren Balkon, Ihre Terrasse oder Ihren Garten. Eine Pflanze hat immer Platz und sie helfen dem Klima.



### **5.Fastenwoche - Wasser**

#### **Kind 1:**

Warum soll ich Wasser sparen? Wasser gibt es doch genug! Überall ist Wasser, schau doch mal die riesigen Meere an.

#### **Gemeindereferentin:**

Das stimmt schon, zwei Drittel unserer Erde bestehen aus Wasser, aber es ist Salzwasser, was für uns Menschen nicht wirklich nutzbar ist. Das Süßwasser ist knapp und kostbar.

#### **Kind 2:**

Wie kann ich Wasser sparen?

#### **Gemeindereferentin:**

Das ist ziemlich einfach, dusche lieber kurz, bevor Du ein Vollbad nimmst und stelle das Wasser beim Zähneputzen aus. Am besten benützt Du einen Zahnputzbecher.

#### **Kind 3:**

Das mache ich doch schon lange, aber kann man nicht mehr machen?

#### **Gemeindereferentin:**

Natürlich, Du und Deine Eltern können eine Regentonne aufstellen und das Wasser sammeln, dann habt ihr im Sommer immer Gießwasser und müsst dafür kein Trinkwasser nehmen.

#### **Kind 4:**

Zuhause achten wir immer darauf, dass die Spülmaschine immer voll ist, bevor wir diese einschalten.

#### **Gemeindereferentin:**

Sehr gut, auch so lässt sich Wasser sparen! Vielleicht fällt Euch noch etwas ein, wie ihr Zuhause Wasser sparen könnt.

## Was können Sie Zuhause tun?

- Regenwasser statt Trinkwasser für Gartenpflanzen
- Wasserstoptaste für WC
- Duschen statt Baden
- Sparsamen Duschkopf einschrauben
- Wasch- und Spülmaschine nur gut gefüllt einschalten