Pressemitteilung

Aachen, im Januar 2020

Der MISEREOR-Fastenkalender 2020 ist erschienen

Der **Fastenkalender** des **Aachener Hilfswerks MISEREOR** geht mit seinem neuen Konzept nun bereits ins dritte Jahr**.** Der bebilderte Tageskalender möchte Wegweiser und Impulsgeber sein und begleitet seine Leser/-innen mit nachdenklichen und unterhaltsamen **Texten**, mit **Gebeten**, **spirituellen Impulsen** und **Bibelauslegungen** sowie mit **Rezepten** und praktischen **Aktionsideen** auf ihrem persönlichen Weg durch die Fastenzeit.

Immer mehr Menschen nutzen die Fastenzeit nicht nur zum Fasten, sondern auch zum **Innehalten**, **Umdenken** und zur **Einkehr**. Der MISEREOR-Fastenkalender 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.

Auch in diesem Jahr ist wieder jeder Fastentag 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.

Der MISEREOR-Fastenkalender erscheint im MVG Verlag und ist erhältlich (**Best.-Nr. 1 106 20**, **€ 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 • Stefanie Jobes • 0241/479 86-711 • jobes@eine-welt-mvg.de

Pressemitteilung