Dieses Jahr lassen Sie sich schmecken:  
Kochen Sie für Misereor!  
Ihre Spendenaktion kann so köstlich sein…

Suzanne Lemken, Misereor

08.01.2024

[Fastenaktion (Misereor)](https://www.pfarrbriefservice.de/search/media/files?f%5b0%5d=tags:414)

Leuchtend bunte Zutaten, köstlicher Duft. Schneiden, Schälen, Mörsern, Kneten. Und dann erst der Geschmack! Gutes Essen ist ein Genuss für alle Sinne – jede Mahlzeit hat es in sich, ein Fest zu sein.

Im kolumbianischen Nariño, wohin uns die diesjährige Misereor-Fastenaktion mit dem Leitwort „**Interessiert mich die Bohne**“ einlädt, leben die Menschen danach. Für sie ist es nicht selbstverständlich, gesunde Nahrung zur Verfügung zu haben. Aber: Mithilfe unserer Partnerorgansiation bauen sie eine nachhaltige Landwirtschaft auf und überwinden Schritt für Schritt den Hunger. Was sie ernten, wird oft geteilt und gemeinsam gekocht. Lassen Sie sich davon inspirieren und kochen Sie mit – in der Familie, im Freundeskreis, in der großen Gruppe oder auch ganz allein. Wenn Sie Ihre Mahlzeit mit einer Spende für Misereor verbinden, spannen Sie den Kreis der Menschen an Ihrem Tisch um die ganze Welt! Mehr Infos, Rezepte und Inspirationen finden Sie unter **misereor.de/fastenkochen**.

Natürlich gibt es noch viele andere Möglichkeiten, gemeinsam aktiv zu werden und Spenden für die gute Sache zu sammeln. Stöbern Sie doch einmal unter **misereor.de/aktionen**! Hier finden Sie sportliche, musikalische, kreative und kulinarische Anregungen. Und wenn Sie sich eine passende Aktion ausgesucht haben, können Sie gleich kostenloses Material dazu bestellen. Ihre Ansprechpartnerinnen vom Misereor-Aktionsteam helfen Ihnen bei Fragen gern weiter: Suzanne Lemken ([suzanne.lemken@misereor.de](mailto:suzanne.lemken@misereor.de), 0241/442-127), Miriam Thiel ([miriam.thiel@misereor.de](mailto:miriam.thiel@misereor.de), 0241/442-506) und Johanna Jung ([johanna.jung@misereor.de](mailto:johanna.jung@misereor.de), 0241/442-518).