

## Wie mache ich mit?

- Ich melde mich an (siehe Rückseite) und
- verzichte in der Fastenzeit 2016 (von 10. Februar bis 26. März) zumindest weitgehend auf Fleisch.

Damit bin ich ein wichtiger Teil der ständig wachsenden Bewegung **Gerecht leben – Fleisch fasten** und ...

- trage zu mehr globaler Gerechtigkeit bei
- schütze unsere Umwelt und das Klima
- unterstütze eine nachhaltige Landwirtschaft
- lebe bewusster und gesünder und
- habe auch die Chance...

... **schöne Preise zu gewinnen!**

## Wie kann ich gewinnen?

Unter allen, die sich anmelden und bei der Aktion Gerecht leben – Fleisch fasten mitmachen, werden schöne Preise wie Gutscheine für Restaurants, Kochbücher u.v.m. verlost. Die Verlosung findet nach Ostern statt. Die GewinnerInnen werden schriftlich und telefonisch verständigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Impressum: Welthaus Diözese Graz-Seckau, Bürgergasse 2, 8010 Graz. F.d.I.v.: Christian Köpf. Layout: D. Staudinger, C. Köpf. Fotos: Titelseite - © Sergiy Bykhunenko - Fotolia.com, Innenteil - © linda\_vostrovskaja - Fotolia.com.

## Infos und Anmeldung

Ganz einfach online anmelden auf:

**[www.fleischfasten.at](http://www.fleischfasten.at)**

Per E-Mail oder auf dem Postweg:

[gerechtleben@fleischfasten.at](mailto:gerechtleben@fleischfasten.at)

Aktion Gerecht leben – Fleisch fasten

Welthaus, z.H. Margot Pail

Bürgergasse 2, 8010 Graz

Telefon: 0316 324556

## E-Mail-Newsletter

Wenn Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse angeben, erhalten Sie den wöchentlichen Newsletter mit Veranstaltungstipps, vegetarischen Rezepten, spirituellen Impulsen etc.

Find us on Facebook: [facebook/fleischfasten](https://www.facebook.com/fleischfasten)

### Gerecht leben – Fleisch fasten ist eine Initiative von:

Afroasiatisches Institut / Bildungshaus Mariatrost / Bischöfliches Amt für Schule und Bildung / Bischöfliches Pastoralamt / Dreikönigsaktion – Hilfswerk der Katholischen Jungschar / Katholische Aktion Steiermark / Kirchliche Pädagogische Hochschule der Diözese Graz-Seckau / Sonntagsblatt / Umweltreferat Diözese Graz-Seckau / Welthaus Diözese Graz-Seckau



# Machen Sie mit!



Weniger Fleisch.  
Mehr Lebensqualität.  
Für alle.

## Verantwortungsvoll genießen. Bewusst konsumieren.

Machen Sie mit: Wir nehmen die Fastenzeit zum Anlass, unseren Ernährungsstil kritisch zu hinterfragen und Alternativen zum enorm hohen Fleischkonsum auszuprobieren. Mit vielen positiven Folgen: Für mehr soziale Gerechtigkeit, für die Umwelt, das Klima und die Tiere – und für unsere Gesundheit!

### Weniger ist mehr

Vom Alltagsbraten zum Sonntagsbraten! In Österreich essen wir pro Kopf und Jahr etwa 70 Kilo Fleisch. Der hohe Fleischkonsum hat global gravierende Folgen: Das Futter für Rind, Schwein, Geflügel & Co verbraucht rund zwei Drittel aller fruchtbaren Flächen weltweit. Die EU importiert einen großen Teil der benötigten Futtermittel wie etwa Soja aus anderen Weltgegenden. In den Herkunftsländern wie Brasilien und Argentinien werden für die Soja-Plantagen riesige Waldflächen abgeholzt. Durch die ständige Ausweitung der Plantagen verlieren viele Kleinbauern ihr Land und haben nicht mehr genug zu essen. Weniger Fleisch bedeutet also mehr globale Gerechtigkeit.

 Machen Sie mit!

### Zukunft für unsere Bauern

Auch viele Landwirte in Österreich leiden unter dem System. Sie stehen unter gewaltigem Druck – vor allem wegen der niedrigen Preise für Fleisch und Milch. Viele Bäuerinnen und Bauern mussten ihre Höfe für immer zusperren. Die gute Nachricht: Wir können mit unserem Ernährungsverhalten das System durchbrechen und eine nachhaltige, fair bezahlte Landwirtschaft fördern. Mit jeder Mahlzeit geben wir unsere Stimme ab: Wenn Fleisch, dann mit hoher Qualität (zum Beispiel Bio), aus der Region und zu einem Preis, von dem unsere Bäuerinnen und Bauern leben können.



### Klimaschutz & Gesundheit

Wer zum Klimaschutz beitragen möchte, sollte nicht nur sein Auto öfter stehen lassen, sondern auch sein Schnitzel: Die globale Produktion von Fleisch, Eiern und Milchprodukten verursacht laut Welternährungsorganisation FAO mehr klimaschädliche Treibhausgase als der gesamte weltweite Verkehr. Auch die Gesundheit wird durch den übermäßigen Konsum von tierischen Produkten belastet. Das Motto „weniger ist mehr“ gilt aus dieser Sicht auch für einen maßvollen Fleischgenuss.

### Motivation aus christlicher Sicht

Solidarität und Nächstenliebe haben im christlichen Glauben eine Tiefendimension. Sie haben ihren Ursprung im barmherzigen und liebevollen Umgang Gottes mit uns Menschen. Weil Gott die gesamte Schöpfung in unsere Verantwortung gibt und für alle ein erfülltes Leben will, müssen wir uns dafür einsetzen, dass alle Menschen Gerechtigkeit und Barmherzigkeit erfahren. Fleischfasten greift eine alte katholische Tradition wieder auf und kann ein zeitgemäßes Werk der Barmherzigkeit sein.

**JETZT ANMELDEN!** [www.fleischfasten.at](http://www.fleischfasten.at)