

Fastenzeit beginnt: Wie man durch Verzicht das Klima schützen kann

„Klimafasten“ lautet das diesjährige Motto – Klimaschutz, Ernährung und Genügsamkeit stehen im Mittelpunkt

VON ANN KATHRIN WUCHERPENNIG

WOLFSBURG. Fasten – das klingt nach Verzicht. Beispielsweise auf Schokolade oder Alkohol. Darum gehe es aber nicht, erklären Uta Heine, Pastorin der Nordstadt-Kirchengemeinde, Antonia Przybilski, Referentin des katholischen Dekanates und Diakon Jochen Meißner-Warnecke von der Propstei Vorsfelde zum Start der Fastenzeit am heutigen Aschermittwoch. Es geht um Klimaschutz, Ernährung und Genügsamkeit – und wie man sein Leben dauerhaft verändern kann. In diesem Jahr wird nämlich unter dem Motto „Klimafasten – So viel du

➔ In der Fastenzeit weniger Müll verursachen

brauchst“ gefastet.

Zur Fastenaktion gibt es eine Broschüre, die Anregungen bietet. Jede Woche steht dabei unter einem anderen Thema, der Schwerpunkt liegt auf der Ernährung. Die Vertreter der Wolfsburger Gemeinden erzählen, worauf sie in den nächsten sieben Wochen achten wollen.

Uta Heine möchte sich besonders auf den Aspekt der ersten Woche konzentrieren: den respektvollen Umgang mit Lebensmitteln. Während der Fastenzeit kann man sich beispielsweise einen Überblick über seine Vorräte verschaffen und einen Speiseplan für die nächsten Tage aufstellen. Zudem kann man sich



„So viel du brauchst“: Diakon Jochen Meißner-Warnecke (v.l.), Pastorin Uta Heine und Dekanatsreferentin Antonia Przybilski nehmen in den nächsten Wochen am Klimafasten teil.

FOTOS: ROLAND HERMSTEIN



Erinnerung ans Klimafasten: Superintendent Christian Berndt, Antonia Przybilski, Dechant Thomas Hoffmann und Diakon Jochen Meißner-Warnecke hängen ein Banner an die Brücke der Braunschweiger Straße.

als Foodsharer auf www.foodsharing.de registrieren und überschüssige Lebensmittel anbieten.

Heine erzählt, dass sie nur alle vier Wochen Fleisch isst. „Bereits beim Einkaufen müssen wir über die Konsequen-

zen unseres Handelns nachdenken und überlegen, wer von unseren Entscheidungen betroffen ist“, sagt sie. Es gehe dabei um Tierhaltung und ebenso um die Plastik-Verpackungen in den Supermärkten. Besonders in den beiden Punkten wünscht sie sich mehr Eingreifen seitens der Politik. Antonia Przybilski stimmt ihr zu: „Jeder Verbraucher kann etwas tun, aber nur mit Regularien können wir einen Schritt weiter.“

Bei der Fastenaktion stehen nicht nur Lebensmittel im Fokus, sondern auch materielle Dinge wie Kleidung. So will Pastorin Heine entrümpeln. „Dinge verstopfen nur das Leben, deshalb gebe ich Kleidung und Bücher an das Sozialkaufhaus Lichtblick in der Heinrich-Nordhoff-Straße, schließlich kaufe ich selber auch gerne Second-Hand-Kleidung“, sagt Heine.

Das kaum getragene Kleidung viel zu schnell entsorgt wird, ist für Antonia Przybilski „ein Drama“. Sie erklärt, dass die guten Kleidungsstücke

teilweise nach Afrika verschifft werden und den dortigen Näherinnen die Arbeit wegnehmen und große Müll-Berge entstehen.

„Wir als Industrialisation verursachen, dass es manchen noch schlechter geht und deshalb sind Tipps zur Verbesserung viel wert“, sagt sie. Demnach möchte Przybilski in der Fastenzeit Müll vermeiden. Gemüse kaufe sie bereits lose und den nächsten Wochen möchte sie auf Plastikverpackungen verzichten. „Mit der Fastenaktion möchte ich mich neu ausrichten, damit ich dauerhaft weniger Müll verursache“, so Przybilski.

So können Produkte in umweltfreundlichen Verpackungen wie Papier und Karton statt Kunststoff gekauft werden. Anschließend sollten die Verpackungen möglichst sortenrein dem Recycling zugeführt werden. Geschenke können auch in Papierresten oder Tüchern eingepackt werden.

Beim Propsteidiakon Jochen Meißner-Warnecke dreht sich alles ums Kochen und Energiesparen. Der 62-

Jährige möchte eine Kochkiste aus Wellpappe bauen, in der Essen fertig gegart wird. Dazu legt er viele Pappen aufeinander, rund 25 Zentimeter braucht er. Die unteren vier Zentimeter bilden den Boden, diese Stücke werden zusammengeklebt. In die anderen Pappstücke schneidet er zunächst ein Loch für den Topf aus, an den Seiten soll ungefähr zwei Zentimeter Platz sein. Anschließend kommt der Deckel.

In der Kochkiste kann im Prinzip alles gekocht werden, was vollständig mit Flüssigkeit bedeckt ist. Zuerst wird das Essen auf dem Herd zum Kochen gebracht und dann unverzüglich in die Kochkiste gestellt und verschlossen. „Und dann wird die Kochkiste unter die Bettdecke gestellt“, erzählt Meißner-Warnecke.

Der Propsteidiakon erzählt, dass er die Kochkiste von früher kennt – genauso wie kostenfreie Pappkartons im Supermarkt. „Die Kartons und die Gemüsenetze werden heutzutage verkauft, Umweltschutz wird also kommerzialisiert. Damals haben die Leute einfach Strom gespart und keine Lebensmittel weggeschmissen, wir müssen wieder zurück zu den Wurzeln“, betont Meißner-Warnecke.

waz-online.de

Ein Video zum Thema finden Sie im Internet

Klimafasten: So können Wolfsburger mitmachen

➔ Zur Fastenzeit vom 2. März bis zum 17. April ruft das Hilfswerk Misereor gemeinsam mit „Brot für die Welt“ und den evangelischen Landeskirchen und katholischen Bistümern dazu auf, sich an der Aktion Klimafasten zu beteiligen. Die siebenwöchige Fastenzeit steht unter dem Motto „So viel du brauchst“, Schwerpunkt ist die Ernährung. Broschüren mit Hinweisen zu den Wochenthemen liegen in den Kirchen aus, auch auf der Webseite klimafasten.de ist die Aktion gut aufbereitet.

➔ Zudem finden Aktionen in den Wolfsburger Gemeinden statt: Am Aschermittwoch, 2. März, wird im Gottesdienst in

St. Christophorus um 18 Uhr das Projekt „Trotz Dürre leben“ vorgestellt. Am Palmsonntag, 10. April, um 17 Uhr findet eine Klimafasten-Andacht auf dem Parkplatz von St. Michael, am Engelhop 1 in Vorsfelde, statt.

➔ Die Klimafasten-Aktion wird auf den Social-Media-Kanälen von Kirchenkreis, Propstei und Dekanat begleitet. Zu einigen Themen des Klimafastens wird es Interviews mit Wolfsburgern geben.

➔ Auf der Webseite des Kirchenkreises kann man sich für Online-Veranstaltungen zum Klimafasten anmelden. Los geht es heute um 19.30 Uhr mit „Lass uns unserer Vorräte sich-

ten“ mit Pastorin Uta Heine. Die Termine finden in der Fastenzeit immer mittwochs um 19.30 Uhr statt. „Wie fischst Du?“ mit Mechthild Weidner am 9. März. Pastorin Birgitt Pusch-Heidrich lädt am 16. März zu „Müll – was wir alles wegwerfen“ ein. Um die Lebensmittel aus der Region geht es am 23. März mit Pastor Wolfram Bach. Die nächste Online-Veranstaltung „Kräuter und Gemüse selbst anbauen“ ist am 30. März mit Pastor Dirk Wagner. „Energiesparend kochen“ wird am 6. April von Imke Banse erklärt. Und die Abschlussveranstaltung „Im Alltag dranbleiben – Gute Vorsätze durchhalten“ findet am 13. April mit Karin Just statt.

CORONA in Wolfsburg

7-Tage-Inzidenzwert
2.016,3 (+136,5)

Fälle insgesamt
19.688

Neue Fälle
663

Todesfälle
133 (+1)

Covid-Intensivpatienten
2 (-1)

Hospitalisierungs-Inzidenz:
10,4 (±0)

Aktuelle Regelungen

➔ **Kontakte:** Ungeimpfte: eigener Haushalt plus zwei weitere Personen, Kinder bis 14 Jahre werden nicht mitgezählt; Genesene/Geimpfte: keine Beschränkungen.

➔ **ÖPNV:** Es gilt 3G, Fahrgäste müssen FFP2-Maske tragen.

➔ **Einzelhandel:** Außer der FFP2-Maskenpflicht keine weiteren Beschränkungen.

➔ **Gastronomie:** Drinnen und draußen gilt 2G, FFP2-Pflicht außer im Sitzen.

➔ **Sport:** Drinnen und draußen gilt 3G, FFP2-Pflicht außer beim Sporttreiben oder im Sitzen.

IHR WAZ-KONTAKT

LOKALES (0 53 61) 200-
Sekretariat 148
Carsten Bischof (bis) 147
Niklas Engelking (nje) 160
Claudia Jeske (jes) 140
Melanie Köster (mel) 138
Andrea Müller-Kudelka (amü) 161
Christian Opel (co) 142
Steffen Schmidt (ste) 176
Sylvia Telge (sy) 149
Ann Kathrin Wucherpfennig (akw) 173

SPORT (0 53 61) 200-
Engelbert Hensel (eh) 157
Andreas Pahlmann (apa) 146
Florian Schulz (fis) 143
Maik Schulze (ums) 159
Benno Seelhöfer (ben) 144
Marvin Sonnemann (mso) 155
Marcel Westermann (mwe) 169

Wolfsburger Allgemeine

Chefredakteur: Christoph Oppermann
Redaktionsleitung:
Claudia Jeske, Melanie Köster (Stv.)
redaktion@waz-online.de
Sportchef: Andreas Pahlmann
sport@waz-online.de

Die WAZ erscheint in Zusammenarbeit mit dem RedaktionsNetzwerk Deutschland (RND)
Chefredakteur: Marco Fenske
stv. Chefredakteurin: Eva Quadbeck
Mitglieder der Chefredaktion:
Christoph Maier, Jasmin Off, Dany Schrader
Nachrichtengeneratoren: dpa, epd

Verlag:

Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG
Porschestraße 74, 38440 Wolfsburg
0800 / 12 34 391 (gebührenfrei)
Geschäftsführung:
Gordon Firl, Günter Evert
Vertriebsleitung: Christian Kuttkat
Verantwortlich für den Anzeigenteil: Gordon Firl
Tel. Anzeigenannahme: 0800 / 12 34 391 (gebührenfrei)
Telefax: Anzeigen: (0 53 61) 20 01 35
anzeigen@waz-online.de

Druck:

Cellesche Zeitung Schweiger & Pick Verlag
Erscheinungsweise: werktäglich morgens.
Monatlicher Bezugspreis bei Lieferung durch den Zusteller für die gedruckte Zeitung 42,90 EUR (einschließlich ges. MwSt.). Zusätzlicher monatlicher Bezugspreis für das E-Paper 3,00 EUR (einschließlich ges. MwSt.). Monatlicher Bezugspreis für das E-Paper und den Online-Zugang zu bezahlpflichtigen Inhalten auf waz-online.de ohne Bezug einer gedruckten Ausgabe 31,90 EUR (einschließlich ges. MwSt.). Abonnements können täglich mit einer Monatsfrist gekündigt werden. Im Fall höherer Gewalt und bei Störung des Arbeitsfriedens kein Entschädigungsanspruch. Erfüllungsort und Gerichtsstand ist der Sitz des Verlages. Alle Rechte vorbehalten. Die Zeitung ist in all ihren Teilen urheberrechtlich geschützt. Ohne vorherige schriftliche Genehmigung durch den Verlag dürfen diese Zeitung und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen weder vervielfältigt noch verbreitet werden. Dies gilt ebenso für die Aufnahme in elektronische Datenbanksysteme und die Vervielfältigung auf mobile Datenträger.

Gültige Anzeigenpreisliste Nr. 62a vom 1. Januar 2022.



„Ich trenne mich von Kleidungsstücken und Büchern“: Pastorin Uta Heine nimmt an der Klima-Aktion teil.



„Ich möchte auf Plastikverpackungen verzichten“: Dekanatsreferentin Antonia Przybilski möchte dauerhaft weniger Müll verursachen.



So hoch muss sie sein: Diakon Jochen Meißner-Warnecke baut eine Kochkiste, in der Essen fertig gegart wird. Das spart Energie und schont somit den Geldbeutel.