

Klimafasten 2021

1. Pausen-Event 19. März 2021



Hallo liebe Faster*innen,

Die Klima-AG und die HFF-AG hatten am Freitag, den 19. März ein Pausen-Event geplant. Mit bis zu 18 Leuten haben wir 30-Minuten lang über das Thema Fleischkonsum und dessen Folgen gesprochen. Dabei haben wir auch unsere persönlichen Tipps, Erfahrungen und Anregungen ausgetauscht. Daraus haben wir hier einen kleinen Ratgeber erstellt. Schaut ihn euch gerne an und nehmt die Tipps an.

Viel Spaß beim Lesen und weiterhin viel Erfolg beim Fasten,

Eure Klima-AG, HFF-AG und Philipp

Unsere Erfahrungen

Viele der diesjährigen Teilnehmer haben auch schon die letzten Male mitgemacht. Mit den Jahren hat sich dabei ein ganz anderes Denken und Essverhalten entwickelt. So merken die Teilnehmer, dass man, wenn man oft auf Fleisch verzichtet, nach einer Weile keine Probleme mehr hat, längere Zeit kein Fleisch zu essen. Auch werden mit der Aktion viele Menschen fasziniert, so dass dieses Jahr statt einem Familienmitglied fast die ganze Familie mitmacht. Auch fängt man durch solch kleine Aktionen an, immer häufiger an die Umwelt zu denken.

Unsere Tipps

Was für unsere erfahrenen Teilnehmer Tipp Nummer eins war, ist, dass ihr einfach mal was Neues und Leckeres ausprobiert, etwas was euch Spaß macht. Ihr müsst die Sache mit Freude annehmen. Gleichzeitig hilft es aber auch darüber nachzudenken: Was für Veggie-Gerichte esse ich denn normalerweise noch? Oder lasst doch einfach mal den Fleischaspekt bei einem Gericht weg oder ersetzt ihn durch Fleischersatzprodukte. Es gibt viele dieser Art, welche super einfach zuzubereiten sind. Auch hilft es immer wieder daran zu denken, was man dabei bewirkt. Etwas für die Umwelt und artgerechte Tierhaltung zu tun, puscht euch nochmal mehr. Und als letzten fast aber auch wichtigsten Tipp haben wir, dass ihr euch Hilfe von außen holt. Fragt eure Freunde und Familienmitglieder, ob sie mitmachen wollen. Zusammen ist es einfacher.

Unsere Anregungen und Motivationen

Natürlich kennen die meisten von uns die Gründe schon, warum wir auf Fleisch verzichten. Aber gerade dann, wenn ihr euch schwertut, ist es gut, wenn ihr noch einmal daran denkt aus welchen Gründen ihr das macht. Der Klimawandel schreitet voran und die Fleischindustrie und die Fleischesser sind wesentlich daran beteiligt. Milliarden Tiere werden jährlich getötet, damit wir sie essen können. Und auch unserer Gesundheit tut Fleisch nicht immer gut. Lasst uns also gemeinsam auf Fleisch verzichten und etwas gegen diese schrecklichen Dinge tun.

Blick in die Zukunft

Wir wissen das viele von euch wahrscheinlich nur sehnsüchtig darauf warten wieder ein Schnitzel zu essen, aber die oben angesprochenen Probleme lösen sich nicht in zwei Wochen. Deshalb könnt ihr ja auch noch nach diesen zwei Wochen im kleinen Sinne weitermachen. Legt doch einfach einen oder zwei fleischfreie Tage (oder esst nur am Wochenende Fleisch) in der Woche ein und macht euch immer wieder bewusst, was für Folgen unser Fleischkonsum hat.