

Energiequiz



1. Wie viel Prozent des gesamten Stromverbrauches wird durch Geräte im Standby verursacht?

- A. 4 Prozent
- B. 8 Prozent
- C. 12 Prozent



2. Wie viel Energie verbraucht ein Flug nach Ibiza?

- A. Gleich viel Energie wie zwei Jahre lang Non-Stop-Fernsehen
- B. Gleich viel Energie wie 600 Mahlzeiten zubereiten.
- C. Gleich viel Energie wie ein Jahr lang täglich eine Stunde Auto fahren.

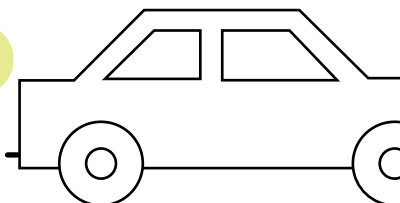
3. Wie viel Energie braucht die Herstellung einer Portion Fleisch?

- A. Gleich viel Energie wie 56 Mal vegetarisch essen
- B. Gleich viel Energie wie 92 Mal vegetarisch essen
- C. Gleich viel Energie wie 143 Mal vegetarisch essen

4. Wer 10 000 Kilometer mit einem durchschnittlichen PKW zurücklegt, könnte für den gleichen CO₂-Ausstoss?

- A. 102 000 Kilometer mit dem Zug fahren
- B. 257 000 Kilometer mit dem Zug fahren
- C. 324 000 Kilometer mit dem Zug fahren

Quellen: Bafu, Coop, ZHAW Wädenswil



Lösungen: 1c, 2a, 3c, 4b

Quellen: Bafu, Coop, ZHAW Wädenswil

MENSCHEN IN AKTION

Verzicht ist Bereicherung

«Fasten baut auf drei Grundpfeilern auf: Der medizinischen Gesundheit: Es ist wichtig, die Leiblichkeit gut wahrzunehmen. Der spirituellen Motivation: Hinterfragen weshalb wir fasten, zusammen schweigen und regelmässig meditieren. Der dritte Pfeiler ist der soziale, in dem es darum geht, den Blick von sich weg auf die Welt zu richten. Wenn immer möglich, faste ich gemeinsam mit den Gruppen, die ich hier im Lasalle-Haus leite. Meist sind das zwei Mal pro Jahr während zwei Wochen, manchmal auch drei Mal. Ich habe eine kernige Gesundheit und eine gute Vitalität, deshalb fällt mir das Fasten leicht. Ich bin aber auch ein Mensch, der sehr gerne genießt. Kochen ist für mich ein Hobby und das soziale Zusammensein geschieht bei mir über das gemeinsame Essen. Bereits als Kind wollte ich das Fasten ausprobieren, aber die Eltern liessen es nicht zu. Als Studentin begann ich dann, Fastengruppen zu organisieren.

Als Theologin ist es für mich zentral, über das Reich Gottes nachzudenken. Jesus steht für mich als einer der Propheten. Sein Anliegen ist Gerechtigkeit. Dieses Thema zieht sich wie ein roter Faden durch die gesamte Bibel. Das zeigt sich auch daran, wie Gott in der Bibel dargestellt wird und wie er an den Menschen handelt. Er setzt sich für diejenigen ein, die am Rande stehen. Bis heute ist dies das Grundanliegen; sich für die Gerechtigkeit in dieser Welt einzusetzen. Denn durch die Globalisierung entsteht Ungerechtigkeit. Der Mensch greift in allen Bereichen der Welt ein, verbraucht die Ressourcen. Die Umweltverschmutzung steht in



Noa Zenger ist Theologin und leitet Fastenprogramme und Kurse im Lasalle-Haus bei Zug.

direktem Zusammenhang mit Armut. Eine solide Spiritualität kann dazu führen, dass man sich darüber Gedanken macht – ohne zu resignieren.

Meditation und im Speziellen das Fasten macht Menschen sehr durchlässig und sie werden bereit, sich diesen Themen zu stellen. Es braucht die Bereitschaft, zu erkennen, dass wir zu den Privilegierten gehören, mehr brauchen, als uns zusteht. Es ist wichtig, weder aus Schuldgefühl noch aus Opferbereitschaft heraus Verantwortung zu übernehmen, sondern zu erkennen, dass es für das eigene Leben ein Gewinn ist, zu lernen, mit weniger auszukommen. Es ist eine Herausforderung, sich in einer Überflussesgesellschaft noch zurechtzufinden. Fasten kann tatsächlich eine Qualitätssteigerung bewirken, man wird empfindsamer und durchlässiger für die Themen der Welt.»

— Colette Kalt

Infos zum Fasten und eine Übersicht der Fastengruppen finden Sie auf: www.sehen-und-handeln.ch/fasten