

**Christi Himmelfahrt  
Friedenskirche  
St. Augustinus  
St. Franz Xaver  
Sophienkirche  
St. Peter und Paul  
St. Florian**

# **Fasten für den „TISCH“**

## **7 Wochen anders leben**

Der Tisch Messestadt verteilt seit Jahren wöchentlich Lebensmittel an Menschen mit geringem Einkommen. So wird ein starkes Zeichen der Solidarität gesetzt. Leider sind die Lebensmittel immer knapp, weil viele Läden knapper kalkulieren: Sehr gut, aber für den Tisch bleibt weniger übrig.

Die Zeit vor Ostern ist für die Christen eine sehr wichtige Zeit. 7 Wochen gilt es das eigene Leben anzuschauen. Was läuft bei mir gut, was muss anders werden, weil es mir und meinen Mitmenschen nicht gut tut, mich von Gott trennt. Viele nehmen sich für diesen begrenzten Zeitraum viel vor und versuchen neue Wege zu gehen.

Vielleicht mögen Sie:

- in der ganzen Fastenzeit weniger essen
- jeden Freitag in der Fastenzeit auf eine Mahlzeit verzichten
- weniger Geld ausgeben

und dafür haltbare Lebensmittel (keine Fertigprodukte, keine Konserven mit Fleisch oder Fisch für Menschen mit geringem Einkommen spenden.

In den Kirchen stehen Kisten bereit, in die sie Ihre Schätze legen können. Die Aktion läuft bis zum 26.3.23. Dann werden Ihre Spenden abgeholt und zum Tisch Messestadt gebracht. Ab da startet die Verteilung!

Vergelt`s Gott für Ihre Mühe!

Sagt der TISCH MESSESTADT:

Ein Projekt der Caritas München Ost  
getragen von vielen ehrenamtlich Mitarbeitenden.

Für Rückfragen: 089 91 96 33