

18. – 24. Dezember 2006: Woche der eigenen Meinung...

In dieser vorweihnachtlichen Woche wollen wir uns auf etwas konzentrieren, das jeder haben sollte, was aber aus verschiedensten Gründen viel zu oft „untergeht“ – die eigene Meinung.

Jeder von uns hat seine eigene Geschichte, seine eigenen Erfahrungen und seine eigenen Ansichten über die verschiedensten Dinge.

Oft werden wir mit Situationen und Dingen konfrontiert, die wir aufgrund dieser Erfahrungen entweder als besonders „gut“ bzw. positiv einstufen oder als „falsch“ bzw. „schlecht“ einstufen. Anstatt aber unsere Meinung darüber kundzutun, machen wir uns stundenlang, tagelang, und oft wochenlang und mehr Gedanken darüber... So wollen wir uns in den nächsten Tagen darauf konzentrieren, unsere Meinung – sowohl Lob als auch Kritik - zu äußern.

Gefällt euch ein Straßenmusiker, eine Demonstration, eine Begegnung sehr gut, sagt das den entsprechenden Personen.

Fühlt ihr euch durch Leute die sich Tiere um den Hals hängen (Pelze), die anderen Menschen oder unserer Umwelt Schaden zu fügen, oder durch andere Umstände gestört – lasst es sie wissen.

Oft ist es nicht möglich seine Meinung direkt kundzutun – weil man die betroffene Person nicht kennt, keinen Kontakt hat, etc. Auch hier gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten – Leserbriefe an Zeitungen, Briefe an Politiker, etc.

"think what you want, say what you think and mean what you say"

11. - 17. Dezember 2006: Forever Young - oder: einfache Schritte gesund zu bleiben

"In der einen Hälfte des Lebens opfern wir unsere Gesundheit um Geld zu erwerben - in der anderen Hälfte opfern wir Geld, um die Gesundheit wiederzuerlangen." (Voltaire, frz. Philosoph und Schriftsteller)

Mal ehrlich: wie wichtig ist uns in unserem täglichen Durcheinander unsere Gesundheit? Wer kennt nicht den Stress, der uns stundenlang, tagelang, wochenlang von A nach B hetzen lässt, in kürzester Zeit verschiedenste Dinge erledigen lässt, oder die Gedanken, die ständig im Kopf kreisen wie "das muss ich noch machen" und "jenes darf ich nicht vergessen", Gedanken die an uns nagen, uns zum (ver)zweifeln bringen, oder auch unsere tägliche Ernährung die oft schnell, schneller am besten am schnellsten gehen muss, und wo es dann nebensächlich wird, aus welchen Stoffen wir die Energie für unser Leben bekommen. Das geht eine Zeit lang ganz gut - bis unser Körper die Notbremse zieht: Krankheiten, Unwohlsein, Schmerzen...

Wollen wir uns doch eine Woche darauf konzentrieren, es uns selbst so gut wie möglich zu machen: gesunde Ernährung (frisches Obst und Gemüse - kleiner Tipp: sind Bio Produkte besser für unser Wohlbefinden, als mit Pestiziden bearbeitete und mit Medikamenten versorgte Massenprodukte? , wenig Fleisch, Vollkornprodukte, so wenig Zucker wie möglich, etc.), Zeit nehmen für sich selbst, um vielleicht mal wieder in Ruhe ein Buch zu lesen, genügend Schlaf, etc.

denn.. "Gesundheit ist zwar nicht alles - aber ohne Gesundheit ist alles nichts" (Arthur Schopenhauer)

4. - 11. Dezember 2006: Sich seiner Ziele und Träume bewusst werden...

In dieser Woche, wollen wir uns Zeit nehmen um uns mit unseren eigenen Zielen und Träumen zu beschäftigen. Die "besinnliche" Weihnachtszeit bietet dafür ja wunderbar Gelegenheit.

Unser tägliches Leben läuft oft sehr hektisch ab. Viele Aufgaben nehmen uns in Anspruch, wir müssen Termine einhalten, dürfen Freunde treffen und vieles mehr. In diesem alltäglichen Durcheinander verliert man sehr leicht seine Träume und auch seine Ziele aus den Augen. Deshalb wollen wir uns mal wieder klar werden: Was ist mir wichtig? Was mache ich aus meinem Leben? Was wollte ich schon immer machen? Was möchte ich erreichen - bis zum Ende der Woche, bis zum Ende des Monats, bis zum Ende des nächsten Jahres? Wofür investiere ich meine Zeit? Was lerne ich, was würde ich gerne noch lernen?

Ziele sind sehr wichtig, damit man seinen Weg nicht aus den Augen verliert. Unsere Träume, die Dinge die uns Spaß machen, Dinge und Menschen die wir lieben zeigen uns in welcher Richtung wir unsere Ziele festlegen sollten.

„Erst die Möglichkeit, einen Traum zu verwirklichen, macht unser Leben lebenswert.“

(Paulo Coelho, Der Alchimist)

27. November - 3. Dezember 2006: Einsatz in der Lobau gefragt!

Heute haben die Probebohrungen für die geplante Autobahn in den Donauauen begonnen!! Wie wir unter "Aktuelles" bereits angekündigt haben, ist die Au bereits seit 1. November besetzt - und noch immer campen dort Leute um dieses Fleckchen Natur zu schützen. Heute (Montag) war es soweit: Die ASFINAG (Autobahn- und Schnellstraßen-Finanzierungs-Aktiengesellschaft) ist im Süden und im Norden der Lobau mit Bohrgeräten aufgefahren. Im Norden haben sich die Umweltschützer vor einem anrückenden Bohrgerät auf den Boden gelegt und damit die Bohrungen gestoppt. Vielleicht habt auch ihr Lust und Zeit mal in Camp Lobau zu kommen, bzw. auch aktiv für den Stopp der Bohrungen einzutreten - Die Au braucht uns!

Weitere Infos, Anfahrtsplan und Internetadressen unter "Aktuelles".

20. - 26. November 2006: "Make my Day!"

Lade in dieser Woche mindestens eine Person auf eine Kleinigkeit ein - spendiere jemandem einen Punsch, eine Portion Maroni, oder zahle im Kaffeehaus der Person am Nebentisch einen Kakao oder Kaffee.

Das ist eigentlich nur eine kleine Geste der Freundlichkeit, bei uns aber so unüblich, dass die Leute meist total überrascht und erstaunt reagieren. Meist macht sich das allein der Reaktionen wegen schon bezahlt! ;-)

Wenn man aber noch ein paar Schritte weiter denkt, merkt man eigentlich erst wie viel so eine unerwartete Freundlichkeit bewirkt: Die von Dir eingeladenen Person wird sich sicher noch Stunden später darüber freuen und vielleicht noch nach Tagen zu Freunden sagen: "Weißt' was mir letztens lustiges passiert ist?! ..." Und als angenehmer Nebeneffekt kommt hinzu, dass man sich selber auch total gut fühlen darf. :-)
Wenn sich der/diejenige dann bei Dir bedankt oder sich vielleicht revanchieren möchte, sag ihm/ihr einfach, er/sie soll dafür einfach in den nächsten Tagen jemand anderen einladen!

Vielleicht wird Dir dann zwei Tage später Dein Kaffee gezahlt... ;-)

Viel Spaß!

13. - 19. November 2006: Der Müll, der Müll, der macht was er will.

Ein viel diskutiertes, und noch immer verbesserungswürdiges Thema: unser Müll. Wenige von uns machen sich Gedanken darüber, was mit den schön verschnürten Restmüllsäcken passiert, wenn wir uns schweren Herzens von ihnen getrennt haben. Oder wohin der Papiermüll verschwindet. Und wo die Dosen ihr neues zu Hause finden.

Noch weniger Gedanken machen wir uns wie groß die Menge an Müll ist die täglich so anfällt - bei uns, in Österreich, in Europa.

Dann haltet euch fest: pro Kopf und Jahr fallen in der EU durchschnittlich 3,5 Tonnen Abfälle an! (inklusive Industrie, Landwirtschaft, etc.)

Schockiert? Überrascht?

In dieser Woche darf sich jeder von uns Gedanken zu seinem ganz persönlichen Müll machen: Wie viel meiner Abfälle sind wieder verwertbar, wie viel Restmüll fällt an? Sorge ich dafür dass meine Abfälle wiederverwertet werden? Österreich hat mehr als 8Mio Einwohner - wenn ich meinen Restmüll auf Österreich hochrechne (mal 8.000.000) auf welchen Betrag komme ich? Bonusfrage: Wie kann ich meine Abfälle reduzieren? Spielt das Kaufverhalten eine Rolle?

Viel Spaß und eine saubere Woche wünscht Euch

Euer Caretaker Team

6. - 12. November 2006: Immer dringlicher warnen Experten vor den Folgen des Klimawandels und die Welt sieht zu!

Während am Montag, 6.11.2006, die UN Klimakonferenz in Nairobi beginnt, kann man überall auf der Welt Folgen des Wahnsinns begutachten. Auf Hitzetage im Oktober (25 Grad und T-Shirt Bekleidung) folgt innerhalb weniger Tage Wintereinbruch in Begleitung von Fluten und Stürmen. Gletscher und Pole schmelzen vor sich hin, eine Katastrophe gibt der nächsten die Hand. Da drängt sich unweigerlich die Frage auf: WARUM??? Warum tun wir nichts?

Wir warten alle immer, dass wir von oben einen Befehl bekommen. Dass uns jemand sagt, was wir tun sollen. Aber es ist an der Zeit, selbst Initiative zu ergreifen! Selbst aufzustehen, und für die Zukunft der Welt zu kämpfen, auf der auch unsere Kinder und Enkel noch leben wollen.

Jeder nimmt sich kommende Woche selbst bei der Nase: Öffentliche Verkehrsmittel als Ersatz für das Auto. Produkte aus der Region statt 1000 Kilometer weit gereiste Lebensmittel. Auch Freunde und Verwandte dürfen informiert werden. Ganz Mutige dürfen ihr Zelt und Schlafsack einpacken und in der Lobau gegen den Bau der neuen Transitautobahn demonstrieren: die Welt droht an den Folgen des Klimawandels aus den Fugen zu geraten, und Österreichs Beitrag sind neue Autobahnen.

- während man ab morgen über mögliche Maßnahmen zur Verringerung des globalen CO2 Ausstoßes reden wird, beginnen wir zu Handeln.

"Die Sonne scheint noch." (Sophie Scholl)

Tun wir alles damit es so bleibt.

23. - 29. Oktober 2006: Begegnung ohne Vorurteile

Diese Woche wollen wir uns mal bewusst machen, wie sehr wir ständig damit beschäftigt sind die Welt - und vor allem die Menschen - um uns zu bewerten. Schon ein kurzer Moment reicht aus, und wir schreiben einem Menschen, den wir eigentlich gar nicht kennen, irgendwelche Eigenschaften zu. "Die blonde Verkäuferin ist sicher eine eingebildete Tussi.. und der Typ in der U-Bahn - also der war ganz sicher drogenabhängig.." Solche Sätze gehen uns doch andauernd durch den Kopf, oder? - kaum schauen wir jemanden an, urteilen wir auch schon über ihn/sie. Kleidung, Hautfarbe oder Frisur lässt uns gleich auf die Lebenseinstellung unseres Gegenübers schließen.

Diese Bewertungen entstehen nicht aufgrund von "wirklichen" Beweisen, sondern durch tief verankerte Vorurteile. Meist sind wir uns dessen gar nicht bewusst. Wir wollen in den nächsten Tagen diese Vorgänge beobachten und uns bewusst machen, warum wir über manche Leute sofort negativ (oder auch positiv) denken, was der Auslöser für eine bestimmte Annahme ist, und ob diese gerechtfertigt ist. Es ist auch interessant, mal drüber nachzudenken, wie man selbst auf andere wirkt - was für ein Bild die anderen sich wohl von einem machen und warum.

Ihr werdet sehen, wenn ihr den Leuten eine Chance gebt und nicht gleich mit Vorurteilen Mauern aufbaut, werdet ihr von einigen Begegnungen positiv überrascht sein!

;-) ****SUMMERTIME**** ;-)

Da auch wir die Sommermonate genießen werden und uns ein wenig dem Vagabunden-Dasein hingeben wollen, wird die Arbeit am Computer auf ein Minimum reduziert. Unser Sommerthema ist daher "Recycling" - und zwar werden wir unsere bisherigen Wochenthemen wiederverwerten! *gg* :-)

Über den unten angegebenen Link kommt ihr zu unserem Archiv an Wochenthemen - lest euch diese kleinen Anregungen für den Alltag noch mal durch und versucht die, die euch gefallen in euer Leben zu integrieren.

Allen, denen es auch so gut geht wie uns, und die auch die Möglichkeit haben fremde Länder zu bereisen, wünschen wir einen schönen Urlaub. Denkt auch beim Reisen daran, euren Mitmenschen, allen anderen Lebewesen und der Natur so wenig wie möglich Schaden zuzufügen - versucht umweltfreundliche Transportmittel zu verwenden, lernt neue Kulturen und Sitten zu respektieren und handelt der Umwelt zuliebe nach dem Prinzip des **"sanften Tourismus"**:

"Nichts als Bilder und Erinnerungen mitnehmen, nur Fußabdrücke hinterlassen!"

Verzichtet auf jeden Fall auf Souvenirs in Form von bedrohten Tier- und Pflanzenarten bzw. Produkten daraus. Gerade in der Urlaubzeit ist die Gefahr groß, dass Tausende getrocknete Seepferdchen, kiloweise Korallen, Stör-Kaviar oder Elfenbein illegal als Reisemitbringsel enden.

Mehr über diese Problematik und Tipps für rücksichtsvolles Reisen gibt´s unter folgenden Adressen:

www.marktcheck.at

www.der-gruene-faden.de

Einen schönen, erholsamen, abenteuerreichen, spannenden, sonnigen, gemütlichen und unvergesslichen Sommer wünscht euch

euer **CARETAKER-Team!**

19. – 25. Juli 2006: "Höher, weiter, besser, schneller..." oder "wie weit bringt uns die Technik?"

Wir leben ohne Frage im Hightech Zeitalter. Früh am Morgen bestimmt ein Wecker, wann unser Körper genug Schlaf und Erholung gehabt hat, Wasserkocher, Herd und Toaster bereiten unser Frühstück, mit Auto, U-Bahn oder Straßenbahn geht's zur Arbeit, Uni, Schule etc., mit dem der Rolltreppe oder dem Lift in den nächsten Stock.. und vieles mehr. Viel Zeitgewinn verspricht uns die Technik. Mit Komfort lockt sie uns.

Doch leider ist nicht alles Gold, was glänzt. De facto ist unsere Gesellschaft nicht ruhiger geworden, da sie ja viel mehr Zeit hat, sonder im Gegenteil - VIEL HEKTISCHER! Massen von Menschen eilen von A nach B, und hetzen dann weiter um rechtzeitig bei C zu sein.

Außerdem verlieren wir durch die Technik viel unserer Fertigkeiten, unserer Awareness, etc. Musste man früher noch genau aufpassen, wann das Wasser kocht, oder wann das Brot im Rohr fertig ist, erledigen heute Wasserkocher und Toaster alles selbstständig. Viele Menschen leiden an Übergewicht, dabei würde es schon helfen, mal die Treppe statt der Rolltreppe zu benutzen oder zu Fuß zur Arbeit zu gehen.

Durch die Unmengen an Technik müssen wir unsere Sinne nicht mehr einsetzen, uns weniger bewegen, etc. So werden wir, ohne dass wir es merken zu Sklaven unserer eigenen Erfindungen. Denn was heute noch als feines Hilfsmittel gilt, kann man sich morgen schon gar nicht mehr wegdenken.

Die Aufgabe für diese Woche: Versucht euch bewusst zu werden, wie VIELE technische Geräte verschiedenster Art ihr jeden Tag (ge)braucht! Und dann versucht eine Woche lang den Technikkonsum zu reduzieren. Sprecht mal wieder miteinander anstatt immer zu telefonieren, sms, etc. Und JETZT ist ein guter Zeitpunkt den Computer auszuschalten um den schönen Tag draußen zu genießen.

Für ganz harte: schaltet mal eine Woche euer Handy aus! (Kleiner Hinweis: noch vor 15 Jahren hatte niemand ein Handy...)

Viel Erfolg und alles Liebe,

euer Caretaker Team.

12. - 19. Juni 2006: Wieso man mit dem Kauf von Biomilch Regenwald rettet...

Brasilien hat in den vergangenen 5 Jahren seine Sojaproduktion verdoppelt. Der Bundesstaat Mato Grosso im Landesinneren ist das Zentrum des Sojabooms. Allein dort werden in einem Jahr mehr als 10 000 km² Regenwald gerodet - 4mal die Fläche von Luxemburg.

Diese Soja wird vor allem als Viehfutter nach Europa exportiert. Hiesige Biobauern dürfen aber nur regional angebautes Futter für ihre Kühe verwenden. Der Kauf von Biomilch verringert also die europäische Nachfrage nach Soja - und damit den Anreiz für brasilianische Bauern, noch mehr Regenwald zu roden.

Ganz schön erstaunlich, wie wir mit einer kleinen Kaufentscheidung hier die Welt verändern können, oder? ;-)

5. - 11. Juni 2006: "Lachen ist der größte Feind von Stress"

Lachen und Lächeln sind nicht nur Ausdruck von Heiterkeit, sie wirken auch positiv auf Seele und Geist. Auch wissenschaftlich lässt sich die positive Wirkung eines Lachens bestätigen: so wird zum Beispiel durch das Lachen die Atmung stark angeregt, so dass es zu einem beschleunigten Austausch von verbrauchter und mit Sauerstoff angereicherter Luft kommt. Dadurch werden die Verbrennungsvorgänge im Körper gefördert. Soviel gute Energie - und es kann so einfach sein: Hier ein paar Tipps für die nächste Woche:

* Lerne mindestens einen guten Witz! Damit bringst du deine Freunde zum Lachen - und lachst selbst gleich mit!

* Zähneputzen am Morgen findet ja häufig vor einem Spiegel statt. Versuche deinen Start in den Tag zu optimieren in dem du dir selbst durch den Spiegel ein Lächeln schenkst. Das kann wahre Wunder bewirken.

* Suche dir im Alltagsgrau irgendwo auf der Straße, in einem Geschäft, im Bus, in der Straßenbahn etc. eine Person aus, die besonders grimmig drein sieht, und so wirkt, als hätte sie ein Lächeln bitter nötig. Schenk dieser Person dein schönstes Lächeln - sie wird dir höchst wahrscheinlich mit einem Lächeln danken.

* Versuch einfach mal, ohne Grund laut loszulachen - Das fühlt sich beim ersten Mal wahrscheinlich seltsam an - wirkt aber so unendlich befreiend und gibt so viel gute Energie!

Das schöne - deiner Phantasie, dich und andere zum Lachen zu bringen, sind keine Grenzen gesetzt.

Schenk der Welt (d)ein Lachen.

29. Mai - 4. Juni 2006: Woche der Verlaaaaaangsamung der Zeit

Alles wird immer schneller und schneller: Die Transportmittel die wir benutzen, unsere Internetverbindung, Nachrichten können schneller übermittelt werden und auch der Haushalt sollte weniger Zeit beanspruchen, da wir durch technische Hilfsmittel alles schneller erledigen können...und dennoch leben wir in einem Zeitalter der Hektik und des andauernden Zeitmangels.

Diese Woche wollen wir mal versuchen, uns ein wenig zu "entschleunigen", also bewusst langsame Schritte zu setzen: Versucht mal halb so schnell zu gehen, dafür am Weg aber mehr darauf achten, was links und rechts von euch liegt. Oder lasst euch doppelt so viel Zeit für euer Essen und genießt ausführlich den Geschmack in eurem Mund...was auch immer es ist, versucht es langsam zu tun...halb so schnell schreiben, halb so schnell Rad fahren, oder halb so schnell abwaschen...betrachtet die Welt mal in Zeitlupe und genießt die Zeit.

Wir wünschen euch eine intensive Woche. Und lasst euch nicht stressen! :-)

22. - 28. Mai 2006: Woche der Freundlichkeit in den öffentlichen Verkehrsmitteln

So, diese Woche wollen wir uns mal ganz speziell auf ein wenig mehr Freundlichkeit in den Öffis konzentrieren.

Versuchen wir das übliche Bild der gestressten oder grantigen Gesichter ein bisschen aufzulockern und ab und zu ein Lächeln hervorzulocken. :-)

Seid ein wenig aufmerksam und hilfsbereit - Gelegenheiten gibt es zur Genüge: Eine mit Einkaufstaschen beladene Mutter mit Kind, ein Vater mit Kinderwagen oder eine ältere Dame mit Gepäckstück.

Möglicherweise benötigt jemand euren Sitzplatz dringender als ihr selbst - bietet doch mal euren Platz an...ganz nach dem Motto: "Ich lasse jemand sitzen und stehe dazu." ;-)

Vielleicht ergibt sich in dieser Woche auch das ein oder andere Mal eine Gelegenheit zu einem netten Gespräch - das ist natürlich eher möglich, wenn man nicht durchgehen das Handy am Ohr hat... *gg*

Viel Spaß und eine schöne Woche!

15. - 21. Mai 2006: "Thanksgiving" (Woche der Dankbarkeit) - Dankbarkeit als Schlüssel zur Zufriedenheit

Dankbarkeit ist eines der wichtigsten Dinge dieser Welt - leider wird sie oft sehr vernachlässigt. Wahrscheinlich kennt ihr das Gefühl das aufkommt, wenn ihr irgendeiner Person einen Gefallen tut, Zeit, Geld oder anderes für eine Person opfert und diese Person euch nicht mal "DANKE" sagt. Kein angenehmes Gefühl.

Versucht in dieser Woche dankbar zu sein. Menschen zu danken, die euch bei euren täglichen Sorgen helfen, die euch mit ihrer Energie unterstützen. Dankbar sein für die kleinen Freuden des Alltags. Vielleicht auch mal ein Wort oder einen Ge"danken" des Dankes an die Tiere und Pflanzen zu senden, die uns ihr Leben schenken, damit wir etwas zu essen haben. Nichts auf dieser Welt ist selbstverständlich - und wenn ihr lernt dankbar zu sein, für alle "Geschenke" die ihr bekommt, werdet ihr ein neues Gefühl der Zufriedenheit und des Glücklichseins erlangen.

"Alle Geschöpfe dieser Erde brauchen Dank, Anerkennung und Respekt- sonst können sie nicht existieren"

8. - 14. Mai 2006: "Weniger ist mehr - Augen auf beim Fleischverzehr"

Achtet in dieser Woche mal genau darauf, woher das Fleisch kommt, das bei euch mittags auf den Tisch kommt.

Denn leider ist die Situation der so genannten "Nutztiere" in Österreich noch immer katastrophal: Viele Rinder bleiben ihr Leben lang angebunden im Stall, Masthühner fristen ihr kurzes, qualvolles Leben zu 20st auf einem (!) Quadratmeter Bodenfläche - zum "allgemeinen Wohl" kommen hier auch noch Antibiotika und Hormone zum Einsatz, und Schweine werden ohne Betäubung kastriert, und drängen sich in dunklen Ställen auf Vollspaltenböden. Nach dem Schrecken ohne Ende folgt auch noch ein Ende mit Schrecken: Dicht gedrängt, oft mangelhaft betäubt, werden sie nicht selten bei vollem Bewusstsein aufgeschnitten - die Erlösung durch den Tod folgt erst nach Minuten.

Die Lösung ist sehr einfach: Ihr als Konsumenten bestimmt, was ihr esst, und wie das, was ihr esst "produziert" wird - Biofleisch garantiert euch eine artgerechte Haltung der Tiere!

Natürlich ist dieses Fleisch dadurch etwas teurer als "Fließbandfleisch", aber hier hilft es schon einfach seltener Fleisch zu essen!

Zuerst nachdenken - dann Essen!! Guten Appetit.

1. - 7. Mai 2006: Woche des "Kindes in Dir"

Versuche diese Woche einmal ganz bewusst, dem Kind in Dir wieder etwas mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Durch die Augen eines Kindes betrachtet, scheinen gewohnte Plätze plötzlich ganz neu, über altbekannte Dinge gibt es auf einmal 1000 Fragen... :-)

Erlaub' Dir doch diese Woche wieder einmal mehr loszulassen und spontanen "Kindereien" nachzugeben...auch wenn vielleicht manche Leute am Spielplatz verdutzt schauen werden, wenn sie gerade Dich auf der Schaukel finden. Wir wünschen Dir eine Woche voller herzhaftem Lachen!

"Wenn ich noch einmal leben könnte,
würde ich von Frühlingsbeginn an bis in den Spätherbst
hinein barfuß gehen. Und ich würde mehr mit Kindern spielen,
wenn ich das Leben noch vor mir hätte."

(Jorge Luis Borges)

24. - 30. April 2006: "Love shine a Light" :-)

Wie wäre es, wenn wir diese Woche ein paar gute Energien freisetzen? ;-)
Setzt euch an einen gemütlichen Platz an dem ihr euch wohl fühlt - wenn ihr Lust habt,
könnt ihr auch eine Kerze anzünden... Schickt positive Gedanken hinaus in die weite
Welt, wie ihr sie gerne hättet! Wer weiß was das bewirken kann...

9. - 23. April 2006: Osterzeit!!

Wir wünschen Euch eine schöne Osterzeit und allen, die sie haben, schöne Ferien! :-)

Und damit es Frohe Ostern für alle werden, hier noch ein paar Tipps und Dinge, die man beachten sollte:

*Die süßen Osterhasen, Hühner und Küken sind bei uns beliebte Dekoration - man sollte aber auch nicht vergessen, an die echten Tierchen zu denken! Die sehen nämlich manchmal nicht so glücklich aus, wie ihre Gefährten aus Schokolade... Also bitte keine Eier aus Legebatterien kaufen, sondern auf artgerechte Freilandhaltung achten!

Auch was die Osterjause angeht, wäre es schön, wenn mehr Leute auf Fleisch aus artgerechter Tierhaltung umsteigen würden.

Bioprodukte, die gentechnikfreie Futtermittel und eine bessere Haltung der Tiere garantieren, sind ja mittlerweile fast in allen Supermärkten zu bekommen.

*Anstatt übermäßig viel, lieber fair gehandelte Schokolade verschenken... die versüßt auch das Leben der Kakao- und Zuckerproduzent/innen in der 3.Welt. Fair gehandelte Schoko-Osterhasen und andere Ostergeschenke bekommt man in den Welt Läden - mittlerweile gibt es aber erfreulicherweise auch schon in den meisten Supermärkten ein Regal mit Fair Trade Produkten.

*Warum feiern wir Ostern eigentlich? Welchen Hintergrund hat dieses Fest? Gibt es Ostern oder ein ähnliches Fest auch in anderen Religionen? Antworten auf solche Fragen erweitern das Allgemeinwissen über die eigene und andere Religionen und fördern somit auch Verständnis und Toleranz.

Somit: **Euch allen schöne Ostern! :-)**

Euer Caretaker-Team

3. - 9. April 2006: Woche des Fahrrads

Der Frühling ist da!! Zeit das Fahrrad zu aktivieren!

Alt bekannt und doch nicht verändert: das liebe Einkaufen per Auto, obwohl das Geschäft nur ein paar Meter entfernt ist...

Fahrradfahren macht nicht nur Spaß, sondern ist auch umweltschonend: kein Feinstaub, keine CO²-Emission. Regelmäßiges Radfahren steigert die Kondition und trägt zu einem positiven Körperempfinden bei. Was man im April allerdings nicht vergessen sollte: der Regenschutz! ;-)

Wir wünschen viel Spaß beim Treten!

27. März - 2. April 2006: Woche des bewussten Einkaufens

Die KonsumentInnen regeln die Produktion:

Wie viele von euch wahrscheinlich wissen, gib es in den Regalen unserer Kaufhäuser noch eine Vielzahl an Produkten, für die Kinder und Erwachsene ausgebeutet werden, für die Tiere unter katastrophalen Bedingungen gehalten werden und für die unser Lebensraum Erde zerstört wird.

Deshalb die Aufgabe für diese Woche: Achtet ganz genau auf die Produkte die ihr kauft, und denkt nach, was diese für Auswirkungen haben könnten. Denkt darüber nach, warum Kaffee aus Ländern der 3. Welt, der eine so weite Reise hinter sich bringen muss so billig ist. Oder warum man für ein Kilo österreichische Äpfel manchmal mehr bezahlt als für ein Kilo Bananen.

Versucht euch diese Woche der Konsequenzen bewusst zu werden, die euer täglicher Einkauf für die ganze Welt hat!

20. - 26. März 2006: Woche der kleinen Freundlichkeiten :O)

Wäre etwas mehr Freundlichkeit im Alltag nicht wünschenswert? Bietet euren Platz an, bedankt euch für eine offen gehaltene Tür, seid hilfsbereit und mit dem Lächeln nicht sparsam. Freundlichkeit macht Spaß und ihr ermutigt so andere Leute, das Gleiche zu tun!