

Leser testen für Leser.

Die Kleinsten leiden unter dem Krieg –
Hilfe für Kinder in der Ukraine

30 Jahre Renovabis:
Appell zur Arbeitsmigration

Mit Ihrem Testament
Spuren hinterlassen

Anpacken statt auswandern

Hilfswerk Renovabis
unterstützt Bleibe-Perspektiven
im Osten Europas

Backmischungen im Lesertest



**LESERTEST
SIEGER**
mit Note: 1+
 Unser
Marmorkuchen

Eine Pfingstvigil feiern

von Thomas M.P. Schumann

30 Jahre
Renovabis
Solidarisch mit Menschen
im Osten Europas

Nachtwache: Gebet um die Gaben des Hl. Geistes

Viele werden sich an die Vigilfeiern bei den Weltjugendtagen erinnern. Etwa in Köln 2005 oder auch in Krakau 2016 durchwachten Hunderttausende junger Leute im Gebet die Nächte vor dem Abschluss dieser Treffen. Aus Anlass seines 30-jährigen Bestehens lädt nun Renovabis zu einer Pfingstvigil als Gebetsbrücke mit Gläubigen im Osten Europas ein: in Bukarest, Lviv/Lemberg, Warschau, Zagreb und im Hildesheimer Kloster Marienrode.

Live gestreamt wird die Pfingstvigil am Samstag, 27. Mai 2023, von 21 bis 23 Uhr via **DOMRADIO.DE** im WEB-TV und bei **k-tv**. Renovabis freut sich, wenn in möglichst vielen deutschen Pfarreien ebenfalls eine Pfingstvigil gefeiert wird!

Alle Informationen gibt es unter www.renovabis.de/pfingstvigil.

„Vigilia“ ist lateinisch und heißt „Nachtwache“. In der Kirche ist eine Vigil deshalb eine liturgische Feier, die in der Nacht stattfindet. Nachts zu beten und betend den neuen Tag zu erwarten ist ein besonderes Erlebnis, ein Gebet mit tiefer Intensität. Auch Jesus hat das mehrfach getan. Für die frühe Kirche sind viele Vigilfeiern bezeugt.

Die Osternacht, in der wir der Auferstehung Christi gedenken, gilt als „die Mutter aller Vigilien“. Nach diesem Vorbild hielten die Gemeinden dann auch vor anderen hohen Festen eine Nachtwache. Die Pfingstvigil, die Gebetsnacht zum Pfingstsonntag, wird auch in der Allgemeinen Einführung in das Stundengebet als ein Brauch benannt, der bewahrt und weiter gefördert werden soll. Die Gottesdienst-Kongregation hat 1988 in einem Rundschreiben empfohlen, die Vorabendmesse von Pfingsten zu einer Nachtwache zu verlängern. Die Solidaritätsaktion Renovabis greift diese Empfehlungen gerne auf.

Renovabis regt an, in den deutschen Pfarrgemeinden oder auch denen von muttersprach-

lichen Gemeinden eine Pfingstvigil zu gestalten – eventuell mit Jugendlichen auch als frei gestaltete Gebetsnacht.

Die Stimmung bei der Pfingstvigil soll meditativ sein, findet der polnische Herz-Jesu-Priester Pater Ryszard Krupa: Gesänge aus Taizé, viele Kerzen, die den Weg zur Kirche und die Kirche selbst stimmungsvoll beleuchten. Vor der Kirche könne auch ein offenes Feuer lodern. „Wir feiern den Geist nicht als Sturm, sondern eher wie Elija als leichtes Säuseln“, sagt er. Neben den Schriftlesungen laden Texte verschiedener alter und moderner Autoren zur Meditation ein.

Dafür eignen sich auch die Impulse der Renovabis-Pfingstnovene (www.renovabis.de/novene). International sollte eine Pfingstvigil auch sein, „so wie die Jünger nach dem Pfingstwunder“, meint Pater Krupa.

Miteinander
zur Pfingstvigil vernetzt:
Das Benediktinerinnenkloster
Marienrode in Hildesheim ...

... mit dem kroatischen Sender
Laudato TV und den Katholikinnen
und Katholiken in Zagreb ...

... mit der Polnischen Bischofs-
konferenz in ihrer Kapelle und
der Gemeinschaft Chemin Neuf
in Warschau ...

... mit dem Europäischen
Medienverband Signis in
Bukarest, Rumänien ...

... und mit der Ukrainischen
Katholischen Universität
in Lviv/Lemberg.



»SIE FEHLEN. IMMER. IRGENDWO.«

Liebe Leserinnen und Leser,

In diesem Jahr feiert das Osteuropa-Hilfswerk Renovabis seinen 30. Geburtstag – drei Jahrzehnte, in denen die Solidaritätsaktion nicht zuletzt dank der Hilfsbereitschaft der Spenderinnen und Spender in seinen 29 Partnerländern im Osten Europas zahlreiche Projekte fördern konnte. Aber Geburtstag feiern – im Angesicht des Krieges in der Ukraine? Natürlich gedenken wir bei Renovabis unserer Gründung im März 1993. Wir blicken ein bisschen stolz, vor allem aber dankbar auf die vielen Projekte, die wir bisher unterstützen konnten – seit 1993 waren es knapp 26.000 Projekte mit einem Volumen von rund 843 Millionen Euro. Vor allen Dingen aber wollen wir unsere Hilfe weiterführen und intensivieren, gerade in diesen Zeiten. In der Ukraine, aber auch in allen anderen Partnerländern ...

Mit dieser Ausgabe der Zeitschrift **jetzt WIR**. möchten wir Ihnen unsere Pfingstaktion 2023 ans Herz legen. Es geht um das schwierige Thema der Arbeitsmigration aus Osteuropa.

WELCHE FREUDE

Liebe Leserinnen und Leser,

Antonija von unserem Titelbild sitzt auf ihrem Traktor und freut sich ihres Lebens. Sie hat sich gemeinsam mit ihrer Familie eine Zukunft in Nordbosnien (Seite 9) aufgebaut. Sie baut Bohnen an. Und dies verdankt sie auch der Unterstützung durch Renovabis.

Die Hilfsorganisation hat Antonija ganz praktisch geholfen. Mit der Anschaffung eines Boden-Vertikutierers und der Finanzierung der Fortbildung. Damit ist Antonija ein Beispiel von vielen (Seite 6f) für die Aussage, dass Entwicklungshilfe Gutes bewirken kann. 1993 wurde Renovabis von der deutschen katholischen Kirche gegründet, als sich der Osten öffnete. Bis heute konnten auch dank der vielen Spenden mehr als 25.000 Hilfs-, Schul-, Start-Up- und Sozialprojekte mit Geld und Menschen unterstützt werden. Eine Bilanz, die sich m.E. nicht

Das Leitwort lautet: »Sie fehlen. Immer. Irgendwo.« Dieses Dilemma drückt auch das Aktionsplakat aus: Es zeigt zwei Holzpuzzles in Herzform, beiden fehlt ein Teil – und es ist nur ein passendes Klötzchen übrig. Treffender lässt sich das Dilemma kaum formulieren, denke ich.

Im Heft finden Sie Reportagen von Menschen, die sich fürs Bleiben oder fürs Gehen entschieden haben – oder entscheiden mussten. Sie finden hier aber auch den »Münchener Appell«, der sich mit sieben Forderungen an Politik und Gesellschaft richtet, um für mehr Fairness für die ausländischen Arbeitskräfte zu sorgen, die hier bei uns in Deutschland arbeiten.

Ich wünsche Ihnen ein gesegnetes, hoffnungsvolles Pfingstfest – und freue mich über Ihre tatkräftige Unterstützung.

Ihr Pfarrer Prof. Dr. Thomas Schwartz
Hauptgeschäftsführer von Renovabis



nur sehen lassen kann, sondern die auch Spuren (Seite 11) hinterlassen und die Welt damit ein klein bisschen besser gemacht hat. Eigentlich dachten wir in der Vorbereitung dieser Ausgabe, dass wir beim Thema »Backen« (Seite 12f) viele Einsendungen von unseren Leserinnen erhalten; und sich unsere Leser eher zurückhalten. Doch weit gefehlt. Es war deutlich zu merken, dass unserer Leser immer mehr selbst backen. Und dies nicht im Geheimen sondern mit der größten Selbstverständlichkeit auch als Lesertester. Ich denke es wird wohl langsam, oder auch schneller Zeit sich von derartigen stereotypen Gedankenmustern abzulösen. Ich fange da jetzt gleich bei mir an und backe zur Strafe einen glutenfreien Kuchen.

Ihr Werner Jakobartl
Geschäftsleitung KONPRESS-Medien eG



IMPRESSUM

Herausgeber
KONPRESS-Medien eG
Telefon +49 69 25 629 66-19
Online www.jetztWIR.net

Geschäftsleitung
Werner Jakobartl (V.i.S.d.P.)

Anschrift
Hanauer Landstr. 189
60314 Frankfurt am Main
Amtsgericht Frankfurt am Main / GnR 8214

© Titelfoto: Renovabis

Redaktion
Werner Jakobartl, Thomas Schumann,
Martin Siemer, Doris Breitsameter, Andreas Bauer
E-Mail redaktion@jetztWIR.net

Anzeigen & Marketing
Telefon +49 69 25 629 66-13
E-Mail marketing@konpress.de

Konzept & Gestaltung
Zenglein Grafikdesign
www.dorozenglein-grafikdesign.de

©KONPRESS-Medien eG, Frankfurt am Main
Alle Rechte vorbehalten weltweit. Eine Verwertung der urheberrechtlich geschützten Zeitschrift und aller in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen, insbesondere durch Vervielfältigung oder Verbreitung, ist ohne vorherige schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar, soweit sich aus dem Urheberrechtsgesetz nichts anderes ergibt. Insbesondere ist eine Einspeicherung oder Verarbeitung der auch in elektronischer Form vertriebenen Zeitschrift in Datenbanken ohne Zustimmung des Verlages unzulässig.

HILFE

für Flüchtlingskinder in der Ukraine

UKRAINE

Der andauernde Krieg in der Ukraine bringt Leid und Zerstörung mit sich, die humanitäre Lage im Land ist katastrophal. Gerade in dieser Situation ist es wichtig, sich auch der seelischen Not von Kindern und Jugendlichen anzunehmen – so wie die Caritas der griechisch-katholischen Kirche in Kyjiw.

In kinderfreundlichen Räumen seelische Verwundungen verarbeiten

Die vorhandenen staatlichen Systeme für die Unterstützung von Familien und Kindern sind derzeit überlastet. Sie konzentrieren sich größtenteils auf die materiellen Nöte der Menschen. Hier setzt die Arbeit der Caritas der griechisch-katholischen Kirche an. Sie begann im Frühjahr 2022, ihre bereits vor dem Krieg bestehenden Unterstützungsdienste für Kinder und Familien weiter auszubauen, um den vom Krieg betroffenen Kindern zu helfen, mit ihrer Situation besser zurechtzukommen und in ihrem Lebensalltag wieder neuen Lebens-

mut zu gewinnen. In der ukrainischen Hauptstadt Kyjiw richtete die Caritas an 15 Standorten in sieben (von zehn) Kyjiwer Stadtbezirken sog. »kinderfreundliche Räume« ein. Hier werden Kinder von Fachleuten der Caritas psychologisch betreut, um ihre traumatischen Kriegserfahrungen und seelischen Verwundungen zu überwinden. In einem geschützten Raum mit psychologischer und pädagogischer Betreuung können die Kinder und Jugendlichen hier spielen, kreativ werden, und in kindgerechter Weise über ihre Gefühle, Probleme und Gedanken sprechen. So werden psychologische Belastungen bearbeitet und die Resilienz der Kinder gesteigert.

Zeitgleich können Eltern bei den Fachleuten Beratung und Unterstützung finden. Dies trägt zur Stabilisierung der Eltern bei, was wiederum positiven Einfluss auf deren Umgang mit ihren Kindern hat. Punktuell werden Eltern-Kind-Kurse durchgeführt, die speziell die Kommunikation in der Familie verbessern sollen.

Die »kinderfreundlichen Räume« werden in Kooperation mit Pfarreien oder lokalen Einrichtungen wie der Polizei oder Verwaltungsbehörden betrieben. Die mobilen psychologischen Unterstützungsteams der Caritas arbeiten mit den Kindern mehrmals die Woche. Die Caritas betreut in der Hauptstadt Kyjiw

KRIEG EINE EXTREME BELASTUNG FÜR DIE PSYCHE

Der Verlust der Heimat durch Flucht, der Tod nahestehender Menschen und die anhaltende Kriegsbedrohung im Alltag – all dies ist für die Menschen körperlich und psychisch sehr belastend. Besonders betroffen sind Kinder und Jugendliche. Sie wurden aus ihrer vertrauten Welt gerissen und haben durch den Krieg viel Leid, Angst und Gewalt erlebt. Seit mehr als einem Jahr leben sie in ständiger Alarmbereitschaft, haben jedoch keine Möglichkeit, über ihre Gefühle, Ängste und Sorgen zu sprechen. Die Eltern sind zumeist mit diesen Problemen überfordert, leiden sie doch selbst unter extremer Belastung und müssen zuvorderst das materielle Überleben der Familie sichern.

derzeit 500 Kinder und Jugendliche und berät etwa 250 Eltern. Damit die Caritas in Kyjiw ihre mobilen psychosozialen Unterstützungsangebote für Kinder und Familien auch in den kommenden Monaten fortsetzen kann, benötigt sie unsere Hilfe und Unterstützung.

Wie die Caritas Kyjiw den vom Krieg betroffenen Kindern hilft – unterstützt von Renovabis: Das Beispiel des sechsjährigen Mädchens Stefania und ihrer Mutter Alina aus Charkiw

Viel Zeit zum Nachdenken bleibt ihr nicht. Als am 24. Februar die ersten Bomben fallen, packt die schwangere Alina hastig Dokumente und Kleidungsstücke in einen Koffer, schnappt sich ihre sechsjährige Tochter Stefania und flieht gemeinsam mit ihrer Schwiegermutter Maryna aus dem ostukrainischen Charkiw. Ihr Ziel: das Elternhaus in Velika Rohan nahe Charkiw. Obwohl zu diesem Zeitpunkt russische Militärs auch auf flüchtende Zivilisten schießen, erreicht die Kleinfamilie unversehrt Alinas Heimatort. Dort verstecken sie sich im Keller eines Gebäudes in Nachbarschaft von Alinas Elternhaus und harren dort aus, während um sie herum die Raketen einschlagen.

Stefania ist völlig verstört. In den Feuerpausen will sie vor lauter Angst nicht ins

Haus ihrer Großeltern. »Mama, ich ziehe mich nicht um. Denn wenn ich nicht rechtzeitig fertig werde, kannst du mich nicht retten«, sagt die kleine Stefania verzweifelt. Daraufhin entschließt sich ihre Mutter, den Ort wieder zu verlassen. Im Dorf Lishchynivka, Bezirk Uman, Region Tscherkassy, finden Alina und ihre Tochter eine Bleibe und kommen erstmals seit langem zur Ruhe. Stefania fasst neues Vertrauen und beginnt, mit anderen Kindern im Ort zu spielen. Die Dorfbewohner helfen ihrer schwangeren

Mutter, versorgen sie mit Lebensmitteln und sprechen ihnen gut zu.

Nothilfe wird weiter gebraucht

Neben der psychosozialen Hilfe unterstützt Renovabis weiterhin auch zahlreiche Nothilfe-Projekte sowie Projekte im Bereich der medizinischen Versorgung, um für die hilfebedürftige Bevölkerung alles Lebensnotwendige bereitzustellen – Unterkünfte, Nahrung, Kleidung, Hygieneartikel, Wärme.



Die sechsjährige Stefania aus Charkiw.

© Foto: Renovabis / Caritas Ukraina

SEIT 30 JAHREN IM OSTEN EUROPAS SOLIDARISCH GEHOLFEN

Am 3. März 1993 haben die deutschen Bischöfe in Mülheim an der Ruhr die Gründung von Renovabis, der »Solidaritätsaktion der deutschen Katholiken mit den Menschen in Mittel- und Osteuropa« beschlossen. Nach der jahrzehntelangen Trennung durch den »Eisernen Vorhang« waren die Länder Mittel-, Ost- und Südosteuropas wieder stärker ins Bewusstsein des Westens getreten und öffentliche Hilfe war möglich geworden.

Die katholische Kirche in Deutschland versteht die Gründung dieser Solidaritätsaktion als eine ihrer wichtigsten Antworten auf die große gesellschaftlich-politische Wende in Europa von 1989/90. Seit dreißig Jahren hilft Renovabis beim Aufbau von Kirchen und Gesellschaften in den ehemals sozialistischen Staaten im östlichen Teil Europas. Gemäß dem Prinzip »Hilfe zur Selbsthilfe« koordinieren

Partner vor Ort – Diözesen, Ordensgemeinschaften, Organisationen, Verbände und andere Institutionen – die pastoralen und sozialen sowie Bildungsprojekte. Die Förderung von Dialog, Begegnung und Versöhnung zwischen West und Ost in Europa ist Renovabis als weiteres Ziel ins Statut geschrieben. Unterschiede und Vielfalt stellen dabei Bereicherung und Herausforderung zugleich dar.

Der lateinische Name des Hilfswerks geht auf den Bibelspruch 104 zurück und bedeutet »Du wirst erneuern«. Seit ihrer Gründung hat die Solidaritätsaktion Renovabis mit mehr als 842 Millionen Euro knapp 26.000 Projekte von Partnern unterstützt. Allein in der Ukraine waren es seit 1993 rund 4.000 Projekte der dortigen Partner mit einer Gesamtfördersumme von mehr als 132 Millionen Euro.

Thomas Schumann

ANPACKEN STATT AUSWANDERN

Renovabis fördert auf dem Westbalkan eine Reihe von Projekten, die helfen, junge Menschen besser zu qualifizieren, damit sie die Chance haben, sich in ihrer Heimat eine Existenz aufzubauen statt ins Ausland abzuwandern.

Das beginnt mit Schulausbildung, wird fortgesetzt mit der Berufsausbildung und Jobvermittlung, häufig auch durch Start-up-Hilfe und Workshops sowie vielen Fortbildungen.

Peter Beyer (Text) und Achim Pohl (Fotos) haben drei solcher Projekte besucht.



SCHULPROJEKT in Pristina

KOSOVO

BILDUNG ALS GRUNDLAGE

Abklatschen, Schulterklopfen, Händeschütteln, Ghettofaust. So begrüßt Don Dominik Querimi, Leiter der Don Bosco Schule in Pristina, seine 1100 Schülerinnen und Schüler jeden Morgen. Qualifizierte Wissensvermittlung und familiäre, wertschätzende Atmosphäre haben der Bildungsstätte einen herausragenden Ruf beschert. »An anderen Schulen geht es viel anonym zu«, sagt der Elftklässler Lekë Berisha. »Außerdem ist es hier viel sauberer!« Als Katholik ist er im Kosovo Vertreter einer kleinen Minderheit. Probleme oder auch nur Grüppchenbildung deswegen kennt er in

der muslimisch geprägten Schulgemeinschaft nicht. Mit Hilfe von Renovabis konnte 2018 ein zusätzliches Schulgebäude errichtet werden – seitdem drücken hier auch Erstklässler die Schulbank. »Das staatliche Schulsystem ist schlecht«, berichtet Don Dominik. In dem von massenhafter Migration gebeutelten Kosovo ist gute Ausbildung aber extrem wichtig, denn sie eröffnet Chancen. Auch darum bilden sich am Tor der Schule bei jeder Anmeldung zum neuen Schuljahr schon am Vortag lange Schlangen. »Wir nehmen die Kinder strikt nach Reihenfolge der Anmeldung auf, nie aus Gefälligkeit«, betont der Salesianer. In einem Land, in dem Vetternwirtschaft tief verwurzelt ist, ist dies außergewöhnlich.

JOBVERMITTLUNG UND START-UP-HILFE: DAS FÖRDERPROGRAMM »YOURJOB« IN SHKODRA

Arbeit statt Apathie: Mit dieser Devise geht Julian Jana (40) ans Werk. Der Koordinator des von Renovabis unterstützten Programms »YourJob« macht 15- bis 29-Jährige fit für den Arbeitsmarkt. Dafür sucht Jana die Jugendlichen auf, lotet ihre Stärken aus und vermittelt ihnen bezahlte Praktikumsplätze. Gefördert werden auch Jungunternehmerinnen und -unternehmer und solche, die es werden wollen. Zum Beispiel Mati Zaguni: Der 27-Jährige kam beim Besuch im italienischen Pistoia – ein Großteil seiner Familie lebt dort – auf eine Geschäftsidee: Ihm fiel die

START-UP-PROJEKTE von Mati & Gjovalin

ALBANIEN



Mati Zaguni

große Nachfrage nach Zierpflanzen auf. Weil er einen grünen Daumen hat, entschloss sich Mati, diese in seinem Heimatdorf Dajc selbst anzupflanzen. Zunächst pachtete er in den fruchtbaren Auen des Flusses Buna Land. »Viel Arbeit, denn die Felder waren verwildert, weil ihre Besitzer ausgewandert waren«, erinnert sich Mati. Was dem Jungunternehmer fehlte, war Startkapital. Aufgrund seines fundierten Business-Plans stellte ihm »YourJob« Mittel zur Verfügung. Damit konnte er zwei Treibhäuser samt

Bewässerungsanlagen errichten, in denen je 35.000 Jungpflanzen wachsen und gedeihen können. Inzwischen hat Mati vor, einen Lieferwagen anzuschaffen, um auf Anfragen von Kunden kurzfristig reagieren zu können und etwa nach Holland zu fahren, um Jungpflanzen nachzukaufen. Dass er mitunter 12 Stunden am Tag arbeitet, stört den vor Energie sprühenden Mann nicht: »Hier bin ich mein eigener Herr!«. Doch nun scheint die Zeit gekommen, sich Verstärkung zu holen. »Ich brauche noch einen Mati«, scherzt er, bevor er eine weitere Pflanze an eine Rankhilfe bindet.

DORT HABEN SIE ALLES, ABER SIE HABEN KEIN LEBEN!

Ein Schwall von Funken stiebt zur Decke hinauf. Mit flinker Hand streicht Gjovalin Delia den Haufen glühender Kohlen auf seinem Werkstisch glatt, um dann mit einer Kurbel das Feuer um sein Werkstück zu belüften.

»Schon als kleiner Junge faszinierte es mich zuzuschauen, wie Vater das harte Metall mittels Flammen butterweich machte und verarbeitete«, erzählt der 29-Jährige, während er wuchtige Schläge mit dem Hammer ausführt. Musste sein Vater noch in der beengten Garage

arbeiten, konnte Gjovalin diese mit Mitteln aus dem von Renovabis unterstützten Programm »YourJob« in einen gut ausgestatteten Werkraum verwandeln. Darin kann der Metallkünstler nun auch größere Aufträge ausführen.

An der Seite seines Bruders verbrachte er anderthalb Jahre als Gelegenheitsarbeiter in Luxemburg. Anders als dieser kehrte er jedoch nach Albanien zurück und setzt in vierter Generation die Handwerkstradition seiner Familie fort. Bereut er die Entscheidung für ein weit bescheidenes Leben in der Heimat? Gjovalin stemmt seine tätowierten Arme in die Hüften und denkt nach. Hier habe er mehr Freiheit, sagt er schließlich. »Man kann auch dann, wenn man etwas vermisst, ein gutes Leben führen. Ich lebe von meiner Arbeit, bin hier kein Knecht, habe ein Haus – ich bin glücklich!« Altersgenossen, die sich mit Abwanderungsgedanken tragen, rät er: »Hier kannst du genauso gut leben wie dort. Dort haben sie alles, aber sie haben kein Leben, keine Zeit, es zu genießen.«

Gjovalin Delia



Metallkünstler Gjovalin Delia (29) verbrachte anderthalb Jahre als Gelegenheitsarbeiter in Luxemburg. Dann entschied er sich zur Rückkehr und baute die väterliche Werkstatt aus.

ZUKUNFT VOR ORT: DIE PROGRAMME DES JUGENDZENTRUMS SARAJEVO

In Bosnien prägen Landflucht und Migration den Alltag vieler Menschen. Bewusst zum Bleiben entschieden hat sich Kristian Ivanović aus Tolisa im Nordosten

des Landes. »Meine Eltern arbeiten schon ihr ganzes Leben hier auf dem Feld. Da kann ich nicht einfach die Koffer packen und abhauen«, sagt der 17-Jährige in den zerschlissenen Jeans und stemmt die Hände in die Hüften. Seit 2018 baut die Familie Äpfel an, darunter Sorten wie Gala und Granny Smith. Renovabis förderte die Anschaffung einer luftdichten Tür zum Kühlraum. Darin kann die Familie nun bis zu 25 Tonnen Obst lagern, bis die Preise anziehen – zuweilen gibt es nur umgerechnet 20 Cent pro Kilo Äpfel. Kristian nutzt zudem die Weiterbildungsangebote, die vom Osteuropa-Hilfswerk Renovabis unterstützt werden. So eignet er sich bei landwirtschaftlichen Workshops, die das Jugendzentrum Sarajevo in seiner Region veranstaltet, das nötige Wissen über Obstschnitt oder die Formation von Bäumen an. Auch Rückschläge stecken die emsigen Apfelbauern weg: 2019 zerstörte Hagel Tausende in Blüte stehende Bäumchen. Die Ivanovićs krepelten die Ärmel hoch – und heute schützen Netze die Plantage, selbst gefertigt von einer kleinen Kooperative. Die Familie hat Verwandte in der Region, fühlt sich ihr verbunden, liebt die Arbeit im Garten und auf dem Feld – und bleibt deshalb ihrem Heimatdorf treu.

PROJEKT »Zukunft zu Hause gestalten«

BOSNIEN UND HERZEGOWINA



»ICH GLAUBE, ES GIBT HIER EINE ZUKUNFT«

Gemeinsam mit ihrem Mann Jura baut Antonija Mikolić (geb. 1986) in der nordbosnischen Gemeinde Kornica auf vier Hektar Land Mais, Soja, Weizen und

Antonija Mikolić

Hat sich zum Bleiben entschieden: Bäuerin Antonija Mikolić (36) lebt in Nordbosnien vom Bohnenanbau.

© Foto: Renovabis



seit 2014 hauptsächlich Bohnen an. Mit dem Bohnenanbau haben die beiden eine Marktlücke entdeckt: Das Gemüse ist sehr beliebt, und weit und breit gibt es keinen anderen Bohnenbauern. Im Jahr 2017 bildete sich die vor Energie sprühende Antonija auf einem von Renovabis geförderten landwirtschaftlichen Workshop weiter. Dank der Unterstützung des Hilfswerks konnte außerdem ein neuer Vertikutierer angeschafft werden – doppelt so groß wie sein Vorgänger. Er erspart dem Bauernpaar viel Zeit. »Endlich kommt mein Mann früher vom Feld nach Hause«, scherzt Antonija. Bedingt durch massenhafte Landflucht und Migration wirkt ihr Dorf zuweilen wie leergefegt – weshalb die zweifache Mutter ihrem

Jüngsten immer mal wieder aufträgt: »Geh' ins Dorf und such' Kinder zum Spielen!«

Während ringsum Nachbarn ihre Koffer packen, hat sich die Familie anders entschieden. »Wir wollen nicht nach Deutschland«, erklärt Antonija, die während des Kriegs in Bayern die Grundschule besucht hatte und noch heute passabel Deutsch spricht: »Ich glaube, es gibt hier eine Zukunft, man muss nur hart arbeiten.« Diese Einstellung will sie auch ihre Söhne (11 und 14 Jahre alt) lehren. Deshalb legt sie Wert darauf, dass die beiden auf dem Feld mit anpacken. Zur Erntezeit heißt das: Aufstehen um vier Uhr früh, denn die Bohnen müssen gepflückt werden, solange sie noch feucht sind.

„Münchener Appell“

**Arbeitsmigration fair gestalten –
in Deutschland und für die Menschen und Länder
im östlichen Europa**

Am 31. August und 1. September kamen unter dem Titel „Aufbruch in ein besseres Leben? Herausforderung faire Arbeitsmigration“ rund 200 Menschen aus ganz Deutschland und Mittel-, Ost- und Südosteuropa zum 26. Internationalen Kongress Renovabis in München und online zusammen. Sie beschäftigten sich mit den Chancen, die Arbeitsmigration aus dem östlichen Europa eröffnet, aber nahmen auch die Schattenseiten in den Blick. Es wurde einmal mehr deutlich, dass es sich bei einer fairen Gestaltung von Arbeitsmigration um eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe handelt, die die Auswirkungen für die Herkunftsländer und die Zielländer in den Blick nimmt und der internationalen Zusammenarbeit bedarf. Am Abschluss des Kongresses erhebt Renovabis in einem „Münchener Appell“ folgende Forderungen:

Keine moralische Verurteilung

Arbeitsmigration ist in der Menschheitsgeschichte eine Normalität. Sie hat viele Gründe: Flucht vor Krieg und existentieller Not und Gefährdung, ebenso wie die Suche nach einem besseren Leben, besseren sozialen und finanziellen Bedingungen, mehr Bildung, Partizipation und Demokratie. Arbeitsmigration bietet viele Chancen – für die Migrantinnen und Migranten selbst und für die Herkunftsländer. Nicht zuletzt kann durch Arbeitsmigration der Lebensstandard in den Herkunftsländern verbessert werden.

5) Gleiche Entlohnung und gleiche Praktiken

Ausbeuterische Arbeitsverhältnisse, in der Lebensmittel- und Gastgewerbebranche. Viele Arbeitskräfte – häufig unter ihrem Ausbildungsvertrag – werden gegenüber einheimischen Arbeitskräften beim Verdienst benachteiligt. Es bedarf einer gerechten Entlohnung der Arbeitskräfte aus unserem Sozialsystem bei.

Wir appellieren an die Arbeitgeber: Der Grundsatz „Gleiche Entlohnung für gleiche Arbeit“ ist immer der Grundsatz. In schwierigen Branchen und in diesem Bereich braucht es mehr Kontrollen und der Arbeitgeber muss seinen Anteil am Arbeitsmarkt müssen tragen.

6) Anerkennung und Wertschätzung

In Deutschland würden inzwischen viele Menschen in der Wirtschaft zusammengefasst werden. In Mittel-, Ost- und Südosteuropa werden sie oft als „Gastarbeiter“ bezeichnet. Wir appellieren an die Arbeitgeber: Die Arbeitskräfte aus dem Osten Europas verdienen Anerkennung und Wertschätzung.

Wir appellieren an die Arbeitgeber: Die Arbeitskräfte aus dem Osten Europas verdienen Anerkennung und Wertschätzung.

ARBEITSMIGRATION FAIR GESTALTEN

Faire Arbeitsmigration – ein komplexes Thema, das im Zuge der Corona-Pandemie noch einmal deutlich an Brisanz zugenommen hat: Die Bilder von Fleischfabriken und menschenunwürdigen Unterkünften sind im Gedächtnis haften geblieben. Deshalb hat Renovabis im Rahmen seines Internationalen Kongresses im Herbst 2022 in München ein wichtiges Grundsatzpapier verabschiedet. Es wendet sich in sieben zentralen Forderungen an Politik, Gesellschaft und Kirchen mit dem Ziel, Arbeitsmigration fairer zu gestalten.

Eine zentrale Forderung von Renovabis: »Gleicher Lohn für gleiche Arbeit am gleichen Ort.« Es dürfe nicht sein, dass Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer aus dem Osten Europas gegenüber einheimischen Beschäftigten benachteiligt werden. »Dieser Grundsatz muss auch wirksam durchgesetzt werden«, betont Renovabis-Hauptgeschäftsführer Thomas Schwartz. Hierzu brauche es

mehr Kontrollen der deutschen Behörden, um Arbeitsrechten gerade in schwierigen Branchen Geltung zu verschaffen: »Mafiöse Strukturen auf dem Arbeitsmarkt müssen strafrechtlich konsequent verfolgt werden.« Das gilt auch für den sogenannten »Grauen Pflegemarkt«, wo Pflegekräfte aus dem Osten Europas eine sogenannte »24-Stunden-Betreuung« leisten, damit pflegebedürftige Menschen in ihren Wohnungen bleiben können. »Wir müssen uns eingestehen: Ohne diese Form der Ausbeutung von Arbeitskräften

könnte sich kaum jemand häusliche Pflege rund um die Uhr leisten«, so Schwartz. Der »Graue Pflegemarkt« ist unbefriedigend und ruft auf Dauer nach einer gesetzlichen Regelung. »Steigende Kosten hierfür dürfen nicht einseitig zu Lasten der Pflegebedürftigen gehen. Es bedarf sowohl einer gesellschaftlichen Sorgeskultur wie einer besseren finanziellen Ausstattung der Pflege.«

Den Wortlaut des Münchener Appells finden Sie unter:
renovabis.de/muenchener-appell

Erzbischof Dr. Heiner Koch, Berlin, betonte in seinem Statement beim 26. internationalen Kongress von Renovabis auch die Vorbildfunktion, die kirchliche Einrichtungen bei fair gestalteten Arbeitsverhältnissen haben.

© Foto: Erzbistum Berlin



SPUREN hinterlassen

MIT IHREM TESTAMENT STELLEN SIE WEICHEN

Wer befasst sich schon gern mit dem Gedanken an den eigenen Tod? Und doch ist einer jeden und einem jeden klar: Zum Leben gehört das Sterben.

Früher oder später wird man sich mit dem Thema Tod beschäftigen, und dies führt zwangsläufig zu Fragen. So werden sich etwa diejenigen, die etwas zu vererben haben, Gedanken darüber machen, wer erben soll. Wieder andere fragen sich ganz grundsätzlich, was einmal von ihnen bleibt, wenn sie nicht mehr sind.

»Ich kann nichts mitnehmen, wenn ich sterbe«, lautet die nüchterne Antwort eines Renovabis-Spenders in einem Gespräch zum Thema. Namentlich möchte er nicht genannt werden. Sein Testament hat er bereits geschrieben und darin das Hilfswerk Renovabis bedacht.

Dafür nennt er gleich mehrere Gründe: Irgendwann habe er sich Gedanken darüber gemacht, wie er über seinen Tod hinaus Spuren hinterlassen könne, so der Ruheständler. Eine Frau und Kinder oder andere nahestehende Angehörige hat er nicht. Bei den Überlegungen, wem er sein Vermögen vermachen könne, sei seine Wahl sehr schnell auf Renovabis gefallen. Seit vielen Jahren fühle er sich als katholischer Christ diesem Hilfswerk in besonderer Weise verbunden, da es Menschen im Osten Europas unterstütze. Das gefällt ihm. Schon jetzt hat er eine Treuhandstiftung unter dem Dach der Renovabis-Stiftung errichtet. Damit fördert er die Projektarbeit von Renovabis bereits zu Lebzeiten langfristig aus den Stiftungserträgen. Testamentarisch hat er geregelt, dass seine Stiftung ebenso wie Renovabis im Todesfall von seinem Nachlass profitieren. Die Rechtslage hat ihm diese Entscheidung erleichtert: Denn laut Gesetz werden testamentarische Zuwendungen an gemeinnützige Körperschaften steuerfrei übertragen. Und zu letzteren zählt auch das Hilfswerk Renovabis.

Wenn auch Sie über Ihren Tod hinaus anderen zurückgeben

möchten, was Sie im Leben an Gutem erfahren haben, ist Ihr Testament ein entscheidender Schritt dazu. Indem Sie Ihren Nachlass rechtzeitig regeln, bestimmen Sie selbst, was im Todesfall mit Ihrem Hab und Gut geschehen soll.

Wir beim Hilfswerk Renovabis denken sehr gern mit Ihnen gemeinsam darüber nach, wie Sie mit Ihrem Testament oder Erbvertrag Menschen im Osten Europas nachhaltig helfen können.

Gute Gründe für ein Testament

- ♦ Mit meinem Testament bestimme ich selbst, was mit meinem Hab und Gut geschehen soll.
- ♦ Mit meinem Testament Sorge ich für Klarheit. Ich lege fest, wem mein Nachlass zugutekommt.
- ♦ Mit meinem Testament treffe ich Vorkehrungen. Ich schenke Freude, sage Danke und helfe Menschen, die mir am Herzen liegen.
- ♦ Mit meinem Testament setze ich über den Tod hinaus langfristig Akzente. Ich begünstige die Arbeit von kirchlichen Organisationen, die mich in besonderer Weise ansprechen oder deren Zielen ich mich Zeit meines Lebens eng verbunden gefühlt habe.



© Foto: Pixabay / Nikon D7000

IHR NÄCHSTER SCHRITT:



Sie möchten sich in die Thematik einlesen?

Sehr gern senden wir Ihnen auf Anfrage unsere kostenlose Testamentsbroschüre zu.

Sie interessieren sich außerdem für das Thema Stiften?
 Dann können Sie bei uns auch die Stiftungsbroschüre kostenlos anfordern.

Wenn Sie ein Gespräch wünschen, sind wir sehr gern für Sie da. Herr Jürgen-August Schreiber ist Ihr persönlicher Ansprechpartner. Sie erreichen ihn telefonisch unter der Nummer: 08161 / 53 09 41 oder per E-Mail: jas@renovabis.de. Die Anschrift von Renovabis lautet: Renovabis, Domberg 38/40, 85354 Freising. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.renovabis.de



© Foto: Renovabis Archiv

Einfach mal *glutenfrei* backen

© Foto: Congerdesign / Pixabay

Das erwarten **WIR.**

Unsere Lesertesterinnen und -tester backen gerne selbst. Bei den Backmischungen haben sie ganz bestimmte Erwartungen.

WIR. erwarten weniger Verpackungsmüll

Nicht immer lässt sich die Verpackung bei den Backmischungen ganz minimalistisch gestalten. Doch die einzelnen Komponenten sollten möglichst materialsparend verpackt werden. Auch sollte der Anteil an Kunststoff- oder Aluminiumverpackungen durch Alternativen wie Papier oder Pappe ersetzt werden.



Lesertesterin Monika Hausmanninger

» Ein Karton mit zwei Tüten drin. Weniger geht nur, wenn man keine Backmischung verwendet. Für die Außenverpackung aus Pappe und die Beutel aus Kunststoff sind sogar Recyclinghinweise angegeben.

WIR. erwarten verständliche und gut lesbare Backanleitungen

Damit die Kuchen gelingen, bedarf es einer verständlichen Backanleitung. Dabei sollte die Schriftgröße nicht zu klein gewählt sein. Ist die Verpackung allerdings sehr reduziert, kann die Lesbarkeit zum Problem werden. Fotos der Arbeitsschritte erleichtern zudem die Arbeit.



Lesertester Rainer Hemmerich

» Die Backanleitung ist leicht verständlich und durch eine zusätzliche Bebilderung gut zu verstehen. Die benötigten Zutaten sind in einem extra Textfeld aufgeführt. Die Backzeit ist deutlich zu erkennen.

WIR. erwarten wenige zusätzliche Zutaten

Die Backmischungen bilden den Grundstock für den Kuchen. Je nach Rezeptur müssen weitere Zutaten hinzugefügt werden. Dabei sollte es sich um solche handeln, die man normalerweise im Haus hat und die man nicht noch extra besorgen muss.



Lesertester Bernhard Zenk

» Eier, Butter und Pflanzenöl haben wir immer im Haushalt vorrätig. Heißes Wasser sowieso. Nur Sojadrink musste ich extra einkaufen.

WIR. erwarten eine Zeitersparnis beim Backen

Backmischungen erleichtern die Arbeit und sparen Zeit. Viele der Zutaten müsse nicht einzeln abgewogen werden. Wenn sich überraschend Besuch ankündigt, dann kann man mittags schnell noch einen Kuchen anrühren. Oder auch Muffins, Brownies oder einen Kirschkuchen. Denn viele der Backmischungen lassen sich variieren.



Lesertesterin Lucia Görtz

» Das Backen mit den Mischungen ging wesentlich schneller, da man nur noch wenige Zutaten hinzufügen musste und der Rührvorgang maximal 5 Minuten dauerte.

Backmischungen, wenn es mal schnell gehen muss

Wer mag es nicht gerne, das leckere Stück Kuchen oder Torte. Im Sonnenschein auf der Terrasse, mit einer heißen Tasse aromatischem Kaffee oder einem Pott dampfendem Tee.

Doch nicht jeder oder jede kann diesem Genuss fröhnen. Immer mehr Menschen haben eine Glutenunverträglichkeit. Warum diese Unverträglichkeit in der Bevölkerung zunimmt, ist nicht genau bekannt. Die Hochzüchtungen moderner Getreidesorten könnten eine der Ursachen sein, über die diskutiert wird. Bei diesen Sorten ist der Gehalt an Gluten und anderer im Korn enthaltener Substanzen erhöht. Diese Unverträglichkeit des Klebereiweiß bleibt auch im fortgeschrittenen Alter bestehen. Heute ist jeder neu diagnostizierte Patient über 65 Jahre alt, berichtet die Mainzer Zöliakie-Ambulanz.

Dabei gibt es jedoch Unterschiede zwischen jüngeren und älteren Menschen. Die Diätregeln gelten zwar für beide Altersgruppen gleich. Bei den Senioren verläuft das Leiden aber oft weniger typisch, wodurch es eher übersehen wird. Bei der Zöliakie greift das Immunsystem das Eiweiß Gluten im Dünndarm an. In der Folge entzündet sich der Dünndarm und die Schleimhaut kann unter Umständen keine Nährstoffe mehr aufnehmen.

Zwar haben Mediziner der Mainzer Uniklinik jüngst von einem Durchbruch bei der Behandlung der Zöliakie berichtet und in absehbarer Zeit ein Medikament angekündigt. Dennoch ist es wichtig, strikt auf eine glutenfreie Nahrung zu achten. Brot, Kuchen, aber auch Pasta und andere Mehlspeisen sind tabu. Weizen, Roggen, Gerste, Dinkel, Einkorn oder Emmer enthalten Gluten. Alternativ setzt man Mais, Buchweizen, Reis, Amarant oder Quinoa zum Backen ein. Durch die andauernde Vorsicht

bei der Ernährung verspüren viele Betroffene einen erheblichen Leidensdruck und eine eingeschränkte Lebensqualität. Wer selbst mit eigenen Zutaten backt, der kann schon beim Einkauf darauf achten, dass glutenfreie Bestandteile enthalten sind. Etwas anders verhält es sich mit Backmischungen. Sie sind praktisch, wenn sich mal kurzfristig Besuch zum Kaffee kränzchen angekündigt hat. Doch auch hier muss man auf die Glutenbestandteile der Mischungen achten.

Inzwischen gibt es jedoch eine ganze Reihe an glutenfreien Backmischungen. Unsere **jetzt WIR.** Lesertester haben verschiedene Kuchensorten von vier Anbietern ausprobiert. Dabei waren die Klassiker wie Marmorkuchen und Schokoladenkuchen. Der Vorteil dieser Backmischungen: Man kann sie auf Vorrat einkaufen und braucht nur wenige zusätzliche Zutaten, die man in der Regel im Haus hat. Das Abwiegen der einzelnen Zutaten entfällt, denn die Mischungen sind komplett vorbereitet. Dem schnellen Kuchengenuss steht damit kaum etwas im Wege.

TIPP DER REDAKTION:

Aus den Backmischungen lassen sich auch andere Kuchenvariationen herstellen. Man kann also ein wenig seiner eigenen Kreativität freien Lauf lassen. Probieren sie einfach mal etwas Neues aus und überraschen Sie Ihre Lieben mit einer besonderen Leckerei zur Kaffeezeit.

AUSBLICK: Die nächste Ausgabe von **jetzt WIR.** erscheint am 12. September 2023.

WAS ERWARTEN SIE?

Erzählen Sie uns von Ihrer persönlichen Erfahrung mit Backmischungen und welches Detail bei der Wahl für Sie am Ende ausschlaggebend war. Wir freuen uns von Ihnen zu hören!

Die Ergebnisse

Für unseren Lesertest haben wir vier Backmischungen der Sorten Bauckhof »Marmorkuchen«, Biovegan »Mein Schokokuchen«, RUF »Unser Marmorkuchen« und dm »Schokokuchen« backen lassen. Der Fokus bei den Bewertungen lag dabei auf der Verständlichkeit der Backanleitung, dem Umfang der Verpackungen den benötigten zusätzlichen Zutaten und natürlich dem Geschmack.

**LESERTEST
SIEGER**

jetzt WIR. Exklusivausgabe

Note: **1-**

RUF »Unser Marmorkuchen«

www.jetztWIR.net

RUF »Unser Marmorkuchen«

Backmischung für Marmorkuchen, glutenfrei,
430g, € 3,69



Der RUF »Unser Marmorkuchen« hat sich bei unserem Lesertest ganz knapp an die Spitze gesetzt. Herrlich saftig und locker besticht dieser Marmorkuchen durch die typische Marmorierung von hellem Rühr- und dunklem Schokoteig.

Wer an einer Glutenunverträglichkeit oder Zöliakie leidet, muss mit der glutenfreien Backmischungen nicht auf einen leckeren und schnellen Kuchenspaß verzichten.

Auf Kindergeburtstagen, beim Kaffeeklatsch oder zum Geburtstagsfest ist dieser Klassiker immer gern gesehen. Dank der einfachen Zubereitung kann man mit nur wenigen Handgriffen einen köstlichen Kuchen zaubern. »Das ist unser Favorit. Der Schokokuchen hat uns sehr gut geschmeckt und ist annähernd so wie unsere eigene Rezeptur«, schreibt einer der Tester.

»Mit der Backzeit und dem Vorgang war ich zufrieden. Besonders toll fand ich, dass der Kuchen so schön aufging«, lobte eine andere Testerin.

Lesertesterin Franziska Hingst

»Die Vorbereitungen waren einfach und die notwendigen Zutaten übersichtlich. Der Geschmack ist sehr gut, schokoladig und frisch, mit einer leichten Süße. In Alufolie verpackt hat sich der Kuchen sechs Tage gehalten.«

www.ruf.eu



© Foto: RUF

© Foto: Privat

Bauckhof »Marmorkuchen«

Bio Marmorkuchen Backmischung,
glutenfrei, 415g, € 3,99



© Foto: Bauckhof

Note: **1-**

www.bauckhof.de

Knapp hinter dem Testsieger kommt der Bauckhof »Marmorkuchen« auf den 2. Platz. Ob Omas Kaffeekränzchen oder Familientreffen – die Backmischung in Bio-Qualität passt immer. Ganz klassisch und doch mit der eigenen Bauckhof-Note. Denn während für Marmorkuchen in der Regel Weizenmehl verwendet wird, hat man sich bei Bauck bewusst für Reismehl und Maisstärke entschieden. So bleibt niemand außen vor, denn damit ist der Kuchen von Natur aus glutenfrei. Die Backmischung ist ganz einfach zuzubereiten und der leckere, saftige Rührteig gelingt immer.

»Der Kuchen hat den richtigen, bekannten Marmorgeschmack«, stellt ein Tester fest und ergänzt: »Er hält den Vergleich mit ‚Mamas Marmorkuchen‘ stand, die allerdings nicht glutenfrei backt.« Als Besonderheit kann man diese Backmischung auch für vegane Marmor-Muffins ohne Eier und Butter nutzen. Die Marmorkuchen-Backmischung vom Bauckhof ist Bio-zertifiziert und bei der Deutschen Zöliakie Gesellschaft registriert.

Lesertesterin Elke Charon

»Der Kuchen hat einen guten Geschmack, er ist innen locker und außen leicht kross. Er schmeckt im Vergleich zum fertigen Kuchenprodukten frischer, natürlicher und ist einfach besser im Aroma. Und er ist auf jeden Fall besser bekömmlich.«

dm »Schokokuchen«

Bio Backmischung Schokokuchen,
glutenfrei, 380 g, € 2,75



© Foto: dm

Note: **1-**

www.dm.de

Auf den 3. Platz setzten die Lesertesterinnen und Tester den »Schokokuchen« von dm. Die Backmischung der Drogeriemarktkette präsentiert sich gluten- und laktosefrei. Sie ist außerdem frei von Aromastoffen, Farbstoffen und enthält keine Konservierungsstoffe. Sie ist vegan und vegetarisch.

Der glutenfreie Schokokuchen ist einfach und schnell zubereitet. Seine saftig-lockere Konsistenz lässt das Herz von Kuchenliebhabern höher schlagen. Feine Zartbitter-Schokostückchen sorgen für einen extra schokoladigen Geschmack.

»Er ist angenehm locker und nicht trocken. Und auch mit der Haltbarkeit bin ich zufrieden«, schreibt eine Testerin. Zur Haltbarkeit konnte eine andere Testerin keine Angaben machen: »Der Kuchen war nach einem Tag verzehrt.«

Sehr zufrieden mit der Backzeit war einer der Herren unter der Testerrige: »45 Minuten bei Umluft 180 Grad. Danach fertig!«

Lesertesterin Christine Bresgen

»Er schmeckte uns ganz gut, der Schokoladengeschmack war sehr gut. Die Schokostückchen waren auch erkennbar. Die Kruste war fest und der Kern schön weich. Anstelle des Schokokuchens kann man auch Muffins oder Brownies backen.«

Biovegan »Mein Schokokuchen«

Backmischung »Mein Schokokuchen«,
glutenfrei, 400 g, € 3,95



© Foto: Biovegan

Note: **2**

www.biovegan.de

Mit nur geringem Abstand zu den drei ersten Plätzen kommt »Mein Schokokuchen« von Biovegan auf den 4. Platz.

Die Backmischung enthält nach Bioveganangaben extra viele Schokoladenstückchen mit mindestens 53 Prozent Kakaoanteil. Kuchen, Muffins oder Schnitten schmecken so noch schokoladiger und gelingen im Nu. Auch kann man den Schokoladenkuchen als Basis für eine glutenfreie Torte verwenden.

»Der Schokoladenkuchen ist saftig und schmeckt toll«, findet einer der Tester. Und eine Testerin lobt, dass man die Rezeptur mit anderen Pflanzendrinks abwandeln kann oder den Kuchen mit einem Schokoladenguss überzieht.

»Mein Schokoladenkuchen« ist nicht nur bio, vegan und glutenfrei, sondern auch klimaneutral. Denn Biovegan unterstützt mit seinen klimaneutralen Backmischungen unter anderem das Klimaschutzprojekt Windenergie De Aar in Südafrika sowie zwei weitere Projekte.

Lesertesterin Silja Soiniemi

»Der Kuchen war saftig, jedoch brach er beim Aufschneiden auseinander. Die Konsistenz war sehr fluffig und der Geschmack schokoladig. In einer Tupperdose hielt er sich gut.«

Hinweis zu den Funktionen der Geräte: Alle Angaben sind ohne Gewähr auf Vollständigkeit und Richtigkeit!



Sie fehlen. Immer. Irgendwo.

Arbeitsmigration aus Osteuropa

www.renovabis.de

Pfingstkollekte am 28. Mai 2023



**Helfen Sie
mit Ihrer
Online-Spende!**

Konto IBAN DE24 7509 0300 0002 2117 77 bei LIGA Bank eG
oder IBAN DE17 3706 0193 3008 8880 18 bei Pax-Bank eG
Bitte als Verwendungszweck »jetztWIR23« auf Ihrer Überweisung vermerken!

