Zuidactie 2016

Fracarita Belgium – Broeders van Liefde

Zuidactie Fracarita Belgium
Broeders van Liefde

VASTENKALENDER 2016

fracarita BELGIUM

Inleiding voor begeleiders

Je hebt de **vastenkalender** bij de Zuidactie 2016 van Fracarita Belgium in de hand. We hopen dat die voor jou van nut kan zijn. Hij werd speciaal gemaakt voor gebruik in de **orthopedagogische centra**, in de **instellingen geestelijke gezondheidszorg** en in de **bejaardenzorg**. Meer bepaald voor de **residentiële zorg**.

De kalender bevat voor elk wat wils. **Je kan ze vrij zelf naar eigen publiek aanpassen** door ze als verwerkbare file te downloaden van de website. We probeerden in elk geval zoveel als mogelijk het juiste niveau te behouden voor de doelgroepen en kant-en-klaar materiaal te voorzien waarmee begeleiders snel aan de slag kunnen. Maar ook was het onze doelstelling om zaken aan te reiken die voor de doelgroepen bij verwerking snel resultaat opleveren.

Wil je meer informatie over de Zuidactie zelf, dan kan je vanzelfsprekend best eens onze folders inkijken. Er is naast een eenvoudige versie voor kinderen en personen met een mentale beperking ook nog een gewone versie voor jongeren en volwassenen. Daarnaast beschikt jouw lokale promotor van Fracarita Belgium over een DVD met een presentatie van de actie in kinder- en jongerenversie.

We probeerden zoveel als mogelijk de positiviteit van deze campagne naar voor te laten komen. Onze vrienden in het Zuiden hebben dezelfde dromen als wij. Alleen hebben zij minder kansen en rekenen ze daarom ook op ons. Met hen willen we solidair zijn.

Wil je zelf in de leefgroep nog meer doen, dan kan je eens een kijkje nemen op de website **www.zuidactie.be** Je vindt er animatief materiaal om deze campagne nog meer vorm te geven: kooktips, knutselwerkjes, achtergrondinfo, muziek,... Je kan ook bij jouw lokale promotor van Fracarita Belgium de verschillende animatieve bundels opvragen.

We wensen je veel plezier met deze vastenkalender en deze campagne. Hopelijk kan het jou en jouw doelgroep motiveren tot interesse én inzet voor onze vrienden in het Zuiden. Steeds welkom met alle tips en commentaren: **zuidactie@fracarita.org**

OPGELET: deze kalender is niet bedoeld voor BuBaO- en BuSO-scholen die naast een MPI gelegen zijn, zo voorkomen we dubbel gebruik voor eenzelfde doelgroep

fracarita BELGIUM

Zuidactie 2016

Chhoti is dertien en woont in het kleine dorpje **Simalia** in India. Ze zit in het laatste jaar van de lagere school. In India is dit, zeker als meisje, een heel puike prestatie. Bovendien is ze de eerste in haar gezin die een diploma lager onderwijs zal behalen. Respect!

Chhoti gaat naar de **Saint Peter's School van de Broeders van Liefde**, de basisschool die kon worden gebouwd dankzij de Zuidactie van 2009. De komst van deze school betekende het einde van kinderarbeid in de steengroeve van Simalia.

Chhoti droomt van meer. Ze wil later graag zangeres of politieagente worden, en met een eerlijk inkomen zichzelf en haar familie uit de extreme armoede halen. Maar daarvoor moet ze **secundair onderwijs** kunnen volgen. Een goede en betaalbare secundaire school is er niet in Simalia. Chhoti zal dus niet kunnen verder studeren en zal de rest van haar leven stenen sjouwen in de steengroeve...

Tenzij... Tenzij we met de **Zuidactie** toch secundair onderwijs kunnen opstarten in Simalia en zo heel wat gezinnen, stap voor stap, uit de extreme armoede halen!

Meer info: www.zuidactie.be
Contact:
zuidactie@fracarita.org

fracarita BELGIUM

Aswoensdag: Start van de veertigdaagse voorbereiding op Pasen

JEZELF LEEGMAKEN OM RUIMTE TE SCHEPPEN

RUIMTE VOOR...

- **JEZELF** (terug in harmonie met jezelf)
- **DE ANDER** (ontmoeting tussen Noord en Zuid)
- **GOD** (geloven in Gods belofte van liefde leven licht)

Vandaag werden de oude palmtakjes verbrand.
Ze werden verteerd door het vuur.
Ze tonen ons hoe kwetsbaar en eindig alles is.
Maar wat schijnbaar het einde is, nl. de troosteloze as,
kan ook een teken zijn van een nieuw begin.
God is een God van Liefde en Leven.
Hij geeft ons telkens weer nieuwe kansen.
In de bijbel lezen we hoe mensen as op hun hoofd strooien om kenbaar te maken dat ze bereid zijn om zich te bekeren.

De as op ons voorhoofd kan een teken zijn van onze keuze om:

- ons opnieuw te herverbinden met onszelf, met het waardevolle in ons leven.
- ons te herverbinden met mensen veraf en dichtbij.
- ons te herverbinden met de God die zegt dat 'Hij er voor ons zal zijn' vooral ook op die moeilijke momenten in het leven.

Internettip:
Ook op **www.pastoralezorg.be** vind je veel goed materiaal rond vastenspiritualiteit!

fracarita BELGIUM

Courgette reepjes in sojasaus

We geven je vandaag een eenvoudig maar erg lekker Indisch recept!

Ingrediënten:

- 2 courgettes
- 150 ml sojasaus
- 2 eetlepels sambal
- 2 eetlepels honing
- een handje sesamzaadjes

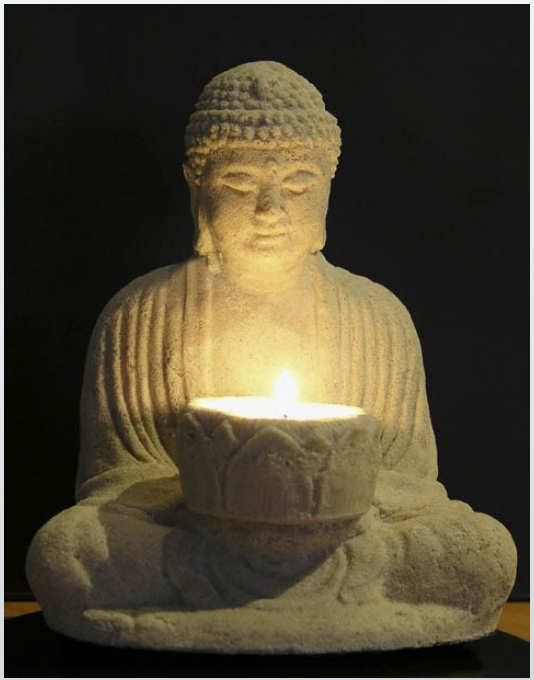
Bereiding:

Snijd de courgettes in reepjes. Verhit wat olijfolie in een pan en bak de reepjes tot ze een beetje bruin kleuren. Meng de sojasaus, sambal en honing in een kommetje door elkaar en roer deze saus door de courgettereepjes. Bestrooi het gerecht voor het serveren wat sesamzaadjes. Smakelijk!

fracarita BELGIUM

Een kaars kan duizend kaarsen aansteken, zonder haar levensduur te verkorten

Boeddhistische spreuk uit India



Zuidactie Fracarita Belgium 2016

Vrijdag 12 februari

fracarita BELGIUM

Eerste zondag van de veertigdagentijd
ROEPING

Lucas 4, 1-13 Jezus wordt door de Geest naar de woestijn gestuurd

De woestijn, die stille, lege plaats met enkel zand, wat stenen en een verwaalde boom.
Het is de plaats waar je terugvalt op jezelf en op je God. Waar je je leven kan overdenken.
Ben ik goed bezig? Zijn de levenskeuzes die ik heb gemaakt zuiver? Wat is de drijfveer van mijn leven? Heb ik de juiste weg gekozen in het leven?

De veertigdagentijd geeft je de kans je net als Jezus terug te trekken uit de chaos van de wereld. Net als Hij willen we kracht vinden om samen met de mensen in het Zuiden aan een nieuwe toekomst te bouwen.

Bouwen aan een wereld van rechtvaardigheid...

Geen afgebakend terrein,
geen hoge omheiningen,
geen bewaking met camera's
of wapens of macht of geld.

Maar wel: veertig dagen,
veertig weken, veertig jaar
nieuwe wegen gaan,
nieuw leven ervaren,
nieuwe verbondenheid...

Mensen die hun hart openen voor elkaar.
Mensen die in het gelaat van de ander
hun medemens herkennen.
Mensen die echt verbonden gaan leven.
Niet: ik en ik en ik
maar: wij samen die beweging maken.

Omdat echt graag zien maar in gemeenschap kan.
Omdat we in verbondenheid rechtvaardigheid meemaken.
Omdat we in ons samen-leven
voelen en ervaren wat ons eigen leven beweegt...

fracarita BELGIUM

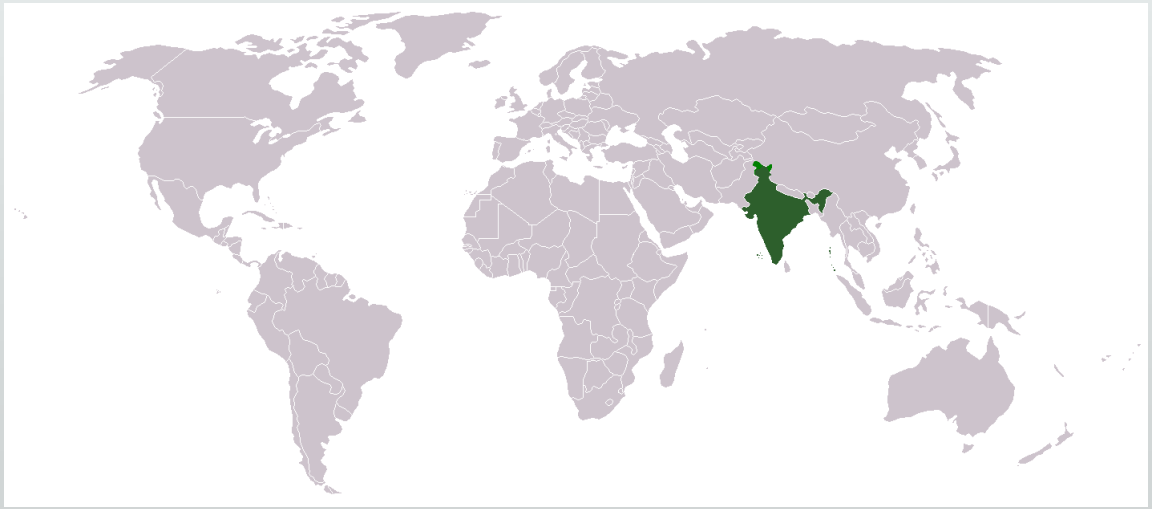
Dromen in Simalia

De meeste kinderen in het dorp eindigen als steenkapper in de steengroeve van het dorp. Met de Zuidactie willen we dit veranderen.
Sushma Kumari van de zesde klas wil later dokter worden.

fracarita BELGIUM

Enkele weetjes over India

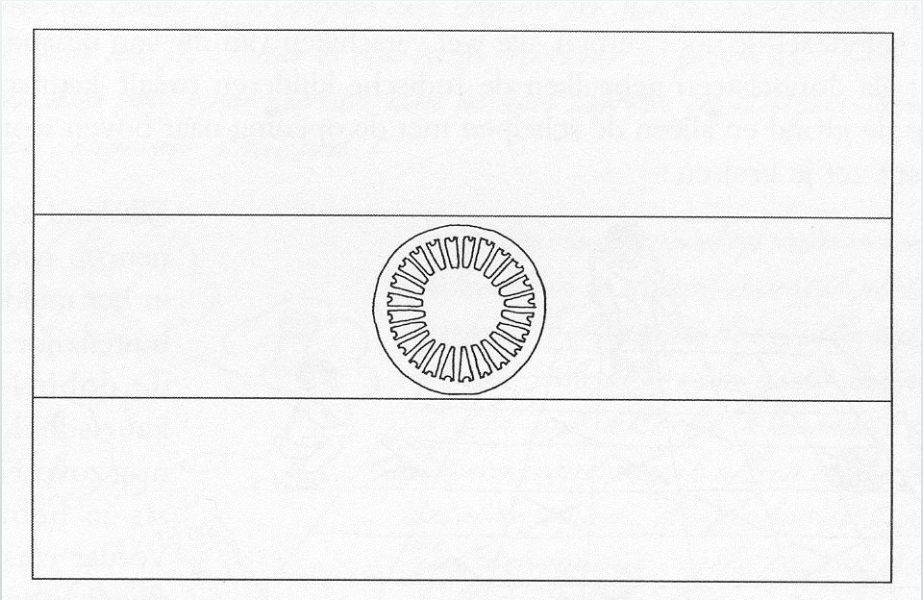
- Een groot land in Zuid-Azië.
- 107 keer zo groot als België.
- Met 1.236.344.631 (2014) inwoners is het na China het meest bevolkte land ter wereld.
- De officiële landstaal is Hindi.
- de hoofdstad is New Delhi.



fracarita BELGIUM

Kleur de vlag van India.

Zoek op het internet de juiste kleuren op van de vlag van India en kleur die mooi in op de kleurplaat.



fracarita BELGIUM

Pannenkoeken op Indische wijze

Dosa zijn een soort pannenkoekjes uit het zuiden van India. Ze zijn makkelijk te bereiden en smaken overheerlijk!

Ingrediënten (voor 4 personen)

- 150 gram linzen van mungbonen
- 200 gram basmatirijst
- 2 theelepels suiker
- 1 theelepel zout
- water

Bereidingswijze:

1. Doe linzen en rijst in een kom. Voeg water toe. Zorg ervoor dat er één keer zoveel water als linzen/rijst in de kom zit. Dek af. Laat 60 tot 80 uur staan op een niet te koude plek. Kamertemperatuur of wat hoger.

2. Giet het water af. Doe het linzen-rijstmengsel in een keukenmachine. Voeg suiker en 400 milliliter water toe. Draai de machine totdat je een beslagje overhoudt. Het moet op pannenkoekenbeslag lijken. Als het nog te dik is, voeg je water toe totdat het de gewenste dikte heeft bereikt. Laat het beslag nog een paar uur rusten op een warme plek onder een theedoek.

3. Voeg zout toe en meng. Bak er dunne 'pannenkoekjes' van.

fracarita BELGIUM

Een leven zonder liefde,
is als een lichaam
zonder hart.

Spreuk uit India

Zuidactie Fracarita Belgium 2016

Vrijdag 19 maart

fracarita BELGIUM

Tweede zondag van de veertigdagentijd
DE BERG OP...

Lucas 9, 28b-36 gedaanteverandering op de berg Tabor

Jezus nam drie leerlingen met zich mee een hoge berg op om er te bidden. Terwijl Hij in gebed was, veranderde zijn gelaat van aanblik en werden zijn kleren verblindend wit. Toen verschenen hun Mozes en Elia.
Een wolk overschaduwde hen en een stem klonk: 'Dit is mijn Zoon, luister naar Hem.'

Duiding:
Laten we de berg opgaan, even maar, proeven van het vergezicht, het weidse perspectief, de wenkende toekomst.
We zitten al genoeg in het dal, waar de horizon vaak niet verder reikt dan de blinkende spullen in het uitstalraam, de soap op het kleine scherm, de volgende auto in de file, de nieuwe carrièrestap, de laatste modetrend of het gekissebis over macht en eer.

Verlaten we even onze kantoren, werkplaatsen en speelplaatsen, onze statusupdates, onze kleine zekerheden, de voorspelbare rondjes die we draaien in steeds dezelfde cirkels.
Laten we de berg opgaan, en ons herinneren: de stralende mens en zijn hartstocht voor gerechtigheid.
Misschien zien we weer even, als in een wolk, een glimp van het visioen, de schepping zoals ze bedoeld was: bevrijd, geheeld, verzoend, met leven in overvloed voor al wat leeft.
Het dal zal nooit meer hetzelfde zijn.

TIP:
Jezus gaat de berg op om te bidden. Via deze site kan je elke dag met het evangelie bidden: gewijderuimte.org

fracarita BELGIUM

Dromen in Simalia

Veel meisjes uit Simalia eindigen als huisslaafjes in de nabijgelegen stad Ranchi.
Chhoti heeft andere plannen. Het liefst van al wordt ze zangeres. Kijk maar hoe ze zich in die droom tekende...
Als dat niet lukt wil ze politieagente worden. Haar moeder duimt voor dit laatste... De school zou dit kunnen waarmaken.

fracarita BELGIUM

Weetjes over Indische thee

Wist je dat...

- thee één van de belangrijkste export-producten in India is?
- thee, na toerisme, de grootste industriële activiteit van India is?
- India meer dan 13.000 theeplantages heeft? Alle theeplantages hebben gezamenlijk een totale oppervlakte van ong. 1 miljoen hectare.
- India voornamelijk bekend staat om zijn zwarte theesoorten en om de thee uit het gebied Darjeeling?

fracarita BELGIUM

Hoog tijd dat we leren in het Hindi te schrijven.

Hieronder vind je de letters verbonden aan ons alfabet.
Probeer je naam samen te stellen!

India = Bharat = भारत

a	Aa	b	Bh	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l
अ	आ	ब	भ	च	ड	ए	फ	ग	ह	इ	ज	क	ल

m	n	o	p	q	r	s	t	u	v	w	x	y	z
म	न	ओ	प	थ	र	स	त	उ	व	द्व	श	य	ज़

fracarita BELGIUM

Kokoskoekjes (barfi)

Opnieuw een lekker recept uit India! Ook de bereiding van het 'deeg' is al erg lekker, dus zorg dat je wat overhoudt voor het eindresultaat!

Ingrediënten:

- 250 gr honing
- 250 gr pindakaas
- 150 gr dadels
- 150 gr melkpoeder
- 250 gr geraspte kokos
- 150 ml water

Bereiding (40 minuten):

Meng de honing, de pindakaas, de dadels en de melkpoeder in een schaal met de handen door elkaar. Kneed het geheel tot er geen klontjes meer in zitten.
Maak van het deeg een lange slang.
Meng de geraspte kokos en het water door elkaar in een kleine schaal.
Giet het kokoswater over een stuk vetvrij papier.
Snij de lange slang van het deeg in kortere stukjes en rol elk stuk door het kokoswater, zodat de kokos aan het deeg blijft plakken.
Snij daarna het stuk slang in plakjes en klaar zijn de barfi-koekjes. Smakelijk!

fracarita BELGIUM

Alleen met je hart kan je zien, wat voor je oog onzichtbaar is

spreuk uit India

Zuidactie Fracarita Belgium 2016

Vrijdag 26 februari

fracarita BELGIUM

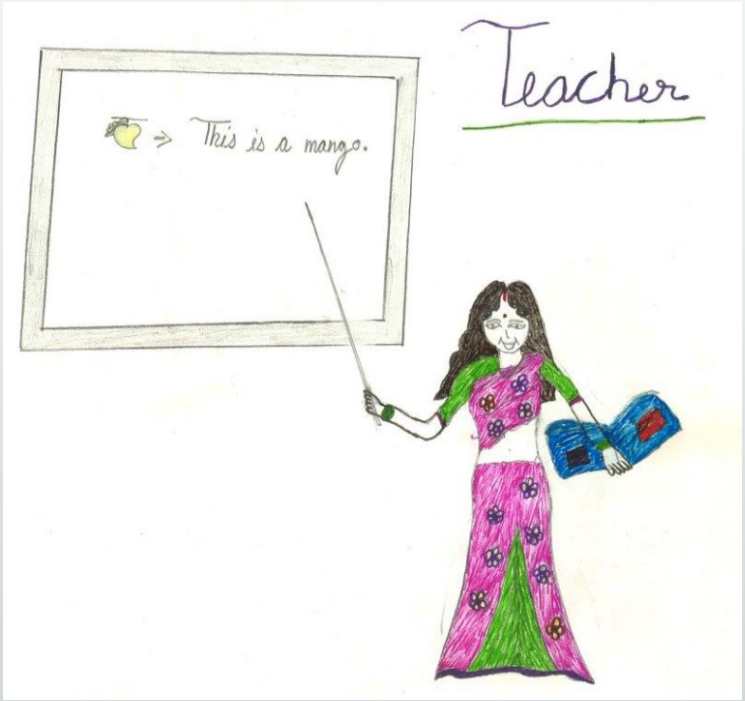
Derde zondag van de veertigdagentijd
EINDELOOS GEDULDIGE LIEFDE

Lucas 13, 1-9 geduld met de onvruchtbare vijgenboom: "Laat die boom dit jaar nog staan, misschien draagt hij volgend jaar vrucht."

De veertigdagentijd nodigt ons uit om God weer op het spoor te komen. Wie is Hij voor mij? Aanwezig of afwezig? Is het een verre of een dichte God? Een strenge, rechtvaardige of straffende God?
'GOD IS LIEFDE' is de lijfspreuk van de Broeders van Liefde. De mooiste definitie van God: Liefde!
Hoe ziet die liefde er uit? In de Schriftlezingen van deze zondag leren we al heel wat. In de lezing uit het boek Exodus (3, 1-8a.13-15) daalt God af om de mensen te bevrijden, want Hij heeft de ellende van de mensen gezien, hun jammerklachten gehoord. 'Ik ken hun lijden', zegt God. En Hij openbaart zijn naam: 'Ik zal er altijd voor u zijn'.
In het evangelie van Lucas toont God zich oneindig geduldig! Al drie jaar staat er in een boomgaard een onvruchtbare vijgenboom. Men wil de boom omhakken, want hij put de bodem uit ten nadele van de andere bomen. God zelf bemoeit er zich mee: 'Laat die boom nog een jaar staan, misschien brengt hij volgend jaar wel vruchten voort'.
Laten we deze zondag dank zeggen voor allen die in het voetspoor van God geduldig liefde betonen en ingaan op de noodkreten van hun medemens in nood.

Dromen in Simalia

Veel kinderen in Simalia zijn voorbestemd om in de rijstvelden te werken of het vee te hoeden. Manisha van de zesde klas ziet haar toekomst anders: ze wil leerkracht worden! Daarvoor heeft ze wel een diploma nodig...



fracarita BELGIUM

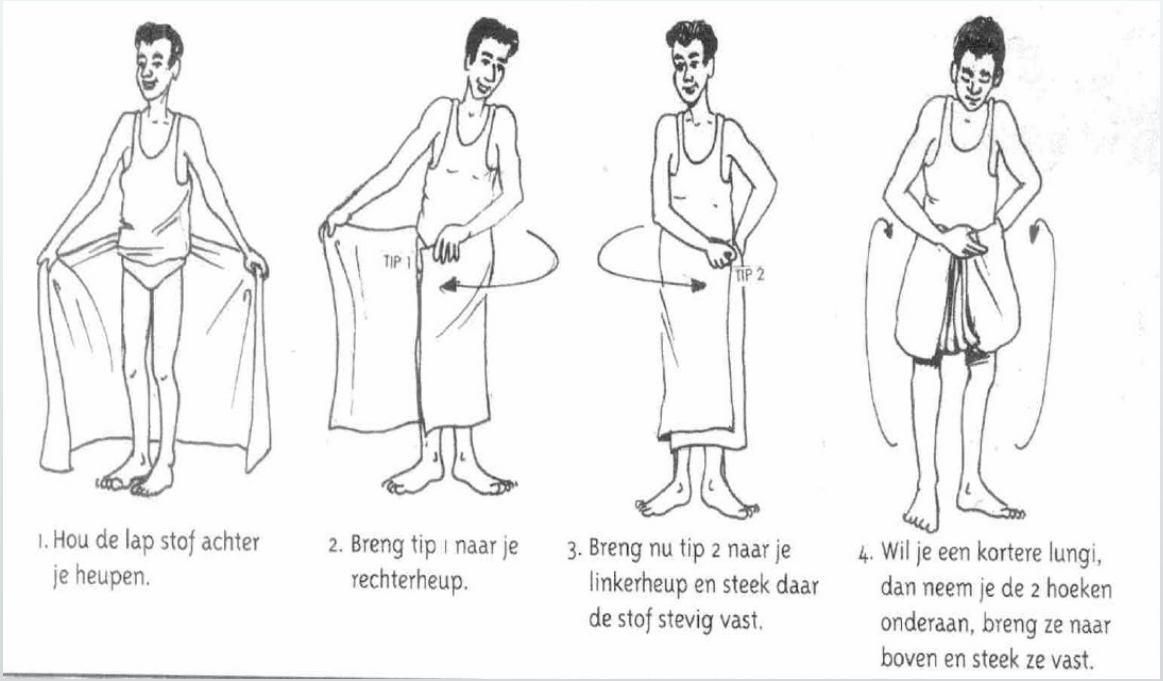
Zelfverdediging in India

India kwam de laatste jaren vaak negatief in het nieuws door geweld en seksueel misbruik ten opzichte van meisjes en vrouwen. Om dit een halt toe te roepen, organiseren scholen en andere organisaties cursussen zelfverdediging. Onder andere Krav Maga en Kung Fu zijn gevechtssporten die nu vaak worden aangeleerd. Ook voor de meisjes van Simalia is het een leuke en zinvolle bezigheid die zelfvertrouwen geeft.

fracarita BELGIUM

De meeste Indische mensen uit de stad kleden zich volgens de 'Westerse stijl'. Op het platteland en in de theeplantages wordt nog de typische kledij gedragen. Voor vrouwen gaat het om sari's en mannen dragen doorgaans een lungi of dhoti.

Probeer je ook eens een lungi?



1. Hou de lap stof achter je heupen.
2. Breng tip 1 naar je rechterheup.
3. Breng nu tip 2 naar je linkerheup en steek daar de stof stevig vast.
4. Wil je een kortere lungi, dan neem je de 2 hoeken onderaan, breng ze naar boven en steek ze vast.

fracarita BELGIUM

Tchai

Deze keer serveren we een "specialleke" uit India. Dit moet je zeker eens geproefd hebben!

Ingrediënten:

- ½ liter melk
- ½ liter water
- 2 anijssterretjes
- 4 kruidnagels
- 2 kaneelstokjes
- 2 theebuiltjes
- 1 koffielepel gemberpoeder
- 2 vanillestokjes
- 3 soeplepels rietsuiker

Bereidingswijze:

Neem een pannetje en meng alle ingrediënten goed door elkaar. Laat twee minuten zachtjes koken. Dien heel warm op in kopjes.

fracarita BELGIUM

In diepe dalen
zijn de toppen hoog.

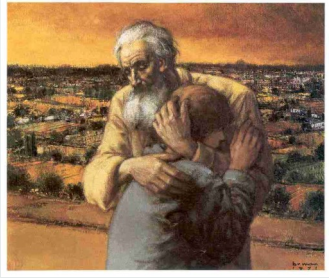
Spreuk uit India

Zuidactie Fracarita Belgium 2016

Vrijdag 4 maart

fracarita BELGIUM

Vierde zondag van de veertigdagentijd
THUISKOMEN



Lucas 15, 1-3.11-32 de barmhartige Vader
Deze zondag lezen we het verhaal van de verloren zoon of beter de barmhartige Vader.
De vader keek verlangend uit naar zijn zondige verloren jongste zoon en werd door medelijden verteerd. Hij snelde zijn zoon tegemoet en richtte voor hem een feest van verzoening aan. De oudere broer, de getrouwe, hovaardige, eigengereide gelovige die de Wet in al haar voorschriften nageleefd had, werd afgunstig en kon geen vreugde opbrengen voor de thuiskomst van zijn broer.

Durf het aan!
Durf te zien dat je op het verkeerde spoor zit.
Durf het jezelf te bekennen
en kom terug.
Draai je om.
Keer het tij.
Kom op je stappen terug.

Wees niet bang.
Draai je om en keer terug.
Er wordt naar je uitgekeken,
naar je gezocht.
Er wordt op jou gewacht.
Kom terug. Je bent welkom.

In blijdschap word je onthaald,
in feestelijke vreugde.
Geloof het maar
Je bent welkom.
Kom terug.

naar Ida Guetens

Wat je ook gedaan hebt
en welke wegen je ook ingeslagen bent,
als je terug naar 'huis' wil komen,
weet dan dat Ik je sta op te wachten
en dat je welkom bent bij Mij - zegt God.
Ik wil je omarmen en liefhebben, net zoals voorheen,
omdat je mijn kind bent én blijft, wat er ook gebeurt.
Alhoewel je Mij pijn hebt gedaan
en Mij ontgoocheld hebt,
toch wil Ik je een nieuwe kans geven
en opnieuw een toekomst voor je openen.
Ik wil je laten delen in de warmte van mijn hart
en Ik hoop dat je ook zelf barmhartig kunt zijn voor anderen.
Alleen op die manier maak je duidelijk dat Ik jouw Vader ben!

Erwin Roosen

Zuidactie Fracarita Belgium 2016

Zaterdag en zondag 5-6 maart

fracarita BELGIUM

Dromen in Simalia

Veel jongens uit Simalia worden schoenpoetser in de straten van de nabijgelegen stad Ranchi. Sanjay heeft echter andere plannen: hij wil graag machinist worden! Maar dan moet hij eerst naar school...

fracarita BELGIUM

Weetjes uit India

Ganesha is een populaire Indische God. Hij heeft het hoofd van een olifant en komt voor in tientallen vormen. Hij is geboren uit de badolie van zijn moeder Parvati, als een mooie jongen. Zijn olifantskop kreeg hij pas later.

Ganesha is een god die hindernissen wegneemt als hij wordt vereerd. Vereer je hem niet, dan kan hij juist hindernissen creëren. Ganesha wordt in bijna elke hindoetempel vereerd.

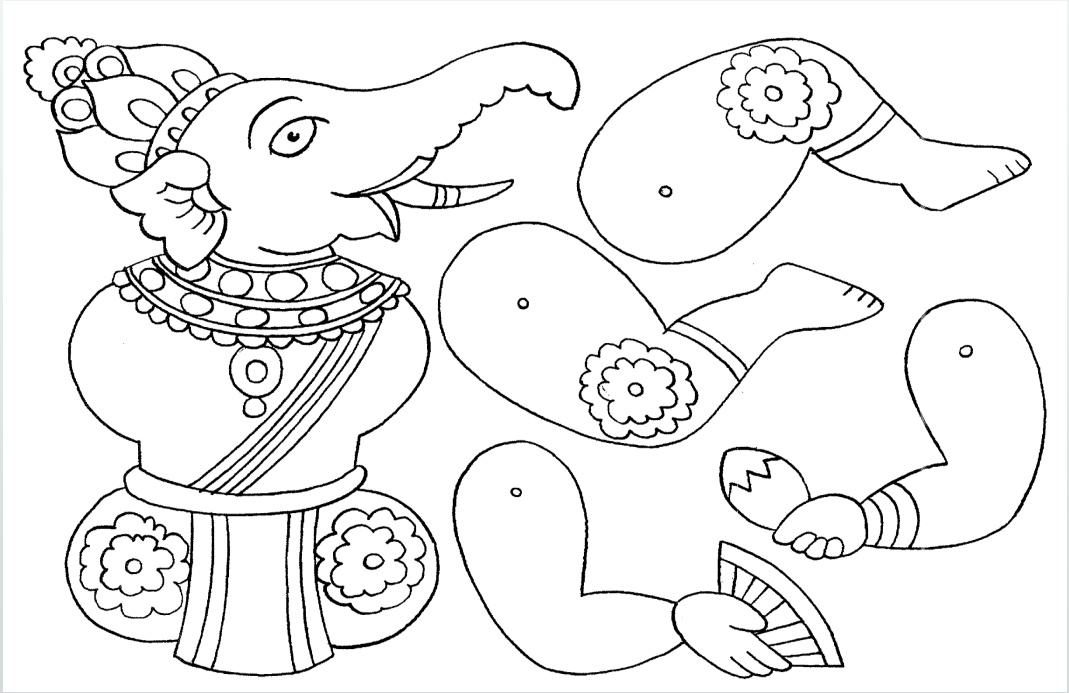
fracarita BELGIUM

Olifantengod

Voor de Hindoes is de olifantengod Ganesha één van de belangrijkste goden.

Maak zelf een Ganesh figuur voor je huisaltaar.

Kopieer de figuur hiernaast op hard papier, kleur in en maak vast met pinnen.



fracarita BELGIUM

Spekkoek

Wil je het populairste dessert uit India leren kennen?

Ingrediënten voor 1 spekkoek van 18 cm:

- 8 eiwitten
- 250 g poedersuiker
- 250 g boter + extra om tussendoor in te vetten
- 10 eidooiers
- 125 gram bloem
- 1 vanillestokje
- 1 el koekkruiden
- 2 tl kaneelpoeder
- 1 tl nootmuskaat
- 1 tl kruidnagelpoeder
- 0.5 tl kardemompoeder

Bereidingswijze:

Laat de boter goed zacht worden (eventueel in de magnetron). Roer de boter met de poedersuiker glad. Snij de vanillepeul open en schraap het merg eruit. Voeg toe aan het botermengsel. Klop in een andere kom de eiwitten met een eetlepel poedersuiker luchtig. Meng de eidooiers een voor een door het botermengsel. Spatel daarna het eiwitschuim door het beslag. Voeg als laatste de bloem toe en spatel erdoor. Verdeel het beslag in twee gelijke delen. Meng de specerijen door een deel van het beslag.

Verwarm de oven voor 160 graden. Verdeel twee eetlepels bruin beslag over de bodem. Spreid goed uit. Bak de eerste laag ongeveer 10 minuten. Haal de taart uit de oven en besmeer de bovenkant met een laagje roomboter. Het makkelijkste is met een stuk roomboter over de laag te gaan. Schep er twee eetlepels wit beslag over. Schakel de bovenwarmte of grill van je oven in en bak de volgende laag weer 10 minuten. Ga door met laagjes bakken tot het beslag op is. Eindig met een bruine laag. Laat de spekkoek afkoelen voor je hem aansnijdt. Eet smakelijk!

fracarita BELGIUM

Zitten, glimlachen en kijken
naar wat we werkelijk zien.
Dat is de basis van vrede
in ons hart.

Boeddhistische spreuk uit India

Zuidactie Fracarita Belgium 2016

Vrijdag 11 maart

fracarita BELGIUM

Vijfde zondag van de veertigdagentijd
EEN TOEKOMST VOL HOOP

Zij, het kleine meisje, Hoop
je ziet het zwak zijn, bang zijn, beven.
Je denkt soms: wat is het klein, dat vlammetje,
maar niemand krijgt het uit...
Nooit zal het doven.
Altijd weer laat het zien,
wat er niet is, maar komen kan."

CHARLES PÉGUY, Het kleine meisje hoop

Joh 8, 1-11 Jezus en de overspelige vrouw

Een bekend tafereel: de fout van een medemens wordt in de schijnwerper geplaatst. Beschuldiging en straf zijn snel geformuleerd. Gaat het niet dikwijls zo?
Jezus is kalm en zegt 'Laat degene onder u die zonder zonde is, het eerst een steen werpen'. Jezus blijft alleen over met de overspelige vrouw en veroordeelt haar niet. Ze krijgt een nieuwe kans.

De vrouw wordt op weg gezet om een nieuw leven te beginnen. De mildheid van Jezus maakt een mens weer groot. Zijn barmhartigheid opent de gesloten horizon rond haar bestaan. De angst is verdreven. Ze krijgt nieuwe levensmoed en ontvangt die uit de hand van Jezus. De ten dode opgeschreven mens krijgt een nieuwe kans om te leven voor het goede. Zij wordt niet in haar verleden opgesloten. De toekomst staat voor haar open dankzij Jezus Christus!

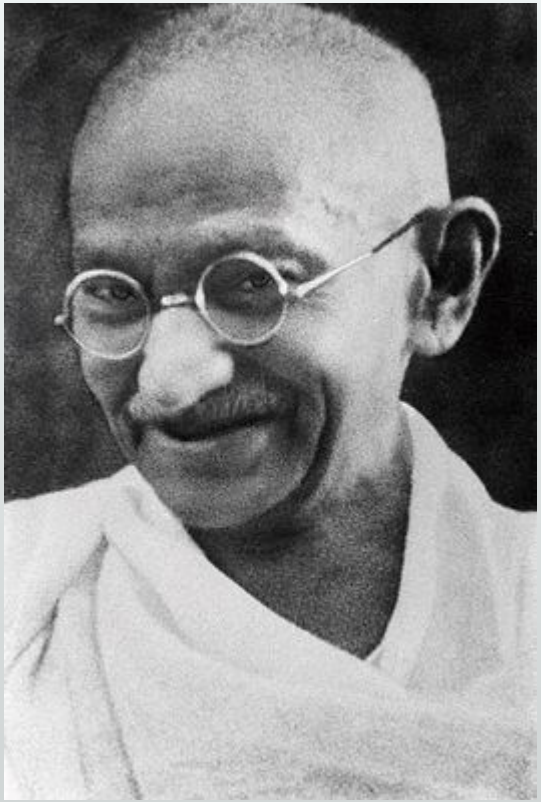
fracarita BELGIUM

Weetjes uit India...

Mohandas Karamchand Gandhi (1869–1948), vaak **Mahatma Gandhi** genoemd, was een Indiaas politicus. Na een rechtenstudie in Engeland vertrok Gandhi naar Zuid-Afrika, waar hij zich voor de Indiase bevolkingsgroep inzette. Na terugkeer in India werd hij leider in de Indiase onafhankelijkheidsstrijd.

Mahatma Gandhi was een van de grondleggers van de moderne staat India en voorstander van actieve geweldloosheid als middel voor revolutie.

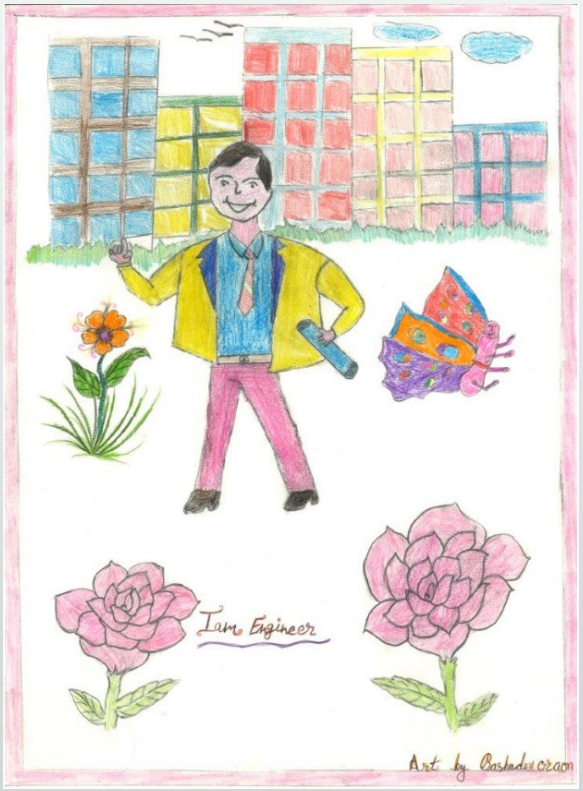
Gandhi spande zich ook in voor verzoening tussen hindoes en moslims in India. Hij werd in 1948 in New Delhi vermoord door een extremistische hindoe.



fracarita BELGIUM

Dromen in Simalia

Veel jongens uit Simalia komen aan de kost door plastic te rapen op de vuilnisvelden op in de straten van de nabijgelegen stad Ranchi.
Bashudev heeft heel andere plannen voor het leven. Hij wil heel graag ingenieur worden en gebouwen ontwerpen.



fracarita BELGIUM

Weetjes uit India...

Een **riksja** is een licht tweewielig karretje, tegenwoordig meestal door één man op een fiets getrokken. In Calcutta worden de meeste riksja's nog door een persoon te voet getrokken. De riksja wordt voornamelijk als een soort taxi gebruikt.

Naast niet-gemotoriseerde riksja's bestaan er ook gemotoriseerde riksja's, dat zijn driewielers (één wiel voor, twee achter) die *becak motor* genoemd worden.

fracarita BELGIUM

Kooktip:
GELE RIJST zoals in India

In India eet men zowat bij elke maaltijd rijst. Niet zomaar rijst, maar rijst die lekker gekruid is. Vandaag maken we één van de vele variaties: gele rijst. Je kan er kip of vis bij serveren!

Ingrediënten:
- 4 kopjes rijst
- 1,3 liter water
- 20cl kokosmelk
- 1 theelepel zwarte peperkorrels
- 3 kruidnagels
- 3 kardamonzaden
- 2 theelepels dillezaden
- 1 theelepel komijnzaad
- 1 theelepel kurkuma
- 1 stukje citroengras
- 2 fijngesneden uien
- 4 fijngesneden teentjes knoflook
- pijpje kaneel
- olie

Bereiding:
Maak een klein buideltje van linnen en doe er het volgende in: de dillezaden, 1/2 theelepel peperkorrels, 2 kruidnagels, komijnzaad, 2 kardamonzaden en een half pijpje kaneel. Het zakje dichtbinden. Kook in een ruime pan het water en de kokosmelk met daarin het dichtgebonden zakje voor ongeveer 15 minuten.

Bak de uien, knoflook, citroengras, kerrieblaadjes en de overgebleven kruiden (kardamon, kruidnagel en kaneel), tot de ui goudbruin is. Voeg dan de rijst toe en roerbak tot de rijst goed heet is. Doe dan het kruidenkokoswater erbij en de kurkuma, 1/2 theelepel zwarte peperkorrels en zout naar smaak. Aan de kook brengen en 20 minuten op een klein pitje laten staan. Ten slotte met een houten steel de rijst losroeren.
Smakelijk!

fracarita BELGIUM

Vergeet wie je dacht te zijn en accepteer wie je bent.

Boeddhistische spreuk uit India

fracarita BELGIUM

Palm- en passiezondag
DAG VAN UITERSTEN

Jezus trekt Jeruzalem binnen, gezeten op een ezel. Hij is de zachtmoedige koning die vrede brengt.
Zo zal Jezus zichzelf ook geven in lijden en sterven.
Wij willen Jezus volgen.
Moge Hij ons meenemen -vandaag en in de hele Goede Week- op weg naar het nieuwe leven.

Vandaag krijg je in de kerken een gezegend palm- of buxustakje mee.
Bewaar het en steek het bij het kruisbeeld.

Kleine groene tak
we plaatsen jou bij het kruis
van Hem die ons allen hoop en toekomst bracht.

Breng ook in deze dagen
in ieder huis, op elke plek
waar jij een plaats krijgt
nieuwe hoop en toekomst.

Kleine groene tak
jouw plaats aan het kruis zal ons allen elke dag tot bij Hem brengen.

Internettip voor de Goede Week: **www.intercitypasen.nl**

Arcabas

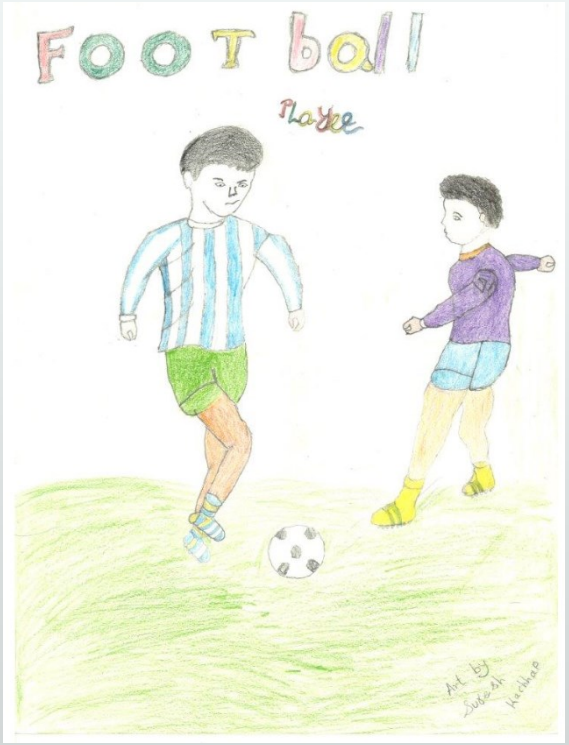
Zuidactie Fracarita Belgium 2016

Zaterdag en zondag 19-20 maart

fracarita BELGIUM

Dromen in Simalia

Sudesh wordt net zoals zijn broer riksjarijder. Dat lijkt cool, maar is er is weinig lol aan te beleven. De te vervoeren lasten zijn zwaar en de hitte waarin gereden wordt, is intens. Als Sudesh zijn dromen kon waarmaken, dan werd hij liever een internationale topvoetballer.



fracarita BELGIUM

Weetjes uit India...

Een dabbawala is een Indiase voedselbezorger in Mumbai. Deze persoon brengt het voedsel naar de kantoormedewerkers. Dabbawala betekent hij die de doos draagt.

Elke werkdag vervoeren 5.000 dabbawala's ruim 130.000 lunchdozen door Mumbai, de vierde dichtstbevolkte stad ter wereld. Retour zijn dat ruim 260.000 transacties in zes uur. En dat zes dagen per week, 52 weken per jaar. Ze maken zelden fouten en gebruiken geen IT-systeem of mobiele telefoons. We kunnen dus zeker iets van hen leren!

fracarita BELGIUM

Een diya is een typisch olielampje uit India. De bewoners van Simalia hebben amper elektriciteit. Met een diya is er 's avonds licht in hun huisjes. Zo kan het huiswerk worden gemaakt!

De diye (meervoud) worden bij feesten uitgezet en zijn een teken van voorspoed, geluk en bescherming voor de toekomst. Ze worden zowat overal in het huis neergezet, zodat de goden de weg doorheen het huis vinden.

We maken zelf een diya!

Je kan je diya in deze **Goede Week** gebruiken bij de vieringen.

Materiaal:

- klei
- ghee (geklaarde boter) of plantaardige olie (slaolie of andere)
- een pluk katoenwatten

fracarita BELGIUM

Witte Donderdag
IK HOU VAN JOU

Een avond van vriendschap,
warme, zichzelf gevende liefde.
Ook vlak voor de nacht van het verraad
trouw zijn aan je vrienden.
In die liefde
Gods aanwezigheid ervaren.
Dat willen wij vandaag gedenken.
Witte Donderdag:
Jezus' afscheidsmaal.
Samenzijn, bidden en zingen,
breken en delen,
angst en verdriet,
liefde en verbondenheid.
Leven ten einde toe:
voor jou,
voor mij ...

Witte Donderdag is vanouds ook een dag van verzoening.

Een prachtige film rond verzoening én interreligieus samenleven, is de bekroonde film 'Des hommes et des dieux' van Xavier Beauvois uit 2010. De moeite waard!

Arcabas

Zuidactie Fracarita Belgium 2016

Donderdag 24 maart

fracarita BELGIUM

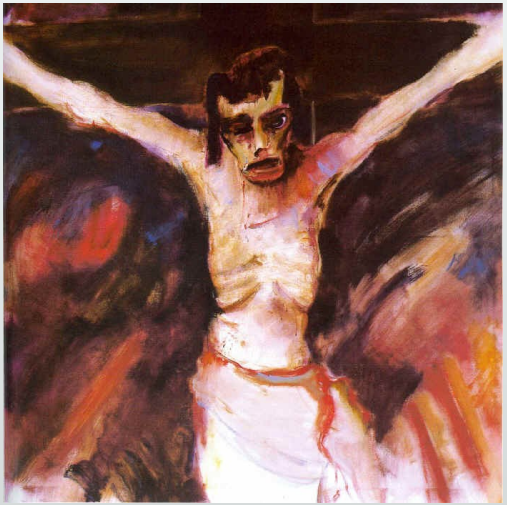
Goede Vrijdag
SOLIDAIR MET ALLEN DIE LIJDEN

de arme
de verdrukte
de uitgebuite
de verstotene
de misbruikte
de vreemdeling
de hongerige
de dorstige
de naakte
de gepeste
de 'andere'
de oudere
de zwakke
de zieke

de derde wereld
de vierde wereld
in mijn straat
in mijn buurt

in ons land
en daarbuiten

en ik heb de
mogelijkheid
en de middelen
om vrij te spreken
of te kruisigen



Armand Demeulemeester

Zuidactie Fracarita Belgium 2016

Vrijdag 25 maart

fracarita BELGIUM

Stille Zaterdag
AFWEZIGE AANWEZIGHEID

Stille Zaterdag ligt tussen Goede Vrijdag en Pasen.
Tussen lijden en hoop.
Stille Zaterdag is de realiteit van het 'niet meer'.
Een leegte die niet gevuld kan worden.
God laat de leegte van Stille Zaterdag leeg, maar Hij is niet afwezig.
Op Stille Zaterdag volgt een gebeuren van opstanding.

De stilte van Paaszaterdag.
Alles houdt zijn adem in.
Is dit het einde?
De stilte van Paaszaterdag is geen doodse stilte.
In het niet zien en niet weten groeit de hoop.
Alles bereidt opstanding voor.
Pasen ligt om de hoek.

Armand Demeulemeester

fracarita BELGIUM

Pasen
ZALIG PASEN!
OPSTANDING

Met ons onvoorwaardelijk engagement hopen we dat allen die we op onze weg ontmoeten een glimp van Gods liefde opvangen en in hun leven verrijzenisvreugde ervaren.
(Algemene Missie Broeders van Liefde)

Verrijzenisvreugde = bouwen aan de toekomst voor de jongeren in India
Jongeren met een eigen job, bouwen aan een eigen toekomst.
Ze kunnen zelfstandig een eigen toekomst uitbouwen en zijn niet meer afhankelijk van een job in de theeplantage

Geef dromen weer een kans
laat optimisme het doemdenken stuiten
laat hoop aan woorden kiemkracht geven

Opstaan om te leven
verder gaan
niet blijven staren
op wat voorbij en onomkeerbaar is.

Arcabas

Zuidactie Fracarita Belgium 2016

Zondag 27 maart