

# Vastentijd, tijd voor bezinning

Iedereen kan vasten, of je nu jong, oud, gelovig of zoekend bent. Vastenactie nodigt u uit te ontdekken dat vasten verrijkt. Kies voor 'even minderen' en ontdek dat de wereld groeit als we delen.

## Doet u ook mee?

Van 13 februari tot 31 maart is het vastentijd. Een tijd van bezinning. Een tijd om het met wat minder te doen. Dan kunt u uw tijd, geld en aandacht delen met iemand die uw steun kan gebruiken, of dat nu ver weg is of juist heel dichtbij.

Doe mee met duizenden anderen en kies uw eigen Vastenactie. Een dagje geen vlees? De auto laten staan? De televisie uit? Laat zien wat u doet op [www.vastenactie.nl](http://www.vastenactie.nl) en maak uw eigen campagneposter.

## De Vastenactie van de familie Boersma



“Even  
minder  
met de  
auto.”

# Even minderen... voor een ander

Vasten is delen met mensen die het minder hebben. Dit jaar besteden we extra aandacht aan migranten in het Midden-Amerikaanse Honduras.

## Geef voor een nieuwe start!

Tienduizenden mensen ontvluchten jaarlijks de schrijnende armoede, de uitzichtloosheid en het geweld in Honduras. Ze gaan op weg naar de Verenigde Staten, hun 'Beloofde Land', op zoek naar een toekomst en een menswaardig bestaan. Slechts een paar procent van de migranten bereikt de VS voor een leven als illegale werkkraft. De anderen worden opgepakt en teruggestuurd. Ze komen ontgoocheld, beschadigd, beroofd en gewond terug. Als ze de reis tenminste hebben overleefd.

De zusters Scalabrinianas vangen teruggestuurde migranten én hun gezinnen liefdevol op en helpen hen weer op weg. Hun voorvrouw, zuster Valdete, maakt vrijwel dagelijks hartverscheurende situaties mee als ze op het vliegveld teruggestuurde migranten opvangt. Ze wanhoopt echter nooit: “Als ik deze mensen in hun ogen kijk, wil ik hen hoop geven, want ik zie kinderen van God.”



“Even  
minderen  
voor  
Honduras.”

