

Gemeinsam · Gerecht · Handeln

---



Liebe Kund\*innen und Freund\*innen vom Weltladen,

hier kommt zur dunklen Jahreszeit unser 2. Newsletter, hoffentlich ein Lichtblick für Euch.

Vielleicht habt Ihr schon gelesen, dass mit unserer Unterstützung, Bocholt wieder als Fairtrade-Town ausgezeichnet wurde. Darüber freuen wir uns sehr!

Ebenso groß ist unsere Freude, dass wir mit Hilfe der Sponsoren Mobile Fahrstraße, Torservice Mumbeck und Fabian Bielefeld insgesamt 6.012 faire Schokoladen in die Tüten der Kinder bei den Martinszügen geben können - in Zusammenarbeit mit dem Verein für Heimatpflege erstmalig auch für den großen Zug in Bocholt.

Zwei Lichtblicke für Klein und Groß!

---

## Bei uns weihnachtet es sehr



Mittlerweile gibt es bei uns viele fair gehandelte Produkte, die die Advents- und Weihnachtszeit würzen und versüßen.

Es gibt Weihnachtsschokolade mit gebrannten Mandeln – hhm –, die Nasch-Engel-Schokolade, vegane süße Weihnachtsgrüße, Süßes vom Christkindl, Schoko- und Tee-Adventskalender und vieles mehr.

**Nicht zu vergessen:** die originellen Weihnachtskugeln, Engel und Krippen.

Neu im Sortiment: fair gehandelter Basmati-Reis, gelbes und rotes Curry sowie aus der veganen Küche Nuss-Carbonara und vegane Sauce Bolognese.

Ein besonderes Highlight sind auch die Holzarbeiten von Ralf Voigt (im kleinen Schaufenster). Der Erlös kommt dem Ambulanten Hospizdienst Omega Bocholt e.V. zugute – auch darunter finden sich einige faszinierende Geschenkideen.

---

## Hunger und Fehlernährung - ein globales Problem



Wusstet Ihr, dass Fehlernährung weltweit in all ihren Formen dramatisch zunimmt? Während **Millionen Menschen weiterhin unter Hunger leiden**, steigt zugleich die Zahl derer, die zu viele Kalorien, aber zu wenige Nährstoffe aufnehmen.

Eine neue UNICEF-Studie zeigt: Erstmals sind **mehr Kinder und Jugendliche weltweit übergewichtig als untergewichtig**.

Südlich der Sahara leidet noch immer etwa jeder fünfte Mensch an Hunger, während in den pazifischen Inselstaaten Übergewicht besonders stark zunimmt. Der Grund: Traditionelle, ausgewogene Ernährung wird zunehmend von billigen, stark verarbeiteten Lebensmitteln verdrängt, die aggressiv beworben werden.

Auch in Ländern mit hohem Einkommen wächst das Problem. In Deutschland ist bereits jedes vierte Kind im Alter von fünf bis 19 Jahren übergewichtig. Stark verarbeitete Produkte und Fast Food sind meist günstig und werden massiv beworben – oft gezielt an junge Menschen über soziale Medien und digitale Kanäle.

**Menschen weltweit brauchen eine regionale, lokal angepasste und gesunde Ernährung.**

Helft mit, dass alle selbst mitbestimmen können, wie und wo ihr Essen produziert wird – für gutes Essen und eine gerechte Welt!

[Hier](#) findet Ihr weitere Infos.

---

## Rezept des Monats: Linsenaufstrich



Foto: Larissa Zauser

Hier vereinen sich rote Linsen mit Zwiebeln, Knoblauch und Gewürzen zu einem leckeren, veganen Aufstrich. Frische Petersilie und Limettensaft runden das Rezept ab. Die Menge reicht für zwei Marmeladengläser und schmeckt besonders gut auf frischem, dunklem Brot.

**Zutaten für ca. 300 g** (\*aus Fairem Handel):

- 1 kleine Zwiebel & Knoblauchzehe
- 125 g rote Linsen\*
- 1 EL Olivenöl\*
- 200 ml Gemüsebrühe
- ½ Bund gezupfte Petersilie
- 2 EL Zitronensaft
- 1 Schuss Sojasoße\*
- 1 EL Olivenöl\*
- je ¼ TL Pfeffer\*, Ingwer\*, Kurkuma\* und nach Geschmack Kreuzkümmel\*

**Zubereitung:**

1. Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und kleinhacken.
  2. Linsen mit kaltem Wasser abspülen.
  3. Zwiebeln und Knoblauch mit 1 Esslöffel Olivenöl anbraten, Linsen hinzufügen und kurz mit anbraten. Brühe aufgießen und ca. 15 Minuten mit Deckel köcheln lassen. Dann kurz abkühlen lassen.
  4. Die Linsen mit den restlichen Zutaten mischen und nach Geschmack fein oder grob pürieren.
-

## Herzliche Einladung zur Jahrestagung Entwicklungspolitik



Wir laden euch herzlich zur Jahrestagung Entwicklungspolitik, vom 9. bis 11. Januar 2026 im Franz Hitze Haus in Münster ein. Unter dem Titel „Einsatz für Gerechtigkeit und Frieden – Zivilgesellschaft in autoritären Zeiten“ geht es darum, wie Engagement für Umwelt, Menschenrechte und globale Gerechtigkeit unter wachsendem Druck bestehen kann. Autoritäre Tendenzen nehmen weltweit zu, engagierte Menschen werden eingeschränkt oder bedroht. Die Tagung bietet Raum, Ursachen zu beleuchten und gemeinsame Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln.

[Alle Infos und Anmeldung hier.](#)



Weltladen Bocholt | St.-Georg-Platz 8 | 46399 Bocholt

Öffnungszeiten: Dienstag - Freitag: 9.30 - 18 Uhr | Samstag: 9.30 - 14 Uhr

Tel: 02871/ 29 69 23 1 | [info@eine-welt-bocholt.de](mailto:info@eine-welt-bocholt.de) | [www.eine-welt-bocholt.de](http://www.eine-welt-bocholt.de)

