



## Helfen kann so einfach sein! - Fröhliche Weihnachten für Alle? Bitte spenden Sie weihnachtliche Lebensmittelpakete für die Bedürftigen unserer Stadt

### Die erschreckende Realität:

In Köln leben nach wie vor viele Menschen, die sich und ihre Angehörigen nicht aus eigener Kraft ausreichend ernähren können. Daher werden auch nicht alle Kölner fröhliche Weihnachten haben. Es gibt viele Menschen in Köln, die nicht wissen, wie sie Weihnachten finanziell überstehen sollen.

### Gutes tun ist oftmals nicht so kompliziert, wie man denkt:

Wie in den Vorjahren bittet die Tafel Köln nun schon zum 15. Mal alle Kölner und Kölnerinnen um ihre Solidarität und Unterstützung.

### Eines ist sicher:

Jedes Paket wird Freude bringen und dem Empfänger das Gefühl geben, dass Weihnachten auch für ihn ein Fest der Nächstenliebe sein kann.

### So einfach können Sie helfen:

Packen Sie ein weihnachtliches Paket mit ungekühlt haltbaren Lebensmitteln und geben dies an den entsprechenden Abgabestellen ab. Die Bedürftigen würden sich über Ihre Lebensmittelpakete in einem stabilen, **weihnachtlich dekorierten** Paket verpackt, sehr freuen.

### Was kommt in das Weihnachts-Paket hinein?

Geeignet sind nur ungekühlt haltbare Lebensmittel mit **langem Mindesthaltbarkeits-Datum**, wie z.B.:

- Getränke (Kaffee, Tee, Säfte)
- Konserven (Frucht, Gemüse, Fleisch, Fisch, Suppen)
- Tüten (Pudding/Nachtisch, Saucen, Suppen, Knödel)
- Dauerwurstwaren mit längerer Haltbarkeit
- Getreideprodukte (Reis, Nudeln, Haferflocken, Müsli)
- Süßwaren (**Weihnachtsgebäck**, Schokolade, etc.)
- Gewürze / Essig / Öl

Rasch verderbliche Lebensmittel wie Obst, Gemüse, Frischfleisch und Eier sind **NICHT** geeignet.



Gewünscht werden **ausschließlich** nur **reine Lebensmittel-Weihnachtspakete**, daher **bitte kein Spielzeug** und **keine Kleidungsstücke etc.** einpacken.

Abgabestellen und weitere Informationen finden Sie unter <http://froehliche-weihnachten-fuer-alle.de>

b.w.→



## Hintergrundinformationen:

Die Tafel Köln wurde 1995 gegründet und hat sich zur Aufgabe gemacht, Menschen in Not mit dem scheinbar Selbstverständlichsten zu helfen: mit Lebensmitteln, Aufmerksamkeit und mit Solidarität.

### „Verteilen statt Vernichten“

Brot von gestern, Joghurt, dessen Mindesthaltbarkeitsdatum in wenigen Tagen erreicht ist oder Obst und Gemüse mit kleinen Schönheitsfehlern, aber noch verzehrfähig ist, wird vernichtet.

Auf der anderen Seite gibt es Menschen, die nah am Existenzminimum leben.

Die Tafel Köln bemüht sich um einen Ausgleich.

Mit z.Z. 13 Kühltransportern holen die **ehrenamtlichen Tafelhelfer monatlich über 100 Tonnen gespendete** Lebensmittel bei Supermärkten, Bäckereien und Herstellern ab.

Die Lebensmittel werden kostenlos an soziale Einrichtungen weitergegeben, die sich um über **10.000 bedürftige Menschen** kümmern.

Dazu gehören unter anderem Ausgabestellen für Lebensmittel und Mahlzeiten, Kinder- und Jugendeinrichtungen in sozialen Brennpunkten, Notschlafstellen, Kontakt- und Beratungsstellen für Menschen in schwierigen Lebenssituationen sowie Mutter-Kind-Wohnheime.

**Dazu sucht die Tafel Köln auch ständig neue ehrenamtliche Fahrer/innen und Beifahrer/innen** die in der Regel einmal wöchentlich von 8.15 Uhr bis ca. 14.00 Uhr die vorgegebenen Touren in Zweierteams abfahren. Die Mehrzahl der freiwilligen Helfer sind aus dem aktiven Arbeitsleben ausgeschieden. Um die Tafel Köln als Fahrer zu unterstützen, braucht man einen Führerschein sowie körperliche Fitness.

b.w.→