



## Lebensmitteltaschen für Menschen in Not

Sammeldaten 2. Halbjahr 2023



### Der Verein «incontro»

verteilt Lebensmittel an Bedürftige. Wir sammeln einmal im Monat Lebensmitteltaschen und bringen sie nach Zürich, wo sie von Freiwilligen des Vereins verteilt werden.

Mehr unter [www.incontro-verein.ch](http://www.incontro-verein.ch)

### So können Sie helfen

- Taschen zum Füllen liegen in den Sammelwochen im Pfarreizentrum auf. Sie können aber auch eine andere wetterfeste Papiertasche verwenden.
- Sie füllen die Tasche mit Lebensmitteln des Einkaufszettels 1 oder 2, die ohne Kühlung haltbar sind. Beschriften Sie die Tasche gut sichtbar mit «1» oder «2».
- Wenn Sie möchten, können Sie eine Kinderzeichnung, einen guten Gedanken oder einen Wunsch mit in die Tasche legen.
- Sie können die Taschen jeweils von Montag bis Samstag von 9.00 bis 18.00 Uhr ins Pfarreizentrum stellen oder am Wochenende in den Gottesdienst bringen.

### Die nächsten Sammelwochen

Mo 21.08.	bis	So 27.08.2023
Mo 25.09.	bis	So 01.10.2023
Mo 30.10.	bis	So 05.11.2023
Mo 04.12.	bis	So 10.12.2023
Mo 08.01.	bis	So 14.01.2024

### Kontaktpersonen

Susi Betschart, Telefon 044 935 10 16  
oder [sugoss@sunrise.ch](mailto:sugoss@sunrise.ch)

Irene von Arb, Telefon 044 932 67 93  
oder [irene.von.arb@bluemail.ch](mailto:irene.von.arb@bluemail.ch)

### Variante 1: für Menschen mit Kochmöglichkeit

- 1 Toastbrot (bitte Ablaufdatum beachten)
- 1 Brotaufstrich (Konfitüre, Honig)
- 2 Packungen/Schachtel Streichkäse/Sandwichkäse (ohne Kühlung haltbar)
- 2 Dosen Thon
- 1 kg Teigwaren und 1 kg Reis
- Schokolade, Schoggi-Cake oder Madeleine
- 1 Dose Pastetenfüllung
- 1 Tomatensauce
- 1 Büchse Erbsli/Rüebli oder Bohnen
- Instantkaffee oder Tee
- ½ Liter Milch (UHT)

### Variante 2: für Menschen, die obdachlos sind

- 1 Toastbrot (bitte Ablaufdatum beachten)
- 1 Brotaufstrich (Konfitüre, Honig, etc.)
- 2 Packungen Streich- oder Sandwichkäse (ohne Kühlung haltbar)
- 2 Dosen Maiskörner (Dosen, die man ohne Dosenöffner öffnen kann)
- 2 Dosen Thon (Dosen, die man ohne Dosenöffner öffnen kann)
- 1 Pack Salami (ungekühlt haltbar)
- Schokolade bzw. Schoggi-Cake oder Madeleine
- Apfelmus (in Tetrapak oder Dose, die man ohne Dosenöffner öffnen kann)
- 1 Liter Orangensaft
- ½ Liter Milch (UHT)
- 1 Plastikmesser und 1 Plastiklöffel