

# Kaffee - höchster Genuss!



**Kaffee ist das in Deutschland am häufigsten getrunkene Getränk nach Wasser. Doch wo kommt Kaffee eigentlich her?**

Die Kaffeepflanze ist sehr anspruchsvoll an Temperatur und Bodenbeschaffenheit. Sie wächst weltweit rund um den Äquator. Sie ist ein typisch tropisches Gewächs und mag es feucht und warm. Aller Kaffee muss also nach Deutschland importiert werden und Kaffee kommt daher immer aus wenig entwickelten Ländern.



Leider ist Ausbeutung auf den Kaffeepflanzungen alles andere als ein Fremdwort. Auch nachhaltiges Wirtschaften mit Rücksicht auf die Natur und die Gesundheit der Arbeitenden sind eher nicht an der Tagesordnung. Der Kaffeehandel ist geprägt von Spekulanten und Zwischenhändlern. Die Bauern erhalten äußerst geringe Löhne für ihre Arbeit. Sozialleistungen wie Gesundheitsfürsorge, Lohnfortzahlungen bei Krankheit oder gar eine Altersversorgung sucht

man vergeblich – anders wären die Sonderangebotspreise in unseren Supermärkten auch gar nicht zu machen. Niemand von uns würde unter solchen Bedingungen arbeiten.

Ich kann mich an eine Veranstaltung bei Misereor erinnern, ein Abend über Kaffee, bei dem ein Kaffeebauer aus Nicaragua über sein Leben und Arbeiten berichtete. Er konnte überhaupt nicht fassen, zu welchem Schleuderpreis bei uns der Kaffee in den Regalen steht. Er meinte, dass sein hochwertiger Kaffee viel mehr wert sei und fragte uns Zuhörer, wie dieser billige Kaffee denn schmecken würde.

Genau das ist der Punkt: ein fairer Preis ist ein Zeichen der Wert-Schätzung, für das Produkt und für die Arbeit der Menschen, die es hergestellt haben. Wir hier erwarten das ganz selbstverständlich für unsere Arbeit.

In unserem Weltladen führen wir fast alle Kaffees in Bio-Qualität. Die GEPA wendet ein besonders schonendes Langzeit-Röstverfahren an, das macht die Kaffees sehr bekömmlich und

besonders aromatisch. Wir bieten Ihnen eine große Vielfalt an verschiedenen Kaffees in Bohne und gemahlen. Von mild und entkoffeiniert wird es kräftiger bis hin zum dunklen Espresso. Auch für Pad-Maschinen haben wir das entsprechende Angebot und Freunde von löslichem Kaffee werden ebenfalls bei uns fündig.

Eine wichtige Änderung in unserem Sortiment betrifft den Aachen-Kaffee oder Café Amistad, der über viele Jahre viele Liebhaber hatte. Dieser Kaffee wurde in den 80er Jahren vom Bistum Aachen mit der GEPA entwickelt. Hintergrund war die Partnerschaft des Bistums Aachen mit Kolumbien. Der Amistad bestand zu einem sehr hohen Prozentsatz aus kolumbianischem Kaffee. Aus logistischen Gründen kann die GEPA diese spezielle Mischung für das Bistum Aachen nicht mehr anbieten. Diesen Kaffee gibt es also leider nicht mehr.

Aber wir haben einen Ersatz: Unter dem Motto „Die StädteRegion trinkt fair“ gibt es einen neuen Aktionskaffee, auch als sichtbares Zeichen der neuen Fairtrade Region StädteRegion

## Weltladen Mariadorf

Marienstraße 21, Alsdorf-Mariadorf  
zwischen Kirche und Schule  
Tel.: 0 24 04 / 91 21 22

Praktisches & Schönes für zu Hause

Accessoires & Schmuck  
Leckeres für jeden Tag & das Besondere  
.... und vieles mehr!

fair handeln e.v.

weltladen@fairhandeln-ev.org • www.fairhandeln-ev.org



Seit über  
20 Jahren

**FACHBERATUNGEN FÜR DIE PRIVATE KUNDSCHAFT**

**VERMÖGEN BILDEN  
VORSORGEN FINANZIEREN**

Gertrud Kutscher · Dipl.-Betriebswirtin · Fachberaterin für Finanzdienstleistungen (IHK)  
Zertifizierte Spezialistin für Ruhestandsplanung (FH)

**Mehr als nur Finanzberatung:**

*Mit meiner modernen  
Ruhestandsplanung  
sichern Sie sich das gute Gefühl,  
dass alles gut geregelt ist.  
Atmen Sie auf und freuen Sie sich  
auf Ihren Ruhestand!*

**Gertrud Kutscher**

Ringstraße 24 · 52146 Würselen

Telefon 02404 / 96 94 67

Telefax 02404 / 96 91 53

gertrud.kutscher@arcor.de

www.Kutscher-Finanznavigation.de

# natürlich fair!



Aachen. Wir als Fairtrade Town Alsdorf haben eine eigene Packung, die wir als Alsdorfer Stadtkaffee anbieten. Der Kaffee hat Bio-Qualität und es gibt ihn gemahlen und als Bohne. Es ist eine reine Arabica-Mischung mit Bohnen aus Honduras, Peru, Nicaragua und Mexiko. Auch kleinere Bio-Produzenten können in dieser Kaffee-Mischung von der GEPA berücksichtigt werden. Es ist ein eher milder Kaffee. Der Bohnen-Kaffee ist besonders für die Zubereitung im Kaffee-Vollautomaten geeignet. Er hat eine schicke Verpackung und eignet sich daher auch sehr gut als Mitbringsel aus Alsdorf.

Die Freunde des bisherigen Café Amistad stehen jetzt womöglich etwas ratlos vor unserem umfangreichen Kaffee-Regal. Wir möchten Ihnen gerne helfen, Ihren neuen Lieblings-Kaffee zu finden. Dazu laden wir Sie

herzlich ein zu unserem Themen-Wochenende „Kaffee“ am 11. und 12. März 2023, jeweils von 14 bis 17 Uhr. Sie erfahren wissenschaftliche Details über Kaffee und können unser gesamtes Kaffeesortiment probieren. Das passende Stückchen Kuchen dazu werden Sie auch nicht missen müssen.

Kosten Sie sehr gerne aus unserer Kaffee-Vielfalt und finden Sie Ihren Favoriten für perfekten Kaffeegenuss! Herzlich Willkommen, wir freuen uns auf Sie!



[www.moebel-peka.de](http://www.moebel-peka.de)



FÜR GEMÜTLICHE SOFA-ABENDE ZUHAUSE: ONLINE TRAUMMÖBEL AUSSUCHEN



Möbel PEKA - Peter Kappes & Co.  
Rathausstraße 46 • 52477 Alsdorf  
02404 / 21249  
info@moebel-peka.de  
Mo.-Fr. 9-13 + 14-18.30 Uhr  
Sa. 9-14 Uhr

## Liebevoll in Bewegung



Wenn ich mich frage, welche Haltung im Yoga für mich die wichtigste ist, so denke ich: Es gibt sehr viele wirkungsvolle Asanas im Yoga, die Haltung jedoch, die meine Yogapraxis am meisten verändert, ist die Innere-Haltung liebevoller Güte mir selbst und anderen gegenüber.

Ich weiß noch, wie ich zu Beginn meiner Ausbildung im Ashram von Yoga Vidya in Bad Meinberg mit der Vielfalt des Yoga in Berührung kam – nicht nur der Bewegungsmensch in mir war begeistert, angesichts der zugrunde liegenden Prinzipien. Bis heute inspirieren und leiten mich diese Prinzipien als leuchtende Orientierung im Dschungel des Yoga. Ich erinnere mich an die Meditationsstunden, in ruhigen, geschützten Räumen und an die zutiefst transformierende Erfahrung. Vor allem die Metta Meditation (die Meditation der liebevollen Güte) in der man wechselseitig Wertschätzung und Herzenswärme zum Ausdruck bringt, war für mich sehr reinigend und ein Highlight.

### Was bedeutet nun liebevoll in Bewegung zu sein

Die eigene Yogapraxis eignet sich sehr gut dafür, sich immer wieder liebevolle Aufmerksamkeit zu schenken. Je vertrauter ich damit bin, mir selbst Aufmerksamkeit zu schenken, desto leichter fällt es mir auch anderen gegenüber wertschätzend, großzügig und

aufmerksam zu sein. Innere und äußere Ausrichtung gehen Hand in Hand.

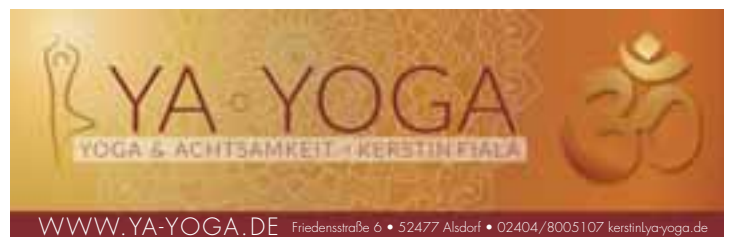
Folgende Ideen können dir dabei helfen, Metta in deine Yogapraxis zu integrieren:

1. Schließe Frieden mit deinen derzeitigen körperlichen Voraussetzungen und passe die Yogapraxis an deine Bedürfnisse an.
2. Stelle die Wirkung der Übung in den Vordergrund, nicht wie es aussieht.
3. Führe die Übungen mit Leichtigkeit und mit einer entspannten Achtsamkeit aus und habe Freude dabei. Schenke dir und anderen ein Lächeln 😊.
4. Beachte liebevoll deine Grenzen und erweitere sie behutsam.
5. Schenke der Qualität deines Atems liebevolle Aufmerksamkeit.
6. Verzichte auf jegliche Abwertungen dir selbst und anderen gegenüber und wertschätze dein Bemühen und danke dir dafür.
7. Sei offen und habe Mut für neue Erfahrungen.

Was bedeutet für dich »liebevoll in Bewegung zu sein« – »Metta in Motion«?

Melde dich gerne bei mir und lass uns über deine Fragen und Ideen sprechen. Alle Infos zur Kontaktaufnahme findest du auf meiner Webseite: [www.ya-yoga.de](http://www.ya-yoga.de).

Eure Kerstin



[WWW.YA-YOGA.DE](http://WWW.YA-YOGA.DE) Friedensstraße 6 • 52477 Alsdorf • 02404/8005107 kerstin@ya-yoga.de

## ORTHOPÄDIE PLUM

Franz Dieter Plum Orthopädie-Schulmachermeister



Tragen Sie Einlagen –  
Wir haben den passenden Schuh  
Auf dem Pütz 5, 52477 Alsdorf  
(Am Burggarten) Tel.: 02404/1837  
Lieferant aller Kassen