



Hoe leg je aan kinderen uit wat vasten is? Wat dit met de voorbereiding op Pasen te maken heeft? En hoe je kunt vasten? De Vastenactie heeft een prentenboek voor kinderen gemaakt, waarin deze vragen door Koning Poeha – en Rob Opotter voor de wat oudere kinderen – worden beantwoord.

Koning Poeha

Het kleurrijke boek vertelt het verhaal van Koning Poeha de Zoveelste die feest wil vieren, maar daar echt geen ruimte voor heeft in zijn overvolle paleis. Hoe lost de koning dat op? Met de verhalen van Koning Poeha en Rob

Oppotter kunnen docenten, ouders of grootouders met kinderen in gesprek gaan over het thema vasten.

Het prentenboek bevat de twee verhalen en enkele suggesties hoe je met jonge kinderen over vasten en de voorbereiding op Pasen kunt praten. Het boek kost €10 inclusief verzendkosten. Het boek is te bestellen via de website van de Bisschoppelijke Vastenactie.

Schoner koken

Voor volwassenen en oudere kinderen/jongeren staat dit jaar 'schoner koken, beter leven in Oeganda' centraal in de campagne van de Vastenactie. In het Afrikaanse land heeft een groep vrouwen ontdekt hoe ze van gft-afval briketten kunnen maken om hun kookvuren mee te branden. Daarmee sparen ze het kostbare oerwoud, beperken ze de uitstoot van schadelijke stoffen, verminderen ze het zwerfafval op straat én besparen ze dagelijks veel geld. Met de verkoop van de briketten kunnen ze bovendien extra inkomsten verdienen. Een ogenschijnlijk eenvoudige oplossing met grote impact. Op de website van het Missiebureau Roermond is meer informatie over de campagne van dit jaar te vinden.

Expositie hongerdoeken

Bijzonder is dat dit jaar in de vastentijd ook een bijzondere expositie in ons bisdom wordt gehouden. In Museum De Schat van Simpelveld is het merendeel van de 25 originele hongerdoeken te zien, die de afgelopen 50 jaar door kunstenaars zijn gemaakt. Het is dit jaar 50 jaar geleden dat het fenomeen hongerdoek werd geïntroduceerd door de Duitse organisatie Misereor. Vastenactie in Nederland nam het idee daarna over. Het hongerdoek 2025 heet 'Samen dromen – Liefde zij daad'. Dit is het 25ste doek dat uitgegeven wordt.

De bijzondere tentoonstelling van originele hongerdoeken is van Aswoensdag (5 maart) tot en met Paasmaandag (21 april) te zien. De officiële opening is op zondag 9 maart om 14.00 uur door bisschop Ron van den Hout, die ook landelijk bisschop-referent voor missiezaken is.

[Hongerdoeken](#) [Missiebureau](#) [Prentenboek](#)