

Brot für alle
Postfach 3270, 3001 Bern
+41 (0)31 380 65 65, www.brotfueralle.ch



Fastenopfer
Postfach 2856, 6002 Luzern
+41 (0)41 227 59 59, www.fastenopfer.ch

BROT FÜR ALLE FASTENOPFER
In Zusammenarbeit mit «Partner sein»

Filmliste

GESUND AUS EIGENER KRAFT – DIE WIEDERENTDECKUNG DER SELBSTHEILUNG

Dauer 30 Min. zu finden unter <https://vimeo.com/96614594>

Die Erfolge der modernen Medizin sind beeindruckend. Für die Behandlung der meisten Krankheiten stehen hochwirksame Medikamente zur Verfügung. Im Zuge dieser Erfolgsgeschichte geriet ein Teil der Medizin ins Abseits, dessen Potenzial die Wissenschaft nun neu entdeckt: die Kraft der Selbstheilung. Nun wird die Wirkungsweise von Verfahren, die eine Selbstheilung in Gang setzen können erforscht. Meditation, Achtsamkeit und Selbsterkenntnis sind dabei ebenso von Bedeutung wie Bewegung oder eine Ernährungsumstellung.

FASTEN UND HEILEN – ALTES WISSEN UND NEUESTE FORSCHUNG

Dauer 55 Min. zu finden unter <https://vimeo.com/159878988>

Krebs und Zivilisationskrankheiten wie Bluthochdruck, Fettleibigkeit und Diabetes nehmen immer mehr zu. Zugleich steigt der Konsum von Medikamenten extrem an. Gibt es Therapieansätze jenseits von chemischen Substanzen? Die Dokumentation stellt Studienergebnisse zum Heilfasten als möglicherweise alternative Behandlungsform vor.

FASTEN MACHT GLÜCKLICH. DER SELBSTVERSUCH

Dauer 51 Min. zu finden unter www.spiegel.tv/videos/148591-fasten-macht-gluecklich

Dr. Michael Mosley hat sich ein sehr ehrgeiziges Ziel gesetzt: Er möchte so lange wie möglich leben, jung und gesund bleiben – und das, indem er seinen Lebensstil so wenig wie möglich dafür ändert. Er glaubt, für dieses Vorhaben die optimale Lösung gefunden zu haben: Die uralte Idee des Fastens.

ARMUT ALS MARKT – LEBENSMITTELKONZERNE ENTDECKEN SCHWELLEN- UND ENTWICKLUNGSLÄNDER

Dauer 44 Min. zu finden unter www.youtube.com/watch?v=-vacYIEzi3Y

Weltweit gibt es laut Schätzungen der Konzerne etwa drei Milliarden Konsumenten mit geringem Einkommen - ein riesiges Verkaufspotential. Allerdings lassen sich an ärmere Familien nur kleine Packungsgrößen gut verkaufen. Denn diese Menschen leben förmlich von der Hand in den Mund. Sie können täglich nur das ausgeben, was sie gerade verdient haben. Deshalb reicht der Verdienst nur für den Kauf von Kleinstpackungen. Dabei sind diese anteilig viel teurer als grosse.

BRUNO MANSER – FASTEN FÜR DEN REGENWALD

Dauer 24 Min. zu finden unter www.youtube.com/watch?time_continue=965&v=YAqKve4HA6U

Im Frühjahr 1993 forderte Regenwaldschützer Bruno Manser die Schweizer Regierung heraus. Mit einem 60tägigen Hungerstreik vor dem Bundeshaus in Bern wollte er ein Importstopp für Tropenholz aus Malaysia erzwingen. Die frisch gewählte Bundesrätin Ruth Dreifuss unterstützte ihn.