

# „Sri Lanka schmecken und helfen“

Am Mittwoch, 8. September, koche ich wieder Reis & Curry – das Nationalgericht von Sri Lanka – anlässlich der letzten Midweek-Regatta 2010.

Wie immer fließt der Erlös in mein Projekt *Arche Lanka* – Soziales Engagement in Sri Lanka.

Seit Januar 2005 konnten wir vielen Familien und Kindern helfen. Angefangen beim Wiederaufbau nach dem Tsunami und der Unterstützung eines Heimes für körperlich und geistig behinderte Kinder, wurde das Spektrum im Laufe der Zeit immer umfangreicher. Es kamen u. a. vier Hausbauprojekte, einige Fördermaßnahmen für Schulen und die Vermittlung von Patenschaften für sozial benachteiligte Kinder & Jugendliche hinzu.

Die jüngste Herausforderung habe ich im Februar 2010 im ehemaligen Bürgerkriegsgebiet Sri Lankas angenommen. Nachdem diese Gebiete nun für AusländerInnen (mehr oder weniger) frei zugänglich sind, bekam ich über Kontakte in Sri Lanka die Möglichkeit, Bürgerkriegsflüchtlinge im Norden zu besuchen.

Im März 2010 waren schon die ersten Patenschaften für Halb- und Vollwaisen vermittelt. Diese Kinder brauchen jedoch häufig über diese Unterstützung hinaus viel mehr: eine menschenwürdige Unterkunft mit Zugang zu frischem Wasser, medizinische Versorgung und ausreichende Ernährung!

Je mehr ich über *Arche Lanka* erwirtschaftete, desto mehr kann ich in Sri Lanka helfen. Deshalb freue ich mich auf eine rege Beteiligung am Mittwochabend und vielleicht die eine oder andere Patenschaft für „meine“ Kinder im Norden, die ich bisher (noch) nicht vermitteln konnte.

Heike Sonntag, 3. September 2010

\* \* \* \* \*

Und das gibt's zum Essen:

Basmati-Reis

Hähnchen-Curry

Ananas-Curry

Linsen

Cutlets

(gebackene Kugeln aus Thunfisch und Kartoffeln)

Scharfe Chilisoße

→ Vegetarier melden sich bitte im Clubheim bei Heike, oder noch besser, wenn möglich, vorab per Email an [morningdance2@yahoo.de](mailto:morningdance2@yahoo.de) 😊