

## Über 600 Kilometer für hungernde Kinder

### Spendenlauf entlang der Elbe unterstützt die Hilfsorganisation Mary's Meals

„Jeder kann laufen, jeder kann alles tun“, ist sich Jaya Prakash Kar sicher. Aufgewachsen ist der 39-Jährige in einem Dorf in Indien. Heute ist er Maschinenbauingenieur von Beruf und engagiert sich ehrenamtlich. Im Sommer hat er etwas Besonderes vor, einen Spendenlauf entlang der Elbe. „Jaya miles for smiles“, das Wortspiel bedeutet: Jede Meile, ja jeder Meter zählt, um anderen wieder ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern. Konkret denkt er dabei an hungernde Kinder in den ärmsten Gegenden der Welt. Mit seinem Charity-Lauf möchte er auf die Arbeit der internationalen Kinderhilfsorganisation Mary's Meals aufmerksam machen. Diese stellt täglich über 2,4 Millionen Schulmahlzeiten bereit, für neue Hoffnung durch Nahrung und Bildung. Mit seinen Möglichkeiten möchte Jaya Prakash Kar dazu einen Beitrag leisten.

### Täglich mehr als ein Marathon

In den ersten beiden Juliwochen ist er unterwegs an der Elbe. Los geht es am 1. Juli 2024 in der Nähe von Dresden und bis zum 15. Juli über 660 Kilometer weit bis nach Cuxhaven. „Das heißt, an jedem Tag laufe ich mehr als einen Marathon“, verdeutlicht der 39-Jährige, der auch schon als Freiwilliger für „Technik ohne Grenzen“ in Kambodscha tätig war. Weite Strecken zu laufen, damit hat er erst 2022 begonnen. An seine erste Distanz kann er sich noch gut erinnern: „Nach nur sechs Kilometern dachte ich, dass ich keinen einzigen Schritt mehr schaffen würde.“

Noch viele Schritte sollten es seither werden, sogar mehr als 3000 Kilometer insgesamt. Für Jaya Prakash Kar ein Zeichen dafür, dass es sich immer lohnt, die eigene Komfortzone zu verlassen und sich persönlich weiterzuentwickeln. Mit seinem Beispiel möchte er auch andere inspirieren und ermutigen: „Jeder hat so viele Talente und Fähigkeiten einzubringen“, betont er. Daher sollte man sich nicht ausbremsen lassen, nicht von anderen Menschen und auch nicht von der eigenen Stimme im Kopf. „Was kann schon schiefgehen bei diesem Lauf?“, fragt er zuversichtlich mit Blick auf sein Vorhaben, das er bei jedem Wetter in die Tat umsetzen will.

Seit Monaten widmet er sich den Vorbereitungen für den Spendenlauf. Die Strecke hat er schon virtuell mit einer App geplant. Zudem war er sechs Tage lang selbst unterwegs, von Magdeburg nach Hamburg. Jeden Tag trainiert er, oft läuft er sogar einen Halbmarathon, um fit zu sein für die rund 45 Kilometer langen Etappen im Juli. Auch Unterkünfte hat er vorab gebucht, auf eigene Kosten. Andere Freiwillige begleiten seinen Lauf und unterstützen ihn bei der Logistik, sei es mit dem Gepäck oder mit Getränken entlang der Strecke, die unter anderem nach Wittenberg, Genthin und Hamburg führt. Er freut sich über Spenden und Interessierte, die ein Stück mitlaufen oder ihn beim (Etappen-) Zieleinlauf begrüßen.

Mary's Meals versorgt täglich über 2,4 Millionen Kinder in 17 der ärmsten Länder mit gesunden und stärkenden Schulmahlzeiten. Damit wird nicht nur ihr Hunger gestillt, sondern sie erhalten durch Bildung langfristig die Chance auf eine bessere Zukunft. Dank der Unterstützung tausender Ehrenamtlicher reichen bereits 22 Euro aus, um ein Kind ein Jahr lang in der Schule zu ernähren.

Weitere Informationen finden Sie auf dem beigefügten Plakat zum Spendenlauf und im Internet: <https://www.marysmeals.de/moveformeals/helden-2024/jaya-miles-4-smiles>

Spenden für das Projekt kann man online auf der Plattform betterplace: <https://www.betterplace.org/f46972>

## Über Mary's Meals:

- Die internationale Kinderhilfsorganisation Mary's Meals versorgt aktuell mehr als 2,4 Millionen Kinder in 17 der ärmsten Länder der Welt mit einer täglichen Schulmahlzeit.
- Die Organisation wurde im Jahr 2002 von dem Schotten Magnus MacFarlane-Barrow gegründet.
- Eine Schulmahlzeit kostet nur 11 Cent und 22 € reichen aus, um ein Kind ein ganzes Schuljahr lang zu ernähren.
- 93% aller Spendengelder fließen direkt in unsere karitative Arbeit.
- Die Verwaltungskosten von Mary's Meals sind u.a. deshalb so niedrig, weil die Arbeit von Zehntausenden Freiwilliger unterstützt und getragen wird – hier und vor Ort.
- Die Nahrungsmittel werden, wo immer möglich, lokal gekauft. Auf diese Weise werden Kleinbauern, Gemeinden und die lokale Wirtschaft gefördert.
- Die tägliche Schulmahlzeit bewirkt: Bessere Gesundheit, Anstieg der Beschulungsrate, bessere Leistungen, Förderung der Geschlechtergleichheit, steigende Anzahl von Schulabschlüssen
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Ownership: Gemeinden sind von Anfang an in die Projekte eingebunden, Organisation und Verwaltung der Schulernährung durch Freiwillige vor Ort
- Wahrung ökologischer Nachhaltigkeit: zunehmend Einsatz energieeffizienter Öfen, Aufforstung und Anlegen von Schulgärten
- Um mehr zu erfahren und wenn Sie helfen wollen: [www.marysmeals.de](http://www.marysmeals.de)