

Gruppenstunde

zum Thema

Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim



Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Nachhaltiges Handeln ist besonders für uns als Pfadfinder*innen wichtig: Wir wollen unsere Umwelt achten und schützen und die Welt ein bisschen besser zurücklassen, als wir sie vorgefunden haben. In unserer täglichen Pfadi-Arbeit ist das Stammesheim ein wichtiger Bezugspunkt des Stammeslebens. Wir verbringen dort viel Zeit, investieren viel Energie und sind scheinbar durchgehend damit beschäftigt, die eine oder die andere Sache zu verbessern, auszutauschen oder neu zu bemalen. Es überrascht also wenig, dass gerade im Stammesheim viel Potenzial für mehr Nachhaltigkeit steckt.

Dieses Gruppenstundenkonzept soll helfen, dass ihr mit eurer Gruppe das Thema Nachhaltigkeit im Stammesheim gemeinsam angehen könnt.

Es ist ein modulares Konzept, das heißt ihr solltet euch im Vorhinein Gedanken machen, welche Module ihr mit eurer Gruppe durchführen wollt oder ob ihr die Inhalte über mehrere Gruppenstunden verteilt. Ihr kennt eure Gruppen am besten, vielleicht freuen sich alle über einen selbstgemachten Snack? Oder eure Leute basteln am liebsten und es steht demnächst wieder eine große Fridays for Future-Demo an? Tobt euch bei der konkreten Umsetzung aus :)

Ganz viel Spaß bei eurer Gruppenstunde!

Sucht ihr nach weiteren Ideen für Gruppenstunden zum Thema Nachhaltigkeit, könnt ihr hier fündig werden:

<https://meinbdp.de/display/BUND/Eine+Woche+Nachhaltigkeit>

Hier:

<http://nachhaltig.pfadfinden-in-deutschland.de/>

Und hier:

<https://meinbdp.de/pages/viewpage.action?pageId=136349758>

Eine Checkliste, wie ihr nachhaltige Veranstaltungen plant und durchführt findet ihr hier:

https://www.pfa.de/wp-content/uploads/2021/03/rdp_17-ziele_checkliste_sustainable-events_de.pdf



Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Zeit	Programm	Material bzw. Vorbereitung
5 min	Ankommen und Begrüßung: stellt einmal das heutige Programm vor	-
15 min	Das Mülltrennspiel	Für die aktive Variante: große, freie Fläche zum Rennen Für die ruhige Variante: ausgedruckte Müll-Behälter-Karten (Anhang 1) und Zettel, auf die ihr die zu entsorgenden Gegenstände schreibt
30 min + 15 min Essen + 15 min Aufräumen	Snacks für den kleinen Hunger selber machen	Rezeptzutaten und Küchengerätschaften
45 min + 5 min Aufräumen	Hausspiel: Ein Rundgang durchs Stammesheim	Ausgedruckte und nummerierte Quizfragen
30 min + 10 min Aufräumen	Laut werden: bastelt Demo Plakate und wendet euch in einem Brief an eure Gemeinde oder Stadt	Pappe, nicht mehr gebrauchte Kartons, Stifte, Farben, Pinsel, Holzstangen, Meterstab, Fotoapparat, angehängte Briefvorlage
5 min	Ein Lied zum Abschluss	Liederbücher bzw. Liederblätter, Gitarre oder andere Instrumente



Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Beginnt die Gruppenstunde mit einem kleinen Aufwärm-Spiel:

Das Mülltrenn-Spiel

Nach dem Prinzip Feuer-Wasser-Luft

Zunächst wird eine Person bestimmt, die damit anfängt, die Ansage zu machen, was für ein Gegenstand richtig entsorgt werden soll. Das Spiel beginnt damit, dass alle willkürlich durch die Gegend laufen, bis von der Person, die die erste Ansage macht, der Gegenstand genannt wird, der zum richtigen Müll sortiert werden soll: fangt erst einmal mit Gegenständen an, die in Rest-, Papier- oder Biomüll getrennt werden können und steigert dann die Schwierigkeit. Dann heißt es für alle anderen sich ganz schnell für den richtigen Müll zu entscheiden und die entsprechende Aktion auszuführen. Die Person, die als letztes die entsprechende Aktion ausführt oder den Gegenstand in den falschen Müll sortiert, macht die nächste Ansage

Beginnt dafür erst einmal mit einigen wenigen Möglichkeiten und steigert im Laufe des Spiels die Schwierigkeit:

I. Schwierigkeitsstufe

Müllart	Aktion	Beispiel
Restmüll	Ganz schnell schreiend wegrennen, denn: recycelt wird da nix mehr...	Tampons, benutzte Taschentücher, fettige Pizzakartons, alte Glühbirnen, Stabsaugerbeutel
Papier	Mach dich so klein wie möglich, Pappkartons sollten schließlich auch zusammen gefaltet werden, um die Tonne nicht sofort zu füllen	Zeitungen, Zeitschriften, Kartons, saubere Pizzakartons, Briefumschläge mit Sichtfenster, Geschenkpapier, getackerte Papiere, Bücher ohne Einbände
Bioabfall	Surf auf der Bananenschale und fühl dich richtig cool	Teebeutel, Kaffeefilter, Gemüseschalen, verschimmeltes Obst, Brot, gekochte Essensreste, Laub, Grünschnitt

Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

2. Schwierigkeitsstufe

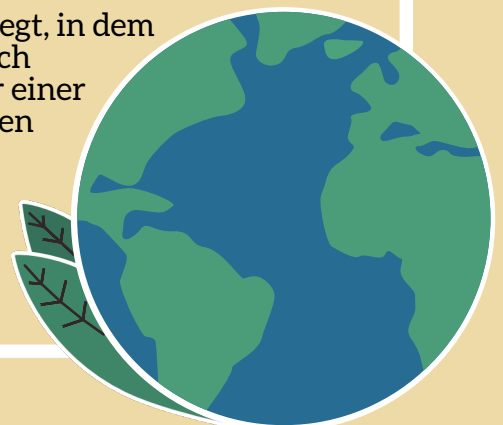
Müllart	Aktion	Beispiele
Kunststoffe*	Seid Fische, die unglücklich durch ein Meer aus Plastik schwimmen	Plastiktüten, Getränkekartons, Joghurtbecher, Styroporschalen für Lebensmittel, Waschmittelflasche, Kaffeevakuumverpackung
Weißblech (Dosen, Alu)*	Stellt euch ganz dicht zusammen, wie Sardinen in einer Sardinenbüchse	Alufolie, Konservendosen, Weißblechdeckel von Schraubgläsern, Flaschenverschlüsse
Glas (weiß, braun, grün)	Hebt die Arme so über euren Kopf, dass es aussieht als wärt ihr eine Flasche	Glasflaschen (weiß, braun, grün, blau), Einweggläser, Konservengläser

3. Schwierigkeitsstufe

Müllart	Aktion	Beispiel
Elektro-Schrott	Autsch, ihr habt gerade einen elektrischen Schlag bekommen, spielt das aus!	Alte Ladekabel, LED-Glühbirne, kaputter Toaster, kaputter Föhn,
Sperrmüll	Bildet gemeinsam eine sperrige Konstruktion, indem ihr euch alle an den Händen fasst	Wäschespinnne, Möbel, Altholz und Bauholz
Problemabfälle	Der Boden ist Lava! (oder zumindest ähnlich ungesund)	Alte Farben, Lacke, Kunstharze, Desinfektionsmittel, Unkrautbekämpfungsmittel, Batterien, Feuerwerkskörper

*Wenn euer Stammesheim in einer Stadt oder Landkreis liegt, in dem Kunststoffverpackungen und Verpackungen aus Weißblech gemeinsam in einer Gelben Tonne, einem Gelben Sack oder einer Wertstofftonne entsorgt werden, könnt ihr diese Kategorien zusammen legen.

Mehr Informationen findet ihr online unter <https://www.muelltrennung-wirkt.de>



Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim



Was gehört in die Restmülltonne?

Alles, was nicht recycelt werden kann, das sind zum Beispiel:

- Staubsaugerbeutel
- Straßenkehrriech, Asche
- Zigarettenkippen
- Eintrocknete Farben in Tüten gepackt
- Schmutzige oder beschichtete Papiere (z.B. fettige Pizzakartons, Taschentücher, Kassenzettel aus weißem Thermopapier, Fotos)

Was gehört in die Papiertonne?

Grundsätzlich alles aus Papier und Pappe, das sind unter anderem:

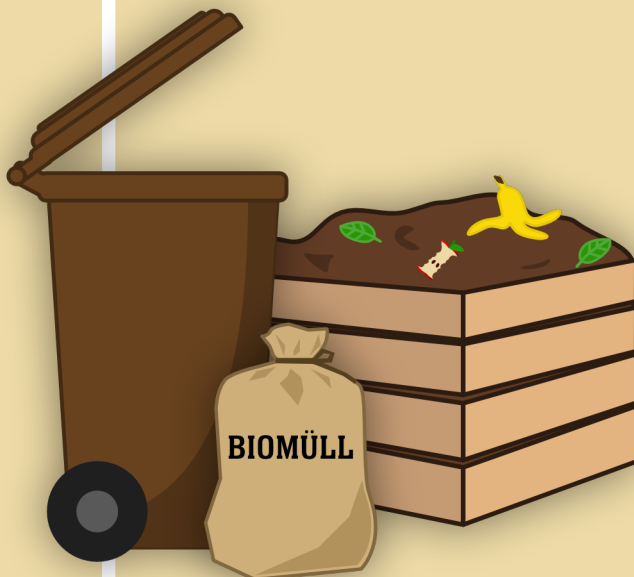
- Zeitungen, Illustrierte, Kataloge, Prospekte
- Briefe, Briefumschläge, auch die mit Fenster
- Schulhefte, Bücher ohne Einband
- Gefaltete Pappkartons, Packpapier ohne Klebeband
- Saubere Papiertüten, auch mit Sichtfenster
- Pizzakarton ohne Essensreste
- Kassenzettel aus blauem Thermopapier



Was gehört in die Biotonne?*

- Gemüse-, Salat- und Obstreste (roh und gekocht)
- Fleisch- und Fischreste (roh und gekocht)
- (altes) Brot und Backwaren
- Kaffeefilter, Kaffeepads und Teebeutel
- Laub, Gras, Baum- und Strauchschnitt
- Zeitungs- und Küchenpapier in kleinen Mengen

*Für einen Kompost sieht das etwas anders aus: auf den Kompost gehören keine Fleischreste, nur wenig Gekochtes, und auch mit Bananen- und Zitruschalen solltet ihr nicht übertreiben und diese am Besten zerkleinern, bevor sie auf den Kompost wandern. Wichtig ist außerdem, den Kompost regelmäßig zu durchlüften, damit kein klimaschädliches Methan durch Fäulnisprozesse entsteht. Ein eigener Kompost lohnt sich nur, wenn die Komposterde auch wirklich Verwendung findet.



Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Was gehört in die Gelbe Tonne / den Gelben Sack / eine Wertstofftonne oder zu Sammelstellen?

Wie ihr vielleicht wisst, kann die Trennung von Kunststoffen und Weißblech regional recht unterschiedlich geregelt sein. Grundsätzlich ist die Gelbe Tonne / der Gelbe Sack / eine Wertstofftonne für:

- Leichtverpackungen aus Kunststoff
- Aluminium, Weißblech
- Verbundmaterialien wie Getränkekartons

Und zwar unabhängig davon, ob auf den Verpackungen der grüne Punkt aufgedruckt ist oder nicht!



Was gehört in Glascontainer?

- Glas wird nach Farben getrennt: weiß, braun, grün
- Deckel müssen nicht abgeschraubt werden
- Gläser und Flaschen sollten leer sein, extra abspülen ist allerdings nicht nötig
- Andersfarbiges Glas (z. B. blau, rot, schwarz) gehört zum Grünglas
- Trinkgläser, aber auch Fensterglas haben eine andere Zusammensetzung und gehören deswegen in den Restmüll/Sperrmüll und nicht in den Glascontainer



Was gehört zu Recycling- und Wertstoffhöfen?

Einige weitere Gegenstände, die aufgrund der enthaltenen Schadstoffe nicht über den Hausmüll entsorgt werden können, sondern an Wertstoffhöfen oder an anderen Sammelstellen abgegeben werden müssen:

- Elektrogeräte und Batterien
- Farben, Lacke und Kunstharze
- Altöl
- Feuerlöscher und Spraydosen mit deutlichem Gas- oder Treibmittelrest
- quecksilberhaltige Thermometer
- Medikamente
- Feuerwerkskörper
- Reinigungsmittel, Entkalker, Rohrreiniger, Fleckentferner, Spezialwaschmittel etc
- Desinfektionsmittel

Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Gehört ihr auch zu den Gruppen, in der alle immer hungrig sind? Wenn ja könnt ihr mit der Gruppenstunde damit weiter machen, euch eine Kleinigkeit zu kochen, zum Beispiel eins der folgenden Rezepte. Oder ihr macht einfach Popcorn :)

Kichererbsen „Thunfisch“ Salat

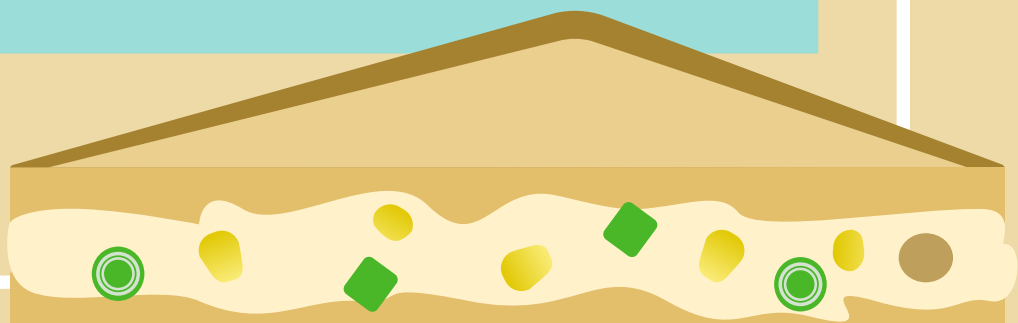
Für 4 Personen (hält sich aber auch eine Zeit im Kühlschrank)

Nori-Blätter	1 Blatt
Kichererbsen aus der Dose/ dem Glas	1 Dose, abgetropft und abgespült
Frühlingszwiebeln	2-3 Stück
Essig	1 Esslöffel
Salz	1 Prise
Pfeffer	1 Prise
Vegane Majo	4 Esslöffel
Mais aus der Dose/ dem Glas	Etwa 150 g, abgetropft

Als Beilage optional: Brot oder Kartoffeln

Hacke zunächst das Nori-Blatt fein und gib es anschließend zusammen mit allen für den Salat aufgeführten Zutaten in eine große Schüssel. Knete alle Zutaten (am besten mit gewaschenen Händen) gut durch, solange bis die Kichererbsen zerquetscht sind und eine Masse entsteht, die an Thunfisch-Mayo-Salat erinnert. Schmecke den Salat mit Salz, Pfeffer und eventuell mehr Essig ab.

Am besten lässt du die ganze Mischung nun eine halbe bis ganze Stunde ziehen und servierst sie dann wahlweise mit Brot oder gekochten Kartoffeln.



Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Pizzaschnecken

Als Snack für 4 Personen

Veganer Blätterteig	1 Rolle
(der allermeiste fertige Blätterteig aus dem Kühlregal ist vegan, schaut zur Sicherheit aber nochmal auf die Zutatenliste)	
Tomatenmark	etwa 100 g
Veganer Reibekäse	200 g
Räuchertofu	120 g
Getrocknete Tomaten	80 g
Oregano	1 Prise
Thymian	1 Prise
Salz und Pfeffer	je eine Prise

Die getrockneten Tomaten in Stücke und den Räuchertofu in Würfel schneiden. Anschließend den Backofen auf 200° Grad (Umluft) vorheizen. Den Blätterteig ausrollen und auf Backpapier auslegen, darauf das Tomatenmark gleichmäßig verteilen. Dann gleichmäßig den veganen Reibekäse, die getrockneten Tomaten und den Räuchertofu auf den Blätterteig streuen. Mit Salz, Pfeffer, Thymian und Oregano würzen. Nun das Ganze zu einer Rolle zusammenrollen. Vorsichtig mit einem scharfen Messer in etwa 3 cm dicke Scheiben schneiden und die Schnecken auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Auf mittlerer Schiene etwa 20 Minuten lang backen.

VEGAN

Rezept
für's
ganze Jahr

Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Zimtschnecken

Für 2- 3 Bleche

Margarine	75 g
Sojamilch	250 ml
Frische Hefe	25 g
Zucker	75 g
Kardamom	½ TL
Salz	1 Prise
Mehl	500g

VEGAN

Rezept
für's
ganze Jahr

Sojamilch bei geringer Hitze erwärmen, die Milch sollte nicht wärmer als Körpertemperatur werden. Die frische Hefe in die Milch krümeln, den Zucker und Margarine zufügen und rühren, bis alles gelöst ist. Mehl mit Salz und Kardamom würzen. Hefemilch zugeben und den Teig am besten mit den Händen gut verkneten. Der Teig sollte nun mindestens eine halbe Stunde an einem warmen Ort ruhen. In der Zwischenzeit Margarine im Topf schmelzen und Zucker und Zimt zufügen. Der Zucker sollte sich auflösen. Danach den Teig auf einer bemehlten Fläche ausrollen und mit der Butter-Zucker Masse bestreichen. Den Teig nun zu einer Rolle rollen und in Scheiben schneiden. Auf ein Backblech mit Backpapier legen und noch mal 10 Minuten gehen lassen. Bei 250°C ca. 5-8 Minuten backen. Das ist von Herd zu Herd unterschiedlich. Einfach auf eine schöne goldene Farbe achten.



Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Hausspiel

Nachfolgend findet ihr Quizfragen und Aufgaben fürs Hausspiel. Links auf jeder Seite befinden sich die Frage- beziehungsweise die Aufgaben-Karten, rechts die jeweiligen Antworten beziehungsweise noch weitere Infos zum Thema.

Grundprinzip des Hausspiels ist es, dass ihr die Zettel nummeriert und in und um euer Stammesheim verteilt. Je nach Gruppengröße könnt ihr eure Gruppe noch in Teams von etwa 5 Personen je Team aufteilen. Diese Teams müssen dann losziehen und die Fragen und Aufgaben auf den Zetteln in der richtigen Reihenfolge lösen. Mit den Lösungen kommen sie zu euch als Spielleitung. Ihr überprüft dann die vom Team vorgebrachte Lösung, korrigiert gegebenenfalls und könnt auch noch darüber hinausgehende Infos geben. Das Team, das als erstes fertig ist, hat gewonnen.

Trefft gerne eine Auswahl an Fragen: lasst weg, was euch für eure Gruppe zu schwierig erscheint und ergänzt, wenn ihr wollt, durch ein paar weitere Quatsch-Aufgaben, um das Ganze etwas aufzulockern. Manche Fragen beziehen sich auch auf Begebenheiten in eurem Stammesheim: wenn die Frage zum Beispiel lautet wie viele Heizkörper ihr in eurem Stammesheim habt und die Antwort Null ist, dann lasst auch diese Frage einfach aus :)



Nr.

Der Energieverbrauch pro Kopf ist am höchsten in ...

- ...Albanien
- ...Island
- ...Deutschland

Nr.

Der Energieverbrauch pro Kopf ist am höchsten in ...

...Island

In Island erreichte die Primärenergie-Versorgung im Jahr 2016 mit 15,6 Tonnen Öläquivalent pro Kopf den mit Abstand höchsten Wert. In Albanien war im Jahr 2016 der Primärenergieverbrauch mit 0,8 t pro Kopf am niedrigsten. In Deutschland lag 2016 der Primärenergie-Verbrauch pro Kopf bei 3,76 Tonnen Öläquivalent. Das wirkt im Vergleich zu Island wenig, jedoch ist Deutschland mit 310 Mio. Tonnen Öläquivalent nach Russland das Land mit dem höchsten Primärenergieverbrauch in Europa.

Bpb: Energie-Quiz

Nr.

Der wichtigste Energieträger beim Energieverbrauch weltweit ist ...

- ...Wasserkraft
- ...Kernenergie
- ...Öl

Nr.

Die richtige Antwort ist...

...Öl

Das gilt jedoch nur, wenn man den gesamten Verbrauch von Energieträgern betrachtet. In privaten Haushalten ist der am meisten verbrauchte Energieträger in Deutschland Erdgas. Im Jahr 2019 basierte die weltweite Primärenergie-Versorgung zu 30,9 Prozent auf Öl, zu 26,7 Prozent auf Kohle und zu 23,2 Prozent auf Gas - zusammen 80,9 Prozent. Es folgten Biomasse, Biogas und biologisch abbaubare Abfälle (9,4 Prozent), Kernenergie (5,0 Prozent), Wasserkraft (2,5 Prozent) sowie neue erneuerbare Energien (2,2 Prozent).

Bpb: Energie-Quiz

Nr.

Der Anteil der erneuerbaren Energien am Energieverbrauch der EU lag im Jahr 2020 bei ...

- ...22 Prozent
- ...43 Prozent
- ...75 Prozent

Nr.

Der Anteil der erneuerbaren Energien am Energieverbrauch der EU lag im Jahr 2020 bei ...

- ...22 Prozent
- ...43 Prozent
- ...75 Prozent

Bpb: Energie-Quiz

Nr.

Zählt einmal ganz genau: wie viele Gegenstände stehen vor euren Heizkörpern?

Warum denkt ihr, ist das nicht optimal?

Vielleicht könnt ihr eine kleine Umräumaktion starten?

Nr.

Steht ein Sofa, ein Tisch oder eine Kiste vor eurem Heizkörper? Oder hängt ein Vorhang bis über die Heizung? Verdecken solche Gegenstände den Heizkörper, staut sich die Wärme. Der Raum bleibt kühl, weil die warme Luft sich nicht gleichmäßig verteilen kann. Heizkörper sollten deshalb immer frei stehen. Selbst kleinere Gegenstände vor der Heizung haben diesen Effekt.

Utopia: 8 Heizfehler

Nr.

Wofür stehen die Zahlen auf dem Thermostat eurer Heizung?

Nr.

Dafür stehen die Zahlen:

- * (Sternchen): ca. 5° C, Frostschutz
- Stufe 1: ca. 12° C
- Stufe 2: ca. 16° C
- Stufe 3: ca. 20° C
- Stufe 4: ca. 24° C
- Stufe 5: ca. 28° C

Utopia: 8 Heizfehler

Nr.

Wie funktioniert optimales Lüften? Warum muss Lüften sein?

Nr.

Lüften ist nicht nur wichtig, um Viren los zu werden: Wird die Luftfeuchtigkeit in den Innenräumen zu hoch, was besonders im Winter vorkommt, begünstigt das gesundheitsgefährdendes Schimmelwachstum. Die Fenster zu kippen hilft für gute Durchlüftung jedoch wenig, der Raum kühlt bei gekipptem Fenster schnell aus und das treibt wiederum den Energiebedarf für die Heizung hoch. Am besten ist es, in jeder Gruppenstunde einmal für 5 Minuten stoß- oder querzulüften. In Bad und Küche lieber auch mal häufiger Lüften. Wichtig dabei ist: auch wenn nur kurz gelüftet wird, immer erst mal die Heizung ausdrehen und erst nach dem Lüften wieder hochdrehen.

Utopia: Richtig Lüften

Nr.

Was ist zu tun, wenn ihr euer Heim verlasst und für ein paar Tage erst mal keine andere Gruppe in euer Stammesheim kommt?

Nr.

Das ist eh selbstverständlich: Licht ausschalten, Fenster zu und keine Wasserhähne tropfen lassen. Dreht auch die Heizung auf Nachtmodus beziehungsweise Frostschutz wenn ihr geht. Die Heizung ganz auszuschalten ist jedoch nicht ideal: Sind regelmäßig Gruppen in eurem Heim braucht es dann nämlich weniger Energie zum Aufheizen und ihr sorgt Schimmelbildung vor. Falls es Rollos und Vorhänge in eurem Heim gibt, schließt diese bevor ihr geht, sie dienen euch als zusätzliche Isolierung vor den Fenstern.

Nr.

Wie wird euer Heim beheizt? Wisst ihr mit welchem Energieträger / auf welche Art ihr heizt?

Nr.

Heizen ist eine der wichtigsten Stellschrauben in eurem Stammesheim. In Deutschland entfallen in einem durchschnittlichen Haushalt um die 70 Prozent des gesamten Energieverbrauchs auf das Heizen. Sobald ihr die Raumtemperatur um nur ein Grad senkt spart ihr schon viel Energie fürs Heizen ein! Mit einem schlaudem Thermostat könnt ihr noch mehr einsparen.

Utopia: 8 Heizfehler

Nr.

Ist es eine umweltschonende Option ein Gebäude gar nicht zu heizen?

Nr.

Nein, denn: Neben Faktoren wie eine unzureichende Wärmedämmung oder Abdichtung sind falsches Heizen und Lüften mit die häufigste Ursache für Schimmelbildung. Ideale Bedingungen für Schimmel gibt es, sobald die Luftfeuchtigkeit hoch ist. Das passiert besonders im Winter. Ist zusätzlich auch noch die Raumtemperatur besonders niedrig, kann die Luft weniger Feuchtigkeit aufnehmen. Diese Feuchtigkeit setzt sich dann als Kondenswasser an Fenstern und Wänden ab und sorgt dafür, dass sich Schimmel richtig wohl fühlen kann.

Umweltbundesamt: Zur Vorbeugung, Erfassung und Sanierung von Schimmelbefall

Nr.

Ist es besser mit Holz zu heizen als mit Erdöl oder Erdgas?

Nr.

Nein. Mit Holz heizen ist nur dann umweltfreundlicher, wenn regionales Restholz aus den Wäldern verfeuert wird (Achtung: einfach losziehen und Totholz sammeln ist in Deutschland nicht erlaubt). Damit Heizen mit Holz umweltfreundlicher wird, ist es auch wesentlich, wie es verbrannt wird: beim Verbrennen muss sichergestellt sein, dass das Feuer die richtige Menge Luft erhält, und dass die Abluft gefiltert wird. Ansonsten besteht die Gefahr, dass man neben Feinstaub auch Stickstoffoxide und andere schädliche Gase in die Luft pustet. Denn: Mit Holz zu heizen verursacht inzwischen mehr Feinstaub als der Verkehr.

Br24: Heizen mit Holz: Wirklich eine Alternative zu Öl und Gas?

Nr.

Klebt an alle Stellen, an denen es von draußen zieht, einen Klebezettel!

Nr.

Bringt an allen zugigen Fensterritzen in der nächsten Gruppenstunde Isoliertape an oder überlegt euch alternative Lösungen!

Nr.

Zählt die Heizkörper in eurem Heim!

Nr.

Wie viele Heizkörper sind es?

Nr.

Was sind die größten „Stromfresser“ im Haushalt?

Nr.

1. Veraltete Heizungspumpen Heizsparer: Die 10 größten Stromfresser im Haushalt
2. Elektroherd: Hier hilft es, die richtige Größe Topf mit Deckel zu verwenden, den Ofen nicht unnötig vorzuheizen und mit Umluft zu backen.
3. Gefrierschrank und Kühlschrank: Den Verbrauch kann man senken, indem man die Tür nicht unnötig oft öffnet und regelmäßig abtaut.
4. Beleuchtung: Energiesparlampen verbrauchen bis zu 80% weniger Strom, als eine herkömmliche Glühbirne. LED-Lampen sind sogar noch sparsamer.
5. Trockner und Waschmaschine: Hier lohnt es sich, die Geräte nur voll in Betrieb zu nehmen und nach Möglichkeit komplett auf den Trockner zu verzichten.

Weiterführende Literatur: <https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/381/publikationen/energiesparen-im-haushalt.pdf>

Nr.

Was sind die ineffizientesten Arten, Strom zu erzeugen, die euch einfallen?

Nr.

Seid gern kreativ ;)

Nr.

Wie alt ist euer Kühlschrank? Könnt ihr herausfinden welche Energieklasse euer Kühlschrank hat?

Nr.

Bis 2021 gab es diese Energieklassen: A+++ , A++ , A+ , A , B , C und D. Dabei ist A+++ die Bestnote und C das schlechteste Ergebnis, dass in der EU angeboten werden darf. Seit 2021 erfolgt die Einteilung von A bis G.

Was sagt das nun aus? Wann solltet ihr euch einen neuen Kühlschrank anschaffen? Laut dem Öko-Institut in Freiburg lohnt sich der Austausch eines 10 bis 15 Jahre alten Kühlschranks unter Umweltgesichtspunkten auf jeden Fall, da etwa 75% des Energieverbrauchs eines Kühlschranks bei dessen Nutzung anfällt. Damit decken die gesparten Energiekosten die Anschaffungskosten meist schon nach 2 Jahren Betrieb. Um auf Nummer sicher zu gehen, ob sich die Anschaffung eines neuen Geräts wirklich lohnt, kann man den Verbrauch mithilfe eines Strommessgeräts ermitteln und aufs Jahr hochrechnen. Der Energieeffizienzklassen-Ratgeber

Nr.

Werft mal einen Blick in den Kühlschrank (aber nur kurz) und schaut in eure Vorratsschränke! Was habt ihr noch da? Überlegt euch ein Rezept, mit dem ihr etwas Leckerer zaubern könnt! Ist etwas dabei was nicht mehr gerettet werden kann? Dann gleich weg damit! (ihr seid inzwischen ja Mülltrenn-Profis)

Nr.

Für mehr Input zum Thema Lebensmittelverschwendung schaut mal hier vorbei:

<https://www.verbraucherzentrale.de/geniessen-statt-wegwerfen-lebensmittelverschwendung-stoppen-58985>

<https://www.zugut fuer dietonne.de>

https://www.zugut fuer dietonne.de/fileadmin/zgfdt/inhalt/Service/Studien/Zusammenfassung_GfK_2020_LMA_in_privaten_Haushalten.pdf

<https://www.welthungerhilfe.de/aktuelles/blog/10-ideen-gegen-lebensmittelverschwendung>

Nr.

Welchen Müll trennt ihr im Heim? Wissen alle aus der Gruppe wo welcher Müll hingehört? Wenn noch ein Müllsammelbehälter fehlt, baut spontan was zusammen!

Nr.

Falls ihr dafür Input braucht, schaut nochmal beim Mülltrennspeil weiter oben nach.

Nr.

Welche Siegel, die darauf hindeuten, dass ein Produkt nachhaltig / fair / biologischen Ursprungs ist, kennt ihr? Versucht mal eins aufzumalen

Nr.

Siegel und eine jeweilige Bedeutungserklärung findet ihr hier: <https://www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag/siegelkunde>

Nr.

Wisst ihr welches Obst und Gemüse gerade Saison hat?

Nr.

Schaut in einen Saisonkalender und prüft es nach, z.B. hier: <https://www.bzfe.de/einfache-sprache/der-saisonkalender>

Nr.

Was hat einen höheren CO2 Ausstoß in der Produktion: Bier oder Orangensaft?

Nr.

Tatsächlich Bier! 1 Liter Bier verursacht in der Herstellung 0,9 kg CO2-Äquivalent. 1 Liter Orangen-Direktsaft hat dagegen eine Klimabilanz von circa 0,72 kg CO2-Äquivalenten. Orangensaft aus Konzentrat verursacht etwas weniger CO2-Äquivalenten, nämlich 0,69 kg pro Liter.

Institut für Energie- und Umweltforschung Heidelberg: Ökologische Fußabdrücke von Lebensmitteln

Nr.

Welches Obst verursacht den größten CO2-Fußabdruck?

Nr.

Mit dem Flugzeug transportierte Ananas. Die hat mit einem CO2-Äquivalente von 15,1 Kilogramm je Kilogramm Frucht sogar einen größeren CO2-Fußabdruck als Avocado. Avocado kommt etwa auf 0,6 Kilogramm CO2-Äquivalente pro Kilogramm.

Statista: CO2-Fußabdruck ausgewählter Obst- und Gemüsesorten in Deutschland im Jahr 2019

Nr.

Woraus wird Tofu gemacht? Schätzt wie viel höher die Menge CO2 ist, die bei der Produktion von Rindfleisch entsteht, im Vergleich zu genauso viel Tofu!

Nr.

Tofu ist nichts anderes als Quark aus Sojamilch.
Rindfleisch hat etwa den 20-fachen CO2-Abdruck von Tofu.
CO2-Fußabdruck von **1 kg Bio-Rindfleisch**: 21,7 kg CO2-Äquivalente
CO2-Fußabdruck von **1 kg Tofu**: 1 kg CO2-Äquivalente

Statista: CO2-Fußabdruck und Klimabilanz

Nr.

Schätzt wie viele Menschen weltweit Internetzugang haben?

Nr.

4,69 Milliarden, das sind etwa 59% der Weltbevölkerung.

Nr.

Nennt alternative Suchmaschinen zu Google!

Nr.

Zum Beispiel: Ecosia, Gexsi, Ekoru, Lilo, DuckDuckGo, Yahoo!, Bing, Ask, Qwant, Search Encrypt, SearX...

Manche dieser Suchmaschinen versprechen, entstandene Emissionen auszugleichen, andere gewährleisten größtmögliche Datensicherheit, auch das ist nachhaltig. Also vielleicht lohnt sich für euch ein Wechsel?

Nr.

Seit Anfang der 1970er-Jahre hat sich die Versorgung mit Primärenergie weltweit insgesamt ...

- ... um rund 35 Prozent erhöht.
- ... verringert.
- ... um rund 135 Prozent erhöht.

Nr.

Seit Anfang der 1970er-Jahre hat sich die Versorgung mit Primärenergie weltweit insgesamt ...

- ... um rund 35 Prozent erhöht.
- ... verringert.
- ... um rund 135 Prozent erhöht.

Bpb: Quiz zum Weltwassertag

Nr.

Wie hoch ist der tägliche Pro-Kopf-Verbrauch von Trinkwasser in Deutschland?

Nr.

Im Jahr 2020 lag der tägliche Wasserverbrauch pro Kopf bei rund 129 Litern Wasser. Wie kommt diese Summe zusammen? Hinein zählt nicht nur das Wasser, das du täglich trinkst. Dazu kommt auch das Wasser, das du beispielsweise beim Duschen, zum Kochen, beim Wäschewaschen, für die Toilettenspülung oder auch zum Putzen verwendest.

Statsista: Entwicklung des Wasserverbrauchs pro Einwohner

Nr.

Wie viel Wasser wird für ein durchschnittliches Bad verbraucht?

Nr.

Für ein durchschnittliches Bad verbraucht man ca. 140 Liter.

Bpb: Quiz zum Weltwassertag

Nr.

Für welches der Lebensmittel wird bei der Herstellung am meisten Wasser verwendet?

- ...Rindfleisch
- ...Avocado
- ...Kakaobohnen

Nr.

Kakao ist das Lebensmittel mit dem höchsten Wasserverbrauch: Für die Herstellung von 1 kg Kakaobohnen werden im Schnitt rund 27.000 Liter Wasser verbraucht (Rindfleisch: 15.000 Liter, Avocado: 1.500 Liter).

Bpb: Quiz zum Weltwassertag

Nr.

Wie viele Menschen haben weltweit keinen regelmäßigen Zugang zu sauberem Trinkwasser? 800.000 Menschen, 1,5 Mrd. Menschen oder 2,2 Mrd. Menschen?

Nr.

Laut UNICEF hatten 2019 ca. 2,2 Mrd. Menschen keinen regelmäßigen Zugang zu sauberem Trinkwasser, für 785 Mio. gibt es noch nicht einmal eine Grundversorgung. Allein in Europa sind über 100 Mio. Menschen von Wasserknappheit betroffen.

Bpb: Quiz zum Weltwassertag

Nr.

Wie viel Prozent der Abwässer weltweit werden schmutzig in die Umwelt entsorgt? Mehr als 80%, 50% oder 30%?

Nr.

Es sind tatsächlich 80% der Abwässer, die schmutzig in die Umwelt geleitet werden.

Bpb: Quiz zum Weltwassertag

Nr.

In welchem Bereich wird weltweit das meiste Frischwasser verbraucht?

- ...Agrarsektor
- ...Industrie
- ...Kommunen?

Nr.

Weltweit werden jährlich rund 4.000 km³ Frischwasser entnommen. Davon werden etwa 70 Prozent im Agrarsektor, 20 Prozent in der Industrie und 10 Prozent auf kommunaler Ebene verbraucht.

Bpb: Quiz zum Weltwassertag

Nr.

Stellt euch der Reihe nach auf, angefangen mit der Person mit dem streckenmäßig kürzesten Weg zu eurem Stammesheim hin zur Person mit dem längsten Weg!

Nr.

Sind in eurer Runde Leute, die mit dem Auto anreisen / mit dem Auto gefahren werden? Was müsste sich ändern, dass das nicht mehr nötig ist? Gibt es die Möglichkeit, Fahrgemeinschaften zu bilden?

Nr.

Wie viel kostet aktuell die Bahncard 100 (2.Klasse)?

Nr.

4.144 Euro

Nr.

Sortiert folgende Fortbewegungsmittel / Fortbewegungsarten danach, wie viele Treibhausgase sie ausstoßen (pro Personenkilometer): Nahverkehrszüge, Fahrrad, Fernverkehrszüge, Auto, zu Fuß, Reisebus für Gruppen- und Tagesfahrten, Flugzeug, E-Bike, Linienbus Fernverkehr

Nr.

Die richtige Reihenfolge (mit aufsteigendem CO₂-Ausstoß) ist laut dem Umweltbundesamt für 2020: zu Fuß, Fahrrad, E-Bike, Linienbus Fernverkehr, Reisebus für Gruppen- und Tagesfahrten, Fernverkehrszüge*, Nahverkehrszüge, Linienbus Nahverkehr, Auto, Flugzeug

*Wenn man davon ausgeht, dass die Bahn den durchschnittlichen Strom-Mix in Deutschland verwendet, die Bahn bietet hier ein Tool, um den CO₂-Ausstoß pro Fahrt zu berechnen: www.umweltmobilcheck.de

Umweltbundesamt: Verkehrsemissionsdaten

Nr.

Was geht schneller: wenn ihr die Strecke München - Hamburg mit dem Auto oder wenn ihr sie mit der Bahn zurücklegt?

Nr.

Mit der Bahn dauert's etwa 6 Stunden, mit dem Auto 8 Stunden.

Nr.

Welche Einweg-Programmmaterialien kommen bei euch öfters zum Einsatz? Was davon braucht es wirklich? Was lässt sich ersetzen?

Nr.

Was sind Alternativen zu Alufolie, Luftballons, Acrylfarbe etc.?

Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Quellenverzeichnis zum Hausspiel

Bundeszentrale für politische Bildung: Energie-Quiz

<https://www.bpb.de/kurz-knapp/zahlen-und-fakten/europa/136635/quiz-energie>

Utopia: 8 Heizfehler

<https://utopia.de/ratgeber/fehler-beim-heizen-heizfehler>

Utopia: Richtig Lüften

<https://utopia.de/ratgeber/richtig-lueften-gegen-schimmel>

Umweltbundesamt: Zur Vorbeugung, Erfassung und Sanierung von Schimmelbefall

<https://www.umweltbundesamt.de/www.umweltbundesamt.de/schimmelleitfaden>

Br24: Heizen mit Holz: Wirklich eine Alternative zu Öl und Gas?

<https://www.br.de/nachrichten/wirtschaft/heizen-mit-holz-alternative-zu-oel-und-gas,Sz1tBkp>

Heizsparer: Die 10 größten Stromfresser im Haushalt

<https://www.heizsparer.de/spartipps/strom-sparen/stromfresser-im-haushalt>

Der Energieeffizienzklassen-Ratgeber

<https://www.energieeffizienzklasse.com>

Institut für Energie- und Umweltforschung Heidelberg: Ökologische Fußabdrücke von Lebensmitteln

<https://www.ifeu.de/fileadmin/uploads/Reinhardt-Gaertner-Wagner-2020-Oekologische-Fu%c3%9fabdruecke-von-Lebensmitteln-und-Gerichten-in-Deutschland-ifeu-2020.pdf>

Statista: CO2-Fußabdruck ausgewählter Obst- und Gemüsesorten in Deutschland im Jahr 2019

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1197342/umfrage/obst-und-gemuese-co2-fussabdruck>

Statista: CO2-Fußabdruck und Klimabilanz

<https://de.statista.com/themen/8410/co2-fussabdruck/#dossierKeyfigures>

Bundeszentrale für politische Bildung: Quiz zum Weltwassertag

<https://www.bpb.de/kurz-knapp/deine-taegliche-dosis-politik/506357/das-quiz-zum-weltwassertag-2022>

Statista: Entwicklung des Wasserverbrauchs pro Einwohner

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/12353/umfrage/wasserverbrauch-pro-einwohner-und-tag-seit-1990>

Umweltbundesamt: Umweltfreundlich mobil

<https://www.umweltbundesamt.de/publikationen/umweltfreundlich-mobil>

Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Laut werden

Gerade wenn ihr euer Stammesheim nur mietet, habt ihr im Laufe dieser Gruppenstunde bestimmt schon festgestellt, dass ihr mit den Maßnahmen, die ihr durchführen könnt, um eurer Stammesheim nachhaltiger zu gestalten, nur an der Oberfläche kratzt. Vielleicht ist eine komplett neue Heizung auch eine Investition, die grad (noch) nicht drin ist? Das ist noch lange kein Grund untätig zu bleiben, vielmehr geht es nun darum, laut zu werden und euch politisch Gehör zu verschaffen! Wie das geht? Wendet euch in einem gemeinsamen Schreiben an die Bürgermeister*in oder Mitglieder des Gemeinde- oder Stadtrats. Eine exemplarische Vorlage, wie so ein Brief aussehen könnte, findet ihr auf der nächsten Seite, aber auch als Word-Datei auf meinbdp.de. Wenn ihr wollt, könnt ihr mit dem Brief ja auch noch ein Gruppenbild von euch mitschicken :)

Oder ihr geht zusammen auf die nächste Fridays for Future-Demo und setzt euch so dafür ein, dass Energiegewinnung durch Kohle oder Öl bald der Vergangenheit angehört. Nutzt dafür die Zeit der Gruppenstunde, gemeinsam Vorbereitungen zu treffen und gestaltet schon einmal coole Demo-Plakate. Sind die Plakate fertig, könnt ihr sie noch an eine Holzstange montieren. Oder ihr verwendet einen Meterstab als klappbare Stange (aber Achtung: Meterstäbe können bei zu viel Belastung auch brechen)



Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Zum Abschluss der Guppenstunde kommt alle nochmal zu einem Lied zusammen, zum Beispiel:

Karl der Käfer

von Gänsehaut

d A
Tief im Wald, zwischen Moos & Farn,

e H7

Da lebte ein Käfer mit Namen Karl,

G D e

Sein Leben wurde jäh gestört,

H7

I Als er ein dumpfes Grollen hört:

d A

Lärmende Maschinen überrollen den Wald,

e H7

Übertönen den Gesang der Vögel schon bald.

G D e

Mit scharfer Axt fällt man Baum um Baum,

H7

Zerstört damit seinen Lebensraum.

e G

Karl der Käfer wurde nicht gefragt,

D e

Man hatte ihn einfach fortgejagt.

e G

Karl der Käfer wurde nicht gefragt,

D e

Man hatte ihn einfach fortgejagt.



Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

2

d A
Ein Band aus Asphalt breitet sich aus,
e H7
Fordert die Natur zum Rückzug auf.

G D
Eine Blume, die noch am Wegesrand steht,
e H7
Wird einfach zugeteert.

d A
Karl ist schon längst nicht mehr hier.
e H7
Einen Platz für Tiere gibt's da nicht mehr.

G D
Dort, wo Karl einmal zu Hause war,
e H7
Fahr'n jetzt Käfer aus Blech und Stahl.

e G
Karl der Käfer wurde nicht gefragt,

D e
Man hatte ihn einfach fortgejagt.

e G
Karl der Käfer wurde nicht gefragt,

D e
Man hatte ihn einfach fortgejagt.



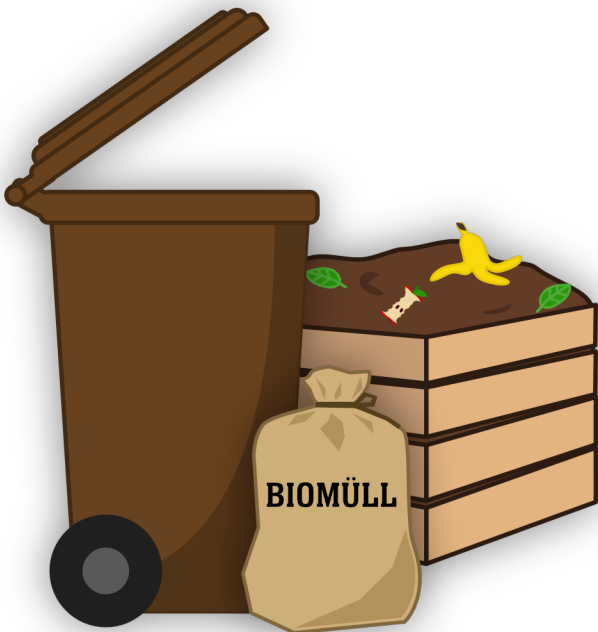
Gruppenstunde

zum Thema

Nachhaltigkeit in eurem Stammesheim

Anhang zum Drucken





Tampons	Benutzte Taschentücher	Fettiger Pizzakarton	Alte Glühbirnen
Staubsauger- beutel	Zeitungen	Zeitschrift	Karton
Briefumschlag mit Sichtfenster	Geschenk- papier	Getackertes Papier	Bücher ohne Einband
Sauberer Pizzakarton	Teebeutel	Kaffeefilter	Gemüseschalen
Verschimmeltes Obst	Altes Brot	Gekochte Essensreste	Laub
Grünschnitt	Plastiktüte	Getränke- karton	Joghurtbecher

Styroporschalen für Lebensmittel	Waschmittel- flasche	Kaffeevakuum- verpackung	Alufolie
Konserven- dosen	Weißblech- deckel von Schraubgläsern	Flaschen- verschlüsse	Durchsichtige Schraubgläser
Zerbrochenes Trinkglas	Braunes Einwegglas	Blaue Glasflasche	Altes Ladekabel
LED- Glühbirne	Kaputter Föhn	Kaputter Schrank	Wäsche- spinne
Altholz	Alte Farbe	Desinfektions- mittel	Unkraut- bekämpfungsmittel
Batterien	Feuerwerks- körper	Lacke	Altöl

<p>Der Energieverbrauch pro Kopf ist am höchsten in ...</p> <p><input type="checkbox"/> ...Albanien</p> <p><input type="checkbox"/> ...Island</p> <p><input type="checkbox"/> ...Deutschland</p>	<p>Nr.</p>	<p>Der Energieverbrauch pro Kopf ist am höchsten in ...</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ...Island</p> <p>In Island erreichte die Primärenergie-Versorgung im Jahr 2016 mit 15,6 Tonnen Öläquivalent pro Kopf den mit Abstand höchsten Wert. In Albanien war im Jahr 2016 der Primärenergieverbrauch mit 0,8 t pro Kopf am niedrigsten. In Deutschland lag 2016 der Primärenergie-Verbrauch pro Kopf bei 3,76 Tonnen Öläquivalent. Das wirkt im Vergleich zu Island wenig, jedoch ist Deutschland mit 310 Mio. Tonnen Öläquivalent nach Russland das Land mit dem höchsten Primärenergieverbrauch in Europa.</p>
<p>Der wichtigste Energieträger beim Energieverbrauch weltweit ist ...</p> <p><input type="checkbox"/> ...Wasserkraft</p> <p><input type="checkbox"/> ...Kernenergie</p> <p><input type="checkbox"/> ...Öl</p>	<p>Nr.</p>	<p>Die richtige Antwort ist...</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ...Öl</p> <p>Das gilt jedoch nur, wenn man den gesamten Verbrauch von Energieträgern betrachtet. In privaten Haushalten ist der am meisten verbrauchte Energieträger in Deutschland Erdgas. Im Jahr 2019 basierte die weltweite Primärenergie-Versorgung zu 30,9 Prozent auf Öl, zu 26,7 Prozent auf Kohle und zu 23,2 Prozent auf Gas – zusammen 80,9 Prozent. Es folgten Biomasse, Biogas und biologisch abbaubare Abfälle (9,4 Prozent), Kernenergie (5,0 Prozent), Wasserkraft (2,5 Prozent) sowie neue erneuerbare Energien (2,2 Prozent).</p>
<p>Der Anteil der erneuerbaren Energien am Energieverbrauch der EU lag im Jahr 2020 bei ...</p> <p><input type="checkbox"/> ...22 Prozent</p> <p><input type="checkbox"/> ...43 Prozent</p> <p><input type="checkbox"/> ...75 Prozent</p>	<p>Nr.</p>	<p>Der Anteil der erneuerbaren Energien am Energieverbrauch der EU lag im Jahr 2020 bei ...</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ...22 Prozent</p> <p><input type="checkbox"/> ...43 Prozent</p> <p><input type="checkbox"/> ...75 Prozent</p> <p>Bpb: Energie-Quiz</p>
<p>Zählt einmal ganz genau: wie viele Gegenstände stehen vor euren Heizkörpern?</p> <p>Warum denkt ihr, ist das nicht optimal?</p> <p>Vielleicht könnt ihr eine kleine Umräumaktion starten?</p>	<p>Nr.</p>	<p>Steht ein Sofa, ein Tisch oder eine Kiste vor eurem Heizkörper? Oder hängt ein Vorhang bis über die Heizung? Verdecken solche Gegenstände den Heizkörper, staut sich die Wärme. Der Raum bleibt kühl, weil die warme Luft sich nicht gleichmäßig verteilen kann. Heizkörper sollten deshalb immer frei stehen. Selbst kleinere Gegenstände vor der Heizung haben diesen Effekt.</p> <p>Utopia: 8 Heizfehler</p>
<p>Wofür stehen die Zahlen auf dem Thermostat eurer Heizung?</p>	<p>Nr.</p>	<p>Dafür stehen die Zahlen:</p> <ul style="list-style-type: none"> * (Sternchen): ca. 5° C, Frostschutz Stufe 1: ca. 12° C Stufe 2: ca. 16° C Stufe 3: ca. 20° C Stufe 4: ca. 24° C Stufe 5: ca. 28° C <p>Utopia: 8 Heizfehler</p>
<p>Wie funktioniert optimales Lüften? Warum muss Lüften sein?</p>	<p>Nr.</p>	<p>Lüften ist nicht nur wichtig, um Viren los zu werden: Wird die Luftfeuchtigkeit in den Innenräumen zu hoch, was besonders im Winter vorkommt, begünstigt das gesundheitsgefährdendes Schimmelwachstum. Die Fenster zu kippen hilft für gute Durchlüftung jedoch wenig, der Raum kühlt bei gekipptem Fenster schnell aus und das treibt wiederum den Energiebedarf für die Heizung hoch. Am besten ist es, in jeder Gruppenstunde einmal für 5 Minuten stoß- oder querzulüften. In Bad und Küche lie bei auch mal häufiger Lüften. Wichtig dabei ist: auch wenn nur kurz gelüftet wird, immer erst mal die Heizung ausdrehen und erst nach dem Lüften wieder hochdrehen.</p> <p>Utopia: Richtig Lüften</p>

<p>Nr.</p> <p>Was ist zu tun, wenn ihr euer Heim verlasst und für ein paar Tage erst mal keine andere Gruppe in euer Stammesheim kommt?</p>	<p>Nr.</p> <p>Das ist eh selbstverständlich: Licht ausschalten, Fenster zu und keine Wasserhähne tropfen lassen. Dreht auch die Heizung auf Nachtmodus beziehungsweise Frostschutz wenn ihr geht. Die Heizung ganz auszuschalten ist jedoch nicht ideal: Sind regelmäßig Gruppen in eurem Heim braucht es dann nämlich weniger Energie zum Aufheizen und ihr sorgt Schimmelbildung vor. Falls es Rollos und Vorhänge in eurem Heim gibt, schließt diese bevor ihr geht, sie dienen euch als zusätzliche Isolierung vor den Fenstern.</p>
<p>Nr.</p> <p>Wie wird euer Heim beheizt? Wisst ihr mit welchem Energieträger / auf welche Art ihr heizt?</p>	<p>Nr.</p> <p>Heizen ist eine der wichtigsten Stellschrauben in eurem Stammesheim. In Deutschland entfallen in einem durchschnittlichen Haushalt um die 70 Prozent des gesamten Energieverbrauchs auf das Heizen. Sobald ihr die Raumtemperatur um nur ein Grad senkt spart ihr schon viel Energie fürs Heizen ein! Mit einem schlaudem Thermostat könnt ihr noch mehr einsparen.</p> <p>Utopia: 8 Heizfehler</p>
<p>Nr.</p> <p>Ist es eine umweltschonende Option ein Gebäude gar nicht zu heizen?</p>	<p>Nr.</p> <p>Nein, denn: Neben Faktoren wie eine unzureichende Wärmedämmung oder Abdichtung sind falsches Heizen und Lüften mit die häufigste Ursache für Schimmelbildung. Ideale Bedingungen für Schimmel gibt es, sobald die Luftfeuchtigkeit hoch ist. Das passiert besonders im Winter. Ist zusätzlich auch noch die Raumtemperatur besonders niedrig, kann die Luft weniger Feuchtigkeit aufnehmen. Diese Feuchtigkeit setzt sich dann als Kondenswasser an Fenstern und Wänden ab und sorgt dafür, dass sich Schimmel richtig wohl fühlen kann.</p> <p>Umweltbundesamt: Zur Vorbeugung, Erfassung und Sanierung von Schimmelbefall</p>
<p>Nr.</p> <p>Ist es besser mit Holz zu heizen als mit Erdöl oder Erdgas?</p>	<p>Nr.</p> <p>Nein. Mit Holz heizen ist nur dann umweltfreundlicher, wenn regionales Restholz aus den Wäldern verfeuert wird (Achtung: einfach losziehen und Totholz sammeln ist in Deutschland nicht erlaubt). Damit Heizen mit Holz umweltfreundlicher wird, ist es auch wesentlich, wie es verbrannt wird: beim Verbrennen muss sichergestellt sein, dass das Feuer die richtige Menge Luft erhält, und dass die Abluft gefiltert wird. Ansonsten besteht die Gefahr, dass man neben Feinstaub auch Stickstoffoxide und andere schädliche Gase in die Luft pustet. Denn: Mit Holz zu heizen verursacht inzwischen mehr Feinstaub als der Verkehr.</p> <p>Br24: Heizen mit Holz: Wirklich eine Alternative zu Öl und Gas?</p>
<p>Nr.</p> <p>Klebt an alle Stellen, an denen es von draußen zieht, einen Klebezettel!</p>	<p>Nr.</p> <p>Bringt an allen zugigen Fensterritzen in der nächsten Gruppenstunde Isoliertape an oder überlegt euch alternative Lösungen!</p>
<p>Nr.</p> <p>Zählt die Heizkörper in eurem Heim!</p>	<p>Nr.</p> <p>Wie viele Heizkörper sind es?</p>

<p>Nr.</p>	<p>Was sind die größten „Stromfresser“ im Haushalt?</p>	<p>1. Veraltete Heizungspumpen 2. Heizspärer: Die 10 größten Stromfresser im Haushalt 3. Elektroherd: Hier hilft es, die richtige Größe Topf mit Deckel zu verwenden, den Ofen nicht unnötig vorzuheizen und mit Umluft zu backen. 4. Gefrierschrank und Kühlschrank: Den Verbrauch kann man senken, indem man die Tür nicht unnötig oft öffnet und regelmäßig abtaut. 5. Beleuchtung: Energiesparlampen verbrauchen bis zu 80% weniger Strom, als eine herkömmliche Glühbirne. LED-Lampen sind sogar noch sparsamer. 6. Trockner und Waschmaschine: Hier lohnt es sich, die Geräte nur voll in Betrieb zu nehmen und nach Möglichkeit komplett auf den Trockner zu verzichten. Weiterführende Literatur: https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/381/publikationen/energiesparen-im-haushalt.pdf</p>
<p>Nr.</p>	<p>Was sind die ineffizientesten Arten, Strom zu erzeugen, die euch einfallen?</p>	<p>Seid gern kreativ :)</p>
<p>Nr.</p>	<p>Wie alt ist euer Kühlschrank? Könnt ihr herausfinden welche Energieklasse euer Kühlschrank hat?</p>	<p>Bis 2021 gab es diese Energieklassen: A+++, A++, A+, A, B, C und D. Dabei ist A+++ die Bestnote und C das schlechteste Ergebnis, dass in der EU angeboten werden darf. Seit 2021 erfolgt die Einteilung von A bis G. Was sagt das nun aus? Wann solltet ihr euch einen neuen Kühlschrank anschaffen? Laut dem Öko-Institut in Freiburg lohnt sich der Austausch eines 10 bis 15 Jahre alten Kühlschranks unter Umweltsichtspunkten auf jeden Fall, da etwa 75% des Energieverbrauchs eines Kühlschranks bei dessen Nutzung anfällt. Damit decken die gesparten Energiekosten die Anschaffungskosten meist schon nach 2 Jahren Betrieb. Um auf Nummer sicher zu gehen, ob sich die Anschaffung eines neuen Geräts wirklich lohnt, kann man den Verbrauch mithilfe eines Strommessgeräts ermitteln und aufs Jahr hochrechnen. Der Energieeffizienzklassen-Rätegeber Für mehr Input zum Thema Lebensmittelverschwendung schaut mal hier vorbei: https://www.verbraucherzentrale.de/geniessen-statt-wegwerfen-lebensmittelverschwendung-stoppen-58985 https://www.zugufuerdientonne.de https://www.zugufuerdientonne.de/fileadmin/ugfdt/inhalt/Service/Studien/Zusammenfassung_GfK_2020_LMA_in_privaten_Haushalten.pdf https://www.welthungerhilfe.de/aktuelles/blog/10-ideen-gegen-lebensmittelverschwendung</p>
<p>Nr.</p>	<p>Werft mal einen Blick in den Kühlschrank (aber nur kurz) und schaut in eure Vorratsschränke! Was habt ihr noch da? Überlegt euch ein Rezept, mit dem ihr etwas Leckeres zaubern könnt! Ist etwas dabei was nicht mehr gerettet werden kann? Dann gleich weg damit! (Ihr seid inzwischen ja Mülltrenn-Profis)</p>	<p>Falls ihr dafür Input braucht, schaut nochmal beim Mülltrennspiel weiter oben nach.</p>
<p>Nr.</p>	<p>Welchen Müll trennt ihr im Heim? Wissen alle aus der Gruppe wo welcher Müll hingehört? Wenn noch ein Müllsammelbehälter fehlt, baut spontan was zusammen!</p>	<p>Siegel und eine jeweilige Bedeutungserklärung findet ihr hier: https://www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag/stiegelkunde</p>
<p>Nr.</p>	<p>Welche Siegel, die darauf hindeuten, dass ein Produkt nachhaltig / fair / biologischen Ursprungs ist, kennt ihr? Versucht mal eins aufzumalen</p>	

<p>Nr.</p>	<p>Wusst ihr welches Obst und Gemüse gerade Saison hat?</p>	<p>Schaut in einen Saisonkalender und prüft es nach, z.B. hier: https://www.bzfe.de/einfache-sprache/der-saisonkalender</p>
<p>Nr.</p>	<p>Was hat einen höheren CO2 Ausstoß in der Produktion: Bier oder Orangensaft?</p>	<p>Tatsächlich Bier! 1 Liter Bier verursacht in der Herstellung 0,9 kg CO2-Äquivalent. 1 Liter Orangen-Direktsaft hat dagegen eine Klimabilanz von circa 0,72 kg CO2-Äquivalenten. Orangensaft aus Konzentrat verursacht etwas weniger CO2-Äquivalenten, nämlich 0,69 kg pro Liter.</p>
<p>Nr.</p>	<p>Welches Obst verursacht den größten CO2-Fußabdruck?</p>	<p>Institut für Energie- und Umweltforschung Heidelberg: Ökologische Fußabdrücke von Lebensmitteln</p> <p>Mit dem Flugzeug transportierte Ananas. Die hat mit einem CO2-Äquivalente von 15,1 Kilogramm je Kilogramm Frucht sogar einen größeren CO2-Fußabdruck als Avocado. Avocado kommt etwa auf 0,6 Kilogramm CO2-Äquivalente pro Kilogramm.</p> <p>Statista: CO2-Fußabdruck ausgewählter Obst- und Gemüsesorten in Deutschland im Jahr 2019</p>
<p>Nr.</p>	<p>Woraus wird Tofu gemacht? Schätzt wie viel höher die Menge CO2 ist, die bei der Produktion von Rindfleisch entsteht, im Vergleich zu genauso viel Tofu!</p>	<p>Tofu ist nichts anderes als Quark aus Sojamilch. Rindfleisch hat etwa den 20-fachen CO2-Abdruck von Tofu. CO2-Fußabdruck von 1 kg Bio-Rindfleisch: 21,7 kg CO2-Äquivalente CO2-Fußabdruck von 1 kg Tofu: 1 kg CO2-Äquivalente</p> <p>Statista: CO2-Fußabdruck und Klimabilanz</p>
<p>Nr.</p>	<p>Schätzt wie viele Menschen weltweit Internetzugang haben?</p>	<p>4,69 Milliarden, das sind etwa 59% der Weltbevölkerung.</p>
<p>Nr.</p>	<p>Nennt alternative Suchmaschinen zu Google!</p>	<p>Zum Beispiel: Ecosia, Gexsi, Ekoru, Lilo, DuckDuckGo, Yahoo!, Bing, Ask, Qwant, Search Encrypt, SearX...</p> <p>Manche dieser Suchmaschinen versprechen, entstandene Emissionen auszugleichen, andere gewährleisten größtmögliche Datensicherheit, auch das ist nachhaltig. Also vielleicht lohnt sich für euch ein Wechsel?</p>

<p>Nr.</p> <p>Seit Anfang der 1970er-Jahre hat sich die Versorgung mit Primärenergie weltweit insgesamt ...</p> <p><input type="checkbox"/> ... um rund 35 Prozent erhöht.</p> <p><input type="checkbox"/> ... verringert.</p> <p><input type="checkbox"/> ... um rund 135 Prozent erhöht.</p>	<p>Nr.</p> <p>Seit Anfang der 1970er-Jahre hat sich die Versorgung mit Primärenergie weltweit insgesamt ...</p> <p><input type="checkbox"/> ... um rund 35 Prozent erhöht.</p> <p><input type="checkbox"/> ... verringert.</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ... um rund 135 Prozent erhöht.</p> <p>Epb: Quiz zum Weltwassertag</p>
<p>Nr.</p> <p>Wie hoch ist der tägliche Pro-Kopf-Verbrauch von Trinkwasser in Deutschland?</p>	<p>Nr.</p> <p>Im Jahr 2020 lag der tägliche Wasserverbrauch pro Kopf bei rund 129 Litern Wasser. Wie kommt diese Summe zusammen? Hinein zählt nicht nur das Wasser, das du täglich trinkst. Dazu kommt auch das Wasser, das du beispielsweise beim Duschen, zum Kochen, beim Wäschewaschen, für die Toilettenspülung oder auch zum Putzen verwendest.</p> <p>Statista: Entwicklung des Wasserverbrauchs pro Einwohner</p>
<p>Nr.</p> <p>Wie viel Wasser wird für ein durchschnittliches Bad verbraucht?</p>	<p>Nr.</p> <p>Für ein durchschnittliches Bad verbraucht man ca. 140 Liter.</p> <p>Epb: Quiz zum Weltwassertag</p>
<p>Nr.</p> <p>Für welches der Lebensmittel wird bei der Herstellung am meisten Wasser verwendet?</p> <p><input type="checkbox"/> ...Rindfleisch</p> <p><input type="checkbox"/> ...Avocado</p> <p><input type="checkbox"/> ...Kakaobohnen</p>	<p>Nr.</p> <p>Kakao ist das Lebensmittel mit dem höchsten Wasserverbrauch: Für die Herstellung von 1 kg Kakaobohnen werden im Schnitt rund 27.000 Liter Wasser verbraucht (Rindfleisch: 15.000 Liter, Avocado: 1.500 Liter).</p> <p>Epb: Quiz zum Weltwassertag</p>
<p>Nr.</p> <p>Wie viele Menschen haben weltweit keinen regelmäßigen Zugang zu sauberem Trinkwasser? 800.000 Menschen, 1,5 Mrd. Menschen oder 2,2 Mrd. Menschen?</p>	<p>Nr.</p> <p>Laut UNICEF hatten 2019 ca. 2,2 Mrd. Menschen keinen regelmäßigen Zugang zu sauberem Trinkwasser, für 785 Mio. gibt es noch nicht einmal eine Grundversorgung. Allein in Europa sind über 100 Mio. Menschen von Wasserknappheit betroffen.</p> <p>Epb: Quiz zum Weltwassertag</p>
<p>Nr.</p> <p>Wie viel Prozent der Abwässer weltweit werden schmutzig in die Umwelt entsorgt? Mehr als 80%, 50% oder 30%?</p>	<p>Nr.</p> <p>Es sind tatsächlich 80% der Abwässer, die schmutzig in die Umwelt geleitet werden.</p> <p>Epb: Quiz zum Weltwassertag</p>

<p>Nr.</p> <p>In welchem Bereich wird weltweit das meiste Frischwasser verbraucht?</p> <p><input type="checkbox"/> ...Agrarsektor</p> <p><input type="checkbox"/> ...Industrie</p> <p><input type="checkbox"/> ...Kommunen?</p>	<p>Weltweit werden jährlich rund 4.000 km³ Frischwasser entnommen. Davon werden etwa 70 Prozent im Agrarsektor, 20 Prozent in der Industrie und 10 Prozent auf kommunaler Ebene verbraucht.</p> <p>Bbb: Quiz zum Weltwassertag</p>
<p>Nr.</p> <p>Stellt euch der Reihe nach auf, anfangen mit der Person mit dem streckenmäßig kürzesten Weg zu eurem Stammesheim hin zur Person mit dem längsten Weg!</p>	<p>Sind in eurer Runde Leute, die mit dem Auto anreisen / mit dem Auto gefahren werden? Was müsste sich ändern, dass das nicht mehr nötig ist? Gibt es die Möglichkeit, Fahrgemeinschaften zu bilden?</p>
<p>Nr.</p> <p>Wie viel kostet aktuell die Bahncard 100 (2.Klasse)?</p>	<p>4.144 Euro</p>
<p>Nr.</p> <p>Sortiert folgende Fortbewegungsmittel / Fortbewegungsarten danach, wie viele Treibhausgase sie ausstoßen (pro Personenkilometer): Nahverkehrszüge, Fahrrad, Fernverkehrszüge, Auto, zu Fuß, Reisebus für Gruppen- und Tagesfahrten, Flugzeug, E-Bike, Linienbus Fernverkehr</p>	<p>Die richtige Reihenfolge (mit aufsteigendem CO₂-Ausstoß) ist laut dem Umweltbundesamt für 2020: zu Fuß, Fahrrad, E-Bike, Linienbus Fernverkehr, Reisebus für Gruppen- und Tagesfahrten, Fernverkehrszüge*, Nahverkehrszüge, Linienbus Nahverkehr, Auto, Flugzeug</p> <p>*Wenn man davon ausgeht, dass die Bahn den durchschnittlichen Strom-Mix in Deutschland verwendet, die Bahn bietet hier ein Tool, um den CO₂-Ausstoß pro Fahrt zu berechnen: www.umweltmobilcheck.de</p> <p>Umweltbundesamt: Verkehrsemissionsdaten</p>
<p>Nr.</p> <p>Was geht schneller: wenn ihr die Strecke München - Hamburg mit dem Auto oder wenn ihr sie mit der Bahn zurücklegt?</p>	<p>Mit der Bahn dauert's etwa 6 Stunden, mit dem Auto 8 Stunden.</p>
<p>Nr.</p> <p>Welche Einweg-Programmmaterialien kommen bei euch öfters zum Einsatz? Was davon braucht es wirklich? Was lässt sich ersetzen?</p>	<p>Was sind Alternativen zu Alufolie, Luftballons, Acrylfarbe etc.?</p>