

# FAMILIEN- MITMACHKALENDER



NACHHALTIG DURCHS JAHR



# VORWORT

Der Klimawandel ist keine ferne Zukunftsaussicht mehr. In den Nachrichten und vor unserer Haustür begegnen uns ständig die Folgen der fortschreitenden weltweiten Klimaerwärmung. Viele Menschen reagieren mit Verdrängung, Abwehr oder Angst. Dabei ist es viel besser, wenn wir uns gemeinsam den Herausforderungen stellen. Wir alle können uns dafür einsetzen, unsere Lebensgrundlagen zu erhalten. Eigentlich wissen wir auch, dass es notwendig ist unseren Lebensstil zu hinterfragen, aber es ist oft schwer, unser Verhalten und unsere Gewohnheiten zu ändern.

Dieser Familien-Mitmachkalender der Parents for Future Bornheim/ Swisttal/ Weilerswist lädt euch daher ein, in kleinen Schritten Veränderungen hin zu einer nachhaltigeren Lebensweise auszuprobieren. Jeder Monat ist einem anderen Thema gewidmet. Dabei möchten wir euch Anregungen geben, alte Gewohnheiten zu verändern, sodass nicht nur die Umwelt, sondern auch ihr davon profitiert.

Ein paar Tipps zur Nutzung des Kalenders:

- ☀ Ihr könnt euch jeden Monat ein Ziel setzen, welches sich gut in euren Alltag integrieren lässt. Tragt dieses Ziel in das freie umrahmte Feld ein.
- ☀ Wählt Ziele aus, die für euch umsetzbar sind. Fangt lieber kleiner an und versucht euch dann zu steigern.
- ☀ Traut euch, Neues auszuprobieren!
- ☀ Schließt euch mit anderen zusammen, denn gemeinsam macht es mehr Spaß!

Unser eigenes Handeln zu überdenken, ist richtig und wichtig. Und notwendig! Jeder noch so kleine Beitrag hilft dabei, unsere Zukunft nachhaltiger zu gestalten. Aber oft stehen wir vor großen Herausforderungen, weil die Rahmenbedingungen nicht stimmen. Auch diese müssen sich ändern. Je mehr Menschen immer wieder einen Wandel einfordern, desto mehr können wir bewegen!

Wir wünschen euch viel Spaß beim Ausprobieren 😊

*Eure Parents for Future  
Bornheim/ Swisttal/ Weilerswist*



## IMPRESSUM & KONTAKT

Autorinnen Barbara Lehmann-Detscher, Jennifer Breuch, Katharina Blank, Simone Ortmann  
Gestaltung Barbara Lehmann-Detscher

Kontakt [www.parentsforfuture.de/de/bornheim](http://www.parentsforfuture.de/de/bornheim)  
[bornheim@partentsforfuture.de](mailto:bornheim@partentsforfuture.de)



Hier scannen und mit den Parents for Future auf Signal Kontakt aufnehmen!



# JANUAR

Mo	1	Neujahr			
Di	2				
Mi	3				
Do	4				
Fr	5				
Sa	6				
So	7				
Mo	8				
Di	9				
Mi	10				
Do	11				
Fr	12				
Sa	13				
So	14				
Mo	15				
Di	16				
Mi	17				
Do	18				
Fr	19				
Sa	20				
So	21				
Mo	22				
Di	23				
Mi	24				
Do	25				
Fr	26	Tag der Umweltbildung			
Sa	27				
So	28				
Mo	29				
Di	30				
Mi	31				

# JANUAR - ESST MEHR PFLANZEN

## Worum geht es?

Eine vegetarische oder sogar vegane Ernährung ist eine der effektivsten Maßnahmen, um die Umwelt zu schützen, Tierleid zu vermeiden und den Klimawandel aufzuhalten.

Weltweit werden riesige Waldflächen gerodet, um Anbauflächen für Futtermittel und Weideland zu erhalten. Böden, Luft und Grundwasser werden durch Unmengen von Gülle belastet. Allein die enormen Mengen an Methan, die die Tiere ausstoßen, sind für ein Fünftel der Treibhausgasemissionen verantwortlich.

Jedes Jahr leben und sterben in Deutschland an die 750 Millionen Tiere in Massentierhaltung<sup>1</sup> (98 Prozent des Fleisches), ein Leben und Sterben geprägt von Stress, Angst und Schmerz. Kann das Fleisch dieser Tiere für uns gut und gesund sein?

Hier habt ihr die Möglichkeit, persönlich zum Wandel beizutragen! Verzichtet auf Fleisch – bei einer Mahlzeit, an einem Tag oder für einen ganzen Monat – und stellt fest, wie lecker vegetarische Gerichte schmecken!

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ Seid ihr schon Vegetarierin oder Vegetarier? Bei einer vegetarischen Ernährungsweise spart ihr durchschnittlich 30 %, bei einer komplett veganen Ernährung 50 % der Treibhausgase ein, die ein Mensch in Deutschland durch die Ernährung verursacht. Ihr helft mit Wasser und Landfläche zu schonen. Noch mehr Ressourcen lassen sich einsparen, wenn ihr auf regionale und saisonale Ware achtet. Mehr dazu im Mai.
- ☀ Probiert's doch mal vegan: Macht mit beim Veganuary! Meldet euch kostenlos an bei [veganuary.com](http://veganuary.com) und ihr erhaltet im Januar täglich vegane Rezeptideen. Vom Frühstück über Mittag- und Abendessen bis zu Snacks und Süßem findet hier jede\*r ein neues Lieblingsrezept. Seit 2014 haben schon 2,5 Mio Menschen aus aller Welt mitgemacht.
- ☀ Ihr wollt genau wissen, welche CO<sub>2</sub> Bilanz welches Lebensmittel hat? Schaut in die Studie zum ökologischen Fußabdruck von Lebensmitteln des Instituts für Energie und Umweltforschung.<sup>2</sup>

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Setzt euch dafür ein, dass eure Kantine oder euer Lieblingsrestaurant mehr fleischlose Alternativen anbietet.
- ☀ Gemeinsam macht es mehr Spaß! Holt eure Familie, Freunde und Freundinnen mit ins Boot. Am Ende des Monats könnt ihr dann wunderbar Rezepte tauschen.

1) [www.fao.org/3/a0701e/a0701e00.htm](http://www.fao.org/3/a0701e/a0701e00.htm)

2) [www.ifeu.de/projekt/oekologischer-fussabdruck-von-lebensmitteln-und-gerichten-in-deutschland/](http://www.ifeu.de/projekt/oekologischer-fussabdruck-von-lebensmitteln-und-gerichten-in-deutschland/)



# FEBRUAR

Do	1				
Fr	2				
Sa	3				
So	4				
Mo	5				
Di	6				
Mi	7				
Do	8				
Fr	9				
Sa	10				
So	11				
Mo	12				
Di	13				
Mi	14				
Do	15				
Fr	16				
Sa	17				
So	18				
Mo	19				
Di	20				
Mi	21				
Do	22				
Fr	23				
Sa	24				
So	25				
Mo	26				
Di	27				
Mi	28				
Do	29				

# FEBRUAR - SAMMELT MÜLL!

## Worum geht es?

Müll in der Stadt oder in der Natur ist nicht gut für die Umwelt. Plastikmüll ist besonders schädlich, denn er verrottet nicht. Er wird durch Zerkleinerung zu Mikroplastik<sup>1</sup>, gelangt so in die Nahrungskette und hat fatale gesundheitliche Folgen für Tier und Mensch. Auch Zigarettenkippen haben es in sich: Eine einzige Kippe kann zwischen 40 und 60 Litern sauberes Grundwasser mit Schadstoffen verunreinigen.<sup>2</sup> Richtig gefährlich kann es werden, wenn alte Elektrogeräte oder Sondermüll nicht fachgerecht entsorgt werden und so schädliche Stoffe in die Umwelt gelangen.<sup>3</sup> Die Beseitigung von Müll und wilden Deponien kosten den Kommunen deshalb jährlich mehrere Millionen Euro Steuergelder – Tendenz steigend.

Ihr könnt dazu beitragen, diese Missstände zu beheben. Jeden Tag 50 g Müll einsammeln (ca. 2 Plastiktüten oder 4 Dosen) ergibt im Jahr 18,25 kg weniger wilden Müll. Würden 10 % der Deutschen dies für ein Jahr machen, ergäbe das bereits eine Menge von 151.368 Tonnen oder entspräche dem jährlichen Müllaufkommen von knapp 240.000 Menschen<sup>4</sup>. Und mal ganz ehrlich: Sehen saubere Wege und Plätze nicht einfach schöner aus?

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ Karneval bedeutet eine fröhliche Ausnahmezeit, leider oft mit viel Müll. Doch es geht auch anders: Kauft plastikarmes Wurfmaterial in Großpackungen, benutzt unterwegs Mehrweggeschirr und eigene Trinkflaschen und nehmt euren eigenen Müll wieder mit statt ihn auf die Straße zu werfen.
- ☀ Beweist Zivilcourage! Wenn ihr eine Person seht, die illegal ihren Müll entsorgt, meldet sie! Beispielsweise auf der Seite [muell-weg.de](http://muell-weg.de) – dazu gibt es auch eine App. Dort könnt ihr den Fundort eingeben und direkt eine Meldung an die Zuständigen vor Ort schicken. Illegale Abfallentsorgung ist kein Kavaliersdelikt. Die Umwelt wird geschädigt und der „Wildentsorger“<sup>5</sup> verursacht für die Gesellschaft ein Vielfaches der Kosten, die die Entsorgung für ihn oder sie selbst bedeutet hätte.

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Engagiert euch bei den örtlichen CleanUp-Gruppen, z.B. In Bornheim, Alfter oder Weilerswist oder beim Rhine CleanUp. Es ist ein tolles Gemeinschaftserlebnis! Sammelt zusammen mit eurer Familie, euren Freundinnen und Freunden, mit euren Klassen und Vereinen. Die Motivation in einer Gruppe ist größer und es kann ein größeres Gebiet von Müll befreit werden. Erfolgserlebnis garantiert!
- ☀ Postet eure Sammelaktionen auf Social Media und motiviert andere durch euer eigenes Engagement zum Mitmachen!

1) <https://www.umweltbundesamt.de/service/ubafragen/wasistmikroplastik>

2) <https://naturschutzbund.at/umweltthemen/articles/kleineursachegrossewirkungzigarettenstummelinderumwelt.html>

3) <https://www.umweltbundesamt.de/themen/wohindemelektroschrott0>

4) <https://www.destatis.de/Europa/DE/Thema/UmweltEnergie/Abfallaufkommen.html>

5) [https://kommunalwiki.boell.de/index.php/Illegale\\_Müllentsorgung](https://kommunalwiki.boell.de/index.php/Illegale_Müllentsorgung)



# MÄRZ

Fr	1			
Sa	2			
So	3			
Mo	4			
Di	5			
Mi	6			
Do	7			
Fr	8			
Sa	9			
So	10			
Mo	11			
Di	12			
Mi	13			
Do	14			
Fr	15			
Sa	16			
So	17			
Mo	18			
Di	19			
Mi	20			
Do	21			
Fr	22			
Sa	23			
So	24			
Mo	25			
Di	26			
Mi	27			
Do	28			
Fr	29	Karfreitag		
Sa	30	Earth Hour		
So	31	Ostersonntag		

# MÄRZ - ENGAGIERT EUCH!

## Worum geht es?

Ihr kennt das sicherlich auch: Klimafreundliches und sozialgerechtes Verhalten ist oft einfach zu teuer, aufwendig oder unbequem, um im Alltag praktikabel zu sein. Das betrifft beispielsweise die tägliche Radfahrt zur Arbeit auf maroden Radwegen oder das Vermeiden von Müll, wenn alles doppelt und dreifach verpackt ist. Die anfängliche Motivation vergeht oft schnell.

Hindernisse dieser Art zeigen aber ein wichtiges Problem auf: Mit den falschen Rahmenbedingungen ist ein wirklich nachhaltiges und umweltbewusstes Leben nur schwer möglich. Oft ist klimaschädliches Verhalten der einfachste und günstigste Weg.

Aber dagegen könnt ihr etwas tun! Engagiert euch für bessere Rahmenbedingungen, die nachhaltige und umweltbewusste Verhaltensweisen als Standard setzen und umweltschädliches Verhalten zur mühsamen Ausnahme machen. Ob auf der Arbeit, in der Schule, im Verein oder in der Stadt: Je mehr Menschen sich für nachhaltige und umweltbewusste Lösungen einsetzen, desto mehr Rückhalt und Druck spüren Entscheidungsträger\*innen für die notwendigen Änderungen. Also, traut euch!

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ Nutzt euren Handlungsspielraum!<sup>1</sup> Ein Lehrer kann zum Beispiel Umweltthemen im Unterricht behandeln, die Elterninitiative ein Konto bei einer nachhaltigen Bank einrichten und eine Schülersprecherin in der Schule mehr Nachhaltigkeit einfordern.
- ☀ Tut euch zusammen! Gemeinsam könnt ihr mehr erreichen als alleine. Zum Beispiel wird im Vereinsheim vielleicht doch die Heizung ausgetauscht, wenn sich alle Mitglieder gemeinsam dafür stark machen!
- ☀ Werdet politisch! Das kann unterschiedliche Gestalt annehmen, z. B. klassische Parteiarbeit, das Engagement in einer gemeinnützigen Organisation oder das Ansprechen von Missständen gegenüber Verwaltung und Politiker\*innen.<sup>2</sup>
- ☀ Kommt zum nächsten Globalen Klimastreik – auch in eurer Nähe!<sup>4</sup> Zusammen mit Hunderttausenden Menschen auf der ganzen Welt fordern wir die Regierungen zu mehr Klimaschutz auf!

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Es gibt Missstände in eurem Ort, die sich trotz Gesprächen mit der Lokalpolitik einfach nicht verbessern? Dann hilft manchmal nur noch öffentlicher Druck. Stellt einen Bürgerantrag<sup>5</sup> oder sogar ein Bürgerbegehren<sup>6</sup> oder organisiert eine Demonstration!

1) IPCC Report: Climate Change 2022: Mitigation of Climate Change, FAQ 5.1 <https://report.ipcc.ch/ar6wg3/pdf/>

2) IPCC\_AR6\_WGIII\_FAQ\_Chapter\_05.pdf

3) [www.lpbw.de/beteiligung](http://www.lpbw.de/beteiligung)

4) [www.klima-streik.org/](http://www.klima-streik.org/)

5) [wirsindstadt.net/wasisteinbuergenrtragundwerkannsoeinenbuergenrtragstellen/](http://wirsindstadt.net/wasisteinbuergenrtragundwerkannsoeinenbuergenrtragstellen/)

6) [nrw.mehrdemokratie.de/themen/buergenentscheid/regeln](http://nrw.mehrdemokratie.de/themen/buergenentscheid/regeln)



# APRIL

Mo	1	Ostermontag			
Di	2				
Mi	3				
Do	4				
Fr	5				
Sa	6				
So	7				
Mo	8				
Di	9				
Mi	10				
Do	11				
Fr	12				
Sa	13				
So	14				
Mo	15				
Di	16				
Mi	17				
Do	18				
Fr	19				
Sa	20				
So	21				
Mo	22				
Di	23				
Mi	24				
Do	25				
Fr	26				
Sa	27				
So	28				
Mo	29				
Di	30				

# APRIL - WAGT MEHR NATUR!

## Worum geht es?

Zwitschernde Vögel, brummende Hummeln, so langsam kommt wieder Leben in die Gärten. Doch unseren tierischen Mitbewohnern geht es vielerorts nicht gut. In den letzten 27 Jahren haben wir laut WWF über drei Viertel der Insektenmasse verloren.<sup>1</sup> Spritzmittel, intensive Landwirtschaft und Städte, die Betonwüsten gleichen, machen den kleinen Sommern weltweit das Leben schwer.

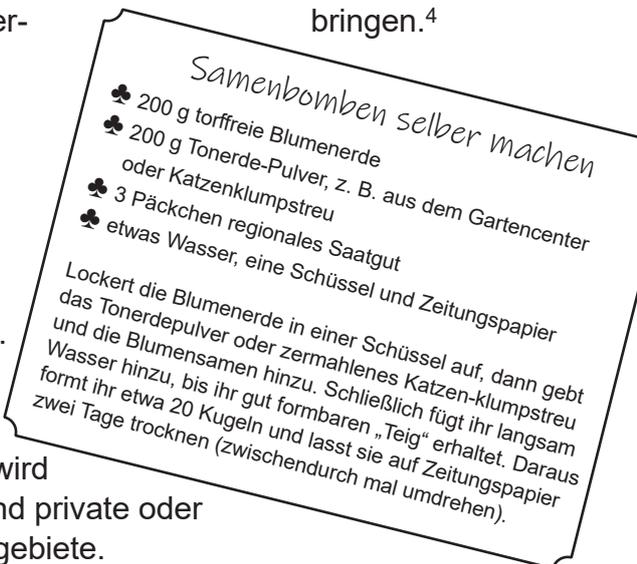
Doch wir können dies ändern. Ein einzelner insektenfreundlicher Garten wirkt bereits wie eine Oase, die schon einigen seltenen Arten das Überleben ermöglicht. Viele insektenfreundliche Gärten und Balkone ergeben ein Netzwerk der Artenvielfalt!<sup>2</sup> Und wo Insekten sind, lassen Vögel, Igel und andere nützliche Tiere nicht lange auf sich warten.

Einheimische Wildblumen und Gehölze, Stein- und Totholzhaufen, begrünte Fassaden und Dächer tun nicht nur der Tierwelt gut. Naturnahe Gärten sind nämlich auch pflegeleicht, klimawandelresistent und bieten in ihrer geordneten Wildheit kleine Oasen der Erholung.<sup>3</sup>

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ Helft den Insekten – selbst auf kleinen Balkonen lassen sich insektenfreundliche Blumen, Insektenhotels und eine Insektentränke unterbringen.<sup>4</sup>
- ☀ Schritt für Schritt – selbst kleine Veränderungen in Richtung Insektenfreundlichkeit sind gut und lassen sich über die Zeit ausbauen.<sup>5</sup>
- ☀ Informiert euch! In der Broschüre „Insektenfreundlich gärtnern“ vom BMUV<sup>6</sup> findet ihr erste Ideen und Impulse. Mehr Tiefgang findet ihr im Buch „Natur für jeden Garten“ von Naturgarten-Pionier Reinhard Witt.
- ☀ Bastelt Samenbomben! Die Samenbomben können an Rändern von öffentlichen Grünflächen ausgebracht werden, wo es feucht ist, nicht gemäht wird und keine Menschen drüberlaufen. Nicht geeignet sind private oder landwirtschaftlich genutzte Flächen und Naturschutzgebiete.



## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Selbstgemachte Insektenhotels und Samenbomben eignen sich auch gut als Geschenke oder Mitbringsel.

1) [www.wwf.de/themenprojekte/artensterben/insektensterben](http://www.wwf.de/themenprojekte/artensterben/insektensterben)

2) [www.feda.bio/de/gartenreich/](http://www.feda.bio/de/gartenreich/)

3) <https://naturgarten.org/wissen/warumbrauchenwirnaturgaerten/>

4) <https://naturgarten.org/wissen/fuereinsteiger/>

5) [www.nabu.de/tiereundpflanzen/insektenundspinnen/insektenhelfen/00959.html](http://www.nabu.de/tiereundpflanzen/insektenundspinnen/insektenhelfen/00959.html)

6) [www.bmu.de/fileadmin/Daten\\_BMU/Pool/Broschueren/insektenfreundlich\\_gaertnern\\_bf.pdf](http://www.bmu.de/fileadmin/Daten_BMU/Pool/Broschueren/insektenfreundlich_gaertnern_bf.pdf)



# MAI

Mi	1	Tag der Arbeit			
Do	2				
Fr	3				
Sa	4				
So	5				
Mo	6				
Di	7				
Mi	8				
Do	9	Christi Himmelfahrt			
Fr	10				
Sa	11				
So	12				
Mo	13				
Di	14				
Mi	15				
Do	16				
Fr	17				
Sa	18				
So	19				
Mo	20	Pfingstmontag			
Di	21				
Mi	22				
Do	23				
Fr	24				
Sa	25				
So	26				
Mo	27				
Di	28				
Mi	29				
Do	30	Fronleichnam			
Fr	31				

# MAI - ESST REGIONAL UND SAISONAL!

## Worum geht es?

Beinahe jedes Obst und Gemüse könnt ihr das ganze Jahr über kaufen. Am besten ist es aber, Obst und Gemüse dann zu kaufen, wenn es bei uns auf dem heimischen Acker reif wird. Das spart nicht nur Geld, sondern schmeckt auch besser und enthält mehr Vitamine, da es erst geerntet wird, wenn es wirklich reif ist. Und mal ehrlich, genießt man Erdbeeren oder Spargel nicht viel mehr, wenn man ein bisschen auf sie warten muss?

Weite Transportwege belasten das Klima durch CO<sub>2</sub>-Emissionen. Lebensmittel, die über Flugwege transportiert werden oder in extra beheizten Gewächshäusern wachsen, sind dabei besonders klimaschädlich. Außerdem gibt es in weit entfernten Herkunftsländern oft völlig andere Rahmenbedingungen und Umweltschutzvorgaben als bei uns. Für importierte Kartoffeln aus Ägypten werden zum Beispiel die dort ohnehin schon knappen Wasserressourcen verschwendet.

Saisonal und regional zu essen, fördert die Landwirtschaft in eurer Umgebung und reduziert auch den CO<sub>2</sub>-Fußabdruck der Lebensmittel, da Transportkilometer und Energiekosten für Gewächshäuser wegfallen. Überdies könnt ihr beim Gemüsehof um die Ecke spannende traditionelle Sorten neu entdecken, die es in den Supermärkten nicht gibt.

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ Kauft möglichst saisonal und regional ein, sodass Transportwege möglichst kurz sind.
- ☀ Auf der Homepage der Parents for Future Bornheim/ Swisttal/ Weilerswist gibt es eine Übersicht über Hofläden und Märkte der Region.<sup>1</sup>
- ☀ Saisonkalender gibt es online zum Herunterladen oder als App.<sup>2</sup>
- ☀ Versucht es mal mit „Meal Prep“: Essen oder Komponenten direkt nach dem Einkaufen vorkochen und portionsweise für die Woche einpacken.

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Kräuter und einige Gemüse wie Radieschen, Lauchzwiebeln und Möhren lassen sich prima im Hochbeet oder Balkonkasten selbst ziehen.
- ☀ Schaut doch mal bei Hofläden oder Wochenmärkten in der Nähe vorbei.
- ☀ Schließt euch einer Solidarischen Landwirtschaft (Solawi) an! Hier tragen mehrere private Haushalte die Kosten eines landwirtschaftlichen Betriebs, wofür sie im Gegenzug dessen Ernteertrag erhalten.<sup>3</sup>

1) [www.parentsforfuture.de/de/p4f\\_bsw\\_themen/regionaler\\_einkauf](http://www.parentsforfuture.de/de/p4f_bsw_themen/regionaler_einkauf)

2) [www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/gesund-ernaehren/saisonkalender-obst-und-gemuese-frisch-und-saisonal-einkaufen-17229](http://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/gesund-ernaehren/saisonkalender-obst-und-gemuese-frisch-und-saisonal-einkaufen-17229)

3) [www.solidarische-landwirtschaft.org/startseite/](http://www.solidarische-landwirtschaft.org/startseite/)



# JUNI

Sa	1				
So	2				
Mo	3	Tag des Fahrrads			
Di	4				
Mi	5				
Do	6				
Fr	7				
Sa	8				
So	9	Tag des Gartens			
Mo	10				
Di	11				
Mi	12				
Do	13				
Fr	14				
Sa	15				
So	16				
Mo	17				
Di	18				
Mi	19				
Do	20				
Fr	21				
Sa	22				
So	23				
Mo	24				
Di	25				
Mi	26				
Do	27				
Fr	28				
Sa	29				
So	30				

# JUNI - WERFT KEIN ESSEN WEG!

## Worum geht es?

Habt ihr auch schon mal noch essbare Lebensmittel in den Abfall geworfen, weil sie nicht schmecken oder das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) abgelaufen ist? Alleine in Kindergärten werden nach einer Studie rund ein Fünftel aller noch essbaren Lebensmittel weggeschmissen.<sup>1,2,3</sup> Dabei werden wertvolle Ressourcen wie Wasser, Energie und Düngemittel verschwendet, die für die Herstellung der Lebensmittel benötigt werden. Besonders hoch ist dabei die Verschwendung für die Herstellung tierischer Lebensmittel wie Fleisch, Wurst, Käse und Milchprodukte. Wusstet ihr, dass die Produktion von Lebensmitteln für bis zu 30 % aller Umweltauswirkungen verantwortlich ist?<sup>3</sup>

Deshalb, werft kein Essen weg!

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ Verschafft euch vor dem Einkaufen einen Überblick über eure Vorräte, schreibt euch einen Einkaufszettel und plant euren Einkauf.
- ☀ Kocht leicht verderbliche Lebensmittel vor oder macht sie haltbar.
- ☀ Wenn das MHD überschritten ist, überprüft mit euren Sinnen (riechen, schmecken, sehen, fühlen), ob das Lebensmittel noch genießbar ist. Gerade Sauermilchprodukte wie Joghurt sind oft noch viel länger haltbar als das MHD suggeriert. Etwas anderes ist das Verbrauchsdatum auf Fleisch und rohem Fisch - diese sollten nach Ablauf tatsächlich weggeworfen werden.
- ☀ In Bornheim, Weilerswist, Brühl, Rheinbach und vielen anderen Orten<sup>4</sup> gibt es Foodsharing-Gruppen - so genannte Fairteiler. Hier kannst du gerettete Lebensmittel kostenfrei abholen oder eigene, zu viel eingekaufte Nahrung für andere anbieten.

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Veranstaltet eine „Esst den Kühlschrank/Vorratsschrank leer“ Woche und verarbeitet Vorräte, die schon länger im Schrank stehen.
- ☀ Ihr habt zu viel gekocht oder ihr habt Lebensmittel, die bald verwendet werden müssen? Dann schaut euch z. B. auf einer Rezeptdatenbank<sup>5</sup> an, was ihr daraus machen könntet. Das Monatsbild zeigt übrigens Äpfel, aus denen Saft gemacht wird!
- ☀ Lasst euch übriggebliebene Essensreste im Restaurant einpacken und macht am nächsten Tag noch weitere eine Mahlzeit daraus. Gebt eine Rückmeldung in der Betriebskantine, der Schule, dem Kindergarten, wie euch das Essen geschmeckt hat. Wenn lecker gekocht wird, wird weniger weggeworfen.

1) [www.umweltbundesamt.de/themen/ein-drittel-der-lebensmittel-wird-verschwendet](http://www.umweltbundesamt.de/themen/ein-drittel-der-lebensmittel-wird-verschwendet)

2) [https://refowas.de/images/VZNRW/Druck\\_Aktuelles\\_aus\\_der\\_VNSt\\_4\\_2019.pdf](https://refowas.de/images/VZNRW/Druck_Aktuelles_aus_der_VNSt_4_2019.pdf)

3) [https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelverschwendung/studie\\_lebensmittelabfaelle\\_deutschland.html](https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelverschwendung/studie_lebensmittelabfaelle_deutschland.html)

4) <https://foodsharing.de/?page=content&sub=communitiesGermany>

5) [www.zugutfuerdietonne.de/tipps-fuer-zu-hause/reste-rezepte/rezeptdatenbank](http://www.zugutfuerdietonne.de/tipps-fuer-zu-hause/reste-rezepte/rezeptdatenbank)

# REIST NACHHALTIG!



## JULI

Mo	1				
Di	2				
Mi	3				
Do	4				
Fr	5				
Sa	6				
So	7				
Mo	8				
Di	9				
Mi	10				
Do	11				
Fr	12				
Sa	13				
So	14				
Mo	15				
Di	16				
Mi	17				
Do	18				
Fr	19				
Sa	20				
So	21				
Mo	22				
Di	23				
Mi	24				
Do	25				
Fr	26				
Sa	27				
So	28				
Mo	29				
Di	30				
Mi	31				

# JULI - REIST NACHHALTIG!

## Worum geht es?

Wie stark wir mit unseren Reisen die Umwelt belasten, hängt davon ab, welches Ziel wir wählen, mit welchem Verkehrsmittel und welchem Gepäck wir dort hinkommen, welche Unterkunft wir vor Ort wählen und wie wir uns vor Ort verhalten. Nachhaltiges Reisen umfasst dabei nicht nur unsere CO<sub>2</sub> Emissionen, sondern auch die Rücksichtnahme auf Kultur und Artenvielfalt vor Ort.

Laut der Weltorganisation für Tourismus berücksichtigt nachhaltiger Tourismus alle „gegenwärtigen und künftigen wirtschaftlichen, sozialen und ökologischen Auswirkungen“ und wird gleichzeitig den Bedürfnissen aller Beteiligten gerecht.<sup>1</sup> Der Begriff „Nachhaltig Reisen“ ist aber nicht strikt definiert, lest daher bei entsprechenden Angeboten gerne mal das Kleingedruckte durch.

Doch keine Sorge: Nachhaltiges Reisen ist weder kompliziert noch teuer. Im Gegenteil, meistens ist es günstiger und auch erholsamer.

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ In der näheren Umgebung gibt es oft erstaunlich viele spannende Dinge zu entdecken! In der Eifel findet ihr viele Kinderhotels und andere abwechslungsreiche Übernachtungsmöglichkeiten vom Schäferwagen übers Baumhaus bis zum Wohnfass. Vielleicht einfach mal einen Reiseführer für die Heimatregion besorgen und einen abwechslungsreichen Urlaub vor der Haustür verbringen?<sup>2,3</sup>
- ☀ Ein Urlaub per Fahrrad ist eine tolle Option! Wer es ambitioniert mag, findet vielleicht Anregungen unter den Europäischen Fernradwegen.<sup>4</sup>
- ☀ In Bonn einschlafen – in Venedig aufwachen! Nachtzüge bringen euch bequem über Nacht in mehr als 25 europäische Metropolen.<sup>5</sup>
- ☀ Lieber alle paar Jahre eine große Fernreise mit längerem Aufenthalt zu einem Traumziel machen als mehrmals im Jahr für Kurztrips irgendwohin fliegen. Das schont den Geldbeutel und schützt das Klima.

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Vielleicht könnt ihr auch Bekannte oder Familienmitglieder davon überzeugen, Urlaubsziele in der Nähe kennenzulernen? Eine größere Unterkunft zu teilen ermöglicht es, organisatorische und haushaltstechnische Aufgaben auf mehrere Personen zu verteilen, wodurch jeder\*in Einzelnen mehr Zeit zum Erholen bleibt.

1) [www.unwto.org/sustainable-development](http://www.unwto.org/sustainable-development)

2) [www.reiseblog.nrw.de/](http://www.reiseblog.nrw.de/)

3) [www.nationalpark.eifel.de/de/anreise-unterkunft/nationalpark-gastgeber/](http://www.nationalpark.eifel.de/de/anreise-unterkunft/nationalpark-gastgeber/)

4) <https://ecf.com/what-we-do/eurovelo>

5) [www.bahn.de/angebot/international/nachtzug](http://www.bahn.de/angebot/international/nachtzug)



# AUGUST

Do	1			
Fr	2			
Sa	3			
So	4			
Mo	5			
Di	6			
Mi	7			
Do	8			
Fr	9			
Sa	10			
So	11			
Mo	12			
Di	13			
Mi	14			
Do	15			
Fr	16			
Sa	17			
So	18			
Mo	19			
Di	20			
Mi	21			
Do	22			
Fr	23			
Sa	24			
So	25			
Mo	26			
Di	27			
Mi	28			
Do	29			
Fr	30			
Sa	31			

# AUGUST – SEID NACHHALTIG MOBIL!

## Worum geht es?

Etwa ein Viertel der von uns verursachten CO<sub>2</sub> Emissionen lässt sich auf unser Mobilitätsverhalten zurückführen. Dabei ist die Wahl des Transportmittels ausschlaggebend. Inlandsflüge und Autos schneiden sowohl beim CO<sub>2</sub> Ausstoß als auch bei der Feinstaub-erzeugung am schlechtesten ab. Im Mittelfeld befindet sich der öffentliche Nahverkehr mit Bahn, Bus und Co.<sup>1</sup> Am ökologischsten und gesündesten bewegt man sich aber ganz ohne Motor: zu Fuß, mit dem Rollstuhl oder mit dem Rad.

Wenn wir öfter Strecken zu Fuß oder per Fahrrad zurücklegen, anstatt das Auto zu nehmen, schonen wir damit nicht nur die Umwelt, sondern wir tun auch was für unsere Gesundheit und sparen jede Menge Geld. Außerdem gibt uns der Wind um die Nase ein Gefühl von Freiheit und sorgt gleichzeitig für ein bisschen Erholung im stressigen Alltag. Ein Rundum Wohlfühlprogramm für Mensch, Gesellschaft und Umwelt. Los geht's!

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ Es gibt kein falsches Wetter, nur falsche Kleidung. Regenponcho oder -jacke und ggf. Gamaschen schützen Kleidung und Schuhe auch bei Schmuddelwetter.
- ☀ Die unmotorisierte Fortbewegung kann sogar Zeit sparen. Gerade bei kurzen Strecken sind Auto und Fahrrad häufig ähnlich schnell. Außerdem hat man automatisch körperliche Bewegung, für die man sonst extra Zeit einplanen müsste. Ein weiterer Pluspunkt: Die nervige Parkplatzsuche fällt weg, wenn man ohne Auto unterwegs ist.
- ☀ Ihr braucht mehr Motivation? Dann macht doch mit beim „Stadtradeln“.<sup>2</sup> Bei diesem Wettbewerb tretet ihr 21 Tage in die Pedale für mehr Radförderung, Klimaschutz und Lebensqualität in eurer Kommune. 2023 kam der Rhein-Sieg-Kreis in NRW auf Platz 10. Und 2024? Voraussichtlich geht's im September 2024 wieder los.
- ☀ Radelnd die Heimat besser kennen lernen? Das ist auf der „Apfelroute“ möglich. 124 Streckenkilometer führen euch auf verkehrsarmen Wegen durch die größte Obst- und Gemüseanbauregion NRWs, vorbei an vielen Erlebnisstationen und Partnerbetrieben, bei denen ihr regionale Produkte kennen lernen könnt.

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Die Fahrrad-Infrastruktur in eurer Stadt ermöglicht kein sicheres Radfahren? Dann protestiert dagegen! Beschwer euch bei der Stadt oder nehmt an einer Critical Mass oder einer Fahrraddemo teil, um Verbesserungen herbeizuführen.
- ☀ Setzt euch auch in Kindergarten, Schule und Beruf für ein nachhaltigeres Mobilitätskonzept ein.

1) [www.umweltbundesamt.de/bild/vergleich-der-durchschnittlichen-emissionen-0](http://www.umweltbundesamt.de/bild/vergleich-der-durchschnittlichen-emissionen-0)

2) [www.stadtradeln.de](http://www.stadtradeln.de)



# SEPTEMBER

So	1				
Mo	2				
Di	3				
Mi	4				
Do	5				
Fr	6				
Sa	7				
So	8				
Mo	9				
Di	10				
Mi	11				
Do	12				
Fr	13				
Sa	14				
So	15				
Mo	16				
Di	17				
Mi	18				
Do	19				
Fr	20				
Sa	21				
So	22				
Mo	23				
Di	24				
Mi	25	Küsten-Aufräumtag			
Do	26				
Fr	27				
Sa	28				
So	29				
Mo	30				

# SEPTEMBER - BRINGT GRÜN IN DIE STADT!

## Worum geht es?

Bäume, Sträucher, Hecken, Blumen und Wiesen sind nicht nur schön, die Grünflächen unserer Städte sind auch oftmals kleine Oasen. Sie dienen der Erholung und Bewegung, bieten Raum für Sport und Spiel und dämpfen Lärm. Das wirkt sich positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden aus und trägt zur Steigerung unserer Lebensqualität bei.

Außerdem haben sie einen wichtigen Einfluss auf das lokale Klima - sie sind natürliche Kohlenstoffspeicher, versorgen die Stadt mit frischer Luft und sie regulieren die Temperatur und den Wasserhaushalt. Somit liefern sie einen wichtigen Beitrag für den Klimaschutz! Als Lebensräume für Tiere und Pflanzen unterstützen Grünflächen die biologische Vielfalt. Mehr Grünflächen in der Stadt sind also eine Win-Win-Situation für alle Beteiligten.<sup>1</sup>

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ Legt euren Garten oder Balkon zur Unterstützung von Artenvielfalt von Tieren und Pflanzen möglichst naturnah an. Wie das geht, könnt ihr im April nochmal nachlesen.
- ☀ Ihr habt einen städtischen Grünstreifen vor dem Haus? Dann gießt doch bei langen Trockenphasen die Straßenbäume dort.
- ☀ Regt in Kita oder Schule an, einen naturnahen Garten anzulegen oder eine Garten-AG zu gründen.
- ☀ Versucht Menschen in eurer Umgebung, die einen Schottergarten anlegen wollen, vom Gegenteil zu überzeugen.
- ☀ Auch das Hausdach kann als Grünfläche dienen. Im Gründachkataster (bspw. des Rhein-Sieg-Kreises<sup>2</sup>) könnt ihr herausfinden, ob das Dach eures Hauses geeignet ist.

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Ihr wollt mehr Wert auf Biodiversität legen und heimische Pflanzenarten im Garten integrieren? Nutzt die Webseite/App zum Conversation Gardening<sup>3</sup> um herauszufinden, welche gefährdeten Arten sich für euren Standort eignen.
- ☀ In vielen Orten gibt es die Möglichkeit, sogenannte Baumscheiben-, Gieß oder Grünpatenschaften zu übernehmen.

1) [www.gruen-in-der-stadt.de/](http://www.gruen-in-der-stadt.de/)

2) [www.gpm-webgis-13.de/geoapp/kataster/rheinsiegkreis/](http://www.gpm-webgis-13.de/geoapp/kataster/rheinsiegkreis/)

3) <https://conservation-gardening.shinyapps.io/app-de/>



# REPARIERT WAS!

## OKTOBER

Di	1			
Mi	2			
Do	3	Tag der Deutschen		
Fr	4			
Sa	5			
So	6			
Mo	7			
Di	8			
Mi	9			
Do	10			
Fr	11			
Sa	12			
So	13			
Mo	14			
Di	15			
Mi	16	Welternährungstag		
Do	17			
Fr	18			
Sa	19			
So	20			
Mo	21			
Di	22			
Mi	23			
Do	24			
Fr	25			
Sa	26			
So	27			
Mo	28			
Di	29			
Mi	30			
Do	31			

# OKTOBER – REPARIERT WAS!

## Worum geht es?

Das kennt ihr sicherlich aus eigener Erfahrung: Wir werfen sehr viele Dinge wegen kleiner Schäden weg, weil die Reparatur zu aufwendig oder zu teuer ist. Das liegt zum Teil daran, dass die Hersteller ihre Geräte extra so konstruieren, dass sie nur schwer zu reparieren sind. Oder uns ist das handwerkliche Wissen abhandengekommen – nicht alle Menschen können heutzutage mehr einen Knopf annähen. Wie können wir das ändern? Das Internet bietet in fast allen Bereichen sehr anschauliche Anleitungen, wie man Dinge reparieren kann.<sup>1,2,3</sup> Doch auch unsere Eltern oder Großeltern verfügen oft über großes Reparatur-Wissen, da es früher selbstverständlich war, Dinge möglichst lange zu erhalten.

Das Potential für den Schutz von Umwelt und Klima ist immens. Zum einen wird weniger produziert und so werden direkt Rohstoffe und CO<sub>2</sub> eingespart. Zum anderen muss weniger recyclet oder entsorgt werden. Würde es uns beispielsweise gelingen, Fernseher 13 Jahre lang zu nutzen – wie es übrigens vor wenigen Jahren auch noch üblich war – könnten wir jährlich über zwei Millionen Tonnen Klimagase in Deutschland vermeiden.<sup>4</sup>

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ Traut euch! Bevor ihr etwas wegwerft, schaut im Internet nach, ob eine Reparatur möglich ist.<sup>5</sup> Oder fragt in Fachwerkstätten, ob sich die Reparatur doch lohnt.
- ☀ Holt euch Hilfe bei der Reparatur und sucht ein Repair-Café<sup>6</sup> in eurer Nähe auf! Ihr findet Repair-Cafés in Alfter, Brühl und Wesseling und sogar drei an verschiedenen Orten in Bornheim. Häufig gibt es einen festen Tag im Monat, an dem ihr mit euren defekten Gegenständen vorbeikommen könnt.
- ☀ Kauft qualitativ wertigere Dinge! Diese halten in der Regel länger. Oft lohnt sich dann die Reparatur und mitunter sind diese Dinge auch besser zu reparieren. Das schont langfristig die Umwelt und euren Geldbeutel.

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Teilt eure Erfahrungen! Erzählt es weiter, wenn ihr eine Reparatur erfolgreich durchgeführt habt und motiviert dadurch andere, es euch gleich zu tun! Oder schließt euch gleich einem Repair-Café an.

**Wichtig! Reparaturen an elektrischen Geräten oder der Umgang mit motorisierten Werkzeugen kann ohne die notwendigen Kenntnisse zu Eigengefährdung oder Gefährdung anderer führen!! Fragt im Zweifel jemanden, der oder die sich auskennt.**

1) [www.kaputt.de/kleidung/](http://www.kaputt.de/kleidung/)

2) [www.selbst.de/reparaturreparieren](http://www.selbst.de/reparaturreparieren)

3) [www.diy-academy.eu/bauen-renovieren/kleine-reparaturen/](http://www.diy-academy.eu/bauen-renovieren/kleine-reparaturen/)

4) [runder-tisch-reparatur.de/wie-viele-emissionen-und-wie-viel-geld-koennen-wir-durchs-reparieren-sparen/](http://runder-tisch-reparatur.de/wie-viele-emissionen-und-wie-viel-geld-koennen-wir-durchs-reparieren-sparen/)

5) [www.repaircafe.org/de/community/reparaturanleitungen/](http://www.repaircafe.org/de/community/reparaturanleitungen/)

6) [www.repaircafe.org/de/](http://www.repaircafe.org/de/)



# NOVEMBER

Fr	1	Allerheiligen			
Sa	2				
So	3				
Mo	4				
Di	5				
Mi	6				
Do	7				
Fr	8				
Sa	9				
So	10				
Mo	11				
Di	12				
Mi	13				
Do	14				
Fr	15				
Sa	16				
So	17				
Mo	18				
Di	19				
Mi	20				
Do	21				
Fr	22				
Sa	23				
So	24				
Mo	25				
Di	26				
Mi	27				
Do	28				
Fr	29				
Sa	30				

# NOVEMBER - KAUF NUR, WAS IHR BRAUCHT!

## Worum geht es?

Kennt ihr das auch? Ihr geht einkaufen und an der Kasse stellt ihr überrascht fest, dass ihr einiges mehr gekauft habt, als ihr eigentlich wolltet. Ihr seid unbewusst Opfer von Marketingstrategien, Werbung und Produktplatzierungen geworden, die Kaufreize setzen.

„Ja und ...“, fragt ihr jetzt, „was hat das jetzt mit Klimaschutz zu tun?“ Sehr viel! Fast ein Viertel des durchschnittlichen privaten CO<sub>2</sub> Ausstoßes<sup>1</sup> ist auf den Konsum von Gegenständen und Dienstleistungen zurückzuführen. Die meisten Konsumgüter haben verheerende Folgen für Umwelt und Mensch: z. B. ist die Produktion von Kleidung<sup>2</sup> sehr umweltbelastend, der Lithiumabbau<sup>3</sup> für unsere akkubetriebenen Geräte belastet die Gewässer und es gibt schwere Menschenrechtsverletzungen entlang fast aller Produktionsketten<sup>4</sup>. Es kommt auch häufig vor, dass Dinge gekauft und dann nicht verwendet werden. „Es bringt doch nichts, wenn ich jetzt weniger kaufe. Die Ware ist doch schon produziert“, erwidert ihr. Für den Moment ist das so; doch in der Zukunft bringt es sehr viel. Durch euer Kaufverhalten habt ihr Einfluss darauf, wie viel, was und in welcher Qualität produziert wird.

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ Stellt euch bei jeder Neuanschaffung folgende Fragen:
  - ♥ *Brauche ich das wirklich?*
  - ♥ *Kann ich etwas reparieren oder zweckentfremden?*
  - ♥ *Kann ich es ausleihen?*
  - ♥ *Kann ich es selbst machen?*
  - ♥ *Kann ich es gebraucht kaufen?*
- ☀ Ein Neukauf ist nicht zu vermeiden? Dann achtet auf faire Arbeitsbedingungen und gute Qualität. Lieber ein hochwertiges, langlebiges, reparierbares Teil kaufen als mehrmals etwas Billiges.
- ☀ Macht vor jedem Einkauf eine Einkaufsliste und kauft nur die Dinge, die auf der Liste stehen - um spontane Kaufanreize zu vermeiden!
- ☀ “Green Friday” statt “Black Friday”. Manche Shops pflanzen Bäume, andere spenden für soziale Zwecke.<sup>5</sup>

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ Du kannst nähen, schweißen oder einfach gut reparieren? Biete deine Fähigkeiten im Freundeskreis an, z. B. gegen eine leckere Mahlzeit! So schont ihr die Umwelt und habt auch noch ein schönes gemeinsames Erlebnis.

1) [https://uba.co2\\_rechner.de/de\\_DE](https://uba.co2_rechner.de/de_DE)

2) [www.quarks.de/umwelt/kleidung](http://www.quarks.de/umwelt/kleidung) so macht sie unsere umwelt kaputt/

3) [https://utopia.de/ratgeber/lithium\\_abbau](https://utopia.de/ratgeber/lithium_abbau) das solltest du darueber wissen/

4) [https://taz.de/Textil\\_Mindestlohn\\_in\\_Bangladesch\\_erhoehet!/5053677/](https://taz.de/Textil_Mindestlohn_in_Bangladesch_erhoehet!/5053677/)

5) <https://utopia.de/ratgeber/green-friday-alternative-black-friday/>

# VERNETZT EUCH!



## DEZEMBER

So	1				
Mo	2				
Di	3				
Mi	4				
Do	5				
Fr	6				
Sa	7				
So	8				
Mo	9				
Di	10	Tag der Menschenrechte			
Mi	11				
Do	12				
Fr	13				
Sa	14				
So	15				
Mo	16				
Di	17				
Mi	18				
Do	19				
Fr	20				
Sa	21				
So	22				
Mo	23				
Di	24				
Mi	25	1. Weihnachtsfeiertag			
Do	26	2. Weihnachtsfeiertag			
Fr	27				
Sa	28				
So	29				
Mo	30				
Di	31				

# DEZEMBER - VERNETZT EUCH!

## Worum geht es?

Ihr seid mit der klimapolitischen Situation vor Ort, in Deutschland oder global unzufrieden? Ihr seid enttäuscht, weil eure Großeltern oder Bekannte eure klimafreundlichen Verhaltensweisen belächeln oder gar die Klimakrise herunterspielen oder leugnen? Ihr habt das Gefühl, nichts bewegen zu können? Dann ist es Zeit, euch mit Gleichgesinnten zu vernetzen!

Gemeinsam kann man viel mehr erreichen und auch Kräfte bündeln. Das wiederum führt zu mehr Selbstwirksamkeit, diesem guten Gefühl, dass das eigene Handeln wirkungsvoll ist. Außerdem könnt ihr euch in der Gruppe gegenseitig motivieren und auch unterstützen, wenn mal was nicht so rund läuft.<sup>1</sup> Und natürlich macht es gemeinsam einfach viel mehr Spaß!

„Ich will, dass die Welt sich verändert.  
Sie wird sich aber nur verändern, [...] wenn wir uns vernetzen.“<sup>2</sup>

## Euer Ziel für diesen Monat

## Infos und Tipps

- ☀ In vielen Orten finden sich „Fridays for Future“- und „Parents for Future“-Gruppen, Ortsgruppen von BUND, Greenpeace oder NABU und noch viele andere. **Falls ihr rund um Bornheim, Swisttal oder Weilerswist lebt, seid ihr herzlich eingeladen bei uns mitzumachen!**<sup>3,4</sup>
- ☀ Wenn ihr Lust habt, Ehrenamt mit Lokalpolitik zu verbinden, könnt ihr Klimaschutzpat\*innen vom Projekt KlikKS (Klimaschutz in kleinen Kommunen und Stadtteilen) kontaktieren oder selbst Pat\*in werden.<sup>5</sup>
- ☀ In den Ratsinformationssystemen unserer drei Orte könnt ihr schauen, welche politischen Gremien es gibt und welche Personen im Stadtrat sitzen. Auch erfahrt ihr wer bei euch Ortsvorsteher oder Ortsvorsteherin ist und euch vielleicht weiterhelfen kann.<sup>6</sup>

## Ihr wollt noch mehr bewegen?

- ☀ In eurer Umgebung gibt es keine Gruppe, der ihr euch anschließen wollt? Dann gründet einfach eine eigene! Schließt euch mit Freundinnen und Freunden zusammen oder findet Verbündete per WhatsApp, Signal, Facebook oder mit Pressemitteilungen und Aushängen. Es lohnt sich!
- ☀ Auch auf der Arbeit oder in Uni und Schule macht die Vernetzung Sinn. Als Gruppe bekommt man mehr Gehör bei Nachhaltigkeitsthemen.

1) <https://klimaimkopf.podigee.io/22kollektiveshandeln>

2) Ben Mhenni, Lina, Vernetzt Euch, Ullstein Buchverlag 2011

3) [www.parentsforfuture.de/de/bornheim](http://www.parentsforfuture.de/de/bornheim)

4) <https://fridaysforfuture.de/regionalgruppen/>

5) <https://klimaschutz-ehrenamt.de/ueber-uns/klikks-vor-ort>

6) Bornheim [www.bornheim.de/rathaus/ratsinformationssystem/](http://www.bornheim.de/rathaus/ratsinformationssystem/)

Swisttal [www.swisttal.de/cms125/gemeinde\\_rat\\_verwaltung/politik/ratsinfo/](http://www.swisttal.de/cms125/gemeinde_rat_verwaltung/politik/ratsinfo/)

Weilerswist <https://sdnetrim.kdvz-frechen.de/rim4510/>