



Pusteblume

Die FÖJ-Zeitschrift des Jahrgangs 23/24



Apfelblüte (Gartenbilder Selma)

© Sabine Ihl

Vorwort

Liebe FÖJtis, liebe Leser*innen,

wir freuen uns sehr darüber, Euch mit dieser Ausgabe der Pusteblume überraschen zu können. Die folgenden Seiten sind mal wieder vollgespickt mit allem Möglichen rund um das FÖJ und darüber hinaus!

Bevor Ihr mit dem Binge Reading beginnt, hier noch ein kleiner Hinweis der Redaktion:

Wir haben uns dazu entschieden unsere Texte für mehr Inklusion mit * zu gendern. Wir haben jedoch den einzelnen Autor*innen freigestellt, ob diese ihre Texte gendern wollen oder nicht.

Und nun wünschen wir Euch viel Spaß beim Lesen, Stöbern und Staunen!

Eure Redaktion Pusteblume 2023/24

Impressum

Diese Ausgabe ist nur für interne Verwendung gedacht. Eine Weiterverteilung ist nur an aktive und ehemalige Teilnehmende des Freiwilligen Ökologischen Jahres oder des ökologischen Bundesfreiwilligendienstes zulässig. Nicht zum Weiterverkauf bestimmt.

Die Pusteblume ist ein Gemeinschaftsprojekt Ökologischer Freiwilligendienstleistenden, entstanden im Rahmen der Bundesdelegiertenkonferenz des Freiwilligen Ökologischen Jahres.

Mitwirkende: Agi, Emma, Maya, Victoria, Mehmet Sefa Dal, Johanna, Mascha Fahlke, Charlotte, Shirin Shanibaqi, Lou, Elia Olaf Ströbel, Selma Nebert, Freya Elisabeth, Teresa Jahn, Leonard Bartsch, Juli, Konrad; Linus, Lena, Niko aus der Seminargruppe Luchs; Noah Döring, Sophie Klauck, Felix S. Radant, Konrad O. Schmidt, Nikolas

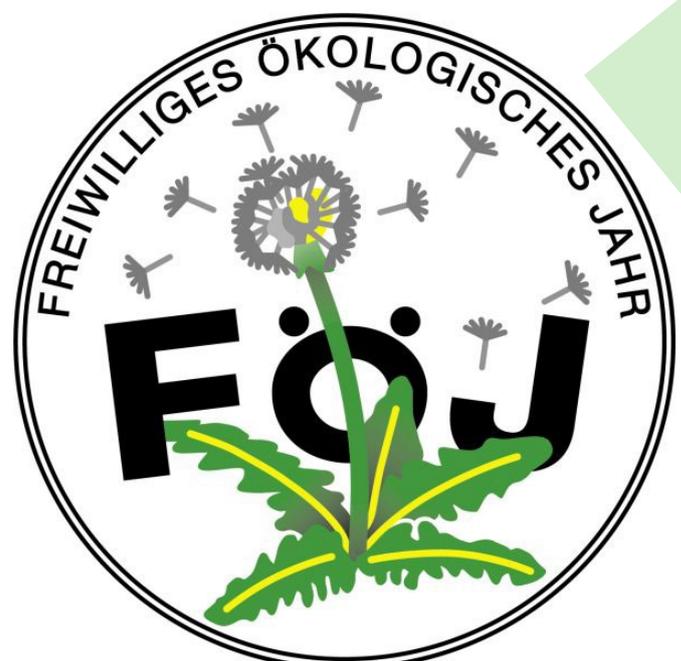
AK-Pusteblume: Teresa Jahn, Jakob, Nicolas, Selma Nebert, Konrad O. Schmidt, Charlotte, Linda, Felix

Titelfoto: Pusteblume, © Pexels: thevibrantmachine



Apfelblüte (Gartenbilder Selma)

© Sabine Ihl



Inhaltsverzeichnis

Die Bundessprechis 2023/24

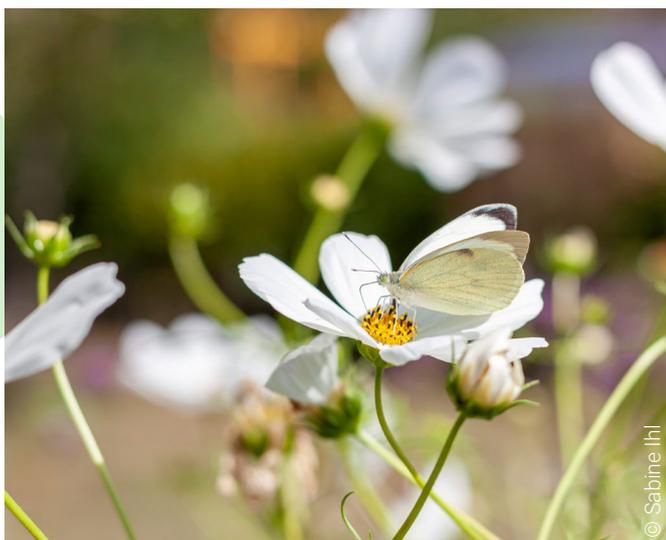
Vorstellung der Bundessprechis	04
Das Bundessprechi Amt	06
<i>Wer will ich werden?</i>	07

Rezepte und Bastelanleitungen

Geschenktüten aus Kalenderblättern	08
Kimchi-Ramen-Rezept	09
Kürbis-Schoko-Brownies-Rezept	09
Green Cooking: Sticky-Tofu-Rezept	10
Rezept für Löwenzahn-Sirup	10
<i>Auf dem Darß und weitere Gedichte</i>	11

Eure Stimmen

„Wir fahren zusammen“ – Neue Strategie für altes Problem?	13
Das FÖJ im Kapitalismus	13
Quadratisch, praktisch, grün – Wie Thüringen mit Wasserstoff klimaneutral werden soll	14
30 Dinge, die Du für die Umwelt tun kannst!	16



Kohlweißling (Gartenbilder Selma)

Der Kaffee-Mini-Krimi	17
Einweg-E-Zigaretten: Werbung auf Social-Media durch Influencer*innen	18
Für Freiwillige: Let's Act	20
<i>Luchs-Gedicht</i>	21



Biene (Gartenbilder Selma)

Erfahrungsberichte aus dem FÖJ

Unser Jahr am LSZU	22
Gutes Essen braucht Zukunft:	
Wir-haben-es-satt-Demonstration	23
Was wäre, wenn wir nicht scheitern?	24
Freiwillig in der Heide	25
Der Abenteuerspielplatz Panama in Dresden	26
Mein persönlicher Erfahrungsbericht zum FÖJ	28
Eine Tauschstube für Sassnitz	29
Wie ist es, ein FÖJ bei Elb-Ferment zu absolvieren?	30
<i>Pusteblyumen Kreuzworträtsel</i>	31
– <i>Our voices – an indictment of society</i>	32



Vorstellung der Bundessprechis

Wir sind die fünf Bundessprechis des Jahrgangs 2023/24. Gemeinsam vertreten wir die Interessen der FÖJis in Deutschland. Doch wer sind wir eigentlich und was treiben wir so den ganzen Tag?



Unsere Bundessprechis (v.l.n.r. Jacob, Jasmin, Marlene, Jonas, Marie) und Sophia

© M. Götzky

Marie (Baden-Württemberg)

Hey! Ich bin Marie und bin für mein freiwilliges ökologisches Jahr nach Mannheim gezogen, um hier in der Klimaschutzagentur Mannheim Teil des Teams für die Umweltbildung zu sein.

2020 habe ich angefangen, mich mit - wie ich es gerne sage „Öko Dingen“ auseinanderzusetzen. Dabei bin ich schnell an Fridays For Future in meiner Heimat in der Nähe von Bremen geraten, wo wir kurzerhand ein großes Bündnis aufgestellt haben, um gegen den Bau der größten geplanten Autobahn Deutschlands, der A20 zu protestieren. Auch hier hat es mir schon sehr viel Spaß gemacht, mit Menschen ins Gespräch zu kommen, mich mit ihnen zum Für und Wider dieses Autobahnbaus auseinanderzusetzen.

Zu meiner Arbeit in der Klimaschutzagentur gehört zum einen das Mitarbeiten an verschiedenen Kampagnen und Aktionen in der Stadt, aber eben auch die Umweltbildung, im Rahmen derer wir hauptsächlich Workshops zu verschiedenen, den Klimawandel betreffenden Themen an Schulen geben. Das Wort „Workshop“ trifft es hier sehr gut, denn wir haben meist nur einen kleinen theoretischen Teil mit einem Vortrag vor der Klasse. Danach geht es immer über in verschiedenste Spiele und Methoden, mit denen wir den Kindern ab der Grundschule beibringen, was der Klimawandel ist, wie er funktioniert und was wir Menschen damit zu tun haben.

Mit der Klimaschutzagentur habe ich eine wirklich abwechslungsreiche Einsatzstelle gefunden, bei der ich einiges gelernt habe, das ich sicher später bei meinen weiteren „Öko Dingen“ werde gebrauchen können. Wo auch immer es mich danach hinzieht :)

Jacob (Bremen)



Moin! Ich bin Jacob und mache gerade mein FÖJ beim FlorAtrium in Bremen. Schon als Kind war ich begeistert vom Gärtnern, besonders während meiner Zeit in der Grundschule, wo ich Kartoffeln im Schulgarten des FlorArtiums gepflanzt habe.

Zum Ende meiner Schulzeit zog es mich für vier Jahre in den Süden Deutschlands, wo ich am evangelischen Seminar Maulbronn lebte. Dort entdeckte ich meine Leidenschaft für Menschen und an der Kinder- und Jugendarbeit. Als mein Aufenthalt dort zu Ende ging, entschied ich mich für ein FÖJ, um mich neu zu orientieren und etwas Sinnvolles zu tun.

Beim FlorAtrium unterstütze ich im Garten und bei der Umweltbildung. Um auch in den kalten Monaten aktiv zu bleiben, kümmere ich mich um die Pilzzucht, ein Projekt, das ich mir ausgesucht habe, weil ich es mega interessant finde, was man selbst im eigenen Haushalt anbauen kann.

Auch wenn bereits ein Großteil meines FÖJs vorbei ist, freue ich mich darauf, neue Erfahrungen zu sammeln und weitere Menschen kennenzulernen, die sich für Umweltschutz und Jugendarbeit engagieren.



Bundessprechis und Dirk

© M. Götzky



Jonas (Hessen)

Hallo zusammen! Ich bin Jonas und mache mein FÖJ bei der Imkerei Schemel in Bickenbach, südlich von Darmstadt. Zuvor hatte ich nicht sonderlich viel mit Bienen am Hut, erst durch mein FÖJ konnte ich meine Begeisterung für dieses faszinierende Insekt entdecken. Meine Einsatzstelle ist eine schnuckelige Familienimkerei, in der alle selbst irgendwie fleißige Bienchen sind. Insgesamt bewirtschaften wir 800 Völker, mit deren Hilfe wir aus ganz Deutschland verschiedene Honigsorten ernten. Mein besonderer Liebling ist der Weißtannenhonig aus dem Schwarzwald. Imkern heißt, im und mit dem Jahreskreislauf der Biene zu arbeiten. Idealerweise ist man ihr mit dem, was man tut, immer einen guten Schritt voraus, dann klappt die Honigernte vorzüglich. Bald fangen wir auch schon mit dem ersten Honig des Jahres, dem Raps an. Als FÖJler ist man sehr eingebunden in die Tätigkeiten einer Imkerei und genießt viele Einblicke in den spannenden und abwechslungsreichen Beruf. Man erntet Honig, füllt Honig in Gläser, verkauft Gläser mit Honig, spült zurückgegebene Honiggläser und bekommt so die ganze Wertschöpfungskette von der Biene bis zum Kunden mit.

Ich sehe das FÖJ als gute Möglichkeit über den Tellerand hinauszuschauen und mal eine andere Seite des Lebens kennenzulernen. Man kann sich weiterentwickeln und über sich hinauswachsen, idealerweise losgelöst von finanziellen Sorgen, die unsere Generation doch so sehr beschäftigen.

Denn erst wer „sorgenfrei“ leben kann, kann sich Gedanken machen um Themen wie Klimawandel und Nachhaltigkeit.

Marlene (Brandenburg)

Hey hey! Ich bin Marlene und ich mache mein FÖJ in Potsdam bei FAIRVERPACKT. Was ist FAIRVERPACKT? Nun, einerseits ist es ein Ort, an dem man im Kiez biologisch einkaufen kann, ganz ohne unnötigen Verpackungsmüll. Andererseits bieten wir auch jede Menge Bildungsangebote rund um das Thema Nachhaltigkeit an.

Meine Hauptaufgabe hier ist es, das Bildungskonzept weiterzuentwickeln und Workshops zu leiten. Ich habe mich ganz bewusst für diese Stelle entschieden, weil ich mich selbst herausfordern wollte. Mein Ziel war es, mein Auftreten vor Gruppen zu verbessern und meine Schüchternheit zu überwinden. Und ich muss sagen, das hat ziemlich gut funktioniert! :)

Ein Projekt, das mir besonders am Herzen liegt, ist die Entwicklung eines umfassenden Bildungsangebots zum Thema „Klima-Gefühle“. Ich möchte jungen Menschen, die sich für Umweltschutz engagieren, helfen, mit der oft überwältigenden „Weltuntergangsstimmung“ umzugehen.

Während meines FÖJ habe ich unglaublich viele interessante und coole Menschen kennengelernt. Es hat mich sehr überrascht, wie wohl ich mich in einer leitenden Rolle fühle. Ich bin wirklich dankbar für die Möglichkeit, mich hier weiterzuentwickeln und von so vielen tollen Menschen zu lernen!

Die Entscheidung, ein FÖJ zu machen, war definitiv eine der besten, die ich je getroffen habe. Ich hoffe sehr, auch nach Abschluss meines Jahres die Kontakte und das Umfeld hier weiterhin zu pflegen.





Jasmin (Schleswig-Holstein)

Moin,
ich bin Jasmin, 19 Jahre alt, und mache mein FÖJ in Schleswig-Holstein im Fledermauszentrum Noctalis in Bad Segeberg. Bei unseren Programmen wie Höhlenführungen, Nachtwanderungen, Kindergeburtstagen oder Projekten mit Schulklassen steht vor allem die Bildung über Fledermäuse und deren Schutzmöglichkeiten im Vordergrund. Meine Lieblingsfledermausart ist definitiv der große Abendsegler, aber auch das große Mausohr ist verdammt cool.

In meiner Freizeit gehe ich gerne bouldern oder laufen. Außerdem koche ich gerne und engagiere mich schon länger politisch; vor meinem FÖJ habe ich mich vor allem in Düsseldorf engagiert. Ansonsten lasse ich mich sehr für Natur und Tiere begeistern und bin von absolut jeder Kuh fasziniert, die ich irgendwo sehe.

Und auch wenn ich nicht möchte, dass das FÖJ bald endet: Es war ein wunderbares Jahr, mir haben die gemeinsamen Erfahrungen, Erlebnisse, etc. als Bundessprecher*innenteam sehr viel Freude bereitet. Es war mir ein inneres Blumenpflücken.

Grüße aus dem Norden,
Jasmin :)



Das Bundessprechi Amt

Im Bundessprechi Amt sind wir vielseitig unterwegs. Unser oberstes Ziel? Die Interessen, Forderungen und Meinungen der FÖJis sowohl intern als auch extern bestmöglich zu vertreten.

Ein bedeutender Teil unserer Arbeit ist der Dialog mit politischen Vertretern. Dabei setzen wir uns dafür ein, die Bedeutung des ökologischen Jahres zu betonen und auf bestehende Herausforderungen sowie benötigte Unterstützung aufmerksam zu machen.

Jedes Jahr stehen feste Termine im Kalender der Bundessprechis, wie die Trägertagung, die Bund-Länder-Klausurtagung, der Besuch im BAFzA und die Politik Woche.

Die fünf Bundessprechi Treffen (BSTs) sind für uns von zentraler Bedeutung. Hier planen wir persönlich große Projekte, die Politik Woche (PoWo) und die Bundesdelegierten Treffen (BDKs). Die erste BDK wird immer von

den Bundessprechis des vorherigen Jahres organisiert und moderiert, während die aktuellen Sprechis BDK II und BDK III übernehmen.

Neben der Moderation, der Themenfindung und der Planung liegt ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit auf der Kommunikation mit den Arbeitskreisen (AKs) und potenziellen Referent*innen. Dabei stehen uns Sophia vom FÖV ev. und Axel Eppich als Unterstützung zur Seite, die uns das ganze Jahr über mit ihrem Fachwissen zu FÖJ-Strukturen, Politik und Organisation begleiten.

Das Bundessprechi Amt erfordert viel Zeit und Einsatz. Dennoch betrachten wir es als ein außergewöhnliches Privileg, dieses Vertrauen und diese Verantwortung übertragen zu bekommen. Danke dafür!

Habt ihr Fragen an uns? Meldet euch gerne per E-Mail: bundessprecher@foej.net oder auf Instagram: [@foej](https://www.instagram.com/foej). bundesweit bei uns.

Rezepte und Bastelanleitungen

Wer will ich werden?

Wer will ich werden, wer will ich sein?

In 20, in 10 Jahren oder in ein'm?

Kraken haben acht Arme, ich habe nur zwei
Wenn ein Baum erwachsen wird, ist mein Leben vorbei
Auch schnell wie Geparden kann ich nicht rennen
Mich dafür in diesen Fragen verrennen

Wer will ich werden, wo will ich hin?
Aufs Dorf, in die Kleinstadt oder doch nach Berlin?

Vor 10 Jahren war meine Zukunft ganz klar
Auch jetzt noch ist dieser Plan für mich da
Es ist mein Weg, den ich immer noch zeichne
Doch stellte ich damals die richtige Weiche?

Wer will ich werden, ist es das, was ich will?
Oder doch nur ein Traum, den ich versuch' zu erfüll'n?

Heute seh' ich auf ein Meer aus Ideen,
Aus Chancen, Möglichkeiten, all das kann geschehen
Was dann wirklich das Richtige ist,
das weiß nur die Zukunft und nicht einmal ich

Wer will ich werden, was will ich tun?
Muss ich anfangen mir etwas auszusuch'n?

Das Bild einer Rolle drängt mich in die Ecke
In die, wo ich mich mit Vorgaben decke
Oder doch dorthin, wo das Gegenteil liegt
Weil ich nicht sein will, was dem Klischee entspricht

Doch vielleicht bin das dazwischen ich?

Zwei Arme reichen für das, was ich tu'
Auch Zeit, die hat mein Leben genug
Ich muss nicht so schnell sein, wie die Geparden
Es reicht doch, ich kann doch noch etwas warten

Denn mein Leben wird sagen, ob es richtig ist,
was ich grad mache, oder doch eher nicht

Falls nein, dann werd' ich die Abzweigung nehm'
doch zunächst fang ich an, Schritt für Schritt zu geh'n

- Mascha Fahlke



Geschenktüten aus Kalenderblättern

Agi

Step 1: Zuschneiden

Schneide den unebenen Rand der Befestigung und die Zeitzeile ab.



Step 2: Oberkante

Drehe das Kalenderblatt. Falte oben ein Stück von 1,5 – 2cm nach unten und klebe es fest.



Step 3: Rückseite

Falte das Blatt hinten zusammen, sodass beide Seiten sich etwa 1cm überlappen. Klebe diese Überlappung zusammen.



Step 4: Seiten

Falte rechts und links einen 4cm langen Rand in die Mitte (Bild 1). Öffne ihn wieder und drück die mittlere Falte nach innen (Bild 2).



Step 5: Boden vorbereiten

Falte aus dem unteren Ende ein Dreieck und knicke dieses nach oben. Öffne alles wieder, drehe die Tüte um und wiederhole den Schritt auf der anderen Seite.



Step 6.1: Boden verkleben

Stelle die Tüte mit der Oberseite auf den Tisch. Knicke die Seiten entlang der Faltung nach innen.



Step 6.2: Boden verkleben

Bestriche die neuen Dreiecke mit Kleber und falte sie zur Mitte aufeinander. Lasse alles gut trocknen.



So sieht das fertige Ergebnis aus!



Kimchi-Ramen Rezept

Victoria

benötigte Zutaten:

- 200g (vegane) Ramen-Nudeln
- Elb-Ferment-Kimchi
- Schnittlauch
- 250g Pilze (je nach Belieben)
- 200g Seidentofu
- (veganer) Gochujang oder Miso Paste (für diejenigen, die nicht zu viel Schwere mögen)
- Tomatenmark
- Sesamöl
- etwas Zucker
- Sojasauce
- Mushroom Stir Fry-Sauce
- 1l Wasser

Zubereitung:

1. Koche die Ramen-Nudeln nach Verpackungsanweisung nur mit Wasser. Gieße diese ab und stelle sie beiseite.

2. In einer Pfanne das Sesamöl erhitzen. Füge die Pilze hinzu und brate diese goldbraun an. Danach die Pilze aus der Pfanne nehmen und zum Garnieren beiseite stellen.
3. In derselben Pfanne drei Esslöffel Elb-Ferment-Kimchi hinzufügen und mit Sesamöl leicht anbraten.
4. Füge einen Teelöffel Gochujang, einen Teelöffel Zucker, zwei Teelöffel Mushroom Stir Fry-Sauce, zwei Teelöffel Tomatenmark und Sojasauce nach Belieben hinzu. Rühre gut um! Lasse nun das Wasser nach und nach zufließen und lasse die Sauce kurz köcheln.
5. Füge die gekochten Ramen-Nudeln hinzu. Mische alles gut um, sodass die Nudeln gleichmäßig mit Sauce bedeckt sind.
6. Serviere die Ramen in Schüsseln und dekoriere sie nach Belieben mit Kimchi, Pilzen, Lauchzwiebel und Tofu.

Das ist ein einfaches Rezept, welches Du nach deinem Geschmack anpassen kannst.
Guten Appetit!

Kürbis-Schoko-Brownies

Johanna

benötigte Zutaten:

für die Kürbiscreme:

- Ein mittelgroßer Hokkaidokürbis
- 100g veganer Frischkäse
- gemahlener Zimt
- gemahlener Muskat
- gemahlener Piment

für den Teig:

- 200g Zartbitterschoki
- 200g Weizenmehl (Typ 405)
- 200g Zucker
- 50g Kakaopulver
- 100g Apfelmus
- 100ml Pflanzenöl
- 200ml pflanzliche Milch

Zubereitung:

1. Den Kürbis in kleine Stücke schneiden und für etwa zehn Minuten kochen, bis alle Stücke weich sind. Anschließend den Kürbis pürieren.
2. Wenn das Kürbispüree abgekühlt ist, mit dem veganen Frischkäse mischen und mit Zimt, Muskat und Piment abschmecken.
3. Den Ofen auf 180°C Umluft vorheizen. Eine Backform einfetten und mit Mehl oder Kakaopulver ausklopfen. Die Schokolade schmelzen.
4. Die trockenen Zutaten (Mehl, Zucker und Kakaopulver) miteinander vermischen. Nun die feuchten Zutaten (geschmolzene Schokolade, Apfelmus, Öl und Pflanzenmilch) hinzugeben und gut verrühren.
5. Den Teig in die Backform geben, dann die Kürbiscreme darauf verteilen. Nach Wahl mit einer Gabel ein Marmoruster kreieren.
6. Die Kürbis-Schoko-Brownies für 25 – 30 Minuten backen, dann abkühlen lassen und genießen!

Sticky Tofu

Charlotte

benötigte Zutaten (für vier Personen):

- 2 Limetten
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 20g Ingwer
- 4 EL Sojasoße
- 300ml Kokosmilch
- 2 EL Sesamöl
- 1 Brokkoli
- 4 Zehen Knoblauch
- 240g Basmati-Reis
- 4 EL Weißweinessig
- 400g Räuchertofu
- 4 EL Agavendicksaft
- 20g Sesam
- 4 TL Chiliflocken
- 300ml Wasser
- 80g Speisestärke
- Salz und Erdnussmus

Zubereitung:

1. Reis in 300ml Kokosmilch und 300ml Wasser kochen
2. Brokkoli waschen und schneiden, Tofu würfeln
3. Tofu in Stärke wenden und in Öl goldbraun braten
4. Limetten auspressen, Ingwer schälen und reiben, Knoblauch schälen und reiben
5. Mit Sojasoße, Sesamöl, Weißweinessig, Agavendicksaft und Chiliflocken in einer Schüssel mischen
6. Soße köcheln lassen, bis sie eindickt
7. Brokkoli in kochendem Wasser kochen
8. Tofu mit Soße mischen und kurz erwärmen
9. Sesamsamen und Erdnussmus als Topping hinzufügen

Löwenzahn-Sirup

Teresa

benötigte Zutaten:

- 1 Liter Wasser
- 1 Kilo Zucker
- 8 Doppelhände voll Löwenzahnblüten (wenn man mit zwei Händen eine Schale für die Blüten bildet, ist das eine Doppelhand voll)

Zubereitung:

1. Die gelben, geöffneten Löwenzahnblüten pflücken, möglichst wenig grün mit abpflücken.
2. Die Blüten mit dem Wasser aufkochen und über Nacht ziehen lassen.
3. Das Wasser in ein anderes Gefäß abgießen und mit dem Zucker einkochen, bis zu einer sirupartigen Konsistenz
4. Abkühlen lassen & in Flaschen abfüllen.

Schmeckt zum Beispiel super in Joghurt und auf Pfannkuchen :)



Gedichte

Erklärung zum Gedicht: „Neumond“

Wie das Gedicht entstanden ist, kann ich nicht genau erklären. Ich vermute, dass ich dem Mond ein wenig Aufmerksamkeit schenken wollte. Schließlich verdanken wir ihm, dass wir im Dunkeln einen Lichtblick haben...

Neumond

Was passiert,
wenn der Mond aufhört zu leuchten?
Wenn er sich ziert,
dem Kreislauf zu gehorchen?

Wenn er sich vor der Sonne versteckt
und wünscht,
er wäre unentdeckt.

Die Nächte wären schwarz getüncht,
sie wären einsam, düster, kalt,
bedrohlich, schaurig, schwer.
Die Magie der Nacht verhallt.

Für den Fischer und das Meer
gibt es keine Richtung mehr.
Seine Netze bleiben leer.
Sein Kompass spielt verrückt.
Wie kommt er jetzt zurück?
Niemand, der über ihn wacht.

Wir brauchen dich, Mond.
Jede Nacht
neu.

- Selma Nebert

Erklärung zum Gedicht: „Was ich im Winter mag“

Und für das Gedicht habe ich von unserem zweiten Seminar inspirieren lassen. Da lag total schöner Schnee, die Sonne hat uns zwischendurch angelacht und wir wurden haben uns in kleine Schneengel verwandelt.

Was ich im Winter mag

Meinen Schuh in frischen Schnee stapfen,
Im Garten einen kugeligen Freund bauen,
Ausschau halten nach glitzernden Zapfen,
Wenn Sonnenstrahlen die kalte Nase tauen,

Schneebälle werfen und wieder Kind sein,
Rumalbern, rumtoben, Schlitten fahren,
Im Schnee liegen und sich im Herz freun,
Lachen, den wonnigen Moment bewahren.

- Selma Nebert

Eure Stimmen

Erklärung zum Gedicht: „Auf dem Darß“

Ich habe meine Einsatzstelle in der Museumspädagogik im OZENAEUM Stralsund. Ein weiteres Museum, das zu unserer Stiftung gehört, ist das NATUEREUM auf dem Darß, mitten im Naturschutzgebiet. Dem habe ich im Oktober einen Besuch abgestattet und dabei dieses Gedicht geschrieben.

Es hilft mir dabei, immer wieder dort in die Natur zurückzureisen und mich ein wenig fallen lassen zu können. Natürlich nur halb so wenig, als wenn ich wirklich da wäre...

Stell dir beim Lesen leichtes Wellenrauschen, Möwenrufe und warmen Sonnenschein vor, dann klappt es besonders gut :)

Auf dem Darß

Einatmen.
Spüren.
Ausatmen.
Lass dich führen.

Der Wind küsst munter deine Haut
Und pustet deine Sorgen fort.
Die Sonne streichelt dich vertraut
Und zaubert einen warmen Ort.

In der Ferne rauscht das Meer.
Es wirkt zärtlich und doch rau,
Wellen wiegen hin und her
Im unendlich weiten Blau.

Sonst ist es still.
Nur die Natur und du.
Niemand, der was von dir will,
Sondern ein Moment der Ruh.

Umgeben vom friedlichen Leben,
Wäldern, Mooren, Dünen,
Die frische Luft freigegeben
Und die Welt begrünen.

Einatmen.
Spüren.
Ausatmen.
Den Moment berühren.

- Selma Nebert



„Wir fahren zusammen“ - Neue Strategie für altes Problem?

Lou

Bei so vielen verschiedenen Krisen ist es schwer, nicht gleich den Mut und Hoffnung zu verlieren, zumindest für mich. Kriege, Rechtsruck, Klimakrise. Manchmal erinnere ich mich gerne an 2019 zurück, an den Tag, als über 1 Millionen Menschen bundesweit für Klimagerechtigkeit gestreikt haben. Wir haben das Thema jeden Tag in die Talkshows und die Medien gebracht. Doch dann frage ich mich, was ist daraus geworden? Hatten diese Aktionen alle wirklich einen Sinn? Und wie soll es jetzt weitergehen?

Es wäre zu einfach, wenn ich hier einen Plan vorlegen könnte, wie wir da raus kommen, aber ich kann davon berichten, was mich dazu bringt, weiter dran zu bleiben und Hoffnung zu haben. Einerseits sind das die vielen kleinen Erfolge und Menschen, die ich kennenlernen durfte, denen Klimagerechtigkeit mindestens genauso ein großes Anliegen ist wie mir. Andererseits aber auch Projekte kennenlernen zu dürfen, die mit einer neuen Strategie und Hoffnung an das Problem gehen: Wie werden wir mehr? Und wie können wir unsere Forderungen umsetzen?

Eines dieser Projekte ist „Wir fahren zusammen“. Die Kampagne wird durch Fridays for Future und die Gewerkschaft Verdi gemeinsam getragen mit dem Ziel, bessere Arbeitsbedingungen und eine echte Verkehrswende zu erreichen. Dass das Thema Verkehr und Verkehrswende von Klimaaktivist*innen bespielt wird, ist nicht unbedingt neu. Jedoch ist etwas Neues, dass es hier eine sehr intensive Zusammenarbeit zwischen Verdi und FfF gibt. Aber auch das Vorgehen ist neu, denn es wird nicht

nur zu großen Demonstrationen und Streiks aufgerufen, sondern es engagieren sich seit vielen Monaten hunderte Klimaaktivist*innen und Beschäftigte in den Verkehrsbetrieben. Sie lernen sich kennen, bilden sich fort und versuchen, mehr zu werden. Denn ihnen ist klar, eine echte Verkehrswende geht nicht ohne die Beschäftigten, aber auch nicht ohne den Druck der Gesellschaft und der Klimabewegung.

Ich glaube, es ist genau jetzt Zeit, aktiv zu werden und sich einzubringen. Wir müssen mehr werden! Wir müssen lauter werden! Wir müssen uns zusammenschließen!

Darum denke ich, ist die Kampagne „Wir fahren zusammen“ ein guter Anfang, Themen zu verbinden und wieder mehr Verbindungen untereinander zu schaffen. Dafür braucht es aber jede*n Einzelne*n von uns!

Darum mein Aufruf: Schließt euch zusammen und unterstützt (ökologische, soziale, gewerkschaftliche) Projekte. Unterstützt z.B. „Wir fahren zusammen“, indem ihr euch bei eurer lokalen Ortsgruppe meldet, mit eurer Fridays For Future Gruppe in Kontakt tretet oder die WFZ-Petition unterschreibt. Diese haben jetzt auch schon über 200.000 Menschen unterschrieben (z.B. auch die FÖJ-Sprecher*innen aus Niedersachsen).

Auch wenn es manchmal anstrengend ist; eine gerechte Verkehrswende und positive ökologische Veränderung schaffen wir nicht alleine, sondern wir brauchen alle mit ihren besonderen Fähigkeiten und Interessen.

Also: Misch dich ein! Wir fahren zusammen!



Das FÖJ im Kapitalismus

Konrad

Das FÖJ, für viele ein spannender Lückenfüller, doch auch gekennzeichnet von: Ungerechtigkeit und Ausbeutung! Warum das im Kapitalismus nicht besonders verwunderlich ist und warum wir uns, als Freiwillige, dessen bewusst sein müssen, erfahrt ihr in diesem Artikel.

„Wir werden im FÖJ doch nicht ausgebeutet?“

Ich verwende hier „Ausbeutung“ nicht als moralischen Begriff, sondern vielmehr als analytischen. Im Grunde wird jeder Mensch, der für Lohn arbeitet, ausgebeutet.

Wo sonst sollen denn die Profite von Unternehmen und Superreichen herkommen? Und weiter: nimmt man die Freiwilligendienste genauer unter die Lupe, fällt eines auf. Wir bekommen sogar erheblich weniger Geld als andere, die vergleichbare Arbeit leisten. Bei einem solchen Phänomen spricht man von Überausbeutung. Wir kriegen so wenig Lohn ausgezahlt, dass wir unsere Arbeit nicht einmal selbst, den gesellschaftlichen Verhältnissen entsprechend, reproduzieren können. Besonders sichtbar

wird das bei den Freiwilligen, die von ihrer Einsatzstelle keine Unterkunft bezahlt bekommen. Ohne die Hilfe von ihren Eltern oder dem Beantragen von Wohngeld kommt man da quasi gar nicht über die Runden.

Der Staat macht es sich hier natürlich besonders leicht, indem er das FÖJ als "Bildungsjahr" charakterisiert. Somit ist unser Gehalt nicht wie in normalen Arbeits- oder Ausbildungsverhältnissen an einen Mindestlohn gebunden. Bei nur 25 Seminartagen wirkt der Begriff "Bildungsjahr" natürlich vollkommen deplatziert. Ein Grund für die schlechte Bezahlung mag zwar sein, dass wir Arbeiten erledigen, die für das Kapital nur eine indirekte Funktion erfüllen, für die Gesellschaft und die Natur sind sie aber dennoch wichtig.

Fast alle von uns nehmen die schlechte Bezahlung ja auch einfach hin: "Es ist ja nur ein Jahr." Diese Einstellung führt allerdings zu Ungerechtigkeiten!

Neben Effekten wie Lohndumping hat die Überausbeutung vor allem eine Folge:

Chancenungleichheit! Klar, wenn man eine Unterkunft gestellt bekommt, Wohngeld beantragt oder die Eltern aushelfen, schafft man dieses eine Jahr irgendwie. Da-

mit dürfen wir uns aber nicht zufriedengeben! Ein junger Mensch, der aus einem ärmeren Haushalt kommt, überlegt sich sehr gründlich, ob er wirklich ein FÖJ macht und entscheidet sich im Zweifelsfall eher dafür, eine Ausbildung zu machen, um seinen Eltern weniger zur Last zu fallen.

Die Situation der Überausbeutung besteht natürlich nur, weil wir das FÖJ nicht aus ökonomischen Zwängen machen, wie es bei anderen Arbeiter*innen der Fall ist.

Das ist ja gerade das Schöne am FÖJ: frei von ökonomischen Zwängen etwas Neues zu lernen und Orientierung zu gewinnen. Und wir leisten diese Arbeit ja in der Regel, weil wir sie zumindest teilweise als sinnvoll erachten.

In den Seminaren lernen wir, unsere Interessen möglichst gerecht auszuhandeln und erfahren, wie ein gutes Zusammenleben aussehen kann (das sind natürlich nur meine Erfahrungen). Das FÖJ tut vielen von uns also definitiv gut. Dennoch müssen wir für die Ausbeutungsverhältnisse, in denen wir leben, und die damit einhergehenden Ungerechtigkeiten ein Bewusstsein entwickeln. Uns muss klar sein: Im Kapitalismus gibt es kein gerechtes FÖJ.



Naturfotos

Leonard Bartsch



Quadratisch, praktisch, grün - Wie Thüringen mit Wasserstoff klimaneutral werden soll

Noah Döring *geschrieben am 28.03.2024*

„Dekarbonisierung, Regionalität, Nachhaltigkeit“ – Damit wirbt TH2ECO („Thüringer H2 Ecosystem“), das zurzeit wichtigste Wasserstoff-Projekt Thüringens. Große Versprechen für die Zukunft Thüringens, doch was steckt dahinter?

Juni 2021: Das Thüringer Landeskabinett beschließt eine Wasserstoffstrategie. Nun soll in Thüringen eine nachhaltige Wasserstoffinfrastruktur ausgebaut und an das bundesweite Netz angeknüpft werden. Die Idee: „Grüner Wasserstoff“ aus der Region, für die Region und darüber hinaus.

Das Ziel ist klar: Thüringens eigene Energiewende – und das schon ab 2025. Das Bundesland soll klimaneutral werden, möglichst unabhängig von atomarer und fossiler Energie. Sind diese Ziele wirklich durch Wasserstoff zu bewältigen? Und was macht den Wasserstoff überhaupt „grün“?

Dazu jetzt mehr:

Thüringen im Energie-Umbruch

„Grün“ ist der Wasserstoff nicht wegen seiner Farbe, sondern aufgrund der Produktion. Wasserstoff wird durch den chemischen Prozess der Wasserelektrolyse hergestellt, für den Strom benötigt wird. Nun soll dieser Strom aus erneuerbaren Energien bezogen werden, unter anderem mithilfe von Photovoltaik und Windstrom aus Nordthüringen. Der Ausbau der Erneuerbaren geht somit Hand in Hand mit einer nachhaltigen Wasserstoffinfrastruktur.

Geplant ist ein leitungsgebundenes Versorgungsnetz. Der Wasserstoff soll in gleicher Weise wie Erdgas durch Leitungen transportiert und auf diesem Weg zum Verbraucher gebracht werden. Eine eigene Wasserstoff-Pipeline für Thüringen ist die Lösung. Bis 2025 soll diese sowohl aus einer bereits bestehenden Erdgasleitung als auch einem neu verlegten Abschnitt bestehen. Durch einen zusätzlichen Untergrundspeicher wird aus dem grünen Wasserstoff eine saisonfeste Energiequelle.

Viele Veränderungen sind auch in der Landeshauptstadt Erfurt geplant. Nicht nur das Erfurter Heizkraftwerk und Gasnetz sollen in Zukunft an die Thüringer Wasserstoff-Pipeline angeschlossen sein, sondern auch Industrie und Schienenverkehr.

Weitere Ziele sind schon in Aussicht: Von 2027 an wird

Thüringen schrittweise Teil der Deutschen Wasserstoff-Infrastruktur. Über ein Fernleitungsnetz kann somit ab 2032 auch Wasserstoff aus anderen Regionen nach Thüringen gelangen. Aufgrund der zentralen Lage ist eine gleichzeitige Versorgung aus drei Richtungen – Nordsee, Ostsee, Bayern – vorstellbar.

Wasserstoff als Alleskönner

Wasserstoff kommt in der Natur nur in gebundener Weise vor und muss von den Restbestandteilen getrennt werden, um nutzbar zu sein. Welche Vorteile hat er gegenüber dem grünen Strom, mit dem er gewonnen wird? Der zusätzliche Aufwand lohnt sich, denn Wasserstoff ist vielfältig nutzbar und technologieoffen. Grüner Wasserstoff soll nun dort eingreifen, wo andere erneuerbare Energieformen nur wenig Verwendung finden: in Industrie und Verkehr.

Viele Prozesse lassen sich in diesen Bereichen nämlich nur schwer nachhaltig gestalten. So soll Wasserstoff in Thüringen künftig in Hochtemperatur-Industrie Prozessen, Güter- sowie Personenverkehr angewendet werden. Im Verkehr dient der klimafreundliche Wasserstoff hier als Überbrückungs- oder gar Ersatztechnologie zu herkömmlichen Elektromotoren. Ein Einsatz in Brennstoffzellen von Elektromotoren oder als wasserstoffbasiertes E-Fuel ist denkbar, jedoch aufgrund des geringen Wirkungsgrades umstritten.

In der Landeshauptstadt soll Wasserstoff zusätzlich zur Erzeugung von Fernwärme durch das Heizkraftwerk der SWE-Energie genutzt werden. Thüringenweit spielt er im Bereich Wärmeerzeugung aber nur eine untergeordnete Rolle.

Ein Ausblick

Unabhängig der Anwendung ist grüner Wasserstoff der Schlüssel zur Klimaneutralität Thüringens. Ob als Überbrückung zu künftigen Technologien oder Kernbestandteil der Industrie, es ist klar: Fossile Energien sind ein Thema der Vergangenheit.

Mit der Wasserstoff-Pipeline und dem Anschluss an das Deutsche Versorgungsnetz werden große Schritte getätigt, viele weitere werden folgen. Die zentrale Lage schenkt Thüringen das Potenzial als grünes Wasserstoff-Zentrum Deutschlands, sogar Europas.

Jetzt heißt es: Das Ziel nicht aus den Augen verlieren.



30 Dinge, die Du für die Umwelt tun kannst!



Maya

1. Bananen bleiben länger haltbar, wenn Du sie aufhängst.
2. Oft braucht man weniger Zitronensaft, als eine Zitrone enthält. Meistens wird die Zitrone danach liegen gelassen und verschimmelt. Um das zu vermeiden, kannst Du den Zitronensaft in eine Eiswürfelform quetschen und einfrieren.
3. Saubere Plastikverpackungen lassen sich besser recyceln als welche, in denen noch Essensreste kleben. Also wasche deine Plastikverpackungen immer ab, bevor du diese wegschmeißt!
4. Karotten und Zitronen bleiben länger frisch, wenn Du sie in einem Wasserglas lagerst.
5. Bestimmte Pflanzenarten kannst Du mit Kaffeesatz düngen.
6. Lauchzwiebeln wachsen erneut, wenn Du ihre übriggebliebenen Wurzeln ins Wasser setzt.
7. Alte Marmeladengläser und andere Arten von Gläsern lassen sich gut als Behältnis für andere Zwecke wiederverwenden. Dies ist nachhaltiger, als wenn Du dein Altglas in den Container zum Recyceln gibst.
8. Elektronische Geräte komplett auszuschalten ist energiesparender, als diese im Standby-Modus zu lassen.
9. Zimmer- und Gartenpflanzen kannst Du auch mit gesammeltem Regenwasser oder Wasser, welches vom Eierkochen übrig ist, gießen. So sparst du wertvolles Leitungswasser.
10. Altes Brot kannst Du noch verwenden, um zum Beispiel Knödel oder Brotchips daraus zu machen.
11. Eierschalen lassen sich in stark zerkleinerten Form als Pflanzendünger verwenden.
12. Food Hugger und Bienenwachstücher sind eine umweltfreundliche Alternative zu Frischhalte- und Alufolie, die außerdem Lebensmittel auch länger haltbar machen.
13. Das Auto in einer Waschanlage zu waschen ist tatsächlich in den meisten Fällen umweltfreundlicher als sein Auto daheim zu waschen.
14. Selbstgemachtes Kastanien-Waschmittel ist eine nachhaltigere und umweltschonende Alternative zum herkömmlichen Waschmittel.
15. Verfolge den Saisonkalender, um auf dem Laufenden zu bleiben, welche regionalen Produkte zu welcher Zeit gewonnen werden. Saisonale und regionale Ernährung ist sehr viel umweltfreundlicher.
16. Repariere lieber Kleidung, wenn diese Löcher hat, anstatt sie wegzwerfen und neue zu kaufen. Manchmal lassen sich manche Macken an Klamotten auch mit schöner Stickerei upcyclen.
17. Nutze Apps oder Webseiten, wie beispielsweise „Too good to go“ oder „Zu gut für die Tonne“, um Lebensmittelverschwendung möglichst zu vermeiden.
18. Spende defekte Handys, anstatt diese in der Schublade liegen zu lassen.
19. Füllpapier von Paketen lässt sich gut weiterverwenden oder auch als Geschenkpapier upcyclen und muss so nicht weggeschmissen werden.
20. Nutze, wann immer möglich, Car-Sharing-Angebote oder bilde Fahrgemeinschaften, wenn du nicht auf den ÖPNV ausweichen kannst.
21. Verwende lieber wieder aufladbare Akkus statt Einwegbatterien.



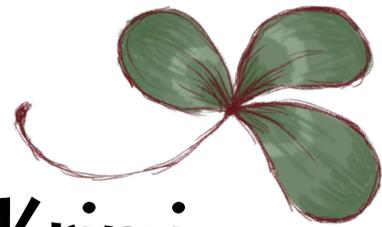
- 22.** Es ist häufig nicht notwendig, den Ofen vorzuheizen. Stattdessen kannst Du die entstandene Resthitze gegen Ende des Backvorgangs noch mitnutzen und dein Essen etwas länger im Ofen lassen.
- 23.** Auch fleckige und überreife Bananen lassen sich noch bedenkenlos verzehren, zum Beispiel als Milkshake oder im Kuchen.
- 24.** Wenn Schokolade helle Flecken hat, bedeutet das nicht zwingend, dass diese schimmelt. Oft ist die Schokolade dann schon etwas älter, sodass sich das Fett an der Oberfläche gesammelt hat. Das sieht vielleicht etwas merkwürdig aus, aber die Schokolade ist in aller Regel noch genießbar beziehungsweise wiederverwendbar, zum Beispiel als Kuvertüre.
- 25.** Wenn Du Kleidung kaufst, solltest Du dich fragen, ob Du das Kleidungsstück wirklich brauchst oder ob es dir tatsächlich gefällt, damit es am Ende doch nicht ungetragen in deinem Kleiderschrank versauert.
- 26.** Bei dem Mindesthaltbarkeitsdatum handelt es sich, wie der Name schon sagt, nur um ein Richtdatum. Oftmals
- sind Lebensmittel, die dieses Datum überschritten haben, trotzdem noch genießbar. Das gilt allerdings nicht für alle Lebensmittel: Fleisch oder Sushi sollte man in der Regel nicht nach dem Mindesthaltbarkeitsdatum verzehren.
- 27.** Greife öfter zu Second-Hand-Ware statt zu Neuware.
- 28.** Benutze lieber Brotdosen statt Butterbrottüten.
- 29.** Eierkartons eignen sich gut, um darin Pflanzensamen zu ziehen.
- 30.** Um etwas für die lokale, einheimische Flora zu tun und die Populationen von Wildbienen und Schmetterlingen zu unterstützen, kannst Du Stauden wie Kamillen oder Fetthennen anpflanzen, die für diese Insekten geeignet sind. Wähle dabei gezielt einheimische Pflanzenarten aus, da exotische Pflanzen häufig nicht die notwendigen Nährstoffe oder Pollen bieten und somit weniger attraktiv für lokale Insekten sind.

Der Kaffee-Mini-Krimi

Freya Elisabeth

Der Kommissar bückte sich über den Fleck. Dann strich er mit dem Finger darüber und roch daran, bevor er ihn ableckte. „Kaffee. Verschüttet heute, um“, er schmatzte, „sieben Uhr dreiundvierzig. Punkt“. Ich hinterfragte die Methoden des Kommissars nicht weiter, hatte es nicht mehr getan seit dem Vorfall mit der Teetasse und dem Schwein. Stumm schrieb ich das Gesagte auf. Der Chef der Firma hatte um Diskretion bei der Aufklärung des Falles gebeten, aber dennoch fühlte ich mich beobachtet. Als würde das ganze Büro auf uns schauen. Irgendwo kopierte ein Praktikant einen Zettel. „Aber warte. Das ist nicht nur Kaffee! Ich schmecke eine Note Cappuccino, etwas grünen Tee und einen Hauch von Kakao.“, rief der Kommissar da plötzlich aus und sprang auf. Wir schauten uns an und wussten beide, dass wir es beide wussten. Es gab mehr als nur einen Täter im Fall des verschütteten Getränks vor der Büroküche. „Wen haben Sie im Verdacht, Herr Kommissar?“, fragte ich nachdenklich. Dabei erfasste ich wieder den Praktikanten, der immer

noch denselben Zettel kopierte. „Alle. Sie sind es alle gewesen. Es wird sich aber keiner eingestehen, denn sie wollen ihn alle nicht weg machen“. Ich nickte. Im Verhör gestanden auch alle Mitarbeitenden ihren Beitrag zur Entstehung und zum schier wahnsinnigen Wachstum des Flecks geleistet zu haben, doch, wie vermutet, niemand fühlte sich berufen zum Lappen zu greifen und ihn zu entfernen. Denn so ist das in der Welt. Wird ein Missstand aufgedeckt, stört er zwar fast jeden, aber gleichzeitig ziehen alle sich aus der Verantwortung. Alle sind ein wenig Schuld, aber niemand scheint etwas zu ändern. Am Ende, nach 6 langen Wochen, war der Kaffeeleck nicht nur nicht verschwunden, sondern er war gewachsen und nahm jetzt fast den gesamten Küchenboden ein. Eine Reinigungsfachkraft einzustellen wurde diskutiert, schien aber zu teuer. Ein Ende des Vergießens von Getränken ist nicht in Sicht. Allerdings erfuhr ich, dass der Praktikant deshalb so lange kopiert hat, weil kein Papier vorhanden und der Kopierer ein Drucker war.



Einweg-E-Zigaretten: Werbung auf Social-Media durch Influencer*innen

Mehmet Sefa Dal

Vapes sehen nicht aus wie herkömmliche Zigaretten, sie enthalten aber ähnliche Mengen Nikotin. Du benutzt sie, bis das Liquid leer ist, und dann ab in den Mülleimer. In der Einweg-Vape ist eine Art Tank, ein kleiner Heizer und eine Batterie, die man nicht wieder aufladen kann. Es gibt sie in vielen auswählbaren Geschmacksrichtungen oder Aromen wie z.B. Mango, Kiwi, Cola usw. Das Aerosol, also der Dampf, den du einatmest, enthält viele chemische Stoffe und das abhängig machende Nikotin. In den letzten Jahren haben junge Leute in Deutschland ihre Gewohnheiten in Bezug auf Rauchwaren stark verändert. Neben herkömmlichen Zigaretten und Shishas sind Einweg-Vapes, auch Disposables genannt, total angesagt. Das hängt auch mit den Influencer*innen zusammen, den Leuten auf YouTube, Instagram und TikTok, die viel Einfluss auf uns haben.

In diesem Factsheet erfährst du, wie Influencer*innen auf Social Media Werbung für Einweg-Vapes machen und was das für Jugendliche bedeutet.

Warum du über Einweg-E-Zigaretten und Werbung Bescheid wissen solltest:

Einweg-E-Zigaretten sind kein Kinderkram. Die Dinger können deiner Gesundheit echt schaden, vor allem, wenn du noch in der Wachstumsphase bist. In ihnen stecken gesundheitsgefährdende Stoffe wie Glycerin, Propylenglykol, Formaldehyd. Klingt nach Labor, oder? Und Nikotin – das kann echte Probleme machen. Also, es ist mega schlau, sich damit auseinanderzusetzen und nicht einfach ins Blaue hinein zu entscheiden.

Aber, hey, das ist noch nicht alles! Die sozialen Medien sind voll von Werbung für diese Teile, und die Influencer*innen sind echte Profis darin, dich zu beeinflussen. Ehrlich gesagt, die haben's drauf. Deshalb ist es total klug zu verstehen, wie das Ganze auf Plattformen wie YouTube, Instagram und TikTok funktioniert. So fällst du nicht auf die Tricks rein. Und wenn du Bescheid weißt, kannst du sogar deine Freund*innen und Mitschüler*innen aufklären und ihnen helfen, bessere Entscheidungen zu treffen.

Es gibt außerdem Gesetze: Vapes dürfen erst ab 18 Jahren gekauft und verwendet werden. Es ist wirklich klug zu wissen, was erlaubt ist und was nicht.

Und übrigens: Das achtlose Wegwerfen von Einweg-E-Zigaretten auf die Straße oder in den Hausmüll verursacht Umweltschäden vor allem durch die Batterien. Vapes sind Elektroschrott! Für die Produktion der Vapes wer-

den wertvolle Ressourcen wie Lithium und Kupfer abgebaut. Das hat oft weitreichende negative Auswirkungen auf die Umwelt und Gemeinschaften vor Ort, z.B. in Argentinien und Peru.

Am Ende des Tages ist es richtig wichtig, gut informiert zu sein. Das hilft dir, schlaue Entscheidungen für deine Gesundheit und deinen Lebensstil zu treffen und dich vor Gefahren zu schützen. Bleib smart!

Gesundheitliche Risiken von Vapes:

1. Nikotinsucht: Vapes können süchtig machen, was das Aufhören schwer macht.
2. Atemwegsprobleme: Das Einatmen des Aerosols kann zu Husten, Atemproblemen und möglicherweise Asthma führen.
3. Giftige Chemikalien: Das beim Erhitzen entstehende Aerosol von E-Zigaretten und Vapes enthält gesundheitsschädliche Substanzen wie z.B. Formaldehyd, die der Lunge schaden. In die Lunge gehört eigentlich nur Luft rein ;-)
4. Gefahr für Jugendliche: Nikotin beeinflusst das sich entwickelnde Gehirn von Jugendlichen und beeinträchtigt die geistige Entwicklung und Konzentration.
5. Unbekannte Langzeitrisiken: Da E-Zigaretten vergleichsweise neu sind, sind die langfristigen Gesundheitsrisiken für die Lunge und das Herz-Kreislauf-System noch unbekannt, doch neuere Untersuchungen deuten auf eine langfristige Gesundheitsgefährdung durch Vapen hin.

Werbung und Marketing sollen gezielt junge Menschen ansprechen

Vape-Werbung zielt speziell auf Jugendliche ab. Die Werbesprache, die von der Industrie benutzt wird, kennst du bestimmt. Sie benutzt Wörter wie Vapes, vaper oder dampfen. Diese Wörter haben sich im Vokabular der Jugendlichen etabliert und lassen es so klingen, als wäre es total harmlos. Aber in Wirklichkeit trickst die Werbung mit Worten, um alles besser aussehen zu lassen, obwohl in vielen Ländern strenge Regeln gelten und der Gebrauch von Einweg-E-Zigaretten für junge Menschen unter 18 Jahren in Deutschland durch das Jugendschutzgesetz verboten ist. Die Produkte kommen oft in futuristisch gestalteten Verpackungen mit auffälligen Farben und Styles, die junge Menschen anlocken sollen. Die Vielfalt an Geschmacksrichtungen, von Gummibärchen bis Desserts, soll Naschkatzen und Geschmacksentdecker*in-

nen ansprechen. Unternehmen nutzen Plattformen wie Instagram und TikTok sowie Influencer*innen mit vielen jugendlichen Fans, um Produkte zu bewerben. Vape-Marken sind auch auf Festivals und Events präsent, wo junge Menschen unterwegs sind. Gratisproben und Goodies wecken Neugier. Vape-Produkte sind leicht online erhältlich und werden teilweise nach Hause geliefert. Die Werbung betont Freiheit und Coolness, was Jugendliche anspricht. Doch beachte: Vape-Werbung im Internet ist in Deutschland gesetzlich verboten. Gesetze und Aufklärung sind entscheidend, um deine Gesundheit und die deiner Freund*innen zu schützen. Lass dich nicht von schicker Werbung täuschen und bleib informiert!

Wie Influencer*innen auf Social Media für Vapes werben

Die Präsenz von Einweg-E-Zigaretten in sozialen Medien fällt auf, oder? Influencer*innen und Promis haben mega viele Fans, vor allem junge Leute. Wenn bekannte Gesichter wie Loredana, Knossi, Montana Black, Massiv, Samra usw. Einweg-E-Zigaretten zeigen, beeinflusst das Jugendliche stark. Wir orientieren uns oft an unseren Idolen und sie machen massenhaft Werbung. Besonders auf Plattformen wie YouTube, Instagram und TikTok. Influencer*innen und Musiker*innen präsentieren Einweg-E-Zigaretten cool und verführerisch. Das kann Jugendliche dazu verleiten, die Geräte ohne Kenntnis der Risiken auszuprobieren.

Influencer wie Knossi und Montana Black aka (Monte) zeigen sich beim Vapen in ihren Twitch Livestreams und auf Instagram. Das weckt das Interesse junger Zuschauer*innen. Sie präsentieren das Rauchen von Einweg-E-Zigaretten oft positiv und unbeschwert. Diese Szenen werden auch in YouTube Videos geteilt, hochgeladen auf Kanälen mit Millionen Abonent*innen und Aufrufen. Loredana ist im Migo-Vape-Hype! Sie ist auf Migo's Webseite und deren Social-Media-Kanälen (Instagram, TikTok) präsent. Ihr Musikvideo vom Song „Oft vertraut“ ist von Migo gesponsert und gleich zu Beginn des Videos wird klar: „Bezahlte Werbung!“ Im Video wird es so dargestellt, als ob das Rauchen von Einweg-E-Zigaretten dabei helfe, Frust und Kummer loszuwerden. Auf YouTube hat Loredana 1,58 Mio. Abonent*innen, und das Video zu „Oft vertraut“ wurde in nur 9 Monaten beeindruckende 1,4 Mio. Mal angeklickt.

Der Rapper Massiv hat auch seine eigene Vape-Marke und bewirbt diese über verschiedene Social-Media-Kanäle. Die Marke hat einen extra Insta-Account, aber auch auf dem Insta-Kanal des Musikers erscheinen Posts, in denen die Einweg-E-Zigaretten zu sehen sind. Auf YouTube sind Werbevideos für die Marke zu sehen und in Musikvideos werden viele dieser Vapes geraucht.

Mythen über Vapes und die Realität von Einweg-E-Zigaretten:

- Mythos: Vapes sind harmlos.
 - Realität: Einweg-E-Zigaretten können süchtig machendes Nikotin enthalten und sind ein Risiko für deine Lungengesundheit.
- Mythos: Vapen ist gesünder als Rauchen.
 - Realität: Rauchen von Einweg-E-Zigaretten ist weniger schädlich als Rauchen, aber riskant.
- Mythos: Vapes sind nicht für Jugendliche attraktiv.
 - Realität: Einweg-E-Zigaretten locken Jugendliche mit verschiedenen Geschmacksrichtungen an und bergen das Risiko der Nikotinsucht.
- Mythos: Vapes sind unschädlich, nur Wasserdampf.
 - Realität: Das Aerosol kann schädliche Chemikalien wie z.B. Formaldehyd enthalten. Langzeitwirkungen sind noch nicht vollständig erforscht.
- Mythos: Einweg-E-Zigaretten helfen beim Rauchstopp.
 - Realität: Die Wirksamkeit von Einweg-E-Zigaretten bei der Entwöhnung ist umstritten. Rauchende Personen benutzen häufig beide Produkte – Einweg-E-Zigaretten und Zigaretten.

Meine Tipps für Dich – Hier sind einige coole Tipps, wie du dich vor manipulativer Vape-Werbung schützen kannst:

- Check aus, was Sache ist. Informiere dich über die Gefahren von Einweg-E-Zigaretten. Wissen ist Macht!
- Sei ein Profi im kritischen Betrachten von Werbung. Erkenn, wenn sie versucht, dich zu ködern.
- Vertraue nicht allem, was Werbung dir erzählt. Hol dir Infos aus vertrauenswürdigen Quellen, die kein Geld durch die Werbung verdienen.
- Es kann echt hilfreich sein, mit deinen Eltern oder Erziehungsberechtigten über deine Gedanken zu Vapes zu sprechen. Offene Gespräche sind Gold wert.
- Denk dran: Vapes gibt es erst ab 18 Jahren – halte dich dran, um dich selbst zu schützen.
- Lass dich nicht von Gruppenzwang beeinflussen. Bleib stark und lass Dich nicht manipulieren.
- Denk darüber nach, was du in deinem Leben erreichen willst. Setz dir klare Ziele und bleib dran.
- Such dir gesunde Wege, um mit Stress oder Langeweile umzugehen. Sport, Hobbys, Meditieren oder mit Freund*innen quatschen sind mega Alternativen.
- Vergiss nicht: Deine Gesundheit geht vor. Einweg-E-Zigaretten sind riskant.
- Du kannst natürlich auch versuchen, etwas gegen verbotene Werbung zu tun. Probier's mal mit einer Online-Meldung beim Ordnungsamt. Die Personen, die sich



nicht an Regeln halten, müssen mit den Konsequenzen leben.

- Wenn du schon mit dem Vapen angefangen hast und es schwer findest aufzuhören, hol dir Hilfe. Es gibt Profis und Programme, die dir beim Aufhören helfen können.
- Du möchtest unbedingt mit dem Rauchen oder dem Vapen aufhören: Die BzG (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) hilft dir: Tel.: +49 221 8992-0, <https://www.rauch-frei.info/>

Sich vor manipulativer Werbung zu schützen und kluge Entscheidungen zu treffen, ist eine wichtige Sache. Mit diesen Tricks bist du besser gewappnet, um Versuchungen zu widerstehen und auf deine Gesundheit zu achten.

Zuerst herausgegeben von: Unfairtobacco
info@unfairtobacco.org | unfairtobacco.org

Quellen:

Gesundheit:

- Deutsches Krebsforschungszentrum (2023): Risiken von E-Zigaretten und Tabakerhitzen. Online: https://www.dkfz.de/de/krebspraevention/Downloads/pdf/Buecher_und_Berichte/2023_Risiken-von-E-Zigaretten-und-Tabakerhitzen.pdf
- Jorn Zahlmann (2023): E-Zigaretten: Vape-Trend bei vielen Jugendlichen in SH. Online: <https://www.ndr.de/nachrichten/schleswig-holstein/E-Zigaretten-Vape-Trend-bei-vielen-Jugendlichen-in-SH,ezigarette188.html>
- NDR (2019): Rauchen: Wie schädlich sind E-Zigaretten? Online: <https://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Rauchen-mit-E-Zigaretten-Wie-schaedlich-sind-sie,ezigarette166.html>

- Quarks (2021): Wie gefährlich ist die E-Zigarette? Online: <https://www.quarks.de/gesundheit/wie-gefaehrlich-ist-die-e-zigarette/>
- Bundesinstitut für Risikobewertung (2021): E-Zigaretten - alles andere als harmlos. Online: https://www.bfr.bund.de/de/e-zigaretten___alles_andere_als_harmlos-129574.html
- Stiftung Warentest (2021): Ist Dampfen weniger gefährlich als Rauchen? Online: <https://www.test.de/E-Zigarette-Ist-Dampfen-weniger-gefaehrlich-als-Rauchen-4817257-0/>
- drugcom (2019): Drogenlexikon Nikotin. Online: <https://www.drugcom.de/drogenlexikon/buchstabe-n/nikotin/>
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2021): Der Substanzkonsum Jugendlicher und junger Erwachsener in Deutschland. Online: https://www.bzga.de/fileadmin/user_upload/PDF/studien/BZGA_Alkoholsurvey_2021.pdf

Werbung:

- Science media center germany (2019): Werbung für E-Zigaretten auf Instagram. Online: <https://www.sciencemediacenter.de/alle-angebote/research-in-context/details/news/werbung-fuer-e-zigaretten-auf-instagram/>
- Süddeutsche Zeitung (2023): Das Märchen vom gesunden Rauchen. Online: <https://www.sueddeutsche.de/panorama/e-zigaretten-jugendliche-sucht-vapes-1.5844184>
- Tobacco-Free-Kids (2023): Tobacco Industry Ads Generate Billions of Views and Reach Millions of Kids on Instagram, Facebook, X and TikTok. Online: https://www.tobaccofreekids.org/press-releases/2023_12_08-social-media-report
- Tobacco-Free-Kids (2023): Tobacco & Nicotine Marketing on Social Media. Online: https://assets.tobaccofreekids.org/content/what_we_do/industry_watch/social-media-marketing-tactics/2023_12_08_SponsoredByBigTobacco.pdf
- Tagesschau (2024): Werbung als scheinbar persönliche Empfehlung. Online: <https://www.tagesschau.de/wirtschaft/marketing-werbung-influencer-konsum-100.html>

Verbot von Einweg-E-Zigaretten:

- Julia Jannaschk (2022): Jugendtrend Vapes: Darum könnten Einweg-Elektrozigaretten verboten werden. Online: <https://www.watson.de/leben/analyse/964283791-jugendtrend-vapes-darum-koenteneinweg-elektrozigaretten-verboten-werden>
- Berliner Morgenpost (2023): Vapes: Einweg-E-Zigaretten als Einstiegsdroge für Teenager? Online: <https://www.morgenpost.de/ratgeber/article238329789/vapes-e-zigaretten-jugendliche-geschmack-drogen-rauchen.html>



Für Freiwillige: Let's Act

Charlotte

Ihr als FÖJler wisst wohl am besten, wie wichtig das Ehrenamt und freiwilliges Engagement für unsere Gesellschaft sind. Aber auch einem selbst bringt das Mitwirken an Aktionen Freude und das Gefühl nach der Arbeit, etwas Sinnvolles für Mensch, Tier und/oder Natur getan zu haben, ist einfach unbeschreiblich.

Die Mehrheit der Deutschen wäre gerne ehrenamtlich tätig, ist es aber nicht, weil entweder die Zeit, der Mut oder der Zugang fehlt. Um den Einstieg ins Ehrenamt zu erleichtern, wurde die App Let's act entwickelt. Sie vermittelt zwischen Organisationen, die Unterstützung suchen und Menschen, die gerne ihre Hilfe anbieten würden. Besonders für Personen in einer neuen Umgebung ist diese Form der „Verkopplung“ ein grandioser Weg, um neue Leute kennenzulernen und gleichzeitig etwas Gutes zu tun.

Die App

Vision: eine Welt mit mehr Nächstenliebe, Teilnahme und Verantwortung gegenüber der Erde und dem Zusammenleben

Bei Let's act kann man sich entweder als Volunteer oder

als Organisation, um neue Freiwillige zu gewinnen, registrieren. Die App ist sehr übersichtlich aufgebaut und unterscheidet zwischen Projekten, bei denen du vor Ort dabei sein wirst oder online hilfst. Dafür gibst du deinen Heimatort an und den Radius, den du bereit bist, zurückzulegen. Je nachdem, wie belebt dein Heimatort ist, werden dir nun verschiedene Organisationen vorgeschlagen, bei denen du tätig werden kannst.

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, individuelle Interessenfelder anzugeben, mit denen man sich beschäftigen möchte, sodass man schnell Angebote findet, die zu einem passen. Beispiele hierfür sind Umwelt- und Naturschutz, Tierschutz, Bildung & Sprache, Flucht & Migration, Demokratie & Menschenrechte, Leben im Alter, Soziale Gerechtigkeit & Ungleichheit oder Sport & Freizeit.

Wenn du Lust hast auf Vernetzung, Austausch und Engagement, lade dir die kostenlose App herunter und bewirke etwas in der Welt!



App-Icon



Erfahrungsberichte aus dem FÖJ

Luchs-Gedicht

Starten wir am Sonntagabend
Alle hoffen das Seminar sei zusagend
Bei vielen spieß die Motivation
Noch mehr aber spüren die Aufregung schon
Viele reisten mittels der Bahngleise
Doch manche bestritten sportlich mit dem Rad die Anreise

Am Anfang war die Stimmung noch sehr bedrückt
Doch wir sind immer weiter zusammengerückt
Dabei halfen uns Wachsmaske und Whiskymixer
So vereinten sich zum Beispiel Techniker und Tierbesitzer
Das Essen hat und sehr gemundet
Dies hat die Seminare immer abgerundet

Die Zeit verging immer schneller
Nach flockigen Werwolfkunden im Keller
Auf den Schwellengang ließen wir uns ein
im hellen Sonnenschein
Entlang dem Rhein gingen wir in uns hinein.
Rasend kam der letzte Tag in Sicht

Drum schrieben wir dies Gedicht zu allerletzt ist zu erwähnen
Wir sind beim Dichten grade sehr am Gähnen
zwischen all den edlen Schwänen
Uns gefällt es hier so sehr
Da Fällt uns der Abschied einfach schwer
Deswegen sei uns eines klar
Wir freuen uns schon wieder aufs nächste Seminar
Drum vergesst nie; seid im Herzen ein Luchs
und ihr werdet im Gedächtnis ein Fuchs

- Linus, Lena, Niko aus der Seminargruppe Luchs



Unser Jahr am LSZU

Emma

Das Landesschulzentrum für Umweltbildung (LSZU) in Adelsheim ist eine Bildungseinrichtung des Landes Baden-Württemberg und bietet Forschendenwochen für Schulklassen zu diversen Themen im Bereich der Umweltbildung an. Durch das intensive praktische Arbeiten anhand von Versuchen und unterschiedlichen Exkursionen wird dies eine ganz besondere Unterrichtswoche für alle Beteiligten.

Jeden Morgen werden wir von unseren Tieren begrüßt, um die wir uns kümmern. Regelmäßig Ausmisten gehört ebenso dazu wie das Füttern. Wir haben zwei Schafe und zwei Ziegen sowie Hühner. Besonders liebgewonnen hat Alexander die Seidenhühner :-).

Montagnachmittags nehmen wir an der Schulgarten-AG teil. Hier haben wir im Winter auch einmal Plätzchen gebacken oder „Häuser“ für Ohrenzwicker gebastelt. Im Moment geht es mit Pflanzenanzucht und -verkauf im Gewächshaus los; es wachsen zum Beispiel verschiedene Salatpflanzen, Rettich, Spinat, Tomaten und Paprika in unserem Gewächshaus. Ebenfalls machen wir unseren Schulgarten frühjahrstauglich.

Am Ende einer Forscherwoche ist es Pflicht für die Schüler*innen ihren Müll zu sortieren und zu kontrollieren, ob alles richtig getrennt wurde. Dabei unterstützen wir die Schulklassen.

Ein Highlight ist es auch immer, wenn wir Klassen bei ihrem Unterricht und den Exkursionen begleiten dürfen. So waren wir zum Beispiel schon bei Förster*innenführungen, Gewässeruntersuchungen, Klärwerkbesuchen und Ausflügen zu unterschiedlichen landwirtschaftlichen

Betrieben dabei. Darüber hinaus haben wir an Modulen in unserem Regenwaldzimmer und auch an einer „Klimakonferenz“ teilgenommen.

Außerdem betreuen wir jeweils einen Kurs der Hector-Kinderakademie in Adelsheim. Die Hector-Kinderakademien sind Teil der Hochbegabtenförderung in Baden-Württemberg und richten sich vornehmlich an Grundschulkindern. Zusammen erarbeiten wir mit den Kindern die Themen „Wo kommt unsere Nahrung her?“ und „Was passiert mit unserem Müll?“. Das macht uns immer besonders viel Spaß und Freude.

Über das gesamte Jahr hinweg helfen wir bei der Betreuung der Honigbienen. Im Winterloch hatten wir so auch immer genug zu tun, als wir alte Waben eingeschmolzen und die Rahmen anschließend wieder sauber gemacht haben. Das war perfekt für das schlechte Wetter und wir konnten sämtliche Weihnachtslieder-Playlists rauf und runter hören.

Jetzt im Frühling treffen wir alle Vorkehrungen, um in den letzten Monaten des FÖJ noch unseren eigenen Honig herstellen zu können. Darauf freuen wir uns schon sehr. Genauso wie man daheim den Rasen mäht, mähen und schneiden wir auch am LSZU unsere Grünflächen. Gerade im Schulgarten und am Schulteich gibt es hier viel zu tun.

Wir blicken schon auf ein ganzes halbes Jahr FÖJ zurück. Kaum zu glauben! Insgesamt finden wir es hier sehr schön und fühlen uns am LSZU richtig wohl. Es war bis jetzt jeder Tag anders – jeder Tag ist ein neues Abenteuer!



Gutes Essen braucht Zukunft: Wir-haben-es-satt-Demonstration

Charlotte



Berlin 2024: Erneut setzten sich Bäuer*innen, Köch*innen, Verbraucher*innen, Imker*innen, Natur- und Tierschützer*innen sowie Umweltaktivist*innen auf der Demo am 20. Januar für einen klima- und tiergerechten Umbau der Landwirtschaft ein.

Umweltverträgliches (Land)wirtschaften muss von der Regierung gefördert und honoriert werden, damit auch kleine bäuerliche Unternehmen konkurrenzfähig bleiben und das Höfesterben gestoppt werden kann. Bäuer*innen befinden sich aufgrund der ungerecht verteilten Agrarsubventionen der EU und der Kürzungen in der Entwicklungszusammenarbeit an ihrer Schmerzgrenze.

Zudem sorgen Gentechnik und Patente für eine verstärkte Abhängigkeit der Landwirt*innen von großen Agrarkonzernen. Für mehr Vielfalt auf den Tellern und Ackern sprachen sich die Demonstrant*innen gegen den Einsatz von Pestiziden aus. Allen voran Glyphosat führt zu einem dramatischen Rückgang der Insektenvielfalt. Für den Erhalt unserer Pflanzen- und Tierwelt gilt es, auch Böden und Gewässer bei ihrer Bewirtschaftung zu schützen.

Die geforderte Agrarwende beinhaltet außerdem eine artgerechte Tierhaltung, das heißt das Schließen von Tierfabriken und Megaställen. Und nicht nur das Wohlergehen der Tiere spielt eine Rolle. Konsument*innen muss eine gesunde und nachhaltige Ernährung ermöglicht werden, die aus fair produzierten und dennoch bezahlbaren Lebensmitteln besteht. Wenn wir solidarisch handeln, können wir den Hunger bekämpfen!

Aktivenwochenende der BUNDjugend

Rund um die WHES-Demo organisierte die BUNDjugend ein kostenloses Austauschwochenende mit Übernachtung in einer Schule, bei dem Jugendliche aus allen Bundesländern Deutschlands zusammenkamen.

Gemeinsam haben wir am Abend der Anreise die Demo vorbereitet, also z.B. Schilder und Banner gestaltet oder die Choreographie für die Fotoaktion des Jugendblocks

geprobt.

Am nächsten Morgen ging es nach dem Frühstück los zum Willy-Brandt-Haus, wo die Kundgebung begann. U.a. Luisa Neubauer, eine deutsche Klimaaktivistin und Organisatorin von Fridays For Future, hielt eine kurze Rede. Nach der Einstimmung machte sich der Pulk in Richtung des Bundeskanzleramts auf, wo die Abschlusskundgebung stattfand. Der knapp zweistündige Marsch wurde von Traktoren, Trommeln und Megaphon-Ansagen begleitet, sodass wir für ordentlich öffentliches Aufsehen sorgten.



Etwa 8.000 Menschen nahmen an der Demo teil.

Nach dem offiziellen Teil war es einem freigestellt, ob man sich zum Fest der Agrarwende in die Heinrich-Böll-Stiftung begibt oder in der Schule aufwärmt. Bis spät abends war Zeit für kleine Workshops (z.B. We care and repair) und Gesprächsrunden zu Themen wie Fast Fashion oder Wassergerechtigkeit. Natürlich durften laute Musik und Tanz nicht fehlen, bis alle nach Mitternacht schlafen gingen. Vor der Abreise wurden jegliche Bilder, Videos und Presseartikel angeschaut und weitergeleitet, damit jeder dieses ereignisreiche Wochenende in Erinnerung behält :).



Was wäre, wenn wir nicht scheitern?

Shirin Shanibaqi

Die Ausstellung „Klima X“ fragt: Warum tun wir nicht, was wir wissen?

Im imposanten Museum der Kommunikation in Berlin-Mitte findet derzeit die Ausstellung „Klima X“ statt. Sie dreht sich um die Frage: „Warum tun wir nicht, was wir wissen?“. Dabei geht es nicht nur um die Klimakatastrophe, sondern auch um den Beginn und den Grund für die Eskalation der Klimakrise – und natürlich um die Kommunikation. Die Ausstellung ist technisch und spielerisch aufgebaut, sodass die Besucher*innen Spaß dabei haben, sich mit den ernstesten Themen auseinanderzusetzen. Die Ausstellung sorgt dafür, dass die Besucher*innen sich ihrer Rolle in der Klimakrise bewusst werden, aber sich nicht allein fühlen.

Angst und Hilflosigkeit

Viele wissen, was gut für die Umwelt und für sie selbst ist, und tun dennoch oft das Gegenteil. Wenn man bedenkt, dass die sozialen Medien vielen Menschen Angst einjagen, ist es nicht verwunderlich, dass sie sich klein und schwach vorkommen und das Gefühl haben, allein nichts ausrichten zu können. Das nimmt den Menschen die Hoffnung auf Besserung. Die Ausstellung will dagegen vermitteln, dass es noch Hoffnung gibt. Über den Klimawandel heißt es dort: „Er ist real. Wir sind die Ursache. Er ist gefährlich. Die Fachleute sind sich einig. Wir können noch etwas tun.“ Die Ausstellung hat mehrere Stationen, die die Besucher*innen auf neue Herausforderungen stoßen lassen. Vor allem der Test, was für ein Menschentyp man ist, hinterlässt Spuren. Dabei werden den Besucher*innen Bilder gezeigt, die die Klimakrise und ihre Folgen betreffen. Dabei müssen sie angeben, was sie fühlen, wenn sie die Bilder sehen. Als Ergebnis erfährt man, was für eine Haltung man der Klimakrise gegenüber hat. Es zeigt sich, dass viele Menschen unter Schock stehen oder zurzeit hilflos oder ratlos sind. Es zeigt sich aber auch, dass viele von uns etwas tun wollen – allerdings nicht wissen, wo sie anfangen sollen.

Anruf in die Zukunft

Die Ausstellung macht auf wichtige Ereignisse und Themen aufmerksam, die auf den ersten Blick wenig mit der Klimakrise zu tun haben. So geht es um Frauenrechte oder um die Ereignisse im Ersten und Zweiten Weltkrieg – und darum, inwiefern sie den Klimawandel in eine andere Richtung gelenkt haben. Beim Gang durch die Ausstellung wird deutlich, wie sehr alles miteinander verbunden ist und wie viele Geschehnisse und Entscheidungen der letzten Jahrhunderte – wenn nicht sogar Jahrtausende – die Klimakrise beeinflusst haben. Am Ende der

Ausstellung gibt es die Möglichkeit, einen Anruf in eine Zukunft zu wagen, die es geben könnte, wenn wir nicht versagen. Die Personen, die in der Leitung sind, erzählen, wie ihr Leben aussieht und welche Regeln in ihrer Welt gelten. Je nachdem, wem man zuhört, erfährt man von unterschiedlichen Dingen, die den Alltag prägen. Eine erzählt, wie angenehm das Leben sein kann, auch wenn man nicht sehr oft verweist. Einigen von uns mag das Leben der Menschen am anderen Ende der Leitung langweilig vorkommen, allerdings würde „friedlich“ ihre Welt besser beschreiben.

„Jugendliche fühlen sich ernst genommen“

Ein Gespräch mit Kurator Sebastian Mall gibt Aufschluss über Intention und Ziel der Ausstellung. Wichtig zu wissen ist, dass die Ausstellung für Menschen ab zwölf gedacht ist. Nicht geeignet ist sie für Menschen, die mit ihrer persönlichen Situation nicht klarkommen. Schließlich geht es um ernste Dinge, die uns erdrücken oder uns zumindest sehr nahe gehen können. Auf die Frage, was die Ausstellung erreichen soll, antwortet der Kurator: Die Menschen sollen wieder Hoffnung schöpfen und Zuversicht gewinnen, um richtig zu handeln. Er selbst habe bei der Auseinandersetzung mit den Themen eine Menge lernen können, betont der Ausstellungsexperte mit 20-jähriger Berufserfahrung. Besonders interessant findet er die Geschichte der Klimakommunikation und die im Hintergrund stehende Frage der Verantwortung des Journalismus. Insgesamt werde man sich seiner Rolle bewusster und handle auch entsprechend, sagt Mall. Gerade junge Menschen könnten aus der Ausstellung viel mitnehmen, findet er. „Junge Menschen fühlen sich hier ernst genommen“, ist seine Erfahrung. Ausschlaggebend sei, dass sie auf andere zugehen und die Themen ansprechen. Zu kommunizieren und sich Gedanken zu machen sei schließlich der erste Schritt. Das Ausstellungsteam ist fest davon überzeugt, dass „Klima X“ Menschen dazu anregt, etwas gegen den Klimawandel zu tun – oder zumindest Interesse zu zeigen.

Weiterführende Informationen

- Ausstellung „Klima X. Warum tun wir nicht, was wir wissen?“, bis 1. September 2024 im Museum für Kommunikation, Leipziger Str. 16, Berlin-Mitte (U2 Mohrenstraße, U6 Stadtmitte)
- Di 9-20, Mi-Fr 9-17, Sa/So 10-18 Uhr. Eintritt 8/4 Euro (unter 18 Jahre frei)
- www.mfk-berlin.de/klima-x Tel. (030) 202940



Freiwillig in der Heide

Elia Olaf Ströbel

Ich bin Elia Ströbel, 18 Jahre und mache gerade mein Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ) beim Heideflächenverein Münchner Norden e. V. in der Umweltstation HeideHaus.



Heide sonnig

© B. Paulini

Wie ich zum FÖJ gekommen bin?

Ich wollte nach dem Abi nicht sofort studieren. FSJ und BuFDi? Das war und ist nichts für mich. Meine Ursprungsidee? Arbeiten auf einer Berghütte, endlich draußen sein. Ich wollte in diesem Jahr auf jeden Fall etwas Neues machen. Vom FÖJ wusste ich Anfang des Jahres noch nichts. Erst im März habe ich davon erfahren und war sofort überzeugt. Am nächsten Tag ging dann die Bewerbung für zwei Stellen raus. Mit einer Absage (sie hatten schon einen FÖJler) und einem Vorstellungsgespräch ging es dann weiter. Nach dem Gespräch haben sich die Verantwortlichen aber doch für einen anderen Bewerber entschieden. Dann habe ich erst mal gedacht; ok, dann soll es nicht sein und ich hatte meinen alten Plan immer noch in der Hinterhand. Aus meiner Familie wurde ich dann noch mal auf eine Stelle aufmerksam gemacht. Die klang interessant, aber war mir irgendwie durchgerutscht. Um eine bessere Chance zu haben, genommen zu werden, habe ich dort direkt angerufen und gefragt, ob die Stelle noch frei sei. Der nächste Schritt war direkt ein Vorstellungsgespräch. Dieses lief super und ich habe direkt die Zusage bekommen. Somit war ich der neue FÖJler beim Heideflächenverein!

Wie ist mein bisheriges FÖJ?

Ich bin echt froh, hier meine Einsatzstelle gefunden zu haben, da auf mich jeden Tag etwas Neues wartet.

Außerdem kann ich hier in verschiedene Berufe hineinschnuppern, da ich nicht nur EINEN Anleiter habe, der mir meine Aufgaben gibt. Meine Anleiter sind alle Mitarbeiter im Heideflächenverein! Ich bekomme von jedem im Verein Aufgaben, sei es in der Landschaftspflege/-planung, in der Umweltbildung, der Öffentlichkeitsarbeit oder im Büro. Da meine Einsatzstelle sich auch auf meine Bedürfnisse einstellt, bekomme ich zum Beispiel mehr Aufgaben in Bereich Landschaftspflege / Naturschutz, da ich später auch in diese Richtung etwas studieren will. Außerdem finde ich meine Seminargruppe klasse. Ich habe superschnell neue Freunde gefunden, da wir uns auf einer Wellenlänge unterhalten können und wir viele Interessen teilen. Anders als in meiner Schulzeit ziehen wir gemeinsam an einem Strang und tauschen uns gemeinsam über verschiedenste Themen aus.

Fazit nach einem halben Jahr FÖJ?

Mein bisheriges FÖJ war wunderschön und einzigartig. Ich habe gemerkt, dass ich mich menschlich sowie persönlich enorm weiterentwickelt habe. Zukünftig will ich



Aussaat Druschgut

© L. Naumann

mehr in Richtung Öffentlichkeitsarbeit machen. Da ich jungen Menschen wie mir damals das FÖJ näherbringen will und um dieses bekannter zu machen. Denn wenn ich sage, dass ich ein FÖJ mache. Ich erst mal von fragenden Blicken bombardiert werde und dann die Frage kommt. Ein FSJ oder ein BuFDi? Was ich echt schade finde und was sich unbedingt ändern soll! Im Endeffekt: Ich kann es jedem nur empfehlen ein FÖJ zu machen! Und an die Aktiven und Ehemaligen FÖJler ein Appel: Macht es bekannter!



Der Abenteuerspielplatz Panama in Dresden

Juli



Huhu, ich bin Juli, 19 Jahre alt und vertrete gemeinsam mit Lukas und Mo die Freiwilligen Sachsens, welche im ökologischen Bereich tätig sind, als Landessprecherin. Im Rahmen von diesem Artikel möchte ich euch Einblicke in meinen Arbeitsalltag in meiner Einsatzstelle in Dresden geben.

Mein Freiwilliges Ökologisches Jahr absolviere ich auf dem Abenteuerspielplatz Panama in der Dresdner Neustadt. Das Panama gehört zum Bund der Jugendfarmen und Aktivspielplätze (BdJA) und ist ein Projekt der Treberhilfe Dresden.

Das Panama ist nicht immer für alle Besucher*innen geöffnet, sondern oft nur für Kinder und Jugendliche im Alter von 6-16 Jahren offen, welche dann an der pädagogisch betreuten offenen Kinder- und Jugendarbeit teilnehmen. Diese wird von unseren sechs Sozialpädagoginnen / Sozialarbeiterinnen geleitet und durch immer wieder neue Praktikanten und Praktikantinnen sowie natürlich durch uns Freiwillige unterstützt. Das Angebot, welches wir den Kindern anbieten, variiert täglich und beinhaltet oft Programmpunkte wie Pferdearbeit und Pferdeaussflüge, gemeinsames Kochen und Backen, Ziegenzirkus und Ziegenspaziergänge, gemeinsames Spielen, Bauen und Basteln, Kinderzirkus, Bouldern sowie vieles mehr. Während der Zeit, welche nicht von der offenen Kinder- und Jugendarbeit beansprucht wird, ist der Hof für alle Menschen geöffnet. Der Mittwoch ist außerdem bei uns der Familienmittwoch, es findet also keine offene Arbeit statt, sondern Familien besuchen den Hof und kommen oft bei Lagerfeuer, Kaffee, Tee und Stockbrot zusammen. Einmal im Monat findet zusätzlich der Tierstag statt und die Kinder können zum Helfen und zur Arbeit mit den Tieren vorbeikommen.



Wir halten hier drei Pferde, vier Zwergziegen und vier Brahmahühner, was es uns möglich macht, den Kindern die tiergestützte pädagogische Betreuung anzubieten. Gerade der Reitunterricht und die Arbeit mit den Pferden allgemein ist eine tolle Möglichkeit für die Kinder, Verantwortung für andere Lebewesen zu übernehmen und an dieser Aufgabe zu wachsen. Sie lernen bei uns, dass das Reiten eben nicht ohne Futter vorbereiten, Stall reinigen, abmisten und Pferde putzen geht.



Oft kommen die Kids aber auch einfach nur zum Quatschen und Quatsch machen, dann geht es darum, ein offenes Ohr zu haben, sich der Kinder anzunehmen oder darum, sich kreative und ausgefallene Beschäftigungsmöglichkeiten auszudenken :).

Das Programm ist grundsätzlich kostenlos und hinsichtlich der Teilnahme gibt es keine Verpflichtungen oder festgelegte Zeiten, zu welchen die Kinder erscheinen müssen. Es gibt eine Gruppe Stammkids, welche das Panama schon lange und sehr regelmäßig besucht und zu welchen man dadurch leicht eine gute Beziehung aufbauen kann.

Auf dem Panama haben wir ein tolles Team, welches sich aus festangestellten Sozialarbeiterinnen / Pädagoginnen, Praktikanten und Praktikantinnen, Auszubildenden, Ehrenamtlichen, FÖJler*innen und Bundesfreiwilligen zusammensetzt.

Mein Arbeitsalltag ohne Zusatzaufgaben besteht aus der Arbeit mit den Tieren, der Reinigung ihrer Ausläufe und Gehege, der Vorbereitung des Futters, dem Füttern, der Anleitung von Sozialstundenleistenden und Praktikanten / Praktikantinnen, dem Abholen und Sortieren

der Futterspenden, dem Reinigen der Bäder und aus der Bespaßung der Kinder und Jugendlichen.



Jedoch vergeht praktisch kein einziger Tag ohne mehr oder weniger geplante, zusätzliche Aufgaben. Da ich persönlich gerne mit den Tieren zusammenarbeite, habe ich schon einige Male mit den Pferden Bodenarbeit und Freiarbeit gemacht und gehe viel mit den Ziegen spazieren. Die kleinste und älteste Ziege Lochi muss außerdem täglich 3-mal ihre Runde über den Hof gehen, um schlimmeren Arthroseschmerzen vorzubeugen.

Da ich mich auch sehr gern kreativ auslebe, habe ich bereits so einige Schilder und Tafeln neugestaltet und mit den Kindern kreative Angebote durchgeführt. So durfte ich beispielsweise schon Glasperlendreihen, Basteln, Malen und Kinderschminken anbieten.

Da ich auch Spaß daran finde, körperlich aktiv zu werden, habe ich schon mehrmals das Bouldern an unserer



Boulderwand angeboten und mir gemeinsam mit den Kids neue Boulder Routen ausgedacht. Außerdem findet einmal in der Woche der Kinderzirkus statt, bei dem ich mich gerne gemeinsam mit den Kindern an Kopf- und Handstand ausprobieren oder ihnen dabei helfe, auf den großen Kugeln zu balancieren.

Oft wird auch gekocht und gebacken. Aus den Spenden vom Biomarkt werden fast täglich bunte Gerichte

und Snacks gezaubert und auch die Kinder sind oft für das Experimentieren und Kreieren in der Küche zu begeistern, sodass es in der Weihnachtszeit beispielsweise eine riesige Menge an schokolierten und verzierten Früchten gab und regelmäßig Kuchen nach eigenem Rezept gebacken wird.

In den Ferien wird der Arbeitsalltag noch einmal bunter. Die Zeiten der offenen Arbeit werden verlängert und die



Kids können an Angeboten wie Ausflügen in Spaßbäder, ins Superfly, Übernachtungen auf dem Hof, Capture the Flag im Wald oder dem Abenteuercamp auf dem Hof nahe der Koppel, auf welcher die Pferde im Sommer stehen, teilnehmen.

Das Panama ist genau der richtige Ort für Freiwillige, die den Umgang mit Tieren und Kindern begrüßen und Lust auf den wohl buntesten Arbeitsalltag, den man sich wohl vorstellen kann, haben. Hier kann man unglaublich viele verschiedene Kompetenzen entwickeln und sich im Bereich der Tierpflege und der Sozialen Arbeit ein Jahr lang ausprobieren und engagieren. Zum Schluss will ich noch einmal sagen, dass ich unglaublich glücklich bin, diesen Ort als meine Einsatzstelle gewählt zu haben, falls das aus meinem Text noch nicht eindeutig genug hervorgegangen sein sollte.



Danke fürs Lesen – Juli :)



Mein persönlicher Erfahrungsbericht zum FÖJ

Sophie Klauck

Beim Seminar hieß es, schreibt doch gerne Erfahrungsberichte und schickt sie an den Arbeitskreis Pustebblume. Na dann, auf geht es, inzwischen über ein halbes Jahr in Revue!

Jeder, der das Abitur (ge-)macht (hat) und nicht schon seinen Traumberuf samt Studium/Ausbildung gefunden und publiziert hat, kennt es. In der stressigen Prüfungszeit heißt es von vielen Seiten, na was machst du denn nach dem Abi???

Heute sind die Möglichkeiten endlos, ob Work and Travel im Ausland, Arbeiten oder ein Freiwilligendienst. Für mich war klar, nach zwölf Jahren still sitzen wollte ich raus aus dem theoretischen Lernen und Pauken. Nach den zwei Jahren Sekundarstufe II wollte ich im Umweltschutz tätig sein, draußen im Freien etwas Praktisches machen und unterwegs sein.

Da ich mir aber auch schon (vorher) einige Gedanken zu meiner Zukunft gemacht hatte, wollte ich ein Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ) im ökologischen Gemüseanbau machen. Ich habe mir einige Einsatzstellen in Sachsen angeschaut, auch Solidarische Landwirtschaften (SoLawis), geworden ist es am Ende Ernte mich, ein Permakultur- und Biohof in Leipzig. :) Nach über einem halben Jahr kann ich sagen, es war absolut die richtige Entscheidung. Denn hinter Ernte mich steht ein unglaublich cooles Team mit echt tollen Arbeitskolleginnen und Arbeitskollegen! Auch wenn nicht immer alles rund läuft, (kann es auch gar nicht, schließlich sind wir alle Menschen) gehe ich gerne zur Arbeit. Es ist eine richtig angenehme Arbeitsatmosphäre, in der ich auch offen über Probleme sprechen kann. :)

Für mein FÖJ bin ich nach Leipzig gezogen und bei dem versprochenen Taschengeld von 350 € pro Monat musste ich schon ganz schön schauen, bis ich auf dem umkämpften Wohnungsmarkt in Leipzig fündig wurde. Denn nicht nur der Preis war entscheidend, auch die Lage musste stimmen. Dass meine sieben Minuten Schulweg unschlagbar waren, wusste ich schon vorher, aber bei einem möglichen Arbeitsweg von zehn Kilometern Fahrrad pro Strecke musste ich dann doch schon schlucken. Geworden sind es am Ende 8,2 Kilometer Fahrrad fahren oder eine Stunde Bus pro Strecke, aber dank Deutschlandticket :) (Kostenfaktor! :() und der guten Anbindung von Liebertwolkwitz habe ich doch schon einen erträglichen Arbeitsweg. Meine nachdrückliche Empfehlung

für die kommenden Freiwilligen: beantragt Wohngeld, es lohnt sich!

Im September 2023 ging es dann für mich und einen weiteren Freiwilligen in unserer Einsatzstelle Ernte mich los. Und der Anfang in meiner Einsatzstelle Ernte mich war einfach nur krass! Die ersten zwei Wochen waren super anstrengend und echt körperlich fordernd. Die Tätigkeiten waren einfach, Ernten und Pflanzen, doch der Wechsel von mehrere Stunden am Tag drinnen sein (sitzend) zu mehrere Stunden am Tag draußen unterwegs sein ist echt enorm! Bis Ende Dezember habe ich täglich mit Gemüse gearbeitet, bei Hitze, Sonnenschein, Wind, Regen, Schnee und Kälte. Nach der Einarbeitung stand neben Ernten, Pflanzen, Hacken und Jäten auch das Packen unserer Bio-Kisten häufig auf meiner Aufgabenliste. Besonders war für mich der Samstagsmarkt in der Plagwitz Markthalle, auf dem Ernte mich einen Marktstand hat. Der Verkauf war für mich eine total neue Perspektive und Erfahrung, die echt Spaß macht.

Ab Dezember ging es dann in den Winterbetrieb über, was (Um-)Bau bedeutet. Die Erdbeeranlage wurde komplett umgestaltet, was trotz Baggereinsatz eine echt anstrengende Arbeit war. In der Zeit durfte ich auch einmal Radlader fahren, das war eine coole Erfahrung! :) Wir begannen auch mit dem Umbau der Tunnel, Thermo-gewächshäuser und dem Anzuchtsbereich für die nächste Saison. Es wurden Tische aufgebaut und ein Anzuchtsraum für die Anzucht der Jungpflanzen gebaut. Palettenweise wurde gesät und Anfang Februar war schon das erste Grün zu sehen. Einige Zeit später war der Anzuchtsraum bereits voll mit kleinen Pflänzchen und die ersten Paletten sind in den äußeren Anzuchtsbereich gewandert. Im nächsten Schritt wurden dann die kleinen Pflanzen getopft und die Tische begannen sich mit Töpfen zu füllen. Inzwischen beginnt der Verkauf der Jungpflanzen, echt krass wie schnell die Zeit vergeht!

Zu feiern gab's auch schon was während meines FÖJ, denn meine Einsatzstelle Ernte mich ist zehn Jahre alt geworden. Nach dem Hofrundgang gab es eine Fotopräsentation und ich muss schon sagen, echt krass! Denn Ernte mich ist aus dem Nichts auf einer Fläche Wiese entstanden, natürlich Stück für Stück, aber ich finde, das ist eine unglaubliche Leistung von Richard (und natürlich inzwischen auch von vielen anderen :)).

Im Rahmen des FÖJ veranstaltet die Naturförderungs-

gesellschaft Ökologische Station Borna-Birkenhain e. V. (Öko) als mein Träger Seminare. Die Seminare finden fünfmal für jeweils eine Woche statt und sind ein Zusammenkommen aller Freiwilligen, deren Träger die Öko ist. Die Seminare sind zu bestimmten Themen, es kommen Referenten, wir machen Ausflüge und Workshops. Bis jetzt haben bereits 3 dieser Seminarwochen stattgefunden. Ich finde die Seminarwochen sehr cool, denn man und frau hat die Möglichkeit sich dort mit den anderen Freiwilligen auszutauschen und in der Gruppe zu agieren. Die Seminare werden, abgesehen von den Einführungsseminar, von uns Freiwilligen selbst geplant. Das ist eine Herausforderung, aber ich habe es auch als Chance gesehen und mir hat die Planung und Durchführung „meiner“ Seminarwoche Spaß gemacht!

Für das FÖJ muss eine Projektarbeit gemacht werden. Uns wurde das Pilotprojekt Juleica+ als Projektarbeit ermöglicht und ich habe es gemacht. Dahinter steht eine coole Seminarwoche mit anderen Freiwilligen zur

Jugendleitercard und einem anschließenden (und noch ausstehenden) Projekttag im Nachhaltigkeits- und Umweltbereich, auf den ich mich freuen und der bereits intensiv in der Planung ist. :)

Jetzt, nach über einem halben Jahr kann ich sagen, mein FÖJ ist für mich eine Bereicherung! :) Es macht nicht nur unglaublich viel Spaß, sondern ist für mich auch der erste Einblick in die Arbeitswelt, da durch Corona mein Praktikum ausgefallen ist. Nach dem Abitur hatte ich Ideen, was ich mir beruflich gefallen könnte, jetzt weiß ich das schon mehr. Meine Arbeit im Gartenbaubetrieb gefällt mir so gut, dass ich mich dazu entschieden habe Gartenbau zu studieren.

Ich bin gespannt auf meine restliche FÖJ-Zeit und kann das Freiwillige Ökologische Jahr nur empfehlen!

Viele Grüße ausm Gewächshaus :)

Sophie



Eine Tauschstube für Sassnitz

Felix

Das beschauliche Sassnitz an der Ostsee, gelegen auf der wunderschönen Insel Rügen, erhielt vor kurzem eine neue Tauschhütte. In Kooperation mit dem Nationalparkamt Vorpommern (Außenstelle Jasmund) initiierten wir Freiwillige des Nationalpark-Zentrum Königsstuhl dieses Projekt vor knapp fünf Monaten. Damals begann alles mit einer Diskussion des Formats Worldcafé am 25. November 2023 auf Initiative von Christin Loll von Nationalparkamt. Wir stellten uns die Frage, wie wir ein Umweltbildungsprojekt in einem Nationalpark, nachhaltig und zukunftsfähig, ohne großen Aufwand umsetzen können. Mit der Zeit kristallisierte sich eine Tauschstube als gute Option heraus, denn eine Tauschstube bietet so einige Vorteile: es deckt barrierearm und niedrigschwellig alle Zielgruppen ab (Hauptpriorität), benötigt in der Unterhaltung wenig Arbeitsaufwand (In der Planung sprachen wir immer von einem „Selbstläufer“) und macht das Prinzip des Second-Hand wieder zeitgemäß. Eine Tauschstube ist eben, wie in vielen Großstädten bereits etabliert, „trendy“.

Die neue Tauschstube, genannt „Sassnitzer Stoffwechsel Stübchen“, befindet sich auf dem Vorplatz des Jugendbeirat Sassnitz e.V., in der Straße der Jugend 13 (18546 Sassnitz). Die Idee ist, dass ansässige Bewohner*innen dort ihre gebrauchten, aber noch funktionsfähigen, Gegenstände abgeben und tauschen können oder gegebenenfalls einfach auch nur Gegenstände ent-

nehmen. Wir erhoffen uns so eine Sensibilisierung der Menschen für die Verwendung von Gebrauchtgegenständen und gegen die Schnelllebigkeit von Produkten. Abseits dessen trägt das Projekt auch zur kollektiven Vernetzung und zum städtischen Austausch bei. Insbesondere Menschen aus finanziell weniger gut situierten Verhältnissen profitieren von der Weitergabe.

Darüber hinaus soll an der Außenseite der Tauschstube eine Karte von Sassnitz und Umgebung angemalt werden, welche die Grünflächen in dem abgebildeten Gebiet nach Nutzbarkeit bewertet und klassifiziert, sodass nicht nur die Einheimischen Sassnitz grüne Ecken kennen- und erkunden lernen können. Die Gestaltung findet dabei zusammen mit den Schüler*innen der Nationalparkschule „Grundschule Ostseeblick“ Sassnitz statt.

Um das Tauschhaus zu finanzieren, stellte ich einen Antrag beim ÖPJ-Gremium, der Vergabestelle für Förderungen durch das Ökologische Projektjahr. Dieses stimmte der Förderung zu, sodass am 15. Mai die große Eröffnungsfeier stattfinden können. Wir danken allen beteiligten Helfer*innen, dem Nationalparkamt, insbesondere Christin Loll, für die unglaubliche Mitarbeit, und natürlich dem FÖJ-Aktiv e.V. sowie dem ÖPJ-Gremium für die Förderung! Nun darf sich Sassnitz, Jasmund, ganz Rügen und alle Besucher*innen über eine neue Tauschstube freuen!



Wie ist es, ein FÖJ bei Elb-Ferment zu absolvieren?

Victoria

Wie der Name der Einsatzstelle schon verrät, beschäftigen wir uns viel mit der Herstellung von fermentierten Produkten. Wir kochen neue Rezepte, experimentieren mit Gerichten, sind unterwegs zu Lieferungen oder bei Verkostungen dabei. Unser Starprodukt ist der Kombucha (eine erfrischende Limonade auf Teebasis). Wir haben allerdings auch andere wirklich leckere Produkte wie Kefir und Kimchi. Bei Elb-Ferment kann man wirklich einiges lernen. Wir gehen Milch holen, schauen uns Bio-Bauernhöfe genauer an und können so mehr über die Bio-Branche in Deutschland erfahren. Außerdem lernen wir das Pfandsystem wahrscheinlich besser kennen als in jeder anderen Einsatzstelle. Es gibt so gut wie immer etwas zu tun, aber alle motivieren sich gegenseitig und

können sich auf eine Kaffeepause mit Zimtschnecken vom Bäcker freuen! Besonders hat mich die Kimchi-Woche überrascht. Gemüse schneiden und in die Kimchi-Paste mischen ist viel härtere Arbeit, als es sich anhört. Danach füllen wir das fertige Produkt sorgfältig in Mehrweggläser ab. Jeder Schritt wird per Hand gemacht, und das Endprodukt ist einfach köstlich! Kimchi ist mein Lieblingsprodukt von uns, deshalb möchte ich euch dieses Rezept vorstellen, welches perfekt zum kühlen Wetter passt, viel Spaß beim Ausprobieren!

(Siehe Seite 9)



weitere Gartenbilder von Selma



Krokusse

© Sabine Ihl



Heupferd

© Sabine Ihl



Flieder

© Sabine Ihl

Pustelblumen Kreuzworträtsel

Selma Nebert

Um die Rätsel zu lösen, ist es hilfreich, die Artikel aus der Pustelume gelesen zu haben. :)



Lösungswort	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
-------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Lösung: "Teraxacum" auf deutsch



Our voices – an indictment of society

I don't think so, Sir.

I don't think they're quiet
or silent
or subtle
When we crack and we go riot
oh, you say we're impatient?
You say, we're in trouble?

But, good Sir,
our voices are louder
at the top of our lungs
and our voices are prouder
when the words roll off our tongues

the words you refuse to hear,
good Sir.

You tell us to keep it low
Told us to „just calm down“
but how can you even say so?
You've let our words drown.

I see.
You're covering your ears.
And closing both of your eyes?
As we face our biggest fears
We're saying our goodbyes...

Good Sir.
I'm not asking you to care,
I'm begging you to listen!
Oh, I know,
You are aware.

Guess ignorance is bliss then.

- Freya Elisabeth

