

**3.06.19** Grüner Stadtrundgang: Franziska Bauer, 8a

Die Umwelt wird wegen uns Menschen leider zerstört ...Was können wir verändern? Es ist schließlich unsere Zukunft auf der Erde! Ich wollte erfahren wie ich aktiv helfen kann. Unsere Gruppe aus dem Humboldt Gymnasium machte eine Stadtführung bei der uns gezeigt wurde was für Alternativen wir haben um unseren Konsum zu verbessern. Es ging um den Kauf von Kleidung, Kosmetik und Lebensmitteln aber auch darum wie wir Plastik einsparen können.

Wir machten uns zu Beginn erst einmal klar, was wir mit dem Treibhauseffekt zu tun haben. Zuerst begannen wir die Führung bei der Änderungsschneiderei Stoffwechsel. Eine der Mitarbeiterinnen erklärte uns wie schlimm die Fast Fashion ist. Dabei handelt es sich um eine Unternehmensstrategie welche bewirkt das billige Kleidung schnell als Massenware in die Geschäfte kommt und dauernd neue Kollektionen erscheinen. Die Konsumenten tragen die Kleidung also nur kurz und schon wird sie entsorgt und dann meist verbrannt. In der Schneiderei werden Kleidungsstücke von alt zu neu geschneidert und umgeändert sodass sie dem Kunden wieder gefällt und passt. Außerdem ist alles Handgemacht und man kann sich sicher sein, dass der Schneider einen gerechten Lohn erhält.

Danach liefen wir weiter zum Blässhuhn, ein Laden in der Nähe von dem Münster. Dort kann man allerlei Bastelsachen, Kinderspielzeug oder auch T-Shirts kaufen, welche das Label GOTS tragen. Wir erfuhren von unserer Projektleiterin Judith Wehr etwas über nachhaltige Kleidung mit den Labeln von GOTS, IVN Best, Fairtrade Textilstandart und bluesign.

Dann überlegten wir uns wie wir Plastik zu Hause, beim Einkaufen, beim Bäcker und in der Schule einsparen können. 2050 soll es im Meer mehr Plastik wie Fische geben. Eine sehr gute Möglichkeit diese Massen zu verringern, sind Unverpackt Läden. Bei unserer Stadtführung besuchten wir zwei davon hier in Konstanz. Der erste heißt liebenswert- paradiesisch. Man kann in diesen Läden die Lebensmittel (Nüsse, Nudeln, Gewürze, Müsli und Hülsenfrüchte) in Gläsern oder Stoffsäcken mitnehmen. Außerdem kann man auch Kosmetikartikel wie zum Beispiel Haar und Körperseife, Rasierer, Menstruationstassen, Toilettenpapier, Deo, Spülmittel, Zahn taps, Zahnbürsten oder auch Wattestäbchen kaufen. Sowohl der Händler als auch der Kunde macht keinen Verpackungsmüll.

In dem zweiten Unverpackt Laden namens Silo gab es ein etwas größeres Sortiment. Man konnte hier auch frisches Obst und Gemüse, Eier, Milchprodukte, Flaschen und Vesperboxen, Kaffee, Bier, Tee, Schokolade und Gummibärchen. Eine der 4 Inhaberinnen erklärte uns das alle Produkte regional sind und somit z.B. auch im Winter kein Obst da ist...

Zum Schluss gingen wir noch in einen Secondhand Laden namens Weiter getragen. Welcher ein Non- Profit Laden ist. Das heißt alle Einnahmen werden gespendet. Man muss nicht immer neu kaufen. Denn auch das hilft unseren Konsum zu verbessern. Dann endete die Stadtführung und wir verabschiedeten uns.



## **Tagebuch:** Projekttag Konstanz Kreuzlingen und ich

### **4.06.19** Upcycling: Franziska Bauer, 8a

Nachdem wir am Montag über die Alternativen redeten, umweltfreundlicher zu leben, wollten wir am Dienstag einige Sachen auch in die Tat umsetzen. Wir trafen uns im Café um 9.00 Uhr und Judith Wehr erklärte uns etwas über das Café. Dieses Café wird von jungen Leuten ehrenamtlich geleitet. Man kann dort etwas trinken oder auch Kuchen und Kekse essen. Sie machen auch viel mit Flüchtlingen und draußen vor dem Café befindet sich auch noch ein Urban Garden. Alles ist sehr grün und einladend.

Zuerst stellten wir selber Deo her, indem kein Aluminium oder irgendwelche Umwelt oder für die Haut schädliche Stoffe enthalten sind. Die Wirkung des Deos ist sehr gut und es kostet nur ein paar Cent. Wir fügten auch für einen angenehmen Geruch ätherische Öle hinzu. Um das Deo herzustellen fügten wir zuerst in einen Topf mit kochendem Wasser Speisestärke hinzu. Dann ließen wir das ganze kurz aufkochen, bis es eine sirupartige Konsistenz war. Anschließend musste die Flüssigkeit abkühlen. Danach rührten wir Natron dazu und füllten alles in einen leeren Deo Roller.

Außerdem stellten wir selber Armbänder und Ketten her. Wir rollten kleine Perlen aus alten bunten Zeitschriftblättern und fädelten sie auf Bänder auf. Und schon hatten wir selbstgemachte, umweltfreundliche, kostenlose, schöne und vor Allem einzigartige Schmuckstücke.

Dann bastelten wir aus Kalenderblättern kleine Geschenktüten, in die man an Weihnachten oder Geburtstagen kleine Geschenke reinfüllen kann und somit Geschenkpapier oder auch Plastik spart.

Danach gingen wir noch raus ins Grüne, in den kleinen Garten und schauten uns die Streuobstbäume an, welche auch sehr wichtig für viele Lebewesen und die Umwelt sind. Leider gibt es inzwischen seit dem ersten Weltkrieg viel zu wenige von ihnen, da es nur noch die Monokultur gibt.

Zum Schluss überlegten wir uns noch wie man all diese Umweltfreundlicheren Möglichkeiten einzukaufen oder zu leben in unsere Schule bringen könnte. Uns fiel ein, dass alle Schüler und Schülerinnen einer Klasse die Klamotten mit in die Schule zu bringen die ihnen nicht mehr gefallen oder passen, so könnte man geben und nehmen oder auch nur geben oder nehmen. Ganz ungezwungen könnte man seine Klamotten austauschen und müsste nicht immer neue Kleidung kaufen, an der man sich nach ein paar Monaten nicht mal mehr erfreut. Denn die Freude eines neuen Kleidungsstückes kann man auch anders erleben, ohne die Umwelt zu belasten.



### **5.06.19** Teller statt Tonne: Franziska Bauer, 8a

Am Mittwochmorgen trafen wir uns um 9:00 Uhr in der Schule um das nächste Projekt zu starten. Hierbei handelt es sich um >Lebensmittel und wie wir das Wegschmeißen von ihnen stoppen können. Dieses unverantwortliche Wegschmeißen von Lebensmitteln nennt man Food Waste. Ca. 1/3 der Lebensmittel werden heute weggeworfen. Die Gründe dafür sind zum einen das Mindesthaltbarkeitsdatum aber auch das sich manche Obst und Gemüsestücke nicht verkaufen lassen, da sie anders aussehen als wir gewohnt sind. Das nennt sich Ugly Fruits. Die Projektleiterinnen Sigrid Alexander und Kerstin Bullack erklärten uns ein paar grundlegende Sachen zu diesem Thema und dann schauten wir uns einen 7-Minütigen Film an in dem uns das mit traurigen und entsetzenden Bildern noch einmal vor Augen geführt wurde, was für enorme Mengen immer weggeworfen werden. Wir unterhielten uns über Containern und weshalb das derzeit noch illegal in Deutschland ist.

Anschließend gingen wir in zweier oder dreier Gruppen zu kleinen Stationen bei denen wir überlegten wie man Lebensmittel retten kann. Auf jedem der Tische an den Stationen lagen verschiedene Lebensmittel, die alle als nicht mehr verkäuflich galten oder auch schon abgelaufen zu sein schienen. Wir mussten uns überlegen ob sie wirklich schlecht sind und was man mit ihnen noch machen kann anstatt sie weg zu schmeißen. Zum Beispiel könnte man eine einfache Birne fermentieren bevor sie in dem Mülleimer landet. Außerdem könnte man auch eine Hutzelbirne machen, so wie die Leute es damals gemacht haben. Man könnte auch Most oder Saft machen. Mit unseren Sinnen riechen schmecken und tasten können wir herausfinden ob wir das Lebensmittelstück wirklich nicht mehr genießen können. Schlechte Teile lassen sich auch ganz einfach ausschneiden. Kochen oder Backen geht auch. Aus einer Gurke kann man zum Beispiel Gurkensalat oder einen Smoothie machen.

Danach gingen wir in dreier und vierer Gruppen zusammen und machten uns in drei Gruppen mit jeweils einer Projektleiterin auf den Weg in die Stadt um über verschiedene Lebensmittelläden informiert zu werden. Zuerst machten wir uns auf den Weg zum Silo einem Unverpackt Laden. Dort fanden wir ein bisschen Brot, ein paar Milchprodukte, Kosmetikartikel und Müsli, Nudeln oder Getreide. Als wir fragten ob wir vielleicht etwas von den Lebensmitteln mitnehmen dürfen, die sich nicht mehr verkaufen lassen, erhielten wir eine positive Antwort. Da sie ein nicht allzu großes Sortiment haben, wird so gut wie gar nichts weggeschmissen. Das was übrig bleibt verarbeiten sie weiter zum Beispiel zu einem Aufstrich oder geben es an die Tafel. Sie gaben uns aber dennoch zwei Salatköpfe und Frühlingszwiebeln mit. Danach machte sich unsere Gruppe auf den Weg zum Denns, einem Bioladen in Konstanz. Was uns sofort auffiel war das große Sortiment. Es gab gar keine Ugly Fruits, denn alles war einheitlich. Die Mitarbeiter ließen uns in ihr Kühllager hinein und einen Teil der aussortierten Ware mitnehmen. (Kartoffeln, Nüsse, Jogurt, Kokosraspeln, Chips). Einer der Mitarbeiter erklärte uns, dass auch sie nicht viel wegschmeißen aber es aussortieren müssen. Sie geben z. B auch etwas an die Tafel oder an ihre Mitarbeiter mit.

Als wir uns wieder mit den anderen Gruppen in der Schule trafen, erzählten wir uns unsere Ergebnisse. Eine Gruppe besuchte zum Beispiel die Bäckerei Kuttmühle. Sie erfuhren, dass leider sehr viel weggeworfen werden muss. Die Bäckerinnen müssen abends, wenn nur noch wenig Brot im Regal ist, wieder nachfüllen, da sonst die Kunden nicht zufrieden sind. Die Mitarbeiter durften der Gruppe keine unverkaufbare Ware geben. Eine andere Gruppe war bei einer kleinen Bäckerei in der Stadt von Konstanz, welche ausschließlich Bio Backwaren verkauft und auf recyclebare Kaffeebecher setzt. Die Gruppe erfuhr, dass 0% der Ware weggeschmissen werden. Anders als bei der Kuttmühle füllen die Mitarbeiter die Ware abends nicht mehr nach.

## **Tagebuch:** Projekttag Konstanz Kreuzlingen und ich

Kunden kommen sogar extra um altes Brot zu kaufen, da dieses besser zu verdauen ist. Doch wenn mal etwas des Brotes nicht mehr zu verkaufen ist, häxeln sie es klein und geben es in den Teig für die nächsten Brote, was Struktur gibt. So sieht man die Unterschiede sehr deutlich.

Eine andere Gruppe machte sich unter anderem auf den Weg in einen Döner Laden. Sie erfuhren was mit dem Fleisch an dem Spieß nach Ladenschluss geschieht. Und zwar wird es weiterverarbeitet. Wie zum Beispiel in belegten Brötchen oder auf Pizza. Das heißt auch hier gibt es nur wenig Lebensmittel Müll.

Zum Schluss des Projekttag besprachen wir noch etwas für den nächsten Tag und gingen dann mit vielen neuen Eindrücken nach Hause.



**6.06.19** Teller statt Tonne: Franziska Bauer, 8a

Am letzten Projekttag, trafen wir uns wieder in der Schule um 9:00 Uhr. Zuerst besprachen wir noch ein paar Dinge zu unseren Tagebüchern, damit wir auch alle genau wissen, was wir machen müssen und es keine Missverständnisse gibt. Wir einigten uns, wer am Freitag die Präsentation machen soll und besprachen wovon diese handeln soll.

Daraufhin holte jeder sein Mitgebrachtes Gemüsemesser, Schneidebrettchen, Schäler und Einmachglas von zu Hause und wir schauten wem etwas fehlt. Das Ziel des Tages war es sein erstes Glas Fermentiertes Gemüse mit nach Hause zu nehmen. Außerdem wollten wir eine Schnippel Disco veranstalten. Nachdem wir uns noch mal über den vorherigen Tag unterhalten hatten gingen wir in Gruppen mit einem Mädchen und einem Jungen zusammen um uns einem Arbeitsblatt zu widmen. Hierbei ging es noch einmal um Möglichkeiten Lebensmittelverschwendung zu vermeiden. In der 1. Situation ging es um einen Bauern, dessen Ernte zwar reif ist (Salate, Mohrrüben und Blumenkohl), aber leider zu klein geraten ist. Seine Maschinen können diese Größen nicht ernten und Feldarbeiter, die ihm helfen können hat er auch nicht. Der Supermarkt kann das nicht verkaufen. Was könnte eine Schulklasse nun unternehmen? Wir überlegten uns dazu, dass sie aus der unverkäuflichen Ernte etwas kochen könnten oder bei der Ernte helfen könnten und eine Schnippel Disco veranstalten könnten. Die 2. Situation handelte von einer Bäckerei deren Brot am Abend übrig bleibt. Was könnten sie tun? Die Lösung ist ganz einfach: Sie könnten daraus belegte Brote machen, es zu einem Foodsaver bringen, Sauerteig statt Hefe verwenden, an die Kunden Rezepte geben, was man noch aus dem Brot machen kann und dafür werben, dass es noch gut ist. (Semmelknödel, Kirschenmichel, ...) oder sie könnten es an einen Tierpark spenden, damit die Tiere, das für uns Menschen nicht ausreichend gute Brot essen.

Dann schlossen wir dieses Thema ab und begannen mit der lang ersehnten Schnippel Disco. Mit der Musik begannen wir in der Karotten Kiste nachzuschauen welche von den schon etwas älteren Karotten noch essbar waren. Diese wuschen wir dann und bereiteten die Tische und unsere Arbeitsplätze vor. Außerdem wuschen wir unsere Hände und die Gläser in die dann später die Karotten kamen. Das Fermentieren ist eine alte Methode um Lebensmittel länger haltbar zu machen, welche sich auch Spitzenköche in der Gastronomie zu Nutze machen. Die Karotten schnitten wir dann in jede beliebige Form und gaben sie in eine Schüssel. Dazu kam je nach Menge Salz. Das hat die Wirkung das so ein Milieu entsteht, in dem sich Milchsäure bildet. So können die Bakterien nicht aktiv werden und genau das macht diese Methode so gesund. Dieses Gemisch kneteten wir dann, sodass eine Salzlake entstand. Je nach bedarf konnten wir dann auch noch Gewürze wie Rosmarien, Kümmel, Knoblauch, Zwiebeln, Curry oder Ingwer hinzugeben. Dann gaben wir das ganze in unsere Einmachgläser (mit Gummi!!!) oder ein Marmeladenglas. Wichtig ist das keine Luft mehr an das Gemüse kommt. Nun konnten wir das Gemüse mit einem Glas Wasser oder einem anderen Gewicht beschweren, damit die Lake aufsteigen kann. Das Gemüse muss nun ca. 1 Woche bei Raumtemperatur stehen. Nach der Woche muss man es dann in den Kühlschrank geben, wo das Gemüse dann bis zu 6 Monaten haltbar ist.

Zum Ende des Projektes gaben wir den beiden Leiterinnen noch unser Feedback. Ich selbst habe auf jeden Fall viel Neues gelernt.

## **Tagebuch:** Projekttag Konstanz Kreuzlingen und ich

Gewaschene Karotte werden  
nun geschält:



Fertiges Ferment

**Tagebuch:** Projekttag Konstanz Kreuzlingen und ich