



Nachhaltigkeit & Ich

Hier geht es darum, was Nachhaltigkeit mit einem persönlich zu tun hat. Neben dem Blick auf den eigenen Alltag, lässt sich diese Perspektive auch auf die Gruppenstunde übertragen, sodass die hier vorgestellten Gedanken und Inhalte auch da thematisiert werden können.

Wie hängt Nachhaltigkeit mit meinem Alltag zusammen?

Dieser Zusammenhang kann aus verschiedenen Perspektiven gesehen werden.

- der Konsum unterschiedlicher Lebensmittel und Güter
- das soziale Engagement bei den Maltesern und anderswo
- kulturelle Projekte, die wir selbst organisieren oder daran mitwirken
- das politische Engagement in der Schule, der Malteser Jugend, der Stadt, im Dorf oder der Gemeinde
- der Umgang mit den eigenen Ressourcen

Das sieht erstmal ganz schön komplex aus. Es bietet aber viele Möglichkeiten, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen und sich immer wieder neu damit zu beschäftigen.

Was kann das konkret bedeuten?

Konsum / Ressourcen

Durch unseren persönlichen Konsum können wir das Angebot indirekt steuern. Häufig haben wir die Wahl zwischen unterschiedlichen Produkten von diversen Firmen aus allen Teilen dieser Welt. Zusätzlich gehört zum persönlichen Konsum der Verbrauch von Wasser, Strom, Gas etc. im eigenen Haushalt. Insgesamt weniger zu kaufen und zu konsumieren ist eine einfache Art Ressourcen zu sparen. Was macht Produkte jedoch nachhaltig?

Nachhaltig können Produkte sein, wenn ...

... sie wenig Wege zurücklegen (regionale Produktion)

... sie wenig Ressourcen verbrauchen (z.B. Wasser, Energie)

... sie lange haltbar sind (Lebensmittel, Elektrogeräte, Klamotten, Möbel etc.)

... Menschen in der Produktionskette fair bezahlt werden (Fairtrade, übersichtliche Produktionsketten)

... sie wenig Müll verursachen und die Umwelt wenig belasten (Ökobilanz, CO₂-Ausstoß, Recyclingmöglichkeit).

AK Nachhaltigkeit NRW - Malteser Jugend



soziales Engagement

Durch unser soziales Engagement bei der Malteser Jugend (und anderswo) sind wir Teil einer festen Gemeinschaft. Unsere Aktionen, Projekte, Lager und Gruppenstunden machen diese Gemeinschaft erlebbar, in der sich Kinder und Jugendliche Tag für Tag neu ausprobieren können und sich zusammen für selbstgewählte Projekte und Themen engagieren.

Nachhaltigkeit bedeutet in diesem Zusammenhang, dass Gruppenkinder, Gruppenleiter*innen und Malteser Jugendliche in einem geschützten Rahmen ein starkes soziales Netzwerk aufbauen können und dabei untereinander ausmachen, wie für uns als Malteser Jugend ein gutes Leben in Zukunft aussehen kann. Wir nehmen Kinder und Jugendliche mit ihrer Meinung, ihren Bedürfnissen und Problemen ernst, reden mit ihnen und unterstützen, wo wir können. Das ist nachhaltig, weil wir selbst aus dieser Gemeinschaft Stärke ziehen, ein fester Halt für unsere Gruppenkinder & Freunde sind und zusammen eine nachhaltige Entwicklung anstoßen können.

politisches Engagement

Da wir alle in einer Stadt, einem Dorf oder einer Gemeinde leben, sind wir automatisch Teil der Kommunalpolitik. Wir können eigene Bedürfnisse über Jugendparlamente, die Schülervvertretungen oder durch direkte Ansprache der lokalen Politiker*innen formulieren und an Veränderungen mitwirken. Das ist nachhaltig, weil sich so das Zusammenleben innerhalb einer Stadt oder Gemeinde an Bedürfnissen aller (!) Bürger*innen orientiert.

In der Malteser Jugend können Kinder und Jugendliche mitreden, an Wahlen teilnehmen und sich als Kandidat*in für bestimmte Ämter aufstellen lassen und Verantwortung übernehmen. Auch bei Veranstaltungen, Lagern und Gruppenstunden werden die Teilnehmer*innen häufig in Entscheidungen miteinbezogen und vertreten ihre eigenen Standpunkte.

persönliche Ressourcen

Ähnlich wie beim Thema Konsum geht es bei einem nachhaltigen Umgang mit persönlichen Ressourcen darum, sich und andere nicht zu überlasten und die persönlichen Ressourcen wahrzunehmen (Wie geht's dir? Wie geht's mir?). Das ist kein typisches Feld der Nachhaltigkeit und dennoch ein interessanter Gedanke, der direkt mit unserem Engagement in der Malteser Jugend zusammenhängt.

Beziehen wir diese Gedanken auf Zeltlager, Gruppenstunden und andere Aktionen ist es also wichtig dafür zu sorgen, immer wieder zur Ruhe zu kommen (Gottesdienst, Impuls, Traumreise, Bettruhe, Achtsamkeit ...), eigene Erfahrungen zu reflektieren („Wie geht's dir?“, Zuhören, Streit schlichten ...) und persönliche Ressourcen zu stärken (Gemeinschaft & Kooperation, Bewegen, frische Luft, zusammen Kochen, Singen, Ziele gemeinsam setzen, Freundschaften schließen ...).



Linkliste

Du willst noch mehr erfahren? Dann ist diese Zusammenstellung genau das Richtige! Zudem findest du in den Handouts zu den Themen Gruppenstunden, Veranstaltungen, Malteser & Nachhaltigkeit und Nachhaltigkeit in anderen Jugendverbänden noch mehr spannende Infos.

Der besondere Clou an dieser Liste: Du siehst auf den ersten Blick, zu welcher Nachhaltigkeitsdimension die Inhalte gehören. Grün steht für ökologische Nachhaltigkeit, blau für Soziale.

Tipps für den Alltag - <i>Umweltbundesamt</i> https://www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag	Auf dieser Seite findest du viele Informationen, in denen besonders die ökologische Nachhaltigkeit im Vordergrund steht. Durch die Struktur der Seite sind alle Themen schnell zu finden. Die Seite eignet sich für den ersten Einblick in spezielle Themen.
CO₂-Rechner - <i>Umweltbundesamt</i> https://uba.co2-rechner.de/de_DE	Hier kannst du deine CO ₂ -Bilanz berechnen und speichern. Nachdem du alles ausgefüllt hast, wird deine CO ₂ -Bilanz aufbereitet. Du kannst dir selbst Ziele für die nächsten Jahre setzen und mit der Speicherfunktion verschiedene Jahre vergleichen.
Siegelcheck - <i>Naturschutzbund</i> https://siegelcheck.nabu.de/die-app/	Mit dieser App kannst du verschiedene Siegel, die du auf Produkten im Geschäft findest, fotografieren und bekommst Informationen, was hinter dem Siegel steht. Die App bezieht sich auf alle Siegel, die auf Lebensmitteln zu finden sind.
Zu gut für die Tonne - <i>Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft</i> https://www.zugutfuerdietonne.de/	Auf dieser Seite findest du viele Informationen und Tipps gegen die Verschwendung von Lebensmitteln. Das Ministerium hat das Thema breit aufgearbeitet. Besonders die Rezeptideen für Lebensmittelreste und das Lexikon zur Lagerung und



Haltbarkeit bestimmter Lebensmittel
sind interessant!



Saisonkalender - Bundeszentrum für Ernährung

<https://bit.ly/3eIfbMb>

In dieser PDF ist im Poster-Format dargestellt, welche Gemüse- und Obstsorten wann innerhalb Deutschlands angebaut werden und in welcher Menge sie importiert werden.

Saisonkalender auch als App: GrünZeit von der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein

Lebensmittel retten/verteilen - Foodsharing e.V.

<https://foodsharing.de/>

Foodsharing ist eine Initiative, die sich gegen Lebensmittelverschwendung engagiert. Über verschiedene Wege werden Lebensmittel verteilt, die sonst weggeschmissen werden.

Über den Link und eine Registrierung bekommst du die Möglichkeit, dich mit anderen zu vernetzen und dich mehr über die Aktivitäten in deiner Nachbarschaft zu informieren.

Konsum - BDKJ

<https://www.kritischerkonsum.de/>

Der Bund der Deutschen Katholischen Jugend hat auf dieser Seite zu den Themen Ernährung, Textilien, Technik, Energie, Mobilität und Fairer Handel unterschiedliche Beiträge gesammelt. Es wird direkter Bezug zur Lebenswelt junger Menschen genommen. Hierdurch sind die Beiträge und Informationen gut für die Arbeit mit Jugendlichen und Kindern geeignet.



Flasche auffüllen - *City to sea*

<https://www.refillapp.com/>

Über diese Seite findest du Lokale, in denen du deine mitgebrachte Trinkflasche mit Leitungswasser auffüllen kannst. Neben der Möglichkeit auf der Internetseite, gibt es auch eine App die unterwegs evtl. besser abrufbar ist.

Ebenso kannst du oder deine Gruppe bei Refill Deutschland mitmachen und Ladenlokale in der Umgebung anfragen. Weitere Informationen gibt es auf deren Internetseite.

Nachhaltigkeit in NRW

<https://www.nachhaltigkeit.nrw.de/akteure/>

Hier findest du eine Auflistung in verschiedenen Kategorien der unterschiedlichsten Akteur*innen, die etwas mit Nachhaltigkeit in NRW zu tun haben. Die Seite eignet sich besonders für die weitere Recherche und für einen Überblick über aktuelle Themen in Nordrhein-Westfalen. Die Kategorie „Bürgerinnen und Bürger“ hat aus unserer Perspektive direkt mit uns als Malteser Jugend und als Jugendliche zu tun.
