

Bedarfe und Empfehlungen

am Beispiel "Nachhaltig Kochen
und nachhaltige Ernährung"
in der Kinder- und Jugendarbeit"

"Ja" zu
fachlichem
Austausch
und
Vernetzung

"Ja" zu
nachhaltiger Praxis
(regional, Bio,
Fairtrade) auch im
Budget

"Ja" zu
Schulungen
und Handeln
JETZT

Fachlicher Austausch und Vernetzung

Wünschenswert

ist hierfür die Diskussion mit den Träger*innen, dass und ggf. wie viel mehr Arbeitszeit ihre Mitarbeiter*innen dafür aufwenden dürfen.

Es gibt Bedarfe der Praktiker*innen,

- sich untereinander trägerintern oder trägerübergreifend zu Nachhaltigkeitsthemen auszutauschen,
- um gegenseitig von den Erfahrungen zu profitieren
- sowie zu diskutieren, ob und wie eine Plattform für Austausch und Best Practice geschaffen werden kann, auf die bielefeld-weit alle Mitarbeiter*innen schnell Zugriff haben.

Zu Austausch und Vernetzung gehören auch Treffen, um im Verbund mit anderen mehr Einflussmöglichkeiten in Bielefeld zu erwirken,

- z.B. für gute Konditionen für den Einkauf nachhaltiger Lebensmittel bei Bio-Vermarkter*innen
- zur Resonanz an konventionelle Vermarkter*innen
- zum Sichtbarmachen der umweltpolitischen Themen unserer Kinder und Jugendlichen in der Kommune.

"Ja" zu nachhaltiger Praxis (regional, Fairtrade, Bio) auch im Budget

Es herrscht noch Verunsicherung beim Einkauf von Bio-, Fairtrade- und ähnlichen Lebensmitteln, weil diese teurer sein können. Immer wieder werden solche Kaufbelege von den Buchhaltungen abgelehnt mit dem Hinweis, sparsamer einzukaufen. Beispiele sind Bio-Hackfleisch oder Fairtrade-Kaffee.

Zugleich braucht es in den Organisationen mehr Wissen über kostengleiche Alternativen für nachhaltig erzeugte Lebensmittel, denn nicht immer ist "nachhaltig" gleichbedeutend mit "teurer".

Wünschenswert

sind ein klares Bekenntnis und Weisung der Träger*in, dass und welche Mehrkosten für den Einkauf nachhaltiger Lebensmittel entstehen dürfen sowie ggf. die Suche nach zusätzlichen Fördertöpfen.

"Ja" zu Mitarbeiter*innen- Schulungen

"Ja" zum Handeln JETZT

Damit ein echter Einstieg in die Klimawende passieren kann, ist die breit angelegte, ausdrücklich praxisorientierte Wissensvermittlung zu Aspekten von Nachhaltigkeit im gesamten Verbands- und Einrichtungs-Alltag nötig.

Für eine zukunftsfähige Gestaltung der eigenen Arbeitsbereiche hinsichtlich Einkauf, Kochen Müllvermeidung, Transport u.a. braucht es praktikable Alternativen. Es erfordert

- sowohl einen einheitlichen hohen Kenntnisstand aller Mitarbeitenden darüber
- als auch das klare Okay der Leitungen zur aktiven (ausnahmslosen) Umsetzung in allen Arbeitsbereichen.

Wünschenswert

ist die Unterstützung aller Mitarbeiter*innen, Kinder und Jugendlichen durch die Träger*innen für die Querschnittsaufgabe Nachhaltigkeit mit

- Workshops und Schulungen auf allen Ebenen der eigenen Organisation sowie
- Verankerung von Nachhaltigkeitskriterien im eigenen Leitbild.

Mitschrift der Austausch-Ergebnisse: Was läuft schon gut?

am Beispiel „Nachhaltige Ernährung“

in der Praxis / im Verband oder Treff / auf Freizeiten

Essen mit oder ohne Fleisch:

- Koch-Tage, z.B. verschiedene Länder-Küchen, z.B. mit sehr wenig Fleisch
- vegetarische und vegane Cremes als Aufstrich-Alternative zu Wurst und Käse
- Aufstriche selber machen (z.B. Hummus, Nuss-Nougat-Creme), Ketchup selber machen
- Pesto selbermachen (Bärlauch, Petersilie, Giersch)

Gesunde Ernährung:

- zeigen, wie viel Fett und Zucker enthalten ist (z.B. mit Würfelzuckerstücken)
- Instant-Produkte selber machen, um zu zeigen, woraus sie bestehen
- selber Gemüsebrühe machen (braucht aber Zeit und entsprechende Möglichkeiten)
- Theken-Süßigkeiten umstellen auf „bei uns gibt’s was anderes als Snickers“, damit z.B. tageweise beginnen, durchhalten, verstetigen
- Gesundes Obst und Gemüse schon schneiden, dann wird öfter zugriffen
- überregionale Schulungstreffen „Nachhaltig Kochen“ bei der Ev. Jugend
- Fairspeisen-Siegel der NFJ zur Selbstkontrolle (auch für andere Verbände offen)

Verpflegung auf Freizeiten:

- in 6-er Gruppen selber Brot backen mit der für Freizeiten angeschafften Küchenmaschine. Oder Kinder kneten 1 Stunde lang (=verändert ihr Verhältnis zum Essen). Alternativ Brotbackmischungen benutzen.
- große Gebinde einkaufen (Nudeln, Reis,..) / weg von kleinen Verpackungen; ggf. Großmengen kaufen und dann selbst klein schneiden
- Lebensmittel-Lagerung mit Trockeneis
- vor Ort einkaufen gehen spart Transportkosten, KiJu gehen selbst einkaufen
- Milch ist schwierig. Am Dümmer gibt es von der Jugendherberge 10-Liter-Gebinde
- Sachen für Freizeiten (größere Mengen) kann man in Läden vorbestellen, z.B. kleine Mineralwasserflaschen, Sachen von der Frischetheke
- Gar nicht sagen, dass das Essen vegetarisch ist (s. vegetarische Bolognese), funktioniert oft gut
- Jugendliche: Essen muss lecker sein, gesund ist weniger wichtig - keinen Gegensatz aufmachen "normal = ungesund, vegan = gesund", einfach machen, Küchencrew entscheidet sich für fleischlos oder vegan und setzt es um
- Nach Rabatten fragen beim Köckerhof, Dengel, Wochenmarkt

Recycling:

- in allen Altersgruppen thematisieren
- z.B. mit Dosen dann basteln, Lagerfackeln draus machen, oder zum Heizen benutzen.
- Tetrapaks verbasteln.

Müllvermeidung:

- bewusst drauf achten
- gibt es Komposte (im privaten Rahmen gehen Ikea-Boxen zum Zuklipsen und wieder mit nach Hause nehmen; Regenwurmboxen kompostieren ohne Geruchsbildung)
- Pfadfinder-Zeltplatz Wesernohe hat ein Müllvermeidungssystem
- Lieferungen vom Obsthändler*in

| |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Abwaschlappen aus Zellulose verwenden - Spülmaschinentabs ohne Plastik / Spülmaschinenpulver - auf Kleinmengenpackungen verzichten |
| <p>Getränke:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sodastreamer mit Glasflaschen - Regionale Mineralwasser kaufen: Christinen und Carolinen Brunnen - Sinalco statt Cola (Sinalco ist regional) - Leitungswasser hat bessere CO2 Bilanz als stilles Wasser in Flaschen – Sprudelgeräte anschaffen statt Mineralwasser in Flaschen kaufen - Flaschen mit Ploppverschluss eignen sich für viele Getränke gut - Statt Pulver-Eistee: Apfelsirup einkochen (geht auch ohne Entsafter) und damit Wasser aromatisieren |
| <p>Lebensmittel lagern, haltbar machen und frischhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einkochen und Einmachen mit Kindern - angebrochenes Pesto mit einer Schicht Öl länger frischhalten - Einfrieren in eckigen Gläsern (nicht bis oben hin füllen, muss sich ausdehnen können), leeren Margarinetöpfen o.ä. - Äpfel zur Mosterei bringen (Kamke in Elverdissen) und dafür Saft bekommen |
| <p>Wissen über...:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vertrauenswürdige Label und Siegel: EU-Label, Fairtrade-Label (dort dürfen Firmen aber mixen mit konventionell), GEPA, Demeter (Demeter ist allerdings politisch teils in der Kritik) - Problematische Produkte: Nestle (Kommerzialisierung der Wasserversorgung), Kagel, Fairtrade-Zucker aus Übersee (besser Rübenzucker aus der Region), statt Ahornsirup: Zuckerrübensirup (gibt es auch in hell) oder Apfeldicksaft, statt Gelatine: Agar-Agar oder Pektin; Quetschtuben mit Fruchtpüree (zu viel Alu und Plastik), industrielle Gemüsebrühe enthält nur 12% Gemüse (88% Stärke, Zucker, ..) - nachhaltige unkomplizierte Gerichte: Nudeln mit Pesto, Hummus, Maiscouscous (statt Weizencouscous) - Haferdrink besser als Mandeldrink (viel Wasser für Mandelbäume); beides auf jeden Fall besser als Kuhmilch - energiesparend Kochen, z.B. immer Deckel auflegen, Induktionsherd ist energiesparender als Ceranfeld. - Bio = immer teuer ist ein Vorurteil. Zeigen, dass das nicht stimmt. - |
| <p>Einkaufstipps:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rewe, Combi, Penny: geben „nicht schönes“ Gemüse ab - Rewe in Babenhausen hat nicht homogenisierte Frischmilch zum Selbstzapfen - Restlos e.V. Schildesche (Filiale am Sigi ist in Planung) - vegane Weingummis von Haribo/Katjes, sind nicht teurer- |
| <p>Netzwerke und Tauschbörsen zur Umverteilung: Wir haben viel ..., ihr habt viel ... - jede*r gibt was ab / Tauschbörse z.B. für Marmelade</p> |
| <p>Wissen der Kinder und Jugendlichen anfragen, einbeziehen und wertschätzen</p> |

Mitschrift der Austausch-Ergebnisse: Was möchten wir besser machen?

am Beispiel „Nachhaltige Ernährung“

Mehr Wissen generieren und umsetzen, z.B. über Kochen, Mengenkalkulation, "Fleischersatz", Müllvermeidung, CO2-Abdruck, einfache leckere Rezepte, Alternativen zum Grillen mit Fleisch, ..., ...

Verankerung in Vorbereitungs-Check-Listen für Freizeiten und Projekten (ähnlich z.B. der Broschüre „Aufsichtspflicht“ wendet man's an, wenn es praxistauglich und gut ist)

Sich mit KiJu vernünftige Tierhaltung vor Ort ansehen, Herkunft von Lebensmitteln kennenlernen „Woher kommt die Milch“ u.a.

Wie nachhaltiges Essen in der eigenen Einrichtung verankern und verstetigen? Weniger „To Go“ mitbringen, weniger Plastik-Spülbürsten u.a.

!!!Die größte Hürde ist die GEWOHNHEIT

Großes Thema „Fleisch“ - Kochen auf Freizeiten: Wer entscheidet „Fleisch – fleischlos“: Team? Köchin? Kinder und Jugendliche? Eltern?

Gewohntes Essen vs. Ungewohntes (fleischloses) Essen: Wie damit umgehen: thematisieren? Bewusst nicht thematisieren?

Präventiv denken (nicht immer möglich): Welche Kinder fahren mit, vorher mit ihnen probieren, dann gemeinsam entscheiden, welches Kochen bei der Freizeit stattfinden soll

Idee aus Finnland: Kiga-Gruppe geht angeln und isst den Fisch. / Es gäbe ein „Freizeit-Schwein“ oder „-Huhn“, das mitkommt und bei dem klar ist: Es wird irgendwann geschlachtet und geht auf den Grill = verändert das Verhältnis zu tierischer Nahrung. S.a. Unterschied Stadtkinder - Dorfkinder

Wie lagern und kühlen auf Freizeiten? Wo Umstieg auf Getrocknetes möglich? Fehlende Küche und Logistik? Fehlende Einkaufsmöglichkeiten? Resteverwertung?

Lagerung im Winter: Äpfel in Kisten mit Zeitungspapier, Möhren in Sand usw.

Einkäufe aus nachhaltigen Ressourcen:

- Mehr Wissen und Information zu Labeln, lokalen Erzeuger*innen, behandelten Lebensmitteln, Fördertöpfe für Bio-Etats? (s.o.)

- Vorhandene Infos sichten (Broschüren Bielefeld, Bundesländer)

- Klassiker: Nur Billigkaffee fürs Büro

- initiativ werden: keine Äpfel aus Chile oder Neuseeland, Verzicht auf verpackte Äpfel: Warum denkt keine*r drüber nach, dass im Supermarkt so wenige regionale und saisonale Produkte angeboten werden?

- Umgang mit: Auch Bio-Fleisch stammt fast immer noch aus Massentierhaltung

Mehr Austausch zum Thema Müllvermeidung: Wie macht ihr das? Wo sind Probleme? Wo gibt es schon Lösungen? Miteinander statt kompetitiv.

Handlungsbedarf:

- Wie KiJu aufklären (bringen viel Verpackung mit, durch Corona noch mehr Verpacktes, bringen viel Ungesundes mit), ohne Scham und Schuldgefühle zu erzeugen?

- im Verband / Treff: selbst Kleinstmengen eingepackt (Zuckertütchen), Einmalschwämme, ...

Was sagt unsere Buchhaltung, wenn ich Nudeln aus dem Unverpackt-Laden hole? Oder Tomatenpulpe im Glas? Wo ist einmalige Investition in Einweg auf Dauer günstiger als stetig Mehrweg?

Beispiel Bügelperlen: Gegenteil von nachhaltig. Es gibt sie auch biologisch abbaubar.

Ressource Papier: immer noch sehr viele Ausdrücke statt Umstellung von Computersystemen, so dass viel Papier hin und her getragen werden muss, viele vermeidbare Kopien, Mengen Schmierpapier, Flyer in großen Mengen statt bedarfsgerecht, Einwegpapiertücher, ...

Getränkekästen korrekt zurückgeben: Immer nur mit leeren Flaschen derselben Marke befüllt, weil Recycling gemischt befüllte Leerkästen ablehnt (Sortieren ist teurer als Recyceln)

Wie weder Kinder und Jugendliche noch Kolleg*innen überfordern – es soll sich gut anfühlen

Infoplattformen und Veröffentlichungen

Broschüre "Reiseproviant - das Kochbuch für Gruppen", Naturfreundejugend https://www.naturfreundejugend.de/themen/reisen_und_sport/-/31/fairspeisen/

Allgemein:

<https://www.oekolandbau-nrw.de/>
www.landservice.de

Saisonkalender und dazu passende Rezepte:

<https://www.regional-saisonal.de/saisonkalender>

Regionales:

<https://www.senneoriginal.de/>
<https://www.wochenmarkt24.de/>

Umwelt, Gesundheit, Nachhaltigkeit:

<https://infonetz-owl.de/>

Alte Apfelsorten, Säfte, Bio-Obst (Hofmarkt hinter Tierpark, freitags oder Lieferservice), Schnitt- und Pflanzkurse von H.J. Bannier:

<https://www.obstbaumschnittschule.de/obst-arboretum-bielefeld/>

Bielefelder Karte mit Obst- und Nussbäumen, die für Jedermann zum Ernten freigegeben sind:

https://stadtplan.bielefeld.de/app/natur_online/#?sidebar=overlay&sidebarStatus=open&map=11,468472.41787,5764689.04223,EPSG:25832&layers=stadtbezirke_pl,stadtbezirke_t,statistische_bezirke_pl,statistische_bezirke_t,grundschul_einzugsbereich_plz_t,plz_pl,stimmbezirke_pl,stimmbezirke_t,urban_gardening_p,urban_gardening_360_p,stadtplan_bi_gruen

Das Angebot nicht nur für Bielefeld: <https://mundraub.org/>

Bildung und Angebote:

<https://www.welthaus.de/> <https://bielefelder-naturschule.de/> (z.B. Schulbauernhof Ummeln)

Biohöfe kennenlernen:

www.demonstrationsbetriebe.de www.bio-live-erleben.de

Nachhaltige Kohle aus Kokosschalen: www.fair-grillen.de

Tipp für Selbstversorger (große Saatgutvielfalt): <https://nutzpflanzenvielfalt.de/>