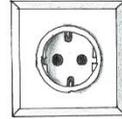
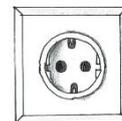


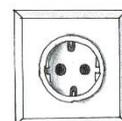
Wasche deine Hände eine Woche lang nur mit kaltem Wasser und Seife.



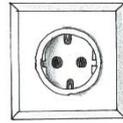
Schreibe ein Gedicht, in dem Tipps zum Energiesparen vorkommen.



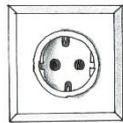
Mache zu Hause erst deine Hausaufgaben, bevor du elektronische Unterhaltungsgeräte benutzt.



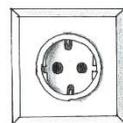
Wäsche wird häufig unnötig gewaschen.
Achte eine Woche darauf, dass nur
schmutzige Kleidung im Wäschekorb landet.



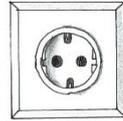
Überlege wo und wie du bei euch zu Hause
Energie sparen kannst.



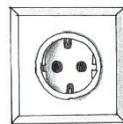
Achte eine Woche lang darauf die Heizung
auszumachen, wenn du lüftest.



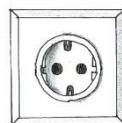
Welche Geräte sind bei mir zu Hause immer auf Standby-Funktion? Welche davon könnte ich gut zeitweise ausschalten?



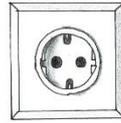
Schreibe dir eine Woche lang deine tägliche Bildschirmzeit auf (Handy, Fernseher, Tablet, Konsole...). Suche dir dann einen Tag aus, an dem du maximal eine Stunde Bildschirmzeit nutzt.



Überlegt wo und wie ihr bei euch in der Schule Energie sparen könnt.



Sorgt dafür, dass in eurem Klassenraum das Licht ausgeschaltet wird, wenn niemand mehr dort ist.



Sprich mit deinen Eltern. Versucht eine Woche lang keine Lebensmittel wegzuschmeißen. Findet kreative Wege aus Resten noch etwas Leckeres zu zaubern!



Kauft einmal mit der Familie auf dem Wochenmarkt ein.



Lebensmittel dürfen nicht weggeschmissen werden.
Tauscht in der Klasse eine Woche lang eure Pausensnacks, die ihr nicht mögt.



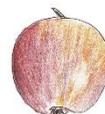
Motiviere deine Eltern dazu beim Wocheneinkauf
möglichst wenig Produkte mit Plastikverpackung zu
kaufen (Tipp: Unverpacktladen).



Pflanze in deinem Garten oder in einem kleinen
Hochbeet Gemüse an, das du gerne magst.



Trinke einen Tag lang nur Leitungswasser.



Bringe mindestens eine Woche lang dein Getränk in einer nachfüllbaren Flasche mit zur Schule.



Verzichte eine Woche lang auf Fleisch.



Motiviere deine Eltern dazu beim Wocheneinkauf möglichst viele regionale Produkte zu kaufen.



Organisiert ein gesundes Frühstück ohne Wurst und Fleischprodukte.



Gestaltet ein Kochbuch mit Zutaten aus der Region.
Oder sammelt Jahreszeitenrezepte, die Zutaten enthalten, welche gerade frisch zu bekommen sind.
Dafür könnt ihr in einem Saisonkalender nachschauen oder vielleicht auch eure Großeltern befragen.



Bringe mindestens eine Woche lang dein Frühstück in einer Brotdose statt in einer Einwegverpackung mit.



Sortiere deinen Kleiderschrank aus. Was hast du schon lange nicht mehr angezogen? Schenke das Kleidungsstück einer/m Freund/in, Geschwistern oder spende es.



Veranstaltet in eurer Klasse/Freundeskreis eine Tauschbörse.



Kaufe dein nächstes Kleidungsstück im Second-Handgeschäft.



Aus Alt mach Neu. Sammelt Upcycling-Ideen und setzt sie im Kunst-, Textil- oder Werkunterricht um.



Überzeugt eure Schule davon recyceltes Druckerpapier und/oder Toilettenpapier zu kaufen.

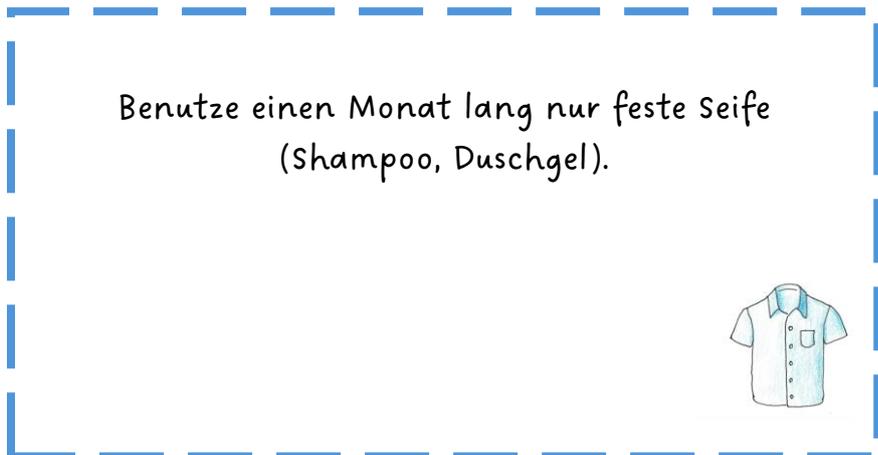


Unser Konsumverhalten produziert viel Müll. Geht mit eurer Klasse eine Schulstunde lang Müll sammeln





Überlege einen Monat lang vor jedem Kauf, ob du den Gegenstand wirklich brauchst. Vielleicht kannst du dir auch etwas Ähnliches leihen.



Benutze einen Monat lang nur feste Seife (Shampoo, Duschgel).



Versuche etwas zu reparieren, anstatt es
wegzuschmeißen.



Nimm beim nächsten Shopping-Trip einen eigenen
Beutel mit und kaufe keine Tüte.



Unser Konsumverhalten produziert viel Müll. Gehe
15 Minuten lang spazieren und sammle dabei allen
Müll auf, den du siehst.









Fahre eine Woche lang mit dem Bus, in Fahrgemeinschaften oder mit dem Fahrrad zur Schule. Wenn du in der Nähe wohnst, kannst du auch laufen.



Führt eine Umfrage zum Thema 'Verkehrsmittel auf dem Schulweg' an eurer Schule durch.



Spiele einen Nachmittag lang hauptsächlich
draußen.



Achtet eine Woche lang darauf, nicht mit dem Auto
zu nahegelegenen Zielen (z.B. Bäcker) zu fahren.
Erinnert auch eure Eltern.



An deinem Fahrrad ist etwas kaputt? Repariere es.



Bildet zu eurem nächsten Schulausflug
Fahrgemeinschaften.



Was muss man in eurer Region verbessern, damit
öffentliche Verkehrsmittel besser genutzt werden?
(z.B. Taktung, Linienführung etc.) Überlegt und
schreibt einen Brief mit euren Ideen an die
Gemeinde oder Stadt.



Du hast einen Termin, der weiter weg ist und deine
Eltern würden dich fahren. Versuche ihn mit
öffentlichen Verkehrsmitteln wahrzunehmen.



Fahre eine Woche lang in deiner Freizeit nur mit dem Fahrrad.



Suche dir eine Straße aus und zähle 5 Minuten lang, wie viele Autos vorbeifahren, in denen nur eine Person sitzt.



Denke dir ein Bewegungsspiel für die großen Pausen aus.

