



Katholischer  
Deutscher  
Frauenbund

# für mich. für dich. fürs Klima.

Leitfaden für die KDFB-Aktionswoche

**bewegen!**



Der Katholische Deutsche Frauenbund e.V. (KDFB) setzt ein deutliches Zeichen für den Klimaschutz und die Bewahrung der Schöpfung. Unter dem Motto „für mich. für dich. fürs Klima.“ laden wir alle

Frauenbundfrauen und Freund\*innen dazu ein, gemeinsam klimafreundlich aktiv zu werden und Treibhausgasemissionen einzusparen.

Aus unserem christlichen Selbstverständnis heraus ist es unsere Aufgabe, durch eine nachhaltige Lebensweise an der Bewahrung der Schöpfung mitzuwirken. Dabei sind uns die Solidarität und Gerechtigkeit zwischen Nationen, Geschlechtern und Generationen sowie der Erhalt der natürlichen Lebensgrundlagen wichtige Anliegen.

Der Frauenbund setzt sich schon seit vielen Jahren für den Klimaschutz und nachhaltiges Wirtschaften ein. Bereits 2013 hat die Bundesgeschäftsstelle eine Umweltzertifizierung erhalten und im Verband haben wir Kampagnen wie z.B. zu klimagerechter Ernährung und umweltfreundlichen Energien durchgeführt.

Mit der Aktion „für mich. für dich. fürs Klima.“ gehen wir neue Schritte hin zu einer ökologischeren Gesellschaft. Wir bewegen uns und wollen zeigen, dass klimafreundliches Verhalten einfach umsetzbar ist, gemeinsam mit anderen Menschen Spaß macht und Ausdruck bürgerschaftlicher Verantwortung für eine lebenswerte und zukunftsfähige Welt ist.

„Wie wollen wir leben?“ Vor dem Hintergrund der Corona-Krise hat diese Frage für viele an Bedeutung gewonnen. Mit unserer Aktion können wir erste Zeichen setzen und zeigen, wie Frauenbundfrauen sich ein nachhaltiges Leben in Zukunft vorstellen und wofür sie sich engagieren.

Wir freuen uns auf viele gute Ideen, bewegte Frauenbundfrauen und eine erfolgreiche Aktionswoche!

Ihre

Dr. Maria Flachsbarth  
Präsidentin des Katholischen Deutschen Frauenbundes



Foto: ©Bundesregierung - Stefani Kugler

Liebe Engagierte,

beim Klimaschutz haben wir vieles selbst in der Hand: Wie wir essen, was wir einkaufen, wie wir unseren Garten oder Balkon bepflanzen – all das

hat Einfluss. Ich freue mich deshalb, Schirmfrau Ihrer Aktionswoche zu sein. Denn als Ernährungs- und Landwirtschaftsministerin sind es genau diese Themen, die mir wichtig sind.

Wir haben in unserem Ministerium eine Vielzahl an Aktivitäten und Angeboten, um gemeinsam mit Engagierten wie Ihnen etwas zu bewegen. Unter [www.bienenfuettern.de](http://www.bienenfuettern.de) bieten wir zum Beispiel bienenfreundliche Pflanz-Tipps – und zeigen, warum es überall wichtig ist, den Bienen ausreichend Nahrung zu bieten.

Mit „Zu gut für die Tonne!“ helfen wir dabei, Lebensmittelverschwendung zu vermeiden.

Unter [www.zugutfuertonne.de](http://www.zugutfuertonne.de) gibt es Tipps, etwa zum richtigen Lagern von Lebensmitteln, oder auch eine Beste-Reste-App mit Rezepten für eine leckere Resteküche.

In ländlichen Räumen fördern wir neue Mobilitätsideen wie ÖPNV-Taxis, „On-Demand“-Verkehre oder auch Bürgerbusse. Dabei fördern wir ganz bewusst die E-Mobilität bei den Fahrzeugen wie auch den Aufbau der Ladeinfrastruktur. Wir unterstützen also die Mobilität der Menschen, reduzieren den Individualverkehr und entlasten die Umwelt.

Denn beim Klimaschutz sind es eben die vielen kleinen Schritte, die zu einem großen Ganzen werden und gemeinsam Wirkung erzeugen. Genau deshalb ist Ihre Initiative auch so wichtig. Weil Sie Ideen weitertragen, Mut machen, Anstoß geben.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg!

Herzlichst

Ihre

Julia Klöckner  
Bundesministerin für Ernährung und Landwirtschaft

## INHALT

- 5 □ für mich. für dich. fürs Klima.
- 7 ■ MOBILITÄT
- 11 ■ KONSUM UND ERNÄHRUNG
- 15 ■ MÜLLVERMEIDUNG
- 19 ■ GRÜNE OASEN
- 23 ■ DIE EINRICHTUNGEN DES FRAUENBUNDES

*Es gibt nur eine Erde*



## für mich. für dich. fürs Klima.

Der Titel mag auf den ersten Blick etwas seltsam anmuten. Aber er trifft den Kern: Denn warum soll ich mich für das Klima einsetzen? Wir leben doch in Deutschland in einem Umfeld, in dem das Klima in Ordnung scheint. Nun gut, in den letzten Jahren waren Probleme durch Trockenheit oder Schäden, die durch starke Stürme verursacht wurden, schon mal in der Presse oder in den Fernsehnachrichten zu sehen. Eventuell war ich auch von über die Ufer tretenden Flüssen und Hochwasser betroffen, aber im Großen und Ganzen geht es uns doch gut. „für mich“ ist der Klimawandel vielleicht gar kein Thema.

Tatsächlich liegt Europa in einer sehr gemäßigten Klimazone, die uns ein angenehmes Leben in einem gesunden Klima ermöglicht und zuverlässig gute Bedingungen für die

Landwirtschaft bietet. Aber wir erleben gerade, wie z.B. langanhaltende Perioden ohne Regen die Wälder, die Landwirtschaft und andere Bereiche beeinträchtigen. Und auch innerhalb Europas können wir beobachten, dass durch steigende Durchschnittstemperaturen Gletscher schmelzen, die seit Jahrhunderten existieren. Also auch „für mich“ können die Veränderungen, die durch den Klimawandel angeschoben werden, einen negativen Einfluss auf meine Lebensbedingungen bedeuten.

### Zentral im Titel der Aktionswoche ist die Aussage: „für dich“:

Zum einen betrifft der Klimawandel, der lokal voranschreitet, die nachfolgenden Generationen. Je stärker die Temperaturen steigen, umso drastischer werden die Auswirkungen. „Für dich“ bedeutet also, dass wir aufgefordert sind, unser Leben so zu gestalten, dass die Welt auch für unsere Kinder, Enkel und kommende

Generationen ein lebenswerter Ort bleiben kann.

„Für dich“ bedeutet aber auch, dass wir die Menschen im Blick haben, die in jenen Klimazonen leben, die heute schon unter Hochwasser, Dürren und anderen extremen Bedingungen leiden. Ihre Lebensumstände werden durch den Klimawandel immer kritischer. Wir wollen durch klimabewusstes Handeln zur Milderung des Klimawandels beitragen. Und wir wollen uns für Klimagerechtigkeit und ein gutes Leben für alle einsetzen.

Tag für Tag haben wir vielfältige Möglichkeiten, durch kleine Entscheidungen und konkretes Handeln zum Schutz des Klimas und zur Bewahrung der Schöpfung beizutragen. So erhalten wir unsere Landschaften und Lebensgrundlagen, leisten einen Beitrag zum weltweiten Klimaschutz und können nachfolgenden Generationen eine lebenswertere Welt überlassen.

## EINSATZ FÜR DAS KLIMA IN ZEITEN VON CORONA

**„Der Kampf gegen den Klimawandel muss aus Sicht des Zentralkomitees der deutschen Katholiken (ZdK) trotz der Corona-Pandemie weiter auf der Tagesordnung bleiben. So wichtig die Maßnahmen gegen die Corona-Pandemie sind, so wichtig ist auch das beharrliche Einwirken auf eine Politik, eine Wirtschaft und eine Gesellschaft, die die Gefahren und Folgen des Klimawandels in den Blick nimmt und dem entgegenwirkt, erklärten ZdK-Präsident Thomas Sternberg und die frühere Bundesumweltministerin Barbara Hendricks, die ZdK-**

**Sprecherin für den Bereich Nachhaltige Entwicklung und globale Verantwortung ist. Der Klimaschutz kennt keine Pause und kann nicht verschoben werden.“**

Dieser Text stammt aus einer Pressemitteilung des ZdK zum 5. Jahrestag der Papstzyklika „Laudato Si“, die Papst Franziskus 2015 veröffentlicht hat. Im Mittelpunkt stehen Fragen nach einer zukunftsfähigen und lebenswerten Welt. Papst Franziskus fordert dazu auf, Verantwortung für unser „gemeinsames Haus“ zu übernehmen und dafür Sorge zu tragen, dass alle Menschen gemeinsam in sozialer und ökologischer Gerechtigkeit auf der Welt leben können.

Die Zukunft unserer Welt – Wie wollen wir leben? Diese Frage stellt sich während der Corona-Krise nochmal neu und gewinnt an Bedeutung. Die Krise bietet auch die Chance, sich dieser Frage mit einem offenen Blick zu

stellen und aktuelle Erfahrungen (z. B. weniger und ausgesuchteren Konsum, Wertschätzung einer intakten Umwelt und regionaler Lebensmittelversorgung, ...) weiter zu entwickeln, nachhaltiges Wirtschaften und Leben auszubauen und nicht mehr zum alten Status zurückzukehren.

Auch der Wert menschlicher Begegnungen ist in Zeiten der Kontaktbeschränkung wieder bewusst geworden. Sie waren und sind auf ein Minimum beschränkt. Dadurch verändern sich gesellschaftliches Leben und auch das Zusammensein im Frauenbund. In der Aktionswoche wollen wir (trotzdem) zusammen „für mich. fürs Klima.“ aktiv werden und das gemeinsame Engagement in den Mittelpunkt stellen. Lassen Sie uns Wege finden, diese Idee umzusetzen! Wir haben einige Vorschläge für Sie vorbereitet und freuen uns auf Ihre kreativen Beiträge. Bewegen wir gemeinsam die Welt!

## MOBILITÄT

Mobilität ist ein unverzichtbarer Bestandteil unseres täglichen Lebens, sowohl im Privaten als auch im beruflichen oder ehrenamtlichen Umfeld. Auf der anderen Seite ist sie eine der größten Quellen von Treibhausgasen in Deutschland.

Mit einem Anteil von 18,2 Prozent am Treibhausgasausstoß ist der Verkehr der drittgrößte Verursacher von Emissionen in Deutschland.

*(Quelle: Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit (BMU): Klimaschutz in Zahlen - Fakten, Trends und Impulse deutscher Klimapolitik, Ausgabe 2018)*

### Wie können wir mobil bleiben und trotzdem Treibhausgase reduzieren?

Der Vergleich der verschiedenen Verkehrsmittel zeigt eindeutig, wo die meisten Treibhausgase produziert werden und wie man sie einsparen kann: Pro zurückgelegtem km und Person werden beim Flugzeug 214 g

Treibhausgase frei, beim Auto 140 g, die verschiedenen Verkehrsmittel im öffentlichen Personennahverkehr liegen zwischen 63 und 75 g, die Bahn im Fernverkehr nur bei 38 g.

*(Quelle: TREMOD 5.72, Umweltbundesamt 13.03.2018).*

### AKTIONSIDEE POP-UP-RADWEGE

Auch in Deutschland nimmt die Beliebtheit des Fahrrads als Verkehrsmittel zu. Allerdings fehlen in vielen Kommunen noch notwendige Fahrradwege, die eine sichere Teilnahme für alle am Straßenverkehr ermöglichen. Um auf diesen Mangel hinzuweisen und gleichzeitig Lösungen aufzuzeigen, haben einige Verkehrsverbände (z.B. Allgemeiner Deutscher Fahrradclub (ADFC), Verkehrsclub Deutschland (VCD)) temporäre Radwege eingerichtet. Eine tolle Idee, um Bewegung in die Planung von Radwegen zu bringen und so das Radfahren in Ihrem Ort attraktiver zu machen!



**Zur Umsetzung:** Sie brauchen einen gewissen zeitlichen Vorlauf, da Sie für Ihre Aktion die Zustimmung der kommunalen Verwaltung benötigen. Wenn Sie vor Ort eine Ortsgruppe des ADFC oder VCD haben, empfiehlt sich eine Zusammenarbeit, so können Sie die Kräfte bündeln und die Aktion gemeinsam vorbereiten. Zur Umsetzung der Aktion wird der Pop-Up-Radweg dann mit Blumenkübeln, Sprühkreide etc. gekennzeichnet und so vom restlichen Verkehr abgegrenzt.

Weitergehende Informationen finden Sie zum Beispiel unter <https://tinyurl.com/y7y74526>



## AKTIONSIDEE FAHRRAD ALS ALLTÄGLICHES VERKEHRSMITTEL

Das Fahrrad ist das klimafreundlichste Verkehrsmittel, aber manchmal ist die Nutzung nicht alltagstauglich. Für diese Situationen (z.B. für den Arbeitsweg, wenn Bluse oder Hemd nicht verschwitzt sein dürfen, bei Strecken mit größeren Höhenunterschieden oder viel Gegenwind oder für ältere oder körperlich beeinträchtigte Menschen) bietet sich das E-Bike als Alternative an. Überlegen Sie gemeinsam, auf welchen Strecken das E-Bike für Sie als Alternative zum Auto in Frage kommt. Bei vielen Radverleihern oder Fahrradhändlern haben Sie die Mög-



lichkeit, ein E-Bike auszuprobieren. Vereinbaren Sie mit Ihrem Zweigverein doch mal einen Probetermin! Ihr Beitrag zum Klimaschutz ist enorm: Die gesamten CO<sub>2</sub>-Emissionen liegen bei einem Pkw mit Benzinmotor 39 Mal höher als beim Pedelec. Und auch Ihr Geldbeutel freut sich: Die Kraftstoffkosten pro 100 km sind beim Pkw 47 Mal höher als beim Pedelec.

## AKTIONSIDEE KOMPENSATION BEI DER KLIMA-KOLLEKTE

„Vermeiden, reduzieren, kompensieren“, nach diesem Motto arbeitet die Klima-Kollekte. Sie ist ein CO<sub>2</sub>-Kompensationsfonds christlicher Kirchen, über den jeder Mensch, jede Organisation und jede Gemeinde unvermeidliche Emissionen kompensieren kann. Die Ausgleichszahlungen werden gezielt in Projekte in Entwicklungs- und Schwellenländern investiert und mindern Armut vor Ort, indem sie Frau-



en stärken, Gesundheit schützen und Perspektiven ermöglichen – zudem verringern sie den CO<sub>2</sub>-Ausstoß und schützen so das Klima. Ganz konkret können Sie die Emissionen, die durch Ihre unvermeidbaren Fahrten mit dem Pkw, dem öffentlichen Nahverkehr sowie Urlaubsreisen entstehen, errechnen lassen und kompensieren. Beispiel: Wenn Sie als KDFB-Bezirksleiterin im Jahr 2.000 km fahren, um verschiedene Veranstaltungen in Ihrem Bezirk zu besuchen, entstehen dabei (durchschnittlich) 0,44 Tonnen CO<sub>2</sub>. Diese Emissionen können Sie durch die Zahlung von 10 Euro kompensieren. Nähere Informationen finden Sie unter <https://klima-kollekte.de>

**Übrigens:** Bei der KDFB-Bundesdelegiertenversammlung und dem KDFB-Bundesausschuss bitten wir die Delegierten immer um die Angabe, mit welchem Verkehrsmittel sie anreisen und welche Entfernung sie dabei zurücklegen. Aus den gesammelten Daten errechnen wir die Menge der aus-

gestoßenen Treibhausgase und leisten eine Kompensationszahlung an die Klima-Kollekte. Machen Sie mit!

## AKTIONSIDEE SPRITSPAREN

Besonders umweltfreundlich sind Sie in Ihrem direkten Umfeld natürlich dann unterwegs, wenn Sie sich mit dem Fahrrad oder zu Fuß fortbewegen. Als Alternative zum Auto ist das bei Kurzstrecken sehr effizient: Ein kalter Automotor verbraucht kurz nach dem Start ein Vielfaches des normalen Spritverbrauchs. Erst nach ca. 4 km normalisiert sich der Verbrauch. Bei diesen Strecken können Sie durch den Umstieg auf das Fahrrad am meisten erreichen, sowohl für das Klima als auch für Ihren Geldbeutel.

Falls Sie auf Ihr Auto als Verkehrsmittel angewiesen sind, können Sie auch mit anderen Tricks den Treibstoffverbrauch und damit den Ausstoß an Treibhausgasen verringern. Im Rahmen der Klimaaktion des Verbraucherzentrale Bundesverbandes,

an der sich auch der VerbraucherService im KDFB beteiligte, entstand eine Broschüre mit zehn Spritspartipps: <https://tinyurl.com/ycjj3bfh>

## AKTIONSIDEE „ZU FUSS ZUR SCHULE“

Der 22. September ist jedes Jahr der „Zu Fuß zur Schule“-Tag. Aus diesem Anlass veranstalten das Deutsche Kinderhilfswerk und der Verkehrsclub Deutschland eine Aktionswoche, in der Kindergarten- und Schulkinder dazu aufgefordert werden, sich zu bewegen – also zu Fuß, mit dem Fahrrad oder dem Roller zur Schule zu kommen. <https://www.zu-fuss-zur-schule.de/mitmachen/aufruf>

Auch Eltern, Lehrer\*innen und Erzieher\*innen sollen an diesem Tag das Auto stehen lassen. Die Aktionstage richten sich gezielt an Grundschulen und Kindergärten und finden dieses Jahr vom 21.09.2020 bis zum 02.10.2020 statt. Diese Aktionsidee bietet tolle Ko-

operationsmöglichkeiten: Nehmen Sie Kontakt zu den örtlichen Grundschulen oder Kitas auf, vielleicht gibt es in Ihrem Ort auch eine VCD-Ortsgruppe, mit der Sie zusammenarbeiten können. So können Sie mit Ihrer Aktionsidee viele Menschen erreichen und sie für den Klimaschutz und den Frauenbund gewinnen!

- Eine konkrete Aktionsidee der Initiative ist die Einrichtung einer Laufgemeinschaft auf dem Weg zur Schule oder zum Kindergarten. Eine Anleitung finden Sie unter <https://tinyurl.com/yb3h53oy>

## AKTIONSIDEE FAHRRADWALLFAHRT

Planen Sie eine Radwallfahrt: Empfehlenswert ist eine Strecke von ca. 15 km, die Strecke sollte einfach zu befahren sein (möglichst ohne extreme Steigungen, auf befestigten Wegen, verkehrsfrei oder mit Radwegen ausgestattet).

Planen Sie drei bis vier Gebetsstationen ein. Titelvorschlag: „Rundfahrt zur Bewahrung der Schöpfung“. Als Impulstexte können Sie Abschnitte aus der Papstencyklika „Laudato Si“ verwenden.

Planen Sie die Gebetsstationen an einer Wasserstelle, an einem markanten Baum, an einem Feld und an einer Straße/Industriefläche/Gewerbegebiet ein.

**Beispiel zur Gestaltung eines Impulses an der Station, die symbolisch für die menschengemachte Zerstörung der Natur steht (Straße, Industrie o.ä.):**

- Zitat aus der Enzyklika „Laudato Si“: „Wenn wir die Komplexität der ökologischen Krise und ihre vielfältigen Ursachen berücksichtigen, müssten wir zugeben, dass die Lösungen nicht über einen einzigen Weg, die Wirklichkeit zu interpretieren und zu verwandeln, erreicht werden können. Es ist auch

notwendig, auf die verschiedenen kulturellen Reichtümer der Völker, auf Kunst und Poesie, auf das innere Leben und auf die Spiritualität zurückzugreifen. Wenn wir wirklich eine Ökologie aufbauen wollen, die uns gestattet, all das zu sanieren, was wir zerstört haben, dann darf kein Wissenschaftszweig und keine Form der Weisheit beiseitegelassen werden, auch nicht die religiöse mit ihrer eigenen Sprache. [...]“ (LS 63)

- Frage an die Teilnehmenden: Papst Franziskus spricht von einem ganzheitlichen Lösungsansatz, der Kultur, Wissenschaft und Spiritualität berücksichtigt. Wie könnte die eigene Gemeinde, Gruppe oder Familie daran mitwirken? Sprechen Sie über Ihre Ideen!
- Lied zum Abschluss der Station: Gott gab uns Atem, damit wir leben, GL 468

## WERKZEUGKASTEN

● **Enzyklika Laudato Si:** Die Enzyklika können Sie kostenlos bei der Deutschen Bischofskonferenz bestellen (bis zu 9 Exemplare). Sie steht auch als pdf-Datei zum Download zur Verfügung: <https://tinyurl.com/yc64xk4z>

● **Klima-Kollekte:** Ein Gottesdienstheft bietet Anregung für einen Klima-Gottesdienst. <https://tinyurl.com/y9ynvybk>

● **Der CO<sub>2</sub>-Rechner des Umweltbundesamtes** hilft Ihnen dabei auszurechnen, wie viele Emissionen durch Mobilität anfallen: [https://uba.co2-rechner.de/de\\_DE/mobility](https://uba.co2-rechner.de/de_DE/mobility)

● **Sicherheit im Straßenverkehr:** Unsere Tipps für Radfahrer: <https://tinyurl.com/y8sm3php>

## KONSUM UND ERNÄHRUNG

Ernährung und der sonstige Konsum tragen mit 15% bzw. 39,3% stark zum Treibhausgasausstoß in Deutschland bei. Ein gutes Essen, ein hübsches neues Kleidungsstück, ein neues elektronisches Gerät. Mit solchen Sachen versüßen wir uns gerne mal den Tag. Es lohnt sich, in solchen Situationen genauer hinzusehen und vor dem Einkauf einige Überlegungen anzustellen. Denn je nach Herkunft der Ressourcen, Produktionsbedingungen und Transportweg kann das Lebensmittel bzw. Kleidungsstück einen ganz schön großen Rucksack voller Treibhausgase im Gepäck haben.

Als Verbraucherinnen können wir durch die Entscheidungen, was wir konsumieren, einen Einfluss auf Treibhausgasemissionen ausüben. Aber auch als politisch aktive Frauen können wir unsere Einflüsse geltend machen: zum Beispiel durch die Unterstützung von Initiativen, die den Umweltschutz voranbringen wollen.

### AKTIONSIDEE FÜRS KLIMA. UNSERE ERNÄHRUNG.

Machen Sie mit den praktischen Tipps des VerbraucherService im KDFB auf die Möglichkeiten einer klimabewussten Ernährung aufmerksam. Mit diesen Bausteinen kann jede/r seine Ernährung so gestalten, dass weniger Klimagase freigesetzt werden. Verteilen Sie die Bausteine zur klimagerechten Ernährung und die Rezepte z.B. an einem Stand auf Ihrem Wochenmarkt und kommen Sie mit den Menschen ins Gespräch. Hier finden Sie die Bausteine für eine klimabewusste Ernährung & klimafreundliche Rezepte: <https://bewegen-kdfb.de/impuls-klimafreundliche-ernaehrung>

### AKTIONSIDEE DREHEN SIE EIN KOCHVIDEO MIT EINEM KLIMAFREUNDLICHEN REZEPT

Mit welchem Rezept können Sie besonders gut und lecker Reste ver-



werten? Oder haben Sie ein Lieblingsrezept aus regionalen Zutaten? Kochen Sie Ihre klimafreundliche Leibspeise und drehen Sie ein Kochvideo, das Sie anschließend auf dem KDFB-youtube-Kanal einstellen oder über die Facebook-Seite Ihres Zweigvereins oder Diözesanverbandes veröffentlichen. Unterstützung bei der technischen Umsetzung finden Sie vielleicht bei einem Jugendverband in Ihrer Gemeinde. Sprechen Sie die örtliche KLJB oder andere Verbände an, ob sie Interesse an der gemeinsamen Produktion eines Videos haben!

**Alternativ:** Drehen Sie ein Video, in dem Sie mit einer jungen Frau ein Gespräch über klimabewusste Ernährung führen. Welche Gewohnheiten haben Sie als Kind/junge Frau erlernt, die heute zur „klimafreundlichen Ernährung“ gehören? Zum Beispiel, dass es nur einmal in der Woche Fleisch gab (Sonntagsbraten), dass viele Gemüsesorten im Hausgarten angebaut wurden und viele Rezepte perfekt zur Resteverwertung geeignet waren. Welche Ideen und Vorschläge haben junge Menschen, wenn es um klimagerechte Ernährung geht?

■ **AKTIONSIDEE**  
**MACHEN SIE SICH STARK FÜR DIE INITIATIVE LIEFERKETTENGESETZ**

Der Frauenbund ist seit Dezember 2019 Fördermitglied der Initiative. Wir treten gemeinsam ein für eine Welt, in der Unternehmen Menschenrechte achten und Umweltzerstörung vermeiden – auch im Ausland. Freiwillig kommen Unternehmen ihrer Verantwortung nicht ausreichend

nach. Daher fordert der Frauenbund gemeinsam mit anderen Organisationen ein Lieferkettengesetz. Bitte machen auch Sie mit: Fordern Sie die Bundesregierung auf, einen gesetzlichen Rahmen gegen Geschäfte ohne Gewissen zu schaffen!

■ **AKTIONSIDEE**  
**NICK DOCH MAL**

So können Sie auch mit Fahrrad- und Autofahrer\*innen „ins Gespräch“ kommen: In jedem Ort gibt es stark befahrene Straßen, die von Pendler\*innen auf dem Weg zur Schule, zur Arbeit etc. mit dem Auto, dem Fahrrad oder zu Fuß genutzt werden. Für die Aktion stellen sich vier Personen im Abstand von ca. 30 – 40 m mit je einem Schild (DIN A0) an eine dieser Straßen. 45 Minuten in der Hauptverkehrszeit reichen schon, um viele Leute zu erreichen. Wenn Sie die Schilder während der Aktion tragen und nicht abstellen, benötigen Sie noch nicht einmal eine Genehmigung.

**Was steht auf den Schildern?**

**Menschen sollten von Ihrer Arbeit leben können, oder?**

**Finden Sie auch? Dann nicken Sie doch mal!**

**Unternehmen sollen weltweit Menschenrechte einhalten.**

**Wir fordern ein Lieferkettengesetz. Der Frauenbund xy**

*Quelle: Weltladen Dachverband, Arbeitshilfe zum Weltladentag 2020,*

<https://tinyurl.com/ybdqxlcd>

**Engagieren Sie sich! Gesellschaftliches Engagement (zum Beispiel in Form von Verbandsmitgliedschaften) kann dazu beitragen, dass klimafreundlichere Gesetze eingeführt werden.**

*Quelle: Umweltbundesamt*

■ **AKTIONSIDEE**  
**LEBENSMITTEL-RETTER-APP**

Die App „TooGoodToGo“ will dazu beitragen, die Verschwendung von Lebensmitteln zu verringern. Sie funktioniert folgendermaßen: Gastrono-

miebetriebe, Lebensmittelhändler\*innen, Bäckereien etc. registrieren sich. Wenn sie mehr produziert haben, als sie verkaufen können, melden sie die überschüssigen Lebensmittel in Form von Wundertüten in der App. Kund\*innen aus dem Umfeld können suchen, welche Betriebe in ihrer Nähe Lebensmittel abzugeben haben und bestellen per App ihre Wundertüte. So können die Unternehmen die Lebensmittel, die sonst in der Tonne landen würden, noch zu einem vergünstigten Preis verkaufen. Haben Sie Kontakt zu einem Restaurant, Café, einem Gemüseladen, für den die App interessant wäre? Vielleicht gelingt es durch Ihren Einsatz, dass Sie in Ihrer Stadt Anbieter\*innen und



Kund\*innen von der Idee begeistern können und so weniger Lebensmittel auf dem Müll landen.

<https://toogoodtogo.de>

■ **AKTIONSIDEE**  
**GRÜNER KNOPF**

Die Produktion von Textilien ist ein weltumspannendes Geschäft. Bis ein Kleidungsstück im Laden gekauft werden kann, durchläuft es eine Vielzahl von Arbeitsschritten. Ein T-Shirt hat oftmals eine Reise von 18.000 km hinter sich - vom Baumwollanbau bis zum Bügel. Und jeder Arbeitsschritt hat Auswirkungen auf die Umwelt und die Menschen, die in der Produktion beschäftigt sind. Das Textilsiegel der „Grüne Knopf“ wurde vom Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit entwickelt und nimmt die Unternehmen und Produktionsprozesse „Zuschneiden und Nähen“ sowie „Bleichen und Färben“ in den Blick. Produkte, die mit dem Siegel gekennzeichnet sind, tragen zum Schutz der Umwelt und der Arbeiter\*innen bei.

**Marktcheck:** Besuchen Sie in kleinen Gruppen von 2 – 4 Frauen die Modengeschäfte in Ihrer Stadt und fragen Sie nach ökologisch und fair produzierter Kleidung im Sortiment. Neben dem „Grünen Knopf“ gibt es auch weitere Label, die zeigen, dass die Kleidungsstücke nachhaltig produziert wurden, z.B. den Blauen Engel, Fair Wear Foundation, GOTS, das EU-Ecolabel ... Informieren Sie sich unter <https://www.siegelklarheit.de/#textilien> über die empfehlenswerten Siegel.

■ **AKTIONSIDEE**  
**TRINKEN SIE KDFB-KAFFEE**

Die Treibhausgasemissionen, die durch den Schiffstransport des KDFB-Kaffees nach Deutschland entstehen, werden über die Klima-Kollekte kompensiert. Der KDFB-Kaffee wird bei einer der ersten Bio-Röstereien in Deutschland klimaneutral geröstet. Die moderne Röstanlage arbeitet energieeffizient, der benötigte Strom dafür stammt ausschließlich aus Wind und Wasserkraft. Emissionen, die bei der Produktion entstehen, wer-

den zudem kompensiert. Kurze Wege vom Rohkaffeeelager in Bremen zum Standort der Rösterei und schließlich zum GEPA-Lager in Wuppertal sparen zusätzlich CO<sub>2</sub>. Hier können Sie den Kaffee bestellen: <https://tinyurl.com/ydgrtof4>

#### AKTIONSIDEE STATIONENWEG „GEMEINSAM UNTERWEGS ZU EINEM BEFREIENDEN LEBENSSTIL“



Der Stationenweg, der vom Misereor-Arbeitskreis ‚Befreiender Lebensstil‘ der Arbeitsstelle Misereor Bayern entwickelt wurde, weist auf Umweltzerstörung und Ungerechtigkeiten hin, die ihre Wurzel in den ausschließlich gewinn- und konsumorientierten globalen Handels- und Wirtschaftsstrukturen haben. Mit dem Stationenweg können Sie sich gemeinsam auf den Weg machen, Auswege aus der aktuellen Situation

suchen und neue Wege finden. Die Vorlage bietet Ihnen die Möglichkeit, aus den Vorschlägen einen eigenen Weg zusammenzustellen. <https://tinyurl.com/y8ggj7q4>

#### AKTIONSIDEE ZU GUT FÜR DIE TONNE

Bundespreis 2020: Das Ernteprojekt „Gelbes Band“ – Ein gelbes Band am Stamm signalisiert: Dieser Baum darf gratis und ohne Rücksprache abgeerntet werden. Wer selbst eine Streuobstwiese bewirtschaftet, aber während der Obstsaison nicht mit der Ernte der vielen Früchte hinterherkommt, markiert den Ertrag seiner Bäume mit dem „Gelben Band“ als Allgemeingut. So wissen Bürger\*innen jederzeit, wo sie ohne Rücksprache ernten dürfen. Das „Gelbe Band“ lädt dazu ein, Obst zu ernten und sorgt dafür, dass weniger Obst ungenutzt auf den Wiesen verdirbt.

#### WERKZEUGKASTEN

Das Deutsche Hygiene-Museum Dresden zeigt vom 30.05.2020 – 21.02.2021 die Ausstellung „Future Food – Essen für die Welt von morgen“. Unter anderem geht es in der Ausstellung auch um nachhaltige Ernährungsformen. Die Internetseite zur Ausstellung bietet tolle Filme und Beiträge über zukunftsfähige Ernährung: <https://www.dhmd.de/ausstellungen/future-food>

Planetary health diet: Um alle Menschen dieser Erde bis zum Jahr 2050 nachhaltig und gesund zu ernähren, ist eine grundlegende Veränderung unserer Ernährungsweise nötig. Das zeigt ein im Januar 2019 veröffentlichter Report der EAT-Lancet-Kommission. Mehr Informationen: <https://www.bzfe.de/inhalt/planetary-health-diet-33656.html>

Heft „Mein Essen – Unser Klima“, Bestell-Nr. 1577, kostenloser Download unter <https://tinyurl.com/ydb9e8ub>

## MÜLLVERMEIDUNG

Wenn Sie aktiv darauf achten, Müll und insbesondere Verpackungsmüll oder Einwegartikel zu vermeiden, hat das viele positive Auswirkungen auf unsere Umwelt:

Plastikmüll verrottet nicht. Kunststoffe sind sehr langlebig und wenn sie in die Umwelt geraten, bleiben Sie dort für einen sehr langen Zeitraum und verursachen vielfältige Probleme:

- Tiere können Tüten oder Teile von Plastikverpackungen fressen und dadurch geschädigt werden. Das betrifft sowohl Wildtiere als auch Nutztiere, deren Weiden an einem Bahndamm oder einer Straße liegen.
- Tiere können sich in weggeworfenen Plastikverpackungen verfangen oder sich an scharfkantigen Überresten verletzen.
- Plastikmüll in der Natur (im Wald, am Strand,...) verschandelt die Umgebung und das Landschaftsbild.

- Große Kunststoffteile werden mit der Zeit durch Umwelteinflüsse zu Mikroplastik. In dieser Form sind sie mittlerweile selbst in entlegenen Gegenden der Welt zu finden. Wegen ihrer geringen Größe können Mikroplastikteilchen über die Luft, über Wasser und Nahrungsmittel von Mensch und Tier aufgenommen werden. Die Auswirkungen von Mikroplastik auf den menschlichen Organismus wird noch erforscht.
- Die Produktion von Plastikverpackungen und Einwegartikeln verursacht große Mengen an Treibhausgasen. Kohlendioxid, Methan und andere Treibhausgase werden in jeder Phase des Plastik-Lebenszyklus freigesetzt, von der Gewinnung der fossilen Rohstoffe, über die Weiterverarbeitung bis hin zur Entsorgung und Verbrennung der Abfälle.

Quelle: PLASTIKATLAS 2019, Heinrich-Böll-Stiftung und Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND)



Wenn Sie auf diese Produkte verzichten, vermeiden Sie nicht nur den schädlichen Plastikmüll, sondern schützen auch aktiv das Klima!

Auch bei Papierverpackungen oder -produkten lohnt sich der sparsame Umgang. Denn ein sparsamer Umgang mit Papier ist direkter Wald- und Klimaschutz.

Die Vermeidung von Verpackungen und Einwegartikeln spart Rohstoffe, erhält Lebensräume und Artenvielfalt und senkt den Ausstoß von Treibhausgasen!



### AKTIONSIDEE MEHRWEG-EINWEG

Der Einkauf von Pfandflaschen bedeutet heute nicht mehr automatisch, dass die Flaschen mehrfach genutzt werden. Flaschen, für die Sie im Geschäft ein Pfand von 0,25 Euro zahlen, sind sogenannte Einweg-Pfandflaschen. Diese Verpackungen werden nach der Rückgabe nicht mehr befüllt, sondern geschreddert. Eine echte Mehrweg-Pfandflasche erkennen Sie am Logo (s. u.). Mehrweg-Pfandflaschen aus Glas werden bis zu 50mal wieder befüllt (Umweltbundesamt) und sparen so eine Menge an Rohstoffen.



Mehrwegflaschen aus Ihrer Region sind die umweltfreundlichste Getränkeverpackung.

### AKTIONSIDEE MARKTCHECK

Im Handel müssen Getränkeverpackungen seit 2019 mit den Begriffen EINWEG oder MEHRWEG gekennzeichnet werden. Schauen Sie sich im Supermarkt, im Getränkemarkt oder im Discounter die Getränke-Regale an und informieren Sie sich über das Angebot. Wie viele Mehrwegflaschen werden angeboten? Wie klimafreundlich ist das Angebot? Ein Getränkehändler im baden-württembergischen Vaihingen hat 2019 sein Sortiment aus Umweltgründen komplett auf Mehrwegflaschen umgestellt (<https://tinyurl.com/y85mqrrd>). Sprechen Sie mit Ihrem Händler über das Thema.

### AKTIONSIDEE LEITUNGSWASSER TRINKEN

Kein Lebensmittel wird in Deutschland so sorgfältig kontrolliert wie unser Trinkwasser. Es ist ein hervorragender Durstlöscher und steht Ihnen kostengünstig und frisch zur Verfügung. Wenn Sie Leitungswasser trin-

ken, sparen Sie jegliche Verpackung und schonen zusätzlich noch Ihren Geldbeutel. Auch bei Veranstaltungen im Zweigverein oder Diözesanverband können Sie Leitungswasser in hübschen Glas-Karaffen anbieten. So zeigen Sie Ihren Gästen, dass Sie klimabewusst handeln. Hier finden Sie Informationen zum Trinkwasser: [https://www.verbraucherservice-bayern.de/upload/files/Energie%20und%20Umwelt/Faltblatt\\_Wasser\\_Infos\\_Rezepte.pdf](https://www.verbraucherservice-bayern.de/upload/files/Energie%20und%20Umwelt/Faltblatt_Wasser_Infos_Rezepte.pdf)

### AKTIONSIDEE REFILL DEUTSCHLAND

In Deutschland finden Sie 5.200 Refill-Stationen, an denen Sie Ihre Flasche mit frischem Leitungswasser auffüllen können. So sparen Sie auch unterwegs Verpackungsmüll. Gibt es in Ihrem Ort auch eine Refill-Station? Sie erkennen sie an einem Aufkleber, der am Eingang der Einrichtung angebracht ist. Vielleicht können Sie einen Laden, eine Geschäftsstelle oder an-



dere Einrichtung in Ihrer Umgebung als neue Refill-Station gewinnen? Hier finden Sie Informationen: <https://refill-deutschland.de/werde-refill-station>

### AKTIONSIDEE OBST- UND GEMÜSEBEUTEL NÄHEN

Beim Einkauf im Supermarkt oder auf dem Wochenmarkt landen Obst und Gemüse häufig in Plastik- oder Papiertüten. Frauenbundfrauen haben schon vor einigen Jahren die Idee entwickelt, aus alten Gardinenstoffen Obst- und Gemüsebeutel zu nähen, die bei jedem Einkauf Müll vermeiden. Nutzen Sie diese tolle Idee und werden Sie kreativ! Wenn alle mithelfen, können Sie vielleicht alle Frauen Ihres Zweigvereins mit den hübschen Beuteln ausstatten. Die Anleitung finden Sie hier:

<https://tinyurl.com/y7rkdvq4>

Schließen Sie sich doch mit einer anderen Gruppe in Ihrem Umfeld, die sich auch mit dem Klimaschutz be-

fasst, z.B. mit der Katholischen Deutschen Landjugendbewegung (KLJB) oder Fridays for Future zusammen, um gemeinsam zu nähen.

Tipp: Der KDFB bietet in seinem Shop schön gestaltete Obstbeutel an, mit denen Sie Ihren Einkauf klimafreundlich gestalten können.

<https://www.frauenbund.de/servicekontakt/materialien-bestellen>

### AKTIONSIDEE MÜLLSAMMELN BEIM SPAZIERGANG

Immer wieder wird Müll nicht entsorgt, sondern landet in der Natur, im Park oder am Wegrand. Mit Ihrer Aktion können Sie dagegen angehen. Es gibt viele Aktionsmöglichkeiten:

- Sie rufen alle Zweigvereinsfrauen und Freund\*innen des KDFB dazu auf, bei jedem Spaziergang drei weggeworfene Sachen aufzuheben und in einen Mülleimer zu werfen.
- Sie veranstalten in Ihrem Ort einen Wettbewerb: Die Menschen sollen

beim Spaziergang einen Müllbeutel mitnehmen und so viel Müll wie möglich einsammeln. Zuhause wird der Müll gewogen und die Teilnehmer\*innen melden Ihnen das Gewicht. Wer am meisten einsammelt, erhält als Preis einen KDFB-Obstbeutel.

**Plogging:** Der Begriff setzt sich zusammen aus „plocka“ (schwedisch für „sammeln“) und „Jogging“. Die Idee: Wer bei seinen Laufunden Müll entdeckt, sammelt ihn auf, nimmt ihn mit und entsorgt ihn im Anschluss ordnungsgemäß. Gibt es in Ihrem Umfeld eine Laufgruppe, die sich regelmäßig trifft? Das bietet eine tolle Kooperationsmöglichkeit. Sprechen Sie die Gruppe an und laufen Sie zusammen los.

**Wichtig:** Als Ausrüstung empfehlen sich Müllbeutel und robuste Handschuhe.

## AKTIONSIDEE UPCYCLING

Es gibt unendlich viele Beispiele, wie sich Dinge, die man eigentlich wegwerfen würde, noch in hübsche, nützliche und dekorative Gegenstände verwandeln lassen. Veranstalten Sie einen Upcycling-Workshop, in dem die Teilnehmer\*innen kreativ werden und gemeinsam tolle Ideen umsetzen können.



## BEISPIELE

- Brotkörbe aus alten Hungertüchern nähen (oder anderen festen Stoffen): [https://www.frauenbund.de/fileadmin/user\\_upload/Solibrot/Naehanleitung-brotkorb.pdf](https://www.frauenbund.de/fileadmin/user_upload/Solibrot/Naehanleitung-brotkorb.pdf)
- Verwenden Sie Watte pads zum Abschminken? Mit selbstgenähten Abschminkpads aus alten Frottee-Handtüchern schonen Sie die Umwelt: <https://www.smarticular.net/wiederverwendbare-kosmetikpads-kreativ-und-nachhaltig>
- Taschen aus alten Kleidungsstücken nähen: <https://www.diy-academy.eu/einrichten-gestalten/upcycling>
- Kleine Pflanztöpfe aus Tetrapaks basteln: <https://mrsgreenhouse.de/milchueten-upcycling-verpackungsideen>

## WERKZEUGKASTEN

- Papier: Wald und Umwelt schützen, Forum Ökologie & Papier (FÖP), 2012; <https://tinyurl.com/yac9kkmx>
- Plastikatlas 2019, Heinrich-Böll-Stiftung sowie Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND), <https://tinyurl.com/qofrbxf>

## GRÜNE OASEN

Eine lebendige und möglichst vielfältige Natur leistet einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz. Wälder wandeln Kohlendioxid in Sauerstoff um und versorgen uns mit frischer Luft. Moore binden riesige Mengen von CO<sub>2</sub> und verhindern so, dass Treibhausgas in die Atmosphäre gelangt. Damit diese Ökosysteme aber weiterhin ihre klimaschützende Wirkung entfalten können, brauchen sie unsere Unterstützung und unser Engagement.

Zum einen sind Lebensräume durch den hohen Flächenbedarf bedroht, der durch unsere moderne Lebensweise entsteht: Es werden ständig neue Flächen für Gewerbegebiete, Verkehrsflächen und Neubaugebiete gesucht, häufig werden dafür Flächen umgewandelt, die bisher unversiegelt und grün waren. Täglich werden in Deutschland nach Aussage des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und nukleare Si-

cherheit 56 Hektar als Verkehrs- und Siedlungsfläche neu ausgewiesen. Zum anderen wird die biologische Vielfalt aber auch durch erste Auswirkungen des Klimawandels beeinträchtigt. Die trockenen Sommer der letzten Jahre haben die Wälder in Deutschland bereits deutlich geschädigt (Ergebnisse der Waldzustandserhebung 2019, Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft).

Ein weiterer Grund für den Erhalt unserer Grünen Oasen ist die wohltuende Wirkung, die Natur auf uns Menschen ausübt. Im Grünen können wir entspannen, Ruhe und gute Luft genießen, einfach mal auftanken. Die Schönheit der Schöpfung, ihre vielfältigen Farben, Formen und Düfte sprechen unsere Sinne an und machen Freude. Und nicht zuletzt ist die Natur ein spiritueller Ort: „Die Bischöfe von Brasilien haben betont, dass die gesamte Natur Gott nicht nur kundtut, sondern



auch Ort seiner Gegenwart ist. In jedem Geschöpf wohnt sein lebenspendender Geist, der uns in eine Beziehung zu ihm ruft.“ (Laudato Si, 88)

**Bewegen wir uns gemeinsam und erschaffen wir Grüne Oasen!**

■ **AKTIONSIDEE**  
**FEIERN SIE EINEN GOTTES-**  
**DIENTST ZUR PAPSTENZYKLIKA**  
**„LAUDATO SI“**

In der Enzyklika weist Papst Franziskus darauf hin, dass wir eine ökologische Umkehr nur gemeinsam schaffen können, durch eine andere Wirtschaft und Politik, mit nachhaltigen Lebensstilen. Im Sinne der ganzheitlichen Ökologie dürfen wir die Natur nicht mehr nur als Objekt betrachten und behandeln, denn wir sind Teil der Natur. Gottesdienstbausteine zur Enzyklika Laudato Si finden Sie bei Misereor: <https://www.misereor.de/fileadmin/publikationen/gottesdienstbausteine-zur-enzyklika-laudato-si.pdf>

■ **AKTIONSIDEE**  
**WALDBADEN**

Der japanische Mediziner und Forstwissenschaftler Dr. Qing Li hat das „Waldbaden“ entwickelt, eine Methode, die Körper und Geist stärkt und positive Einflüsse auf die Gesundheit hat. Laden Sie mit Ihrem Zweigver-

ein zum Waldbaden ein! Die Aktion hat zwar keine unmittelbare positive Auswirkung auf den Klimaschutz, aber: Sie machen die Schönheit und die wohlthuende Umgebung des Waldes erfahrbar, dadurch stärken Sie eine positive Beziehung zum Wald und motivieren die Teilnehmerinnen dazu, sich für den Erhalt der Wälder einzusetzen.

**So funktioniert Waldbaden:** Suchen Sie einen Ort im Wald, an dem Sie sich wohl fühlen. Gebrauchen Sie Ihre fünf Sinne: Lauschen Sie dem Gesang der Vögel und dem Rauschen des Waldes, riechen Sie den Duft des Waldes, lassen Sie Ihre Hände über die Rinde eines Baumes streichen... Ein bewusster Spaziergang mit Stationen zum Schauen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten eignet sich gut zum Waldbaden

■ **AKTIONSIDEE**  
**PFLANZEN SIE EINEN BAUM**

Pflanzen Sie mit Ihrem Zweigverein einen Baum. Bäume bieten Lebensraum für zahlreiche Tierarten, sie produzieren lebenswichtigen Sauerstoff, sie verschönern ihre Umgebung mit ihren Blüten. Gibt es in Ihrem Ort einen Platz, an dem Sie einen Frauenbund-Baum pflanzen können? Achten Sie darauf, dass der Baum an den Standort angepasst ist, am besten eine heimische Art, an der Sie lange Freude haben. Vielleicht pflanzen Sie einen Obstbaum, von dem alle Bürger\*innen Früchte ernten können? Mit einem Hinweisschild oder einer Plakette können Sie über den Baum informieren, über seinen positiven Beitrag zum Klima- und Artenschutz und natürlich darüber, dass der Frauenbund sich mit der Baumpflanzung aber auch mit anderen Aktionen für den Klimaschutz einsetzt.



■ **AKTIONSIDEE**  
**LEGEN SIE EINE**  
**BIENENWEIDE AN**

Gibt es in Ihrer Gemeinde oder Kommune eine Fläche, auf der Sie eine blühende Wiese anlegen können? Oder möchten Sie Ihre Zweigvereinsmitglieder und Freund\*innen des KDFB dazu auffordern, in ihrem Garten einen Blühstreifen anzulegen, der Bienen und Insekten anlockt? Dann ist jetzt die perfekte Gelegenheit, denn der September eignet sich hervorragend dazu. Wenn Sie den Boden jetzt vorbereiten und Samen ausstreuen, können Sie sich schon auf die Blumenwiese im nächsten Sommer freuen.

Konkret: Sie werben dafür, dass Menschen in Ihrem Ort eine Bienenwiese anlegen. Alle, die sich beteiligen, melden Ihnen die Größe der neuen Blumenwiese und Sie können in der Presse und den Sozialen Medien darüber berichten, dass der KDFB x Quadratmeter Lebensraum für Bienen und Insekten geschaffen hat.

**VARIANTE:**  
**Insektenfreundlicher Balkon**  
Sie können auch auf Ihrem Balkon ein kleines Paradies für Insekten anlegen! In diesem Video finden Sie unter anderem Tipps für bienenfreundliche Pflanzen auf dem Balkon  
<https://www.youtube.com/watch?v=SBC7BEjRNRA>

■ **AKTIONSIDEE**  
**KLIMAFREUNDLICH GÄRTNERN**

Neben dem insektenfreundlichen Pflanzenangebot gibt es noch viele weitere Punkte, die zum klimafreundlichen Gärtnern dazugehören. Informieren Sie z.B. die Besucher\*innen auf Ihrem Wochenmarkt über den Klimaschutz im Garten und zeigen Sie, dass der Frauenbund sich für das Klima engagiert. Entwerfen Sie einen Handzettel mit Gartentipps oder gestalten Sie Plakate mit Ihren persönlichen Empfehlungen. Hier finden Sie einige Tipps:

- Verwenden Sie im Garten torffreie Blumenerde: Torf wird in Mooren

abgebaut, diese binden große Mengen an Treibhausgasen, die bei der Torfgewinnung freigesetzt werden und in die Atmosphäre gelangen.

- Nutzen Sie für die Gestaltung Ihres Gartens regionale Materialien. Der dekorative Findling am Eingang zum Garten oder die Holzterrasse am Haus: Informieren Sie sich darüber, wo die Materialien herkommen und entscheiden Sie sich für regionale Hölzer und Steine als Dekorations- oder Baumaterialien. So vermeiden Sie weite Transportwege und die dabei entstehende CO<sub>2</sub>-Freisetzung.
- Regenwasser nutzen: Sammeln Sie im Garten Regenwasser und verwenden Sie es zum Wässern Ihrer Pflanzen. Die meisten Pflanzen freuen sich über das weiche Gießwasser und Sie sparen Trinkwasser.
- Verwenden Sie im Garten organischen Dünger, der seine Nährstoffe gleichmäßig und über einen längeren Zeitraum an die Pflanzen abgibt. Mit Kompost und Hornspänen bzw. Horngrieß können Sie viele Pflan-

zen gut versorgen. Lassen Sie alle 2-3 Jahre Ihren Boden untersuchen – so können Sie feststellen, welche Nährstoffe enthalten sind. Eine übermäßige Düngung schwächt Ihre Pflanzen und führt zu einer Freisetzung von Treibhausgasen.

- Keine technische Aufrüstung im Garten: Jedes ausrangierte elektrische Gartengerät spart Energie und vermeidet den Ausstoß von Kohlendioxid. Ein Laubbläser z.B. verbraucht Energie, verbreitet Lärm in der Nachbarschaft und schadet dem Bodenleben. Der Griff zu Besen, Harke oder Rechen schont die Umwelt und erspart den Gang ins Fitness-Studio.
- Nutzen Sie die Kraft der Sonne: Es gibt eine Vielzahl von solarbetriebenen Lichtquellen oder Wasserspielen, die zur Verschönerung Ihres Gartens beitragen. Bei günstiger Sonneneinstrahlung tagsüber können Solarlampen nachts bis zu 12 Stunden Licht spenden.

#### AKTIONSIDEE #FRAUENBUNDBLOG



Berichten Sie im #frauenbundblog als Gastautorin von Ihrer Grünen Oase. Was fühlen Sie, wenn Sie in der Natur unterwegs sind? Haben Sie einen Lieblingsplatz, an dem Sie die wohltuende Wirkung der Natur besonders intensiv erfahren? Wie können Sie dazu beitragen, Ihren Wohlfühl-Ort zu erhalten?

#### AKTIONSIDEE GIESSPATENSCHAFT FÜR BÄUME IM ORT

Die trockenen Sommer der letzten Jahre haben den Stadtbäumen schwer zugesetzt. Die Kommunen können eine ausreichende Wasserversorgung der Bäume kaum gewährleisten und freuen sich, wenn Anwohner\*innen sich engagieren und dabei helfen, Bäume zu gießen. Besonders Jungbäume brauchen Unterstützung, da sie sich noch in der Entwicklungsphase befinden und

ihre Wurzeln noch nicht stark genug für eine Selbstversorgung sind. Nehmen Sie Kontakt zu Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung auf und bieten Sie an, sich mit einer Gießpatenschaft an der Bewässerung zu beteiligen. Suchen Sie sich Mitstreiter\*innen: Vielleicht eine Schule, die die Bäume rund um die Schule betreut, oder die Kirchengemeinde, die sich um Bäume kümmert, die an Kirche und Gemeindehaus angrenzen.

#### WERKZEUGKASTEN

Vertiefende Informationen zum Waldbaden finden Sie im Buch „Die wertvolle Medizin des Waldes“ von Dr. Qing Li, rowohlt, ISBN 978-3-499-63401-7

TIPPS: Blümmischungen  
Den Boden für die Blumen-Aussaats vorbereiten | MDR  
<https://www.youtube.com/watch?v=4OYjkOIEtkE>

## DIE EINRICHTUNGEN DES FRAUENBUNDES ENGAGIEREN SICH FÜR EINE NACHHALTIGE ENTWICKLUNG UND DEN KLIMASCHUTZ

### Landfrauenvereinigung des KDFB e.V.



Durch die vielseitige Bildungsarbeit der Landfrauenvereinigung sollen Frauen im ländlichen Raum gestärkt werden. Inhalte der Bildungsarbeit sind unter anderem die ländliche Entwicklung, Umwelt- und Naturschutz, Schöpfungspastoral, nachwachsende Rohstoffe und erneuerbare Energien. So haben sich die Teilnehmerinnen der letzten Bildungsveranstaltungen auf Bundesebene mit den Themen „Wald im Wandel der Zeit – Erhalt und Nutzung“, „Plastikmüll und kein Ende?“ und „Flächenverbrauch in Deutschland“ auseinandergesetzt. Durch unsere Bildungs- und Lobbyarbeit ermuntern und unterstützen wir Frauen, Mitverantwortung in kirchlichen und politischen Gemeinden zu übernehmen und sich für den Umwelt- und Klimaschutz einzusetzen.

Weitere Informationen: [www.frauenbund.de/einrichtungen/landfrauenvereinigung-ev](http://www.frauenbund.de/einrichtungen/landfrauenvereinigung-ev) und [www.landfrauenvereinigung.de](http://www.landfrauenvereinigung.de)

### VerbraucherService im KDFB e.V.



Es ist eine der satzungsgemäßen Aufgaben des VerbraucherService, zur Verwirklichung einer umweltbewussten und nachhaltigen Entwicklung der Gesellschaft durch geeignete Aufklärungs-, Informations- und Bildungsmaßnahmen beizutragen. Der VerbraucherService stellt sich damit der Verpflichtung und dem Auftrag, einen Beitrag zur Erhaltung der Schöpfung zu leisten, damit eine gerechte Nutzung der Ressourcen auch für die nachfolgenden Generationen möglich ist. Viele Themen, die entscheidenden Einfluss auf den Klimawandel haben, werden bereits seit vielen Jahren vom Bundesverband und vom VerbraucherService Bayern bearbeitet. Er befasst sich zum Beispiel aktuell mit: „Nachhaltig Online – trägt Digitalisierung zum Klimaschutz bei?“. Zu vielen relevanten Themen bietet der VerbraucherService in seinen Beratungsstellen in Bayern Veranstaltungen, Beratung und Bildungsmaterialien an. Bundesverband ([www.verbraucherservice-kdfb.de](http://www.verbraucherservice-kdfb.de)) und VerbraucherService Bayern ([www.verbraucherservice-bayern.de](http://www.verbraucherservice-bayern.de)) bieten zusätzlich auf ihren Homepages wertvolle Informationen.





**Katholischer  
Deutscher  
Frauenbund**

### **Impressum**

Herausgeber:  
Katholischer Deutscher Frauenbund e.V. (KDFB),  
Bundesgeschäftsstelle:  
Kaesestraße 18, 50677 Köln  
Telefon: 0221 860 920, Fax: 0221 860 92 79;  
E-Mail: [bundesverband@frauenbund.de](mailto:bundesverband@frauenbund.de)  
[www.bewegen-kdfb.de](http://www.bewegen-kdfb.de)

Redaktion:  
Kerstin Bause, Referentin für Globale Verantwortung  
Rose Schmidt, Vizepräsidentin KDFB  
Layout: Marion Schmidt, [www.grafixx-koeln.de](http://www.grafixx-koeln.de)  
Stand: 07/2020