



Bildung mit Energie
ENTDECKEN, ERFORSCHEN, ERLEBEN

BNE-
Baustein

Nachhaltigkeitstipps
für Kinder und Eltern

Umwelt und natürliche Ressourcen schützen

Klimaschutz und Nachhaltigkeit spielen in unserem Alltag eine immer wichtigere Rolle. Dazu können (und wollen!) häufig auch schon die Kleinsten beitragen. **Mit den nachfolgenden Tipps können Sie Ihre Kinder dafür sensibilisieren, schonend mit Ressourcen umzugehen.**

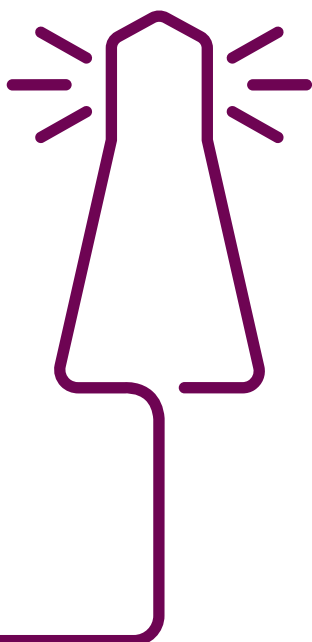
Die Menschheit verbraucht aktuell mehr natürliche Ressourcen als je zuvor. Wasser, Ackerboden, Biodiversität – die Gefahr, dass künftig wichtige Ressourcen knapp sein werden, ist real.

Hinzu kommen Umweltbelastungen. So nehmen beispielsweise schädliche Treibhausgasemissionen zu, Mikroplastik und Schadstoffe reichern sich in der Nahrungskette an, natürliche Lebensräume schrumpfen und Tier- und Pflanzenarten sind vom Aussterben bedroht.

Gerade Kinder haben ein natürliches Interesse an der Umwelt. Sie sind gerne in der Natur, entdecken die Landschaft, Tiere und Pflanzen, sie wollen „sich kümmern“ und die Zusammenhänge nachvollziehen. Eltern können dieses Interesse nutzen, ihren Kindern Respekt vor der Umwelt vermitteln und sie als „kleine Umweltschützer*innen“ mit einbeziehen. Je früher, desto besser. Denn gerade im Alltag gibt es viele Ansatzpunkte, um nachhaltiger zu leben und die Umwelt zu schützen.

Hier eine Übersicht:

- **Zu Hause**
- **Mobilität**
- **Abfallvermeidung**
- **Beim Einkaufen**
- **In Natur und Garten**





Zu Hause

1. Wasserhahn zu

Durch einen voll aufgedrehten Wasserhahn fließen im Schnitt pro Minute bis zu 15 Liter Wasser. Das bedeutet: Wer sich zum Beispiel drei Minuten lang die Zähne putzt, ohne dabei den Hahn zuzudrehen, verschwendet bis zu 45 Liter Wasser!

Auch beim Händewaschen oder Duschen muss das Wasser nicht permanent laufen. Ist das Wasser warm, muss es zusätzlich auch noch erhitzt werden, was wiederum Energie verbraucht. Deshalb sollten Sie Ihre Kinder darauf hinweisen: Beim Zähneputzen, Einseifen und Co. besser das Wasser abstellen. Und: Händewaschen und Zähneputzen geht auch mit kaltem Wasser.

2. Der*Die Letzte macht das Licht aus

Die Beleuchtung hat einen deutlich höheren Anteil am Energieverbrauch, als viele denken. Laut Bundeswirtschaftsministerium sind Lichtquellen für 13 Prozent des verbrauchten Stroms verantwortlich. Dass gerade Kinder häufig das Licht anlassen, ist klar. Und wer Kinder hat, weiß: Da helfen häufig auch keine Appelle. Aber beim gemeinsamen Fernsehabend mit der Familie im Wohnzimmer muss ja nicht gleichzeitig das Licht im Flur oder im Bad brennen. Nutzen Sie solche Situationen, sprechen Sie das Thema an und seien Sie Vorbild. Das ist wirksamer als der täglich tausendfach von Eltern augenrollend gesagte Satz:

3. Abschaltbare Steckdosenleiste

Bei Fernseher, Computer, Spielekonsole und Co. heißt „aus“ häufig nicht „aus“: Denn im Standby-Modus verbrauchen die Geräte weiterhin Strom – obwohl sie nicht genutzt werden. Pro Gerät ist das zwar nicht viel, aber es summiert sich.

Installieren Sie deshalb zum Beispiel im Kinderzimmer eine abschaltbare Steckdosenleiste. Damit können Ihre Kinder mit einem Handgriff alle Geräte vom Strom trennen.

„Du hast ja schon wieder in deinem Zimmer das Licht brennen lassen!“





Mobilität

4. Kurze Wege zu Fuß oder mit dem Fahrrad

Wenn sich Kinder mit Freund*innen treffen wollen, geht das häufig auch ohne „Fahrdienst“ der Eltern. Wohnt der Freund oder die Freundin nur ein paar Straßen weiter, kann der kurze Weg zu Fuß zurückgelegt werden.

Denn: Kurzstrecken mit dem Auto gelten als besonders umweltschädlich – und von diesen Fahrten gibt es mehr als viele denken. Laut Bundesumweltamt sind 40 bis 50 Prozent der Autofahrten in deutschen Städten kürzer als fünf Kilometer. Und: Laufen und Radfahren hält die Kinder fit und stärkt deren Selbständigkeit!

5. Klimafreundlicher unterwegs mit Bus und Bahn

Spätestens mit der weiterführenden Schule wird häufig der Schulweg länger. Und fast immer gibt es mit Bus und Bahn eine klimafreundlichere Alternative zum „Eltern-Taxi“.

Dies gilt vor allem in Städten. Üben Sie mit Ihren Kindern vorher einige Male den Weg zur Schule. So werden die Kinder sicherer und nach wenigen Tagen sind sie stolz auf ein weiteres Stück Selbständigkeit.

6. Fahrgemeinschaften zur Schule oder zum Sport

Auf das Auto zu verzichten und nur mit Bus und Bahn zu fahren, klappt natürlich nicht immer. Dann kann eine Fahrgemeinschaft über längere Strecken zur Schule oder zum Fußballtraining sinnvoll sein. Schließen Sie sich für solche Fahrten mit anderen Eltern in der Nähe zusammen.

So entstehen weniger CO₂-Emissionen. Und ein positiver Nebeneffekt: Die Kinder verbringen auf dem Weg noch mehr Zeit mit den Freund*innen.





Abfallvermeidung

7. Brotdose statt Alu- oder Frischhaltefolie

Alu- oder Frischhaltefolie für das Pausenbrot sind zwar praktisch, erzeugen aber täglich Müll. Eine nachhaltige Alternative ist eine wiederverwendbare Brotdose.

Das ist nicht nur umweltfreundlicher, sondern vermeidet auch zwischen Büchern und Heften plattgequetschte Brötchen (und deren Spuren).

8. Wiederverwendbare Trinkflaschen statt Plastikflaschen

Nach Angaben der Deutschen Umwelthilfe werden allein in Deutschland pro Tag 47 Millionen Einweg-Plastikflaschen verbraucht. Dadurch entstehen große Mengen an Kunststoffmüll.

Die bessere Alternative: eine wiederverwendbare Trinkflasche – beispielsweise aus Edelstahl. Sie ist stabil, leicht zu reinigen und praktisch unbegrenzt wieder befüllbar.



Beim Einkaufen

9. Nur das einkaufen, was auch wirklich benötigt wird

Der Großteil der Lebensmittelabfälle entsteht in privaten Haushalten. Dies belegen kürzlich veröffentlichte Zahlen des Statistischen Bundesamts für das Jahr 2020. 6,5 Millionen Tonnen Lebensmittel landeten demnach im Hausmüll. Dazu gehören übrig gebliebene Speisereste, aber auch Obst und Gemüse.

Deshalb gilt: Kaufen Sie im Supermarkt nur das, was Sie zeitnah auch wirklich aufbrauchen. So können Sie Ihre Kinder darauf hinweisen, wie wichtig es ist, verantwortungsbewusst mit Lebensmitteln umzugehen.

10. Auf Plastiktüten verzichten

Die beste und vor allem umweltfreundlichste Lösung, um die Einkäufe aus dem Supermarkt nach Hause zu bringen, sind mitgebrachte Beutel, Körbe oder Rucksäcke.

Auch Mehrweg-Tragetaschen aus Polyester sind Optionen. Das Entscheidende: Alle Tragehilfen sollten möglichst oft wiederverwendet – und nicht wie Kunststofftragetaschen direkt entsorgt werden.

Denken Sie hier an Ihre Vorbildfunktion und erklären Sie Ihren Kindern, warum es besser ist, auf Plastiktüten zu verzichten.

11. Lose statt verpackte Produkte kaufen

Viele Lebensmittel sind in Plastik verpackt. Das ist praktisch, aber nicht immer notwendig. Kaufen Sie, wenn es geht, zum Beispiel loses Obst und Gemüse und verstauen es in wiederverwendbaren Beuteln mit Zugband. Oder besuchen Sie mit Ihren Kindern einen Unverpackt-Laden. Dort sehen die Kinder, dass es häufig auch ohne Verpackung geht.

12. Regional und saisonal einkaufen
Erdbeeren im Winter? Und im Sommer die Tomaten aus Spanien oder doch die vom Hofladen nebenan?

Der Transport ist häufig für einen Großteil des CO₂-Fußabdrucks von Lebensmitteln verantwortlich. Wer regional und saisonal einkauft, tut also etwas für das Klima.

Kinder finden solche Zusammenhänge spannend, sprechen Sie mit ihnen darüber. Und ein Einkauf im Hofladen oder auf dem Bauernhof ist häufig viel interessanter als im Supermarkt.





In Natur und Garten

13. Blühwiesen aussähen

Im eigenen Garten kann eine Menge für ein funktionierendes Ökosystem getan werden. Säen Sie mit Ihren Kindern hinter dem Haus eine Blühwiese an. Dann finden Bienen und Insekten ausreichend Lebensraum und Nahrung.

Insbesondere Pflanzen, die viel Nektar bieten wie Wiesensalbei, Ringelblume oder Löwenmäulchen, ziehen die Bienen an. Je größer die Vielfalt der Pflanzen, desto besser.

14. Tieren einen Unterschlupf bieten

Wenn die ganze Familie den Garten fit für die Wintermonate macht, denken Sie auch an die Tiere, die eine Behausung für die kalte Jahreszeit brauchen.

Lassen Sie Ihre Kinder Laubhaufen auftürmen oder Moos und abgestorbene Äste sammeln. Für Igel ist solch ein Unterschlupf das ideale Winterquartier – und Ihre Kinder machen die ersten Erfahrungen in Sachen Artenschutz.

15. Keinen Müll draußen liegen lassen

Müll in der Natur stellt ein großes Problem dar. Vor allem Plastik braucht mehrere Hundert Jahre, bis es verrottet. Tiere halten diese Plastikteile häufig für Nahrung und können sogar daran ersticken. Außerdem gelangen kleine Mikroplastikpartikel von Acker- oder Waldböden über Flüsse bis in die Ozeane – mit tödlichen Folgen für die Meeresbewohner.

Gehen Sie deshalb stets mit gutem Beispiel voran und entsorgen Sie Ihren Müll nach einer Wanderung immer zu Hause.



Angebote für den Unterricht



Materialien zum Thema
Umweltschutz & Nachhaltigkeit



Interaktive Übungen zum Thema
Umweltschutz & Nachhaltigkeit

Bildnachweis:

Seite 1, stock.adobe.com · Monkey Business
Seite 3, eyeem.com · maskot_agency
Seite 3, Westenergie
Seite 4, istockphoto.com · Aleksandar Nakic
Seite 5, stock.adobe.com · marina_larina
Seite 5, stock.adobe.com · Monkey Business
Seite 6, stock.adobe.com · upixa
Seite 6, stock.adobe.com · Monkey Business
Seite 7, shutterstock.com · Bk87
Seite 7, stock.adobe.com · Robert Knapp

BNE-Bausteine sind unsere 3malE Lehr-/Lernangebote, die sich an den globalen UN-Zielen der Agenda 2030 mit dem Schwerpunkt auf Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) orientieren.

3malE – Bildung mit Energie

Westenergie AG
Opernplatz 1
45128 Essen

T +49 201 12-27269

info@3malE.de
3malE.de/schule