

# „Eine Woche Nachhaltigkeit“

## *Vorbereitungsstunde: Ist doch nur Essen?*

Ziel: Einführung in das Projekt (MEMS im Allgemeinen und „Eine Woche Nachhaltigkeit“ im Speziellen)

### Zentrale Fragen:

- Was bedeutet Nachhaltigkeit?
- Wie schätze ich meinen eigenen „Nachhaltigkeitsgrad“ ein?
- Nachhaltige Ernährungsweise

### Vorbereitungsaufgaben:

- Activity-Karten vorbereiten
- Nachhaltigkeitswoche-Poster ausdrucken (idealerweise A3-A2)

### Nachbereitungsaufgaben:

- E-Mail mit Zusammenfassung der Inhalte an alle Teilis schicken
- Einholen der Einwilligungserklärung der Eltern / Volljährigen Teilnehmer\*innen für Verwendung der Fotos in social Media

„Eine Woche Nachhaltigkeit“ - Vorbereitungsgruppenstunde

Zeit	Was?	Wie?	Material
5 min	Begrüßung	Vorstellung von MEMS (sh. u.) Vorstellung des Projektes „Eine Woche Nachhaltigkeit“ (Grobüberblick)	
15 min	Nachhaltigkeits-Activity	Die Teilnehmer*innen werden in 2 (oder bei Bedarf mehr) Gruppen eingeteilt. Beide Gruppen versuchen gleichzeitig, den Begriff zu erraten, den ein*e Teili umschreibt. Diese*r Teili zieht davor eine Karte, auf der steht, wie der Begriff erklärt werden muss: umschreiben (wie bei Taboo) oder zeichnet/mit Pantomime vormacht etc. (wie bei Activity). Ein zweiter Stapel enthält Karten mit Begriffen. Es gewinnt jeweils die Gruppe, die den Begriff als erstes errät.	Activity-Karten Begriff-Karten
10 min	Zuordnung der erratenen Begriffe zum Ablauf der Nachhaltigkeitswoche	Die erratenen Begriffe werden schnell dem Plakat mit dem Ablaufplan der Nachhaltigkeitswoche thematisch zugeordnet	Begriff-Karten von oben Nachhaltigkeitswoche-Plakat
10 min	Erläuterung des Ablaufs der Nachhaltigkeitswoche		

„Eine Woche Nachhaltigkeit“ - Vorbereitungsgruppenstunde

5 min	Selbsteinschätzung	<p>Schnelle Selbsteinschätzung zur Frage: Wie nachhaltig lebe ich jetzt schon?</p> <p>Teilis zeigen ihre Selbsteinschätzung an, indem sie sich entweder ganz klein machen (gar nicht-wenig), etwas krümmen (mäßig), eine „Keine-Ahnung“-Haltung einnehmen (wenn sie es nicht einschätzen können) oder sich ganz groß machen (gut-total).</p> <p>Der Gruppenleiter*in macht ein Foto von dieser Selbsteinschätzung.</p>	Fotoapparat (Handy)
10 min	Spiel& Spaß	<p>Kurzes Rennspiel: die „gut-total“-Gruppe (oder die jeweils nächste, falls sich keiner so gut eingeschätzt hat), fängt die Gruppe darunter, die „Keine Ahnung“-Gruppe fängt die Gruppe darunter etc. Alle dürfen sich nur so fortbewegen, wie es ihre Haltung (sh. o.) erlaubt. Wird man gefangen, muss man sich danach fortbewegen, wie der*die Fänger*in. Das Spiel ist vorbei, wenn wir unser Ziel erreicht haben: alle leben gut bis total gut iSd Nachhaltigkeit.</p> <p>/Pinkelpause</p>	/
25 min	Input-Einheit zu nachhaltiger Ernährungsweise	<p>„Wissensquiz“ – jeder gegen jeden, danach schnelle Auswertung (Quiz-Fragen sh. u.): Der*die Gruppenstundenleiter*in liest jeweils die Frage und die Antwortmöglichkeiten vor. Die Teilis notieren sich ihre Antwort. Anschließend werden die Lösungen sowie die Erklärungen</p>	<p>Quiz + Antwortkarten zum Beschriften; Stifte</p>

„Eine Woche Nachhaltigkeit“ - Vorbereitungsgruppenstunde

		vorgelesen (sh. Material). Die Nachbereitungs-E-Mail enthält ausführliche Erklärungen zu jeder Frage. Zeit für Fragen/Diskussionen/Anmerkungen	
5 min	Worauf will ich verzichten?	Teilis schreiben jeweils ein paar Lebensmittel auf, auf die sie in der kommenden Woche verzichten wollen	Blanko-Karten
5 min	Selbsteinschätzung: Motivationslevel	Alle Teilis bringen ihr Motivationslevel für die kommende Woche nach der obigen Methode zum Ausdruck	Fotoapparat (Handy)
5 min	Abschlusskreis		
Nach- bereit- ung	E-Mail	Vorbereitete E-Mail an alle Teilis schicken	E-Mail + E-Mail-Adressen aller Teilis

### Vorstellung von MEMS:

Der BdP ist Mitglied beim rdp, das sind die Ringe deutscher Pfadfinderinnen- und Pfadfinderverbände, welcher aus dem RDP, dem Ring deutscher Pfadfinderinnenverbände, und dem RdP, dem Ring deutscher Pfadfinderverbände besteht. Der RdP wiederum ist Mitglied bei der World Organization of the Scout Movement (WOSM) und dessen Untergruppierung, die European Region, haben, gemeinsam mit einer anderen Jugendorganisation, der AEGEE, ein europaweites Projekt namens „My Europe My Say“ ins Leben gerufen, an dem auch wir teilnehmen.

Das war jetzt alles etwas kompliziert, aber – und das ist die gute Nachricht – auch gar nicht wichtig.

Wichtig ist vielmehr, dass ihr alle im Rahmen von My Europe My Say die Möglichkeit habt, selbst aktiv zu werden und eurer Stimme Gehör zu verschaffen. Eben ganz nach dem Motto: Mein Europa, meine Zukunft, meine Entscheidung!

Bei My Europe My Say geht es darum, Pfadfinderinnen und Pfadfindern sowie anderen Jugendlichen und jungen Erwachsenen die Möglichkeit zu bieten, sich aktiv einzubringen und das Europa, in dem wir alle leben, mitzugestalten.

Da die Europawahl kurz bevorsteht und wählen natürlich ein wichtiger Akt der Mitbestimmung ist, ist ein Ziel von My Europe My Say eine Erhöhung der Wahlbeteiligung.

Daneben möchten wir aber auch möglichst viele Jugendliche und junge Erwachsene davon überzeugen, dass Partizipation (also Mitmachen und Mitgestalten) viel mehr ist als wählen und sie ermutigen, sich selbst auf andere Weise in die Gesellschaft einzubringen.

Wie oft habt ihr schon den Satz gehört, „wenn nur ich es mache, bringt es doch eh‘ nichts!“? Genau, viel zu oft. Zwar wissen wir alle, dass wir mit dieser Argumentation nirgendwo hinkommen, trotzdem geht alles viel leichter, wenn wir es eben nicht allein machen müssen.

Gemeinsam wollen wir daher das Projekt „Eine Woche Nachhaltigkeit“ losstreten und uns sieben Tage lang Gedanken machen, wie wir unseren Lebensstil ökologisch sinnvoller gestalten können. Dabei soll der Fokus auf den vielen kleinen Veränderungen liegen, die sich erheblich auf unseren ökologischen Fußabdruck aber kaum oder gar nicht auf unseren Alltag auswirken.

### Ablauf des Projekts „Eine Woche Nachhaltigkeit“

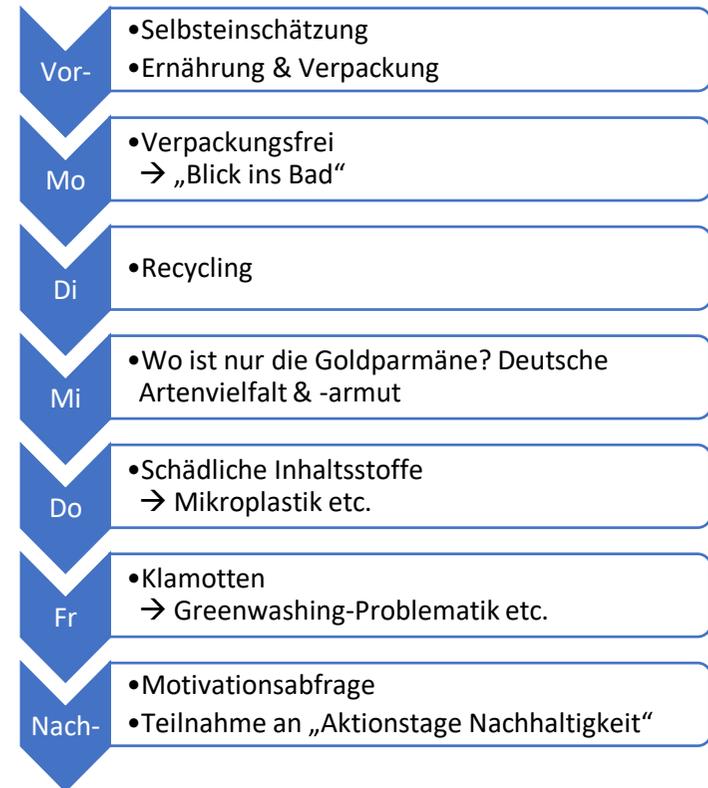
„Im Rahmen dieses Projektes wollen wir also gemeinsam darüber nachdenken, wie unser Verhalten unsere Umwelt beeinflusst und was wir daran ändern können. Passieren soll das auf folgende Art und Weise: In der Vorbereitungsgruppenstunde werden wir uns unsere Ernährungsweise genauer anschauen und Ziele für die nächste Woche formulieren. Während der Nachhaltigkeitswoche können wir dann versuchen, unsere neu gefassten guten Vorsätze in die Tat umzusetzen. Vielleicht stellen wir ja fest, dass „nachhaltig“ einfach lecker schmeckt und wir manche Gewohnheiten dauerhaft umstellen wollen.

Zudem steht nächste Woche jeden Tag ein anderes Thema auf dem Plan. Während der Gruppenstunde wird das Thema des jeweiligen Tages gemeinsam genauer angeschaut. An den anderen Tagen habt ihr die Möglichkeit, zu Hause eine kurze Einheit zu dem Tagesthemen zu machen.

Im Fokus steht immer die Frage, wie wir unser Verhalten in einem bestimmten Themenbereich, heute also z.B. hinsichtlich unserer Ernährung, in Bezug auf unsere Nachhaltigkeit einschätzen und ob diese Selbsteinschätzung der Realität entspricht.

In der Woche nach der Nachhaltigkeitswoche ist schließlich euer Feedback gefragt. Was findet ihr besonders gut? Was fiel euch besonders schwer? Habt ihr vor, manche Sachen in eurem Verhalten zu ändern? Welche konkret?

Zusammengefasst geht es also um folgendes: Jeder noch so kleine Schritt zählt und lohnt es, in Angriff genommen zu werden.



### Activity-Karten

#### **Begriff**

Mikroplastik

Schmetterling

Dünger

Massentierhaltung

Indien

Verbrennen von Klamotten

Coffee to go

#### **Zuordnung**

Mo, Di, Do

Mi

Vor-, Mi, Do

Vor-, Mi

Fr

Di, Fr

Vor-, Di

#### **Begriff**

Milch & Käse & Eier

„Weniger ist Mehr“

Hormone

Biene

Grundwasser

Handy

Farbstoffe

#### **Zuordnung**

Vor-

Immer

Vor-, Do

Mi

Vor-, Mi, Do

Di, Do

Vor-, Do, Fr

#### **Erklärungsmodalität**

Umschreiben

Pantomime

Zeichnen

Buchstaben vortanzen

\* Ihr könnt gerne auch im Vorfeld die Erklärungsmodalität für die einzelnen Begriffe festlegen. Dann ziehen die Teilis immer nur eine Karte, auf der der Begriff und die jeweilige Erklärungsmodalität stehen.

### **Nachbereitungs-E-Mail:**

„Liebe [...],

anbei findest du/ findet ihr eine Präsentation mit mehr Informationen und ein paar Videos zu den Inhalten, die wir in unserer Gruppenstunde zum Thema nachhaltige Ernährung behandelt haben.

Auf <https://www.pfadfinden-in-deutschland.de/my-europe-my-say-projekte/> befinden sich außerdem die Inhalte für die kommende Woche: In unserer Gruppenstunde am [...] werden wir uns gemeinsam das Thema [...] anschauen. An allen anderen Wochentagen kannst du zuhause eine kleine Einheit durchführen.

Viel Spaß damit und bis nächste Woche!

Beste Grüße und Gut Pfad

[...]“

\* An diese E-Mail die Präsentation anhängen. Selbstverständlich müsst ihr diese Vorlage nicht verwenden und einfach selbst was schreiben!