



# Nachhaltigkeit im Kindergarten

Praktische Tipps & Ideen für den Alltag

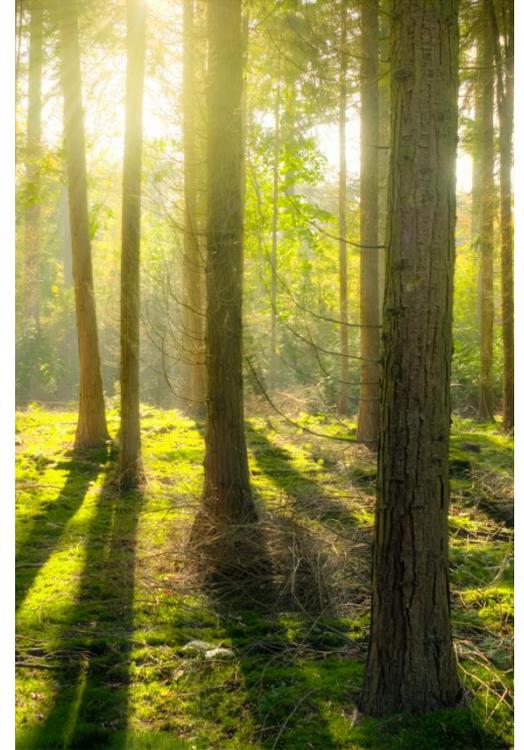
- Videoproduktionshintergrund
- Weiterbildung zum Social Media Manager
- Seit 2016: Social Media Manager bei der Arnulf Betzold GmbH
- Seit 2018: Mama
- Seit 2019: Schwerpunkt Pinterest & Video
- Inspiration suchen und finden

1. Nachhaltigkeit – was ist das?
2. Der leidige Müll
  - Vermeiden – trennen - sammeln
3. Lebensmittel wertschätzen
  - Ernten & essen
  - Einkaufen & verwerten
4. Energie sparen
5. Auf Plastik verzichten
6. Druckerpatronen recyceln
7. Basteln
  1. Für das ganze Jahr
  2. Herbst
  3. Advent & Weihnachtszeit



# 1. Nachhaltigkeit – was ist das?

- Begriff ursprünglich aus der Forstwirtschaft:
  - nur so viel Holz schlagen, wie permanent nachwächst
- Heute für Umgang mit endlichen Ressourcen: Rohstoffe, Energievorräte
- Ressourcen so nutzen, dass z.B. das Ökosystem es dauerhaft aushält
- Rücksicht im Blick auf die Menschen der Zukunft
- unseren Kindern eine lebenswerte Welt hinterlassen



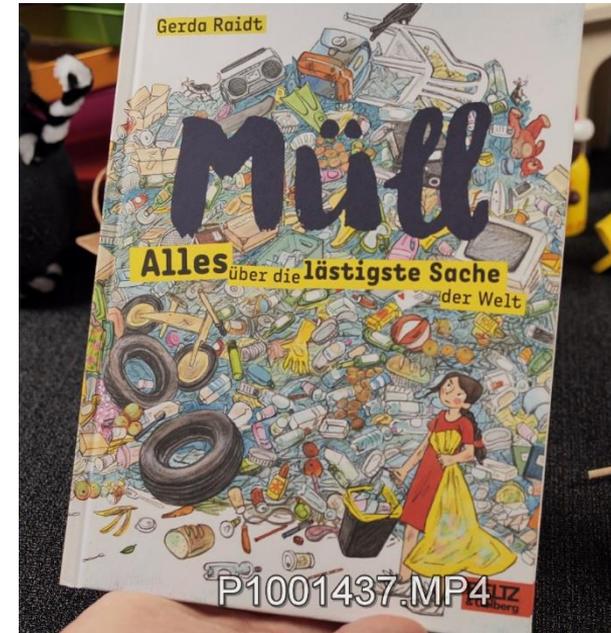
## 2. Der leidige Müll: Müll vermeiden

- Leitungswasser statt Wasser in Flaschen
- Für Muffins wiederverwendbare Backförmchen aus Blech oder Silikon nutzen
- Seifenblasenlauge selbst machen:
  - 300ml destilliertes Wasser, 90ml Spülmittel, 40ml Maissirup



## 2. Der leidige Müll: Müll trennen & sammeln

1. Müll mit den Kindern sammeln und trennen:
  - Verschiedene Gefäße nutzen und erklären
  - Mit Kindern Müll wegwerfen gehen – Teil des Wochenablaufs
2. Draußen Müll sammeln
  - Behälter für die verschiedenen Müll-Arten mitnehmen
  - sammeln & lernen, wie mühsam es ist
  - positiver Nebeneffekt: Müll ist weg
3. Tipp: Kindgerechte Erklärungen rund um das Thema Müll & praktische Tipps zum Müllsparen



## 1. Garten nutzen:

- Z.B. Naschgarten mit Beeren oder Kräuterbeet
- Kinder lernen wie gut frisches Obst & Kräuter schmecken
- bauen beim Gießen, Pflücken & Naschen positiven Bezug zur Natur auf



2. Zur Erntezeit zum Bauern gehen
  - Beim Ernten zuschauen
  - Übriggebliebenes mitnehmen
  - Gemeinsam essen



1. Regionale Produkte und saisonale Produkte
  - Regionale Produkte verbessern die eigene Klimabilanz, müssen nicht aufwendig & weit transportiert werden
  - Saisonale Produkte halten länger, mehr Vitamine
  - Wert der saisonalen Lebensmittel vermitteln
2. auf dem Markt direkt beim Erzeuger kaufen
3. Obst & Gemüse mit Schönheitsfehlern kaufen & „retten“
4. „Misfits“ kaufen
  - Beim Erzeuger oder in bestimmten Geschäften



## Mindesthaltbarkeitsdatum vs. Verfallsdatum

- Mindesthaltbarkeitsdatum:
  - wie lange das Produkt noch mindestens seine Eigenschaften wie Farbe und Konsistenz behält
  - Oft auch noch lange nach dem Mindesthaltbarkeitsdatum gut
- Verfallsdatum:
  - oft bei leicht verderblichen Lebensmitteln, wie Hackfleisch oder Geflügel
  - bis wann Lebensmittel gegessen werden muss
  - danach **ungenießbar**



- für ein zeitnahes Essen gezielt Produkte einkaufen, die bald ablaufen
- Bei Milch und Käse auf die Sinne verlassen:
  - Wenn die Milch gut aussieht, riecht und schmeckt, dann kann man sie noch verwenden.



Im Jahr wirft im Schnitt jeder Deutsche 85kg Essen weg.

#### Menge weggeworfener Lebensmittel verringern:

1. Nur so viel auf den Teller, wie gegessen wird
  - Lernen, Hunger richtig einzuschätzen
  - Wenn die Kinder noch etwas essen möchten, können sie es sagen
2. Resteverwertung
  - Aus Pfannkuchenresten Flädlesuppe machen
  - Kartoffeln/Nudeln mit Gemüse anbraten



3. Beim Zubereiten von Gemüse alles Verwertbare verwenden, z. B.:
  - Strunk von Brokkoli
  - Karottengrün
4. Älteres Obst -> Mus oder Waffeln
5. labberiges Gemüse -> Eintopf oder Curry



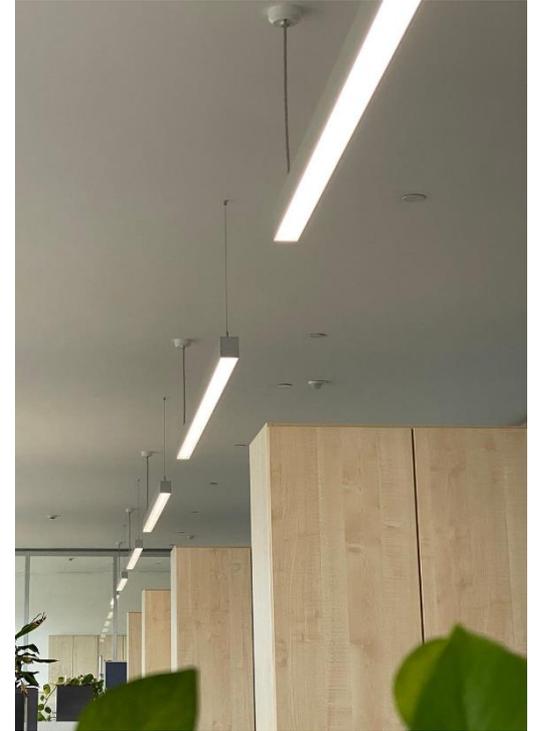
## 1. Heizenergie sparen

- durch richtiges Lüften
  - Stoßlüften oder querlüften statt gekippter Fenster
  - Dabei kühlen Boden und Wände nicht so stark aus und es ist weniger Energie nötig, um den Raum wieder aufzuwärmen.
- Türen zum Flur geschlossen halten, da dort meist weniger geheizt wird.
- Falls mgl. Heizung generell etwas runterdrehen



## 2. Strom sparen

- Nur Licht einschalten, wenn es zu dunkel ist
- Müssen alle Lampen leuchten?
- Lampen umstellen auf Energiesparlampen oder LED-Technik (auch Deckenleuchten)
- Geräte ausschalten (kein Standby-Modus)
  - am Gerät komplett ausschalten
  - Stecker ziehen
  - oder Steckdosenleiste mit Schalter verwenden
  - Kleine Erinnerungen neben die Schalter kleben



### Bilder & Fotos

- Schnur entlang der Wand spannen & Bilder mit Holzwäscheklammern aufhängen
- Fotos für Gruppenbilder auf einem Passbild-Haus sammeln
  - Hartpappe
  - bemalen & bekleben



### Plastik reduzieren

- mit Ordnern, Ablagen etc. aus Holz oder Filz
- nachhaltig produzierte Behälter aus Mais, Zucker oder Holzabfällen:
  - leicht zu reinigen, günstig & leicht
  - Beispiel: Materialschalen aus Biokunststoffgranulat aus Holzfaser „treeNside“



## 6. Druckerpatronen recyceln

Eure Druckerpatronen könnt ihr zum Recycling geben & dafür Lehrmittel bekommen

- Sammelsystem „Der Sammeldrache“ von Interseroh
- Einrichtungen, die mitmachen möchten, bekommen eine Sammelbox, die mit dem Leergut gefüllt und kostenlos von Interseroh abgeholt wird.



Mit Naturmaterialien basteln

- beim Spaziergehen sammeln

**Ideen:**

- Natur-Mandala
- Einhorn mit Blütenmähne



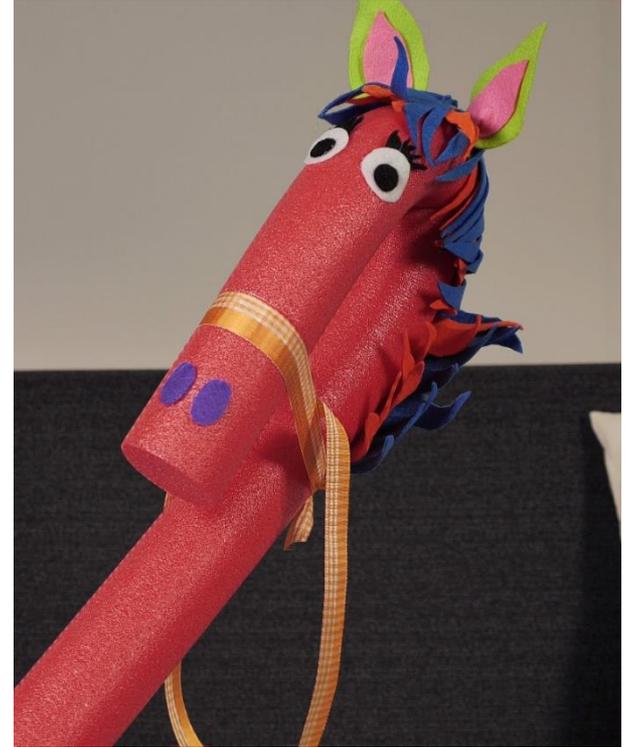
## Schuhkartons wiederverwenden:

- Murmelbahn
- Seilbahn für Kuscheltiere
- 3D-Bilderrahmen



### Schwimmnudeln wiederverwenden:

- Als Handgelenksunterlage bei PC-Arbeiten
- Als Stoßschutz im Babybett
- An Türen als Klemmschutz
- Steckenpferdchen basteln



### Alte Socken wiederverwenden:

- als Staubwischlappen: für enge Ritzen wie die Lamellen von Rollos oder Heizkörpern
- Sockenbär basteln (ohne Nähen)



## 7. Nachhaltig basteln: Für das ganze Jahr

Aus Müll könnt ihr auch tolle  
Musikinstrumente selbst machen:

- Gitarre aus Milchkarton
- Panflöte aus Strohhalmen und Wellpappe



## Webrahmen basteln

- Mit Gräsern und Zweigen
- natürliche Kunstwerke gestalten
- Konzentration und Feinmotorik trainieren



## Kastanien bemalen

- als Geschenk für die Kinder
- als Tischkärtchen mit Namen
- Als Deko für Pflanztöpfe, Fensterbank etc.
- Zum Spielen (z. B. Tic Tac Toe)



### Erzählkastanien

- Zum Beispiel mit weihnachtlichen Motiven für eure eigene Weihnachtsgeschichte

### Wetterkastanien

- Wettermotive wie Sonne, Schnee, Regen
- für den Morgenkreis
- jeden Morgen das Wetter legen



## Marionette aus Papprollen



## Herbst-Schatzkiste

- Spandosen
- Camembert-Dosen

### So geht's:

- Herbstlaub pressen
- Dose mit Fingerfarbe bemalen
- das gepresste, Laub in die feuchte Farbe drücken
- Trocknen lassen
- Laub bemalen



## Wichtelhäuser aus Papprollen

- Deko im Herbst oder für Weihnachtszeit
- LED-Lichter verwenden



## Adventskalender basteln

- aus Joghurtbechern oder Papprollen
  - Basteln auf mehrere Tage verteilen
- aus Baumwollsäckchen
- aus Milchkartons Häuschen bauen



## Adventskalender nachhaltig füllen:

- Kleine Geschichten
- Nette Gesten: Nachricht für die Reinigungskraft, mit jemandem reden/spielen, mit dem man sonst weniger spielt
- Gutscheine: Weihnachtslied/Spiel/Instrument aussuchen, beim Lesen neben euch sitzen etc.
- Bewegungsspiele: Bewegungsspiele, Tänze oder Rhythmusübungen
- Sterne als Deko für euren Gruppenraum



## Weihnatskrippe aus Holz

- Z. B. für den Adventskalender
- steigert die Vorfreude auf Weihnachten
- Bemalt oder blanko zum selbst bemalen



Aus alten Zeitungen könnt ihr Pappmaschee machen.

### **Bastelideen:**

- Bunte Schalen
- Laternen
- Masken für Karneval
- Pappmaschee-Tiere



### Geschenke verpacken:

- Stoff oder Zeitungspapier
- bemalte/bedruckte Butterbrotpapier-Tütchen
- Pappschachteln oder –taschen



## Weihnachtsbaumdeko

- Weihnachtswichtel aus Papprollen
- Kiefernzapfen (ohne Kleben)
- Rentier-Zweige
- Weihnachtsbaum aus Pappe
- Schneemann-Bausatz



### Vogelhäuschen aus Milchkarton basteln

- spannendes Projekt
- heimische Singvögel beim Überwintern unterstützen
- erste ornithologische Beobachtungen anstellen



## Futtermischung selbst herstellen

**Zutaten:** Schmalz, Rindertalg oder Pflanzenfett z. B. Kokosfett od. Erdnussbutter, Streufutter für Vögel (mit Sonnenblumenkernen, Hirse, Weizen etc.)

### So geht's:

- Fett in einem Topf erhitzen, damit es geschmeidig wird (Nicht kochen)
- Streufutter einarbeiten, bis eine zähflüssige, dicke Masse entsteht.
- Diese Masse z. B. in eine Tasse füllen oder flach ausrollen und mit Backförmchen ausstechen, Kugeln formen etc.
- Kühlen, um die gewünschte Festigkeit herzustellen.





[www.betzold.de](http://www.betzold.de)

