

## # Tag 1

### # Nutzung des Trinkwasserspenders am BBZ

Du fragst dich, wie du mit der Nutzung des Trinkwasserspenders des BBZ einen Beitrag zur Nachhaltigkeit leistest? Ganz einfach:

In Deutschland werden stündlich rund zwei Millionen Einweg-Plastikflaschen verbraucht – das sind pro Tag mehr als 47 Stück. Im Jahr bedeutet das, dass rund 17,4 Milliarden Plastikflaschen verbraucht werden. Diese Einweg-Plastikflaschen sind Ressourcenfresser und Klimakiller. Um sich das besser vorstellen zu können: Wenn man die jährlich verbrauchten Einwegflaschen nebeneinanderlegen würde, könnte man mit ihnen mehr als die Hälfte der Fläche Berlins bedecken!

Indem du dir eine Trinkflasche besorgen oder Mehrwegflaschen nutzen und diese auffüllst, kann der Verbrauch von ca. 210 Einweg-Plastikflaschen verhindert werden.

Auch außerhalb der Schule kannst du deine Trinkflasche füllen. Die Trinkwasserqualität ist in Deutschland in fast allen an das Umweltbundesamt gemeldeten Proben meist sehr gut.

Quelle: Deutsche Umwelthilfe (2022): Mehrweg ist Klimaschutz. URL: <https://www.duh.de/mehrweg-klimaschutz0/einweg-plastikflaschen/#:~:text=%C3%9Cber%20den%20gesamten%20Lebenszyklus%20verursacht,ressourcenintensiv%2C%20sondern%20auch%20sehr%20klimasch%C3%A4digend.>



## # Tag 2

### # Brotdose

Have a break, have a lunchbox!

Hast du Lust das BBZ noch ein Stück nachhaltiger zu machen? Dann bring doch in Zukunft einfach mal deine eigene Brotdose mit in die Schule. Wer seinen Pausensnack in einer eigenen Brotdose mitnimmt spart Verpackungsmüll und macht schon vieles besser.

Auch bei der Wahl der Brotdose kannst du noch einiges beachten. Dies ist jetzt aber kein Grund deine Plastikdosen einfach wegzuschmeißen, denn dadurch produzierst du nur unnötigen Müll. Aber wenn du eine neue Brotdose kaufen musst, entscheide dich lieber für eine aus Edelstahl, Glas oder Holz. Diese Materialien sind bei guter Behandlung deutlich langlebiger und gesundheitlich unbedenklicher.

Es gibt jedoch noch viele weitere Alternativen. Ein paar Anregungen könnte dir dieser Link geben: <https://lmy.de/VRzla>

Und wird dir dein Pausenbrot mal zu langweilig, dann suche im Internet mal nach Lunchbox Rezepten. Da findest du jede Menge leckere und bunte Ideen!



## # Tag 3- PLASTIK-FASTEN-Wochenplaner

### # Recyclingpapier

Ein einziges Paket Recycling-Papier (500 Blatt DIN A 4) im Vergleich zu Frischfaserpapier spart fossile Energiemengen ein, mit der eine 100 Watt Glühlampe 44 Stunden lang brennen könnte. Würde das gesamte, in Deutschland eingesetzte Kopierpapier (800 000 Tonnen pro Jahr) aus Altpapier hergestellt, so wäre der Wasserbedarf um rund 25,4 Millionen Kubikmeter geringer als bei der Produktion der gleichen Menge Frischfaserpapier. Dies entspricht dem Fassungsvermögen der Wuppertalsperre. (Quelle: [www.papiernetz.de](http://www.papiernetz.de))

MENGE: 500 Blatt (DIN A4)			
VERBRAUCH	FRISCHFASER PAPIER	STEINBEIS RECYCLINGPAPIER	ERSPARNIS
 Holz (in kg)	10.395	0,0	100%
 Wasser (in l)	181.126	30.881	83%
 Energie (in kWh)	37.207	10.410	72%
 CO <sub>2</sub> -Emission (in kg)	4.184	1.967	53%



## # Tag 4- PLASTIK-FASTEN-Wochenplaner

### # Plogging

Du möchtest etwas Gutes für deine Gesundheit und für die Umwelt tun? Plogging verbindet beides. Die Trendsportart aus Schweden setzt sich aus dem Wort „plogga“ (=aufsammeln) und „jogga“ (=joggen) zusammen - beim Joggen sammelst du also Müll.

Du kannst natürlich auch im Schrittempo gehen und dabei Müll sammeln; z.B. in der Schule. Gerade Einwegartikel verbleiben lange in der Natur bis sie verrotten - ein Kaffeebecher benötigt ca. 50 Jahre.

Wenn du also beim nächsten Mal Müll auf dem Boden siehst, schaue nicht einfach weg, sondern wirf ihn in den entsprechenden Mülleimer.

Und noch ein Tipp: Am meisten Spaß bringt Plogging in Gemeinschaft. Warum probiert ihr Plogging als nicht mal in der nächsten Sportstunde aus?

Bildquelle: <https://www.mdr.de/wissen/plakat-gegen-muell-im-wald-naturschutz-100.html>



## # Tag 5- PLASTIK-FASTEN-Wochenplaner

### # Ein Tag ohne Müll

Du glaubst das geht nicht? Hier ein paar Tipps, wie es gelingen kann:

1. Morgens im Bad: Zähne putzen mit Bambuszahnbürste und Zahnputztabletten aus dem Unverpackt-Laden.
2. Frühstück machen ohne Müll: Kaufst du schon mit eigenem Brotbeutel beim Bäcker ein?
3. In der Schule: Trinkspender des BBZ und Brotdose benutzen.
4. Brauchst du noch was? Überlege dir vorm Kauf, ob du es wirklich brauchst und vermeide Online-Shopping. Dabei fällt immer viel Müll an. Kaufe lieber lokal.
5. Takeaway: Auch im Restaurant oder im Dönerladen kann man oftmals eigene Behältnisse mitbringen. Scheu dich nicht zu fragen!

Und hier noch ein Rezept, um in wenigen Minuten und mit nur 3 Zutaten eigenes Deo herzustellen:

#### Rezept Deospray mit Natron

90 ml Wasser

1 TL Natron

5 – 10 Tropfen ätherisches Öl

Sprühflasche

Die Herstellung des Deosprays benötigt lediglich drei Schritte:

1. Wasser abkochen
2. Während des Abkühlens das Natron im Wasser auflösen.
3. Ätherisches Öl hinzugeben und gut schütteln.

Fertig ist dein selbst gemachtes Deospray! Du kannst es nun in Sprühflaschen füllen und wie normales Deospray anwenden.

