

ZWEI MEHR

DAS STEIRISCHE FAMILIENMAGAZIN

AUSGABE 39 • FRÜHJAHR 2020



MEHR VERANTWORTUNG

JEDER KANN ETWAS TUN

MITMACHEN &
GEWINNEN
FAMILIENTAGE,
FOTOSHOOTING
UND MEHR

ESSEN UND MEHR

ESSEN MIT

VERANTWORTUNG

GEMEINSAM NACHHALTIG

MEHR TEILEN

VERWENDEN

STATT VERSCHWENDEN

A6 Fachabteilung Gesellschaft



Das Land
Steiermark

→ Bildung, Gesellschaft,
Gesundheit und Pflege

EIN TAG VOLLER ERLEBNISSE!

familien
urlaub
steiermark

EINTRITTE
IN DIESE ZWEI TOLLEN
AUSFLUGSZIELE GIBT ES
ZU GEWINNEN:

ERLEBNISPARK MÄRCHENWALD STEIERMARK

Es war einmal
in einem Königreich ...

So beginnen Märchen meistens. Im Erlebnispark Märchenwald Steiermark gibt es wirklich einen Wald, in dem rund 130 Märchenfiguren in ihren Häuschen und Schlössern zu sehen sind. Drücke auf den Knopf und sie erzählen dir ihre Geschichten! Außerdem findest du hier noch viele andere Attraktionen, wie zum Beispiel die längste Rutsche der Obersteiermark, eine Katzensgold-Waschanlage oder Tempelräuber, unser Laserspiel für mutige und geschickte Kinder.

ERLEBNISPARK MÄRCHENWALD STEIERMARK
Pichlhofen 60, 8756 St. Georgen ob Judenburg
Tel. 03583/2116
info@maerchenwald.at
www.maerchenwald.at

ÖSTERREICHISCHES FREILICHTMUSEUM STÜBING

Ene mene muh – wer schaut
jetzt auf die Kuh?

Im Österreichischen Freilichtmuseum Stübing dreht sich beim diesjährigen Themenschwerpunkt alles um das Alltagsleben der Kinder von einst. Die Sonderausstellung für die ganze Familie spannt einen Bogen von den Arbeiten, die den Kindern aufgetragen wurden, bis hin zu deren Spielen. Entdecke den ländlichen Kinderalltag von einst anhand verschiedenster Aktiv- und Spielstationen.

ÖSTERREICHISCHES FREILICHTMUSEUM STÜBING
Enzenbach 32, 8114 Stübing
Tel. 03124/53700
freilichtmuseum@museum-joanneum.at
www.freilichtmuseum.at



Fotos: Märchenwald Steiermark, ÖFM Stübing/Mias Photoart

MITMACHEN!

So gewinnen Sie mit dem ZWEI UND MEHR-Familienmagazin – beantworten Sie dazu unsere Gewinnspielfrage und senden Sie die richtige Antwort an: gewinnspiel@zweundmehr.at

oder:
Styria Content Creation
Hainburger Straße 33, 1030 Wien

EINSENDERSCHESS:
04.05.2020

Rechte, Datenschutz
siehe Seite 5

Die elf ausgewählten Ausflugsziele von FamilienUrlaub Steiermark bieten Spaß, Wissenswertes und Abenteuer für Klein und Groß. Da gibt es spannende Dinge zu entdecken und viel Neues zu lernen – ob Tiere beobachten, Leckereien verkosten oder Historisches erkunden. Langeweile bleibt garantiert ein Fremdwort! Und zum Ausrasten geht's dann in eines der gemütlichen Familienhotels.

Das wollt ihr auch erleben?! Dann einfach nachfolgende Gewinnfrage richtig beantworten und einen von **zwei Ausflugsstagen*** gewinnen – und ein bisschen Glück bei der Verlosung gehört natürlich auch dazu.

WELCHES TIER IST PANKRATZ, DAS MASKOTTCHEN VON FAMILIENURLAUB STEIERMARK?

- BÄR
- PANTHER
- ELEFANT

Der ZWEI UND MEHR-Familienmagazin-Tipp:
Angebote für einen tollen Familienurlaub in der Steiermark unter: www.familienurlaub-steiermark.at

*Eintritt für eine Familie ins genannte Ausflugsziel
Teilnahmebedingungen, Rechte und Datenschutz siehe Seite 5



Das Redaktionsteam des ZWEI UND MEHR-Familienmagazins: Renate Stuhlpfarrer, Natalie Friedl, Mag.ª Alexandra Nagl, MMag.ª Andrea Koller, Mag.ª Stefanie Klauzner MA (v.l.n.r.).

Eine BürgerInnen-Jury hat die ZWEI UND MEHR-Facebookseite im Rahmen des Projektes des Landes Steiermark „Verständliche Steiermark“ mit dem 2. Platz ausgezeichnet.



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER!

Wenn der Frühling die Natur zu neuem Leben erweckt, sind wir voller Elan, positiver Energie und in Aufbruchstimmung. Diese erste Ausgabe 2020 haben wir dem wichtigen Thema „Gemeinsam nachhaltig“ gewidmet. Dabei handelt es sich, um so viel mehr als „nur“ Umweltbewusstsein. Jede einzelne unserer Geschichten unterstreicht, wie sich Nachhaltigkeit durch alle gesellschaftlichen Bereiche zieht, weshalb sie unser gemeinsames Engagement braucht und so entscheidend für unser aller Zukunft ist. So lautet auch das Motto der neu gewählten Landesregierung für alle Agenden „Steiermark gemeinsam gestalten“. Familien sind dabei das Fundament der Gesellschaft, wie unsere neue Landesrätin für Bildung, Gesellschaft, Gesundheit und Pflege, Dr.ª Juliane Bogner-Strauss, in der Covergeschichte (ab Seite 6), betont. Dass dieses wichtige Engagement bereits in den Familien stattfindet, zeigen vier ZWEI UND MEHR-Familien, die uns an ihrem Alltag teilhaben ließen. Sie erzählen (ab

Seite 14), wie sie für sich ein nachhaltiges Leben gestalten. Doch nicht nur sie sind aktiv. Viele steirische Familien engagieren sich! Wir bedanken uns bei allen Leserinnen und Lesern für die zahlreichen Einsendungen und das Mitwirken. Ihre Zuschriften motivieren uns. Wenn Sie sich über mehr rund um ein nachhaltiges Familienleben informieren wollen, erreichen Sie die ZWEI UND MEHR-Familien- & Kinder-Info unter 0316/877-2222. Die Mitarbeiterinnen im Grazer Karmeliterhof informieren umfassend persönlich oder per E-Mail unter info@zweundmehr.at.

Viel Vergnügen beim Lesen!

IHR REDAKTIONSTEAM

ZWEI UND MEHR- Familien- & KinderInfo

Für alle Fragen rund um Familie und Kind:

0316/877-2222

Öffnungszeiten:

Montag: 8:00–13:00 Uhr
Dienstag: 12:00–16:00 Uhr*
Mittwoch: 08:00–13:00 Uhr
Donnerstag: 08:00–13:00 Uhr
Freitag: 08:00–13:00 Uhr
und nach Vereinbarung!
*Ferien: 08:00–13:00 Uhr

ZWEI UND MEHR
FAMILIEN- & KINDER
Info



IMPRESSUM

Herausgeber, Medieninhaber,
Chefredaktion, Verlagsort:

Land Steiermark,
A6 Fachabteilung Gesellschaft,
Karmeliterplatz 2, 8010 Graz,
www.zweundmehrsteiermark.at
www.facebook.com/zweundmehrsteiermark

Kontakt:

Referat Familie, Erwachsenenbildung und Frauen
Tel. +43 (316) 877-4023, familie@stmk.gv.at
ZWEI UND MEHR-Familien- & KinderInfo:
Tel. +43 (316) 877-2222, info@zweundmehr.at

Projektleitung:

Katharina Tieber
katharina.tieber@styria.com
Styria Content Creation GmbH & Co KG,
Hainburger Straße 33, 1030 Wien,
www.styriacreation.com,
zweundmehr@styria.com

Redaktionsleitung:

Elisabeth K. Fürst
Weitere Beiträge: Mag.ª Bettina Luftensteiner,
Referat Familie, Erwachsenenbildung und Frauen
Konzept/Inhalt: Dr.ª Katrin Seidel,
Konzept/Art-Direktion: Joanna Jagiello,
Illustration: Lisa Hofstätter,
Sonja Seidl, www.foon.at

Projektleitung Vorteilsbetriebe und Anzeigen:

Mag.ª Bettina Luftensteiner,
bettina.luftensteiner@styria.com

Herstellung:

Druck Styria GmbH & Co KG, 8042 Graz
Fotos: Mag.ª Marija-M. Kanižaj, beigestellt
Coverfoto: Mag.ª Marija-M. Kanižaj

Unter www.familienpass.steiermark.at ist bei den jeweiligen Angeboten der Bildnachweis der ZWEI UND MEHR-Vorteilsbetriebe ersichtlich.

ZWEI UND MEHR ist das steirische Familienmagazin – eine bunte, vielfältige und über die Grenzen blickende, kostenfreie Zeitschrift. Sie ist 4 x jährlich per Post und in allen steirischen SPAR-, EUROSPAR- und INTERSPAR-Märkten in einer Auflage von 150.000 Stück erhältlich. Alle Rechte vorbehalten.

Jegliche Vervielfältigung, Verbreitung oder sonstige Verwendung wie auch die Übernahme von Beiträgen sind nach § 44 Urheberrechtsgesetz verboten.

Offenlegung gem. § 25 Mediengesetz:
www.zweundmehrsteiermark.at/Offenlegung



14



22



19



32



34

03 EDITORIAL

Ein weiterer Preis für ZWEI UND MEHR, Neuigkeiten, Einblicke und vieles mehr.

03 IMPRESSUM

04 INHALT

Unsere Geschichten im Überblick.

06 COVERSTORY

GEMEINSAM FÜR EINE LEBENSWERTE ZUKUNFT

Was ist Nachhaltigkeit? Was gehört dazu?
Was können wir beitragen?

10 MEHR ZUKUNFT

ZUKUNFT GESTALTEN

Klimawandel und Co. als Chance begreifen.

14 MEHR VERANTWORTUNG

JEDER KLEINE BEITRAG ZÄHLT

Familien erzählen, was sie für mehr Nachhaltigkeit tun.

19 MEHR TEILEN

VERWENDEN STATT VERSCHWENDEN

Verantwortlich und sinnvoll verbrauchen.

22 ESSEN UND MEHR

ESSEN MIT VERANTWORTUNG

Klimafreundlich, gesund, günstig und gut kochen.

26 MEHR MEINUNG

UMWELTSCHUTZ IN DER FAMILIE UMSETZEN

Ein Kommentar von Evelyn Rath.

27 TERMINE UND MEHR

ZWEI UND MEHR-Elternbildungsveranstaltungen,
ZWEI UND MEHR-Familien- & KinderInfo on Tour ...

28 RECHT UND MEHR

FRIDAYS FOR FUTURE

Rund um das Recht auf freie Meinungsäußerung,
den Klimastreik und die Schulpflicht.

30 WAS MACHT EIGENTLICH ...

... DAS UMWELT-BILDUNGS-ZENTRUM STEIERMARK?

Zu Besuch bei den Geschäftsführenden des UBZ:
Mag. Michael Krobath und Angela Pfungstl.

32 MEHR ZUSAMMEN

AUFEINANDER ZUGEHEN

Wie unser Miteinander unsere Zukunft prägt.

34 MITMACHEN UND MEHR

Familienwerkstatt: So entsteht ein praktisches, immer
wieder verwendbares Bienenwachstuch. Mach mit!
Plus: Rätsel für die ganze Familie.

36 KINDERMEDIEN

Bücher, DVDs, Filme, Spiele, Tipps und mehr.

38 EVENT

„Die Welt der Worte“ 2020 auf einen Blick:
die Preisverleihung zum Geschichtenwettbewerb,
die Lies-Was-Wochen und der 4. Steirische Vorlesetag.

40 FAMILIENBÜHNE

Mitmachen beim nächsten Familienshooting,
Gewinnerinnen und Gewinner und Rätsellösungen.

42 VERANTWORTUNG UND MEHR

Greenpeace: Ein Interview mit der
Umweltschutzorganisation.



Teilnahmebedingungen, Rechteeräumung und Datenschutz bei Mitmachaktionen, Fotogewinnspielen etc.
Alle Mitmachaktionen, Gewinnspiele etc. werden unter Einhaltung der geltenden datenschutzrechtlichen Bestimmungen durchgeführt. Die Einsenderin oder der Einsender nimmt zur Kenntnis, dass die von ihr oder ihm bei der Teilnahme an Gewinnspielen, Mitmachaktionen etc. übermittelten Daten (Vor- und Familienname, Wohnort, Alter) und Foto bzw. Fotos ausschließlich zum Zweck der Gewinnspielabwicklung und zur Veröffentlichung des/der Fotos im ZWEI UND MEHR-Familienmagazin bzw. auf www.zweiundmehr.steiermark.at auf der „Familienbühne“ verarbeitet werden. Mit der Einsendung von Inhalten (Fotos, Text etc.) garantiert die Einsenderin, dass sie, und der Einsender, dass er alle Rechte am Inhalt innehat und keine Rechte Dritter (z.B. Persönlichkeitsrechte von abgebildeten Personen, Namensnennungsrechte von Fotografen, gemäß ABGB und UrhG) verletzt werden. Alle notwendigen Rechte für eine Veröffentlichung (z.B. Vervielfältigung, Verbreitung, Anpassung an das Layout, Kürzung in jeglichem redaktionellen Zusammenhang im ZWEI UND MEHR-Familienmagazin bzw. auf www.zweiundmehr.steiermark.at auf der „Familienbühne“) werden dem Land Steiermark, A6 Fachabteilung Gesellschaft, eingeräumt. Für die Einsendung oder Veröffentlichung von Fotos entsteht der Einsenderin bzw. dem Einsender kein Anspruch auf Entgelt/Honorar oder Kostenersatz. Einsendungen werden nicht retourniert und nicht aufbewahrt. Es besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung. Die Einsenderin bzw. der Einsender hält das Land Steiermark vollkommen frei von Ansprüchen (auch von Rechtsanwalts- und Gerichtsverfahrenskosten). Die Teilnahme am Gewinnspiel ist bis einschließlich 04.05.2020 möglich. Teilnahmeberechtigt sind Personen mit Wohnsitz in der Steiermark. Für Einsendungen Minderjähriger bedarf es der Zustimmung der gesetzlichen Vertreterin oder des gesetzlichen Vertreters. Die Verlosung unter allen richtigen Einsendungen erfolgt nach dem Zufallsprinzip, die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich verständigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, keine Barabläse möglich. Im Falle des Gewinns erklärt sich die Gewinnerin oder der Gewinner mit der Veröffentlichung des Namens und Wohnorts und des/der Fotos in der nächsten Ausgabe des ZWEI UND MEHR-Familienmagazins bzw. auf www.zweiundmehr.steiermark.at auf der „Familienbühne“ einverstanden. Im Rahmen der Gewinnspielteilnahme mitgeteilte personenbezogene Daten (Vor- und Familienname, E-Mail-Adresse sowie Wohnadresse) oder eingelangte Fotos werden ausschließlich für die Durchführung und Abwicklung des Gewinnspiels verwendet und nach erfolgter Gewinnauslosung und Veröffentlichung gelöscht. Die Einsenderin bzw. der Einsender nimmt zur Kenntnis, dass auf der Datenschutz-Informationssseite der Steiermärkischen Landesverwaltung <https://datenschutz.stmk.gv.at> alle relevanten Informationen – insbesondere die sie/ihn betreffenden Rechte – veröffentlicht sind.



GEMEINSAM FÜR EINE LEBENSWERTE ZUKUNFT

Wir alle können unseren Beitrag für eine gute, gemeinsame Zukunft leisten.

Ob in den Nachrichten, im Supermarkt oder bei Klimademonstrationen: Nachhaltigkeit geht uns alle an. Täglich. Aber was ist das? Der Begriff kommt aus der Forstwirtschaft (siehe Expertinnen-Interview). Heute verstehen wir darunter das Prinzip, dass nicht mehr verbraucht werden darf, als wieder nachwachsen, sich erholen oder wieder bereitgestellt werden kann. Alle nachhaltigen Handlungen richten sich nicht nur auf das Heute, sondern auch auf das Morgen. Wer nachhaltig handelt,

hat auch Kinder, Enkel, zukünftige Generationen im Kopf. Man möchte, dass es ihnen ebenso gut wie uns heute oder aber besser geht.

Nachhaltigkeit ist viel mehr

Denn sie betrifft unser Leben und uns alle! Um eine gute, lebenswerte Zukunft zu gestalten, müssen wir gemeinsam Wege, Lösungen und Verbesserungen für all jene Probleme finden, die dringend sind. Das heißt auch, vorausschauend zu handeln – also mögliche negative Auswirkungen von vornherein

zu bedenken. Denn schließlich soll es auf der Erde für alle Menschen möglich sein, friedvoll und gleichberechtigt, ohne Hunger und Armut zu leben, menschenwürdig arbeiten zu können, gesundheitlich versorgt zu werden und Bildung zu erhalten. Wichtig sind sauberes Wasser, saubere Energie, Klimaschutz und verantwortungsvoller Konsum. Dafür wurde am 25.09.2015 in der Generalversammlung der Vereinten Nationen die Resolution „Transformation unserer Welt: die Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung“ einstimmig

Fotos: iStock by Getty (2), beige stellt (2)

von allen Mitgliedsstaaten – auch Österreich – beschlossen.

Mit der Verabschiedung der Agenda 2030 ging Österreich die Verpflichtung ein, systematisch auf die Erreichung der Ziele hinzuwirken. Dipl.-Ing. Gudrun Walter ist Nachhaltigkeitskoordinatorin des Landes Steiermark. Sie erklärt: „Die Agenda 2030 ist der Zukunftsplan der Vereinten Nationen für alle Länder und alle Menschen. Die 17 globalen Nachhaltigkeitsziele machen die Themen der Nachhaltigkeit sichtbar und sollen uns auf dem Weg zu einem guten Leben für alle helfen. Wir sind aufgerufen, mitzutun und unseren Beitrag zum Klimaschutz, zu einem sorgsamem Umgang mit der Natur und einem friedvollen Zusammenleben zu leisten. Das Motto lautet ‚niemanden zurücklassen‘ und allen ein gutes Leben zu ermöglichen. Die Herausforderungen unserer Zeit sind sehr groß. Sie können bewältigt werden, wenn alle mittun.“ Dabei arbeiten in Österreich Bund, Länder und Gemeinden, alle Ressorts – in Innen- und Außenpolitik – an der Umsetzung. Man hat sich auf Maßnahmen geeinigt, damit auf lokaler, regionaler und globaler Ebene bis 2030 Nachhaltigkeit im Sozialen, in der Umwelt und der Wirtschaft mehr gefördert wird.

Soziale Nachhaltigkeit

Wichtig ist hier auch die soziale Nachhaltigkeit. Denn auch soziale und gesellschaftliche Leistungen, wie zum Beispiel demokratische Strukturen und eine gerechte Einkommensverteilung, spielen eine große Rolle. Da geht es um eine menschenwürdige Existenz, in der Grundbedürfnisse gesichert und gedeckt sind, um Chancengleichheit und Beteiligung. Es ist im Moment noch nicht allen Menschen möglich, daran teilzuhaben. Viele sind arm



Dr. Juliane Bogner-Strauß
Landesrätin für
Bildung, Gesellschaft, Gesundheit und Pflege

„Die Familie ist das **Fundament** unserer Gesellschaft und unsere Kinder sind unsere Gegenwart und unsere **Zukunft**. Daher soll die Steiermark jenes Bundesland werden, in dem Kinder und Jugendliche sowie ihre Familien den bestmöglichen Raum für ihr Aufwachsen und ihre Entwicklung vorfinden. Familienpolitik ist eine Querschnittsaufgabe aller Verantwortungsbereiche des Landes Steiermark. So ist es mein Ziel, für unsere Kinder und Jugendlichen ein **gelingendes, gesundes und sicheres Aufwachsen** zu ermöglichen.“



Gut miteinander umgehen, niemanden ausschließen, benachteiligen oder zurücklassen – auch das ist ein wichtiger Aspekt von Nachhaltigkeit.



Die 17 globalen Nachhaltigkeitsziele

Sie geben Leitlinien vor für eine nachhaltige Entwicklung auf wirtschaftlicher, auf ökologischer und auf sozialer Ebene. Sie bauen auf dem Prinzip auf, dass auf dem Weg zu diesen gesetzten Zielen alle Menschen miteinbezogen werden.



Auf andere, die es nötig haben, zu schauen, ihnen Hilfe anzubieten oder helfend zur Hand zu gehen beziehungsweise füreinander da zu sein ist etwas sehr Wichtiges und Wertvolles in unserer Gesellschaft und für unsere Zukunft.

und ihr Zugang zu Bildung und Gesundheit reicht nicht aus. Auch dort, wo soziale Nachhaltigkeit schon auf einem guten Weg ist, ist es wichtig, sie für die nächsten Generationen zu erhalten und zu ermöglichen. Lebensqualität soll und muss für alle erreichbar sein. Sie ist die beste Voraussetzung für Entwicklung und Neuerungen. Neben den Bemühungen der Politik können wir auch hier alle schon heute viel beitragen. Ob Ehrenamtliches, Nachbarschaftshilfe oder alltägliche Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft – das sind wichtige Beiträge zur Nachhaltigkeit und für unsere Zukunft. ☺

TIPP:

Wer wissen will, ob er nachhaltig lebt, kann sich unter www.mein-fussabdruck.at den eigenen „ökologischen Fußabdruck“ ausrechnen und erkennen, was man verbessern kann.

LINKTIPP:

NACHHALTIG IN DER STEIERMARK
Info rund um Agenda 2030, Aktionstage, Bürgerbeteiligung, FairStyria, Green Events, Lebensmittel und vieles mehr www.nachhaltigkeit.steiermark.at

EXPERTINNEN-MEINUNG

Dipl.-Ing.ⁱⁿ Gudrun Walter ist seit 2017 Nachhaltigkeitskoordinatorin des Landes Steiermark. Der Schwerpunkt ihres Aufgabengebiets liegt in der Bewusstseinsbildung für Gemeinden, Jugend und Wirtschaft und in der Unterstützung konkreter Initiativen und Projekte.

Was ist Nachhaltigkeit?

Der Begriff ist über 300 Jahre alt und kommt aus der Forstwirtschaft. Schon im 18. Jahrhundert erkannte der Adelige Karl von Karlowitz, dass man nur so viele Bäume fällen soll, wie wieder nachwachsen, damit später Kinder und Enkelkinder auch noch genügend Bäume haben. Nachhaltigkeit wird heute viel umfassender verstanden: Es gilt, Verantwortung für die Umwelt, aber auch für die Menschen zu

übernehmen, die hier oder anderswo leben. Alles, was wir tun, hat Auswirkungen auf andere und auf nachfolgende Generationen.

Wie erklären Sie einem Kind Nachhaltigkeit?

Nachhaltig zu leben bedeutet, bei allem, was ich jetzt tue, an die Zukunft zu denken. Konkret geht es um einen sorgsamen Umgang mit Rohstoffen. Man sollte Dinge so lange wie möglich verwenden und dann schauen, ob sie repariert oder die Rohstoffe noch weiterverwendet werden können. Zum nachhaltigen Leben gehört, nachzudenken, ob man wirklich alles braucht, was einem von der Werbung eingeredet wird. Ein gutes, glückliches Leben ist nicht von Geld abhängig, sondern von Freundschaften und gemeinsamen Aktivitäten mit Familie und Freundeskreis.

Fotos: iStock by Getty (2), beige stellt (2)

Was gehört alles zur Nachhaltigkeit?

Sie umfasst alle Themen unseres Lebens: (Lebens-)Notwendiges wie Nahrung, Geld, gute Gesundheitsversorgung und Bildung. Die Umweltbereiche wie sauberes Wasser, gute Sanitäreinrichtungen, Energieversorgung, Klimaschutz, Schutz des Lebens auf dem Land und im Wasser sind ebenfalls zu beachten. Außerdem geht es auch um wirtschaftliche Aspekte. Dazu gehören eine menschenwürdige Arbeit, dass man von seiner Arbeit leben kann, Gerechtigkeit und teilhaben zu können an der Gesellschaft – unabhängig von Geschlecht, Alter, Religion, sexueller Orientierung oder Behinderung.

Warum heißt Nachhaltigkeit auch immer soziales Miteinander?

Wir leben alle auf demselben Planeten. Als Teil des Ökosystems, also unserer belebten und unbelebten Umwelt, beeinflussen wir mit unserem Tun alles andere: Pflanzen, Tiere, Boden, Luft, Wasser. Wir sind aber auch soziale Wesen, daher brauchen wir das menschliche Miteinander. Das gesellschaftliche Leben wäre ohne das Vereinswesen und die Arbeit von Ehrenamtlichen gar nicht denkbar. Alle sollen sich mit ihren Fähigkeiten einbringen und einen Beitrag leisten. Wenn alle zusammenhelfen, kommt man viel schneller ans Ziel. Es macht mehr Spaß. Oft können so auch finanzielle Mittel gespart werden. Alles zusammen führt zu einem gemeinsamen Wohlbefinden, zu einem positiven Lebensgefühl. Ein achtsamer, fairer, herzlicher Umgang miteinander ist somit auch eine Grundlage für Nachhaltigkeit.

Was tut das Land Steiermark, um eine nachhaltige Entwicklung zu fördern?

Das Thema Nachhaltigkeit betrifft unser aller gesellschaftliches Leben. Es ist somit Bestandteil und Richtschnur für alle (Landes-) Strategien und Basis für ein zukunftsorientiertes Budget durch die Landespolitik. Jede Abteilung bietet im Rahmen ihres Bereiches und für ihre Zielgruppen unterstützende Leistungen an. Das können Informationen (online oder analog) sein, Beratungen oder Förderungen, finanzielle Unterstützungen für ausgewählte Themen oder Anspruchsgruppen. Ein wichtiger Baustein ist auch „Bildung für Nachhaltigkeit“, die Berücksichtigung dieses Themas in den Lehrplänen der Schulen und in den Ausbildungsangeboten der Erwachsenenbildungseinrichtungen. Die Nachhaltigkeitskoordinationsstelle in der A14 hat die Website



www.nachhaltigkeit.steiermark.at als öffentliche Informationsplattform eingerichtet.

Wie können wir zu einer nachhaltigen Entwicklung beitragen?

Bei der Ernährung können wir durch geringeren Fleischkonsum, mit dem Kauf von frischen, regionalen, saisonalen, fair gehandelten Produkten und durch Selbstkochen einen wesentlichen Beitrag leisten. Kurze Wege zu Fuß oder per Rad zurückzulegen belastet die Natur nicht so und ist gesund. Wir können auf Kurzstreckenflüge verzichten, öffentliche Verkehrsmittel benützen, beim Wohnen auf gute Wärmedämmung achten. Bei der Kleidung ist es besser, auf langlebigere Qualität zu setzen und auf die Produktionsbedingungen zu schauen. Bei Konsumgütern kann man vor dem Kauf überlegen, ob sich etwas reparieren oder weiterverwenden lässt. Ein nachhaltiger Lebensstil bedeutet, bewusst und sorgsam mit der Natur und den Menschen umzugehen. Das erfordert mehr Kreativität und soll vor allem Spaß am Leben machen – jetzt und auch für die nächsten Generationen.

Aus alt mach neu: Weniger wegwerfen und stattdessen gemeinsam überlegen, wie man aus Vorhandenem oder aus Abfall etwas Neues oder etwas Nützliches – zum Beispiel ein Geschenk – machen kann.

Weltverbesserung im Kleinen

Ein Lesebuch für gutes Zusammenleben

Ifz Salzburg

Wie kann man Entwicklungen und Veränderungen anstoßen, damit sie das Miteinander stärken und fördern? Was können wir alle dazu beitragen, um die Welt zu verbessern? Wie und wo können wir am besten damit beginnen? Nach dem Motto „Tu was, dann tut sich was!“ gibt es hier jede Menge guter Hinweise: Wo gute Ideen herkommen, wie man Mitmenschen mitreißt, warum Bodenständigkeit und Innovation zusammengehören sollten – ein Buch voller Anregungen für die Weltverbesserung im Kleinen.

mandelbaum Verlag | ca. 12,90 €





ZUKUNFT GESTALTEN

Der Klimawandel ist auch eine Chance. Wir lernen dazu und es entstehen Lösungen, Projekte und Initiativen, die helfen, nachhaltiger zu leben.

Der Klimawandel und seine merkbaren Folgen sind beängstigend. Damit bringt er uns dazu, über das, was wir tun, neu nachzudenken. So entstanden gerade in den letzten Jahren viele Lösungen, Initiativen und Projekte. Fridays For Future ist nur ein Beispiel, wie der Klimawandel den demokratischen Prozess und die freie Meinungsäußerung weltweit bereits bereichert hat (siehe auch die Seiten 28 und 29). Auch die Politik ist stark gefordert. Sie entwickelt Pläne, um die Situation zu verbessern. So hat die neue Landesregierung den Klimaschutz zu einem der Schwerpunkte ihrer Arbeit gemacht.

Der Weg zur Klimaneutralität

Mag.^a Andrea Gössinger-Wieser ist die Klimaschutzkoordinatorin des

Landes Steiermark. Sie erzählt, was in der Steiermark alles für den Klimaschutz getan wird: „Im Rahmen der Klima- und Energiestrategie Steiermark 2030 wurde von der Steiermärkischen Landesregierung ein Aktionsplan beschlossen. Insgesamt werden in einem ersten Schritt 109 konkrete Klima- und Energiemaßnahmen bis 2021 in den Bereichen Abfall- und Ressourcenwirtschaft, Bildung und Lebensstil, Energieaufbringung und -verteilung, Gebäude und Siedlungsstrukturen, Land- und Forstwirtschaft, Mobilität, Vorbildfunktion öffentlicher Bereich und Wirtschaft und Innovationen umgesetzt. Viele dieser geplanten Maßnahmen sollen insbesondere mithelfen, die steirische Bevölkerung zum Klimaschutz zu motivieren, und mit gezielten Beratungs- und Förderangeboten den Umstieg

auf einen klimafreundlichen Lebensstil erleichtern.“ Bis 2030 sollen dann die Treibhausgasemissionen um 36 % gesenkt werden. Die Energieeffizienz soll um 30 % steigen. Und der Anteil erneuerbarer Energien soll auf 40 % angehoben werden. Die leistbare Energie und Versorgungssicherheit soll für alle SteirerInnen gewährleistet sein. Bis 2050 soll die Steiermark klimaneutral und energiesicher werden. Das bedeutet auch, aus Kohle, Erdöl und Erdgas auszusteigen. Dafür muss man den Energieverbrauch deutlich verringern und das Angebot an erneuerbaren Energieträgern wie Holz, Sonnen- und Windenergie steigern. Damit das funktioniert, müssen wir alle etwas beitragen. Gössinger-Wieser: „Ein wichtiger Hebel ist, das persönliche Konsumverhalten zu überdenken

Fotos: iStock by Getty, beigesleitet

und einzelne Maßnahmen im Bereich Haushalt, Verkehr, Einkauf und Wohnen zu setzen. Das, was wir täglich einkaufen und verbrauchen, bestimmt stark unseren ökologischen Fußabdruck. Dieser zeigt, wie viel Fläche Erde nötig ist, um unseren Lebensstil auch in Zukunft – also nachhaltig – aufrechterhalten zu können. Bereits kleine Maßnahmen leisten einen wichtigen Klimaschutzbeitrag. Wenn man LED-Lampen einsetzt, Elektrogeräte mit hoher Effizienzklasse A++ verwendet, Elektrogeräte nicht im Standby-Modus belässt oder vom Auto auf öffentliche Verkehrsmittel oder das Fahrrad umsteigt, verringert das den Energiebedarf und damit schädliche Treibhausgase. Ebenso unterstützt der Kauf von regionalen, saisonalen und biologischen Lebensmitteln einen klimafreundlichen Lebensstil. Das stärkt außerdem die heimische Landwirtschaft. Mehr Informationen dazu findet man auch auf www.ich-tus.at oder bei den zahlreichen steirischen EnergieberaterInnen.“

Ressourcen teilen

Der Verkehr ist ein wichtiger Punkt, denn er ist zu 30 Prozent am CO₂-Ausstoß beteiligt. Hier kann man aber leicht Fahrten einsparen. Noch nie gab es so viele Angebote, um speziell auf kürzeren Strecken klimaschonend und flott unterwegs zu sein. Mit dem Rad, dem E-Bike oder einem Auto mit Elektro- oder Hybridmotor kommt man gut vorwärts und überallhin. Rund ein Drittel aller PKW-Fahrten sind so kurz, dass man sie auch locker zu Fuß gehen könnte.

Eine tolle neue Idee, die einem dabei hilft, auf das eigene Auto zu verzichten, ist tim. Diese Abkürzung steht für täglich. intelligent.mobil. Das ist ein Mobilitätsmodell, das verschiedene Fortbewegungsarten miteinander verbindet. Um es benutzen zu können, muss man sich zuerst im tim-Servicecenter (Steyrergasse 116, Graz) registrieren. Dann bekommt man eine tim-Karte ausgestellt. Mit der kann man über eine Buchungsplattform Carsharing, (E-)Mietautos, öffentliches Laden oder E-Taxis buchen und bezahlen. Man kann sie auch mit der Grazer Jahreskarte für öffentliche Verkehrsmittel verbinden. Dabei spart man sich sogar die Registrierung und die Jahresgebühr. So kommt man ganz ohne eigenes Auto überallhin und ist flexibel. Eine andere gute Lösung, wenn man auf dem Land wohnt, ist der sogenannte Mikro-Verkehr wie GUSTmobil. Er verbindet Gemeinden dort, wo das bestehende Bus- oder Bahnnetz nicht fährt, mit Sammelpunkten. Sammelpunkte funktionieren wie Haltestellen und werden nach Bedarf angefahren. Auch hier registriert man sich zuerst im Internet und nutzt dann eine App zum Buchen. Die App bündelt die Fahrtwünsche, Abfahrts- und Ankunftsorte. Das funktioniert wie bei einem Sammeltaxi. Je mehr Fahrgäste mitfahren, desto günstiger wird der Tarif. Bewegungseingeschränkte Personen können ihr Zuhause sogar als Abholpunkt beantragen. Auch Dauerfahrtaufträge, wie beispielsweise zu Therapien oder Sport, sind möglich. Die größte Mikroverkehrslösung Europas gibt es übrigens in der Oststeiermark. Hier verbindet SAM seit Anfang des Jahres 61 Gemeinden!

Klimafreundlich vorwärts

VERKEHRSVERBUND STEIERMARK

flächendeckendes Liniennetz; ein ZWEI UND MEHR-Vorteilsbetrieb
www.verbundlinie.at

IST MOBIL

Mikroverkehr wie z.B. SAM und GUSTmobil
(= flächendeckende Mobilität im Großraum Graz)
<https://istmobil.at/istmobil-regionen/gustmobil/>

TIM

Verbindet in Graz Carsharing, Mietwagen, Verkehrsbetriebe, Fahrradabstellplätze, E-Taxis
www.tim-oesterreich.at/graz/

GREENDRIVE

Fahrgemeinschaften selber bilden
www.greendrive.at

RADFAHREN IN DER STEIERMARK

Infos rund ums Radfahren in der Steiermark
www.radland.steiermark.at

RADFAHREN FÜR KINDER

Rita & Ronny Roller
App für Kinder; Vorbereitung auf die Fahrradprüfung
app.radland.steiermark.at

APP FÜR RADFAHRER

Stadt-Routenplaner für Radfahrer
www.bikecitizens.net/de/



Ohne Wasser geht nichts!

Alles über den wichtigsten Stoff der Welt
Christina Steinlein

Zähne putzen, trinken, schwimmen, duschen ... Für all das brauchen wir Wasser. Ist Wasser irgendwann aufgebraucht? Wo kommt es her? Was macht es so besonders? Wem gehört es? Ein bildstarkes Sachbuch, das erklärt und zeigt, wie wir unsere wichtigste Ressource bewahren, damit alle Menschen etwas davon haben.

Verlagsgruppe BELTZ | ca. 14,90 €

Kooperatives Wohnen

Eine andere Form, gemeinsame Ressourcen zu teilen, ist kooperatives Wohnen. Hier finden sich Menschen zusammen, die eine Wohngemeinschaft bilden. Dabei werden meist ein oder mehrere Häuser gemeinsam geplant, bewohnt und verwaltet. Je nach Projekt und Mittel stehen Gemeinschaft, Umweltschutz, Ökologie und Generationenverbinden im Vordergrund. Ein Beispiel ist das Projekt KooWo Volkersdorf bei Graz. Hier zogen im September 2019 insgesamt 28 Familien mit 42 Erwachsenen und 20 Kindern ein. Für sie ist das gemeinschaftliche Wohnen die Antwort auf eine alternde Gesellschaft sowie die Knappheit bezahlbaren Wohnraums und ihr Beitrag zur Ausbreitung nachhaltiger Lebensformen. Sie unterstützen sich in ihrer frei gewählten Gemeinschaft. Die Wohnanlage hat eine eigene Photovoltaikanlage. Die BewohnerInnen bemühen sich teils auch um Selbstversorgung und versuchen, die natürlichen Ressourcen bewusst zu schonen. Dabei sind sie Mitglieder in einem gemeinsamen Trägerverein. So organisieren sie sich mithilfe einer Soziokratie. Mit Kreisstrukturen ist jedes Mitglied gleichberechtigt bei Entscheidungen der Kooperative. Ihre Vision lautet: „Wir streben nach einem gelingenden Miteinander und einem Leben in Einklang mit der Natur durch unser Vertrauen in menschlichen Vielklang.“

Lehrmeister Natur

Auch in der Bildung gibt es neue Ideen für die Zukunft. So gibt es in einigen Bundesländern schon Waldkindergärten. Dort sind die Kinder das ganze Jahr über und bei jedem Wetter in der freien Natur. Sie lernen spielerisch



Wer schon als Kind regelmässig einen guten Kontakt mit der Natur hat, wird sie auch bewahren und schützen.

und begleitet sich und ihre Umwelt kennen. Michaela Kober, Gründerin der steirischen flexiblen Waldgruppe „KinderWald“, erklärt was den direkten Kontakt mit der Natur so wertvoll macht: „Wir leben in einer technisch-digitalen Welt, in der wir immer mehr den Kontakt zu uns selbst, unseren Mitmenschen und zur Natur verlieren. Dies halte ich aber für essenziell, um eine starke Persönlichkeit zu entwickeln, die mit den Herausforderungen des Lebens umgehen kann. Außerdem sind die Kinder mit größter Freude sehr viel in Bewegung. Dadurch können sie ein gesundes Körpergefühl und eine gute Koordination entwickeln. Nicht zuletzt hat der viele Aufenthalt in der freien Natur positive Effekte auf unser Immun- und Gemütssystem. Wenn Kinder täglich die Natur, das Wetter, die Jahreszeiten erleben dürfen, gewinnt das an Bedeutung für ihr Leben. Sie bemerken direkt, wenn es wochenlang nicht regnet und der Waldboden staubtrocken ist, aber auch, wie die Natur es trotzdem schafft, dass kleine Pflanzen wachsen, grünen und blühen. Wunder dieser Art bringen uns täglich zum Staunen. Etwas, das auf diese Art Bedeutung erhält, will man schützen, sein Leben lang.“

Bildung für die Zukunft

Damit alle Kinder und Jugendlichen Zugang zu nachhaltigen Themen bekommen, findet heuer auch die steirische Fachtagung „wertstatt“ für MitarbeiterInnen aus der Jugendarbeit und jugendpolitische EntscheidungsträgerInnen zur Nachhaltigkeit statt. Veranstaltet wird die Fachtagung vom Land Steiermark – Abteilung 6 Bildung und Gesellschaft, Fachabteilung Gesellschaft, Referat Jugend – in Kooperation mit dem Steirischen Fachstellennetzwerk für Jugendarbeit und Jugendpolitik, dem Steirischen Landesjugendbeirat und dem Steirischen Dachverband der Offenen Jugendarbeit. Florian Arlt, Geschäftsführer Steirischer Dachverband der Offenen Jugendarbeit: „Handlungsbereiche wie Klimaschutz, Umgang mit natürlichen Ressourcen, Mobilität oder Konsumverhalten erfordern ökologische, gesellschafts- und wirtschaftspolitische Maßnahmen, die auch schon von Kindern und Jugendlichen verstanden und mitgetragen werden müssen. Zukunftsfähigkeit, Chancengerechtigkeit, Ressourcenverbrauch und Klimawandel sind Themen, die unsere Zukunft, vor allem aber die unserer Kinder und Jugendlichen, massiv bestimmen und betreffen. Es ist unumgänglich, Kinder und Jugendliche möglichst früh für Nachhaltigkeit zu sensibilisieren, sie zu beteiligen und zu befähigen, ihr Handeln zukunftsgerichtet zu gestalten. Es gibt viele Beispiele, was in der Familie, im Kindergarten oder in Schule und Jugendarbeit passieren kann. Es ist nötig, sie zu unterstützen, ihre Forderungen an die Gesellschaft und an die zuständige Politik zu artikulieren. Fridays For Future ist ein sehr gutes Beispiel dafür.“ ●

Fotos: beige stellt (4), Mitja Kobal/greenpeace

EXPERTINNEN-MEINUNG



Em. Univ.-Prof. Dr. Helga Kromp-Kolb
Meteorologin, Autorin und Vortragende
zu globalem Wandel und Nachhaltigkeit

Die Em. Univ.-Prof. Dr. Helga Kromp-Kolb war als Meteorologin an der Universität Wien und an der Universität für Bodenkultur tätig. Gleichzeitig initiierte und leitete sie bis 2018 das Zentrum für Globalen Wandel und Nachhaltigkeit der BOKU.

Wie hängen wir Menschen mit unserer Umwelt zusammen?

Wir sind Teil der Umwelt, Teil der Natur und von dieser abhängig. Ohne Natur können wir Menschen nicht überleben. Deswegen ist es so wichtig, keinen Raubbau an der Natur zu betreiben. Die sogenannten drei Säulen der Nachhaltigkeit sind keineswegs gleichwertig. Die ökologische Säule (die Natur) sichert die Lebensgrundlagen. Die soziale Säule sichert die Lebensfreude und die ökonomische Säule sollte eigentlich nur ein Instrument sein, um menschliches Wohlergehen zu erleichtern. Deshalb kann Wirtschaft nie Selbstzweck sein, und Wirtschaftswachstum nur so lange wünschenswert, als es die anderen beiden Säulen fördert, nicht gefährdet.

Was bedeutet der Klimawandel für uns alle?

Einerseits eine sehr, sehr ernste Bedrohung, die wir sehr rasch entschärfen müssen. Es geht tatsächlich um das Überleben der Zivilisation. Die Jugendlichen, die auf der Straße streiken, werfen uns zu Recht vor, dass wir ihre Zukunft stehlen. Andererseits bietet der Klimawandel aber auch eine ganz große Chance, die Zukunft zu gestalten. Denn: Änderungen werden jedenfalls kommen.

Wie wird sich unser Leben verändern?

Der Klimawandel wird für praktisch alle Menschen auf der Welt das Leben schwerer machen: Extreme Ereignisse wie Überschwemmungen, Dürren, Hitzeperioden gehen an niemandem spurlos vorüber. Es wird massive Migration einsetzen, weil Menschen dort, wo sie bisher gelebt haben, keine Chancen mehr haben. Sei es, weil die Landwirtschaft sie nicht mehr ernähren kann, sei es, weil der Meeresspiegelanstieg ihr Land raubt.

Wie hängen dabei Ökologie und Soziales zusammen?

Wenn man Soziales am Lebensstandard misst (das heißt an der Größe des Fernsehschirms und des Autos, ob man in den Urlaub fliegen kann ...), dann bedeutet das, dass Ökologie und Soziales Gegensätze sind. Je höher der Lebensstandard, umso brutaler wird die Natur ausgebeutet. Übrigens: meistens zugleich auch Menschen in der Dritten Welt. Misst man aber Soziales an der Lebensqualität, der Lebensfreude, sieht die Sache anders aus. Denn Lebensfreude gewinnt man, wenn man Zeit hat für Familie und Freunde, für Kultur und Bildung, wenn man in einer intakten Natur lebt und gesund ist. Das erfordert nicht viele Ressourcen und lässt sich hervorragend mit dem Erhalt der Natur verbinden.

Was können wir alle tun, damit wir auch eine Zukunft haben?

Die UNO hat mit den nachhaltigen Entwicklungszielen, deren Umsetzung sich alle Staaten in der Zeit von 2015 bis 2030 vorgenommen haben, eine Vision vorgegeben. Daran zu arbeiten müsste eine zentrale Aufgabe jedes Staates sein. Dazu können alle durch das eigene Verhalten beitragen: durch persönliche Entscheidungen, durch Entscheidungen im Beruf aber auch als Wählerin oder Wähler.

Was können Kinder und Jugendliche heute schon tun?

So bedauerlich es ist, dass Jugendliche für ihre Zukunft kämpfen müssen, dass die ältere Generation sie ihnen

nicht sichergestellt hat, so wichtig ist es, dass sie es tun. Keine der großen gesellschaftlichen Errungenschaften, wie Versammlungs- und Streikrecht, allgemeines Wahlrecht für Männer und Frauen und so weiter, ist uns in den Schoß gefallen. Darüber hinaus geht es natürlich auch darum, den eigenen Ressourcenverbrauch einzuschränken: Aus Klimasicht müssen die Emissionen bis 2030 halbiert werden. Das bedeutet halb so viele „Dinge“ – Kleidung, iPhones, Ski – kaufen, halb so lange heiß duschen, halb so viel Netflix schauen oder streamen, halb so weit mit dem Auto fahren, womöglich gar nicht fliegen und mehr. Natürlich kann man zwischen den Maßnahmen jonglieren. Aber das Resultat muss stimmen. Uns diese Schritte zu erleichtern, ist Aufgabe der Politik: Klimafreundliches Handeln muss billiger und einfacher sein als klimaschädliches.

Wie kann man den Klimawandel als Chance verstehen und nutzen?

Der Übergang zu erneuerbaren Energien, die in unserem eigenen Land zur Verfügung stehen, bedeutet, dass weniger Geld ins Ausland fließt, mehr für heimische Projekte zur Verfügung steht; etwa für den Ausbau des öffentlichen Verkehrs und von Radwegen. So kann man durch mehr Bewegung, weniger Luftverunreinigung und Lärm gesünder leben. Autos muss man nicht mehr besitzen. Man kann öffentliche E-Autos benutzen. Auch die Umstellung der Ernährung auf lokal, saisonal, biologisch und fleischarmer dient der Gesundheit und dem Geschmack. Zugleich wird in den Böden Humus aufgebaut. Das ist ein Schutz vor Trockenheit und Überschwemmungen und sichert Einkommen für die Bauern. Die Liste lässt sich mit besseren, haltbareren Produkten, die auch reparierbar sind, fortsetzen. Sie sind teurer – aber man braucht weniger davon.

Es geht jetzt darum, gute Lösungen zu finden, die Klimaschutz mit höherer Lebensqualität verbinden. Das ist gut möglich, wenn man bereit ist, einige Gewohnheiten zu ändern.

ZWEI UND MEHR-
Vorteilsbetriebe

Weitere Informationen finden Sie auf www.familienpass.steiermark.at

NEU

FAMILIENZELT

FAMILIENZELT

www.familien-zelt.at

3,- € ERMÄSSIGUNG
auf die Jahresmitgliedschaft

NEU

FLIP LAB
expanding
my limits

FLIP LAB GRAZ
CENTER WEST

[www.fliplab.at/
graz-center-west](http://www.fliplab.at/graz-center-west)

3,- € ERMÄSSIGUNG
auf alle Eintritte,
ausgenommen Geburtstags-
feiern und Kurse

NEU



SIMMHOF

www.simmhof.com

10 % ERMÄSSIGUNG
auf das Frühstück

AUCH KLEINE SCHRITTE ZÄHLEN

Jede und jeder kann nach seinen Möglichkeiten etwas zur Nachhaltigkeit beitragen. Vier steirische Familien erzählen, was sie schon alles in ihrem Alltag umsetzen.



Nachhaltig leben geht leichter, als man glaubt! Dazu können wir alle etwas beitragen – auch kleine Dinge zählen. Als Mutter von vier Kindern hat Evelyn Rath 2018 ihre Firma „vision müllfrei“ gegründet. Seitdem ist die Vortragende und „Zero Waste Trainerin“ regelmäßig im Einsatz. Dabei hilft sie Familien und Unternehmen, ihren Alltag schrittweise so umzustellen, dass möglichst kein Müll mehr anfällt. Uns erklärt sie, wie man damit anfangen kann.

Was brauchen wir wirklich?

„Der erste Schritt ist immer, nachzudenken, was wir eigentlich wirklich benötigen. Wenn man weiß, was man nicht braucht, kann man viele Sachen schon von vornherein weglassen. Dort, wo das nicht geht oder man das nicht will, kann

man sich meist einschränken. Nehmen wir das Beispiel der Süßigkeiten: Man kann sich ruhig einen Riegel gönnen, aber zum Beispiel weniger oft. Das macht schon einmal deutlich weniger Müll. Oder man bäckt selber.“ Eine andere Möglichkeit ist, nicht immer alles gleich wegzwerfen. Hosen mit einem Loch lassen sich mit Flickern reparieren oder werden gekürzt zur Sommerhose. So kann man die Lebensdauer von Produkten in die Länge ziehen. Auch kaputte Elektrogeräte muss man nicht gleich entsorgen, sondern kann sie reparieren. Eine schöne Möglichkeit, alte Spielsachen zu verkaufen und dabei sein Taschengeld aufzubessern, sind Kinderflohmärkte. Auf diese Weise bekommen die Kinder nicht nur etwas Neues für wenig Geld, sie haben dabei auch Kontakt mit anderen und obendrein Spaß am Verkaufen. Jugendliche



Wir alle können in unserem Familienalltag unseren Beitrag leisten. Jeder zählt. Dabei prägen Eltern den Lebensweg ihrer Kinder nachhaltig.



wiederum haben eine Freude mit Kleidertausch-Partys: Jeder bringt was mit ... und schon hat man ein neues Outfit! Ein Tipp der Expertin: „Es ist dabei wichtig, dass sich die Kinder und Jugendlichen auch damit wohlfühlen!“ Wer das berücksichtigt, hat bereits viel unnötigen Müll eingespart.

Früh lernen, wie es geht

Der Verein wird auch von Schulen für sogenannte „Zero Waste Workshops“ eingeladen. Kinder und Jugendliche erfahren so, was sie selber tun können. Rath: „Es geht darum, Wissen zu vermitteln und Handeln zu schulen. Schon Volksschulkinder verstehen, dass sie selber mit Taschengeld, Jause und mehr handeln können.“ Im Workshop lernen sie dann alternative Jausenverpackungen kennen, erfahren, dass Spielzeug oder Gewand auch gebraucht sein oder dass man Süßes selber machen kann. Mit Jugendlichen verschieben sich die Themen. „Da setzen wir beim Lebensstil an, wie bei Körperpflegeprodukten, Kleidertausch, selber reparieren oder Zero Waste als Lifestyle. Da ist es wichtig, dass es auch die Klasse gut findet. Wenn wir das schaffen, wird es auch gern umgesetzt.“

Fotos: www.kanizaj-maritja.com

Nachhaltig einkaufen

In Familien ist der Lebensmitteleinkauf immer ein Thema. Nicht jeder hat einen Markt um die Ecke oder Geld für Bio-Lebensmittel. Um nachhaltig einzukaufen, gibt es einige Grundregeln, die überall und mit jedem Budget gehen. Die vierfache Mutter merkt dazu an: „Es muss gar nicht der Bauernmarkt sein. Wichtig ist vor allem, regional und saisonal einzukaufen. Damit tut man schon ein Menge! Da gibt es nicht das ganze Jahr über Gurken und

Paradeiser. Aber es ist für die ganze Familie und die Umwelt bereichernd und abwechslungsreich.“ Wichtig ist auch, fertig verarbeitete Lebensmittel wie Tiefkühlpizza möglichst wegzulassen, da deren Inhaltsstoffe nicht kontrollierbar sind. Sie haben lange Lieferwege, verbrauchen viel Energie in der Produktion und verursachen viel Müll. Natürlich zahlt es sich aus, beim Einkaufen eigene Sackerl und Dosen mitzubringen. Mittlerweile hat hier aber auch der Handel umgestellt. ●



Je früher Kinder Nachhaltigkeit lernen, auch beim Einkaufen, Essen und Zubereiten, desto leichter fällt sie ihnen.



Mama, Papa, 4 Kinder

Melanie, Harald mit Marie, Flora, Emma und Lilli I Sinabelkirchen

Was macht ihr für Nachhaltigkeit und Klimaschutz?

Am meisten achten wir bei unserem Lebensmittelbedarf darauf, wo und was wir einkaufen. Wir versuchen, regional zu kaufen. Unseren Fleischkonsum haben wir stark reduziert. Brot wird selbst gebacken. Getreide kommt vom Biobauern und wird bei uns in der Küche gemahlen. Wir kochen immer frisch. Hin und wieder kaufen wir gebrauchte Sportartikel, Spielsachen ... Die Kleidung wird bei uns von allen vier Kindern „weitergetragen“. Einen Großteil unseres Strombedarfs decken wir durch unsere Photovoltaikanlage ab.

Wo fällt es euch im Familienalltag noch schwer, Nachhaltigkeit umzusetzen?

Beim Thema „Auto“ könnten wir noch mehr tun. Unsere Heizungsanlage möchten wir in den nächsten Jahren auf schadstoffarm umstellen.

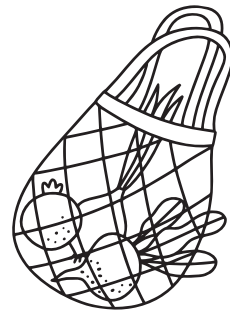
Wobei wünscht ihr euch Unterstützung von außen?

Die Lebensmittelindustrie macht es uns am schwersten! Es gibt zu wenig Produktransparenz und qualitativ hochwertige Lebensmittel zu einem leistbaren Preis.

Was wünscht ihr euch für die Zukunft eurer Kinder?

Dass die Menschheit umdenkt: weg von der Profitgier. Unsere Kinder brauchen eine intakte Umwelt. Die Konzerne gehören in die Pflicht genommen, umweltschonend und fair zu produzieren! Es sollte zu 100 % nur Nachhaltiges geben.

Was uns noch sehr wichtig ist: Wir tragen eigentlich nur einen minimalen Teil zur Nachhaltigkeit bei. Es könnte noch viel, viel mehr sein! ♻️



Sich nachhaltig zu ernähren bedeutet vor allem, Lebensmittel saisonal und regional auszuwählen, nur so viel zu kaufen, wie man wirklich braucht, und sie frisch zuzubereiten.

Kleidung aus zweiter Hand ist nicht nur umweltbewusster, sondern meist auch viel günstiger.



Fotos: www.kanzai-marija.com (3), beigeleitet (7)

Mama, Papa, 2 Kinder

Maria, Markus mit Jakob und Moritz I Graz

Was macht ihr für Nachhaltigkeit und Klimaschutz?

Den größten Beitrag zum Klimaschutz leisten wir im Bereich der Lebensmittel. Unser Gemüse beziehen wir beinahe gänzlich aus dem elterlichen Bio-Betrieb. Wir versuchen, möglichst saisonal verfügbares Obst aus regionalem und biologischem Anbau zu bekommen. Wir kochen täglich frisch und frieren im Sommer möglichst viel Obst und Gemüse ein. Unser Brot backen wir hauptsächlich selbst. Für uns ist es wichtig, dass die Kinder beim Einkauf sowie beim Kochen und Backen eingebunden werden. Die Kinderkleidung wird in unserer großen Familie und im Freundeskreis getauscht und vererbt. Altes bringen wir zur Altkleidersammlung. Bei der Mülltrennung sind wir sehr streng – trotz Stadtwohnung, Altbau, 3. Stock ohne Lift und ohne eigene Plastiktonne – mit viel Aufwand und Beinarbeit. Wir verwenden Tragetaschen, Transportboxen und Glasflaschen. Auch die Kinder helfen mit. Mein Mann bringt den Kompost zum elterlichen Betrieb, um den Kreislauf optimal zu erhalten. Auch beim Spielzeug benutzen wir wiederaufladbare Batterien. Reinigungsmittel versuchen wir sparsam einzusetzen und wir achten auf umweltverträgliche Produkte.

Wobei fällt es in eurem Familienalltag noch schwer, Nachhaltigkeit umzusetzen?

Im Verkehr fallen uns Einschränkungen schwer, weil wir gerne Ausflüge machen – vor allem in die Berge – und dabei flexibel sein wollen.

Wie konsumieren ziemlich viel Milch und Milchprodukte, die wir wegen



unserer Wohnsituation jetzt nicht aus Glasbehältern beziehen können. Der Transport dafür wäre einfach zu schwer und umständlich. Da unsere Kinder gerne plantschen, verwenden wir sicher mehr Warmwasser, als zur Hygiene unbedingt nötig wäre.

Wobei wünscht ihr euch Unterstützung von außen?

Mit zwei Kleinkindern mussten wir oft negative Erfahrungen mit öffentlichen Verkehrsmitteln machen. Die Leute beschwerten sich, wenn mehr als ein Kinderwagen am vorgesehenen Stellplatz steht – in Stoßzeiten ist das aber unvermeidbar. Mit Kinderwagen ist es fast unmöglich, im Bus eine Karte zu kaufen, weil man vorne nicht einsteigen kann. Einmal ist es uns sogar passiert, dass wir vorne eine Karte gekauft und gesagt haben, dass wir dann hinten einsteigen: Der Bus ist weggefahren. Kaum jemand macht Platz oder steht auf, wenn man mit zwei Kleinkindern eine Straßenbahn betritt. Generell würden wir uns mehr Achtung der Gesellschaft vor den Kindern wünschen. Und dass man nicht gleich böse Blicke erntet, wenn ein Kind einmal nicht wie aus dem Bilderbuch „funktioniert“.

Was wünscht ihr euch für die Zukunft eurer Kinder?

Eine Gesellschaft, in der Kinder willkommen sind, weil sie die Zukunft sind. Eine Gesellschaft, in der die Familie

einen hohen Stellenwert hat, und die sie fördert. Damit meinen wir auch die möglichst lange Betreuung der Kinder zu Hause durch ihre Eltern. Das ist nämlich nachhaltig: Kinder, die von zu Hause die wichtigsten Werte für ihr Leben mitbekommen, die sich nicht von klein auf durchsetzen und präsentieren müssen, sondern Liebe und Geborgenheit erfahren dürfen. So wird ein gutes Miteinander gefördert. Wir wünschen uns Eltern und generell Erwachsene, die Kindern Vorbild sind, sich Zeit nehmen, um erst bei Grün über die Straße zu gehen, die zuhören statt wischen und die mit ihren Kindern viel Zeit in der Natur anstatt vor Fernseher und Smartphone verbringen und ihnen damit einen nachhaltigen Umgang mit Ressourcen näherbringen. ♻️

10 TIPPS, UM NACHHALTIGER ZU LEBEN

- mehr miteinander machen
- Licht abdrehen beim Verlassen des Raumes, weniger heizen, gut dämmen, Ökostrom wählen
- mehr mit Öffis und Rad fahren und zu Fuß gehen
- weniger Fleisch, mehr Hülsenfrüchte, Bio-Obst und -Gemüse
- sparsam und bewusst konsumieren
- Müll reduzieren
- Plastik möglichst verbannen
- Urlaub vor der Haustüre machen
- Gebrauchssachen teilen
- recyceln und upcyclen

ZWEI UND MEHR-Vorteilsbetriebe

Weitere Informationen finden Sie auf www.familienpass.steiermark.at



ÖKOPARK HARTBERG
www.oekopark.at
10 % ERMÄSSIGUNG
auf alle Eintritte



WALD DER SINNE
www.wald-der-sinne.com
10 % ERMÄSSIGUNG
auf den Eintritt



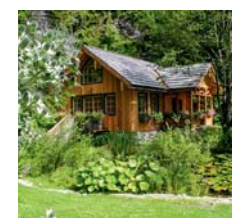
ÖKOPARK HOCHREITER
www.oekopark-almenland.at
10 % ERMÄSSIGUNG
für alle eingetragenen Personen



NATURERLEBNIS NATIONALPARK GESÄUSE
www.nationalpark.co.at
1,- € ERMÄSSIGUNG
auf alle Programme im Erlebniszentrum Weidendom



NATURERLEBNISPARK HOHENTAUERN
www.keltenberg.at
10 % ERMÄSSIGUNG
auf den Eintritt in die Fels- und Höhlenwelt



NATURERLEBNIS-ZENTRUM ALPENGARTEN BAD AUSSEE
www.neza.at
3,- € ERMÄSSIGUNG
auf die Familienkarte

BITTE BEACHTEN SIE: Die Ermäßigungen sind freiwillige Leistungen der Vorteilsbetriebe!

Mama, I Kind

Alleinerzieherin Jennifer mit Sohn Florian | Deutschfeistritz



Was macht ihr für Nachhaltigkeit und Klimaschutz?

Wir kaufen meistens Second Hand. Unser Badezimmer ist fast müllfrei. Wir benutzen wiederverwendbare Abschmink-Pads, Wattestäbchen, Shampoo, Stückseifen, Rasierhobel, Bambuszahnbürste, auffüllbares Zahnpulver und Periodenunterwäsche oder Menstruationstasse. Wir kaufen so viel wie möglich regional, saisonal und verpackungsfrei. Wir tauschen und borgen aus. Wir machen Mülltrennung und Upcycling. Vieles verwenden wir als Bastelmaterial wieder. Zum Putzen nehmen wir waschbare Utensilien sowie Natron und Essig statt Chemie.

Wobei fällt es in eurem Familienalltag noch schwer, Nachhaltigkeit umzusetzen?

Definitiv bei der Konsequenz und dabei, dem Angebot zu widerste-

hen – speziell, wenn man unter Zeitdruck ist. Ich möchte im Bad noch mehr reduzieren. Der Lebensmitteleinkauf ist nicht einfach, weil das verpackungsfreie Angebot oft schlecht ist und man extra fahren muss. Das ist mit Arbeit und Kind oft nicht vereinbar oder es erscheint sinnlos, extra weiter oder woanders hinzufahren. Für mich ist Lebensmittelverschwendung ein Problem. Es bleibt oft zu viel übrig und muss wegeschmissen werden, weil das Kind plötzlich den Geschmack verändert, phasenweise weniger isst oder ich (mal wieder) hungrig einkaufen war. Oft frage ich mich, ob das überhaupt was bringt, was ich tue, wenn so viele Menschen und Firmen oder Restaurants im Überfluss leben oder Müll ohne Ende produzieren.

Mama, Papa, I Kind

Deniz, Maximilian und Tochter Isabella | Graz



Was macht ihr für Nachhaltigkeit und Klimaschutz?

Wir kaufen Obst und Gemüse regional und saisonal – ein- bis zweimal wöchentlich am Bauernmarkt. Max braucht das Auto für die Arbeit. Dennoch versuchen wir, darauf zu verzichten, und fahren am Wochenende mit den Öffis und im Sommer zumindest in der Freizeit meist mit dem Rad. Wir trennen strikt unseren Müll und binden da auch schon Isabella ein. Sie versteht schon gut, wohin welcher Müll gehört. Wir versuchen, auf „Fast Fashion“ zu verzichten. Oft kaufen wir gebraucht und achten bei Elektrogeräten auf hohe Energieeffizienz.

Wobei fällt es in eurem Familienalltag noch schwer, Nachhaltigkeit umzusetzen?

Wir reisen sehr gerne. Hier fällt es uns noch schwer, den Nachhaltigkeits- und Klimaschutzgedanken voranzustellen

und beispielsweise auf Flugreisen ganz zu verzichten. Wir kaufen relativ viel online ein – besonders Kleidung und Spielzeug. Daran müssen wir arbeiten.

Wobei wünscht ihr euch Unterstützung von außen?

Wir wünschen uns günstigere Öffi-Tickets und einen weiteren Ausbau der Fahrradwege in Graz.

Was wünscht ihr euch für die Zukunft eurer Tochter?

Eine lebenswerte Welt. Deswegen versuchen wir, ihr einen gesunden und nachhaltigen Lebensstil vorzuleben und bei ihr schon früh ein Bewusstsein dafür zu schaffen. 🌱

Wobei wünschst du dir Unterstützung von außen?

Weniger Verpackung im Supermarkt, die Gesetze sollen sich ändern. Die Politik sollte Klimaschutz ernster nehmen und gewisse Verbote aussprechen und drastischere Maßnahmen in Kraft setzen, damit sich wirklich was ändert. Ich wünsche mir günstigere Öffi-Preise und mehr Angebot (speziell international bzw. überregional).

Was wünschst du dir für die Zukunft deines Kindes?

Ich wünsche mir, dass Klimaschutz für unsere Kinder normal ist und nicht wie Verzicht wirkt oder schwierig ist und dass die Politik einen größeren Teil dazu beiträgt (z. B. mehr Verpflichtungen für Großbetriebe), aber auch, dass Nachhaltigkeit ein größerer Bestandteil unseres Bildungssystems wird. 🌱



**Nachhaltig leben.
Die Challenge**
70 Dinge, die du konkret tun kannst,
um die Welt zu retten
Christoph Schulz, Carolina Graf

Wer am Klimawandel etwas ändern will, steht oft vor der Herausforderung, alte, festgefahrene Gewohnheiten zu verändern und neue zu etablieren. Damit wir diese Gewohnheiten mit Spaß und Leichtigkeit ändern, stellt das Buch 70 einfache Umweltschutz-Herausforderungen vor, die unterschiedlich viel Zeit in Anspruch nehmen und helfen, Nachhaltiges dauerhaft zu festigen. Für verschiedene Lebensbereiche finden sich hier passende Alltagsaufgaben: Checklisten zum Abhaken, Seiten zum Ausfüllen und ein persönliches Nachhaltigkeitskonto zum Punktesammeln.

mgvverlag | ca. 13,- €

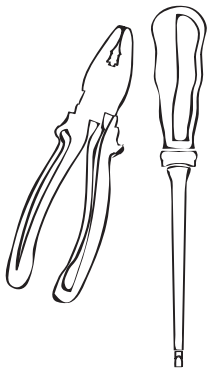
Fotos: beigeleitet (3), Adobe Stock, iStock by Getty



Sachen reparieren und wiederverwenden, statt sie einfach wegzuworfen, schont die Umwelt und unsere Ressourcen. Gleichzeitig macht es Spaß und ist gemeinsame Zeit.

VERWENDEN STATT VERSCHWENDEN

Statt immer gleich etwas Neues zu kaufen, kann man Gegenstände auch reparieren oder weitergeben. Das macht Spaß, spart Geld und schon die Umwelt.



Die zwölfjährige Suri steht vor ihrer Mutter. Sie möchte gerne einen Taschengeldzuschuss. Ihre Mutter Amrita fragt sie, wofür sie das Geld braucht. Ihre Tochter erklärt ihr, dass ihr Roller kaputt ist und sie einen neuen braucht. Als Amrita sie fragt, was denn kaputt ist, kann Suri es nicht genau erklären. Sie weiß nur, dass er „nicht geht“. Gemeinsam gehen sie zum Roller. Ihre Mutter schaut sich die Räder genauer an. Schnell findet sie heraus, dass sich zwischen Bremse und Rad ein kleines Holzstück so verkeilt hat, dass das Rad blockiert. Gemeinsam holen sie Werkzeug und schaffen es, das Holzstück zu entfernen. Der Roller läuft wieder tadellos. Amrita lächelt ihre Tochter an: „Siehst du, man muss nicht immer gleich alles wegwerfen, nur weil es gerade nicht funktioniert. Man kann es auch reparieren.“

Reparieren statt wegwerfen

Dinge, die nicht funktionieren, werden heute leider oft viel zu schnell weggeworfen. Anstatt zu schauen, ob man etwas reparieren kann, landet daher vieles gleich auf dem Müll. Obwohl es noch funktionieren könnte, ist es scheinbar nichts mehr wert. Für Unternehmen, die etwas verkaufen wollen, ist das sehr praktisch. Denn so verkaufen sie mehr.

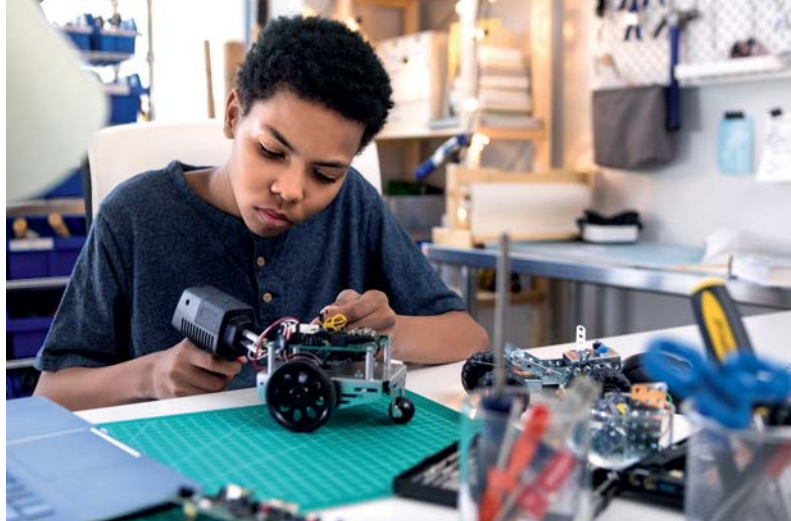
Deshalb erklären sie uns jeden Tag in der Werbung, dass es uns besser geht, wenn wir nur das Allerneueste kaufen. Für unsere Welt und uns ist das aber eine Katastrophe. Denn was passiert, wenn wir ständig alles neu kaufen und das Alte wegwerfen? Wir verwenden unendlich viel Arbeit, Energie und Rohstoffe für Sachen, die wir meistens gar nicht brauchen. Gleichzeitig kommen jene Sachen, die angeblich nichts mehr taugen, auf den Müll. Um den zu beseitigen, braucht es wieder Energie und Arbeit. Nicht nur das: Der Müll wird oft auf illegale Deponien – zum Beispiel in Afrika – verfrachtet, wo vor allem unser technischer Schrott Gesundheitsprobleme und Schäden an Tieren und Umwelt verursacht! Wenn wir eine lebenswerte Zukunft wollen, muss sich etwas ändern. Wir müssen Dinge wieder schätzen – und auch reparieren – lernen. Das kann gemeinsam Spaß machen. Es gibt z. B. Repair-Cafés. Dorthin kann man defekte Sachen wie Kaffeemaschinen, Handys, Lampen oder Textilien mitbringen. Die Veranstalter versuchen, einem dabei zu helfen, die Dinge zu reparieren. Während man zusammen versucht, das Problem zu lösen, gibt es auch noch Kaffee und Kuchen. Das macht Freude, ist gut für die sozialen Kontakte und hilft der Umwelt.

Schenke den Dingen ein zweites Leben

Dingen, die man selber nicht mehr behalten möchte, kann man ein zweites Leben schenken. Denn: Fast immer gibt es jemand anderen, der sich sehr darüber freut. So kann man Kleidung genauso wie Dinge oder Möbel, wenn man sie nicht mehr braucht, verkaufen, tauschen oder verschenken. Internetplattformen machen das heute leichter als je zuvor. Gerade für Eltern ist das für Gewand und Kindersachen praktisch. Wer Sachen lieber direkt verkauft, für den ist der Kindersachenflohmarkt in Graz, den das Kinderbüro jedes Jahr im Frühjahr und Herbst veranstaltet, genau richtig. MMag. Thomas Plautz, Geschäftsführer Kinderbüro: „Neben den positiven Auswirkungen auf die Umwelt stellen für viele Teilnehmenden auch die Kosten der Kindersachen im Alltag einen wichtigen Grund dar. Wenn man bedenkt, dass viele Spiele oder Gewand nur in einem sehr kurzen Altersabschnitt passen, ist die Weiterverwendung von sauberen, mitunter neuwertigen Sachen eine sehr sinnvolle und gute Sache. Gerade in einer Gesellschaft, die von Konsum und Wegwerfen getrieben scheint, in der aber gerade Strömungen wie „Reparieren“ und „Wiederverwenden“ immer mehr zum Trend werden, ist es wichtig, derartige Veranstaltungen niederschwellig und einfach abzuwickeln.“

Selbermachen macht kompetent!

Dass man aus alten Sachen auch nützliches Neues machen kann, zeigt das Projekt „Schrotty und Engy – Das Alt-Mach-Neu-Mobil“. Dabei bekommen Kinder die Möglichkeit, selbst anzupacken. Ernst Muhr, Geschäftsführer von Fratz Graz, erklärt, wie das geht: „Bei den Schrotty-und-Engy-Aktionen können die teilnehmenden Kinder mit diversen Altmaterialien und Altteilen „spielen“ und basteln und daraus Neues bauen. Das Ziel ist, Ressourcenschonung kreativ zu erlernen. Dabei stehen die Prinzipien der Nachhaltigkeit und des Umweltschutzes wie Upcycling, Müllvermeidung, erneuerbare Energien und soziales Engagement im gemeinsamen Tun im Mittelpunkt. Durch das Kennenlernen unterschiedlicher Materialien wie Glas, Papier, Holz, Kunststoff oder Textilien kommt es zur Bewusstseinsbildung für Ressourcenverbrauch, Energieverbrauch und nachhaltiges Einkaufen. Dinge und Materialien erfahren eine neue Wertschätzung.“ Die Kinder erproben in den Projekten praktisch, was es bedeutet, handwerklich zu arbeiten. Sie bekommen Einblicke in Mechanik und Elektronik. Das fördert auch ein Interesse für diese Themen. In den Projekten können auch Solarenergie, Wasserkraft und die eigene Muskelkraft genutzt werden. Sie lernen, welche Kraft und Technologie es braucht, um Fernseher, Handys oder kleine Elektromotoren zu betreiben. Das Schrotty-und-Engy-Mobil hat seine „Basisstation“ in Graz. Von hier aus können Parks, Turnsäle, Schulhöfe oder andere Plätze in der gesamten Steiermark angefahren werden. Ernst Muhr freut sich über Anfragen: „Bei Interesse können sich Schulen, Jugendzentren und Gemeinden gerne bei Fratz Graz melden.“ Und auch Eltern können das Projekt mit Materialspenden und ihrem Know-how unterstützen, so Muhr: „Gerne sind Eltern dazu eingeladen, bei den einzelnen Aktionen hilfreich zur Seite zu stehen und sich zu beteiligen.“ ●



Aus Altem kann mit ein paar Ideen, etwas Geschick und Spaß Neues, Einzigartiges oder vielleicht sogar Besseres entstehen.



Bei Schrotty und Engy lernen Kinder praktisch, aus Altem nützliches Neues zu machen.

Link-Tipps:

NACHHALTIG IN GRAZ
www.nachhaltig-in-graz.at

REPAIR-CAFÉ IN GRAZ
www.repaircafe-graz.at

Sachspenden abgeben
(Kleidercontainer, ReUse-Sammelinseln, Carla-Shops)
www.caritas-steiermark.at

Verkaufen und Verschenken im Internet
www.willhaben.at

Kinder-Sachen-Flohmarkt
kinderbuero.at/news/aktuelle-termine/

SCHROTTY UND ENGY –
Das Alt-Mach-Neu-Mobil
www.fratz-graz.at

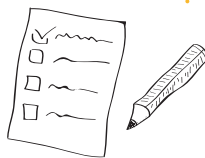
VERSCHENKE-LÄDEN:
KOSTNIX-LADEN IM LOGO
Karmeliterplatz 2, 8010 Graz

NACHHALTIG IN GRAZ
Leonhardstraße 38, 8010 Graz

KOSTNIX-LADEN EGGENLEND
Alte Poststraße 118, 8020 Graz

KOSTNIX-LADEN HART
Pachern Hauptstraße 88, 8075 Hart bei Graz

OFFENE BÜCHERREGALE
[nachhaltig-in-graz.at/listen/
offene-buecherregale-in-graz-graz-umgebung/](http://nachhaltig-in-graz.at/listen/offene-buecherregale-in-graz-graz-umgebung/)



Fotos: beige stellt (3), iStock by Getty (1)

EXPERTINNEN-MEINUNG



Beatrix Altendorfer,
Gründerin der Plattform und App „Nachhaltig
in Graz“ und eines KostNixLadens in Graz

Beatrix Altendorfer ist Mutter von zwei Söhnen und gründete 2017 gemeinsam mit Andrea Breithuber die Plattform www.nachhaltig-in-graz.at. Sie widmet sich seitdem engagiert der Verbreitung eines nachhaltigen Lebensstils.

Wie kamen Sie auf die Idee, die Plattform „Nachhaltig in Graz“ zu gründen?

2015/16 wurde ich im Umweltbereich immer aktiver und bemerkte, dass es zu schwierig war, zu den nötigen Informationen für ein umweltbewusstes Leben zu kommen. Menschen, die viel arbeiten und Familie haben, haben nicht viel Zeit, lange nach Reparaturmöglichkeiten, Milchautomaten oder anderen nachhaltigen Optionen zu suchen. Im Herbst 2016 startete ich zunächst mit einer Facebook-Gruppe. Daraus wurde ein paar Monate später die Plattform „Nachhaltig in Graz“. Ganz besonders wichtig sind hier auch die Termine: Es gibt so viele Veranstaltungen, die den Horizont erweitern und ungemein inspirieren. Diese zu besuchen kann das eigene Leben und auch das Leben anderer Menschen verändern.

Was für eine Rolle spielt Sharing in einer nachhaltigen Gesellschaft?

Durch Sharing (also Tauschen und Teilen von Gütern, die wir nicht mehr oder nicht dauernd benötigen) kann jede oder jeder von uns einen sehr einfachen Beitrag zur Ressourcenschonung leisten. Wenn wir einerseits brauchbare, aber nicht mehr benötigte Dinge nicht wegschmeißen, sondern wieder in den Umlauf bringen, und

andererseits nichts Neues kaufen, sondern etwas bereits Bestehendes nehmen, muss nichts extra für uns produziert werden. Das spart Energie, Ressourcen, CO₂-Ausstoß und Geld.

Wie kann man das leicht umsetzen?

Das einfachste Sharing-Beispiel ist die Weitergabe von nicht mehr benötigten Dingen wie Büchern über offene Bücherregale, sonstigen Dingen über Verschenkgale und -läden oder Kleidertauschaktionen. Auch zwischen Nachbarn kann man sich Dinge teilen, die man nicht so oft braucht, wie Rasenmäher oder Bohrmaschinen. Überschüssige Lebensmittel weitergeben, Gemeinschaftsgärten, sich ein Auto zu teilen sind weitere Sharing-Angebote, die man in jeder Gemeinde installieren kann.

Wie hängen Nachhaltigkeit und Gesellschaft zusammen?

Meines Erachtens muss sich die Gesellschaft neu entwickeln, um wirklich nachhaltige Veränderung zu erzielen. Dazu zählt für mich wieder ein Weniger an Arbeit, an Stress, an oberflächlichem Konsum, an Fernreisen – und ein Mehr an Tauschen und Teilen, Reparieren, Selbermachen, an guter regionaler Nahrung, Engagement, Vernetzen und echtem Miteinander. Man spürt, dass wir schon auf dem Weg sind. Wir bekommen laufend viele Anfragen von Menschen, die sich engagieren möchten. Ich bin überzeugt, dass wir durch die Klimakrise erstens zu wirksamen Lösungen kommen könnten und sich zweitens auch unser soziales Zusammenleben verändern und verbessern wird.

Fördert nachhaltiges Leben den sozialen Zusammenhalt?

Definitiv! Es muss uns klar sein, dass unser Tun Auswirkungen hat und wir auch Verantwortung – für künftige Generationen und andere Länder – haben. Jene, die am wenigsten zum Klimawandel beitragen, werden am massivsten darunter leiden. Daher heißt es, mehr zusammenzurücken, sowohl global als auch im kleineren

Kreis. Ein nachhaltiges Leben führt auf alle Fälle wieder zu mehr persönlichem Kontakt und direktem Austausch: Interessiere ich mich dafür, dass der Bauer genug für den (für mich wichtigen) regionalen Bio-Anbau bekommt? Gebe ich Dinge gerne weiter, weil es mir Freude bereitet, zu sehen, wie sich andere freuen? Nachhaltiges Leben stärkt auch wieder das Vertrauen ineinander. Ein gutes Leben für alle soll das Ziel sein und jeder von uns trägt nach seinen Möglichkeiten bei. Auch merkt man ganz stark die wachsende Bewegung. Den Menschen reicht es, dass nichts oder zu wenig geschieht. Sie vernetzen sich, ziehen an einem Strang und wünschen sich ein sinnvolles Zusammenleben. Manche reduzieren extra ihre Arbeitszeit, um die frei werdende Zeit in die Dienste der Allgemeinheit zu stellen und Überzeugungsarbeit zu leisten.



Die Kultur der Reparatur

Wolfgang M. Heckl

Kaum ist das Display des Smartphones zersprungen, wird schnell ein neues gekauft und das alte entsorgt. Dieser Wegwerfkultur müssen wir entgegenwirken: Indem wir wieder lernen, Kaputtes selbst zu reparieren. Wolfgang M. Heckl, Generaldirektor des Deutschen Museums in München, setzt sich an die Spitze der Do-it-yourself-Bewegung und zeigt, dass Tüfteln nicht nur die Umwelt schont, sondern auch sehr viel Spaß macht!

Goldmann Verlag | ca. 9,30 €

ESSEN MIT VERANTWORTUNG

Klimaschutz und die eigene Gesundheit fangen in unserer Küche an. Wer sich an ein paar einfache Grundregeln hält, trägt etwas zur Nachhaltigkeit bei und isst gleichzeitig günstig und gesund.

Wenn wir von Essen und vor allem von gesundem Essen sprechen, dann geht es heute um mehr als nur um Ausgewogenheit. Bei einer Weltbevölkerung von mittlerweile rund 7,8 Milliarden Menschen geht es auch um unseren Planeten und seine Ressourcen. Schließlich ist unser Platz begrenzt – und damit auch die Nahrungsmittelproduktion. Während im industriereichen Amerika oder Europa ein Nahrungsüberangebot herrscht, gibt es in ärmeren Regionen nach wie vor nicht genug Grundnahrungsmittel. Gleichzeitig wirft jeder von uns pro Jahr etwa 19 Kilo Lebensmittel weg! Das alles geht auf Kosten unserer Umwelt.

Essen für eine Welt

Egal, ob in Europa, in Afrika oder anderswo: Wir alle brauchen Nahrungsmittel, um zu leben und zu überleben. Es ist wichtig, verantwortungsbewusst mit ihnen umzugehen, auch wenn wir über unterschiedliche Möglichkeiten verfügen. Viele Menschen können mitbestimmen, wie sich ihre Einkäufe auf uns und unseren Planeten auswirken. Um sich klimafreundlich zu ernähren, braucht es gar nicht viel: Die Nahrungsmittel, die man kauft, sollten regional und saisonal sein. Das ist gesund und hilft unserer Umwelt. So hat zum Beispiel der Apfel aus der Steiermark einen wesentlich kürzeren Produktionsweg als die Kiwi aus Übersee. Das bedeutet viel weniger Energieaufwand und ist umweltfreundlicher. Saisonale Lebensmittel sind zudem gesünder.



Wer den Weg zum (Super-)Markt zu Fuß oder mit dem Rad zurücklegt sowie Regionales und Saisonales kauft, tut nicht nur der Umwelt etwas Gutes, sondern auch sich selbst.

Sie besitzen genau jene Vitamine und Mineralstoffe, die in der jeweiligen Jahreszeit gut und nötig für unseren Körper sind. Gleichzeitig erhalten unsere hier produzierten und gekauften Lebensmittel unsere Arbeitsplätze und Kulturlandschaft. Sie sind damit ein direkter nachhaltiger Beitrag. Umweltschonend heißt aber auch „Klasse statt Masse“ zu kaufen; also weniger Fleisch, Milch und Eier, aber dafür in Bioqualität. Das ist gesünder. Denn laut der steirischen Ernährungspyramide

sollten für eine optimale Ernährung Fleisch, Wurst und Eier höchstens dreimal wöchentlich am Speiseplan stehen. Die steirische Ernährungspyramide zeigt ein gesundes Mengenverhältnis für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung. Dazu gehören auch Polenta, Käferbohnen, Bauernbrot sowie Obst und Gemüse, wenn sie Saison haben. Mehr Info unter: <http://www.gemeinsam-genießen.at/> Überhaupt sollte man „unverarbeitete“ Lebensmittel bevorzugen, denn

Mikrowellen-Essen und Fertigprodukte haben keine gute Energiebilanz. Sie sind derart stark verarbeitet, dass sie weder unserer Gesundheit noch unserer Umwelt gut bekommen.

Bio für ein gesundes Aufwachsen

Das gesunde, verantwortungsbewusste Essen auch für große Gruppen möglich ist, zeigt das neue Projekt „Bioküche“ in den Jugend(sport)häusern der A6 Fachabteilung für Gesellschaft des Landes Steiermark. Die fünf Jugend(sport)häuser in Schladming, Arnfels und Graz ermöglichen Kindern und Jugendlichen, die nicht an den

Ausbildungsorten wohnen, die gewünschte Ausbildung zu machen. Im Rahmen dieser Betreuung und Begleitung sind sie auch für die Verpflegung der Jugendlichen verantwortlich. Das im November 2019 gestartete Projekt „Bioküche“, das auch vom Gesundheitsfonds fachlich begleitet wird, hat dabei das Ziel, die Jugendlichen einerseits durch gesunde Ernährung bestmöglich bei ihrer Ausbildung – auch im Sportbereich – zu begleiten und ihnen andererseits ebenso das Bewusstsein für ein gesundes Ernährungsverhalten zu vermitteln. ●



Veganes Gulasch Szegediner Art

30 Min. Zubereitung

3 Zwiebeln, 3 Karotten, 1 EL Paprika (edelsüß), 1/2 TL Chilipulver, 2 EL Tomatenmark, 250 g passierte Tomaten, 2 EL Obst- oder Rotweinessig, Pfeffer, 3 EL Sojasauce, 125 ml Wasser, 400 g Sauerkraut, 500 g Seitan (beliebter Fleischersatz), Rapsöl, Salz

Zwiebeln und Karotten schälen und in feine Scheiben schneiden. Mit etwas Öl in einem großen Topf andünsten.

Paprika- und Chilipulver, Tomatenmark, passierte Tomaten, Essig, Sojasauce und Wasser dazugeben. Das Sauerkraut aufllockern und unter das Gemüse mischen.

Seitan in Würfel schneiden und in heißem Öl anbraten. Mit dem Gemüse mischen und mit Salz, Pfeffer und Sojasauce abschmecken. Ca. 10 Minuten köcheln lassen und evtl. noch etwas Wasser dazugeben.

Tipp: Seitan wird aus Weizeneiweiß (Gluten) hergestellt. Es schmeckt auch eingelegt und kann eingefroren werden.



Rote-Rüben-Suppe mit Champignons

25 Min. Zubereitung

400 g Rote Rüben, 400 ml Gemüsebrühe, 1 Lorbeerblatt, 1 TL frischer Majoran, Salz, Pfeffer, 1 kleine Zwiebel, 2 EL Rapsöl, 200 g frische Champignons, 1 EL Semmelbrösel (vegan), frischer Rosmarin

Die Roten Rüben waschen, schälen, klein schneiden und mit der Gemüsebrühe und einem Lorbeerblatt in einen Topf geben. Aufkochen lassen und zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln, bis die Roten Rüben weich sind. Lorbeerblatt herausnehmen, die Suppe mit einem Stabmixer fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Zwiebel schälen und fein hacken. Champignons putzen und in kleine Stücke schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Champignons und den grob gehackten frischen Majoran dazugeben. Die Champignons garen, bis die austretende Flüssigkeit verdampft ist.

Vom Herd nehmen, Semmelbrösel unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rote-Rüben-Suppe mit den Champignons und frischem Rosmarin servieren.

Fotos: Istock by Getty (1), beigestellt (3), Meike Bergmann & Judith Keller/Klimakochbuch (2) KOSMOS Verlag

Das Klimakochbuch

Klimafreundlich einkaufen, kochen und genießen

Boris Demrovski, Christian Noll

Kochen für den Klimaschutz – ganz einfach und einfach nötig. Wie das genussvoll mit weniger Fleisch- und Milchprodukten, mit saisonalem Obst und Gemüse gelingt, zeigen 55 Rezepte mit vielen vegetarischen und veganen Varianten und wertvolle Tipps für mehr Nachhaltigkeit.

Kosmos Verlag | ca. 17,50 €





Frühlings-Malfati

Ein Rezept der steirischen Köchin Corinna Rennhofer aus dem Waisenegger „Traditionswirtshaus Gallbrunner“

Malfati – frühlingshaftes Durcheinander

500 g Speisetopfen, 5 Eier, 2 EL Maizena,

250 g passierter Bärlauch/Spinat,

fein geschnittene Kräuter wie Rosmarin, Oregano, Ysop, Liebstöckel, Salbei (nach Belieben),

ca. 500 g Weizenmehl, Olivenöl zum Anbraten,

Rohschinken und Bergkäse (nach Belieben),

Blüten, Kräuter

Alle Zutaten außer Rohschinken und Bergkäse in eine Schüssel geben und zu einem glatten, festen Teig verkneten. In der Zwischenzeit Salzwasser zum Kochen bringen.

Mit einem Löffel kleine Nockerl aus dem Teig formen, in das kochende Wasser geben und ca. 15 Minuten leicht kochen lassen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die fertig gekochten Malfati mit Rohschinken und Bergkäse knusprig anbraten. Noch etwas Bergkäse über das fertige Gericht reiben und mit Blüten und Kräutern bestreuen.



Erdäpfel-Spinat-Bratlinge

Ein veganes Rezept des steirischen Kochs Michael Kramer

800 g Früherdäpfel, 500 g Spinat oder Mangold,

2 TL Garam Masala (indische Gewürzmischung),

1 TL Kreuzkümmelsamen, 1 TL gemahlener Koriander,

2 TL Kurkuma (Gelbwurz), 2 getrocknete, zerbröselte Chilis,

1–2 EL Zitronen- oder Limettensaft,

3–5 EL Kichererbsenmehl, Salz, Öl

Spinat oder Mangold waschen, die größeren Stiele entfernen, die Blätter blanchieren, anschließend gut abtropfen lassen, das Restwasser herausdrücken und die Blätter fein zerhacken.

Die Erdäpfel kochen und abschrecken. Danach in eine große Schüssel geben und mit Gewürzen, Zitronensaft, Kichererbsenmehl und Spinat oder Mangold gründlich mischen – dazu eine Gabel oder einen Stampfer nehmen.

Aus der Erdäpfelmischung acht flache Laibchen mit etwa 2,5 cm Dicke formen. In einer Bratpfanne etwas Öl auf mittlere Temperatur erhitzen und die Laibchen von jeder Seite etwa fünf bis acht Minuten anbraten.

Tipp: Wenn eine Seite goldbraun gebraten ist, die Laibchen vorsichtig umdrehen, um die Kruste nicht zu beschädigen. Dazu passen sehr gut Grillgemüse und Kräuterdip.

Online-Tipp: Das Klimakochbuch des Landes Steiermark

Klimafreundlich kochen leicht gemacht

Hier findet man online nicht nur viel Wissenswertes rund um den Klimaschutz, sondern auch saisonal sortierte Rezepte plus einen Saisonkalender für Lebensmittel. Begeisterte Hobbyköchinnen und -köche können auch eigene Rezepte einreichen.

www.klimakochbuch.at

Frühlingssalat mit Löwenzahn

1 Handvoll geputzter, junger Löwenzahn

1 Handvoll Rucola, 1 Handvoll Eichblattsalat

Für die Vinaigrette (Dressing):

2 Eier, Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle,

½ TL Akazienhonig, 3 EL Maiskeimöl,

1 kleine Schalotte, geschält und klein geschnitten,

½ Knoblauchzehe, geschält und klein gehackt,

1 TL fein geschnittener Schnittlauch

Nach Belieben:

frische Blüten wie Kapuzinerkresse

Eier ca. 10 Minuten hart kochen, schälen und hacken. Salate putzen, waschen, trocken schleudern. In kleinere Stücke zerteilen.

Für die Vinaigrette Essig, Gewürze, Honig, Schalotte und Knoblauch verrühren, zum Schluss Öl und Schnittlauch gut einrühren, abschmecken. Salat mit der Vinaigrette marinieren, in Schüsseln anrichten, mit gehackten Eiern und eventuell auch Blüten bestreuen.

Variante Wildkräutersalat: wild gesammelte Vogelmiere, Gundelrebe, Spitzwegerich oder Giersch statt Rucola und Eichblattsalat verwenden.

Tipp: Löwenzahn (regional auch Röhrsalat genannt) schmeckt leicht bitter und verträgt eine kräftige Vinaigrette (Dressing).



Polentaknöderl mit Kerbelfülle

Für die Knöderl:

ca. 1 TL Salz, 1 gute Prise Muskatnuss, 120 g Butter,

130 g feiner Polentagrieß, 2 Eier, 2 versprudelte Eier,

1 Handvoll gezupfter Kerbel, grob gehackt,

1 Handvoll griffiges Mehl, Pflanzenöl zum Backen,

1 Handvoll feiner Polentagrieß zum Panieren

Für die Sauce:

4 EL Sauerrahm, Salz, 1 Spritzer Zitronensaft, Kerbel,

2 Stangen Sellerie, Fäden abgezogen und klein geschnitten

Milch mit Salz, Muskatnuss und Butter aufkochen. 130 g Polentagrieß einlaufen lassen. Unter ständigem Rühren mit einem Kochlöffel bei kleiner Flamme kochen lassen, bis sich die Masse vom Geschirr löst (wie bei Brandteig).

Vom Herd nehmen, kurz überkühlen lassen. Eier einrühren. Masse im Kühlschrank ca. 1 Stunde anziehen lassen.

Teig mit einem Löffel in Stücke für ca. 12–16 Knöderl portionieren. Teigstücke flach drücken, Kerbel jeweils in die Mitte geben. Teig zusammenschlagen, zu kleinen Knöderln drehen. In Mehl, Ei und Polentagrieß panieren.

In heißem Pflanzenöl schwimmend bei ca. 170 Grad in ca. 5–6 Minuten langsam goldgelb knusprig backen. Auf Küchenrolle gut abtropfen lassen.

Für die Sauce Sauerrahm mit Salz und Zitronensaft verrühren, abschmecken. Auf Tellern verteilen, Stangensellerie darüberstreuen. Knöderl daraufsetzen, mit Kerbel garnieren.

Österreich vegetarisch

Katharina Seiser, Meinrad Neukirchner,
Thomas Apolt

Knödel, Strudel, Gemüsegerichte, Tascherl, Nockerl, Hülsenfrüchte, Erdäpfel, Schwammerl, Polenta, Salate, Suppen, Kompott, Mehlspeisen und mehr: Es ist erstaunlich, wie viele bewährte einfache, aber auch raffinierte Rezepte dieses Buch zu bieten hat. Richtig gut für alle Tage!

Brandstätter Verlag | ca. 34,90 €



UMWELTSCHUTZ IN DER FAMILIE UMSETZEN

Nachhaltigkeit und Umweltschutz betreffen uns alle, denn es geht um den Erhalt unseres Lebensraums. Die Aufgabe von Eltern ist es, ihren Kindern die Weichen für eine gute Zukunft zu stellen. Das bedeutet aber nicht nur eine gute Schulbildung, sondern auch, dass wir ihnen eine lebenswerte Erde hinterlassen. Dieser Verantwortung müssen wir uns stellen. Sonst werden unsere Kinder in 20 Jahren fragen: „Warum habt ihr nicht gehandelt?“

Herausforderungen meistern

Zwischen Schule, Haushalt und Arbeit ist der Familienalltag mitunter herausfordernd. Da bleibt oft wenig Zeit und Energie für neue und nachhaltigere Gewohnheiten. Viele Eltern würden gerne weniger mit dem Auto fahren, weniger Fertigprodukte kaufen oder weniger Plastikmüll verursachen. Doch oft fehlt es an der Zeit oder an ersten Ideen, wie das gelingen kann. In meinen Veranstaltungen zeige ich vor allem, dass es geht. Meine Familie besteht aus sechs Personen. Zusammen kommen wir mit eineinhalb gelben Säcken aus – in einem Jahr! Das erstaunt viele. Ich habe keine fertigen Lösungen für Eltern, aber viele Vorschläge, die sich umsetzen lassen. Zeigen möchte ich, dass ein (fast) müllfreies Familienleben Spaß macht und man dabei ganz normal leben kann. Oft braucht es nur diesen kleinen Ansporn, damit Eltern selbst aktiv werden und schrittweise neue Gewohnheiten einführen. Die



schönste Bestätigung ist für mich, wenn ich später die Rückmeldung erhalte: „Wir haben schon so viel umgestellt.“

Nachhaltigkeit ist Trend

Es ist heute recht einfach, Kinder für Nachhaltigkeit zu begeistern. Spätestens seit dem Beginn der Fridays-For-Future-Bewegung wird auch im Unterricht immer mehr darüber gesprochen. Die Kinder wissen bereits viel. Außerdem ist das Thema „angesagt“. Es ist also niemand AußenseiterIn, wenn die Lause in Bienenwachstuch eingepackt ist. Für mich stellt sich da die Frage, wie wir erwachsenen Personen einen guten Zugang zur Nachhaltigkeit vermitteln können. Immer wieder bin ich erstaunt, wie viel Neugier und Verständnis bereits Volksschulkinder mitbringen. Wir Erwachsenen werden oft von unseren Schranken im Kopf daran gehindert, Gewohnheiten aufzugeben. Wenn sich Eltern von der Begeisterung ihrer Kinder anstecken lassen, wird der Haushalt sehr schnell viel plastikfreier und nachhaltiger. Eltern berichten mir immer wieder, dass ihre Kinder sie kritisieren, wenn sie Lebensmittel in Plastikverpackung kaufen. Ich bin überzeugt, dass der Wandel zu einer nachhaltigeren Gesellschaft vor allem von den Jungen vorangetrieben wird.

Zero Waste ausprobieren

Zero Waste heißt „Null Müll“ und „Null Verschwendung“. Es geht darum, Schritt für Schritt nachhaltiger zu



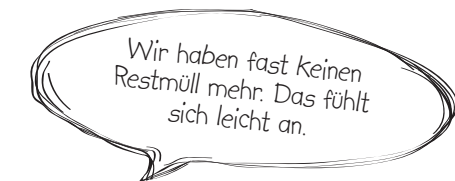
Unverpackte Lebensmittel kaufen, plastikfrei haushalten, reparieren statt wegwerfen, nichts verschwenden – auch dafür stehen Zero Waste und „vision müllfrei“.

konsumieren. Aber niemand muss perfekt werden. Jede Familie kann beim Lebensmittelkauf beginnen und zu Grundnahrungsmitteln aus der Region greifen. Wegwerfprodukte wie Küchenrolle, Tiefkühlsackerl oder Alufolie lassen sich durch Mehrwegprodukte ersetzen, die später nicht im Müll landen. Im Badezimmer ist Stückseife statt Duschgel ein erster Schritt. Zero Waste ist eine spannende Entdeckungsreise, bei der allmählich immer weniger Abfall anfällt. ●

Evelyn Rath, Bakk. phil.

ist verheiratet und Mutter von vier Kindern. 2018 hat sie ihre Firma „vision müllfrei“ gegründet. Sie ist Zero-Waste-Trainerin und Vortragsrednerin sowie Vorstandsmitglied von Zero Waste Austria.

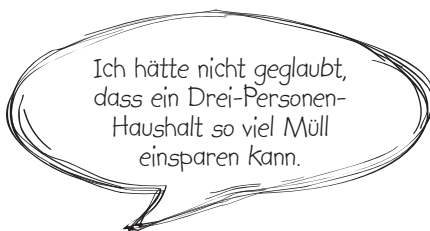
www.visionmuellfrei.at
www.zerowasteaustria.at



Mama eines Pflegesohnes



Amrei, Mama zweier Kinder



Mario, Papa einer Tochter

Fotos: iStock by Getty (1), beige stellt (1)

ZWEI UND MEHR- Elternbildungsveranstaltungen

BRUCK-MÜRZZUSCHLAG

22. März 2020, 18 Uhr
„Grenzen setzen“
Kindern Wurzeln und Flügel geben
Eltern-Kind-Zentrum Mürztal,
Stelzhamerstraße 5/1, 8662 St. Barbara im Mürztal

DEUTSCHLANDSBERG

Datum und Uhrzeit werden noch bekannt gegeben
„Ich bin ich – und das ist gut so!“
Selbstwertstärkung von Kindern und Jugendlichen
Eltern-Kind-Zentrum Deutschlandsberg,
Norbert-Ehrlich-Siedlung 111, 8530 Deutschlandsberg

GRAZ

22. April 2020, 18:30 Uhr
„Keine Angst vor Kindertränen“
Ein guter Umgang mit Gefühlen
Karmeliterplatz 2, 8010 Graz

27. Mai 2020, 18:30 Uhr
„Mama schaut auf sich!“
Selbstsorge im Familienalltag
Karmeliterplatz 2, 8010 Graz

HARTBERG-FÜRSTENFELD

02. April 2020, 19:00 Uhr
„Loslassen und Dranbleiben“
Jugendliche in der Pubertät
5,- € oder gratis mit dem ZWEI UND MEHR-Steirischen Familienpass
Informationen: ebz.bhhf@stmk.gv.at
EBZ Hartberg-Fürstenfeld in Kooperation mit dem Elternverein Vorau,
Mehrzwecksaal der NMS Vorau, 8250 Vorau 310

09. April 2020, 09:30 Uhr
„Gut begleitet“
Vom Wurzeln-Geben und Loslassen-Können
Eltern-Kind-Zentrum Fürstenfeld,
Burgenlandstraße 15, 8280 Fürstenfeld

LEIBNITZ

20. April 2020, 19:30 Uhr
„Generation digital“
Facebook, WhatsApp und Co. im Kinderzimmer
Familienzentrum Leibnitz,
Marburger Straße 11/1. OG, 8430 Leibnitz

LIEZEN

14. Mai 2020, 18:30 Uhr
„Vom Kindergarten in die Volksschule“
Den Übergang gut begleiten
Vortragssaal des Bundesschulzentrums
Dr.-Karl-Renner-Ring 40, 8940 Liezen

MURAU/MURTAL

30. April 2020, 18:30 Uhr
„Ab in den Süden“
Reisen mit Kindern und Kindersicherheit
Eltern-Kind-Zentrum Aichfeld,
Goldregenstraße 18, 8723 Kobenz

SÜDOSTSTEIERMARK

30. März 2020, 19:00 Uhr
„Keep cool“
Gelassenheit üben als Eltern
Eltern-Kind-Zentrum Radkersburg,
Weixelbaum 51, 8483 Deutsch Goritz

VOITSBERG

27. April 2020, 18:30 Uhr
„Zero Waste Kids“
Wie der Alltag mit Kindern möglichst müllfrei gelingen kann
Eltern-Kind-Zentrum Voitsberg,
Conrad-von-Hötzendorf-Straße 25, 8570 Voitsberg

WEIZ

25. März 2020, 19:30 Uhr
„Ich bin ich – und das ist gut so!“
Selbstwertstärkung von Kindern und Jugendlichen
Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf,
Dr.-Hermann-Hornung-Gasse 31, 8200 Gleisdorf

26. März 2020, 18:30 Uhr
„Kinder fürs Leben stärken“
Lebenskompetenzförderung im Kindesalter als Maßnahme der Suchtvorbeugung
Eltern-Kind-Zentrum Weiz,
Resselgasse 6, 8160 Weiz

ZWEI UND MEHR- Familien- & KinderInfo on Tour – Wir machen mobil!

Wir sind für Sie auch mobil unterwegs. Sie haben die Möglichkeit, vor Ort einen Steirischen Familienpass zu beantragen oder Daten ändern zu lassen bzw. sich im Rahmen der ZWEI UND MEHR-Familien- & KinderInfo über Angebote und Serviceleistungen für steirische Familien zu informieren.

Kommen Sie vorbei! Besuchen Sie uns!

27. März, 24. April, 29. Mai, 19. Juni 2020
Murpark Shopping Center GmbH,
Ostbahnstraße 3, 8041 Graz
beim Eingang zum Interspar vor der Rolltreppe, jeweils ab 09:00 Uhr

27. Juni 2020, 12:00 Uhr
Rotes Kreuz, Ortsstelle Bruck an der Mur,
Tragöberstraße 9, 8600 Bruck an der Mur

30. April bis 04. Mai 2020, 10:00 Uhr
Der Stand der Familien- & KinderInfo auf der Grazer Frühjahrsmesse ist in Halle A/Obergeschoß



VERANSTALTUNGEN März 2020– Juni 2020



*Kostenlose Veranstaltungen
Anmeldungen online unter
www.elterntreff.steiermark.at

Mit Vorlage des ZWEI UND MEHR-Steirischen Familienpasses erhalten Sie mit dem Elternbildungsgutschein **Ermäßigungen für diese Veranstaltungen.
Weitere Veranstaltungen im Weiterbildungsnavi unter:
www.eb-stmk.at

Mehr Termine und mobile Einsätze auch unter:
www.zweiuundmehr.steiermark.at
Änderungen vorbehalten.

JETZT NEU

Der Familienalltag ist nicht immer einfach. Sollten die Sorgen einmal zu groß werden, kommen Sie in die **ZWEI UND MEHR-Familien- & KinderInfo am Grazer Karmeliterplatz**. Ab sofort beraten wir dort jeden zweiten **Dienstag** im Monat von 13 bis 16 Uhr **anonym, kostenfrei und ohne Anmeldung!**

Sie möchten sich in gemütlicher Atmosphäre mit anderen Eltern zu gewissen Themen austauschen? Und Ihr Kind dabei gut betreut wissen? Dann freuen wir uns, Sie 1 x im Monat in der **ZWEI UND MEHR-Familien- & KinderInfo** zur kostenfreien Elterntreff-Runde zu begrüßen. Während Sie sich Tipps und Informationen rund um den Familienalltag holen, wird Ihr Kind nach Anmeldung professionell betreut. Kostenfreier Dolmetsch wird nach Anmeldung auch angeboten.

Infos: +43 316 877-2222 oder familie@stmk.gv.at

Ermäßigter Eintritt mit dem ZWEI UND MEHR-Steirischen Familienpass

Sich für eine klimagerechte Zukunft im Rahmen einer Schulveranstaltung oder einer schulbezogenen Veranstaltung einzusetzen, beweist Demokratieverständnis, Verantwortungsbewusstsein, Tatendrang, Mut, Zuversicht sowie Interesse an Nachhaltigkeit und mehr.



RECHT EINFACH GEMACHT FRIDAYS FOR FUTURE

Das Recht auf freie Meinungsäußerung und mehr Wissenswertes über das Spannungsfeld zwischen Klimastreik und Schulpflicht.

Fridays For Future ist eine selbstorganisierte, parteiunabhängige, gewaltfreie Bewegung, die von der Jugend ausgeht und alle Menschen anspricht. Ein junges Mädchen aus Schweden namens Greta Thunberg hat damit begonnen, sich durch freitägliche Schulstreiks für Klimaschutzmaßnahmen einzusetzen. Aus dem Engagement einer jugendlichen Klimaaktivistin ist mittlerweile eine globale soziale Bewegung geworden. Seit Monaten gehen junge Menschen freitags als Teil der Fridays-For-Future-Bewegung auf die Straße. Anstelle in die Schule zu gehen, protestieren sie gegen den Klimawandel und demonstrieren für die Einhaltung des Pariser

Klimaabkommens und weltweite Klimagerechtigkeit. Aber wie ist die Forderung nach mehr Mitsprache und die Handlungsaufforderung an Politik und Gesellschaft rechtlich zu sehen?

Meinungsfreiheit

Es stellt ein wertvolles Recht in unserem Land dar, seine Meinung sagen zu dürfen und nicht dafür bestraft zu werden. Die Meinungs- und Versammlungsfreiheit ist eine der wichtigsten demokratischen Errungenschaften. In Österreich ist die Meinungsfreiheit in der Verfassung verankert. Sie ist auch wichtiger Teil der – von Österreich unterzeichneten – Europäischen Menschenrechtskonvention. Es ist erlaubt,

frei und öffentlich zu sagen, was man denkt, und sich mit anderen zusammenzutun, um die eigene Meinung vielen anderen Menschen mitzuteilen.

Meinungsfreiheit bedeutet aber auch, selbstbestimmt nach den eigenen Ansichten handeln zu dürfen. In Österreich darf jede und jeder so leben, wie sie oder er möchte. Dabei gibt es eine Einschränkung: Durch das eigene Verhalten darf keine andere Person einen Schaden erleiden. Die Meinungsfreiheit ist die Grundlage, auf der weitere Grundrechte aufgebaut sind.

Streik und Schulpflicht

Wie verträgt sich nun aber die Meinungsfreiheit mit der Schulpflicht? Dürfen SchülerInnen auf die Straße

gehen und dem Unterricht einfach so fernbleiben?

Im Schulunterrichtsgesetz und Schulpflichtgesetz ist geregelt, dass SchülerInnen verpflichtet sind, den Unterricht während der vorgeschriebenen Schulzeit regelmäßig und pünktlich zu besuchen. Das Fernbleiben zum Zweck einer Demonstration ist keine gerechtfertigte Verhinderung. Ein eigenmächtiges Fernbleiben ist somit schulrechtlich nicht zulässig.

Auch das Bundesverwaltungsgericht hat sich mit dieser Frage befasst. Es entschied, dass das Erteilen der Erlaubnis zum Fernbleiben vom Unterricht zum Zweck der Teilnahme an einer Demonstration nicht zulässig ist.

Während der Schulzeit zu streiken stellt somit eine Schulpflichtverletzung dar. Und wer wiederholt unentschuldig dem Unterricht fernbleibt, muss mit Sanktionen rechnen.

Schulveranstaltungen und schulbezogene Veranstaltungen

Gemäß dem Schulorganisationsgesetz zählt es zur Aufgabe der österreichischen Schulen, junge Menschen zu verantwortungsbewussten Mitgliedern der Gesellschaft heranzubilden. Das Bildungsministerium begrüßt das große Engagement der Jugend für Nachhaltigkeit, Umwelt- und Klimaschutz. Es spricht sich für eine entsprechende Befassung mit diesen Themen im Unterricht im Rahmen von Projektunterricht oder Exkursionen aus.

Es gibt eine Möglichkeit, legal bei einer Freitagsdemonstration mitzumachen. Das Bildungsministerium erlaubt die Teilnahme an einer Fridays-For-Future-Demonstration im Rahmen einer Schulveranstaltung oder einer schulbezogenen Veranstaltung – unter Aufsicht der Lehrkräfte –, wenn die einschlägigen schulrechtlichen Vorgaben einge-

halten werden. Gemäß dem Schulunterrichtsgesetz hat die Veranstaltung den lehrplanmäßigen Unterricht zu ergänzen beziehungsweise auf diesem aufzubauen.

Das Kennenlernen von Demonstrationen als demokratiepolitisches Instrument sowie die Diskussion der Themen „Nachhaltigkeit“ und „Klimaschutz“ sind deshalb – bei entsprechender Vor- und Nachbereitung – als Ergänzung des Unterrichts schulrechtlich zulässig. Das Bildungsministerium geht dabei davon aus, dass schon im Vorfeld diese Themen im Rahmen des Unterrichts in der Schule besprochen wurden. Die dazu aus der Teilnahme gewonnenen Erkenntnisse sind in weiterer Folge in den jeweiligen Unterrichtsgegenständen entsprechend aufzugreifen.

Die Teilnahme an einer Schulveranstaltung ist grundsätzlich für alle verpflichtend. Die Teilnahme an einer schulbezogenen Veranstaltung bedarf der vorhergehenden Anmeldung durch die SchülerInnen. Ob eine entsprechende Schulveranstaltung durchgeführt wird, entscheidet die Schulleitung. Ob eine Veranstaltung als schulbezogene Veranstaltung gilt, entscheidet das Klassen- bzw. Schulforum. Darüber hinaus kann die zuständige Schulbehörde eine Veranstaltung zur schulbezogenen Veranstaltung erklären, wenn mehr als eine Schule davon betroffen ist.

In diesem Rahmen ist es in Österreich für SchülerInnen möglich, während der Schulzeit legal bei einer Fridays-For-Future-Demonstration dabei zu sein.

Allerdings schützen Demonstrationen allein die Umwelt nicht. Wir alle sind gefordert, unser eigenes Handeln im Zusammenhang mit Nachhaltigkeit und Klimawandel zu hinterfragen. Denn wir alle können und müssen unseren Teil zu einer lebenswerten Zukunft beitragen. ●



Mag.^a Astrid Kokoschinegg ist als Rechtsreferentin im Referat Familie, Erwachsenenbildung und Frauen tätig.

Fotos: iStock by Getty, www.kanizaj-marjia.com

HABEN SIE FRAGEN?

Ihre familienrechtlichen Fragen und Anliegen können Sie auch gern persönlich besprechen.
Tel. 0316/877-3395 oder astrid.kokoschinegg@stmk.gv.at





Das Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark (kurz: UBZ) ist ein steirischer Verein, der auf Initiative der Steirischen Landesregierung und im Auftrag öffentlicher Stellen verschiedene nachhaltige Bildungsprojekte durchführt.

... DAS UMWELT-BILDUNGS-ZENTRUM STEIERMARK?

Das Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark (UBZ) hilft und unterstützt alle, den Zusammenhang von Gesellschaft, Umwelt und Mensch besser zu verstehen. Das Geschäftsführerteam Mag. Michael Krobath und Angela Pfingstl zeigt, wie ein Tag im UBZ aussieht.



8:30 Wenn UBZ-Geschäftsführer Michael ins Büro in der Grazer Brockmannsgasse kommt, ist er schon seit gut drei Stunden aktiv. Denn bis dahin hat der Dreifach-Papa schon Frühstück gemacht, Schultaschen gerichtet und seine Kinder auf den Schulweg gebracht. Der Erste ist er daher im UBZ nicht: Seine Geschäftsführungskollegin Angela und einige Mitarbeitende sind schon da. Angela und Michael stimmen sich zuerst einmal ab: Was muss abgesprochen werden? Gibt es Anfragen zu beantworten?

8:45 Ein Workshop zum „Klimaschutz“ in einer Grazer Volksschule steht heute am Vormittagsprogramm. Die zwei bereits am

Vortrag vorbereiteten Materialkisten kommen in den umfunktionierten Fahrradanhänger und los geht's!

9:15 In der Schule arbeitet Michael heute mit einer 4. Klasse. Für die 25 Mädchen und Buben gibt es Spiele, Übungen und spannende Aufgaben rund ums Klima. Er achtet besonders darauf, dass das Angebot altersgerecht und handlungsorientiert ist. Der Tag soll die Kinder dazu anregen, Umwelt- und Klimaschutz zu einem persönlichen Anliegen zu machen.

12:30 Nach einem Mittagessen geht es zurück ins Büro, wo Mails beantwortet werden: Ein weiterer Schultag wird ausgemacht. Zum geplanten neuen Steiermark-Kartenspiel sind noch letzte Abstimmungen nötig. Für eine

Fotos: www.kantizaj-maritja.com (4), UBZ (2)

große Veranstaltung an der Uni Graz haben Projektpartner außerdem noch einige Fragen zur Organisation.

13:15 Michael geht mit Kollegin Nicole zwei Entwürfe für neue Praxiseinheiten für PädagogInnen rund um „Kunststoffe“ und „Wald“ durch. Dafür werden noch passende Bilder und Grafiken gebraucht. **14:00** Eine Schachtel mit den Unterrichtsmappen „Unser Lebensmittel Luft“ wird gepackt. Sie kommt in den Fahrradanhänger, denn in einer Stunde startet ein Seminar für LehrerInnen zum Thema „Feinstaubbelastung“ in der Steiermark.

17:30 Bei der Rückkehr ins Büro trifft Michael noch seinen Kollegen Otmar und seine Kollegin Eva. Sie kommen gerade von einem Schulprojekt aus Liezen zurück. Die beiden Biologen haben dort mit einer Klasse am Thema „Boden“ gearbeitet. Gemeinsam bringen sie den Bodenkoffer und andere Materialien ins Büro. So geht es schneller.

18:00 Mit der Straßenbahn geht es für Michael weiter auf die Pädagogische Hochschule.



gogische Hochschule. Auf der Fahrt dorthin liest er noch ein letztes Mal einen Zeitschriftenartikel

durch, der für den morgigen Redaktionsschluss ist.

Darin geht es um die 17 globalen Nachhaltigkeitsziele und darum, wie das Thema „Wasser“ darin verankert ist. Auf der Hochschule hat das Treffen der steirischen ÖKOLOG-Schulen schon begonnen. Diese werden vom Umwelt-Bildungs-Zentrum betreut. Kollegin Sabine – die Projektleiterin im UBZ für ÖKOLOG – ist bereits dort. ÖKOLOG ist ein Programm, das Schulen seit über 15 Jahren ermutigt, in den Bereichen Umweltschutz, Gesundheit und soziale Angelegenheiten aktiver zu werden.

20:30 Das Büro liegt am Heimweg, also wirft Michael noch schnell einen Blick auf seinen Schreibtisch. Liegt dort vielleicht eine wichtige Nachricht von Angela? Sind alle Monitore abgedreht? Ist für morgen noch etwas vorzubereiten? Ein neuer Arbeitstag kann kommen. ●



Mit vielen Aktivitäten ermutigt das UBZ vor allem auch Kinder und Jugendliche dazu, sich aktiv für eine lebenswerte Umwelt und Mitwelt sowie Zukunft einzusetzen.



Das UBZ arbeitet an nachhaltiger Umweltbildung – mit Seminaren, Praxismaterialien, Schulcoachings und vielem mehr.



ZWEI UND MEHR im Gespräch mit Mag. Michael Krobath, Geograf, Erlebnispädagoge und Geschäftsführer im UBZ

ZWEI UND MEHR: Wie sind Sie Erlebnispädagoge und UBZ-Geschäftsführer geworden?

Michael Krobath: Der Erlebnispädagogik-Lehrgang war ein Anhängsel an mein Geografiestudium. Diese Kombination ist in meiner Arbeit hilfreich. Die Geschäftsführungsaufgabe habe ich von UBZ-Gründer Uwe Kozina übernommen und teile sie mit Angela Pfingstl, die vor allem kaufmännische Leiterin ist. Ich verantworte die inhaltliche Ausrichtung.

Was ist die Aufgabe des UBZ?

Krobath: Wir arbeiten Umweltthemen alters- und lehrplangerecht so auf, dass sie in Schulen vermittelt werden können. Wir arbeiten mit Kindern und Jugendlichen bei Projekttagen

oder erstellen Unterrichtsmaterialien. Wir wollen so die Zusammenhänge zwischen Mensch und Umwelt zeigen, zum Nachdenken anregen und zum Handeln ermutigen. Für die Aus- und Fortbildung von LehrerInnen bieten wir Seminare, Workshops und Lehrgänge an. Kooperationen gibt es auch in der Jugendarbeit, in der Erwachsenenbildung, mit Unis und Hochschulen oder auch Gemeinden.

Was mögen Sie an Ihrer Arbeit?

Krobath: Nichts ist einseitig. Jeden Tag gibt es neue Aufgaben. Immer lerne ich Neues dazu. Fast täglich lerne ich neue Menschen kennen – und was sie können und brauchen. Eine bessere Schulung als diese Erfahrungen gibt es für meinen Job nicht.

Mag. Michael Krobath

ist verheiratet und Vater von Max (2008), David und Simon (Zwillinge, 2012). Studiert hat er Geografie und Wirtschaftskunde an der Grazer Universität. Darauf folgte der Akademielehrgang für Erlebnispädagogik an der heutigen Pädagogischen Hochschule Steiermark. Schon als Projektmitarbeiter am „Institut für Geografie und Raumforschung“ der Uni Graz und später auch beim UBZ (ab 2003) hat er sich auch mit den regionalen Folgen des Klimawandels beschäftigt. 2017 wurde er einer der beiden UBZ-Geschäftsführenden. Gemeinsam mit Angela Pfingstl leitet er da ein 15-köpfiges Team.

Die Familie gibt uns als Nestplatz Halt und Geborgenheit. Davon hängt auch ab, wie verantwortungsvoll wir unser Dasein und Miteinander im Laufe des Lebens gestalten.



AUFEINANDER ZUGEHEN

Nachhaltigkeit ist nicht nur Klimaschutz. Wie wir miteinander umgehen und unsere Beziehungen pflegen, ist ein wesentlicher Teil einer gelingenden Zukunft.

Nachhaltigkeit bedeutet mehr als Klimaschutz, Müllvermeidung oder verantwortungsvoller Konsum. Zur Nachhaltigkeit gehören ebenso Gesundheit und Bildung, menschenwürdige Arbeit sowie Frieden und Gerechtigkeit. Es geht also um unsere Beziehungen zu- und miteinander. Gerald Koller, Pädagoge und Zukunftsbildner, meint dazu: „Wir leben in einer unglaublichen Zahl von Beziehungen. Viele tragen uns – oft auch ganz unbemerkt. Doch es gibt auch jene, an oder in denen wir leiden. Kein Schmerz ist jedoch dumpfer als jener der Beziehungsarmut. Er ist Ursache für Sucht, Stress, Gewalt, Niedergeschlagenheit und Motivationsverlust. Die großen Kältepole unserer Lebenswelt werden dort überwunden, wo der Wind der

Aufmerksamkeit, der Anerkennung und der respektvollen Auseinandersetzung weht. Unser Leben in Beziehung kann da aufblühen, wo Mitgefühl täglich neu zum Klimaziel erklärt wird.“

Wenn man nachhaltig etwas für unsere Welt tun möchte, gestaltet man eine gute Zukunft, indem man lernt, aufeinander zuzugehen, sich und andere wahrzunehmen, damit Probleme zu überwinden und Brücken zu bauen. Dass dies nicht immer einfach ist, weiß jede Familie aus eigener Erfahrung. In seinem Buch „Familie bauen“ gibt Gerald Koller konkrete praktische Tipps. Einige Vorschläge, wie man in der Familie besser miteinander reden kann, sind zum Beispiel:

- sich eindeutig und direkt ausdrücken
- den Wortschatz erweitern

- die Sprache seinem Gegenüber anpassen
- ein Thema angreifen (nicht den Menschen angreifen)
- sein Gegenüber nicht in eine Verteidigungsrolle drängen
- nicht über Dritte reden
- zu viel Information vermeiden
- Annahmen bestätigen lassen (z.B. „Verstehe ich dich richtig?“)
- Probleme sofort ansprechen, wenn sie entstehen

Diese Tipps können helfen, in schwierigen Situationen aufeinander zuzugehen. Denn es ist nicht nur in der Familie wichtig, sich als Gemeinschaft und Team zu verstehen, zu fühlen und zu handeln. Es ist das Wir-Gefühl, das eine nachhaltige Welt – also unsere Zukunft – wirklich braucht. ●

Fotos: iStock by Getty (1), www.stephanrauch.com (1), beige stellt (5)



Gerald Koller
ist Pädagoge und Zukunftsbildner.

EXPERTEN-MEINUNG

Gerald Koller ist Pädagoge und Zukunftsbildner. Mit Menschen und Organisationen erkundet er Wege zu Zuversicht und Entwicklungsmut. 2011 wurde er von der weltgrößten Organisation für sozialen Wandel mit der Ernennung zum „Ashoka Fellow“ geehrt.

Welchen Herausforderungen müssen wir uns als Gesellschaft stellen?

Die Ursache der aktuellen globalen Krise liegt nicht in der Verknappung der Güter oder in Naturkatastrophen. Sie ist geistiger und kultureller Natur. Unser gesellschaftlicher Umbruch ist grundlegend. Er fordert von uns allen einen umfassenden Kurswechsel: vom „Was“ zum „Wie“, von der Epoche des zu starken Egoismus zum Zeitalter der Netzwerke, von der Orientierung am quantitativen Wachstum hin zur Lebensqualität. Die zukünftige gesellschaftliche Entwicklung wird nicht von jenen mitgestaltet, die sich zurückziehen. Sie wird von denen mitgestaltet, die aufeinander zugehen. Eines ist sicher: Der Kurswechsel gelingt nur, wenn er gemeinsam versucht wird.

Was ist Beziehungsbildung?

Beziehungsbildung gibt Impulse für eine pädagogische Klimaerwärmung. Sie kann Problemen vorbeugen und Menschen helfen, ihre Potenziale zu entfalten. Alltagsnah gibt sie so Antwort auf die Frage, wie Zukunft gelingen kann.

Was ist dafür nötig?

Es ist die Aufgabe der Bildungsarbeit und auch der Gesundheitsförderung, junge Menschen auf dem Weg in eine unsichere Zukunft zu begleiten.

Denn wir werden in der Zukunft nicht nur mehr Sprachkompetenzen, sondern auch Empathie, Risikobalance, Diversität bzw. Vielfalt und globale Verantwortung brauchen.

Welche Rolle spielt Beziehungsbildung dabei?

Eine ganz wichtige. Denn sie ist die Praxis der Selbstwahrnehmung, Kommunikation und Netzbildung. Sie erforscht und fördert das Klima innerer und äußerer Verbundenheit. Diese Verbundenheit bringt die kreativen Möglichkeiten von Menschen, Beziehungen, Netzwerken und dem gesamten Umfeld zum Leuchten. Positive, nährnde Begegnungen ermöglichen Lernen, Gesundheit und Wohlbefinden. So erfahren wir, was Selbstwirksamkeit, politische Mitgestaltung und Eingebundensein in soziale Netze bedeuten. Damit eröffnen sich auch – selbst bei Belastungen und Konflikten – oftmals unbekannte Zugänge zu Entwicklungs- und Gesundheitspotenzialen für Menschen, Beziehungen und die Umwelt. Beziehungsbildung ist damit die Grundlage für eine aktuelle wie auch zukünftige Handlungsfähigkeit, für Gesundheit und für Lebensqualität.

Wie kann Beziehungsbildung gelingen?

Es braucht dafür ein Klima des Respekts, der Empathie, der Solidarität, der Gleichwürdigkeit, aber auch der Risikobereitschaft. Beziehungsbildung ist dynamisch. In der Jugendarbeit hilft sie den jungen Menschen beispielsweise, Rhythmus und Balance körperlich und seelisch zu finden. Sie entdecken und festigen ihre Fähigkeiten und lernen Beziehungen und Gemeinschaften mitzugestalten. Das hilft, die Gesellschaft zu verstehen, Position zu beziehen, verantwortlich in und mit der Umwelt zu leben sowie Sinn zu entdecken und zu stiften. Beziehungsbildung bereitet also den Weg zu Selbstbewusstsein und zu neuen sozialen Potenzialen.



Familie bauen Pläne für ein gelingendes Zusammenleben

Gerald Koller, Herbert Bronnenmayer

Die Familie gibt uns – wie ein Haus – Schutz, Halt und Geborgenheit. Damit nicht unbemerkt der Boden brüchig wird oder die Wände Risse bekommen, ist die umsichtige Planung aller „Bauabschnitte“ wichtig. Mit vielen Anregungen und Fragen für alle Familienmitglieder hilft dieses Buch Eltern wie Kindern, das gemeinsame Fundament zu stärken, Freiräume zu schaffen und so das Miteinander zu gestalten. Es bietet ebenso Hilfestellungen für schwierige Zeiten und Konflikte.

Trauner Verlag | ca. 9,90 €



Zusammen Daniela Kulot

Ob klein oder groß, beiden schmeckt der Klob. Ob traurig oder froh, jeder muss aufs Klo. Ob alt oder jung, auf jeden Fall mit Schwung. Was uns auch unterscheidet, es ist viel mehr, was uns verbindet. Gemeinsam essen, spielen, miteinander lachen, Unsinn machen – zusammen macht alles mehr Spaß! Lustige Reime und bunte Bilder laden ein: zum Vorlesen, Reimen, Schauen und Lachen – am besten gemeinsam! Ein empfehlenswertes Bilderbuch über Freundschaft, Toleranz und Zusammenhalt.

Gerstenberg Verlag | ca. 10,30 €

ZWEI UND MEHR-
Vorteilsbetriebe

Weitere Informationen finden Sie auf www.familienpass.steiermark.at

NEU



FLOSSE ABENTEUERLAND
www.aldiana-ampflwang.at
10 % ERMÄSSIGUNG
auf den Eintrittspreis



TIERGARTEN SCHÖNBRUNN
www.zoovienna.at
2,- € ERMÄSSIGUNG
für Erwachsene,
GRATISEINTRITT
für Kinder

NEU



THEATER ASOU IM KRISTALLWERK
www.theaterasou.at
10 % ERMÄSSIGUNG
auf den Eintritt

BITTE BEACHTEN SIE: Die Ermäßigungen sind freiwillige Leistungen der Vorteilsbetriebe!

BIENENWACHSTUCH

Statt die Lause in einer Wegwerffolie zu transportieren, kann man sich sein immer wieder verwendbares Bienenwachstuch basteln.
Das ist viel besser für unsere Umwelt und schaut auch viel fröhlicher aus!

MACH MIT!

Du hast etwas aus Müll gebastelt? Dann schick uns ein Foto von dir und deinem kreativen Kunstwerk an: zweiundmehr@styria.com
Zu gewinnen gibt es unser Bastelbuch „Zu gut für die Tonne“.

EINSENDESCHLUSS:
04.05.2020

Rechte, Datenschutz
siehe Seite 5

Material:

- Stoffrest aus Baumwolle
- Bügelbrett
- Backpapier
- Bienenwachs
- Küchenreibe
- Bügeleisen
- Schere
- Schnur zum Zubinden

So geht's:

1. Lege einen großen Bogen Backpapier auf das Bügelbrett. Breite darauf den Stoffrest aus. Bestreue den Stoff mit geraspeltem Bienenwachs – aber nicht bis ganz zum Rand!
2. Lege nun noch einen großen Bogen Backpapier auf den Stoff. Dann bügelst du so lange, bis du siehst, dass das Bienenwachs schmilzt. Der Stoff saugt sich nun mit dem flüssigen Wachs voll.
3. Lass den Stoff abkühlen. Dann entfernst du das Backpapier.
4. Schneide die Stoffränder, die nicht gewachsen sind, gerade ab. Jetzt kannst du deine Lause in das Wachstuch einwickeln und mitnehmen. Ist es schmutzig, kann man es einfach mit einem Schwamm abwischen.

Basteltipp:

Wachstücher eignen sich auch sehr gut zum Abdecken von Schüsseln oder Gefäßen im Eiskasten. Dafür einfach die Schüssel oder das Gefäß umgedreht auf das Wachstuch legen und mit einem Stift die Form plus etwa 2 bis 3 cm nachziehen. Dann ausschneiden. So spart man sich auch im Eiskasten Einweg-Abdeckfolien.

Hier geht's
zum
Weiterbasteln

RÄTSEL &
MEHR

Puzzle

Setze die 5 runden Bilder richtig ein!



Wann wächst was?

In welchen Monaten sind die folgenden Gemüsesorten bei uns in Österreich reif? Schreib die richtigen Monate hin!



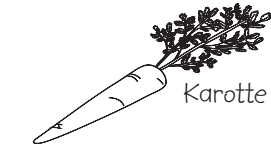
Paradeiser

Lösung: _____



Zwiebel

Lösung: _____



Karotte

Lösung: _____



Kürbis

Lösung: _____



Spinat

Lösung: _____

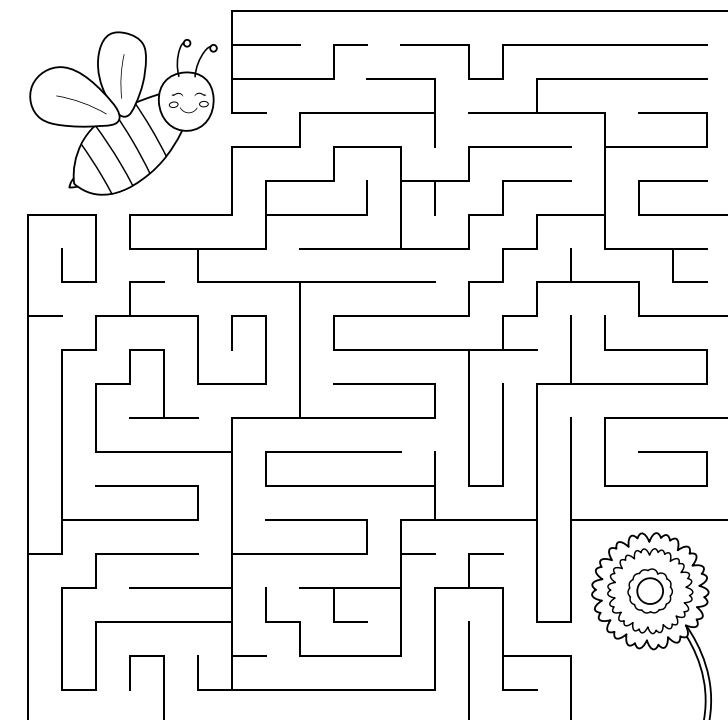


Erbsen

Lösung: _____

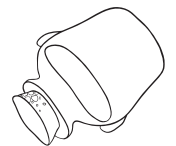
Labyrinth

Finde den richtigen Weg für die Biene, damit sie den Nektar sammeln kann.



Silbensalat

Im Silbensalat ist je ein Wort versteckt. Setze die Silben richtig zusammen!



MA EN FAH
KLI ZU AR BAHN
SCH SS EN REN
UTZ FU ERGIE
HEN SP
GE



SPIELE



☺ Ab 5 Jahren
Kippelino

Dieses Geschicklichkeitsspiel sorgt für viel Spiel und Spaß. Aus 12 Bautafeln soll ein großes Baumhaus entstehen. Dieses richtig zu bauen, ist auch herausfordernd, weil die Konstruktion leicht kippen könnte. Dafür ist gegenseitiges Helfen erlaubt. Es kommt nicht darauf an, wie es auf den oberen Stockwerken aussieht, solange die Bautafeln Tisch und Bodenplatte nicht berühren. Gemeinsam im Team oder auch gegeneinander gespielt sorgt Kippelino für viel Spannung und Unterhaltung. NSV Verlag, für 1 bis 4 Spielende, ca. 10,- €



☺ 3 bis 6 Jahre
Die Bewegungs-Bären

Mit diesem Spiel lassen sich Körpergefühl, Motorik, Ausdrucksfähigkeit und Selbstvertrauen üben. Kinder schlüpfen in die Rolle der Bären. Abwechselnd tragen die Mitspielenden die Bären-Ohren mit einer – für das jeweilige Kind – unsichtbaren Motivkarte. Alle anderen versuchen sich in Pantomime: Sie balancieren zum Beispiel auf einem Bein und formen den Arm zu einem geschwungenen Hals. Was könnte das sein? Vielleicht ein Flamingo? Hat der „Rate-Bär“ es richtig erkannt, bekommen alle einen Punkt. Liegt er daneben, punktet die „Schneeflocke“. Schaffen es die Kinder am Ende gemeinsam, die Bären vor Einbruch des Winters in ihre Höhle zu bringen?

Ravensburger, für 2 bis 6 Spielende, ca. 15,- €



☺ Ab 10 Jahren
Minecraft Builders & Biomes

Bei diesem Brettspiel sind Geschicklichkeit, Taktik und Mut gefragt. Die Mitspielenden sammeln viele neue Erfahrungen und erhalten dafür Punkte. Ziel ist es, eindrucksvolle Bauwerke aus gesammelten Blöcken wie Holz oder Stein entstehen zu lassen. Dabei muss man auch den Kampf mit einigen Monstern aufnehmen, die verborgen in den Spielkarten lauern. Sie heißen zum Beispiel Creeper, Zombie oder Enderman. Wer den Kampf gegen sie wagt und für sich entscheiden kann, sammelt wertvolle Bonuspunkte oder wird anders belohnt. Sind alle Blöcke abgebaut, ist das Spiel zu Ende.

Ravensburger, für 2 bis 4 Spielende, ca. 40,- €

Fotos: beigeleitet

BÜCHER

Empfehlung
LESEZENTRUM

☺ Ab 9 Jahren
So ein Mist
Von Müll, Abfall und Co.
Melanie Laibl



Einmal nach Herzenslust im Mist wühlen, reinklettern oder auch einmal die Kanalrohre von innen „bewundern“? Gezeigt wird all das, was wir eigentlich am liebsten nie vor unseren Augen und Nasen haben wollen: Abfall. Mit Humor und ohne Scheu erfahren wir, wie vielschichtig, aber auch faszinierend Müll sein kann. Dabei spannt sich der Bogen vom Kreislauf der Natur (in dem es eigentlich gar keinen Müll gibt!) und unserem Körpermüll (samt Klo- und Klopapiergeschichte) über Lagerung, Trennung, Recycling, Wasser- und Luftverschmutzung bis zum Weltraummüll, der um unsere Erde saust. Mehrfach ausgezeichnet!
Tyrolia Verlag, 20,- €

Empfehlung
LESEZENTRUM

☺ Ab 4 Jahren
Ein Haufen Freunde
Kerstin Schoene



Der kleine Pinguin ist traurig. Warum? Weil er nicht fliegen kann. Alles hat er schon ausprobiert. Allein schafft er es einfach nicht. Ein Glück, dass der kleine Pinguin Freunde im Zoo hat. Die helfen ihm. Hilfst du ihm auch? Dreh einfach das Buch und schau, was möglich ist, wenn man Freunde hat.
Thienemann-Esslinger, ca. 13,- €

Empfehlung
LESEZENTRUM



☺ Ab 6 Jahren
Aus 1 mach viel!
Christa Schmoiger, Renate Habinger

Woher kommt eigentlich unser Essen? Dieses Buch lädt uns zu einer Entdeckungsreise ein. Außerdem ist es spielerisch und aufwendig gestaltet. Es zeigt, was Samen sind, welche es gibt, wie wir sie hegen und pflegen können und wie aus Pflanzen köstliche Mahlzeiten werden. Da geht es unter anderem auch um Artenpflege, den eigenen Garten im Zeitungstöpfchen, antike Mythen, naturnahe Anbaumethoden. Für alle ist etwas Spannendes dabei. Dazu kommen Rätsel, Bastelanleitungen, Pflanztipps, Rezepte und Reime.
G&G Verlag, 20,- €

TIPP



JAKOB,
17 Jahre

Über mehrere Jahre habe ich Percy-Jackson-Bücher gelesen. Es war toll, am Ende des Buches zu wissen, dass es eine Fortsetzung gibt. Die Bücher sind spannend geschrieben. Immer wieder geschieht etwas Unerwartetes. Besonders der Bezug zu den griechischen Götter- und Heldensagen, die dann auch im Schulunterricht Thema waren, hat mir gefallen. Den zweiten Teil fand ich deshalb so spannend, weil so viele verschiedene Dinge passieren und die Charaktere sich mit der Zeit verändern.



Im Bann des Zyklopen
Band 2
Rick Riordan
Carlsen Verlag, ca. 15,40 €

BÜCHERHELDINNEN AUFGEPASST!

April 2020

Die Preisverleihung zum Geschichtenwettbewerb

Für Kinder, die gerne selber lesen und schreiben, gab es auch heuer wieder den **Geschichtenwettbewerb** rund um die sechs BücherheldInnen. So luden Lesezentrum Steiermark und Land Steiermark alle Kinder der 2. bis 4. Klasse Volksschule ein, ihre Geschichten zu einer Bücherheldin oder einem -helden zu schreiben und einzuschicken. Pro Bücherheldin oder -held gewinnt eine Geschichte. Dafür haben unsere ZWEI UND MEHR-Partnerbetriebe auch diesmal wieder tolle Preise vorbereitet. Diese werden im April 2020 in Graz verliehen. Wie auch schon im letzten Jahr kommen die besten heldenhaften Geschichten in ein Büchlein. Dieses wird dann bei den Veranstaltungen rund um den 4. Steirischen Vorlesetag am 16. Mai 2020 verteilt.

23. April bis 15. Mai 2020

Die Lies-was-Wochen

Als Teil der Initiative zur Lese- und Sprachförderung „Bücherheldinnen. Bücherhelden. Lesen mehr als Worte“ finden die **Lies-was-Wochen** jedes Jahr aufs Neue zwischen dem Welttag des Buches (das ist der 23. April) und dem Internationalen Tag der Familie (das ist der 15. Mai) statt. In den Lies-was-Wochen gibt es verschiedene Leseveranstaltungen – exklusiv von und mit den steirischen Bibliotheken. Sie bringen Kindern und Eltern die Bibliotheken als Orte des Lesens und der Begegnung näher. Auch diesmal ist wieder für alle etwas dabei. So gibt es Mitmachtheater, Geschichtenfrühstück, Lesewanderung, Bücherbasteln, Lesungen von KinderbuchautorInnen und vieles mehr.

www.buecherheldInnen.at

16. Mai 2020

4. Steirischer Vorlesetag

Im Rahmen der Initiative zur Lese- und Sprachförderung „Bücherheldinnen. Bücherhelden. Lesen mehr als Worte“ findet nun schon zum vierten Mal in Folge am 16. Mai 2020 der **Steirische Vorlesetag** statt. Mittlerweile ist er Fixpunkt im steirischen Jahreskalender geworden. Dafür öffnen auch ganz ungewöhnliche Leseorte großen und kleinen BesucherInnen kostenlos ihre Türen. Denn „(Vor-)Lesen kann überall stattfinden“ – so das Motto: sei es beim Bärengehege in Mautern, in der Oldtimer-Bim in Graz, hoch oben am Kirchturm oder im „Skyroom“ über den Dächern von Graz, tief unten im Bergwerksstollen oder auch am Flughafen Graz.

Mitgesponsert wird der 4. Steirische Vorlesetag von den Unternehmen Energie Steiermark, Murpark, Neuroth, SPAR, Steiermärkische Sparkasse.

www.vorlesetag-steiermark.at

Bücherheldinnen.
Bücherhelden.

Lesen mehr als Worte



Herzlichen Dank
an alle jungen GeschichtschreiberInnen
für die Einsendung der zahlreichen Geschichten
und Zeichnungen zu den sechs BücherheldInnen.



Sie war eine von vielen bunten Begegnungen mit der „Welt der Worte“, die Kinder und Eltern begeistert hat: die Leseveranstaltung in der Bibliothek Premstätten.

Bibliotheken als
ZWEI UND MEHR-Vorteilsbetriebe:

www.zweiundmehr.steiermark.at/bibliotheken



murpark

SPAR

NEUROTH
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

Steiermärkische
SPARKASSE

FAMILYPARK – ENTERTAINMENT FÜR DIE GANZE FAMILIE



ERÖFFNUNG
4. April
Ostern im Familypark
11. April–13. April
10–18 Uhr!

Die neue Saison im Familypark startet am **4. April 2020**. Wie jedes Jahr wird es im Park einige bauliche Veränderungen geben. Die Besucher dürfen sich auf die feuchtfrohliche Erlebniswelt „Wasserwerk“, einen neuen, größeren Souvenirshop, sowie verlängerte Öffnungszeiten in den Sommermonaten freuen.

Kurz nach Saisonstart gibt es bereits hoppeligen Besuch im Park. Der Osterhase höchstpersönlich begrüßt unsere großen und kleinen Gäste am Osterwochenende und bringt österliches Treiben und einige Überraschungen mit.

AUFGEPASST: Wer bis **3. April** datierte Tickets im Onlineshop kauft, erhält sogar **4 Tickets zum Preis von 3!**

Also auf die Plätze, fertig, losgehoppelt!



Wer mehr Lust auf Abenteuer hat, kann sich auf 145.000 Quadratmetern in **4 Erlebnisswelten** mit **29 Fahrradattraktionen** austoben. Tierfreunde können unsere flauschigen und sehr neugierigen Streichelzooobewohner besuchen. Und auch das kulinarische Angebot – mit einer Auswahl von 17 Gastronomiebetrieben – lässt keine Wünsche offen. Dabei kommen Vegetarier genauso auf ihre Kosten, wie Liebhaber der österreichischen oder italienischen Küche. Langeweile hat hier also keine Chance!



FAMILYPARK GMBH
MÄRCHENPARKWEG 1
7062 ST. MARGARETHEN IM BGLD.
www.familypark.at



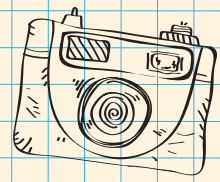
therme.at

Loipersdorf
Thermenresort

Loift bei uns!

Wann haben Sie eigentlich das letzte Mal so richtig Spaß zusammen gehabt? Probieren Sie's doch mal im 32 Grad warmen Sportbecken mit Wildbach und Grotte mit Lichteffekten, während die Kleinen am Baby Beach mit echtem Meersand spielen, Sandburgen bauen und planschen ohne Ende. Und wenn Sie eine klitzekleine Spaß-Pause brauchen, auch perfekt: bei uns gibt's 1.825 Stunden Kinderanimation im Jahr. Loift bei uns!

Wir danken für
die schönen Fotos ...



Das ZWEI UND MEHR-
Familienmagazin

sagt „DANKE“
für die vielen Einsendungen,
die bei uns zum Gewinnspiel
„Fotoshooting zu gewinnen“ eingegangen sind.

Unser großes Covershooting
für diese Magazinausgabe hat gewonnen:
Familie Tunst-Panhofer



Familie Tunst-Panhofer

An dieser Stelle noch
ein spezielles
„DANKE“



an unsere Familien Lebernegg aus Graz, Mama
Jennifer und Sohn Florian aus Deutschfeistritz,
Familie Praun aus Graz, Familie Tunst-Panhofer
aus Sinabelkirchen. Sie alle haben uns für die
Geschichte „Mehr Verantwortung“ auf den
Seiten 14 bis 18 sehr engagiert unterstützt.



Familie Lebernegg

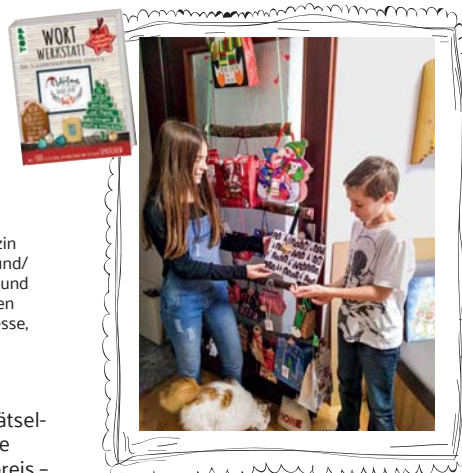


Mama Jennifer und Sohn Florian



Familie Praun

Unser Mitmach-Buch
„Wort Werkstatt“, das wir in der
letzten Ausgabe vorgestellt haben, hat Familie
Fruth aus Graz gewonnen. Für ihren selbst-
gebastelten, wiederverwendbaren Kalender hat
sie Äste im Wald gesammelt, mit Wolle und
Spagat zu Stufen verbunden, Geschenktüten
angebunden bzw. angenagelt. Wir bedanken uns
für dieses schöne Bastelwerkfoto.



Familie Fruth

MITMACHEN

Das ZWEI UND MEHR-Familienmagazin
sucht Familien mit größeren Kindern für
unsere **Fotoshootings**.
Schickt uns ein selbst aufgenommenes
Familienfoto mit Adresse
und Telefonnummer bis 04.05.2020 an
zweiuundmehr@styroia.com
und gewinnt mit etwas Glück ein
Fotoshooting für eine unserer nächsten
Magazinausgaben mit unserer
Fotografin Marija bei euch zu Hause.

Rechte, Datenschutz
siehe Seite 5 und hier

Wichtig!

Eure Fotos sind bei uns in guten Händen.
Mit der Einsendung eurer selbst aufgenommenen
Familienfotos für unser ZWEI UND MEHR-Familienmagazin
erklärt ihr euch einverstanden, dass wir diese im Magazin und/
oder auf der Homepage veröffentlichen dürfen. Eure Fotos und
eure uns für dieses Fotoshooting-Gewinnspiel mitgeteilten
Daten (wie Vor- und Nachname, E-Mail-Adresse, Wohnadresse,
Alter, Telefonnummer) werden nur für dieses
Gewinnspiel verwendet.

VIELEN DANK für die unzähligen Rätsel-
Einsendungen per E-Mail und Post. Unsere
GewinnerInnen haben einen Überraschungspreis –
ein Buch oder Spiel - bereits erhalten.
Wir gratulieren herzlich.



GEWONNEN HAT ...

• KURZURLAUB:

Familie Tröglhofer
aus Strallegg
Martina Weiß
aus Edelsbach

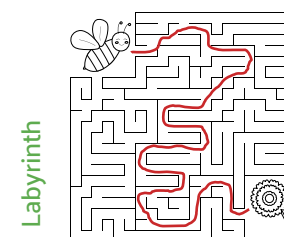
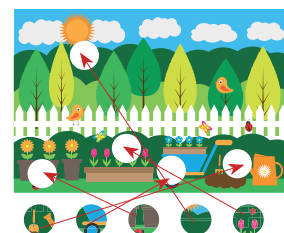
• FAMILIENTAG:

Annelies Riegelnegg
aus St. Johann i. S.



LÖSUNGEN RÄTSEL SEITE 35

Puzzle



Labyrinth

Wann wächst was?

Paradeiser	Zwiebel
Lösung: Juni bis Oktober	Lösung: Mai bis September
Karotte	Kürbis
Lösung: Juni bis September	Lösung: August bis Oktober
Spinat	Erbsen
Lösung: April bis Juli + September bis November	Lösung: Juni bis August

Silbensalat

KLIMASCHUTZ, ZUFUSSGEHEN,
ENERGIESPAREN, BAHNFAHREN



Fotos: beigeleitet (6), istock by Getty (2)

FÜR KINDER (MIT/OHNE
ELTERN), GRUPPEN,
SCHULKLASSEN & FAMILIEN



FLAMBERGER
HOF

Tolle
Angebote
FÜR GROSS
& KLEIN



ELTERN-KIND-GRUPPEN, KINDERGEBURTSTAGE
RECHTSCHREIB- & BAUERNHOF-ERLEBNIS-WOCHEN

MIT SPIEL & SPASS
BAUERNHOF ERLEBEN

Flamberg 31, 8505 St. Nikolai i.S., 0664 88507155, info@flambergerhof.at
Angebote & Termine: www.flambergerhof.at



5D Kino - Habsburgershow - Pestgrube -
VR Music Ride - Luftschutzbunker - Fiaker Ride

Geschichte hautnah erleben!

1300m² Erlebnisfläche - nahe Graben

Habsburgergasse 10a, 1010 Wien - täglich von 10:00 - 20:00 Uhr

letzter Start um 19:00 Uhr - Touren starten alle 20 Minuten

www.timetravel-vienna.at - +43-1-532 15 14

Kostenlos
im Sommer
2020

Happy
Kids-Club
together

Jede Menge Abwechslung, Spaß und Abenteuer!

In ausgewählten JUFA Hotels bieten wir diesen Sommer
für Kinder von 6-14 Jahren ein umfangreiches Kinderpro-
gramm. Unsere Kinderbetreuer sorgen für altersgerechte
Programme und tolle Highlights. Je nach Belieben kön-
nen Ihre Lieblinge daran teilnehmen – sei es für ein paar
Stunden, während des Frühstücks oder mehrere Tage.

Hier gibt es den JUFA Kids Club:

JUFA Hotel Tieschen – Bio-Landerlebnis***
JUFA Hotel Malbun – Alpin-Resort****
JUFA Hotel Lungau***
JUFA Alpenhotel Saalbach****
JUFA Hotel Kronach – Festung Rosenberg***
JUFA Vulkan Thermen-Resort****

jufa.eu/kids-club



Wie ist Greenpeace entstanden?

Alles begann Anfang der 1970er-Jahre mit einigen engagierten Umweltaktivisten, die lossegelten, um vor der Küste Alaskas einen Atomtest zu verhindern. Über die Jahre wurde daraus eine Bewegung: Weltweit schließen sich nun seit über 40 Jahren Menschen Greenpeace an. Sie kämpfen dafür, die Natur und Artenvielfalt zu erhalten. Heute ist Greenpeace eine der wichtigsten und größten Umweltschutzorganisationen weltweit. Sie ist in mehr als 50 Ländern tätig. Greenpeace nimmt kein Geld von Konzernen, vom Staat oder von der EU, sondern erhält sich durch Spenden von Privatpersonen. So kann die Organisation unbestechlich und unbeeinträchtigt an Lösungen für eine lebenswerte und gerechte Welt arbeiten.



GREENPEACE: Gewaltfrei für den Umweltschutz

Interview mit Marianne Fobel, Pressesprecherin von Greenpeace in Österreich.

Wo ist Greenpeace heute tätig?

Wir sind weltweit – vom Nordpol bis zum Südpol, von den Wäldern des Nordens bis zur Heimat der Orang-Utans in Indonesien – im Einsatz. Wir kämpfen für die letzten Naturräume. Genauso setzen wir uns auch für eine nachhaltige Energieversorgung und eine gesunde Landwirtschaft ein. Wir decken Umweltverbrechen auf und bieten Lösungen an, um unsere sensiblen Ökosysteme zu erhalten.

Warum ist eine Organisation wie Greenpeace heute wichtiger als je zuvor?

Immer mehr Hitzewellen, ein weltweit dramatisches Artensterben, Waldbrände, Ernteausfälle, Überschwemmungen ... Weltweit und in Österreich sind wir immer stärker als bisher von den Folgen der Klimakrise betroffen. Noch ist es nicht zu spät, die

Erderwärmung auf maximal 1,5 Grad zu begrenzen. Es bleiben uns noch etwa zehn Jahre Zeit, um zu verhindern, dass sich die Klimasituation noch mehr zuspitzt. Umso wichtiger ist es also, dass wir alle für unsere Umwelt und für unser Klima kämpfen.

Wie kann man bei Greenpeace in der Steiermark mitmachen?

Wer sich in der Steiermark ehrenamtlich für Greenpeace und den Schutz von Umwelt, Klima und Natur einsetzen möchte, der kann unserer „Greenpeace Freiwilligengruppe Graz“ beitreten. Viele Erfolge, die wir bis jetzt schon errungen haben, wären ohne die ehrenamtlichen Greenpeace-Teams gar nicht möglich gewesen. Mitmachen können alle, die Lust und Zeit haben. Wir freuen uns über jede und jeden zwischen 14 und 99+, die oder der ein Herz für unsere Umwelt hat.



Marianne Fobel

ist Pressesprecherin bei der Umweltschutzorganisation Greenpeace in Österreich. Sie hat Kommunikationswissenschaften in Wien und London studiert.

Kontakt:

Greenpeace Österreich
Fernkorngasse 10, 1100 Wien
Tel. 01/545 45 80
service@greenpeace.at
spenden@greenpeace.at
www.greenpeace.at

Greenpeace Freiwilligengruppe Graz:
www.facebook.com/GreenpeaceGruppeGraz/

Fotos: Greenpeace/Milija Kobal



ab € 89,-
p.P./Nacht

Aldiana Club Ampflwang

- VP PLUS inkl. Tischgetränke zu den Hauptmahlzeiten
- 500 m² Kinder Indoorspielfeld
- moderne Reitanlage
- Kinderbetreuung ab 2 Jahren
- Behandlungen im Welldiana Club Spa

www.aldiana-ampflwang.at



Aldiana Club Salzkammergut

- HP PLUS inkl. Tischgetränke zum Abendessen
- Eintritt in die Grimmingtherme & das Saunadorf
- Kinderbetreuung ab 2 Jahren
- Live-Shows & Entertainment
- Panorama Restaurant

www.aldiana-salzkammergut.at



Buchbar in deinem Reisebüro, unter www.aldiana.at oder 0800 100 388

Ausflugstipp

FLOSSE ABENTEUERLAND AMPFLWANG IM HAUSRUCKWALD



10 % Ermäßigung auf den Eintrittspreis mit dem steirischen Familienpass! Das 500 m² große Flosse Abenteuerland ist ein echtes Highlight für alle Kids. Mit Riesenrutschen, Bobby Car Bahn, Rodelbahn, Kletterturm, Bällebad uvm. kommt garantiert keine Langeweile auf!

Neu!
Jetzt auch für
Kinder-
Geburtstage
buchbar!

GRIMMINGTHERME BAD MITTERNDORF



10 % Ermäßigung auf die Familienkarte (ohne Sauna) mit dem steirischen Familienpass! Während die Kinder Spaß und Action erleben, genießen die Eltern Wohlgefühl und Entspannung im Relax-Bereich der Grimmingtherme. Euer Familien-Urlaub dahome.

Infos unter abenteuerland.ampflwang@aldiana.com

Infos unter www.grimming-therme.com

DIE STEIERMARK GIBT'S BEI **SPAR** 

430 REGIONALE PRODUZENTEN LIEFERN BIS
ZU 3.800 STEIRISCHE PRODUKTE AN SPAR.*

*Anzahl variiert je nach Standortgröße und Saison.

WIR SIND
STEIRER