

Liebe Familien,

wir kriegen in der letzten Zeit immer mehr Nachrichten zu der Klimakrise, zu Müllbergen und Plastikinseln, die im Meer treiben. Und irgendwie sind wir ja auch alle davon betroffen, besonders die Kinder, die uns ja noch eine ganze Weile überleben werden. Doch was kann man als Familie konkret tun? Besonders wenn der Alltagsstress einem ohnehin schon zu viel wird. Um uns dieser Frage anzunähern beschäftigen wir uns diese Woche mit dem Thema:



Von Mülltrennung und Fahrrad fahren - Wie umweltbewusste Erziehung funktionieren kann

Klar ist, wir als Erwachsene sind Vorbilder für die Kinder. Unser Handeln nimmt oft einen großen Einfluss auf das Verhalten der Kinder. Somit ist es sicherlich schon hilfreich, selber auf ein umweltbewusstes Verhalten zu achten. Doch was, wenn die Kinder dies nicht verstehen? Auf lange Vorträge haben Kinder schließlich selten Lust. Das folgende Video gibt Tipps zu spielerischen Herangehensweisen.

Link zum Video: [Spielerisch umweltbewusst erziehen](#)

Hier gibt es also viele Möglichkeiten, aber gibt es vielleicht noch mehr Dinge, die man als Familie ausprobieren kann? Manche Wege gemeinsam mit dem Fahrrad fahren macht den meisten Kindern Spaß und ist besser für die Umwelt, als das Auto. Wenn man das Kitafrühstück für die Kinder in einer Brotdose verpackt anstatt in Papiertüten oder Alufolie spart dies nicht nur Müll, sondern langfristig auch Geld. Der Podcast gibt noch weitere Tipps, wie man Müll in der Küche vermeiden kann.

Link zum Podcast: [Weniger Müll in der Küche](#)

Trotz vieler Möglichkeiten gilt natürlich, jeder muss für sich den richtigen Weg finden. Was für manche Familien ganz leicht funktioniert, kann für eine andere eine große Herausforderung sein. Doch was, wenn man nicht so recht weiß, wo man anfangen soll und einem die Ideen fehlen? Hier verschafft der folgende Artikel Abhilfe.

Link zum Artikel: [Familienalltag in Grün – 15 Ideen für umweltbewusste Erziehung](#)

Das hat mir gut geschmeckt

Eine vegetarische oder vegane Ernährung wirkt sich positiv auf unsere Umwelt aus. Nun muss natürlich nicht jede*r direkt Vegetarier*in werden, aber vielleicht kann man ja mal probieren, einen vegetarischen oder veganen Tag pro Woche einzuführen. Die folgenden leckeren Rezepte helfen beim Anfangen:

Link zum Rezept: [Curry Linsen Bowl](#)

Link zum Rezept: [Spinatrisotto mit Pilzen](#)

Das hat mir Spaß gemacht

Basteln macht Erwachsenen und Kindern Spaß. Diese Woche wollen wir es aus einer umweltbewussten Perspektive heraus versuchen und uns ein paar vermeintlichen Abfällen widmen. Der folgende Artikel gibt ein paar Ideen zum nachhaltigen Basteln für verregnete Herbsttage.

Link zum Artikel: [Recycling basteln mit Kindern - 13 kreative Ideen für jede Jahreszeit](#)

Das hat mich zum Lächeln gebracht

*Fahre jetzt immer mit dem Fahrrad zur Arbeit. Der Umwelt zu liebe.
Ist bloß total anstrengend das Ding in den Kofferraum zu heben.*

**Liebe Grüße und bleiben Sie gesund und munter,
das Team vom Projekt Zukunft**