

AG "NACHHALTIGES SELBST HERSTELLEN"

MIT TANJA UND ROMY

DARUM GEHT ´S:

Was haben wir gemeinsam hergestellt?

Bist du neugierig, was man alles selbst machen kann?
Lass dich überraschen – hier gibt's coole Projekte, die dich inspirieren werden!
(inkl. **Rezepte**)

Was denken die Teilnehmerinnen?

Wie hat sich ihr Blick auf Konsum verändert? Finde heraus, welche Projekte sie besonders toll fanden und was sie jetzt selbst herstellen, statt es zu kaufen!



**Vielen lieben Dank an unseren Förderverein
"Reformstern", der die Materialien vom
unverpackt-Laden finanziert hat** ❤️

AG NACHHALTIGKEIT - KONSUM? GEHT AUCH ANDERS!

Letztes Schuljahr haben wir gezeigt, dass es auch anders geht: Weg vom unnötigen Konsum, hin zu einem nachhaltigen und bewussten Leben!

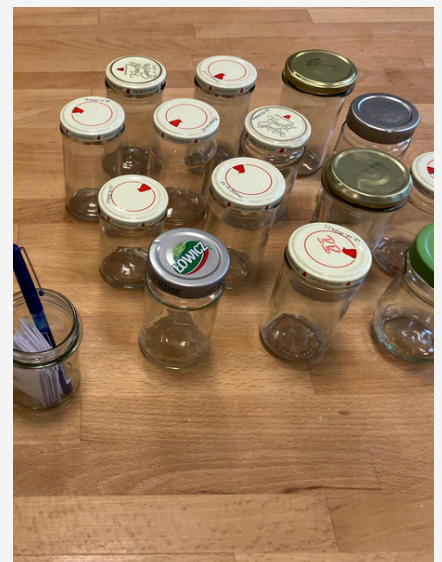
In unserer AG haben wir Dinge selbst hergestellt – aus Zutaten, die wir im Garten, der Natur oder beim unverpackt-Laden „Fair verpackt“ in Babelsberg besorgt haben. Kein Plastik, kein Müll – dafür jede Menge Kreativität! Käthe und ihr Team vom Laden haben uns viele coole Tipps gegeben, wie wir im Kleinen nachhaltiger leben können – das fängt schon beim Einkaufen der Zutaten für unsere selbstgemachten Sachen an.

Das Beste? Wenn wir es selbst machen, wissen wir genau, was drin steckt! Kein versteckter Kram, den man bei vielen Herstellern nicht mal aussprechen kann. Wir passen alles genau an unsere Bedürfnisse an – das gibt's so nicht zu kaufen!

Es war spannend zu sehen, wie wir einen neuen Blick auf Konsum bekommen haben. Selbst Dinge herzustellen fühlt sich gut an und ist ein wichtiger Schritt in Richtung Zukunft. Im Kleinen fängt es an, und wir können zusammen echt viel verändern. Ob die AG dieses Jahr wiederkommt? Mal sehen! Wenn du beim nächsten Mal mitmachen willst, bleib gespannt – vielleicht gibt's bald wieder die Chance! 🌱🍯



Bis zu 35 Mädchen
besuchten die AG -
in 2 Durchgängen
jeden Donnerstag
im Mittagsband



ERSTE EINDRÜCKE AUS DER AG: NACHHALTIGES HERSTELLEN FÜR DIE DORFKÜCHEN



Die Jugendlichen haben für alle
Dorfküchen Spülmittel, Allesreiniger
& Geschirrspültabs aus natürlichen
Materialien hergestellt.

Rezept für Spülmittel

- 1 TL Natron
- 100 ml neutrale Flüssigseife ohne Duft- und Farbstoffe
- 5 - 10 Tropfen ätherisches Öl für den Duft (wenn man möchte)
- 400 ml Wasser

1 Flasche, die 500 ml fasst (z. B. eine alte Spülmittelflasche)

1. Natron in die Flasche geben
2. Flasche mit Wasser auffüllen
3. Flüssigseife hinzufügen
4. ätherisches Öl dazu, falls gewünscht
5. Flasche zu und vorsichtig schütteln

Das selbst gemachte Spülmittel hat eine hohe Reinigungs- und
Fettlösekraft. Es besteht aus natürlichen Zutaten und ist kostengünstig
herzustellen.



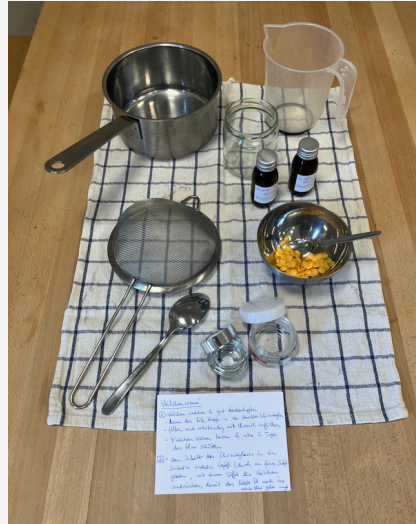
TIPP:
unverpacktes Natron & neutrale
Flüssigseife gibt's in Babelsberg bei:
"fair verpackt"

“fair verpackt” Garnstraße 20, 14482 Potsdam
www.fairverpackt-babelsberg.de

AUCH IN UNSERER AG: DIE VORBEREITETE UMGEBUNG NACH MARIA MONTESSORI



Freundschaftsbänder
knüpfen: einfach immer cool



Veilchen-Creme

Anti-Mücken Roll-on



Ein Highlight:
12:30 Uhr in der Dorfküche lila:

10 Mädchen
25min absolute Stille

Beeindruckend! So meditativ
kann das Verarbeiten von
Holunderblüten sein

--> daraus haben wir dann
Holunderblütensirup gemacht :-)



WAS WIR SONST NOCH HERGESTELLT HABEN



Seife mit
Blütenkonfetti



Badekugeln mit frischen
Fichtennadeln aus dem Garten



Blumenzucker



Lippenpflege mit roter Beete
(für die Farbe)

JETZT KOMMEN DIE MÄDCHEN ZU WORT: WAS HABT IHR VON DER AG MITGENOMMEN?

Ich fand es toll, dass wir eine Creme gemacht haben, die man für alles nehmen kann. Sonst soll man ja immer für jedes Körperteil eine extra Creme kaufen, wo Sachen drin sind, die ich gar nicht kenne. Ich nutze die Creme gern als Lippenpflege, aber es geht auch für aufgeschürfte Haut. Wir haben auch Sachen zum Trinken hergestellt: eine eigene Teemischung und Holundersirup. [L., 7. Klasse]

Mir hat gefallen, dass wir was selbermachen konnten. Im Herbst haben wir Erkältungssachen selber gemacht: Hustensirup mit Thymian und Balsam. Das ist cool, dann muss man nicht gleich Tabletten nehmen, wenn man krank ist. Was ich jetzt weiter selbermache ist der Lippenpflegestift - der ist toll!

[I., 7. Klasse]

Ich habe mich immer sehr gefreut, neue Dinge über Naturkosmetik zu lernen. Die AG war ein sehr gutes Angebot, um sich bewusster mit dem Thema Nachhaltigkeit und "was kommt auf meine Haut?" auseinander zu setzen. Ich habe einen Lippenpflegestift selbst gemacht, der wohl der Beste ist, den ich bis jetzt benutzt habe. Das freut mich immer, wenn ich ihn auftrage. Wenn er alle ist, kann ich einfach einen neuen machen :-)

[M., 8. Klasse]

Mir hat die Freundlichkeit und die ruhige Atmosphäre die Romy und Tanja geschaffen haben, sehr gefallen. Da konnte man sich gut entspannen. Ich habe viel über die Inhaltsstoffe gelernt und war erstaunt, dass das oft Dinge sind, die man regelmäßig im Alltag nutzt. Mein top favourite war das Anti-Mücken&Zecken-Spray. Das haben wir als ganze Familie den Sommer über genutzt und es hat super geholfen. Das würde ich immer wieder selbermachen. Und die Lippenpflege war sehr gut. Und das Lavendelsäckchen hat mir super geholfen, als ich krank war.

[E., 8. Klasse]

Also mir hat das Salbe machen und Sirup einkochen echt Spaß gemacht. Am liebsten nutze ich die Salbe für Stiche. Meinen Lippenpflegestift möchte ich jetzt immer allein machen.

REZEPT FÜR SPITZWEGERICH-CREME

Diese Creme ist der Hammer: du kannst sie als Lippenpflege nutzen, bei rauher Haut, bei Insektenstichen oder einfach so.

Zutaten:

- eine große Hand voll Spitzwegerich
- ca. 150 ml Olivenöl
- ca. 30 g Bienenwachs-Paestillen
--> gibt's im unverpackt Laden
- desinfizierte kleine Gläser

Anleitung:

Waschen, gut trocknen
und klein schneiden (so wie z. B. Schnittlauch)



Olivenöl zu 3/4 in ein Marmeladenglas füllen.
In einen Topf mit Wasser stellen und langsam erhitzen (nicht kochen).

Klein geschnittenen Spitzwegerich ins Glas geben.
2-3 Stunden im warmen Öl ziehen lassen (nicht kochen).

Öl durch ein feines Sieb gießen und Spitzwegerich gut ausdrücken.

Bienenwachs ins Öl geben und umrühren, bis es schmilzt.

In desinfizierte Gläser füllen und gut abkühlen lassen, bevor du die Deckel aufschraubst (sonst Schimmelbildung).

Gläser mit Inhalt, Zutaten und Herstellungsdatum beschriften.
Viel Spaß beim Ausprobieren!