

BDKJ Karlsruhe



- Dachverband der katholischen Jugendverbände
- eure Vertretung in Kirche, Politik und Gesellschaft
- **Serviceleister**

Nachhaltigkeitszuschuss

Voraussetzungen und Leistungen

Was bekommt ihr?

3 Euro pro Tag und Teilnehmende

Rechnung: Teilnehmende x Tage x 3 Euro

- Beispiel: 10 Tage Ferienlager mit 30 TN
 - $30 \times 10 = 300$ TNT
 - $300 \times 3 \text{ Euro} = \underline{900 \text{ Euro}}$

für max. 20 Tage im Jahr

- nur Veranstaltungen mit Übernachtungen

Was müsst ihr dafür machen?

Schulung besuchen

- mindestens eine Person aus Team
- Schulung gilt immer für 1 Jahr

im Herbst zum Reflexionstreffen kommen

- Termin: 28.09.22 18:30 Uhr

Zuschuss beantragen

- Formular auf Website <https://jugendhaus-ka.de/jugendhaus/bdkj/service/nachhaltigkeits-initiative/> ausfüllen
- an zuschuesse@jugendhaus-ka.de schicken
- 3 Stichtage
 - Bis zum **01. Juli 2022** (dann erhaltet ihr das Geld im Vorfeld eures Sommerlagers)
 - Bis zum **01. Oktober 2022** (kann gemeinsam mit den Zuschüssen des STJA eingereicht werden)
 - Bis zum **15. April 2023** (vor der nächsten Nachhaltigkeitsschulung)

Nachhaltigkeitszuschuss



Anschrift und Kontaktdaten Antragsteller*in und Gruppierung

Wofür verwendet ihr den Zuschuss? (freiwillig, Stichworte)

BIC

IBAN

Bankverbindung

Kontoinhaber*in, Bezeichnung des Kontos

Informationen zur Maßnahme

Ort der Maßnahme (am Besten mit genauer Anschrift)

Art der Maßnahme? (Ferienlager, Leiter*innenwochenende etc.)

Dauer (mind. 2, höchstens 20 Tage, einschl. An- u. Rückreisetag, nur Maßnahmen mit Übernachtung)

Von bis = Tage

Teilnehmende insgesamt:

Zuschusstage (Tage x Anzahl Teilnehmende)

Erbetener Zuschuss (Zuschusstage x 3€)

Uns ist bewusst, dass für den Erhalt des Zuschusses mind. 1 Person des Leitungsteams die Schulung zum Zuschuss besucht haben muss. (ankreuzen)

Vorname und Nachname einer Person, die die Schulung besucht hat:

(Ort, Datum)

(Unterschrift)

Dieses Formular ist per Mail zusammen mit einer Teilnehmer*innenliste an zuschuesse@jugendhaus-ka.de oder postalisch an „Bund der katholischen Jugend“, Steinstraße 31, 76133 Karlsruhe zu senden.
Bei Fragen meldet euch gerne per Mail bei uns.

Was ist uns wichtig?

Ihr könnt euer Ferienlager und eure Aktionen mit Übernachtung nachhaltiger gestalten

Ihr nutzt das Geld sinnvoll

- Nachhaltigkeit ist in vielen Bereichen auch Verzicht

Euer Feedback

- Was lief gut?
- Wo benötigt ihr noch Unterstützung?
- Wofür habt ihr das Geld ausgegeben?



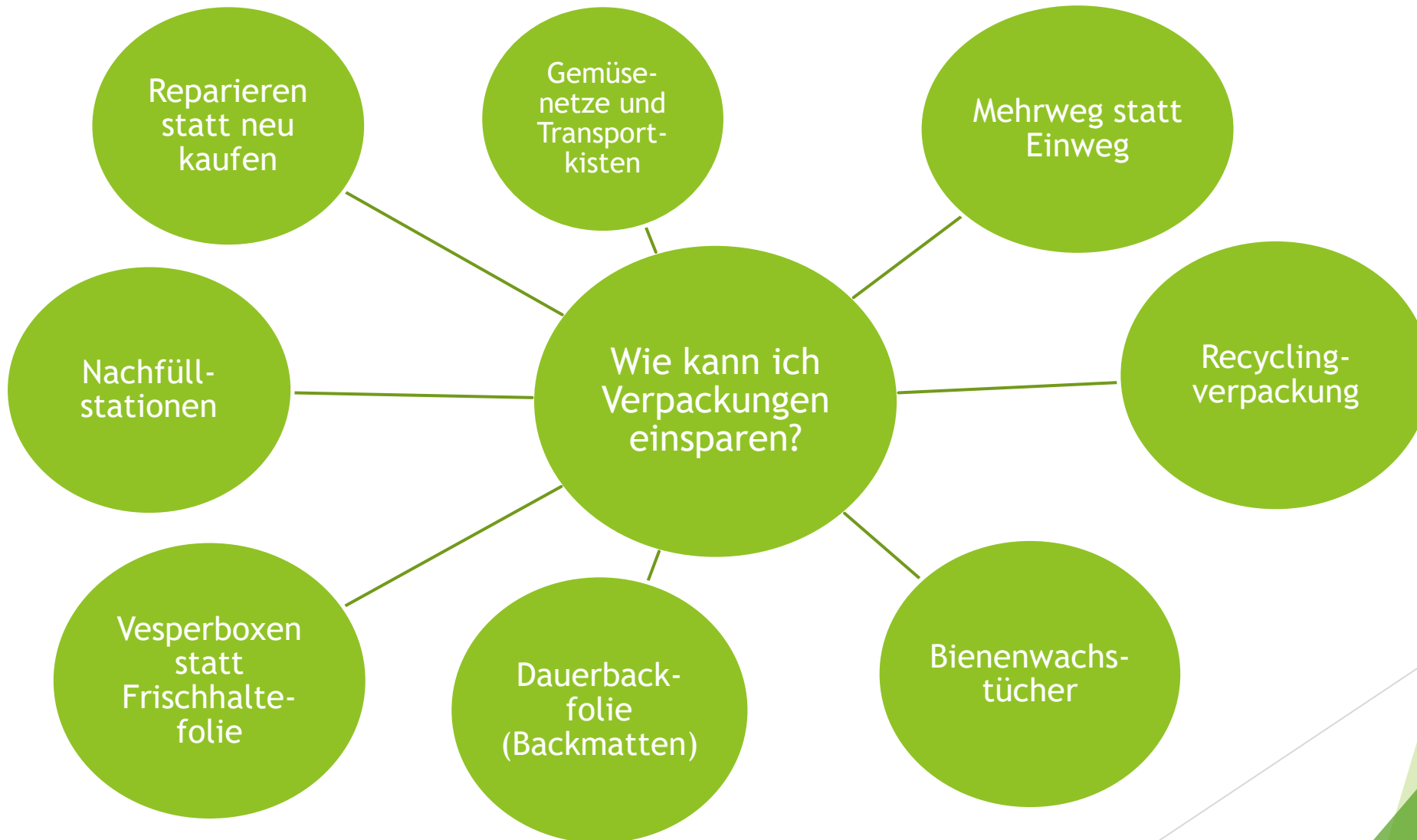
Nachhaltiger Essen und Einkaufen

Regional



[https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/ 9](https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/9) [https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/ 10](https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/10)

Verpackungen - einfache Grundsätze



| Lebensmittel (Obst, Gemüse) | CO2-Fußabdruck (kg CO2-Äq./ kg Lebensmittel) |
|--|--|
| Ananas (per Schiff) | 0,6 |
| Ananas (per Flugzeug) | 15,1 |
| Apfel (aus der Region im Herbst) | 0,3 |
| Apfel (aus der Region im April) | 0,4 |
| Avocado (aus Peru) | 0,8 |
| Banane | 0,6 |
| Brokkoli (frisch) | 0,3 |
| Brokkoli (gefroren) | 0,7 |
| Erdbeeren (frisch, regional und saisonal) | 0,3 |
| Erdbeeren (frisch, aus Spanien) | 0,4 |
| Erdbeeren (frisch, Winter) | 3,4 |
| Erbsen (getrocknet) | 2,3 |
| Erbsen (grün, Dose) | 1,7 |
| Karotten | 0,1 |
| Kartoffeln | 0,2 |
| Linsen, getrocknet | 1,2 |
| Paprika | 0,6 |
| Salatgurke | 0,4 |
| Tomaten (aus D, saisonal) | 0,3 |
| Tomaten (Südeuropa, Freiland) | 0,4 |
| Tomaten (Winter, beheiztes Gewächshaus, D) | 2,9 |
| Tomaten passiert (Karton) | 1,6 |
| Tomaten passiert (Dose) | 1,8 |
| Trauben (saisonal) | 0,3 |
| Zucchini | 0,2 |
| Zwiebel | 0,2 |

Obst und Gemüse

| Lebensmittel (Milchprodukte und Fleischprodukte)) | CO ₂ -Fußabdruck (kg CO ₂ -Äq./ kg Lebensmittel) |
|---|--|
| Butter | 9,0 |
| Ei | 3,0 |
| Joghurt | 1,7 |
| Joghurt-Ersatz | 0,6 |
| Käse (Durchschnitt) | 5,7 |
| Käseersatz | 2,0 |
| Milch (H-Milch, Vollmilch, Karton) | 1,3 |
| Milch (H-Milch, fettarm, Karton) | 1,1 |
| Milch (Bio, Vollmilch, Karton) | 1,7 |
| Milch-Ersatz (Hafermilch) | 0,3 |
| | |
| Bratling (Veggy, Soja) | 1,1 |
| Bratling (Veggy, Erbsenbasis) | 1,8 |
| Hähnchen (Durchschnitt) | 5,5 |
| Rindfleisch (Durchschnitt) | 13,6 |
| Rinder-Hackfleisch | 9,2 |
| Rinder-Hackfleisch (bio) | 15,1 |
| Schweinefleisch | 4,6 |
| Tofu | 1,0 |
| Wurst, Bratwurst, Thüringer Rostbratwurst | 2,9 |
| Wurst-Ersatz, vegane Bratwurst | |

Milch- und Fleischprodukte

Stärke. Öl und zuckerhaltige Produkte

| Lebensmittel | CO ₂ -Fußabdruck (kg CO ₂ -Äq./ kg Lebensmittel) |
|----------------------|--|
| Brot | 0,6 |
| Haferflocken | 0,6 |
| Margarine (halbfett) | 1,7 |
| Margarine (vollfett) | 2,8 |
| Nudeln | 0,7 |
| Pommes (tiefgekühlt) | 0,7 |
| Reis | 2,1 |

Bio



© www.bio-stapel.de



Mengenangaben gegen Lebensmittelverschwendung



| Lagerform | Gemüse | Obst |
|--|--|---|
| Lagern im Gemüsfach des Kühlschranks | Artischocken, Blattgemüse, Blumenkohl, Brokkoli, Chicorée, Endivie, Erbsen, Gewürzkräuter, (kein Basilikum), grüne Bohnen, Lauchzwiebeln, Kohl, Lauch, Möhren, Pilze, Radieschen, Rettich, Rote Bete, Salat, Salatmischungen, Sellerie, Spargel, Spinat, Süßmais | Äpfel (länger als 7 Tage), Aprikosen, Brombeeren, Erdbeeren, Feigen, Heidelbeeren, Himbeeren, Kirschen, Trauben |
| Reifen im Zimmer und Lagern im Kühlschrank | | Avocado, Birne, Kiwi, Nektarine, Pfirsich, Pflaumen, Zwetschgen |
| Lagern vorzugsweise bei Raumtemperatur* | Aubergine, Basilikum (Bundware, in Wasser gestellt), Gurke, Ingwer, Kartoffeln**, Knoblauch**, Lagerzwiebeln**, Paprika, Tomaten, Zucchini | Ananas, Apfel (weniger als 7 Tage), Banane, Grapefruit, Mandarine, Mango, Orange, Papaya, Melone, Wassermelone, Zitrusfrüchte |

* Aller hier aufgeführten Obst- und Gemüsearten können für 1-3 Tage im Kühlschrank gelagert werden, wenn sie danach rasch verbraucht werden.

** Knoblauch, Zwiebeln, Kartoffeln sollten in einem gut gelüfteten Raum, am besten im Keller gelagert werden.

Richtige Lagerung

Eine erwachsene Person mit normalem Appetit isst in etwa:

Suppe als Vorspeise: 250 ml

Suppe als Hauptmahlzeit/Eintopf: 400 ml

Grüner Salat: 2 dicke oder 3 magere Köpfe pro 10 Personen

Salat zum Sattessen: 300 g

Fleisch/Fisch als Hauptgang: 100-200 g, je nach Beilage

Fleisch/Fisch/... in Ragouts etc.: 50-80 g

Gemüse – roh: 100 g

Gemüse – gekocht, als Beilage: 200 g

Gemüse als Hauptgericht: 300-400 g

Kartoffeln als Beilage: 150-200 g

Kartoffeln als Hauptgang: 300-400 g

Reis/Nudeln als Beilage: 50-80 g (roh gewogen)

Reis/Nudeln zum Sattessen: 100-200 g (roh gewogen)

Warme Saucen: 80-120 ml

Richtige Mengenkalkulation

Brot/Brötchen als Beilage: 80-100 g; 1-2 Brötchen

Brot Brötchen zum Sattessen: 120-150 g; 2-3 Brötchen

Käse und Aufschnitt zum Sattessen: 80-100 g

Dessert: 150-200 g

Süßes zum Sattessen: 300-350 g

Obst: 80-100 g

Kindergartenkinder: Portionen dritteln

Grundschul Kinder: Portionen halbieren

DPSG Freiburg

<https://dpsg-freiburg.de/news/lebensmittelverschwendung-vermeiden/>

Richtige Mengenkalkulation

Nützliche Seiten für Inspirationen

Mengenkalkulationsprogramm:

<https://www.kochenfuerviele.de/kochtipps/koch-mengen-kalkulation.html>

Übersicht und Berechnungsfaktoren je nach Alter:

<https://www.jugendleiter-blog.de/2015/08/12/lebensmittelmengen/>

Vegetarisch, vegan, „gutes“ Fleisch

- ▶ Tierhaltung macht 14,5 % der Treibhausgasemissionen aus, die von den Menschen produziert werden
 - ▶ allerdings werden bei Lebensmittel die LCA betrachtet, also der gesamte Produktionsweg. Bei dem Verkehrssektor werden nur die direkten Ausstöße betrachtet.
- ▶ in den USA gehen 9 % der Treibhausgasemissionen auf die Landwirtschaft zurück. Von diesen 9% gehen wiederum die Hälfte auf die Tierhaltung zurück. Nach dem Abzug von Faktoren wie Düngemittel etc. könnten durch einen Verzicht auf Tierhaltung 1/3 der Emissionen eingespart werden
- ▶ Eine Studie aus Schweden fand heraus, dass sie 20% aller Treibhausgase, die aufgrund von Ernährung entstehen und 23 % der Ackerflächen sparen können, wenn die die Hälfte der Fleischprodukte durch Produkte aus Hülsenfrüchten ersetzen würden.

Vegetarisch, vegan, „gutes“ Fleisch



© Deutscher Tierschutzbund e.V.



© Vier Pfoten



© Initiative Tierwohl

Quellen

- ▶ https://eatsmarter.de/sites/default/files/saisonkalender_2021.pdf
- ▶ <https://www.fao.org/news/story/en/item/197623/icode/>
- ▶ <https://news.trust.org/item/20180918083629-d2wf0>
- ▶ <https://www.pnas.org/doi/10.1073/pnas.1707322114>
- ▶ <https://www.cambridge.org/core/journals/renewable-agriculture-and-food-systems/article/less-meat-more-legumes-prospects-and-challenges-in-the-transition-toward-sustainable-diets-in-sweden/4B3B9B479B1B407B148D60860F77A088>
- ▶ <https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelverschwendung/studie-lebensmittelabfaelle-deutschland.html>
- ▶ <https://dpsg-freiburg.de/news/lebensmittelverschwendung-vermeiden/>
- ▶ <https://www.ifeu.de/projekt/oekologischer-fussabdruck-von-lebensmitteln-und-gerichten-in-deutschland/>
- ▶ <https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum>



- Dachverband der katholischen Jugendverbände
- eure Vertretung in Kirche, Politik und Gesellschaft
- Serviceleister

Zuschüsse

- Ferienfreizeiten
- Heimbau (Renovierungen)
- für Gruppen innerhalb Karlsruhes
- zuschuesse@jugendhaus-ka.de



EA-Bescheinigungen

- für Bewerbungen / Bescheinigungen
- für alle engagierten Leiter*innen
- ehrenamtsbescheinigung@jugendhaus-ka.de



Freistellungen

- bei Sonderurlaub für Lager / Kurse
- für alle engagierten Arbeitnehmer*innen
- freistellung@jugendhaus-ka.de



Gegen Armut!



Inhaber*innen des Karlsruher
Passes und des **Karlsruher
Kinderpasses** erhalten bei
Ferienfreizeiten und
Veranstaltungen mit
Übernachtungen **30%**
Ermäßigung

Weitere Informationen unter: karlsruher-pass.de

Stadtmobil-Zuschuss



Bucht über das Jugendhaus (mail@jugendhaus-ka.de) einen Stadtmobil-Bus und erhältet diesen zu den Konditionen des KJG-Busses.

Einladungen

Mai

- Sa, **14.05.** um 18 Uhr: **Kinoabend** „Dear Future Children“
- Mo, **16.05.** um 19 Uhr: **Schutzschulung**
- Sa, **21.05.** um 10 Uhr: **Schulung** zum Thema „**Kinderrechte**“
- Sa, **21.05.** abends: **KjG-Party** in Rüppurr
- Sa, **22.05.** um 15 Uhr: **Massenministrieren** in St. Konrad mit anschl. Grillen

Juni

- Fr, **03.06.** um 19 Uhr: **Segensfeier für alle** in St. Stephan
- Sa, **04.06.** ab 10 Uhr: **Sektfrühstück & Vorbereitung CSD; Teilnahme an Parade**
- Mi, **15. – So, 19.06.** **Kaunerberg ruft**
- Fr, **24.06.** um 18.30 Uhr: **Lesung** „Gewitternächte in Nickersberg“ auf Nickersberg
- Sa, **25.06.** ab 9 Uhr: **Spendenlauf KjG St. Martin** in Ettlingen

Einladungen

Juli

- Sa, **9.07.:** **Sommerolympiade & Sommer-OA**

September

- Mi, **28.09.** um 18.30 Uhr: **Reflexionstreffen Nachhaltigkeitszuschuss**
→ im Jugendhaus oder digital?

laufend

- **mittwochs um 19 Uhr:** **Abendisch** zugunsten des **Ukraine-Fonds** des Kindermissionswerks